পুক্নিং পৌশিং বামোন অমুমচা

লোইনা পীথোকপা

নুপা মচা অমগা নুপী মচা অমগা য়াম্না লুনা তিন্নরম্মী। মখোয় অনী কোইরে কোইমিন্নৈ, শান্নরে শান্নমিন্নৈ। নোংমদি মখোয় অনী শান্নমিন্নবা থোরকপদা নুপা মচা অদুনা মার্বল গুল্লি খরা পুরক্লম্মী। অদুগা নুপী মচা অদুনা অথুম অহাও খরা পুরক্লম্মী। নুপী মচা অদুনা নুপা মচা অদুগী মার্বলশিংদু পান্নম্মী। অদুগা নুপা মচা অদুনা নুপী মচা অদুনা পুরক্লিবা অথুম–অহাওশিং অদু চানিংলম্মী।

নুপা মচা অদুনা নুপী মচা অদুদা মহাক্কী মার্বলশিং অদুগা নুপী মচা অদুনা পুরক্লিবা অথুম অহাওশিং অদুগা ওন্নরসি হায়বা ৱাফম হৌদোক্লম্মী। নুপী মচা অদুনসু ৱাফম অদুদা হরাও হরাও য়ারে, মহাক্কী লৈজরিবা অথুম অহাও পুন্নমক অখাকপা অমত্তা লৈতনা নুপা মচা অদুদা পীজরম্মী। অদুবু নুপা মচা অদুনদি মার্বলশিং অদুদগী খ্বাইদৈচাওবা অমদি ফজবা মার্বল লোৎশিন্দুনা থমহৌরগা অতৈশিং অদুখত্তা পীরম্মী। নুমিৎ অদুগী নুমিদাংদা নুপী মচা অদুদি য়াম্না শান্তি ওইনা তুমলম্মী। অদুবু নুপা মচা অদুদি মহাক্না খ্বাইদগী ফজবা অমদি অচৌবা মার্বল লোৎশিহৌবা অদুম্না নুপী মচা অদুনসু মহাক্কী অথুম অহাওশিন্দুদগী খ্বাইদগী হাওবা অমদি থুম্না লোৎশিন্দুনা থমহৌরমগদ্রা হায়বা ৱাখল অসি খল্লবদগী নীথৈ নুংঙইনা তুম্না য়ারমদে। মতৌ অসুম্না, করিগুম্বা নহাক্না অতোপ্পশিংগা লৈনবা মরীদা পুকচেল শেপ্তুনা অখাকপা থন্নবদি অতোপ্পশিং অদুনসু নহাক্না লৈনবা মরীদা মহাক্না খাকপগুম অখাকপা থন্নমগদ্রা হায়বগী চীংনবনা মরম ওইদুনা নহাকপু নুংঙইফম খঙহল্লোই।

অসাম বোর্ডকী ফল লাউথোকপদা হৌখিবা চহী ১০ রোম অসিদা শেমদোক শেমজিন তৌখিঃ ই এম

ওন্নাহাটি, মে ৮ঃ

হৌখিবা চহী ১০রোম অসিদা বোর্ড ওফ সেকেণ্ডরি এডুকেসন অসাম (সেবা)না লৌখিবা ক্লাস টেনগী পরিক্ষা অসিগী ফল লাউথোকপা মতমদা চয়েৎনবা কয়া অমা লাকপ্তবনি অমসুং মসিদা শেমদোক শেমজিন তৌই হায়বগী ৱাফম কয়া অমসু মীয়াম্না ফোঙদোক্লরিবনি হায়না অসামগী এডুকেসন মিনিষ্টর হিমন্ত বিশ্বা শর্ম্মনা ফোঙদোকখিবগা লোয়ননা রাজনিতিগী থৌশিল চঙদুনা বোর্ড অসিগী ফলশিং লাউথোকখিবদা অরানবা কয়া তৌখি হায়না ফোঙদোকপ্তে হায়রি।

