খ্বাইদগী মশা-মউ ফবা, তিঞ্জং-কাইজংদবা খুঙ্গং অমা

-ডা. ঙাঙবম শান্তিকুমার মীতৈ-

মণিপুরগী মফম কয়াদা, খুঙ্গং কয়াদা খ্বাইদগী অহানবা ওইনা মীপূম খুদিংমক লাইরিক হৈবা খুঙ্গং, খ্বাইদগী মশা নান্না থন্বা খুঙ্গং, য়ূমথোং খুদিংমক্তা মৈ পুশিনবা খুঙ্গং, য়ূমথোং খুদিংমক্তা ৱাটর পাইপ লাইন পুশিনবা খুঙ্গং, য়ূমথোং খুদিংমক্তা কম্প্যুটর লৈবা খুঙ্গং, য়ূমথোং খুদিংমক্তা এল ঈ দি টেলিভিজন লৈবা খুঙ্গং অসিনচিংবা ওইনবা ক্লবশিংনা নৎত্রগা সিভিল সোসাইটি কয়ানা হোৎনদুনা খুঙ্গং কয়া তমজনীংঙাই ওইরবা খুঙ্গং ওইখ্রে অদুগা কয়া অমসু ওইনবা হোৎনরি অতোপ্পা হীরম কয়াদা। অহানবা তাবা ঙমখ্রবা কাঙবুদুনা য়াম্না হরাউনা, চাওথোকচনা মিদিয়াগী থোংদা পাউজেল্লি। অদুগা অতোপ্পা খুঙ্গং কয়ানা মতৌ তমজনবা হোৎনরি। মসিদি য়াম্না ফবা খোঙথাংনি, খোঙজংনি হায়না লৌজে। অদুবু হংনীংলিবা ৱাফমদি, করিগীদমক কনাগুম্বা ক্লব নৎত্রগা সিভিল সোসাইটি অমত্তনা ঙসি ফাওবদা খ্বাইদগী হেন্না মরুওইবা মশা-মউ ফবা লৈকায় নৎত্রগা খুঙ্গং অমা শেম্নবা হোৎনদ্রিবনো হায়বসিনি। ময়াম্না ফংনবা তান্নরিবা হীরমশিং অসিদগী খ্বাইদগী হেন্না মরু ওইরিবদি খ্বাইদগী হকচাং ফনা, মশা-মউ শেংনা, ফিট ওইনা, তিঞ্জং-কায়জংদনা লৈবা লৈকায়/খুঙ্গংশিং শেম্বদুনি হায়না থমজগে। মদুগী শল্লপ্পা মরম মখাদা মতাং চানা পীজরক্নে।

নুংঙাইবা, চাওখৎপা, মপাঙ্গল থোক্লা হিংবা য়াবা, চনিং লৈতানা, ইংনা তপ্পা হিংবা য়াবা ইমুং অমা শেমগে হায়রবদি ইমুংদুগী মীওই খুদিংমক অনা-অয়েক য়াওদবা, মশা মউ শেংবা, মপাঙ্গল লৈবা মীওই অমমম ওইরকান্দা ওইথোকপগুম, অফবা, তিঞ্জং-কাইজংদবা, নুংঙাইবা, চাওখৎপা খুন্নাই অমা শেমগে হায়রবদি খুন্নাইদুদা লৈরিবা মীওইশিং অদুনা নাদ-য়েক্তনা, মশা-মউ ফৱবা, মপাঙ্গল লৈরবা কান্দদা ওইথোক্কনি। মদুগী য়াম্না চাউবা খুদমদি, চাওখৎলবা লৈবাক কয়াদা হেলথ ইন্সুরেন্স অমদি মেদিকেল ইন্সুরেন্সনচিংবা থমদুনা মীওই খুদিংমকপু মশা-মউ ফনা থম্নবা হোৎনরিবসিনি। মসিদা নত্তনা, লৈকায় খুদিং, খুঙ্গং নৎত্রগা টাউন অমদি সিটি খুদিংদা গভর্ণমেন্ট অমদি প্রাইভেটকী ওইবা হেলথ ক্লবশিং হাংদুনা থল্লি, পার্ক অমদি রিভর সাইদ খুদিংমক নিংথিনা শেমজিন শাজিন্দুনা মীয়াম্না মপান থোক্তুনা, অফবা অশেংবা নুংশিৎ হোন্দুনা হকচাং শাজেল তৌবা ফংহল্লি।

চাওখৎপা ৱাৎলিবা অমদি শেল থুমগী ফীভম ফত্তবা মফমশিং খক্তনি অসিগুম্বা হেলথ অমদি মেদিকেল ইন্সুরেন্স থমদবা। হেলথ অমদি মেদিকেল ইন্সুরেন্স লৈতে, থমদে হায়দুনা ঐখোয় হকচাং ফনা লৈবা ঙম্লোই হায়বদি য়ারোই। হেলথ অমদি মেদিকেল ইন্সুরেন্স লৈত্রবসু ঐখোয় হকচাং ফনা লৈবদি য়াইনা। হকচাং ফনা লৈতবগী মরমদি ঐখোয়না মসিগী মরমদা থৌশানা খল্লুদবগীনি। মসিদনি ঐহাক্না মমাঙদা হংজখ্রিবা ৱাহংদু "করিগী ক্লব নৎত্রগা সিভিল সোসাইটি অমত্তনা মশা মউ খ্বাইদগী ফবা মোদেল ভিলেজ অমা থম্নবা হোৎনদ্রিবা?

