এডিটোরিয়েল

কোংগ্রেস পার্টিগী অৱাবা

রাহুল গান্ধী রিজাইন তৌরগদি কেংগ্রেস হেন্না শোক্কনি

তরাতরেৎ শুবা লোক সভা মীখলদা বি জে পি মথন্তনা সিট ৩০৩ অমসুং ইন্দিয়ান নেশ্নেল কোংগ্রেস (আই এন সি) না সিট ৫২ ফংখি। কোংগ্রেসনা লৈঙাক পায়রিবা ষ্টেটশিংগী মনুংদা রাজস্থান, মধ্য প্রদেশ অমসুং ছটিশগরদা কোংগ্রেসকী এম পি অমদগী হেন্না কাবা ঙমখিদ্রে। গান্ধী ফেমেলিগী হৌরকফম ওইরিবা উত্তর প্রদেশকী য়ামখ্রবা এম পিগী সিটশিং অদুগী মনুংদা কোংগ্রেসনা সিট অমদগী হেন্না ফংখিদে। প্রাইম মিনিষ্টর ওইগনি হায়না মীয়াম্না থাজনখিবা রাহুল গান্ধী ফাওবা অমেথি পার্লিয়ামেন্টরি কন্সটিট্যুয়েন্সিদা বি জে পিগী মীরেপ স্মিটি ইরানিগী খুৎতা মায়থিখ্রে। মপা–মপু হাক্তক্তগী অতোপ্পা পার্টি অমত্তনা মীখলদা মায় পাক্লকখিদবদু হন্দক্কী অসিদা স্মিটি ইরানিনা মুনবীখ্রে। রাজ্য সভাদা ওপোজিসনগী লীদর ফাওবা মায়থীখ্রে। থা অহুমলোমগী মমাঙদা কোংগ্রেস লৈঙাক লীংদুনা ষ্টেট অদুগী মীয়ামগী চাউখৎ থৌরাঙগী থবক কয়ামরুম নীংথিনা পায়খৎলিবা ষ্টেট অহুমদা কোংগ্রেস তুরা তুরে। মরম অসিদগী ইন্দিয়ান নেশ্নেল কোংগ্রেসকী ফীভম অদুক্কী মতীক ফংত্রে। হান্না কোংগ্রেসনা লৈঙাক পায়রিবা ষ্টেটশিংদসু পার্টি অসিগী এম এল এশিং অতোপ্পা পার্টিদা চেন্নবগী ফীভম অমা অথুবদা লাক্লবা য়ারি। গভর্ণমেন্ট পায়হৌদবা, ষ্টেট অমদা খরা শাফনা লৈবা কোংগ্রেসকী লুচিংবশিংসু হৌজিক্তি মীখলগী ফল অসিনা কোংগ্রেস থাদোক্লগা চেন্নীংবগী ফীভম অমদা লৈহল্লগনি। মতম অমদা লৈরম্বা দিমোক্রেসিগী ফজরবা মশক অদু অপীকপা ষ্টেটশিংদদি অকিবগী মশক ফংনা ফজরক্লে। লৈঙাক পায়বদা য়াওদ্রগদি এম এল এ, মিনিষ্টরশিং মতুং তারকপদা মীখল থেংনবা ঙম্বগী ৱাখল্লোন ফাওনরক্লে। অসুম্না মণিপুর, নাগালেন্দ, অসাম অমদি অতৈ ষ্টেটশিংদা কোংগ্রেসকী ফীভম হেন্না হেন্না শোকচিল্লক্লে। মসিমক অচৌবা ষ্টেটশিংদসু মরম অমা নৎত্রগা অমনা য়ুম্ফম ওইরগা হেক্তমক লৈঙাক তুখিবগী ফীভমদা লৈরে হায়বসি মীয়াম্না খঙই।

