হুইয়েন লানপাউ
য়ুমশকৈশা, অপ্রেল ২৭, ২০২২, ইম্ফাল
৪৫শুবা চহী, ৩৩শুবা মশীং
হুইয়েন লানপাউ
য়ুমশকৈশা, এপ্রিল ২৭, ২০২২, ইম্ফাল
৪৫শুবা চহী, ৩৩শুবা মশীং

স্মার্ট সিটিগী মঙ

মঙলুখিনু মঙলাক্লনি

লৈবাকসিদা লৈমিন্নরিবা ষ্টেট অমসুং য়ুনিয়ন টেরিটোরিশিংগী মরক্তা স্মার্ট সিটি লৈহন্নবা য়াওখ্রে, মখা তানসু লৈহন্নবা হোৎনবা য়াওরি হায়দুনা মণিপুর লৈঙাক্কী চিন্দোন-লৈতোনদসু ৱাফমসি পক্লক্লিবসি কুইরে। হৌজিক লিংবা কুইদ্রিবা অনৌবা লৈঙাকসি খক্কী ৱাফম নত্তে। হৌখ্রবা, টর্ম লোইখ্রবা মমাঙগী লৈঙাকশিংনা পনবা হৌরকখ্রবনি। হৌসনু করিসু কায়দে। অফবা, ফজবা অমসুং কান্নববু পামদবা, ওইনীংদবা কনা য়াওরমগদগে? য়াওরম্ফম থোক্তে। অদুবু মসি ওইরগসু মণিপুরগীদি স্মার্ট সিটিগা হায়বসিগী মঙ মঙলুখিনু, মঙফাওনবদি লায়রদনা মঙলাক্লদুনা তোক্কনি হায়বগী ৱানি। ৱাফমসি ফোঙদোরকই হায়দুনা ৱারৌবসু তৌগনু। নরল লৈতনা চুহি চানীংবা, মথীক নেম্বা মীনা থা লাম্বগী ফীভমদু তারক্তুনা নখ্বাং তেক্লগা তোক্কনি হায়বনি। খ্বাইরম্বন্দ কৈথেল মনুং অমসুং অকোয়বগী মফমশিং, গ্রেটর ইম্ফালগী এরিয়াশিং ফাওবা তরূ তনান্না থম্বা ঙমজদবা, শিৎ-শেংবগী থবক খরা তৌরিবা মীওই খরগী ফাওবা ঙাইহাক লৈতনা খূৎশুমল চাং-নাইনা পীদবগী ৱাথোক থোকহন্দবা ঙমদ্রিবা, নোং খজিক্তং চুবগা ইম্ফাল ময়োলদা লৈরিবা গভর্ণমেন্ট অমসুং লন্নাইগী ইষ্টাব্লিসমেন্টশিং, মহৈশঙশিং ঈশিংনা খুকউ হেক্তা য়ৌরিবা, চৎনরিবা লম্বীশিংনা শগোল থৌবদৌনা তৌরিবা ফীভমসিদগী হোংদোক্তুনা মচি লেংহনবা ফাওবা ঙমদ্রিবা লৈঙাক্লা স্মার্ট সিটিগী ৱাফম হৌদোরকখিনু। চুহি চফু কাওবগী ফীভমদু তানি। অনীংবা, অপান্ব'মা লৈবদুবুদি লৈজৌ, অকায়বা লৈতে। অদুবু লৈরিবা, ওইরিবা ফীভমসিদা খোইরেন মসা পানখৎলক্তুনা চিনফেন ফরকপদি পক্তে, তানীংদে হায়বগী ৱানি। হৌজিক নোংজুথা ফাওবা য়ৌদ্রিঙৈদা খরা খজিক চুরকপা শজিবু নোংলৈগী তুংইন্নরকপা নোংগী ঈশিং ফাওবা শেন্নবা ঙমদ্রগা ইম্ফালবু স্মার্ট সিটিদা ওনখৎলনিগা হায়রকপসিবু অতাবশিংনা খূবাক খূজিল্লক্লোইদবগী মরম লৈব্রা? মীনা ফজবা য়ূম-কৈ শাই, মমল য়ান্থা গাড়ী তোংই, ইনাক-কৈরাক খুল্লি হায়দুনা হেক্তমক মতৌ তন্নুবা য়ারোই, নোক্লরুবদসু চুরুংলক্লোই। নশাগী ফীভম হান্না মতিক চাহনখো, মথৌ তাবা মচাকশিং হান্না লাংশিনখো, শোয়দনা ঙন্নগনি হায়বগী থাক য়ৌরবা মতমদা থা লান্নকউ।

