এডিটোরিয়েল

চীঙাক্তা পোৎয়ান তৌশিনবা

ওথোরিটিনা কুপশেন শেন্নবগী তঙাইফদবা লৈ

ফাগি ওই করি ওই ঙাংনবা অমখক লৈ– ইন্দিয়াগী শঙ্গোম য়োনবা নুপা অমগী মচানুপাগা জপানগী শঙ্গোম য়োনবা নুপা অমগী মচাগা মরুপ মপাং ওইনা সোসিয়েল মেদিয়াগী খূত্থাংদা তিন্নে। জপানগী শঙ্গোম য়োনবা ইমুং অদু নুংঙাই য়াইফবা পূন্সিরোল অমদা হিংবা ঙমদে হায়না মচা নুপা অদুনা ফোঙদোল্লককই। ইন্দিয়া মচা অদুনা মখোয়গী ইমুংদি শঙ্গোম য়োনবদা শেল য়াম্না ফঙই, নুংঙাই য়াইফনা হিংবা ঙম্মী হায়না ফোঙদোকই। করম্না শঙ্গোম য়োনবদা শেল য়াম্না ফঙলিবনো হায়না জপান মচাদুনা হংলকপদা, ঈশিং তঙ্খায় য়ানশিল্লগা শঙ্গোম য়োনবগী থিওরি অদু তাকখি। ইন্দিয়াগী থিওরি অদু জপান মচা অদুনা মপাদা মখোয়সু তৌসি, ইন্দিয়াদদি অদুম্না তৌরগা শঙ্গোম য়োনবদা শেল য়াম্না ফঙই হায়না মপাদা হায়রুবদা অমুক হন্না ইন্দিয়া মচাদু তিন্নরুনু হায়না তিন্নহনখিদে। তেল্লবা ৱারী মতেক অসিদা ইন্দিয়াগী ললোনবশিংনা করম্না শেল তাল্লি অদুগা জপানগুম্বা লৈবাক্কী মীয়াম্না মখোয়গী চান–থক্লবগী পোৎলমশিং মীয়ামদা ফঙহনবদা করম্না থৌদাং লৌবগে হায়বা খঙবা ঙম্মী। ঐনা থকপদা হকচাং ফরোইদবা শঙ্গোমগী মতিকময়াই নিংথিনা চেন্দবা পোৎশক্তুবু করম্না অতোপ্পা মীওইদা পীথক্কদৌরিবনো হায়বা ৱাখল্লোন অসি লৈবাক মচা তাবা মরৈবাক নুংশিবা মীওইগী মতৌনি। মরৈবাক নুংশিবা হায়বসি অসুম্না তৌগদবনি হায়না ইরগা থমদবা পারা অমনি। শঙ্গোম য়োনবা মীদসু নৎত্রগা ঙা ফাবা মীদসু মহাক মহাক্না তৌরিবা থবকশিং অদুনা মীয়ামদা নৎত্রগা অকোয়বগী ফিভমদা অকায়বা পীরল্লগদি ঐখোয় মাঙমিন্নগনিকো হায়না খল্লগা থবক তৌজরিবা কাঙলূপ অদুসু মরৈবাক নুংশিবা মীওইনি। ঐনা লাইরিক লাইশু নিংথিনা তন্লিবসি খুন্নাই অসিগী কান্নবা হীরমদা শীজিন্নগদৌরিবনি হায়না খঞ্জরগা চপ য়ুংনা মহৈ তমজরিবা মহৈরোই অদুসু মরৈবাক নুংশিবা মীওইনি। নোংমৈ পায়রগা, য়েক্লবগা লাম্বানদুনা থৱায় থাবা অদুখক্না মরৈবাক নুংশিবা মীওই হায়বা য়াদে। হৌজিক্কী মতমদা ঐখোয় মীওইবনা মচি ওইবা অমসুং হকচাং শোক্লোইদবা চীঙাক চাবা হায়বসিদগী হেন্না ফবা কাঙলোন অমা লৈতে হায়না লৌনরি। অদুবু ঐখোয়না চারি থক্লিবা চীঙাকশিং অসিদা করি মতিক ময়াই চেল্লিবা হায়বদু খন্থরগা চাগদবনি হায়রগদি চাবা য়াবা চীঙাক অমত্তা লৈরোই হায়বা য়াই। মরম অদুনা চীঙাক্তা পোৎয়ান তৌদুনা চীঙাক্তুগী মতিক ময়াই হন্থহনবা হায়বসি মীয়ামগী চাউরবা য়েক্লবশিংগী মনুংদা অমনি হায়না লৌবা য়াই।

