ষণদা তীল চেনবদগী ঙাকথোকপা

- ডা. সরাংথেম জেসমারানি -

থৰায় পানবা জীব খুদিংমক তীল চেল্লি অদুবু কা হেন্না চেল্লবদি মদু অফবা ওইদে। মরমসিনা শা-ষণদা তীল কা হেন্না চেল্লবদি মশা ফহন্দে, মখোয়না পুথোরক্কদবা পোৎথোকশিং হন্থহল্লি। শা-ষণ লোয়রিবশিংনা তীল চেন্দুনা পোথোক হন্থহল্লিবসিদগী কন্ননবা ঙন্না চেকশিন থৌরাং লৌবীহৌবা তঙাইফদে। ষণদা তীল চেনবদগী ঙাকথোক্লবা ষণবুশিংনা নীংশিংবীগদবা খরা :

তীল চেল্লবা ষণবীনা উৎলকপা মওং মতৌ :-

- তীল চেনবদগী ষণদা কোলিসিসটোকিনিনগী চাং হঙ্গৎ হন্দা তৌবদগী চানীং থক্লিংবা ৰাৎহল্লি।

- তীল চেল্লবনিনা মীনরেলগী চাং হন্থরকপদগী হকচাংগী শরূ শয়াং চাওখৎপগী চাং হন্থহল্লি। মসিনা মশা য়োনবদা ক্বালিটি অমদি ক্বান্টিটিগী চাং হন্থহল্লি।

- তীল চেনবদগী তীলশিংনা ষণগী হকচাংদা চেল্লিবা ঈ চুপথোকখিবদগী ষণগী মশাদা ঈ ৰাৎলকই। চাকখাওদা লৈরিবা তীলনা নোংমদা ০.০৫ এম এলগী চাংদা ঈ থকতোকই। হুক ৰার্ম হায়রিবা তীল অসিনা নোংমদা ০.০১দগী ০.০৯ এম এলগী চাংদা ঈ থকই। ফিরাক্তা লৈবা তীলনা নোংমদা ০.৫ এম এলগী চাংদা ঈ থক্তোকই।

- তীল চেনবা হেনমনবদগী ষণগী খদাংদা পোমথোরকপা থেংনগনি। প্রোটিনগী চাং হন্থরক্তুনা এলবুমিনগী চাংসু হন্থহল্লি। মসিনা মরম ওইদুনা খদাঙদা পোমথোরকপনি।

- থবোন্বীদা তীল চেন্দুনা শ্বর হোনবা ৰাহল্লি, লোক খুহল্লি, ব্রোনকাইট্রিস নাহল্লি।

- মচিঞ্জাক চানীংলক্তবা, ঈ ৰাৎলকপা, প্রোটিনগী চাং হন্থরকপা, মীনরেলগী চাং হন্থরকপনা থীরিন্দা য়াওরিবা এঞ্জাইমগী মথৌ তৌরক্তবসিনা মরম ওইদুনা ডাইরিয়া তৌরকই। মসিনা শঙ্গোম থোকপগী চাং হন্থহল্লি, চাবোক ফহন্দে, মচা ওইবা ঙল্লক্তে, ওইরগসু কায়গল্লি।

- চাবা তুমহন্দে, ডাইরিয়া তৌরকই, করিগুম্বা মতমদা মখোঙ হান্বা য়াদবা, থীরিন্দা অকায়বা লাকপা য়াওই। মখোঙ হান্বা য়াদবদগী শিবা ফাওবা য়াওরকই।

- চাকখাও অমদি থীরিন্দা লৈবা তীলশিংনা হকচাংগী ইম্যুনিটি হন্থহন্দুনা লায়না কয়া লাকপদা অচৌবা মতেং পাঙই।

- ষণগী মমিৎতা তীল লৈরগদি মপি তারকই। মসিনা মীৎ তাঙবা ফাওবা য়াওরকই অমদি ঙৌদোঙ থুংবা ফাওবা লাকই।

- তীল চেনবা হেনবদগী নিংথিনা চৎপা ঙল্লক্তবা, কোয়না কোয়না চৎপদা অমদি অতোপ্পা শীংলি নাওরিগী লায়না কয়া অমসু লাকহল্লি।

- তীল চেনবা হেনবদগী মতু কোকহল্লকই, উনশা কেনবা, কংশিল্লকপা ফাওবা য়াওরকই।

তীল চেন্দনবা চেকশিন থৌরাং পায়খৎপা :

