ꯃꯅꯤꯄꯨꯔ ꯑꯣꯏꯕꯥ
সনালৈবাক

এডিটোরিয়েল

লম্বী থিংবদি তোকপা ফৈ

মণিপুর নোংথক লম্বী অমদি কংফালগী লম্বী অনিখক্তনা ত্রান্সপোর্টসেনগী ফমরুওইবা অমসুং চখোক চৎশিন্দা খুদোচাবা পীরিবা লম্বীশিংনি। মীয়াম্না হেক হেক অচৌবা প্রোব্লেম কয়া মায়োক্লরিবসি মরুওইনা নেসনেল হায়রেশিংদা বন্দ তৌশিল্লকপা নংত্রগা ইকনোমিক ব্রোকেন তৌরকপগী মতম অসিনি। হায়রিবা প্রোব্লেম অসি চহি খুদিংগী অয়াম্না থা মশিংদা হেক হেক থোক্তুনা লৈবনা নোংমেগী তঙাই ফদনা চবো পোংলম কয়া ফংদবা অমসুং মমল তাংবনচিবগী থৌদোক কয়া তঙনা থোক্লি। মমাংদগী ইকুই কুইখিদ্রিঙৈদা পেত্রোল অমদি দিজলগা লোয়ননা এল পি জি ফংদবগী প্রোব্লেম অমসু মায়োক্লখিবদা ঙাইরি। মসি পুম্নমক অসি হায়রেশিং হায়বদি মরুওইনা স্টেট অমসুং নেসনেলগী ওইবা অচৌবা লম্বীশিং অসি মরম অমা নংত্রগী অমদগী থিংজিল্লকপদগী ওইরিবনি হায়বসি মীয়াম্না য়াম্না শেংনা খনরবা ঙাক্তনি। মসিদা অমুক লম্পাক লৈতবা মফমশিং নংত্রগা লৈকায়গী ওইবা লম্পাক লৈরগসু তোঙান তোঙানবা লৈকায়শিংনা মাগী মাগী তোঙান তোঙানবা য়াওশঙগী স্পোর্টস পাংথোক্লবা হোংনবদা নংত্রগা লৈকায়গী থাবল চোংনচিংবা মতমদা নেসনেলে অমসুং স্টেট হায়রেগী লম্বীশিংদা মতেক মতেক থিংলগা থৌরমশিং অসি পাংথোক্লবগী চংনবী অমসু লৈবগুম্না উরি। মসি মীয়াম্না ভাব তানরগদি তোঙান্না পুনশিল্লগা শীনখিবা য়াবা কয়াঅমসু লৈরমগনি খল্লি। লম্বী মতেক থিংজিল্লগা থৌরমশিং অসি পাংথোকপা মতমদা নাকল নামগী লম্বী খক্তদা চংনবদগী পামদবা থৌদোক কয়া অমা থোকপগী চাংসু হেনগৎলক্তবা নত্তে। মতমগী মতুংইয়া মণিপুরদা লৈরিবা লম্বীশিং অসি পাকপগী চাং হেনগৎলকপগী মথক্তা চেল্লিবা অমদি শীজিয়রিবা ঈঙ্গিন পানবা গারিশিংগী পাকপা চাওবা অমদি য়াবগী চাংসু হেনগৎলক্লি অমদি হায়রিবশিংসি শীজিয়বগী চাংসু স্টেট অসিদা হৌখিবা চহি খরসিদা খরোং রাংখৎলকই। মসিনা মরম ওইরগা নাকল নামতগী লম্বীদা গারিশিং চখোক চৎশিন তৌবা হায়বসি য়াম্না খুদোংথিনিঙাই ওই হায়বসি য়াম্না শেংনা খঙনরবা অমসুং থৌদোক কয়া অমা য়াওশঙ মনুংদা থোকপগী পাউসু মীয়াম্না তানরিবা ঙাক্তনি। মসিগী মথক্তা গারি মচা থৌবা চহি নৌরিবা মীওই কয়ানা গারি থৌবগী নিয়ম অসি ইখং খঙদবগুম স্পিদ লিমিট লৈতনা থৌনবগী মওং কয়াসু তত্তনা থেংনৈ। মসিনা লম্বীগী এক্সিদেন্ট থোকপগী চাং রাংখৎতুনা লৈরিবনি। মসিদা মরী লৈনবা মণিপুর গভর্নমেন্টকী ওথোরিটিশিংনা থিংনবা হোংনদবা হায়বসি অচৌবা অশোয়াবা অমনি অমসুং প্রোব্লেম কয়া লাকহন্নবগী মচাক ওই হায়বসি খংফম থোকই। মীয়াম্নসু নেসনেল হায়রেশিংদা অপনবা পীরকপা মতমদা খোইরাং খোইশাওনবা কয়া থোকখিবশিং অদু নিংশিংলগা হায়রিবা লম্বী থিংলগা থৌরম কয়া পাংথোকপগী হৈনবী কয়া অমা লৈরিবসি লৈকায় লৈকায়গী থোইদোক্লা ভাব তারবা সেনিয়ার সিটিজেন্সশিংনা থিংনবা হোংনবা চুমগনি। মতুং তারকপদদি হেয়া শেল তিদবা মওদা পুনশিল্লগা থৌরমশিং অসি য়াওশঙ মনুংদা মরুওইনা পাংথোক্লবা খয়নসু চুল্লবনি। সরকারগী ওইনা য়াওশঙগী ছুটি অসি নোংমা নিনিখক্তা ওইবা মরম্না অথুবা থবক থৌরম কয়া নংনবা লম্বীদা গারিশিং লেপ্তনা থৌনরিবনি। মসিনা য়াওশঙ কুঁম্বদগা মরী লৈননা পাংথোক্লিবা থৌরম কয়াগা পুনশিল্লগা মী চিনবগী চাং অসি খংহেন হেনগংলে হায়বসিমসু খংবা তাই। মতম অমদা লম্বীদা অঙ্গাংশিং থোক্লগা শেল মুনবগী থবক অদুদি লৈত্রগসু লম্বীদা ঈশিং হৈজিন্নবা, মচু তৈশিন্নবনচিংবগী থবক কয়াদি অদুমক কুঁম্বে অসিগা মরি লৈননা নহা ওইরিবশিংনা পাংথোক্লবনা মখোয়না শীজিন্নবা গারিশিংখক্তনসু লম্বী চংলিবশিংদা খুদোংথিবা কয়া নংহায়বগী মচাক ওইবনা লম্বী পাকথোক্লবসু চিল্লবা মতম অসিদা লম্বী থিংজিন্দুনা থবক থৌরমশিং পাংথোকপদি অচুম্বা ওইশগি নিংদে।

