ꯍꯨꯏꯌꯦꯟ ꯂꯥꯟꯄꯥꯎ
ꯌꯨꯝꯁꯀꯩꯁꯥ, ꯁꯦꯞꯇꯦꯝꯕꯔ ꯱꯴, ꯲꯰꯲꯲, ꯏꯝꯐꯥꯜ
꯴꯶ ꯁꯨꯕꯥ ꯆꯍꯤ, ꯱꯶꯹ꯁꯨꯕꯥ ꯃꯁꯤꯡ
হুইয়েন লানপাউ
য়ূমশকৈশা, সেপ্টেম্বর ১৪, ২০২২, ইম্ফাল
৪৬শুবা চহী, ১৬৯শুবা মশীং

শঙলিংবদা শিন্নৌ হায়বা লৈবনিকো

ৰাসশু চাবা, লাল্লুপশু কাবদি চুমদে

ৰার ওন দ্রগস কেম্প্যেন ১.০ লোইশিনখ্রে, ২.০ অমুক চঙশিল্লক্লে। সেকেন্দ পার্ট (অনীশুবা শরুক) চত্থরক্লিবসি থেংনরক্লিবা লানসি মায় পাক্ত্রি, শোক্লগদবা, মায়োক্লগদবা ৰাৎলি হায়বনি। মসিগীদমক লেপ্তুনা চঙশিল্লক্লিবনি। অদুগা ফংনীংলিবা পান্দমদু ফংদ্রিবা ফাওবসু মখা তানা চঙশিনখিগদৌরিবনি। তৌসনু, ফৈ। মণিপুরদগী ময়াই কাবা ইল্লিগেল দ্রগশিং মৱ্রু ফংনা মূত্থৎপা, মণিপুরবু দ্রগ ফ্রী ষ্টেট অমা ওইহনবা হায়বসিদি পূন্নমক্কী ওইনা অফবনি। হৌজিক লৈরিবা মীরোলসিগীসু ফৈ, তুংদা লাক্কদবা মীরোলগীসু অফবা ওইগদৌরিবনি। মায় পাকপা-পাক্তবা, ঙম্বা-ঙমদবদুনা অমনি। অদুবু তৌগে খন্না হোৎনরবদবু ঙমদবা, ঙম্লোইদবা লৈতে। লৈবা হৌনদে। তক্ল-তক্লগা নূঙদসু ময়েং তারকই হায়বদুনি। দ্রগকী মায়োক্তা অকনবা লান চঙশিল্লকপদগী চীংমী-তন্মীশিং লান পাংবা য়াওশিল্লক্লে। পোপি পাম্বী থাহল্লোই, মখোয়-মখোয়গী এরিয়াশিংসু দ্রগ ফ্রী জোনশিং ওইহনগনি হায়দুনা ৰারেপ লৌরে, ৰাশক্লে। রেল্লি ফাওবা চৎখৎনরক্লে। মসি পূন্নমক হোৎনজমনগী মহয়নি। লান হায়বসিদি অফবা মখল কয়াগী খূৎশু-খূৎলায় শীজিন্ননবা লৈজরবা অমসুং লান্মী মশীং য়াম্না লৈরগা মায়োক্লরকপদা শোয়দনা মায় পাক্কদৌরিবনি। হৌজিক ফাওবদা ওইরক্লিবা লানগী ফীভমসিসু শোক্লখিগদবা খরা ৰাৎলিবা ওইরগসু পূক্নিং লূম্বা অমসুং মায় পাকপগী লম্বীদা চঙশিল্লক্লে। পন্থুংফম খূৎনা লাম্বা ফংলক্কদৌরে হায়বা ফাওবা য়ারক্লে।

