

টাই আহোম আৰু মিচিং জনগোষ্ঠীৰ পৰম্পৰাগত পানীয় : এক অধ্যয়ন

ড° চন্দ্ৰ কমল চেতিয়া^১, মাণিক জ্যোতি গগৈ^২

^১সহকাৰী অধ্যাপক, ^২গৱেষক, অসমীয়া বিভাগ

মহাপুৰুষ শ্ৰীমন্ত শঙ্কৰদেৱ বিশ্ববিদ্যালয়

সংক্ষিপ্তসাৰ

ভাৰতবৰ্ষৰ উত্তৰ-পূৰ্ব প্ৰান্তত অৱস্থিত অসম ৰাজ্যখন বিভিন্ন জাতি-জনগোষ্ঠীৰ মিলনভূমি। এই অসম ৰাজ্যৰে দুটা প্ৰধান জনগোষ্ঠী হৈছে টাই আহোম আৰু মিচিং সকল। নিজৰ স্বকীয় কৃষ্টি-সংস্কৃতিৰে সমৃদ্ধ এই দুয়োটা জনগোষ্ঠী অন্যান্য ক্ষেত্ৰৰ সমান্তৰালভাৱে নিজৰ পৰম্পৰাগত পানীয়ৰ ক্ষেত্ৰতো চহকী। দুয়োটা জনগোষ্ঠীৰে নিজৰ নিজৰ পৰম্পৰাগত পানীয় আছে। নামলাও, ৰহি, লোকলাও অৰ্থাৎ টাই আহোমসকলৰ পৰম্পৰাগত পানীয় আৰু 'পৰং' আৰু 'নগিন' হৈছে মিচিংসকলৰ পৰম্পৰাগত পানীয়। দুয়োটা জনগোষ্ঠীয়ে নিজৰ নিজৰ এই পানীয় ধৰ্মীয় আৰু অতিথি আপ্যায়ন এই দুয়োটা দিশতে ব্যৱহাৰ কৰে। জনগোষ্ঠী সমূহৰ অন্যান্য লোক-সংস্কৃতি সমূহে যিদৰে জনগোট সমূহক তথা অসম ৰাজ্যখনক সমৃদ্ধ কৰিছে। ঠিক সেইদৰে পৰম্পৰাগত পানীয় সমূহেও একোটা জনগোষ্ঠীৰ স্বকীয়তাক দাঙি ধৰি আহিছে বহুৰ বহুৰ ধৰি। আমাৰ এই 'টাই আহোম আৰু মিচিং জনগোষ্ঠীৰ পৰম্পৰাগত পানীয়ঃ এক অধ্যয়ন' শীৰ্ষক আলোচনা পত্ৰখনৰ জৰিয়তে দুয়োটা জনগোষ্ঠীৰ পানীয় প্ৰস্তুত, ব্যৱহাৰৰ লগতে সাম্প্ৰতিক সময়ত ইয়াৰ বাণিজ্যিক দিশৰ সম্পৰ্কে আলোচনা কৰিবলৈ প্ৰয়াস কৰা হ'ব।

বীজ শব্দঃ

অসম, টাই আহোম, মিচিং, পানীয়, পৰম্পৰাগত।

Article History:

Received on 7 July, 2025

Accepted on 27 August, 2025

বিষয়ৰ পৰিচয়

অসম ৰাজ্যখন বিভিন্ন জাতি-উপজাতিৰ আৱাসভূমি। অতীজৰে পৰাই অসমৰ প্ৰেক্ষাপটত বহুতো জাতি জনগোষ্ঠীয়ে বসবাস কৰি আহিছে। যাৰ ফলস্বৰূপে অসমত বিভিন্ন ক্ষেত্ৰত সাংস্কৃতিক সমাহৰণ ঘটা দেখিবলৈ পোৱা গৈছে। এক কথাত লোক-সংস্কৃতি চৰ্চাৰ এখন বহল ক্ষেত্ৰ হৈছে অসম। অসমত বসবাস কৰা প্ৰতিটো জনগোষ্ঠীয়ে নিজৰ সাংস্কৃতিক বৈশিষ্ট্যৰে পৰিপুষ্ট। যাৰ ফলতেই এক বাবেৰহনীয়া সংস্কৃতি অধিকাৰী হৈছে অসম ৰাজ্যখন।

অসমত বসবাস কৰা প্ৰতিটো জনগোষ্ঠীৰে অন্যান্য লোক-সাংস্কৃতিক পৰম্পৰা থকাৰ লগতে খাদ্য পৰম্পৰাৰ ক্ষেত্ৰতো চহকী। নিজৰ সুকীয়া সুকীয়া খাদ্য পৰম্পৰাই অসমৰ খাদ্য সংস্কৃতিক যুগ যুগ ধৰি চহকী কৰি আহিছে। ভাৰতবৰ্ষৰ অন্য প্ৰান্তৰ খাদ্য পৰম্পৰাৰ বিপৰীত বহু খাদ্য অসম তথা উত্তৰ-পূৰ্বাঞ্চলৰ জনগোষ্ঠী সমূহে গ্ৰহণ কৰে। মাছ, মাংস, হাবিৰ গছ-লতা, ফুল, ফল আদি অসমৰ প্ৰায় প্ৰতিটো জনগোষ্ঠীৰ খাদ্য সম্ভাৰত অন্তৰ্ভুক্ত। ঠিক সেইদৰে প্ৰতিটো জনগোষ্ঠীয়ে চাউলৰ পৰা প্ৰস্তুত কৰা ৰাগিয়াল পানীয় দ্ৰব্য তৈয়াৰ কৰাটো আগবঢ়ায়। আনহাতে অসমত বসবাস কৰা দুটা প্ৰধান জনগোষ্ঠী টাই আহোম আৰু মিচিং সকলো এই পৰম্পৰাগত পানীয় প্ৰস্তুত তথা ব্যৱহাৰৰ ক্ষেত্ৰত চহকী। দুয়োটা জনগোষ্ঠীয়ে এই পানীয়ক বিভিন্ন মাংগলিক কামত ব্যৱহাৰ কৰি আহিছে। অসমৰ প্ৰেক্ষাপটত টাই আহোম আৰু মিচিং জনগোষ্ঠীৰ সমান্তৰালভাৱে, কাৰ্বি, বড়ো, দেউৰী, ডিমাচা, গাৰো, আদি জনগোষ্ঠী সমূহে এই পৰম্পৰাগত পানীয়ৰ ব্যৱহাৰ কৰা দেখা যায়। অৱসাদ দূৰ, আনন্দ উপভোগৰ লগতে বিভিন্ন মাংগলিক কামত ব্যৱহাৰ কৰা এই পানীয় পৰম্পৰাই অসমৰ জনগোষ্ঠীয় প্ৰেক্ষাপটত কেতিয়াৰ পৰা প্ৰচলন হৈছে তাৰ সঠিক তথ্য নাই যদিও 'লোক কৃষ্টিৰ উৎস'

