এডিটোরিয়েল

জিরি লম্বী থিঙবগী খোঙজংদি লোয়শিনখ্রে

চৎলিবা থা অসিগী ৩ দা ইম্ফাল জিরি লম্বীগী নুঙবা কৈথেলদা থোকখিবা লায়বক থিবা থৌদোক্তা চেন্নবা মীওইশিং ফাদুনা আইনগী মতুং ইন্না মতিকচাবা এক্সন লৌগদবনি হায়বা দাবীদা ওল মণিপুর ষ্টুদেন্টস য়ুনিয়ন (এমসু)না পূং ১০০ গী নেসনেল হায়রে ৩৭ ইম্ফাল জিরি লম্বীদা চথখিবা টুটেল সটদাউন্দগী খোঙজংদি লোয়শিনখ্রে অদুবু মখা তাবা খোঙজং চথনবা থৌরাং তৌখ্রে। মরক অসিদা নেসনেল হায়রে ১০২ গী লিলোংদগী ৱাংজিং ফাওবগী লম্বী পাকথোক্লবা লম লৌশিনবদা অচান-মীরাই নাইবগী মায়োক্তা থৌবাল দিষ্ট্রিক্টকী ওইনা লম্বী অসিদা থা অসিগী ১৪ অমসু ১৫ দা বন্দ কৌরম্বা অদুগা তেংনৌপল দিষ্ট্রিক্ট মনূং চনবা নেসনেল হায়রে অসিগী ইম্ফাল মোরে লম্বীদা ঙসি অহিঙ নোংয়াইদগী হেভি ত্রক চৎথোক চৎশিন তৌবদা অথীংবা থমগনি হায়না কুকি ষ্টুদেন্টস ওর্গনাইজেসন (কে এস ও)না লাওথোকখিবা অদুদি মতম খরগী ওইনা সরকারগী মায়কৈদগী থাজবা পীরকপদগী হন্দোকখ্রে। অসুন্না মরম অমা নৎত্রগা অমদা নেসনেল হায়রেশিং থিঙবা নৎত্রগা বন্দ তৌবগী খোঙজং অসি মমাঙদগী অদুমক চথদুনা লাকপনা ষ্টেট অসিগী অমত্তা ঙাইরবা রোদ ট্রান্সপোর্টতা চাওনা খুদোঙ চাদবা কয়া থোকহল্লি হায়বসি ইখঙ খঙনদুনা লৈরিবনি। হৌজিক লৈরিবা বি জে পিনা লুচীংবা ষ্টেট সরকারনা বন্দ ব্লোকেদ লৈতবা মফম ওইহনগনি হায়না ৱাশকখি। নেসনেল হায়রে প্রোটেক্সন ফোর্স লীংবা হায়বসিসু চহি কয়াগী মমাঙদগী হৌনা মীয়াম্না তান্দুনা লাকখিবনি, সরকারগীসু অপাম্বা ওইখিবনি। অদুবু থবক ওইনদি ওছোকপা ঙমদ্রি। হায়রিবা লম্বী অসি ঙাক-শেনবগী থবক ষ্টেট ফোর্স খক্তদা শিন্নবা নৎতনা সেক্যুরিটি ফোর্স অমসুং সেন্ট্রেল ফোর্সশিংদসু শিন্নদুনা থল্লি। অদুম ওইনমক লম্বী অসিদা চথরিবা পামদবা থৌদোক ৱাথোকশিং অসিদি অদুমক থোক্লি। হন্দক্তা গভর্ণর ডা. নজমা হেপতুল্লানা নেসনেল হায়রে পেট্রোল ফোর্স থম্লবা ভারত সরকারগী মরি লৈনবা মীনিষ্ট্রিদা তকশিল্লি হায়বা ৱাফম ফোঙদোকখিবা অদু তশেংনা শিঙথানীংঙাই ওই। পেট্রোল ফোর্সপু হায়রবসু প্রোটেক্সন ফোর্সপু হায়রবসু ষ্টেট অসিগী অমত্তা ঙাইরবা রোদ ট্রান্সপোর্টতা অয়েৎ-অপন থোক্তনবা অমদি লম্বীশিং অসি চহি চুপ্পা অশোয়-অঙাম লৈতনা চৎপা য়ানবা হোৎনবা হায়বসিমদি তঙাইফদে। মীয়ামগী অপাম্বা অমসুং দরকার ওইবদু খঙনা গভর্ণরনা পেট্রোল ফোর্স থম্লবা হোৎনরকপা অসিনা ষ্টেট সরকারগী পাঙ্গল শোয়দনা ওইরগনি। অদুনা বন্দ ব্লোকেদ লৈতবা লমদম অমা ওইহনগনি হায়না ষ্টেট সরকারনা ৱাশকখিবা অদু থবক্তা উৎপা ঙম্লবা গভর্ণরনা চঙশিল্লিবা থবক অসিদা হেন্না মতেঙ পাংশিনদুনা ফোর্স অসি অথুবা মতমদা থম্লবা হোৎনবা চুমগনি।

