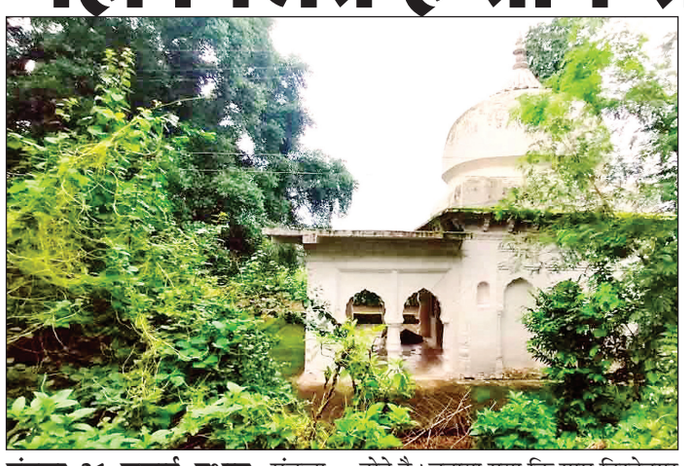
दुर्लभ बिल्व पत्र

हिरदेनगर की शिव वाटिका में है दुर्लभ बेल वृक्ष, इस बेल पत्र में होता है साक्षात शिव का वास

यहां मिलते है तीन से लेकर 21 पत्तियों वाले बेल पत्र



मंडला 31 जुलाई नभाप्र. मंडला जिला औषधी पेड़, पौधों और प्राकृतिक सौंदर्यता के लिए विख्यात है। यहां के प्राकृति के अद्भूत नजारे को निहारने लोग दूर-दूर से आते है। माहिष्मती नगरी के नाम से प्रसिद्ध मंडला जिला अपनी गोद में अनेकों रहस्य छुपाए हुए है। जिसमें एक बेल पत्र का वृक्ष भी शामिल है। यह बेल पत्र दुर्लभ बेल पत्र के रूप में माना जाता है, जो मंडला जिला मुख्यालय से करीब 07 किमी दूर ग्राम हिरदेनगर के मालगुजार मिश्रा परिवार की भूमि में बनी शिव वाटिका में लगा हुआ है। जहां अनेकों रहस्य छुपे हुए है।

यह दुर्लभ बेल पत्र औषधीययुक्त है। इस बेल के पेड़ में 03 से लेकर 21 पत्तें होते है। बताया गया कि ग्राम हिरदेनगर की शिव वाटिका में करीब 150 वर्ष पुराना एक ऐसा ही पेड़ है। जिस समय अखिलेश मिश्रा के पूर्वजों ने इस बेल पत्र के पेड़ को लगाया था, करीब उसी समय इसी के नजदीक एक शिव मंदिर की भी स्थापना की गई थी। जहां भोलेनाथ विराजमान है। जिसकी पूजा अर्चना पूरे विधि विधान से आज भी की जाती है। इस शिव वाटिका की ख्याति दूर-दूर तक फैली हुई है। इस पेड़ के दर्शन करने और इसकी पत्तियों की चाह में शिव भक्त दूर-दूर से यहां आते हैं। वहीं इस पेड़ की सेवा करने वाला परिवार लोगों को इसका महत्व बताने के साथ इसका औषधीय गुण भी बताते है।

बताया गया कि ग्राम हिरदेनगर में वर्षों पूर्व मालगुजारी चला करती थी, उसी समय इस ग्राम के मालगुजार अखिलेश मिश्रा के पूर्वज शिव भक्त थे। इन्होंने सन् 1862 के करीब नेपाल से यह दुर्लभ बेल पत्र का पेड़ लाकर अपनी भूमि में लगाए। जिसकी देखभाल अखिलेश मिश्रा के पूर्वजों ने बच्चें की तरह की और वह बेल पत्र का पेड़ संभल कर वृक्ष का रूप ले लिया। प्राय: बेल पत्र तीन पत्तियों के मिलते है, लेकिन आदिवासी बाहुल्य जिला मंडला में नेपाल से लाकर लगाए गए इस बेल पत्र के वृक्ष में तीन नहीं, पांच नहीं, नौ नहीं इक्कीस पत्तियां होती है। मालगुजार के वंशज अखिलेश मिश्रा ने बताया कि इस बेल के पेड़ में ना फल होते है, ना ही फूल होते है।

