মৈতৈ ইন্দিজিনস থাঙ-তা এন্দ কলচরেল ইন্সটিট্যুটকী ৪৩শুবা মপোক কুমওন অমদি মসিগী খোঙচৎ

- নানি

মরেবাক্কী নাৎ-শক্তম লোয়ননা মরমদমগী লৈজরম্বা মতিংবু পথাং-পুথাং নাইনা পুথদুনা মৈনা ৱাই, তাঙনা শম লিক্লম তৎহন্দনা পরিং কায়দনা পুথনবা হোৎনবা হায়বসি হৌজিক্কী মতমগী মীরোল অসিগী মাঙদা তাদুনা লৈরিবা তঙাইফদবা থৌদাং অমনি। অসি হায়দুনসু, হীরম অসোমদা চঙশিল্লক্তবা খঙ্গবা পামজবা, নীঙজবা, খরখক্লা থৱায় য়াওনা শেন্দোং য়াওদনা অরৈবা থাংদোক্লগা শেল্লেপ পুথরগা হৌরক্লিবা নহা মচাশিংদা মসিগী অনৌবা লৌশিং, মহৈ-মঙাল পীনবা হোৎনবসি খরা তাঙনা থোক্লি। লৈবগীদি লৈ, লৈরিবশিং অদু থোইদোক-হেন্দোক পাথোক্লা মরাং কায়বা ইমুংগী মীওই অমত্তা ওইরমদে। মসিংখানা মরিংজে লনা ঐখোয়গী ঈনাৎপু কন্দবা য়াদে হায়বা অদুনা মাঙদা থম্লগা হোৎনবা ঙাক্তা ওইরম্মী। নিংথৌগী মনা ফক্লাংদা থেৎলি হায়বা ৱাফমদি লৈ। অদুবু ঐখোয়গী নাৎ-শক্তম কন্নবা কনানা কদায়দা করি তৌরি হায়বদি খঙবীনবা নিংথৌদি লমদমসিদা পোক্ত্রি হেক হায়নিংলকপগুম তৌই। পীক্লবসু পীক্লা হৌজিকসু ঐখোয়গী লম অসিদা মমাংঙৈ অমখক লৈরম্বা নিংথৌদগী মশীং হেন্না নিংথৌগী থাক্তা মীপোক মহিং কয়া অমা লৈ। অদুবু লৈবাক্কী-মীয়ামগীনি হায়দুনা মথৌ অমা হেক ওইনা কুপশেন শেন্নবা, মথন্মোয় শেংনা নুংশিবদি পোকখ্রবরা পোক্ত্রিবরা হায়বা ঙমদে। হৌজিক ফাওবদি থোরক্ত্রি।

ঐখোয়গী ইরমদমসিগী খ্বাইদগী তাঙলবা লন অমা হায়বা তারবদি লমদমসিবু ইপা-ইপুশিংনা ঙাক শেনবদা থৌনা লিংজেলগা লোয়ননা থাদোক্লবা য়াদনা লৈরক্লিবা অশেংবা ইরলদি, থাঙ-তা হায়বসিনি। মসিনা ঐখোয়গী পরিং ঙমখৈ ঙাক্লকখি। মীখা পোনগদবা কয়াদগী ঙাকথোক্তুনা লাক্লি। য়ুম্লোন-কৈরোন্নবা লৈবাক কয়ানসু লমদমসিবু কি-হঙ্গোইনা লোয়নরকখি। থাঙ-তাদি লমদমসিগী থৱায়নি, মিরেলনি। চুম্লগী থাঙ পায়বদা ঐখোয়গী ইপা-ইপুশিংনা ইচম চুম্লা পায়রমদে। থাঙদা ঐখোয়গী থৌনা, ঐখোয়গী লিংজেল, ঐখোয়গী ইতিং খুদিংমকসি য়োমদুনা তাকপী-তম্বীরকখিবনি। অদুনা ঐখোয়না ইখুৎসু থাঙলেন অমা হেক পায়খিবদা, তিমেন-তা অমত্তং খুৎপায় চুম্লা পায়খিবদা য়েক্লবা অমত্তনা খোঙফম অমা হেঞ্জিনবা ঙমদবা অদুগুম্বা লিংজেল অদু থাদোক্লবা য়াদনা পক্তুনা য়াওরিবনি। মদু ইপা-ইপুশিংনা পথাং-পুথাং নাইনা ঐখোয়গীদমক থম্বীরম্লবনি। মরমদি ঐখোয়গী ইপা-ইপুশিংনা শেমগত্তুনা থম্বীরম্লিবা থাঙ-তাগী মতিক-ময়াই অসিদি মালেমদা অতাঙবনি। অতোপ্পা অমনা ঐখোয়গী মিহুল য়াওনা থেকপা জগোয় শাথেক অসিনি। ঐখোয়গী জগোয়দি অচম্বা জগোয় নত্তে। পূক্লিং ফাথবা, পূক্লিং খোনবা, পূক্লিং চেৎশিনবা, ৱাখল ঈংথবা, মীৎয়েং চুম্বা, শাথেক চুম্বা জ গোয়নি। ঐখোয়গী জগোয়দা ঐখোয়গী পূন্সিরোল অমদি ৱাখল্লোন য়াওরি।