- তীল চেনবা হন্থনবা ষণনা লৈরিবা শঙ্গোন লূ-নান্না থম্নবা হোৎনবীগনি। ষন্থি, ষণয়ুং নীংথিনা মফম চাবদা হৈদোকপীগনি। ষণগোন শেংদোক্লবা মতুংদা ঈশিং অশাবনা নৎত্রগা শাবোন-শুদা শীজিন্নদুনা তীল মরূমশিং মীৎনা উবা ফংদ্রবা ময়ামদু মাঙহনবীগনি।

- ষণজাবুংদা মতম খুদিংমক্তা শজিক পীজবীরোইদবনি। মফম অমদা মতম খরা পীজরবা তুংদা অতোপ্পা মফম অমদা হোংদোক্তুনা অমুক পীজবীগনি।

- ষণগী মচিঞ্জাক্তা কোপর, আইরন, কোবাল্ট, মেগনিসিয়ম, প্রোটিন, ভিটামিন অমদি বি কমপ্লেক্স হাপ্তুনা পীজবীগনি। মসিনা তীল চেনবদগী থোরকপা লায়না কয়া ঙাকথোকপা ঙমহল্লি।

- থরোই য়াম্না তাবা মফমদা ষণশিং শজিক পীজবিরোইদবনি। করিগুম্বা পীজবা তারগদি নীংথিনা চামথোকপীবা নৎত্রগা মফমদুদগী ফাল্লকপা শজিকশিং নুংশাদা ফৌদোক্তুনা হুইথহল্লগা পীজবা নৎত্রগা শজিকশিং থুম চাইশিল্লগা মুন্না তোৎলগা পীজবীগনি।

- ষন্থী হুন্দোকপা মতমদা নীংথিনা মফম চানা হুন্দোকপীগনি। ষন্থি পৈশিন্দুনা থম্বা মফমশিংদদি হয়িং তোঙলগা হন চঙখ্রগা ষন্থিগী পুমথরকপা মৈশাদুনা ষণশিং শিবগী চাং ৰাংহল্লি অমদি অতোপ্পা মরুমশিংসু শিবা ঙমহল্লি।

তীল চেন্দনবা তীলহাৎ হীদাক শীজিন্নবা :

- তীলহাৎ হীদাক থাবীদ্রিঙৈ মমাঙদা অয়ূক্তা ফাইবা ষন্থিদু মফম অমা অনীদগী খরা খরা লৌরগা মনাক নকপা দিষ্ট্রিক্টকী ভেটিরিনরি ওফিসতা চৎপীদুনা তীলগী চাংয়েং তৌবীবা য়াই। মসি নৎত্রগসু শঞ্জেনথোংদা লৈবা দি আই লেবতা তীল মখলগী চাংয়েং তৌবিরগা তীলহাৎ হীদাক থাবীবনা খ্বাইদগী হেন্না ফৈ।

- ষণনাওনা থা অমা হেক ফাবগা তীলহাৎ হীদাক থাদোকপীগনি। মসিগী মনুংদা থা তরুক ফাওবদি থা খুদিংগী থাদোকপীগনি। তুংদা থা অনী/অনী খুদিংগী থারবা তুংদা ষণদুনা মপূং ফানা চাউরবা মতুংদা থা ৬ খুদিংগী থাবীগনি। অদুবু তীলহাৎ হীদাক থারমদাই খুদিংগী ষন্থি চাংয়েং তৌরগা চান্নবা তীলহাৎ হীদাক থাবীবনা খ্বাইদগী হেন্না ফৈ।

- তীলহাৎ হীদাক থাদ্রিঙৈদা য়ামদ্রবদা পুং ১২ ফাওবা মচিঞ্জাক পীজবীরোইদবনি নৎত্রগনা অয়ূক অঙনবদা মচিঞ্জাক পীজবিদ্রিঙৈদা তীলহাৎ হীদাক থাবীবসু য়াই।

- অয়াম্বা মতমদা ষণদা তীল য়াম্না চেনগনবা মতমসি নোংজু থা মতমদনি। মরম অসিনা নোংজু থা য়ৌরক্ত্রিঙৈ মাঙওইননা তীলহাৎ হীদাক থাদোকপীবনা খ্বাইদগী কান্নবা ওইগনি।

