A newspaper dedicated to the cause of Human Rights

নহারোলগী থৌদাং

ইম্ফাল, জনুৱারী ৫, ২০১৮, ইরাই

ঙমখৈগী চয়েৎনবা

সরকারনা মীৎয়েং চঙফম থোকই

ইন্দিয়াগী লমখৈগী শরুক্তা লৈরিবা মণিপুর অমসুং য়ুমথংনরিবা ম্যান্মার অনীগী লমখৈগী চয়েৎনবা অসি মতম শাংলক্লে। মমাঙদা য়ুপিএ সরকারগী মতমদা প্রাইম মিনিষ্টর ডাঃ মনমোহন সিংহ পাল্লিঙৈ মতম ম্যান্মারগা য়াম্নবা অমগী মখাদা লমখৈগী চয়েৎনরিবসি কোরুননবা হায়দুনা লৈবাক অনীগী মীহুৎশিং য়াওবা জোইন্ট সর্ভে টিম অমনা সর্ভে তৌবা ফাওবা হৌরক্লেনি। মণিপুর অমসুং ম্যান্মারগা তাইনরিবা লমখৈগী শরুকশিং অসি অঙক্তা চীংগী শরুক অমদি শোংলবা উমং-রাম্নং কয়া লৈবনা জগাশিং অদুদা জোইন্ট সর্ভেদো পাঙথোকপা হায়বসি অরাইবা অমদি নত্তে। মসি ওইদুনসু জোইন্ট সর্ভে অসি চথবা হৌরকপদা ম্যান্মারগী মায়কৈদগী মণিপুরগী লমখৈগী শরুক কয়া অমা খোপচিল্লক্তুনা মথেংগী আমিশিংগী টেম্পোরেরি কেম্পশিং শাজিল্লকপতা নত্তনা বোর্দর পিল্লর কয়া ফুক্তোক্তুনা মাঙহল্লকপদগী এসেমব্লি ফ্লোর য়ৌরক্তুনা চিফ মিনিষ্টর ও ইবোবীগী মতম ২০১৩গী দিসেম্বরদা সেটরদা য়াম্না কয়া তক্করবা মতুং সর্ভে অদু থিংজিনখিবদগী হৌজিক মখা তানা সর্ভে তৌবা ঙমদ্রবা লৈরি।

মসিগী মতুং ২০১৫কী জুলাইত থা অমসুং ২০১৬কী জুলাই থাদা ২রক হয়না সর্ভে জেনরেল ওফ ইন্দিয়াগী মীহুৎশিং অমসুং ম্যান্মার গভর্নমেন্টকী ওফিসিয়েলশিং য়াওনা সর্ভে তৌগ্রবা মতুং মদুদা চয়েৎনবা কয়া থোক্তুনা মখা তানা সর্ভে তৌবা ঙমখিদে। সর্ভে তৌবা লেপখ্রবসু ম্যান্মারগী মায়কৈদগী উখ্রুল দিষ্ট্রিক্টকী চোরো খুল্লো, হোলেনফাই অমসুং গোবাজাংনচিংবা জগাশিংদা লেপ্পনা লম খোপচিল্লকপদগী ওল পোলিটিকেল পার্টি কম্মিটি শেমদুনা হকথেংননা ম্যান্মারনা বোর্দরগী লমখৈ লাম্না খোপচিল্লক্রিবা কয়া অদু য়েংশিনবা হৌখ্রে। হৌজিকসু ম্যান্মারগা তাইনরিবা বোর্দর পিল্লর ৯গী শরুকশিংদা চয়েৎনবা লৈরি। গোবাজাং এরিয়াদগী বোর্দর পিল্লর নম্বর ৮০ ফমম খঙদনা মাঙম্লে। বোর্দর পিল্লর ৭৪, ৭৫ অমসুং ৭৬কী এরিয়াদসু চয়েৎনবা লৈরি। হৌজিক লৈরিবা বোর্দরগী চয়েৎনবশিং অসি জোইন্ট সর্ভেদো অমা পাঙথোক্তুনা চপ চাবা লমখৈগী শরুক অমা খঙদোক্তুনা ফেঞ্চিং তৌদনবা য়াম্না তোয়না ম্যান্মার অমসুং মণিপুরগী লমখৈগী শরুক্তা চয়েৎনবা কয়া থোক্রি।