লৈবাক অসিদা লৈরিবা ষ্টেটশিংদা কোংগ্রেসনা মরোমদোম নৎত্রগা মসিগা চুঙশিন্নরগা লৈঙাক পায়রিবসি ষ্টেট মরি খক্তা ঙাইরে। বি জে পিনা মশা মথন্তা নৎত্রগা চুঙশিন্নরগা ষ্টেট ১৬ হেনবদা লৈঙাক পায়রি। বে ওফ বেঙ্গলগী সমুদ্র খোংবান পরীংদা লৈরিবা ষ্টেটশিং অসিনা কোংগ্রেসসু নত্তবা বি জে পিসু নত্তবা পার্টিশিংনা লৈঙাক পায়রি। পার্লিয়ামেন্ট ইলেক্সন নৎত্রগা ষ্টেট অমগী ইলেক্সন্দা পোলিটিকেল পার্টি অমনা তুরা তুনা মায়থীরক্লবা তুংদা তৌনবসি মীখলদা মায়থীবগী টেকচাক লৌরগা লুচিংবশিং ফম থাদোক্লে। মসিনা মরম ওইরগা ষ্টেট খরগী কোংগ্রেস লুচিংবশিং ফম থাদোকচরগে হায়বা চেরোল ওল ইন্দিয়া কোংগ্রেস কম্মিটিদা পীশিন্নরি। মখোয়গী মনুংদা পঞ্জাব, মধ্য প্রদেশ, রাজস্থান অমসুং দিল্লিনচিংবা য়াওই। পুন্নমক অসিগী মথক্তা মীখল অসি মায়থীবগী টেকচাক লৌজরগা ইন্দিয়া নেশ্নেল কোংগ্রেসকী প্রসিদেন্ট রাহুল গান্ধীসু ফম থাদোক্লগে হায়না ফোঙদোকখিবা লৈখ্রে। মসিমক পোলিটিক্সতা অমসুং দিমোক্রেসিদা অদুম চৎনবা কাঙলোননি। লুরিবদি অসুক্কী মতীক ফীভম ফত্তনা লৈরবা, করম্বা মতমদা অমুক হৌগৎলকপা ঙমগদগে হায়বগী নুংশুক–নুংজাননা লৈরিঙৈসিদা রাহুল গান্ধীনা ফম থাদোক্কে হায়বসি অরুবা অমনি। হায়ফম থোকই হায়না মহাক্না হায়বগী ৱা অমা ওইবসু য়াই। তৌবদদি লুরবা তানফম অসিদা রাহুল গান্ধীনা ফম থাদোকখিবা তারগদি ইন্দিয়া নেশ্নেল কোংগ্রেসকী ওইনা অমম্বা হায়বদু ওইরগনি। কোংগ্রেস খক্তা নত্তনা মসিগা পূন্না চৎমীন্নরিবা পোলিটিকেল পার্টিশিং নৎত্রগা ওপোজিসন পার্টিশিংদা অমুক্তা হেন্না ফীভম শোক্লগনি। মতাং অসিদা পঞ্জনীংবা ৱাফমদি কোংগ্রেস পার্টিনা হন্দক্কী মীখলদা চাউনা মায়থীখিবদুগী মরম কয়ামরুম লৈগনি। মীয়াম্না কোংগ্রেসকী লীচৎতা য়ানীংদবা কয়ামরুম য়াওই অমসুং লুচিংবা ওইরিবশিংদা পেন্দবা কয়া লৈ হায়বসু মীখলগী ফল অসিনা তাকই। মরাল শীরকপা খুদিংমক চুম্বগী ফীভম অমা লৈরগসু তুংগী খল্লগা বি জে পিবু লম্বা তৌবা য়াবা পার্টি অমা মঙাল নাইনা লৈহনগে হায়বা তারগদি রাহুল গান্ধীনা লুচিংবা নত্তনা লৈরোই। অতৈ মশক নাইরবা কোংগ্রেসকী লুচিংবশিংনা হৌজিক ফীভম শোক্লবা কোংগ্রেসপু মাঙলোমদা পুখৎপা ঙম্লোই হায়জনীংই।

[illegible]

[illegible]

[illegible]

মখল মখাগী হার শেম্বা – ১

প্রো. এম সুমর্জিৎ সিংহ

গ্রীন মেন্যুওর ঃ– ঐখোয়না অশংবা পাম্বীশিংবু লৈবাক্তা খোয়জিন্দুনা নৎত্রগা কুপশিন্দুনা লৈবাক্কী লৈশা অমসুং লৈহাও লৈবা হেনগৎহন্নবা শেম্বা অসিবু ইংরেজিদা গ্রীন মেন্যুওর হায়না কৌই। শা–ষণ য়াম্না ৱাৎশিল্লকপা অসিনা মরম ওইরগা ষষ্ঠী ষণয়ুং ফংবা ৱানরকপা ওইবনা লৈবাক্কী লৈহাও লৈহনবা অমসুং লৈশা ফহন্নবা হোৎনবদা য়াম্না অচৌবা কান্নবা উপায় অমনি। চাউখৎলবা লম কয়াদদি মসিগী শীজিন্নবগী মওং অসি ঐখোয় লমদম অসিদগী য়াম্না হেনখ্রে। গ্রীন মেন্যুওর শেম্বগী মওং অসি ঐখোয়না চাউরাক্লা অনী থোক্লা খায়দোকপা য়াই।

১। অহানবদা গ্রীন মেন্যুওরগীদমক্তা থারিবা পোৎ অদু মফম অদুদা অদুম থারগা, ফজনা হৌহল্লগা, মতম চাবা অমদা মফম অদুদা অদুম খোয়জিন্দুনা নৎত্রগা ককথৎলগা লৈবাক্তা হাপচিনবীবা অদুগা অতোপ্পা অনীশুবা অসিনা উপাল ৱাপাল মনা–মশিং অশংবশিং (থুনা পথগদবা শরুকশিংনদি হেন্না ফৈ) অসি খোমজিল্লগা ঐখোয়না হাপনিংবা লৌফম অদুদা হাপ্পীবা অসিনি।

