শুমাং লীলা কাউন্সীলনা শীন্দুনা নুমিৎ নীনি চুপ্পা পাঙথোকখিবা ১৭শুবা নেরেটিভ আর্ট ফেষ্টিভেল, ২০২৫

- নানি

পীক্লবসু ঐখোয়গী ইরমদমসি আর্ট অমদি কলচরগী লমদদি মালেমগী ওইনা য়েংবদা য়াম্না ইনাক খুনবা লমদম অমনি হায়বা য়াই। ঐখোয়গী কলচরগা শাগোন্নবা শৈশক-শৈদা অমদি পর্ফোর্মিং আর্ট ফোর্ম কয়া অসিগী নুংগী ওইবা ৱাহন্থোক অমদি মসিদা লৈরিবা এস্থেটিক ভেল্যু কয়া অদুদি অতোপ্পা মফম অমত্তদা ফংবা ঙম্লোই। নেরেটিভ আর্ট হায়রিবা অসিনসু তাক্লি। ঐখোয়গী পর্ফোর্মেন্স অদুগী মরুমদা চঙখোল্লবা ৱারী-শীংবুল অমা শাগোন্নদুনা লৈরি। অদুগুম্বা ৱারী কয়াদু ঐখোয়গী লৈজরিবা শৈশক-শৈদা অমদি হৈ-শিংবা কয়া শীজিন্নদুনা অহল-লমনশিংনা য়াম্না মরিক চুম্না শেমদুনা তুংলমচংকীদমক মরাং কায়না থম্বীরম্মী। ঐখোয়গী নেরেটিভ আর্ট ফোর্মশিং অসিদা থিএত্রিকেলগী ইলিমেন্টশিং অমদি মসিদগী ঐখোয়গী ইনর্জি কয়া অদু মরাং কায়না য়াওরি। অদুনা অনৌবা প্রদক্সন অমা পুথোকপদা ঐখোয়গী লৈজরম্লিবা আর্ট ফোর্ম কয়া মরু ওইনা নেরেটিভ আর্ট কয়াসিদগী ঐখোয়না লৌথোক-লৌথোক্তুনা শীজিন্নবদা মপানগী মীয়াম্না অঙকপা অমা ওইনা য়েংনরিবনি। মালেম শীনবা থুংনা ফাওখিবা কোরস রেপর্টরি থিএটরগী প্লেশিং লৈখিদ্রবা ওজা রতন থিয়ামগী *চক্রভ্যু, মেকবেথ, কর্ণভরম, নাইন হিলস ৱান ডেলি, উত্তর প্রিয়াদর্শিনি* নচিংবা প্লে খৃদিংমক্তা ৱারী লীবা, লাইরিক থীবা হায়বা, নট সঙ্কীর্ত্তননচিংবগী মশক কয়া অসি মফম অমদি মরম চানা খজিক-খজিক শীজিন্নদুনা ইনৌ নৌবা মণিপুরী থিএটরগী মশক অমা শাগৎপা ঙমখিবনি।

নেরেটিভ আর্ট ফোর্ম হায়বসি লম খৃদিংমক্তা লোয়না লৈনৈ। অদুবু ঐখোয়গী লমদমসিদা লৈরিবা নেরেটিভ আর্ট ফোর্ম অসিগা অতৈ ষ্টেটশিংদা লৈরিবা ফোর্মশিংগী মরক্তা য়াম্না চাউনা খেন্নবদি লৈরি। মণিপুরদা নেরেটিভ আর্ট ফোর্ম অসি অসুক্কী মতিক মপাঙ্গল কয়া লৈরম্মী। অয়াম্বা ঙসিগী আর্ট ফোর্মশিং অসি রাজর্ষি ভাগ্যচন্দ্র মহারাজ গী মতমদা শেমগৎলমখিবশিং য়াওই। খুদম ওইনা ৱারী লীবা, লাইরিক থীবা-হায়বা পনবা য়াই। মণিপুরগী ওইবা নীংতম লানগা শাগোন্নবা শৈশকশিংগী মনুংদা 'খোংজোম পর্ব্ব' নীংশিংবা য়াই। ধোবী লৈনৌ কৌবা অমনা বৃটিশ লাম্মী অমদি মৈতৈ তেঙ্গোল অনীগী মরক্তা শোক্লখিবা খোংজোমগী লানদা য়ুম্ফম ওইদুনা শকখিবা শৈশক অমনি। শৈশক অসি ওজা অদুনা ধোলোক মচা অমা পায়রগা লানগী ওইখিবা শক্তমশিং, মৈতৈ লান্মীশিংগী মথৌনা-মরিংজেল কয়া অদুবু মপুং ওইনা শৈথাদুনা শকপনি। শৈশক অদু মথং-মথং শেমজিন-শাজি ল্লক্তুনা য়াম্না নীংথিবা নেরেটিভ আর্ট ফোর্ম অমা মমৈদা ওইরকখি। কোন্নথংদা শৈশক অসিমক্তদা নিংথৌরোল শৈশক, রমায়ননচিংবা ৱারী শেমগক্তুনা ফজরবা ঈশৈ ওইরকখি। খোংজোম পর্ব্বসি অসুক্কী মতিক পোপ্পুলর ওইবা শৈশক অমা ওইনা লৈকায় খৃদিং, খুঙ্গং খৃদিংদা নোংমতা নত্তনা খুল-খুলদা নুমিৎ কয়ানি লেপ্তুনা শৈশক অসি পরিং নাইনা শকপা চৎনরকখি। করিগুম্বা থৌদোক সৃষ্টি পূজা, নাহুৎ-নারেং, চাকচা-হৈজ নবা কয়াদা খোংজোম পর্ব্বগী শৈশকপা ওজা কৌদুনা মাঙ্গোলদা, শঙ্গোয়দা, শুমাংদা ময়াম পুন্না তামিন্নবগী মশক অদুমদি মমি শাক্লকপগুম তৌরে। অদুবু চীন্দদি লাউরি, ঐখোয়গী শৈশকশিংসি উনা উনা মাঙশিল্লক্লে, মসিবু কলহৌনবা হোৎনদবা য়াদে হায়না। হায়রিবশিং অসিনসু খোংজোম পর্ব্ব কৌদুনা ময়ুমদা, মরৈকোয়দা শৈফম শীনবদি পাক ঙম্লদ্রে।