आव्हान करके तोड़ी जाती है बेल पत्र

अखिलेश मिश्रा ने बताया कि हमारी शिव वाटिका में लगे बेल के पेड़ में ना फल होता है, ना ही फूल होता है। यहां के लोग इस बेल पत्र के महत्व को नहीं समझते है, यह सावन माह में होता है। यदि इस तीन दल से अधिक दल वाले बेल पत्र को भगवान शिव को अर्पित करना है तो पहले इस बेल पत्र को तोड़ने के लिए इसका आव्हान किया जाता है। जिसके बाद एक नरियल बेल पत्र के पेड़ में चढ़ाया जाता है। इसके बाद आपको जितनी पत्ती तोड़ना है, उतनी पत्तियों की मांग इस पेड़ से की जाती है। इस दुर्लभ बेल पत्र के पेड़ में 03 से लेकर 33 पत्तियां तक होती है। लेकिन लोगों में जागरूकता की कमी के चलते इसका सरक्षण होता जा रहा है। लोग इसके महत्व को नहीं समझते है, कभी भी किसी भी समय कितनी भी पत्तियां तोड़कर ले जाते है। जिसके कारण इस दुर्लभ बेल पत्र के पेड़ में पत्तियां कम होते जा रही है।

अती दुर्लभ हैं तीन से ज्यादा दलों वाले बेल पत्र

माना जाता है कि किसी को यदि तीन से ज्यादा दलों वाली बेल पत्र मिल जाए, तो उसे भगवान शंकर को चढ़ाने के बाद घर के मुख्य दरवाजे में फ्रेम करा कर रखने से पूजा स्थल पर रख कर प्रतिदिन पूजा करने से, रामायण या धार्मिक किताबों में दबा कर रखने से और तिजोरी या आलमारी, व्यवसायिक प्रतिष्ठानों में रखने से अलग-अलग तरह के फल प्राप्त होते हैं। ऐसे पेड़ भारत में लाखों में एक पाए जाते हैं। ये पेड़ ज्यादातर नेपाल में मिलते हैं।

इनका कहना है

बेल का पेड़ शिव का स्वरूप है, इसे श्री वृक्ष के नाम से भी जाना जाता है। माँ लक्ष्मी के रूपरूप में यह वृक्ष होता है। बेलपत्र से भोले नाथ प्रसन्न होते है, बेल वृक्ष की जो भक्त सेवा करता है, उसकी हर मनोकामना पूरी होती है। तीन दलों से अधिक दलों वाले बेल पत्र दुलर्भ से ही मिलते है। सावन माह में बेल पत्र चढ़ाने से भक्तों की हर मनोकामना पूरी होती है।

पंडित विजयानंद शास्त्री, मंडला

तीन से अधिक दलों वाले बेल पत्र का महत्वपूर्ण महत्व है। यह भगवान शिव में चढ़ाया जाता है। जिसका अलग ही महत्व है। हिरदेनगर में लगे इस दुलर्भ बेल पत्र को दूर-दूर से लोग लेने आते है और भगवान शिव को अर्पित करते है। यहां तीन दलों से अधिक दलों वाले बेल पत्र है।

राकेश चौरसिया, ग्रामीण, हिरदेनगर

पहली बार हुई पावर लिफ्टिंग प्रतियोगिता

जिम प्रेमियों ने उत्साह के साथ लिया हिस्सा, मिला नशामुक्ति का संदेश

मंडला 31 जुलाई नभाप्र. मंडला के नगर पालिका टाउन हॉल में पहली बार पावर लिफ्टिंग प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इस आयोजन में जिले भर के जिम से जुड़े युवाओं ने भारी उत्साह के साथ भाग लिया। इस आयोजन में बीजेपी जिलाध्यक्ष प्रफुल्ल मिश्रा, नगर पालिका अध्यक्ष विनोद कछवाहा, जिला पंचायत अध्यक्ष संजय कुशराम और कोतवाली थाना प्रभारी शफीक खान समेत गणमान्य लोग उपस्थित थे।