অতোপ্পা হীরমশিংদা খ্বাইদগী অহানবা মোদেল খুঙ্গং অমা শেল্লগা কান্নবা ফংবা অদুদগীদি খ্বাইদগী মশা মউ ফবা লৈকায় অমা শেম্বদা ফংগদবা কান্নবা অদুনা য়াম্না হেনগনি। মসি হায় হায়দুনা হায়রিবা হীরমশিং অসিবু থৌশাদবা নৎচদে। মশা মউ ফবা লৈকায়/খুঙ্গংশিংসু থম্নবা হোৎনদুনা অফবা, তিঞ্জং-কায়জংদবা খুন্নাই অমা, লৈপাক অমা শেমসি হায়জবগী ৱাফমনি। লৈকায় অমা, খুঙ্গং অমা খ্বাইদগী মশা মউ ফনা শেমগে হায়রবদি করি করিদি তৌবা মথৌ তারি হায়বা ৱাহং হংবীনিংলম্বা য়াই, নৎত্রগা করম্না ওইথোকপা য়াগদগে হায়না। অরাইবদি অমা নত্তে, অদুবু হোৎপু হোৎনরবদি, মরু য়াম্না ওইবু খল্লবদি করিগীসু ঙম্লোই, শোয়দনা ঙমগনি।

লৈকায় অমা, খুঙ্গং অমা মশা মউ ফনা থমগে হায়রবদি মফমদুদা লৈরিবা মীওইশিং ফত্তবা হৈনবী হায়বদি য়ু, বিড়ি, চুরুট, হীদাক মনা অমদি অতোপ্পা ফত্তবা চিঞ্জাক হায়বদি চাহৈদবা দ্রগনচিংবা পোৎলমশিং থাদোক্লবা হোৎনবা তাই। মরমদি হায়রিবা পোৎলমশিং অসিনা হকচাংদা অমাঙ-অতা থোকহল্লি। মীওই খরা অমনা এ, য়ু খরা খরা চাং নাইনা নুংতিগী থকপদি হকচাং ফৈ কায়না হায়রকপসু তাই। অদুবু ইরমদম কংলৈপাকসিদা কনানবু হকচাং ফনবা থক্লিবগে। চাদা ৯৯দি মতম লেন্নবা, ঙাওনবা নুংঙাইথোক্লবা থকপা ঙাক্তা ওইরমগনি হায়না থমজগে। মসিগী পোৎলমশিং অসিবু শীজিন্নদ্রবা লৈকায় নৎত্রগা খুঙ্গংদুদি পুংচিক হেক চিক্লনি অহানবদা।

অনীশুবদা, মীওই অয়াম্বনা ৱাখল তানা, ইংনা তপ্পা ৱারী ৱাতাই শান্নরনি। অহুমশুবদা মশা মশাগী মথৌ তৌদুনা, ইমুং মনুংগী মতেং পাঙদুনা, মচা মশু শেন্নদুনা, মতম চানা তূল্লনি, মতম চানা য়াহৌরনি। মসিদা অদুম হৌরে অফবা লৈকায়/খুঙ্গং হায়বদো।

অনীশুবদা, লৈকায়/খুঙ্গংদুদা হকচাং শাজেল তৌফম জিম্নচিংবা অমদি লমহাং/লম্পাকনচিংবা থমদুনা লৈকায়/খুঙ্গংদুগী মীওই খুদিংমক হকচাং শাজেল তৌনবা হোৎনবা। মতাংসিদা মীওই অয়াম্বনা মশাগী অতনবদু কুপশিন্নবা হোৎনবদা হায়নরিবা, "ঐদি থবক চিল্লি, ইমুং লৈরে, অহল ওইরে, মথং থাদগীদি হৌরগে" হায়বনচিংবা হায়বা থেংনবিরমগনি ময়ামসু । পাবিরিবা সোমসু য়াওরম্বা য়াই মখোয়দুগী মনুংদা। য়াওবিরসু করিসু কায়দে, হৈনবীদু হোংদোল্লগা লোইরে। মীওই অমনা হকচাং ফনা হিংগে হায়রবদি য়ামদ্রবদা মিনিট ৪৫দগী পুং ১ ফাওবগী মতম চয়োল অমদা অহুল্লক অশংবা মতম কায়থোকপীদুনা হকচাং শাজেল তৌবীবা তাই। মতম খরা হেন্না কায়থোকপা ঙল্লগদি চয়োল অমদা নুমিৎ ৪/৫নি শাজেল তৌবীবা ঙল্লগদি হেন্না হকচাংদা কান্নবা ফংবিগনি। মতাংসিদা হায়জনীংবা অমনা করিগুম্বা থবক অমা য়াম্না মরুওই হায়না খনবীদুনা তৌগে খনবু খল্লবদি মতমদি অদুম থোরকপনি হায়বসিনি। মতম লৈতে হায়রিবসি তনবদগী নৎত্রগা থৌশাদবদগী লৈতবনি। 'হেলথ ইজ ৱেলথ' (হকচাং ফৱনা লননি) হায়নরিবা অসিবু থাজবিরবদি করিগীসু মতম লৈরোই।

মীওই খুদিংনা চাহৈদবা পোৎলমশিং থাদোকপদগী হেন্না নেনা তানা, ইংনা তপ্পা, মথৌ খঙনা তৌজবা লৈকায়/খুঙ্গং অমদি ওইবগী মথক্তা, মীপূম খুদিংমক্লা চাং নাইনা শাজেল তৌবা হৌরক্লবদি লৈকায়/খুঙ্গংদুদা অদুক্কী মতিক অহোংবা লাক্কনি। চাহৈদবা চিঞ্জাকশিং শীজিন্নবদগী হোংলকপা লমচৎ, ৱাঙাঙ শঙাঙ অদুগী মথক্তা মশা-মউ ফবগী হৌনবী মশক মতৌ ফজথোকপা, নহা ওইথোকপা, হরাউ নুংঙাইবনচিংবা লাক্তুনা মীপূম অয়াম্বনা অফবা ৱাখলদা মায় ওনশিল্লক্তুনা ফত্তবা, খলহৈদবা ৱাখল, তৌহৈদবা থবকশিংদগী মায় ওন্থোরক্লনি।

