এডিটোরিয়েল

[illegible]

শাজিবুগী ২০ নি পানবা লৈবাকপোকপা, এপ্রিল ০৭, ২০২৬

[illegible]

তাইবঙ মপুদা লৈগদবা মচাক

ককচিংতাবম ব্রজমনি শর্ম্মা

মীওইবগী চাউখৎলকপগী থাক অসি নোংমদা ফংলকখিবা নত্তে হায়বসিদি লাল্লরোই। চাউখৎলক্লিবা থাক অদুক্কী মতিক অনৌ অনৌবা অপনবা পীবা মরম হেন্না হেন্না লাকই। শন্না হায়রবদা মীশিংসিনা হিংবা হেক হৌরকপদগীনা যুগ ময়াম ময়াম হৌখ্রবা ফাওবদসু চরাংনবা, তৌফম খঙদবা, মহৌশাগী খঙহৌদনা ওনবা শক ওন্থোকনা মফম মরাং খঙহন্দবা, হিংশা তৌবা অহিংবা ময়ামগা মায়োক্লনবা হোৎনবদা, মখোয় মশেল মুক্লবদগী হাৎপা তূপ্পা তৌবা ময়াম অমদি মতম মতমগী ওইনা লাকপা লায়না লায়থুং মখল মথেলদগী হিংবা ঙমগদবা মাল্লক্তবা তাঞ্জা মশীং থিঙমদনা মায়োক্লরবা অদুগা অমুকসু মীয়াম পাক্তক্লনা শিবা লায়চৎনচিংবা ময়ামসু লাম্থোক্লগা অদুম হিংলকপা অহিংবা মখল অমদি মীনা ওইরি হায়ফম থোকই। কল্প কল্পবা শা-উচেকশিংগী মপাউদি চীন্থাং ৰারী ওইনসু অদুগা অইবা ৰারী লাইরিক ময়ামদগীসু অদুম ফংলি। দাইনাসোর মখল ময়াম, শা-ঙা-উচেক অদুগা উপাল হৈপাল কয়াসু খোঙ্গুল মুৎখিবগী ৰা হায়রি। মসিদা মুৎত্রিবসি মী মঙায়রে। অঙকপনি মী হায়বা অহিংবা কাঙলূপ অসিমক, য়াওন কয়া ওল্লবসু হৌখিবশিংগী ৰারী ৰাখোং, লৈরিবা মতমগী ৰাথোক থৌদোক লোয়ননা লাক্কদবা মতমগী মাঙজৌৰা ওইনা হায়বশিং অসিদি মী নত্তবা অহিংবা অতৈনা নৈনরম্বগী মমি তাদে।