थाना प्रभारी शफीक खान ने नशे से दूरी है जरूरी अभियान के तहत युवाओं को नशा से दूर रहने की शपथ दिलाई। उन्होंने अपने संबोधन में कहा कि शारीरिक और मानसिक मजबूती के लिए नशा छोड़ना बहुत जरूरी है। बिग मसल्स जिम के आयोजक दीपेश पुषाम और सोम सुरेंद्र कुमार सोनी ने बताया कि इस प्रतियोगिता का मकसद युवाओं को व्यसनमुक्त जीवन की ओर प्रेरित करना था। उन्होंने कहा कि वे चाहते हैं कि युवा अपनी ऊर्जा को सही दिशा में लगाएं और नशे की बजाय फिटनेस को अपनाएं। इंटरनेशनल बॉडी बिल्डर सूरज सिंह राजपूत ने बताया कि इस प्रतियोगिता में युवाओं ने डेडलिफ्ट पावर लिफ्टिंग जैसी श्रेणियों में अपनी ताकत का प्रदर्शन किया। प्रतिभागियों ने 50 किलोग्राम से लेकर 250 किलोग्राम तक वजन उठाया। विजेताओं को स्मृति चिन्ह और प्रमाण पत्र देकर सम्मानित किया गया। प्रतिभागियों को प्रोटीन डाइट, फिटनेस ट्रेनिंग और जीवनशैली सुधार से जुड़ी जानकारी भी दी गई। इस आयोजन में बालाघाट, मंडला, नैनपुर, बिछिया, बम्हनी, बैहर और कवर्धा सहित मप्र, छत्तीसगढ़ के कई जिलों से खिलाड़ियों ने भाग लिया। कार्यक्रम का समापन अमन अग्रवाल द्वारा मुख्य अतिथियों के प्रति आभार व्यक्त करने के साथ हुआ।

रिटायर्ड डिप्टी रेंजर देवकुमार उपाध्याय का निधन

भुआ बिछिया। भुआबिछिया के वार्ड नंबर 02 मुक्तिमार्ग निवासी देवकुमार उपाध्याय जो रिटायर्ड डिप्टी रेंजर थे, का विगत रात्रि 11.30 बजे स्वास्थ्य खराब के चलते निधन हो गया। दिवंगत देवकुमार उपाध्याय संतोष उपाध्याय और अरविंद उपाध्याय के पिता व अनुज उपाध्याय के दादाजी थे। इनका अंतिम संस्कार गुरूवार सुबह 10 बजे वार्ड क्रमांक 02 स्थित स्थानीय मुक्तिधाम में किया गया।

आगामी त्योहारों पर शांति बनाए रखने का किया आह्वान

टिकरिया में शांति समिति की बैठक, नशा मुक्ति अभियान का हुआ समापन

नारायणगंज 31 जुलाई नभाप्र. आगामी त्योहारों को शांतिपूर्ण ढंग से संपन्न कराने और समाज को नशे के दुष्प्रभाव से बचाने के उद्देश्य से नारायणगंज थाना टिकरिया प्रांगण में शांति समिति की बैठक आयोजित की गई। इसी अवसर पर 15 से 30 जुलाई तक चले नशा से दूरी हैं जरूरी अभियान का भी समापन कार्यक्रम आयोजित किया गया। बैठक में क्षेत्र के गणमान्य नागरिकों, शांति समिति के सदस्य, जनप्रतिनिधि, नगर ग्राम रक्षा समिति के सदस्य, प्रिंट और इलेक्ट्रॉनिक मीडिया समेत सरपंच एवं सचिव सहित बड़ी संख्या में लोग उपस्थित रहे। थाना प्रभारी गोपाल घासले ने सभी उपस्थित लोगों का स्वागत करते हुए आगामी त्योहार रक्षाबंधन, गणेश चतुर्थी और दुर्गा पूजा के दौरान शांति और सद्भाव बनाए रखने का आग्रह किया। उन्होंने कहा कि त्योहार हमारी संस्कृति का अभिन्न अंग हैं और इन्हें सांप्रदायिक सौहार्द के साथ मनाना हम सभी की जिम्मेदारी है। बैठक के दौरान नशा से दूरी हैं जरूरी अभियान के तहत किए गए कार्यों की समीक्षा की गई और इस अभियान की सफलता पर प्रकाश डाला गया। पुलिस अधिकारियों ने बताया कि एक पखवाड़े चले अभियान का मुख्य उद्देश्य युवाओं और आम जनता को नशे के दुष्प्रभावों के प्रति जागरूक करना था। उन्होंने सभी से अपील की कि वे नशे से दूर रहें और स्वस्थ समाज के निर्माण में अपना योगदान दें। उपस्थित सदस्यों ने भी अपने विचार रखे और पुलिस प्रशासन को शांति व्यवस्था बनाए रखने और नशा मुक्ति अभियान में पूरा सहयोग देने का आश्वासन दिया।