গ্রীন মেন্যুওরগী খুদোংচাবা খরা থমজগে ঃ

১। মসিনা লৈবাক্তা পথ–পুমথবগী চাং য়াম্না ৱাংনা য়াওহনবা হেনগৎহল্লি মরম অদুনা লৈবাক্তা য়াওজবা জীব মচা–মচা কয়াগী তাংজফম শাফহনবা হেনগৎহন্দুনা মপাঙ্গল কনবা অমদি মশীং হেনগৎহল্লি।

২। গ্রীন মেন্যুওরনা মথক থংবা লৈবাক্কী লৈমায়দা পাম্বীশিংনা শীজিন্নজবা মচীঞ্জাকশিং অসি মরাঙ কায়না ফংহন্দুনা মখোয়না অরুবা লৈরোলদগী শীজিন্নখিবা মচীঞ্জাক অদুগী মহুৎ শীনজিলহনবা ঙমহল্লি।

৩। মসিনা পথ–পুমথহন্দুনা লৈবাক্তা তিনশিন্নদুনা লৈবাক লৈশা ফগৎহনবা হেলহল্লি।

৪। লৈবাক লৈশা ফরবনিনা ঈশিং অসি লৈবাক মনুংদা হেন্না ফজনা চঙহন্দুনা কুইনা ফাজিন্দুনা থম্বা ঙম্বতা নত্তনা নোংলিক্লা য়ৈদুনা লৈবাক নীংখায়হনবদগী খরা মখৈদি ঙাকথোকপা ঙমহল্লি।

৫। ঈশিংনা চুপথখিদুনা মাঙহনখিগদবা পাম্বীশিংগী মচীঞ্জাকশিংবু কুইনা চুপশিন্দুনা থমদুনা মাঙহনবদগী খরা মখৈদি কনবা ঙম্মী।

৬। ঐখোয়না থরাক পানবা পাম্বীশিং অসিবু থাদুনা গ্রীন মেন্যুওর ওইনা শীজিন্নবা মতমদা মথংগী থাগদৌরিবা পাম্বী অদুগী য়াম্না মরু ওইরিবা মচীঞ্জাক নাইত্রোজেন অসি লৈবাক্তা হেন্না য়াওহনবা ঙম্মী।

৭। গ্রীন মেন্যুওর অসিনা লৈবাক্তা ফোসফোরস, কেলসিয়ম, পোটাসিয়ম, মেগ্নেসিয়ম অমসুং আইরন য়াওবগী চাং অসি হেনগৎহল্লি।

৮। মসিনা লৌবুক্তা হৌবা নাপী কয়া অমসু ননশিন্দনা হৌহন্দবা ঙম্মী।

৯। অকোয়বদা হৌরিবা পাম্বী কয়া অমা অরেম্বদা মাঙখিগদবগী শরুক ঐখোয়না মফম মতম চানা ফজনা গ্রীন মেন্যুওর ওইনা শীজিন্নবা য়াই। মরম অদুনা থায়নগী অহল–লমনশিংনা লৌ পেংবা মতমদা ফোইদৎলক্লিবা নাপী অদু অদুম অমুক লৈখোম মরক্তগী খোঙনা নেৎশিন্দুনা ফুমজিল্লগা গ্রীন মেন্যুওর ওইনা শীজিন্নরম্মী। হৌজিকসু কনাগুম্বা ইচিন–ইনাওশিংনা লৌ পেংবা মতমদা হায়রিবা অসিগী মওং মতৌ অসি অদুম চথরি।

গ্রীন মেন্যুওরগী খুদোংচাদবা খরা ঃ

ঐখোয়না গ্রীন মেন্যুওর অসি ফজনা নীয়ম চুম্না শীজিন্নদবদগী নৎত্রগা অকোয়বগী হৱা–নুংশিৎ, অঈং–অশা অসি নাতৈ চাদবদগী মখাদ থমজরিবা খুদোংচাদবা অসি খরা মায়োক্লবা য়াই।

১। ঐখোয়না ঈথৈ ঈখোং ফজনা লৈতবা, নোংগী ঈশিংদা ঙায়রগা লৌ–ইঙ্খোল উবীবা তারবদি গ্রীন মেন্যুওর তৌরিবা পাম্বীশিং অদু ফজনা লৈবাক্তা ফুমজিনখ্রবা নোংলিক্লা নৎত্রগা তারক্তদুনা ঈশিংগী শরুক অসি ৱাৎপদগী ফুমজিনখ্রিবা পাম্বীশিং অদু ফজনা পথ–পুমথদদুনা মথংদা থারিবা পোৎশিং অদু হৌবা ৱাৎপা য়াই। মরমদি থারিবা পোৎ অদুগী ঈশিংগী চাং ফংবা ৱাৎপদগীনি। মসিনা চাথোক য়াম্না হন্থহন্নবগী মচাক ওই। পথ–পুমথদ্রবনিনা থাগদৌরিবা পোৎ অদুগী মরা অদুসু ফজনা চৎপা ঙম্বা ৱাৎলি। মরম অদুনা থারিবা পোৎ অদুগী মরা অদুসু ফজনা চৎপা ঙম্বা ৱাৎলি। মরম অদুনা থারিবা পোৎ অদুগী মচীঞ্জাক ফংবা ৱাৎলকপনিনা হৌবদা থিন্থহল্লি অমসুং হৌবা ৱাৎহল্লি।

