এডিটোরিয়েল

চৈরাওবা নুমিৎনা লাকপদা মীয়ামদা য়াইফ পাউজেল পীজরি

মণিপুরদা পুন্না খুন্দা–লৈতমিন্নদুনা চহীচা কয়াগী মমাঙদগী মীওই কাঙলুপশিংগী মরক্তা অমনা–অমগী অরাং–অপা কয়া য়েংশিন্নদুনা হিংমিন্নরকখিবা পুন্নারীগী তাঙ্কক কয়া অদু ঙসি নৌনা মীয়ামদা নীংশিংনবা ৱাফম থম্বগা লোয়ননা য়েলহৌমীশিংগী অপুনবা শক্তম অদু ঙাক্লা থম্নবগীদমক পুন্নমক্তী মফমদা পাউজেল পীজবগা লোয়ননা সনালৈবাক পাউ–চে গী ষ্টীফ অমসুং মরী লৈনবা পুন্নমক্তী মায়কৈদগী অনৌবা চহীনা লাকপদা লমদমসিদা অচুম্বা মায়ওন অমদা অওনবা কয়া পুন্নক্লসনু অমসুং চহীসিনা য়ুম্ফম ওইরগা ষ্টেটসিগী য়েলহৌমী পুন্নমক নুংশি–চান্নগা হিংমিন্নবা ৱাখল অমা পুরকপা ওইরসনু হায়না ফোঙদোকচরি। পুন্নারী হায়বসি তাঙ্কক খুদিংগী ওইনা অওনবা খক নত্তনা মতম–মতমগী ওইনা প্রোন্নেম কয়া লাকপা অমসুং মদুদা খুন্নাই অসিনা মতৌ করম্না হিংলকখিবগে হায়বদুগী রেকোর্দ অমনি হায়না লৌবসু য়াই। অচুম্বা য়ুম্ফমশিংদা ফোঙদোকপা অমদি থুন্নয়া পোৎলমশিং অদুগা লোয়ননা থৌদোক কয়া অদুগী মতাংদা থেংনখিবা কয়া অদুগী ৱারোলশিং অদু পুন্নারীদা ইশিন্দুনা নৎত্রগা চিঙ্গাং য়ৈনা পাউজেল পীদুনা লাকপা অদুবু ঐখোয়না ঙসি হিষ্টোরিকেল ফেক্ট ওইনা নৈনবগী মখৌ তাই। অওনবা লৈতবা খুন্নাইলোন অমফাওবা মালেমগী মফম অমত্তদা লৈত্রি।

অওনবা কয়া অসিনা মরম ওইরগা খুন্নাই অমবু হিংহল্লিবনি অমসুং মদুগী মখা তানা হিংলকপা অদুনা মরম ওইরগা পুন্নারীগী খোঙ্গুলশিং ওইনা লৈরম্রিবনি। ঙসি অদুগুম্বা তাঙ্কক কয়াদা থোকখিবা থৌদোকশিং অদুবু লান্না ৱাহল্লোক পীনবা হোৎনবদি লানগনি অমসুং মদুনা য়েলহৌমী কাঙলুপশিংগী মরক্তা খেন্নবা ৱাখল্লোন কয়া লাকহন্নবা মরম ওইগনি। মরমসিদগী চহীগী থাচৎ অমসুং চৈচৎকী মতুংইন্না লাক্লিবা মণিপুরগী অনৌবা চহী লাকপগী থৌরম অসি মণিপুরদা লৈরিবা মীওই কাঙলুপ খুদিংমক্না চরান্না ওকপগী মখৌ তাই। মসিনা মরম ওইরগা মাঙঙবা লীচৎ কয়াবু অমুক কন্নবা অমদি ইমোস্নেল ওইবা ইন্টিগ্রিতি অমা মীওই কাঙলুপশিংগী মরক্তা পুরকপা ঙমগনি হায়বসি ঙসি মণিপুরদা লৈরিবা মীয়ামগী থাজবনি। অসিগুম্বা থাজবা অসিদা য়ুম্ফম ওইরগা অনৌবা চহী অসিনা লাকপদা মীওই কাঙলুপ খুদিংমক মমাঙদা থোকখিবা থৌদোক ৱাথোক কয়াবু কাউথোক্লগা অপুনবা শক্তম অমা শাগত্তুনা মণিপুরীশিং অসি মশাগী তোপ–তোপ্পা চৎনরোল, পুন্নারী অমদি খুন্নাইরোল ময়েক শেংনা লৈজবা ষ্টেট অমনি অমসুং মালেমসিদা তাঙলবা কলচর অমসুং ট্রেদিসন মরম্নাই ওইনা লৈজবা মফম অমনি হায়বসি উৎনবা হোৎনরসি হায়বা ৱাফম থম্বগা লোয়ননা অনৌবা চহীগী য়াইফ পাউজেল পুন্নমক্তী মফমদা পীজরি।