মথক্তা পঞ্জখ্রিবা ৱাখল মীৎয়েংশিং অসিনা মাঙদা থম্লগা কোংবা ক্ষেত্রি লৈকায়দা লৈরিবা মৈতৈ ইন্দিজিনস থাঙ-তা এন্দ কলচরেল ইন্সটিট্যুট (মিট্যাসি) লিংখৎলকখি। ইন্সটিট্যুট অসিনা শাফোঙলকপা কুমজা ১৯৮২দগী পারগা কুমসি অসিদা চহী ৪৩ মপুং ফাগ্রে। মিট্যাসিনা শাফোঙলকপা চহী ৪৩ শুবগী শাফোঙ নুমিৎ থৌরম হৌখিবা জুলাই থাদা ইন্সটিট্যুট অসিমক্কী ওদিটোরিয়মদা অচম্বা থৌরম অমগা লোয়ননা পাঙথোকগ্রে। থৌরম অদুদা

শরুক য়াজরুবদা লমদমসিগীদমক, তুংলমচৎকীদমক কথোক্তুনা লাক্লিবা ইন্সটিট্যুট অসিগী অমদি ঐখোয়গী তুংগী মীরোলগীদমক ময়াক য়াওবা ৱাখল কয়া খনবা হৌরকখি। ইন্সটিট্যুট অসিনা ঙসি ফাওবদা তম্বীরক্লিবা জগোয়, থাঙ-তানচিংবা ঐখোয়গী নাৎ, শক্তমগা মরী লৈনবা কয়া অসিদা মহৈরোয় অমত্তদগী মিংজন শেল নৎত্রগা তম্বীমল ওইনা করিগুম্বা শেনকম অমফাওবা লৌদনা তম্বীদুনা লাক্লি। ঙসিসু মণিপুরগী তোঙান তোঙানবা মফম কয়াদগী থাঙ-জগোয়বু পামজবা মমা-মপাশিংনা মচাশিং পুদুনা তমহনবা লাক্লি। মহৈরোয়শিংনা মশাগী মতিক চান্নবা মহৈ তমজনবগী খুদোংচাবা অদু চহী ৪৩ অসিদা লৌদুনা লাক্লিবনি। ইন্সটিট্যুট অসিগী মহৈরোয়শিংনা ইন্দিয়াগী মফম কয়াদা পাঙথোকপা অচৌ-অচৌবা ফেষ্টিভেল অমদি অতৈ থৌরম কয়াদা চেবাও ফংদুনা শরুক য়ারুরে। মসিদা নত্তনা ইন্দিয়াগী লৈঙাক্কী মখাদা লৈরিবা মিনিষ্ট্রি ওফ কলচরগী আই সী সী আর (ইন্দিয়ন কাউন্সীল ফোর কলচরেল রিলেসন্স)না শকখঙবীদুনা ইন্সটিট্যুট অসিগী মহৈরোয়শিংবু মপান লৈবাকশিং জমাইকা, ইন্দোনেসিয়ানচিংবা মফমশিংদা স্পোন্সর তৌবীদুনা ঐখোয়গী থাঙ-তা অমদি জ গোয় উৎলুবগী মায় পাক্লবা পাউ কয়া অমসু মরাং কায়না লৈরি।

থৌরম অদুগী শরুক অমা ওইনা মহৈরোয় মরি- মুতুম লনথোনি, ইন টরনেশনল পর্ফোর্মর টুর জমাইকা ২০২৩; কোইজম দেনিতা, পর্ফোর্মর টুর জমাইকা ২০২৩; ওইনাম ওনিক্স ইন্টরনেশনল পর্ফোর্মর টু ইন্দোনেসিয়া ২০২৪ অমদি চহীসিমক্তদা মুতুম সোফিয়ানা ইন্টরনেশনল পর্ফোর্মর টু ইন্দোনেসিয়াবু তরাম্না ওকখি। লোয়ননা মণিপুর ষ্টেট কলা একাদেমীনা কুমজা ২০২২দা মণিপুরী মার্সিএল আর্টতা একাদেমী এৱার্দ পীদুনা ঈকায় খুম্নখ্রবা ওজা ওক্রম মংলেম মৈতৈ অমদি বেষ্ট দিরেক্তর, ইন্টরনেশনল ফিল্ম ফেষ্টিভেল ওফ তেলঙ্গনা অমদি হায়দ্রবাদ তারকখ্রবা রাকেশ নাওরেমবুসু ঈকায় খুম্নবা উৎখি।