অহুমশুবদা, অচম্বা, অফবা চিঞ্জাক চাবিবা। অফবা চিঞ্জাক চাবা হায়বসিগা, অহাওবা চিঞ্জাক চাবা হায়বসিগা অনীসিগী খেন্নবসু খঙনা চৎপীগদবনি। অহাওবা চিঞ্জাক চাবদি মমল হেন্না তাঙবা য়াই, শেল হেন্না চঙবা য়াই। অদুবু অফবা, অচম্বা চিঞ্জাক চাবদদি অদুক য়াম্না শেল চঙদ্রবসু য়াই অদুগা শেম শাবদসু য়াম্না লায়না থোকই। শম্না অহাওবা অদুগা হকচাংদদি ফত্তবা চিঞ্জাক হায়বদি অতাওবা, অঙৌবা, মৰূ-মরাং, মোরোক-থুম্নচিংবা য়াম্না য়াওবা মথেলশিংবুনি। মসিদি শেলসু হেন্না চঙই অদুগা মতমসু হেন্না চঙই শেম শাবদা। অদুবু হকচাং ফবা চিঞ্জাক হায়রগদি মনা-মশিং, হৈ-রা, হৱাই, চাক অসিনচিংবসিনি। মখোয়শিং অসি য়াম্না তাঙবসু নতে। লৈজদুনা শঙ্গোম, য়েরুম, শা-ঙানচিংবা চাবিগে হায়রবসু ইচম চম্না ফুৎলগা নৎত্রগা চমথোং ওইনা থোংদুনা চাবনা হকচাংদা য়াম্না কান্নবা হেল্লি, অদুগা শেম শাবদসু য়াম্না মতম চঙদে, লায়বসু হেল্লি।

মরিশুবদা, লৈকায়/খুঙ্গংদুগী মীওই অয়াম্বনা অনা অয়েক্কী হীদাক/মেদিসিন্স লৈদুনা চাবগী মথৌ তারোই, লায়েংশঙশিংদা চৎপগী মথৌ তাররোই। চৎথোক চৎশিনগী মতম মাঙলরোই, শেল থুমসু তিংলরোই (মণিপুরদা চথোক চৎশিন নুংঙাইতে, মতম চঙই, হীদাক অমদি লায়েংবগী শেলসি অদুক্কী মতিক ৱাংই হায়বসি ময়াম্না হেন্না খঙবীরবা ৱাফমনি) মীওই খুদিংনা মশা মউবু ফৱবদি করিগীসু মথৌ তারুনি হীদাক্কী অমদি লায়েংশঙগী। মসিদা নুংঙাইরোইদবা হায়ববু হীদাক য়োনবা দুকানশিং অমদি অনা লায়েংশঙ কাঙবু খক্তনি। অতৈদি লোন্না কান্নবা ফংগনি অসিগুম্বা লৈকায়/খুঙ্গং অসিদগী।

অসুম্না, খুঙ্গংদুগী মীওইশিংনা চাহৈদবা, থকহৈদবা পোৎলমশিং থাদোরকপা, শাজেল চাং নাইনা তৌরকপা, মশা-মউ ফরকপা, অফবা ৱাখল খল্লকপদগী ওইরকপা অহোংবা কয়া অসিনা মীপূম খুদিংমক মথৌ নিংথিনা তৌরনি, অঙাংশিংসু মহৈ-মশীন তম্বদা পূক্নিং চঙগনি, মমা মপাশিংসু মপাশিংসু মচাশিংবু নিংথিনা তম্বী তাকপীরনি, খুঙ্গংদুদা ইংনা তপ্পা পাল্লনি, অফবা ৱাখল খন্নরনি। অসুম্না অহোংবা লাক্লবদা অতৈ হীরম হায়বদি লাইরিক হৈবা, য়ূমথোং খুদিং মৈ, ঈশিং পুশিনবা, কম্প্যুটর থাম্বা, এল ঈ দি টেলিভিজন থম্বনচিংবা খুদিংমক লায়না থম্বা, পাঙথোকপা য়ারগনি হায়বদা হায়মনবা থোক্লোই খল্লি। মীনবু মশা মউ ফৱবা, অফবা ৱাখল খল্লবা, মথৌবু তৌরবদি অতৈসিদি য়াম্না লায়না পুরকপা ঙমগনি। অদুদি নত্তনা খ্বাইদগী মরু ওইবা খোঙথাংসিবুদি তৌবিদনা অতৈ হীরমশিংবুনা হেন্না মরুওইনা খনবিদুনা তৌবিরবদি অতৈদু মায় পাক্লবসু কুইনা চৎলোই, মরমদি য়ূম্বীগী ফাউন্দেন নোপ্পনা, য়াওদবনা মতাংসিদা কনাগুম্বা খরনা ৱাখল্লোনদি ফজে থবক ওইনদি পাঙথোকপা ওইথোক্লোই, ওইবা য়ারোই হায়না খনবিবা য়াওরক্কনি শোয়দনা। মসিদা হংজনীংবদি, হৌবা ফাওবা হৌরিঙৈদা ওইবা য়ারোই হায়না খন্দুনা অহানবা খোঙথাংফাওবা থাংদ্রবদি করম্না হৌগদৌরিবা, ওইথোক্কদৌরিবা? মসি ওইবা য়াই খন্দুনা হৌরকপা মথৌ তাই হায়জনীংই। ইরমদমগী ৱাখল য়াম্না মান্নদবা, তিন্নবা য়াদবা, য়েংশিন্নবা, অনী থোকপী, অহুম থোকপী লৈ হায়বসু খঙজে। মসিনা অহানবদা অকায়বা পীরক্কনি হায়বসু খঞ্জে। মসি লৈ হায়দুনা হৌবা ফাওবা হৌদোক্ত্রবদি করম্না ওইবা য়ারোই খনবীরিবা। হৌদা হৌদোকপীয়ু, কান্নবা, অহোংবা লাক্লবদা থাজদবা, ওইরোই খনবা কাঙবুদুসু শোয়দনা য়াওরক্কনি।