২। গ্রীন মেন্যুওরগীদমক্তা থারিবা পোৎ অদু ফজনা লৈবাক্তা তোৎশিন্নবা য়ানশিন্নদুনা তোৎহৌবা ৱাৎলগদি মদুনা মতাং নৎত্রগা মরানচিংবদগী হৌরক্তুনা থারিবা পোৎ অদু মাঙ তাকহনবসু য়াই। খুদম ওইনা হায়জরবদা ফৌগী মরক্তগা চু–চুলাংমৈ থাবা মতমদা, চু–চুলাংমৈ অদু ফজনা হাৎহৌদ্রগদি মদুনা চাউখৎলক্তুনা মশা–মরেং লোংথোরক্তুনা মরু ওইনা থারিবা ফৌ অদু শোকহন্দুনা শোয়দনা চাথোক হন্থহনবা হায়বসি শেংলবা ৱাফমনি।

৩। ঐখোয়না গ্রীন মেন্যুওর অসি নাইত্রোজেন ফজনা ফংনবা থারকপা মতমদা করিগুম্বা মতমদা থাগদৌরিবা পোৎশক অদুদগী হেন্না পৈশা চঙবসু য়াই। খুদম ওইনা হায়জরবদা হৱাই থরাক পানবা হৱাইগী কাঙলূপ কয়া অমা ঐখোয়না গ্রীন মেন্যুওর ওইনা শীজিন্নে। অদুবু হৱাইশিং অদু থাবদা পৈশা খরা হেন্না চঙগনবা পাম্বীশিং ওইগল্লি।

৪। করিগুম্বা মতমদা ঐখোয়না গ্রীন মেন্যুওর শীজিন্নরিবা মফম অদুদা তাগনবা লায়না তিলনা, তিল–কাং য়াম্না য়াওদবা নত্তে। মরম অদুনা ঐখোয়না গ্রীন মেন্যুওর ওইনা শীজিন্নগদৌরিবা পাম্বীশিং অদুগী মরমদা য়াম্না মমুৎ তানা খঙবীবা তঙাইফদে।

৫। নোং–চিং তাদ্রবদি গ্রীন মেন্যুওর তৌগদৌরিবা পাম্বীশিং অদু ফজনা হৌহন্নবগীদমক্তা ঈশিং চাইবীবনচিংবা তৌদুনা অচৌবা থৌদাং অমা লৌবা তঙাইফদে।

৬। ঐখোয়না গ্রীন মেন্যুওর তৌগদৌরিবা পাম্বীশিং অদুগী মরমদা ফজনা হায়বদি লৈবাক্তা থুনা ফজনা পথ–পুমথবা ঙম্বা হায়বদু খঙবীবা য়াম্না মরু ওই। খুদম ওইনা হায়জরবদা উচাল মনা, নাশিক মনা, লা মনা, ৱা মনানচিংবশিং অসি থুনা পথ–পুমথগনবা ৱাৎলি।

কালেন থাগীদমক্তা গ্রীন মেন্যুওরগী পাম্বীশিং ঃ

চু–চুলাংমৈ, নুংহৱাই, শগোল হৱাই, হৱাই মুগ, হৱাই মনা চাবী, হৱাই অশাংবী অসিনচিংবনি। মখোয়শিং অসি ফৌ, চুজাক, চনাল, চু, চনালনচিংবশিংগী মরক্তা থাদুনা গ্রীন মেন্যুওর ওইনা শীজিন্নবীবা য়াই।

নীংথমথাগীদমক্তা ওইনা বারশিম, লুশেরনি, হৱাই থরাক, হৱাই চনা, হৱাই মুবীনচিংবা শীজিন্নবীবা য়াই।

গ্রীন মেন্যুওরগীদমক্তা শেম শাবা ঃ

ঐখোয়না 'গ্রীন মেন্যুওর' অসি চাউরাক্লা মখল অনী থোক্লা তৌবীবা য়াই–

১। গ্রীন মেন্যুওর ওইগদৌরিবা পাম্বীশিং অদু অতোপ্পা পাম্বী থারক্লদৌরিবা নৎত্রগা পাম্বী অদুনা হৌরিবা মফম অদুমক্তদা থারগা খোয়জিন্দুনা নৎত্রগা তকখায়দুনা লৈবাক মরক্তা তোৎশিন–তিনশিন্নদুনা হার শেম্বা।

২। গ্রীন মেন্যুওর ওইগদৌরিবা পাম্বী নৎত্রগা পাম্বী মনাশিং অদু মফম অমদগী পুরক্লগা মফম অমদা শীজিন্নবীবা অসিনি।