অওইবমক মতমগী মনুংদা মফম অমদা ফিভম অমনা থৌদোক অমা থোকহল্লি। হায়বদি থৌদোক অমগীদমক মতম, মফম অমসুং ফিভম শোয়দনা লৈগনি। অহুম অসি ৰাখলনা শেমগৎলগা খঙবা ঙম্নবগী শক্তি অমদি মীদা য়াওই। শাগী নিংথৌনি হায়রিবা নোংশা, কনবদা শামু হায়নরিবা পূন্নমক্লা নিয়ম অমমমতং লৈরবদি, মফমগী অফ ফত্ত খঙলম্লবদি নৎত্রগা মতমগী ওইগদবা থৌওংশিংদু খঙবা ঙম্নরম্লবদি মখোয়গী মশীংসি অঙকপা ফংনা ৰাংলমগনি। মীদি পোৎশক অহুমসি খঙবদগী শাংনা হিংবা ঙম্বা, কাঙ্খুল মুৎত্রবা অহিংবা ওইনা হৌজিক ফাওবা লৈরিবনি। শামু কল্লি হায়বদি চুম্মী অদুবু নোং নুংশিংনা শোক্তনবা ময়ুম অমা শারগা লৈগনি হায়বদি খঙদে। মঙোন্দা মতম্না পীরক্কদবা অইং অশাগী শাফুদা খন্থবা ঙমদে, মরম অদুনা ময়ুম শাবগী ৰাখল থোক্তে। কৈ-নোংশা অথৌবনি, শিবা কিদবনি হায়বদি চুম্মী। অদুবু হয়েংগী চানবা তূংশিনবগী ৰাখলদি ফাওদে। মাগী মচীঙ্গাক মতম অমদা হেক্তা ফংবা ঙমদে হায়বদু মঙোন্দা খঙজদে, মদুনা তূংশিনবা পৈশিনবগী ৰা লৈফম থোক্তে। অসুন্না ঙা অমসুং ঈশিং কংফালদা হিংবশিং নৎত্রগা নুংশিত্তা পাইদুনা হিংবশিংনা মফম, মতম অমসুং ফিভমগী ৰাবু মশা মশাদা চুপশিনবা ঙমদবনা শীন-লাঙবা, মাঙজৌননা শেম-শাহৌবগী ৰা লৈতে। মফন্না পুরকপা অহোংবশিং, মতন্না পীরকপা অৰা অনাশিং অদুগা ফিভন্না পীরকপা অহোংবশিংগী মরম খঙবা ঙম্নসি মী খক্তনা ওই। মহাক্লা মশাবু কঞ্জনবগীদমক চীংগুন্নগী অহোবা শুরুংনচিংবদা চঙশিল্লগা অইং অশা, নোংজু-নুংশা অমদি য়েক্লবশিংদগী ঙাকথোকপগী খূদোং চাবা ফংই। অহিংবশিংনা ঈশিং থকপা মথৌ তাই। মফম খূদিংদা ঈশিং ফংবদি ওইদে। অদুবু মদু মী নত্তবশিংনদি খঙদে, মীদি খঙই। ৰাফমদু খঙবনিনা মীনা ঈশিংবু মাগী লৈফম, শুরুং অদুদা পৈশিন্দুনা থন্ননবগী হোৎনবা হৌই। মকু কনবা, মনুংদি থোৎপা খোংদ্রুম, মাইরেন, তোর্বোৎনচিংবা মহৈশিংগী মকু শেম-শাদোল্লগা ঈশিং মনাক্তা থন্নবা হোৎনবদা তুম্না কৌবা মহৈ মখলসিবু য়াম্না খূদোং চানা শীজিন্নরকখিরমগনি। মখোয়না ফারগা চাবা শা-ঙানচিংবগী, মরু ওইনা মতু মোনবা শজিগুন্না শাশিংগী মকু কংহল্লগা মশাবু য়োমশিঞ্জবদা নুংঙাইবা ফাওরকপদগী অদুগুন্না মখলগী মকুশিং, উগী উকুশিং লোয়ননা উনা অকনবশিং থিবা হৌরগা মমৈথংদা লশিংগুন্না পাম্বী থেংনবদগী ফি শাবগী ৰাখল লাকপা হায়বসি থাজবা য়াবা ফিগী য়াওন ওইফম থোকই। লশিংদগী ফি ওল্লকপা হায়বদুখক্তদা শাংলবা মফম, মীরোল কয়াগী খূৎ শোয়দনা চঙগনি অদুবু মীওইবগী পেন্থোকপা হৈনদবা মতৌসিমক্লা ফিগী মখল, মচু, মচাক অঙকপা ফংনা য়াম্নদু ঐখোয়না উনরে। ফি খক্তা নত্তে, হিরম কয়াদা চাউখৎলক্লি। কাংপোত্তগী স্পেস মিসন লাক্লিবসি খংচোং চোংবা অহোংবা নত্তে। মথং মথং ফগৎলকপা নামুনাশিংননি। অসুন্না তঙাইফদবা অহুম হায়বদি চাননবা চীঙ্গাক, পোত্থফম য়ুম অদুগা শেৎননবা ফি অসিনা য়ুন্ফম ওইরগা অহুম অসিদা মতেং পাংগদবা মশীং থিঙমদ্রবা মচাকশিংসু অরেপ্পা লৈতনা পুথোক্লরক্লি। হৌজিক মতমগী মীদা করিগুন্না মোবাইল ফোন, ইন্টরনেট, অটিফিসিয়েল ইন্টলিজেন্সনচিংবা শীজিন্নবা য়াদ্রবদি কমদৌনা হিংগদগে হায়না ফাওবা খন্নরক্লিবসি য়াম্না চাউনা হোংলবা অমনি হায়ফম থোকই। মতম অমগী শুম্বল, য়াংকোক, শুক, কাংপোৎ, কপত্রেং,তওৎ, তমং, তরেঙ, য়োংখম, অসিনচিংবা লৈতবা য়াদবা পোৎচাক ওইরম্বশিং সে হৌজিক্তি মশক খঙনদ্রবনি। মসি অহোংবনি, মীওইবগী চাউখৎপনি অদুগা লৌশিংগী পোথোক্লি। অদুম ওইনমক, অতৈ হিংবশিংদা য়াওদবা মীওইবখক্তদা য়াওবা ভাবনা শাবা হায়বদি, মীদুগী পূক্নিংদা মসি ফজনা তাহনবা ঙম্বা শাফু য়াওবা ৰাখল মতাদু থবক ওন্থোকপা, অহানবদা মায় পাকপা ঙমদ্রবসু খর খর শেমদোক শাদোল্লগা মওং তাবা অমা ওলহল্লকপদা অঙকপা ফংনা অয়েৎ অকাই, অপনবা নৎত্রগা খূদোং চাদবশিং মশীং থিবা ঙমদনা মায়োক্লবদি শোয়দ্রবা ৰানি। জহাজগী থাক অসি অতাউবা উকক নৎত্রগা ৰাকক খরদগী হৌরকখিবনি। মথং মথং হোংলকপা ফগৎলবা মওং অমমম ওইরকপদা মী কয়াগী মপুন্সি মাঙখ্রিবনি। অসুন্না অতৈ পোৎচাকশিং দসু ওইবনিনা তৌফম খঙলক্ত্রবা নৎত্রগা আশা থুংহনবদা মতেং পীঙম্না মীদগী য়াম্না হেন্না মতিক ময়াই লৈবশিংদা থাজবা হৌরকখিবনি। মী ফুরুপ অমদগী খরা কনবা নৎত্রগা শিংবা, ময়ামদুবু লমজিংবা ঙম্বগী শক্তি লৈবা অমদা মীশিংদুগী হক শিন্নথোল্লগা লুচিংবা ওইহনবগী ৰাফম লাকই। অদুন্না শীন্নবনা মীশিংদুগী অকি অখংশিংদু শীন্নথোকখিবগুম ফাওবদগী লৈবাক নিংথৌ পানবগী ৰাফম লাকখি। অমগা অমগা মূক্লবা, হিংনবগী লানফম অমদি মনীং তম্বা ফংনবা অতোপ্পশিংবু মখা পোলহন্নবা হোৎনবদগী লানগী ৰাখল লাকখিবা, মদুদা অৰাবা তারবশিংনসু কনাগুন্না অথোইবা মগুণ লৈবা মশক অমদা মতেং পাংবীনবা হায়জনিংবগী ৰাখল লাকফম থোকই। মদুসু শক্লাইরবা, মাগুন্না মী অমদা হায়জ নোঞ্জবদগীদি খ্বায়দগী হেনবা শক্তি লৈবা অমদা হায়জনিংবগী ৰাখল্লোন লাক্লম্বা তাই। অদুগুন্না, পুমথোই থোইবা মহাকপু তাইবঙ মপু নৎত্রগা তাইবঙ শেম্বা হায়বনচিংবা মিংথোল পীরমগনি। মওং অসিদা, অৰাৎপা ফংনবা, অকিবা কোক্লবা, অনাবা চঙদনবা, অৰাবা ফংদনবা পুমখঙ খঙবা, পুমথোই থোইবা অমদা তাইবঙ মপুদা থাজবগী হৈনবদগী ঈশ্বর নৎত্রগা মপু ওইবগী ৰাখল্লোন লাকপদগী, মদুসু তপ্পা তপ্পা শেমদোরক্তুনা হেন্না হেন্না মপুং ফাবগী মায়কৈদা লাকখিফম থোকই।