অসুম্না পেনা ফমশক হায়বা অমসু য়াম্না মপাঙ্গল কয়া লৈরম্মী। হায়রিবা শৈশক অসিমসু মোইরাং কংলৈরোলগী নুংশিরবা ৱারী কয়া পেনা ফমশকত্তা তাবা ফংলম্মী। পেনাগী শৈশক্তা খোংজোম পর্ব্বগী শৈশক্তা অনী অসি খেন্নবা খরা লৈ। মোইরাং কংলৈরোলগী কাউ ফবা, পানা লমজেল, মুক্ল কাংজৈ লোইনমক শৈশক অনীমত্তা মপুং ফনা শক্লৈ। অদুবু মহাওদি খেন্নৈ। ৱারীদু মান্নরবসু শৈশক্কী মতুংইন্না অকনবা অথোংপা, শৈশক-শৈদা খেন্নবগী মতুংইন্না মান্নদবা উবা ফংই। ঐখোয়গী পেনাদি অরুবা লাইগা শাগোন্নবা শৈরোল য়াওরি। পেনাদা ঐখোয়গী পুক্লিংগী ইথিল অমদি ঐখোয়গী হৌরক-লীক্লম ময়েক শেংনা য়াওবা থেংনৈ। অসুম্না ৱারী লীবা, লাইরিক থীবা-হায়বা মখল খৃদিংগী মপাঙ্গল কয়া লৈরম্বা আর্ট ফোর্মশিং অসি ঙসিদি ময়েং ফনা নীংথিনা তারক্লে।