থৌদাং খঙনা চৎনরগদি ক্রাইম থোক্লিংঙাই লৈতে

(লীচৎকী মিয়েংদা)

ঙসিগী চাওখৎলে হায়নরিবসি মায়গৈ কদোমদনা হায়বা নৈনবগী তঙাইফদবা লৈরব্রা খল্লি। অইবগী মীৎয়েংদি, চাওখৎলিবা মচাওখৎ অসিদি, কনাগুম্বা লাইবক থীবা থোঙতেক্লবা অমনা চৈ–শুগী মতেং লৌরগা চোং–চোংদুনা চৎপদুগা অমত্তা ওইবগুম্ থোক্লব্রা নিংই। খোঙ অনিনা চাং মান্নানা চৎলগদি লমথুংফম য়ৌবা লায়না থোকই, লম্বীদা অদুবনা লৈতনা লমথুংফম তানবা ঙম্মী। করিগুম্বদা, চৈ–শুগী মতেং লৌরবা লৌরবী অমনা লমতুংফম তানবদা, লম্বীদা উরোকথোংগুম্বা অমা লান্দবা য়ানবা মতাং লাক্লগদি, মফমদুনা মহাক অদুগী লমথুংফম ওইবা তারি। মীৎয়েংঅসি য়েংলেগদি, মীওইবা মপোক অসি, অনিনা পুল্লগা অমত্তা ওইবা মপোক অমনি হায়দবা য়ারোই। মচেৎ অনিগী মময়দা তাইবংনা হিংঙি হায়বসি মহৌশা নেচরনা য়ান্না ময়েক শেংনা তাক্লি। অহিং–নুংথিল, অমম–অঙান, য়েৎ–ওই, পা–পী অসুম্না মচেৎ অনিনা মপুম শারগা তাইবংবু অহিংবা থরা (লিভিং ক্রিচর) ওইহল্লি। তাইবং মীওইদা য়েৎ–ওই হায়দুনা অনি খায়রি। য়েংনা য়েংকী থৌদাং, ওইসু ওইগী থৌদাং অমমম লৈহল্লি। য়েৎ–ওই অনিনা চপ মানবা থৌদাং, মতম অমত্তদা পাংথোকমিন্নরগদি থবক অদু মপুং ফাবা ঙমদে, নাকল অমদি হোদুনা লৈগনি। ওইনা থৌদাং অমা, য়েংনা অমা পায়নরগা পোৎশক অমা পুথোকপা ঙম্মী। খুদম অমদা, ওই থবা খুৎনা চেগব পায়দুনা, ঙাংনা মৈ ইক্লবা অশাবা থোংলবা য়োৎপু, চেংনা –নাম্থোকহন্দনা চণ্ডুনা পায়রগা, য়েংকী খুৎনা অরুম্বা নুংথং পায়দুনা য়ৈরগা, ওইহন্নিংবা মওংগী থাঙ ফজবা মখল–মখা পুথোক্লিবা অসি পনবা য়াই। করিগুম্বদা য়েৎসু–ওইসু নুংথং ঙাক্তা নংত্রগা চেগপ ঙাক্তা পায়মিন্নদুনা থৌ পাংলদ্রগদি, পাম্লিবা ফজবা থাডদু থোরক্লম্লোই।

