এডিটোরিয়েল

মহৈরোইশিংগী মোরেল মাংথরকপা

চাউখৎপা অমদি মাংজিন থাবা খুন্নাই অমা ওইহন্নবগীদমক ম্বাইদগী তঙাইফদবা অসি তুঙগী লাক্কদৌরিবা মীওইশিংগী হায়বদি মীরোলশিংনা পুন্নারিদা লৈরম্লবা মীওই কাংলুপ অদুগী কলচর অমসুং ট্রেদিসন ঙাকপা হায়বসিনি। হৌজিক্কী চহি চা অসি তোপ–তোম্না অনৌবা মখলগী অহোংবা কয়াগী মতম অমা হায়বদু ওইরে। মসিনা মরম ওইরগা তোঙন–তোঙনবা মালেমগী মনুঙদা হিঙলিবা মীওই কাংলুপশিংনা মতমগী অহোংবা কয়া অসিগা মরী লৈননা মহৌশাদগী চৎনরকপা মশাগী কলচর অমদি ট্রেদিসন অদু নৌনা হিঙগৎহল্লগা মখোয়াশিং অদু ইন্দিজিনস ওইবা ফুরুপশিংনি হায়বা উৎত্তুনা মালেমগী মীওই কয়াগী মমাংদা চাউখোকচফম থোকই হায়না ৱাখল্লোন অমদা লাক্লি অমসুং মখোয়াগী কাংলুপশিংগী ওইবা মতম অমদা চৎনরক্না কয়া অমা ঙসিসু মীয়াম মাংদা পুথোক্তুনা উৎলগা মদুগী অফ–ফত্তশিং নৈনবগী খুদোংচোবা কয়া লৌনরি। হায়বদি চিন্দা মৈতৈ ঐখোয়ৈ অসি অতোম্না ধর্ম্ম অমগী মখাদা লাইনিং লম্বী লৌথিবদগী লমদমসিগী লৈত্তাকলোনদগী হৌরগা লমগী শরুক কয়াবা হোংনবদা অনৌবা জেনরেসন অসিনা মীয়ামবু শেরাম্নবা লম্বী অমদা চীঙনবা হোংনরিব্রা হায়বসিয়া ঙসিদি খন্দবা য়ারক্লে। মসিদগী ঐখোয়না খঙজিনগদবসি তুঙগী মীরোল কয়া অসি ঐখোয়গী দ্রৈদিসনগী মনুঙদা থমব্রগদি মখোয়না করম্না ফীভমদা হিংলকপা য়াই হায়বগী মতাংদা মখল মখা কয়াগী এব্রায়রনেস কেম্পেইনশিং চথবগী তঙাইফদবা লৈরে হায়বসিনি। মসিদা ম্বাইদগী তঙাইফদবা অমা লৈরিবসি মহৈরোইশিংগা মখোয়বু তাকপী– তঙ্গীরিবা ওজাশিংগা লৈনগদবা মরী অসিনি। হৌরক্লিবা লৈবাক অসিগী তুঙগী য়ুন্নী ওইগদৌরিবা মীরোল অসিগী মোরেল শেম্বগী থবক অসি মপূং ওইনা এদুকেসন সিষ্টেম অসিগী থৌদাং ওইফম থোকই। স্কুল এদুকেসনদা মোরেল লেসন তম্বীনবগী থৌরাং অমা য়াং পগী মখৌসু তারে। মদু তৌম্রগদি ওজা অমসুং মহৈরোইশিংগী মরক্তা লৈনরিবা মরী অসি কাহেম্না ফংলক্তবা য়াই। মসিগী খুদম অমা পীবা তারগদি হন্দক য়াউশঙগী নুমীৎ ৫ নি শুতি লৈপ্তবা মতুঙদা লাকপা কোসেম অমদি বোসেমনা লৌবা পরিক্ষাদা নোত তৌরম্না মহৈরোই অমা ইনডিজিলেতর অমনা ফাবদগী মহৈরোই অদুনা ইনডিজিলেতর ফুই হায়বগী রাফম অমা লাকপসিনি। মসি মহৈরোই অদুগী মোরেল রাৎপদগী থোকপা থৌদোক অমনি হায়বা তাই।

নাকল অমরোমদা য়েংবা তারগনা কাউন্সিল ওফ হয়ার সেকেন্দরি এদুকেসন মণিপুর (কোসেম) না মঙক কনবা মহৈরোই অদুগী মথক্তা লৌগদৌরিবা এক্সন অসি জুবেনাইল জাষ্টিস এক্ট কী মখাদা ওইবা তাবনি। মখোঙ হুক্তবা থবক তৌরিবা মহৈরোই অদু মখা তানা কোসেমনা লৌবা পরিক্ষা অসি থাবা য়ারোই হায়না তাম্থোকখিবা অদুদগী হেন্না হকচিনবা এক্সন লৌনবা অতোম্না উপাই অমা ফাউবা লৈগনি হায়বা থাজদে। করিগুম্বা কোসেমনা শেম্বা নিয়ম কয়া অদুদা হায়বা ইন্দবা অমদি ইনডিজিলেটরশিংবু ইকাইখুন্নবা উৎত্তবা মহৈরোইশিংদি ষ্টেট অসিগী স্কুল এদুকেসনগী মখাদা বোসেম অমদি কোসেমনা লৌবা ক্লাস তেন অমদি ট্রিয়েল্কগী মহৈরোইশিং মথঙ চহি খরা হায়রিবা বোর্দ অমদি কাউন্সিলগী মখাদা মথং –মথং চথরকপা পরিক্ষা অসি থাবা য়ারোই হায়বা ৱাফমশিংসু ফোডদোকপা মখৌ তারে।