মিট্যাসি ফনা য়াম্না মাঙদা চঙশিল্লক্লে। মণিপুরগী মরু ওইবা ষ্টেট লেভেলগী থাক্তা পাঙথোকপা থৌরম কয়াদা নত্তনা ওর্গানাইজেশন কয়ানা শীনবা থৌরমশিংদা মরু ওইবা পর্ফোর্মেন্স কয়া পীগ্রে। নেশনলগী থাক্তা পাঙথোকপা থৌরম কয়াদা শরুক য়াগ্রে। ইন্টরনেশনলগী থাক্তা শীনবা থৌরম কয়াদসু ইন্দিয়াগী মহুৎ শীন্দুনা শরুক য়ারুরে। মসিদা নত্তনা ইন্সটিট্যুট অসিদগী থোকখিবা মহৈরোয়শিংনা মশা-মশা ইকপা ঙম্লা মাগী মাগী শিনফমদা মায় ওনশিন্দুনা মায় পাকপা ঙম্লগ্রে। অদুম্ন মক্তি ওইরগা, ইন্সটিট্যুট অসিগী লৈফম থোকপা ইনফ্রাষ্ট্রকচর, ইক্বিপমেন্টশিং অমদি অতৈ মরু ওইবা কয়াগী অহোবদি অদুম লৈরি। মশাগী ওইবা হৌজিক লৈজরিবা ওদিটোরিয়ম অসিদি শুপ্লগী প্রাক্টিস তৌফমগী থাক্তগী হেন্দোক্লা মপুং ফাবা পর্ফোর্মেন্স অমা পীবদা চৎনবা য়াবা ওদিটোরিয়ম অমা হায়বদু ওইদ্রি। মসি নীংথিনা শেমগৎ-শাগৎপা অমদি ইন্সটিট্যুট অসিনা চহী ৪৩ মহৈরোয়শিং লেপ্তুনা তম্বীরকপদা লৈঙাক্কী মায়কৈন্দগী য়েংবীফম থোকপা অমদি লৌখৎপা য়াবা শেমগৎ-শাগৎপগী মতাংদা খুমাঙ চাউশিনবা হায়বদুমদি উবা ফংদ্রি। লন্নাই স্কুল অমনা লৌরিবা থৌদাংগা মিট্যাসিনা স্কুল অমা ওইনা লৌরিবা থৌদাংগা করিদা খেন্নরিবগে। স্কুলদগী মাগী মাগী ষ্টেন্দর্দকী মহৈরোয় পুথোক্লি। অদুবু লৈঙাক্কী মায়কৈন্দগী গ্রান্টইন এইন্দনচিংবা পীদুনা এদেদ স্কুল অমা ওইহনবা অমদি অতৈ বেনিফিট কয়া পীদুনা শেমগৎ-শাগৎপদগী হেন্দোক্তুনা লৈঙাক্লা পূন্সৌ লৌশিনখিবা কয়া অমসু লৈরি। কলচরগী ওইবা স্কুল অমা ৱানা লিংদুনা চহী ৪৩ চুপ্পা হোৎনরকপা অসিগীদি করি অহেনবা থৌরাং লৌখৎলবগে হায়বসি মরী লৈনবশিংদা হংদবা য়াদবা ৱাহং ওইদ্রিবনা।

লৈঙাক মপু য়ৌনবা খোঞ্জেল থোকহনবা হায়বসে লৱার লেভেল গ্রাম সভাদগী হৌরগা এসেম্ব্লীগী ইলেক্টেদ মেম্বরশিংনা লুচিংদুনা খোল্লাও লাউফম থোক্লি। মসিদা নত্তনা লমদমসিদা মতিক চাবা, মশাগী য়ুম্বান কৈবান্দা মতিক থোক্লবা হেন্দোক-থোইদোক্লবা কয়া অমসু লৈরি। মখোয়না মখোয়গী অহেনবা মীৎয়েংসু চঙবীফম থোকই। স্কুলগী স্কুল চপ মান্নৈ, কলচরগী স্কুলদগী থোরকপা মহৈরোয়শিংননি খুন্নাই অসিগী পুৱারী অমদি মতিং ফুদোরক্কদৌরিবা, ইপা-ইপুগী লিক্লম ঙাক্কদৌরিবা। এদুকেশনল স্কুলদগী থোরকপসু মশা-মশাগী প্রোফেশনদা চঙশিল্লগা লৈবাক মীয়ামগী থবক তৌরক্কদৌরিবনি। অদুবু হেন্না লৈবাক মীয়ামগী ওইবা মীৎয়েংদা য়েংলগা কথোকপগা লোয়ননা তুং কোয়না থবক তৌগদৌরিবদি ঐখোয়গী মমল নাইদ্রবা আর্টিষ্টশিং অসিনি। মখোয়গীসু য়েংবীফম থোকপা মীৎয়েং লৈঙাক্কী মায়কৈন্দগী অমদি খুন্নাই অসিগী হীরম কয়াগী মায়কৈন্দগীসু নুংশিনা চিখোন-নাওকোন্না য়েংবীফম থোকই হায়বসি পূক্লিং নুংওন্না থমজনিংই।