মতৌ অসুম্না, খুৎ য়েৎ–ওইগী মতৌগুম্না, পা–পী হায়বদি নুপা অমসুং নুপী অনিনা থৌদাং অমমম পায়নদুনা পুম্না থবক শুরগদি, তাইবংগী তঙাইফদবা থৌ অমদি মপুং ফানা পাংথোকপা ঙম্রমগনি হায়বসি য়াম্না ময়েক শেংনি। মীৎয়েং অসিদা য়েংলগা ঙসিগী মীরোন্দা লৈরিবা নুপা অমসুং নুপী অনিগী মরক্তা লৈনরিবা মরী অসি থৌদাং চপ মান্নানা লৌমিন্নবগী হৈনবী অমা হোইদুনা পুবগুম তৌরি। মসিদগী ওইহন্নিংবদি ওইহনবা ঙমদা, দোমেষ্টিক–ভায়োলেন্স থোকপা, নুপীগী মরীদা মখল কয়াগী ক্রাইম মখল কয়া থোরকহন্রব্রা খল্লি।

ঙসিগী মতমদা নুপীদা নংত্রগা নুপাদা খুদোংথীবা থোক্লরিবসি, নুপা অমসুং নুপীশিংনা মশা–মশাগী থৌদাং হুন্দোক্লরগা, অমনা অমগী মথৌদা খুং মালশিন্নবদগী ওইরকপনি হায়দবা য়ারোই। মতাং অসিদা মীতৈ ইপা–ইপুশিংনা য়ান্না মাঙজিল থানা পুথোকপীদুনা চৎনরম্লিবা 'য়ুম্বাল্লোন' গী পরম–পথাপ পুশিন্নরকপা মতাং চাগনি খল্লি। য়ুম্বাল্লোন পথাপ্তা পরম অনি থোক্লা পীরম্না থেংনৈ। অমনা 'পান–লোল' পথাপ অদুগা অতোপ্পা অমনা 'নুং–লোল' পথাপ অনি অসিনি। পান–লোল পথাপ্তি মপানথোক্লা হায়বদি মিমাং থোক্লা নৈনবায়ই, নুং–লোল পথাপ্তি মপান থোক্লা নৈনবা য়াদবা, খঙদবা অমদি তৌদবা য়াদবা অমদি ওইবা অমনি। পরম অনিমক তুনা, খঙনা চৎনরিঙৈ মতম অমদদি, ঙসি থোক্লিবা ক্রাইম মখলশিং অসি য়াম্না লীক্লা থোক্লম্মী হায়বসি খুনাইগী থৌদোক ইশিন–চেরোলনা, পুরারী–হিট্টিনা য়াম্না ময়েক শেংনা তাক্লি। (ঙসিগী কলম অসিদদি 'পানলোন পথাপ' না পীবা শরুক খর তেল্লপ্পা লৌখচরি)।

য়ুম্বাল্লোলনা য়াম্না ময়েক শেংনা শৈথারি মদুদি – থৌদু নুংবু নুপাগা পান্দমগে। অকনবনি খঙগনি, মপান–নিসু হায়গনি। য়েংকী লমদাংনিসু হায়নরি। নুপী ওইবীদি শিঙেল–লৈরাংবু পান্দমগে। থোংচ–নৌজবনা মশিঙ্গংনি, কেজ–নৌজবী, ইকাইথীবী মপোক্লি। তাইবংবু শুমহৎপা ঙম্রগী মঙল–মঙ্গ চেনবী ওইবনা তাইবং পুম্নমকপু কোনবা 'নাউকোনবী'নি খঙগনি। শৈথ–শৈরোল অসিনা তাক্লিবদি 'নুপা' হায়না খঙনরবা কাঙলুপ অসিনা, মশাগী হকচাং 'তোংশা' অসি নুংগী মতৌগুম কনবসিনা, নুংগা পান্দম থনম্লিবনি। নুংবু অকনবদা শীজিন্নবগুম, নুপা কাঙলুপ্তি অকনবা থৌ পাঙবদা তঙাইফদবা ওইরি। মপানগী অয়াকপা মৈশা শিঙনদুনা, অহকপাঅচৌবা থৌদাং লৌরিবনি,মীৎয়েং অসিদা য়েংলগা 'নুপাবু মপান' হায়না শৈথারম্লিবনি। নুপা খুনাইদি কল্লি হায়রগসু, খাঙবা ঙম্বগী পাঙ্গলদি শোল্লি। তাইবংগী পুন্সিদ হিংবগী মচল য়ান্নগা, কনবা খঙনা হিংবা য়াদবনা, খাঙবা ঙম্রবা উইবা–থোংশা–নৌবগী মতেংসু লৈবনা, অকনবনা খাঙবা ঙম্রগী মতেং নিদবা য়াদবা লৈরি। শম্না হয়রবদা অকনবনা খাঙবা ঙম্রগী মতেং চুনা থবক পাঙবা ঙমদে। অকনবা নিপা খুনাইনা, মপানগী ওইবা অকনবা থৌদাং লৌবা হায়বসি মহৌশা–নোংরগী লেফফরবা খুদোল ওইরি। মসিমক্তনা নুপা খুনাইনা ঙসি ফাওবদা অচৌবা–অকনবা পানগী থৌদাং লৌরিবসিনি।

