পুক্লিং পৌশিং | বামোন অমুধচা

খ্বাইদগী শেংবা মফম

মচিন–মনাও অনীখক লৈরম্মী। অমদি নুপী থিদুনা মচা লৈরে অদুগা অমদুদি পাখঙনি। মখোয়গী মহৈ–মরোং থাবা ফার্ম অমা লৈরম্মী। ফার্ম অদুদগী থোরকপা মরু মরাং অদু মচিন–মনাও অনীনা হেক–হেক তঙ্খায় য়েন্নরম্মী। অসুম্না অসুম চখরম্বদগী নোংমা নুপী থিরবা নুপা অদুনা খনবা হৌরক্লম্মী, ‘‘ঐনা তৌরিবসি ফৎত্রেদা। ঐগী ইনাওনুপা অসি মথন্তনি অদুগা ফার্মদগী থোরকপা মহৈ–মরোং অসি তঙ্খায় অমখক্ত ফংলি। অদুগা ঐগীদি নুপী অঙাং লৈরে। অহল ওইরক্লবা মতমদা শেন্নবীনবা লৈরে। মহাক্কীদি কনাসু লৈতে। অদুনা মহাক্কী তুংগীদমক হেন্না তুংশিনবা দরকার ওই। ঐখোয় অনীগী চাকথুং অসিদা মহাক্লা হেন্না ফংফম থোকই।’’ অসুম্না খল্লদুনা মহাক্লা নুমিদাংদা হৌগৎলগা মনাওনুপাগী গোদাউন্দা নুমিৎ খুদিংগী মরু মরাং বোরা অমমম হেক–হেক থমজিনবীরম্মী।

মনাওনুপা পাখঙ অদুসু তুন্নম্বদগী হৌগৎলগা খনবা হৌরক্লম্মী, ‘‘ঐনা তৌরিবসি ফৎত্রেদা। ঐগী ইয়াম্বগীদি নুপী অঙাং লৈরে। ঐখোয় অনী চপ মান্ননা য়েন্নরিবা চাকথুং অসিনা মখোয়গী মীয়াম অসিদা কোন্নরমগদবা মান্দ্রে। ঐগীদি ইথন্তনিনা লৈরিবা খরা অসিনা লেম–পানা কৌন্নে।’’ অসুম্না খল্লগা মহাক্লা নুমিদাং খুদিংগী মহৈ–মরোং বোরা অমমম ময়াম্বগী গোদাউন্দা থমজিনবীরম্মী।

অসুম্না মচিন–মনাও অনীনা অসুম চখরকপদা নোংমদি শোয়দুনা মখোয় অনী থেঙ্গাইনদুনা তুবদা শোকফম চাদনা শোকখিদুনা মচিন–মনাও অনীদু শিখিরম্মী।

চহী খরগী মতুংদা কৈরোই লৈকাইগী মীয়াম্না মখোয়গী ৱারী অসি মথং মথং খঙনরক্লম্মী। ৱারী অসিবু নীংশিংদুনা লৈহৌনবা লাইশঙ অমা শানবা ৱারেপ লৌরম্মী। শাফমগী মতাংদা কুপ্পা খন্নরবা মতুংদা মখোয় অনীনা থেঙ্গাইনদুনা শিখিবা মফম অদুনা খ্বাইদগী শেংবা মফমনি লৌদুনা মন্দির অদু মফম অদুদা শানবা থৌরাং তৌখি।

নুংশিবগী চাং অসি কখোকপা ঙম্বগী চাংনা লেপ্পী। নুংশিবা হায়বসি করিসু নত্তে মশাগী খন্দবদুনি।

ফসৈক্লাগী লংথাক হেন্না

হেরোই–হেলেক্ত থৌরেক্তা চৈথাহনি। থাহনি লুমাদে ফিক্লে হেন্নৈ চৈথং থক্লাং থাহনুনি থাহনিগী মাদেংলে। হেক্তাগী হেন্নৈ–হেথাম ফৈ এথাম থাহ চৈথাহনি। এথাম থক্লগী ফৈথাগাং হেন্ন হেথাম থক্ল হেরোই–হেলেক্ত থৌরে ফংথা–ফংথা ফৈক্তে হেন্নথাহনি। থংগোম থৌগোম সংফৈক লুমাদে ফৈথাগাং চৈথাম হেন্নৈ ফৈথাগাহনি, "থৌরে ফৈথাইংগী এংফুম"। থৌগাগী ফেলেক্তুগাদে থৌগী হেন্নেক্তগী থক্লাং এথাম্নাগী ফৈথাগাং হেন্ন–হেথাম থৈ থাহনি। এথাম থক্লগী ফৈথাগাং হেন্ন হেথাম থক্ল হেরোই–হেলেক্ত থৌরে ফংথা–ফংথা ফৈক্তে হেন্নথাহনি। থংগোম থৌগোম সংফৈক লুমাদে ফৈথাগাং চৈথাম হেন্নৈ ফৈথাগাহনি, "থৌরে ফৈথাইংগী এংফুম"। থৌগাগী ফেলেক্তুগাদে থৌগী হেন্নেক্তগী থক্লাং এথাম্নাগী ফৈথাগাং হেন্ন–হেথাম থৈ থাহনি। এথাম থক্লগী ফৈথাগাং হেন্ন হেথাম থক্ল হেরোই–হেলেক্ত থৌরে ফংথা–ফংথা ফৈক্তে হেন্নথাহনি।