এডিটরদা থারকপা চিঠি

থবক তৌবগী চহি শাংদোকপা অমসুং লাইরিক হৈবা থবক ফংদবশিংগী লাইবক

ইকায় খুম্নজরিবা এডিটর,

হৌজিক্কী মতমদা মণিপুরদা সরকারগী কলেজশিংগী হাইয়র সেকেন্দরিশিং ওজাশিংগী থবক তৌবগী মতম চহি শংদোক্লে তাবদা অসুক্কী মতিক নুঙইবা ফাওঙৈ। ওজাশিংনসু হরাওবা নুঙইবা ফোংদোকচরি। লৈবাক্কী ফম্নাইবশিংবু চাক কৌদুনা হরাওনা নুংঙইবা ফোঙদোক্লগি। অদুবু মণিপুরদা লৈরিবা থবক ফংদ্রবা লাইরিক লাইহুপ মতিক চানা হৈরবা মতিক চারবা নহারোলশিংগীদি কমদৌবা। তশেংনা অফবা মঙন লৈবা ইচুকেন পুরকপদা দরকার ওইরিবসি ওজাখত্তরা, ওজাখত্তা ওইরবদি মণিপুরদা লৈরিবা স্কুল কলেজশিংসিদা লৈরিবা ওজা নত্তবা ষ্টাফশিংসি করিগী থন্নীবনো? তশেংনা হায়রবদা তাইবং মীওইবা থরায় পানবা জীব পুম্নমক্তা হিংবদা মৈ, ঈশিং নুংশিং দরকার ওই, তংন থানবা য়াদে অমা ৱাৎপা য়াবা নত্তে। অসুম্না ইচুকেসনদসু ওজা, লাইব্রিয়ান অমদি অতৈ ষ্টাফ ময়াম অমা দরকার ওইরিবনি, ময়ামসি পুম্না চৎমিন্নরবা কান্দা অফবা, চাওখৎপা ইদুকেসন অমা পুরকপা ঙমগনি। অমরোমদা ঙসি ইরমদম মণিপুরসিদদি লাইরিক লাইহু নীংথৌনা হৈরবা নহারোলশিংবু লাইরিক লাইহু মতিক চানা তম্নুরগা কানফম খঙহন্দনা ককঙাওনদুনা মতম মাঙদুনা ৱাখল লৌশিং থোক্তনা লৈরি। অসিগন্না মতমগা চুনবা লাইরিক লাইহু মতিক চানা হৈরবা নহাশিংবু পুক্লিং থৌগৎক্তুনা মখোয়াগী ফীদা অমা পীবগী মহত্তা অহল ওইরবা মমীৎফাও তশেংনা উবা ঙমদ্রবা, চৈন্থ পাইদুনা চহলবা ঙসিনা করি তৌগ্রে হৌজিক্লা করি তৌগনি, হৌজিক্কী ইচুকেসনদা কনানা করি হায়রী হায়বা খঙদবা ওজশিংবু মখোয়াগী থবক তৌবগী চহি শাংদোক্লুনা থবক তৌহল্লি। অহল ওইরবা মমীৎ উদ্রবা চৈন্থ পাইরবা ওজাশিংনা তুংগী হৌরকলীবা লাইরিক লাইহু নিংথিজনা হৈরবা নহারোলশিংগী খনবীদনা মখোয়াগী থবক শাংদোক্লে তলব ফংলিন হায়দুনা হরাওরি। খরা লৈরগদি অমুকন্থু ওজাশিংগীনা তলব হেনগৎপগী তলব হেনগৎপীয়ু হায়দনা অমুক ইরাং তৌরক্লনি।