অদুদি নত্তনা পুং ১/২ খক চুরকপা নোংগী ঈশিং ফাওবা শেন্নবা ঙমদ্রগা অতোপ্পা ষ্টেটশিংনা তৌনৈ হায়দুনা হেক্তা লামশিল্লখিনু। মথৌ তাবা পোৎলমশিং শুনা লৈহল্লক্লবা মতমদা পামজরিবা স্মার্ট সিটিদুদি অদুম লোয়নজরক্কদবনি। হায়রিবা থবকশিংসিদি তৌদনা খংচোঙ-চোঙদুনা লামখৎনবা হোৎনরকপগী থৌওংসিদি স্মার্ট সিটিগী মরুমদা লন্নাইগী ওইজ-ওইথক খরা ফংনবা হুমা-হুমা থিরকপা মাল্লি। মীয়ামগী মীহুৎনি, লুচিংবনি, লৈঙাক পায়রিবনি হায়দুনা মীয়ামগী থবক তৌরিবনি থোক্লবা তৌবা মাল্লি। অদুবু অফবা, অচুম্বা থবকনি হায়বা পূম্নমক লোইনা লামশিনবা, মচিল মৈ লোইনা মুশিনবা অদুগা মপূং ফানদি অমত্তা লোইশিনবা ঙম্বগী পাঙ্গল থৌনাদি লৈজদবা ওইরগদি মাইবা শুমচিৎনি হায়রক্লোইদবগী মরম লৈতে। অদুগী মহুত্তা নোং চুবগা নমথীবা, মুশিন মুবা ঈশিংনা থুমজিনবা ওল্ড এসেমব্লি কমপ্লেক্স, কোনুং মমাঙ অমসুং চেক্কোনগী লম্বীশিং, উরিপোক্কী ফ্লাই ওভরগী মনিং থংবা মখোঙ মনাক, বাবুপড়া, এসিয়ন হায়ৱে ওইহনগদৌরিবনি হায়রিবা নেসনল হায়ৱে -১০২ পরিংগী শীংজমৈদগীনা ককৱা ফাওবগী শরুক, টিদ্দিম লম্বীদা কৈশাম্পাৎতগীনা ক্লাকৈথেল ফাওবগী লম্বী, ইম্ফাল ময়োলগী অতৈ লম্বীশিং, লৈরক কোন্সাং পূম্নমক মী লৈনবা, মীরক্কী মফমশিং মান্ননবা হান্না শেমজিনখো। লৈবাক মীয়ামদা খুদোংচাদবশিং মায়োক্লহল্লিবসি কোকহন্নবা ঙাইহাক লৈতনা শেমদোক-শেমজিন অমসুং হোংদোক-হোংজিন তৌরোইদবা পোলিসি-প্রোগ্রামশিং পায়খৎলু, শেম-শাখো। ইম্ফাল ম্যুনিসিপাল কাউন্সিল (আই এম সী) গী ৱাৎলিবা মেন পৱারশিংসু হাপচিন্দুনা মতিক চানা লৈহনখো, ইলেক্সন পাঙথোক্তুনা কোর্পোরেটরশিং খল্লু। পাঙথোকফম থোকপা মথৌশিং ফজনা তৌহল্লু। অমোৎ-অকাই, ফত্ত-হৌদিশিং নীংথিজনা লোইশিন খমজিল্লু। মীয়াম্বসু ৱাখল তাহল্লু। হোৎনবদবু ঙমদবা লৈব্রা? তৌবতবু তৌগদবা অমসুং তৌরোইদবশিং মশক মুন্না খঙদোক্লগা মথং-মনাও নাইনা থবক পায়খৎলু হায়বনি। অদুগা ফজবা য়ূম অমগী মঙলিবা মঙদু মঙফাওনহনগে হায়রবদি য়ূম্ফম হান্না থোনখো, মথৌ তাবা মচাকশিং হান্না লাংশিনবনা পোরম খঙবা ওইগনি। অমোৎ অকাই লংথোকপা মীওই খরা ফারগা ফাইন থিহনবদুনা স্মার্ট সিটি হেক্তমক ওইরকপা য়ারোই। চিন খক্তনসু য়ারোই। খূৎ য়াওগদবনি হায়বসি খঙজিনবা কান্নগনি।

হুইয়েন লানপাউ লিটরেরি ক্যুইজ-৪০

১) ''তোয়না থেংনৈ ঐনা/ৱাহৈনা মপূকচেন হোংলকপা।/ৱাহৈনা মপূক শেংলক্তবসিদা/কপলি ঐগী থৱায়না।'' শক্লাইরবা কবি অমগী লাইরিক্তা য়াওবা শৈরেং অমনি। কবি অসি কনানো, মাগী করি লাইরিক্তা য়াওবা করি শৈরেংদগীনো?

