

# यूनियन धारा Union Dhara

जिल्द. 46, सं.2 Vol.XXXXVI No.2, मुंबई

अप्रैल - जून, 2020



Special Issue on  
**COVID 19**  
विशेषांक

गृहपत्रिका • HOUSE MAGAZINE OF

यूनियन बँक  
ऑफ इंडिया



Union Bank  
of India





### मुख्य महाप्रबंधक (मानव संसाधन)

ब्रजेश्वर शर्मा

Chief General Manager (HR)

Brajeshwar Sharma

### संपादक

डॉ. सुलभा कोरे

Editor

Dr. Sulabha Kore

### संपादकीय सलाहकार

कल्याण कुमार

नितेश रंजन

शैलेश सिंह

अम्बरीष कुमार सिंह

Editorial Advisors

Kalyan Kumar

Nitesh Ranjan

Shailesh Singh

Ambarish Kumar Singh

Printed and published by **Dr. Sulabha Kore**

on behalf of Union Bank of India and

printed at **JAYANT PRINTERY LLP**

352-54, Murlidhar Temple Compound,

Near Thakurdwar Post Office,

J.S.S. Road, Mumbai-400002.

and published at Union Bank Bhavan,

'Nariman Point, Mumbai-400021.

Editor - **Dr. Sulabha Kore**

E-mail : [sulabhakore@unionbankofindia.com](mailto:sulabhakore@unionbankofindia.com)

Our Address : Union Dhara,

11th Floor, Union Bank Bhavan,

239, Vidhan Bhavan Marg,

Nariman Point, Mumbai - 400 021.

E-mail : [uniondhara@unionbankofindia.com](mailto:uniondhara@unionbankofindia.com)

Mob. No. 9820468919

Tel.: 22896595 / 22896545 / 22896590

• परिदृश्य	3	• सेंटर स्प्रेड : नासिक	40-41
• सुस्वागतम्	4	• कोविड में खानपान	42-43
• संपादकीय	5	• यूनियन	44
• साहित्य जगत से...	6-7	• सीख - प्रकृति या कोरोना से	45
• काव्यधारा	8-9	• लॉकडाऊन के अनुभव	46-47
• विषाणु क्या होता है?	10-11	• Effects of lockdown	48-49
• कोविड 19-क्या है?	12-13	• Adverse effects of corona	50-51
• Pandemic : Lesson For Life	14-15	• डिजिटल बैंकिंग : कोरोना	52-53
• कोरोना-वैश्विक महामारी	16-17	• What's new	54-55
• सामाजिकता के बदलते मायने	18	• बैंक कर्मी एवं कोरोना	56
• शिखर की ओर...	19-22	• कोरोना काल में चरमराती अर्थव्यवस्था	57
• कोरोना काल : लॉकडाऊन का प्रभाव	23	• भारतीय बैंकिंग एवं कोरोना	58-59
• कोविड : आम जन पर प्रभाव	24-25	• Effects of Corona on Indian Banking Services	60-61
• Effect of CORONA on world economy	26-27	• शुभमस्तु	62-63
• कोरोना काल में आयुर्वेद की ओर...	28-30	• Face in UBI Crowd	64-65
• स्वास्थ्य सेवा : मौलिक अधिकार	31	• हमें गर्व है / बधाई	66
• Impact of Corono on World economy	32	• प्रतियोगिता क्र. 154 / परिणाम	67
• कोरोना आपदा - सिंहावलोकन	33	• समाचार दर्शन	68-75
• व्यवहार/आचरण में तब्दीलियां	34-36	• सेवानिवृत्त जीवन से...	76-77
• कोरोना का सकारात्मक प्रभाव	37	• हेल्थ टिप्स / व्यंजन	78
• Positive Effects Of Corona	38	• आपकी पाती	79
• Covid 19 Blessing in Disguise	39	• बैंक कवर	80



# परिदृश्य

## PERSPECTIVE



प्रिय यूनियनाइट्स,

आज के इस असामान्य दौर में, सम्पूर्ण मानवजाति कोविड-19 की भयावह चपेट में है. इस वायरस ने पूरी दुनिया के लगभग साढ़े पांच करोड़ से भी ज्यादा लोगों को प्रभावित किया है तथा इसके कारण दस लाख से अधिक लोगों की जान भी जा चुकी है. वैक्सीन निर्माण की बढ़ती आशा के बीच यह वायरस अभी भी खतरनाक बना हुआ है. इस महामारी के खिलाफ लड़ाई में भारत ने तत्काल राष्ट्र-व्यापी लॉकडाउन एवं कोविड से निपटने की पुरजोर कोशिश करते हुए अपनी सक्रिय महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है. धीरे-धीरे अर्थव्यवस्था के पट्टी पर आने के साथ, हमारे नए संक्रमितों के दैनिक औसत में भी कमी आई है. 1.5 प्रतिशत से कम की मृत्यु दर, विश्व के औसतन मृत्यु दर से लगभग आधी है. यह वायरस के क्षीण होने का संकेत हो सकता है, या भारत की युवा शक्ति भी हो सकती है, या स्वास्थ्य प्राधिकारियों द्वारा बेहतर उपचार, या इन सबका मिश्रण हो सकता है.

अर्थशास्त्री एवं नीति निर्माता महामारी के प्रभाव का आकलन कर पाने में अभी भी असहाय महसूस कर रहे हैं. जितने दिन तक कोविड रहेगा, उसके कुप्रभाव उतने ही अधिक होंगे. यद्यपि यह सच है कि इसके आर्थिक और सामाजिक प्रभाव अभी तक आकलित स्तर से अधिक हैं. अच्छी बात यह है कि सेहत और तंदुरुस्ती हमारे जीवन के मुख्य केंद्र बिन्दु हो गए हैं. डिजिटल हमारे जीने, सीखने, कार्य करने, खरीदने और व्यापार करने को पुनः परिभाषित कर रहा है. इसने उद्यमशीलता का लोकतंत्रीकरण कर दिया है, जिससे लोग कहीं से भी कार्य करने में सक्षम हो गए हैं. नकारात्मक दृष्टि से देखा जाए तो कोविड के कारण विश्व में असमानताओं में वृद्धि हो सकती है. अर्थव्यवस्था के कुछ क्षेत्रों में गंभीर क्षति हुई है, जिससे रोजगार प्रभावित हुआ है जो स्थायी भी हो सकता है. हालांकि अर्थव्यवस्था में क्रमिक सुधार से इसके सामान्य होने की आशा बन रही है तथापि कोविड के बाद की स्थिति पहले जैसे नहीं होगी.

यूनियन बैंक ऑफ इंडिया की स्थापना वर्ष 1918-20 में स्पेनिश फ्लू महामारी के दौरान हुई थी. शताब्दियों से हमारी यह यात्रा विपरीत परिस्थितियों में आशा एवं व्यवहार कुशलता के जीत का प्रतीक रही है. तब से हम मानव जाति की प्रगति के साक्षी रहे हैं एवं भारत को समृद्ध बनाने में हमारा योगदान रहा है. निश्चित रूप से यह संतोषप्रद है कि इस कोविड महामारी में बैंक वित्तीय सैनिकों के रूप में उभरकर लोगों की मदद कर रहे हैं एवं कारोबार को वित्तीय प्रतिकूलताओं से उबरने में सक्षम बना रहे हैं. हम साथ मिलकर शीघ्र ही वायरस पर विजय प्राप्त करेंगे एवं उज्वल भविष्य का निर्माण करेंगे.

हमारी द्विभाषी पत्रिका, 'यूनियन धारा' का यह अंक महामारी को समर्पित है. इस अंक में कोविड-19 की उत्पत्ति, प्रसार, नीतिगत उपायों तथा हमारे जीवन एवं आजीविका पर इसके प्रभाव संबंधी पूर्ण जानकारी समाहित है. हमें यह विश्वास है कि हमारा यह अंक पाठकों के लिए काफी ज्ञानवर्धक साबित होगा एवं महामारी में स्वस्थ रहने के लिए सहायक होगा.

शुभकामनाओं के साथ,

राजकिरण रै जी

राजकिरण रै जी.