হেরোই–হেলেক্ত থৌরে থৌগী হেন্নেক্তগী থক্লাং সংফৈক লুমাদে ফৈথাগাহনি, "থৌরে ফৈথাইংগী এংফুম"। থৌগাগী ফেলেক্তুগাদে থৌগী হেন্নেক্তগী থক্লাং এথাম্নাগী ফৈথাগাং হেন্ন–হেথাম থৈ থাহনি। এথাম থক্লগী ফৈথাগাং হেন্ন হেথাম থক্ল হেরোই–হেলেক্ত থৌরে ফংথা–ফংথা ফৈক্তে হেন্নথাহনি।

হেরোই–হেলেক্ত থৌরে থৌগী হেন্নেক্তগী থক্লাং সংফৈক লুমাদে ফৈথাগাহনি, "থৌরে ফৈথাইংগী এংফুম"। থৌগাগী ফেলেক্তুগাদে থৌগী হেন্নেক্তগী থক্লাং এথাম্নাগী ফৈথাগাং হেন্ন–হেথাম থৈ থাহনি। এথাম থক্লগী ফৈথাগাং হেন্ন হেথাম থক্ল হেরোই–হেলেক্ত থৌরে ফংথা–ফংথা ফৈক্তে হেন্নথাহনি।

In the Court of the Sub-Deputy Collector
Imphal West, Salam

Ref. :- Mutation Case No.23/SDC/IW/(s)/2019

1. Kongbrailatpam Surjit Sharma S/o (L) Sohodeva Sharma of Awang Khunou Mayai Leikai
2. -do- Amujao Sharma S/o -do- of -do-
3. -do- Amuthoi Sharma S/o -do- of -do-
4. -do- Surjamani Sharma S/o -do- of -do-

- Petitioners

-Vrs-

Late Kongbrailatpam Sohadeva Sharma
S/o Late Lalbapu Sharma of Awang Khunou

- O. P.Party

N O T I C E

Imphal the, 17th Jan., 2019

U/S 46 (3) of MLR & LR Act 1960 অসিনা মরম ওইদুনা খঙহল্লি মদুদি মুঃ পাট্টাদার Kongbrailatpam Sohodeva Sharma পিং মুঃ Lalbapu Sharma সাং Awang Khunou গী মিংদা লৈবা Salam তহশিলগী খুল নং 77-Awang Khunou গী অনৌবা পাট্টা নং 44/779 দাগ নং 259/652 অমসুং এরিয়ানা 0.14 চাওবা Ingkhol অসি মথক্তা পীরিবা দরকারিশিংনা মখোয়গী মমিংদা পানবীনবা উক্ত কোর্ট অসিদা দরখাষ্ট থারক্লে। মরম অসিনা পাউচে অসিনা ফোঙবা মতুং নুমিৎ 7 নিগী মনুংদা ইখোল অসিগা মরী লৈনবা কনাগুম্বনা আপতি তৌবীনিংলবদি তৌবা য়াগনি। মথক্তা পীরিবা মতম অসিগী মতুংদগীদি কনা অমত্তগী আপতি লৈত্রে লৌরগা কোর্টনা মখা তাবা থবক চথজরগনি।

Sd/-
SubDeputy Collector,
Imphal West, Salam

SL/Bill(L)/18(A)

জপানগী লিঙ্গ চাওখৎনবা মেচিন মখিপুরদা থুংলরে লিঙ্গ বধক অয়ুরবেদিক ওইল লেম্না পীজগনি

অঙৌবা পকপা

অঙৌবা পকপশিংবু থুনা ফহনবা ঙম্না ইঞ্জেক্সন থুংলরে। হৌজিক্কী অঙৌবা পকপশিংনা থোইনা ৱারুবগী দরকার ওইদে। ইঞ্জেক্সন অসি শীজিন্নবনা পুং ২৪ গী মনুংদা অঙৌবা পক্লিবা মফম অদুগী মচু হোংলক্কনি। লোয়ননা পুংফ ফহনবা ঙম্মী। লোয়ননা মায়হিং, স্কিন অজমা, উরিং, মায় চাফৎপা মখল খুদিংগী স্কিন দিজিজ লায়েংজরি।