ৱারী লীবা-হায়বা আর্ট ফোর্ম অসি পুমতোপ তোপ্পা মশাগী চপ চাবা মহাও অমা পীবা ঙম্বা আর্ট ফোর্ম অমনি। মী অমনা শান্নবা দ্রামা অমগুম য়ামখ্রবা মহাভারতকী, রমায়নগী কেরেক্টরশিংবু মী অমত্তনা শারগা লান থেংনহল্লি, কপহল্লি, নোকহল্লি। মখল খৃদিংগী মহাও হাপ্লগা ৱারী লীবা-হায়বা অসিনা য়াম্না লীংনা লৈরম্মী। ঙসিদি মসিসু ফনা নীংথিনা ময়েং তাপ্রে। খুল্লং ঈশৈ হায়বসিসু ওন্থোক্লে ফজখ্রবা ঐখোয়গী লমদমসি খক্তদা লৈবা, ঐখোয়গী মিহুল, ঐখোয়গী ইথিল, থৌগল্লোন অমদি ঐখোয়গী লিটরেচরগী ফজরবা মশক অমা খুল্লং ঈশৈদা উবা ফংই। য়াম্না ঙল্লিঙৈদগী হৌনা অমনা শক্লম্বদগী অমনা তাহৌবা, তাহৌবা খঙহৌবশিংনা অমুক মখা তানা মথং-মথং তম্বীরগা পথাং-পুথাং নাইনা শক্লরক্লবা শৈশক অমনি। ঙসিগী মতমসি য়ৌরকপদা শৈশক অসিগী মশকসু, ৱাহৈ-ৱাতাদগী অমদি থৌদোক খৃৎশেমদগী হৌনা খরা খেন্নবগী মশক্তি উবা ফংই। খুল্লং ঈশৈসি লৈশাবী অমদা পাখঙ অমনা নুংশি পামজৈ হায়না ঈশৈ ওইনা শৈথাদুনা ফোঙদোকপা মখলগী ঈশৈনি। ৱাগী ৱাপা চানা চানা পাখঙনসু লৈশাবীনসু অৱাই-অখুম তৌনদুনা শক্লৈ। প্রমান-পাম্বে তৌনদুনা পুক্লিংগী ইথিল ফোঙদোক্লে বা কয়া হোৎনৈ। ঙসিদি মসি পর্ফোর্মেন্স অমা ওন্থোরকপদা অয়েংবা অতবশিংগী পুক্লিং হেন্না খোন্নবা হায়দুনা ৱাহৈ-ৱাতাদগী ফাগিগী শরুকশিং হাপচিং দুনা ওনশিন-ওনশিন্দুনা শক্লবা উরে। তশেংবদি শক উনদনা লাপ্পা লাপ্পা লৈনরগা শক্লবনি। থবক শুনা শুনা শিনসু লেপ্তা ঈশৈসু লেপ্তা শক্লরম্বা ঈশৈ অসি লৈশাবীগা পাখঙগা ওনশিন-ওনশিন্নদুনা চীন্দা-পাউদানদুনা মখৎ-মসা থেক্তুনা শক্লরকপসিনা ঈশৈ অসিনা পুরিবা ৱাপু অমদি পুক্লিংগী ইথিলশিং অদু অয়েংবশিংগী য়েংলগা কুম্মৈ মথেল অমা ওইনা ওন্থোক্লবা হোৎনবদগী ঈশৈ অসিগী এস্থেটিক্লোমদা য়েংবদদি খজিক কায়বা মানবা উই। নুংশিবা ফোঙদোক্লবা হায়বসি মতমদুদা য়াম্না ভেল্যু লৈনা লৌনবা, মীৎনা ফাওবা য়েংনবা ঙমদবা ওইবনা য়াম্না কিনা নুংশিনা থম্মোয়গী অশেংবা মরল অমা ওইনা শেমগক্তুনা থৌগল্লোন কায়দনা চৎনরম্বা মশক্লি। হৌজিক্তি মসিগী ওন্ন-তৈনবা নুংঙাইরবা কুম্মৈগী মথেল অমা ওইনা উরে। খুল্লং ঈশৈ হায়রগা লৈশাবী ফারবীশিংগা পাখঙ মশা নানবশিংগা ওনশিন-ওনশিন্দুনা লক্ল-লক্লদুনা শক্লবা ঙাংনবা, শাথেক য়াওবা ঈশৈ অমা ওইনা উবা ফংলে। হোই শৈশক অদুগী মহাও অদুবুদি মাঙদ্রি, য়োক্লি। মসিগীদমক্তদি হেন্না নুংঙাইবা ফাওই।

খুবাক ঈশৈ, মরু ওইনা কাংগী মতমদা মান্দপ খৃদিংদা লৈশাবীগী কাঙবু, মৌগী কাঙবু, নুপাগী পালা কয়ানা য়াম্না ফজনা শক্লরম্মী। নট সঙ্কীর্ত্তনগা শাগোন্নবা শৈশক-শৈদা অমদি নুপা পালানা খুবাক ঈশৈ শকপদা কোকয়েৎ হাপ্তে, কর্টাল পায়দে, খুবাক্কী তাম্থা অমদি হকচাংগী শাথেক ঈথক-ঈপোমতনা ইনৌ নৌবা মহাও অমা পীবা ঙম্বা য়াম্না তাঙবা শৈদা মখল অমনি। ঙসিদি খুবাক ঈশৈসু মমিংতগী ওইনা লৈবদৌনা তৌরে। মাঙপ্রে হায়বদি য়ারোই। অদুবু ঈশৈসিগী নুং য়ৌনা ফজবা ৱাহন্থোক অমদি ফজবা শৈরোল কয়াগী মশক্তি মমিং লৈরবা ওজাশিংনা থুপখিবদা অসুম-অসুম য়াওখিবনা ময়েং ফনা নীংথিনা তাশিল্লক্লে হায়না খল্লি। অসিগুম্বা ফজরবা নাৎ, শক্তমগসু শাগোন্নবা ঐখোয়গী নেরেটিভ আর্ট ফোর্মশিং অসি য়োকখৎনবা অমদি কন্নবগী পান্দমদা মণিপুর ষ্টেট শুমাং লীলা কাউন্সীলনা শীন্দুনা কুম খৃদিংগী ফেষ্টিভেল পাঙথোক্তুনা লাক্লি। কুমসিগী ওইনসু মমাঙ থাগী ১৬ অমদি ১৭তা শুমাং লীলা শঙলেন্দা পাঙথোকখ্রে। ফেষ্টিভেল অদুনা ঐখোয়গী তাঙলবা নেরেটিভ আর্ট ফোর্মশিংবু হেন্না নীংশিংহন্দুনা মপাঙ্গল কলহন্নবা ইনজেক্সন অমা কাপ্পগা লোয়ননা হৌরক্লিবা নহা আর্টিষ্টশিংদা ইনোৎ অমা পীবা ঙম্লে হায়না লৌই।

