এডিটোরিয়েল

লমগী কান্নবা খঙলকপা

ইন্দিয়াদা হৌখিবা চহী কয়াদগী হেনগৎলক্লিবা মীশিংগা পোখোক পুথোক্কদৌরিবা লৌবুক্কী শরুক্কা য়েংনবদা পোখোক পুথোক্কদৌরিবা লমগী শরুক অসি কা-হেন্না হন্থরে হায়বসি খঙদুনা লাকই। অদুবু ইন্দষ্ট্রিয়েল পোলিসিরোমদা কা-হেন্না মীৎয়েং চঙখিবনা মরম ওইরগা লৌবুক কন্নবা থৌরাংদি পায়খৎখিদে। মখা তারকপদা মেন লেন্দ ইন্দিয়াগী মফম কয়া অমদি ইন্দষ্ট্রিয়েল ইষ্টেটনা হেনগৎলকপদগী মদুগী অশোয়বা পোলিসি অদু খঙলকপগা লোয়ননা শেল ফংগনি অমসুং পোখোক মরাং কায়না পুথোক্তুনা মীওই পূন্নমক ইনাকখুনবা হায়বদু ওইহনগনি হায়বা ইন্দিয়া গভর্ণমেন্টকী মীৎয়েং অদু লাল্লে হায়বসি ৱেষ্ট বেঙ্গলগী সিঙ্গুর দিষ্ট্রিক্টতা লৌবুক পূন্নমক খোপচিল্লগা ফেক্টরী অমা শানবা হোৎনরকপদা লৌমীশিংনা হৌরকখিবা ঈরাং অদুদগী লৌশিং তানরকখি হায়না লৌবা য়াই। মসি মীয়াম্না এগ্রিকলচরগী পোখোকশিং পুথোকপগী তঙাইফদবা অদু খঙলকপদগীনি হায়বা তাই। শেলখক্তনা নৎত্রগা শেঞ্জাও পায়বা মীওই খরনা পায়খৎপা অরানবা পোলিসিনা মরম ওইরগা মীচমশিংগী তঙাইফদবা চান-থক্লবগী পোৎলমশিং ফংহন্দনবা নৎত্রগা পোখোক হন্থহন্নবা হোৎনবা হায়বসি অচুম্বা থৌশিল নত্তে হায়বসি লৈঙাকসিনা খঙফম থোকপনি। মমাঙগী লৈঙাকশিংদা চান-থক্লবা পোৎলমশিং মপানদগী পুশিল্লক্লগা মীয়ামদা ফংহনবগী থৌশিল অমা পায়খৎপদৌনা উখি অমসুং মরুওইনা মণিপুরগুম্বা ষ্টেট অমদদি মপান লমদগী পুশিল্লকপা পোৎলমশিং অদুনা পুক থনবা ঙমদবা মীওইনা হেন্না মীশিং য়াম্বা ওইবনা ইরমদমগী লৌবুকশিংদগী থোরকপা পোৎলমশিং অদুদা হেন্না লুম্না লৌই।

চীংদদি মতম অমদা ইরমদমগী পোখোক অসিনা চাবা কোন্নবদগী হেন্না পুথোক্লম্বা ষ্টেট অমনি হায়না হায়বা তারবসু লমদমসিগী লৌবুকশিংদা শাজিল্লক্লিবা ইন্দষ্ট্রিগা মরী লৈনবা কয়া অমনা মরম ওইরগা নোংম-নোংমগী লৌবুক্কী অপাকপসি হন্থরক্লি হায়বসিমদি কাউথোকপগুম লৈখি। লোক্তাক পাৎতা ফাওবা লম খোপচিল্লগা য়ুম-কৈ শাজিল্লকপগী ফিভম অমদা লাক্লিবা কয়া অসি ঙসিগী লৈঙাক্লা অমুক্তদা লৌশিং লাকপদৌনা থিংনবা হোৎনগনি হায়বসি কদায় ফাওবা য়ৌনা থবক্তা ওম্থোকপা ঙমগদৌরিবগে হায়বসি খন্থবগী মথৌ তারি। চীংদা উ-ৱা য়াম্থৎপা থিংবা অমদি অনৌবা উপাল থাবগী প্রোগ্রামশিং ফাওবা মায় পাকপা ঙমদবা ষ্টেটসিদা লৌবুক্তা শাগৎলক্লিবা ট্রেকচরশিং অসি লৌথোকহন্নবগী থবক পায়খৎপগী মথৌ তারে হায়বা ৱাফম অসি থবক্তা ওম্থোকপা ঙমগদ্র হায়বা ৱাহং অমা মীয়ামদগী লাক্তবা নত্তে। অদুবু অনৌবা লৈঙাক অসিনা ষ্টেটসিদা অওনবা অমা পুরক্কনি হায়বগী থাজবা পীখিবা লৈবনা মদু ঙাক্লবা হোৎনবদা তঙাইফদনা ষ্টেটসিগী এগ্রিকলচরেল প্রদক্টশিং অসি কা-হেন্না নৎত্রবসু লমদমসিগী মীশিংগী চাবা কোন্ননবা পুথোক্লবা হোৎনরকপা য়াই হায়বগী থাজবদি লৈ। মসিদা ৱাহৈনা মীয়ামদা খঙহনবগী মহুত্তা থবক্তা ওইনা পায়খৎলগা উৎপদুনা হেন্না ফগদ্রা অমদি মীয়াম্না পামগদ্রা হায়বসিসু খন্থবগী মথৌ তাই।

এডিটরদা থারকপা চিঠি

জুন ২১, মালেমগী যোগ নুমিৎ আয়ুশ দিপার্টমেন্টনা কমদৌরি?