মথক্কী ৱাফমশিং অসিদগী খঙবা, উবা ঙম্লে মদুদি ময়াম্না করিসু খনবিদ্রিবা অসিগুম্বা খ্বাইদগী মশা মউ ফবা লৈকায়/খুঙ্গং অমা শেমগৎনবা হোৎনবদা ফংগদবা কান্নবা ময়ামসে। অসুম্না লৈকায় কয়া, খুঙ্গং কয়া, টাউন্দ অমদি সিটি কয়া মশা মউ ফনা থম্বা ঙল্লবদি মদুনা পুরক্কদবা অহোংবা, অফবশিংদুদি অদুক্কী মতিক চাউখ্রে, ৱাংখ্রে, ফজখ্রে। অদুবু ঙসি ফাওবদা, মীচমদি লায়রদনা, স্পোর্টসপু পায়বিরিবা ওফিসরশিং, মিনিষ্টরশিং ফাওবনা মসিগী মতাংদা খন্থবীরমগনি হায়বসি থাজদে। মখোয়না করিগুম্বা খন্থবিরল্লবদি নহান্না অসিগুম্বা তমজনীংঙাই ওইরবা লৈকায় নৎত্রগা খুঙ্গং শোয়দনা লৈরম্বা য়ারে, অদুবু লৈত্রি। মখোয়না তৌবিদে, খনবিদে হায়দুনা ঐখোয় ক্লবশিং অমদি সিভিল সোসাইটিশিংনা তৌবদা করি কায়বগে, হয়েংদগী হেক্তা হৌবা য়াইনা।

মসিগী ৱাখল্লোনসি থবক্তা ওন্থবদা য়াম্নদি কান্নগনি ঐখোয়গী খুন্নাইসিদা, অদুবু অরাইবদি ওইরোই, মরুওইনা চাহৈদবা, থকহৈদবা পোৎলমশিং থাদোকপদা। তৌবগীদি অফবা থবক অমা তৌবদা অরাইবা করিবু লৈরিবগে। অরুবগী অরুবা ঙাক্তনি। অদুবু তৌগেবু খল্লবা, মীওইবনা তৌবা ঙমদবা লৈতে হায়বসি পাবিরিবা মীয়ামগী মফমদা থমজগে। There is a will, there is a way. মতুং খূৎইদা হকচাং ফনা লৈনবা, ইরৈচা অয়াম্বনা তৌবা য়াবা হকচাং শাজেলগী মতাংদা চোইনা ইজরক্লগে।

নুপা-নুপী য়ূমপানবা - নিংওন অমদি নুপী ঈশৈ শকপীনা চেকশিনগদবা

লোংজম দেবদত্ত

নিঙোন হায়বা নত্তে নিংওন হায়বনি, ৱাহৈ থৈখিবনি, নিঙোন হায়বা ৱাহৈ লৈতে। লুহোংদ্রিঙৈদা মমা-মপা, মবুং-মৌপ্বাগী মনাক্তা লৈরিঙৈদা নিংঙম্বশিং অদু ময়ূম পাল্লবা মতুংদা অওনবা লাকই হায়বগী নিংওন হায়বনি। ওংবী হায়বা নৎতে, ওনবি হায়বনি, ওংবী হায়বা ৱাহৈ লৈতে। খোম্থোক ওনবদগী ৱাহৈ থৈখিবনি। নিঙোন অমদি ওংবী অনীমক colloquial ঙাক্তনি লিটরেরি নত্তে। নিংওন্না লুহোংলবা মতুংদা অনৌবা য়ূম্নাক্তুদা ওল্লি হায়বগী ওনবী হায়বনি। সলাম নিংওন অদু লাইশ্রমদা থাজদুনা লাইশ্রম ওনখ্রবনি, লাইশ্রম ওনবী হায়বনি। চহী নিফুরোমগী মমাঙদা নিংওনশিংনা মপান্দা থোক্লকপদা ফি ইল্লম্মী, মৌশিংনা ফিদোন চিংখৎলম্মী। মীরোন কয়াগী মমাঙদগী চৎনবী ওইনা লৈরক্লবা অদুবু নাথৈদুনা চাওখৎলকপগী মীংদা চাওখৎলবা নোংচুপ লমশিংগী হৈনবী, চৎনবী ফিশেৎ কয়া উরুবদগী মীতোপকী চৎনবী কয়া পুশিল্লক্তুনা ঙসি নিংওনশিংনা ফি ইনবা উশিল্লক্তরে, মৌগী ফিশেৎসু হোংলক্লে। অমরোমদা মৌনা লাই খুরুম্বা, লাইগী থৌরম য়াওরবদি ফিদোন চিংখৎতবা য়াদে, মরম লৈরমগনি। মতমগী মতুং ইন্না চৎনবী হোংঙি অদুবু নাৎকী চৎনবীদি হোংনদে। মতমগী ঈরাংদা ঈথক ঈপোমদা তাওদুনা পুরক্লিবা অহোংবা অদুনা মীয়ামদা তাহৈদবা, উহৈদবা কয়া অমা ওইরক্লবদি ফুরুপকী অমাঙবা/মাঙজবা ওইরকই। ঙসি তাহৈদবা কয়া তারক্লিবা, তৌহৈদবা কয়া তৌরক্লিবা, উহৈদবা কয়া উরক্লিবশিং অসি মীয়াম্না য়েংদুনা লৈরবদি তুংগী মীরোলদা করি ওইরক্কনি। Identity of a community should not be lost or ruined to the march of civilisation. Traditional custom is eternally valid. It can not be amended and altered to suit one's whims and convenience. মীয়াম্না য়ূমথোং খুদিংনা খঙনরবা ঙাক্তনি, মীরোল কয়া কয়াগী মমাঙদগী তাইবঙগী থৌরম পাঙথোকপদা পাখোং পুখোংগী চৎনবী কয়া অসি পরম কায়দনা লৈরক্লবনি। হৌগৎলক্লিবা নহারোল, ইনখৎলক্লিবা পাখং লৈশাবীশিংদা মরুওইবা খরদি খঙননবা তাকপীগনি। ঐখোয় মশেল হঙ্গোইনবা থাদোক্তুনা তুংদা নিংঙমহৌদবা কয়া লাক্তনবা হোৎনগনি। অদুবু হৌখিবা চহী খরগী মমাঙদগীদি চৎনবীগী মতুংইন্না তৌহৈদে হায়দুনা থল্লম্বা অথিংবশিং অসি খঙনা খঙনা থৌশাদবা থৌওইদবা, কৈদৌয়েগে হায়বগী ৱাখলদা চৎনবী কয়াবু তুংওইননা থন্মগা, শাগৈ য়ূম মাংবদগী ইশাগী নুপীগী মশা শেংদবনা হেল্লি হায়বসি ফাউবা নমশিন্দুনা থন্মগা, তুংগী খন্দনা ঙাইহাক্কী কোমথোক্লবা, থবক ৱাই চিন্দ্রগা লোইরে, অমুক থবক চাওথোক্লবা তৌরগুমসি হায়বগী মায়কৈরোমদা চঙশিন্নখিবনা য়ামশিল্লকপদগী চৎনবী কয়া থুগাইদুনা পংতৌদা তৌশিনবা য়াওনরক্লে। চাওখৎলবনি হায়বগী ঈরাংদা, অহোংবা কয়া লাকপনা চৎনবী কয়াবু কাউথোক্তুনা মতমগী ঈচেলদা তাউথবদগী চৎনবীশিং অদুগী ওন্না তৈনবদা তৌহৈদবা কয়া তৌরকপা, তাহৈদবা কয়া তারকপনা তুংগী মীরোলদা হৌজিক লৈরিবা চৎনবীশিং অসি মমি শাল্লকপনি, ফুরুপ অসি অমম্বনা কুপশিল্লকঅনি। কুমজা ১৯৮০ অদুৱাই ফাওবদি মীতৈগী মীংদা য়ূম্নাক্লা মিংগী তুংদা থম্বা কয়া লৈরমদে। খুদম ওইনা হায়রবদা মিং থোনবদা লাইশ্রম বিরকুমার হায়রম্বদগী বিরকুমার লাইশ্রম হায়বগী চৎনবী অসি য়াম্না পাক চাউনা থিংবীনবা লৈতনা ঈহৌ অমা ওইনা শন্দোরক্লে। মাও সে তুং, ইউ থান্ত হায়বনি সে তুং মাও, থান্ত ইউ হায়বা মিং অমত্তা চাইনাদা, বর্ম্মাদা, থাইলেন্দা লৈতে। মালেমদা মিংনা ফুরুপকী মশক তাকপনি। মরম অসিনা ইমুং মনুং মমা-মপানা মচা মশুগী মিং থোনবদা চেকশিনগনি। মীরাল অমা অনীগী মতুংদদি ফুরুপকী চৎন-কাঙলোন্দা পামদবা অহোংবা কয়া ওইরকপা য়াবগী অকিবা চাউনা লৈরে। মরম অসিদগী মীয়াম্না খঙনদুনা লৈরবা চৎনবী কয়া, অউবা অখঙবা, মায়চৌশিংনা থন্বীরম্বা ৱাংউলোন পাউরৌশিং অমগা অমগা নৌহৌননা নীংশিংনরবদি ফুরুপকী অফবা ওইরক্কনি।