मंडला में 14 खेलों की प्रतियोगिताओं में एक हजार से अधिक खिलाड़ियों ने भाग लिया

खेल से मिली ऊर्जा का युवा कर सकते हैं सकारात्मक कार्यों में उपयोग

नशे से दूरी है जरूरी अभियान के तहत खेल प्रतियोगिताओं का आयोजन

मंडला 31 जुलाई नभाप्र. मंडला में जिला कलेक्टर सोमेश मिश्रा और जिला पुलिस अधीक्षक रजत सकलेचा के मार्गदर्शन में नशे से दूरी है जरूरी अभियान के अंतर्गत खेल प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया। जिला खेल और युवा कल्याण विभाग द्वारा जिला और 7 विकासखंडों में इन प्रतियोगिताओं को आयोजित किया गया था। जिला खेल और युवा कल्याण अधिकारी विकास खराड़कर ने बताया कि खेलों से युवाओं की ऊर्जा को सकारात्मक कार्यों में लगाने का एक सशक्त माध्यम माना गया है। इस प्रतियोगिताओं में एक हजार से अधिक स्कूली बच्चों और खिलाड़ियों ने भाग लिया।

विभिन्न खेलों में विजेता और उपविजेता टीम के खिलाड़ियों को आकर्षक ट्रॉफी प्रदान की गई। जिला स्तर पर खो-खो, हैंडबॉल, तीरंदाजी, फुटबॉल, एथलेटिक्स और वॉलीबॉल, बैडमिंटन और वुशु जैसे खेलों का आयोजन किया गया था। खो-खो प्रतियोगिता पुलिस लाइन खेल मैदान में आयोजित की गई जिसमें 27 खिलाड़ियों ने भाग लिया। हैंडबॉल प्रतियोगिता निर्मला हायर सेकेंडरी स्कूल में हुई जिसमें 30 खिलाड़ियों ने भाग लिया। फुटबॉल प्रतियोगिता महात्मा गांधी स्टेडियम में हुई जिसमें 40 खिलाड़ियों ने हिस्सा लिया। तीरंदाजी प्रतियोगिता इंडोर स्टेडियम में हुई और इसमें 16 खिलाड़ियों ने भाग लिया। एथलेटिक्स प्रतियोगिता महात्मा गांधी स्टेडियम में 30 खिलाड़ियों के साथ आयोजित की गई। वॉलीबॉल प्रतियोगिता में 24 खिलाड़ियों ने भाग लिया। बैडमिंटन और वुशु प्रतियोगिताओं में लगभग 60 और 40 खिलाड़ी भाग ले रहे हैं, और ये दोनों प्रतियोगिताएं 3 दिनों तक चलेंगी।

विकासखंड स्तर पर मोहगांव, नैनपुर, बीजाडांडी, निवास, घुघरी, नारायणगंज और मवई में प्रतियोगिताएं आयोजित की गईं। मोहगांव में कबड्डी, नैनपुर में कराटे, बीजादांडी में हैंडबॉल, निवास में वॉलीबॉल, घुघरी में फुटबॉल, नारायणगंज में क्रिकेट और मवई में एथलेटिक्स का आयोजन किया गया। अभियान के अंतर्गत सभी खिलाड़ियों को नशे से दूर रहने की शपथ भी दिलाई गई। पुरस्कार वितरण से पहले भी खिलाड़ियों ने नशे से दूर रहने की शपथ ली। खो-खो प्रतियोगिता के बाद एनआईएस कोच डॉ. आकाश खत्री ने खिलाड़ियों को शपथ दिलाई। हैंडबॉल प्रतियोगिता के बाद पुलिस विभाग के एएसआई धनराज नंदा ने खिलाड़ियों को शपथ दिलाई। जिला स्तर पर पुरस्कार वितरण महात्मा गांधी स्टेडियम में किया गया।