তশেংনা ওজাশিংবু মহৈরোইশিং তাকপী তম্বীবগী মতম লৈরম্লয়েই খঁঞ্জে, থবক হেক চঙলকপদগী থবক্কী মফমগী পোষ্টিংগী অমুক রানোম্বা, অমদগী অমুক তলবকী অমুক রানোম্বা ময়ামসি নংনবা হোংনরিঙৈদা। অদুবু য়াম্না নুংঙাইজদবা অমনা ঙসিফাওবদা ওজাগী লুপশিংনা মহৈরোইশিংগী অরাং অপা পীবীনবা সরকারদা রাকংপদা থরাই য়াওনা শৌগৎপীদবা অসিনি। তশেংনা ওজাশিংসি ইকায়বা ফাওদবাজাংলা, ওজা অমা ওইবগী মথৌদি থাদোক্লগা তলব হেনগৎপগী থবক তৌবগী মতম শাংদোকপগীদমক্তা ইচুকেসন মীনিষ্টর চিফ মীনিষ্টরগী থোঙগালদা উননবা নুমিৎ খুদিংগী মথৌ থাদোক্লগা লাকপসিবু। তশেংনা অতৈ লৈবাকশিংদসু ওজাশিং অসুম্না তৌবজাংলা নত্রগনা ওজাশিংগী চৎনবী ওইবজাংলা তশেংনা সরকারনসু লাইরিক লাইহু নিংথিজনা হৈরবা নহাশিংবু লৈহনশিংদ্রবা জাংলা। অসিগী মহত্তা মখোয়না হায়বদা তানদবা মখোয়না অরানবা কয়া তৌরবসু করিমতা হায়রকতনবা অহল ওইরবা ওজাশিংবু থেমলিবজাংলা মতাংসিদা লৈবাক্কী অঙম অথৌশিংদা হায়জনিংবদি হৌজিক লৈরিবা সরকারগী থবক তৌবগী চহিসি খরা তেনশিনবীদুনা মণিপুরদা লৈরিবা থবক ফংদ্রিবা লাইরিক লাইহু মতিক চানা হৈরবা নহারোলশিংবু অফবা শান্তি লৈবা থবক ফংদবগী অরাবা ৱাখল লৈতবা মহৈ তম্নুবগী কায়বা ফংহনবা ঙম্নবা হোংনবীয়ু অমদি সরকারনা হোংনবীরক্লনি খঞ্জরি।

অদোমগী
সালাম বিনোই সিংহ, ইম্ফাল

পুক্লিং ৱাখলগী লায়না অমসুং লায়ওং

মশা–মউ ফবা মী অমা হেক হায়বদি মীওই অদুগী মখাদা হকচাং অমদি পুক্লিংগী ওইবা ফিভম, সমাজগী, ধর্ম্ম, অফ–ফত্তগী ৱাখলশিংবু পুন্না থোং মান্নবা মপাঙ্গল লৈরবা মীওই অমবু খঙনগনি। ঐখোয় মীওইবগী হকচাংগুম্না পুক্লিং অমদি ৱাখলদসু মখম মথা কয়াগী লায়নানা নাহক্লকগা য়াই। পুক্লিংগী লায়না নারবা মী অমদা ৱাখল পরিং চুম্না খনবা ঙম্বগী থৌওংশিংদা অকায়বা থোকহক্লকই। মহাক্কী রাঙাং শাঙাং অমদি লমচং শাজংতা মওং মরিল চুম্রজবগী লোয়ননা নিয়ম চুম্না মঙৌ পাম্বোকপা ঙমলক্তে। শম্না হায়রবদা কনাগুম্না মীওইশিংনা মশাদা নত্তনা মহাক্কা তোংন তিম্রদুনা লৈমিম্নিরবা মীওইশিংবু করিমত্তা থৌ রা শারক্তবগা লোয়ননা লৈনরিবা মরিদা অকায়বা পীরকপা অমদি মশাগী চাং নাইনা তৌফম থোকপা মথৌ পাঙথোকপা ঙম্রক্তবগী থৌওংশিং অসি লাক্লবদি মীওই অদু করিগুম্না পুক্লিং ৱাখলগী ওইবা মখল খরগী লায়না লৈরে হায়না লৌবা য়ারে।

হৌজিক ঐখোয়না পুক্লিং ৱাখলগী লায়ওংশিংগী মরমদা নৈনচিঁউ মাঙওইনা পুক্লিং অমদি ৱাখলগী ফিভম ফনা লৈবা মী হায়রগা করম করক্তা মীওইশিংবু খঙনগদগে অমদি মীওই অদুদা করি করক্তা শক্তমশিং লৈগনি হায়বা অদুসু অমুক্ত নৈনদুনা য়েংসি।

১) মহাক্কী মশাদা পেনবা অমসুং নুংঙাইথোকপা ঙম্বা,
২) খুদোংথীবা খুদিংক্তা মায়োক্লবা ঙম্বা,
৩) মী অতৈগা চাম্ন–চিন্নমা লৈমিম্নবা ঙম্বা,
৪) অতোম্না মীওইশিংদা অরাবা পীদবা,
৫) অফবা অচুম্বা ৱাখল খনবা ঙম্বা,
৬) অফবা অচুম্বা ৱাখল পরিং চুম্না খনবা ঙম্বা,
৭) মশানা মশাবু থাজজবা,
৮) মরম চাদনা মীবু চিংনগন্দবা,
৯) সমাজগী য়াইফ থৌদাং দাইত্ত লৌবা ঙম্বা,
১০) অহোঙবা লাক্লিবশিংদা চুশিন্নবা ঙম্বা,
১১) মশাগী অরেপ্পা মোত পীবা ঙম্বা,
১২) লুনা নাম্না লৈবগা লোয়ননা অন্ন বিস্নসতা থাজদবা,
১৩) কল্লক মীহৌবা ৱাখল পোক্তবা,
১৪) থকশি–খাশি, লমচং–ব্যবহার ফজবা,
১৫) থেংনৈবা সমস্যাশিং ছি–শিংনা পাম্বথোকপা ঙম্বা,
১৬) মশাগী ওইজবা থাদোকপা ঙম্বা অসিনচিংবা।