হৌজিকসু ম্যান্মার অমসুং ইন্দিয়াগী লমখৈগী শরুক্তা লৈরিবা মণিপুরগা তাইনরিবা নো- মেন লেন্দগী এরিয়াদা ম্যান্মারগী মায়কৈদগী জেসিবি শীজিন্নদুনা নৌনা লম লৌশিন্নবা হোৎনরকপদগী চয়েৎনবা কয়া থোক্রি। নো- মেন লেন্দ অসি লৈবাক অনীগী ওইনা কন্সিঙনা মখল অমত্তগী থবক পায়খৎপা য়াবা মফম নত্তে। টেংনৌপল দিষ্ট্রিক্ট পুলিসকী এসপিগী ইনস্ট্রক্সন মখাদা মোরে পুলিস অমসুং অসাম রাইফলসনা লোয়ননা ম্যান্মারনা নো-মেন লেন্দদা লম খোপচিল্লকপা থিংবগী থবক চথরবসু পোলিসি অমগী মখাদা তৌবা নত্তবনা মসিনা তুং-কোয়বা সোলুসন অমদি ওইরোই। ইন্দিয়ানা মী লৈবসু য়াদবা পাকিস্তানগা তাইনরিবা ইনি দয়াগী লমখৈগী শরুক্তা লৈরিবা উনগী লম ওইরিবা সাইচিন গ্লেসিয়রদা অহেনবা ক্রপ কয়া থাজিন্দুনা ঙমখৈ ঙাক্তুবা হোৎনরিবা অসিগুম্না ম্যান্মারগা তাইনরিবা মণিপুরগী ঙমখৈ জগাশিংদসু জোইন্ট সর্ভে পাঙথোক্লগা চপ চাবা লমখৈগী শরুক অদু খঙদোক্তুনা ম্যান্মারনা মখা তানা লম খোপচিল্লক্তবা ষ্টেট সরকারনা সেন্টরদা অকনবা প্রেসর পীদুনা অহেনবা ক্রপশিং থাজিন্দুনা লমখৈ কনবা মথৌ তাই। ঙাইহাক লৈতনা লমখৈগী উংখৎনবা অসিনা তুংদা নাকল অনীগী মরক্তা মুক্তবা থোক্তুনা ফত্তবা ফল লাকপা য়াই। মী কুংনা তারিবা মফম ফাওবদা ম্যান্মারনা লম খোপচিন্নবা হোৎনরিবা অসিনদি মনুং হঞ্জিনবা উমংগী শরুকশিংদদি মণিপুরগী লমখৈ কয়া অমসু খোপচিল্লগ্রোই হায়নিংঙাই লৈতে। অদুনা ইশু অসি য়াম্না সেরিয়স ওইনা লৌফম থোকই।

এদিটরদা থারকপা চিঠি

থাগৎনিংঙাইনি

ইকাই খুম্নজরিবা এদিটর,

মীওইবা পুম্নমক অচুম্বা পাম্মী। অচুম্বা পাম্না মী অদুনা মশাগী ওইজবা থিরকপদা অরানবা তৌরকই। লাম্লি খঙলবসু ওইজবা পাম্বদগী শেঙ্গা থুমজা তৌরকই। শেঙ্গা-থুমজা তৌরকপদগী মীয়াম্না পেন্নদবদগী ঈরাং হৌরকই। মীশি-মীনা ফাওবা থোক্লকই। মীশিংনা নোংমা নোংমগী হেনগংলকপা লমনদি চাওবা হেঙ্গৎলক্তবনা , লৈফম চিন্নরকপদগী য়ুম্লোন -কৈরোম্নবগী ইম্খোল অমগা ইম্খোল অমগী মরক্তা খোঙাবান লৈনরক্লমদু ঙসিদি লৈনরক্লে। ইরম-নালা খোপচিন্দুনা লম কনশিন্নখিবনা ঈশিং চেনফম লৌতবদগী খুৎশেমগী ঈচাও মফম অয়াম্বা মায়োক্লরে। পোকম্নিঙবা মচিন মনাওফাওবা মপা মপুনা থম্নিন্নবা লৌরি য়ুম্ফম য়েম্বদা ৱায়েনশঙ য়ৌনরে। লমগী ৱাথোক্তা পাকথোক চাওথোক্লক্তুনা ৱায়েনশঙ য়ৌনরকপা ৱাফমসিগী মরু ওইবা দায়ত্বদি লৌরুংশঙ (সেট্লমেন্ট দিপার্টমেন্ট) নি। মরু ওইনা লমগী রেকোর্দ অমদি মেপ অসি লৌরুংশঙগী শেন্নবনিনা লম ওল্হোক ওনশিন তৌবসি লৌরুংশঙগী মথৌনি। লৌরুংশঙগী মীওইশিংনা থম্মোয় শেংনা থবক তৌরবদসু লমগী কেস লৈখিগদ্রা? মীগী লমদা হেনজিন্না দখল তৌরিবা কনানা লম ওনবীয়ু হায়রবদি? মাগী মাগী পাট্টাদা অমদি মেপ্তা লৈরিবা রেকোর্দ অদু য়েংলগা নঙগীনা সিনি মাগীনা সিনি হায়দুনা ওল্হোকপীবদা কনানসু য়াদবা ঙংলৈ। য়াদ্রিবদো লাল্লবনি। অদুবু শেঙ্গা থুমজা তৌদুনা অচ্ছা নাথৈরগা রেকোর্দ ওল্হোক ওনশিন তৌরবদি ৱায়েনশঙদা ৱাকৎনরকপা তাবনি। ৱায়েনশঙা অমুক ৱায়েনবদা কুম পুদুনা লোইবা নাইদনুনা উকিলশিংগী চাকথাক হুনবদা লৈজরম্না লন থুম তাক্লনবদা শিবা কিদবা পোক্লক্তুনা মীহাৎ মীপুন য়াওনরক্লবদি লৈবাক অসিদা শান্তি লৈখিগদ্রা?

