মালেমদা মমাগী খোল্লাং পীথকপা অমদি চয়োল অমগী থৌরমগা মরী লৈনবশিং

— নুংশি খুমন —

লিশাংশিংনা খোম থোকপা জীব পানবশিংনা চৎনবী অমা ওইনা পীকখ্রবা মবুকথোক্কী মচাশিংবু হেক পোক্লকপদগী হৌনা মমাগী খোল্লাংনা মচা ওইবশিংদা পীথক্লরি। তাইবঙ মীওইবসু মমল য়াম্লবা খোল্লাং থক্তুনা মমাগী মথানুংদা চেৎনা লৈজৈ। মচানা অরাম খৌরাংবা, শাউনিংবা, করিগুম্বা অমদগী কপ্লকপা মতমদা মমা ওইবীশিংগী খোল্লাং পীথক্তুনা থেম্বগী চৎনবী লৈরি। হীরম খরদা মমা ওইবীশিংগী অশোয়বা লৈবদগী মচাবু মবুক থলহনবা ঙমদবা য়াওদবসু নত্তে। মসি নত্তবদা চাওখৎলকপগী মমি তারকপনা থবক চিন্নরকপদগী মতম ফংদবা অমসুং মফমশিং খুদোংচাদবনা মচা ওইবশিংবু নিংথিনা মমাগী খোল্লাং পীথকপা ঙমদবসু য়াওরি। মসিনা মরম ওইরগা নুপাখক নত্তনা নুপীশিংগী মরক্তা লাইরিক লাইশু হৈরবা মীরক তিল্লবা মীওইশিং ওফিসতা, মশাগী শেন্থোক লন্বী তাল্লিবশিং, প্রাইভেট, ইন্দিভিজুএলশিংদা থবক অমনা মরম ওইদুনা মমানা মচাবু মথানুংদা কোন্দুনা মবুক পীথকপা ঙমদবা য়াওরি। মসিদা উপাই অমা শীজিন্নদুনা মচা ওইবশিংগী অরাম খৌরাংবা অদুমক কোকহনখ্রগা লোইরে খন্নরকপদা মহুৎ শিনবা য়াবা অমনা শিনজিন্নরকই। মসিনা পীক্লিবা অঙাং অমসুং মমা ওইবীশিংগী পুন্সিদা অচৌবা চৈথেংশিং ফংননবগী মরম ওইরি।

অখঙ অহৈশিংনা খুন্নাই অসিদা নৈনরিবা অমনা মীওই কাঙলুপশিংগী মরক্তা নুংশিনবগী মমি ৱাৎলকপা অসিগী মরম করিদগীনো হায়না থিনরক্লি। মরম অসিদগী মমাগা মচাগা লোইনবগী মওংশিংদা মীওইশিংগী মরক্তা নুংশিনবসি লাপ্নরকপ্রা হায়বসিসু থাজনরক্লি। মমানা মচাবু মথানুংদা থমদুনা খোল্লাং ইনবীবদা মমা-মচা অনীগী মরীদা হেন্না নকশিন্নদুনা থম্মোয়গী অচেৎপা নুংশিনবগী মরীশিং শাগৎলকই হায়না থাজনরি। অচেৎপা মরীখক নত্তনা মমা অমসুং মচাগী নুংগী কাঙলোনশিংদা তাংলবা মমল য়াম্লবা কয়া ফংনবগী মচাকশিং ওইরি। মরম অসিদগী ৱর্ল্ড হেল্থ ওর্গেনাইজেসন্না লম অসিদা মিৎয়েং চঙবা হৌরক্লি। অসিগুম্বা ওর্গেনাইজেসন অসিগী শরুক অমা ওইরিবা World Alliance for Brestfeeding Action (WABA) না হেন্না অচৌবা মিৎয়েংশিংগা লোয়ননা মালেমগী লৈবাকশিংদা য়েংবা হৌরকই। দব্লিয়ু এ বি এগী মখাদা ৱর্ল্ড ব্রেষ্টফিদিং ৱিক ২০১৬ গী থৌরমসি হন্দক চহীগী ওইনা লোইবা নাইদ্রবা মহৌশাগী লন অমা ওইরিবা মমাগী খোল্লাংবু হেন্না চাওখৎহনসি হায়বা পান্দমদা পাঙথোকলিবনি (A key to sustainable Development)। লম অসিগী মতাংদা মীয়ামদা খঙমিন্নবগী তাঞ্জা অমা ওইনা ইরমদম অসিগী থবক্তগী পোত্থাখ্রবা চীংমৈরোংদা লৈবা Dr. Thongjam Nabachandra, M.D. Pradractise কা উনরুবগী পাউদম মীয়ামদা থমজরি।