ইকায় খুম্নজরিবা এদিটর,

হৌখিবা চহী ২০১৫, জুন ২১ নোংমাইজিং নুমিত্তা অহানবা ওইনা মালেম শিনবা থুংনা ইন্টরনেসনেল যোগ দে পাঙথোক্লখ্রে। চহী অসিগী ওইনা অনীশুবা মালেমগী যোগগী নুমিৎ অসি লাক্লিবা জুন ২১, লৈবাকপোকপা নুমিত্তা পাঙথোক্লবা ভারত সরকারগী মখাদা লৈবা অয়ুশ দিপার্টমেন্টনা ভারতকী দিষ্ট্রিক্ট খূদিংমক্তা মেগী তাং ২১ দগী হৌদুনা জুন ২০ ফাওবা থা অমা চুপ্পা পাঙথোক্লবা তোঙান তোঙানবা এনজিও শিংদা শীন্নরকখ্রে। যোগগী শাজেলবু মালেম পুম্বদা হেন্না পাক শন্না খঙহনবা অমদি মসিগী কান্নবা ফঙহনবগী মরমদি মীপুম খূদিংমক মশা-মউ ফবা পূক্লিং হকচাং শেংনা লৈননবা অমদি মালেম পুম্বগী ওইবা ইং-তপ্পা, শান্তি ওইবা মওংদা লৈমিন্নবা থৌরাংনি। অসিগুম্লবা মালেমগী ওইবা চাউখ্রবা থৌরাং অসিবু শীল-লাঙনবা মণিপুরগী সরকারগী অয়ুশ লোইশঙনা খনগত্তুনা ভারত সরকারগী সেন্ট্রেল কাউন্সিল ফোর রিছার্চ ইন যোগ এন্দ নেচরোপেথিদা থাগৎপীখিবগী মতুংইন্না হায়রিবা প্রোগ্রাম অসিবু পাঙথোক্লবা মণিপুরগী দিষ্ট্রিক্ট ৯ গী এনজিও ৯ দা সেন্তরদগী শীন্নবীরকখ্রে। হায়রিবা খনগৎলবা এনজিও শিং অসিগী মনুংদা হান্নবা যোগ শান্নজবা নৎত্রগা নীংথিনা ত্রেনিং চৎলুরবা যোগগী ওজাশিং য়াওবা এনজিও ২।৩ শুনা য়াওরমগনি থাজদে। অসুক ফজবা যোগ প্রোগ্রাম অমবু য়াম্না য়াংনা খনখিবা অসিমদি যোগবু নুংশিজবা অমদি চাং নাইনা শান্নজরিবা যোগগী ওঝাশিংগীদমক্তদি লাইবক থিবনি। এনজিও শিংনা পাউচেদা যোগ শান্নবা হৌখ্রে হায়না ফোঙদোক্লবসু ঙসি ফাওবা সংস্থান অমত্তনা ফজনা শান্নবগী পাউ ফঙদ্রি। মতাং অসিদা যোগবু নুংশিজবা অমা ওইনা হায়জনিংবদি প্রোগ্রাম অসিবু পায়বীগদবা এনজিওশিংনা পুকচেল চাউথোকপীদুনা থম্মোয় শেংনা অথুবা মতমদা থবক হৌহন্নিংই। শেলতগী ওইনা উবগী মহুত্তা থা অমা তম্বীরুদ্রবসু নুমিৎ ১০ নিদং নীংথিজনা তম্বীবদা ময়ামদা কান্নবা খর খরদং ওইরবসু ফঙবা ঙমগনি হায়না নিংজে। ইশা ইশাগী ওর্গনাইজেসনশিংদা পীরক্লিবা গাইদলাইন মুন্নাপাবীরগা হোৎনহন্নিংই। সরকারগী শেন্থং ফঙলোইদবা যোগবু পামজবা অতোপ্পা লন্নাই এনজিওশিংনা শীংনবা অমগা লোয়ননা যোগ দে বু পাঙথোক্লবা হোৎনরকপগী ঈ-পাউ, পাউচেশিংদা থেঙনজবদা নুংঙাইবা ফাওজে। হৌজিক্কী মতমদা যোগ হায়বসি মীপুম খূদিংমক্লা তঙাইফদনা হকচাং ফননবগীদমক্তা যোগ শান্নবীয়ু। যোগগী মশান্না অসিবু খরদং খঙখ্রবদি মতম শাংনা নুংঙাইনা পুন্সি লেনবা ঙমগনি খঞ্জে। খ্বাইদগী চম্বা হকচাং ফনা লৈনবা পাম্বেদি যোগ শান্নবনি। হকচাংনবু ফরবদি ঐখোয় তৌনিংবা থবক তৌবদা নীংতম্না নুংঙাইনা তৌবা ঙমগনি। অনাবা কয়াদগী ঙাকথোকসি হায়রবদি চাং নাইনা যোগ শান্নবীয়ু, অচম্বা ৱাখল, অচম্বা চীঞ্জাক, অচম্বা পুন্সিনা ঐখোয় অশেংবা নুংঙাইবা অদু ফঙমিন্নরসি।