এডিটরদা থারকপা চিঠি

অচুম্বা ফীরেপ অমা চঙই

ইকায় খুম্নজরিবা এডিটর,

হৌজিক লমদমসিদা হায়দগী লৈমিন্নরকইবা ফুরুপশিং ঙসিদি অরাম্বা খোংথাং কয়াদা থোমজিন শাজিন্দুনা অরানবা ইহৌ কয়া চশমগৎলকইবশিং ঙসিগী সরকারনা অচুম্বা ফীরেপ অমদি খঙহনবা চুমই। মসি নত্তদুনা মমাং মমাংদা লৈরম্না সরকার পায়রম্বশিং মরক্তগীসু অরানবশিং খঙনা খঙনা চুমথোক্লম্বগী মহুৎ মৈ চুশিল্লম্বগী রাথোকশিং লৈখিবনি। মসি পুন্নমকসি কংগ্রেসনা ভারত্তা শক্তি পাইরকখিবা মতুংদা মণিপুরবু নমদুনা মখোয়গী খুবাদুংদা পুশিনখিবদগী অশেয়রশিং লৈরকখিবনি। মণিপুর ভারতকী অরাং–নোংপোক থংবা চিদায়দা নিংথৌ পানবা লৈবাক ওইদুনা লাকখিবনি হায়বসি শেমজিন শাজিনবা ইষ্টি নত্তে হায়বসি মীপুম খুদিংনা পৃথিবী পুম্নগী মীয়ান্নসু খঙলবনি। নিংথৌ শুরোল কয়া কয়া পাল্লকখিবদগী ইখং খংহৌদনা লমদমসিদা মোংবা চলেকখিবদগী মদুগী চৈথেং কয়ানা ঙসিফাওবা লোইদরিবনি। মতমদুদা লমদমসিদা লৈরিবা কাংলুপশিংমখোয়া মখোয়গী খুলশিং পুন্নমক্তী খুল্লাকপনা খুলশিংবু কন্ট্রোল তৌরকপগী চৎনবী ওইরকই। খুলশিং য়াম্না চাওদ্রগসু অপিক অপিকপা কাংলুপশিং মশা মশাগী লোল অমদি কলচরশিং লাইনিং লাইশোলশিং তৌজবা তোঙান্না পাংথোক্লুনা লাকখিবনি। মসিগী অচুম্বা লংলো লংজিনশিং পুন্নমক ঙসিগী সরকার মতমদুগী সরকারনা মশা মশাগী লনশিং লেপশিনহৌনবা হোৎনবদা মায় ওনখিবদগী পুন্নমক শেইথরকইবনি। মমাংদা লৈরম্না খুবমশিং শক্তমশিং লাইনিং লম্বীবু ওইরবসু নিংথৌ লৈভাকশিংগী ৱারিশিংবু ওইরবসু কাওদনবগী নিংশিংনহৌনবগী লম্বী শেম্বীরমদবসিনি। হৌজিক লমদমসিদা ধর্ম্মা কয়া মশিং খংদনা শাফোলকইবসিদা পুন্নমক অনৌবনি হায়না খঙনরিবসি খৃষ্টান লাইনিং, হীন্দু লাইনিং, বুধিজম লাইনিং অসিদা নত্তনা মম্মাংগী মতম খরদা বন্না চৎনরম্না সাই বাবা অতৈ মখল খরা লাকখিবনি। তশেংনা মমাংজৈগী মতমদুদা চৎনরমবশিং মরুওইনা মৈতৈ / মীতৈ লাইনিং ট্রাইব (হাও) হায়বা মতমদুদা কৌনরম্বশি কবুই, তাখুল, চীরু, আনাল, মরিং, মাও, মরাম অসুন্না মশা মশাগী লাইনিংশিং চৎনরম্বগী ৱারীশিং লৈরিবনি। মৈতৈ / মীতৈ কাংলুপ অসিদনা হীন্দু লাইনিং য়ৌরকখিবা পুন্নমক্তী চীংগী এরিয়াশিংদা খৃষ্টান লাইনিং য়ৌরকখিবদগী অহোংবা কয়াসু য়ৌরকখ্রে। হৌজিক্তি পুন্নমক অহোংবা কয়া অমা চংশিল্লকইবসিদা অচুম্বা অরানবা করিনো হায়বা খম্বদনবা অনিং অনিংবদা খুংলাইশিং শিজন্নদুনা চথরকইবশিং অসিনি। নাগা হায়বসিগী তশেংনা লোল ময়েক লাইনিং মশাগী অশেংবা অমা লৈতবনিনা মসিগী ইষ্টিসু লৈকম থোক্তে। লৈতবদা লৈরম্নী হায়জিন্দুনা কাংলুপ মচা কয়াগী নৌনা ইনখংলকইবা নহারোলশিংবু লান্না লমজিংবসিদি অচুম্বা ওইরোই। মশাগী মরোলশিং লাইনিং লম্বীশিংবু নমথরগা অতোপ্পনা মহুৎ শিলহন্নবগী থৌরাং পুন্নমক অচুম্বা খংহনবা চুমই। পুন্নমক সরকারগী মাইকৈদগী নত্তনদি অতোপ্পা অমনা তৌরুবা হায়বসি লান্না চৎনখিগনি থাজনরি।