নহাশিংগী অখনবা কাখল : – নহা ফাল

ঐখোয়গী মাঙশিল্লক্লবা ফোক নেরেটিভ আর্টশিংবু ঙসিগী নহাশিংনা কন্নবা হোৎনবা তঙাইফদ্রে

ঙসিগী মীরোল অমদি খুন্নাইসিগী হৌগৎলক্লিবা নহাশিংনা ইপা-ইপুশিংনা থম্বীরম্বা ফোক নেরেটিভ আর্টশিংবু মাঙখিদনবা য়োকখৎপা অমদি খঙনবা তমশিনবা য়াম্না তঙাইফদ্রে। মণিপুর য়ুনিভর্সিটি ওফ কলচরনসু নেরেটিভ আর্ট ফোর্ম কয়াবু সিলেবসতা হাপ্তুনা তাকপী-তম্বীবা হৌরে। থিএটর দিপার্টমেন্টতসু লাইরিক হায়বা-থীবা আর্ট ফোর্ম অসি বি এ সেকেন্দ সেমিষ্টরগী মহৈরোয়শিংদা তম্বীরি। মণিপুরগী শক্লাইরবা থিএটর অমদি শুমাং লীলাগী দিরেক্তর লৈখিদ্রবা পদ্মশ্রী ৱারেপ্পা নবনা হায়রম্বা লৈ মদুদি শুমাং লীলাগী মচলশিং অসিদি ঐখোয়গী অরিবা আর্ট ফোর্মশিংদগী লৌগদবনি। মসিমক্লা মণিপুর ষ্টেট শুমাং লীলা কাউন্সীলনসু চহী খৃদিংগী ফেষ্টিভেল ওফ ফোক নেরেটিভ আর্ট হায়না পাঙথোরক্লি। কুমসি চহীগী ওইনসু মমাঙ থাগী ১৬ অমদি ১৭তা লাইরিক থীবা-হায়বা নৎত্রগা অনী ফম্বী, ৱারী লীবা, খুবাক ঈশৈ, মৈতৈ ৱারী লীবা, পেনা ফমশক, খুল্লং ঈশৈ, খোংজোম পর্ব্বনচিংবা আর্ট ফোর্মশিং অসিদা ফেষ্টিভেল পাঙথোকখি।

মণিপুর ষ্টেট শুমাং লীলা কাউন্সীলগী লাইফ টাইম জেনরেল সেক্রেটরি, সঙ্গিত নাটক একাদেমী এৱার্দি এস ঐচ হেমন্তনা ফোঙদোরকপদসু ফেষ্টিভেল অসি তুংদা হৌরক্লদৌরিবা নহারোলশিংদা ঐখোয়গী নেরেটিভ আর্ট ফোর্মশিং অসিবু খঙহন্নবা অমদি য়েংহন্নবা নেরেটিভ আর্ট ফেষ্টিভেল হৌদোকউ হায়না লৈখিদ্রবা ওজা ৱারেপ্পা নবনা তাকপীরম্বদগী কুমজা ২০০৭ তগী ফেষ্টিভেল অসি পাঙথোক্তুনা লাক্লি। মসি মণিপুরগী তোঙান তোঙানবা মফমশিংদসু চক্লুনা পাঙথোক্লবা লৈখ্রে। হৌজিক্তি ওজা নব ৱারেপ্পা লাই ওইখ্রে। অদুবু মহাক্লে পামজরম্বা আর্ট ফোর্ম অসি কন্নবগীদমক কাউন্সীল অসিনা চহী খৃদিংগী পাঙথোক্কদবা ৱার্কশোপশিংগী মনুংদা অমা ওইনা পাঙথোকপনি। আর্ট ফোর্মশিং অসিদি মসিগী মরমদা পাবা খক্তনা য়ারোই। য়েংবা অমদি তাবা চঙই। শুমাং লীলা হায়বসি মীয়ামদা এদ্যুকেশন পীবা আর্ট ফোর্ম অমনি। মসিদা পীরিবা পাউজেলশিং অসি লাইরিক্তগী লৌথোক্তবা য়াদবা য়াওই। মসিদা শীজিন্নরিবা অৱাই-অখুম, ৱাহৈ-ৱাতাগী অনেম-অৱাংশিংসি নেরেটিভ আর্ট ফোর্মশিংদগী লৌবসু য়াওই। ত্রেদিশনল আর্ট ফোর্মশিং অসিদগী ইলিমেন্ট কয়াসি লৌরগা শুমাং লীলাদা শীজিন্নগদবনি হায়বসি ওজা নবনা তাকপীরম্বনি। ওজানা তাকপীরম্বগী খুদুং ইদুনা ফেষ্টিভেল অসি পাঙথোকপনি হায়না ফোঙদোরকখি।