অদুবু লান অসিগী লান্মীশিং কনা কনা ওইগদগে? মণিপুরগী মীপূম খুদিংমক লান্মী লোইনা ওইবা য়াব্রা? মখল পূন্নমক্কী মীওইশিংদা লান অসিদা শরুক য়াবগী অয়াবা পীরব্রা/পীদব্রা হায়বগী ৰাহংদি থোরকই। ৰাহংশিংসি হংনরকপা অমসুং থোরকপদা লান্না খনফম থোক্তে। ৰাহংশিংসি হংনবগী মরমশিং লৈরকপদগী হংলক্লিবনি। মরমদি লান হায়বসিদি মসিগী লান্থেং অমসুং লান্থোং য়াওনা লানগী পোরম-পোমিৎ শিৎ-নান্না খঙবা লান্মীশিংনা থেংনগদবনি। মসিগী মথক্তা লানগীদমক তঙাইফদনা চঙবা খূৎলায়শিং পায়রিবনি। খূৎলায় য়াওদ্রবদি লান শোক্লবা য়াদবনিনা তঙাইফদনা খূৎলায়শিং শীজিন্নরিবনি। মরম অসিনা লানসিগী লান্মীশিং করম-করম্বা মীওইশিংনা ওইগদগে? মীপূম তিংনা ওইবা য়ারব্রা? লান পাংগদবা মীওইশিংনা কনা কনা ওইগদগে হায়বদু নাখৈ শেংদোক্লবা চুমগনি নৎত্রবদি ৰার ওন দ্রগসকী লাননি হায়দুনা শোক্ল রকপদা মফৈদা অতোপ্পা লান মচা অমসুং লাঞ্জাও কয়া থোকহল্লক্লবগী মরম ওইহল্লকপা অচুম্বা ওইরোই। তৌবগীবুদি লানসি মণিপুরদগী ময়াই কাবা ইল্লিগেল দ্রগশিং মৱ্রু ফংনা মূত্থৎলসি হায়বনি। মূত্থৎনবা লেপ্তুনা শোক্লরকপনি। চীংগী নৎত্রগা তমগী হায়বা থিদনা শৌগৎনরক্লবনি। লান পাংশিন্নরক্লবনি। মায় পাকপরোমদা চঙশিল্লক্লবনি। অদুবু হুইনা খোংগদবদা গধানা খোংবা, ক্বাক্লা মনাৎ নত্তনা ফৌ চারুবদগী থোরকখিবা থৌদোকশিং অদুম্মাইনদি থোকহল্লকপা চুমদে হায়বগী ৰানি। লান মখল অসিদি নাকোর্টিক দ্রগস অমসুং সাইকোট্রোপিক সবষ্টেন্সেস (এন দি এন্দ পি এস) এক্ট, ১৯৮৫গী প্রোভিজনশিংনা পীবা পৱারদা শোক্লরকপনি। ইশম শম্না লো এনফোর্সিং এজেন্সীশিংগী লাননি। অদুবু মণিপুর পূম্বগী ওইনা মায় পাক্লবদি অফবা মখলগী লান ওইগদৌরিবনা মীয়াম হুপ্পা মতেং পাংশিনবদি চুমগনি। অদুসু অফবা, অচুম্বা থবকনি, তৌদ্রবসু য়াদ্রবনি হায়দুনা তৌরগা ৰাসশু চাবা লাল্লুপসু কাবগী থৌদৌদুদি থোকহল্লকপা চুমদে। হৌজিক ফাওবদা ওইরিবা ৰার ওন দ্রগসকী ফীভমসি মায় পাকপরোমদা নকশিল্লক্লবনি। পন্থুংলমদাই, হিথুংলমদাইদা হিরাক্লবগী ফীভম ওইহল্লক্তনবা লানগী তেমাই লেপ্পনা লৌখৎফম থোকপা থবকশিং লৌখৎহৌ।

হুইয়েন লানপাউ লিটরেরি ক্যুইজ-৪৯

১) **‘‘লাইথি জাগোয়গী চীন্থাং ৰারী’’** হায়বা লাইরিক অসি কনানা ওরিজিনেল করি লোলদা ইবদগী কনানা মণিপুরীদা হন্দোকপনো?

২) **‘‘মেনকাগী মচানুপী’’** হায়বা লাইরিক অসিগী অইবা কনানো অমসুং করম্বা মখলগী লাইরিকনো ?

৩) **‘‘নিতি লীলা দিবারাস’’** হায়বা লাইরিক অসিগী অইবা কনানো?

৪) **‘‘পুন্সি অমসুং তিংখং’’** হায়বা লাইরিক অসিগী অইবা কনানো অমদি করম্বা মখলগী লাইরিকনো?

৫) **‘‘অশংবা চীংমায়শিং/অমুবা ফিজোল হোংদোকখ্রবদা/কায়রক্লে ঋতুগী খোঙচৎ/ঈচেল লেপখ্রে তুরেলশিং/চেল্লক্লে লৈক্রক্কী ঈচেল’’** শৈরেং অসি কনানা ইবা লাইরিক্তা য়াওবা করি শৈরেংনো?