নাকল অমদা, পাঙ্গল কনবা নুপা খুনাইগী মতম হাক্লীবা, পোথানবা মতম পীদুনা মাঙখ্রিবা ইনর্ভি অমুক হনজিনহনবদা, থোংচ–নৌজবী, অখাঙ কনবী ইমুংগী শক্লোল পুরিবী নুপী ওইবীগী অচৌবা তেংবাং চঙস। নুপীজা ওইবিশিংনা অইবো পীরিবা ইমুংগী শক্লোল লৌদুনা, মপানগী য়াক্লবা মৈশা মরক্তা থৌজাও পায়রুবগী চোকথবা পুম্না কোকহন্নবা, অচা–অথক্কী থৌরাং লাঙলগা, থৌগল তৌজদুনা অরাম–খৌরাং কোকহল্লী। নুপী ওইবগী পোকপদা লোয়নরকপা শুমহৎয়াই অদুগী মতেংনা, নুপা ওইবশিংগী মাঙখ্রিবা ইনর্ভি হঞ্জিনহনবদা অচৌবা মতেং পীরি। অসুম্না তাইবং মপোক অসিদা নুপা অমসুং নুপী কৌবা মচেৎ অনিনা, অমত্তা ওইনা তাইশিন্নদুনা লেপ্পগা লোইনাইদবা তাইবং পুন্সি ওইহল্লিবনি হায়বা মীতৈ য়ুম্বালোয়াময়েক শেংনা পীরি। অশেংবমকসু পোকপা হিংবা শিবা তাইবং মপোকপু, লোইবা নাইদবা মপোক ওইহল্লিবসি, পা–পী হায়বদি, নুপা –নুপী কৌবা, শওং–শাদা মানদবা মচল অনিনা পুল্লগা ওইবা মীওইবা মপোক অসিনা ওইহি হায়বগী ককপা য়াম্রবা অমনি। অমম্বা অমসুং অঙানবা অনিনা পুম্না লেপ্পনা তাইবংপান (রার্ন্ড) ওইবনি হয়বসি কাংমিং (সাইন্স) না থিন্দুনা তাক্লি। ইপানা অঙানবনি, মঙালনা লৈরিঙৈ তাইবংনা অহকপা থৌদাং লৌহল্লি। মঙালনা মাঙখ্রবা মতম, অমম্বা থুংলরবদা অহিংগী তম্পাকথক্তা, নাউশুম ঈশিং শকপীদুনা শুম্বীরি পোথাহল্লগা পেঞ্জবী, অইবনা শৈথাবা শৈথাবিরমমী।

খন্নসি–নৈনসি–৩০০

ৱাই চীঙ্খে ঙানবা লুৱাং

অসুম্না লিংবা পুন্সিগী মিতম তাক্লিবা, মীতৈ রাক্লুসু (ফিলোজোফর) শিংনা শৈরাংদুনা থম্বীরবা 'য়ুম্বাল্লোল' গী পথাপপু নাকন্দা ইম্বোক্লুনা, অকে–অমৌ, অরং–অরাক (লকজুরী) গী ঈরৈদা ঈরাক্লুনা, ইশা–ইশাগী ইথৌ থাদোক্লদুনা, নুপা–নুপী ওইবশিংনা হিদাম্নবা–শিঙনবগুম্বা মতৌদা, লান্না–লান্না খাঙ থাংনরকপনা ক্রাইমগী হৌরকফম ওইহল্লিবনি। ঙসিগী মতমদা 'এদুকেসন' খ্বায়দগী তঙাইফদবা ওইরি। মসিমক্তি লাইবক ফবনি হায়নিংই। লুরিবদি 'এদুকেসন' করিনো খঙদনা অতোপ্পনা ঙৌনৈ হায়দুনা ঙৌনবগুম উরি। এদুকেসন হায়বসি লৌশিং–নোলেজ ঙৌনবনি। 'লৌশিং' ফবনবা লম্বীদি 'খঙহনবা' নি। অতোপ্পা লোল ময়াম 'শক্তাক–চে' (সার্টিফিকেট) পীবদু নত্তে। সার্টিফিকেটনা নোলেজগী থাক লেপ্পা ঙম্লোই। মোরেলিঙ্গিদা থাক লেপকদবনি। এনুকেসন লোল ময়াম অমা হৈনবা তত্নখত্তু নত্তে, ঙাঙবসু ইবসু থবকসু সুপ্পা হৈহনবদু এদুকেসননি। এদুকেসনদা তম্রিবালাইরিক– টেম্প বুক লোল খক্কী ওইহল্লোইদবনি। মহৌশা–নেচর মশক খঙনবা 'মোরেল লেসন' মপুং ওইবা চহই। মসিদনা 'নোলেজ এদুকেসন' ফবা ঙমগদৌরিববনি। লাইরিক তত্নদা 'লাইসু' লোয়নফম থোকই।