অদোমগী
ডা. কে বসন্তা সিংহ
এম.ও অয়ুশ, পিঐচসি য়াম্বেম।

জুন ১৮ গী থৌদোক সরকারনা ষ্টেটকী থাক্তা ইকাইখুন্নবা উত্তুনা পালন তৌফম থোকই

“মথৌনা লৈবা লুচিংবশিংনা নীয়ম চুন্না শক্তি শিজিন্নদুনা অরানবা তৌবশিংবু লাকশিনবা অমদি দন্দী পীবা ঙম্মী। ৱাথোক লাম্হোক্কী ৱারি লিখুনশিং অকক্লবা পনখৈ থমদুনা মমি শামহনবসু ঙম্মী। পাংদবা অশোনবা লুচিংঙবশিংনা নীংঙাইদনা লৈথোকই। ৱাথোক লাম্হোক্কী মৈরী চুখৎলী। মখোয়গী শক্তিদি অচাকপা মৈদা ঘী হৈজিনবগা চপ মান্নে।”

টিঐচ উদোই লুৱাং

পৃথিবীগী চাওখৎলবা লৈবাকশিংনা মাগী মাগী ফিলোসোফি অমদি কলচর ময়েক শেংনা লৈজবগুম অদুঙৈ নিংশিংবা থোক্ত্রবা মতমদগী হৌনা মণিপুরিশিংগী ফিলোসোফি অমদি কলচর ঙসি ফাওবা ময়েক শেংনা লৈরকলি। ফীভম মতম অমদি খুদোংথিবা তাঞ্জাশিংদা মীশিং য়াম্বা ইন্দিয়াগী শক্তিনা মণিপুরবু ওক্তোবর তাং ১৫ ইং ১৯৪৯ দগী ইন্দিয়াগী ফীবান্নুংদা তিনশিনখি। ইন্দিয়াগী চৎন পথাপ (কন্সটিট্যুসন)গী মতুং ইন্নসু মণিপুর সরকারনা মণিপুরগী লমখৈ মতিং লৈনা ঙাকচনবগী অয়াবা পীরি। মণিপুর প্রজাশিংগী অপূনবা শক্তম ঙাক্লনবা অমদি শান্তি থমদুনা চাওখৎ থৌরাংগী থবক থৌরমশিং মপুং ফানা পাংথোক্লনবসু ময়েক শেংনা পল্লী। মণিপুরী প্রজাশিংগী মীহুৎনা (এম. এল. এ) প্রজা অপূম্বগী মহুৎ শিন্দুনা শেম্বা মণিপুরগী সরকারনি। লৈবাক্কী অমদি আইনগী শক্তি পূন্নমক মীহুৎশিংগী সরকারনা পায়দুনা অকক্লবা মণিপুরগী পৈখে মনুংসিদা সুপ্রিম ওথোরিতি ওইরিবনী। সুপ্রিম ওথোরিতি ওইরিবা সরকারনা মীৎকুপ নাহুম শিংনা মণিপুরগী লমখৈদা শিংনরকপা অমদি অপূনবগী শক্তমদা থুগাইরকপা য়াবশিং য়েংশিনফম থোকই। দরকার লৈবা থবকশিং খুদক খুদক্তা লৌখৎপা সরকারগী দাইত্যানী।