মথক্তা পঞ্জখ্রিবা অহানবা অসিনা গ্রীন মেন্যুওর ওইগদৌরিবা পাম্বী অদু ঐখোয়না লৌফম অদুদা ফজনা থাবীগদবনি অদুগা পাম্বী অদুনা সেন্টিমিটর ৪০–৫০ মুক ৱাংলকপা মতমদা হৌরিবা মফম অদুমক্তদা অদু খোয়জিনবীদুনা গ্রীন মেন্যুওর ওইনা শীজিন্নবীবা য়ারে। গ্রীন মেন্যুওর ওইনা শীজিন্নরিবা অদুগা অমনা ঐখোয়না গ্রীন মেন্যুওর ওইগদৌরিবা পাম্বী অদু মরু ওইনা থারিবা পোৎ অদুগী পরেংগী মরক্তা থাদুনা গ্রীন মেন্যুওর ওইনা শীজিন্নবীবা য়াই। ঐখোয়না থারিবা পোৎ অদুগী মরক্তা থাবা অসিদা ঐখোয়না খরা চেকশিনবীবা মথৌ তায় নৎত্রবদি ঐখোয়না থাজরিবা পোৎ অদু শোকপসু য়াই। খুদম খরা থমজগে– ঐখোয়না ফৌ থানিংবা লৌফম অদুদা গ্রীন মেন্যুওর ওইনা নুং হৱাই, শগোল হৱাই, হৱাই মুগ, চু–চু লাংমৈনচিংবা থাবা য়াই। পঞ্জখ্রিবা পাম্বীশিং অসি থা ১/ ২ গী মমাঙদা থাবীরগা ঐখোয়না লৈবাক্তগা খোয়জিনবীবা য়াই। মসিগী মতুংদা ঐখোয়না ফৌ অসি থাবীবা য়াই। অদুগা অমনা ফৌ অসি অতোংবদা থাবা ওইরগদি, পরেং–পরেং থারবা মতুংদা শগোল হৱাইনচিংবশিং অসি ঐখোয়না ফৌ পরেং অদুগী মরক্তা থাবীবা য়াই অদুগা থা ২ মুক লৈরগা ৱিদরনচিংবা ইন্দুনা পাম্বীশিং অদু ঐখোয়না গ্রীন মেন্যুওর ওহোকপীহৌবসু য়াই। ঈশিং চনফম লৈরগদি ঈশিং সেন্টিমিটর ৫ লুনা লৌবুক অদুদা চনশিনবীরগা তৌবীরবদি য়াম্না হেন্না ফগনি। মরমদি মসিনা পাম্বীশিং অদু ফিদরগুম্বনা নৈখায়বদা হেন্না মতেং পাঙদুনা থুনসু পৎহনবদা মতেং ওইহল্লি। ঐখোয়না থায়নদগী শীজিন্নদুনা লাক্লবা উকায় অসি তকশিনবীবসু য়াই। মরম অদুনা ঈশিং অসি য়াম্না মরু ওই। ঐখোয়না ঈশিং তুংবা লৌফম ওইরগদি চু–চু লাংমৈ অসি ঈশিং লৈত্রিঙৈদা ফৌগা লোয়ননা থাবীহৌগদবনি। মনা খরা ৱাংখৎলক্লবদি ঈশিংদা অদুম হৌবা ঙম্মী। লৌনা খুল্লোলক্লবা মতমদা উকায় শীজিন্নদুনা নৎত্রগা ৱিদর শীজিন্নদুনা তকখায়দুনা গ্রীন মেন্যুওর ওলহনবা য়াই। মতম অমদা ঈশিং লৈবা লৌফমশিংদা চোঙ্গাং য়াম্নগা হৌরম্মী অদুবু হৌজিক্তি অকোয়বগী অওনবা অসি লাকপদগী উখিদ্রে। হায়রিবা পাম্বী অসিসু গ্রীন মেন্যুওর ওইনা ঈশিং তুংগনবা লৌবুকশিংদা শীজিন্নবীবা য়াই। হৱাইগী কাঙলূপতা লৈবা পাম্বীশিং অসি লৈবাক লৈহাও হেন্না কাহনবদা হেন্না মতেং পাঙই অমসুং থুই।

ভারতকী মফম অয়াম্বদা হৱা–নুংশিৎ, অঈং–অশা, লৈবাক–লৈশা খেন্নবগী মতুং ইন্না থারিবা মফম অদুমক্তদা গ্রীন মেন্যুওর ওইনা পাম্বীশিং অসি শীজিন্নবগী নীয়ম নিটি কয়া অমা লৈখ্রে। মখোয়শিং অদুগী মনুংদা পনবা য়াবদা ঃ