ইপা লাই ইপু লাইগী খুঙম খুরাই অহোংপুঙ হায়বা ইপা ইপুনা থম্নিরম্বা লাইফম ফাওবা মীতোপ মীয়ানচাদা পাট্টা পানশিনবীদুনা পীথোকপা ঙসিনদি অতৈ সাধারন মীওইদদি করি তৌরমগনি। ষ্টেটকী খাসলেন্দদা শেঙ্গা থুমজা তৌদুনা পাট্টা পংপীদা পীবদগী ৱাথোক কয়া লেপ্পনা থোকপগী মনুংদা স্পোর্টস য়ুনিভর্সিটি শাগদবা মফম ফাওবদা চয়েৎনবা থোক্লি। হন্দক্কী অনৌবা সরকার অসিনা সেট্লমেন্ট দিপার্টমেন্টকী ওফিসিয়েল ৪ থবক্তগী সম্পেন্দ তৌখিবসি থাগৎনিংঙাইনি।

অদোমগী
ক্ষেত্রিময়ুম সুরজ মীতৈ
থম্বালখোং সাবল লৈকায়, তোপ নাওরিয়া

হকশেল কাংলোন

Friday Special Page

হার্টকী লায়না অমসুং চিঞ্জাক

ডাক্তরনা হায়রি
ডা. এস. ইবোমচা (রিটায়র্দ দাইরেক্টর, হেল্থ সার্ভিসেস)

০ ত্রান্স ফেত্তি এসিদ অসি হার্টকী অমাঙবা লৈত্রাঃ ত্রান্স ফেত চাবা অসিনা কোরোনারি হার্টকী লায়না হেঙংহল্লি অমদি ইখাঙ খঙহৌদনা হেক শিবগী চাং ৱাংহল্লি। ত্রান্স ফেত চাবসিনা কোরোনারি আরটরিগী লায়নানা শিবগী চাং চাদা ২৮ হেঙ্গৎহল্লি। মসিনা এলদিএল কোলেষ্টেরোল, ট্রাইগ্লাইসরাইদ অমদি লাইপোপ্রোটিন চাং হেঙ্গৎহল্লি অমদি এচ দি এলগী চাং হন্থহল্লি। ত্রান্স ফেত্তি এসিদনা ইনফ্লেমেসন থোকহল্লি ইন্দোথেলিয়েলগী মথৌদা অপনবা পি, ইন্সুলিন রেজিষ্টেন্স হেনগংলি, পুক নোইথোকহল্লি অমদি হার্ট চোংবগী চাংদা অকায়বা লাকহল্লি।

০ ওমেগা-৩ ফেত্তি এসিদ অমদি ওমেগা ৬ঃ ওমেগা ৩ ফেত্তি এসিদ অমদি ওমেগা ৬ অসিগী চপ চাবা কয়াম কান্নগে হায়বসি খঙবদা খরা ৱারবসু মখোয়সিনা এলদিএল কোলেষ্টেরোলগী চাং হন্থহন্দুনা হার্ট অসি অতৈ লায়নাদগী ঙাকথোকই হায়বসিদি খঙবা ঙম্রে।