ডাক্তরনা অহানবদা, মালেমগী ওইনা পাঙথোক্লিবা World Alliance for Brestfeeding Action (WABA) গী পান্দমশিং ফংবা ঙম্নবগীদমক তোঙান তোঙানবা লৈবাকশিংনা মশাগী ওইবা চপ চাবশিং ফংহনবা ঙম্নবা মিৎয়েংশিং চঙশিন্নরক্লি। মসিগী মনুংদা ইহান হানবা ওইনা মীয়ামদা মমাগী খোল্লাংগী কান্নবশিং খঙহনবা মথৌ তাই। পোকপদা ঙাইরিবা অঙাংশিং নৎত্রগা পীক্লিবা অঙাংশিংদা মমাগী খোল্লাংগী কান্নবশিং ময়েক শেংনা খঙহনবনি। অনীশুবা ওইনা, মীয়াম্না খঙখ্রবশিং ৱাখল তাহন্দুনা তুংগীদমক অকনবা ফিরেপশিং লৌরবা মতুং থবক ওইনা ওন্থোকপনি। অহুমশুবা ওইনা, হৌজিক হৌজিক লম অসিদা মশক থোকহন্নিংঙাই ওইরিবশিংবু ময়েক শেংনা তরং তরংবা পোৎশকশিংদা উৎথোক্তুনা মীয়ামদা লায়না খঙহনবনি। মীয়ামদা হীরম খুদিংমক হেন্না খঙহন্দুনা অফবা মওংদা থবক ওইনা পাঙথোকহনবনি। মরিশুবা ওইনা, মীয়াম্না মশক খঙনরবা শক্লাইরবা-শক্লাইরবী কয়ানা মীয়াম মমাঙদা মমাগী খোল্লাং পীথকপনা অঙাংদা পীরিবা কান্নবশিংগী মতাংদা পাক শন্না এৱ্যেৰ্নেস পীদুনা খঙহনবা চঙই। মসিনা মমাগী খোল্লাংবু য়োকখৎহনবা, খঙহনবা অমসুং শন্দোকপদা মতেং পাঙবা ওইনা থোকহনগদবনি হায়বসিনা হন্দক চহী অসিগী মরু ওইবা পান্দমশিংনি।

চক অনীরোমগী মমাঙদদি মীওইবগী ৱাখল লৌশিং মসিগী মতাংদা মপূং ফানা লৈনরমদে। মরম অসিদগী মমা ওইবীশিংগী তাংলবা লন ওইরিবা খোল্লাংবু হেক পোকচবা মচাদা পীথক্লবগী ৱাখল্লোনশিং ৱাৎপনা মমা অমসুং মচাশিংগী মরক্তা খুদোংথিবা কয়া নংলম্মী। মীওইবনা চাওখৎলকপগী মতুং ইন্না মমা ওইবীশিংগী খোল্লাং অসিবু লোইনাইদ্রবা মহৌশানা পীবা লন অমনি খঙনরকখি। মসিনা চহী খুদিংগী ওইনা মচা ওইরিবশিংবু খোল্লাং পীথকপদগী অঙাং ৮৪৩০০ রোমগী পুন্সি মমাঙগী চহীশিংগা য়েংনবদা কনবা ঙম্বগী খুদম ফংলকখি। অমরোমদা অরেম্বদা চাদিং তৌদুনা মমাগী খোল্লাংগী মহুৎ শিনবা য়াবা শঙ্গোম লৈদুনা পীথকপদগী চহীদা চাউরাক্লা লুপা বিল্লিয়ন ৩০২ রোমসু কনবা ঙম্মী হায়না খঙনরকখি। হায়রিবা অসিদগী হেন্না কান্নবা অমনা পীক্লিবা অঙাং নৎত্রগা মমা ওইবীশিংবু মতম শাংনা হকচাং ফনা থম্বা ঙম্বগী খুদমশিং ফংলকখি।