ঐখোয়গী নেরেটিভ আর্ট ফোর্মশিং অসিগী মরমদা শক্লপ্পা ৱারোল খরা থমজরি-

লাইরিক থীবা-হায়বা/অনী ফম্বী : রাজর্ষি ভাগ্যচন্দ্রগী হাক্তক্তগী আর্ট ফোর্ম অসি হৌদোকপীরম্বনি। মান্দপ ময়োলদা মীওই অনী থোক্তুনা ফম্লগা অমনা লাইনিংগা মরী লৈনবা লাইরিক পাবা মতমদা ঈশৈগী শুরদা পাবা অমদি মদুগী ৱাহন্থোক্লা অমনা হন্দোক্তুনা ৱারী ওইনা লীদুনা অকোয়বদা ফম্লিবশিংবু তাহনবনি।

ৱারী লীবা : মসি রাজর্ষি ভাগ্যচন্দ্রগী সনা হাক্তক্তগী হৌদোকপীরম্বা লাইনিংগা মরী লৈনবা আর্ট ফোর্ম অমনি। মান্দপ ময়াইদা মীওই অমনা ফক অমদা ফম্লগা ৱারী পরিং অমা মতোমতনা লীদুনা মীয়ামদা তাহনবনি। মতাং-মতাংগী ওইনা ৱারীদুদা য়াওরিবা করেক্টরগী খোল্লে-খোন্দাশিং মশা মথন্তনা শেম-শাদুনা পাঙথোকপা আর্ট ফোর্ম অমনি। মসিগী ফঙ্কশন, ফোর্ম, ভেল্যুনচিংবসি অসুক্কী মতিক পাক চাউখ্রে।

খুবাক ঈশৈ : আর্ট ফোর্ম অসিনা গম্ভির সিংহ মহারাজগী হাক্তক্তা হৌদোকপীরম্বনি। ইঙেন থাগী কাংগী থৌরম (রথ যাত্রা) মতমদা পাঙথোক্লরম্বা নট সঙ্কীর্ত্তনগা মান্নবা আর্ট ফোর্ম অমনি। নট সঙ্কীর্ত্তনগা খুবাক ঈশৈগা মান্নদবা অমা হায়বা তারবদি খুবাক ঈশৈদা আর্টিষ্টশিংনা কোকয়েৎ হাপ্তে, কর্টাল পায়দে, খুবাকতমক খুদুনা শাথেক-শানোমনা ফোঙদোক্লিংবা খৃদিং ফোঙদোকপনি।

মৈতৈ ৱারী লীবা : আর্ট ফোর্ম অসি নীংশিংবা থোক্তবা মতম লাই হাক্তক্তগী হৌনা লৈরম্লে হায়না 'ৱাকোকলোন হিলেন থিলেন সলাই অমাইলোন পুকোক' হায়বা পুয়াদা ময়েক শেংনা ইদুনা থম্বীরম্বনি। নহানোং ইপুং লোয়নবা অপকপা অমা কৌবা মপুনা, মপু মাগী মসাইওন পুথোক্তুনা সলাইরেন শিদবদা ৱারী লীদুনা তাকপীখি। সলাইরেন শিদবনা লৈমরেলদা, লৈমরেলনা মপারী কোন্সেন তুরৈসেনবা সনামইদা, সনামইনা পাখঙবদা, পাখঙবনা মপারী মঙাং নিংথৌদা, মঙাংনা মপারী লৈশংলেন অশাংঙাসাপ্পদা ৱারী লীদুনা তাকপীখি। ঙাসাপ্পগী হাক্তক্তগী লৈরক্লবা মৈতৈ পুয়া ৱারী লীবগী থৌরমসি লেপ্পাইদনা শমথরকপনা মৈদিংঙু মোংয়াম্বগী হাক্তক্তা পৌতাক হিদেনদগী হল্লকপদা অপোইননা মাইচৌদা ইপু মঙাং নিংথৌ ঙাসাপ্পগী ৱারী লীখুনবু লীবীয়ু হায়না হঙ্গংচৈ। ৱাকোকলোন হিলেন থিলেন সলাই অমাইলোন পুকোক পুয়াগী ৱারীবু অপোইননা মচা মাইচৌনা নিংথৌ অমদি লৈবাক মীয়াম, মাইচৌ অহুমগী মফমদা লীখি। অসুম্না পল্লি, শম্না কোয়না হায়রবদা মথক্তা পঞ্জখ্রিবা লাই হাক্তক্তগী মুৎনাইদনা লৈরক্লবা সনামহী লাইনিংগী লীক্লম মীওইবনা পোকপদগী কোরৌ নোংকাবা ফাওবগী মনুংদা চঙলিবা থৌরমশিংগী ৱা মাঙহন্দনা চেকশিন্না লীদুনা থম্বুবু ৱারী লীবা কৌই।