২) মণিপুর মপানগী শক্লাইরবা অইবা অমগী লাইরিক্কী মমিংনি ''অরোইবা খোঙচৎ'' হায়বসি। অইবসি কনানো অমদি লাইরিক অসি করি মখলগীনো?

৩) *''সেনবী সমসোক্ লৌওনব পাংগ ঈপ লাল্ কবো ঈপু লাল্ পূনুং চঙবী ঈয়ান খাক্ পূনুং ঈসোই ননন লমলেল্ মংসা লউথেং কোইদ ইরোই কাংপোৎ খোমলরে হায়য়ে। পোইরই ঐসু তাংসক্তে।''* ৱাহৈ পরেংশিং অসি কদাইদগী লৌথোরকপনো?

৪) ''চেরৈ'' হায়বা লাইরিক অসি করম্বা মখলগী লাইরিকনো অমসুং অইবনা কনানো?

৫) *''অ।! চান্নবী, হৈররোনে থন্ন, থক্লসিনে,/হৌখিবগীদমক্ত নীংঙমদ্রবা লাক্কদৌ' গীসু নুংনাংনরিবা ঙসি কৌবা নুমিৎসে,/হয়েং! করিগী হয়েং, ওইবা য়াদ্রবা ঐহাক্কী/হৌখ্রবা চহী লীশিং চান্মগী চিন্তা পোৎলুম পুবা।''* মালেম ফাওরিবা কবি অমগী শৈরেংদগী মণিপুরীদা হন্দোকপা মতেকনি। কবি কনাগী করি শৈরেং লাইরিক্লো অমদি মণিপুরীদা হন্দোক্লিবনা কনানো?

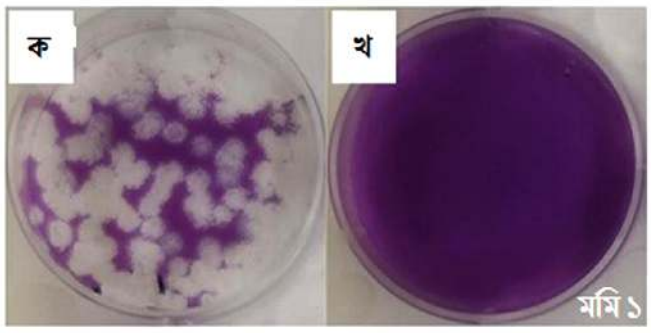
মথক্তা পীরিবা ৱাহংশিং অসিগী পাউখুম এপ্রিল ৩০, থাংজ নুমিৎকী অয়ূক পুং ১১ ফাওবগী মনুংদা পাউচে অসিগী ওফিসতা নৎত্রগা ঈ-মেল **hueiyenliteraryquiz@gmail.com** সিদা মেল ওইনা থাবীরকপা য়াগনি। পাউখুম পীবিরকপা/থাবীরকপা মতমদা মিং, লৈফম, মহৈগী থাক অমসুং কন্টেক্ট নম্বর ময়েক শেংনা ইবিরকউ। ৱাহং খুদিংমক্কী পাউখুম চুম্না নৎত্রগা মশীং য়াম্না চুম্না পীবিরকপা মীওইশিং অদুদগী দ্রো ওৎচরগা লাইবক ফবা মীশক অমা খনজগনি। লোয়ননা খল্লবা মীশক অদুদা মনা পীজগনি।

কোভিদ-১৯গী ভেরিএন্টশিংদগী ঙাকথোকপা ঙম্বা ফোটোকটালিষ্ট এন্টিভাইরেল

সাইন্সকী খোঙচৎ
কুঞ্জো নাওরেম

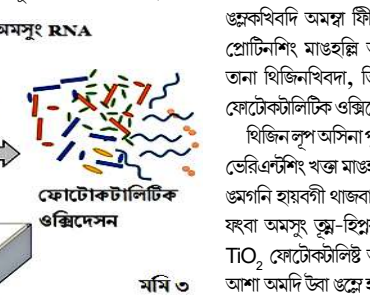
হৌখিবা চহী অনীরোমসিদা সার্স-কোভ-২ কোরোনাভাইরসনা মালেমগী লৈবাক শিনবা থুংনা ওৎ-নৈরক্লি, অনৌ-অনৌবা শায়ওন কয়া ওল্লদুনা। অদুবু তইবঙ মীওইবা হায়বসিসু অতোপ্পনা হেক লাকচখিবা য়াবা জাৎ নত্তে, ভাইরস অসিদগী ঙাকথোক্লবা পাম্বে মথং-মথং পুথোরক্লি। অদুবু কোরোনাভাইরস অসি হৌজিক্কী ওইনদি লাকশিনবা ঙম্লে হায়বদু য়াদ্রি; অদুনা অনৌবা পাম্বেশিং থিরি অদুগা নৌনা পুথোরক্লিবশিংসিনা মায় পাকপগী লম্বীরোমদা পুরক্লি।