অমরোমদা অমুক পুক্লিংগী লায়না নারবা মীওই অমদা হেংলক্লিবা ফিভম অমদি লৈগদবা শক্তমশিং অদুসু নৈনদুনা য়েংশি।

১. নারিবা মীওই অদুগী হকচাং কয়াৎশিংগী মথৌদা (Bodily functions) অকায়বা লাকপা খুদম ওইনা হায়রবদা তুম্বা য়াদবগী মওংশিং হায়বদি ফমুংদা হিণ্ডুনা নত্রগা ফমদুনা তুমথবা য়াদনা অৱাবা ৱাখল খল্লগা লৈরকপা, তুমথরুরবা মতুং অহিং নোঙয়াইদা মীকপা থোক্লকপা অমদি মখা তানা অমুক হয়া তুমথবা য়াদবা, অহিং চুপ্পা তুম্বা য়াদবা নত্রগা তুমথবনা মরম ওইদুনা অযুক য়াহৌরকপা মতমদা হকচাং ইচোক চোকথবা অসিনচিংবি। মদুত্তা নত্তনা মীওই অদুগী মশাদা চানিং থক্লিংবা ফাওদবা অমদি চাবা য়াদবা নংত্রগা চারবসু চারিবা পোৎশক অদুগী মহাও নিংথিনা খঙদবা, কচাংগী অরুম্না হন্থরকপা, হায়গা মান্নদবা মওংদা য়াম্না তোয়না ঈশিং চৎপা, খোঙ হায়া য়াদবনচিংবা থোকপা য়াই। কনাগুম্না অনাবা মীওই খরদদি মশানা শেংলি চারিবা ফিরোলশিংদা ঈশিং চৎশিনবা ফাওবা য়াওই, মখোয়াগী মশাদা নুপী নুপাগী লৈনবা মরী মাঙশিল্লকই।

২. নারিবা মীওই অদুগী ৱাখলদা অহোঙবা লাকপনা মরম ওইদুনা মশাদা নত্তনা অতোম্না মীওইশিংদসু য়াম্না খুদোং থীনিঙই ওইবা মওংদা ভাব তদবা মচিং মশোন নাইবা লীচৎ চৎলকই। মহাক্কী মশাদা য়াম্না চরাংনবা পোথাফম খঙদবগা লোয়ননা মরম ইরৈ লৈতনা কোয়চৎ চৎলকই। অতোম্না মওং অমদনা মীওই অদুগী মশাদা হৈনিংদবা, শুনিং নোমনিংদবা, মশাগী মথৌ অমদি দরকার ওইবা হিরম খুদিংক্তা পুক্লিং চংলক্লোই।

৩. মীওই অদুগী রাঙাং শাঙাংদা মীয়াম্না থাজবা য়াদবা অঙক অঙকপা মশা মথন্থগী ওইবা অরানবা ৱাখল কয়া ফোঙদোরকপা খুদম ওইনা, মঙোন্দা পিরুবা চান থক্লবা পোৎ খুদিংমক হূ হাপচিন্দুনা মহাকপু হাৎননবা হোৎনৈ হায়নচিংবা নংত্রগা মরী ইরৈ লৈনদনা কয়াদবা ৱা পঙঙাংদা ঙাংদুনা লৈরকপা নংত্রগা করিগুম্না খরা মুরুম–মুরুম শোল্লম্রগা তুমিম্না অমুক লৈখিবা অসিনচিংবা তৌরকই।

৪. মহাক্কী পুক্লিংদা ৱারবসু য়াম্না হেঞ্জিম্না পঙরাদা ৱাবা নংত্রগা নুংঙাইরবসু য়াম্না হেম্না পঙনুংদা হেক্তা নুংঙাইবা মায়থোঙ অমদি মফম মতমগা চান্নদবা মায়থোঙ অমদি শকফমশিং উৎলকই। কনাগুম্না মীওই খরদনা করিগুম্না অমত্তা ফোঙদোকপা ঙমদনা অশাবা মুর্ত্তিগুম্না অদুমক ফমদুনা লৈবসু থেংনগনি। মসিগী ওয়া তৈনবা মওংদা কনাগুম্না খরনা করিগুম্না মরম অমত্তা লৈতনা অদুম পঙকপ্তা কপ্পা নংত্রগা পঙনোক্তা অদুম নোক্তুনা লৈবসু য়াওই।