Dear Unionites

These are unusual times, with mankind in a grip of fear over Covid-19. The virus has affected more than fifty five million people worldwide and claimed lives of more than a million. Virus is still raging hot even as there is a hope building on vaccine development. India was proactive in responding to the Pandemic, opting a Nation-wide lockdown quite early, and building up Covid response capacity. Meanwhile, with the economy gradually unlocking, our daily average of new infected has started to decline. The fatality rate below 1.5 percent is almost half of the world average. It could be a sign of virus losing potency or India's youthful demography or better care by health authorities or a combination of all.

Economists and policymakers are still at their wits end in assessing the fallout of the virus. Longer the Covid persists, the starker will be the effect. One thing is certain though that economic and social effects will far endure than anticipated so far. On a positive, health and wellbeing have turned central to our life endeavours. Digital is redefining the way we live, learn, work, shop and do business. It has democratised entrepreneurship, while empowering people to work from anywhere. Of negative, Covid could leave world with increased inequities. Some sectors of economy have seen serious impairments in their prospects, inflicting job losses that could be permanent. While gradual recovery in economy is building hope for a return to normalcy, the world post Covid will not be the same.

Union Bank of India was founded amidst a Pandemic, the Spanish Flu Pandemic of 1918-20. Our century old journey symbolises a victory of hope and enterprise over adversity. We are witness to the progress of mankind since and contributed in making of a prosperous India. It is indeed satisfying that bankers have emerged as financial soldiers in this Covid Pandemic, helping people in need and enabling businesses overcome financial adversities. Together, we will prevail over the Virus, sooner than later, and shape a better future.

Our bilingual magazine, 'Union Dhara' is dedicating this issue to the Pandemic. It is rich with insights on Covid-19, chronicling the origin, spread, policy measures, and effects on our life and livelihoods. I am sure that readers will find this issue quite informative, and pursue healthier choices for living amidst the Pandemic.

With best wishes,

Rajkiran Rai G.





## We Welcome our New Executive Director !

### Shri Birupaksha Mishra



**S**hri Birupaksha Mishra assumed charge as Executive Director of Union Bank of India on April 1, 2020. Shri Mishra, aged 59 years is a Post Graduate and a Certified Associate of Indian Institute of Bankers (CAIIB). He started his banking career as a Probationary Officer in the year 1984 and rose to a level of General Manager at Central Bank of India. Later on, Shri Mishra was elevated as the Executive Director of Corporation Bank. He has a rich experience of more than 36 years in various administrative and functional capacities at Branches, Regional Offices and also at the Corporate Office. He has worked in various facets of Banking and has handled different portfolios including Credit and Credit Monitoring Portfolio, IT Vertical, etc.

## We Welcome our new CVO

### Shri Umesh Kumar Singh



**S**hri Umesh Kumar Singh is the Chief Vigilance Officer of Union Bank of India since 2nd July, 2020

Born on 31st October, 1966, Shri Singh has more than two decades of rich banking experience which includes Vigilance, Digital Banking, Human Resources and Risk Management. After graduating as an engineer from Moti Lal Nehru Regional Engineering College, Allahabad, he started his career as an officer with Central Bank of India in the year 1994. Shri Singh rose through ranks while heading various branches & Regions at different parts of the country for more than 14 years. He was elevated to the post of General Manager in the year 2011. He has headed different verticals of the Bank viz. Operations, Transaction Banking and Rajbhasha and also served as Field General Manager of Bhopal and Kolkata Zone. He was selected for the post of Chief Vigilance Officer in January, 2019 and has also served as CVO of Vijaya Bank, Allahabad Bank and United Commercial Bank (UCO) before his appointment as CVO of Union Bank of India.

He is a vivid reader and is interested in variety of topics like spirituality, leadership etc. His main focus is strengthening the existing system and creating awareness amongst the masses on importance of being vigilant in all walks of life.

# EDITORIAL

## संपादकीय

प्रिय दोस्तो,

यह अंक कोविड -19 विशेषांक है, जिसमें हमने इसके विभिन्न पहलुओं पर प्रकाश डालने की कोशिश की है. हालांकि कोविड -19 की जड़ें 2019 में ही फैलनी शुरू हो गई थीं, लेकिन इसका प्रभाव 2020 में चरम सीमा पर पहुंच गया. 24 मार्च, 2020 को देशव्यापी पूर्ण लॉकडाउन की घोषणा की गई. लोग समझ नहीं पा रहे थे कि जीवन को कैसे आगे बढ़ाया जाए. पूर्ण लॉकडाउन की इस अचानक घोषणा से पूरा देश विस्मित था. अदृश्य कोविड -19 के शुरुआती डर ने लोगों को घर के अंदर रहने के लिए मजबूर कर दिया. शीघ्र ही उनका धैर्य जवाब देने लगा. अपने घर में सीमित रहने के कारण हो रहे तनाव को कम करने के लिये लोगों ने नई- नई चीजें ईजाद करनी शुरू कीं. बंदी के कारण कारोबार प्रभावित हुआ. मजदूरों ने अपने मूल स्थानों की ओर पलायन शुरू कर दिया, जिससे उत्पादकों और बाज़ार की आपूर्ति श्रृंखला बाधित हो गई. लोगों के मानसिक दर्द का इलाज संभव नहीं था. जो बात कुछ हफ्तों के लिये घर पर रहने और 'ये कोई बड़ी बात नहीं है' से शुरू हुई थी, वह किराने और दैनिक ज़रूरतों की चीजें खरीदने के लिये घर से बाहर निकलने की हड़बड़ाहट में बदल गई.

अब स्थिति सामान्य हो रही है और दैनिक जीवन पुनः पटरी पर आ रहा है, लोग कम चिंतित और अधिक सतर्क हो गए हैं. फेस मास्क अब सामान्य जीवन का हिस्सा बन गया है और सार्वजनिक स्वच्छता व्यापक चर्चा का विषय बन गया है. स्वच्छता की ओर लोगों का मानसिक झुकाव एक स्वागत योग्य बदलाव है. साल 2020 की सबसे बड़ी सीख यह थी कि - प्रकृति ही वास्तविक नियंत्रक है. हालांकि सामाजिक-आर्थिक वर्गों की पीड़ा भिन्न थी, लेकिन पीड़ा तो थी. समाज ने साथ मिलकर महामारी को नियंत्रित करने के लिये कुछ व्यापक व्यावहारिक परिवर्तन किये हैं. कुछ अपवादों को छोड़कर बहुत से देशों ने कर दिखाया है कि कड़े अनुशासन और समानुभूति से हम विषाणु को नियंत्रित कर सकते हैं. इस विशाल प्रयोग से जिसमें हमें बिना इच्छा के झोंक दिया गया था, ने यह साबित कर दिखाया है कि हम एक प्रजाति के रूप में कितने कमज़ोर हैं और कैसे एक अदृश्य विषाणु मानव प्रजाति के पूरे अस्तित्व को चोट पहुंचा सकता है. अब, हम अपनी सभी नई सीखों के साथ नए दशक में प्रवेश कर रहे हैं. मुझे उम्मीद है कि हम अपनी गलतियां नहीं दोहराएंगे और एक-दूसरे के प्रति दया का भाव रखेंगे.

यही जीवन है जिससे हमने नई आशा के साथ जीना सीखा है कि भविष्य निःसंदेह सामान्य और उज्ज्वल होगा.

कृपया अपनी राय / प्रतिक्रियाओं से हमें अवगत कराते रहें.

आपकी, Yours truly,



डॉ. सुलभा कोरे Dr. Sulabha Kore

Dear friends,

It's a special issue on Covid-19, we are trying to focus on various aspects of it.

Although the Covid-19 started spreading its tentacles in 2019, its effects came through at its peak in 2020. A complete nationwide lockdown was announced on 24th March 2020. People were confused as to how to proceed with life. Entire nation was aghast with this sudden announcement of lockdown. The initial fear of the invisible Covid-19 forced people to remain indoors. Soon their patience started running out. People started innovations to release their stress of getting confined to their homes. Business suffered because of the closure. Labourers started migrating to their native places, disrupting the entire supply chain of manufacturers and the market. The bruise on the psyche of people was irreparable. What started as a few weeks of stay at home and "its-not-a-big-deal" conversation, turned into anxiety ridden outdoor trips to procure groceries and daily necessities.