পীক্লিবা অঙাং অমনা মপূং মরৈ ফাদুনা তাইবঙ মী অমা ওইরক্ল বগীদমক মমাগী পুক্লুংদগী হৌদুনা মচি ওইবা চিঞ্জাকশিং লৌদুনা থাবুম মশীং শুনা লৈরকই। মপূং মরৈ ফাদুনা তাইবঙ মী ওইনা পোক্লবা মতুংদসু মমাগী খোল্লাংনা চাওবা শারেপ ফানবা হোৎনবদসু চাউনা মতেং পাঙলি। লাইবক থিবদগী মমাগী পুক্লুংদগী পোক্লকপা মচা অমবু অশোইবা খরা লোইনরক্লবসু মপূং মরৈ ফাবা, তাইবঙ মী অমা ওইরক্লবা হোৎনবদসু মমাগী খোল্লাংনা উপাই খরদা ওইরবসু পীনবিরি। অঙাং অমা হেক পোক্লক্লবা মতুংদা মমাগী খোল্লাং পীথকপগী মহুত্তা ঈশিং নৎত্রগা অতোপ্পা মহুৎ শিনবা য়াবা পোৎলম অমত্তা শীজিন্নবিরোইদবনি। থা তরুকলোম মমাগী খোল্লাং পীথকপনা অঙাং অদুগী মথৌ তাবা অৱাৎপশিং মেনখৎহনবা ঙমই। মসিদা অঙাং অমবু অরুম্বা শুদবা, পীক্লা পোক্লকপশিং ফাওবদা মমাগী খোল্লাং পীথকপনা অৱাৎপশিং মেনখৎহনবদা অচৌবা মতেং ওইরি। মসিগী মতুং তারকপদা অঙাং অদুবু ইমুং মনুংদা চানরিবা মহী নৎত্রগা মপং ওইবা চীঞ্জাকশিংগা লোয়ননা মমাগী খোল্লাং পীথকপীগদবনি। হায়রিবশিং অসিনা চহী অনীদগী তাদনা নৎত্রগা মতম শাংথনা মমাগী খোল্লাং পীথকপীগদবনি। মমাগী খোল্লাং পীথকপনা অঙাংশিংদা মখল মখা কয়াগী কান্নবশিং ফংবা ঙম্মী। খুদম খরদং হায়রবদা অঙাং অমনা মমাগী খোল্লাংদগী মিনরেল, ভিটামিন মখল খুদিংগী ন্যুত্রেণ্টশিং ফংদুনা ব্রেনগী মপাঙ্গল ফগৎহল্লি। মমাগী খোল্লাংনা অঙাং অমবু করিগুম্বা লায়না অমনা নারকপদগী ঙাকথোকপা ঙম্বগী শক্তশিংসু লৈহল্লি। মসিদা নত্তনা থা ৬ কী অঙাংশিংনা খোমজিংলিবা মমা ওইবীশিংগী ইম্যুন সিষ্টেম হেন্না ফগৎহল্লি। মরমশিং অসিনা তমথিরবা লায়না কয়াবু ঙাকথোকচনবগী পাম্বৈশিং ওইরি। লোয়ন লোয়ননা মতম মতমগী ওইবা লায়নাশিং ফাওবদা মমাগী খোল্লাং পীথকপনা ঙাকথোকচনবগী উপাই ওইহল্লি হায়বসি থাজনরি। মমা ওইবীশিংদা অমুক নৈনরুদ্রবসু চাং নাইনা মমাগী খোল্লাং মচা ওইবশিংদা পীথকপনা তমথিরবা লায়না ওভরিয়ন কেন্সর, ব্রেষ্ট কেন্সরনচিংবশিং ঙাকথোকপা ঙমহল্লি।