অসুম্না ষণবুশিংনা মতম চানা মশা মশাগী ষণশিংদু অশোয় অঙাম থোক্ত্রিঙৈদা তীলহাৎ হীদাক থাদোকপীদুনা তীল চেনবগী চাং হন্থহন্দুনা চাথোক লৈহনবা য়াই। অসুম্না তৌরগদি ষণ লোয়বদসু শেন্দোং লৈনা নীংথিনা লোয়বা ঙমহনগনি। ●

মাষ্টর এঠলিটশিং ওকপগী থৌরম, ২০২৩ য়াওরুবদা

ইবোতোন

নুমিৎ অদু মার্চকী তাং ৪ লমদা থাগীনা ১২নি পানবা থাংজ নুমিৎনি। অয়ুক্তদি খরা খরা ঈংতক তৌরি। পুং ৯ লোম খরা হেল্লে ঐখোয়না শিংজমৈ পার্কিংদা লৈবা কম্ম্যুনিতি হোল অদু য়ৌবদা। হোল মনুংদা চৌক্রি থারল্লে, দাইজতসু তেবল চৌক্রিনচিংবা থারল্লে, নাকলদা পোদিয়মসু খিল্লম্মে। অশিন–অরাংদি মশা খিংবা মাল্লি। রিসেপসন হৌবগী মতম্না পুং ৯ নি। অদুবু মী অমা অনি নত্তনা অতৈ কনাসু লৈবা উরমদে। পুংখায়মুক্কী মতুং দদি মী খরা লাক্তুনা তিনবা হৌরে। তৌববুদি মৈতৈ পুং হায়রেদনা ! পুং ১০ তাশিল্লক্লে। প্রোগ্রাম হৌননবা তৌরসি হায়নরক্লে। ঙাইহাক্কী মতুংদা চিফ গেষ্ট, প্রসিদেন্ট, গেষ্ট ওফ ওনরনচিংবা দাইজতা কৌখৎতুনা মাগী মাগী ফমফল্লাংদা ফম্নখ্রে। থৌরম মথং মথং চৎথদুনা প্রসিদের্ন্টিসিএল এদ্রেস পীখ্রে। মদুগী মতুংদগীদি মেদল পীবা হৌরে। গোল্ড মেদলশিং হান্না য়েন্থোকপা হৌখ্রে। অদুবু মেদল য়েনবদা মতম খরা চংগদবা মানবগীরা খঙদে অশিল–অরাংগী মাইকৈদগী ময়ামগীদমক শীল্লিবা চাকলেন অদু হান্না চাথোক্লবা থৌরাং তৌবা হৌখ্রে। ময়াম পুম্নমক পুল্লাং লাংনৈ। চাক চাবা হৌনখ্রে। মরক্তুদা মী খরনা ফোটো নল্লি, খরনা ভিদিও নল্লি। য়েঞ্জাং মথেলবুদি পংয়াম য়ামদে। অদুবু মথেল পূম্নমক মাগী মাগী মহাও অদুম থোকই। হৈনসু শিন্দে, থুম্নসু য়াক্তে হায়বদুনি। নুপা–নুপী ময়াম অদু চাবা তোক্লরবদা লেমহৌরিবা মেদলশিং (সিলভর অমদি ব্রোঞ্জ মেদলশিং) অমদি সার্টিফিকেতশিং য়েন্থোকপা হৌখ্রে। হাওরবা চাকলেন অদুনা পুম্নমকপু পেলহনবগী মথক্তা ৰাহন্দবসু নত্তে। মমৈথংদা থৌরম লোইশিল্লদুনা মহৈ মহৈ ময়ুম ময়ুমদা হন্নখিরম্মী। মফম অসিদা য়েল্লিবা মেদল অমদি সার্টিফিকেতশিং অসি হন্দক্তা কোলকতাদা শান্নখিবা ৪৩ শুবা নেসনল এঠলেটিক মিট, ২০২৩ অদুদা ফংলকখিবনি। মিট অদুদা মণিপুরনা গোল্ড ৫৫, সিলভর ৩২ অমদি ব্রোঞ্জ ২২ পুন্না মেদল ১০৯ লৌদুনা ওল ইন্দিয়াগী অহুমশুবা পোজিসন্দা লৈখি। শান্নরোয় অয়াম্বা মেদল ফংনরম্মী। নুপা নুপী খরদি গোল্ড মেদল ৪/৫ ফংনরম্মী। মখোয়শিং অদুগী মনুংদা নুপালক্তগী হায়রগা তোম্বা, তোম্বী, রোবী অমদি খেদা য়াওরম্মী। নুপীলক্তগী হায়রগনা বীনো, বীমোলা, মনি অমদি তেম্বীসু য়াওরম্মী। মসিবু মণিপুরগী মিংচৎ পুরকপনি হায়রোইদ্রনে? হন্দক্কী কোলকতা খোঙচৎ অসিদি য়াম্না নুংঙাইরকই হায়না ময়াম্নসু ঙাঙনৈ। মসিসু মপান্দা শান্নবা চৎলুবগী অৰা–নুংঙাইগী পাউদম অমনি। মসিগী নুংঙাইরবা পাউদম অসি অহল ওইরবা শান্নরোয়শিং অদুগী ইমুং মনুংশিংদসু ৰারী লিনরিবনি। মসিবু নুংঙাইবা নত্তে হায়সিরা? অহল ওইরবশিংগী শান্ন–খোৎনবগী ৰারীশিং অসিনা তুংদা হৌরক্লিবা অঙাংশিংদা শান্ননিংবগী ঈথিল অমা পীরল্লোইদ্রনে? শান্নবনা লমচৎ–শাজৎ ফহল্লি, থকশি–খাশি লৈহল্লি অমদি হকচাং ফনা থম্ননবা অচৌবা পাম্বে অমা ওইরি। মসিনি হেন্না মরু ওইরিবদি।