অপীকপা ষ্টেট ওইজরবসু থৌদোক ৱাথোক্তি অচৌবা রিছোর্স মরাং কায়না লৈবা ষ্টেটশিংদগী মণিপুরনা তাবা নৎতে। অদুনা দাবী তানবা নৎত্রগা করিগুম্বা পেন্দবা অমগীদমক খূৎলাই ওইনা নেসনেল হায়রেশিংবু শিজিন্নবগী হৈনবী অসিদি চহি কয়াগী মমাঙদগী হৌনা লৈরক্লবনি। ষ্টেটকী ওইবা ইসুদা মীয়াম হুপ্পা খোঙজং চথবা মতমদা করিগুম্বদা লম্বী-থোংদা তায়নদুনা খূৎলাই ওইনা শিজিন্নবা অসি কনানসু অচুম্বনি হায়রোই। তৌবতবু পেন্দবা অমসুং নুংঙাইতবগী অচুম-অরান, অফ-ফত্তা থিদনা থবক চথরকপা হায়বসিসু থিঙবদি ঙমলোই হায়না লৌই। মরম অসিনা হীরম খূদিংমক্তা মীয়াম পুন্না ভাব তামিন্নদুনা লিনসু শিনবা চৈসুসু তেক্তনবা হোৎনবা হায়বা অসি তঙাই ফদে। মসিদা সরকারগী অচৌবা থৌদাং লৈ। মতম চানা থবক লৌখৎপা হায়বসিদি সরকারগী মরি লৈনবা ওথোরিটিদগী হৌগদবনী। মীয়ামদা ঙাক্তা ইম্বোকপা নৎত্রগা তায়নবদি চুমলোই।

[illegible]

[illegible]

ঈশিং পুকচৎ ঃ ঙাকথোক্লবা পাম্বে অমসুং লায়েং – ১

ডা. এস আই সিংহ

ঐখোয় মৈতৈশিংনা 'ঈশিং পুকচৎ'কী লায়না হায়দুনা খঙনরিবা লায়না অসি 'ডায়বিটিজ' (Diabeties) হায়বসিনি। ডায়বিটিজ হায়বগী ৱাহম্বোক্লা- 'এ পাসর প্রু' হায়বদি – 'ইফাও ফাওনদুনা চৎলবা' হায়বনি। অসুন্না থোল্লম্বা অসি , এরিটাউজ (Aretaeus) কৌবা গ্রিক্কী ফিজিসীয়ান (হিদাক-লাংথক শিজিন্নদুনা নৎত্রগা ওপরেসন্নচিংবা তৌদুনা অনা -লায়েংবদা মতিক চারবা মীওই) অমনা লায়না অসিগী লাইওংদি হকচাংগী তোংশা অমসুং শরু-শয়াংনচিংবা পূন্নমক ঈশিং ওনখিবদগীনি হায়না খনখিবদগীনি।

খৃষ্টগী মমাঙ চহি চা ৫ গী অদুৱাইদা, ভারত্তা লৈখিবা 'সুস্রুটা' কৌবা ফিজিসীয়ান অমনসু লায়না অসিবু 'প্রমেহস' কৌদুনা মসিগী লাইওং মখল ২০ মুক্কী মরমদা ইরম্মী। লায়না অসি অতনবা মীওইশিং, অইংবা অমসুং মরেক-মহাউ য়াওবা অমদি অথুম্বা চিঙ্গাক য়ান্না চাগনবা মীওইশিংগী ঈশিংদা চিনিগী শরুক হেন্না য়াওরকপদগী থোক্কল্লি হায়নসু সুস্রুটানা হায়রম্মী।