অথম্নবা হার্টকী ফগৎনবা চানবা থাওঃ চানবা থাওশিং অসিদা য়াওবা স্যাচুরেটেদ ফেত্তি এসিদ, পোলি স্যাচুরেটেদ ফেত্তি এসিদ, মোনো অন স্যাচুরেটেদ ফেত্তি এসিদ য়াওবগী চাং অসি অমগা অমগা খেন্নৈ। চান্নরিবা য়ুবী থাও অসি অমদি পাম থাও অসিদি স্যাচুরেটেদ ফেত্তি এসিদ য়াম্না য়াওই । মায়কৈ অমরোমদা চোরফোন থাও, রেপসিদ , হঙাম থাও, লৈবাক হৱায়গী থাও, রাইস ব্রান অমদি সিসাম হায়রিবশিং অসিনা মোনোস্যাচুরেটেদ কান্নৈ। নুমিৎ লৈগী থাও, সাসফ্লেরলাগী থাও- মখোয় অসিনা পোলি অন স্যাচুরেটেদ ফেটকী শরু য়াম্না য়াওবনা চানবদা হেন্না কান্নবা ফংই।

উহৈ চাবা অমদি মনামশিং চাবাঃ উহৈ অমদি মনা মশিং ফজনা চাবা অসিনা কোরোনারি হার্টকী লায়না অসিগী চাং হন্থহল্লি হায়বসি খঙবা ঙম্লে। উহৈ ৱাহৈ অমদি অশং অমান ফজ-ফজনা চানবা হকচাং ফজনা, মশা মউফনা থম্না ঙম্মী। মদুদা নত্তনা হার্টকী লায়নাদগী ঙাকথোকপা ঙম্মী।

নটসঃ নট চাবা অসি হকচাংদা য়াম্না কান্নে। মসিনা হার্টকী লায়না কয়াদগী ঙাকথোকপা ঙম্মী

হোল অমসুং রিফাইন্দ গ্রেনসঃ হোল গ্রেন অসিনা হকচাংদা য়াম্না কান্নবা অদুগা ভিটামিনগী দিফিসিয়েন্সি কয়াদগী ঙাকথোকপা ঙম্মী।

চিনিঃ চিনিগী চাং হেন্না চাবসিনা, মশা নোইবা দাইয়েবেতিস, বিপি ৱাংবা অমদি থম্মোয়গী লায়না ময়াম অমা থোকপা য়াই।

থুমঃ থুমদা য়াওরিবা সোদিয়ম অসিনা বিপি ৱাংখৎহল্লি। বিপি ৱাংখৎহনবনা মখল মখা অয়াম্বা লায়না কয়া থোকহল্লি।

কোফি অমদি চাঃ কোফি অমদি চা থকপা অসিনা হকচাংদা কয়াম য়াম্না মাঙওগে হায়বসিদা মত খেন্নবা ময়াম অমা লৈ। য়াম্না কা হেন্না চা অমসুং কোফি থকপদি হকচাংদা য়াম্না অমাঙবা ওই। চা অমসুং কোফি অসি নোংমদা ৩দগী মরী ফাওবা থকপদি হকচাংদা য়াম্না কান্নে।

ওঝা সনাজাওবা,

অমুক হন্না উররোইকো নহাক্কী মোমোন মীনোক

ওকেন্দ্রো খুন্দোংবম

হান্নগী মখাঃ

অপোকপা অপোকপী ওঝা কায়নখ্রবা হাওবম সনাজাওবা ইবা খোৎপগী লমদা থৱায় য়াওবতা নত্তনা মীয়ামগী ওইবা থবক থৌরম কয়াদসু মাঙজিল থারকখিবা মীশক অমনি। ক্যাম্পৈ ময়াই লৈকায়দা লৈবা এলপি স্কুলদা মহৈ মশিং তম্বা হৌরকখি। কুমজা ১৯৬৫ দা কাঞ্চিপুর হায়স্কুলদগী মেট্রিক পাস তৌখি। কুমজা ১৯৬৬ ত্তী দিএম কলেজদা আইএ অমদি গ্রেজুয়েসন ফাওবা লাইরিক তমথরকখি। ইং কুমজা ১৯৬৮দা চজিং মাইরেনখোংদগী লাইশ্রম নিংথৌজম মেম্মাগা য়ুম্বাল লম্বীদা খোঙদামিন্নদুনা পিবা নিংঙোল তরক্তী অপোকপা ওইবা ঙমজখি। পিবা নিংঙোলশিং অদুদি হাওবম সচিমুখি, রজনিকান্তা, দমেন্দ্র, রেনুবলা অমসুং মধুবলা লিলিনি।