মথক্তা পীরিবা ৰাহংশিং অসিগী পাউখুম সেপ্টেম্বর ১৫, শগোলশেন নুমিৎকী অয়ূক পুং ১১ ফাওবগী মনুংদা পাউচে অসিগী ওফিসতা নৎত্রগা ঈ-মেল ***hueiyenliteraryquiz@gmail.com*** সিদা মেল ওইনা থাবীরকপা য়াগনি। পাউখুম পীবিরকপা/থাবীরকপা মতমদা মিং, লৈফম, মহৈগী থাক অমসুং কন্টেক্ট নম্বর ময়েক শেংনা ইবিরকউ।

ৰাহং খুদিংমক্কী পাউখুম চুম্না নৎত্রগা মশীং য়াম্না চুম্না পীবিরকপা মীওইশিং অদুদগী দ্রো ওৎচরগা লাইবক ফবা মীশক অমা খনজগনি। লোয়ননা খল্লবা মীশক অদুদা মনা পীজগনি।

খ্বাইদগী কমপ্লেক্স ওইরবা, মপূং ফারবা খূৎশেমগী মাইক্রোবাইওম শেমগৎলকপা

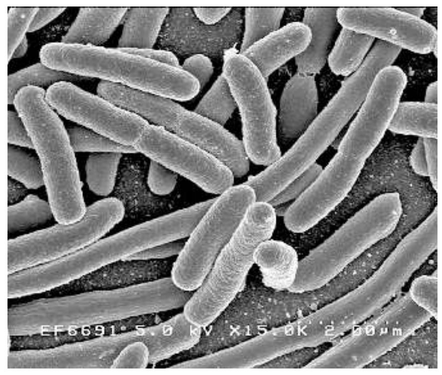
(খূৎশেমগী মাইক্রোবাইওম চারগা নৎত্রগা কাপ্লগা লায়নাশিংদগী ঙাকথোকপা)

সাইন্সকী খোঙচৎ

কুঞ্জো নাওরেম

মাইক্রোবাইওম নৎত্রগা মাইক্রোবাইওটা হায়বসি ঐখোয় মীওইবগী অপিকপা অমসুং অচৌবা থিরিলদা মপূং ওইনা ফংবা মাইক্রোওর্গানিজমশিংগী কোলোনি অদুবু খঙনৈ। মসিগী মনুংদা বেক্টিরিয়া খক্তা নত্তনা ফঞ্জাই, পেরাসাইটশিং অমসুং ভাইরসশিংসু য়াওরগা তোঙান-তোঙানবা স্পেসিস লিশীং কয়াগী মাইক্রোওর্গানিজম ত্রিলিয়ন কয়ামুক য়াওই। মাইক্রোবাইওমদা কান্নবা অমসুং লায়না পোকহনবা ঙম্বা মাইক্রোওর্গানিজম মখল অনীমক য়াওই, অদুবু লায়না পোকহল্লিবশিংগী মশীংদি য়াম্না য়ামদে। মশা-মউ ফবা, তিঞ্জেন-লাইচেন্দবা মী অমদা লায়না পোকহনবা অমসুং কান্নবা মাইক্রোওর্গানিজমশিংসি অয়েৎ-অপন থোকহন্দনা পূন্না হিংমিন্নৈ। অদুবু অসিগুম্বা খল অসি মপান্দগী চঙলকপা মাইক্রোওর্গানিজমশিং/মহিকশিং, অকক্লবা চিঞ্জাকশিং নৎত্রগা এন্টিবাইওটিকশিং মতম কুইনা শীজিন্নরকপনা কায়হল্লকপা মতমদা তিঞ্জেন-লাইচেন্নবগী মচাক অমা ওইরকই।

মাইক্রোবাইওটাগী কান্নবসি য়াম্না য়ামখ্রে। শল্লপ্না পল্লবদা, মখোয়না ইম্মুন সিষ্টমবু ইথিল পী, হু ওইবা কম্পাউন্দশিংবু থুগাই, বি-ভিটামিনশিংগুম্বা ভিটামিন খরা অমসুং অমিনো এসিদশিং শুংহল্লি অমসুং তুম্বদা ৰারবা কমপ্লেক্স কারবোহায়দ্রেট অমদি ফাইবরশিংবু তুমহনবদা মতেং পাংই। মাইক্রোবাইওমনা মী অমগী হকশেলদা কান্নবা য়াম্না পী। হৌখিবা চহী তরামুকসিদা থিজিল্লকখিবশিংদগী খঙবা ঙম্লকখিবদি কেন্সরগী লায়েংশিংদা ইম্যুনোথেরাপি শীজিন্নবা মতমদা মাইক্রোবাইওমদা খেন্নবা লৈ; অদুনা নারিবা লায়নাশিং অমসুং হকচাংদা অয়েৎ-অপন পীবগী মওং-মতৌদা খেন্নবা লৈহল্লি। মাইক্রোবাইওমগী ফীভম চানা থম্বা ঙল্লিবা মী অদু তিঞ্জং-কাইজংদবা ওই হায়বসি চুল্লবা ৰাফম অমনি। অদুনা মাইক্রোবাইওম অসি খূৎশেমগী পান্থেনা শেমগৎলগা মীদা পীজবা নৎত্রগা কাপশিন্নবগী মঙ মঙবা হৌরকখি থিজিন লূপশিংনা।