হৌখিবা চহী ২০০১ দগী ২০১৬ ফাওবা অসি অসামদা কংগ্রেসনা লুচিংবা সরকার অমনা পানখিবনি। মসিদা অসামগী মহৈরোইশিংনা ক্লাস টেন পাস তৌবগী চাং অসি চাদা ২০ দগীনা ২২ ফাওবা ওইবা মতমদা রাজ নিতিগী খুৎ চঙশিল্লবা মতুং পাস তৌবগী মশিং অসি হেনগৎহয়বা হোৎনখি। অদুবু হন্দক বোর্ড অসিগী চে য়েংবা মতমদা ওজাশিংনা অরানবা অমত্তা তৌখিদে হায়নসু এডুকেসন মিনিষ্টরনা ফোঙদোকখি।

সেবাগী চিয়ারমেননা হন্দক ক্লাস টেনগী পরিক্ষা পাস তৌবগী চাং অসি চাদা কয়া ওইহনগদগে হায়না সেবাগী চিয়ারমেননা এডুকেসন মিনিষ্টর অমা ওইনা টেলিফোন তৌরগা হংলকখিবা অদুদগী হায়রিবা বোর্ড অসিগী মখাদা ক্লাস টেন পাস তৌবগী চাং অসি অসামগী মমাঙদা পাল্লম্বা লৈঙাক অদুগী মখা পোন্না লেপ্পী হায়বসি খঙলকখিবনি।

বোর্ড অসিগী মখাদা মহৈরোই মশিং য়াম্না পাস তৌহনবগী তঙাইফদবা কয়া অদু মমাঙদগী পাল্লম্বা সরকারশিংনা হায়বগী মতুং

ইন্না হোংদোক হোংজিন তৌরম্বনি। করিগুম্বা মতাংদা ওজাশিংনা চে য়েংবা মতমদা মখোয়না পীবা ঙম্বা মার্ক অদুখক্তমক পীরগা থন্নমখি।

চহী খুদিংগী সেবাগী মীফম অমদা মহৈরোইশিংনা করিগুম্বা ক্লাস টেনদা ফেল ওইবা তারগদি মখোয়না গ্রেস মার্ক কয়া পীগদগে হায়বদু খঙহল্লক্লবা লৈঙাক অসিদা হায়জরকখিবদি লৈ। মমাঙগী লৈঙাক্লা মেত্রিক পরিক্ষাদা পাস তৌবগী চাং অসি হেনগৎহনবগী অপাম্বা ফোঙদোক্লকপদগী মখা তানা চহনবী অসি লাকখিবনি হায়না অসামগী এডুকেসন মিনিষ্টরনা ফোঙদোকখি।

এডুকেসন সেক্তরদা হায়স্কুল লিভিং সার্টিফিকেট ইকজামিনেসন ফাওবদা অসামগী মহৈরোইশিংনা চহনবা য়ানা মার্ক ফংখিবা লৈতে। মসিদগী এডুকেসনগা মরী লৈনবা থৌশিলশিং অসি হেন্না ফগৎহনবগা লোয়ননা মহৈরোইশিংনা পাস তৌবগী চাং অসি হেনগৎহয়বা অতোপ্পা থৌশিল কয়া পুথোক্লবা হোৎনরি।

এডুকেসন সিক্রেমদা অওনবা অমা পুরক্লবগীদমক বোর্ডকী পরিক্ষা অদুগী মতাংদা থিগৎ–হুমগৎনবা হাউস কন্মিতি নৎত্রগা চেনেল অমা শেমগৎনবা অমসুং মদুদা য়াওবা লাইরিক–লাইন্ত হৈরবা মীওইশিংগী ৱাফমদি থিগৎহনগদবনি হায়না শর্ম্মনা থমখি।

পনবা য়াবা অমনা হেমন্ত বিশ্বা শর্ম্মা হায়রিবা এডুকেসন মিনিষ্টর অসি ২০১১ দগী ২০১৩ ফাওবদা চীফ মিনিষ্টর তরুন গোগোইগী কেবিনেটতা এডুকেসন মিনিষ্টর ওইহন্নবি অমসুং মমাঙ চহী ২০১৬ কংগ্রেস থাদোক্লগা বি জে পি গী টিকেটতা মীফম থেংনরকখিবনি।