মণিপুরদা পাউচেশিংদা চাং নাইনা আর্টিকল ইরিবা রিঙুলর কলমনিষ্টশিং অমদি থা থাগী ওইনা ফোঙদিবা চেফোঙশিংদা ইরিবা অইবশিং পুনশিন্নবা অমদি য়োকখৎননবা হোৎনবদা অচৌবা থৌদাং লৌদুনা ওঝা সনাজাওবনা লুচিংদুনা ওল মণিপুর কলমনিষ্ট এসোসিয়েসন শেমখি। এসোসিয়েসন অদুগী প্রসিদেন্টসু মহাক্না ওইখি। অইবশিংগী লুপ অমা ওইরিবা কংলৈপাক লোয়নসিল্লোন অপুনবা মরুপ, কলম, মণিপুর কুমজা ২০০২ দা লিংখৎনবা হোৎনবদা মহাক্না অচৌবা থৌদাং য়াবীদুনা ফাউন্দর এদভাইজর ওইনা হৌগৎলক্লিবা নহা অইবা ক্যাবু অফবা লম্বীদা মায়ওন পীননবা হোৎনখি। লমদম অসিগী মাঙথরক্লিবা লোন, ময়েক অমদি চৎনলোনচৎশিং য়োকখৎনবা হোৎনদুনা কলমনা ওঝা অসিগী পাউতাক মখাদা তোঙান তোঙানবা থৌরম কয়াসু পাঙথোকখি। মরু ওইনা মণিপুরগী কাচিন কোয়া কয়াদা চৎতুনা অনৌবা মীরোলগী অইবশিং শক খঙননবা হোৎনখি অমদি কলমগী লুপ্লোই ওইহন্দুনা লুপ অসিগী মপাঙ্গল কনখৎহনবা হোৎনখি। লোয়ননা লুপ অসিগী থাগী চেফোঙ ওইনা লোয়সিল্লোন অমদি ফাউন-চে পুথোক্লবা অচৌবা পাউতাকশিং পীবীখি। মহাক্কী নহা অহল খায়দনা অমত্তা ওইবা মান্নবা মীহৈরোদা মীনুংশি পীবীবা মওং অদুনা তোঙান তোঙানবা ফুরুপকী মীওইশিং নুংশি চান্নরা লোয়নবা ঙমখি। কলমগী ২০১৭-১৯ গী থৌ পুনবা খনবদা মহাক্না য়াইতোঙবা ওইবীগনি হায়না থৌনা ফনা চোংথোকপীখি। মহাক্কী মমিংসু হাওবা খুমন ওল্লনি হায়না লাউথোক্তুনা শোখরবা কলমবু চাউখৎপা মায়কৈদা পুনবা হোৎনম্নিন্নসি হায়খি। লমদমসিগী পাউচে সঙাই এক্সপ্রেসতা চাং নাইনা রিঙুলর কলমনিষ্ট ওইনা ইং ১৯৯৫ দগী য়ুখল মরুমদা হায়বা কেপসন অসিগী মখাদা মহাক্কী অরোয়বা মীৎকুপ ফাওবা মখল মথেল কয়াগী কান্নরবা আর্টিকলশিং ইদুনা লাকখিবনি।

মসিদা নত্তনা লমদম অসিদা লৈরিবা তোঙান তোঙানবা সিভিল সোসাইটি ওর্গনাইজেসন কয়াগী এদভাইজর, প্রসিদেন্ট অমদি একজিকুটিভ ওইদুনা হিরম কয়াদা মহাক্না পাউতাক পীবীরম্মি। মহাক্না লোয়ননা লুপশিং খরদং পল্লবদা সেনিয়র সিটিজেন ফোর সোসাইটি, ইরাবত ফাউন্দেসন মণিপুর, ওল মণিপুর মেনপৱার অপলিমেন্ট সেন্টর, শিংজমৈ টু লিল্লোং য়ুনাইটেদ ক্লব ওর্গনাইজেসন, মহারাজা ইন কাউন্সিল সনা কোনুং, ওল মণিপুর বার এসোসিয়েসন , হিরিকোনবা লুপ, সনা কোনুং শেমগৎপা লুপ, য়ুনাইটেদ প্রোগ্রেসিভ এন্দ এসোসিয়েসন, নেস্নেল রিসার্চ সেন্টর, লৈশাং হিদেন দিভলপমেন্ট কম্মিটি, ইচম য়াওনা তোঙান