পেনা ফমশক : শামৈনা লেল্লগা নুংশিবা মখোল থোকহনবা লমদমসিগী লৈহাওদা পোকচবা পেনা কৌবা খৃৎনা লেল্লগা খোংবা খৃৎলায় মখল অসি লমদমসিদা অঙনবা মতম লাই হাক্তক্তগী শীজিন্নরক্লবা খৃৎলায় মখল অমনি। পেনা ফমশক হায়বসি অরিবা মতমগী ৱারীদা, শৈশক-শৈদাদা য়ুম্ফম ওইরগা লাই হরাওবা অমদি লন্নাই য়ুমশিংগী মাঙ্গোলদা, শঙ্গোয়দা পেনা ফমশক শক্লরম্মী। ঙসিসু লাই হরাওবদদি পেনা য়াওদবা য়াদে।

খুল্লং ঈশৈ : লৈশেন্নকপদগী হৌনা লৈশাবী-পাখঙ অৱাই-অখুম তৌদুনা সিন পাঙবগা লোয়ননা শক্লরকপা শৈশক মখল অমনি।

হেমচান্দ নিংথৌজম

মীওইবনা নাপী চাবা হৈত্রিবা করিগীনো?

মীওইবা ঐখোয় অসি ঈশিংনা পুথরক্তুনা পাৎ নৎত্রগা তুরেলগী মখাদা তৃংদুনা লৈবা লৈঙোই, নুঙ অমসুং লৈখোম অসিনচিংবা ঈনাং (সেদিমেন্ট) শিং অদুদগী হৌরকপা মরম্না পান্বী অমসুং ঈশংনচিংবা চাবা অসি কৈদৌনুংদসু মনাৎ অমা ওইনা লাকপা তৌখিদে। শা হায়বা কাঙবু অসিগী হৌরকফম ওইরিবা বেক্টেরিয়া, প্রোটোজাৱা অমসুং প্রোটিষ্টি হায়রিবশিং অসি চাদুনা ঐখোয়না হিংলকখি।

মীওইবনা মাইক্রোওর্গানিজমশিংগা "দাইজেষ্টিভ ত্রিটি" অমদা খৃৎয়েক পীমিন্নবা ঙমখিবা কুইরবা মতুং অমদা ঐখোয়গী টেষ্টবদশিং অসি ভেজিটরিয়ান ওল্লকখি। ত্রিটি অদুদা ঐখোয়না মখোয়বু ঐখোয়গী পুক্লিন মনুংদা লৈবা য়াহনগনি অমসুং ঐখোয়না থুগাইদুনা তুমহনবা ঙমদবা পান্বীগী শরুকশিং অদু থুগাইবদা মখোয়না ঐখোয়গী মতেং পাংগনি হায়না নাকল অনীমক্লা য়ানবা পুরকখি। মসিগীসু মথক্তা ঐখোয়গী হকচাং মনুংদা পুথোকপা ইনজিগী শরুক খরসু মখোয়না ফংগনি।

থৌওং অসি য়াম্নমক কান্নবা তারবসু, এনিমেল কিংদমদা লৈরিবা ঐখোয়গী ভেজিটরিয়ান মরুপশিংনা নাপী অমসুং মনা-মশীং অয়াম্বদা য়াওবা সেলশিংগী কুয়োম সেল্লুলোজ হায়বসি থুগাইবা ঙম্বা সেল্লুলাজ অমদি ইঞ্জাইম কয়ামরুম পুথোক্লবা জিন অমা শেমগক্তুনা খোঙফম অমা মাঙজিন থাবা ঙমখি। যন অমসুং অশং-অমান চাবা অতৈ শাশিংগী মশাদা নাপী অসিবু তুমহনবা ঙম্বা জিনগী অহোংবা (ম্যুটেশন) অমা থোকখিবা অদু মখোয়গী লাইবক ফবনি (নৎত্রগা লাইবক থীবরা?)।