As things have started setting down and daily life resumes, people have become more cautious and less anxious. Face masks have become the new normal and public hygiene is a widely discussed topic now. This mind shift towards hygiene is a welcome change. The biggest takeaway of year 2020 was that Nature is a true leveller. Despite the suffering being different for different socio-economic classes, there was suffering nonetheless. However, Society has come together and has made some mass behavioral changes to curb the pandemic. Apart from a few exceptions, a lot of countries have shown how strict discipline and empathy can help control the virus. This massive experiment, in which we were thrown in reluctantly, has shown us our vulnerable side as species and how an invisible virus can put a dent into the entire existence of human species. As we enter the new decade with all our new learnings, I hope we don't repeat our mistakes and stay humble and be kind to one another.

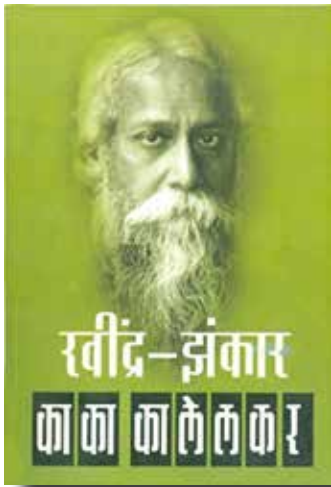
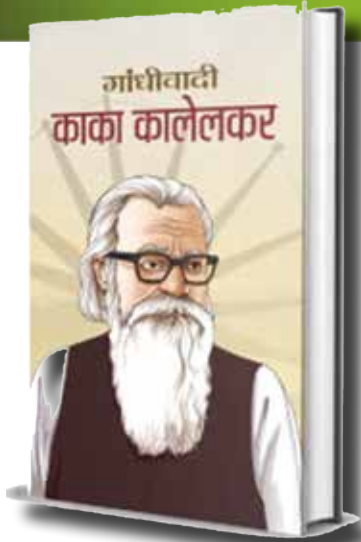
This is the life which we have learnt to live with new hope that the future will be definitely normal and bright.

Please keep in touch with your opinions/reactions.





## काका कालेलकर



दुनिया में विरले ही ऐसे होते हैं, जिन्हें ना सिर्फ़ कई भाषाओं में महारथ हासिल होती है, बल्कि उन्होंने समान अधिकार से कई भाषाओं में साहित्य सृजन भी किया होता है. उन विरले लोगों में से एक थे दत्तात्रेय बालकृष्ण कालेलकर. उन्हें प्यार से लोग काका साहेब और आचार्य कालेलकर के नाम से भी जानते थे. 1 दिसंबर, 1885 को महाराष्ट्र के सातारा में जन्मे काका साहेब प्रसिद्ध गांधीवादी स्वतंत्रता सेनानी, शिक्षाविद, पत्रकार और लेखक थे. उनकी प्रारंभिक शिक्षा-दीक्षा सातारा में ही हुई. इसके बाद आगे की उच्च शिक्षा के लिये वो फॉर्ग्युसन कॉलेज, पुणे आ गए.

काका साहेब ने अपनी पढ़ाई करने के बाद आजीविका के लिये शिक्षा को चुना और एक शिक्षक के रूप में अपने जीवन की शुरुआत की. 1908 में वे बेलगांव के गणेश विद्यालय में शिक्षक के रूप में कार्य करने लगे और करीब दो साल बाद वे वड़ोदरा आ गए, जहां उन्होंने गंगानाथ विद्यालय में अध्यापन का कार्य प्रारंभ किया. कुछ ही दिनों में ब्रिटिश सरकार ने इस विद्यालय को बंद कर दिया, क्योंकि उन्हें लगता था कि इस विद्यालय से राष्ट्रवादी विचारों को हवा मिल रही है और

आने वाले वक़्त में ये ब्रिटिश सरकार के लिये परेशानी का सबब बन सकता है.

काका कालेलकर देश को गुलामी से आज़ाद कराने के लिये सशस्त्र संघर्ष के पक्षपाती थे और इस दिशा में काम कर रहे युवकों का समर्थन भी करते थे. उनके अंदर सांसारिक मोह-माया से मुक्त होने की भावना भी प्रबल थी. इसलिये विद्यालय के बन्द होने पर वे मोक्ष की खोज में हिमालय की ओर चल पड़े. उन्होंने 3 साल तक देश के विभिन्न भागों की पैदल यात्रा की. 2500 मील की पैदल यात्रा के बाद उन्होंने अनुभव किया कि देश की स्वतंत्रता के लिए प्रयत्न करना ही सबसे उत्तम मार्ग है और इसके लिए नई पीढ़ी को तैयार करना चाहिए. कुछ दिन हरिद्वार और कुछ दिन हैदराबाद (सिंध) में अध्यापन करने के बाद वे शिक्षक के रूप में शांति निकेतन पहुँचे. वहीं 1915 में उनकी भेंट गांधी जी से हुई और उन्होंने अपना जीवन गांधी जी के कार्यों को समर्पित कर दिया. उनके राजनीतिक विचार भी बदल गये और वे साबरमती आश्रम के विद्यालय के प्राचार्य बने. बाद में उनके अनुभवों के आधार पर 'बेसिक शिक्षा' की योजना बनी, फिर वे 1928 से 1935 तक 'गुजरात विद्यापीठ' के कुलपति भी रहे.

1935 में काका साहेब गांधी जी के साथ साबरमती से वर्धा चले गए और हिन्दी के प्रचार में लग गए.

गांधी जी के नेतृत्व में जितने भी आन्दोलन हुए, काका कालेलकर ने सब में भाग लिया और कुल 5 बार जेल गए. गांधी जी की गिरफ्तारी के बाद वे गुजराती पत्र 'नवजीवन' के संपादक भी रहे. उनकी मातृभाषा मराठी रही, लेकिन गुजरात में खूब समय बिताने के बाद वे गुजराती में भी पारंगत हो गए. मराठी भाषी होने के बावजूद उन्होंने गुजराती में गंभीर साहित्य का सृजन किया. गुजराती के साथ-साथ उन्होंने मराठी, हिन्दी और अंग्रेज़ी में विविध विषयों पर 30 से अधिक पुस्तकों की रचना की. उन्होंने गुरुदेव रवीन्द्रनाथ ठाकुर के साहित्य का मराठी और गुजराती में अनुवाद भी किया.

काका कालेलकर 1952 से 1964 तक संसद के सदस्य भी रहे. 1964 में उन्हें 'पद्म विभूषण' से सम्मानित किया गया. वे 'पिछड़ा वर्ग आयोग', 'बेसिक एजुकेशन बोर्ड', 'हिन्दुस्तानी प्रचार सभा', 'गांधी विचार परिषद' के अध्यक्ष तथा 'गांधी स्मारक संग्रहालय' के निदेशक रहे. काका कालेलकर ने विश्व के अनेक देशों की यात्रा की और गांधीवादी विचारों का प्रचार किया. वे ग्रामीण और कुटीर उद्योगों के समर्थक थे. सामाजिक स्तर पर वे भेदभाव के विरोधी थे.

राजनीति, समाजशास्त्र, विज्ञान, इतिहास, भूगोल, अर्थशास्त्र, अध्यात्म आदि लगभग हर विषय पर उन्होंने प्रामाणिक लेखन किया. काकासाहेब संपूर्ण गांधी साहित्य के लिए नियुक्त परामर्शदायी समिति के सदस्य रहे. 1949 में काकासाहेब ने गुजराती साहित्य परिषद के अधिवेशन की अध्यक्षता भी की. उन्हें 76वीं वर्षगांठ के अवसर पर 1979 में अहमदाबाद में गुजराती भाषा में कालेलकर-अध्ययन-ग्रंथ समर्पित कर सम्मानित किया गया.