অসিগুম্বা তাংফম অসিদা, Nara Medical University, Kanagawa Institute of Industrial Science and Technology অমসুং Tokyo Institute of Technology গী সাইন্টিষ্টশিংনা, ইমুংদা থানবা মৈগী মঙাল অমসুং অমম্না কাদা মথৌ ফজনা তৌবা ঙম্বা, এন্টিভাইরল ফোটোকটালিষ্ট অমা পুথোকপা ঙম্লে হায়না *Scientific Reports* (এপ্রিল ১৪, ২০২২) তা ফোঙদোরক্লি। পাউদম অসিগী মতুংইন্না ফোটোকটালিষ্ট অসি টাইটানিয়ম দাইওক্সাইদ (TiO_2) অমসুং কোপ্পর ওক্সাইদ (Cu_xO) নানোক্লেষ্টরশিংনা পুল্লগা শেন্থনি। ফোটোকটালিষ্ট অসিনা ১) গ্লাস সবষ্ট্রেটতা থম্লবা কোরোনাভাইরসতা ভিজিবল লাইটনা পুং ২ চুপ্পা মখোয়গী দিটেক্সন লিমিটক্কী মখাদা য়ৈহনবদা অলফা, বিটা, গম্মা অমসুং দেল্টা য়াওনা সার্স-কোভ-২গী ভেরিএন্টশিংবু ইনএক্টিভেট তৌবা ঙম্লম্মী (মমি ১)। অমম্বদা থম্বা মতমদসু ফোটোকটালিষ্ট অসিনা এন্টিভাইরলগী মপ্তনসি উৎপা ঙম্লম্মী। Cu_xO/TiO_2 না সার্স-কোভ-২ ভাইরসশিংগী স্পাইক প্রোটিনশিংবু থুগাইদ্না অমসুং RNA বু মতৎ-মতৎ থদৎতুনা ভাইরসশিংদু ইনএক্টিভেট তৌহল্লি।



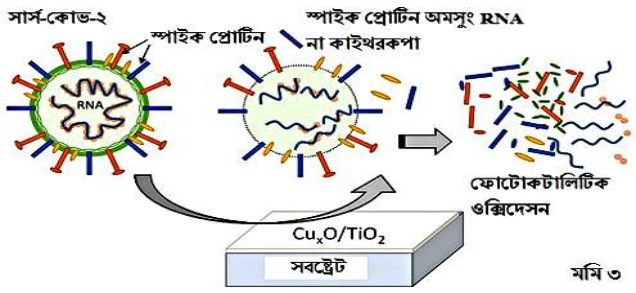
ক) গ্লাস সবষ্ট্রেটতা উরিবা সার্স-কোভ-২ ভাইরসশিং।
খ) Cu_xO/TiO_2 তৈশিল্লবা সবষ্ট্রেটতা ভাইরসশিংবু ইনএক্তিভেট তৌখিবা।

কোভিদ-১৯ থোকহল্লিবা কোরোনাভাইরস অসি ইনফেক্ট তৌরবা মীশিংদগী থাদোরকপা দ্রোপ্লেটশিংদগী মপূং ওইনা শন্দোরকপনি। দ্রোপ্লেটশিংসি মরু ওইনা মখল-মখা কয়াগী লৈমাইশিংদা নপ্তুনা লৈ। অসুম্না নপ্তুনা লৈহৌবা ভাইরসশিংদুনা মরু ওইনা ঐখোয়গী লৈফম ওইরিবা কাশিং অমসুং ঐখোয়গী অকোয়বদা লৈরিবা নুংশিত্তা য়াওরক্তুনা হকচাংদা চঙলকই। নপশিন্দুনা লৈরিবা ভাইরসশিংদুবু ইনএক্টিভেট তৌনবগীদমক অলকোহোল অমসুং হায়দ্রোজেন পেরোক্সাইদকুম্বা এন্টিভাইরল কেমিকেলশিং অসি ঐখোয়গা তোয়না শোক্লু-শমুরিবা মফমশিং, খূৎ-শানচিংবদা তৈদুনা নৎত্রগা কাপশিন্দুনা শীজিন্নৈ। কেমিকেলশিংসিনা ভাইরসশিংগী প্রোটিনশিংবু থুগাইদুনা ইনএক্টিভেট তৌহি। অদুবু, কেমিকেলশিংসি মনিল য়াম্না কাগনবনিনা, থুনমক মনিল ওন্দুনা পাইথোকখ। অদুনা খোয়বু তৈবা অমসুং কাপ্পগী থবকসি তেইনা, হন্না-হন্না তৌবা তাই। অসিগুম্বা খুদোংচাদবা অসিদগী ঙাকথোক্লবগীদমক থিজিন-লূপ অসিনা মপং ওইবা ফোটোকটালিষ্ট অমবু ভাইরসশিংদগী ঙাকথোক্লবগীদমক পুথোরকখি। অসিগুম্বা মপং ওইবা এন্টিভাইরল অসিদি মতম কুইনা লৈবা ঙম্মী, হু চেন্দে, অতোপ্পা কেমিকেলশিং অমসুং মৈশানসু ইরায় লায়না মাঙহন-তাকহনবা ঙমদে।