১) শিংলূপ শাগৈ নাতৈগী চৎনবীদা য়েক তিন্নবা, য়ূম্নাক শাগৈ মান্নবা লৌনহৈদে, নুপী লৌফদে। ২) নুপাদগী নুপীনা হল্লবদি লাইগী মচামক ওইদুনসু, পামু নুংশি লিশীং ওইদুনসু নুপা নুপী লৌনফদে। নুপা নুপী অনীমক কুমজা ইতা মান্নদুনা মপোক থা তিন্নরবসু লৌনফদে। কুম অমতদা থাশিংদা হনবা পোকপা ওইরবসু লৌনফদে। ৩) য়ূমগী কোহেন লাহেন পিবা ওইবশিংনা মনীং তম্না নিংওন য়েংদুনা মমা মপানা য়াদবা কাদ চেন চোংবা (নুপী চেনবা) তৌফদে, লমচৎ কারন তাফদে। ৪) য়ূমগী নিংওন ওইবীশিংনা মফম মতম মওং য়েংদনা ৱা য়াম্না ঙাঙফদে, লৈকায় তোয়না কোয়ফদে। মমা-মপা, মবুং-মৌপ্বা খঙহনদনা মনীং তম্না কোয়ফদে। ৫) নুপা-নুপী মরুওইনা নিংওন ওইবিশিংনা ঈংনা তপ্পা ঙাঙগনি, য়াৱা খোঞ্জেন হৌফদে, খাক্লা লাউনা নোকফদে। ৬) নুপা-নুপী পাম্নরে নুংশিনরে হায়দুনা চৎনবীগী ৱাংমদা মমা-মপা অহল-লমন্না য়াদবা কাদ মনীং তম্না চেন চোঙফদে। ৭) নুপীনা মীগী মৱা (মীৱা) ঙাঙফদে, ৱাথোক ওইগদবা লৈকায় পাউ পুফদে, ওইদবদা অওইবা শাজিন্দুনা ঙাঙফদে। য়ূমগী লৈমিন্নবশিংগী মরুওইনা মপুরোইবগী নাকোং ৱাই চিনবা ৱা তম্ফদে। ৮) চাকখুম মপান থোক্লিবী নুপীশিংনা মঙানি কোক-লূ তুমদ্রিমখৈ লাইগী থৌরম তৌফদে, লাইগী কোন-লিক্লচিংবা শোকফদে, হৈরুক তাংলা-পানা তাংলা শেম্ফদে, লৈ হেকফদে, য়ূমগী চাক-এঞ্জাং থোংফদে। ৯) য়ূমগী নুপা ওইবশিংনা মশা শেংদবী নুপীনা শেৎপা ফি শোকফদে। করিগুম্বা শোক্লুরবদি লাইজ ইরুথোক্কনি, শেৎলিবা ফি অদুসু তুমথোক্কনি। ১০) 'মশা শেংদবা মতমদা লুহোংবা শুকয়া য়াদে, তৌহৈদে' হায়বসি নিংওন ওইবীগী পুন্সিদা শুংকাউ কাউরোইদবনি। নুমিৎ মঙানি শুদ্রিঙৈদা কোক-লূ তুমথোকঅদি য়ারে, শেংঙে হায়দুনা নুপীবু লুহোংবিরিবা অসি খ্বাইদগী তৌহৈদবা, চৎনবীগী ৱাংমদা পাঙথোকপা লংজবা থৌরমনি। মসিনা ইমুং মনুং ফুরুপকীদা নত্তনা নুপী অদুগী তুংগী পুন্সিদা মচা মশুশিং নিংঙমদবা কয়ানা পেন্দবা লাক্কনি। লুহোংবগী চেপাউ (বার্ত্তন) চৎখ্রবসু মশা শেংদবগী মতম ওইরবা নৎত্রগা মশা শেংদ্রবদি লুহোংবদু য়ৈথোক্কনি। লাইগী পরমদা পাঙথোকপা মীয়াম তিনবা তাইবঙ থৌরম অমত্তা য়াওবা য়াদে। নিংওন ওইবীগী পুন্সিদা অমুক্তমক থোকপা লুহোংবগী থৌরমদা তৌহৈদে হায়বদু তৌরবদি থৌরম অদু লাইগী পরমদা অরেম্বা তারে, লাইদা লংজবা ওইনা থোক্কনি। নুপী অদুনা পোকপা মচা মশুশিং অদু মীথোই মীহেনবা ওইবদা ৱাগনি, পুন্সিগী পাঙথোক্কে নীংবা থৌরমদা পল্থুং য়ৌবা ৱাগনি, হোৎনজরুবা অদুগী মায় পাক্লবসু মহয় চাবা ৱাৎকনি। নুপী অদুনা মরম ওইরগা মৱা মপুরোইবগী পুন্সিদসু নীংবা থুংদবা, নিংঙমদবা কয়া মায়োক্লগনি। ১১) মশা শেংদবগী ৱাফম অসি ঈশৈ শকপী নুপীশিংসু য়াম্না চেকশিনগনি। লুহোংবগী চেপাউ লৌদ্রিঙৈদা ঈশৈ শকপী নুপীশিংনা মশা শেংদবগী ৱাফম অসি য়াম্না লুম্না লৌগনি। চাউরাক্লা কুমজা ১৯৮০ অদুৱাই ফাওবদি অহল-লমনশিংনা নুপীশিংবু নাহুৎ-নারেং, লু-কোন থাংবা, লুহোংবা, চুক-শা/লান্ন থৌরম, ফিরোইনচিংবা থৌরমশিংদা ঈশৈ শকহল্লমদে, নুপীনা কোরটান অচৌবা পায়বা য়াদে হায়না অথিংবা থল্লম্মী। ১২) ইমুং মনুং তানরমদনা মরুওইনা মমা মপাগী অয়াবা য়াওদনা নুপানা নুপী থিরবা মতুংদা ঙম্মী হায়দুনা মমা-মপা থাদোক্তুনা তোঙান চাফদে। নুপানা নুপী মৱা লৌদুনা য়ূমগী লৈমিন্নরিবশিং অমদি মমা-মপাগা খৎন-চৈনফদে। থাজ তরা নাউপুবা অমদি য়োকপী থাকপীরকপা মমা মপাদা অৱাবা পীফদে। ১৩) নিংওনশিংনা মতম পূম্নমক্তা মমা মপা, মবুং-মৌপ্বা, অহলশিংগা তানরগা থবক তৌগনি। নুপীশিংনা ইমুং মনুং