## চু চারুচো ইবুংঙো
### ইমা মঙ্গ্রা চারক-এ

মণিপুর মীয়ামগী মীহুৎশিং, মখোয়গী মরক্তগী লৈঙাক্লোই ওইরিবশিংসিগী মনুংদা মহাক্না অফবা-অচুম্বা, মতিক-চাবা, মীহুৎ অমসুং লৈঙাক্লোইগী চপ-চাবা ৰাহন্থোক লৈবা অমদি লৈতবনি হায়বসিবু করি-করিদা য়ূম্ফম ওইরগা খঙগদগে, লেপথোক্কদগে? মখোয়গী ফীভম - 'মুর্ত্তি', কুচু-কুমেন, মশক ফজবা-থীবা, চহী য়াম্বা-য়ামদবা, শেৎতোক-চাথোরকপা ফিজেৎ-চাকচা, মশম-মনা, ঙাঙথোক-শক্তোরকপা, তৌথোরকপা থবক, পায়খৎলকপা-য়াৎথোরকপা থৌরম-থৌশিলদগী লেপকদ্রা? ফূরুপ অমসুং জাৎ-কুচুদা, লোন-লিদগী লেপথোক্কদ্রা হায়বনি। অদুগা ৰাহংসিগী অশেঙবা পাউখুম্না কনানা পীরক্কদগে? মস্বাইদদি 'লঙ্কাদা য়োং বুধি মন্মী' অমসুং 'অমম্বা ৰাবু অঙানবদা ৰাহংইদা ইদাইরেমশা' হায়বদুগী ফীভম হেক্তা থেংনরকই। লৈমিন্নরক্লিবা ফূরুপ ৩৪/৩৫সিগী মশা-মশাগী ওইজবা নাৎ-চৎনবী, লাইনীং, চাকচা-য়ুথক অমসুং লোলনচিংবা লোইনা লৈজে। ফূরুপ-কাঙলূপ ময়ামসিগী অমমমতা ওইনা কোখোল্লুবদা য়াম্না শাংলনি। ময়ামসিগী মনুংদগী 'মীতৈ/মৈতৈ' খক্তমক খনগৎপদা ফূরুপসিগী মীওইশিংগী পূক্নিং-ৰাখল অমসুং চৎনবী-মচৎকা হায়বসিদি ওন্থোক্লা থাক ৰাংনা লৈরকখ্রে। মালেমগী য়ামখ্রবা লৈবাকশিংদা লৈরিবা ফূরুপশিংদগী তোপ-তোপ্পা তোমথীল ঙাল্লি হায়বা য়াই। হৌখিবা এপ্রিল ২৩দা খোংজোমগী খেবা চীংগী নাপোমদা পাঙথোকখিবা খোংজে াম নুমিৎকী থৌরমদা শকখিবা ঈশৈ 'সারে জহাঁ সে অচ্ছা' হায়বদুমক্লি হায়বা য়ারিবনি। মীতৈ/মৈতৈদি হিংবদা তঙাইফদনা চঙবা 'লন-থুম' ফাওবা লনগী লাইরেম্বী চাকহোঙ-ঙাহোঙবী 'ঈমোইনু' দা নীজবদা ফাওবা 'ৰাৎতনবা' দা পীনবিয়ু, 'পাথোক্লা' পীবিগনু হায়বদি 'ৰাৎত-পাদবা' পীনবিয়ু হায়দুনা নীবা অমসুং থৌনিজবা ফূরুপনি। অদুবু করম্বা মতমদগীনো খঙহৌদ্রে, 'মচুম-চাবা' হায়বা থৌওং মখল অমগী ৰাফমশিং থোরক্তুনা অদুঙৈ চীংঙা তেমথোকখিবদা পুয়াদা 'চীংঙাগী লৈবাক্লা লৈরক-কোম্সাং থল্লনি' হায়রম্মী হায়বদৌনা 'মচুম-চাবা' হায়বসিনা চিন্দোন-লৈতোনদা পক্তবা য়াওরক্ত্রুবা মতমসিদবু অফবা মীহুৎ/লৈঙাক্লোই হায়বসিনা করম্বনো, ফত্তবা, শিন্থোং খঙদবা, মথিবোং-মরিংজেল পান্দবা, মীতম্বাল ওইবা, 'পালা'গী মখোঙ মশীং শুনবদৌনা লেপ্পা অমসুং 'পোকপদা হরাওদবা, শিবদা কপ্পীংদবা' মীওইগা পাঙ্খক্লুবনা কনা-কনানো হায়বসিবু হংলুবা য়ারিব্রা? হংবা য়াবনেনা হংলগনা অশেঙবা পাউখুম্না কনানা পীরক্কদগে?