इनके साहित्य संग्रह इस प्रकार हैं-

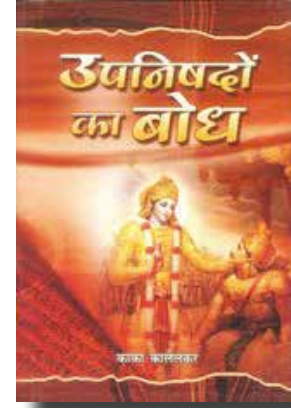
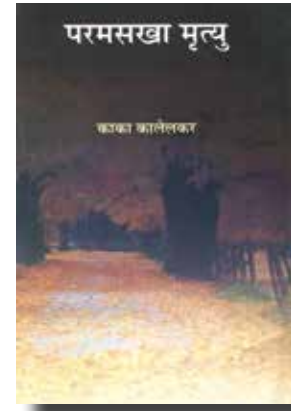
हिंदी साहित्य, मराठी साहित्य, गुजराती साहित्य.

**हिंदी साहित्य :** 1. राष्ट्रीय शिक्षा के आदर्शों का विकास 2. सहजीवनी की समस्या 3. सप्त-सरिता 4. कला : एक जीवन दर्शन 5. हिन्दुस्तानी की नीति 6. बापू की झांकिया 7. हिमालय की यात्रा 8. उस पार के पड़ोसी 9. उत्तर की दीवारें 10. स्मरण-यात्रा 11. जीवन-साहित्य 12. लोकजीवन 13. जीवन-संस्कृति की बुनियाद 14. नक्षत्रमाला 15. जीवनलीला 16. सूर्योदय का देश (जापान) 17. गांधीजी की अध्यात्म-साधना 18. स्वराज संस्कृति के संतरी 19. भाषा 20. कठोर कृपा 21. गीतारत्नप्रभा 22. आश्रम-संहिता 23. नमक के प्रभाव से 24. प्रजा का राज प्रजा की भाषा में 25. यात्रा का आनन्द 26. समन्वय, सत्याग्रह-विचार और युद्धनीति 27. परमसखा मृत्यु 28. उपनिषदों का बोध 29. युगमूर्ति रवीन्द्रनाथ 30. राष्ट्रभारती हिन्दी का मिशन

**मराठी साहित्य :** 1. स्वामी रामतीर्थ 2. गीतेचे समाजरचना शास्त्र 3. हिंडलग्याचा प्रसाद 4. जीवंत व्रतोत्सव 5. ब्रह्मदेशाचा प्रवास 6. भारतदर्शन 7. गोमांतक 8. रवींद्र प्रतिभा 9. कोवळे किरण 10. लोकजीवन 11. मृगजळांतील मोती 12. स्मरणयात्रा 13. बापूजींची ओझरती दर्शने 14. साहित्याची कामगिरी 15. लोकमाता 16. हिंदुचे समाजकारण लाटांचे तांडव 17. आमच्या देशाचे दर्शन 18. सामाजिक प्रश्न

**गुजराती साहित्य :** 1. स्वदेशी धर्म 2. कालेलकरना लेखो 3. जीवननो आनंद 4. जीवन-विकास 5. जीवन-भारती 6. जीवन-संस्कृति 7. गीता-सार 8. जीवनलीला 9. धर्मोदय 10. जीवन-प्रदीप 11. मधुसंचय 12. जीवन-चिंतन 13. जीवन-व्यवस्था 14. भारतीय संस्कृतिनो उदगाता 15. शुद्ध जीवनदृष्टिनी भाषानीति 16. आवती कालना प्रश्नो

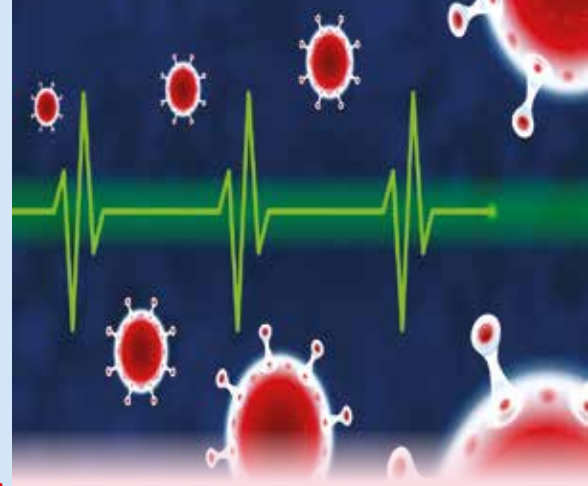
स्वतंत्रता सेनानी, शिक्षक, हिंदी प्रचारक, देश के सांस्कृतिक दूत, साहित्य सेवक, लेखक, पत्रकार इन सभी के रूप में उनका कार्य अतुलनीय है. उनके इसी व्यक्तित्व और



कृतित्व के कारण सरदार पटेल विश्वविद्यालय, आणंद, गुजरात विश्वविद्यालय और काशी विद्यापीठ ने उन्हें मानद डी. लिट्. से और साहित्य अकादमी, नई दिल्ली ने 'फैलो' से अलंकृत किया है. उनका निधन नई दिल्ली में 21 अगस्त, 1981 को हुआ.



आशीष कुमार गुप्ता  
क्षे.म.प्र.का., अहमदाबाद



## लॉकडाउन का फ़साना

जीवन में ऐसा अजीब मंजर, मैंने कभी देखा नहीं  
सड़कें खाली, लेकिन लॉन्गड्राइव पर जाना नहीं  
हाथ हैं साफ़, लेकिन हाथ मिलाना मुमकिन नहीं  
समय बहुत लेकिन साथ बैठ पाना मुमकिन नहीं.

हवा शुद्ध लेकिन खुली हवा में साँस मुमकिन नहीं  
मास्क लगाना है जरूरी, बिना उसके निकलना नहीं  
पैसे नहीं हैं जिनके पास उनकी कमाई का ज़रिया नहीं

बीमारी तो आई थी विदेश से,

इसमें गरीब का कोई कसूर नहीं.

हर सोमवार तरसता है अब मन,

अपने ऑफिस में जाने को,

वीकेंड्स इतने लंबे हो गए हैं अब,

नाम नहीं लेते जाने को

पूरी दुनिया बंद है लेकिन,

सरहद पर तैनात हैं हमारे वीर जवान

डॉक्टर, पुलिस, सफाईकर्मी और बैंकर,

सबने लगा दी है अपनी जान

घर में रुककर रहना है सबको,

यहीं है बस इस बीमारी का समाधान

कहते हैं कुछ कि हम यूं ही कब तक रहें घर में फँसे

सोचते नहीं कि वो हैं

अपने परिवार के साथ सुरक्षित बसे

घर में बंद हैं हर कोई, वर्यून उठाएं इसका लाभ

घर के रसोई से लेकर, घरवालों के मन में घोलें

कुछ मिठास बैठकर घरवालों के साथ,

सुने उनका कुछ और बताएं अपना अहसास.

चलो आज अपने अंदर के कलाकार को

एक बार फिर से जगाते हैं

घर में रहकर इन पलों का भरपूर लाभ उठाते हैं

कागज-कलम उठाकर

आज कुछ नया कर जाते हैं.

किशोर कुमार

क्षे.का., गाजीपुर



## इसलिए ड्यूटी जाते हैं

घर में है राशन नहीं,

फिर भी ड्यूटी जाते हैं।

सारी दुकानें बंद हो जाती,

जब हम वापस आते हैं।

मम्मी पापा सिसक कर पूछ रहे हैं,

बेटा कैसे खाते हो..??

जब पूरा देश बंद है तो,

तुम क्यों ड्यूटी जाते हो..??

यहां सब कुछ मिल रहा है,

झूठ बोलकर मां को समझाते...

देश के लिए यह समर्पित जीवन,

इसलिए ड्यूटी जाते हैं।

कट रही है जिंदगी,

जैसे जी रहे हैं बनवास में..

हम तो हैं बैंक कर्मचारी,

ड्यूटी कर रहे हैं हर हाल में।

हम तड़पते ड्यूटी में,

परिवार चिंतित घरों में।

जिंदगी मानो ठहर सी गई है,

जैसे बेड़ी जकड़ी पांव में।

ना हम सेना, ना हम शिक्षक,

ना हम डॉक्टर,

ना कोई सम्मान हम पाते हैं

हम तो सिर्फ बैंक कर्मचारी हैं,

इसलिए ड्यूटी जाते हैं..!!!