গ্ৰন্থত শিৱনাম বৰ্মনে উল্লেখ কৰা অনুসৰি- ‘অতীজৰ যজ্ঞত সোমৰস নহ’লে যজ্ঞ অনুষ্ঠিত নহৈছিল’। ঠিক সেইদৰে যোগিনীতন্ত্রত উল্লেখ আছে এনেদৰে-

‘ৰুধিৰেমাং সৈৰ্মদ্যৈশ্চ পূজায়েৎ পৰমেশ্বৰী’। তন্ত্রশাস্ত্ৰতো সোমৰস বনোৱা পদ্ধতিবোৰৰ বৰ্ণনা আছে। আনহাতে বহুতো পণ্ডিতে মত প্ৰকাশ কৰা অনুসৰী আহোম স্বৰ্গদেউ চাওলুং চুকাফা অসমলৈ অহাৰ সময়ত অন্যান্য বস্ত্ৰৰ লগতে এই পানীয় বনোৱা পদ্ধতি লগত লৈ আহিছিল। মুঠৰ ওপৰত অসমৰ খাদ্য সম্ভাৰক চহকী কৰাত অন্যান্য খাদ্য সমূহৰ সমান্তৰালভাৱে এই পৰম্পৰাগত পানীয় সমূহে এক গুৰুত্বপূৰ্ণ ভূমিকা পালন কৰি আহিছে। তলত টাই আহোম আৰু মিচিং জনগোষ্ঠীৰ পৰম্পৰাগত পানীয়ৰ সম্পৰ্কে কেতবোৰ দিশ আলোচনা কৰা হ’ল।

অধ্যয়নৰ উদ্দেশ্য

- ১। টাই আহোম আৰু মিচিং জনগোষ্ঠীৰ চমু আভাস প্ৰদান কৰা।
- ২। টাই আহোম আৰু মিচিং জনগোষ্ঠীৰ পৰম্পৰাগত পানীয়ৰ সম্পৰ্কে আলোচনা কৰা।
- ৩। সাম্প্ৰতিক প্ৰেক্ষাপটত এই পানীয়ৰ গুৰুত্ব তথা প্ৰয়োজনীয়তা সম্পৰ্কে আলোচনা কৰা।

অধ্যয়নৰ গুৰুত্ব

জনসংখ্যাৰ ফালৰ পৰা অসমৰ দুটা প্ৰধান জনগোষ্ঠী টাই আহোম আৰু মিচিং সকল অন্যান্য ক্ষেত্ৰৰ সমান্তৰালভাৱে লোক-সংস্কৃতিৰ ক্ষেত্ৰখনতো চহকী। নিজৰ স্বকীয় কৃষ্টি-সংস্কৃতিৰে পৰিপূৰ্ণ এই দুয়োটা জনগোষ্ঠীয়ে অসমৰ সংস্কৃতিক বছৰ বছৰ ধৰি সমৃদ্ধ কৰি আহিছে। সেই হেতুকে জনগোষ্ঠী দুটাৰ অন্যান্য দিশৰ লগতে খাদ্য পৰম্পৰাৰ লগত জড়িত বিষয় হিচাপে পৰম্পৰাগত পানীয়ৰ সম্পৰ্কে অধ্যয়ন কৰাৰো গুৰুত্ব আছে।

অধ্যয়নৰ পৰিসৰ

আলোচনা পত্ৰখনৰ অধ্যয়নৰ পৰিসৰত টাই আহোম আৰু মিচিং জনগোষ্ঠী দুটাৰ পানীয়ৰ লগত জড়িত দিশ সমূহৰ লগতে সাম্প্ৰতিক প্ৰেক্ষাপটত ইয়াৰ প্ৰয়োজনীয়তা আদি দিশ সমূহ সামৰি লোৱা হ’ব।

অধ্যয়নৰ পদ্ধতি

আলোচনা পত্ৰখন প্ৰস্তুত কৰোঁতে বিশ্লেষণাত্মক আৰু বৰ্ণনাত্মক পদ্ধতি ব্যৱহাৰ কৰা হ’ব। লগতে তথ্য আহৰণৰ বাবে ক্ষেত্ৰ অধ্যয়নৰ ভিতৰুৱা ভাৱে সাক্ষাৎকাৰ পদ্ধতিৰো ব্যৱহাৰ কৰা হৈছে।

টাই আহোম সকলৰ পৰিচয়

অসমত বসবাস কৰা বৃহৎ টাই জনগোষ্ঠীৰ অন্তৰ্গত এটা জনগোষ্ঠী হ’ল টাই আহোমসকল। এই টাই আহোমসকল অসমত ১২২৮ খ্ৰীষ্টাব্দত চাওলুং ছু-কা-ফাৰ নেতৃত্বত প্ৰবেশ কৰিছিল। আহোম সকলৰ আদি বাসস্থান আছিল মুংৰিমুংৰাম। তেওঁলোকে হকং উপত্যকাৰ মাও লুঙ্ৰ ৰাজ্যৰ পৰা পাটকাই পৰ্বত পাৰ হৈ ত্ৰয়োদশ শতিকাত সৌমাৰ খণ্ডত প্ৰবেশ কৰিছিল। আহোমসকল অসমলৈ আহি ১২২৮ খ্ৰীষ্টাব্দৰ পৰা ১২৫০ খ্ৰীষ্টাব্দলৈকে সূদীৰ্ঘ ২৫ বছৰ নামৰূপ, টিপাম, হলগুৰি, হাবুঙ, অভয়াপুৰ, দিলিহিমুখ, চকিৰু, চাৰিঙ, নামদাং, শিমলুগুৰি আদি অঞ্চল সমূহত অস্থায়ীভাৱে বসবাস কৰিছিল। ১২৫৩ খ্ৰীষ্টাব্দত তেওঁলোকে চৰাইদেউত ৰাজধানী স্থাপন কৰি আহোম ৰাজ্যৰ পাতনি মেলিছিল। চাওলুং ছু-কা-ফাৰ নেতৃত্বত অসমত প্ৰবেশ কৰা আহোম সকলে অসমত পূৰ্বৰে পৰা বসবাস কৰা মৰাণ, বৰাহী, চুতীয়া আদি জনগোষ্ঠী সমূহৰ লগত সম্পৰ্ক স্থাপন কৰি অসমত বসবাস কৰিছিল। বৰ্তমান সময়তো অসমৰ প্ৰায় প্ৰতিখন জিলাত আহোম জনগোষ্ঠী লোকে বসবাস কৰা দেখিবলৈ পোৱা যায়।

আনহাতে টাই আহোমসকল যে কেৱল ৰাজ্য শাসন কৰাতে আগৰণুৱা আছিল এনে নহয়, বৰঞ্চ তেওঁলোক নিজা ধৰ্ম্য উৎসৱ পাৰ্বন, সাজ-পোছাক, ৰীতি-নীতি আদি সকলোতে সমৃদ্ধ। ওম্ফা, ৰিক্খন, ডামফি আদি উৎসৱ আহোম সমাজত পূৰ্বৰে পৰা প্ৰচলিত। কৃষিজীৱি হোৱা হেতুকে আহোমসকল খাদ্য সম্ভাৰতো চহকী।