নুপাগী সেক্সকী সমস্যা (মেল সেক্সসুএল প্রোব্লেম)

নুপাগী ফম্বী থুনা থোক্লনবা, ফম্বী পাবা, ফিনুংগী হকচাংগী শক্তি শোছবা, নুমিদাংদা ফম্বী চৎপা, খোঙ হান্বা অমসুং মপান থোকপদা ফম্বী লোয়নরকপা, ফীনুংগী হকচাংদা হাক্কচবা, ফুরি থুংবা, নাই চাবা অসিনচিংবশিং অসি অয়ুরবেদিক্কী হীদাকশিংনা অথুবা মতমদা ফহনবা ঙম্রে।

নুপীগী সেক্সকী সমস্যা (ফিমেল সেক্সচুএল প্রোব্লেম)

নুপীগী ফিঙৌ চৎপা, থাগী খোঙকাপ চাং নাইদ্রবা অদুগা চাং হেন্না নৎত্রগা ৱাৎনা চৎপা, মনম নমথিবা হকচাং মনুংদা হাক্কচবা, ফুরি থুংবা, নাই চাবা অমদি অতৈ লায়নাশিং অসি অথুবা মতমদা ফহনবা ঙম্রে।

দাইবেটিসকী লায়নাদগী ঙাকথোকপা ঙম্রে

দাইবেটিসকী লায়না লৈরবদি ৱেট চাং হন্বরক্কনি অদুগা সেক্সকী মপাঙ্গলসু শোছরক্কনি অদুনা অয়ুরবেদিক্কী হীদাকশিং অসি শীজিন্নরবদি মতম খরগী মতুংদা দাইবেটিক্সকী চাংসু নোংমা নোংমগী হন্বরক্কনি অদুগা সেক্সকী মপাঙ্গলসু নোংমা নোংমগী হেনগৎলক্কনি অদুনা অথুবা মতমদা তান্নবীয়ু।

লিঙ্গ চাওখৎনবা মেছিন

যন্ত্র অসিগী মতেংনা অদোমগী প্রাইভেট পার্ট অদু শাংবা অমসুং চাওখৎহনবগা লোয়ননা হকতিন্নবগী মতম শাংদোকহল্লি। মমল লুপা ৪৫০ খক্তনি।

ব্রেষ্টকী প্রোব্লেম

অয়ুরবেদিক্কী মেদিসিন্না অদোমগী অপীকপা অমসুং চোছবা মখলগী ব্রেষ্টপু হেক য়েংবদা ফজবা, পূক্লীং চীংশিন্নিনিংঙাই ওইবা অমসুং মপুং মরৈ ফানা থম্নবগীদমক ঙসিমক লাক্তুনা ব্রেষ্ট ওইন্টমেন্ট অমদি হীদাক শীজিন্নবীয়ু।

নুংশং

ঈ তাবা, চাফৎপা পোম্না, হাক্কচবা, নুংশং কক্লাইনচিংবা নুংশংগী মখল অসি ওপরেসন তৌদনা হীদাক শীজিন্নরগা পুংফ ফহনবা ঙম্রে। নুমিৎ ৭ নিগী মনুংদা কান্নবা খঙবা ঙমগনি।

শমগী প্রোব্লেম

শম কেনবা, কোক তাঙবা, পোক হৌবা, শমজাবী অসিনচিংবা লায়নাশিংদা কোক্তা তৈনবা থাউ অদুগী অতোপ্পা হীদাক খরগা শীজিন্নরবদি শম কেনবা হন্বরক্কনি অনৌবা শম হৌগৎলক্কনি অমসুং পোক্কী মচু ওল্লক্কনি।

গ্যাষ্ট্রিকী প্রোব্লেম (পুক্কী লায়না)

পুক নুংশিং কাবা, চাবা থকপা তুমদবা, অসিনবা কাখৎপা, চানিং থক্লিংবা পোক্তবা, পুক নাবা, পুক থীনবা, খোঙ হান্বা নুংঙাইতবা অসিনচিংবা অসি অয়ুরবেদিক্কী হীদাকশিং অসিনা লায়না ফহনবা ঙম্রে।

নাকোংগী প্রোব্লেম (না তাদবা)

না তাবা ৱাৎপা, নাকোংদা ঙংদুনা লৈবা হান্না করিসু তৌরমদবা, নাকোংদা তাবগী চাং ৱাৎলকপা অমদি অতোপ্পা মখলগী লায়নাশিং ফহনবা ঙম্রে। অমুক্তং লাক্লগা তান্নবীয়ু।