'মচুম-চাবা' হায়বা ৰাহৈসিনা ৰাই চাইরক্লিবসিদি থৌওংসি চথবা মী লৈরকপদগীনি। অসিগুম্বা মখলগী মীওইশিংগী মশীং য়াম্বা নৎত্রগা য়ামদবনা অমনি। 'নুংশিৎ-শিৎতনা উনা লেংবা য়ারোই' হায়বা'মা লৈবনিনা ৰাফমসি চুমগনি। মচুম চাবা খরদি মরৈরে। অদুবু ফূরুপসিগী মরক্তবু অদুক য়াম্না তোন্না হন্থবা থাক্তা চাদ-থক্তবা কুইরকপদগী খৌগংলবা মীওইগুম্বা খরা য়াওরক্লিবসিবু করিদগী ওইগদগে? তশেংনমক হিংনবগীদমক চাননবা মচীঞ্জাক ফংননবা তানবগী মপাঙ্গল লৈজদবদগীরা, তানফম হায়বদি শুফম-নোম্ফম লৈতবা-খঙদবা মীওইশিংগী মশীং য়ামখৎলকপদগী ওইগদ্রা নৎত্রগা শুনা-শুনা, নোম্না-নোম্না য়ারি-য়াখোঙ থুমদুনা পুক থনবা ঙমজদবা, চারসু-থক্লসু মপুক খাংঙৈদা লৈবা অমসুং হাক্কচবা য়াওরকপদগী মচুম চারকপা-লেক্লুকপা ওইগদ্রা হায়বনি। মসিদি য়াম্না চুমদে, ওন্থোক্লা লাল্লি। চাবা থকপা হায়বসিদি মপান নাইবা নত্তে। কেজিদা লুপা লিশীং অমা হেন্না পীবা শরেং লৈরুরগা থোংলগা চাবা য়াই, চাননি। মপুনদা লুপা ১০ পীবা শৌগ্রী মপুন অমনা চরা নোম্খ্নবসু য়াই। পূম্নমকসি লৈজরিবা খরদুনা পেন্থোক্তুনা নুংঙাইথোকপা ঙম্বা-হৈবগী মখা পোনগদবনি। খূৎ অনীমক্কী খূৎ-শা ১০ থুংনবা সনা খুদোপশিং মরোং-মরোং লোংথোকহন্দুনা শিবা য়াই। শিদ্রবসু কায়দে, শিদ্রগা হিংলরোই, হিংবা য়াদে হায়বা লৈতে। গাড়ীসু মচা-মশু অমদা চৎন-থোক্লা তৌবা য়াই। মমল য়াম্বা কার খোঙনেৎনদ্রবসু য়াই হায়বনিদা !! মশাগা চানদবা লন-থুম পাম্বা অমসুং মিতাদুনা মীগী মচুম চাবা থকপগী হৈনবী লৈরকপা মীওইশিংদি খ্বাইদগী তমথীরবা 'মহিক' (জার্ম) নি। মীওইবগী মমল য়াল্লবা পূন্সি মাঙহনবা ঙম্বা মশীং য়ামখ্রবা, মপাঙ্গল কনখ্রবা 'ভাইরস' শিংদগীদি অসিগুম্বা মীওইশিংসিনা শরুক ১০০ হেন্না শাথীরিবনি। মরমদি মখোয়দি মখোয়না লেক্লিবা মচুমশিংদুবু তারকহনবা অমসুং থোরকহনবা মীওইশিংদুনা থৌদারিখৈ চৎলি। হূইদা থৌজিনবদৌনা থোকই। ঙৌরোক-ঙৌবা অঙৌববু মুশিন-মুবা অমুবনি হায়বা ঙম্মী। নুংতিগী থোক্লিবা নুমিৎসি নোংচুপলোমদগী থোরকই হায়য়ু হায়রবা ফাওবদা মকোক থাঙ্গৎলক্তুনা অচুম্বদৌনা মখৌ পোংনা অমসুং মমায়-মমিৎকা মচেৎ অমত্তা লাংশিন্দনা হায়রক্কদোইনি। অসিগুম্বা মখলগী মীওইশিংসিগী মশাদগী মচুম চাবা অমসুং লেকনীংবগী ফৎত্রবা পূক্নিং-ৰাখলসিগী মহু-ময়াই চম্নবা হীদাক-লাংথক অমসুং পাম্বৈ লৈগদ্রা? লৈরম্লগনা করি ওইরমগদগে? মপাঙ্গল খরা শোন্থহল্লুরবসু অমুক কনখৎলক্তুনা ঊচিদা হঞ্জিল্লক্কদ্রা? হোৎনরুবগী মহয় ফংলরোইদবা, চাররোইদবা ওইরগনা মথ্বায় ৫দু চেঙ খপ্পা-খৈবদৌনা চোইথোক্তুনা লৌথোকপীরগা মোংফমদা 'চুক' শাবীবনা ফরগদ্রা হংবনি। মরম পূম্নমকশিং অসিনা ১২শুবা মণিপুর লেজিসলেটিভ এসেম্ব্লিসিগী অপূনবা মেম্বর ৬০ লৈগদবগী মনুংদা অনী লৈখিদ্রবা মতুংদা হৌজিক ৫৮ লৈরিবসিগী মনুংদা করম্বনা অফবনো, কনানা ফত্তবনো হায়বা ৰাহংশিংসি কনাদা হংলুগদগে হায়বসিগী মতাংদা হান্না লৈখাই তাথোকপগী তঙাইফদবা অমসু মায়োক্নরক্লে হায়বনি। লায়নাসি অঙাং নত্তে, অরুবনি। মে ৩, ২০২৩দগী নারকপদুনা হৌজিক চহী ৩ ফাজিল্লক্লবনি। অরুবা লায়নানিনা কুইনা শাংনা নারকপদগী মণিপুর অমসুং মীতৈ/মৈতৈগীদি মরু ওইবা হকচাং কায়াৎশিং অমগী মথংদা অমা, মথং-মথং শোকচিলহল্লক্লবনি। 'মল্টি ওর্গান ফেল্যর' হায়বদু ওইরক্তুনা বোম লাওনা তুগদবদা ঙাইশিল্লক্লবনি। খুদম অমত্তং পল্লবদা হৌজিক মীয়াম্না পাল্লিবসি 'সূ' এব্রোগেট তৌ হায়বসিনি। মসিগীদমক 'সূ' এব্রোগেট তৌহল্লরোইদ্রা হায়বগী ৰাহং হংনরকপনি। অদুগদি 'সূ' সিদি ইন্দিয়া লৈঙাক্লা পোলিসি অমগী মখাদা চখরকপনি, মণিপুর লৈঙাক্লা ঙমদে হায়রকইনে!! ৰা লোইরে। ইন্দিয়া লৈঙাক্লা থৌবু ওইনা তৌনবনি হায়বদু খঙইনে। এব্রোগেট তৌনবা তকশিল্লু অমসুং তৌহল্লু হায়বনি। তকশিনবদি ঙম্ফম থোক্তব্রা? পাউখুমসিবু 'চু চারুচো' হায়দুনা থাখ্রগা 'মঙ্গ্রা ওইনা চারক্লে'না হল্লকই হায়বদু থোক্লিব্রা? মসিদবু অফবা-ফত্তবা মীহুৎকী ৰাহং হংফম্বুদি থোরক্লে। কনাদা হংগদোইনো হায়বদুদি শাথীনা লুরি হায়বনি।