অসাম প্রদেশ কংগ্রেস কম্মিতি প্রসিডেন্ট নিপুন বোরানা ফোঙদোকখিবা মতমদা হেমন্ত বিশ্বা শর্ম্মগী পীরিবা রারোল অদু লাল্লি হায়না ফোঙদোরক্লি।

মমাঙদা করিগুম্বা ফিডম অমত্তদা ক্লাস টেনগী পরিক্ষাদা পাস তৌরিবা মহৈরোইশিং গী মশিং অদু হেনগৎহয়বা রাজনিতিগী ওইনা পাল্লিবা লৈঙাকশিংনা খঙহনখিবা লৈতে। মসিগী মতাংদদি ষ্টেট গভর্ণমেন্টনা অন্যান্য এজেন্সি অমা খল্লগী থম্লিবা ৱাফমশিংঅদুগী মতাংদা থিগৎহনবা তারগদি মদু তরাম্না ওক্কনি অমসুং করিগুম্বা হেমন্ত বিশ্বা শর্ম্মনা শিরিবা মরাল অদুগী প্রমান পীবা তারগদি মশামক রিজাইন তৌফম থোকই হায়না ফোঙদোরক্লি। পনবা য়াবা অমনা মমাঙগী মিনিষ্টর তরুন গোগোইনা সেবাগী পাস পার্সেন্টেজদা মশিং য়াম্না হেনগৎখিবা অদু মহাক্কী লৈঙাক্লা এডুকেসনগী লমদা পুরকখিবা অহোংবা কয়ানিং হায়না ফোঙদোকপসু লৈখিবনি।

শান্নবুং মনাক্তা গ্রেনেদ ময়াম অমা লৈরম্বা থেংনরে

আগরটলা, মে ৮ঃ

অরাং থবা ত্রিপুরাগী শরুক্তা লৈবা গৌরনাগরগী সেন্ট্রেল স্কুল মনাক্তা শেন্না শান্নবু অমগী মনাক্তা অঙাংশিংনা হৌখিবা নোংমোইজিং নুমিত্তা গ্রেনেদ কয়া অমা লৈরম্বা থেংনত্রে। পাউ অদু ত্রিপুরা পুলিসনা অশেংবনি হায়না কনফার্ম তৌবগা লোয়ননা হায়রিবা মফম অদুদা লৈবাক তৌথোক্লগা ফুমজিল্লম্বা হেন্দ গ্রেনেদ ১২৭ রিকোভর তৌরে হায়না ফোঙদোরক্লি।

গ্রেনেদ লৈরে হায়বগী পাউ অদু সেন্ট্রেল স্কুল অদুগী মহৈরোইশিংনা মখোয়গী সেনিয়ারশিংদা পীখি অমসুং সেনিয়ার ওইরবা মহৈরোইশিংনা খুদক্তা পুলিসতা পাউ পীরকপদগী থিজিন হুমজিনবগী থবক অদু চখবা হৌখিবনি হায়না ত্রিপুরা পুলিসকী ওফিসিয়েল অমনা ফোঙদোকখি।

মহৈরোইশিংগী শন্নবুং অদুগা থংনবা মফম অদুদা মখা তানা তৌথোক্লনা য়েংবা মতমদা অরিবা গ্রেনেদ১২৭ রিকোভর তৌবা ঙমখি। মখা তানা মফম অদু তৌথোক্লনা অতৈ বোমশিং লৈরিবরা হায়বদু থিজিল্লি। বোম সক্লাদ অমসুং ফোরেন্সিক টিমশিং মফমদুদা থাজিং দুনা মখা তানা থিজিল্লি হায়না ওফিসিয়েল অদুনা মখা তারক্লি।

গৌরনাগর এরিয়াদা লৈবা খুঞ্জাশিংনা ফোঙদোরকপদা হায়রিবা গ্রেনেদশিং অদু ১৯৭১ গী বঙ্গলাদেশ নীং–খা তমহন্নবগী লাল অদুদা শীজিন্নবা ফুমজিল্লগা থন্নরা ওইবা য়াই হায়রি। বঙ্গলাদেশকী নীং–খা তম্বগী লালফম অদু পাকিষ্টানগী লান্মীশিংগী মায়োক্তা চথরকপা মতমদা বাঙ্গলাদেশ মুক্তি যোধাশিংনা হায়বদি নীং–খা তম্বগী লান্মীশিং ত্রিপুরাদা লৈবা সেক্তর ৪ দা কেম্প ৭ লোম শারগা ট্রেনিং পীখিনি হায়না হিস্টোরিয়ান বিকচ চৌধোরিনা ফোঙদোরক্লি।