থৌরমগী অরোইবদা ইন্সটিট্যুট অদুনা নৌনা পুথোকপা 'য়ুমশারোল' মিংথোনবা মাইবী জগোয়দা য়ুম্ফম ওইবা কোরিওগ্রাফি অমসু উৎখি। লোয়ননা মখল মথেল কয়াগী থাঙ-তা অমদি জগোয়গী আইটেম কয়া উক্তুনা অরাকপশিংগী পূক্লিং চিংশিনখি। কলচরেল আইটেমশিং অদুদি খরা হেন্না চেকশিন্না য়েংশিনবা মথৌ তারি। য়ুমশারোল অরাইবা নত্তে। য়ুম্ফম থোনবদগী হৌরগা মপুং ফাবা য়ুম অমা ওইনবা হোৎনবদা মথৌ তাবা কয়াশিং তোঙান তোঙানবা মীৎয়েংদগী য়েংলগা ক্রিএটিভলি চঙশিনবা মথৌ তাই। মসিদা ঐখোয়গী হৌরক্লোনগী ৱাখল্লোন, মীওইবগী য়ুনিটি, ইকোনমি, দিভেলপমেন্ট, ৱার্ক কলচর খুদিং শুনা য়াওরিবনি। মসিসু ঐখোয়না করম্বা পাৰ দমদগী লাকশিল্লগা করম্না য়েংবা য়াবগে অমদি মদুনা ঐখোয়গী পূন্সিরোলদা লৈরিবা এস্থেটিক্স অদু আর্টিষ্টিকেল্লি প্রজেক্ট তৌবা য়াবগে হায়বদু মমুৎ তানা খনবা অমদি কোরিওগ্রাফ তৌবা অমা মথৌ তারি। উৎখিবা অতৈ পর্ফোর্মেন্সশিংগী মতাংদসু হেন্না মীৎয়ে চঙফম থোকপা লৈরি খল্লি। মতুং তারকপদা হেন্না চেকশিন্না য়েংশিন্দুনা ফজবা কাঙলোন নাইবা পর্ফোর্মেন্স ওইরক্কনি থাজে।

নথোশিংগী অখনবা কাখল : - নথ ফাল

পোৎশংবম তোম্বা লিগেসি থিয়েটরগী ৱার্কশোপ প্রদক্সন দ বিষ্ট ৱিদিন (নুংগী শা) য়েংলুবদা

বিষ্ণুপুর থিয়াম লৈকায় ৱার্দ নম্বর ৮দা লৈরিবা পোৎশংবম তোম্বা লিগেসি থিয়েটর অসি য়াম্না মচীন তুমখৎলক্লিবা নহা ওইরিবশিংনা চেন-চোংদুনা শেমগৎচবা থিয়েটর অমনি। থিয়েটর অসিদা দিরেক্তর ওইনা লৈরিবা অমদি মেনেজমেন্টকী থৌদাং লৌরিবশিংগী মরক্তা নেশনল স্কুল ওফ দ্রামা (এন এস দি) পাস তৌরবশিং য়াওরি। গ্রুপ অসিনা হৌখিবা চহী ২/৩সিদা মণিপুরদা পাঙথোকপা তোঙান তোঙানবা থিয়েটর ফেষ্টিভেল অমদি দ্রামা কম্পিটিশন কয়াদা মনা-মথুম ফংলকখিবসু লৈখ্রে। থিয়েটর গ্রুপ অসিনা মণিপুর থিয়েটরগী লমজেলদা য়াওদুনা খোঙজেল য়াঙনা চেনখৎলক্লি। হেন্না শীংথানিংঙাই ওইরিবদি নৌরিবা অঙাংশিং অমদি থিয়েটর পামজবশিংগীদমক্তা থিয়েটর ৱার্কশোপ ফাওবা পাঙথোক্তুনা অঙাংশিংবু শেমগৎলকপা অসিনি। আর্টিষ্ট হায়বসি গ্রাসরুট লেভেলদগী শেমগৎলকপা অমা চঙই। পীক্লিঙৈ মতমদগী ঈশিং চাইবীদুনা, মখোঙ শোম্বীদুনা শেম্বী-শাবীবা মথৌ তাই। উপাল অমা মহয় য়াল্লক্লগা হেকপদি য়াম্না লাই। মথৌ তারিবদি শেম্বী-শাবীবদুনি। ৱাখল্লোন অসি থিয়েটর গ্রুপ অসিদা লৈবা মাল্লি। গ্রুপ অসিনা আর্টিষ্ট অহৈবা কয়া তুংওইনরম্লগা মশাগী আর্টিষ্ট ওইনা শেমগত্তুনা অঙাংশিংবু পুথোরক্লি।