চহী অমগী মনুংদা অমুখক থোকপা খ্বাইদগী চাউবা ফেষ্টিভেল অমসু ওইরিবা নিঙোল চাক্কৌবগী মতম অসিদা চানা থক্লবা পোৎলম লৈননবগীদমক য়ূমথোঙ খূদিংগী মীওই অমমমদি কৈথেল কানরি। নিঙোল চাক্কৌবগী থৌরম অসি ললোনবশিংগীসু পোৎশিৎ খ্বাইদগী ফবা মতমনি। চাক্কৌবগী থৌরম অসি চহী অমদা অনীরক্তগী তাদনা পাঙথোল্লগদি নুংঙাইনি খঞ্জরিবনি। অসিগুম্বা ফেষ্টিভেলগী মতম অসিদা মীয়ামদা য়োল্লিবা চান–থক্লবগী পোলমশিং অসি কয়ামুক য়াম্না হকচাং শোক্তবা, চীঙাক অদুগী মপুং ফাবা মতিক ময়াই য়াওবরা হায়বা য়েংশিনবগী তঙাইফদবা লৈ। ললোনবশিংনা শেল হেন্না ফঙনবগীমক অচাথাওদা পোৎয়ান তৌবা, মেগীদা হকচাং শোকপা য়াবা মচাক য়াওৱা য়েংবা, কোফিদা, চা মনাদা অমদি অতৈ চান–থক্লবা পোৎলমশিংদা করি করি হকচাং শোক্লিঙাই ওইবা পোৎশকশিং য়ানশিনৱা অমসুং মীয়াম্না লৈগদৌরিবা পোৎশক অদুগী মতিক ময়াই চপ চানা চেনৱা হায়বদু ষ্টেটকী ফুদ সেফটি ওফিসরশিংনা য়াম্না কূপ্না য়েংশিনবগী তঙাইফদবা লৈ। মীওইবগী হকশেলগা মরী লৈনরিবা অচা অথক্কী পোৎলমশিং ললোনবশিংনা পুথোরকপা খূদিংমক অফবনি হায়না লৌবা য়াদে। মখোয়দা ঐগী হকচাং শোকপা য়াবনি হায়বা খঙলগসু শেন্দোং অদুদা য়ূম্ফম ওইরগা পোৎ শাবগী চৎনবী অমা লৈরি। অসুম্না লৈবাক অসিগী মীওই কয়ামরুম পোৎয়ান তৌরবা চীঙাক চারুবদগী মখল মখা কয়াগী লায়না তিন্নানা নাহন্দুনা অৱাবা ফিভমদা লৈহল্লি। মতাং অসিদা পঞ্জনিংবা ৱাফমদি ফুদ এদল্টরেসন এক্ট ১৯৫৪ গী মতুং ইন্না মরাল লৈবশিং চৈরাক পীননবা মীৎকুপ নাহুম শিংনা লৈরগদি ললোনবশিংনা অরানবা তৌবা ঙম্লোই। ফুদ সেফটিগা মরী লৈনবা ইমপ্লোয়িশিং চোকথবা য়াদে, অনৌবা চীঙাকশিং অদুগী সেম্পল তোয়না লৌগদবনি অদুগা চাংয়েং তৌগদবনি। লেবোরেটোরিদা চাংয়েং তৌবদা হোরেন হয়েংগী মখাক থম্বা ইমপ্লোয়িশিংগী ৱাখল হোংহন্নবা লৈঙাক্না মীৎয়েং চঙহন্নিংই।

তুম্বা য়াদবগী লায়না অমসুং মহৌশাগী লায়েং

ডা. ঐচ কে বাখ্রু

তুম্বা য়াদবগী লায়নাবু ‘ইন্সোম্নিয়া’ হায়না খঙনৈ। লায়না অসি, মরুওইনা পাঙ্গল পুথোক্তুনা (হুমাং তানা) থবক শুগন্দ্রবা সহরদা লৈবা নুংঙাই য়াইফরবনি হায়নবা মীওইশিংগী মরক্তা হেন্না হেন্না লাইচুনগল্লক্লি। লায়না অসিগীদমক্তা হীদাক (তুম্নিংনবা) মখল মখা কয়া কৈথেলদা ফঙই অমসুং চানৈ। অদুবু ইন্সোমিয়া কোক্লবগীদমক্তা গুলিনচিংবা চানবদগী থম্মোয়গা য়াওনা মখল মখা লায়না কয়া পোল্লক্তুনা লাইবক থিনবা কয়া তোয়না য়াওনরক্লি। অমরোমদা লায়না অসিনা মরম ওইদুনা মীওই কয়া অমগী বুদ্ধি লৌশিং শোন্থহন্দুনা মখোয়গী নুতিগী ওইবা পূন্সিদা অকায়বা কয়া পীরক্তুনা মীয়ামগী মীমান্নহল্লক্তবগী থৌদৌ কয়া থোল্লককখৎলি।