তোঙানবা লুপ কয়াগা খুৎশংনদুনা ইরৈবাক্কীদমক হোৎনখি অঙম্বা পাঙ্গল পুথোক্তুনা।

ইরমদম অমদি ইরৈপাক্কী থৌগাই কয়া পাংনবা হোৎনরিঙৈদা মহাক মশাগী ওইবা থবক থৌরম কয়া নাথৈরমখিবা লুচিংবনি। মহাক্না ক্যাম্পৈগদা লিলি ষ্টেরি হাংবদা নত্তনা মহাক্না কুমজা ১৯৭৫ দগী ৮০ ফাওবা ক্যাম্পৈ আইদেল হায়স্কুল (এন্দে)তা এসিষ্টেণ্ট টিচর ওইনা থৌ পুরম্মী। মদুগী মতুংদা স্কুল অসিগী মেনেজমেন্ট কম্মিটিদা য়াওদুনা স্কুল অসিবু হেন্না ফগৎনবা মহাক মশানা জেনরেল সেক্রেটরি ওইদুনা থবক কয়াসু পাঙথোকলম্মী। ওসিস হয়ার সেকেন্দরি স্কুল, কাঞ্চিপুরদা এদমিনিষ্ট্রেটর অমা ওইনসু মতম খরা থবক তৌরম্মী। ওঝাগী শিনফম পামজবা মীশক ওইরবসু লৈবাক্কী ওইবা থৌনা হেন্না কনখিবনা মীয়ামগীদমক চেল্লিঙৈদা মশাগী চপ চাবা ফিরেপ লৌজবা ঙমখিদে।

ইবগী লমদা সঙাই এক্সপ্রেসকী য়ুখল মরুমদা, হুইয়েন লানপাউদা ৱাচুম কুপ্লোন কারন লম্বুবা, সনালৈবাক পাউচেদা হাওবা হায়না মমিং থোন্দুনা মীয়ামদা পুক্লিং লৌশিং ওইবা লাতম কয়া লাম্থোকপীখি। ওরেন্ট ভিজন কৌবা থাগী চেফোঙ অসিগী এদিটর ওইরম্মী। মহাক্কী ফোঙদ্রবা লাইরিকশিং মনুংদা নেস্নেলিজমগী ঈচেল ঈরাওখোল্লক্তা মীয়াম্না শিংথানরিবা লাইরিক অমনি। মহাক্কী কথোকপা অমদি মরৈবাকপু নুংশিবগী ৱাখল্লোনগা লোয়ননা চেন চোংলিবা কয়াবু শক খঙবীদুনা ডাঃ এস্বেদকর ফেল্লোশিপ এৱার্দ (২০০৭), আরকে মেপাকসনা জর্নেলিষ্ট ফেল্লোশিপ (২০১১) অমদি পফিলা এৱার্দ ফোর বেষ্ট কলমনিষ্ট (২০১০) পীদুনা ইকাই খুম্নখ্রবনি। মসিদা নত্তনা মণিপুর ষ্টেট আর্কাইবস মণিপুর, গভর্নমেন্ট ওফ মণিপুর (২০০৩), দিপার্টমেন্ট ওফ লিঙ্গুইষ্টিক মণিপুর য়ুনিভর্সিটি (২০০৫), দিপার্টমেন্ট ওফ হোর্টিকলচর এন্দ সোইল কঞ্জার্ভেসন গভর্নমেন্ট ওফ মণিপুর (২০০৬), নোর্থ ইষ্ট বাইওগ্রাফি ফোরমনচিংবদা সার্টিফিকেট ওফ ওর্নর পীদুনা ইকাই খুম্নখ্রবনি। মহাক্কী লুচিংবা অমনা মাঙজখিবা অসি লমদম অসিগী মেনশিনবা ঙম্নরোইদবা থৱানমিচাক অমা কেনখিবগুম্নি।

‘পাচা’ নুপী খক্তগী ৱায়েন চৈরোকশঙ

ডাঃ ওইনাম চাওবা মীতৈ
সোসিয়েল রিফোর্মর, তাংলৈহদা ওইনাম

হান্নগী মখাঃ

পাচা ৱায়েন চৈরোকশঙগী পান্দমশিং- পাচা ৱায়েন চৈরোকশঙসি নুপীশিং খক্তগী ওইবা, নুপীগী মরী লৈনবা থৌদোক ৱাথোক খৎ-নৈনবা, হাংৎ-শুনবনচিংবা ৱাকৎনবা অমসুং ৱাতেম্নবা ৱায়েলশঙনি- Courts... the paja is also a courth for the trial of cases in which in woman are concerned.