তাইবঙ মপু নৎত্রগা ঈশ্বরগী ৰাখল মতা অসি শা ফাবা চৎপদা, লান শোক্লবা চৎপদা, লৈফম হোংবা চৎপদা মচীঙ্গাক থিবা চৎপদা মাঙ থাখিবা অমদি থৌশিল থৌরাং হৈবা মী, মদুসু মখোয় হায়বদি কাঙলূপ অদুমক্কী মনুংদগী, মশানা পামজবা অমদি ময়ামদুনা হায়বদগী মথৌগুম তৌরকখিবা মীবু লুচিংবা, মাঙজিন থাবা, লূপকী মকোক হায়বনচিংবা মিংথোল পীবদা অকক্লবা মী অমদা অদুম হঞ্জিন হঞ্জিন ওইরকপদগী, কাঙলূপ অদুগী মীশিংনা নুংঙাইনা পোথবা, শূ-নোম্বা তৌবগী নুংঙাইবা ফংবগী মহুৎ ওইনা মখোয়না লুচিংবদুগী মনীং তম্বদা অয়াবা পীবা তারকখিবনি। মরম অদুনা মখোয়না হোৎনজরগা ফংবা পোৎশিংদু লুচিংবদা শরুক খরা শোয়দনা পীবা য়ানখিবনি। অসিগুন্না মহৌশানা শীল্লকপা থৌরমশিংদগী খাজনাগী ৰাখল্লোন, লৈঙাক্লোন্নচিংবগী য়ুন্ফম ওইরমগনি।

মকোক চিংবা, লুচিংবদুদা পাঙ্গল, লৌশিং, থৌনা অমসুং মহৌশা লাইরেম্বীগী শক্লোন, মতমগী ৰারোল, চাং নাইনা হোংবগী মতৌ, খুদম চাং দমদগী থোক্লক্কদবা অৰাব নৎত্রগা নুংঙাইবা থৌদোকশিং অমসুং ওইরকপা য়াবা নুংঙাইতবশিংদগী মাঙজৌননা ঙাকথোক্লবা খুজিন থৌরাংনচিংবগী ৰাখল লৈফম থোকই। অদুক য়াম্বা ৰাবু মী অমদা লৈবদি ওইথোক্লোইদৌবনিনা, ফুরুপ অদুগী মনুংদা খরা কুপথনা থৌদোকশিং য়েংশিনবা অমদি তোয়না থোকপা হঞ্জিন হঞ্জিন তাবশিংদা হৌনশা ওইবা, মরক মরক্তা থোকপা হৌনশা ওইদবা থৌদোক মখল কয়াগী পূনশিল্লবা লৌশিং লৈবা মীসু ফুরুপ অদুদা য়াওরকই, অদুগুন্না মীনা লুচিংবদুবু শেন্নবগী থবক, লমজিং লমতাকপা অমদি ময়ামগী য়াইফবদা মপুন্সি কত্থোকপা ওইবদা পাম্বনা, মহাকপু অখণ্ড-অহৈ নৎত্রগা অতোপ্পগী কান্নবা তৌবা মী ওইনা শক খঙখি। অসুন্না শাদান কৈদানবদবু ওইরো লান মায়োক্লবদবু ওইরো লুচিংবগী মতেং পাংবা অকন অথৌ, অমরোমদা শেম্বা শাবা হৈবা, খুৎহৈবা অসিনচিংবা ময়ামসি লাকপা ওইগনি হায়বসিদি ইচম চন্বা খুন্নাই ওইরকপগী ওইরম্বা য়াবা মওংনি হায়গনি।

অসিগুন্না খুন্নাই কয়াগী মরক্তা পোৎ মুন্নবা, হাৎন-শুনবা, শাহিং চাবা শা উচেক্লচিংবগী অফবা কয়া লোয়ননা মহৌশাগী অকিবা শক্লোন লাকপা মতমদা মীগী পাঙ্গল লৌশিংনা থবক পাঙবা ঙম্লক্ত্রবদা তাইবঙ মপুগী ৰাখল হেক্তা লাক্কনি। মপুদুদা অকনবা পুন্নমক্তগী থোইনা কনবা, অখঙবা পুন্নমক্তগী হেন্দোক্লা খঙবা অমদি মহাক্কী লৈতবা পোৎ অমত্তা লৈতবা ওইনা খরা হেন্না শিংখিবশিংদুনা ৰাখলনা লাকশিল্লগা খল্লমগনি। অদুগুন্না তাইবঙ মপুদু পুকচেল ফজবা, নুংশি হৈবা, থৌজাল হৈবনচিংবা মগুণ য়াওদ্রবদি মাগী মগুণশিংদুদগী নীংলিবশিংদুনা কান্নবা ফংলোইদবনিনা মথক্কী মগুণশিংদু য়াওই হায়না খনবা তাই। অসুন্না মীওইবগী মথৌ তাবা মরমশিংদগী তাইবঙ মপু শেমগৎপগী নমুনাসিদা থাজবসি মালেমগী নোংচুপলমদা খুন্দা লৈতাবশিংগী নমুনানি হায়নৈ। অমরোমদা, তাইবঙপান অসিগী মচাক ওইরিবা অহিংবা অমদি হিংদবশিং, অহিংবগী মনুংদসু লেঙবা ঙম্বা অমদি ঙমদবশিং পুন্নমকসি শেম্বা নুমিৎ-থা, থৰানমিচাক, লৈ, ঈশিং, নুংশিৎনচিংবা মরু ওইবা পোৎশিংসি মানা পাম্বা ৰাখলনা শেম্বা অহিংবা অমা, শিবা নাইদবা, হন্থবা লৈতবা, পুমথোই থোইবা অমা লৈ হায়না থাজবা মওং অসিনা নোংপোক লমদা খুন্দাবশিংগী নামুনানি হায়নৈ। নমুনা অনীমক অদুম চংনৈ, অহানবগীসিনা অউবসিদগী উদবরোমদা চঙশিনবা খোঙজংনি ৰাখল খনবগী, অদুগা অকোনবগীসিনা উদবদুদগী অউবরোমদা তাহল্লকপা ৰাখল খনবগী খোঙজংনি।