অদোমগী,
কে ইমো মৈতৈ
ইম্ফাল

শঙ্গোমগী পোৎথোক অমদি মসিনা হকচাংদা কান্নবা পীবা

ডা. ৱাই বীরহরি সিংহ

চিঙ্গাক মখল অমত্তদা খ্বাইদগী মরু ওইবা চিঙ্গাক্তি শঙ্গোমতনি। পৃথিবীদা মীওই কয়ানা শঙ্গোমদা চারগা মতম কুইনা হিংবা ঙমই। হৌজিক্তি চাওখৎলকপগী মতুংইন্না শঙ্গোমদগী মখল কয়াগী পোৎথোক পুথোক্লে। অদুগা শঙ্গোম অসি মতম কুইনা ফুড ভেল্যু মাংহন্দনা থম্বসু ঙম্রে। শঙ্গোমগী পোৎথোক খরা মমিং পল্লবদা শঙ্গোম মপান, বটর, দহী, ছানা, শঙ্গোম অফম্বা, শঙ্গোম অকংবা অমসুং মতম কুইনা ফমজনহন্দুনা থম্বা কনদেঙগী শঙ্গোম মখলশিং অসিনি। অদুগা শঙ্গোমগী অতৈ অতোপ্পা মীথাই মখলশিং, চোক্লেট অমসুং হীদাক লাংথক শাবদা শঙ্গোম য়াম্না কান্নবা পোৎশক ওইরক্লে।

শঙ্গোম মপান অমসুং বটর শেন্নবা তোঙান তোঙানবা মওং কয়াদা শেন্না য়াই মদুদি শঙ্গোম অসি কুইনা ফমহল্লগা মপাল কাখৎহনবা অদুগা লেক্তিক এসিড য়ানশন্দুনা শেন্না মখল। অদুনা অনিসুবদা শঙ্গোম অসি কুইনা ওৎতুনা মপাল কাখৎহল্লগা বটর শেমবসু লৈ। হৌজিক সাইন্সকী চাওখৎলকপগী মতুংইন্না বটর শেন্নবা খুৎসু খুৎলাই কয়া পুথোক্লে।

মহৌশানা শঙ্গোম অসি নিংথিনা ফমথহল্লগা শঙ্গোম মপান কাহল্লগা বটর শেন্নবা তৌই। শঙ্গোম মপান অসি শঙ্গোম অদু পাত্র অমদা হাপ্পগা চৈ অমনা য়াম্না কয়া ওৎতুনা শঙ্গোম মপান কাহনবসু য়াই। হৌজিক্তি শঙ্গোম মপান লৌথোক্লবা তোঙান তোঙানবা খুৎলাই কয়া পুথোক্লে। শঙ্গোম মপানদগী বটর শেন্ন অসি হৌজিক পৃথিবীগী মফম অয়াম্বদা ভারত য়াওনা অচৌবা উদ্যোক অমা ওইনা পাইখৎনরক্লে। ভারত তা অমুল ফেক্টেরনা পুথোকপা বটর মমিং চৎলি। বটরদা মহৌশানা ঈশিংগী শরুক ১৬%, মহাও ৪০%, প্রোটিন ১% অমসুং থুমগী শরুক ১.৫%লোয়ননা ভিটামিন এ সু মরাঙ কায়না য়াওই।

১. বটর চাবদা হকচাংদা কান্নবা ঃ

বটর অসি শঙ্গোম পোৎথোক্তগী মীয়াম্না য়াম্না পাম্না চানরক্লি। অয়ুক্তী চাক্লেন্দা বটর য়াওদবা য়ারক্লে অদুগা অথুম অহাওগী পোৎলম কয়া শাবদা বটর য়াম্না শিজিন্নরে। অঙাংশিংদা মশা মউ ফমবা অমসুং নোয় পেন্নবা বটর য়াম্না পীগনৈ। বটরনা ইনর্ভি মরাঙ কায়না পীবা ঙম্মী অমসুং বটরদা ভিটামিন এ অমসুং ডি নিংথিনা য়াওবনা অঙাংশিংগী মশা মউ ফবদা য়াম্না মতেং পী।