তুম্বা মপুং ফাবা ঙমদবা, তোয়না য়াওনগনবা, অয়ুক নুংথিলগী মতমদা করিগুম্বা থবক অমত্তদা পূক্লিং লুপশিনবা ঙম্লক্তবা, পূক্লিং লৈতারক্তবা, চমম্নবনা হেল্লকপা, লোয়ননা মশাদা মীমান্নদবগী ৱাখল পোল্লককপা অমসুং মশানা মশাবু থাজবা ৱাকৎলকপনচিংবশিং অসি ইন্সোম্নিয়াগী লায়না চঙলকপগী মওং অমসুং খুদমশিংনি।

পূক্লিং খোইরাং খোয়শাওনরবা কা হেননা থবক ৱারুরবা, কা হেন্না নুংঙাইবা নৎত্রগা লাংতক্লবশিং পোল্লুবা অসিনচিংবশিং অসি ইন্সোম্নিয়া ওইরকপগী মরুওইবা মরমশিংনি। লায়নাগী ওইবা পূক্লিং লৈতাফম খহদবা অৱা অনাগী মরমশিংনসু মীওই অমগী তুম্বা য়াদবগী মচাক ওইহল্লি। অশাওবা, খোঙ হাম্বদা অকায়বা লৈবা, নুমিদাংদা হেন্না চাশিন থকচিল্লুবা, চা–কোফি কা হেন্না থকপা, কা হেন্না চাক লামখিবগুম্বা, চুরুট বিরি য়াম্না অমদি নিশা শীজিন্নবশিংনসু ইন্সোম্নিয়া ওইহল্লকপী অচৌবা মরম ওইহল্লি। লায়না অসি কোকহন্নবগীদমক্তা গুলি চাবনা, মতম খরখক্কী ওইনা খরা শাফহনবা

ঙম্লম্লগসু তুং কোয়রকপদদি ময়াই চমশিল্লক্কনি। লোয়ননা মীওই অমগী পূক্লিং লৌশিং অমদি ব্রেনগী মপাঙ্গল হন্থহল্লকই। ইন্সোম্নিয়া কোক্লবগীদমক্তা গুলি চাবনা চাবা তুমদবা, উনশা কংশিল্লকপা লায়না ঙাকথোকপগী শক্তিঃ মাঙথরকপা, নিংশা শ্বর হোনবদা অকায়বা লাকপা, ঈচেল কায়রকপা চানিং থক্লিংবা পোল্লক্তবা, ব্লদ প্রেসরগী লায়না পোল্লকপা, কিদনি শোল্লককপা, মমৈ মকোক শম্নবা খনবা ঙম্বগী শক্তি মাঙশিল্লকপনচিংবশিং থোল্লককই।

ইন্সোম্নিয়াদগী কোক্লবগীদমক্তা ঐখোয়দা অচম্বা অমসুং ৱাদবা শাজেল খরা তৌবা তাই। শাজেলশিং অসি তৌবগী হৌরকপা নুমিৎ খরনিদি কা হেন্না অৱাবা থোকপা য়াই, অদুবু নুমিৎ খরনিখক ৱারগা তুং কোয়নগী ওইনা পূন্সিদা য়াইফবা কয়া পুরক্কদবা লৈবনিনা অৱাবশিং অদু খাঙবদু করিসু নত্তে হায়বা ৱাখল পোকপীগদবনি। অহানবদা –চাং নাইনা তুম্নবগীদমক্তা ঙন্না ফমুং চঙবা অমসুং অঙনবা মতমদা হৌগৎপগী চাং নাইবা মতম ককপীগদবনি। মদুনা মরম ওইদুনা অহৌবগী মতম খরদদি অয়ুক নুংথিলদা লৈফম চাফম খঙলক্তবনচিংবা কয়া পোল্লককপা য়াই, মদু খাংবিবা ঙম্বগী শক্তি লৈহনবীগদবনি। ৱাফম অমনা অহিংদা নোংয়াইগী মমাঙদা পুং ২ তুমহৌবগা, নোংয়াই মতুংদা পুং ৪ তুম্বদগী হেন্না কান্নবা ফঙই হায়বসি কাউবিরোইদবনি।