ঙসিগী এদুকেসনদি, মশা–মশাগী মমারোল ময়েক হৌভম কাফম, পারী –পুরী, মৈরাবাক–মরমদম কাল্লগা, মালেম্লা শিংথানবা ঙাক্তা খল্লগা ইবা টেক্সবুক চিমফা পুহনবনা অহৌবা এদুকেসন ওইরি। মসিনা মরম ওইরগা ঙসিগী খুনাই, মরুওইনা মীতৈনা ইমারোল ওইনরপদগী ক্রাইম মরোল লোল্লকপনি হায়নিংই। ঙসিগী মতমদা মীরোল অসিনা, নুপা–নুপী খাক্তনা শেল–লাই ফংনবা হোংনবদা, শেল–না লৈবা ফংদবা, মশাগী শাদোং ফক্তুনা, কনাগুম্বানা মশাগী ইকাই খুম্নবায়োছোকপা চংনবী ওইনরক্লি।

এডিটরদা থারকপা চিঠি

য়াওশঙ স্পোর্টসলা ফেষ্টিভেল্লা

ইকায় খুম্নজরিবা এদিটর,

হৌজিক হৌজিক পাংথোক্লিবা য়াওশঙ কুঁম্বগী মনুং চান্না লৈকায় লৈকয়দা পাংথোক্লরিবা স্পোর্সিকী ওইবা থৌরম কয়া অসিগী মরমদা খরা খয়নিমসি। য়াওশঙ কুঁম্বে নুমিৎ মঙানি চুপ্পা পাঙথোক্লিবা অসিগী মনুং চান্না স্পোর্টস পুশিল্লকপা অসি য়াম্না অফবা খোঙথাংনি। অদুম ওইনমক স্পোর্টস তৌরিবসিদগী রাহং খরা থোক্লক্লি।

য়াওশঙদা স্পোর্টস পুশিল্লক্লিবসিগী নুংগী ওইবা মরম করিনো য়ায়বদু ঐদি খংদে মীওই কাঙলুপ খরনা হায়বদা, য়াওশঙ কুঁম্বে মনুংদা মরু ওইনা অঙ্গাংশিংনা অবের তৈদুনা শান্নবা অমদি অহলশিংনা নিযা শীজিন্নবা হেনগংলক্তুনা পামদবা থৌদোক কয়া থোক্লক্লিবসি মরম ওইরকপা উনদগী লৈকয়না স্পোর্টস ওইনা পাংথোক্তুনা শেন্নরবদি পামদবা থৌদোকশিং থোক্তনবা হোংনবদা মতেং ওইগনি খনবদগীনি।

নাকল অমরোমদনা মীওই কাঙলুপ খরনা হায়বদা মণিপুর অসি শান্ন থোংনবদা থরায় য়াওজবা লমদন্নি। শান্নরোইশিংবু পুক্লি থোংগপা ওইনা নুমিৎ মঙানিগী ছুটিশিং অসি মফম চানা শীজিন্নহৌবনি হায়রি। লাকফনিলৈবা রাহংদি য়াওশঙ স্পোর্টস মীটনা য়াওশঙ স্পোর্টস ফেষ্টিভেল ওইগদ্রা হায়বসিনি। স্পোর্টসনি হায়বদা চুপ্পিনবা খরা রাংপা অথোই অহেনে তান্নবগী থৌরম কয়া পাংথোক্লরি। খুদম ওইনা বোরা লমজেল, ফেন্সি দ্রেস অমদি চফু থুগায়বী পনবা য়াই। য়াম্না শান্না হায়রবদা য়াওশঙ স্পোর্টস ফেষ্টিভেল হায়বনা চান্নবা খরা হেনগদ্রা খল্লি।