২. ছানা (Cheese) ঃ

শঙ্গোমগী পোৎথোক্তগী ছানা অসি মীওইবগী মতম কুইনদগী চানরকপা চিঙ্গাক্লি। অদুবু পাক শম্না ছানা শুংবগী থবক্তি পায়খৎপা উদে। ছানা শেন্নদা মরুওইনা মওং অনীদা পাংথোকই, মদুদি শঙ্গোম অদু ফমথহল্লগা থবা অমসুং নংশনহনবা, অসিদা রননেচ কৌবা পোৎশক অমা হাপচন্নগা তৌবা য়াই। মতুংদা অনংবা শঙ্গোম মপং অদু লৌথোক্লগা অইংবা মফম অমদা নিংথিনা থম্বীবা য়াই। অনীশুবদা শঙ্গোম অদু অইংবা মফমদা থমদুনা বেক্টেরিয়া কয়ানা শঙ্গোমদুদা লেকটিক এসিড শ্লেকই। অদুগা শঙ্গোম অদু নংশন্নক্তুনা ছানা শ্লেকই। মহৌশানা শঙ্গোম ছানাদা মখাগী পোৎলমশিং অসি য়াওই।

অয়াওবা পোৎলমশিং	শঙ্গোম ছানা কেজি খুদিংগী
Water	- 177 gms
Calories	- 1784 gms
Protein	- 108 gms
Fat	- 147 gms
Carbohydrate	- 8gms
Tatal Ash	- 16gms
Calcium	- 4gms
Phosphate	- 2gms
Vitamin A	- 920 iu
Reboflavin	- 2.3mg

শঙ্গোম ছানা অসি ফেট অমদি প্রোটিনগী শরুক য়াম্না য়াওবনা মীওইবগী হকচাংগী মরুওইবা হকচাং কয়াৎশিং শেমগৎ শাগৎপদা য়াম্না মরু ওই। মণিপুরদদি হৌজিক মতমদা উশোব মেলাদা শঙ্গোমগী পোৎথোক ছানা য়াওদবা লৈত্রে। মরু ওইনা শঙ্গোম ছানা অসি করিগুম্বদা নিংথিনা থম্বীদবদগী পুম্না অমদি মহাও হোৎবনচিবা য়াওই।

৩. শঙ্গোম অফম্বা (Dahi) ঃ

শঙ্গোমগী পোথোক্তগী শঙ্গোম অফম্বা দহী অসি অয়াম্বনা য়াম্না পাম্না চানৈ। শঙ্গোম অসি অইংবদা কুইনা থমদুনা ফমথহল্লি অদুগা মহাও সিনতক তৌরকই। মসি চাবদা থিবাঙ থিরিনগী লায়না কয়া ফফল্লি হায়না থাজনৈ। মণিপুরগী মফম অয়াম্বদা শঙ্গোম অদু মহীক মরাঙ শিনবগা হায়া লোনথোক্লগা পাত্র অমদা হাপ্পগা Starter হায়বা পোৎশক অদু হাপচন্দুনা খরা ইংবা কা অমদা থমগনি। নোংম নিনিগী মতুংদা অশেম্বা শঙ্গোম অফম্বা অদু চাবা য়াদে।

শঙ্গোম অফম্বনা হকচাংদা কান্নবা পীবাঃ

শঙ্গোম অফম্বা চাবদগী পুক্কী অমনা অমসুং থিবাংং থিরিলগী অনাবা কয়া ফফল্লি হায়না অখং অইশৈংনা মোত কয়া পীরি। অসিত নত্তনা শঙ্গোম অফম্বনা চাকখাওদা লেক্টিক এসিড শেম্ব ঙম্বনা টি.বি. না নাব কয়াদসু চাকখাওগী অমদি থবোম্বীগী লায়না কয়া ফফল্লি হায়রি।

৪–ঘী ঃ

শঙ্গোমগী পোথোক্তগী খ্বাইদগী মরুওইবা অসি ঘীনি। মখল অসি মমাংঙৈদগী হৌনা মীওইবনা ঘী য়াম্না চান্নরকপগী মতুং ইন্না অচৌবা ঘীগী উদোক কয়া লিংখৎনরক্লে। ঘীগী মওং অসি তোঙান তোঙান্না লৈ।

মহৌশানা ঘী অসি শঙ্গোম মপান নৎত্রগা বটরনা শেম্মী। বটর অদু য়োংকী খাঙ অমদা তপ্পা তপ্পা শাহন্দুনা টেম্পরেচর ৯০° সেলসিয়স ফাওবা শাহনবা য়াই, চৈ অমনা তপ্পা তপ্পা ওৎতুনা কাখৎহলকপা মপান অদু লৌথোক্কনি অদুগা মহীশিংদু মৈদা লোনবদগী খাইদোকখ্রবা মতুংদা খাঙ অদু থাংথরগা মপং অদু ঘী ওইনা লৌথগনি।

হৌজিক মতমদা সাইন্স চাওখৎলকপগী মতুং ইন্না অমুল ফেক্টরি শুরুদদি মখল কয়াগী খুৎলাই শিজিন্নদুনা ঘী শুংবগা তৌই। মরম অদুনা নোমদা ঘী য়াম্না শঙ্গোমদগী পুথোকপা ঙমই। মখাদা ঘীদা য়াওবা মরুওইবা হকচাংদা কান্নরবা মচলশিং পীরি।