মথক্তসু পনখ্রে, মফম মতম ফিভম অহুমসিগী চানবা নৎত্রগা চানদবদা থৌদোকশিং থোকই। কাশ্মির, কন্যা কুমারী মফমশিংনি। নীংথম-কালেন মতমশিংনি। মফমশিংসিদা মতমশিংসিদা চানবা ফিভম শেন্নগা অনৌবা থবক থোকহল্লি। খূৎলায় পায়বশিংনা মীহাৎ মীপুন তৌবা মতমদা কাশ্মিরগী লম্মীৎ তুমিৎ অকিবগী মশক্লি, কনানসু য়েংনিংদে। অদুগা কেমেরা পায়বশিংনা ফিল্ম নম্বা মতমদদি কাশ্মিরগী লম্মীৎ-তুমিৎ শুক্ষৎনবগী মশক্লি কনাসু য়েংনিংদবা য়াওদে। মফমসু, ফিভমসু, খুদোং চায় হায়রগা মতমদু নোংজুথা নৎত্রগা উন হৈথবা ওইরবদি নুংঙাইবা ওইদে। অসুন্না পোৎচাক অহুম অসিনা মীওইবদা শিংবা হেনগৎনবগী, লৌনম্বা হৈবা হেনগৎনবগী, খূদোংচাবা পীবগী নৎত্রগা পীদবগী ৰাফম লেপ্পী। খূদোংচাবা মতমদদি মীনা কনাদগীসু মতেং পামদে, খুদোংচাদবা মতমদদি কনানো অমদগী মতেং হেক্তা পাম্মী। লাইনিং হকচিনবা মীদু তাঞ্জানা য়ারক্ত্রবদি মহাক্লা থৌওইদবা লাইদুদা হায়জবা য়াওদবা নত্তে। অদুনা অহুম অসিগী মখাদা মীওইবনা মরুওইনা, অদুগা অতৈ অহিংবশিংসু মতেং লৌনবা কোয়থি থিনৈ। মতেংবু মতম চানা ফংহল্লবদি তুংইনবা অমদি শোয়দনা ওইবা তাই। নিয়ম অসি মীকোক থোংনিংবা, লুচিংবা ওইনিংবশিংগীদি লাইৰা ওইনা হৌজিক ফাওবা চৎনরি। খেন্নবা অমত্তং হায়বা তারবদি মমাংঙৈগী মতমদনা লুচিংবদুগী মতুংদা লন থুন্না ইল্লম্মী অদুগা হৌজিক মতমদনা লন-থুমগী মতুংদা লুচিংবনা ইনবা উরে। মীয়াম লমজিংবদা, লৈঙাকপদা অমদি য়াইফ খোঙচৎ চৎপদদি লন্না মাঙ থারগা পাঙথোকপদা মীয়াম ৰাবা হেনগৎলি অদুগা লুচিংবদুগী মগুন্না পাঙথোল্লবদি মীয়াম নুংঙাইবা হেনগৎলি। লুচিংবগী মাঙ থাবদু শেল ওইরবদি মীয়ামগীসু ওইরনি, অদুনা শেনবু পায়রবদি মগুণগী ৰাদি করিসু খন্দে। তশেংবগীদি, মতিক চাবা লুচিংবগী মতুংদা লন-থুম ইল্লবদি পূন্নমক্তা য়াইফবা ওইবনি।

(মখা মথং লৈবাকপোকপদা)