মসিগী মহুত্তা মমা ওইবীশিংগী অশোয়বা অমনা নৎত্রগা হীরম অমদগী মচা ওইরিবশিংবু মমাগী খোল্লাং পীথকপগী মহুত্তা অতোপ্পা উপাই অমা শীজিন্নদুনা পীথকপনা মখল মখা কয়াদা চৈথেং পীরি। চৈথেংশিং অসি অয়াম্বনা লৈত-লায়রগী পনখৈ নংলবশিংদা অমুক্কা হেন্না চৈথেং ফংহল্লি। লম অসিদগী হেন্দোক্তুনা খুন্নাই অমদা মাঙজনিংঙাই ওইরবা থৌদোক কয়াসু থোকহল্লি। মতাং অসিদসু নৈনরুবদা মমাগী খোল্লাংগী মহুৎ শিন্দুনা খূৎশেমগী শঙ্গোম পীথকপনা খুন্নাই অসিদা মাঙ তাকহন্নিংঙাই ওইবা কয়া থোকহল্লি। খূৎশেমগী শঙ্গোমগী মরমদা নৈনরুবদা তোঙান তোঙানবা কম্পেনিশিংনা মখোয় মখোয়গী ওইবা ব্রান্দ অমা পুথোরকপদা পোৎয়ান তৌবা শঙ্গোম পুথোরকপদগী খুন্নাই অসিদা লৈরিবা মীপুম খুদিংদা অৱাবা চৈথেং কয়া পীরি। হীরম অমদা হায়রবদা কম্পেনিশিং, ফেক্টরিশিংদগী থাদোরকপা কার্বোনদাইওক্সাইদকী চাংসি ৱাংমনবনা অকোয়বদা লৈরিবা মীওইশিংদা হেন্না মাঙজনিংঙাইসু ওইহল্লি।

হীরমশিং কয়াসি নৈনরুরবা মতুংদা মহৌশানা পীরিবা খুদোল মমাগী খোল্লাং অসিবু হেন্না চাওখৎহনবদা মীপুম খুদিংমক্কী অচৌবা থৌদাং লৈ। থৌদাংশিং অসিবু লমদম অসিগী ৱাখল লৌশিং লৈরবা মীওইশিংনা নাথৈরগা থন্বীবদগী খুন্নাইসিদা হেন্না মাঙজনিংঙাই ওইহল্লি। অমরোমদা অমুক মমা ওইবীশিংনা লৌরিবা থৌদাংশিং হেন্না কুপথনা নৈনবা মথৌ তাই।

মোমোতা থৌনাওজমগী খূৎইদগী থোরক্লি শাফু কনবা শৈরেংশিং

ওকেন্দ্রো খুন্দোংবম

মোমোতা থৌনাওজম কংলৈ লোইনশিল্লোনগী ফম্বাক্তা চঙলকপা কুইদ্রিবী নহা অইবীনি। মশাগী চহী ১৬ খক্তা ঙাইরি। কুমজা ২০০০ গী ফেব্রুৱারী ৩ দা উৎলৌ ময়ায় লৈকায়দা পোকই। অপোকপগী মীং থৌনাওজম ইবোমচা অমদি বসন্তি অনীগী ইহান হানবা মচানুপীনি। মনাওনুপী অমা, মনাওনুপা অমা লৈরি মখাদা। চহীসিগী জুন ১৯ দা শাফু কনবা শৈরেংগী লাইরিক ‘মৈরী অসিগী মৈশা’ কৌবা মীতৈ ময়েক্কী লাইরিক অমা ফোঙখি। লাইরিকসিনা নহা অইবশিংগী মরক্তা অনৌবা মঙলান অমা পীখি। বি জে পিগী ওফিসতা পাঙথোকখিবা লাইরিক ফোঙবগী থৌরমদা অহল অইবশিংনা হায়নিঙাই লৈতনা ফজনা থাগৎনখি। তিল্লিবা পূন্নমক্লসু মোমোতাবু থাগৎনখি। থাগৎপদা য়াই। অদুবু থাগৎপনা হেনমনবদগী ফৎতবা লাক্কদ্রা হায়বগী মীপাইবসু পোক্তনা নত্তে।