হকচাংদা কান্নবা পীরিবা মাইক্রোবাইওমদা লৈরিবা Bacteroides thetaiotaomicron

ষ্টানফোর্দ য়ুনিভর্সিটিগী থিজিন লূপ অমনা বেক্টিরিঅল স্পেসিস ১০০দগী হেন্না য়াওরবা, খ্বাইদগী কমপ্লেক্স ওইরবা অমসুং ফজনা শেমগৎলবা খূৎশেমগী মাইক্রোবাইওম অমা য়োক্লবা মতুংদা উচিশিংদা মায় পাক্লা কাপশিনবা ঙমখ্রে হায়না *সেল* (সেপ্টেম্বর ৬, ২০২২) দা ফোঙদোরক্লি। স্পেসিস অমবু হাপচিনবা, লৌথোকপা অমসুং ইদিট তৌবা ঙম্বগী শক্তিনা মাইক্রোবাইওমগা হকশেলগা লৈনবা মরীবু হেন্না মমুৎ তানা খঙলকপগা লোয়ননা ফর্ষ্ট-ইন-ক্লাস মাইক্রোবাইওম থেরাপিসি শেমগৎলকখিবনি হায়রি।

Michael Fischbach

মাইক্রোবাইওমগী মরু ওইবা নৈনবশিংদা হকচাংদগী লৌবা ফিকল ট্রান্সপ্লান্ট (অমাংবগী ট্রান্সপ্লান্ট) শীজিন্নৈ, মসিনা মহৌশানা য়াওজরল্লবা ওর্গানিজমশিংবু অমমমতা ওইনা খঙহনবা ঙমহল্লি। সাইন্টিষ্টশিংনা জীন অমবু সাইলেন্ট মোদতা থম্বা নৎত্রগা অখন্নবা সেল অমদগী নৎত্রগা উচি অমগী হকচাংদা য়াওরিবা প্রোটিন মখল অমবু লৌথোকপা মতমদা ফিকল সাম্পল অমদা য়াওরিবা বেক্টিরিয়াশিংদুগী মরক্তগী স্পেসিস অমবু লৌথোক্লবা নৎত্রগা শেমদোক্লবা খূৎলায়শিং লৈতে। অদুবু Sarafan ChEM-H কী ইন্সটিট্যুট স্কোলর অমসুং বাইওএঞ্জিয়রিং অমসুং মাইক্রোবাইওলোজিগী এসোসিএট প্রোফেসরসু ওইরিবা Michael Fischbach অমসুং মাগী খোঙলোয়শিংনা পান্থে অমা ফংবা ঙমখি : মাইক্রোওর্গানিজমশিংদুবু অমমমতা ওইনা য়োক্লগা ফংলকপা স্ক্রাটচতগী মাইক্রোবাইওমদু শেমগৎলম্মী অদুগা বেক্টিরিয়াদুদা য়াওরিবা মচলশিংগা য়ানশিন্নরম্মী।

Fischbach লেবতা য়োকখিবা বেক্টিরিঅল সেল কলচর অমা

মাইক্রোবাইওমগী সেল খুদিংমক্লা মোলিক্যুলশিংবু থুগাইবা অমসুং শেমগৎ-শাগৎপা ঙম্বা রিএক্সনশিং থোকহন্দুনা অকক্লবা মথৌ অমমম তৌই। মাইক্রোবাইওম অমা শেমগৎ-শাগৎনবগীদমক থিজিন লূপ অসিনা য়ানশিন্নরিবা পোৎতু ষ্টেবল ওইহনবখক্তা নত্তনা মহৌশাগী ওইবা মপূং ফারবা মাইক্রোবাইওমদুগী মথৌ পূম্নমক তৌবসু ঙমহনবা তারম্মী। খূৎশেমগী মাইক্রোবাইওম অসিদা য়াওহন্নবা স্পেসিসপু খনবা হায়বসি অরুবা অমনি মরমদি মী অমগা মী অমগগী মাইক্রোবাইওমদা খেন্নবা লৈ; অদুনা মী অনীখক খল্লগা মখোয়গী মাইক্রোবিঅল জীনশিংগী তঙ্খাইদগী হন্থনা স্যের তৌহল্লম্মী।