ঈদা চিনিগী শরুক কা-হেন্না য়াওরকপদগী 'ডায়বিটিজ মেলাইটস' লায়নাগী মরু ওইবা মচাক ওইদুনসু, লায়না অসি হকচাংদা মখল কয়ামুক্কী 'মেটাবোলিক ডিসওর্ডর' হায়বদি চাশিনখিবা চিঙ্গাকশিংবু তুমহন্দুনা হকচাংগী মচাকশিং শুংদোকচবদা বেরা তৌরকপা ময়াম অমা লৈবদগী ওইরকপনি হায়না লৌনৈ।

ঐখোয়গী হকচাং অসিদা 'ইন্সুলিন' হায়না খঙনবা পোৎশক (মহি) অমা 'পেনক্রিজ' (চাব তুন্নবা করিগুম্বা মহি অমা থোকহল্লকপা, চাকখাওগী ময়া নক্লা লৈবা হকচাংগী কয়াৎ অমা)গী মনূংদা লৈবা 'বেটা সেল' হায়না খঙনবা অমদগী থোরকই। হায়রিবা ইন্সুলিন অসি ৱাৎলক্লবদি হকচাংদা য়াওবা চিনিগী শরুক অসি য়াওফম থোকপা চাং অমদা থম্বা ঙম্লক্তে, মদুদগী ডায়বিটিজগী লায়না অসি পোক্লকই। অদুগা ইন্সুলিন ৱাৎলকপগী মরম্না মখাগী অশুম্না খাইদোকপা য়াইঃ –

১. হকচাংদা তশেংনা দরকার ওইরিবা ইন্সুলিনগী চাং অদু য়ৌবা ঙমদবা,

২. দরকার লৈবা ইন্সুলিনগী চাংদি চপ-চানা পুথোকপা ঙম্লগসু মদুগী মগুণ (মতিক ময়ায়) অদু য়াওদদুনা মথৌ তৌবা ঙমদবা।

'ডায়বিটিজ মেলাইটস' কী লায়না-লায়ওংদি মখল-মখা য়ামখ্রে। মদু পূন্নমকপু য়ান্না কুপথনা নৈনরুদ্রবসু মথক্তা পঞ্জখ্রিবা ইন্সুলিনগী চাং ৱাৎপা নৎত্রগা চাং চপ চানা পুথোক্লগসু ময়ায় য়াওদবা (মগুন চেন্দবা) হায়রিবশিং অসিনা লায়না অসিগী মরুনি।

ডায়বিটিজ মেলাইটসনা হকচাংদা শোকহনবশিং ঃ-

লায়না অসিনা হকচাংগী মরুওইবা কয়াৎ কয়াদা য়ান্না খুদোংথীনিঙাই ওইনা শোকহল্লি, মদুদি (ক) থমোয়গী লায়না (হার্ট দিজিজ) কয়ামরুম থোকহন্দুনা পূন্সি তেলহল্লি, (খ) 'কিডনি'গী লায়না কয়ামরুম থোকহন্দুনা কিডনি অনীমক থবক তৌহন্দনা থুনা শিহল্লি, (গ) মীৎ অনীমক্তা উবগী পাঙ্গল হন্থহন্দুনা শোকহল্লকই অমসুং মীৎ অনীমক্কী মীৎ-নহাগী মিংশেলশিংদা মকহল্লক্তুনা উবদা ৱাহল্লি, (ঘ) খোঙ-খূৎ শোকপ-পনবদা নাবা ফাওবা ৱাৎহল্লকপা লোয়ননা খোঙশাশিং মুশিল্লক্তুনা (পংথবা য়াওনা) 'গেনগ্রেন' হায়না খঙনবা লায়না অমা পোক্লক্তুনা, ককথত্রবদি য়াদবা ফাওবা থোরকপা য়াই।

মথক্কীশিং অসি নত্তবদা অতোপ-অতোপ্পা লায়না, য়ান্না পোমগন-খোৎকৎলকপা, নাই য়ান্না চাগনলকপনচিংবা কয়া অমসু থোরকপা য়াই।

ডায়বিটিজ মেলাইটসকী মখল অমা অনীদং খূৎই অসিদা নৈনজরবসু মসিগী লায়েং অমসুং চেকশিনবিগদবা থৌরম-থৌরাং কয়াবুদি খূৎই অসিদা নৈনজরি-

ডায়বিটিজ মেলাইটসকী মখলশিং ঃ-

(১) ইন্সুলিন পিদ্রবদি শুকয়া-য়াদ্রবা 'ইন্সুলিন ডিপেন্দেন্ট ডায়বিটিজ মেলাইটস' (আই. ডি. ডি. এম.) হায়বদি অঙাং ওইরিঙৈদগী লোয়নরক্লবা লাইওং কাংবু,