হন্দত্তা থিয়েটর গ্রুপ অসিনা নুমিৎ ১৫নিগী ৱার্কশোপ অমা পাঙথোকখিবা অমদি মদুদগী প্রদক্সন অমা ওইনা পুথোরকখিবা 'দ বিষ্ট ৱিদিন'না অয়েংবশিংদা পাউজেল কয়া পীদুনা ৱাহং হংলি। মীওইবা খুদিংমক শক্তি পাম্মী। মদু ফংলবদি অফ-ফত্ত খম্বদনা তৌনিংবতা তৌনরি। জুন ২২দা চঙাঙ্গৈদা লৈবা এন টি থিয়েটরদা উৎখিবা দ্রামা অসিগী শম্নপ্পা ৱারীদি- ইচম চম্না হিংজরম্বা মীওই কয়া হৌজিক্কী ওইরিবা খুন্নাইসিগী চৈথোং কয়ানা খাঙবা ঙমদদুনা হিংচা-য়াইতম্বা শাগী শক্লোন কয়া ওইরক্লি। ইচম চম্না পীক্লবা খুঙ্গং অমদা হিংজরম্বা খুঙ্গাশিংনা নোংম-নোংমগী মতমসিগী কৈবু কৈওইবা হায়বদি মকোক্লা কৈ মানবা মশানা মী ওইবগা পাক্কক ওইরবা শাগী ৱাখল চেনবা মীওই কয়া অমা ওল্লক্লি। মীওইবা অমগী মীনুংশি অমদি শারমচৎ চৎপা অনীসিগী মরক্তা পুদুনা শান্নরিবা লীলা অমনি। ঐখোয়গী খুন্নাইসিদা কনানা কনাবু কিহল্লি, ঙসি করি ওইনি, হয়েং করি ওইনি খঙদ্রবা খুন্নাইসিদা ঐখোয় ইশানা ইশাবু খুবক্কী ঈনা লাই শাদুনা অৱাবা কয়া অমা পীরি হায়বদু ময়েক শেংনা তাক্লিবা লীলানি। লীলাসিগী অইবনা উশম রোজিও, লমজিং-লমতাক্লিবনা সুনিল ময়েংচানি। দিরেক্তরনা ফোঙদোরক্লিবা, 'দ বিষ্ট ৱিদিন' (নুংগী শা) লীলা অসিদা ঐখোয় মীওইবনা ঙসিগী খুন্নাইসিদা হিংলিবা পূন্সি মহিং অসিদা করিগুম্বা মতমদা ঐখোয়সে কনা ওইরি, করি ওইরি হিংবগী ৱাহম্থোক লৈরিব্রা হায়বা ৱাহং কয়া হংদুনা হিংলি হায়বসি উৎলি। তশেংনা পূন্সিগী শিম্বা পাঙদুনা ঙাইহাক অৱাবা কাউথোক্তুনা ময়াম পুন্না হরাও-হরাও শিম্বা পাঙমিন্নরুরবসু নুমিদাং থেংজিল্লকপা মতমদা ঐখোয়সে কৈদৌরক্কনি, হয়েংনা করি ওইরক্কনি হায়বা ৱাহং কয়া হংদুনা লৈরি। ঐখোয়বু লমজিংবীগনি হায়দুনা থোকখিবা ঐখোয়গী লুচিংপুরেল কয়াসু মমিৎ তাঙবগুম লৈখি, মসিদসু নত্তনা মখোয়না হেন্না ঐখোয়দা অৱাবা অমদি অকিবা পীরি। দেমোক্রেসি চৎপা লৈবাকসিদা ঐখোয়গী পূন্সি অসি করিনো হায়বা ৱাহং হংলি। খুন্নাইসিদা ইমা-ইবেল মৈরা পায়বীশিংসু ঙসিদি অৱাবা ওইররে। অয়ুক-নুংথিল শিম্বা পাঙলুরগা মচা-মশুশিংবু অমুক ঙান-শেনবীরি। অদুবু চমজখ্রবা মখোয়সু অমনা অমা অমুক হায়, অমনা অমা অমুক হায়, মখোয়বু খুৎলায় ওইনা শীজিন্নরক্লি। অসম্না ঐখোয় মীওইবসু শা মখল অমনি। অদুবু নুংদা লৈরিবা শা অসি অফবা লম্বীদা শীজিন্নসি। মদুদি নত্তদুনা কৈবু কৈওইবা ওন্দুনা ঐখোয় ঈ মশেল মরক্তা ওইনা ওৎ-নৈবগী থবক তোক্লসি। থৌদোক অমা থোক্লকপদা বন্দ, ব্লোকেদ তৌদুনা ঐখোয় ইশানা ইশাবু ৱাহঞ্জবগী মহুৎ লৌশিং অমদি ৱাখল শীজিন্নদুনা ঙসিগী চরাংনরবা পূন্সি অসিদগী কন্নবা হোৎনসি নৎত্রবদি ঐখোয় শোয়দনা নোংমদি তুম্না মাঙখ্রগনি হায়না উথোক্লবা হোৎনবা লীলানি।