তুম্নরোইশি, মীকপ থোক্লসি

অরানবা তৌবনা চৈরাক, অফবগীনা মনা পীশি

জরি-কাংপোকপি খক্তা নত্তে, মনিপুর শিনবা থুংনা চৎতুনা অপুনবগী শক্তম শাগৎপা চঙই। মীওইবগী পুন্সিদা ৰারৌবা হায়বসিসু নুংশিবা অমদি য়াম্না ফজবা মরি অমনি। শকখঙদবা অমদি লমলানবা অমদা মীওইবা অমনা খক ৰারৌনদে, ৰারৌবসু ঙমদে। ৰারৌবা হায়বসি থাজবা অমদি মরি অমা লৈবা অদুনা ৰারৌরিবনি। চাওখৎপা, নুংশি-চান্নবা লৈবা অমদি অপুনবগী শক্তম শাগৎপা হায়বসিদা অমনা অমগী থাজনবগী লিপুন অদু খক্তনা পুরকপা ঙমগনি। অদুবু পৰারিনা শাক্কিনি, নুংশিবা, থাজবা অমদি কৎথোকপা খক্তনসু য়াদে। মহাভারতকি ৰারিদা পান্দব মচিন-মনাউ মঙানা কৌরভ মচিন-মনাউশিংদা থাজবা থমখিবা অদু চিরবা মতমদা থাজবা পুন্নমক থুগায়খি। ভগৱান শ্রী কৃষ্ণ মশামক কৌরভকি সভাদা চৎতুনা লান থোক্তনবা নুংশি-চান্নবা লৈমিন্নবা পাউতাক পিখি। অদুবু নাপলনা হারবা কৌরভ মচিন-মনাউগী খ্বাইদগী অহল দুয়োর্ধননা শ্রী কৃষ্ণবু ইকায়বা পীরকখিবনি। আর্জুনননা মহাভারতকি লান হৌরমদাইদা মহাকপু তাকপী-তম্বিবা ওজা-গুরুশিং অমদি মচিন-মনাউ পুন্নমক উবদা মখোয়দা খুৎলায় থাবা ঙম্নরোই হায়রকখিবা মতমদা সারথি ওইরিবা ভগৱান শ্রী কৃষ্ণনা আজুনদা হায়রকখিবা ৰাফম ঙসিসু পুন্নমক্লা নীংশিংনরি। মীওইবগী পুন্সিদা নুংশিবা অমদি থাজবা হায়বসি য়াম্না মথৌ তাই। অদুবু নুংশিবা অমদি থাজবা অদুনা য়ারক্তবদি লান তৌবসু চঙই। লৈবাক ঙাকপা হায়বসি মীনুংশিনা য়ারোই হায়খি। অসিগুন্না মণিপুরগী অপুনবগী শক্তম শাগৎনবা হোৎনবদা পুন্নমকপু খোনদুনা চৎপা, থাজবা অমদি নুংশিনা লোয়নবা চঙই। অদুবু মদুনা য়ারক্তবদি ভগৱান শ্রী কৃষ্ণনা আর্জুনদা হায়রম্বা ৰাফম অদু লৈবাক অসিগী লুচিংবশিংনা নীংশিংদুনা থবক ওইনা পাঙথোকপা তঙাইফদে। মণিপুরগী অপুনবগী শক্তম কায়বা য়ারোই হায়বসি ঙসি ফাওবদা কনানা অমদি করম্বা ফুরুপনা লাউদুনা লাকখি। মসিদা অয়েৎ-অপন পীরকখিবশিংনা কনানো হায়বসি ঐখোয় পুন্নমক্লা খঙনরবা ৰাফমনি। অসিগুন্না ফীভম অসিদা ঐখোয় কয়াম কুইনা লৈখিসিগে হায়বসিসু অচৌবা ৰাহং অমা হংবগী মতম ওইরে। লমহেনবা মচাদি মপানা ৰারকপা তাবনি, ৰারকপা অদুদা য়াদ্রবদি লৌখৎফম থোকপা এক্সন লৌখৎপা তাবনি। নৎত্রবদি পুন্নমক শীমিন্নবা হায়বদু ওইগনি।

অফবা থবক তৌরমসি, তুংগী মীরোলনা ঐখোয়বু ফনা নীংশিংহৌনবা। হায়নবা লৈ, *''লৈগী মনমদগী মীগী মনম্না হেন্না শান্না চৎলি''*। অফবা থবক তৌরগদি ফৈ হায়বা, ফৎতবা, খদ্রক-মদ্রক, ঙাইহাক-ঙাইহাক্কি, য়ান-য়ানবা অমদি লৌনম তৌরবদি মীওই অদু করম্বা মীওইনো হায়বা অদুমক ময়েক শেংনা খঙলক্কনি। মরম অদুনা লৈবাক ঙাকপা হায়বসি মীনুংশি অমদি থৌজাল খক্তনা য়ারোই। তঙাইফদ্রবদি এক্সন লৌখৎপা তাবনি, লান মথৌ তারবদি লানসু তৌবা তাবনি। চহী ৪ ফাজিল্লক্লবা য়ুক্রেন অমদি রসিয়াগী লান ঙসিসু করিগীদমক চত্থরিবনো? য়ুক্রেন অমদি রসিয়া হায়রিবা লৈবাক অসি মচিন-মনাউগুম্বনি। অদুবু মশাগী আইদেন্টিটি অমদি মশাগী শক্তম কায়বা য়ারোই হায়বগীদমক লান শোক্ররিবনি। মরম অদুনা নুংশিনসু হিংমিন্নসি, অমনা অমগী মতেং পাংমিন্নসি, মণিপুরগী অপুনবগী শক্তম ঙাকমিন্নসি। য়াদবনা য়াদবগী তৌফম থোকপা থবক তৌনবগী মতিক-ময়াই অমদি মথৌনা অদু হৌজিক্কি লৈঙাক অসিদা লৈহন্নিংই। নৎত্রবদি হান্নগী হামু-হামুদা লৈবাক ঙাক্লিবনি হায়দুনা লৈরবদি হৌজিক ওইরিবা ফীভম অসিদগী হেন্না অমুক্কা হেন্না শোকচিল্লক্কনি। পাকিস্তানগী বোর্দরদা লমহেনবা ইন্দিয়াগী ইন্ট্রিগ্রিটি থুগায়নবা হোৎনরকপা মীওই হাৎপদা লৈঙাক্লা এৱার্দ পীদুনা ইকায়খুন্নবা উৎলি। মরম চাদনা মী হাৎলবদি অকনবা লোগী চৈরাক পী। মরম অদুনা অরানবা থবক তৌবশিংদা চৈরাক পীবা অমদি অফবা তৌবশিংদনা মনা পীবা হায়বসি লৈঙাক অদুগী মথৌনি। তুম্নরোইসি, মীকপ থোক্লসি, অমুক্তা পোকপা মপোকনি। ইমা লৈবাক্কিদমক করিগুন্না খরদি তৌরম্বনা পোকপগী মহয় ফংবা হায়বদু ওইগনি।