১। লৌবুকশিং হাংদুনা লৈবা মতমদা গ্রীন মেন্যুওর পাম্বীশিং থাবীহৌবা ঃ– ঐখোয়না নিংথম থাগী মতমদা লৌবুকশিং অসি অয়াম্বনা হাংদুনা থম্লে। মসিগী মহুৎতা ঐখোয়না নিংথমথাগী মতমদা হৌবা ঙম্বা পাম্বীশিং খুদম ওইনা হায়জরবদা– বারমাশিস, লুশেরনি, হৱাই থরাক, হৱাই চানা, হৱাই মুবী, মুশ্নোরী অসিনচিংবশিং অসি থাবীদুনা গ্রীন মেন্যুওর ওইনা শীজিন্নবীবা য়াই। অদুনা নোংজুগী মতমদনা হৱাই অশাংবী, হৱাই কালন্দ্রী, হৱাই মনা চাবী, নুং হৱাই, শগোল হৱাই, হৱাই মুগ, মায়রোংবী, চু–চু লাংমৈ অসিনচিংবশিং অসি থাবীদুনা গ্রীন মেন্যুওর শেম্বীবা য়াই। চীংগী লমশিং অসিদদি চাকহৱাই অসি থাবীদুনা হায়রিবা লৈবাক লৈহাও লৈনবা নীয়ম অসি হোৎনবীবা য়াই। মসি ঐখোয়না কিহোম পরেং অসিগী কারক্তা থাবীদুনা শীজিন্নবীবা য়াই। অদু ওইরবদি মথক্তা পঞ্জখ্রিবা অদুগুম্না নাপীসু অদুম হৌহন্দবা য়াই।

২। লৈহাও য়াম্না ৱাৎলবা লৌফমশিং ঃ– লৈবাক লৈহাও য়াম্না ৱাৎলবা – হায়বদি লৈবাক লৈহাও মাঙখ্রবা লৌবুকশিংদা গ্রীন মেন্যুওর অসি থাবনা লৈবাক লৈহাও অসি লৈহনবদা য়াম্না মতেং পাঙই। মসিগুম্বা মফম অসিদসু অয়াম্বনা হৱাই কাঙলূপ্তা লৈবা পোৎশিং অসি থানৈ।

ডা. আর কে অগরৱালগী মতুং ইন্না ঐখোয়না গ্রীন মেন্যুওরগীদমক্তা পাম্বীশিং অসি খনবীবা মতমদা খল্লিবা পাম্বীশিং অদু মখাদা থমজরিবা মগুণশিং অসি চেনবা পাম্বীশিং খনবীবনা খ্বায়দগী কান্নবা হেল্লি।

(ক) থাগদৌরিবা পাম্বী অদু হৱাই থরাক ফজনা পানবা কাঙলূপকী ওইবীগদবনি। মরমদি মখোয়গী মরাদা ঐখোয়না ইংরেজিদা হায়রগা নোদুলক্ষ হায়না খঙনবা মরাদা প্রকৃতিগী ওইনা থোকচরকই অমসুং চাউখৎচরকই। মসিনা নুংশিৎতা য়াওরিবা পাম্বীশিংবু ফজনা হৌবদা চঙদ্রবা য়াদ্রবা পাম্বীশিং অসি ফজনা হৌহনবা ঙমহল্লি অমসুং লৈবাক লৈহাও লৈবা হেনহল্লি। মসিদা নত্তনা মশাশিং অসি পথ–পুমথবদা অতৈ পাম্বী মখলশিংদগী থুহল্লি।

(খ) পাম্বীশিং অসি হৌবা মতমদা ঈশিং য়াম্না চঙলোয়দবা অমসুং লৈবাক লৈহাও য়াম্না লৈতবা মফমদা হৌবা ঙম্বা পাম্বীশিং ওইগদবনি।

(গ) পাম্বীশিং অদু অহানবা হৌবা অঙনবা মতমদগী হৌনা মনা য়াম্না পানগনবা ওইগদবনি। মসিনা গ্রীন মেন্যুওরগী চাং অসি য়াম্না ৱাংহনবতা নত্তনা থুনা পথ–পুমথহনবসু হেল্লি।

(ঘ) গ্রীন মেন্যুওরগীদমক্তা থাবীগদৌরিবা পাম্বী অদুগী মরা অদু ফজনা লৈবাক মনুংদা চৎপা ঙম্বা ওইগদবনি অমসুং অরুবা লৈবাক লৈরোলদগী মচীঞ্জাকশিং চুপখৎতুনা শীজিন্নবা ঙম্বা ওইগদবনি।

(ঙ) পাম্বীশিং অসি মশীং য়াম্না য়াওগন্দবা অমসুং য়াম্না থুনা পথ–পুমথবা, ঈশিংগী অমসুং নাইত্রোজেনগী চাং য়াম্না ৱাংনা য়াওবা ওইগদবনি।