Fat	-90%
Moisture	- 5%
Carotene	- 3.2 gms
Vitamin A	- 19.4 to 39.9 iu
Tocophorol	- 26.6 per gm
Faty Acid	- 2.5%

শঙ্গোমগী পোৎথোক্তগী মীয়াম্না য়াম্না চান্নবা অসি ঘীনি, মতম কুইনা থম্বা য়াই। ঘীদগী অহাওবা চিঙ্গাক মথেল কয়া শেন্না য়াই উশবনচিবদা থোং থাকপদা ঘী য়াম্না মরু ওই। তল অমদি হরাইনচিবা থোংবদা ঘী য়াম্না শিজিন্নে। ঘী অসি হকচাংদা ফেটকী শরুক য়াম্না য়াওবনা পাঙ্গল কলখৎহনবদা অমদি ইনর্ভি পীবদা ঘীগী দরকার য়াম্না ওই।

৫– শঙ্গোম অনংবা অমদি শঙ্গোম অকংবা ঃ

শঙ্গোম অসি মতম কুইনা থম্বা য়ানবগীদমক্তা অদুগা মফম অমদগী মফম অমদা অথাপ্পদা পুথোক পুশিন খুদোং চান্নবগীদমক্তা নংশনহল্লবা শঙ্গোম শেম্মী। হৌজিক চাওখৎপা মতম অসিদদি অনংবা শঙ্গোমশিং কৌতাদা হায়্গা মতম কুইনা নুংশিৎ নুংশা চহন্দনা থম্বা য়ারে। মহৌশানা অনংবা শঙ্গোম নংশনহনবা অসি শঙ্গোম অদু ১০০.১৬° সেসিয়সতা মৈ মথক্তা অচৌবা খাঙ অমদা লোলগনি। শঙ্গোম অদুগী ঈশিংগী শরুক অয়াম্বা কংখ্রবা মতুংদা ইংথহল্লগা নিংথিনা শেংদোক্লবা কৌটাশিংদা নুংশিৎ নুংশা চহন্দনা হাপচন্দুনা থমগনি অমসুং মথুম চেৎনা খুমজিন্দুনা থমগনি। শঙ্গোম ইংথহল্লবা অমদা য়াওবা কান্নবা মচাকশিং মখাদা পীরি।

Water	- 36%
Fat	- 0.1%
Protein	- 8.7%
Lactose	- 13.3%
Ash	- 1.9%

ইংথহল্লবা কৌটাগী শঙ্গোম অসি য়ুমগী চা লোনবা অমদি থোং – থাকপদা হেক্তা হাংদোক্লগা শীজিন্নবা য়ারে। শঙ্গোম মহী ফদেগগী অরাবা লৈররোই। মরুওইনা শঙ্গোম মখল অসি আইস ক্রিম শাবনচিবদা য়াম্না শীজিন্নে। অদুবু শঙ্গোম অসি মতম কুইনা কৌটা হাংদোক্লগা থম্বদি ফত্তে।

শঙ্গোম অকংবা শেম্বঃ

শঙ্গোমবু মতম কুইনা থম্বা য়ানবা হৌজিক শঙ্গোম অকংবা অসি মরাঙ কায়না পুথোক্লরক্লে। শঙ্গোম অকংবদা মঠোশানা চাদ ২৬ কী চাঙ অমদি অচোংপা ৫% গী চাংদগী হেন্না য়াওবা য়াদে। শঙ্গোম অকংবদা য়াওরিবা চাচংতা চিঙ্গাকী মচি ওইবশিং অসি য়াওগনিঃ

Fat	- 26 %
Protein	- 27%
Lactose	- 36%
Ash	- 6%
Moisture	- 4.5%

শঙ্গোম অকংবা শেম্ব অসি অহানবদা খাঙ অমদা কংহল্লগা শঙ্গোম মপং অকংবদু তকখাইরগা পাওদর সেম্বসু চৎনরম্মী অদুবু হৌজিক্তি চাওখৎলবা সাইন্সকী মতুংইন্না শঙ্গোম অসি অশাবা ড্রম নৎত্রগা চেন্নর দা চাইশিন্দুনা অশাবা নুংশিৎ থাজন্নদা থল্লবদি মতম কুইনা থম্বা য়াই।

শঙ্গোম অকংবা অসি মতম কুইনা থম্বা য়াবনা মচা চেনবী নুপীশিংনা অঙ্গাদা শ্লেগা পীথকপনা অঙাংশিং য়োকপদা য়াম্না কান্নবা ওইরে। হোটেল অমদি হোষ্টপিটালশিংদা চা লোনবা অমসুং অনাবশিংদা শঙ্গোম পীথকপদা পাওদর শঙ্গোম শ্লেগা অয়াম্বনা পীথক্লে। অদুগা অতৈ পোৎলনমদা শঙ্গোম থের হৌবা অমদি আইস ক্রিম নচিবা শাবদা হৌজিক্তী মতমদা পাওদর শঙ্গোম অকংবা য়াম্না শীজিন্নরে।