रमेश अरेजा

यू.एल.पी., गोवा



## वाह रे कोरोना

वाह रे कोरोना, तूने कमाल कर दिया  
पहले सभी पास थे, पर रिश्तों में दूरी थी  
अब हमें दूर करके, रिश्तों को पास कर दिया

अमीरी-गरीबी, ऊँचा-नीचा  
तूने इस रेखा का कत्लेआम कर दिया  
अहंकार, गर्व, शान ओ शौकत  
इनका तूने बढ़िया इंतजाम कर दिया

स्वच्छ सुबह, सुहानी शाम, शांत चाँदनी रात  
जानवर बाहर, आदमी अंदर, प्रकृति खुश  
यही जरूरी था सो तूने इंतजाम कर दिया

वो लूडो की यादें, वो साँप सीढ़ी वाला बचपन  
वो कागज की कश्ती और  
छुपन छुपाई वाला आँगन  
भूल ही गये थे बड़े हो गए थे  
ऐसे पलों को हमारे नाम कर दिया

एक चेहरे पर कई चेहरे तो सुने थे  
पर हर चेहरे पर नकाब हो ऐसा सोचा ना था  
कुछ तो गलत हुआ जो सब नकाब में है  
तूने अच्छों अच्छों को बेनकाब कर दिया

भगवान के भक्त मंदिर नहीं जा पा रहे  
शराबी अपनी प्यास नहीं बुझा पा रहे  
मांसाहारी डर से मांस नहीं खा रहे  
इन सबके बिना भी जीना आसान कर दिया

पुरुषों को खाना, स्त्रियों को आत्मनिर्भर  
बिना बाइयों के काम, बिना अखबार के चाय  
सादा जीवन-उच्च विचार  
तूने तो इसका प्रमाण कर दिया

कोरोना, डर से बहुत कुछ बदला है  
उम्मीद है लोग समझेंगे  
अब तू भी चल और जिंदगी चलने दे  
हम सबने तुझे प्रणाम कर दिया  
वाह रे कोरोना तूने कमाल कर दिया

अभिषेक जैन

गीता भवन शाखा, इंदौर







## देश के मजदूर

तो चल पड़े हैं गावों की ओर  
जो कल तक रोशन करते थे  
मेरा भोर

तो चल पड़े हैं गावों की ओर  
जो थामे रखे थे  
मेरे जीवन का एक छोर।

अफ़सोस यह है कि मैं उनका दर्द  
कम न कर सका  
यहाँ तक की इतना लाचार हूँ कि  
उनकी रोटी का प्रबंध न कर सका  
कैसे भरे होंगे छाले उनके पैरों के,  
कैसे जला होगा  
उनका चूल्हा चौका ?  
मैं तो औरों पे दोष मढ़ता रह गया,  
खुद न हर सका दर्द उनका।

बेबस तो नहीं, अब मैं होऊंगा  
खोया उन्होंने है, अब मैं खोऊंगा।  
चिंता इस बात की है, क्या निवाला  
उन तक पहुंचा पाऊंगा ?  
या सिर्फ उनके दर्द को महसूस  
करने का आडम्बर  
करता रह जाऊंगा !

अभिनव जैन  
स्टा.प्र.के., गुडगांव



## ज़िंदा हूँ मैं

हाँ, उम्मीद पे दुनिया कायम है  
यह मान के चलती हूँ मैं।

काले बादलों में पलभर लपकती  
बिजली को  
रोशनी की निशानी समझा,  
मचलती हूँ मैं।

समंदर के शोर में, गीत सुनती हूँ मैं  
तपते रेगिस्तान में, चमकती रेत की  
खूबसूरती महसूस करती हूँ मैं।

बारिश की बूंदों में,  
उस परवरदिगार की  
सूरत देखती हूँ मैं  
अंधेरे को पिघलाने वाली,

सूरज की उस  
पहली किरण की  
आस में जीती हूँ मैं।  
फूलों और काटों को  
आगोश में भरकर  
आगे बढ़ने की  
कोशिश करती रहती हूँ मैं।  
हाँ! ज़िंदा हूँ मैं !

मीना लोपीस  
माणिकपुर शाखा, बोरीवली



## प्रकृति - एक वरदान

हम सोचा करते थे,  
कहाँ खो गया चिड़ियों का चहचहाना,  
कहाँ खो गया वह पंखियों का शोर,  
कहाँ गई वो सुहानी सी शाम,  
कहाँ गई वो ठंडी मस्तानी सी भोर ?

हम सोचा करते थे,  
कैसे हुई माँ गंगा इतनी मैली,  
कहाँ गया वो पावन स्वच्छ जल,  
वो यमुना का पानी क्यों हुआ विषैला,  
जो बहती थी धारा कल-कल।

हम सोचा करते थे,  
हवा में क्यों घुला इतना ज़हर,  
क्यों प्रदूषित हुआ ये वातावरण,  
कैसे स्वच्छ करेंगे इनको,  
यही सोच रहा था जन।

अब प्रकृति ने है अपना बदला चुकाया,  
एक छोटे से वायरस से हमें डराया,  
हमारी सारी तैयारियाँ हुई बेकार,  
सारी विकसित व्यवस्था पर हुआ यह प्रहार।

पर प्रकृति ने अपने को संवारा,  
फिर से अपने रूप को निखारा,  
फिर हुआ नदियों का पानी निर्मल,  
गंगा, यमुना का हुआ स्वच्छ जल।

फिर से हवाएँ इठलाती बल खाती चली,  
फिर गूँजी चिड़ियों की चहचहाट गली-गली।  
फिर मस्ती भरी आयी भोर,  
जिसमें है पंखियों का शोर।

हाँ, इंसान डर कर छिप गया अपने घोंसलों में,  
और दूसरे जीव विचरण कर रहे हौसलों में।

अगर अब भी नहीं सुधरते तो पछताएगा इंसान,  
नहीं बचाने आएगा कोई अल्लाह, भगवान।  
मत छोड़ो प्रकृति को, जो मिला हमें वरदान।  
करो प्रकृति का अभिमान, मत करो इसका अपमान।।

मनीष कुमार  
एस.एस.आई. शाखा, नासिक



# विषाणु (वायरस) क्या होता है

**वि**षाणु उन परजीवी प्राणियों की श्रेणी में आते हैं, जिसको किसी भी तरह से जीवित प्राणी में नहीं मान सकते हैं. उनके अंदर वो सभी चीजें होती हैं जो एक जीवित प्राणी में होती हैं. जैसे कि न्यूक्लिक एसिड, डीएनए, आरएनए आदि; लेकिन वे न्यूक्लिक एसिड में पाई जाने वाली जानकारियों के अनुसार स्वतंत्र रूप से कार्य नहीं कर सकते. विषाणु जीवित कोशिकाओं के अंदर पनपते हैं. जीवित कोशिकाओं के बाहर विषाणु स्वयं का प्रजनन नहीं कर सकते क्योंकि उनके अंदर वह जटिल तंत्र नहीं पाया जाता जोकि जीवित कोशिकाओं के अंदर होता है.

विषाणु प्रोटीन कोट से ढका हुआ, न्यूक्लिक एसिड का एक अणु है जो जीवित परपोषी के अन्दर रहकर जनन करते हैं और इसे हम सामान्य माइक्रोस्कोप के नीचे नहीं देख सकते. विषाणु को सिर्फ इलेक्ट्रॉन सूक्ष्मदर्शी की सहायता से ही देखा जा सकता है. विषाणुओं के अध्ययन को विषाणु विज्ञान कहा जाता है. विषाणु एक पौधे के बीज की तरह अकोशिकीय सूक्ष्म जीव है, जिस तरह एक बीज हजारों वर्षों तक सुरक्षित पड़ा रह सकता है अगर उसे पानी, हवा और मिट्टी नहीं मिले तो, ठीक उसी तरह एक विषाणु को अगर कोई जीवित कोशिका नहीं मिले तो वह सैकड़ों वर्षों तक सुशुभावस्था में पड़ा रह सकता है. जैसे ही विषाणु को एक जीवित कोशिका मिलती है वह जीवित हो उठता है और अपने वंश को बढ़ाने लगता है. विषाणु अच्छी तरह से एकत्रित हो जाते हैं तब वह संक्रमण फैलाने योग्य हो जाते हैं.