(২) ইন্সুলিন পিদ্রবসু য়াবা কাংবু – 'নন ইন্সুলিন ডিপেন্দেন্ট ডায়বিটিজ মেলাইটস' (এন. আই. ডি. এম.)। মসিনা চহি খরা য়ান্নকপদা পোক্লকপা লাইওংনি। মসি মশা য়ান্না নোইবা, নোইদবা অমসুং ময়াং কংবা মীওইশিংদা থোক্কল্লি নৎত্রগা থোক্কন্দে হায়বগী থোইদোকপা ৱাফম লৈতে। মীওই মখল অহুমক্তা থোকপা য়াই,

(৩) চাব-থকপদা হকচাংগী ওইবা মচং ওইবা চিঙ্গাক ৱাৎলকপদগী (মালন্যুত্রিসন) থোরকপা কাংবু, (৪) মীরোনবগা মরি লৈননা নারকপা কাংবু অমসুং (৫) অতোপ-অতোপ্পা লায়নাশিংদগী ওইরকপা কাংবু (সেকন্দ্রি ডি. এম.) অসিনচিংবা কয়ানি।

ডায়বিটিজ নাবগী লায়ওং অমসুং খুদমশিং ঃ-

ঈশিং চৎপগী চাং হেনবা অদুগা য়ান্না তোইনসু চৎপা, ঈশিং য়ান্না থৌরাংবা, ঈশিং য়ান্না থকপা, অথুম্বা য়ান্না চানিংবা পোকপা অমসুং চাবা, নাই য়ান্না চাগন্না পোমগনবা, নুপীদা ওইরগনা হকচাংদা (ফিনুংদা) হাকচ্চবা, মীৎ উবগী শক্তি হন্থরকপা, খোঙ-খূৎ জিং-জিং লাওরকপশিং অসিনি। ময়ামসিদগী হেঞ্জিললক্লগা মীৎ উরক্তবা, ঈশিং চৎপগী চাং হন্থরক্তুনা কিডনি অনীমক মথৌ তৌবা ঙম্লক্তদুনা শিখিবা অসিনচিংবা খুদোংথীনিংঙাই ওইরকপা কয়াসু লৈ।

লাইওং খঙনবা মওং (ডায়গ্লোসিস) ঃ-

মথক্তা পঞ্জখ্রিবা লাইওংশিং অসি তৌরক্লবদি মতুংদা হক্কি ঈশিং (য়ুরিন) চাং য়েংবা অমসুং ঈদা চিনিগী শরুক অসি, অয়ুক্তা করিগুম্বা অমত্তা চা-থক্তিঙৈ অমসুং চা-থক্লবা মতুং পূং ২ কান্নরগা য়েংথোকপিগদবনি। মদুদগী খঙলকপা চাংগী মতুং ইন্না লায়েংবা তৌগদবনি। মসিগা লোয়ননা কিডনিনা তৌফম থোকপা মথৌ (ফঙ্কসন) তৌরিবরা, থমোয় (হার্ট) ফরিবরা শোক্লবরা হায়বনচিংবসু নিংথিনা য়েংথোকপিগদবনি। 'ডায়বিটিজ' নারবা মীওইদা ট্যুবর্ক্যুলোসিস (টি. বি.) গী লায়নানা য়ান্না নাগল্লি অদুনা মসিগীসু য়েংথোকপীগদবনি।

করম -মরম্বা মীওইদা ডায়বিটিজ নাগনবগে?

১. মমা-মপা ডায়বিটিজনা নাবা মীওই, ২. মশা য়ান্না নোইবা মীওই হায়বদি মশাগী ওইফম থোকপা অরুম্বগী চাংদগী চাদা ২০ গী চাংদা হেনবা,

৩. হান্নগী মশাগী ঈদা গ্লুকোজগী চাং য়েংবদা নোরমেল ওইদবা (হেনবা নৎত্রগা ৱাৎপা) মীওইশিং,

৪. অঙাং পোকপদা চিংনবা, য়ান্না তোইনা লাইয়ৈ চৎপা নৎত্রগা অঙাংগী মশা য়ান্না চাওবা হায়বদি পোকপদা লূম্ফম থোকপা কিলোগ্রাম ৩.৫ দগী হেনবা অঙাং পোকপীশিং,

৫. য়ান্না তোইনা মীরোনগনবীশিং অমদি মীরোনবগী থা ৬ তগী থা ৭ ফাওবগী মনূংগী নুপীশিংদা,