মসিদা নত্তনা টিসি হোদসন, নঃ শ অমসুং এম আই এসকী ৱারোল কয়া অমনসু পাচাগী তশৎবা ৱায়েলগী মহৈ উৎলি। নুপী খক্তগী ওইবা পাচ লিংখৎখিবগী মরু ওইবা পান্দমশিংঃ-

১) কংলৈ মৈত্রবাক্কী লৈঙাক্লোন, খুম্নাইলোন, শেন্দাল-লোনচৎলোন অমসুং মখোয়সিগা মরী লৈনবা হিরম ৱারমশিংদা নুপীশিংবু মপাঙ্গল পীবা লোয়ননা থৌনা হাপকৎপীবা (ৱুমেন্স ইস্পাৱারমেন্ট)

২) নুপীশিংবু মখোয়গী অরানবা মরমচৎ চুমথোক্তুনা লৈবাক্কী অমসুং সমাজগী মনাথংশিংগী লমদাংদা শোখদুনা লৈবদগী কনবা অমসুং থাঙ্গৎপা (ৱুমেন্স প্রোটেক্সন ওফ অপলিফ্ট্‌মেন্ট)

৩) নুপীশিংগী লৈঙাক ৱায়েন থৌদা অমসুং ৱায়েন চৈরোক্লেনগা ফংফম থোকপা হক পীবা অমদি কনবা (কনফরমেন্ট এন্দ প্রোটেক্সন ওফ ৱুমেন্স রাইট)।

৪) ৱায়েন ৱাখুনগা মীৎয়েংদা নুপা অমসুং নুপী চপ মান্নে হায়বসি খাইগী ওইনা খঙহনবা ।(To bestow Awareness of equality of Man and Woman Eye of Law)

৫) হকচাংগী পাঙ্গলগী চাংদা হন্থৱী নুপীশিংদা লৈঙাক / ৱায়েন থৌদাগী ৱায়েন ৱাখল্লা অকক্লবা হেনোক থৌহৈৎলবা হক পীবা (To offer spearl Right to Womenfolk)

৬) নুপীশিংদা ইকাইবগা শিংগা মচিন মনাওনি। অদুবু ইকাইবনা মযাম্না অহেলনি হায়বসি খঙহনবা (To provide the knowledge of brotherly Elderliness of shame/ shame-fulness than to death.)

৭) নুপী ওইবীশিংদা অচুম্বা ৱায়েন ফংহনবা (To render the women folk to attain the Administration of Justice)

মথক্কী পান্দমশিংসি নুপীখক্তগী ওইবা থোক্লক্লবদা অমসুং থোকপ্রবা কয়াগী মখল অয়াম্বা তোঙান তোঙানবা মরালশিং অমসুং মরাল লংজরম্নশিংগীদমক ফংখিবা ৱারক চৈরোকশিং চৈথারোল কুম্পাবানা চৈশিং নাইনা ইদুনা তশৎবশিং তক্লি। খুদম ওইনা অ) ঙারিয়ানবম পনশাগী কুম শক ১৭১৩ কালেন থা ১৪ নি লৈবাকপোকপা খুঃ ১৭৯১ গী মে থা শামুলাইলাকপম বামোন কোকপৈনা নুপী অমা থাংনা য়ান্দুনা য়ান্দুনা হাৎএ, হায়দুনা ময়াংদা থাজনবদা লম্বী মথক্তা শিয়ে। চৈঃ কুঃ ২০০৫-১৫৮। (আ) য়ুম্লম অরোক শিংজেন লাকপগী কুম - শক ১৭৩০ ইঙা থা ২০ নি য়ুমশকৈশা খুঃ১৮০৮গী জুলাই থা হাওফম কন্নাংগী মনাই নুপীনা মৱা হাৎএ হায়দুনা কৈথেলদা খুনকোয়ন-এ) ৱাইকোক্তা থা-এ) মরিতপপা (মৱক্কা) দি মখুৎ কক্তুনা শুন্দুনা থাঃএ (২০৬)। ই) কুম্বীখুন নাথাবগী কুম শক ১৭৭৩ মেরা থা ২২ নি ইরাই খুঃ ১৮৫১ নজ্জের থা অহিং অদুনা চুম্বাম ঈশৈনবগী মতুং ঈৱুংশিজ উরুংপুরেনগী মচাগা থাংগা শাবা মাইবীগী মচাগা অনীমক্না, খোঙবু হাংলুবদা মখুৎতা থাঙনা য়ান্দুনা ফাদুনা দন্দি তৌএ।(৩১০)। (ঈ) অঙ্গোন গোবীন্দা কুম শক ১৭৭৪ হিয়াঙৈ থা ২৭ নি য়ুমশকৈশা খুঃ ১৮৫৩গী দিসেম্বর তাং ৭ বামোন চন্দ্রহাসকী মচাসেনাপতিগী লাইশঙ ময়াদা য়াঙম্নম নিংঙোল মহক শোনবীবু ইচা নত্তে, হায়দুনা শোরিনা থিলহক্তুনা হাংলে। মহাক্তি অৱাদা থাজিল্লে।(৩১৭)। (উ) লৈশাং দেবান্দগী কুম শক ১৭৮৩ ৱাকচিং থা ৬ নি নিংথৌকাবা খুঃ ১৮৬২গী জনুৱারীদা শলাম মচা অমনা বামোন কোনোক নুপী অমা লৌরমদুনা মতু মৱা অনীমক হাওজেংবদা লোই থাইএ। (৩৪৮)।