তাং চিকপা অমসুং খ্বাঙ নাবা

তাং চিকপা, খ্বাঙ নাবা, খোঙ খৃৎ শিথবা, মশল নাবা, খৃৎ হাইগৎপা ঙমদবা অজমা, লোক খুবা, মীছন কা হেন্না চোংবা, থবাক খেবা শ্বর ফুনবনচিংবগীদমক রাবীরুগনু য়াম্না থুনা উনবিদুনা কন্টেক তৌবীয়ু।

য়ু করম্না থাদোক্কনি

অফবা মখলগী অয়ুরবেদিক্কী হীদাক শীজিন্নদুনা য়ুদগী লাপথোকহনবা ঙম্মী। নুংঙাইবা পুন্সি মরেলনা ওইহনবা ঙম্মী। থুনমক তান্নবীয়ু।

SL/Bill/30day

Please Contact DR. (VAID) A.K. DAS
DUTTA CLINIC (REGD. NO. 55503) AYURVEDIC & UNANI MEDICINE
Khoyathong Christian Literature House Building
Thangal Bazar Road, Khoyathong, Imphal

In the Court of the Sub-Deputy Collector
Imphal West, Salam

Ref. :- Mutation Case No.22/SDC/IW/(s) dated 17/1/2019

Aribam Anuradha Devi D/o (L) Goberdhon Sharma of Keishamthong Top Leirak

- Petitioner

-Vrs-

Late Aribam Goberdhon Sharma
S/o (L) Ibomcha Sharma of Keishamthong Top Leirak

- O. P.Party

N O T I C E

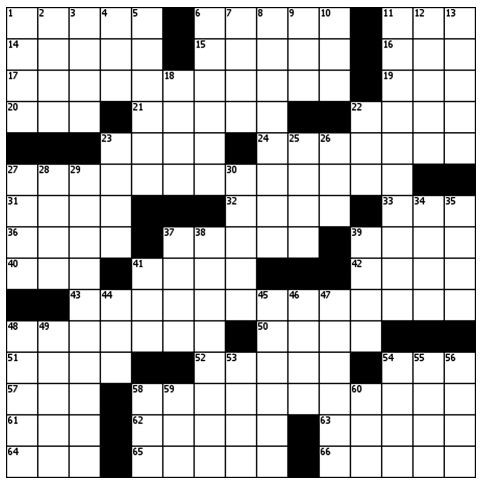
Imphal the, 17th Jan., 2019

U/S 46 (3) of MLR & LR Act 1960 অসিনা মরম ওইদুনা খঙহল্লি মদুদি মুঃ পাট্টাদার Aribam Goberdhon পিং মুঃ Ibomcha Sharma সাং Keishamthong Top Leirak গী মিংদা লৈবা Salam তহশিলগী খুল নং 67-Haorang Keirel গী অনৌবা পাট্টা নং 64 দাগ নং 263 অমসুং এরিয়ানা 2.31 acre চাওবা Phourel লৌফম অসি মথক্তা পীরিবা দংকারি অসিনা মাগী মমিংদা পানবীনবা উক্ত কোর্ট অসিদা দরখাষ্ট থারক্লে। মরম অসিনা পাউচে অসিনা ফোঙবা মতুং নুমিৎ 7 নিগী মনুংদা ইখোল অসিগা মরী লৈনবা কনাগুম্বনা আপতি তৌবীনিংলবদি তৌবা য়াগনি। মথক্তা পীরিবা মতম অসিগী মতুংদগীদি কনা অমত্তগী আপতি লৈত্রে লৌরগা কোর্টনা মখা তাবা থবক চথজরগনি।

Sd/-
SubDeputy Collector,
Imphal West, Salam

SL/Bill(L)/18(B)

Crossword # 45



ACROSS
1. Mammoth hunter's weapon
6. Tend, as a fire
11. "The Godfather" group
14. Major artery
15. A-frame feature
16. "--- Town"
17. Bomb rider in "Dr. Strangelove"
19. First numero
20. Irrigation tool
21. Luggage lugger
22. Old-time Peruvian
23. One above a tenor
24. Didn't serve well
27. Silent screen comic
31. Note from France?
32. Peter Fonda role of 1997
33. Not quite a bloomer
36. Slow down
37. Dupes
39. Stable parent?
40. Not back?
41. Richard III family name
42. "Come Back, Little Sheba" playwright
43. He provided music with a twist
48. Polonius' daughter
50. One and only
51. Suggestive
52. Disturber of the peace
54. Tiny of literature
57. Previously
58. Dodger great
61. Boston castoff
62. "Right as the Rain" songwriter
63. Vexes
64. Summer hrs. for Ottawa
65. Lovers' rendezvous
66. End-of-year celebrations