৬. থমোয়দা হাকথেং (হার্ট এটেক্ট) ফংখ্রবা মীওই নৎত্রগা ঈগী ঈচেল হেনবা (হায় ব্লড প্রেসর) অমসুং ৱাম্ব-পংথবা (ষ্ট্রোক) তৌখ্রবা মীওইশিং অমসুং

৭. ইন্টেষ্টাইন (চাকখাওদগী অমাংথোঙ ফাওবদা চৎলিবা মরী) মনূংদা নুং লৈবা অসিনচিংবা মীওইশিংদা লায়না অসি নাগল্লি।

অদুগা তশেংনমক ডায়বিটিজনা নারবরা হায়বা খঙননবগীদমক্তদি ঈদা য়াওবা গ্লুকোজগী (চিনিগী) চাং খঙদোক্লবা, করিমত্তা চা-থক্তিঙৈ অমদি চা-থক্লবা (গ্লুকোজ থক্লবা) মতুংদা শিংলি অচৌবা অমসুং মচা (ভেন্স এন্দ কেপিলিয়ারী) অনীদগী লৌবা ঈ য়েংথোকহনগদবনি। হক্কী ঈশিংদা চিনিগী শরুক য়ান্না য়াওবা-য়াওদবা য়েংবা অসিদি ইচম-চম্বা চাংয়েং (স্কুনিং) অমনি। মসিদা হক্কী ঈশিংদা চিনিগী শরুক য়াওদ্রগসু ডায়বিটিজনা নাদ্রে হায়না লৌনিংঙাইদি ওইদে।

মীরোল্লবী নুপীশিংদা ডায়বিটিজ লৈব্রা নৎত্রগা লৈতব্রা হায়বসিসু পূং ১ গী, ২ গী, ৩ গী ওইবা চারা হেল্লবা মতমদা ঈ লৌদুনা, ঈদা চিনিগী চাং য়াওফম থোকপা য়াওবরা নৎত্রগা য়াওদব্রা হায়বনচিংবগী চাংয়েং নিংথিনা তৌথোকপিরগা খঙবা ঙমগনি।

ডায়বিটিজ ঙাকথোক্লবা তৌবিবা য়াবা থৌওংশিং ঃ-

১. চিঞ্জাক- ডায়বিটিজ মেলাইটসকিদি চিঞ্জাক্তা চেকশিননিবা হায়বসি য়ান্নমক মরু ওই। মরম অদুনা ঐখোয়না চানরিবা চিঞ্জাকশিংদা হকচাংনা ফংগদবা মচাকশিংগী মরমদা খঙজিনবা য়ান্না কান্নবা ওইগনি। চিঞ্জাক্কী মতাংদা মীওই অমগী মশাগী অরুম্বগী চাং খঙদোকপা হায়বসি তঙাইফদে। হকচাংগী লূম্ফম থোকপা অরুম্বগী চাং অসি মীওই অদুগী ৱাংবগী মতুংইন্না লেপ্পী। খুদম ওইনা ফুট ৫ ৱাংবা মীওই নুপাদা কেজি ৪৮.৭ অদুগা নুপীদনা কেজি ৪৫.৫ লুম্বা অমদি লূম্ফম থোকপা মীওইবগী অরুম্বগী চাংনি। অদুগা অমুক ফুট ৫ দগী ৱাংবা হেনখিবা মীওইশিংগীদমক্লা লূম্ফম থোকপা অরুম্বগী চাং খঙনবগীদমক্তী মথক্কী অৱাংবা ইঞ্চি অমমম হেনগৎলকপদা নুপাদনা কেজি ২.৮৬ অদুগা নুপীদনা কেজি ২.৩ তিনশিনগদবনী। অদুগা অমুক খরা ময়াং কংবা নৎত্রগা নোইবা মীওইশিংগীদমক্লা চাদা ১০ গী চাংদা খায়দোকপা নৎত্রগা তিনশিনবীরগা হকচাংগী লূম্ফম থোকপা অরুম্বগী চাং অসি লেপ্পীবা ঙমগনি।

দরকার লৈবা 'কেলোরি' (চারিবা চিঞ্জাক্তগী ফংফম থোকপা মৈশা অমসুং পাঙ্গলগী শক্তি) গী ফংফম থোকপা চাং খঙনবা ওইনবা ঃ-