## মীতৈগী পুয়া 'নিঙ্থৌলোল্ লম্পুপা' (নিংথৌরোল লম্বুবা)-(৭৬৫)

(পুয়াগী অরিবা ময়েক্তগী বাংলা ময়েক্তা চনম হেমচন্দ্রনা লায়থোক্লা ইথোকপা অসি মীতৈ ময়েক্তসু নুমিৎ খুদিংগী ইথোক্তুনা ফোঙজরগনি।)

লাইরেল মৈদিংঙু থোংনাং ময়ামবা। নোংপোক ৰাইরং পামহৈবা। কে কে থমবাল নোংশা লৌ। সনা পুঙথোংবা। লৈমায়াইদা খৌশাবা। থোংনাং তখেল লালয়াম থাবা। হুয়েল পনজমরাই (পঞ্চমরাই) ফাবা ও হায়না মিংকৌয়ে। তুবী সনা থাঙলেল খূৎশুনা। লাইরেল মতিক উৎখিবদি অসিনা লোইবা লৈখিদে। মাইকৈ নোংপোক পাংবা লম। লেংলেন লমমাচুম। ৰায়রং নোংপোক তাপঙঈ। খাখোং ঈ মশিলপু লমবু তুংওই নাতৈনা। হুয়েল লালদা খৌশাবনে। ●

## ꯃꯤꯇꯩꯒꯤ ꯄꯨꯌꯥ 'ꯅꯤꯡꯊꯧꯂꯣꯜ ꯂꯝꯄꯨꯄꯥ' (ꯅꯤꯡꯊꯧꯔꯣꯜ ꯂꯝꯕꯨꯕꯥ)-(꯷꯶꯵)

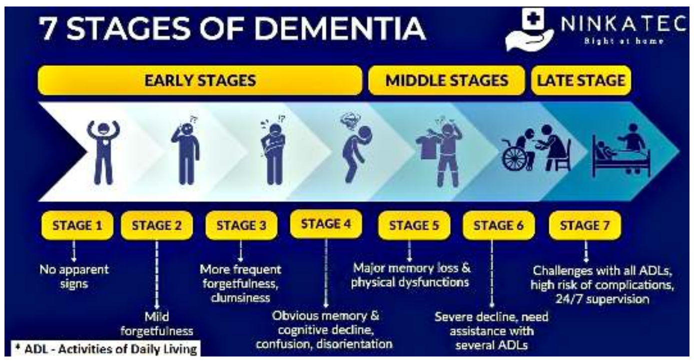
(ꯄꯨꯌꯥꯒꯤ ꯑꯔꯤꯕ ꯃꯌꯦꯛꯀꯤ ꯕꯥꯡꯂꯥ ꯃꯌꯦꯛꯇꯥ ꯆꯅꯝ ꯍꯦꯃꯆꯟꯗ꯭ꯔꯅꯥ ꯂꯥꯏꯊꯣꯛꯂꯥ ꯏꯊꯣꯛꯄ ꯑꯁꯤ ꯃꯤꯇꯩ ꯃꯌꯦꯛꯇꯁꯨ ꯅꯨꯃꯤꯠ ꯈꯨꯗꯤꯡꯒꯤ ꯏꯊꯣꯛꯇꯨꯅꯥ ꯐꯣꯡꯖꯔꯒꯅꯤ꯫)