ইন্সোম্নিয়া কোক্লবগীদমক্তা থাওদা ঙৌবা / তাউবা পোৎ–চৈ য়ারিবমখৈ থাদোকপিগদবনি। অয়ুক্তা উঁহৈ ৱাহৈ অমসুং নুংথিল অমদি নুমিদাংগী চাক্লেনশিংদা মনা–মশিংগী য়েনশাংশিং অমসুং (প্রোটিন হেন্না য়াওগদবা চীঙাকশিং শিন্ন–শিন্ননা চাবিগদবনি। তুম্লমদাইদা অশাবা শঙ্গোম গ্লাস অমদা খোইহি চামচ অমা অনী য়ানশিল্লগা থকপিবনসু তুম্বা পোকহনবদা মতেং পাংই হায়বসি কাউবিরোইদবনি।

তুম্লমদাইদা লুম্ফুং লুম্ফুং শাবা ঈশিংনা খোঙ–খূৎ হামদোকপীবা অমসুং তিংবা, হকচাং শাজেল খরা তৌবা, ৱাকিং চৎপা, চাবা থকপা হেক লোয়বগা ফমুংদা চঙবগী মহুত্তা ঙাহৌ ঙাহৌ ঙাইহাক চৎপা, ফমুংদা চঙলগা শ্বর শাংনা শাংনা হোনবগা লোয়ননা ৱাখলগী চরাংনবা কয়া কাউথোক্লবা হোৎনবা হায়বশিং অসিসু তুম্নিংবা পোকহনবদা মতেং পাংই।

তুম্বা য়াদবগী লায়না ‘ইন্সোম্নিয়া’ হায়বসি ইরায় লায়বা মখলগী লায়না অমা ওইজরগসু, মসিনা মীওই অমগী পূন্সিবু লায়না মাঙহনবা ঙমই হায়বসি নীংশিংবিগদবনি। মদুগা লোয়ননা, লায়না অসিদী ঙাকথোক্লবা হীদাক য়াওদবা অচম্বা, পঞ্জখ্রবা শাজেলশিং অসি শাগোন্নবিগদবনি।

ঈশিং পুকচৎ অমসুং মহৌশাগী লায়েং

ডা. কে বসন্ত সিংহ

হৌজিক মতমদা খ্বাইদগী য়াম্না নাগনবা ইনাক খুনবা ইমুংগী লায়নানি, পাঙ্গল থোকপা থবক নৎত্রগা শাজেল শান্নদবা অনী অসি মরুওইবা মরমনি। অচৌবা লৈবাকশিংদা, সহরগী শেঞ্জাও পায়বশিংগী লায়না ওইরম্বদগী হৌজিক্তি খুঙ্গং অমদি চীংগী মীওই কয়াদসু লায়না অসিনা নাবগী চাং হেনগৎলক্লি। মসিগী মরুওইবা মরমদি হকচাং লেঙ ওৎপা থবক শুবগী চাং ৱাৎপা ঘী–থাও, মোইদাগী পোৎলম য়াম্না শীজিন্নরকপা অসিনা হকচাংগী ঈ শেংলক্তবনি। অসিগুম্বা চীঙাক য়াম্না চাবনা চাবা তুম্নবা মহি থোরকপগী চাং হন্থহল্লি। তুম্বগী চাংসু হন্থরকই লোয়ননা পেনক্রিসয়াদা ইন্সুলিন থোকপগী চাং ৱাৎলি অমদি তুমহনগদবা চিনিগী শরুক তুম্বা ঙমদবদগী ঈচেলদা য়াওরকই। মরুওইনা হকচাংগী মশলদা শীজিননবা ঙম্লক্তবদগী হকচাং পাঙ্গল শোন্থরকই। লায়না অসিগী লাইওংশিং খরদি –