तुलसी जयंती पर हुआ दिव्य महामंत्र रुद्राभिषेक अनुष्ठान

सूर्यकुण्ड धाम में गूंजा हनुमत महामंत्र

वृंदावन के शिवम् कृष्णाचार्य के सन्निध्य में भक्तिमय वातावरण

मंडला 31 जुलाई नभाप्र. मंडला स्थित सूर्यकुण्ड धाम में ब्रह्ममुहूर्त में मंत्रोच्चार से पूरा मंदिर परिसर गूंज उठा। श्री हनुमान मंदिर परिसर में प्रतिवर्षानुसार इस वर्ष भी महामंत्र रुद्राभिषेक का आयोजन अत्यंत श्रद्धा और विधिपूर्वक सम्पन्न हुआ। इस दिव्य अनुष्ठान का संपादन शिवम् कृष्णाचार्य श्रीधाम वृंदावन के सान्निध्य में किया गया। कार्यक्रम की शुरुआत सुबह 4.30 बजे ब्रह्ममुहूर्त आरती के बाद हुई। प्रमुख आचार्य मुरलीधर पंडा ने विधिविधान से पूजन किया। उनके साथ बड़ी संख्या में श्रद्धालु भक्तों ने पवित्र रुद्राभिषेक में भाग लिया और सामूहिक मंत्रोच्चार के साथ प्रभु हनुमान जी का आह्वान किया। इस अवसर पर तुलसी जयंती भी पूरे भक्ति भाव से मनाया गया। धार्मिक कार्यक्रम में अध्यक्ष एड. आकाश दीक्षित और संरक्षक भीष्म द्विवेदी का विशेष योगदान रहा। शिवम् कृष्णाचार्य ने ब्रह्ममुहूर्त में होने वाले रुद्राभिषेक की महिमा पर प्रकाश डालते हुए कहा कि ब्रह्ममुहूर्त काल आत्मा की जागृति और ब्रह्म के साक्षात्कार का सर्वोत्तम समय होता है। इस काल में किया गया रुद्राभिषेक न केवल ग्रह दोष, रोग, क्लेश और विघ्नों को हरता है, बल्कि साधक को आध्यात्मिक उन्नति व संपूर्ण सिद्धि प्रदान करता है। हनुमान जी का महामंत्र और तुलसी का संगम पूर्णत: शुभफलकारी होता है। इस दौरान ब्रह्म मुहूर्त आरती सेवादारों की भी मुख्य भूमिका रही।

कांवड़ यात्रियों ने नर्मदा जल से किया शिवाभिषेक

भुआ बिछिया में बोल बम के जयकारों से गूंजा राम मंदिर परिसर

भुआ बिछिया 31 जुलाई नभाप्र. नागपंचमी के अवसर पर भुआ बिछिया नगर में बोल बम के जयकारों के साथ 300 से अधिक कांवड़ यात्रियों ने माँ नर्मदा के पवित्र जल से भगवान शिव शंकर का अभिषेक किया। सावन माह में भगवान भोलेनाथ को जल अर्पित करने का विशेष महत्व है, और जब यह जल पवित्र नदियों का हो तो इसका महत्व और भी बढ़ जाता है। विश्व हिंदू परिषद के तत्वावधान में इन कांवड़ यात्रियों ने प्रात: काल ही नगर से 45 किलोमीटर दूर स्थित नर्मदा के खड्डेदेवारा घाट से जल लेना शुरू किया। शाम 7 बजे तक सभी कांवड़ यात्री वापस लौटकर नगर के राम मंदिर पहुँचे, जहाँ उन्होंने राम मंदिर में स्थापित शिव शंकर सहित नगर के सभी मंदिरों में माँ नर्मदा जी का जल अर्पित किया। इस दौरान उन्होंने नगर और क्षेत्र की सुख-समृद्धि की कामना की।

विश्व हिंदू परिषद के प्रखंड अध्यक्ष रत्नेश यादव ने बताया कि 300 से अधिक कांवड़ यात्रियों ने नागपंचमी के पावन पर्व पर इस धार्मिक यात्रा को पूरा किया। इस कार्यक्रम को सफल बनाने में विश्व हिंदू परिषद के कार्यकर्ताओं और नगर वासियों का भरपूर योगदान रहा। नगर के समस्त परिवारों, माताओं, बहनों, और समाज सेवियों ने कांवड़ यात्रियों को उनके दृढ़ संकल्प के लिए शुभकामनाएँ दीं।

निवास के जिल्हेटा गांव में निकली भव्य कलश यात्रा

श्री राधा कृष्ण सेवा संस्थान ने कराया विशाल भंडारा, भक्तों ने किया रुद्री निर्माण