৫. মীওই অদুগী নীংশিংবগী শক্তিদা অকায়বা থোকপনা মরম ওইদুনা মশানা তৌখিবা তাখিবা নংত্রগা থেংনখিবা মরু ওইবা থৌদোক ৱাথোকশিংবু কাওথোকখিবগা লোয়ননা নীংশিংবা ঙম্বগী শক্তি য়াম্না হন্থরকই। মদুদা নত্তনা নুংতিগী ওইনা শিজিন্নরিবা পোৎ চৈ ফাওবা পায়রম্লগা খুদক্তা থম্ফম খঙদদুনা কোয়থি থিবসু য়াওই।

৬. করিগুম্না মতমদা নারিবা মীওই অদুগী ৱাখল পরিং চুম্না খনবা ঙম্বগী শক্তি অদু মাঙথিদুনা মহাক্কী চাং নাইনা পাঙথোক্লিংবা মথৌদাং অদুদা অকাইবা কয়া য়াওরকই। মহাক্কী মশা অদু ইতন তম্ববা, নৈনিংদবা অমদি ইচম চম্বা অঙাং মচা অমনা ফাওবা ইরাই লাইনা খঙবা অঙ মচা অমা ফাওবা তৌবা ঙম্লক্তে। মহাক্না লৌবা ৱারেপশিংদা মশাদা নত্তনা অতোম্না মীওইশিংদসু খুদোং থিনিংঙাই ওইবা কয়া য়াওরকই।

৭. মীওই অদুগী মশাদা ফাওরকপা, তারু–উরুবা খুদিংক্ত লান্না লৌরকপা হায়বদি খুদম ওইনা মহাক্কী মশাদা করিগুম্না খোঙ্গেল কয়া তারকপা, মমিৎ নত্ত নত্তবা পোৎ উরকপা অদুবু তশেংনমক্তি লৈতবা, অতোম্না মীওইশিংদা উবা তাবা ফংদবা থৌদোকশিং থোরকই। অসুম্না মপাত্থোগী ওইনা তশেংনমক থোকপা নত্তবা থৌদোকশিংবু লান্না লৌদুনা নত্ত–নত্তবা কয়া তৌরকই।

৮. মহাক মশাগী অমদি সমাজগী ওইবা থবক থৌরমশিংদসু অহোংবা কয়া লাকপা য়াই। খুদম ওইনা হায়রবদা নীংথিনা ইরুক্তদবা, ইমোং মোৎপা, মশম মনা হেয়া ফাবা, মফি মরোল শেগায়বা অসিনচিংবা করিগুম্না মতমদা মশানা শেংলি চারিবা মফি মরোল অমদি ফমুংদা ঈশিং চৎশিনবা, মফম মতমগা চান্নদবা অমদি অতোম্না মীওইশিংদা য়াম্না নৈনরোইদবা নংত্রগা মহাকপু উবদা নোক্লিংবা অমদি লক্লনীংবগী থৌওং কয়া তৌরকই।

শম্না হায়রবদা পুক্লিংগী লায়না লৈরবা মীওই অমা হায়বসি মহাক্কী পুক্লিং ৱাখল অমদি তৌথোরকপা খুদিংদা মীয়াম্না তশেংনা লাল্লে হায়না খঙনরবা চৎনবা য়াদবা অশোয়বা থৌওং কয়া অমা উৎলকপা অমদি তৌথোরকপা অদুনি। অসিগুম্বা লাইওং থেঙনরবদি মরীলৈনবা ডাক্টরশিংগা তান্নদুনা লায়েংবা হৌবিবা য়ারে।

(মণিপুর ষ্টেট হেল্থ ওথোরিটি)

হকশেল অমদি লূ–নানবা

কেঐচ বিদেশ্বরী

হকচাং ফনা নাদা– য়েক্তনা লৈবা হায়বসিদা হকচাং ফবা হায়রগা ঐখোয়না মী অমগী পুক্লিং ৱাখল, হকচাং অমদি মহাক্না হিংলিবা খুন্নাই অদুগা লৈনরিবা মরীঅদুগা মান্নবা খল অমদা লৈবা অদুবু হকচাং ফবা হায়না খঙটন। কনাগুম্না মশা মউ নোয় পেনবা, তিঙ্গং কায়জংদবা অদুবু ৱাখল নুংঙইতনা নুংশকং–নুজানানা খরায় নুংঙইতনা লেনবা মীওই অমবু মশা ফবা মী হায়না কৌবা য়াদে। মশা মউ ফবা, নোয়–পেনবা, ৱাখলসু নুংঙইনা লৈবা মী অমনা য়ুম্লান কৈরোম্নবা অমদি হিংমিয়রিবা মীওইশিংগী মায়োক্তা মখোয়না নুংঙইরোইদবা থবক তৌরবদি মদুসু মশা মউ–ফবা মীওই অমনি হায়না লৌবা য়াম্রি। অসুম্না হকচাং ফবা হায়বসিদা পুক্লিং–ৱাখল, হকচাং অমদি খুন্নাই হায়বসি তংন–থানবা য়াম্রবা মচক অমা ওইরি। মীংয়োসিদা হকচাং ফবা মী অমা য়েংলবদি ঐখোয়গী লৈবাকসিদা মশা ফবা মী অমা হায়বসিগী তাঙনা থোকপা য়াই। রাখলদা, হকচাংদা অমদি অকোয়বদা হীরমশিং অসিদা অমমম য়েংলুবদা শোখবা শরুক অমা নংত্রগা অমা হেক্তমক থেংনৈ।