তন্নেলিং ইলেক্ট্রোন মাইক্রোস্কোপ (TEM) না লৌবা Cu_xO/TiO_2 কম্পোজিটকী মমি।

TiO_2 বু ফোটোকটালিষ্ট ওইনা শীজিন্নবা এন্টিভাইরল খরা হান্নবা পুথোক্লখ্রে। অলট্রাভাইওলেট



মঙালনা য়ৈহনবা মতমদা, ফোটোকটালিষ্ট অসিনা ওক্সিদেসন রিএক্সন থোকহন্দুনা কোরোনাভাইরসকী স্পাইক প্রোটিনশিংগুম্বা ওর্গানিক মেট্রেশিংবু মাঙ-তাকহল্লি। হায়রিবা ফোটোকটালিষ্টশিং অসিদি অলট্রাভাইওলেট মঙালনা য়ৈবা মতমখক্তদা মথৌ তৌই, অদুবু অলট্রাভাইওলেট মঙালদি ইমুং খুদিংমক্তা শীজিন্নবসু নত্তে। অদুগা অতোপ্পা অমরোমদনা, ঐখোয়না নুংতিগী শীজিন্নরিবা ইলেক্ট্রিক্কী মঙালশিংসিদা অলট্রাভাইওলেটকী শরুক খরা য়াওরবসু নুমিদাংগী তূম্ন-হিপ্পবা মতমদা মৈ থান্নদবনিনা অমম্বা মফমদা মথৌ তৌবা এন্টিভাইরলশিং পুথোকপগী মথৌসু তারকখি।

অমম্বা অমসুং য়ূমদা থান্নরিবা মৈশিংদা মথৌ তৌবা ঙম্বা এন্টিভাইরল পুথোক্লবগীদমক থিজিন লূপ অসিনা TiO_2 অমসুং Cu_xO নানোক্লষ্টরশিং য়াওবা কম্পোজিট অমা শেমগৎলম্মী (মমি ২)। Cu_xO নানোক্লষ্টরশিং অসি Cu(I) অমসুং Cu(II) স্পেসিসশিং য়াওবা য়ানশিন্নবা ভেলেন্সিশিংগী ওক্সাইদনি। Cu(II) স্পেসিস অসিনা ভিজিবল লাইট (নুংশা মঙাল নৎত্রগা ইলেক্ট্রিক্কী মঙাল) ফংবা মতমদা ফোটোকটালিষ্ট রিএক্সন থোকহল্লি অদুগা Cu(I) স্পেসিস অসিনা অমম্বা মফমশিংদা ভাইরস প্রোটিনশিংবু থুগাইবদা মরু ওইবা থৌদাং লৌহি। Cu_xO/TiO_2 মফোন অসি গ্লাস অমদা তৈশিনবা মতমদা মমি ১দা উখিবগুম্লা সার্স-কোভ-২গী অলফা, বিটা অমসুং গম্মা ভেরিএন্টশিংদা নত্তনা শাথীরবা দেল্টা ভেরিএন্টশিংবুসু ইনএক্টিভেট তৌবা ঙম্লম্মী।

থিজিন লূপ অসিনা Cu_xO/TiO_2 না থোকহল্লিবা এন্টিভাইরল মেকানিজমদুগী মরমদা থিজিন্নবগীদমক sodium dodecyl sulphate-polyacrylamide gel electrophoresis (SDS-PAGE), ELISHA অসে অমসুং RT-qPCR অনালিসিস শীজিন্নখি। অনালিসিসশিং অদুদগী চপ চনা খঙবা ঙম্লকখিবদি অমম্বা ফীভমশিংদা, Cu_xO দা য়াওরিবা Cu(I) স্পেসিসনা সার্স-কোভ-২গী স্পাইক প্রোটিনশিং মাঙহল্লি অমসুং RNA শিংবুসু মতৎ-মতৎ থদৎপা ঙম্মী হায়বসিনি (মমি ৩)। মখা তানা থিজিনখিবদা, ভিজিবল লাইটনা য়ৈহনবা মতমদা সার্স-কোভ-২গী ওর্গানিক মোলিকুলশিংগী ফোটোকটালিটিক ওক্সিদেসন থোকহন্দুনা ভাইরসশিংদুবু মাঙহনবসু থেংনরম্মী।