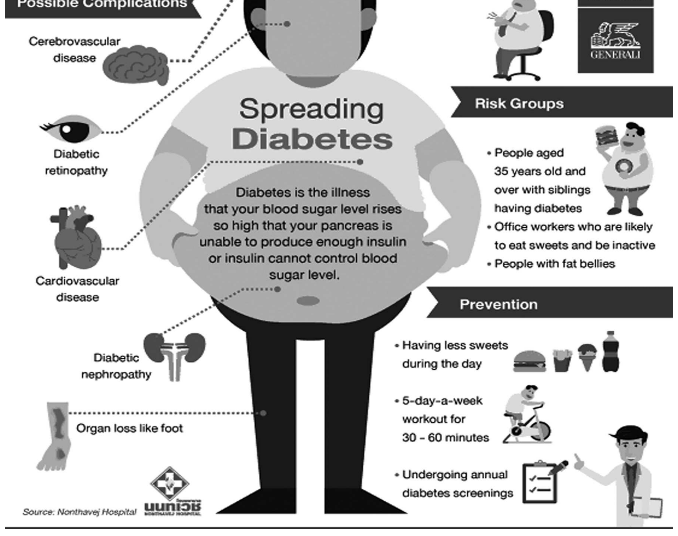
ঈদা নৎত্রগা য়ুংদা চিনি য়াওবা, ঈশিং তোয়না চৎপা, ঈশিং তোয়না খৌরাংবা ফাওবা, চাক য়াম্না লামগনবা, উনশা মরেক থোক্তবা, চোকথবা কোক ঙাওবা ফাওবা, মীৎ নুংঙাইরক্তবা অমদি তুম্বা য়ারক্তনি।

লায়েং ঃ অদুনা হীদাক চাদুনা পূন্সি চুপ্পা লৈগদবনি হায়নৈ। যোগ অমদি নেচরকিওরগী মত্তদি মসি চাবা থকপা ওন্নবা শাজেল ৱাৎপদগী অয়াম্বা ওইরকপা লায়নানি। চাং নাইনা অচম্বা চীঙাক চাদুনা চাং নাইনা যোগাশন নিংথিনা শান্নরবদি অনাবা অসি চয়োল ৬ / ৭ কী মনুংদা লাকশিল্লকপা ঙম্মী। অদুবু কুইনা নারল্লবা অনাবশিংদদি মতম খরা হেন্না চঙবসু য়াই। চেকশিন্না হোৎনরবদি ফরক্কনি। মহৌশানা পোকপদগী নারকপা অনাবা নত্তনা অতৈদি ফবা ঙমগনি। ঈশিং পুকচৎপা নারবা অমনা চাক, চিনি, অথুম্বা পোৎ হান্না থিংগদবনি। মদুগী মহুৎ শিনবদা, মিথি মরু নৎত্রগা মনা নুংতিগী চাবদা য়াওগদবনি, ময়োল থোকহল্লগা নৎত্রগা তকখায়দুনা পাউদর শেন্নগা চাবা য়াই, কারোন অখাবা, থবি, খোঙদ্রুম তোর্বৌত মরাং কায়না হিংনা মহি লৌদুনা থকপা নৎত্রগা মরাং কায়না হিংনা মহি লৌদুনা থকপা নৎত্রগা চম্না থোংদুনা চাবা ফৈ।

চাং নাইনা পুক্তা লৈখোম থোম্বা, অনেমা তৌবা, ঈশিং অইংবদা ফম্বা, পুক্তা ফি অচোৎপা য়েৎপা য়াম্না ফৈ। নুমিৎ খূদিংগী চাং নাইনা শাংনা খোঙনা চৎপা, যোগাশন প্রনায়ম শান্নবা কান্নে। মরক্তা চাকখাও তেংথোকপা (ঈশিং থক্তুনা নৎত্রগা ফি চাদুনা) হকচাং লৈ লৈদুনা শান্নবা যোগশনশিং লেপ্তুনা, ফমদুনা নৎত্রগা হিপ্তুনা শান্নবশিং পূম্নমক নুমিৎ খূদিংগী পুং অমমম তৌগবনি। হুমাং ঙাম্লোকপা, মালিস তৌবা, ফি অচোৎপা হকচাং পূম্বা য়েৎপা, নুংশা য়াইবা য়াম্না ফৈ।

চাং নানা পুক্তা লৈখোম থোম্বা, এনেমা তৌবা, ঈশিং অইংবদা ফম্বা, পুক্তা ফি অচোৎপা য়েৎপা য়াম্না ফৈ। নুমিৎ খূদিংগী চাং নাইনা শাংনা খোঙনা চৎপা, যোগাশন প্রনায়ম শান্নবা কান্নে। মরক্তা চাকখাও তেংথোকপা (ঈশিং থক্তুনা নৎত্রগা ফি চাদুনা) হকচাং লৈ লৈদুনা শান্নবা যোগ আষন প্রনায়ম শান্নবা কান্নে। মরক্তা চাকখাও তেংথোকপা (ঈশিং থক্তুনা) ফমদুনা নৎত্রগা হিপ্তুনা শান্নবশিং পূম্নমক নুমিৎ খূদিংগী পুং অমমম তৌগদবনি। হুমাং ঙম্থোকপা, মালিস তৌবা, ফি অচোৎপা হকচাং পূম্বা য়েৎপা, নুংশা য়াইবা য়াম্না ফৈ।