লীলা অসি শুপ্লগী নুমিৎ ১৫ নিখক্কী ৱার্কশোপ অমা পাঙথোক্লগা তহা তহা পুথোকপা ওইরগসু য়াম্না ফজনা পুথোরকপগী মমি চাউনা তাখি। লীলা অসি এক্সপরিমেন্টেল প্লে অমা ওইরগসু মসিগী প্রজেক্টেশন ষ্টাইল অসিদা দিরেক্তরগী ক্রিএটিভিটি ফজনা উবা ফংই। অদুম্নদি ওইরগা আর্টিষ্টশিং অসি অনৌবা ঙাক্তা ওইবনা মরম ওইরগা মখোয়না উথোরকপা এক্টিংদা মরৈ মুন্দবগী মমি খরা উৱবসু অঙাংশিংনা ওন্থোক্লা থৱায় য়াওনা শান্নজৈ হায়বদুমদি উবা ফংই। মপুং ওইনা থাগৎনিংঙাই ওইরিবদি আর্টিষ্টশিং অসিনা মশা-মশানা ঈশৈ শকচরিবা অমদি আর্টিষ্ট ময়াম্না পেনা লোইনা খোংজবা মসিমদি তোপ তোপ্পা হোৎনবা কনবগী মমি অমনি। লীলাসিগী লাইট অমদি সেটসু অদুম্বক চম্না ফজে। অপ ষ্টেজগী শরুকশিংদা শীজিন্নরিবা পোৎলমশিং পূক্লিং হুনিংঙাই ওই। ফি অমা লেঙহন্দুনা ওইহন্নিংবা অমা হেক্তা ওইহল্লি। হেন্না কুপথনা য়োংবদা পাৱর পায়রবা মতমদা ৱাখল অসিনা ফৎত্রবা কৈবু কৈওইবা ওইরবশিংনা মখোয়গী পাৱর অমা ওইনা মৈতৈগী পেনাবু শীনিজন্নরিবা অসিসু খন্নিংঙাই ওই। পেনা হায়বসি মৈতৈ ঐখোয়গীদি য়াম্না মরু ওইবা লাই-তীনগসু মরী লৈনবা ম্যুজিকেল ইন্সক্রমেন্ট অমনি। অসিগুম্বসিবু কৈবু কৈওইবশিংনা শীজিন্নহল্লিবসি করিগীনো হায়বসি অচৌবা ৱাহং অমনি। পেনা হায়বসিদি মসিদগী হেন্না পাৱরফুল ওইবা ত্রেদিশনল রিচ্যুএলগা মরী লৈনবা

ইন্সক্রমেন্ট অমা লৈতে হায়না খনবদগী দিরেক্তরনা লীলা অসিদা অতৈ খুৎলায় শীজিন্নদনা পেনা ওইনা শীজিন্নহল্লম্বা ওইরম্বা য়াই। লীলাসিদা মৈতৈ অমদি মণিপুরীশিংগী পূন্সি মহিং, অমগা অমগা নুংশি-চান্নবা হিংজবগী পূন্সিরোল অদু উৎলি। লোয়ননা পোলিটিক্সনা অমগা অমগা খাইদোক্লহনবা মদুসু উৎলি। শক্তি পাম্বশিংনা অতোংবদা লেপ্তুনা মশাখক্কীদমক খল্লগা মযূরুপক্কী খন্দবা অসিনচিংবসু ময়েক শেংনা উৎলি। অরুবা তাঙ্কক খুদিংমক্তা লৌশিং হায়বসিনা খ্বাইদগী মরু ওইবা পাম্বৈনি, লৌশিংনা শামু ফাই হায়বা মৈতৈ ঐখোয়গী ইপা-ইপুশিংনা হায়রম্বা পাউতাক অদুগী মমি ময়েক শেংনা তারি।

হেমচান্দ নিংথৌজম

চিজ অসি শাহল্লগা চাবদা মরী-মরী থোক্লিবা করিগীনো?