থিজিন লূপ অসিনা পুথোরক্লিবা এন্টিভাইরল মেটরিএল অসিনা কোভিদ-১৯ থোকহনখিবা, থোকহল্লিবা ভেরিএন্টশিং খক্ত মাঙহনবা নত্তনা মনুংদা লাক্কদবা মপাঙ্গল কল্লবা ম্যুটেন্ট স্ট্রেইনশিংবুসু ইনএক্টিভেট তৌবা ঙমগনি হায়বগী থাজবা লূপ অসিনা থল্লি। অয়ূক-নুংথিলদা নুংশা মঙাল, নুমিদাংগী মতমদা ইলেক্ট্রিক্কী মৈ ফংবা অমসুং তূম্ন-হিপ্পবগী অমম্বা মতমশিংদা থোকপা যাবা কোভিদ-১৯গী ইনফেক্সনশিংদগী Cu_xO/TiO_2 ফোটোকটালিষ্ট অসিনা ফজনা ঙাকথোকপা ঙম্বনিনা, কোভিদ-১৯ পেন্দমিক অসিবু লাকশিন্নবগী আশা অমদি ঙবা ঙম্লে হায়না থিজিন চেরোল অসিনা হায়রি। ●

আর কে মাইপাকসনা জর্নেলিষ্ট ফেলোসিপকী মখাদা ইজবা

ইন্টরনেসনলদা এম এম এ ফাইটতা ইন্দিয়াগী অহানবা গোল্ড লৌরক্লবী মণিপুরগী এল সুরবালানা প্রো মিক্স মার্সিএল আর্ট চেম্পিয়নশিপকীদমক আশা থল্লি

– বিজয় লাইশ্রম –

হৌজিক্কী মতমদা মিক্স মার্সিএল আর্ট (এম এম এ) অসি ঐখোয়গী হৌরক্লিবা নহা নুপা অমদি নুপীশিংদা তন্নদা য়াম্না কান্নবদা নত্তনা মসিনা মশাগী সেল্ফ দিফেন্স ওইনসু য়াম্না কান্নবা ওইগনি। লোয়ননা চাইনাদদি মার্সিএল আর্ট অসি নিংথিনা হৈরবা মীওই খল্লগা মখোয়গী পুলিস ওইনা লৌবগী ৱাফমসু লৈরি। মরম অদুনা নহাশিংনা ইমা ইপাগী মরুম থুপ্পা লৈরিঙৈ মতমদা লাইরিকসু তম্না তম্না হকচাংসু ফনবা হোৎনবগা লোয়ননা মিক্স মার্সিএল আর্ট অসি শান্নবা য়াই হায়না মালেমগী থাক্তা মিক্স মার্সিএল আর্ট অমদি রুশুদা গোল্ড কয়া অমদি নেসনলদা গোল্ড ১১ লৌরক্লবী লমদমসিগী চনু নিংঙোলশিংগী মরক্তা তোমথিন ঙাল্লিবী লাইশ্রম সুরবালানা ফোঙদোরক্লি।