নৌরিঙৈদা চেকশিলহৌদ্রবদি লায়না অসিনা কিদনিগী অরুবা লায়না, মীৎ শোকপা কোক্কী শিংলি শোন্থহনবগী লায়না কয়ামরুম নারকই, মরম অসিনা হীদাক চাবা মীওইশিংনসু চাং নাইনা ঈ টেষ্ট তৌদুনা চেকশিন্না লৈবিগদবনি।



‘মণিপুরদা খুন্দামিন্নরিবা কাঙলূপ খূদিংগী মীওই পূম্নমক্না অফবা মগুন লৈবা ঙসি অমা ওইহন্নবা হোৎনসি’

এল কালা সিংহ, উরিপোক

তাইবঙপানসিদা থৱায় পানবা অমসুং পান্দবা কয়াগী শক্তম অমদি মচত্তা তপ্না তপ্না নাথৈরকপা কয়া অমনা মমৈথংদা পুম্মাং মাংখিবা অকাউ পরৈগী ইরোলনুংদা তিনখিবা কয়ানি। অয়ুক নুংথিল নুমিদাং হায়বা অমত্তা অঙানগী খোঙচৎ অমা কায়দনা উরু উরু লৈদুনা লৈরিবা অসিগী মনুংদা মীওইবনা থওইনা হোৎনরুবা তম্লুবদি নত্তবদা কৌনরম্বা মিঙ্গৌ, ঙাংন শক্নরম্বা লোন্দা পুদা কয়া, চৎনরম্বা লাইনিং লাইশোল পাঙথোল্লম্বা হরাও কুম্মৈ কয়া অমা তপ্না তপ্না মাঙথরক্লি। অমরোমদনা থওইনা হোৎনরুবা তম্লুবনা মীওইবগী পূক্লিং ৱাখলনা অনৌ অনৌবনি হায়বা কয়া অমা থেঙনরগা উরগা খঙলকপা কয়ানা হেন্না হেন্না লাকপা অনৌবা জ্ঞাননি হায়বনা খঙলমদবা উরমদবা কয়া অমসু খঙলক্লি উরক্লি। অনৌবা জ্ঞান্না চাউখৎপা পুরকপদা হান্না লৈজরম্বা খুন্নাইরোলগী মচৎ কয়া অমদি ইৱাই ইনিল য়াওদ্রবা মবুক তপ্লবা ইচেল অমগুম মেনবা য়াদ্রবা ইফুৎ লিক্লম অমদা চেনথখ্রি। মসি ওইবা তাই মীওইবা খুন্নাইনা মালেমসিদা চাউখৎপা পুরকপা অহোংবা অমা হায়বদু। থৱায় পানবা অমসুং পান্দবা হায়বা খেন্নবগী মথক্তা থৱায় পানবা জীবগী মরক্তপঞ্চ মীওইবা কাঙলূপ অমসুং শা–ঙা খঙনবা কাঙলূপ অনী অমুক খায়দুনা মালেমসিদা পুননা লৈমিন্নরকপগী মচৎনি। শা–ঙাগী কাঙলূপ ওইবা থৱায় পানবা জীবা মখোয়গী মফমদদি ৱাখল খনবা ঙম্বগী শক্তি লোয়নরক্তে, চাউখৎপা করিনো খঙদে। অদুবু মীওইবদি ৱাখল খনবা ঙম্বগী শক্তি লোয়নরকই, চাউখৎপা খঙই, ইকায়বা নুংশিবা খঙই, হৈনিংবা খঙনিংবা তম্নিংবা নীংশিংবা ঙম্বগী শক্তি লোয়নরকই। ৱাখল খনবা ঙম্বা শক্তি লোয়নরকপনা মীওইবা কাঙলূপ মাগী