অফববু ফৈ, ফৎতবু ফত্তে হায়না হায়বা ঙমদবসিসু পাঙদবা মখল অনি। ঙসিগী খুন্নাইসিদা পাঙদবা মখল অসি চৎনরি। ঙাঙবা কনবা, শিবা কিদবশিংনা চুম্বু চুম্লবসু লানবু লাল্লবসু ঙাঙবশিংদুনা অচুম্বদৌনা খনবা মতম কুইরক্লে। মোমোতাগুম্বী ইচঙ থৌবী নহা অইবী অমা থোক্লকপা অসিমদি তরাম্না ওকফম থোকই। শৈরেংগীদমক্তা চাক চাদবা ঙম্মী। মমা-মপাগা মুক্লবা ঙম্মী। খুন্নাইসিগী কায়থরক্লিবা ফীভমশিং ফোঙনা শিংনদুনা শৈরেং ইবা ঙম্মী। ৱাহৈ ৱাতা ফজৈ, মতাং চানা চানা প্রমান পান্থে হাপচিনবসু হৈ।

মোমোতানা ইবগী লন্বীদা চঙলকখিবগী ৱারী য়াম্না নোক্লিংই। তাবদা অদোমসু শোয়দনা ঙক্কনি। মশাগী চহী নৌরিঙৈ সেন্ট জোন ইংলিস স্কুল, নম্বোলদা ক্লাস ফাইভ কাবা মতম কুমজা ২০০৯ দা ফোঙবা স্কুল মেগাজিনদা ‘নুংশিরবা ঐগী শিন্দমশঙ’ কৌবা অমা ইহান হান্না হাপখি হায়রি। স্কুলদুদা ক্লাস সভেন তম্বা মতমদা এদ্যুকেসন ফ্রি জোন ওইহল্লু হায়না মহৈরোয়শিংগী খোঙচৎ অমদা মহাকসু য়াওখি। পুলিসনা টিয়র গ্যাস কাপ্পদা মহাক্কী ওই থংবা খোঙদা শাথিনা শোকখি। শোকপদুনা মরম ওইরগা শৈরেংগী ইপাক্তা নীংতম্না শান্নবা হৌরকখিবনি হায়বসিনি।

হায় স্কুল তল্লিঙৈদগী শৈরেং কয়া ইখি। অপোকপা মপানা লাইরিক তম্বদা শোয়রক্কনি খন্দুনা শৈরেং ইবা থিংখি। মমা মপানা কন্না থিংলবসু হেন্না ইরকখি। শাউরবা মপানা শৈরেং ইবা দাইরি অদু লোন্না লৌরগা লংথোকখি। দাইরি অদু হেক মাঙখিবদগী চাক চাদবা, লাইরিক পাদবগী খোঙজং কয়া চঙশিল্লকখি। মচানুপীগী অপাম্বদু য়েৎপা থিংবা ঙম্লরোই খনবদগী য়ান্না চেরোল অমা ইনখি মপা-মচা।

ব্রাইটর একাদেমি নম্বোলদগী কুমজা ২০১৫ দা মেত্রিক পাস তৌখি। মখা মেকোলেট হায়র সেকেন্দরিদা ক্লাস এলেভেন তমখি। মচানুপীনা শৈরেং ইবা পাল্লিবদু ক্লাস টুয়েল্ব পাস তৌদ্রিবা ফাওবা ইবগী লমদা কন্না চঙগনু। মসি য়ারবদি লাইরিক অমা ফোঙবিগে হায়না য়ানবা পুরকখি। য়ানবা অসিগী মখাদা শৈরেং ৫০ য়াওবা ‘মৈরী অসিগী মৈশা’ কৌবা লাইরিকসি ফোঙবনি হায়। শৈরেং ইবীশিংগী মরক্তা মাগী ৱারীসি তোঙানবনি। মসিগী মথক্তা মাগী লাইরিকসি মীতৈ ময়েক্তা ঙাক্তা ফোঙবনি। মীতৈ ময়েক্তা ঙাক্তা লাইরিক ফোঙবা নহাশিংগী মরক্তসু মহাক্লা অহানবা ওইরম্বা য়াই।