চরুয়েন করম্না থাগনি

সেলৈবম বিহারি

চরুয়েন য়ুম খুদিংমক্তা থাবা য়াবা পাম্বীনি। পীকখ্রবা ইমুং অমদসু য়াল্লগা থাবা য়াই। হৌজিক হৌরিবা হৈনৌ থৈবোংনচিংবদসু থাবা য়াই। য়ুমগী মাঙ্গোল, শুমাঙ, শঙ্গোই, উখা–ৱাখা অমসুং মোরোক কোবি নৎত্রগা খামেন্নচিংবগী চুরিদসু থাবা য়াই। য়াম্না নানবা ইমুংগী কা মনুংদসু থাবা য়াই। হৌজিক হৌজিক পাক–শন্না থানরিবা টশর ফার্মগী কত্রংচাক থানরিবা অসিগী মরক্তা থাবদসু য়াম্না পক্লে।

চরুয়েনদা প্রোটিন, ফাইবর, কার্বোহাইড্রেট, ইনর্জি ভেল্যু অমসুং ভিটামিন্নচিংবা মীওইবগী হকচাংদা চঙদ্রবা য়াদ্রবা মচল মতীক চানা য়াওরি। প্রোটিনলোমদা য়েংলবসু মীওইবগী হকচাংদা চঙদবা য়াদ্রবা লাইসিন, মেথিওনিন, ভেলিন, থেরিওনাইল, ট্রিপটোফান, ল্যুসিন, ফেনিলা লানাইন, সোলুসিন অমসুং সাইষ্টিননচিংবা চাং চপ চানা য়াওই হায়বা অখঙ–অহৈশিংনা লেবোরেটরিগী চাংয়েংদগী খঙবা ঙমখ্রে।

ভিটামিনলোমদা য়েংলবসু থিয়ামিন (ভিটামিন বি–১) রিবোফ্লেভিন (ভিটামিন বি–২), নাইসিন (ভিটামিন বি–৩) অমসুং ভিটামিন বি–১২ কী চাংসু মতীক চানা য়াওবগী মথক্তা ফোলিক এসিদ মরাঙ কায়না য়াওবনা চরুয়েনবু ব্লদ বিল্ডিং ভিটামিন হায়নসু খঙনৈ। মরম অসিদগী ঈ ৱাৎপগী লায়না লৈবা, খোমজিংবী মমা অমসুং অঙাং মচা চেনবী নুপীশিংগীদি মমল য়াম্লবা হিদাক্লি। চনাং অমসুং চিনিগী শরুক য়াওদবা অমসুং কেলোরি অমসুং ফেটকী শরুক মমিংতা ওইনা য়াওবনা দাইবেটিস লায়নাগীসু হায়নীংঙাই লৈতনা ফরবা হিদাক্কুম্বনি। অসিগুম্বা চরুয়েন অসি ইশাগী য়ুমদা ইশানা থারগা চাসি।

হকচাংদা মতীক চানা কান্নরবসু চরুয়েনগী মমলদি অতিয়া পক্লা ৱাংই হায়বা য়াই। কৈথেলদা ঙা–শরেংগী মমল ফাওবা লুপা ৪০০ রোমতা পীরি অদুগা চরুয়েনদি লুপা ১০০ গী থারিবা মথা নিপান লৈরগা সেরফলাদা থাঙ্গৎতুনা য়েংবদা কেজি অমা ফাওবা ফাদে। করিগীদমক্তা ভিজিটেবলগী মনুং চল্লিবা চরুয়েন্না মমল অসুক তাংলিবা? তশেংনা হায়রবদি চরুয়েন্দা লৈরিবা মগুণ অসিননি। অসিগুম্বা চরুয়েন অসি ইশানা থাবদা কেজি অমা পুথোকপদা লুপা ৫০ খরতা হেন্না চঙই।

মমাঙগী ইডিসন্দা চরুয়েন থাবগী মরমদা ইজখ্রে। অদুবু সাইন্টিফিক মেথৎতা খুৎনা য়ৈবা চরুদা থাবগী মতাংদনি। খুৎনা য়ৈবা চরু থিবসিসু অরাইবা থবক নত্তবনা মেছিননা য়ৈবা চরুদা চরুয়েন করম্না থাগদগে য়েংসি। খুৎনা য়ৈবা চরু নৎত্রগা মেছিননা য়ৈবা চরুদা চরুয়েন থাবগা থোইনা খেন্নবা নত্তে। হৌজিক মেছিননা য়ৈবা চরুদা করম্না চরুয়েন থাবগে য়েংসি।

(উকক অহুমগী মথক্তা ৱাশাং অনী থাঙ্গৎলগা প্লেটফোর্ম শেন্নগা মথক্তা চরুয়েনগী হিপ শেমদুনা থাবা)

মেছিননা য়ৈবা চরুদা চরুয়েন থানবা চরু নমপুৎ ইঞ্চি ৬ কী দাইমেটরদা মকোক মতোন চাউবা মান্ননা মফম অহুম থোক্লা পুল্লগা ইঞ্চি ৩০ গী অহেনবা মকোক মতোন ককথৎলগা তিংলগা মচুম শেংনা তাহল্লবা মতুংদা লয়ার অমদা লোন্নদবা লয়ার শেমদুনা থাগদবনি। থাবগী থৌরাঙ অমসুং মরু হাপ্পনচিংবা মমাঙগী খুৎইগা খেন্নবা অমত্তা লৈতে। মান্নদবা হায়ববু চরু পুনবদা মফম অহুম থোক্লা পুনবগা লয়ার অমদা মরোল অমখক্তা ওইবা হায়বদি লোনখৎনদবা অসি খক্তনি।