ꯂꯥꯏꯔꯦꯜ ꯃꯩꯗꯤꯡꯉꯨ ꯊꯣꯡꯅꯥꯡ ꯃꯌꯥꯝꯕ꯫ ꯅꯣꯡꯄꯣꯛ ꯔꯥꯏꯔꯪ ꯄꯥꯝꯍꯩꯕ꯫ ꯀꯦ ꯀꯦ ꯊꯝꯕꯥꯜ ꯅꯣꯡꯁꯥ ꯂꯧ꯫ ꯁꯅꯥ ꯄꯨꯡꯊꯣꯡꯕ꯫ ꯂꯩꯃꯥꯌꯥꯏꯗꯥ ꯈꯧꯁꯥꯕ꯫ ꯊꯣꯡꯅꯥꯡ ꯇꯈꯦꯜ ꯂꯥꯜꯌꯥꯝ ꯊꯥꯕ꯫ ꯍꯨꯌꯦꯜ ꯄꯟꯆꯃꯔꯥꯏ (ꯄꯟꯆꯃꯔꯥꯏ) ꯐꯥꯕ ꯑꯣ ꯍꯥꯌꯅꯥ ꯃꯤꯡꯀꯧꯌꯦ꯫ ꯇꯨꯕꯤ ꯁꯅꯥ ꯊꯥꯡꯂꯦꯜ ꯈꯨꯠꯁꯨꯅꯥ꯫ ꯂꯥꯏꯔꯦꯜ ꯃꯇꯤꯛ ꯎꯠꯈꯤꯕꯗꯤ ꯑꯁꯤꯅꯥ ꯂꯣꯏꯕ ꯂꯩꯈꯤꯗꯦ꯫ ꯃꯥꯏꯀꯩ ꯅꯣꯡꯄꯣꯛ ꯄꯥꯡꯕ ꯂꯝ꯫ ꯂꯦꯡꯂꯦꯟ ꯂꯝꯃꯥꯆꯨꯝ꯫ ꯔꯥꯏꯔꯪ ꯅꯣꯡꯄꯣꯛ ꯇꯥꯄꯉꯏ꯫ ꯈꯥꯈꯣꯡ ꯏ ꯃꯁꯤꯜꯄꯨ ꯂꯝꯕꯨ ꯇꯨꯡꯑꯣꯏ ꯅꯥꯇꯩꯅꯥ꯫ ꯍꯨꯌꯦꯜ ꯂꯥꯜꯗꯥ ꯈꯧꯁꯥꯕꯅꯦ꯫ ●

# পেং চোইরক্তনবগীদমক অহল ওইশিল্লক্লুবা মতমদা চাক থোংবা, শাজেল অমসুং থবক-ইনখাং নোম্বগী হৈনবী থমগদবনি

সাইন্সকী খোঙচৎ
কুঞ্জো নাওরেম

দিমেন্সিয়া হায়বসি ক্লিভলেন্দ ক্লিনিককী মতুংইন্না কোগ্নিটিভ ফঙ্কশনদা শোয়রকপদগী নীংশিংবা, ৰাখল খনবা, লমচৎ-শাজৎ অমসুং নুংতিগী তৌগদবা শিন্থা পাঙবদা অয়েৎ-অপন ওইরকপগী সিন্দ্রোম অমনি। অদুনা দিমেন্সিয়া হায়বসি পেং চোইবা হায়নবদুমক ওইরম্বা য়াই নৎত্রগা য়াম্না নক্লবা মরী অমদি লৈনরি। দিমেন্সিয়া/ পেং চোইবা হায়বসি লায়না অমখক্তনা ওইহল্লকপা নৎতে, অদুবু অয়াম্বা মতমদা মসি অলজৈমর'স দিজিজনা নারকপদগী ওইরকই।




'জর্নেল ওফ এপিদিমিওলোজি এন্দ কম্ম্যুনিটি হেল্থ'' (মার্চ ২৪,২০২৬) তা ফোঙদোরকখিবা পাউদম অমগী মতুংইন্না, জপান জেরন্টোলোজিকল ইভাল্যুশন ষ্টদিগী মতুংইন্না মরক-মরক্তা চাক থোংবনা পেং চোইবা ওইরক্কদবদগী চাদা ৩০দি হন্থহনবা ঙম্মী হায়রি। অতোপ্পা অমরোমদনা, শাজেল তৌবা, থবক শুবা অমদি তূমশিৎ ফানা তুম্বনা পেং চোইবা ওইরক্কদবদগী চাদা ২৬মুক হন্থহনবা ঙম্মী হায়বসি য়োর্ক য়ুনিভর্সিটিগী থিজিন-লূপ অমনা পাঙথোকখিবা চাংয়েংদগী খঙবা ঙমখি।

জপান জেরন্টোলোজিকল ইভাল্যুশন ষ্টদি অসিদা, চহী ৬৫ অমসুং মসিদগী হেল্লবা মীওই ১০,৯৭৮না শরুক য়াখি অদুগা চহী তরুক চুপ্পা য়েংশিনখি। শরুক য়াখিবশিংগী মনুংদগী তঙ্খায়মুক্লা চয়োল অমগী মনুংদা মঙারক চাক থোংই, অদুগা শরুক মরি থোকপগী অমনা চাক শুকথোং থোংলমদে। নুপী অমসুং চাক থোংবদা হৈ-শিংলবশিংনা নুপা অমসুং চাক থোংবদা হৈ-শিংদবশিংদগী চাং নাইনা চাকখুম পানবগী থবক তৌবসু থেংনরম্মী।