মোমোতা থৌনাওজমগী অহানবা লাইরিক মৈরি অসিগী মৈশা ফোংবগী থৌরম অমদি অইবীনা ৱা ঙাঙবা

মোমোতাগী লইরিকসি ফোঙবগী মতাংদা শক্লাইরবা ক্রিটিক ডাক্তর এস প্রিয়োবর্ত্তনা হায়, ঙসিগী নুমিৎসি কংলৈ লোইনশিল্লোনগী পুৱারীদা শিংথানবা য়াবা নুমিৎনি। মশক থোকপা অইবী অমা থোরকপগী নুংঙাইবা ফাওই। নোংমৈগী, দ্রগকী লাংতক্লবা, থকসি-খাসি লৈরক্ত্রবা, থবক ফংদবগী অৱাবা কয়া মায়োক্লরিবা মতমসিদা অঙাং খুদিংমকসু মমা মপানা মখোয়গী ফংফম থোকপা হকশিং ফংহনবা ঙমদ্রি। নোং হেক ঙানবদগী নুমিৎ তাবা ফাওবা মমা মপানা কোইশেন শেন্নবদগী অঙাংশিংগী তৌবা ঙম্বা অমতা উৎথোকপা ঙমদ্রি।

ডা. এম প্রিয়োবর্ত্তনা হায়, খুন্নাই অমদা শৈরেংগী মফম চাওনা লৈরবসু মণিপুরদদি লৈত্রি। নহা অইবশিংগী শৈরেং মীয়াম্না অমদি ক্রিটিকশিংনা পাবিদ্রি। অইবা হায়বসি দেমোক্রেসিদগী হেন্না মপাঙ্গল কনবা তাইবঙনি হায়খি।

মোমোতাগী অপোকপা থৌনাওজম ইবোমচানা হায়, মহাক্কী মচানুপী মোমোতানা ঙাঙখিবা ৱা হোংদে। ইবা য়াম্না পামজৈ। জগোয় শাবসু হৈ। মাগী অপাম্বদা য়েৎলরোই। ইনিংবা লাইরিক ইজরসনু হায়খি।

মোমোতাগী শৈরেং পাবদা য়াম্না নুংঙাই। চহী মতাংগা শৈরেংগা য়েংনবদা শৈরেংনা ঙমতক চৎলি। মহাকপু কংলৈ লোইনশিল্লোন্না তরাম্না ওকপীফম থোকই।

মিংগী অরোয়বদা সিংহ নৎত্রগা দেবীগী মহুত্তা সলাই তপ্লসি

— অমুমচা মঙাংচা —

ইরমদমসিদা খুন্দা লৈতারিবা কাঙলুপ-ফুরুপশিংগী মনুংদা মৈতৈ হায়না খঙনবা ফুরুপ অসি লাইওইখ্রবা ইপা-ইপুশিংনা শেন্বীরম্বা অমদি থন্বীরম্বগী মতুং ইন্না য়েক সলাই তরেৎ থোক্লা খায়দোকপীরম্মী লোয়ননা সলাই (ক্লাস) তরেৎ অসিনা অমত্তা ওইনা পুনশিল্লগা শেন্বা ফুরুপ অদুবু ‘মৈতৈ ফুরুপ’ হায়না মীংথোনবিরম্মী। মখোয়শিং অদুদি (১) মঙাং সলাই (২) লুৱাং সলাই (৩) খুমন সলাই (৪) অঙোম সলাই (৫) মোইরাং সলাই (৬) খাবা-ঙানবা সলাই অমদি (৭) সরাং লৈশাংথেম সলাইনি।