খুৎই অসিদা ভাব তাবিদবা য়াওরবদি অইবগী ফোন নম্বর ৮৯৭৪৮৭০৮১০ দা হংবীরকউ নৎত্রগা হকথেংননা ৱারী শান্নবিয়ু নৎত্রগা মমাঙগী ইশুশিংদা য়াওখিবশিংদু থিরগা পাবীয়ু।

হৈনৌবু মাঙহনবা তিল খরা

নবকিশ্বর ঙাঙবম

হৈ–শিংগী মনুংদা মকোক থংবা অমা ওইরিবা হৈনৌবু মাঙহল্লিবা তিলগী মশীং য়াম্না লৈ। মখোয়দগী ঙাকথোক্লবগীদমক্তা হিদাক লাংথক কাপ্তবা য়াদবা মতাংসু লাকই। অসিগুম্বা মতমদা মরূদগী হৌবা অৱাংবা হৈ মখলশিংগী মহুত্তা গ্রাফটিং তৌদুনা শেম্বা অনেম্বা মখলগী হৈ চারাশিং থাবনা হেন্না খুদোং চারকই। প্রুনিং অমসুং ত্রেনিং তৌদুনা পামদবা মশাশিং লৌথোক্তুনা কা হেন্না ৱাংহন্দবসু কাম্লে। রোক্কর স্প্রেয়র শীজিন্নরগদি ফুট ১৫/ ১৬ ফাওবগী অৱাংবদি য়ৌনবা কাপ্পা ঙম্মী। হৈনৌগী য়েক্লবা তিল কাঙশিং অসিগী মনুংদগী হেন্না মরু ওইবা খরদংগী মরমদা শন্নপ্পা নৈনসি।

১। মেঙো–হোপ্পর ঃ– মসি হৈনৌদা খ্বাইদগী হেন্না মরাঙ কায়না তাদুনা মাঙ তাকহল্লিবা তিল মখল অমনি। মপী অমনা সেন্টিমিটর তঙ্খায় অমমুক্তমক শাংই। মশা পান্দ্রিবা পীক্লিবা মচা অমসুং মপী অনীমক্লা হৈনৌগী মপান অমসুং অনৌবা মতোন্দগী মহীশিং চুপথোকই। মপানগী চরোং অদু খুইথরক্তুনা ঙাঙশিল্লকই। মহৈ ওইহৌদবশিংনা ওইহনবা ঙমদে, মহৈ ওইরবশিংসু চাউখৎহন্দে। শোকহল্লবা মহৈ অমসুং মপানগী চরোংশিং অদু নুংশিৎনা হুম্বদা তেক্তুনা কেল্লক্কনি। পাম্বী মচানা চাউজন থীগনি, মপুং ফারবশিংনা উহৈ য়াম্না পাল্লোই। চাদা ৬০ গী চাং ফাওবা মাঙবা য়াই। নিংথম থাগী মতমদা অনেম্বা মউ অমসুং মশাগী মরক্তা তিনশিংদু পূনশিন্দুনা লৈ। মতম অদুদা মোনোক্রোটোফোস খরা কুংলপ্পা ঈশিংদা য়ান্দুনা কাপ্লগা হাৎহৌবা য়াই। মপান শারকপা মতমদা হাপ্তা ২/ ৩ কান্ননা মালাথাইওন অনীরক্তং কাপথোকপা ফৈ।

২। মেঙো মিলি–বগ ঃ– তিল মখল অসিনা এপ্রিল– মে য়ৌরকপদা লৈনুংদা মরুম কোকই। দিসেম্বর য়ৌরকপদা মচা ওন্দুনা পাবীদা কাকৎলকই। মপী ফাদ্রিবা মচাশিংদুনা মহী চুপথোক্তুনা অনৌবা ময়োল অমসুং মপানশিং অদু কংশিলহল্লি। পীক্লিবা উহৈশিং অদুসু মহী য়াওদবা ওইদুনা কেলহল্লি। তিল অসিনা য়াম্না তাবা মফমদা উহৈ অমা ফাওবা পালহন্দবা ঙমই।

তিল মচাশিং অসিনা পাম্বীদা কাখৎলকপা ঙমদনবা (মিটর ১ ৱাংবা মফমদা) সেন্টিমিটর ৮ মুক পাক্লা ইকোয় কোয়না গ্রীজ নৎত্রগা অনপ্পা পোৎ অমনা দিসেম্বর য়ৌরকপদগী তৈশিনবীবা য়ারে। তৈরিবা গ্রীজদুগী মখাদা পুনশিন্দুনা লৈরিবা তিলশি