নীংশিংদবা ঙমদে কোলকতাদা শান্নবা চৎনবা প্রেক্টিস তৌখিবদো ঐখোয়না। নীংশিংবা হায়বা অসি তাইবং মপুনা ঐখোয়দা পীবিবা হৌখ্রবা থৌদোক–ৰাথোকপু ঙাইহাক্কী ওইনা ৰাখলদা কৌথোকপা ঙমহনবা শক্তি অমনি হায়রসিরা! নীংশিংবনা মীওইববু অমুকসু ৰাহল্লি, অমুকসু নুংঙাইহল্লি, অমুকসু অকি–তুজুংবা পোকহল্লি। নীংশিংবা হায়বা অসিমক লৈরমদ্রবদি তাইবংগী ৰাখল্লোন অসি মপুং ফারমদবসু য়াই। অদুবু অকাউবা হায়বা অসিনা নীংশিংববু মমি শামহনবা নত্রগা মুথৎখিবা য়াওদবসু নত্তে। হৌখিবা চহি হায়বদি কুমজা ২০২২ অসিদি অয়াম্বা মতমদা (অয়ুক পুং ৬ তগী পুং ৮ ফাওবা) খুমন লম্পাক্কী শান্নবুংদা ঐখোয় ময়াম লাক্তুনা ৰাকিং চৎলি, শান্নবসু শান্নে। নোংজু থাগী মতমদসু অয়াম্বা মতমদা লাকই। অসুম তৌনা মতম হৌখিবা খঙহৌদে। ত্রাইএল সিলেকসনগী মতম য়ৌশিল্লক্লে, মতমসু লেপখ্রে। ওক্টোবর থাগী তাং ১৮ অমসুং ১৯ দনি। ত্রাইএল সিলেক্সন লোইরদুনা সিলেক্সন লিষ্ট ফোঙখ্রে। মদুগী মতুং ইন্না এন্ট্রি ফোর্ম সবমিট তৌনখ্রে। নেসনল মিটনা কোলকতাদা তাই, মতমনা ফেব্রুৰারি তাং ১৪ দগী ১৮ ফাওবনি। শান্নরোয় অয়াম্বা প্রেক্টিস য়াম্না কন্না তৌনখি। মখাদা চৎননবা ত্রেন টিকেট ককখ্রে। মথক্তা চৎনবগীসু এয়র টিকেট লৌনখ্রে। মখাদা চৎপগীনা ইম্ফালদগী বস অনিদা ফেব্রুৰারীগী তাং ১১গী অয়ুক পুং ১০ রোম তাবদা খুমন লম্পাক্তগী খোঙশানখি। মদুনা তাং ১৩ গী অয়ুক্তা কোলকতাদা থুং লুগনি হায়। মথক্তা চৎপা কাংবুগীসু থেংলবদা তাং ১৩ গী নুমিদাংৰাইরমদা কোলকতাদা থুংনখি। অসুম্না তাং ১৩ দদি শান্নরোয় খুদিংমক কোলকতাদা থুংনরম্মী।