মিচিং জনগোষ্ঠীৰ পৰিচয়

মিচিং শব্দৰ বুৎপত্তিগত অৰ্থ সন্দৰ্ভত নাহেন্দ্ৰ পাদুনৰ মতে 'মি' মানে মানুহ আৰু 'চিং' মানে একে জাতৰ।

জনসংখ্যাৰ ফালৰ পৰা অসমৰ দ্বিতীয় বৃহৎ জনজাতি হৈছে মিচিংসকল। ২০০১ চনৰ লোকপিয়ল অনুসৰি অসমত মুঠ মিচিং জনসংখ্যা হৈছে ৫,৮৭,৩১০ জন। নিজৰ স্বকীয় ভাষা, সমাজ, সংস্কৃতিৰে সমৃদ্ধ এই মিচিংসকল অসমৰ ব্ৰহ্মপুত্ৰ উপত্যকাৰ তিনিচুকীয়া, ডিব্ৰুগড়, শিৱসাগৰ, যোৰহাট, গোলাঘাট, শোণিতপুৰ, লখিমপুৰ, ধেমাজী, মাজুলী আদি জিলাত বসবাস কৰে। মংগোলীয় প্ৰজাতিৰ অন্তৰ্গত এই মিচিং সকলৰ আদি বাসস্থান ক'ত তাৰ কোনো ঐতিহাসিক সমল নাই যদিও অসমৰ প্ৰেক্ষাপটত মিচিং সকল যে পুৰণি সেইকথা বিভিন্ন তথ্যৰ পৰা অনুমান কৰিব পাৰি। আলি-আয়ে-লুগাং, পংৰাগ আদি বিভিন্ন লোক উৎসৱেৰে সমৃদ্ধ এই মিচিংসকল নিজৰ লোক সংস্কৃতিৰ ক্ষেত্ৰখনতো চহকী। নিজৰ সুকীয়া খাদ্য পৰম্পৰা, বয়ন পৰম্পৰা, সাজপাৰ, নৃত্য-গীত আদি সকলোতে মিচিংসকল সমৃদ্ধ।

টাই আহোমসকলৰ পৰম্পৰাগত পানীয়ৰ প্ৰস্তুত প্ৰণালী

টাই আহোম জনগোষ্ঠীৰ অন্যান্য পৰম্পৰাসমূহৰ লগতে যি পানীয় প্ৰস্তুত কৰা পৰম্পৰা সি অতি পুৰণি। মানৱ সমাজত অতি পুৰণিকালৰে পৰাই যি এই পানীয় প্ৰস্তুত পৰম্পৰাই বিকাশ লাভ কৰি আহিছে তাৰ উদাহৰণ আমি বিভিন্ন সময়ত দেখিবলৈ পাই আহিছো। পুৰণিকালত বিভিন্ন পূজা-পাৰ্বনত যে পানীয়ৰ ব্যৱহাৰ হৈছিল সেই কথা আমি ইতিহাসৰ পৰা জানিব পাৰোঁ। 'মানৱ সমাজ' নামৰ গ্ৰন্থত উল্লেখ থকা মতে "আশ্যাঙ্গী পুৰুষে তেতিয়া নিজ হাতেৰে গৰু, ছাগলী বা এই ধৰণৰ অন্যান্য পশু বধ কৰি সেইবোৰক জুইত পুৰিছিল, পাছত সোমৰসৰ লগত সেই আহাৰ গ্ৰহণ কৰা সময়ত দেৱতা, প্ৰকৃতি আৰু পিতৃপুৰুষক এই আনন্দমৰ্ত্ততাৰ অংশ দিছিল।"২ আৰ্যসকলৰ পৰা আৰম্ভ কৰি ভাৰতৰ বিভিন্ন প্ৰান্তত এই সোমৰসৰ প্ৰয়োগৰ কথা জানিব পাৰি। উত্তৰ-পূৰ্বাঞ্চলৰো অন্যান্য ৰাজ্যসমূহৰ মংগোলীয় জনগোষ্ঠীসমূহৰ মাজত পৰম্পৰাগত পানীয়ৰ ব্যৱহাৰ দেখা যায়। অসমত বসবাস কৰা টাই আহোমসকলৰ মাজতো পৰম্পৰাগতভাৱে পানীয় প্ৰস্তুতৰ যি পৰম্পৰা সেই পৰম্পৰা অতীত কালৰে পৰাই চলি আহিছে। নামলাও, সাঁজপানী, লাওপানী, লোকলাও আদি কেইবাটাও নামেৰে পৰিচিত টাই আহোমসকলৰ এই পানীয়ৰ প্ৰস্তুতৰ দিশলৈ যদি মন কৰোঁ তেন্তে দেৱৰস হিচাপে টাই সমাজত প্ৰচলিত এই পানীয় প্ৰস্তুত কৰাৰ ক্ষেত্ৰত বিশেষকৈ আহোম মহিলাসকলে আগভাগ লয়। নামলাও প্ৰস্তুতৰ বাবে প্ৰথমেই এটা বিশেষ ধৰণৰ পিঠাৰ প্ৰয়োজন হয় আৰু এই পিঠাটো মহিলাসকলে প্ৰস্তুত কৰিবৰ কাৰণে বহুতো বনৌষধি ব্যৱহাৰ কৰে। বুৰঞ্জীত উল্লেখ থকা অনুসৰি ৰজাৰ শাসনকালত প্ৰায় ১০১ বিধ বন-দৰৱৰ ব্যৱহাৰ সাঁজৰ পিঠা প্ৰস্তুত কৰিবৰ বাবে ব্যৱহাৰ কৰা হৈছিল। সাঁজৰ পিঠাত ব্যৱহাৰ কৰা বন-দৰৱৰসমূহৰ ভিতৰত- বনজালুক, পানীমাধুৰী, ঢেঁকীয়া, কঁঠালপাত, লাজুকী বন, জেতেলী পকা পাত, মাছদি, মানিমুণি, কপছুৱা, লতামাধুৰী, মধুৰিপাত, বৰমানিমুনি, ভুঙ্গৰাজ, সহদেৱী বন, নেমুটেঙা পাত, গান শোৱালু, বৰশী আঁকোৰা গছৰ পাত, হালধি পাত, মাটি কঁঠালৰ কুমলীয়া কোঁহ, বাঘ কনিয়া, ওলতা পাত, মাধৈমালতী, কপছুৱা, ল বৰুৱা জালুক আৰু জালুকৰ পাত, পিপলি, বাঘ আচোঁৰা, ধপাত তিতা, তেতেলী পকা পাত, লাইজাবৰি, বাঘনলা পাত, মাখিয়তী পাত, মাধৈমালতী, নেমুটেঙাৰ পাত আদি। এই বন-দৰৱৰসমূহ ৰ'দত শুকুৱাই লৈ চাউলৰ পিঠাগুৰিৰ সৈতে মিহলাই এই সাঁজৰ পিঠা প্ৰস্তুত কৰা হয়। তাৰ পৰৱৰ্তী পৰ্যায়ত বৰা চাউল [বৰ্তমান সময়ত অন্য আঠায়ুক্ত চাউলো ব্যৱহাৰ কৰা হয়] ভাপত দি সিজোৱা হয় আৰু সেই সিজোৱা চাউলৰ সৈতে নিৰ্দিষ্ট পৰিমাণে সেই সাঁজৰ পিঠা মিহলি কৰি এটা খৰাহিত নিৰ্দিষ্ট পৰিমাণৰ পানী মিহলাই কলপাত পাৰি তলত এটা পাত্ৰ পাতিলৈ থৈ দিয়া হয় আৰু দুই-তিনিদিনৰ পাছত দৰৱ আৰু চাউলৰ মাজত ৰাসায়নিক ক্ৰিয়া ঘটি তলত পাতিলৈ থোৱা পাত্ৰত ৰস পৰে। যাক 'ৰহি' বুলি কোৱা হয় আৰু 'ৰহি' বা 'ৰহি সাঁজ' ওলোৱা পৰৱৰ্তী পৰ্যায়ত সেই চাউলখিনি মাটিৰ কলহত ভৰাই থোৱা হয়। তাৰ পিছত সেই কলহত তিনি-চাৰি দিন পিছত নিৰ্দিষ্ট পৰিমাণে পানী দিয়া হয় আৰু তাৰ পৰাই এই 'সাঁজ' বা নামলাওৰ সৃষ্টি হয়। আনহাতে নামলাও বা সাঁজ তৈয়াৰ হোৱাৰ পৰৱৰ্তী সময়ত কলহত থকা সেই চাউলখিনি অৰ্থাৎ সাঁজৰ গুটিখিনিৰ পৰাই লোকলাও তৈয়াৰ কৰা হয়। কলহত থকা উক্ত চাউলখিনি আৰু নামলাও সংমিশ্ৰণৰ যি পানীয় তাকে আহোম লোকসকলে লোকলাও বুলি অভিহিত কৰে। এই