সলাই তরেৎ অসিগী মখাদা মান্নদবা য়ূম্নাক (শরনেম) কয়ামরুম লৈ। য়ূম্নাক হায়বসিদি মহৌশা নিংথৌগী লৈঙাকলোন্না লৈঙাক্লিঙৈ (মোনারকি) মতমদা পাল্লম্বা নিংথৌশিংনা, মতমদুগী মৈতৈ খুন্নায়গী মনুংদা হিংলম্বা অমদি খুন্নায়বু চুং-ফিরাল চানা নুংঙাইনা হিংহন্নবা হোৎনবদা, তোঙান তোঙানবা থবক্কী থৌদাং পুনরিবা মীওইশিং অদুদা মাগী মাগী শিন্থাগী মতুং ইন্না পীরম্বনি। খুদম ওইনা থাং শাবগী শিন্থা পুরিবা মীওইশিং অদু থাংজম (থাংচম) হায়বা য়ূম্নাক অসি পীরম্মী। অসিদসু নত্তনা মাগী মাগী শিন্থাগী মতুং ইন্না য়ূম্নাক পীরম্বগী ৱারী কয়ামরুম লৈখ্রে, মীয়াম্না হেন্না খঙবিরবদুনি।

ঐখোয়গী মৈতৈ মচাশিংনা মীংগী অরোয়বদা সিংহ নৎত্রগা দেবী তপ্লিবা অসিগী মতাংদা খর-খিত্তং নৈনজগে, ৱারৌবিরোই, মৈতৈ ফুরুপ্পু নুংশিবিবা অমদি কঞ্জনিংবা ইরৈচা খ্বাই-খিবিক্লা। সিংহ নৎত্রগা দেবী তপহলল্লিবা অসি হিন্দু লাইনিং শন্দোকপা হিন্দু লম্বোইবশিংনা ‘মৈতৈ’ হায়না মিংথোনবা ফুরুপ অসিবু, কাঙলুপকী কাঙখুল মরু ফংনা মুথুৎলগা হিন্দুগী মনুং চনবা কাঙলুপ-ফুরুপ অমা ওইহন্নবা থাক্লম্বা লাংনি হায়বদি লাইনিংলোন্দা য়ূম্ফম ওইবা লানগী থৌশিল (রিলিজিয়স ৱারফিয়ার পোলিসি) নি। নম্ফুদা হিন্দুগী লাইনীং-লাইশোন্দা লাইমীং লৌহল্লম্বনি। ঐখোয়দি হিন্দু নত্তে, হিন্দুগী মনুং চনবা চাদা-নাওদা অমদি ফুরুপ অমা নত্তে। ঐখোয়দি মৈতৈনি, মৈতৈ ফুরুপকী মনুংদা হিংবনি। মৈতৈ ফুরুপচা অমা ওইনা, মালেমগী লৈমায়সিদা হিংবদা থাদোকপা অমদি মাঙবা য়াদ্রবা পোৎশক্তি, মথক্তা পঞ্জখ্রিবা সলাই তরেৎ (সেবেন ক্লান) অসিনি।

মালেমগী তোঙান তোঙানবা ফুরুপকী মীয়াম মমাঙদা, ঐখোয় মৈতৈ হায়না কৌবা ফুরুপ অদুগী মনুংদা হিংবা মীওইশিংনি হায়বদি মৈতৈনি হায়না শক্তাক্লুগদৌরিবা অসি ‘সিংহ’ নৎত্রগা ‘দেবী’ না তাক্লুগদবা নত্তে; সলায় তরেৎ অসিনা শক্তাক্লুগদৌরিবনি। সিংহ নৎত্রগা দেবীনা শক্তাক্লুবা তারগদি, মালেমগী মীওই অমত্তনসু ঐখোয়বু মৈতৈ ফুরুপকী মনুংদা হিংলিবা মীওইনি হায়বদি মৈতৈনি হায়না কৈদৌনুংদসু শক খঙবিরোই (রিকোগনাইজ)। অঙাওবা অমা নৎত্রগা হিন্দু অমা ওইনা শক খঙবিরক্কনি।