থোংদোক্লিবা চিজদা প্রোটিনগী মোলিক্যুলশিং অসি মরেক-মহাউ ওইনা পেৎতক মরী মরী য়েৎশিন্নদুনা য়াওই। নহাক্লা পিজ্জাদা তৌবগুম্না চিজ অসিবু মৈথক্তা শাহনবা মতমদা ফেট অমসুং প্রোটিনশিং অদু শৌদোক্লকই অমসুং করিগুম্বা মহী অদুদা শোক্লবা নৎত্রগা পিজ্জা অদুদা চীকপা মতমদা মরী মরী চিংথোক্লকই। শৌদোক্লিবা চিজ অদু খরা কোৎলগা চিংথোকপা মতমদা লশিংদগী লং নাইবগুম্না অপাবা মরী অমা থোক্লকপা উগনি।

অসিগুম্বা থৌওং অসি করিগুম্বা চিজগী সেম্পল অমদা য়াওরিবা প্রোটিনগী চাং অদু খুদক্তা ওনবা মতমদা শীজিন্নবা য়াই। সেম্পল অদুদগী চিজগী মরী অমা চিংথোকই অমসুং চিজ মপুম অদুদগী মরী অদুনা শাংদোক্লকপগী চাং অদু প্রোটিন য়াওই হায়বগী পাদম (রিফরেন্স) খরগা মান্নরব্রা হায়বসি ওন্দুনা য়েংই। করিগুম্বা মান্নরম্লবদি চিজ অদুদা প্রোটিন মরাং কায়না য়াওই হায়বসি তাকই। শৌদোক্লবা চিজ মহীনা মরী শাংনা চিংথোকপা য়ারিবমখৈ প্রোটিন হেন্না য়াওই।

হায়রিবা চিজ অসি মহাউ য়াম্না লৈবদগী মীয়াম্না পাম্না চানৈ। অদুবু কা হেন্না চারবদি ষ্ট্রোকনচিংবা কার্দিওভাস্ক্যুলরগী অনাবশিংনা মীওইবগী হকশেলদা খুদোংথীনীংঙাই ওইহল্লি।

পুৱারীদা ঙসি

১। কুমজা ২০১০ গী জুলাই ১৩দা *হীন্দুস্থান টাইমস* না নোর্থ ইষ্টকী লালহৌলূপ তরুক- অসামগী উলফা, মণিপুরগী য়ুনাইটেদ নেশনল লিবরেশন ফ্রন্ট, কংলৈ য়াওল কন্নলূপ, পিপলস লিবরেশন আর্মি, পিপলস রেভল্যুসনরি আর্মি ওফ কংলৈপাক অমসুং নেশনল সোসলিষ্ট কাউন্সীল ওফ নাগালেন্দ পুনশিন্নদুনা চাইনাগী মতেং লৌনবা হোৎনরি হায়না ফোঙদোক্লকখি।

২। কুমজা ১৭৯৩ দা, ফ্রাঞ্চকী পোলিটিসিয়ন, ফিজিসিয়ন অমসুং জর্নেলিষ্ট ঝো-পোল মারাটপু ঈরুজ রিউদো শার্লোট কোর্দে হায়রিবা মীওই অসিনা থাঙনা থিন্দুনা হাৎখি।

৩। কুমজা ১৯৩০ দা ইহান হানবা ফিফা ৱর্ল্ড কপ অসি উরুখ্বেদা পাঙথোকপা হৌখি।

৪। কুমজা ১৯৬০ দা, লোস এঞ্জেলেসতা পাঙথোকপা মহাক্কী পার্টিগী মীফমদা জোন এফ কেন্নেদিবু দেমোক্রেটকী প্রসিদেন্ট মীরেপ ওইহন্নবা য়েৎনবা লৈতনা খনখি।

৫। কুমজা ১৯৭৩ দা হান্না প্রসিদেন্টকী তেংবাঙলোই (এইদ) ওইরম্বা অলেকজেন্দর পি বট্টরফিল্ডনা সিনেট ৱাটরগেট কম্মিটিগী ষ্টাফ মেম্বরশিংদা প্রসিদেন্ট রিচার্দ নিক্সনগী অরোনবা হ্বাইট হাউস টেপিং সিষ্টম লৈ হায়না ফোঙদোকখি।

৬। কুমজা ১৮৬৩ দা সিভিল ৱারগী মিলিটরি লৌবগী মায়োক্তা ন্যু য়োর্ক সিটিদা তমথিরবা হাৎন-শুনবগী ঈরাং অমা খঙহৌদনা থোক্লকখি। ঈরাং অদু নুমিৎ হুম্নিগী মতুংদা নমথখি।