মাগী ওইবা ফুরুপ শেমদুনা মালেমসিদা খূৎলিংনা লৈনরকই। শাফগদবা ওইনা ফুরুপ ফুরুপ কয়া পুন্না হিংমিন্নবা খুন্দামিন্নবা লৈবা য়াবা অককল্লবা লমগী ওইবা মফম থিরকই শেন্নকই। অপুনবগী ওইবা পান্দম লৈবা লৈবাক মিং থোন্দুনা চৎন পথাপ শেমদুনা ঙাক শেনবা তৌদুনা লৈনরকই। কাঙলূপকী লুচিংবা, ফুরুপকী লুচিংবা, ফুরুপ অপুনবগী লুচিংবা মথং মথং নিংথৌ পানবা লৈবাক অসুম্না লাক্লখিবদগী মীওইবনা চাউখৎলকপগী অহোংবদা ঙসিদি মালেমগী মনুংদা ইন্দিয়ান য়ুনিয়ন শেমদুনা ইন্দিয়া কৌবা ফুরুপ কয়ানা তিল্লবা লৈবাক অমা মশানা মশাবু মরোমদোম নীংতম্বা লৈঙাকচবা লৈবাক অমা ওইনা লাকখিবা চহী ৭০ হেল্লক্লে। খন্থরুরবদি তাইবঙপানসিদি হৌজিক হৌজিকসিনা হান্না হান্নগী শক্তম অমুক ওইরক্তুনা অসুম অসুম চৎখিগনি, ঙসিসু মতম অমদি মহৌশা হায়বা অমা ওইরক্কনি হায়বসিমদি মতম মতমগী খুন্নাইদা হিংলিবা মীওইবনা ইখন খন্নদনা হিংদুনা চৎলিবগুম তৌই। মহৌশাগী ওইরম্বা শক্তম অমদি মচৎ খঙলিবসি ইতিহাস লেঙদনা থম্বীরম্বা কয়া অসিবু তম্লগা লৈনরগা অহেনবা জ্ঞান থোরকপদগী খঙলিবনি ঙসিগী মীওইবনা। মরম অসিনা মীওইবনা ইতিহাসপু তরাইনা লৌবা য়ারোই। লোয়ননা ইতিহাসপু লান্না লমজিংনবা ফত্তবা য়েংথিনবা থোরকপা য়াবা মায়কৈদা পুননবা হোৎনরকপা হায়বসি চাউখৎত্রিবা মীওইবগী মচৎনি হায়না লৌগনি। ইতিহাসকী লমায় হায়বসি মতম মতমগী থোকিখিবা অফ ফত্ত কয়া তাঙ্কক নাইনা লেঙদুনা থম্লম্লিবনি। ইতিহাস হায়বসি মীওইবগী জ্ঞান লৌশিং হেনগৎলক্লবদা অচৌবা অফবা মতেং অমগী মচাক্লি হায়বসি অচুমবা ওইনা থম্বা তাই মীওইবনা। ইতিহাস তম্লিবা লান তৌননবা লমন খুম্নবগী ইতিহাস তম্বা ওইরবদি মালেমসিদা ঙসি মীওইবনা ওইরিবা ফিভমসি ওইরমদবসু য়াই। ঙসিসিনা তুংগী ইতিহাস অমা ওইরক্কদবনিনা ঙসিসি অফবা মগুন লৈবা ঙসি অমা ওইহন্নবা মীপুম খূদিংমক্না হোৎনবা তাই। মীপুম খূদিংগী ৱাখল্লোন্দা মসি চেনবা ঙম্লবা কান্দা মীওইবা খুন্নাই মালেমসিদা নুংশি চান্নবা ইং তপ্না লৈমিন্নবা হিংমিন্নবা য়াগনি।