থবী থারমদাইদা খঙজিনগদবা

নবকিশ্বর ঙাংবম

থবী লৌমীশিংনা শেন্থোক লন্নী ওইনবা থাবা য়াবা পাম্বীশিংগী মনুংদা অমনি। শেন্দান লন্নীগীদমক নংত্রবসু মওং কয়ামুত্তা শীজিন্নবসু চান্নবা য়াবা পোৎ ওইবনা কালেল্লা য়ৌরকপদা য়ুমথোং খুদিংদা কাঙখুল অমা অনীদা ওইরবসু থানরিবা পাম্বীনি। সলাদদচিংদা শেন্নবা মরুওইবা মচল অমসু ওইনে। আচার ওইনা শেমদুনা লীনবসু য়াওই অমসুং ইনশাং ওইনসু শীজিন্নে। মসিগী মরূ অসি অয়ুর্বেদিক্তী হীদাক কয়ামরুম শেন্নবগীদমকসু কাঁন্নে। থবী মরূদগী শুংবা থাওদি ম্রেন অমসুং হকচাংগীদমকসু ফৈ হায়নৈ।

থাবদা পক্লগাদবা ঈশিং নুংশিংকী ফিল্ম লোমদগী য়েংলবদি থবীদি অশাবা মতমগী পাম্বীনি হায়বা তাই। উন খজিক্ত তাবদা ফাওবা মহাক খাঙবা ঙমদে। অদুম ওইনমক কাবক শাবক ঈবা মতম ফাওবদি হিংক্লা লৈবদা ক্তম্মী। থবীগী মরূনা সেন্টিগ্রেদ ডিগ্রি ১১ য়ৌনা ঈলল্লবা মতমদা ময়োল চোংবা ঙমদদুনা লৈবাক মনুংদা মতম চাবা ঙাইদুনা লৈ। খরা শাগৎলক্তুনা সেন্টিগ্রেদ ডিগ্রি ১৮ য়ৌরক্লবা মতমদা নীংথিজনা হৌবা ক্তম্মী। শাগৎলকপা হেনগৎলকপগা লোয়ননা হৌগৎলকপা ঙম্বগী শক্তিসু হেনগৎলক্তুনা সেন্টিগ্রেট ৩০ য়ৌনা শারবা ফাওবা ফবা ক্তম্মী। অদুবু মহাক্না খ্বাইদগী পামজবা অইং অশাগী চাংদি সেন্টিগ্রেট ডিগ্রি ১৮ দগী ২৪ ফাওবগী মনুং অসিদনি।

লৈঙোয়েলম ওইনা তৌবা মফমমদগীনা লৈতানলম ওইনা তৌবা মফম ফাওবদা থবী অদুম থাবা য়াই। ঙম্রা লোক্লবা থাবগীদমক্তি লৈঙোয়েলম অমসুং ফোলি তাবা লৈঙোয়লমদনা হেন্না ফৈ। অদুগা মহৈং য়াম্না লোক্লবগীদমম্রম লোম, সিপ্টেলম অমসুং ক্লে– লোম ওইবা লৈহাওদা থাবা য়ারে। থবী থাগদৌরিবা মফম অদু ঈশিং নিংথিনা ফাত্তোকপা য়াবা ঈরিদুনা ঈশিং তুংদবা মফম ওইগদবনি অদুবু ঈশিংগী দরকারদি য়াম্না ওই।