পানীয় বখাৰ ক্ষেত্ৰত ‘মখা’ নামৰ এক বিশেষ পাত্ৰৰ ব্যৱহাৰ কৰা হয়। আনহাতে আহোম সকলে পানীয় খাবলৈ মাইহাং বাতিৰ ব্যৱহাৰ কৰা দেখা যায়। বিশেষকৈ এই নামলাও “আহোম তিৰো,তাসকলে প্ৰস্তুত কৰে। বিশেষ পূজাৰ কাৰণে নামলাও প্ৰস্তুত কৰিবলৈ হ’লে লাও বা বস প্ৰস্তুত কৰা মহিলাগৰাকীয়ে ঘৰৰ মজিয়া মচি পৰিষ্কাৰ কৰি লোৱাৰ উপৰিও গা-পা ধুই নতুন পৰিষ্কাৰ কাপোৰ পিন্ধিহে লাও প্ৰস্তুত কৰে।”^৩ আহোম জনগোষ্ঠীৰ মাজত এই নামলাওক লৈ বহুতো প্ৰবাদৰ প্ৰচলন থকা দেখিবলৈ পোৱা যায়। তাৰে ভিতৰত এটা হ’ল – “খুংলুং খুনলাই সৰগৰ পৰা নামি আহোঁতে লগত ইয়াক দেৱৰস হিচাপে লগত লৈ আহিছিল।”^৪ এনেধৰণৰ বহু প্ৰবাদ এই নামলাওক লৈ আহোম জনগোষ্ঠীৰ মাজত শুনিবলৈ পোৱা যায়। অন্যহাতে নামলাওৰ প্ৰস্তুতক লৈ আহোমসকলৰ মাজত বহুবোৰ লোক-বিশ্বাসৰো প্ৰচলন থকা দেখা যায়। তাৰ ভিতৰত- মহিলা মাহেকীয়া হৈ থকাৰ সময়ত এই নামলাওৰ পিঠা আৰু নামলাও প্ৰস্তুত কৰিব নোৱাৰে।

আনহাতে টাই আহোমসকলৰ সন্তান জন্ম হোৱাৰ সময়ত এই নামলাও অলপ শিশুটোৰ মুখত চেলেকাই দিয়াৰো নিয়ম আছে। তেওঁলোকে বিশ্বাস কৰে যে এনে কৰিলে শিশুটোৰ মুখত থকা বীজাণু ধ্বংস হয় আৰু শিশুটো শক্তিশালী হয় বা বেমাৰ-আজাৰে শিশুটোক সোনকালে আক্ৰমণ কৰিব নোৱাৰে। যিহেতুকে বহু পৰিমাণৰ বনৌষধি উদ্ভিদৰ পৰা এই নামলাও তৈয়াৰ কৰা হয় সেই ফালৰ পৰা নামলাওয়ে স্বাস্থ্যৰ কোনো ক্ষতি কৰাৰো সম্ভাৱনা নাথাকে। সেই সূত্ৰেই টাই আহোম লোকসকলে পৰম্পৰাগত পদ্ধতিৰে নামলাও ঘৰতে প্ৰস্তুত কৰি এবিধ শক্তিবৰ্ধক পানীয় হিচাপে গ্ৰহণ কৰি আহিছে।

এনেদৰে আহোম জনগোষ্ঠীৰ মাজত সুৱাদযুক্ত নামলাও, ৰহি আৰু লোকলাও প্ৰস্তুত কৰা হয় যাক আহোম সমাজত এক শক্তিবৰ্ধক আৰু স্বাস্থ্যকৰ পানীয় হিচাপে গ্ৰহণ কৰা হয়।