निवास 31 जुलाई नभाप्र. श्रावण मास के पावन अवसर पर निवास क्षेत्र के गांव जिल्हेटा में धार्मिक आस्था और उत्साह का अद्भुत संगम देखने को मिला। श्री राधा कृष्ण सेवा संस्थान के तत्वाधान में भव्य कलश यात्रा और रुद्री निर्माण कार्यक्रम का आयोजन किया गया, जिसमें बड़ी संख्या में क्षेत्रवासियों ने भाग लिया। यह धार्मिक कार्यक्रम पूरे विधि विधान और भव्यता के साथ संपन्न हुआ। सबसे पहले बैंड-बाजों और आतिशबाजी के साथ एक कलश यात्रा निकाली गई। यात्रा गांव के विभिन्न मार्गों से होते हुए खेरमाई मंदिर पहुंची, जहां कलशों का पूजन-अर्चन किया गया। इसके बाद यात्रा राम मंदिर में समाप्त हुई, जहां विधि-विधान से पूजा-अर्चना के साथ कलश यात्रा का समापन किया गया। कलश यात्रा के बाद बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं ने मिलकर शिवलिंग और रुद्री का निर्माण किया। इसके बाद शिव पूजन, जलाभिषेक और रुद्री पूजन पूरे विधि-विधान और मंत्रोच्चार के साथ हवन किया गया, जिससे पूरा वातावरण भक्तिमय हो गया। धार्मिक अनुष्ठानों के बाद कन्या पूजन किया गया, जो भारतीय संस्कृति में विशेष महत्व रखता है। कार्यक्रम के समापन में श्री राधा कृष्ण सेवा संस्थान द्वारा समस्त क्षेत्रवासियों के सहयोग से एक विशाल भंडारे का आयोजन किया गया, जिसमें बड़ी संख्या में भक्तों ने प्रसाद ग्रहण किया।

बाईक और ऑटो में आमने सामने टक्कर, चार घायल

नारायणगंज से भानपुर मार्ग में सिकोसी घाट में हादसा, घायलों का चल रहा उपचार

मंडला 31 जुलाई नभाप्र. नारायणगंज से भानपुर मार्ग के सिकोसी घाटी में तेज रफ्तार के कहर से चार लोग घायल हो गए। जिन्हें तत्काल सीएचसी नारायणगंज उपचार के लिए लाया गया। हादसे की जानकारी नारायणगंज टिकरिया पुलिस को दी गई। जानकारी अनुसार नारायणगंज से भानपुर मार्ग में ग्राम सिकोसी के यादव मोहल्ले के पास घाट में आटो और बाईक की जोरदार भिड़ंत हो गई। हादसे में आटो चालक सुमनदास पडवार पिता रतन दास 35 वर्ष निवासी ग्राम भानपुर अचेत हो गया। वहीं आटो में बैठे दो यात्री भी घायल हो गए। हादसा इतना जबरदस्त था कि आटो बुरी तरह से क्षतिग्रस्त हो गई। वहीं बाईक में सवार दो युवकों में से एक युवक अंकित सोनी पिता संतोष सोनी 22 वर्ष को चोटें आई हैं, जिसका भी उपचार सीएचसी नारायणगंज में चल रहा है। घायल बाईक सवार अपने एक रिश्तेदार के साथ ग्राम भानुपर मार्ग में किसी कार्य से गया हुआ था, वहां से लौटते समय हादसा हो गया। आटो में सवार घायल यात्री मदन लाल विश्वकर्मा 64 वर्ष निवासी ग्राम भानपुर ने बताया कि वह अपनी पत्नी शिवकली बाई 62 वर्ष का इलाज कराने मंडला गया हुआ था, वहां से वापस नारायणगंज आए और आटो से अपने ग्राम भानपुर लौट रहे थे। इसी दौरान हादसे का शिकार हो गए। दोनों सवार यात्रियों को मामूली चोटें आई हैं। जिन्हें प्राथमिक उपचार के बाद डिस्चार्ज कर दिया गया। वहीं आटो चालक और बाईक सवार युवक का उपचार किया जा रहा है। आटो चालक को तीन घंटे तक होश नहीं आया था। सीएचसी नारायणगंज के चिकित्सक डा. राकेश विश्नोई द्वारा दोनों घायलों का उपचार किया जा रहा है। दोनों घायलों की स्थिति अभी ठीक है। टिकरिया पुलिस ने मामला दर्ज कर हादसे की जांच कर रही है।