वायरस की आनुवंशिक सामग्री आरएनए या डीएनए हो सकती है, जो आम तौर पर

प्रोटीन, लिपिड या ग्लाइकोप्रोटीन की खोल से घिरी रहती है या तीनों का थोड़ा-थोड़ा संयोजन विषाणु जीवित कोशिका में प्रवेश करने के उपरांत, मूल कोशिका की आरएनए एवं डीएनए की जेनेटिक संरचना को अपनी जेनेटिक सूचना से बदल देता है और संक्रमित कोशिका अपने जैसे संक्रमित कोशिकाओं का पुनरुत्पादन शुरू कर देती है. कोई वायरस किसी भी जानवर, पौधे या बैक्टीरिया को संक्रमित कर सकता है और अक्सर बहुत गंभीर या यहां तक कि घातक बीमारियों का कारण बनता है. वायरस कोशिकाओं को मार सकते हैं, क्षति पहुंचा सकते हैं या बदल सकते हैं और आपको बीमार कर सकते हैं. विभिन्न वायरस आपके शरीर में कुछ कोशिकाएं जैसे आपके लीवर, श्वसन तंत्र या खून पर हमला करते हैं.

**वायरस की खोज :** सर्वप्रथम सन 1796 में डाक्टर एडवर्ड जेनर ने पता लगाया कि चेचक, विषाणु के कारण होता है. उन्होंने चेचक के टीके का आविष्कार भी किया. इसके बाद सन 1886 में एडोल्फ मेयर ने बताया कि तम्बाकू में मोजेक रोग एक विशेष प्रकार के वायरस द्वारा होता है. रूसी वनस्पति शास्त्री इवानोवस्की ने भी 1892 में तम्बाकू में होने वाले मोजेक रोग का अध्ययन करते समय विषाणु के अस्तित्व का पता लगाया. बेजेर्निक और बोर् ने भी तम्बाकू के पत्ते पर इसका प्रभाव देखा और उसका नाम टोबेको मोजेक रखा.

**वायरस के प्रकार :**

1. **एनिमल (जन्तु) वायरस :** वायरस जो मनुष्य सहित पशुओं की कोशिका को संक्रमित करते हैं, उन्हें एनीमल वायरस कहा जाता है.

उदाहरण के लिए, इन्फ्लूएंजा वायरस, रैबीज वायरस, मम्प्स वायरस (जिससे गलसुआ रोग होता है), पोलियो वायरस, स्माल पॉक्स वायरस, हेपेटाइटिस वायरस, राइनो वायरस (सामान्य सर्दी जुकाम वाला वायरस) आदि. इनकी आनुवंशिक सामग्री आरएनए या डीएनए होती है.

2. **प्लांट (पादप) वायरस :** पौधों को संक्रमित करने वाले वायरस को प्लांट वायरस कहा जाता है. उनकी आनुवंशिक सामग्री आरएनए होती है जो प्रोटीन की खोल में रहती है. उदाहरण के लिए, तंबाकू मोजेक वायरस, पोटेटो वायरस (आलू विषाणु), बनाना बंची टॉप वायरस, टोमॅटो येलो लिफ कर्ल वायरस (टमाटर की पत्ती), बीट येलो वायरस और टर्निप येलो वायरस इत्यादि हैं.

3. **बैक्टीरियोफेज (जीवाणुभोजी) :** वायरस जो जीवाणु या बैक्टीरिया की कोशिकाओं को संक्रमित करते हैं उन्हें बैक्टीरियोफेज या बैक्टीरिया खाने वाले के रूप में जाना जाता है. उनमें आनुवंशिक सामग्री के रूप में डीएनए होता है. बैक्टीरियोफेज की कई किस्में हैं.

**वायरस कैसे फैलता है :** वायरस पर्यावरण से या अन्य व्यक्तियों के माध्यम से, मिट्टी से, पानी में या हवा में पहुंच कर नाक, मुंह या त्वचा में किसी भी कट के माध्यम से हमारे शरीर में प्रवेश करते हैं और संक्रमित करने के लिए किसी कोशिका की तलाश करते हैं.

उदाहरण के लिए एक सर्दी जुकाम या फ्लू का विषाणु उन कोशिकाओं को लक्षित करता है जो श्वसन (यानी फेफड़ों) या पाचन नली (यानी पेट) में होती हैं. विषाणु और जीवाणु संक्रमण दोनों मूल रूप से मनुष्यों में



## कोविड-19 विशेषांक

एक ही तरह से फैलते हैं. वायरस मनुष्यों में निम्नलिखित कुछ तरीकों से फैल सकते हैं-

1. जिस व्यक्ति को सर्दी जुकाम है उस व्यक्ति की खांसी या छींक से वायरस संक्रमण फैल सकता है.

2. वायरस किसी अन्य व्यक्ति के हाथ को छूने या हाथ मिलाने से फैल सकता है.

3. यदि कोई व्यक्ति गंदे हाथों से भोजन को छूता है तो वायरस आंत में भी फैल सकता है.

4. शरीर के तरल पदार्थ जैसे कि खून, लार और वीर्य और ऐसे ही अन्य तरल पदार्थों के इंजेक्शन या यौन संपर्क द्वारा वायरस फैल सकते हैं.

**वायरस से बचने के उपाय :** जब आपके शरीर में कोई वायरस प्रवेश करता है, तो आप हमेशा बीमार नहीं होते बल्कि कई बार आपकी प्रतिरक्षा प्रणाली इससे लड़ने में सक्षम होती है. अगर आपको वायरल संक्रमण हुआ है तो इसके कारण होने वाली विभिन्न स्थितियों का पता करने में सहायता के लिए एक इम्यूनोग्लोबुलिन ब्लड टेस्ट किया जा सकता है.

अधिकांश वायरल संक्रमणों के मामले में, इलाज केवल लक्षणों को कम करने में मदद कर सकता है, आप केवल अपनी प्रतिरक्षा प्रणाली के वायरस से लड़ने की प्रतीक्षा कर सकते हैं. एंटीबायोटिक्स वायरल संक्रमण के लिए काम नहीं करते हैं. कुछ वायरल संक्रमणों के इलाज के लिए एंटी वायरल दवाएं दी जाती हैं.

कुछ टीके भी उपलब्ध हैं जो आपको कई वायरल बीमारियों से बचाने में मदद कर सकते हैं. स्माल पॉक्स जैसे कुछ प्रकार के वायरल संक्रमणों को रोकने में टीका काफी प्रभावी रहा है. टीका शरीर को विशिष्ट प्रकार के वायरस के खिलाफ प्रतिरक्षा प्रणाली को लड़ने में मदद करके काम करता है.

कई प्रकार की नई एंटीवायरल दवाएं विकसित की जा रही हैं जो वायरस को गुणा करने से रोकती है लेकिन दुर्भाग्यवश, इन उपचारों का उपयोग अभी भी बहुत कम वायरस पर किया जा सकता है और इनके प्रभाव सीमित हैं.

जब आप खांसते या छींकते हैं, तो आप हवा में रोगाणु से भरी छोटी बूंदों को छोड़ते हैं. सर्दी जुकाम या फ्लू आमतौर पर इसी तरह फैलता है. आप निम्नलिखित कुछ बातों का ध्यान रख कर रोगाणुओं के प्रसार को रोकने में मदद कर सकते हैं-

जब आप छींकते हैं या खांसते हैं तो आप अपने मुंह और नाक पर हाथ की बजाय अपनी कोहनी को रखें.