টাই আহোমসকলৰ পৰম্পৰাগত পানীয়ৰ ব্যৱহাৰ

অসমত বসবাস কৰা টাই আহোমসকলে অতীজৰ পৰাই তেওঁলোকৰ পৰম্পৰাগত পানীয় ‘নামলাও’ক বিভিন্ন ক্ষেত্ৰত ব্যৱহাৰ কৰি অহা দেখিবলৈ পোৱা যায়। আহোমসকলে তেওঁলোকৰ এই পানীয়ক ‘দেৱৰ ৰস’, আকৌ কোনো কোনো লোকে- ‘দেৱৰ অমৃত’ বুলিও অভিহিত কৰে।^৫ এই পানীয় টাই আহোমসকলে কিছুমান ৰীতি-নীতিৰে পৰম্পৰাগতভাৱেই তেওঁলোকৰ বিভিন্ন অনুষ্ঠানত ব্যৱহাৰ কৰি অহা দেখিবলৈ পোৱা যায়। টাই আহোমসকলে বিশেষকৈ এই পানীয়ক তেওঁলোকৰ পূজা, মৃতকৰ সকাম, মাংগলিক উৎসৱ আদিত পৰম্পৰাগত ৰীতি-নীতিৰে ব্যৱহাৰ কৰি আহিছে। অন্যহাতে বিহুতো টাই আহোমসকলে শলিতা জ্বলাই পূৰ্বপুৰুষসকললৈ নৈবেদ্য হিচাপে এই নামলাওক ব্যৱহাৰ কৰি অহা দেখিবলৈ পোৱা যায়। পূৰ্বপুৰুষসকললৈ উচৰ্গা কৰা পৰৱৰ্তী সময়তহে এই নামলাওক ব্যৱহাৰ কৰি অহা দেখিবলৈ পোৱা যায়। পূৰ্বপুৰুষসকললৈ উচৰ্গা কৰা পৰৱৰ্তী সময়তহে এই নামলাও অন্যান্য মানুহে গ্ৰহণ কৰে। আহোমসকলৰ মাজত থকা জনবিশ্বাস অনুসৰি মৃতকক বা পূৰ্বপুৰুষসকলৰ আশীৰ্বাদ তথা সন্তুষ্টিৰ অবিহনে আহোমসকলৰ উন্নতি নহয়। সেই সূত্ৰেই তেওঁলোকে প্ৰথমে নামলাওখিনিক পূৰ্বপুৰুষসকললৈ উচৰ্গা কৰি লয়। আনহাতে আহোম সমাজত অনুষ্ঠিত হোৱা বিভিন্ন অনুষ্ঠান যেনে- ওম্ফা পূজা, মে-ডাম্-মে-ফী, ফুৰালুঙ পূজা আদি বিভিন্ন অনুষ্ঠানত এই পৰম্পৰাগত পানীয়বিধৰ ব্যৱহাৰ হোৱা দেখিবলৈ পোৱা যায়। আহোম ৰাজত্বকালত ৰাজবিষয়া আৰু ডা-ডাঙৰীয়াসকলৰ মাজতো এই পানীয়ৰ ব্যৱহাৰ আছিল। সেই কথা আমি আহোমসকলৰ ৰাজধানী অঞ্চল শিৱসাগৰৰ বিভিন্ন ঠাইত উদ্ধাৰ হোৱা ডাঙৰ ফুল জালি কৰা মাটিৰ কলহসমূহৰ পৰা জানিব পাৰোঁ। যি সমূহ বৰ্তমানেও শিৱসাগৰৰ বিভিন্ন অঞ্চলত সংৰক্ষিত হৈ আছে। আহোম সমাজত লাওপানী বা নামলাও ব্যৱহাৰ সম্পৰ্কত ‘তাই সংস্কৃতি’ গ্ৰন্থত চাও ফনি গগৈয়ে এনেদৰে কৈছে- “আহোমসকলে এই দেৱৰস তৈয়াৰ কৰি যে কেৱল নিজেই খাইছিল তেনে নহয়। আহোমসকলৰ সকলো ধৰণৰ পূজা-পাতল, উৎসৱ আদিত এই লাওপানী অপৰিহাৰ্য দ্ৰৱ্য হিচাপে বিবেচিত হৈছিল। লাওপানী নহ’লে তেওঁবিলাকৰ কোনো মাঙ্গলিক উৎসৱতেই সমাধান নহয়। পূজা-সেৱা, সকাম-নিকাম, মৃতকৰ সকাম আদি সকলোতে লাওপানী বা সাঁজপানী বনাই মানুহক খোৱাইছিল। আহোমসকলৰ পৰম্পৰাগত ভাৱে চলি অহা সকামে নিকামে সাঁজপানী বা লাওপানী নৈবেদ্য হিচাপে অন্যান্য সামগ্ৰীৰ সৈতে দেৱতালৈ আগবঢ়াই দিয়া হয় নাইবা মৃতকৰ

সকামত বা বুঢ়া ডাঙৰীয়াৰ পূজাত আৰু খেতি আৰম্ভ কৰিবৰ সময়ত চাকি শলিতা জ্বলাই গিৰিহঁতে আশীৰ্বাদ লওঁতে এনেদৰে উচৰ্গা কৰি কয়- “কিনো আছে কিনো দিম নেপাওঁ ভাবি গুণী যিবা বস্তু দিব লাগে সমস্তে আপুনি, এগটি মাটিৰ চাকি এটি গুৰাপান অকণমান দেৱৰ বস আগবঢ়াইছো, তাতে দায় দোষ নধৰি সৰ্বদোষ মৰিষণ কৰি নিজগুণে সন্তুষ্ট হৈ ইয়াকে গ্ৰহণ কৰি অপায় অমঙ্গল দূৰ কৰি য’তে আছে তাৰে পৰাই মৃতক ডাঙৰীয়াই আশীৰ্বাদ কৰিব লাগে” বুলি আশীৰ্বাদ বিচাৰি উচৰ্গা কৰে। এইদৰে প্ৰথম সাজখিনি বা লাওপানীখিনি ওপৰি পুৰুষৰ নামত উচৰ্গা কৰি পিছত খোৱাৰ নিয়ম। ওপৰি পুৰুষ বা মৃতকে আশীৰ্বাদ দিয়ে বুলি আহোম মানুহৰ এটা জনবিশ্বাস আছে। মৃতকক সন্তুষ্ট নকৰিলে বা মৃতকৰ আশীৰ্বাদ অবিহনে আহোম সকলৰ উন্নতি নহয় বুলি ভবা হয়।”৬

টাই আহোমসকলৰ মাজত এবিধ পৰিত্ৰ পানীয় হিচাপে পৰিচিত এই নামলাওক টাই আহোমসকলে তেওঁলোকৰ মৃতকৰ সকামতো নৈবেদ্য হিচাপে ব্যৱহাৰ কৰা দেখিবলৈ পোৱা যায়। আনহাতে ঘৰুৱাভাৱে অনুষ্ঠিত কৰা সকামসমূহতো এই নামলাওক টাই আহোমসকলে এবিধ নৈবেদ্য হিচাপে ব্যৱহাৰ কৰে।

টাই আহোমসকল এটা অতিথিপৰায়ণ জনগোষ্ঠী। সেই সূত্ৰে আলহীৰ পৰা আৰম্ভ কৰি মিত্ৰ-কুটুমলৈকে সকলোকে আপ্যায়নৰ কাৰণে আহোমসকলে এই পানীয়ৰ ব্যৱহাৰ কৰা দেখিবলৈ পোৱা যায়। তেওঁলোকে “দূৰৰ পৰা আলহী অতিথি আহিলে হাঁহ বা কুকুৰাৰ মাংসৰে অতিথিক সাঁজ এবাতি খুৱাব নোৱাৰিলে গৃহস্থই মনত কেতিয়াও শান্তি নেপায়। আন জা-জলপান, দৈ, চিৰা, পিঠা যিয়েই নিদীয়ক লাগিলে আহোম লোকৰ আলহী অভ্যর্থনাৰ আচল বস্তুটো সাঁজহে।” ৭