জপান্দা লৈরিবা জপানিজশিংনা মখোয়গী শক্তম (আইদেন্টিটি) গী মরুম থুপ্তুনা, মালেম মীয়ামগী মমাঙদা, ঐখোয় জপানিজনি হায়না মখৌ পোঙনা লাউদুনা অমদি চাওথোক্লা হিংবগুম, ঐখোয়সু মালেম মীয়াম মমাঙদা, ঐখোয়গী শক্তমগী মরুম থুপ্না চাওথোক্লা হিংবা ঙম্ন বগীদমক অমদি ঐখোয়গী শক্তম (আইদেন্টিটি) উৎপদা তঙায়ফদবা অচৌবা শরুক অমা ওইরিবা সলাই অসিনা মীংগী অরোয়বদা তপ্পীয়ু, হাপ্পীয়ু। তাইবঙ শেম্বা মপুনা তাইবঙ কুম্মৈ শান্নবগীদমক মালেমদা তাইবঙ মীওইবা ঐখোয়বু হাপ্পা থাবিরকপনি। সলাই অমদি য়ূম্নাক অসিদি তাইবঙ মীওইবা ঐখোয়না কোন্না অমুক শেমজবনি। মরমসিনা হান্না লৈবা নৎত্রগা পোকপা নুপা নৎত্রগা নুপীগী কোলোয় মিংনা মাংদা ইবিয়ু অদুগা সলাই নৎত্রগা য়ূম্নাক্লা তুংদা হাপ্পীয়ু।

নুপা ওইরগনা সলাইগী অরোয়বদা ‘চা’ হাপ্পীয়ু অমদি নুপী ওইরগনা ‘চনু’ হাপ্পীয়ু। ‘চা’ না নুপা ‘চনু’ না নুপীনি হায়বদু তাক্লিবনি। মীংগী অরোয়বদা সিংহ নৎত্রগা দেবী হাপ্পগী অচৌবা মাঙজবা অদু পূন্না খঙমিন্নবগা লোয়ননা মুৎশি মুৎশিরুরবা ঐখোয়গী শক্তমগী মশেক-মঙাল থোকহন্নবা, ঐখোয় পূন্না খূৎশম্নরা হোৎনমিন্নরসি। মৈতৈ ঐখোয়গী খুন্নাইদা নুপা-নুপী মীং মান্নবা য়াম্না লৈ। খুদম ওইনা চাওবা মঙাংচা, চাওবা মঙাংচনু। মীং মান্নরগসু চা-চনুনা নুপা-নুপী (জেন্দর) তাক্লিবনি।

সলাই তরেৎ অসিগী লিচিং মখাদা পূন্না হিংমিন্নবা মীওইশিং অদুবু ‘মৈতৈ’ হায়না খঙনৈ। মালেম মীয়াম মাঙদা ‘মৈতৈ’ হায়না মীংখৈবা ফুরুপ অসি মথক্তা পঞ্জখ্রিবা সলাই তরেৎ অসিনা অমত্তা ওইনা পুনশিল্লগা শেম্বনি হায়বদু শক্তাক্লুগদৌরিবনি। করিগুম্বা সলাই তরেৎ অসি মাঙখিবা তারবদি, ‘মৈতৈ’ হায়না মীংখৈবা ফুরুপ অসি মালেমগী লৈমায়দগী মতম চুপ্পগী ওইনা মরু ফংনা মাঙখিগদৌরিবনি। মরমসিনা, মৈতৈ ফুরুপ অসি মালেমগী লৈমায়দগী মাঙখিদনবা অমদি মালেমগী মীয়াম মাঙদা ঐখোয়গী শক্তম অদু মায়পাক্লা, চাওথোক্লা উৎলুনবগা মরী লৈনবা থবক থৌরম খুদিংমক, নুংশিজরবা অমদি ইকায়খুম্নজরবা ইরৈচা খুদিংমক্লা পূন্না খোঙফম চেৎনা লেপমিন্নদুনা, পাঙথোকমিন্নরসি।

নাকল অমরোমদা, ইরমদমসিদা মীতোপশিংনা (মীতৈ, হায়বদি মী অতৈ অতোপ্পা নৎত্রগা ফোরেন্নর) মপুং ওইনা মীয়ান (ময়াং) শিংনা ‘য়ূম তাংবনা কৈনাবা’ হায়বগী ৱাখল্লোন মখাদা অকনবা শাফু অমা লাক্লিবা অসিদগীসু ঙাকথোক্লনবগা মরী লৈনবা থবক থৌরমশিং ইরৈচা খুদিংমক্লা পূন্না পাঙথোকমিন্নরসি।