অসুম্না, নাপী চাবশিং অসিনা মখোয়গী পুক্লীন মনুংদা লৈবা কান্নরবা বেক্টেরিয়া কয়ামরুমগা মরী লৈনখি। মখোয়না অশং-অমান কয়ামরুম শগুপ শায়দুনা পুক্লুংদা লৈবা হিংকুপশিংগা ইনর্জি হেন্না য়েন্নরি। হিংকুপশিং অসিনা অমুক মখোয়না চারিবা মচীঞ্জাকশিং অদুদগী তঙাইফদবা মচিগী শরুকশিং (ন্যুত্রিয়েন্টস) অদু ফংদবা অসিগুম্বা ভেজিটরিয়ানশিং অসিগীদমক্তা প্রোটিন শুংদুনা পুথোক্লি।

পুৱারীদা ঙসি

ꯁꯥꯔꯅꯥꯡ ꯑꯥꯡꯗꯤ

১। কুমজা ২০০৭ কী নবেম্বর ১৬ তা, শকখঙদবশিংনা ইম্ফালগী পাউনা কৈথেলদা লৈবা ভিদিওকোন হাউসতা বোম লংশিন্দুনা পোকখায়হনবদা মশাগী লুহোংবগী অউনপোৎ লৈবা লাকপী লৈশাবী অমা য়াওনা মীওই মঙা শোকখি।

২। কুমজা ২০০৭ তা, আর টি আই এক্ট ২০০৫গী মতুংইন্না হোম দিপার্টমেন্টতা পাউ খরা পীরক্লবা থাখিবা চেরোল অমা ষ্টেট চীফ ইনফোর্মেশন কম্মিস্নরনা পাউ অদু পীখিনবা ওর্দর থোক্লবসু হোম দিপার্টমেন্টনা পীনিংদবদগী গৌহাতি হায় কোর্টতা থাঙ্গৎলকপা পিটিশন অনী কোর্ট অসিনা ককথৎখি।

৩। কুমজা ২০০৭ তা, ইমৌইনু লূপ, সগোলবন্দ সলাম লৈকায়না ৱাহেংবম লৈকায়দা লৈবা দুকান অমদগী লূপা লাখ অমা লীশিং হুম্ফুরোমগী পোৎ-চৈ হুরানবদা চেন্নবনি হায়বা মীওই অমা ফারগা ওল মণিপুর এন্টি-দ্রগ এসোসিএশন (অমাদা) ময়াই লোয়শঙদা শিন্নখি।

৪। কুমজা ২০০৭ তা, ৱাইল্ডকো কোংবনা শীন্দুনা কোংবদা লৈবা শ্যাম পৃথ্বিদা পাঙথোকপা অহুমশুবা ষ্টেট লেভেল ৱাইল্ডকো কপ ইনভিটেশন মেন্স ৱাটর পোলো টুর্নামেন্টকী ঙসি অহৌবা নুমিত্তা কে ৱাই ও কোংবা নোংথোম্বম লৈকায়না ৱাইল্ডকো (বি) কোংবা ক্ষেত্রি লৈকায়বু পাঞ্জল ৪-৩ দা মায়থীবা পীখি।

ঙসিগী রাশি ফল

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

তাং ১৬। ১১। ২০২৫ ইং, নোংমাইজিং;
হিয়াঙ্গৈগী ২৭নি পানবা।

মেষ: লাইবক ফবা, মীচঙ হেনগৎপা, নচাক-নরল চাওখৎপা, পোরম শীন্দোকপা হৈবা, অনৌবা আশা লাকপা নুমিৎনি। ফিংলবদি মাঙজগনি।
লৈশা পাখঙগী- লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাঙবা

বৃষ: য়েংনবদা মায়থিবা লৈরোই, পল্লম্বা থবক পাঙগনি। পোরম শীন্দোকপা হৈত্রবদি ঈকায়-নুংশি য়াম্নবা থৌদোক নংবা য়াই, ৱা-ঙাংগনু।
লৈশা পাখঙগী- আশা চাউরুখিনু।
থৌনি পোৎলম: লৈ অশংবা/হিগোক

মিথুন: লৌশিংনা পাম্বে ওইবনা অমদি অচুম্বনা মাঙওইনবনা মায় পাক্লবগী পাম্বে ওইগনি। মীয়াম্না থাগৎনৈ। মীতোপ্তা থাজবদি থমগনু।
লৈশা পাখঙগী- নুংশিবনা চানবী।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

কর্কট: মী লোয়নবা হৈরবদি য়েক্লবা লৈরোই অমদি মীখা পোল্লোই। নচাক-নরলদি চেকশিল্প, অনম তানগনু। শেন্দোংবুদি লৈগনি।
লৈশা পাখঙগী- নীংজবা মপা চাগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