এনেদৰে টাই আহোমসকলে তেওঁলোকৰ মৃতকৰ সকাম, উৎসৱ-পাৰ্বন, পূজা, বিহু-আদিত পৰম্পৰাগতভাৱেই পৰম্পৰাগত ৰীতি-নিয়মেৰে এই ‘নামলাও’ৰ ব্যৱহাৰ কৰি আহিছে। মুঠৰ ওপৰত নামলাওৰ ব্যৱহাৰ টাই আহোমৰ সংস্কৃতিৰ এক এৰাব নোৱাৰা অংশ বুলিব পাৰি। আনহাতে বিভিন্ন বন-উষধেৰে তৈয়াৰী পিঠাৰ পৰা এই নামলাও প্ৰস্তুত কৰা হয় বাবে এই পানীয়বিধৰ ঔষধি গুণও নথকা নহয়। আনহাতে আহোমসকলৰ মাজত লোকলাওক কেৱল ঘৰুৱা ভাৱেই গ্ৰহণ কৰা হয়। এই লোকলাওক মাংগলিক কামত ব্যৱহাৰ কৰা দেখা যায়। এক কথাত আহোম সমাজত প্ৰচলিত ৰহি আৰু নামলাওক মাংগলিক কামত আৰু লোকলাওক ঘৰুৱা হিচাপে ব্যৱহাৰ কৰে বুলি পাৰি।

শেষত আমি এটা কথা ক’ব পাৰো যে, অসম তথা উত্তৰ-পূৱ ভাৰতৰ অন্যান্য জনগোষ্ঠীসমূহৰ সমান্তৰালভাৱে টাই আহোমসকলেও তেওঁলোকৰ পৰম্পৰাগত পানীয় এই নামলাওক নিজৰ পৰম্পৰা অনুসৰি অতীতৰে পৰাই প্ৰস্তুত আৰু ব্যৱহাৰ কৰি আহিছে। এটা কথা ঠিক যে আহোমসকল চাওলুং চুকাফাৰ নেতৃত্বত অসমলৈ অহাৰ সময়তে এই পানীয়ৰ প্ৰস্তুতৰ যি পৰম্পৰা আৰু ইয়াৰ প্ৰস্তুতৰ বাবে লগা সকলো বস্তু লৈ আহিছিল। যি পৰম্পৰা আজিও একবিংশ শতিকাতো টাই আহোম জনগোষ্ঠীৰ লোকসকলে ধৰি ৰাখিছে। অসমত বসবাস কৰা অন্যান্য জনগোষ্ঠীসমূহৰ পৰম্পৰাগত পানীয় প্ৰস্তুত প্ৰণালীতকৈ টাই আহোমসকলৰ পানীয় প্ৰস্তুত প্ৰণালী কিছু পৃথক যদিও কিন্তু এই পানীয়ৰ যি ঐতিহ্য সি কিন্তু গুৰুত্বপূৰ্ণ। বৰ্তমান সময়ত বিভিন্ন কাৰণত এই পানীয়ৰ ব্যৱহাৰত কিছু পৰিৱৰ্তন আহিলেও কিন্তু ইয়াৰ পৰম্পৰা ধৰি ৰখাৰ ক্ষেত্ৰত টাই আহোম জনগোষ্ঠীটোৱে কোনো কৃপণালী কৰা নাই। আহোমসকলৰ পূৰ্বপুৰুষেই আৰম্ভ কৰা এই পানীয় প্ৰস্তুত আৰু ব্যৱহাৰৰ যি পৰম্পৰা সেই পৰম্পৰা সদায় টাই আহোমসকলৰ মাজত জীয়াই থাকক আৰু জীয়াই ৰখাৰ ক্ষেত্ৰত বৰ্তমান টাই আহোমৰ যুৱ-প্ৰজন্মইয়ো নিজৰ কৰ্তব্য পালন কৰি যাওঁক তাৰ আশা কৰিলোঁ। কিয়নো এটা পৰম্পৰা হেৰাই যোৱা মানে সেই জনগোষ্ঠীটোৰ সংস্কৃতিৰ এটা অংশ হেৰাই যোৱা।

মিচিংসকলৰ পৰম্পৰাগত পানীয়ৰ প্ৰস্তুত প্ৰণালী

অসমৰ অন্যান্য জনজাতি সকলৰ দৰে মিচিংসকলেও পৰম্পৰাগত পানীয় প্ৰস্তুত কৰে। মিচিং সকলে দুই প্ৰকাৰৰ পানীয় অৰ্থাৎ আপং ঘৰুৱা ভাৱে প্ৰস্তুত কৰে। সেই কেইটা হৈছে- পৰং আপং আৰু নাগিন আপং। এই দুয়োবিধ আপং প্ৰস্তুত কৰিবলৈ মিচিং লোক সকলে ঘৰুৱা ভাৱে প্ৰস্তুত কৰা এক বিশেষ ধৰণৰ বাখৰ বা পিঠাৰ ব্যৱহাৰ কৰে। সেই পিঠা প্ৰস্তুত কৰিব কাৰণে মেচাকি, বিহলঙী, ধপাত, নগা নামোৰ, পিললি, কঠাল গছৰ পাত, জালুক আদি বিভিন্ন ঔষধি গছৰ শিপা আদিৰ খুন্দি পিঠাগুৰিৰ সৈতে মিহলি কৰি সেই বাখৰ প্ৰস্তুত কৰি লয়।

আনহাতে পৰঃ আপং প্ৰস্তুত প্ৰণালী সম্পৰ্কে যদি ক'বলৈ যাওঁ তেন্তে- পঃৰ আপং প্ৰস্তুত কৰিবলৈ প্ৰথমে তুঁহুগুৰি আৰু খেৰ জ্বলাই লোৱা হয় আৰু সেই জ্বলোৱা তুঁহুৰ গুৰি খিনিৰ সৈতে সিজোৱা ভাত মিহলাই দিয়া হয়। লগতে বিভিন্ন ঔষধি পাতৰো প্ৰস্তুত কৰা বাখৰ বা পিঠা সেই সিজোৱা চাউল আৰু তুঁহুগুৰিৰ মিশ্ৰণটোৰ লগত মিহলাই কলহত ভৰাই দিয়া হয়। সেই কলহতেই পৰৱৰ্তীৰ ৯পৰা ১২ দিনৰ ভিতৰত পঃৰ আপং প্ৰস্তুত হৈ উঠে। এই আপং চাকিবৰ বাবে তেওঁলোকে বাঁহেৰে নিৰ্মিত তাঃচুক ব্যৱহাৰ কৰে। ৯ ৰ পৰা ১২ দিন কলহত থকাৰ পৰৱৰ্তী পৰ্যায়ত কলহত থকা সেই মিশ্ৰণখিনি তাঃ চুকত ঢালি দি পানী মিহলাই এই পঃৰ আপং মিচিং সকলে প্ৰস্তুত কৰে।