कार्यशाला

उमंग कार्यक्रम के तहत मानसिक स्वास्थ्य और उपलब्ध सेवाओं की दी जानकारी

मानसिक रोग से निपटने संवाद सबसे आवश्यक

मंडला 31 जुलाई नभाप्र. प्रधानमंत्री कॉलेज ऑफ एक्सीलेंस शासकीय रानी दुर्गावती स्नातकोत्तर महाविद्यालय मंडला में उमंग उच्च शिक्षा हेल्थ एवं वेलनेस कार्यक्रम के अंतर्गत मानसिक स्वास्थ्य विषय पर कार्यशाला का आयोजन किया गया। कॉलेज प्रशासन के सहयोग से आयोजित इस कार्यशाला का मुख्य उद्देश्य विद्यार्थियों और स्टाफ के बीच मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता को बढ़ावा देना था। कार्यशाला सीएमएचओ डॉ. डीजे मोहंती और महाविद्यालय प्राचार्य डॉ. अनिल गुप्ता के मार्गदर्शन में संपन्न हुई। कार्यशाला की अध्यक्षता डॉ. डीके मरकाम, जिला स्वास्थ्य अधिकारी एवं कार्यक्रमम नोडल अधिकारी ने की। कार्यशाला का आरंभ महाविद्यालय के खेल अधिकारी एवं कार्यक्रम संयोजक डॉ. गुलबहान खान ने मानसिक स्वास्थ्य विषय पर संक्षिप्त जानकारी के साथ किया। उन्होंने मानसिक स्वास्थ्य की महत्ता पर प्रकाश डाला। चिकित्सा अधिकारी डॉ. मोहसिन अंसारी ने मानसिक स्वास्थ्य के संबंध में विस्तृत जानकारी प्रदान की। उन्होंने बताया कि मानसिक रोगों से निपटने के लिए संवाद सबसे आवश्यक है, क्योंकि इसके माध्यम से रोगों की पहचान आसानी से की जा सकती है। डॉ. अंसारी ने मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं, उनके निराकरण और संबंधित रोगों के उपचार पर विस्तृत चर्चा की। उन्होंने बताया कि जिस प्रकार शारीरिक रोगों का उपचार कराया जाता है, उसी प्रकार मानसिक रोगों का भी उपचार अत्यंत आवश्यक है। उन्होंने मनहित मोबाइल एप्लिकेशन और टेलीमानस निशुल्क हेल्पलाइन नंबर 14416 की जानकारी प्रदान की, जो मानसिक स्वास्थ्य सहायता के लिए उपलब्ध हैं। डॉ. डीके मरकाम ने शारीरिक स्वास्थ्य के साथ मानसिक एवं सामाजिक स्वास्थ्य के महत्व पर चर्चा की। उन्होंने मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले विभिन्न कारणों पर प्रकाश डाला और बताया कि मानसिक स्वास्थ्य से प्रभावित लोगों के उपचार एवं परामर्श के लिए जिला चिकित्सालय में मनकक्षा स्थापित किया गया है। उन्होंने समझाया कि मनकक्षा के माध्यम से प्रशिक्षित चिकित्सक एवं नर्सिंग ऑफिसर की मदद से मानसिक समस्याओं का निदान संभव होता है।

मानसिक रोग से संबंधित पूछे प्रश्न

किशोर स्वास्थ्य समन्वयक हेमंत राहंगडाले ने उमंग कार्यक्रम के अंतर्गत वर्ष भर संचालित की जाने वाली गतिविधियों के बारे में बताया। उन्होंने किशोरों व युवाओं के स्वास्थ्य परामर्श के लिए उमंग निशुल्क हेल्पलाइन नंबर 14425 और एआई आधारित चैटबॉट खुल के पूछो की भी जानकारी दी। कार्यशाला में उपस्थित विद्यार्थियों ने मानसिक रोग से संबंधित कई प्रश्न पूछे, जिन पर उपस्थित विशेषज्ञों द्वारा विस्तृत चर्चा की गई। कार्यक्रम में जिला चिकित्सालय से चिकित्सा अधिकारी डॉ. रीतेश अग्रवाल, नर्सिंग ऑफिसर पारुल यादव, महाविद्यालय से प्राध्यापक डॉ. पीपी मिश्रा, डॉ. बीटेम्भरे, डॉ. एसएस ज्योतिषि, डॉ. बीएल झारिया, डॉ. राजेश धुर्वे, किशोर स्वास्थ्य परामर्शदाता अंजुनिशा, स्वाति चौरसिया एवं बड़ी संख्या में विद्यार्थी कार्यशाला में उपस्थित रहे।