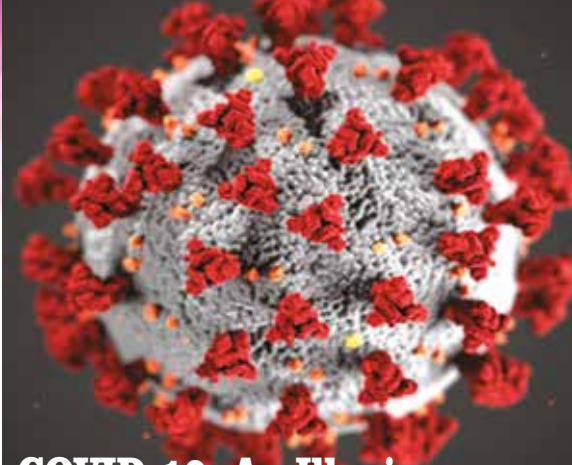
भोजन करने या तैयार करने से पहले अपने हाथों को अक्सर साफ करें और बाथरूम का उपयोग करने या डायपर बदलने के बाद अपनी आंखों, नाक या मुंह को छूने से बचें तथा हाथों को अच्छे से साफ करें.

हाथ धोना बीमारी को रोकने का सबसे प्रभावी लेकिन सबसे अधिक अनदेखा किया जाने वाला तरीका है. साबुन और पानी विषाणुओं को मारने का काम करते हैं.

हाल ही में कोरोना नाम का वायरस पूरी दुनिया में फैल चुका है. यह एक प्रकार का आरएनए वायरस होता है; इसके कारण मनुष्य को श्वास तंत्र संक्रमण पैदा होता है. इसके संक्रमण के फलस्वरूप बुखार, जुकाम, सांस लेने में तकलीफ, नाक बहना और गले में खराश जैसी समस्याएं उत्पन्न हो सकती हैं. इनकी रोकथाम के लिए कोई टीका (वैक्सिन) या विषाणुरोधी अभी उपलब्ध नहीं है. इस वायरस से बचने के लिए उपर्युक्त दी गई बातों का ध्यान रखें तथा इसके अलावा जिन व्यक्तियों में कोल्ड और फ्लू के लक्षण हों, उनसे दूरी बनाकर रखें.

प्राची गोयल

क्षे.म.प्र.का., अहमदाबाद



## COVID-19: An Illusion

Arun was enjoying his summer vacation at his grandparent's place. His parents had left him there after declaration of his results and would come back to get him few days before the next academic year began.

His grandfather had got him a lot of books to read. Both of them were bookworms. His grandmother would get bored when both Arun and his grandfather discussed books.

One day after breakfast, Arun's grandfather handed him a book with a dark red cover page. The blurb on the back cover had Arun gripped. He went to his reading corner and immediately got engrossed in the book.

The book was unputdownable. Arun couldn't believe a deception theory of such a large scale. Though the book was classified as fiction, most of the narratives consisted of actual events and facts.

The book was set in the year 2020. The author described the never-before events of the year in his inimitable style. The world had come to a pause due to nationwide lockdowns. Huge manpower and unimaginable amounts of money were involved. Innumerable lives were lost. No one was able to understand the virus.

Dazed, Arun took a breather and put the book down. The cover page read 'COVID-19: An Illusion'.

Shrikant Ayyar

FGMO Pune



# कोविड – 19 कोरोना क्या है?

**आ**ज पूरा विश्व कोविड -19 नामक वैश्विक महामारी से जूझ रहा है, जिसे विश्व स्वास्थ्य संगठन ने महामारी घोषित कर दिया है. कोरोना वायरस बहुत सूक्ष्म लेकिन प्रभावी वायरस है. कोरोना वायरस मानव के बाल की तुलना में 900 गुना छोटा होता है, लेकिन कोरोना का संक्रमण दुनियाभर में तेजी से फैल रहा है. इस वैश्विक महामारी के परिप्रेक्ष्य में इसके उत्थान के बारे में हमें कुछ चर्चा करना अति आवश्यक है-

उपरोक्त कोविड-19 नामक महामारी का बैक्टीरिया दरअसल चीन के वुहान शहर से शुरू हुआ था. कहा जाता है कि इस बैक्टीरिया की उत्पत्ति नवम्बर 2019 में चीन के वुहान शहर की जीव मार्केट में चमगादड़ से हुई थी. तदपुरान्त इस बैक्टीरिया का फैलाव धीरे-धीरे पूरे विश्व में होने लगा एवं आज पूरे विश्व में लगभग 81 लाख से ऊपर लोग इससे प्रभावित हो चुके हैं एवं लगभग 4 लाख लोगों की जानें भी जा चुकी हैं. असल में अभी तक कोविड-19 की कोई भी दवा या वैक्सिन बनायी नहीं जा सकी है परंतु इसकी खोज विश्व में लगातार जारी है.

भारत भी इस कोविड-19 की महामारी से अछूता नहीं है. मार्च 2020 से लेकर आज तक हमारे देश में लगभग 60 लाख से अधिक लोग इस महामारी से प्रभावित हो चुके हैं और लगभग दस हजार लोगों की जानें भी जा चुकी हैं. इसके वावजूद हमारे देश में

इस महामारी से मृत्यु दर 2.6% है जबकि पूरे विश्व में मृत्यु दर 6.8% है हमारे देश में इस महामारी से मृत्यु दर पूरे विश्व में सबसे कम है जो कि संभव हो सका है हमारे देश के माननीय प्रधानमंत्री, श्री नरेंद्र मोदी जी के दूरगामी एवं सशक्त निर्णय के कारण जिसके फलस्वरूप सारे राज्य, प्रशासन, चिकित्सा स्टाफ और सारी जनता इस महामारी के प्रति अत्यन्त जागरूक हो चुकी है एवं सभी सावधानियों को मानने लगे हैं.

## \* कोरोना वायरस क्या है?

कोरोना वायरस का संबंध वायरस के ऐसे परिवार से है जिसके संक्रमण से जुकाम से लेकर सांस लेने में तकलीफ जैसी समस्या हो सकती है. इस वायरस को पहले कभी नहीं देखा गया है. इस वायरस का संक्रमण नवम्बर में चीन के वुहान में शुरू हुआ था. डब्लूएचओ के मुताबिक बुखार, खांसी, सांस लेने में तकलीफ इसके लक्षण हैं. अब तक इस वायरस को फैलने से रोकने वाला कोई टीका नहीं बना है. इसके संक्रमण के फलस्वरूप बुखार, जुकाम, सांस लेने में तकलीफ, नाक बहना और गले में खराश जैसी समस्याएं उत्पन्न होती हैं. यह वायरस एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में फैलता है. इसलिए इसे लेकर बहुत सावधानी बरती जा रही है. यह वायरस नवम्बर 2019 में सबसे पहले चीन में पकड़ में आया था. कोरोना से मिलते-जुलते वायरस खांसी और छींक से

गिरने वाली बूंदों के ज़रिए फैलते हैं. कोरोना वायरस अब चीन में उतनी तीव्र गति से नहीं फैल रहा है, जितना दुनिया के अन्य देशों में फैल रहा है. कोविड-19 नाम का यह वायरस अब तक 70 से ज़्यादा देशों में फैल चुका है. कोरोना के संक्रमण के बढ़ते खतरे को देखते हुए सावधानी बरतने की ज़रूरत है ताकि इसे फैलने से रोका जा सके.

## \* इस बीमारी के लक्षण?

कोरोना वायरस में पहले बुखार होता है. इसके बाद सूखी खांसी होती है और फिर एक हफ्ते बाद सांस लेने में परेशानी होने लगती है. इन लक्षणों का हमेशा मतलब यह नहीं है कि आपको कोरोना वायरस का संक्रमण है. कोरोना वायरस के गंभीर मामलों में निमोनिया, सांस लेने में बहुत ज़्यादा परेशानी, किडनी फेल होना और यहां तक कि मौत भी हो सकती है. बुजुर्ग या जिन लोगों को पहले से अस्थमा, मधुमेह या हार्ट की बीमारी है उनके मामले में खतरा गंभीर हो सकता है. जुकाम और फ्लू के वायरसों में भी इसी तरह के लक्षण पाए जाते हैं.

## \* इससे बचाव के उपाय?

स्वास्थ्य मंत्रालय ने कोरोना वायरस से बचने के लिए दिशा-निर्देश जारी किए हैं.

इनके मुताबिक हाथों को साबुन से धोना चाहिए.