লূপ অসিনা মখোয়গী কোলোনিদু খ্বাইদগী মরাং কাইনা ফংলিবা বেক্টিরিয়াদগী শেমগৎনবা ৰারেপ্পরম্মী অদুগা মী ৩০০ হেনবদগী লৌরকপা মপূং ফারবা মাইক্রোবিঅল জীনোম সিক্বেন্স তৌনবগীদমক নেসনল ইন্সটিট্যুটস ওফ হেল্থ ইনিসিএটিভ অমা ওইরিবা হ্যুমেন মাইক্রোবাইওম প্রোজেক্ট (ঐচ এম পি) দা মায় ওনশিল্লম্মী। মখোয়না ঐচ এম পি ইন্দিভিজুএলশিংগী য়ামদ্রবদা ২০%দা য়াওরম্বা বেক্টিরিএল ষ্ট্রেইন ১০০ খনগৎলম্মী। মখা তানা থিজিন্নবগীদমক দরকার ওইবা স্পেসিস খরা হাপচিল্লগা পূন্না স্পেসিস ১০৪ শুরম্মী। মখোয়বু তোঙান-তোঙানবা পাত্রশিংদা য়োক্লম্মী অদুগা হ্যুমেন কম্যুনিতি ৱান নৎত্রগা hCom1 শেম্নবগীদমক অপূনবা কলচর অমদা য়ানশিল্লম্মী।

লেবতা ষ্ট্রেইনশিংনা পূন্না হিংমিন্নবা ঙল্লবসু অশেংবা চাংয়েংদি মখোয়গী অনৌবা কোলোনি অসিনা থিরিলদা হিংবা ঙমব্রা হায়বসিনা ওইরম্মী। মখোয়না hCom1 না শিংথানিংঙাই ওইবা মওংদা ষ্টেবল ওইবা, লোয়ননা হাপচিনখ্রিবা স্পেসিসশিংগী ৯৮%না মহিক-মতাই চেন্দ্রবা উচিশিংদুগী থিরিলদা কোলোনিশিং শেন্বা থেংনরম্মী, অদুগা থা অনীদি স্পেসিস খুদিংমক্কী য়াম্বগী চাংশিংদু হোংদনা লৈরম্মী।

মখোয়গী কোলোনিদু হেন্না মপূং ফাহন্নবগীদমক থিজিন লূপ অসিনা স্পেসিস অমনা নৎত্রগা মসিদগী হেনবনা তৌফম থোকপা মাইক্রোবাইওমগী মথৌশিংদু পাঙথোকপ্রা হায়না খঙবা পাল্লম্মী। মখোয়না কোলোনাইজেসন রিজিষ্টন্স হায়না খঙনবা থিওরিদু শীজিন্নরম্মী, অদুগা মসিনা হান্না লৈরল্লবা কোলোনি অমদা হাপচিনবা মতমদা হান্নদগী হাঙদুনা লৈরবা মফম অমবু মেনশিনবা ঙল্লবা মতম অদুখক্তদা বেক্টিরিয়া অমনা হিংবা ঙম্মী হায়বদু খঙবা ঙল্লম্মী। মাইক্রোবাইওমদু হ্যুমেন ফিকল সাম্পল অমগী মওংদা মখোয়গী কোলোনিদা মপূং ফানা হাপচিল্লগা অনৌবা স্পেসিস থোরকপ্রা হায়না ট্রেকিং তৌরগা মখোয়না হেন্না মপূং ফারবা কম্যুনিতি অমা শেন্বা ঙল্লম্মী।