সিংহ: অফবা মিংচৎ ফংজরো, তুংগী পোরম য়াৎহৌরো অমদি অরং-অরাক ফংজরো হায়বা নুমিৎনি। মী লোয়নবদা ইশাগীতা খনগনু।
লৈশা পাখঙগী- ঈকায় খুম্নবীগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাঙবা

কন্যা: হরাওবা, নুংঙাইজবা পোক্কনি, লন চঙবা, ৱাখল থোকপা ঙসিসু লৈগনি। খল্লুদবা কান্নবা ফংগনি, পাউ নুংঙাই, অফবনা হেল্লি।
লৈশা পাখঙগী- নীংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাঙবা

তুলা: মীয়াম্না য়াম্না চানবীগনি, হকচাংসু খীঙগনি। অদুবু নীংবা মপা চাদবা, নখা থাবগা ৱাখল মান্নদবা, অনম তানবনা কোক চিকপদি লৈ
লৈশা পাখঙগী- মরীদি হেন্না ফগৎকনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

বৃশ্চিক: শেল-থুমগী লমদা খৃৎচাও থাবা য়াগনি, অনৌবা আশা লাক্কনি। ঈংথবা অমদি অশাওবা ফাথবা হৈত্রবদি নরল মাঙহঞ্জবা শোয়দে।
লৈশা পাখঙগী- নীংবা মপা চাগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

ধনু: লাই-গুরুনা য়াম্না চানবীগনি, অনৌবা আশাগা লোয়ননা পাঙবা থৌরমশিং শোয়দনা মায় পাক্কনি। অরং-অরাক লৌশিনবা য়াগনি।
লৈশা পাখঙগী- নীংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

মকর: আশা চাউবনা কান্নফম খঙলোই, পুক্লিং লাঙগনু। হুরানবনা নরল মৎপীখিদনবা পঙথগনু। নচা-ননাই লোয়নবা থোইনা কান্নগনি।
লৈশা পাখঙগী- মরী ফরি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

কুম্ভ: মরুপ-মপাং লোয়নবা থবকশিং শোয়দনা মায় পাক্কনি, ৱানোম-থৌনোমসু কান্নগনি। নাপল তৌরবদি মুক্লবা লাক্কনি, নোল্লকপা ফৈ।
লৈশা পাখঙগী- হান্নগুম ফৈ।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

মীন: লাইবক ফবতা নত্তনা নীংবা খ্বাইদগী হেন্না থুংগদবা নুমিৎনি। নচা-ননাইগী মতেংসু ফংগনি, শেল-থুম কান্নগনি। ৱা ঙাংবদি লুই।
লৈশা পাখঙগী- নুংশিবা ফংজে।
থৌনি পোৎলম: লৈ অশংবা/কিসমিস

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।

মমাংঙৈগী মতমদা লৌবুক্তা মৈ থাবসি অথিংবা লৈরম্মী

ডা: এম থোইথোই সিংহ, ক্রোপ সোল্যুসন্স

(The Science Behind the Tradition)

পাম্মুবা লৈতনা চরু মপৈশিং লৌফমদা মৈ থাদোকপা

ফৌ লোকখ্রবা মতুংদা লৈহৌবা চরুখোক অমসুং চরু, ফুদিৎফমগী চরু মৈ থাবদগী থোরকপা খুদোংচাদবা ময়াম অমা ঙসিদি পঞ্জাব, হরয়ানা, দেল্লিনচিংবদা লৈবা মীওইশিংনা মায়োক্লরি। খুদোংচাদবসি মালেমগী মফম পুম্নদসু মায়োক্লরিবনি। চহী ১০ মুকসিদা মণিপুরদসু চরু মৈ থাবদগী থোরকপা খুদোংচাদবশিং মায়োক্লবা হৌরে। চরু অমসুং চরুখোক মৈ থাবনা পীরিবা অমাঙবা খরা :-

১) লৌ পরী অমদা ফৌ মখল খেন্নবগী মতুং ইন্না চরু টন ৫-৬ ফাওবদি শোয়দনা থোক্লিবনি। চরু টন মঙা পখহল্লগা পুথোকপা য়াবা কম্পোষ্টসি টন অনীদগী অহুম ফাওবনি। মণিপুরগী তম্পাক খক্তদা লৌ পরী ২,৩০,০০০ মুক্কী মথক্তা লৌ উনৈ হায়না পানৈ। চহী খৃদিংগী য়ামখ্রবা চরুশিংসি লোইনা মৈ থাদোক্লিবনি। লৌবুক্তগীদি ময়-মরোং ল