থবীগী থাফম শেম্বসি অনী থোক্লা শেন্টে। মওং অমদনা ফৈদোম হাইগৎলগা কোম মচা মাচাগুম্বা কাঙখুলশিং হল্লগা থাজিল্লবা মরূশিং অদুবু কম্পোষ্ট হারগুম্বনা কুপশিং। অসিগুম্বা ক্বাঙখুলদা থাবশিং অসিদি থবীগী মরূ খরা খরা য়াম্না থাজিল্লগা হৌরক্লবা মতুংদা কেন্না অহেনবা পামদবা পাম্বীশিং ফোয়দোক্তুনা কাঙখুল অমদা পাম্বী অনী অহুমদগী হেন্না হৌহেন্দে। থাফম শেম্বগী অতোপ্পা মওং অমদা কোমগুম্বা কাখুল ক্লবগী মহুৎতা অশাং অশাবা চুরিশিং হল্লগা চুরি অনীগী কারক্তা লৈবা য়ারদোং অদুগী নাকলদা থবীগী মরূশিংদু থাজিল্লি। মরূ নংত্রগা চারশিং ওইনা য়ারদোংগী নাকল নামদা নংত্রগা নাক য়েংকী নাকল অনীমক্তা থাবা য়াই। নাকল অনীমক্তা থাগে হায়রবদি পরেং অমগা অমগা লাপ্পবগী চাং অদু তঙ্খাই অমা হেলহনবা তারে। মওং অসিদা থাগে হায়রবদি পরেং অমগা অমগা লাপ্পবগী চাং অদু তঙ্খাই অমা হেলহনবা তারে। মওং অসিদা থাবনা ঈশিং চাইশিংলকপা মতমদা চুরিশিং অদুদা ঈশিং চেলহন্দুনা থবীশিং অদু ঈশিং ফংহনবা য়াই। অসিপ্পা থাবা মফমদদি কাঙখুল অমদা পাম্বী অমা অনীদগী হেয়া হৌহন্দে। পরেং অমগা অমগা লাপ্পদবা মওং অসিদি থাগদৌরিবা পাম্বীগী জাং অমসুং লৈবাক্তী লৈহাওচেনবগী চাং য়েংলগা খেহল্লি। চৈ য়ুংলোহিদবা, শগাৎ শারোইদবগী পরেংশিং অদু মিচর অমা মখায়দগী অনীমখায় ফাওবগী মনুংদা লাপ্পহনগনি। অসুন্না থাবদা পরি অমদা কিংলো অনী মখায় অমুক চহবা য়াই।

থাবগী মতমদি কালেল্লা নংত্রগা নোঙ্জু থাদা লোক্লবা থাবা ইয়াদা য়াই। জন্নারী ফেব্রুৱারী থাদা কালেন থবী থাদে। উননী খুদোংথিবা নংদনবা মথক কুপশিংনা অসিদা থাবগা উরুমগুম্বা মফমদা পোলিটিনগী খাউ মচাশিংদা হৌহল্লগা উন লোইখ্রবা মতুংদা লৌখুক্তা হোংদেকপীবসু ঙম্ভানা থবী য়োনবা ফংবগী লন্নী অমনি। নোংঙুথাদা হেক্তদবা থবীশিংদি খরা থেংথরগা এপ্রিল–মে থাদা থাবা য়াই। থবী মরূদবী ময়োল চোংবদা ঈনিল অমদি অইং–অশাগী চাং খোংবগী মতুংইন্না নুমিৎ ৭ তগী ১৪ নি ফাওবা চঙবা য়াই।

কম্পোষ্ট নংত্রগা যম্বী–যথুংগী হাণ টন ৩০ (ষণগারী মপোং ৬০) অমুক্কী চাংদা পরি অমা পাকপা জগাদা হাক্কীগনি। মসিগী অথক্তা রসায়নিক্কী হারশিং হাক্কীদুনা চাথোক অমুক্তা হেনগৎহনগনি।

রেল পম্পকিন বিটলস কৌবা তন্দন মাল্লগা অঙাংবা মশাশিং পানবা ভীল মখল অমনা থবী পাম্বীশিংনা পীক্লিউজদা য়াম্না থীনা মাঙহনবা ঙম্মী। মখোয়না থবী মনাগী মশিংশিংগী কারক্তা লৈবা অশংবা শরুকশিং অদু চাথোবকই। অদুগা থবী মনাগী মনমগল্লোম থংবা শরুক্তা লোৎক্তুনা লৈ। নুমিৎ থোক্লিউ অয়ুক অঙনবগী মতমদা মখোয়বু ফাদুনা হাৎতোকপা লায় অদুবু নুমিৎনা কাখৎলক্লকবি ঊনশিং অসিবু হাংনবা হোৎনবদা খুদোং য়াম্না চাদে। অতোপ্পা ঊন অমনা রাইকনি। মহী চুক্কা রাইকশিং অসিনা নারবা মহৈদু মওং মরিল নাইহেদে। রাইকশিংবু মালাথাঙৈন কাপ্পগা হাৎতোকপা য়াই। অতোপ্পা ঊন অমনা থবীদা খোই চাহবা নি। শোক্লবা মহৈশিং অদু য়াম্না থুনা হেতোক্লগা খোইদুগা লোয়ননা মাঙহনখিগাবনি। থবীদুনা য়াম্না নৌরিঙৈদা ওইরবদি দাইমেথোএচ নংত্রগা মালাথাওঙৈন কাপ্পসু কয়াগনি। অদুবু য়াম্না লুরিবদি চাঁচথৎখপা থুখ্রবা থবীগী মহৈশিং অদু হীদাক কাপুরবা মতুং নুমিৎ ১০ নিদি হেকপা য়ারোইদৌরিবনি।