নাগালেন্দগী এন এস সি এন (আই এম)না ইন্দিয়াদগী মনিংতম্বা নাগালেন্দ শেমজনবা ইন্দিয়াগা নোংমৈ কাপ্পবা নৎত্রগা শান্তিগী ৱারি শানবদা মণিপুরগী লমখৈ লানশিল্লকফম থোক্তে। ওন্ন-তৈনবদা মণিপুরশিংগী দর্শন-শাস্ত্র অমদি পুৱারীগী লীকলম খংদবা ভারতকী লৌনম হৈবা পোলিটিকেল লুচিংবশিংনা মণিপুরগা মরি সুকলৈ লৈনদবা এন এস সি এন (আই এম) থেন্ননবা হোৎনবদা মণিপুরগী লমখৈ মনুং য়াওশিল্লকখি। মণিপুরগী অপূনবা কাংলুপ জাতি ৪০ রোমসিগী মনুংদা নাকপাক তানহন্নবগী দিবাহৈ এন্দ রুল গী মৈরী চুখৎলকখি। মসিগী মহৈনা মণিপুরগী অপূনবা শক্তম মচেৎ মচেৎ থুগাইরক্তুনা অকক্লবা লমখৈ লৈরক্লোই। ইং ২০০১ গী জুন তাং ১৪ দা ‘ৱিদাউট টেরিতোরিয়েল লিমিটস’ হায়বা ৱারোল য়াওবা ইন্দিয়া অমসুং এন এস সি এন (আই এম) অনীগী বেঙ্কোক এগ্রিমেন্ট অসি খুনাই অমবু এঙ্গল কয়ামরুমদা পুমমাং মাংহনবা ঙম্বা তমথীরবা লল্লোংনী। ফীভমসিদা খুদক্কী ওইবা মণিপুর সরকারগী ওইথোকপা য়াবা ফীরেপ লাওথোকখিদে। পারী পুরিশিংনা অরৎপা লৈতনা ঈখেং চেন্থরবসু পুন্সি পোল্লোই ফাওবা মণিপুরগী লমখৈ অমসুং অপূনবগী শক্তম ঙাক্তুনা থম্বীরমলিবা ঈমালৈবাক্কীদমক সুপ্রিম ওথোরিতি ওইরিবা মীয়ামগী মীহুৎশিংনা করিসু তৌবা ঙমখিদে, মতিং মথৌনা ফুদোকখিদে। মাংলমচৎকী ৱারি অমদি তুংগী পোরম খংবা মমা লৈবাকপু নুংশিজবা খোইশাওনরবা মীয়াম্না তাইনফম থোকপা সরকারদা তাইনবা তাবনী। মণিপুরগী কাচিন কোইয়া শিন থুংনা খাবৈ খারা শাদুনা অপূনবগী শক্তম থুগাইন্নবা শিল্লিবা খুৎলিংবা খুৎলায় পায়বা এন এস সি এন দদী করিসু তৌবা ঙমদ্রবসু মীয়ামগীদমক চংশিনখিবা খোংজংলোইশিংদা সরকারগী সিফাইশিংনা অরৎ অখম লৈতনা নোংমৈ কাপশিনবীদুনা মমল য়ামলবা মীওই ১৮ গী পুন্সি নুমিত্তুমক্তদা পীখন্নহনখিবনী। তমথিরবা থৌদোক্তুগী অশোক অপনশিংনা মরম ওইদুনা অতোপ্পা মীওই ৫ গী পুন্সিসু মতুংতারকপদা পীখন্নহনখি। মমা লৈবাক্কীদমক, তুংলমচৎকীদমক, শিব কীদনা মীয়াম্না অঙকপা ফংনা লেপ্পা লৈতনা সরকারগী মথক্তা খোংজং চংশিনখিবনী। শক্তমদি মণিপুরগী য়ানবা পারী পুরিগী ঈ শেংদবা সরকারগী য়ুনির্ফোম শেৎপা মীতম্বান খৌবুনাইশিংনা মজাতিগী শক্তম কন্ননবগীদমক, অপূনবগী শক্তম ঙাক্লনবগীদমক থৱাই খুবাক্তা হাপ্তুনা চংশিনখিবা খোংজংলোই ইরৈচাশিংদা তমথিনা ওৎ নৈবীখি, কয়া অমনা শোইনাইহনখি, কয়া অমনা শরু শয়াং থুদেকপীদুনা হীংবগী অর্থ থোকহন্দ্রি। পূন্নমক ওইদুনসু শিবা কিদবা অপূনবা শক্তিগী মমাংদা ইন্দিয়া গভর্ণমেন্ট খাংবা ঙমখিদে। জুলাই তাং ২৭ তা ‘ৱিদাউট টেরিতোরিয়েল লিমিত’ হায়বা ৱাহৈ অহুম অসি লৌথোকখি। থৌদোকসিদগীসু তশেংনা খংবা ঙম্মী। মদুদি – ষ্টেট নৎত্রগা সেন্টরগী লৈবাক ঙাকলিবা পোলিটিকেল লিদরশিংনা অরানবা থবক তৌরবদি সরকারদা থমলম্বা প্রজাশিংগী থাজবা হেক্তা মাংখি। লৈবাক ইরাং হেক্তা হৌই। মসি সরকারনা শান্তি থুগাইবনী। শান্তি লৈত্রবদা পীবা ফম নত্তবা লিদরগী শক্তি ময়াই চমলোই হায়নিংঙাই লৈতে। পোলিতিকেল লিদরশিংনা চেকশিনবীগদবদি, লৈবাক অমা নৎত্রগা অপূনবগী মীওইবা খুনাই অমা লৈখা তানা মাংহন তাকহনবা হায়বসি হকথেংননা নৎত্রগা নাকোক্ইননা অতোপ্পশিংনা খূৎ থিংজিল্লকপদুনী। মণিপুরগী ওইনদি মাংলমচত্তগী সেন্তরনা থেংখাং থেংখাং কয়ামরুমদা দিবাই এন্দ রুল গী পোলিসি নৎত্রগা লাল্লোং কয়ামরুম চত্থদুনা লাকলি। ওইরকলিবা ফীভমসি এঙ্গল অনীসিগী মনুংদা অমা ওইবা য়াই। অহানবা এঙ্গল ঃ সেন্তরগী লুচিংবশিংনা মণিপুরিশিংগী নীংতমলম্বা পুৱারী খংবদগী অপূনবগী শক্তম থুগাইদুনা উপাই অমদি শক্তি লৈত্রবা মীওইবা খুনাই অমা ওইহন্ননবগী পোরম য়াৎপা, অনীশুবা এঙ্গল ঃ মণিপুরগী শোল্লিতিকেল সিনারিও য়েংলুবদা লাইরিক – লাইশু নীংথিনা হৈরবা অমদি ঈমালৈবাক্কীদমক কথোকপা ঙম্বা মীওইশিং ভোত কাদুনা লৈঙাক্কী চুপ্পী পায়বা পোলিতিকেল লিদর ওইবা ঙমদে। ব্লেক করবার তৌবা, লল্লোনবা অমদি খপতোক খপচিন সাফোইদা হৈথোই শিংথোইরবা শেঞ্জাও পায়বা মীওইশিংনা মীয়াম্বু পৈশানা থম্মাইদুনা ভোত কাবা ঙম্মী। অসিগুম্বা লিদরশিংনা অশানবা মীৎয়েংগা লোইননা লৈবাক্কীদমক মথৌনা লৈনা করিসু তৌবা ঙমদে। অহোইনদুম মশাগী পোকফম কাওথোক্তুনা শেন্দোংগী থবকশিংদা মপুং ওইনা মায় ওনশিন্নে। খংদবা হৈতবদগী অনম অহা চুরবা অসিগুম্বা পোলিতিকেল লিদরশিংনা সেন্তরগী পোলিতিকেল লিদরশিং নীংথিনা ওফিসিয়েল ওইনা রিএলিতিদা ৱারি-ৱাতাই শাদুনা তৌগদবা অমদি তৌরোইদবা থবকশিং ভাব তাহনবা ঙমদবা কয়াদগী লমদমসি লৈখা তারকপনি।