ঙসি ঐখোয়না হিংমিয়রিবা খুন্নাই অসিদা অরাৎপা নুংঙাইতবা কয়া মায়োক্লরি। শেল–থুমগী লৈতাদবা, চরাঙনবগী মায়েকৈ খুদীদা শোখবগী শোখবা ঙাক্তনা পীক থল্লি। অফবা ঈশিং থকপা ফংদবা, মচি কবা ঊিক্লাক চাবদি লায়রদনা পুক থয়া চাবা ফংদবা খোংহাম খৃৎহায়মফম নাঁতে চাদবা, খোয়রাংবা, পাখৎপা কয়ানা কোয়শিন্দুনা হিংলিবা, অমোং–অকায়, ফত্ত–হাওদি লংথোকফম মফম চানা লৈতবা, ঈরম খোঙলম মরাঙ কয়ানা লৈতবা কয়াশিং অসিনা হৌজিক হৌজিক মায়োক্লরিবগী থৌদোকশিংনি। কিনিঙই লৈত্রবা থক্ল–চানবা অফবা ঈশিং ফংদবদগী, খোঙ হান্না, ঈতোন ফায়বা অমদি অতৈ ঈশিংদগী শন্দোকপা ঙম্বা লায়না পাক্তক্লনা নারক্লনা মরম অমা ওইরি। অসুম্না লৌগদনবা লায়না খরদি ইচম চন্না চেকশিন থৌরাং খরগী মতেংনা খরা মখৈদি ঙাকথোকপা ঙম্মী।

হকচাং ফনা নাদা য়েক্তনা লৈবা হায়বসিদা লূ–নানবা হায়বসি তঙায়ফদনা চঙদবা য়াম্রবা অমদি থাদোক্লগা য়াম্রবা হীরম অমা ওইরি। হকশেল অমদি লূ–নানবা হায়বসি শেলগী মমায় অনীগুম অমনা অমবু থাদোক্লবা য়াম্রি। ইশাবু লূ–নান্না লৈবা অমদি অকোয়বগুম্ন তক্ত তনান্না থন্না মচি কাবা ঊিক্লাক মরাঙ কয়ানা চাবা মতম মতমগী লায়না তিন্নাদগী ঙাকথোক্লবা হীদাক লাংথক শীজিন্নবা অমদি কাপথোকপনা লায়না তিন্না অয়াম্না ঙাকথোকপা ঙম্মী। এন আওস্ন ওভ প্রিভেন্টিসন ইজ ৱার্থ এ পাওন্ড ওভ কুর হায়নবা রাফমসি য়াম্না চুম্রবা রাফমনি।

খৃঙীন খৃয়া, শম ত্তোম্না ককপা, নুতিগী অমাঙ– অশোইশিং মফম চানা লোয়শিনবা, খোঙহাম খৃৎহায় তৌরুক্তগা খৃৎ–শা শেংনা হামদোকপা, য়ুমগী অমদি অকোয়বদা তক্ত তনান্না লৈবা অমদি লৈমমিন্নবা হায়বসি লায়না তিন্নাদগী ঙাকথোক্লবা য়াম্না মরু ওইবা মরম অমনি। তোয়না থেংনগনবা লৌগনবনা লায়নাশিং মী অমদগী অমদা হকথোংনা নংত্রগা নাকোয়নানা শান্দোকই। লৌগনবনা লায়নাশিং অসি করম্না শন্দোকপগে হায়বদু মখাদা থমজরি।

(১) শোল্লা–শম্নরুবদগী শন্দোরকপাঃ

কনাগুম্না লৌগনবনা লায়না অমনা নারবা মীওই অমবু শোক্লা–শম্নরুবদগী নংত্রগা মহাক্না শীজিন্নরম্না ফিরোল, ফমুং পুম্দুনা তুমিম ইপমিন্নবদগী অতোম্না মীওই অমদা শন্দোরকপা য়াই। হায়রবা মখল অসিদা উনশাগী লায়নাশিং, ফুরি, ফি–লায়কোই, হীক, ফিনুংগী লায়নাশিংনি।

(২) অমাং–অশোয়দবী চাবা থকপদা য়াওখিদুনা শন্দোরকপা মখলঃ

লৌগনবনা লায়নাশিং শন্দোকপা ঙম্বা তীল অমদি মখোয়গী মরুমনচিংবশিং লায়নাশিংসিনা নারবা মীওইশিংগী অমাংবদা য়াওরকই। নারুবা মীওইশিং অদুনা খোঙহাম খৃৎহান্নুরবা মতুদা খৃৎ–শা শেংনা হামদোকপা চাবা থকপা তৌরুবদা নংত্রগা অতোম্না মীওইদা পীজ পীথক তৌরুবা মতমদা মশাদা নাবদা নত্তনা অতোম্না মীওইবুসু নাহক্লি।