অদোমগী
নোংপোক, উকিরোক।

লৈকাই খুদিংদা মনিং তম্নরকপা

ইকায় খুম্নজরিবা এদিটর,

থৌদোক খুদিংগী রাথোক অমগী থোক্লকপদা লৈকায় লৈকায়গী মৈরা পায়বী, ক্লবনিং মখোয় মখোয়না পাম্না মওদা মনিং তম্না রায়েন–বীচার চথরিবা অসি মখোয়দা কনাগুম্বা খরনা অয়াবা পীবা লৈরবগে। নুপী চেল্লে, নুপী শিরে, নুপী শরাক তত্রে, পোৎ হরানলে, পোৎ মাংলে, সনা থৎলে, গ্যাস হরাক্লে হায়বগী থৌদোক থোকপদা গভর্নমেন্টগী মরী লৈননা এজেন্সিশিংদা হায়বগী মহুত্তা লমদম অদুগী লুপ, মৈরা পীয়বী, ক্লবনা রাত্তেন্না অসি চহনবা য়াবা ওইগদৌরিববরা নংত্রগা ওইরোইদৌরিব্রা। চিনবা কয়া লৈ হায়রগা হেক্তা য়ুম মৈ থাবা, লৈকায়দগী তাছোকপা হায়বা অসি লমদম অসিদা শাসন তৌরিবা গভর্নমেন্টনা কুপ্পা য়েশিনবগী মতম চারে হায়জনিংই। মীচং – শঙ্গ লৈজবা ইমুং অমনা শোয়বদগী অরানবা থবক মচা তৌরুবদগী কয়াম চাওবা, ঙাকপা ঙমলোইহনবা দন্দি কয়া লমদম অসিদা পীশিন্নুদা অরাফমগী কোমদা লংথবীরি। ঙসিদি লমদম অসি ইনাক খুনবা, শঙ্গ লৈবশিংগী লৈফম ওইরবরা? লোইরকপদা লমদম অসিগী লৈকায় খুদিংদা মনিং তম্নরকপা অসি মরী লৈনবা খুদিংমক্লা য়েশিনবগী মতম ওইরে।

অদোমগী
রানাবীর, য়ুম্নাম লৈকা।

কোলি হৱাইদগীসু কান্নবা লৌসি

কোলি হৱাইদা কার্বোহায়ড্রেট অমসুং ভিটামিননচিংবতা নত্তনা ভেজিটেবল প্রোটিনগী চাংসু য়াম্না রাংনা য়াওবা মরম্না মসিসু মচি য়াম্না য়াওবা চিঙ্গাকনি হায়না লৌনৈ। মরী ইচৎ চত্তবা নেম্না পুত্তবা মখল অমসুং মরী কাবক কাবক চৎপা কাঙলুপ মখল অনিমকসিগী মপাম্বীদা অতেনবা মহা মরিদদী নিপান ফাওবা পাল্লি। অদুগা মরী শাংনা চৎপা মখলশিং অদুগী মহাদি য়াম্না শাংই অমসুং মত্তম শাংনা হৌবগী মতুংইয়া মহাগী মশীংসু হেয়া য়াম্নী।

কোলি হৱাই মখ ল অয়াম্বগী শাহৌদা নুথৌলগী মতম তেনবা নংত্রগা শাংবনা থোইনা অকায়বা পীদে। অদুম ওইনমক মরী কাবক কাবক চৎপা কাংবু খরদি অতেনবা নুংথিলগী মতমদা হৌবা পকনৈ। কোলি হৱাইদি উন তাবা নংত্রগা য়াম্না শাবা অমন অনিমক্তা চান্নবা। য়াম্না হৌবা লৈহাওদা মখোয়না ময়োল চোংবা ঙমদে। য়াম্না শাবা নংত্রগা নোং চীংগী মতমদসু মপাল শাবা অমসুং থরাক য়ানবা লেপ্পী। লাবা অমসুং অমোমশী লৈরিকশিং তিন্নখ্রবা মত্তুংদা পুং মরী অমুক সেলসিয়স দিগ্রি ১৫ দগী ২৫ ফাওবগী মরক্তা শারবা কানদা থরাক য়াল্লক্লবগী খ্বাইদগী চানবা মতমনি।

লৈত্তেই লমবু ওইরবসু লৈতানবু ওইরবসু লৈহাও মখল অয়াম্বদা মখোয় অদুম্নক হৌই। য়াম্না শীনবা লৈবাত্তদি মখোয়না নীথিঙনা হৌবা ঙমদে। পি ঐচ ৫.৩ দগী ৬ ফাওবগী মনুংদা লৈবা অশিন অয়াক্লী চাং ওইবা মফমদা চাথোক খ্বায়দগী রাংনা ফংহনবা ঙম্মী। চাথোক নীংথিনা ফংহনবা ঙম্নবগীদমক্তা লৌ পরি অমগী লমদা মপুং ফানা পুমথহল্লবা যছি চন ২৫–৫০ (যনগাঙী মপোং ৫০ দগী ১০০(পাওবা হাপ্পা ঐচ। অদুগা লোয়ননা এম্মোনিয়ম সলফেট কিলো ১১৪ হাপ্পা য়াই। কিলো ২৫ অমগসু য়াওগদবনি। হারমিং অদুগী মরুদগী খরা লুথনা অমসুং মরুদগী ইঞ্চি ৩ লোম লাপথোক্লা ইকোয় কোয়না হাক্লীগদবনি। মনাদা মাইক্রো ন্যুক্লেন্টশিংসু কাক্লীবা ঙম্রবদি পোংকী মঙন অমসুং চাথোক অনিমক্তা হেনগৎহল্লি।