অমবু ওইরে অমবু ওইরে মণিপুরনা ইন্দিয়ান কন্সটিট্যুসনগী মখাদা লৈরবসু মণিপুরগী লমখৈ মাংবা নৎত্রগা কায়বা য়ারোই অমদি মণিপুরগী অপূনবা শক্তম থুগাইবা য়ারোই হায়বসি শান্তি লৈনা অমসুং নুংশিননা হীংমিন্ননিংবা মণিপুরী প্রাজাশিংগী অচেৎপা ফীরেপ্পী। পুৱারিদগী হৌনা লেংদ্রবা শক্তম লৈজবা ‘মণিপুরগী অপূনবা শক্তম’ অসি লৈবাক্কীদমক থৱাই কথোকপা ঙম্বা অথৌবা অথৌবী মপারী মমোমলোইশিংনা জুন ১৮, ইং ২০০১ দা শিংনরকপশিংবু পুন্সি পোল্লোই ফাওবা মাইয়োক্লদুনা লেংদনা থম্বীরমলে। মখোয়সি লাইহাক্তক্তগী লৈরকলবা অপূনবগী শক্তম কন্ননবা ঈশ্বরনা থারকপা দুত শিংনী হায়দবা ঙমলোই। শক্তম অসিগী মনুংদনী লৈবাক্কী শক্তি পায়রিবা লুচিংবশিংনা মনিং তমজরিবা। লুচিংবশিংসিনা ভোত কারক্তুনা তৌরিবা অমদি তৌগদৌরীবা থবক খুদিংমক ‘মণিপুরগী অপূনবা শক্তম’ অসিগী মনুংদনী। পূন্নমকশিংসি কক্লিংঙাই লৈতনা চুম্বনা জুন ১৮ গী থৌরম অসি সরকারনা ষ্টেটকী থাক্তা অচৌবা থৌরম পাংথোক্তুনা পালন তৌফম থোকই। থোইদোক্লা শিংথানিংঙাই ওইরিবা ৱাফমদিঃ পারি পুরী হাকতক্তগী অমদি ইন্দিয়ান কন্সটিট্যুসন্না য়াদুনা থমলবা মণিপুরগী লমখৈ অমসুং অপূনবগী শক্তম কন্ননবগীদমক সিবিল সোসাইটি শিংগী অপূনবা লূপ অমুকো অমসুং য়ু সি এম অনীনা মীয়ামগা লোইননা জুন ১৮, ২০০১ গী খ্বাইদগী মরু ওইরবা নুমিৎ – থৌদোক অসি ঙসি ফাওবা ডি গ্রেট জুন অপরাইজিং, য়ুনিটি ডে মীংথোন্দুনা অথৌবা অথৌবীশিংগী য়াতাফম কেক্রুপাৎ, ইম্ফালদা পালন তৌদুনা লাক্লি। মখোয়গী মফমদা থম্মোইগী ওইবা ইকাইখুন্নবা উত্তুনা হৈকৎ লৈকৎ তল্লী। অপূনবগী মীফম ফমদুনা জাৎ-বীজাৎ, কাংলুপ জাতি পূন্নমক্কী অমত্তা ওইবা ‘য়ুনিটি’ শাগৎলী। আইন অমসুং এক্ত ওইরকপা য়াবা ইন্দিয়া গভর্ণমেন্টকী তমথিরবা ৱারোলশিং অদুদি প্রজা মীয়াম্না মুৎথৎখ্রে। লুরিবদি – ইন্দিয়াগী চীনগা খূৎকা মান্নদবা, প্রিন্সিপল লৈতবা থৌওংশিংনী। থিওরিতিকেল্লী মণিপুরদা সিজ ফয়ার এক্সতেন্ত তৌদে। অদুবু প্রাক্তিকেল্লী ১৯৯৭ অগস্ত ১ দগী ঙসি ফাওবা এন এস সি এন (আই এম) অমসুং ইন্দিয়াগী নোংমৈ কাপ্নদবা, মণিপুরদা সিজ ফয়ার এক্সতেন্ত তৌরি। চীংগী জগাশিংদা আই এম গী দেজিগনেতেদ কেম্পশিং মরাং কাইনা লৈরি। লম্বী সরকশিংদা নমদুনা তেক্স লৌরি। মখোয়গী ওইবা তোঙানবা কোর্টশিং লিংখক্তুনা তমথিরবা শক্তিশিং মনিং তন্না শিজিন্নরি। সেন্ট্রেল ফোর্স শিংগা তোৎনা তিন্নদুনা মনিং তমলি। মখোয়গী ওইবা নীয়ম নীতি কাংলোন পুথোক্তুনা চীংমী তম্মী প্রজাশিংদা খাংঙমদ্রবা চৈনা কয়ামরুম তত্তনা পীরি। লৈরিবা ফীভম অসিদা মণিপুর সরকারগী চপ চাবা ফীরেপ লৈবা মথৌ তাই। থৱোই ৱাওইদা নীংঙাইদনা লৈথোকপদি খংহৌদনা হৌরকপা নোংগুম তমথিবা ফল লাক্লোই হায়নিংঙাই লৈতে। মতিং মথৌনা লৈনা থবক খুদিংমক তৌরিবা অনৌবা বি জে পি গী এন বিরেন সিংহনা লুচিংবা সরকারনা প্রজা মীয়ামগী সেন্টিমেন্ট খংনা লমখৈগীদমক অমদি অপূনবগী শক্তম কন্ননবগীদমক ওইথোকপা য়াবা থবক অথুবদা করি তৌরক্কদগে হায়বদো য়েংখিবা তারি।