লাইশ্রম সুরবালা যৌবাল দিষ্ট্রিক্তকী মনুং চনবা খাঙবোক পার্ট ৱান শোরোক ৱাংমদগী লাইশ্রম চন্দ্র অমদি লাইশ্রম ওংবী অনিতাগী মচানুপী অনী, মচানুপা অমা পুন্না মচা অহুমগী মনুংদা মহাক্লা অনীশুবনি। মহাক্কী অপোকপা চন্দ্রনা মণিপুর হেল্থ দিপার্টমেন্টতা লেব টেক্লিসিয়ন ওইনা থবক তৌরম্বদগী পোত্থাদুনা লৈরে। মহাক্কী অপোকপী মমানা য়ূমগী নুপী অমা ওইনা লৈবদা নত্তনা য়ূমদা অহাঙবা মতমদা কৌনাগী ফক শাবা, কৌনাগী হেন্দ বেগনচিংবা শাদুনা কৈথেলদা য়োল্লি। থবক শুবা নোম্বা, হোৎনবা কনবা ইমুংদগী থোরকপী এল সুরবালা খাঙবোক্তা লৈবা কে এম ব্লমিং হায়র সেকেন্দরি স্কুলদা ক্লাস ৱান্দগী ট্বেলভ ফাওবা তম্লকখি। মহাক কুমজা ২০১৫দা ক্লাস ট্বেলভ পাস তৌরবা মতুংদা থৌবাল দিষ্ট্রিক্তকী ৱাংজিংদা লৈবা ৱাই কে কোলেজদা বি এস সী পাস তৌখি। মহাক লাইরিক তম্না তম্না কুমজা ২০১০দগী খাঙবোক্তা লৈবা ওজা জেকিচান্দগী মখাদা কিক বোক্সিং হান্না শান্নবা হৌরকখি। মহাক থা অহুম ট্রেনিং তৌবা হৌরক্লবা মতুংদা ষ্টেট লেভেলগী টুর্নামেন্টনচিংবদা য়াওবা হৌরকখি। অদুগা ষ্টেট লেভেলগী শান্নবদা মেদল কয়া ফংবা হৌরকপদগী নেসনলগী থাক্তা অমুক পার্টিসিপেসন তৌবা হৌরকখি। অদুবু ওজা জেকি সী আর পি এফতা থবক চঙখিবদগী মখা তানা অমুক কুমজা ২০১৪দা মোইরাংখোমদা লৈবা শারুংবম ওজা উমাকান্তগী য়ূমদা নুমিৎ খুদিংগী চৎলগা অয়ূক্তা ট্রেনিং তৌবা হৌরকখি। খাঙবোক্তগী মোইরাংখোম ফাওবা কিক বোক্সিং তম্না চৎপা মতমদা পেসেঞ্জর সর্ভিস তৌরিবা বস অমদি টাটা মেজিক্তা তোংলগা চৎলি। অদুবু চাং নাইনা ট্রেনিং তৌবা চৎপা মতমদা গাড়ীগী অমদি গাড়ী অতোংমল পীনবা লৈতবগী প্রোব্লেম কয়া লৈরকপসু য়াওরকই। মহাক্লা য়াম্না চৎনীংই অদুবু ট্রেনিংদি অয়ূক অমদি নুংথিল তৌই, মহাক্কী লম লাপ্পনা চৎথোক চৎশিনদা অৱাবা-নুংঙাইতবা কয়া লৈখি।

মহাক কুমজা ২০১৮গী মে থাদা মণিপুরদা পাঙথোকখিবা কংলৈপাক মিক্স মার্সিএল আর্ট ফাইটসতসু শরুক য়াখি। মসিদা নত্তনা চহী অসিমক্তদা পেলেস কম্পাউন্দদা লৈবা ইবোয়াইমা শুমাং লীলা শঙলেন্দা পাঙথোকপা মণিপুর ফাইট লিগতা মহাক বেন্তম ব্রেট চেম্পিয়ন ফংবা ঙমখি। চহী অদুগী দিসেম্বর থাদা শিলোংদা পাঙথোকখিবা মিক্স মার্সিএল আর্ট চেম্পিয়নশিপ্তনা রন্নর্স অপ তাখি। মদুগী মতুংদা কুমজা ২০১৯দা ওজা রোসন মৈম্নাম থেংনবদগী মহাক বেঙ্গলোরদা লৈবা 'কোল কোমবট একাদেমি' দা ওজা বিশাই সাইগলগী মখাদা কুমজা ২০১৯গী জন্যুৱারীদগী মে ফাওবা মিক্স মার্সিএল আর্ট ট্রেনিং তৌখি। চহী অদুমক্তদা দেল্লী অমদি বেঙ্গলোরদা পাঙথোকখিবা এম এম এ নেসনল চেম্পিয়নশিপ্তা গোল্ড মেদল ফংবগা লোয়ননা এসিয়াগী ওইনা মাগী ৱেট অহুমশুবা রেক্ততা লৈখি। মহাক বেষ্ট ফাইটরগী টাইটলসু ফংখি। চহী অদুগী ওগষ্ট থাদা পুনেদা পাঙথোকখিবা এক্সট্রিম ৱিমেন ফাইট চেম্পিয়নশিপ্তসু গোল্ড মেদল ফংখি। মহাক নেসনল লেভেলদা ইন্দিয়াগী তোঙান তোঙানবা মফমদা পাঙথোকখিবা এম এম এগী চেম্পিয়নশিপ্তা গোল্ড মেদল ১১ রোম লৌরকখ্রে। কুমজা ২০১৯দা অহানবা ওইনা বেহরানদা এম এম এ-২০১৯ ৱর্ল্ড চেম্পিয়নশিপ্তা শরুক য়াবদা মহাক গোল্ড লৌবা ঙমখিদে। মদুদা মহাক খুকউদা শোক্তুনা চহী অনী রেষ্ট তৌদুনা লৈখি।