ত্রিপুরাগী লৈজরিবা মীশিং হায়বদি মীওই ১,৫০০,০০০ অসিদগী হেনবা বঙ্গলাদেশি ১,৬০০,০০০ না হায়রিবা ১৯৭১ গী মতমদুদা চঙজফম লৌদুনা লৈখিবনি হায়নসু মহারূম হায়খি।

বাঙ্গলাদেশকী থা ৯ চুপ্পা চখখিবা নীং–তম লাল অদু মৈমেথং দা ইন্দিয়ানা শৌগৎপদগী ইন্দিয়া অমসুং পকিষ্টানগী মরক্তা চখবা লাল অমগুম মীয়াম্না লৌনখি। হায়রিবা লানফম অদুদা মায়থিরবা পাকিষ্টানগী লান্মী লিশিং ৯৩ না ধকাদা ১৯৭১ গী দিসেম্বরগী ১৬ বাঙ্গলাদেশ সরকারদা চঙজখিবনি। নীংশিংবা য়াবা অমনা ত্রিপুরাগা বাঙ্গলাদেশকা থংননা লৈরিবা ঙমখৈগী শরুক অসি কিলোমিটর ৮৫৬ শাংবা মফম অমনি।

গৌরব গোগোই বি জে পি দা য়াওবগী ৱাফম লৈতে

ওন্নাহাটি, মে ৮ঃ

অসামদা হান্না চীফ মিনিষ্টর ওইরম্বা তরুন গোগোইগী মচানুপানা বি জে পি দা য়াওবগনি হায়বগী মতাং দা অটৌবা রাজনিতিগী রাথোক অমা লাকপগী ফিচমদা লৈরে।

বি জে পি গী লুচিংবা সুরমনিয়ান শুমীনা মহাক্কী স্ত্রিরাদা হান্নগী অসাম চীফ মিনিষ্টর তরুন গোগোইগী মচানুপা বি জে পি দা য়াওবগনি হায়বা তোকঙা অমা লৈরিবসি চুম্না হায়বা মীয়াম্না য়েংবীয় হায়না ফোঙদোরকপগা লোয়ননা করিগুম্বা মসিনা চুম্না তারগদি মহাক্কী ফেরেইন

নিংঙোল ওইরিবী অদু ইন্দিয়ানা সিটিজেন ওল্লকপা য়াগদ্রা হায়বগী রাখল্লোনলা হায়বসি খন্নবা চঙই হায়না ফোঙদোকখি। ৱাফম অদু তরুন গোগোইগী মচানুপাগী মমিং পন্দনা ফোঙদোরকপনি হায়বসি অসামগী মীয়াম্না খঙবন্দগী শ্মাগীগী স্থিট অদুগী মতাংদা পাউখুম কয়া পীনরক্লি। মদুদা বি জে পি না অসামদা পোলিটিক্সকী অমোংশা গেম অমা শান্নরি হায়না ফোঙদোরকপগা লোয়ননা অদুগুম্বা রাজনিতিগী দলদা চোংথোক চোংশিনগী ৱাফম তরুন গোগোইমক্তী মচানুপানা তৌরক্লোই হায়বগী থাজবা লৈ অমসু অসামদদি গৌরব অসি রাহুল গান্ধীনি হায়না লৌনবসু লৈরবনি হায়বনচিংবা ফোঙদোরক্লি।

EMPLOYMENT NEWS
থবক্কী পাও

Uttarakhand Government recruitment 2017-18 Notification 01 Hindi Officer Post
Hindi Officer Uttarakhand Govt:- 31st 01 May 2017

Accountant General, Government of Uttarakhand released new notification on their official website for the recruitment of 01 Hindi Officer vacancies. Job seekers .should apply before 31st May 2017

Govt Department :- Accountant General, Government of Uttarakhand
Job Name:- Hindi Officer
Job Location:- Uttarakhand
Last Date:- 31st may 2017