DOWN
1. Cloth belt
2. Sport for Prince Charles
3. Ontario neighbor
4. Something to bank on?
5. With great attention
6. Combat zone
7. Box office earnings
8. Exceeding demand
9. Documentary filmer Burns
10. Shaky start?
11. Charlatan
12. Measure of prevention
13. Sweeping
18. Jot
22. "Licensed to ---" (Beastie Boys)
23. Source of energy
25. Deck quartet
26. Four-stringed instrument
27. Song ending
28. It can be in a jam
29. Bogart's "Casablanca" garb
30. Large and cumbersome
34. Encourage onward
35. Forest rangers?
37. Mongolian hot spot
38. With refinement
39. Blind trio
41. Rameses portrayer
44. Attention getter
45. Grisham title (with "The")
46. Word with fire or garden
47. Get-up-and-go
48. Speak bombastically
49. Summoned from afar, in a way
53. Needs a loan, maybe
54. What it's too soon to do
55. Man, notably
56. Rat's nest
58. Light stroke
59. Make a mess of things
60. --- de cologne

পাউখুম লমায় ৭ তা

In the Court of the Sub-Deputy Collector
Keirao Bitra, Imphal East, Manipur

Ref. :- Mutation Cass No. 36/SDC/KBT dt. 17/1/2019

Waikhom Angou Singh S/o Late Gourachand Singh of Chanam Sandrok Mayai Leikai

- Petitioner

-Verses-

Waikhom Gourachand Singh
S/o Late Tomba Singh of Sandrok

- O.P.

N O T I C E

Keirao Bitra,the 17/01/2019

Under Section 46(3) of M.L.R. & L.R. Act, 1960 গী মতুং ইন্না খঙহল্লী মদুদি ঃ– Imphal East Keirao Bitra Circle গী Village No. 53/Bashikhongba গী Patta No. 52 Angs (অরিবা) 304 (অনৌবা) C.S. Dag No. 223, 1090, 1136 an area 0.80000 + 0.35000 + 0.91000 acre of Ingkhol Taothabi Class লম অসিগী Pattadar Waikhom Gourachand Singh অসি মৃতু (Late) ওইখ্রে। মরম অসিনা মথক্কী Petitioner অসিনা লৈখিদ্রবা Pattadar গী মচানুপানা মপাগী মহুত্তা লম অসি মমিং ওনবীরো হায়না কোর্ট অসিদা দরখাষ্ট থাররে মরম অসিনা পাউ–চে অসিনা ফোঙবা মতুং নুমিৎ ৭ (তরেৎ) নিগী মনুংদা অইবা চেগা লোয়ননা লম অসিগা মরী লৈনবা মীওইশিংনা S.D.C. Keirao Bitra Court অসিদা Objection তৌবীরনবা খঙহল্লি। নৎত্রবদি Court কী হৌনবী মতুং ইন্না Case মখা চৎথগনি মতুংদা লাকপা ৱাকৎ Court অসিনা লৌজরোই।

Sd/-
Sub-Deputy Collector,
Keirao Bitra Imphal East, Manipur

SL/Bill(L)/18(A)

চৈলম / RC BOOK LOST

The RC Book EON (Silver) Bearing Registration No. ML05N3915 in the name of Welfare Khonglam of 73-Urksew-Wahpathaw, Pynursca, East Khasi Hills, Meghalaya-793110, Engine No. G4FGFU646438, Chasis No. MALC381CLFM039664, was lost on the way in between Patsoi and Paona Bazar on 15/1/2019.

Finders are requested to handover the same to the undersigned.

Sd/-
(Kora)
Moiranghanuba Mamang Leikai
Contact No. 8131823620/9366313697

SL/4349/18

চৈলম / LOST

I have lost my Aadhaar Card Bearing Aadhaar No. 7165 2639 3083 and Mobile Handset including an Airtel Sim Card Bearing Phone No. 9856925409 on the way in between Pangei and Singjamei on 15th January, 2019

Finders are requested to handover the same to the undersigned.

Sd/-
(Elangbam Rajamohol Singh)
S/o E. Iboton Singh
S/o Salungpham Kangyambem Mamang Leikai
Kangyambem, Wangjing, Thoubal

SL/4348/18

EMPLOYMENT NEWS

থবক্কী পাও

WBSEDCL Recruitment 2018

WBSEDCL Recruitment 2018 Free Job alert for both Fresher and Experienced Candidates updated on December 31, 2018. Get Direct Official Link for applying WBSEDCL Recruitment 2019 along with current WBSEDCL Recruitment official Notification 2019 here. Find all recent WBSEDCL Vacancy 2018 across India and check all latest WBSEDCL 2019 job openings instantly here, Know upcoming WBSEDCL Recruitment 2019 immediately here.