মহাক এসিয়াগী এম এম এ চেম্পিয়নশিপ্তা অনীরক শান্নরকপদা অমনা গোল্ড মেদল অদুগা অমনা ব্রোঞ্জ মেদল লৌরকখি। লাইশ্রম সুরবালা গ্লোবেল এসোসিএসন ওফ মিক্স মার্সিএল আর্ট (জি এ এম এম এ) ৱর্ল্ড চেম্পিয়নশিপ ২০২১দা পাঙথোক্কদবা অদু ২০২২গী মার্চ থাদা অমষ্টর্দমদা পাঙথোকপদা ইন্দিয়াগী ওইনা অহানবা নুপীদা গোল্ড মেদল ফংবা ওইখি। মহাক ইন্দিয়াগী এম এম এ হিষ্টোরিদা অনৌবা রেকোর্দ থম্বা ঙমখি। মহাক্লা মায়থীবা পীখিবা অদু কাজখষ্টানগী Tomiris Zhussupova নি।

সুরবালা কিক বোক্সিং মিক্স মার্সিএল আর্ট অমদি রুশুসু শান্নরি। মহাক রুশু ৱর্ল্ড চেম্পিয়নশিপ্তসু গোল্ড মঙা রোম লৌরকখ্রে হায়রি। অদুগা এম এম এ ৱর্ল্ড চেম্পিয়নশিপ শান্নখিবা অসি বেহরান অমদি নেদরলেন্দনচিংবদনি। মহাক কিক বোক্সিংসু য়াম্না পাম্মী অদুগা এম এম এগীনা খরা খেন্নবা লৈ। এম এম এ হায়রিবা মশান্না অসি মার্সিএল আর্ট তোঙান তোঙানবা ময়াম পুনশিল্লগা শান্নবা ওইবনা বোক্সিংসু, মুইএ থাইসু, জুদোসু য়াওনা মিক্স তৌরগা পুনশিল্লগা শান্নবা ওইবনা য়াম্না হৈশিংবা অমদি চঙই। মসিগী গেম অসিদি ইশাগী পাঙ্গল য়াম্না কনবা অমা মথৌ তাই।

মহাক মখা তানা এম এম এ প্রোদা ওইনা চঙলগা শান্নবা পাম্মী। মহাকসু য়াম্না লায়রবা ইমুংদগী হৌরকপনিনা মণিপুরগী হৌরক্লিবা য়ুথশিং অসি মতম মাঙহন্দনা লাইরিকসু তম্না তম্না অহাঙবা মতমদা অপাম্বা দিসিপ্লিন অমদা শান্নবা য়াওহন্নীংই। অদুবু ঐখোয়না অসুম থেংনবদা শান্নবগী লম্দা চঙলক্লিবা মীওইশিং অসি য়াম্না লায়রবা ওইবনা হৌরক্লিবা নহা নুপা/নুপীশিং শান্নবগী লম্দা চঙলকপা মতমদা মহাক্লা মতেং য়াম্না পাংনীংই। মরমদি হৌরক্লিবা নহাশিংনা শান্নবা য়াম্না পাম্লগসু মখোয়বু লৈকায়গী মীওইনা গাইদ তৌবীবা অমদি চঙই। মখোয়না শান্নবা য়াম্না পাম্লবসু শান্নগদৌরিবা মফম অদু খঙদবদগী অরেম্বদা মতম মাঙহন্দুনা ময়াই কাবা চিঙ্গাক চাবা মীওইশিংগা থেংনরুবদগী ময়াই কাবা চিঙ্গাক্কী ঈপাক্তা লুপখিবসু য়াওদবা নত্তে।

সুরবালানা মখা তানা হায়, মহাক্লা হেক ঙম্লিবমখৈদি শান্নগে হায়না খল্লি। অদুবু মহাক্লা হয়েং শান্নবা ঙম্লক্তবা মতমদা লমদম অসিগী হৌরক্লিবা নহারোল য়ুথশিং অসি ট্রেনিং পীদুনা শান্নহনগে হায়নদি খল্লি। মসি হৈরগদি ঐখোয় ইশাগী সেল্ফ দিফেন্স তৌবতা নত্তনা কান্নবা কয়া লৈ। হকচাংসু ফনা লৈবা ঙমগনি, ফত্তবা চিঙ্গাকসু চানীংলোই, ইশাগী মোরেলসু হেনগৎলক্কনি, ফত্তবা চিঙ্গাক চাবশিংদগীসু লাপ্পা লৈনীংগনি। মণিপুর লৈঙাক্লসু শান্নরোয়শিংবু হান্নদগী পুক্লিং থৌগৎপীরিবা অসিগী মথক্তা মখা তানসু লৈকায় লৈকায়গী হৌরক্লিবা নহাশিংগী অফবা ওজাশিং থম্বীদুনা ঙসিগী নহাশিং অসি মখোঙ শোম্বীদুনা শেমগৎপীবা য়াম্না মথৌ তারি। ●

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