ঠিক সেইদৰে নাগিন আপংৰ প্ৰস্তুত প্ৰণালীলৈ যদি মন কৰোঁ তেন্তে - কোমল বা বৰা চাউল সিজাই লৈ ঠাণ্ডা কৰি হাতেৰে মিহি কৰি সঠিককৈ অপৈৰ মিহলাই কলহত ভৰাই থোৱা হয়। প্ৰায়- ৬-৭ দিন কলহত যোৱাৰ পিছতহে এই আপং প্ৰস্তুত হয় আৰু সেই কলহত থোৱা মিশ্ৰণ খিনিৰ ওপৰত পানী দি খৰাহিত সহায়ত হাতেৰে চেকি এই নাগিন আপং প্ৰস্তুত কৰা হয়।

মিচিংসকলৰ পৰম্পৰাগত পানীয়ৰ ব্যৱহাৰ

অন্যান্য জনগোষ্ঠী সমূহৰ সমান্তৰালভাৱে মিচিং সমাজতো প্ৰচলিত দুয়োবিধ পানীয়ৰে বিভিন্ন ক্ষেত্ৰত তেওঁলোকে ব্যৱহাৰ কৰে। মিচিং সমাজৰ ধময় উৎসৱ-অনুষ্ঠান, পূজা-পাৰ্বন আদিৰ লগতে ঘৰুৱা আৰু অতিথি আপ্যায়নৰ ক্ষেত্ৰতো এই পৰম্পৰাগত পানীয়ৰ ব্যৱহাৰ কৰা দেখা যায়। বিভিন্ন আকৃতিক উপাদানেৰে সমৃদ্ধ এই পানীয় দুয়োবিধে মিচিং সকলে পূৰ্বপুৰুষ আৰু তেওঁলোকে পূজা কৰা দেৱ-দেৱীৰ পূজা পাতিবলৈ ব্যৱহাৰ কৰে। মিচিং সমাজৰ বিভিন্ন উৎসৱ যেনে- আলি-আয়ে-লিগাং, পঃৰাগ, দবুৰ পূজা, গুৰু সকাম, শনি সকাম আদিত এই পানীয়ৰ পূৰ্ণ ব্যৱহাৰ দেখা যায়। আনহাতে বিভিন্ন মাংগলিক কাম যেনে- দদগাং, দবুৰ পূজা, ওৰম তচাক আদিতো এবিধ পৰিত্ৰ দ্ৰব্য হিচাপে এই পঃৰ আপং আৰু নাগিন আপংৰ ব্যৱহাৰ দেখিবলৈ পোৱা যায়। তদুপৰি নৱজাত শিশু প্ৰসৱ কৰাৰ পাছতো পঃৰ আপং চাকি ইয়াৰ প্ৰথম ৰসখিনি সন্তানৰ মাকক খুওৱা হয়, যাতে প্ৰসূতিগৰাকীয়ে শৰীৰৰ স্বাভাৱিক শক্তি ঘূৰাই পায়। মুঠতে এবিধ শক্তিবৰ্ধক পানীয় হিচাপে এই দুয়োবিধ আপং মিচিং সকলে পৰিত্ৰ জ্ঞান কৰি পৰম্পৰাগত ভাৱে যুগ যুগ ধৰি গ্ৰহণ কৰি আহিছে।

সাম্প্ৰতিক প্ৰেক্ষাপটত জনগোষ্ঠীয় পানীয়ৰ গুৰুত্ব

বৰ্তমান সময়ছোৱা হৈছে বিশ্বায়নৰ যুগ। এই সময়ছোৱাত অন্যান্য ক্ষেত্ৰ সমূহৰ সমান্তৰালভাৱে অসমৰ জনগোষ্ঠীয় খাদ্য পৰম্পৰা ক্ষেত্ৰতো প্ৰভাৱ পৰিছে। খাদ্য পৰম্পৰাৰ ভিতৰত যদি পানীয়ৰ ক্ষেত্ৰখনলৈয়ে মন কৰোঁ তেন্তে পুৰণি কালত পানীয় প্ৰস্তুত কৰিবলৈ ব্যৱহাৰ কৰা বিভিন্ন বনদৰৰ বৰ্তমান সময়ত নোপোৱাৰ পৰিপ্ৰেক্ষিতত পানীয়ৰ গুণাগুণৰ ওপৰতো বিৰূপ প্ৰভাৱ পৰা দেখা গৈছে। এই ক্ষেত্ৰত আমি টাই আহোম আৰু মিচিং দুয়োটা জনগোষ্ঠীৰে পানীয় প্ৰস্তুতত ব্যৱহাৰ হোৱা বনদৰৰ কথাকে ক'ব পাৰোঁ। আহোমসকলে আগতে নামলাও প্ৰস্তুত কৰিবলৈ ব্যৱহাৰ কৰা পিঠাত ১০১ বিধ বনদৰৰ ব্যৱহাৰ কৰিছিল কিন্তু সাম্প্ৰতিৰ প্ৰেক্ষাপটত ইয়াৰ ব্যৱহাৰ দেখিবলৈ পোৱা নাযায়। গতিকে বহু সময়ত পানীয়ৰ গুণাগুণ কমি অহা দেখিবলৈ পোৱা গৈছে। যি খাদ্য পৰম্পৰাৰ ওপৰতে প্ৰভাৱ পেলাইছে।

ঠিক সেইদৰে বৰ্তমান সময়ত অসমৰ বজাৰ দখল কৰা বিলাতি সুৰাৰ বিপৰীতে অসমৰ জনগোষ্ঠীয় পানীয় সমূহৰ গুণাগুণ বহু ওপৰত। গতিকে এই ক্ষেত্ৰত জনগোষ্ঠীয় লোক সকলেও নিজৰ নিজৰ জনগোষ্ঠীয় পানীয়ৰ সংৰক্ষণত গুৰুত্ব দিব লাগে। নহ'লে এটা সময়ত নিজৰ এই খাদ্য পৰম্পৰা ধ্বংসৰ মুখলৈ গতি কৰিব। সকলো বস্তুৰে ভাল বেয়া দুটা দিশ থকাৰ দৰে পৰম্পৰাগত পানীয়ৰো ভাল বেয়া দুটা দিশ আছে। যদিও সাম্প্ৰতিক সময়ত যুৱ উশৃংখলতা বৃদ্ধিত পানীয়ৰ গুৰুত্ব আছে তথাপিও কিন্তু লোক-সংস্কৃতিৰ অংশ হিচাপে জনগোষ্ঠীয় পানীয় সমূহৰ সংৰক্ষণতো কিন্তু গুৰুত্ব দিয়া দৰকাৰ। কাৰণ এই পানীয় সমূহে অসমৰ খাদ্য পৰম্পৰাক চহকী কৰি ৰাখিছে।