মতাংসিদা পনবা য়ারিবদি, hCom1 না মরোমদোম হিংজৈ, অদুগা ইকোন কোন্না ফংলিবা কম্যুনিতিদা য়াওরিবা সেলশিংগী চাওরাক্লা ১০% খক্তমক ফিকল ট্রান্সপ্লান্টদগী লাকখি হায়বসিনি। ফিকল ট্রান্সপ্লান্ট অহুমগী মনুংদগী য়ামদ্রবদা অনীদা অনৌবা বেক্টিরিএল স্পেসিস ২০ হেন্না য়াওরকপা থেংনরম্মী। মখোয়বু অহানবা কম্যুনিতি অদুদা হাপচিল্লবা অদুগা উচিগী থিরিলদা হিংবা ঙমদবশিংদু লৌথোক্লগা ষ্ট্রেইন ১১৯গী hCom2 হায়না খঙনবা অনৌবা কম্যুনিতি অমা ফংবা ঙল্লম্মী। অসুম্না ফংলক্লিবা কম্যুনিতি অসিনা অহানবগী অদুদগী হেন্না উচিশিংবু লায়নাশিংদগী ঙাকথোকপা ঙমহল্লম্মী।

খূৎশেমগী মাইক্রোবাইওম অসিগী কান্নবদু চাং য়েংনবগীদমক, থিজিন লূপ অসিনা hCom2 না কোলোনাইজ তৌরবা উচিশিংদা *Ecoli* গী মহীকশিং কাপশিল্লম্মী। মহৌশাগী ওইবা মাইক্রোবাইওম্না কোলোনাইজ তৌরবা উচিশিংদা তৌবগুম্না, উচিশিং অদুনা ইনফেক্সন অদুবু থিংবা ঙল্লম্মী। মতৌ অসুম্না খূৎশেমগী মাইক্রোবাইওম শেমগৎপগী পান্থে অসিনা তুংলমচৎতা এঞ্জিনিয়র্দ মাইক্রোবাইওম-বেজ থেরাপিগী লায়েং পথাপ অমা শীজিন্নরকপা য়াবগী ওইথোকপদু লৈহল্লে হায়না Fischbach না ফোঙদোক্লি। Sarafan ChEM-H অমসুং দিপার্টমেন্ট ওফ বাইওএঞ্জিনিয়রিংনা কুমজা ২০১৯দা হৌদোরকখিবা ষ্টানফোর্দ মাইক্রোবাইওম থেরাপিজ ইনিসিএটিভ (এম আই টি আই) গী দাইরেক্টর ওইনা মহাক্লা অসিগুম্বা এঞ্জিনিয়র্দ কম্যুনিটিশিংবু মীশিংদা কাপশিল্লগা মখল -মখা কয়াগী লায়নাশিংদগী ঙাকথোক্লবগী মঙ মঙলি। অসিগুম্বা মঙলান অসিনা মঙফাওনরকপা তারবদি, ইনফেক্সনশিংগীদমক সাইদ-ইফেক্ট লৈবা এন্টিবাইওটিকশিং চাদনা নৎত্রগা এন্টিবাইওটিক-রিজিষ্টেন্ট মাইক্রোবশিংগী ইনফেক্সনশিংবু মায় পাক্লা লায়েংবা ঙল্লগনি। ●

কুচু মুবা (নেগ্রো) অমনা ইংলেন্দগী ওলিম্পিক মেদল লৌবা

- লৈশাংথেম অজিৎ -

ইংলেন্দগী সেন্দরসন মমিং চৎপী শান্নরোয়নি। মহাক লৈবাক অদুগী Wolverhamton and Bilston Athletics Club কী মেম্বর অমা ওইরম্মী। মহাক কম্মনৱেল্থ গেমস অহুম্লক্তা শরুক য়াখিবদা নত্তনা ১৯৯২গী ইন্টরনেসনল এসোসিএসন ওফ এঠলেটিক্স ফেদরেসন (আই এ এ এফ) কী ৱর্ল্ড কপ্তা তা লংবদা মকোক ওইদুনা সনাগী মেদল ফংখি। কুমজা ১৯৮৪দা লোস এঞ্জেলসতা পাঙথোকখিবা ওলিম্পিক গেমসতা তা লংবদা সনাগী মেদল লৌদুনা ওলিম্পিক গেমস তরুক্লক্তা শরুক য়াবা ঙম্বা এথলেটিক্সকী কাঙলূপকী রেকোর্দ লৈবী শান্নরোয়নি। মহাক ইংলেন্দদা লৈবা অমুবা মীওইশিং (নেগ্রো) গী নুপী কাঙলূপ্তা ওলিম্পিক্কী চেম্পিয়ন ওইখিবা অহানবা নুপী ওইদুনা লৈবাক অদুনা মহাকপু ইকায়খুম্নখি। মহাক কম্মনৱেল্থ গেমসদদি সনাগী মেদল অহুম (১৯৭৮, ১৯৮৬ অমসুং ১৯৯১) ফংখ্রে। কুমজা ১৯৯২দা পাঙথোকখিবা আই এ এ এফ ৱর্ল্ড কপ্তসু মকোক তাখি। মহাক কম্মনৱেল্থ রেকোর্দ মঙারক থমখিবগা লোয়ননা বৃটিশ নেসনল রেকোর্দ তরারক থুগাইখি। বৃটিশ লৈবাক অদুদা মহাক্লা হেক নক্লনা লম্বা তৌনরিবদি ফটিমা হ্বাইটব্রেদনি। ফটিমা হ্বাইটব্রেদ কুমজা ১৯৮৪গী লোস এঞ্জেলস ওলিম্পিক গেমসতা অহুমশুবা তাখিবীনি।