যোগ অমসুং প্রানায়াম অমসুং মসিনা পীবা কান্নবা

ডাঃ সগোলশেম কুলচন্দ্র সিংহ

কুনমাথোইশুবা সেঞ্চুরি অসিদা যোগ শান্নরিবা মশান্ন অসি থাইনগী মতমগা য়ান্না খেৎনরে। মেডিক্যাল সাইন্সগী মীকুপ খুদিংগী মখল কয়াগী হিদাক্তগী চিংনা চাওখৎপগা লোয়ননা নোংমা নোংমগী পুথোরকই। অহোংবা লাকপগা লোয়ননা থাইনগী ক্লসিকেল যোগসনশিংসু হৌজিক্তি ৱাখলদগী থোরকপা লাইনা সাইকোলোমেটিক অ্যালমেন্ট (Psycho-somatic ailment) শিংগা ফহন্নবা, নাহন্দনবা- নাবদগী ফগৎহন্নবা যোগ থের্যাপিরোমদ ওনশিল্লকলে। নারিবা অনাবা অদুগা মরি লৈনবা আসনশিং অহৈবা trained (ট্রেনদ) তৌরুরবা যোগ এক্সপার্টশিংনা অনাবশিংদা পীবা হৌনরকলে।

যোগ মশান্না শান্নবদা নাদবা মীওইশিংগী নত্তনা অতৈ অনাবা লৈবা মীওইশিংদা তোঙান তোঙানবা আসন ময়াম চান্নবা মওংদা পীরে। অনাবা মীদা পীবা য়াবা-য়াদবা আসন ময়াম লৈ। অনাবা অদুগা চান্ন চান্ননা ফগদবা আসনশিং খক্তমক পীনরে। লাইওং খেৎনবগী মতুং ইন্না আসনশিংসু খেৎন-খেৎননা পীনরে। খুদম ওইনা Diabetes Metllitus Type I অমসুং Type II দা পীবা আশনশিং তোঙান তোঙাল্লি। Type I দা পীবা মতমদা মসিগী নক্লবা নারক্কদবা অতৈ organ শিং শন্না হায়রগা Neuropathy শিংলী নাওরি শোনজিল্লকপা, Retinopathy (মীৎ উশিল্লকতবা/শোকচিল্লকপা) rephropathy (Kidney) শোকচিললকপা অসিনচিংবা হাকচাংগী শরুকশিং শোক্লকতনবা মাংজৌননা করিগুম্বা অমা থোকহনদনবা অমসুং অনাবা ফননবা তোঙান তোঙানবা ষ্টেপশিং অসিগী এক্সরসাইজ লৈ। অসুন্না অনাবা মীওই অদুগী পীগদবা এক্সরসাইজ অসি শন্না হায়রবদা হোল্লিষ্টিক অ্যাপ্রোচনি। অদুগা অনিশুবা মখল টাইপ টুদা পীবনা মী অদুগী লাইফস্টাইল, ফুড হ্যাবিত অমদি মশাদা লৈবা ষ্ট্রেস লৌথোক্লবা হোৎনবা অমসুং অখন্নবা মখল মখলগী শাজেল লৈ। মদু পীদুনা অনাবা অদুবু কোকহন্নবা মতেং চাওনা ফংই।

হৌজিক যোগ থের্যাপি অসি হোস্পিট্যাল, এমস, নারয়না হরুদয়াল (বেঙ্গালুর) অসিনচিংবা কয়াদা তঙাইফদনা হাপলে।

যোগ থের্যাপিগা অ্যালোপ্যাথি থের্যাপিগা চৎমিন্নগনি। যোগ থের্যাপি তৌদ্রিঙৈদা Clinical Examination তৌবা তঙাইফদে।

যোগ থের্যাপি অসি করিগুম্বা মখলগী-ধর্মগা মরী লৈনদে। It is a part of life, art of living অমসুং art of science নি। অনাবা অদুতবু কোক্লবা হোৎনবনি। ৱাফম অসিগী ফোং ফোং শারিবা ৱাফমদি জুন ২১, ২০১৫ দা International Yoga Day পাংথোকখিবা অসিনি। September 2014 দা ভারতকী প্রধান মন্ত্রি নরেন্দ্র মোডিনা সংযুক্ত রাষ্ট্র অঙ্ঘদা থমখিবা ৱাফমদি হৌজিক মালেমদা হাৎন শুনবা, terorism হেনগৎলকপা অসিনা মালেমদা শান্তি লৈত্রে। মালেমদা শান্তি পুরকপা তারগদি যোগ অমসুং প্রণায়াম তৌবা তাই। মরম অসিনা জুনগী ২১ দা International Yoga Day তৌনবা য়ান্নখিবনি। United Nations দা তোঙান তোঙানবা ধর্ম্ম চৎপা কাংবু ঙাক্তনি। United Nations গী ইতিহাসতা খ্বাইদগী তেনবা মতমদা (100 days দা) লৈবাক ১৭৭ না ভারতকী প্রধান মন্ত্রি নরেন্দ্র মোডিনা থমখিবা ৱাফম অদু য়াখিবনি। হায়রিবা লৈবাকশিং অদুদা মুসলিমগী লৈবাক ৪৭ সু International Yoga Day দা শরুক য়াখি।