অসিদসু নত্তনা নীংথিনা লোইশিন্দবা অমাং অশোয়শিং অদুদা হয়িংনচিংবা তীল–কাঙশিং ত্তোলুরগা মদুদা চান থক্লবা পোৎশিংদা ত্তোলুরগা পোৎশিন্দু চাশিন থকশিন্নুবদগী লায়না তীয়াশিং শন্দোরুবা মচাক ওইহল্লি। অমাং অশোয়শিং শম্নরুবদগী শন্দোকপা লায়না মখল খরদি তীলগী লায়নাশিং, খোঙ হান্না, ঈতোন ফায়বা, কোলেরা, তাইফোয়ক হেপাটাইটিস অমদি পোলিওনচিংবশিং পনবা য়াই।

(৩) মহীক পক্লবা অনাবা অমনা লোক খুদোরকপা, হুকথী খনবা, তীল শীৎত্তোকপা, ৱা ঙাঙবা, ঈশে শকপা মতমদা লায়না তীয়া শন্দোকপা ঙম্বা মহীকশিং অসি য়াওরকই। অসিদসু নত্তনা মহীক পক্লবা মীওই অদুগী শীৎত্তোরকপা লোক তিনদগী লৈমায়না, ফি রোলদা, ফমুং ফানুং, রুমালনচিংবদা পক্লম্বদগী উম্বুল রাইফুলগা ত্তোংশিন্নখিদুনা মহীকশিং অদু অকরুনা মতম অমদি অইং অশাগী চাদো হিন্দুনা লৈবা ঙম্মী। হিংহৌরিবা মহীকশিং অদুনা লৈবা কা, মফমশিং ফমুং ফানুংশিং লোইশিনবা অমদি শীৎপা নানবা তৌরুবদগী উফুল রাইফুল অদু শ্বর হোঞ্জিনখিদুনা নাহক্লি। অমদি হকথোংনা খুদোরকপা লোক নংত্রগা হকথী খনবনচিংবশিং অদু হোঞ্জিনখিবদগীসু নাহক্লি। অসুম্না শন্দোকুনা নাহনবা লায়না খরদি লোক লায়হৌ, দিপথেরিয়া, ছপিকফ, টি বি, নিমোনিয়া, ইন্ফ্লুএঞ্জা, চিকনপোক্স, অনাবা মখলশিংনি।

(৪) করিগুম্না লায়না খরদি তীল–কাঙ অমদি শাশিনা চীঙকপা খোংপদগী মহীক পকপা শানা টাকপা শাশিং নংত্রগা মহীক পকপা শা হিংনা নংত্রগা মুন্দনা চারুবা মতমদা শাশেনচা। অসুম্না শন্দোকপা লায়না মখল খরদি মেলরিয়া, রেবিজ, ফিলরিআসিস অমদি টেপা রাঙনচিংবশিনি।

য়ুম অমদি অকোয়বদা তক্ত তনান্না লৈবা খৃঙীন খৃয়া ত্তোম্না ককপা, অমাং অশোয়া চোইদবা, খোঙহাম খৃৎহামফম নাঁতে চান্নবগু য়ুমজিনবা নংত্রগা মখৃম খৃমজিনবা, থক্লন চানবা পুম্রি ময়াদা অমাঙ অশোয়া তৌশিন্দবা, ফিজু ফিজাম তৌশিন্দবা, নীংথিনা লুমথোক্লবা ঈশিং থকপা, অঙ্গং পায়বা অমদি পীজ পীথক তৌরমদাইদা খৃৎ শা শেংনা হামদোকপা, খোঙ হান্নুবা মতু খৃৎ শেংনা হামদোকপা, চান থক্লবা পোৎশিং মখুম খুল্লা, হয়ীং ত্তোংবা ঊিক্লাক, অথুম অহাও চান্দবা অমদি চানবা মনা মশিং, উইং রাঁৎে চান্নিজেন্দা অফবা ঈশিংনা চামথোকপা, লোক তিন মফম চানা শীৎপা অমদি লোক খৃবা, হকখী খনবদা চীন, নাত্তোন খুল্ল, কাঙনচিংবা চীকক্লন্দবা, অচুম্রা থৌরমশিং অসিনা লৌনগদবা লায়না ত্তিন্নশিংদগী ঙাকথোকপা ঙম্মী।