এঠলিটকী অথোয় অহেন তান্নবশিংদগী পোথারবা মতুংদা মহাক টেলিভিজনগী গেষ্ট স্পিকর ওইদুনা য়াম্না তোয়না শান্ন-খোৎনবগী মরমদা, ওলিম্পিক গেমসকী মতিক মগুনশিংগী মরমদা মচা খায়না মীয়ামদা পাউদমখি। স্কাই ন্যুজ হায়না খঙনবা ঈ-পাউগী পাউচে অদুগী রিপোর্টর ওইরমখি। মহাকপু ইংলেন্দগী মহারানি এলিজাবেথনা কুমজা ১৯৮৫তসু Member of the order of the British Empire (MBE), 2008 দা (CBE) Commander of the Order of British Empire গী মীংথোল পীখি। মসি মণিপুরগী নিংথৌ ওইবীরম্বা চুড়াচান্দ মহারাজদা বৃটিশনা পীখিবা কে সী এস আই সী বি ঈ হায়বা মিংথোল অসিগী অকোনবগী সী বি ঈ হায়বা মিংথোল অদুগা মান্নবা মীংথোলনি।

মহাক Wolverhampton & Bilston Atheletics Club কী মেম্বর ওইদুনা তা লংবা অমদি পেন্থাথলোন্দা শরুক য়াদুনা মহাক্কী চহী মান্নবশিংগা লম্বা তৌনৈ। মহাক্লা চহী ১৬ শুবা মতম কুমজা ১৯৭২দা ইংলিস স্কুলস এঠলেটিক চেম্পিয়নশিপ্তা শরুক য়াবদা মকোক ওইখি। অহানবা মনা ফংখিদুনা মথংগী চহী ১৯৭৩দা পাঙথোক্কদৌরিবা য়ুরোপিয়ন জুনিয়র চেম্পিয়নশিপ্তা শরুক য়ানবা খনবীখি। অদুবু মহাক ফাইনেল চঙলবসু ১২শুবা তাখি। ফুট ১২৮ ইঞ্চি ৬ মখায় (মিটর ৩১.১৮) খক্তমক লংখি। বলগেরিয়াগী টৌনিয়া খৃষ্টোভানা ফুট ১৭৯ ইঞ্চি ১১ (মিটর ৫৪.৮৪) লংদুনা মকোক ওইখি। নুমিৎ অসিদগী সেন্দরসন পেন্তাথলোন থাদোকখি। তা লংবদা মপূক্লিং চঙখি। মহাক্লা অসুম্না খনখি মদুদি তা লংবনা মঙোন্দা খুদোংচাবা কয়া অমুক ফংগনি অমদি মীরৈবাক্তা চৎতুনা লম্বা তৌনরুবগী খুদোংচাবা হেন্না ফংগনি। মহাক্কী হোৎনবা অমদি মথ্বায় য়াওবা অদুনা মরম ওইদুনা মহাক্লা সিনিয়রগী কাঙলূপ্তা অহানবা ওইনা শরুক য়াবদা ১৯৭৪গী বৃটিশ কম্মনৱেল্থ গেমসতা মরৈবাক্কীদমক মহাকপু খন্দুনা য়াওরুবদা মঙাশুবা তাখি। চহী অদুমক্তদা মহাক্লা য়ুরোপিয়ন এথলেটিক্সতা শরুক অমুক য়াররুবদা ১৩শুবা তাখি অদুবু চহী অদুমক্তদা মহাক্লা বৃটিশ জুনিয়র রেকোর্দ মঙারক থুগাইখি। রোকোর্দতি মিটর ৫৫.০৪নি। মহাক্লা চহী অনীগী মতুংদা ১৯৭৬তা ফুট ১৮৪ ইঞ্চি ২ (মিটর ৫৬.১৪) লংদুনা নেসনল রেকোর্দ ১০রক থুগাইখি। মতুং তারকপদা কম্মনৱেল্থ গেমসতা মঙারক থুগাইখি।