WBSEDCL Recruitment 2018-19: Apply Online for 1,179 Office Executive, Junior Operator Technician Cum Technical Assistant Vacancies in WBSEDCL Recruitment 2018-19 in Kolkata. New recruitment Jobs 2018-19 notification wbsedcl.in published for the post Junior Executive, Assistant Manager in WBSEDCL Recruitment 2018-19 read complete details before applying. One Vacancy in WBSEDCL Notification for the post Assistant Engineer.

1 Job in West Bengal State Electricity Distribution WBSEDCL Recruitment 2018

Office Executive, Junior Operator Technician Cum Technical Assistant vacancy in WBSEDCL Recruitment 2018

WBSEDCL recently published Office Executive, Junior Operator Technician Cum Technical Assistant recruitment notification 2018; Check all details here and apply on/before 18-01-2019.

WBSEDCL December 2018 Notification	***Details***
Office Executive	12TH, Any Graduate, BCA, B.B.A, MCA, B.Sc
Junior Operator Technician Cum Technical Assistant	ITI
Job Location	Kolkata
Total Vacancies	1179
Date Added	31/12/2018
Last date to Apply	18/01/2019

BSNL Recruitment (2018) - 300 Vacancies for Management Trainee

Bharat Sanchar Nigam Limited (BSNL) has released a notification for the recruitment of 300 Management Trainees. Interested candidates may check the vacancy details and apply online from 26-12-2018 to 26-01-2019.

More details about BSNL Recruitment (2018), including number of vacancies, eligibility criteria, selection procedure, how to apply and important dates, are given below:

Vacancy Details:
•Post Name: Management Trainee
•No. of Vacancies: 300
•Pay Scale: Rs. 24,900-50,500
Job Location: All India

Eligibility Criteria for BSNL Management Trainee:
Educational Qualification: Candidates should have passed Degree in Engineering/Technology with minimum 60% marks and MBA/M.Tech.
Age Limit(as on 01-08-2018) : Maximum 30 years
Age Relaxation:

Sr. No.	*Category of Candidates*	*Relaxation of Age* Permissible
1.	OBC Candidates	03 Years
2.	SC/ST Candidates	05 Years
2.	PH Candidates	10 Years

Selection Process: Selection of candidates will be made on the basis of Online Assessment Examination, Documents Verification, Group Discussion and Interview.

Application Fee: General/OBC candidates have to pay Rs. 2,200 and SC/ST candidates have to pay Rs. 1,100 through online mode using Net-banking/Credit or Debit Card.

How to Apply: Interested and eligible candidates may apply online through BSNL website - http://www.bsnl.co.in/ - from 26-12-2018 to 26-01-2019.

Important Dates:
• Starting Date of Online Application: 26-12-2018
• Last Date of Online Application: 26-01-2019

শারুংবম বীনোদিনী

ঙসাংথাগৈ চৈসক্তাগী
অহিংসিনা লোইদ্রিঙৈ

(লাইরিক অসি হৌজিক হৌজিক মীয়াম্না পাম্না পানরিবা নোভেলনি। লাইরিক অসিদা মণিপুরী সাহিত্য পরিষদ ইম্ফালনা পীবা ‘‘ডা. যামিনি সাহিত্য মনা’’ অমদি সাহিত্য সেবা সমিতি, মণিপুর ঃ ককচিংনা পীবা ‘‘য়েন্দ্রেম্বম সুরলতা পুরস্কার’’ ফংখ্রে।)

অহুমশুবা শরুক

ঙরাংগী মখা...

দিল্লিদগী ইম্ফাল য়ৌরকপা নুমিৎকী নুমিদাং অথেংবদা ‘‘চাক চারব্রা? করি এঞ্জাং চায়?’’ হায়না হংলকখিবদগী অমুক হন্না তৌরকখিদ্রে। মাগী ফোনদু মাঙখিবা ওইরবসু নোংমা–ফাদোক কোইরকপসু য়ারিবনি। নৎত্রগা মপাং অমা নৌনা শেন্নম্বসু কনানা খঙবনো? এস দি ও ওইনা পোষ্টিংদা লৈরে হায়বদুসু মথৌবুদি শোয়দনা চিল্লমগনি। মচা–মমৌ লৈরবা হায়বসিসু থবক থৌরম অদুম হেনগৎলিবনিনা পংচিন্দা চিল্লম্বসু য়াই। মশু থাদোকপা ঙমদবা ওইরম্বসু য়াই। মীনদি মশুনা মচাদগী হেন্না নুংশি হায়নবসু লৈ।