কেলোরিগী চাং ওন্ননবা হায়বদি মীওই অমগী নোংমদা কেলোরি কয়া য়ান্না দরকার ওইবগে খঙননবগীদমক্তি, হকচাংগী অরুম্বা পাউন্ডগী মশিঙদা ১০ না পুরিবিগদবনি (পাউন্ড অমগা গ্রাম ৩৭৩.২৪ গা মান্নে)। খুদম ওইনা কনাগুম্বা মীওই অমগী মশাগী অরুম্বা কেজি ৫০ ওইবা তারবদি (৫০X১০০০ ÷ ৩৭৩.২৪)X১০=১৩৪০ কেলোরি' চাওরাক্লা ওইগনি। মসিগী মথক্তা ওফিসতা ফমদুনা অকনবা থবকশুদবা মীওইদনা হকচাংগী অরুম্বগী চাদা ৩, য়ান্না কনবদি নৎত্রগসু পাঙ্গল খরা পুথোকপা মীওইদনা চাদা ৫ অমদুগা পাঙ্গল পুথোক্তুনা থবক কন্না শুবা মীওইদনা চাদা ১০ গী চাংদা হেনগদবনি। হায়রিবশিং অসিগী মথক্তা নোংমদা কেলোরি ৩০০ দগী ৫০০ ফাওবগী চাংদা হেনখ্রবদি লুম্ফম থোকপা চাংদগী হেল্লক্কনি মসিনা হকচাং চাওখৎলকপগী (নোইরকপা) মরম ওইরকই।

ঐখোয়না দরকার লৈদুনা চানরিবা চিঞ্জাক অসি মখল অহুম থোক্লা খায়দোকই মদুদি কার্বোহায়দ্রেড (চিনিগী শরুক), প্রোটিন অমসুং থাউগী শরুক।

চিঞ্জাক চাবগী মতম ঃ-

চাবগী মতমসি নোংমদা মরীরক্তগীনা মঙারক ফাওবা চাবিনবা অয়ুক্কী চরা (ব্রেক ফাষ্ট), অয়ুক থেংলকপগী চরা (মিড মোর্নিং মিল), নুমিৎ য়ুংবগী চাক্লেন (লঞ্চ), নুমিদাংৱাইরমগী চরাৱানবা (ইভিনিং মিল) অমসুং নুমিদাংগী চাক্লেন হায়দুনা চাবিবা ফৈ।

(অনিশুবা শরুক মথঙ ইন্নাই নুমীৎতা)

লম্বীদা পোৎয়োল্লিবশিং অমসুং মখোয়গী হক

এম জগজিৎ (এদভোকেট)

ঙসি ঙসিমক তাইবং মীওইবনা হিংলিবা পূন্সি অমদি মীয়াম লৈঙাক মপূনা শেম্বা আইন অমনা পূনশিন্দুনা থল্লি। লোয়ননা মতম মতমগী ওইবা আইন কয়া মীয়ামগী য়াইফনবা ৱাখল্লোন্দা য়ূম্ফম ওইরগা শেল্লি। মসিমক ফনা ওইদুনসু লমদমসিগী আইন খূত্তা পায়দুনা শান্নবগী হৈনবীনা মরম ওইদুনা আইন অমদি হিংবগী হক অনীগী লংদাইদা চয়েৎনবা ৱাথোক কয়া পেপ্তনা থোক্লি। অদুম থোকখিনি নিংই।

হৌজিক হৌজিক খ্বাইরম্বন্দা কৈথেলগী ৱাথোক

ঐখোয়গী থৌনাফরবী ইমাশিংনা অচৌবা থৌদাং লৌদুনা মচা-মশু ওইবশিংবু লৌশিং মঙাল পীনবা লুকমাই পান্দুনা লাক্লি। মতম অমগী ইমা কৈথেল মালেমদা নুপীশিংতগী ওইবা কৈথেল ওইনা হৌখিবা অমদি ঙসিগী মীরোলনা উদুনা লাক্লি। মতমগী অওনবা মতুংইন্না অমদি খুন্নাইসিগী মচৎনা পীবা চৈথেংনা নোংম- নোংমগী লম্বী অমদি মীয়ামগী লম্বীশিংদা নোংমগী চরা তানবা মরুওইনা নৌরিবা মৌ অমদি মপুরোইবা কাইনরবা (লৈখিদ্রবা য়াওনা) নুপী-ইমা কয়া ঈশিং ঈচাওগুম হেনগৎলক্লি। মসিমক ভারত লৈঙাক্কী মখাদা লৈবা লমদমশিংদা লোইশিনবা ঙমদবা ৱাথোক অমদি ৱারোইশিন য়াওদবা মওংদা লৈরি।