দিমেন্সিয়ানা নারকপা মীশিংদু জপানগী 'পব্লিক ইন্সুরেন্স সিষ্টম'দা লৈরিবা চেজনশিংদগী খঙবা ঙল্লম্মী। সিষ্টম অসিনা জপানদা হিংলিবা মীশিংগী কোগ্নিটিভ ওইবা মথৌদা শোয়রকপা, অদুগা শোয়রকপদুনা হেঞ্জিল্লকপদগী কনা-কনাবু চেকশিন থৌরাং লৌখৎপগী তঙাইফদবা লৈরবগে হায়বদু খঙদোকপা ঙল্লম্মী। থিজিল্লিঙৈ মনুংদা, মীওই ১,১৯৫ হায়বদি শরুক য়াখিবশিংগী চাদা ১১দা পেং চোইবা হৌরকখি; মীওই ৮৭০না শিখি, অদুগা মীওই ১৫৭না পেং চোইরক্রিঙৈদা শরুক য়ারম্বদগী তোকখি।

শরুক য়াখিবা নুপা অমসুং নুপীশিংগী মরক্তগী তোইনা মশানা মথেল-লুকোই শেমজদুনা চাক থোংবশিংনা পেং চোইরকপা য়াবগী খুদোংথীবদগী হন্থনা লৈখি। অদুবু মরী অসি চাক থোংবদা হৈশিংবগী মখাসু পোল্লম্মী। চয়োল অমগী মনুংদা য়ামদ্রবদা অমুক্তং, মশানা শেমজ-শাজরগা চাক থোংবা নুপাশিংদা পেং চোইরকপা য়াবগী খুদোংথীবদগী চাদা ২৩ হন্থখি, অদুগা নুপীশিংদনা চাদা ২৭ হন্থখি। নহা ওইরিঙৈদা চাক ইথোং থোংলক্তবা হায়বদি চাক থোংবদা হৈ-শিংদবশিংনা চয়োল অমদা অমুক্তং চাক থোংবদা চাদা ৬৭ মুক্কী চাংদা পেং চোইরকপা য়াবগী খুদোংথীবা হন্থখি। চাক থোংবদা হৈ-শিংলবশিংদা পেং চোইরকপা য়াবগী চাং হন্থরবসু, তোইনা চাক থোংবগী চাং হেনগৎপনা অহেনবা কান্নবদি পীরমদে। অসুম্না ফংলক্লিবা মহয় অসি পূন্সি-মহিং, চাগা অমসুং মহৈ-মশিংগুম্বা ফেক্টরশিংদা শেমদোক-শেমজিন তৌরবসু অহোংবা লৈরমদে।

থিজিনবগী থবক অসি ওবজর্ভেশনল ষ্টদি অমা ওইবনিনা, চাক থোংবদা হকথেংননা পেং চোইবদগী ঙাকথোকপা ঙম্মী হায়না লৌবদি য়াখিরোই হায়না থিজিল্লোইশিংনা ফোঙদোক্লি। লম-লমগী চীঞ্জাক অমসুং মথেল-লুকোই শেন্বগী মওং খেন্নবনিনা, মসি পূম্নমক্কী ওইনা লৌবসু য়াখিরোই। অদুবু অহল ওইশিল্লকপা মতমদা চাক থোংবনা পেং চোইবদগী ঙাকথোকপদা মতেং ওই হায়বসিদি অচুম্বা ৰাফম ওইগনি হায়না থিজিল্লোইশিংনা থাজবা থল্লি।

অতোপ্পা অমরোমদনা, 'প্লোস ৰান' (এপ্রিল ৮,২০২৬) দা ফোঙদোরকখিবা পাউদম অমগী মতুংইন্না, অহল ওইশিল্লকপদা, ফমদুনা লৈগনবা, ফম্লগা থবক তৌবা হায়বদি থবক-শুদবা, শাজেল তৌদবা মীশিংদা পেং চোইরকপা য়াবগী চাং হেল্লি হায়রি। থিজিনবগী থবক অসি য়োর্ক য়ুনিভর্সিটি, টোরেন্টোগী থিজিল্লোই Akinkunle Oye-Somefun না লুচিংদুনা পাঙথোকখিবনি। থিজিন-লূপ অসিগী মতুংইন্না, মেন্টেল হেল্থ ফনা থম্ন বগীদমক শেল য়াম্না তিংনা হোৎনরুদ্রবসু, পূন্সি মহিংদা ইচম চম্না শেমদোকপনা পেং চোইরক্কদবদগী ঙাকথোকপদা মতেং ওই হায়রি। অলজৈমর'স এসোসিএশনগী মতুংইন্না, য়ুনাইটেদ ষ্টেটসতা লৈরিবা মীওই ৯গী মনুংদা ১দা অলজৈমর'স দিজিজ নারকপগী ওইথোকপা লৈ। মসিনা তাক্লিবদি মীওই অমদা লায়নাসিনা নারকপা য়াবগী চাংসি চাদা ১১নি। অদুবু পূন্সি মহিংদা শেমদোকপনা চাদা ৮দা হন্থহল্লকপা ঙমগনি হায়রি।