> *লাইরিক লাইশুগী মঙাল মতিক চানা ফঙলবা মতম অসিদা থম্মোইগী ওইবা লাইশু খঙদবা মীওই খরা লমদমসিদা খুন্দামিন্নরিবা কাঙলূপকী মরক্তা য়াওরম্বা হায়বসি লাইবক থিবা হায়বদুনি। ইতিহাসকী তাঙ্কক কয়াদা থোকখিবা থৌদোক ৱাথোক কয়াবু পেন্দবা ওইনা চিংশিনবগী মতম নৎত্রে, মদুগী মহুত্তা খঙলগা হেন্না মীথোই মীহেনবা অমা ওইনবা চঙশিনবনা অচুম্বা অফবা লম্বী ওইরে খনবা মতম ওইরে।*

অফবা মগুন লৈবা ঙসি অমা ওইবগী পাউ তাবগী মহুত্তা ঙসিদি মালেমগী লৈবাক কয়াদা অমদি ইন্দিয়াগী মফম কয়াদা মীওইবগী থম্মোই শোক্লিংঙাই ওইবা, মীপাইনিংঙাই নুংনাংনিঙাই ওইবা থৌদোক ৱাথোক্কী পাউ কয়া অমসু নোংমা কাংদনা লেপ্তনা তারি। পিকচরবসু ইন্দিয়াগী ষ্টেট অমা ওইরিবা ইরমদম মণিপুরদসু অৱা নুংঙাইগী পাউ মরক্তা থোল্লরি। ইতিহাসপু লান্না লমচিংবনা মরম ওইরগা ইন্দিয়ানা নাগা শান্তিগী ৱারোইশিন পুরকপদা লমদম অসিগী অপুনবা ফুরুপকী ওইবা শক্তম কায়রল্লগদ্রা হায়বগী মতাংদা লৈবাকসিগী মীয়াম্না য়াম্না মিপাইনিংঙাই ওইরিঙৈ, নুংনাংনরিঙৈ তাল্লক অসিদা লমদমসিদা মহৌশাদগী খুন্দামিন্নদুনা লৈরল্লবা কুকি কাঙলুপকী মীওইশিংনা অমুক এসেম্ব্লে হায়বা ৱাহৈ শীজিন্নদুনা মখোয় মখোয়না খুন্দাবা মফমদা নীংশিং য়ূম্বী ওইনা নুঙদা হক্তুনা খিনগনি হায়বগী থৌরাং কয়াগী পাউ। মতাং স্বাইদা লমদমসিদা মহৌশাদগী খুন্দামিন্নরল্লবা চারৌ মৌরৌনবা য়াওনা লৈমিন্নরল্লবা কাঙলূপ কয়াগী মনুংদগী মণিপুরদা খুন্দারিবা নাগা কাঙলূপ অমদি কুকি কাঙলূপ্না মণিপুরগী অপুনবা শক্তম কায়বা য়াবা ওইবদা থৱায় য়াম্না য়াওনা হোৎনরিবা থৌওং মানবসি চৎখরিবা করিগীনো হায়বগী ৱাহংদা পাউখুম অমা পীবা তারবদি কাঙলূপ মশেলগী মনুংদা থম্মোইগী ওইবা নুংশিনবা লৈত্রি হায়বা তাই। কাঙলূপ অনীখক খৃষ্টান লাইনিং চৎপা কাঙলূপ ঙাক্তনি। খৃষ্টান লাইনিংগী শেংলবা লাইরিক ‘বাইবল’ দা হায়রিবা অফবা তৌনবগী পাউতাক কয়া পীরিবসি পূম্নমক্না কাউথোক্লবগুম তৌরি। অদুগা মসিমসু কাউথোক্লি ইতিহাসকী ওইবা তাঙ্কক অমা বৃটিশনা পৃথিবীগী লৈবাক কয়াগা মথং মথং লান শোক্নরকপদা বৃটিশকী অরোইবা লানফমম্নি হায়রিবা কুমজা ১৮৯১ দা শোক্নখিবা এঙ্গলো–মণিপুর ৱার অসি লমদমসিদা খুন্দামিন্নরিবা কাঙলূপ কয়াগী মীওইশিংনা পুন্না অমত্তা ওইনা লেপ্তুনা বৃটিশকা লান শোক্নখিবনি। অদুগা মসিমসু কাউরি, মদুদি বৃটিশনা ইন্দিয়া থাদোকপা মতমদা মখোয়গী লৈঙাক মখাদা কোনশিনখিবা মণিপুর নীংতম্বা লৈবাক অমা ওইনা থাদোক্লম্বনি। পূম্নমক অসি ইতিহাসকী ওইবা য়াম্না কুইদ্রিবা ৱাফম ঙাক্তনি।

চাউখৎলে হায়রিবা মতম, লাইরিক লাইশুগী মঙাল মতিক চানা ফঙলবা মতম অসিদা থম্মোইগী ওইবদি চাউখৎলমদবা, থম্মোইগী ওইবা লাইশু খঙদবা মীওই খরা অমসু লমদমসিদা খুন্দামিন্নরিবা কাঙলূপকী মরক্তা য়াওরম্বা হায়বসি লমদমসিগীদি য়াম্না লাইবক থিবা হায়বদুনি। ইতিহাসকী তাঙ্কক কয়াদা থোকখিবা থৌদোক ৱাথোক কয়াবু পেন্দবা ওইনা চিংশিনবগী মতম নৎত্রে, মদুগী মহুত্তা খঙলগা হেন্না মীথোই মীহেনবা অমা ওইনবা চঙশিনবনা অচুম্বা অফবা লম্বী ওইরে খনবা মতম ওইরে। লমদমসিদা খুন্দামিন্নরকপা কাঙলূপ পূম্নমক্না অপিকপা ৱাখল থাদোক্তুনা থম্মোই শেংনা হোৎনমিন্নদুনা চাউখৎপদা শোত্থহৌরবা মণিপুর চাউখৎপা ষ্টেট অমা ওইনবদা পুন্না চঙশিনমিন্নবা মতম ওইরে।