মালেমগী হকশেল নুমিৎ (এপ্রিল ৭, ২০২৬)

হকশেলগীদমক পুনশি অদুগা সাইন্সকা লেপশি

ডা. ক্ষেত্রিময়ুম কলা সিংহ

সেনিয়র কন্সল্টেন্ট কারদিওভাসকুলর অমসুং থোরাশিক সর্জন

রাজ মেডিসিটি অমসুং স্কাই হোস্পিটাল

ঙসি পৃথিবীগী মফম খুদিংমক্তা ৱার্ল্ড হেল্থ দে পালন তৌনরি। মণিপুরদসু মফম কয়ামরুমদা সিভিল সোসাইটিগী মীওইশিং অমদি গভর্ণমেন্টগী মীওইশিংনা পাক শন্না পাঙথোক্লরি। থৌরম অসি য়াম্না মরু ওইবা অমদি ময়াম্না তৌদ্রবা য়াদ্রবা অদুগুন্না থবক থৌরমনি হায়না লৌমিন্নসি।

পৃথিবীগী মফম কয়ামরুমদগী খঙ হৈরবা মীওই কয়ামরুম পুল্লগা ৱার্ল্ড হেল্থ এসেমব্লি শোক ১৯৪৮ দা জেনেভাদা ফমখি, মরমদি পৃথিবীদা লৈরিবা মীওই খুদিংমক অসি মশা মউ ফনা লৈবা ঙম্নবা করি করি তৌগদগে অমদি লায়না ময়ামসিদগী করম্না ঙাকথোকপা ঙমগদগে হায়বগী মতাংদা কুপ্পা খন্ন-নৈনবনি। মসিগী খন্ন-নৈনবা অসিদা এপ্রিলগী তাং ৭ (তরেৎ) অসি ৱার্ল্ড হেল্থ ওর্গনাইজেসন্না, সিভিল সোসাইটি ওর্গনাইজেসন অমদি গভর্ণমেন্টগী ওফিস, মীপূম খুদিংমক অমদি পৃথিবীগী মফম খুদিংমক্তা ৱার্ল্ড হেল্থ দে হায়না পালন তৌবিয়ু হায়না লাউথোকখি। অসুন্না পালন তৌবসিদা মখোয়না হায়বদি ৱার্ল্ড হেল্থ ওর্গনাইজেসন্না চহী খুদিংগী থিম অমমম পীদুনা মীপূম খুদিংমকপু মেডিয়াগী খূত্থাংদা তৌগদবা থৌরমশিং অদু ময়েক শেংনা পীবিরি।

হন্দক চহীগী থিমদি টুগেদর ফোর হেল্থ অমদি ষ্টেন্দ ৱীট সাইন্স হায়বনি। মসি য়াম্না মরু ওইবা অমদি ঐখোয়না তৌদবা য়াদ্রবা ইথৌনি হায়না লৌমিন্নসি। ঐখোয় ময়াম হায়বদি লাইরিক লাইশু হৈবা ওইরবসু ওইদ্রবসু, লৌশিং লৈবা ওইরবসু, ওইদ্রবসু, নহা অহল, নুপা-নুপী, কম্যুনিটি খুদিংমক্কী মীওইশিং শন্না হায়রবদা পৃথিবীদা লৈরিবা ঐখোয় ময়ামসি অমত্তা ওইনা পুনশিন্নরগা ঐখোয়গী হকচাংসি মশা মউ ফনবা অমদি তিঞ্জং কাইজংবা ওইদদুনা পুন্সি অসি শাংনা হিংবা ঙম্নবা হোৎনমিন্নসি হায়বা খোল্লাওসিনি।

ঐখোয় ময়াম পুনশিল্লগা মতম চুপ্পদা পাউ ফাওনদুনা থোক্লক্লিবা লায়না ময়ামসিগী হৌরকফম থিদোকপা, ঙন্তানা চেকশিন থৌরাং লৌবা অমদি থিংনবা উপাই করি করি লৈবগে হায়বদু ময়াম পুন্না তৌমিন্নবা অমদি জ্ঞান তামিন্নবা অসিনি। ইশা ইথন্তা নত্রগা কাঙলুপ খরনা হেৎনবগী মহুত্তা ময়াম পুন্না সাইন্সগী মতেং লৌদুনা হোৎনমিন্নসি হায়বনি। শন্না হায়রবদা অপুনবা লৌশিং হেল্লি, পাঙ্গল থোকই অমদি মায় পাকপা ঙমগনি।

চহী অমগী মনুংদা অমুকখক্তং লাকপা নুমিৎ এপ্রিলগী তাং ৭ অসিদা ঐখোয় ময়াম পুনমিন্নদুনা ৱার্ল্ড হেল্থ দে অসি পাঙথোকমিন্নসি। থৌরম অসি পাঙথোকপনা মীপূম খুদিংমকপু জ্ঞান তাহন্দুনা অফবা অমদি নুংঙাইবা হকচাং ফবা ওইবা ঙম্নবা হোৎনমিন্নসি। হকচাং ফবনা পুন্সিগী খ্বাইদগী মমল য়াম্লবা লন-থুমনি। ঐখোয় ময়াম পুন্না হোৎনমিন্নদুনা অফবা হৱা-নুংশিৎ লৈহনবা, অফবা থক্লবা ঈশিং ফংহনবা, চাক-য়েঞ্জাং থোংবদা চাকখুমদগী উ-ৰা শিজনদুনা থোক্লকপা মৈখু থিংবা অমদি অমোৎ অকাই পোৎশিং মফম চানা মৈ থাদোকপা নত্রগা ফুমজিনবা হায়বসি হকচাং ফনা থন্নবগী তৌদ্রবা য়াদ্রবা খোঙথাংনি হায়না লৌমিন্নসি।