থিজিনবগী থবক অসিদা হৌখিবা চহী ৮০ মুকসিদা পাঙথোকখিবা ষ্টদি ৬৯গী দেটা শীজিন্নখি। ষ্টদিশিং অদুদা শরুক য়াখিবা মীশিংগী চাংচৎকী চহীসি ৬৭ ওইখি, অদুগা মখোয় চাগা ৰাংবা লৈবাকশিংদা হিংখিবা ঙাক্তনি। ষ্টদিশিং অদুদা শরুক য়ারিবা মীওইশিংবু য়ামদ্রবদা চহী অমদগীনা তরামাথোই ফাওবা য়েংশিনখি। ষ্টদিশিংদুগী মনুংদগী তরাতরেৎনা 'তূম্বা' হায়বসিদা মীৎয়েং থমখি। অহিং খুদিংগী পুং ৭-৮ তূম্বা হায়বসি ব্রেইন হেল্থকী তঙাইফদবনি। পুং তরেৎতগী হন্থনা তূম্বশিংদা পেং চোইরকপা য়াবগী খুদোংথীবসি চাদা ১৮ হেনগৎলকই, অদুগা হেঞ্জিন্না তূম্বা হায়বদি পুং নিপালদগী হেন্না তূম্লগনা চাদা ২৮ হেনগৎলকই।

অতোপ্পা ষ্টদিশিং অদুদি পেং চোইরকপা য়াবগী খুদোংথীবা অমদি থবক ইনখাং নোম্বা নৎত্রগা শাজেল নৎত্রগা মতম কুইনা ফম্লগা থবক শুবগা মরী লৈননা নৈনখি। ষ্টদিশিং অদুদগী খঙবা ঙমখি মদুদি নোংমদা পুং ৮দগী হেন্না ফম্লগা লৈবশিংনা পেং চোইরকপা য়াবগী চাংসি চাদা ৩০ হেনগৎলকই, অদুগা চাং নাইনা এক্তিভ ওইবা হায়বদি ৰাকিং চৎপা, থবক-ইনখাং নোম্বনচিংবা তৌবনা পেং চোইরকপা য়াবগী চাংসি চাংচৎতা চাদা ২৫ মুক হন্থহল্লকই।

চাক থোংবা হায়বসি কমপ্লেক্স টাস্ক অমনি। মসিদা প্লানিং, নীংশিংবা, পূক্নিং লুপশিনবা অমসুং কোওর্দিনেশন চঙই। ইচম চম্না মথেল অমা শেন্বা নৎত্রগা শিংজু, উতি অমদি মচল কয়ামুক য়ানশিন্নরগা মথেল অমা শেন্বা মতমদা থোপকী তোঙান-তোঙানবা মফমশিংবু এক্টিভেট তৌই। অহল ওইরক্লবশিংদা অসুম্না চাং নাইনা মেন্টেল ষ্টিম্যুলেশন তৌহনবসিনা কোগ্নিটিভ ফঙ্কশনদা কান্নবা পী হায়না জপানগী থিজিন-লূপ অসিনা ফোঙদোক্লি। অতোপ্পা অমরোমদনা, ফিজিকল এক্টিভিটি-শাজেল তৌবা অমসুং থবক নোম্বনা ঈনা থোপ শিনবা থুংনা চেনবদা মতেং পাংই; অদুনা পেং চোইরকপা য়াবগী চাংসি হন্থহল্লি। ●

# চাইনানা কুমজা ২০৫০ ফাওবগী মনুংদা থাদা স্পেস ষ্টেশন অমা থম্নবা থৌরাং তৌরি

- নোঙথাঙ লৈমা -

**চাইনানা থারৈবাক্তা লুনর স্পেস ষ্টেশন অমা শাগৎনবা অমসুং শুন্দ্রংগী লমদমদা মী তাবা য়াগদবা প্লানেটশিং অমদি তাইবঙ মী নত্তবা অতোপ্পা থৰায় পানবশিং লৈরমগদ্রা হায়বসি থিজিন্নবা থৌরাং কয়ামরুম ফোঙদোরক্লি।**