৭। কুমজা ১৮৬৬ দা সিভিল ৱারগী মিলিটরি লৌবগী মায়োক্তা ন্যু য়োর্ক সিটিদা তমথিরবা হাৎন-শুনবগী ঈরাং অমা খঙহৌদনা থোক্লকখি। ঈরাং অদু নুমিৎ হুম্নিগী মতুংদা নমথখি।

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ
এসিষ্টেন্ট প্রোফেসর (বাইওষ্টেট) জেনিমস চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ১৩।০৭।২০২৫ ইং, নোংমাইজিং; ঈডেনগী১৮নি পানবা।

মেষ: হকচাং নুংঙাইবা ৱাৎপা, নচা-ননাইশিংগা মরী ফবা ৱাৎকনি, ফিংগনু। মরুপ-মপাংগী মতেংনা অনীংবা থবক পাঙগনি, ঈকায় খুম্নবীগনি।
লৈশা পাখঙগী- নীংজবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

বৃষ: য়েৎনবদা মায় পাকপা, নথক থোংবনা তেংবাঙবীবা, লৌশিং ফুদোকপনা নচাক-নরলগী নুংঙাইজবা লৈগনি। থবক্তা য়েংথিবদি লৈরি।
লৈশা পাখঙগী- নীংবা মপা চারোই।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

মিথুন: হম্বুবা লোয়নরবা/চীঙ্গাক কান্নবদি ফত্তবা থবক্তা পূক্লিং চঙলক্কনি, কাওগনু। অনম তানবা, হম্বুবা লোয়নবা য়াম্না থৌশাদবা তৌগনু।
লৈশা পাখঙগী- মতম হৌহনখো।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

কর্কট: হকচাং নুংঙাইবতা নত্তনা নীংবসু শোয়দনা থুংজ গনি। অশাওবা অমদি নাপল য়াওদনা খুৎচাও থানা শেন্দোং তানবা চাউনা কান্নগনি।
লৈশা পাখঙগী- মায় পাকচগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

সিংহ: নীংবা মপা চারনি, অফবা থবক্তা চিংনদনা খুৎচাও থাহৌরো। নচা-ননাইগা মরী ফৈ, লৌশিং তানশিনবা মতাং চাই। য়েৎনরুবদি য়াদে।
লৈশা পাখঙগী- মায় পাক্কনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

কন্যা: পাউ নুংঙাইবা তাগনি, নচাক-নরল চাওখৎকনি, লাই-গুরুনসু চানবীগনি, মীয়াম্না থাগৎনবা নুমিৎনি। চরাংনরবদি ওইজবা মাঙগনি।
লৈশা পাখঙগী- মরীদি হান্নগুম ফৈ।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙৌবা/শঙ্গোম

তুলা: হকচাং নুংঙাইবা, মীয়াম লোয়নবনা হেন্না নুংঙাইজবা, অনৌবা আশা লাকপা নুমিৎনি। নোল্লুকপা হৈত্রবদি শক-চু থোকপা ৱাৎকনি।
লৈশা পাখঙগী- নুংশিবনা চানবী।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

বৃশ্চিক: লাইবক য়াম্না ফরনি, নীংবদুমক পাঙবদা চিংনরনু। য়েক্লবা লাকশিন্দুনা থৌনা ফুদোক্লনি। ৱাঙাং হৈত্রবদি করিসু নত্তবদা চোপকনি।
লৈশা পাখঙগী- নুংশিবনা চাল্লি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অশংবা/কিসমিস

ধনু: খম্বুদ্রবা নরল মাঙগনি, খাঙবা কন্দ্রবা মীয়াম্না ৱারৌগনি। লান্দবগীদি অফবা ময়হ ফংগনি। থাজদনা কান্নগনি, নুংঙাইবা পাউসু তাগনি।
লৈশা পাখঙগী- নীংবা মপা চারোই।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

মকর: হরাওবা, নীংবা মপা চাবা, অনৌবা থৌরমদা পূক্লিং চঙবা নুমিৎনি। মীয়াম্না চাল্লি। হুরানবনা নচাক-নরলদা মীতাবদি লৈরি, পঙথগনু।
লৈশা পাখঙগী- নুংশি মরী ফগৎকনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

কুম্ভ: পূক্লিং ফাথনা ঈংনা লৈগদবা নুমিৎনি। নচাক নরল চেকশিল্লু, অশাওবা উথোক্কনু, ঐনা মতোল্লে খন্না চৎলু। লান্দবনা মায় পাক্কনি, থাজৌ।
লৈশা পাখঙগী- নীংবা মপা চারোই।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

মীন: শেল-থুমগী লমদা মায় পাক্কনি, নথক থোংবনা য়াম্না চানবীগনি। অফা-অপুন্নবা, পোরম শীন্দোকপা হৈতবনা চোপ্পা য়াবদি লৈ, য়েৎনরুনু।
লৈশা পাখঙগী- লাইবক খরদি ফগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অ