কোক্লি হৱাইশিং অসি অইবো ঈশিং নুংশিংকা চানবা পাল্লী অমা মরম্না নিংথম তাগী মতমদা থাংনে। সোন্টিপ্রেট দিগ্রি ১৫ দগী ময়োল তপ্পা তপ্পা চোংবা ঙম্রক্লে। লমদম অসিদা থিং নম্না থানবা মতমদি উন হেক লোয়ম্বরা অমুক্তুংগীনা মে থাগী হৌগংলকপা ফাওবনি।। মরী চত্তবা অনেম্বা মখলদুদি পরি অমা থাবদা মরু কিলো ৮০ দগী ৯০ পাওা চঙই। চৈ য়ুংগদবা মরী চংগী অরাংবশিং অদুগীনা পরি অমা থাবদা কিলো ২৫ দগী ৩০ ফাওবনা কোন্নে। অনেম্বীনিং থাবগী পরেং অমা অমগা সেন্টিমিটর ৪৫–৬০ অমুক লাপ্পবা মতমদা অরাংবীশিং অদুদি মিটর অমা লুপশিং (লোকেল ক্লব, মৈরা পায়বী)গা ফম্মিন্নদুনা রারেপ লৌমিন্নহৌনবা তঙাই ফদনা হোংনবিয়ু।

৩। লাই হৱাইবগা মরী লৈনদবা থৌরমশিং হায়বদি লাই হৱাইবগী নত্তবা জগোই–ঈশৈ, চিত্রহার, চিত্রমালা, ফিল্ম ঈশৈ, মতমগী ঈশৈনচিংবা থৌরমশিং লাই হৱাইউফমদা তৌহন্দনবা হোংনবিদুনা ঐথোয়াগী ইনাৎ পথাং পুথাং অমদি চংনবীদা মরিং মরাং উহনবীরোইদবনি।

৪। লাই হৱাইফমদা কনাগুম্বা অমত্তনা ময়ায় কাবা চিঙ্গাক চাবীবোইদবনি অমদি লাই হৱাইফমদা লৈরিবা খুন্নাইগী থকশি–খাশি অসি মাঙদনবা চেকশিন্না হোংনবিয়ু।

৫। লাই হৱাইবদা থিল্লি খোংলিবা (বেন্দ লুপশিং (লোকেল ক্লব, মৈরা পায়বী)গা ফম্মিন্নদুনা রারেপ লৌমিন্নহৌনবা তঙাই ফদনা হোংনবিয়ু।

৩। লাই হৱাইবগা মরী লৈনদবা থৌরমশিং হায়বদি লাই হৱাইবগী নত্তবা জগোই–ঈশৈ, চিত্রহার, চিত্রমালা, ফিল্ম ঈশৈ, মতমগী ঈশৈনচিংবা থৌরমশিং লাই হৱাইউফমদা তৌহন্দনবা হোংনবিদুনা ঐথোয়াগী ইনাৎ পথাং পুথাং অমদি চংনবীদা মরিং মরাং উহনবীরোইদবনি।

৪। লাই হৱাইফমদা কনাগুম্বা অমত্তনা ময়ায় কাবা চিঙ্গাক চাবীবোইদবনি অমদি লাই হৱাইফমদা লৈরিবা খুন্নাইগী থকশি–খাশি অসি মাঙদনবা চেকশিন্না হোংনবিয়ু।

৫। লাই হৱাইবদা থিল্লি খোংলিবা (বেন্দ পার্টি)শিংনা খোংনিংবা ঈশৈ, থিননিংবা থিনবা তৌবীরোইদবনি। লাই হৱাইবগা মরী লৈননা ঈশৈ অমদি পুংলোন থিনবী খোংবীদুনা মমল য়াম্রবা লাই হৱাইউবগা শাগোন্নরিবা নাৎকী থৌরমশিং য়োকথৎপিগদবনি অমদি নাৎকী মগুণ ঙাক শেন্দুনা থম্নবা হোংনবিয়ু। য়ারিরমখৈ হৱাইউবগী লৈজরিবা হৱাইউপুংশিংনা মহৎ শিন্নবা হোংনবিয়ু। তঙাইফত্রবদি থোন, সাইক্লম অমদি ক্লারিওনেট খঙমক শীজিন্নবিয়ু।

৬। লাই হৱাইবগী মরু ওইবা থৌদাং লৌবিরিবা অমাইবা–অমাইবী, শেলুবা অমদি পেনানচিংবশিংনা ঐথোয়াগী ওইনা লৈরক্লবা চংনবীশিং নিংথনা ঙাক্লুনা লৈবাক নিংথৌগী অয়াবা য়াওনা শাগৈ–সনাইশী ফিজেৎ শেৎপীদুনা চংনবীগী মণ্ডলশিং ঙাকপীনবা হোংনবিয়ু।

৭। লাই হৱাইবগী মতম অসি য়ারবমখৈ তেনশিন্না হৱাউনবা হোংনবিয়ু। নুমিৎ মশিং য়াম্না শান্না অমদি নুমিদাং থেংলফাওবা লাই হৱাউবগী মরী লৈননা ঈশৈ তৌবিরোইদবনি অমদি ঐথোয়াগী শেল থুমগী ফিডম হেয়া শোকচিনহল্লোইদবনি। য়ারিরমখৈ খুন্নাইগী ওইবা শেন্নীংলোনগী ফিডম অমদি থৌদোক রাথোকশিংগী ফিডমশিং য়েংবীরগা পাঙথোকপীয়ু।