পাখঙ নৎত্রবনিনা নুংশিবসু নীংশিংবসু অরেম্বনি খল্লগসু লাকফম থোক্তে। পূম্নমক খন্দুনসু পূক্লীংনদি য়ানীংবা য়াওদ্রি। কল্লকপা য়াওদবা, ইরাং পুদবা নুংশিবদুনি মানা ঐঙোন্দা উৎখিবা। ঐনা পামজবা খুদিংমক মহাক্লা খঙবীখিবনি, মহাক ঐহাকপু নীংশিংলমগনি। তুম্বা চাবা অনীদা মাবু করম তৌরিগবা? অহাওবা চারম্লোই, নুংঙাইনা তুন্নম্লোই খল্লবগী নত্তে, ফনা ফবী মৌ ওইরবসু মকুবোক্লা চাক চাবদু ঙাইদুনা, শঙদুনা করম্বা মথেলনা পাম্বগে করম্বনা হেন্না পামদবগে হায়বদুমদি য়েংশিনবীরমগদবা মান্দে। তুমথখ্রবা মতমদা মাগী ফৈজুপ চিংখৎপীরমগদবসু নত্তে। পূম্নমক মথন্তা তৌজবদা ঙম্নম্লোই খল্লবসু নত্তে, মাগী অৱাৎপা লৈ হায়বসিমতং কাউবদি ঙমদে। মহাক্লা ৱাত্ত–পাদনা হিংলবসু মহাক নুংঙাইরমগনি হায়নদি ঐ খনবা ঙমদ্রি। মাতবু নুংশিরুবগী পঙখন–খল্লুবা নত্তে, শেংলবা পুন্সিগী শক্তমনি ময়েক শেংনা উরক্লিবা।

নোংমদি ঐবু শোয়দনা লৌবা লাক্কনি হায়খিবদুসু তশেংনা লাক্লবদি ঐগী পুন্সিগী ৱারীসিদদি য়াওরোইদৌরি। মাগী মতেং করম্না পাংবা ঙমগদগে? করিগুম্বদা মহাক্লা অমুক্তং লাক্লবা মফমসিদা, মখোঙদু অমুক্তদি শোকহৌরগে ইখৃৎসিনা, মথংগী মপোক অমদা শকখঙনবা ঙম্নবা হন্দক্কী মপোকসিমদি খল্লগে মাগী য়াইফবতা, ৱারৌগনু হায়রগে। নীংশিংলুবতনি মাবু নুংশিরুবগী, পামজরুবগী চোৎলম্লে মোন্দুদি পিনা তৈথোক্লুদ্রে খৃৎনসু, কনানসু উররোই খঙনা, থেঙলবা অহিং মমৈনি শিন্থরসনু মনীং–তম্না মুৎশি–মুৎশিরবা থাউমৈগী মঙালদা।

মীৎকুপ অমফাওবা তুমদনা ঙাইখি নোংঙানবদু কয়াদা শাংখ্রবনো অহিংদুমদি। উচিন–নাচিন্নদি লোইখ্রমাল্লে অহিংদু। উচেক মমানা মচাশিং হৌদোকপদু তারক্লে। ফম্মুংদগী হৌগৎলবসু থোঙদি হাংদোকপা ঙমখিদ্রে, অঙানবা শরুক উবদি ফংদ্রিবনিনা ঙাইহাক ফমদুনা ঙাইখিবদুসু লাংতক্লবনা হেল্লি। লের্ন্টনদু পুশিন্দুনা ইরুজফম কাদা হকচাং শেংদোক্লুরগা থাউমৈগী মৈরীদু অরৈমখৈ লৈখত্তুনা মিংশেল মমাঙদা অদুম পুশিল্লে। শুদোক্তুনা থম্না মেদামগী ফিমুশিংদু মথং–মথং শেৎচিল্লগা মাঙ–তুং য়েংবা হৌরে।

মথং মথং ...

য়ুমগী লায়য়েং

শগোলশেম ইন্দ্রমনি সিংহ

চাবা (চিঞ্জাক)

ঙরাংগী মখা...

হিদাক ওইনা, ঈ থোকমনবদগী শিখদনা লৈবা, ৱাম্বদা, ৱদ প্রেসার হন্বনা লৈবদা আলকোহোল পীবদা হেন্না ফত্তবা ওইহল্লি। পঙথবদা আলকোহোল দ্রোপ ২/৩ খৌনাওদা থাদবা নৎত্রগা ৱান্দি খরা ঈশিংদা য়াল্লগা পীথকনে। খরা ফবরা হায়না খন্নবা য়াওই। অদুবু য়ু অদুনা মরেং মরেং চৎপা অমা পীবা অদুনা চীন্দা অমসুং পুক্তা থবক পীবগুম উই। অদুবু কুইদে থুনমক ম্যুকস মেমব্রেনগী শোকপা খঙবা মরীদা খরদং ময়াই কাবা পীরম্বদনি। ঈদা হেক চুপশিনখিবদা মরী শোম্বহনবা, শিথহনবা পোকহন্দুনা ময়াই কাবদু মাঙহনখি। মরী অদু ফাত্তোকই, হার্ট শোম্বহল্লি, মাঙন–তাক্লবা ওইবা মখল অমগী ফল ওইবা অমা য়ু অদুনা পী। হিঙ্গদবা অশোক অপন থোকপা মীওইদা আলকোহোল পীদুনা হিংবগী খুদোংচাবা মাঙহনগনু হায়না কেলওরেগী ডাক্তরশিংনা মখোয়গী ষ্টাফতা পাউতাক পী।