Uttarakhand Govt Jobs 2017 News
Hindi Officer:- 01 vacancy

Qualification:- Aspirants who wanted to participate for Hindi Officer should have post-graduate degree in Hindi from government recognized university or .equivalent with 3 year experience
Salary Structure:- Rs 9300 – 34800/- Per Month
Age Limit:- As Per company Norms
.Selection Process:- Personal interview
How to apply for recruitment Uttarakhand Govt 2017:- Applicants may apply in prescribed application form along with photocopies of relevant documents and experience certificate send to the Office of Accountant General, Uttarakhand on or .before 31st May 2017
-:Important Dates to remember
Closing Date: 31/05/2017

.....

Sikkim High Court recruitment 2017 apply for 03 Sikkim Superior Judicial service

High Court of Sikkim released new notification on their official website for the recruitment of 03 Sikkim Superior Judicial service vacancies. Job seekers should apply .before 5th June 2017

Government Organization:- High Court of Sikkim
Designation:- Sikkim Superior Judicial service
Posting:- Sikkim
Exam Dates:- 5th June 2017

Sikkim high Court Recruitment 2017
Sikkim Superior Judicial service:- 03 vacancies
Qualification:- Aspirants who wanted to participate for Sikkim Superior Judicial service should have possess LLB degree granted by university established by Law .in India
Salary Structure:- Rs 51500 – 63010/- Per Month
Age Limit:- 18 to 35 years as on 5th June .2017
Selection Process:- will be invited for ..written examination
Fee charges:- Applicants who wanted to participate should pay the below charges through demand draft in the favor of Registrar General < High court of Sikkim, .payable at Gangtok
(General: Rs. 600/- (Rupee six hundred only
How to apply for recruitment Sikkim High Court 2017:- Applicants may apply application form along with qualification a birth certificate and two passport size photograph send to the Registrar General, High court of Sikkim, Gangtok on or before .5th June 2017
-:Important Dates to remember
Closing Date: 05/06/2017

.....

Oil India Recruitment 2017
Notification 07 Drilling Engineer posts

Oil India limited released new notification on their official website for the recruitment of 07 Drilling Engineer vacancies. Job seekers may appear walk – in – interview .on 22nd May 2017

Govt Department:- Oil India
Designation:- Drilling Engineer
Job Location:- Assam
Interview Date:- 22nd May 2017
Oil India Recruitment 2017
Drilling Engineer:- 07 vacancies

Qualification:- Aspirants who wanted to participate for Drilling Engineer should have BE / B.Tech in engineering or PGD in petroleum exploration or equivalent from a .recognized university
Salary Structure:- Rs 67500/- Per Month
Age Limit:- As Per company Norms
Selection Process:- Walk-in-interview

How to apply for recruitment Oil India 2017:- Applicant may appear walk – in-interview along with original mark – sheets / certificate / self – attested photocopies at the time of interview that will be held at Centre of Excellence for energy studies, INTEGRA, RukmniGaon, GS road, Guwahati on 22nd .May 2017
-:Important Dates to remember
Walk-in-interview Date: 22/05/2017

শগোলশেম হেমন্ত খেংজোই চীংশাংদা

(মণিপুর অমদি মপান লমগী পাউমী খুৎপু অমনা ২০০৬ তা চান্দেল ডিষ্ট্রিক্টকী ম্যানমারগা তাইনবা ঙমখৈ পরিংদা চৎলুবগী অরা–নুংঙাই পাউদম লাইরিকনি। ঙসি ফাওবদা খুৎনম তরুকলক পুথোক্তুনা খ্বাইদগী মশীং য়াম্না য়োনবা মণিপুরী লাইরিক ওইরি)

২

চেঙ বেগ ১৩

ঙরাংশী মখা...