হৌখিবা চহিদা ভারতকী কোনুং ন্য দেলি গী রাজপঠদা ইন্টরনেন্সনেল যোগা ডে গী প্রোগাম দা লৈবাক ৮৪ গী মীওইশিংনা শরুক য়াখি। প্রোগাম অদুদা মুসলিম লৈবাক ৩৬ গী মীহুৎসু য়াওরমই। হায়রিবা প্রোগাম অদুদা ভারতকী প্রধান মন্ত্রি নরেন্দ্র মোদিগা লোয়ননা নুপী, অঙাং, অহল পূন্না মীওই ৩৫, ৯৮৫ না শরুক য়াখি (সঙ্ঘ মার্গ, লমাই ৩, ২৮ জুন ২০১৫)।

International Yoga Day গী নুমিৎতা পূন্না পৃথিবীগী লৈবাক ১৯২ গী মীওই অরব অনিনা যোগসন তৌখি।

যোগ Communal নত্তে

হায়রিবা ৱাফম অসি আমেরিকাগী অদালত অমনা লাওথোকখ্রে। হৌজিক অমেরিকাগী স্কুল কয়াদা যোগগী ক্লাস তৌরি। (হিন্দু গর্জনা-লমাই ৫, জুন ২০১৫)

পাকিস্টানগী লাহোরদা শখস শমশাদ হৈদরনা পাকিস্টানগী সেনা (লান্মী) দা যোগ তম্বীরি অমদি কেম্পশিংদা মীওই লিশিং লিশিং কয়া-চহি ১১ দগী হৌনা যোগগী ট্রেনিং পীরি। মহাক্কী নুপী শুমাইলা অমদি চাওরাক্লা শিষ্য ৬৮ না মতেং পীরি। মরম অসিনা পাকিস্টানদা শমশাদ হৌজিক ‘যোগী’নি হায়না শকখঙনরি। (পথিক সংদেশ, লমাই ১৯, জুন ২০১৫)

অতোপ্পা ৱাফম অমনা সিংগাপুরগী শান্ন খোৎনবদা যোগসু য়াওখ্রে। (পথিক সংদেশ, জুন ২০১৫, লমাই ১৯)

আষ্ট্রেলিয়াগী প্রধান মন্ত্রিনা “International Yoga Day” দা হায় চহি লিশিং কয়াদগী যোগনা নাদ য়েক্তনা মশা মউ ফবা মীওই অমা ওইহল্লি।

কনাগুম্বনা চাং নাইনা মশাগী ঙমজবা চাংদা যোগ তৌরবদি মহাক হকচাং ফগনি, নুঙাইগনি অমদি মকা লামগনি। হায়রিবশিং অসি সাইন্টিফিক ওইবা মওংদা চাংয়েং তৌরে।

(ক) হর্বাদ স্কুল ওব মেডিসিন, য়ু, এস. এগী কার্ডিওলোজিষ্ট ডাক্তর হর্বত বেনসন্না মেডিটেসন তৌবনা পোথাহনবদা কান্নবা কয়া পী হায়বসু মখাগী অসুন্না প্রমান তৌরে। (১) মিহুল হুনবগী চাং, স্বর হোনবগী চাং হন্থহন্দুনা ব্লড প্রেসর হন্থহল্লি। (২) হকচাং নুংঙাইহল্লি। (৩) হকচাং পুম্বগী লায়না তিন্না ঙাকথোকহনবগী পাঙ্গল হেনগৎহল্লি। (৪) য়ান্না থুনা অহল ওইশিলহন্দে অমদি (৫) ঈদা কোলেস্ট্রোলগী চাং হন্থহন্দুনা হকচাংগী ইম্যুন সিষ্টেম ফগৎহল্লি।

(খ) ইং ১৯৮৮-৮৯ দা কালিফোর্নিয়া য়ুনিভর্সিটিগী কার্ডিওলোজিষ্ট ডাক্তর দীনা ওরীসনা যোগ তৌদুনা পুন্সি লেনবদা নিকোটিন শিজিন্নদবা অমদি কোলেস্ট্রোল য়াওদবা অচম্বা চিঞ্জাক চাবনা কোরোনরি হায়বা শিংলিদু মথৌ তৌরক্তবদা চহী অমদা চাদা ৫৬% তগী ৬২% ফাওবা অমুক হন্না মথৌ তৌহল্লি হায়বা চপ চানা প্রমান তৌখ্রে।

মসিনা তাকপদি যোগনা লায়না লৈরম্বদু কোকহনবা ঙমই অমদি হকচাংদা সর্জরি তৌগদবাঅদু ঙাকথোকপা ঙমখি। মখা তানা চাং নাইনা যোগ তৌবনা পুন্সিগী ৱাফম কয়াদা হায়বদি হকচাং, ৱাখল অমদি অধ্যাত্মিক্কী ফিভমদা অহোঙবা পীহল্লি।

(গ) চাং নাইনা যোগ তৌবনা য়াংলেন তিংহনবা, হকচাংগী তাংশিং লেংথোক লেংশিন য়াহনবা, শাদোংশিংগী ফিভম ফহনবা, মীৎনা উবা ঙমদবা হকচাং মনুংগী কায়াৎশিং শোকহনবা অমদি মপুং ওইনা হকচাং ফহল্লি হায়বসি তাকই। য়োগাসন হায়বদি হকচাং ফহন্নবা শাজেল শাদোং ফগৎহন্নবা অমদি শক্তি লৈহনবদা নত্তে। মসিনা হকচাংগী অরুম্বা চাং নাইনা থমই, য়াংলেন শরুবু থেকতোক থেকচিন নুংঙাইহল্লি অমদি শাদোংগী মথৌ হেনগৎহল্লি। মসিনা হকচাংগী শরু মপাঙ্গল হন্থহনগদবদগী কনবা ঙমই।