তানরগা মরুওইনা মৱা-মপুরোইবগী ৱাখল্লোনগা লোয়ননা থবক তৌগনি। ১৪) নুপীনা মৱা-মপুরোইবা অমদি ইমুং-মনুং, মচা-মশুগী মফমদা লৌনম নমথাক তৌফরোই, মচিননা অমা ঙাঙবা, থৌরমনা অমা তৌবা লৌনম লমচৎ চৎফরোই, অৱাবা নংগনি। ১৫) তাইবঙ কুম্মৈ শান্নগে হায়দুনা পোক্লক্ত্রিবা, তাইবঙ ফাওরকত্রিবা মুনু তাইবঙগী, অচৎ-চত্তা থৱায় পানবশিংগীদমক্তা মপূনা শেম্বীবা মালেম তাইবঙপালনি। তেংপানবা মপূ অপোকপগী মতিক ময়াই, তাইবঙ খূৎশেম, তাইবঙ কুম্মৈ লৈতেংগীদমক্তা মপূনা তুগ-ৱাগ হায়না তাইবঙ য়ূম পালহল্লি, নুংশিবগী লৈকোলনি, পামুবগী হৈকোলনি। অসুম্না তুগ ৱাগ য়ূমপানবসিদা নুপী নুপা অনীনা লমচৎ শাজৎ চুমদ্রবদা, অমনা অমবু লৌনম নমথাক চৎনরবদা, নুপীনা মপানগী তাউজিংলোনচা চা, নুপানা মপানগী লৈরাং লোনচিন চিন, মপূগী ৱায়েল নোংদম থুগাইরবদি তুগ ৱাগ য়ূমপান পুন্সি অৱাবগী অৱাবা ওইনা পুন্সি কেমগনি। ১৬) তুগ ৱাগ তাইবঙ য়ূমপানবদা অয়ূক, নুমিৎয়ুংবা, নুমিদাংৱাই (য়াচংবা) অমসুং তুগ ৱাগ অনীগী মপোক নুমিৎ, লাইগী মপুং ওইবা নুমিৎ (ৱাকচিং নোংমা পানবা, ইমোইনু, কৃষ্ণ জন্ম অসিনচিংবা), লাইনীং চরা হেনবা মতমদা তুগ ৱাগ অনীমক নুংশি চিনলোকনা পাম্মু চিনতিন্নফরোই। ১৭) তুগ ৱাগ অনীনা পূক্নিং পুকচেল অমত্তা ওইনা, শেগা-মাইগা, পামু নুংশিনা ইংনা চিক্না, ৱাখল কারন তাদনা চেক্লাগুম চিনলোক্লগনি পোম্বীগুম চিনতিন্নগনি। অনীগী পূক্নিংনা খাইবুং খাইবুংলবদি মতম অদুদা হুনখিবা মরূদগী ওইরকপা অঙাং অদুসু মীওই মীতৌ চাদে। ১৮) "অঙাংদি নিংথাদা খঙই" হায়বসি মীরোল কয়াগী মমাঙদগী থন্বীরম্বা পাউরৌনি। নুংগী ওইবা লোন্দা নিংথা হায়রিবসি অঙাংগী নিংথা ফিদুবু নত্তে। চিনতিন্নবগী মতমদা তুগ ৱাগ অনীনা অমত্তা ওইনা করি ৱাখল খল্লগা, করি হায়না নীংলগা, মরূ অদু হুনখিবগে/থাখিগে - মসিবু 'নিংথা' হায়বনি। ইমুং মনুং অদুগী তুংগী য়ূম্বীরেল ওইগদৌরিবা অঙাং অদুগী ক্বালিটি এন্দ ষ্টেটস অদু অনীনা চিনতিন্নদুনা মরূ হুনখিবা মতমদগী ওইখ্রবনি হায়বসি তুগ ৱাগ অনীনা ৱাখল তানা নুংশিননা ৱারী শান্নদুনা খঙমিন্নগদৌবনি চিনলোক্লগদৌবনি। 'য়ূমপানলোন তুরেল লৈঙোইদগী হেন্না কুপ্পী' হায়বসি ইচম চম্না হেক্তা হায়বা নত্তে। "The quality of soul (human being) that you two are going to create during coitus has a direct bearing on the circumstances you two are creating at the time union". The health of a new born baby is also related with the mental and physical health of parents. ১৯) তুগ ৱাগ য়ূমপানবসিদা নুপানা লৌনম পুকচেল চৎতুনা মপানগী কনাগুম্বীগা লমচৎ লোনতিন তিল্লুরগা, হল্লক্তুনা য়ূমগী য়ূমলৈমা ওইবিগা পামু চিনলোক্লা নুংশি চিনতিন্নদুনা পোকপা মচাদি মপা য়েক্লবা ওইগনি। মতৌ অসুম্না য়ূমগী য়ূমলৈমা ওইবীনসু মপানগী কনাগুম্বগা তাউজিং লোনচা চা লমচৎ লোনতিন তিন হল্লক্লগা, য়ূমগী মৱা মপুরোইবগা য়ূমতিন্নদুনা পোকপা মচাদি মমা য়েক্লবা ওইগনি। ২০) তুগ ৱাগ অনীনা লমচৎ কারন চৎনদুনা, শাচৎ চুম্নদদুনা, নুপীসু মপান্দা হুরান লমচৎ চৎ, নুপাসু মপান্দা হুরান লমচৎ চৎ অদুগা তুগ ৱাগ য়ূমপানবা ওইবগী হৌনশা য়ূমদসু নুংশি চিনতিন্নদুনা হুনবা মরূদগী পোকপা মচাদি মমা-মপা য়েক্লবা ওইগনি। থোইদোকপা অমদি করিগুম্বদা অঙাং অদু দিসএবল ওইবা, তাইবঙ মতৌ ওইবগী য়েংহৈদবা, অৱাবা ফীদম ওইগল্লি। ২১) তুগ ৱাগ য়ূমপানবদা করিগুম্বা অঙাং অমত্তা মমিৎতা উদ্রবদি তুগ ৱাগ অনীগী পুন্সিদা করিগুম্বা অচৌবা অনম অহা লৈরে