ঐখোয়গী ইশাদা অৰাবা পিরিবা লায়না ময়ামসি অনি থোক্লা খায়দোকপা য়াই। লৌনগনবা লায়না (কমুনিকেবল দীজিজ) অমদি লৌনদবা (নন কমুনিকেবল দিজিজ) লায়না হায়না খায়দোকপা য়াই। লৌনগনবা লায়নাশিং অসি বেক্টেরিয়া, ভাইরস, পেরাসাইট অমদি ফনগসনচিংবনা থোকহনবনি। অদুগা লৌনদবা (নন কমুনিকেবল) লায়নাশিংনা ব্লড প্রেসর ৰাঙবা, ভাইবেটিস, শ্বরগী লায়নাশিং, হার্ট, কিদনি, লিভর অমদি ইচেনবা উতোংশিংগী লায়না অসিনচিংবা ময়ামসিনি।

হায়রিবা লায়না ঐখোয় ময়াম্না পুন্না হোৎনমিন্নদুনা অমদি সাইন্সগী মতেং লৌদুনা লায়নাদুগী হৌরকফম খঙদোকপা, ঙনতানা মপুং ফানা লায়েংহৌবা অমদি থিঙবা ঙম্নবা ঐখোয় পুন্না তৌমিন্নগদবনি।

হন্দকসু ৱার্ল্ড ওর্গানাইজেসনননা পৃথিবীদা লৈবা সাইন্স সেন্টর ৮০০ রোমগা পুন্না পাঙথোকখিবা মীফন্না মীওইবা খুদিংমকপু, লমলক্কী শা উচেক, উপাল-ৱাপল, চীং মান, পাৎ-তুরেল অমদি পৃথিবীদা লৈরিবা জীব খুদিংমকপু ঙাকপী শেনবীবা অমদি নুংঙাইনা লৈনবা খন্নখি।

অদুবু ঙসি ঐখোয়গী মণিপুরদা নৎতনা পৃথিবীগী মফম খুদিংমক্তা ইনভাইরেমেন্টেল হেল্থ অসি ফজনা থম্বা ঙমদবগী অৰাবা তারি। শন্না হায়রবদা হৌজিক হৌজিক মণিপুরদা থোক্লিবা প্লাষ্টিক বোটলশিংনা অমদি অমোৎ অকায় ময়ামশিংনা পাৎ-তুরেলদা থাদবদগী লায়না কয়ামরুম পোকহল্লিবা, য়ুম কুংনা তাবা অকনবা মফমশিংদা ষ্টোন ক্রসর অমদি চেক্কী ফেক্টরি ময়াম লিঙখৎলকপা, অয়ুক নুংথিল খায়দনা গাড়ি ময়ামগী ফৎত্রবা মৈখু ময়াম থাজিল্লকপা, চীং মান খুদিংমক্তা হৌদুনা লৈবা অশংবা পাম্বী ময়াম য়ানথৎতুনা পোপী পাম্বী থাজিল্লিবা অমদি মৈ তোয়না থাদুনা পাম্বী খুদিংমক উ ওলহনবা, ইরম নালা ফুমজিন্দুনা শাজিল্লিবা য়ুম-কৈ, থক্লবা অফবা ঈশিং ফংদবা। হায়রিবা ময়ামসিদা নৎতনা পৃথিবীগী মপাঙ্গল কল্লবা লৈবাকশিংনা অকিবগী মশক ফঙলবা নুক্লিয়র খুৎলাইশিং অমদি কেমিকেল পোইজন শিজিন্নদুনা তাইবং মীওইবগী পুন্সিবু নুমিৎ খুদিংগী লেপ্তুনা হাৎলি। হায়রিবা ফৎত্রবা ময়ামসি লৈরিবমখৈ নৎত্রগা তৌরিবা মখৈ মীওইবা ঐখোয়গী মশা-মউ ফবা হায়বদু ওইরোই। অদুনা ঐখোয় ময়াম পুন্না ফৎতবা ময়ামসি থেঙনবা তাবনি। অসুন্না তৌরবদি মীওইবা ঐখোয়গী পুন্সি, জিব পানবা শাশিং অমদি উপাল-ৱাপাল, চীঙ-মান খুদিংমক নুংঙাইগনি অমদি ইনভাইরমেন্টেল হেল্থ অফবা ওইগনি।

ষ্টেন্ড ৱীট সাইন্স হায়বদি অর্থ য়াম্না চাউই অমদি থিম অসি পাক-চাওনা শরুক অমনি। ঐখোয়না লায়না অমবু মশক খঙদোকপা মপুং ফানা লায়েংবা অমদি মতম চানা থিংহৌবা হায়বসি মওং মরিল চুন্না চাওখৎপা অমদি সাইন্সগী নিয়ম পথাপতা তৌগদবনি। মরম চাদনা মফম মরাং খঙদনা পাউজেঞ্জবা, লাওথোকপা অমদি থবক থৌরমশিং পাঙথোকপা তৌবীরোইদবনি। অসুন্না তৌবসিনা ঐখোয়না লায়না ময়ামদগী ঙাকথোকপগী মহুৎতা মীওইবগী তাঙলবা পুন্সি অসি লায়নাশিংদগী ঙাকথোকপা ঙম্লোই। অদুনা লায়না খুদিংমক্কী হৌরকফম লায়েংবগী পথাপ অমদি ঙাকথোক্লবা উপাই খুদিংমক সাইন্সগী উপায় লৌবীগদবনি অমদি তৌবীগদবনি।