শান্নফমদি য়াম্না ফজবা মফমনি হায়বা তাই। সাই কমপ্লেক্স অমদি ভিভেকানন্দ ৰাই বি গ্রাউন্দনি। অনিমক থংননা লৈ। ময়ায়দা শম্বল অমখক্লা খায়দোকই। অনিমক ফজরবা শান্নবুঙ ঙাক্তনি য়াম্না নিংথিনা মেনটেন তৌবা মাল্লি। ঐখোয়গী শান্নরোয় অয়াম্বনা সিএলদা রেলৰে ষ্টেসন্দগী কিলোমিটর অমরোমগী রেদিয়স মনুংদা লৈ। লৈফমদগীনা শান্নফম ফাওবসি কিলোমিটর ৫/৬ লোম লাপ্পী। ওটো রিক্সো নত্রগা টেক্সি নত্রগা বসনা চৎপা য়াই। অয়ুক্কী ব্রেকফাষ্ট হেক লোইবগা মহৈ মহৈ শান্নফমদা চৎনৈ। শান্নফম কমপ্লেক্স মনুংদদি ঈশিং নত্তনা চান– থক্লবা করিসু ফংলমদে। অদুনা মশা মশাগী বেগ অমমম অচাপোৎনচিংবা হাপ্লগা য়ান্নে। এঠলিটশিংগী মশান্নদি লমজেল, হরদল রেস, হায়জম্প, ব্রোদজম্প, হেম্মর থ্রো, দিসকস থ্রো, জেভেলিন থ্রো, সোট পুটনচিংবনি। পুন্না নুপা ৬৪, নুপী ৮৯ মণিপুরদগী চৎলি। ময়াম পূম্নমক য়াম্না ফজনা শান্নে। হৌখিবা চহিদগীদি মণিপুরগী ওইনা কুমশিনা শান্নবগী রেকোর্দ য়াম্না ফজবা হেল্লি। মাষ্টর এঠলিট হায়বসি ভেটরেন এঠলিট ঙাক্তনি। মখোয়শিং অসিদা চহি ৪০ দগীনা ৮৫গী মথক ফাওবা য়াওরি। ইমা–ইবেল, অহল–লম্মন, ইচে–ইচল, মরুপ–মপাং পূম্নমক্কী খুৎপু অমনি হায়বা তাই। হন্দক্কী অসিদা য়াম্না নুংঙাইবা অমনা অতোপ্পা ষ্টেটতগী শান্নরোই নুপী চহি ১০০ গী অমনে, চহি ৯৫ গী অমনে য়াওই। মখোয় য়াম্না কন্না চৎপদি ঙমদ্রে। ঐখোয়সু অহল ওইরবী শান্নরোয় অনিদুগা ফোটো নম্মিন্নরকখি। মখোয়গী ৰাখল অমদি লিংজেল অদুবুদি ঐখোয়না থাগত্তবা ঙমদে। ঐখোয়বু মখোয়গী চহি মতাঙ অদুফাওবা চৎপা ঙমখিগদ্রা! শান্নবগী নুংঙাইবদা ময়াম পূনবগী নুংঙাইবসু য়াওই। অসুম্না তেল্লবা নুমিৎ ৫ গী মতম অদু হৌখিবা খঙহৌদে। বঙ্গালিগী লমদমদুদা মখোয়না থোঙবা চাক–এঞ্জাং, মখোয়না তাউবা ঙা কয়াদা মহাও লৈখ্রবা! ময়াম্না য়াম্না পাম্না চানখি। ঐনা হেক পামজরুবদি মখোয়গী আলু কংমেৎ অদুনি। ঐনা খনখি মদুদি ঐখোয়না মণিপুরদা চানরিবা আলু কংমেৎ অসি বঙ্গালিনা (শান্তিদাস গোষায়হোয়না মণিপুরদা লাকপা মতমদা) তম্বীরম্বা য়াই মিরামেস চাবা য়াননবা হায়না। মরমদি মতম অদুদা ঐখোয় মৈতৈদি শা–ঙা চারিবা মতমনি। মতম অসিদদি ঐখোয় ওক–য়েন লোয়দুনা লৈনরিবা মতমনি। ফেব্রুৰারী থাগী ময়ায় চল্লকপা মতম ওইবনা য়াম্না ঈংবসু ওইদে। চা–থকপসু অদুম হাওবা মতম ওই। কয়াদা নুংঙাইখ্রবা!