অদুনা ঙসি মণিপুরগী য়াওল্লুপশিংনা নীংতম লালহৌ চঙশিল্লিবা অসিগুম্বা লোইলম লৈঙাকলোল অসিগী মায়োক্তনি। ঙসি ঐখোয়না তঙাই ফদনা খুৎলাই পায়রিবা অসিদি ইন্দিয়ান ওক্লপেসন ফোর্সেসনা লান্দারক্লিবা অসিদগী ঐখোয় ইশাবু ঙাকথোকচদুনা ঐখোয়গী নীংখা তম্বা অমুক হঞ্জিনবা ঙম্বনি। মসি ইন্দিয়াগী এক্সপান্সনিই ওইবা থৌশিলনা পুথোকরকপা ফিডমনি। ইন্দিয়ানা মণিপুর লৌশিল্লমদ্রবদি ফিবম অসি লৈরম্লোই। মণিপুরদা ইন্দিয়াগী লোইলম লৈঙাক লৈরমদ্রবদি মণিপুর ইন্দিয়া কনফ্রিক্ট অসি থোক্লম্লোই। ৱাফম অসি ডা. সিধু অমসুং ইন্দিয়া গভর্ণমেন্টনা খন্থবা চুম্মী। মরমদি প্রোব্লেম অমা রাখৈবদা প্রোব্লেম অদুগী হৌরকফম শেংনা খঙবা মথৌ তাই। ঙসি ফাওবদি ইন্দিয়া গভর্ণমেন্টনা মণিপুরগী ফুরুপকী ফংফম থোকপা রাইটশিং অদু ইকায়খুম্নদনা লৈরি। মরম অদুনা গভর্ণর সিধুনা ফোঙদোক্লিবা রাফমশিং অসি মমৈ মকোক শম্নদে, অদুনা মসি ঐখোয়গী মীয়াম্বু লান্না লমজিংনবা হোৎনবনি হায়না লৌদবা ঙমদে।

গভর্ণর সিধুগী রারোলদা, ওক্টোবর ১৯৪৯ দা ইন্দিয়ানা লৌশিল্লবা মতুংদা (হায়বদি, ওক্টোবর ১৫, ১৯৪৯ মমাঙদা মণিপুর অসি ইন্দিয়াগী শরুক অমা ওইরমদে হায়বসি এফর্ম তৌবা) মণিপুর অসি ইন্দিয়াগী অতৈ ষ্টেটশিংদগী য়াম্না শোখহৌরবসু লম কয়াদা প্রোগ্রেস য়াম্না লৈতে হায়দুনা খুদম পীবদা স্পোটস, আর্ট এন্দ কলচর অমদি সোসিএল এর্রান্সেস য়াম্না চাওখৎলে অদু মসিসু 'ইন্সরজেন্সি' না লুমশিন্দুনা লৈবনা হেন্না চাওখৎপা ঙমহন্দ্রে হায়খিবদুদি ইন্দিয়াগী লোইলম লৈঙাক মখাদা লৈরিবা মণিপুরদা থোক্লিবা ফত্তবা পুন্নমক 'ইন্সরজেন্সি' দা তাইশিনবগী হৈনবী অদু উখোকপনি হায়না চেরোল অসিনা হায়না মখা তানা ফোঙদোক্লি।

য়ুমগী লায়য়েং

শগোলশেম ইন্দ্রমনি সিংহ

চাবা (চিঙ্গাক)

তিন্নবা য়াদবাঃ–

ঙাগা শঙ্গোমগা তিন্নরগা চাবা চুমদে, পুক থিল্লি। হকচাংদা মকুপ ওইনা অটোবা ফাওরকই (লিভর স্পোট)।

শঙ্গোমগা সাইব্রস হৈগদি তিন্নবা য়াই। অদুবু হৈয়েন, হৈমাংগুম্বা হৈগা তিন্নবদি য়াদে।