৮। করিগুম্বা লাই থৌগল্লুপ অমা শেন্না মতমদা মীয়াম্না য়াবা মীওইশিং অমদি খুম্বুদু পুবা ঙমগদবা মীওইশিং তহৎইফদনা শরুক য়াহনবীগদবনি। লাই থৌগল্লুপকী মীওইশিং অসি ঐথোয়াগী খুন্নাইগী থৌ পুবা অমা ওইনা থোরকপা ঙম্রগদবনি। খুন অদুবু মহৎ শিনবা য়াবা অপুনবগী শত্তম অমা লৈননা লৈকয় খুদিংগী শাগৈ খুদিংগী মীহৎ য়ারিরমখৈ য়াওহনবীগদবনি। মথং মথং...

নবকিশ্বর ঙাংবম

থেংনৈ।

ক) লায়নাঃ

১। এম্ব্রাকনোজঃ কেপ্তান গ্রাম ২ না মরু কিলো ১ গী চাংদা তোংগী হৌরবদি কান্নগনি। কোপর ওক্লিক্লোরাইদ গ্রাম ২০ বু ঈশিং লিটর ১০ দা য়াল্লগা কাক্লীয়ু।

২। পাউদরি মিলদিউঃ সলফর ৮০ (রেটেবল পাউদর) গ্রাম ২০, ঈশিং লিটর ১০ গা কাক্লীয়ু।

৩। রষ্ট, দাউনি মিলদিউঃ মেনকোজেব ৭৮ (রেটেবল পাউদর) গ্রাম ২০, ঈশিং লিটর ১০ গা পাক্লীয়ু।

৪। মোজাইকঃ লায়নাসি চত্তবা ঙমদবা মখলগী থাবা নংত্রগা শন্দোরক্লদবা রাহীকশিং হাত্তোকপা ফৈ।

খ) তীলনা ঃ

১। রাহীকঃ মলাত্তাই ওন নংত্রগা নুভান ০.০৫ গী চাংদা কাক্লীয়ু।

২। বীটলঃ মালথাইওন ০.০১ গী চাংদা থিংলগা কাক্লীয়ু।

৩। গ্রীন্সঃ হৌরকপা কান্দা রোগোর এমএল ৫ গা ঈশিং লিটর ১০ গা য়াম্নরগা কাপ্পবদি কান্নগনি।

লাই হৱাউরিবা অমদি শীল লাংলিবশিংদা উক্লগী ৱারোল অমদি মেরা মীফমগী ৱারেপশিং

ঙরাংগী মখা ...

তঙাই ফদনা লাই হৱাউবদা মরু ওইবা থৌদাং লৌরিবশিং অমাইবা–অমাইবী, পেনা, থিনবা–খোংবা কাঙবু অমদি লাই শেলুবা অমসুং শীনবী লাংবীরিবা লাই থৌগল লুপ পুম্নমক্তা উকলনা থমজনিংবা ফ্রেবা ৱারোলশিংদি ঃ

১। তোঙান তোঙানবা মফমশিংদা লৈবিরিবা লাই হৱাউবগী থৌ পুবীরিবশিংনা তঙাইফদনা লাই হৱাউবগী নুংগী ওইবা রাহচোংক অমদি খুন্নাইশিংদা লাই হৱাউবনা পীরিবা কান্নবশিং ময়েক শেংনা খঙমিন্নবা হোংনবিয়ু।

২। পারম–লিক্লম চান্না লাই হৱাউবগী থৌরমশিং পাংথোক্লরবগীদমক্তা হৱাউবগী মরু ওইবা থৌদাং লৌবিরিবা লাই থৌগল লুপ্পা শীনবিদুনা হৱাউবা হৌহিঙৈগী মাংওইননা খুন্দুগী মফমদুগী লন্নাই

৩। লাই হৱাউবগা মরী লৈনদবা থৌরমশিং হায়বদি লাই হৱাউবগী নত্তবা জগোই–ঈশৈ, চিত্রহার, চিত্রমালা, ফিল্ম ঈশৈ, মতমগী ঈশৈনচিংবা থৌরমশিং লাই হৱাউফমদা তৌহন্দনবা হোংনবিদুনা ঐথোয়াগী ইনাৎ পথাং পুথাং অমদি চংনবীদা মরিং মরাং উহনবীরোইদবনি।

৪। লাই হৱাউফমদা কনাগুম্বা অমত্তনা ময়ায় কাবা চিঙ্গাক চাবীবোইদবনি অমদি লাই হৱাউফমদা লৈরিবা খুন্নাইগী থকশি–খাশি অসি মাঙদনবা চেকশিন্না হোংনবিয়ু।

৫। লাই হৱাউবদা থিল্লি খোংলিবা (বেন্দ পার্টি)শিংনা খোংনিংবা ঈশৈ, থিননিংবা থিন