লূ নানবনা লৌনগনবা লায়না তিন্নাদগী ঙাকথোক্লবা অমদি হকয়ং খনা নাদা য়েক্তনা লৈনবা শরুক অমদি পাঁৎে অমনি। নাদা–য়েক্তনা হকয়ং খনা লৈনবা তঙয়ফদনা চঙলৈবা লূ–নানবা হায়বা হীরম অসি মী অমগী মশা মশাগী ওইনা অমদি অকোয়বা অমসুং মীয়ামগী ওইনা তরু তনান্না হিংমিয়রবা হায়না মায়কৈ অনী থোক্লন চপ মান্নবা চংমিন্নবগা লোয়ননা হীরমসিদা মতেং পাংবা থৌরমশিং লৌখত্তুনা চঙশিনমিন্নগদবনি। থৌরাংশিং অদু মফম অদুদা হিংলিবা মীওইশিং অদুগী অমদি মখোয়না লেপ্লিবা পুসি মরেল অমসুং হীংবগী থাক্লা মরী লৈননা হকশেলগী মরমদা ৱারী রাত্তই শাবা অমদি মখোয়না ঙমজবা থাক্লী মনুদা করম্না তক্ত তনান্না লৈগদগে হায়বরোমদা পুক্লিং চিশিনবীগদবনি। অফবা শেল চঙবা খোঙ হামফমশিং শাবা খক্তা লূ–নানবা নত্তে, খোঙ হান্থম অদুশীজিন্নগদৌরিবা মীওইশিং অদুগী ৱাখল্লোনদা অমদি লীচৎ শাজংশিং হোংদোকহনবা, খোঙ হান্থমশিং অদু তরু তনান্না শীজিন্নবা, ঈশিং মরাঙ কয়ানা শীজিন্নবা, মনুং চঙলুরগী খোঙ খৃৎ সাবোন নোইদুনা হামদোকপনচিংবশিং ৱারী শাবাদুনা মদুগী তঙয়ফদবশিং অদু লৈমিম্নিরবা মীওই খুদিং খঙমিন্নবা হোংনগদবনি। লেচৎ চঙবা অফবা খোঙ হান্থমশিং শাবা ঙমদ্রবসু মীওইবগী ৱাখল্লোনদা অমাঙ অশোয়শিং অদু করম্না লোইশিংনগদগে হায়বসি খঙমিন্নরবদি মখুম খুমজিনবা য়াবা চৎখুশিং খুংগা মনম নমহন্দা হয়িং, তীল কাঙচিংবা ত্তোংহন্না তরু তনান্না অমদি হঙ্গোইনিংঙাই য়াওদনা শীজিন্নবা য়াই।

অমাঙ অশোয়া চোইবা অমদি খোঙহাম খৃৎহায়মফমগী রাফম অসি য়াম্না ঈশিংয়রা অমদি হঙ্গেয়না লৌনবা মরম্না মীত্তোপ অমগগু হেক্তা রারী রাত্তই ত্তৌনবদা খুদোংথীবা হৈনদবা কয়া মায়োক্লে। মরম অদুনা ইশী ইশাগী ইমুদা অহল ওইবা মথক থোংবশিংনা পীক্লিবা অঙ্গংশিংবু লূ নানবগী রাফম অসি খঙহন্দুনা অমাংবা চোইদনবা কয়া মায়োক্লবগা য়ুমমদুদা খুমাদিরা মীওইশিংনা শেল চঙনা অফবা অমাঙগাঙ শাবখঙনা লূ নান্না লৈনবগী মরম নত্তে, অতৈ অমোং অকয়াশিং মফম চানা ফুমজিন্দুনা মাঙহনবগা লোয়ননা অদুগ্রা ফত্তবশিং অদু চোইহন্দবগা লোয়ননা ইশানা ইশাবু করম্না তরু তনান্না লৈগদদে হায়বসি খঙহলবদি লায়না তীয়া কয়াদবী ঙাকথোকপা ঙম্মী হায়বসি হিংমিয়রিবা ঐখোয়ৈ খুদিংনা খঙম্রিরসি।

কিদনিবু চেকশিনসি

বার্ল্ড কিদনিদে
মার্চ ৮, ২০১৮

মীওইবগী কয়াৎশিং অসি মাগী মাগী মথৌ লোইনা লৈজে। কয়াৎশিং অসিগী মনুদা মরুওইবা অমা ওইরিবসি কিদনিনি। কিদনি হায়রিবা হকচাং মনুদা লৈরিবা ওর্গান অসি য়াম্না মরুওইবা ওইদুনা মীওই অমগী হিংবগী পুন্সিবু মখা য়াম্না পোম্লি। কিদনিনা তিঙ্গং কায়জংদনা মশা–মউ ফনা লৈরবদি মীওই অদুসু মপাঙ্গল লৈনা মশা মউ ফবা হায়বদু ওই। অদুনা মীওইবা ঐখোয়না কিদনিবু ফনা থম্ল হায়বসি য়াম্না দরকার ওই।

মীওইবগী হকচাংদা কিদনি অনী লৈ। কিদনি অসি য়েং, ওইদা পুক্কী জগাদা লৈ। কিদনি অনীমক চাওবা মান্নদে। অমনা খরা য়েংথবো (চাওতক) তৌই। ওইগী জগাদা লৈবদ