আনহাতে অর্থনৈতিক স্বাৱলম্বীতাৰ আহিলা হিচাপেও এই পৰম্পৰাগত পানীয়ক ব্যৱহাৰ কৰাৰ যথেষ্ট থল আছে। যিহেতুকে বজাৰত উপলব্ধ সুৰাৰ বিপৰীতে অসমৰ জনগোষ্ঠীয় পানীয় সমূহৰ গুণাগুণ যথেষ্ট বেছি। গতিকে এই পানীয় সমূহক বজাৰলৈ বিজ্ঞানসন্মত ভাৱে উলিয়াই বিশ্বৰ প্ৰেক্ষাপটতলৈ নিয়াৰো যথেষ্ট থল আছে। যদি সম্প্ৰতিক সময়ত কিছু খাদ্য মেলাত ইয়াৰ ব্যৱসায় কৰা দেখা যায়।

ঠিক সেইদৰে পৰম্পৰাগত পানীয় সমূহ সমাজত জীয়াই থাকিলে তাত ব্যৱহাৰ হোৱা বনওঁষধি যুক্ত বনদৰববোৰো জীয়াই থাকিব। গতিকে বনদৰৰ সমূহৰ সংৰক্ষণতো পৰোক্ষভাৱে এই পানীয় সমূহে ভূমিকা পালন কৰি আহিছে।

মুঠৰ ওপৰত জনগোষ্ঠীয় সমূহৰ স্বকীয়তা জীয়াই ৰখাৰ লগতে অসমৰ খাদ্যসম্ভাৰক চহকী কৰাত পৰম্পৰাগত পানীয় সমূহৰ যথেষ্ট গুৰুত্ব আছে।

উপসংহাৰ

অসমৰ দুটা প্ৰধান জনগোষ্ঠী টাই আহোম আৰু মিচিংসকলৰ পৰম্পৰাগত পানীয়ৰ লগত জড়িত কেতবোৰ দিশ সম্পৰ্কে অৱগত হ'লো। লগতে সাম্প্ৰতিক সময়ত পৰম্পৰাগত পানীয়ৰ গুৰুত্ব সম্পৰ্কে আভাস লাভ কৰিলোঁ। যদিও পানীয় সমূহৰ কিছু নীতিবাচক দিশ আছে তথাপিও কিন্তু এই পানীয় সমূহৰ গুৰুত্ব অসমৰ খাদ্য সংস্কৃতিৰ অপৰিসীম। আলোচনাটোৰ পৰা এটা ক'ব পাৰো যে যদিও অসমৰ দুটা জনগোষ্ঠীৰ পানীয় তথাপিও কিন্তু ইয়াৰ প্ৰস্তুত প্ৰণালী আৰু ব্যৱহাৰৰ ক্ষেত্ৰত বহুতো মিল আছে। ই বহু ক্ষেত্ৰত সমন্বয়ৰ সংস্কৃতিকে বুজাই। মুঠতে অসমৰ লোক-সংস্কৃতিৰ পথাৰখন সমৃদ্ধ কৰা আৰু অসমৰ খাদ্য সম্ভাৰক জীয়াই ৰাখিবলৈ অনান্য জনগোষ্ঠীয় খাদ্য সমূহৰ সমান্তৰালভাৱে পৰম্পৰাগত পানীয়ৰো যথেষ্ট গুৰুত্ব আছে। তাৰ সমান্তৰালভাৱে অসমীয়া সংস্কৃতিক বিশ্বৰ মানচিত্ৰলৈ যোৱাত এনে ধৰণৰ খাদ্য সমূহে ভূমিকা পালন কৰিব।

প্ৰসংগসূত্ৰ

- ১। চন্দ্ৰ কমল চেতিয়াঃ অসমৰ জনগোষ্ঠীয় লোক-সংস্কৃতি [প্ৰথম খণ্ড], পৃষ্ঠা নং-২
- ২। পুষ্প গগৈ, বগেন গগৈঃ তাই সংস্কৃতি, পৃষ্ঠা- ৪৫৬
- ৩। পুষ্প গগৈ, বগেন গগৈঃ তাই সংস্কৃতি, পৃষ্ঠা- ৪৫৩
- ৪। পুষ্প গগৈ, বগেন গগৈঃ তাই সংস্কৃতি, পৃষ্ঠা- ৫৫৪
- ৫। পুষ্প গগৈ, বগেন গগৈঃ তাই সংস্কৃতি, পৃষ্ঠা- ৫৫৪
- ৬। পুষ্প গগৈ, বগেন গগৈঃ তাই সংস্কৃতি, পৃষ্ঠা- ৫৫৪
- ৭। পুষ্প গগৈ, বগেন গগৈঃ তাই সংস্কৃতি, পৃষ্ঠা- ৫৫৪
- ৮। অংশুমান দাস [সম্পা]ঃ অসমৰ জনগোষ্ঠীয় লোকখাদ্য, পৃষ্ঠা- ২৩৮

সহায়ক গ্ৰন্থপঞ্জী

- ১। চেতিয়া, চন্দ্ৰকমলঃ - অসমৰ জনগোষ্ঠীয় লোক সংস্কৃতি [প্ৰথম খণ্ড], জাগৰণ সাহিত্য প্ৰকাশন, প্ৰথম প্ৰকাশ, ২০১৫
- ২। দাস, অংশুমান [সম্পা]ঃ- অসমৰ জনগোষ্ঠীয় লোক খাদ্য, আঁক-বাঁক, প্ৰথম প্ৰকাশ, চেণ্ডেম্বৰ, ২০১২
- ৩। ডেকা, কনক চন্দ্ৰঃ- আমাৰ খাদ্য-সংস্কৃতি, সমন্বয় প্ৰকাশন, প্ৰথম সংস্কৰণ, চেণ্ডেম্বৰ, ২০২২
- ৪। পাটৰ, পদ্ম [সম্পা]ঃ- 'জনজাতি সমাজ- সংস্কৃতি, অৰুণোদয় প্ৰকাশন, প্ৰথম প্ৰকাশ, জুলাই, ২০০৮

- ৫। বৰা, দেৱজিৎ [সম্পাদিত]- উত্তৰ-পূবাত্মৰ জনগোষ্ঠীয় লোক-সংস্কৃতি,
এম. আ.পাব্লিকেশ্যন, প্ৰথম প্ৰকাশ, ২০১৪
- ৬। বৰুৱা, সুখঃ - আহোম সকলৰ উৎসৱ-অনুষ্ঠান, বনলতা, প্ৰথম প্ৰকাশ,
মাৰ্চ, ২০০৭

তথ্যাদাতাৰ নাম আৰু ঠিকনা

- ১। প্ৰিয়ংকা টায়েং, বয়স- ২৫, ডিব্ৰুগড়
- ২। দেৱৰাজ পাটৰ, বয়স - ৫০, শিৱসাগৰ
- ৩। বিনামনি বৰগোহাঞি, বয়স- ৬০, ঢকুৱাখনা
- ৪। বীনা গগৈ, বয়স- ৫৬, ধেমাজী