আইনগী ওইবা ৱাফম ঃ-

হৌখিবা ইং ২০১৪ দা মীয়ামগী লম্বী অমদি খোঙ লম্বীনচিংবা মফমশিংদা অফংবা মনা মশিং, চান্নবা পোৎলমশিং অমদি ফিরোলনচিংবা য়োনবীশিংগী আইন অমদি ষ্ট্রিট ভেন্দ'স (প্রোটেক্সন ওফ লাইভলিহুদ) এন্দ রিগুলেসন ওফ ষ্ট্রিট ভেন্দিং) এক্ট শেমখ্রে। আইনসিগী মতাংনা হায়জৌ হায়রবদি অমদি আইনসিগী পান্দমদি অকিবা য়াওদনা মখোয়গী ঙাক্লৌ অমগা লোয়ননা লম্বীদা অমদি খোঙ লম্বীদা হিংবগী হক তাল্লিবশিং (নুপাশিং য়াওনা) তাথি-তাওইনা তৌবদগী কন্নবা পাম্বে পীবা আইন অমনি হায়না লৌবা য়াই। লোয়ননা হায়রিবশিং অসিগী ওইবা মফম অমা (ভেন্দিং জোন) অমা টাউন সিদিং কমিটি অমা শেল্লগা মখোয়গী ওইবা শকখঙচে অমা পীবা ৱাফম য়াওই। মথক্কী আইন অসিগী মরু ওইবা পূন্নমক্তংগী হেন্না ওইহন্নিংলিবদি পোৎ য়োল্লিবশিংগী করিগুম্বা তকথোকপা তারবসু মীয়াম তানবা লম্বী চৎফমশিং অমদি খোঙ লম্বীশিংদগী তঙাইফদনা মতৌ করন্না ফজবা মওংদা শীন্দোক শীঞ্জিল তৌননবা শেম্বা আইন অমনি। হিংবগী হক মৎতনা থম্বগী পান্দম অমদি মীৎয়েংদা য়ূম্ফম ওইরগা শেম্বা আইন অমনি লৌবা য়াই।

থোক্লিবা মথক্তা পল্লিবা ৱাথোক অসি মতৌ করন্না খরদং ওইরবসু কোকহনগনি হায়বগী মতাং ঃ-

ইম্ফালগী খ্বাই কৈথেলদা থোক্লিবা অচৌবা ৱাথোক ঙাইহাক লৈতনা থোকপা হায়রগদি লম্বীদা অমদি খোঙলম্বীনচিংবদা মনা মশিং অমদি চান্ন-থক্লবা পোৎলমশিং য়োল্লিবা- য়োল্লিবীশিংগী ৱাথোক হায়বদা হায়মনবা থোক্লোই। মরমদি ৱাফমসিমক মীয়ামগী খোঙনা অমদি মখল কয়াগী গাড়ীশিং চৎপদা অচৌবা চৈথেং অমা পীবা ৱাফম ওইবা, নাকল অমরোমদা হৌখিবা অনৌবা চহীগী খুদোল ওইনা হৌখিবা জনুৱারি তাং ০৪ গী অয়ুক পূং ৪ রোম তাবদা থোকখিবা জনুৱারি তাং ০৪ গী অয়ুক পূং ৪ রোম তাবদা থোকখিবা জুৱার হাবনা মরম ওইনা শাবা ইকুই কুইদ্রিবা কৈথেল শঙ অহুমগী মনূংদা অনীদি অকিবা ফংনা শেমজিনবা য়ানি য়ারোই খঙদনা অমাং-অতা থোকখিবা মতুংদা ওইরকপা মওংগী মীয়াম্না তারে অমদি খঙলে।