তল চাক, ইরোনবা, অমেৎপা অমসুং আচারগা তিন্নবদগী পুক শাওগৎপা, চাকখাউ অমসুং খোইরীন্দা নুংশিং কাবা থোকই। হঙ্গাম আচার, মোরোক মেৎপা, মোরোক আচার, মোরোক, শিং অশাবা চাবসি পুক্কী বেরা থোকফন্নি। অহানবদা তুম্নবগী ইন্দ্রি অসি য়াম্না মশা ফরবদি অহানবদা কয়া ফত্তে হায়বা খঙদে, মমৈদা য়াম্না কায়বা লাকই। ঐখোয়গী নুপীশিংনা মোরোক য়াম্না চাবনা মমৈদা শিংলি কনশিনবা, ব্লড প্রেসর, অতোপ্পা পুক্কী লায়না, মরীগী লায়না, মেন্সগী লায়না কয়া পোকহল্লি। চনাংগা অশীনবগা তিন্নবা ফত্তে। চনাং তুম্বদা খোঙলৌহল্লি। তুম্বসি চীন্দগী হৌই। চীন্দগী এসিদকা তিন্নমা চাবসি থোইদোক হেন্দোক্লা তুম্বগী পাঙ্গল লৈবা মী নৎত্রবদি তুমদবগী লায়না পোকহল্লিতল আলুদা চম্প্রা ভাইনেগার হাপচিনবসু পুক বেরা তৌহল্লি। নবাব চারগা খরা লৈরগা চাক, আলু, হলুরা চাবা ফত্তে। চনাং য়াওবা পোৎকা চুগী চিনিগা য়াম্না তিন্নবসু ফত্তে। মরমদি পুক্তা অশীনবা কাহল্লি। পুক্কী অশীনবা কাবসি চিনি অসিনা খ্বাইদগী হেঙ্গহল্লি। অদুনা মরম ওইদুনা চনাং তুম্বা ঙমদে। চিনি অমসুং চনাং অসি য়াম্না চাশিল্লবদি, কাবের্বাহাইদ্রেট অদু হেনমনখিবনা চরা অদুদা য়াওরিবা পোৎ অতৈ অদু তাম্বোকপীবগুম থোকই।

য়াম্না তুমগন্দবা, তুমদবগী লায়না কুইনা পক্লবা মীওইদি চনাংগা প্রোটিনগী চামিন্নবা থাদোক্লদবনি। চনাংনা আলকালিন তুমহল্লি। শা–ঙানা এসিডনা তুমহল্লি। তুমদবগী লায়না পোকহল্লি। চনাং অসি য়াম্না শায়রগা (সেলিভা) তিনগা ওক্তুনা শায়দুনা তিম্রগ্রা পুক্তা হেক তাবদা আলকালি অদুনা এসিদ য়াম্না থোকহল্লি। পুক্কী ওইবা ওৎপা থবক অদুনা তিন, চনাং এসিড অদুগী তিন্নরগী খোয়রীন হেক য়ৌনদা এসিড অদুনা খোয়রীনগী মহী অদু য়াম্না থোকহন্দুনা ফুট ২০ হেন্না শাং ইবা খোইরীন অসিদা খোইরীনগী মহী আলকালি অদুনা চনাং তুমহনবনি। চনাংদি চীন্দগী তুম্বা হৌই। খোইরীন্দা লোই। শানা পুক্তগী তুমই। চীন অমসুং খোইরীন চঙদে। শা হেক চাবদা পুক্তগী এসিড য়াম্না থোরকই অদুনা শা অদু তুমহল্লি। মপুক অদু এসিড ঙাক্তনি। মশাগী ঈসু এসিড ঙাক্তা শাদগী থোকই অদুনা শা অদু মবুক থন্নবা চাশিল্লগা ঈশিং থকচিল্লি। মদুদগী চয়োল ১–২ করিগুম্বা অমত্তা য়াদে। এসিড অদু চরা হেনবা অদুনা তাথহল্লি। খল চানা থমই। মদুগী শা অমুক ফারগা চায়। চনাংনা চীন্দগী হৌরগা খোইরীন্দা তুম্বা লোই। শানা পুক্তদা অশীনবা য়াম্না কাহল্লগা তুমই।

মশা ফবা, চাবা তুমদবা লৈতবা মীদদি ঈয়া য়াই অদু নৎত্রবদি শানা পুক্তা তুমগদবদু চাকয়াম অদুগা তিনগা তিন্নদুনা চঙখ্রগা পুক্তা পুং ১–২ দং লৈরদ্রগা খোইরীনগী আলকালিদগী ওইবা রস অদুগা লোয়ননা ফুট ২০ হেন্না শাংনা চৎলি। তুম্বগী থবক্তি খোইরীন্দা তৌদবনা পথ–পুমথবা অদুম হৌই, মাংবা য়াহন্দে।

মথং মথং...