ইকুই-কুইদনা, চাইনাগী স্পেস প্রোগ্রামগী তুং কোইনা চৎনগদবা অচৌবা থৌরাং কয়ামরুম লাউথোক্তুনা লৈবাক অসিনা থাগী লৈবাক্তা লুনর স্পেস ষ্টেশন অমা শাগৎনবা অমসুং মী তাবা য়াবা প্লানেটশিং লৈরমগদ্রা হায়বসিগী মতাংদা থিজিন্নবা থবক পায়খৎপা হৌখ্রে। লৈবাক অসিগী শুন্দ্রংগা মরী লৈনবা থবক-থৌরমশিংবু পান্নবা থৌপুবশিংনা তাইবঙ মী য়াওবা থাগী মিশন অমা নোংথক্তা থাগৎনীংবগী অপাম্বা অমগা লোয়নন্না, কুমজা ২০২৫দগী কুমজা ২০৫০ ফাওবগী মনুংদা থবক ওইনা পাঙথোক্কদবা কমপ্রিহেন্সিভ দিভেলপমেন্ট প্লান অমা পুথোকখ্রে। অসিগুম্বা থৌরাং অসিদা চাইনানা নুমিৎকী অকোয়বদা লৈরিবা মাগী ইমুং-মনুংগী মওং-মতৌ নৎত্রগা সোলর সিষ্টম হায়বা অসিবু মশক মুন্না খঙবা ঙম্নবা হোৎনবা অমসুং নোংথক অসিদা অতৈ অতোপ্পা থৰায় পানবশিং লৈরমগদ্রা হায়বসি থিজিনবগী মায়কৈ অসিদা য়াম্না সাইন্টিফিক ওইবা মওংদা শীংথানীংঙাই ওইনা খূমাঙ চাওশিল্লকপগী ফীভম অমা উৎলি।

**লুনর স্পেস ষ্টেশন অমসুং মিশন টাইমলাইন :-** চাইনা একাদেমি ওফ সাইন্সেস (সী এ এস) হায়বা এজেন্সী অসিগী ভাইস-প্রসিদেন্ট ওইরিবা দিং চিবীয়ানা ফোঙদোক্লকপা ৰারোল অমগী মতুংইন্না, হায়রিবা লুনর স্পেস ষ্টেশন অসি মথং-মথং তাঙ্কক নাইনা শেমগৎলক্তুনা কুমজা ২০২৮ অমসুং কুমজা ২০৩৫ অনী অসিগী মনুংদা মপূং ফানা লোইশিনবা ঙম্লবা য়াই হায়রি। স্পেস ষ্টেশন অসিদা সাইন্টিষ্টশিংবু ঐখোয়গী সোলর সিষ্টম অসিগী মনুংদা লৈরিবা শুন্দ্রংগী পোৎ-চৈ ময়াম অসিগী মতাংদা থিজিন-হূমজিন্দুনা, অসিগুম্বা মফম অসি তুংগী মতমদা পাঙথোক্কদবা থিজিন-হূমজিনবগা মরী লৈনবা খোঙজংশিংগী য়াম্নমক কান্নরবা য়ূম্ফম অমা হায়বদু ওইরগনি। হায়রিবা থৌরাংশিং অসি থাগী লৈমায় অসিগী ওইবা মমল য়াল্লবা দাটা কয়ামরুম নোংথক্তগী থারকপা হৌরবা টিয়াঙ্গোং স্পেস ষ্টেশন, চঙ্গে লুনর এক্সপ্লোরেশন প্রোগ্রামগী ওপরেশন অনী অসি য়াওনা, চাইনানা মমাঙদা ফংখিবা মায় পাকপশিং অদুগী মতুংইন্না পায়খৎলকপনি।

**নোংথক্কী পোৎ-চৈ থিজিনবা অমসুং খুন্দারুবা য়াগদ্রা হায়না চাংয়েং তৌবা :-** থৌরাং অসিগী কয়াৎ অমা ওইনা, সী এ এস অমসুং চাইনা মেন্দ স্পেস এজেন্সী য়াওনা, লৈবাক অসিগী স্পেস এজেন্সীশিংনা থিজিন-হূমজিনবগা মরী লৈনবা য়াম্না মরু ওইবা হীরম ১৭ মশক খঙদোক্লে। হায়রিবা হীরমশিং অসিগী মনুংদা -- সোলর সিষ্টম অসিনা কোল্লিবা পোৎশকশিং অসিদা খুন্দারুবা য়াগদ্রা হায়বা ৰাফম অসি নৈনবা, অতোপ্পা প্লানেটশিং লৈরিব্রা হায়না থিজিনবা অমসুং শুন্দ্রংদা লৈরম্বা য়াবা অতোপ্পা থৰায় পানবশিংগী খোঙ্গুল লীবা অসিনচিংবা অসি মমিং পনবা য়াই। তরং-মালঙ (য়ুনিভর্স) অসি ওইরকপগী মওং-মতৌশিং অদু থিজিনবগা লোয়নন্না, এজেন্সীশিং অসিনা -- থৰায় পানবশিংনা হিংবা য়াগদবা প্লানেট অমসুং নুংশিৎকী কুয়োমশিংগী মওং-মতৌ পূম্নমক অসি মুন্না মশক খঙবা ঙম্নবা পান্দম থল্লি হায়রি।