কালেন লৌ খোইবগী পান্দম

ব্রজমনি থৌদাম

চরূ হাপুনচিবা লৈপাক মনুংদা ফুমজিন্দুনা লৈপাক লৈহাও কারক্লবগী খুদোং চাবা, লৈপাক লৈহাও চাংয়েং লৌবদা অশিন অয়াক ফলদী মতুংইন্না শুনু, রোক ফোসফেট নংত্রগা মাসুরি ফোসফেট হাপ্পা তাববদি ঙম্রা লৌফম খোইদোক্লগা নুংশিৎ তারক্লিউদদা চাইহৌবগী তাঙ্গা ফংই। নুংশিং তারক্লগা চাইহবদি চাং মান্নবা হাপনিংবা মওদদা হাপ্পা ঙমদে। কালেন খোইহনা ফৌ পাম্বীগী মরূ চিকপা পুকশিংগী কাংবু অমসুং মরেকশিংগী ডিজোংশিং লৈপাক মনুংদা লৈবা অদু মপী ওন্সিউঁ মতমদা নুংশাগী মৈশানা হাত্তোকই অমসুং উচেকশিংনসু চাথোকখি। মসিগীসু মথক্তা খোইদোক্তবা চোৎ–চোৎ লাওবা লৌফমশিংদা হৌবা নাপী মখলশিংদা নত্তনা য়ান্না কংবা লৌফমশিংদা হৌবা নাপী মখলশিংসু কালেন খোইবনা শিহনবা ঙমই। চরূখোক্তা চোংলকপা অমসুং অনৌবা হৌরকপা ফৌ পাম্বীশিংদা শাইদাংদুনা লৈহৌবা ফৌগী য়েরুবা তমথীরবা, চাথোকপু য়ান্না হন্থহনবা ঙম্রা তিল অমসুং নাপীশিংদা শাইদাংহৌবা লায়নাশিং কনবদা মতেং পাংই।

কালেন খোইবা লৌফমদা হান্না লৈরম্না মরুশিং খরা থুনা পোকখাইহল্লী অমসুং হন্না য়া খোইদোকপদা নৌরিবা পাম্বীশিংবু শিহন্নী। লৈপাক নৈরকপা (থিংলকপা) মতমদা অকংবা নাপী অমসুং হাপুশিংনা অশংবা নাপীশিংদগী পংথ পুমথবা হাল্লী। নুংশাগী মৈশানা খোইদোক্লবা লৌফমদা য়ৈবদা লৈহাওগী মওং হোংহল্লী, অফবা মওংদা লাকই। মখল কয়াগী হিদাক শিজিন্নখিবদগী কালেন্দা মমুং তানা খোইদোক্লবা লৌফমদা হান্না তাহৌবা ফৌ মরুনা লৌফম শিনবা থুনা নিংথিজনা মতম চানা ফৌ হৌরকপা য়াওই। মসিবু খোকমন খাকপা কৌই। মসিমসু কালেন খোইবগী খুদোং চাবা অমনি। পুন্নমক অসিগী মথক্তা লৌমীদা খ্বাইদগী খুদোং চাবা অমনা কুমগী নোং খরা থেংথা লাক্লবদি পুঙহন, পুঙহন–লৈখায়বী, পামফলে লৌহনশিংদা কুম–নংনা ছননবগী খুদোং চাবা ফংহৌই। অসিদসু নত্তনা লৌমীশিংনা মশা মশাগী লৌফমশিংদা কংলৌহোন হুন্নবগী খুদোং চাবসু লৈ। অসিগীসু মথক্তা নাইত্রোজেন পীবা ঙম্রা অশং–অমানগী পাম্বী হৌহন্দুনা গ্রিন মেনিওরিং শেন্নবা কান্নগদবা পাম্বী খুদোং চাবসু লৈ। মতমগা চান্নবা মনা মশিং, মরু–মরাং থাহৌবগী খুদোং চাবসু লৈ।

কালেন খোইবা মতমদা লৌমীশিংনা চহী ৩–৪ গী মনুংদা অমুক্তদদি ডিস্ক প্লাউ শিজিন্নদুনা খরা লুনা লৈপাক মথক মখা ওন্থোক্লদবনি। অসুন্না খোইদোকপা অসিনা লৌফমগী অশিনবা, অয়াকপা, থুংশেমগী হার, তিলহাং হিদাক, নাপী হাংনবা হিদাকশিং হাপখিবগী লৈপাক্তা লৈহৌবা মহশিং অদু চাহনবদা মতেং য়ান্না পাংই। ঙম্রা লৌতাবনা (কালেন খোইবনা) লৌমী অমগী পুন্সিদা অহেনবা চাথোক পুথোকনবগীদমক তঙ্খাই অমদি খুমাং চাওশিল্লে হায়না চাওথোকচবা য়ারে। তৌবতদি ঈশিংসু মতম চানা ফংহনবা চংই।

কুম অমগী অহানবা ওইনা লৈপাক খোইদোকপা অদুবু শোম থাবা, শোমগী মথক্তা কারল খোইববু কারল লাকপা, শোম থাবা লৌওন অমা, কারল লাকপা লৌওল অনী হায়না খঙৈন।