ৱায়েন চৈরোকশঙদা পাচাগী থাকঃ নুপীগী ৱায়েন চৈরোকশঙ পাচাসি মৈত্রবাক্কী মনুংদা অমত্তা ঙাইবা ৱায়েন চৈরোকশঙনি। মতমদুদা অসিগুম্না নুপীখক্তগী ৱায়েন চৈরোকশঙ পৃথিবীগী মনুংদা কংলৈগী অসিনা অহানবনি। মসিগী চৈরোকশঙ অসিনা অপুনবা ৱায়েন ৱাতেমলোন অমসুং ৱারক ৱাতেমলোন চৈরোকলোনগী নুপা নুপীশিংগী লক্তগী মনুংদা মসিনা অহুমশুম ৱায়েলশঙনি। ৱায়েনশঙশিংগী অনেম-অৱাংগী থাকশিংঃ

ক) অহানবা থাক্তী ৱায়েনশঙশিংগী অমসুং ৱায়েন মপুংঃ

১) চৎলম /চৎলম ফানশাং
- মৈদিংঙুনা ৱায়েনবা ৱায়েনশঙ
২) কুচু ৱায়েন চৈরোকশঙ
- মৈদিংঙুনা ৱায়েনবা ৱায়েনশঙ
৩) উত্রা শঙ্গাই ৱায়েনশঙ
- মৈদিংঙুনা ৱায়েনবা ৱায়েনশঙ

খ) অনীশুবা থাক্তী ৱায়েনশঙশিং অমসুং ৱায়েন মপুংঃ

১) চৈরাপ ৱায়েন চৈরোকশঙ
- অঙোম নিংথৌনা লাংজে ফম্নগা নহমদৌ ৬৪ না ৱায়েনবা ৱায়েনশঙ।

গ) অহুমশুবা থাক্তী ৱায়েনশঙশিংঃ

১) পাচা ৱায়েন চৈরোকশঙ
- পাচা হনবনা ৱায়েন মপু ওইবা
- নুপীশিংতগী ওইবা ৱায়েনশঙ।
২) টোপ গারোং ৱায়েন চৈরোকশঙ
- সেনাপতিনা নত্রগা য়ুবরাজনা ৱায়েন মপু ওইবা ৱায়েন ৱাতানলোই ৯ না ৱায়েনবা ৱায়েনশঙ।

ঘ) মরিশুবা থাক্তী ৱায়েনশঙ অমসুং ৱায়েন মপুশিংঃ-

১) অহল্লুপ পানা ৱায়েন- চৈরোকশঙ
- অহল্লুপ লাকপনা ৱায়েন মপুনি।
২) নহারুপ পানা ৱায়েন- চৈরোকশঙ
- নহারুপ লাকপনা ৱায়েন মপুনি।
৩) লাইফম পানা ৱায়েন- চৈরোকশঙ
- লাইফম লাকপনা ৱায়েন মপুনি।
৪) খাবম পানা ৱায়েন - চৈরোকশঙ
- খাবম লাকপনা ৱায়েন মপুনি।
৫) খাই পানা ৱায়েন-চৈরোকশঙ
- খাই লাকপনা ৱায়েন মপুনি।
৬) য়াইস্কুল লৈকায় ৱায়েন- চৈরোকশঙ
- য়াইস্কুল লাকপনা ৱায়েন মপুনি।
৭) খুরাই লৈকায় ৱায়েন- চৈরোকশঙ
- খুরাই লাকপনা ৱায়েন মপুনি।
৮) ৱাঙ্খৈ লৈকায় ৱায়েন - চৈরোকশঙ
- ৱাঙ্খৈ লাকপনা ৱায়েন মপুনি।

মথং মথং