মখা তানা হায়নিংলিবদি, ইম্ফাল সহরগী লম্বী চখোক চৎশিনগী মরমদা য়েংশিন্নবা মরী লৈনবা লোয়শঙশিং য়াওবা শীন লাংবগী কমিটি অমা লৈ। লোয়নবমক হায়দ্রবসু। মরু ওইনা ট্রাফিক পুলিস অমদি ইম্ফাল ম্যুনিসিপালিটিনা মরু ওইবা থৌদাং লৌই। অমদি মীয়ামগী লম্বীদা অমদি খোঙ লম্বীদা ললোন ইতিক তৌবশিং আইননা য়াদ্রবসু মনিং তন্না হায়রিবা মফমশিংদা মখোয়গী য়োন্নবা পোৎশিং থেন্দুনা ফল্লি। অথিংবা য়াওদবগুম তৌরি। মীয়ামগী লম্বীদা অমদি খোঙ লম্বীদা পোৎ য়োনবশিংবু, মরু ওইনা ট্রাফিক পুলিসনা মীনুংশি য়াওদনা চৈখাইদুনা তাল্লি, ঙাইহাক লৈরগা অমুক ফমই। ৱাফমসি কোক্লবা পাম্বেনি হায়দুনা লম্ফেল সুপ্পর মার্কেটতা ফন্নবা মফম মণিপুরগী লৈঙাক মপূনা শীল্লি, পোৎ শীৎতে হায়দুনা ফমউ য়াদে, লম্বীদা অদুম ফমগনি হায়দুনা ফমই। মরী লৈনবা লোয়শঙশিং পাম্বে লৈতে। হৌজিক্লা অমুক, জুৱার হাখিবগী চৈথেংনা লম্বীদা ওইনা ফল্লি। লৈঙাকপশিংনা টেম্পরেরি মার্কেটতা ফমউ হায়না শীনখিবগী পাউ তাই। ৱারেংজরিবসু থেংনরুরে, ফমউ য়াদে হায়, লৈঙাক মপু মথা শাই। কোক চিকই। অদুম চিকখিনি, লোইখিরোই। লমদি চাওথোক্তে অমদি ৱাথোকসিদি লৈখিনি। খুন্নাইসিনা পীবা চৈথেংনি। লৈখিনি নোংম-নোংমগী হেনগৎলকখিনি।

ৱারোইশিন ঃ-

ৱারেংজরিবনা আইনগী শীনফমদা লৈবা অমা ওইনা লমদমসিগী লৈঙাক্লোইশিংদা হংজনিংবদি মথক্তা পল্লিবা আইনসিগী মতুংইন্না তৌফম থোকপা করি থবক পায়খৎল্লবগে হায়বদি টাউন ভেন্দিং কমিটি লৈরব্রা? লৈরগনা ফরে, শেমদ্রগনা করি মরমগীনো, লৈঙাক মপু লৈরি হায়বা খঙনবা মীয়ামদা খঙহনবা মথৌ তাই। নাকল অমরোমদা আইনসিগী ঙাক্লৌ পীননবা মণিপুর হায় কোর্টতা য়ৌনবগী ৱাফম তারে, অমদি য়াথং অমসুং পীখ্রে তারে মরী লৈনবা লোয়শঙনা য়েংশিন্নবা য়াথং অদু আইনগী মীৎয়েংদা তৌবা য়াবশিং তৌনবা মতম অমা পীরগা অতোপ্পা ৱাফম অমনা কৈথেল লল্লোনবা কাঙলূপ অমা কৈথেল ৱাজনিতি শান্নবগী পাউ লৈরিবসি তোকপীরো, লৈঙাকপশিংসু থম্মোয় শেংবীরো, ৱাখল অমদি অনীংবা অমগা লোয়ননা তৌফম থোকপা থবক অমদি থৌদাং পাঙথোকপীরো। লোয়ননা মীয়ামসু ৱাখল তাবীরো আইন লৈরি হায়দুনসু লম্বীদা পোৎ য়োন্দবা য়াদে হায়বগী ৱাখল লৈরবদি থাদোকপীরো। পূন্নমক তাথোক-তাশিন তৌরগা পাম্বে অমদি পুথোকপা মতাং চারে। লৈঙাক মপু অমদি মীয়াম অমত্তা ওইনা কোক চুংশিন্নবগা লোয়ননা ইমাশিংসু খরা খন্থবীরো। থাঙ্গাল কৈথেলগী লম্বীদা পোৎফম ফমগনি হায়বসু য়ারবদি তোকপীরো। য়াবিরবদি ৱাথোক অসি অমদি হান্নদগী মায়োক্লরিবা লম্বীদা অমদি খোঙ লম্বীদা পোৎ য়োল্লিবশিংগী ৱাথোক খরমখৈ কোকপা ঙমগনি নিংই। অথুবা মতমদা ৱারোইশিন পুরকপা ওইরসনু। হান্নগী অমদি হৌজিক্কী ৱাথোক অসি পূন্নমকসি পুরকপদা অফবা লৈঙাক অমদি অফবা ৱায়েল অমদি তঙাইফদনা চংই, হায়বসি হোৎনবা মতাং চপ চারে মতম হেন্দ্রিঙৈসিদা।।