হৌজিক্কী মতমদা নহারোলশিংগী লমচৎ-শাজৎ য়ান্না ফৎত্রে। ময়াই কাবা drug. অকাম্বা cinema অমদি ফত্তবা হৈনবীশিংদা লুপনরে। মীশিংসে অফবা ৱাখল খনবা ঙমদ্রে। মী অমনা মী অমদা মরুপ মপাংগুন্না খনবা ঙমনদ্রে। মফম খুদিংমক্তা খৎন-চৈনবা অমদি হাৎনা-শুনবগী ৱাথোক হেনগৎলক্লে। মীশিংবু ফহন্নিংবগী ৱাখল অমত্তা লৈনদ্রে। মীপূম খূদিংমক মশাগীদমক্তা খন্নরে। ডাঃ রাধা কৃিষ্ণন্না হায়রম্মী “য়ুনিভর্সিটিশিংনা লমচৎ অমসুং পুকচেল ফজবা ওইনখিবা নত্তনা সাইন্সগী দিগ্রি পাইবা নহারোল কয়া পুথোকপদনদি কান্নবা ওইরোই” মসিগী অওনবা অসি পুরকনবা, শিক্ষা পতাপ শেমদোক্তুনা মহৈগী সংস্থানশিংদা হৌজিক্কী সাইন্স অমসুং টেকনোলোজিগী ওইবা বীষয়শিংগা লোয়ননা লমচৎ-শাজৎ অমসুং যোগাগা মরীলৈনবা লাইরিকশিং বিষয়শিংসি হাপচিন্দুনা ছাত্র – ছাত্রিশিংদা অনৌবা ৱাখল্লোন অমা শাগৎপা দরকার লৈরে। অসিগুম্বা মতমসিদা ধর্ম্মগী মীচং শঙ্গ নাইবগী ৱাখল য়াওদবা যোগগী ৱাখল্লোনসি নহারোলশিংদা খংহনবা তঙাইফদরে। যোগ হায়বসি পৃথিবীগী মীপূম খুদিংমক্কী ওইনা শিজিন্নবা য়ারবা ধর্ম্মনি। শাজেল অসিনা হকচাংদা নত্তনা অফবা লমচৎ-শাজৎ য়োকখৎপদা অচৌবা মতেং পিবদা নত্তনা যোগী পম্থুং য়ৌহনবগী পাম্বৈসু ওইরক্কনি। যোগনা অৱা অনা পূন্নমকপু কোকহনবা ঙমই। যোগনা পূক্লিং অমসুং ইন্দ্রিয়শিংবু লাকশিন্দুনা মহাকনা মশামকপু অৱাংবা থাক্তা চিংখৎপা ঙমই।

ঙসি মেদিকেল সাইন্সস না লায়েংবা ঙমদ্রবা কয়া ব্লদ কেন্সর, সি এম এল, এ এম এল অসিনচিংবা Cancer of Urinary Bladder Prostate etc, Cancer of throat etc Breast Cancer, Intestine Cancer, Urine & Ovarian Cancer, Brain Cancer, Lung Cancer, Gall Bladder Cancer, HIV Positive, Heart Disease, Hepatitis B & Hepatitis C, Cirrhosis of Liver, Gynaeological Disorders, Obesity, Diabetes HBP, Disorder of Nervous system, Lung Diseases, ENT Diseases, Incurable Skin Diseases, Leucoderma, GIT disorder, Arthritis, Rheumatoid Arthiritis, Hyper and Hypothyrodism, অসিনচিংবা লায়েংবা ঙমদ্রবা লায়না কয়া Alopecia, Varicose Veins, Aplastic Anaemia, sickle cell Anaemia, Bone TB, Low BP and under weight, Filaria যোগ অমদি প্রাণায়ন্না ফহনবা ঙমই। (বিজ্ঞানগী কসৌটীপর যোগ-অচোর্য বালকৃষ্ণ, দিব্য যোগ মন্দির, পটঞ্জলি যোগপীঠ, হরিদ্বার – ২৪৯৪০২)

জাপানগী সাংসদনা হন্দক যোগ শন্দোক্কনি।

হৌখিবা ২১ জুনদগী মালেম অসিদা যোগগী নুমিৎ হায়না লাওথোকখ্রে, নুমিৎ অসিদগী মালেম পূম্বদা যোগগী নুমিৎনি হায়না লোলথোকখিবদগী মালেম শিনবা থুংনা যোগগী অপাম্বা হেনগৎলকলি। জাপান্দা এপ্রিলগী অহানবা হাপ্তাদা সংসদ ৪২ না যোগ হেনগৎহন্নবা ৱাশকখ্রে। নুমিৎ খুদিংগী ফোংবা অংগ্রেজীগী ইকোনোমিক্স টাইমস (এপ্রিলগী তাং ৩) গী মতুং হন্না জাপানগী সংসদশিংনা লীগ শেমদুনা যোগ হেনগৎহনবগা লোয়ননা ভারত অমদি জাপানগী মরি হেনগৎহনগনি। জাপানগী য়েলহৌঙৈদগী কাংলুপ অসিগী সেক্রেটরী অমদি হোসীদানা লীগ অসিগী পাউতাক পীবা মীনি। সংসদশিংগী কাংলুপ অসিনা লাকলিবা জুন ২১ দা পাংথোক্কদৌরিবা অসিগী শেম সাবা হৌখ্রে। ঐখোয়না নিংশিংগদবদি ইংশক ২০১৭ দা জাপান অমসুং ভারতকী মরি হেনগৎহন্ননবা লেপখ্রে।