**নোংথক্কী অঙকপদা অহেনবা মীৎয়েং :-** চাইনাগী অসিগুম্বা পাক-চাউরবা থৌরাংশিং অসিগী মনুংদা, থাগী মরমদা থিজিনবা অসিতা নত্তনা, তরং-মালং অসিগী হৌরক্লোন, চিংশিনবা ঈথক-ঈপোমশিং (গ্রেভিটেস্নেল রেভস) অমসুং নোংথক্কী পোৎলম (কোস্মিক মেট্টর) হায়রিবশিং অসিগী মরমদা মাঙলমচৎতগী হেন্না পাকথোক-চাউথোক্লা থিজিনবগী খোঙজং চঙশিনবা হায়রিবশিং অসিসু য়াওরি। থিজিন-হূমজিনবগী থবক অসিনা নুমিৎ অমসুং মালেম অনী অসিগী তোঙান তোঙানবা খোঙচৎশিং অদুবু নৈনদুনা শুন্দ্রংগী ওইবা অঙৈং-অশাগী ফীভম অমদি মালেম অসিগা নুমিৎকী কুয়োম (হেলিওস্ফিয়র) গা অনী অসিগী মরক্তা লৈনরিবা ঙক্লবা মরী হায়রিবশিং অসিবুসু হেন্না কুপ্পা খঙবা ঙমহল্লগনি।

চাইনানা লাক্লিবা কুমজা ২০৫০ অসি ফাওবগী মনুংদা স্পেস সাইন্সকী মাঙজিল থাবা লৈবাক অমা হায়বদু ওইরকপা ঙম্নবা অমসুং ঐখোয় মীওইবনা হিংলিবা প্লানেট মালেম অমদি তরং-মালং (কোস্মোজ) অনী অসিগী মরমদা তেংবানবা অসিনা খঙনরিবা লৌশিংগী চাং অসি হেনগৎহন্নবা পান্দম থল্লি। ●

**হুইয়েন লানপাউ লিটরেরি ক্বীজ -১৩৫গী ৰাহং**

১) ''হিংচা য়াইতম্বা মানবা নুপা অমনা ঐবু চাগদৌগুম য়েংলগা মখূৎ অনী তিংথোক্লগা ঐঙোল্লোমদা চঙশিল্লকপদু উবদা কিমনখ্রদুনা খোঞ্জেল ফাইবোই করিবোই 'হো ইমা!'... হায়খিগুমসু তৌখি।''

ৰাহৈ পরেং অসি নোভেল অমগী অহৌবদা অইবনা ফোঙদোকপনি। নোভেলগী মমিং অমসুং অইবা অসি কনানো?

২) ''পুন্সিবু হুন্দোক্লম্লগা
করম্না চৎকনি
অনৌবা পুন্সিগী যাত্রা।''

শৈরেং মতেক অসি অইবা অমগী শৈরেংগী লাইরিক অমদগী লৌথোরকপনি। অইবগী মমিং করি কৌবগে? লাইরিক্কী মমিং হায়য়ু।

৩) ''মতমগী য়াওল ইরোয়ননা ঈশৈ-নোংমাইগী হীরমদা অওনবা, অহোংবা লাকপসি তোয়না থেংনৈ।''

ৰাহৈ পরেং অসি ওটোবাইওগ্রাফি অমগী অহৌবদা অইবনা ফোঙদোকপনি। অইবগী মমিং অমসুং লাইরিক্কী মমিং ইরকউ।

৪) ''ছাত্র ওইরিঙৈদগী হৌনা ইবগী লমদা অদুম্মক থাংলকপনি ঐগী খোঙথাংসি তন্দে-মান্দে, নীংজিং-মাংজিং, ৰাখলগী পোৎলুম পুদুনা, থম্মোয়গী মৈচাক খাঙদুনা।''

ৰাহৈ পরেং অসি অতোপ্পা লোলদগী মণিপুরীদা হন্দোক্লুবা লাইরিক অমগী অহৌবা অনুবাদকী ৰারোলদা ট্রান্সলেটরনা ফোঙদোকপনি। ট্রান্সলেটর অসিগী মমিং অমদি হন্দোক্লিবা লাইরিক্কী মমিং করিনো?

৫) ''নতম্বাক্তা'' হায়না মীংথোনবা ৰারীমচা অসি অইবা অমগী ৰারীমচাগী লাইরিক অমদা য়াওবনি। য়াওরিবা ৰারীমচাগী লাইরিক্কী মমিং অমসুং অইবা অসি কনানো?

মথক্তা পীরিবা ৰাহংশিং অসিগী পাউখুম এপ্রিল ৩০, শগোলশেন নুমিৎকী অয়ুক পুং ১১ ফাওবগী মনুংদা পাউচে অসিগী ওফিসতা নৎত্রগা ঈ-মেল **hueiyenliteraryquiz@gmail.com** সিদা মেল ওইনা থাবীরকপা য়াগনি। পাউখুম পীবিরকপা/থাবীরকপা মতমদা মিং, লৈফম, মহৈগী থাক অমসুং কন্টেক্ট নম্বর ময়েক শেংনা ইবিরকউ। ৰাহং খুদিংমক্কী পাউখুম চুম্না নৎত্রগা মশীং য়াম্না চুম্না পীবিরকপা মীওইশিং অদুদগী দ্রো ওৎচরগা লাইবক ফবা মীশক অমা খনজগনি। লোয়নন্না খল্লবা মীশক অদুদা মনা পীজগনি। ***(ইন্টরনেটকী অথিংবা লৈখিবনা মরম ওইরগা ক্বীজ অসিগী পাউখুম থারক্লবগী মতম এপ্রিল ৩০, শগোলশেন ফাওবা শাংদোকচরে)***