হায়বা খঙগনি। অসিগুম্বা পুন্সি অনম অহা কোক্লবা পূম্নমক্কী য়াইবিকোন ওইবা লাইনিংথৌ শিদবা, মালেম লৈমরেন শিদবীগী খুয়া থম্বালবু থম্মোয় চেৎনা কোনগনি, নোংদম মপূ কৌনা পুন্সি তেংথাজগনি। অকাউনুং লৈতনা খোয়ুম খাদা চঙজগনি। মতম লৈরিঙৈদা অখঙ অহৈ তানগনি। ২২) তুগ ৱাগ য়ূমপানবদা করিগুম্বদা অঙাং অমত্তা উদবদা নুপী অদুনা য়ূমগী নুংশিরবা মপুরোইবা লৈনা লৈনা মচা পোক্লবনি হায়দুনা মপান্দা লমচৎ লোনচৎ চৎতুনা, তাউজিং লোনচা চারবদি য়ূমপান পথাপ কায়বগী অচৌবা মরালনা, মপূগী অকনবা চৈরাক্লা, লাইনিংথৌগী তমথিরবা মীৎয়েংনা নুপী ওইবী মহাক্কী পুন্সি অদু ৱানা ৱানা লেনগনি। ২৩) তুগ ৱাগ য়ূমপানবদা অচৌবা ওইনা য়াম্না চেকশিন্না ঙাক্কদবদি নুপীগী মেন্স মতমদা নুংশি চিনলোক্লা পামু চিনতিন্নফদে। ২৪) নিংওন ওইবিনা শিঙেল পোল্লম্বদগী লৈরাং শাৎলক্লবা মতমদা লুহোংদ্রিঙৈগী মমাঙদা কনাগুম্বগা তাউজিং লোনচা চারবদি মৱা মপুরোইবা হাৎপগী মরালগুম অচৌবা মরাল ওইগনি। ২৫) পাখং ওইবশিংনা তাউজিং হৈরেপ মপূং ফারক্লবা মতমদা লুহোংদ্রিঙৈগী মমাঙদা কনাগুম্বীগা লৈরাং লোনচিন চিল্লবদি হকচাংগী খাইবোক মশক ওইরিবী, য়ূমলৈমা ওইরিবী, য়ূমলৈমা হাৎপগী মরালগুম অচৌবা মরাল তাগনি। ২৬) থৱায় পানবশিংগী মনুংদা খ্বাইদগী অথোইবা মীগী মপোক্তা পোক্লবা তাইবঙনা শাচৎ লমচৎনা পুন্সিগী থাউমৈনি নীংগনি। মীওইবগী ঙমখৈ লৈত্রবা লোইনদুনতা লৈরবা, অপাম মীহৌ পুন্সিগী কুম্মৈ পূম্নমক্তা, শাচৎ লমচৎকী মতুংইন্না মতম কৌবী ইমানা পুন্সি নোংমা নোংদম্বীরি হায়বসি তুগ ৱাগ অনীনা কাউফদে। ২৭) শেল পায়রিঙৈদা শেল তুংশিনগনি। থবক্তগী পোথারগা শেল তুংশিনবা নীংবা থুংদবনি। পাঙ্গল কল্লিঙৈদা পাঙ্গল য়োক্কনি। চহী য়াংখৈ হেল্লগা পাঙ্গল য়োকপদি পাঙ্গল হঙ্গৎপা ৱাবনি। অখঙ অহৈশিংনা তাকপীরম্মী, "অয়ূক নুংথিলদনা শুমহৎনীংঙাই ওইরবা, নুংদাংদনা ঈ থকপা তাইবঙ য়ূমথোং খুদিং কৈ অমোম লোইরে।" য়ূমথোং খুদিং কৈ অমোম লোইরে হায়বদি অপাম মীহৌ লাংদা পেনবা নাইদবনা নুপা ওইবশিংনা খন্থবা ৱাৎপদগী নুপী লোল্লে হায়বনি। পুন্সি পীখম্নবনি খঙগনি। ২৮) লন পূম্নমক্তগী খ্বাইদগী অথোইবদি হকচাংনি, সনা খুদোপ য়াইওইবগী মশক ওইরবা মতিক ময়াই লৈরবা হকচাংনি। লন হায়রিবসি হকচাংগা লোয়নবা পাঙ্গল অদুবুনি। পাঙ্গল অদুবু পেনবা লৈত্তরবা, ওকপা লৈতরবা ফম্বীথোংগী ময়াইনা থুমহৎখিদুনা মাঙহল্লবদি তাইবঙ পুন্সিগী খোইরেন শাংঙম্বা অদু তেনশিল্লক্লগনি, তাক্লক্লগনি (কোংগোন তাকপা)। লম্বা লৈতবা মোইরাংগী পুরেনবনা 'খোইরেন্তাক্তা অমুক্তদা কৈ তরেৎ ফাখি' হায়বদি পুন্সিগী খোইরেন অদু মনুং মতম চাদনা তাকখিদনবা (খোইরেনতাক) পাঙ্গল অদু য়োকপদগী পুরেনবনা কৈ তরেৎ অদু মথং মথং অমুক্তদা লাক্লবা (পাননবা) ঙম্বগী পাঙ্গল লৈবনি, নুপা ওইবশিংনা কাউফদে। ২৯) ৱাখল পূক্নিং পুকচেলবু মীৎকুপকী মনুংদা খুদুম চনবা ঙম্বা ময়াই কনখ্রবা ৱাখলগী মতিং ফুদোক্লিবা ফম্বীথোংনি। মীহুল থাহুনগা লোয়ননা পূক্নিং, পুকচেল, হকচাং কয়াৎপু মীকুপকী মনুংদা শুক্মৎপা ঙম্বা, মীপাইহনবা ঙম্বা, ফম্বীথোংগী ময়াইনা ৱাখল লৌশিং লাঙ্গোই চনখ্রগদি মীওইবা পুন্সি কুমখিনি (শীজিন্নবা থাং ময়া কুম্বনি, তুমশিল্লকপনি)। ফম্বীথোংগী মখা পোনখ্রগদি পুন্সি অমম্বনি, পুন্সিগী অমম্বনা ৱায়েল্লক্কনি, পুন্সি মমি শাম্মক্কনি হায়বা, লেপ্পা লেপ্পবা হোংবা য়াদরবা ৱানে - নুপা নুপী অনীনা ৱাখল তানা খঙমিন্নগনি। মরম অসিদগী মীওইবনা, পি-পা অনীনা মাগী মাগী পুন্সিদা য়াম্না চেকশিনগনি।