অরানবা ৰাফম খরদং থমজগে।

- টাইফোইড নারগা লাই ওক্লবনি হায়দুনা লাই-খুরুম্বা, অশেঙবা হিদাক ক্লোরমাইসিটিন নত্রগা সেফেকসিন থাবীদবা।
- অঙাংশিংদা লাইহৌ লৈরগনা সন্থি নৈখায়রগা পীথকপা অদুগা পেরাসিটামোল অমদি এন্টিবাইওটিক থাবীদবা।
- লাইফমদা নত্রগা উমংদা জ্ঞান মাঙদুনা তুশিল্লগা লাই ওকনবনি হায়দুনা অজা-পুজা তৌবা, ব্লড-প্রেসর য়াম্না ৰাংদুনা ষ্ট্রোক তৌবা নত্রগা হার্ট ব্লোক তৌবগী ৰাখলদি লৈতবা।
- মীরোনবী মমাশিংদা মপুং ফানা অফবা চিঞ্জাক পীজরবদি অচৌবা অঙাং ওইবনা মমানা অঙাং পোকপা ঙমদে হায়বা।
- ব্লড-প্রেসরগী হিদাকশিংসি চারবদি লমদমনৈ হায়দুনা মপুং ফানা চাদবদগী ষ্ট্রোক থোকহনবা অমদি কীডনী ফেল ওইহনবা।
- অঙাওবা নুপীশিংবু মপুং ফানা সাইক্রিটিসগা তানরগা লাইয়েংবীবগী মহুৎতা থৌরিনা পুল্লগা অমদি ময়াদা ফি নমশিল্লা তোয়না ফুবীবা।
- লিভর ফেল ওইদুনা য়োনডিস তৌরকপসু লাইরেন ওকন্দুনা তৌবনি হায়জিনবা অমদি মপুং ফানা লাইয়েংবীদবা।
- অঙাংশিংনা মশা শারগা য়াঙ চিঙববু লৈকায়গী নুপী চঙলম্বদুনা হিঙচাবী চংহনবনি হায়দুনা নুপীদা বদনাম অমদি মীংচৎ থীবা থোনজিনবা।
- চাখাওগী অলসর লৈদুনা পুক নাবা অমদি এপেনডিক্সগী লায়নানা পুক-নাববু মীতৈ মাইবনা পুক শুহন্দুনা চাখাও হোহনবা অদুগা এপেনডিক্সবু তৎহনবা অমদি হোহনবা অসি য়াম্না তোয়না থোকহনবা।
- ঈ নৌরি চাবা য়াদে হায়দুনা মচা পোকপদা ঙাইরিবী নুপীশিংবু মচি ওইবা চিঞ্জাকশিং মরু ওইনা ঙা, য়েরুম, উহৈ-ৰাহৈ মরাং কায়না পীজবীদবা।
- মীরোলবদা ঙাইরিবী নুপীশিংবু মশা ফৎতবদগী মাইবীনা মমাগী পুক্তা য়াওরিবা মচাদু মেৎখায়বীবা অমদি লাই খুরুম্বা।
- স্কীনগী লায়না কয়ামরুম লৈরবসু মপুং ফানা ডাক্তরগা (ডারমাটোলোজিস) তানরগা লাইয়েঙবীবগী মহুৎতা লাই খুরুম্বা।
- য়ু য়াম্না তোয়না থকপদগী এদিক্সন লৈরবা নুপাশিংবু ডাক্তরগা তানরগা লাইয়েংবীবগী মহুৎতা মীতৈ মাইবনা লাই তোয়না খুরুমদুনা থম্বা।

অসিগুম্নবা অরানবা ময়ামসি থাদোকপীগদবনি অশেংবা, অচুম্বা অফবা অমদি লায়না খুদিংমক্তু ময়ামগা তান্না খঙদোকমিন্নগদবনি। সাইন্সগী নিয়ম মতুং ইন্না লায়নাদুগী হৌরকফম, কনানা থোকহনবনো, করম হায়না লায়েং গনি .... থিঙগনি হায়বদু তৌবীগদবনি। অচুম্বা অশেঙবদু ময়ামদা তাকপীগদবনি অমদি খঙহনবীগদবনি। মওং-মতৌ অদুগা হৌজিক্কী মতমদা করম হায়না লায়েংবা হায়বদু থীদোকপীগদবনি। চাওখৎপা অমদি নুংঙাইবা হায়বসি সাইন্স মতেং লৌবীবা তাই। সাইন্সনা থোকহনবা ফৎতবা ময়ামদুদি য়েংগুমসি অমদি মদুগী মতৌসু তমগুমসি, অফবা অদুতমক য়েংমিন্নসি অমদি মতৌ তমদুনা কানবা হায়বদু লৌমিন্নসি।

অরোইবদা ঐখোয়না লায়না ময়ামসিদগী ঙাকথোকপা ঙম্নবগীদমক্তা সাইন্সগী লৌশিং শীজিন্নবা, লায়নাদুগী মরু কুপ্পা রীছার্স তৌবা অমদি ঐখোয় ময়াম পুন্না থবক তৌমিন্নবা, উপাল-ৱাপাল মরাং কায়না থাবা, এয়ার পোল্যুসন হন্থহনবা, পাৎ-তুরেল ফজনা থম্বা, প্লাষ্টিক্কী পোৎলমশিং অমদি অমোৎ অকায় মফম চানা দিসপোজ তৌবীবা অসিনচিংবা তৌবতা নৎতনা লমলক্কী শা-উচেকসু নুংঙাইনা লৈহনবা ঙম্নবা হোৎনবীগদবনি।