হন্দক্কী কোলকতা খোঙচৎ অসিদা নুংঙাইরবা থৌদোক অনিখক থেংনরকখি। মখোয়দু ময়ামগী মফমদা থমজগে।

অহানবদা, ইনে মুখিনা গোল্ড লৌবা – ইনে মুখি চহি ৮৫ গী শান্নরোয়নি। শান্নবা হৌবা নুমিৎ নিনি চনবদনি ঐনা ইনে মুখি থেংনখিবা। মহাক মিটর ৪০০গী লমজেলদা গোল্ড লৌরম্মী। ঐসু হরাওমনখিদুনা অয়াওবা লুপা ২০০ চৎপী অমা লৌথোক্তুনা মঙোন্দা থারম্মী। ফোটোসু নম্বীরম্মী। অহল ওইরবী মহাক্লা কয়াদা ইচং থৌনা শান্নবা য়াওরিবা! মশাসু চহিদুগা য়েংনরুবদা অদুম খিঙনা, উই ঐনা মখা তানবু হায়খি মদুদি ইনে মথং চহিদসু চৎকদবনিকো হায়না।

অনিশুবদা, তাতোম্বা মাঙখিবা – নুমিৎ অদু শান্নবগী ৪ নি চনবা নুমিৎনি। সিএলদা রেলৰে ষ্টেসন মনাক্কী ওটো পার্কিংদগী ঐখোয় অহুম খোঙনা ঐখোয়গী লৈফমলোমদা হল্লক্লম্মী। নুমিৎ তাশিনখ্রে। মীসু য়াম্না চিনবা মতমনি। খরা চৎলগা হন্না য়েংবদা তাতোম্বদি য়াওরমদ্রে, ঐখোয় অনিদমক ঙাইরল্লে ঐখোয়না লাকখিবদো কিলোমিটর মখায়মুক্তি ওইরল্লগনি। ঐগা লাকমিন্নবা অমদুদি মহাক অথুবা থবক অমা লৈহৌই হায়দুনা অদুম মহাক চৎখিরম্মী। ঐ ঙাইহাক ৰাখল মাঙখি। কিলোমিটর মখায়মুক্তু ঐনা হঙ্গৎ হন্দা চৎতুনা তাতোম্বা থিরম্মী। অদুবু মহাক থেংনরমদে। পূক্লিংদা নুংনাংবা হেনগৎলক্লম্মী। নুমিদাংগী পূং ৭ লোম তাখ্রে। পাখৎ পাখৎনা মোবাইল মেৎলি। তান চানরুবনরা করিনো মহাক্লা পাউ হেক ফাওনরম্মী। অদুবু মহাক্লা হায়রকপা মফম অদুদি থিবা ফংলমদে। হন্না হন্না হংনরবা মতুংদা মহাক্লা সিএলদা নোর্থ হায়না রিফরেন্স অমা পীরক্লম্মী। ''নহাক লেঙদনা লৈরম্মু'' হায়রগা ঐনা পুলিসমেন অমদা মফম অদু হংলম্মী। মহাক্লা ঐঙোন্দা মফম অদু তাকপীরকলম্মী। মমৈদা ঐনা মফম অদুদা চৎলগা খুৎ–থাঙ্গৎতুনা লেপ্লম্মী। কাইনথংদা উরে উরে হায়দুনা মহাক ঐগী নাক্তা চংশিল্লক্লম্মী। অসুম্না য়াম্না ৰানা থেংনদুনা ঐখোয়গী লৈফম লোমদা হনমিন্নরকখি। তশেংনা ঐদি ৰারুরবনি। মীনা মোবাইলকা মুনবিদুনা পৈশাকা লৌখ্রবা জাৎলা হায়না। ঐ হৌজিকফাওবা মীহুল চোংবা লেপত্রিবোই নীংই। খুদোংথিবা নংহৌদবগী লাইবক ফবনি হায়বা তাই। তশেংবনি পুন্সি হায়বসে অৰা–নুংঙাই অনি য়ান্নরগা শেম্বনি হায়বদো। অদুবু ঐগীদি অৰাবনা শংবাই, নুংঙাইবনা লাইতং হায়বদো অদুম থোকই। ●

[illegible]

[illegible]