পাখোং-পুখোংদগী লৈরক্লবা পরম-চৎনবীশিং অসি নুপা-নুপী অনীনা ঙাক্লা চৎলবদি পুন্সি নুংশাংগনি, পোক্লক্কদৌরিবা অঙাং অদুসু মীথোই মীহেনবা, তিনচং কাইচংদবা, মী অচংবা অমা ওইবদা মতেং ওইগনি। মতম অমদা হায়দোকহৈদে, নাকোং অনী শুনা তাবা য়াদে হায়দুনা লোননা থুপ্পা হায়দোক্লদনা থম্নরম্বা কয়া কয়া, মতমগী য়াওন তুংইন্না পুন্সি ঈচেল লেপ্তুবনা চক্কী লাকয়েন্না য়ৌরক্লবদা মতম কৌবী ইমানা মতম য়েংনা য়াকাইরক্লে। তাহৈদবা তৌহৈদবা কয়াগা লোয়ননা লারৈ-লাথুপ কয়াসু ফোঙদোক্লরক্লে। ঈবু শেম্বীরিবা-শাবিরিবা, ঈগী মপূসু ওইবিরিবা হকচাংনুংদা লৈরগা ঈবু থৌবিদুনা তাইবঙ মথৌ তৌহল্লিবা, ঈবু ঈকোনবিদুনা তাইবঙ থৌরম পাঙথোক্লিবা, তাইবঙ কুম্মৈ শান্নরিবা পূম্নমক্কী মপূ 'ইপুথৌ' (মীয়াম্না ইবুধৌ হায়নবা) অমা লৈ হায়বা তাইবঙনা খঙগনি। চেকশিল্লু তাইবঙপান চেকশিল্লু তোৎলিবা চাক অদু হুকপা নংহৌরোই। চক্কী লাকয়েন য়ৌরক্লে, মাঙদা কনা উরোই, তুংদা কনা চৎলোই। নুংশিনৌ নুংশিনৌ মালেম ইমাগী তম্পাক্তা পাল্লিবা তাইবঙপান নুংশিনৌ, পামুনৌ।

চহী নিফুরোমগী মমাঙদা অখঙ অহৈ অহলশিংনা তাকপীরম্বশিং অদু মীয়ামদা খঙহন্নীংবদগী চেপাউদা ফোঙজবনি। নুপীশিংনা য়ানীংদবা য়াওরবদি ঙাকপীগনি।