মহাক কুমজা ১৯৭৬তা মোনত্রেলদা পাঙথোকখিবা ওলিম্পিক গেমসতা অহানবা ওইনা শরুক য়াখি। মদুদা ফুট ১৮৭ লংদুনা ৯শুবা তাখি। অঙকপদি মহাক্লা মথ্বায় য়াওনা থৌরম অসিদা মপূক্লিং চংবা মরম্না মথং চহী ১৯৭৭কী জুলাই থাদা দক্লিন্দা পাঙথোকখিবা য়ুরোপিয়ন কপকী সেমীফাইনেলদা মহাক্লা মিটর ৬৭.২০ (ফুট ২২০ ইঞ্চি ৫ মখায়) লংদুনা নেসনল রেকোর্দ থমখি। মসি মতম অদুদা নুপীগী তা লংবগী হীরমদা খ্বাইদগী শাংনা লংবগী অনীশুবা রেকোর্দনি। মরম অদুনা য়ুরোপিয়ন কপকী ফাইনেলদা নোংপোক জর্ম্মনিগী রদ ফুকসনা মকোক ওইখি। মহাক্লা অনীশুবা তাখি। মথংগী চহীদা মহাক্লা আই এ এ এফ ৱর্ল্ড কপ্তা অহুমশুবা তাখি।

সেন্দরসননা মমিং লৈরবা মালেমদা শকখঙবা এঠলেটিক্সকী থৌরমদা অহুমশুবা ওইনা মায় পাকখিবদি ১৯৭৮গী কম্মনৱেল্থ গেমসতা ফুট ২০১ ইঞ্চি অনীগা ৩/৪ শান্না লংদুনা সনাগী মেদল ফংখিবা অদুনি। চয়োল খরা লৈরগা মহাক্লা ১৯৭৮গী য়ুরোপিয়ন কপ্তা অনীশুবা তাদুনা লুপাগী মেদল ফংদুনা জর্ম্মনিগী Fuch না মকোক ওইখি। মথং চহীদসু Fuch না অমুক হন্না মহাকপু মায়থীবা পীখি। মখোয় অনীমক রোমানিয়াগী ইভা রাদুলি - জে ারগোনা মায়থিবা পীখিবনি। মহাক্লা মোস্কোদা কুমজা ১৯৮০দা পাঙথোকখিবা ওলিম্পিক গেমসতা শরুক য়াখিবদা মহাক ফাইনেল য়ৌবা ঙমখিদে। ক্বালিফায়িং ষ্টেন্দর্দ য়ৌবা ঙমহৌদে, নুমিৎ অদুদা মহাক মিটর ৪৮.৭৬ খক্তমক লংবা ঙমখি।

ওলিম্পিক অসিগী মতুংদা মহাক্লা ইংলেন্দগী লিদস সহরদা লৈবা Carnegie Institute of Physical Education গী কোচ ৱিলফ পেইসতা মহাক্কী কোচ ওইজগে হায়জখিবদা মহাক্লা য়াবীদুনা কোচ অদুগী ময়ূমদা লৈদুনা ট্রেনিং তৌরম্মী। মিটর ৬১.৫৬ লংবা ঙল্লবদি মহাক ১৯৮১গী পেসিফিক কনফরেন্স গেমসতা চেম্পিয়ন ওইবা ঙমগনি হায়বা মপূক্লিংদা লৈখি। অদুমক মহাক্কী কম্পিটিসনদা ঙমখি। সেন্দরসন কুমজা ১৯৮০দা মোস্কোদা পাঙথোকখিবা ওলিম্পিক গেমসতা শরুক য়াখিবদা ফুট ২২৮ ইঞ্চি ২ মখায় নৎত্রগা মিটর ৬৯.৫৫ লংদুনা ওলিম্পিক্কী রেকোর্দ থুগাইখি। হ্বাইটব্রেদ (ইংলেন্দ) না অহুমশুবা তাখি। সেন্দরসন অসি বৃটিশকী কুচু মুবা নুপীশিংগী মনুংদা ওলিম্পিক্কী সনাগী মেদল ফংবা অহানবনি। ●

পাউচে অসিদা ফোঙজরিবা ৱারেংশিং অসিগী ৱাখল, মীৎয়েং অইবা মশা মশাগীনি। পাউচে অসিগী ৱাখল্লোন অমসুং মীৎয়েংগা থোইদোক্লা মরী লৈনদে।