আলকোহোলনা করি থোকহনবগে ঃ– আলকোহোল অসি ওক্সিদাইজ তৌই নৎত্রগা মেতাবোলাইজ তৌই। কানিসু অদু মঙাই, ওর্গানিক ওইবা পূম্নমক চাকপু চাক্লবদি মৈশা পীদবা লৈতে। ওক্সিজেনগ/ ওক্সিজেন তিন্নবা য়াবা পোৎ পূম্নমক পুক্তা খোইরীন্দা তোংদা ঈদা লৈবনা– হকচাংদা ওক্সিজেন ইরৈদা লৈবনা মৈচাক পী অদুবু মসি চানবা মেতাবোলিজমগী মৈশাদুদি নত্তে। মরমদি হকচাং মৈশা পীবদি সেলগী থবক্তগা লোয়নবনি।

কেমিস্ট্রি, ফিজোলোজিষ্ট, ফারমেকোলোজিষ্ট, ক্লেনিসিয়ান য়াঙ্খৈনা চহী ৩ চঙনা য়েংবদা মখাগী অসি ফংই।

১। মতম খরা আলকোহোল অসি হন্ববা চাংদা মশা ফবা মী অমনা থাঙবা য়ানা শীজিন্নবা য়ারবসু করিগুম্বা মখলগী শিংথানবা য়াবা মখলগী কান্নবা অমত্তা পুরক্তে।

২। আলকোহোল অসি হূনি– চাং য়াল্লগা অকনবা হুনি অদুগা দোজ পীক্লগা তপ্পা হাৎপা হূ মখল অমনি।

৩। আলকোহোল অসি দোজ পূম্নমক্তা মসলগী পাঙ্গল মরীগী শোকপা খঙবা, হিংননবা হায়বদি থৱায়গী ওইবা খাঙবা ঙম্বা পাঙ্গল মাঙহল্লি।

৪। আলকোহোল দোজ চাউনা থক্লবদি তুম্বগী থবক অসি খুদক্তা থিংই নৎত্রগা হেন্না তুম্বগী থবক চাং হন্বহল্লি। দোজ পীক্লবসু করিগুম্বা মওংদা তুম্বদা মতেং পাংই হায়বসু শুকয়া য়াদে।

৫। ময়াই কাহনবগুম অমরোমদা উরিবদো, অমরোমদা অথিংবা পীবা ওইনা লাকই। পুকয়ু অমসুং চুম্নগী য়ুনা দোজ খ্বাইদগী পীক্লা থক্লবসু হূইস্কী অমসুং অকনবা য়ুদগী হেন্না তুম্বগী থবক্তা অথিংবা পী। অকনবা মীওইদা মতৌ অসুম্না মথক্তা পীখ্রিবা মওং অসি য়ুনা পুরক্লগা করম্বা মওংদা য়ুনা অনাবদু ফহনগদৌরিবনো হায়বসি ৱাখল খনবা মীওইনা করি করম খনফম থোকপগে?

য়ু অমসুং লায়না ঃ– আলকোহোল অনাবগী হৌফম ষ্টেটিষ্টিক্লা তাকপসি– অঙাওবা থম্ফমদা অঙাওবশিংগী মনুংদা ২০% দি য়ুদগীনি। ইমবেসাইল, ইদিওটনচিংবা পূম্নমক য়ুদগীনি। মেন্টেল দিফেক্ট লৈবা মিলিয়ন অমগী মনুংদা লীশিং চনিদি আলকোহোলদগী লাকপনি। আলকোহোলনা অনাবা চঙহন্দে অনাবা ফহল্লে হায়বদি য়ু থকপা মীনা খ্বাইদগী মশা ফফম থোকই। অদুবু লাইফ ইন্সুরেন্সগী রেকোর্দতা মপুং মরৈ ফারবা মীওইদা য়ু থক্তবা মীগী মপুন্সিগী শরুক ১/৫ তা য়ু থকপা মীনা পুন্সি হায়না লৈ।

মথং মথং ...