## कोविड-19 विशेषांक

अल्कोहल आधारित हैंड रब का इस्तेमाल भी किया जा सकता है।

खांसते और छींकते समय नाक और मुंह रूमाल या टिशू पेपर से ढककर रखें।

जिन व्यक्तियों में कोल्ड और फ्लू के लक्षण हों, उनसे दूरी बनाकर रखें।

अंडे और मांस के सेवन से बचें।

जंगली जानवरों के संपर्क में आने से बचें।

हाथ साफ़ नहीं हो तो आंखों, नाक और मुंह को छूने से बचें।

**\* कोरोना का संक्रमण फैलने से कैसे रोके?**

सार्वजनिक वाहन जैसे बस, ट्रेन, ऑटो या टैक्सी से यात्रा न करें।

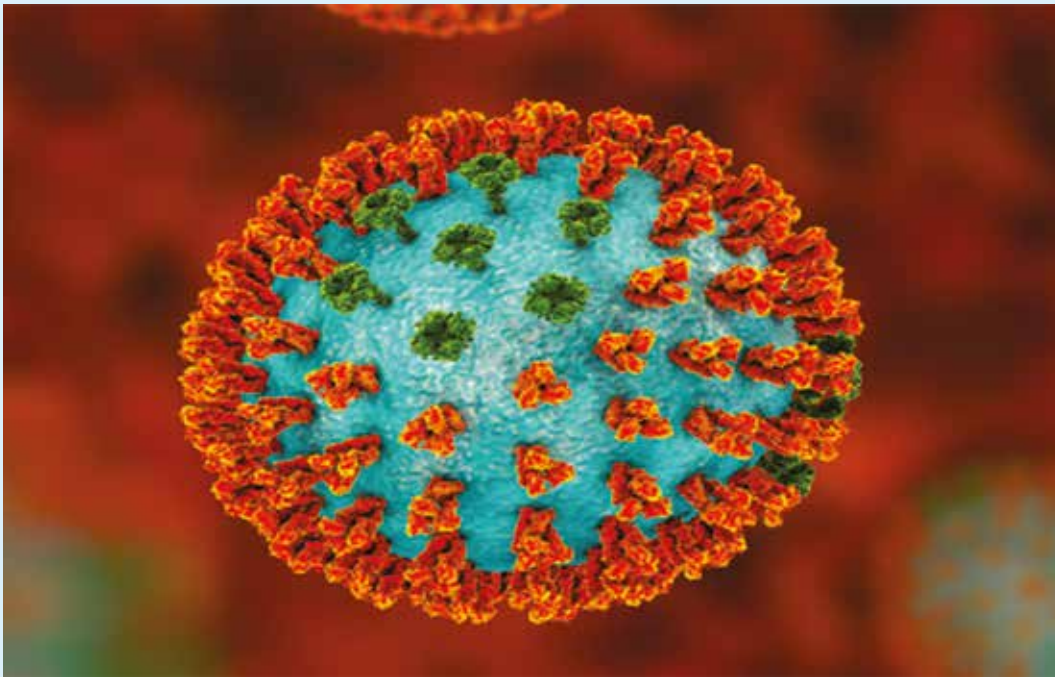
घर में मेहमान न बुलाएं।

घर का सामान किसी और से मंगाएं।

ऑफिस, स्कूल या सार्वजनिक जगहों पर न जाएं।

आर्थिक गतिविधियों पर भी पड़ा था। कोरोना वायरस के बारे में अभी तक इस तरह के कोई प्रमाण नहीं मिले हैं कि कोरोना वायरस पार्सल, चिट्टियों या खाने के ज़रिए फैलता है। कोरोना वायरस जैसे वायरस शरीर के बाहर बहुत ज़्यादा समय तक ज़िंदा नहीं रह सकता।

विश्व स्वास्थ्य संगठन से प्राप्त सूचना के आधार पर हम आपको कोरोना वायरस से बचाव के तरीके बता रहे हैं। एयरपोर्ट पर



**\* मास्क कौन और कैसे पहनें?**

अगर आप स्वस्थ भी हैं तो आपको मास्क पहनना जरूरी है। अगर आप किसी कोरोना वायरस से संक्रमित व्यक्ति की देखभाल कर रहे हैं, तो आपको मास्क पहनना होगा। जिन लोगों को बुखार, कफ या सांस में तकलीफ की शिकायत है, उन्हें मास्क पहनना चाहिए और तुरंत डॉक्टर के पास जाना चाहिए।

**\* कोरोना का खतरा कैसे करें कम, पढ़ें उपाय**

कोरोना से मिलते-जुलते वायरस खांसी और छींक से गिरने वाली बूंदों के ज़रिए फैलते हैं।

अपने हाथ अच्छी तरह धोएं।

खांसते या छींकते वक़्त अपना मुंह ढक लें।

अगर आप और भी लोगों के साथ रह रहे हैं, तो ज़्यादा सतर्कता बरतें।

अलग कमरे में रहें और साज़ा रसोई व बाथरूम को लगातार साफ़ करें।

अगर आप संक्रमित इलाके से आए हैं या किसी संक्रमित व्यक्ति के संपर्क में रहे हैं तो आपको अकेले रहने की सलाह दी जा सकती है। अतः घर पर रहें..

लगभग 18 साल पहले सार्स वायरस से भी ऐसा ही खतरा बना था। 2002-03 में सार्स की वजह से पूरी दुनिया में 700 से ज्यादा लोगों की मौत हुई थी। पूरी दुनिया में हजारों लोग इससे संक्रमित हुए थे। इसका असर

यात्रियों की स्क्रीनिंग हो या फिर लैब में लोगों की जांच, सरकार ने कोरोना वायरस से निपटने के लिए कई तरह की तैयारी युद्ध स्तर पर की है। इसके अलावा किसी भी तरह की अफवाह से बचना जरूरी है, खुद की सुरक्षा के लिए सरकार द्वारा समय-समय पर निर्देश जारी किए जा चुके हैं हमें इन सभी पर विशेष रूप से ध्यान देना होगा जिससे कोरोना वायरस से निपटा जा सकता है।

राजीव कुमार

स्टा.प्र.के., लखनऊ



# PANDEMIC : LESSON FOR LIFE

The 'PANDEMIC' word consists of two Greek words Pan and Demic. The 'Demic' part of Pandemic comes from the Greek word 'Demos', means 'People of a district'. This root also gives us the word 'Democracy'. The prefix 'Pan' is also a Greek word meaning 'All'. Similar word originating from this root is 'Epidemic', Where 'Epi' is also a Greek word which means 'On, Upon, Near, At'.

The Pandemic can be defined as an outbreak of a disease that occurs over a wide geographical area and affects an exceptionally high proportion of population. On 11th March, 2020 the WHO officially declared COVID-19 outbreak as a pandemic due to the global spread and severity of the disease.

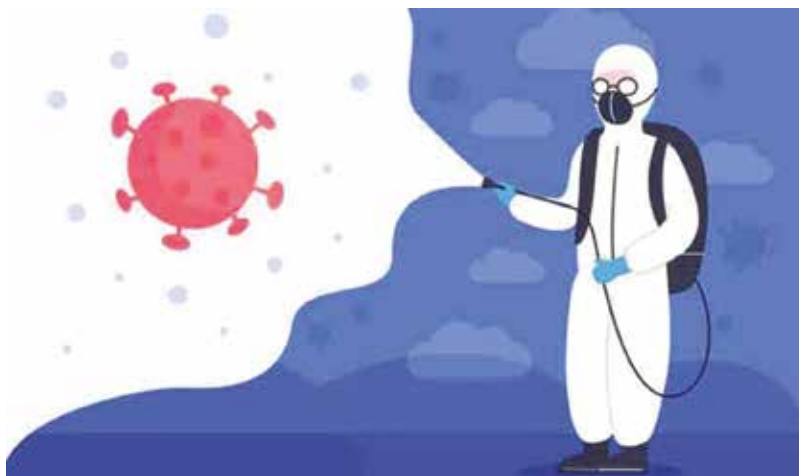
In human history there have been many epidemics and pandemics recorded which are generally Zoonoses that came about with domestication of animals. Speculation are rife that the recent

pandemic COVID-19 also came from the animals/birds. Cholera, Bubonic Plague, Small Pox, Typhoid and Influenza are some of the most brutal killers in human history. Here are some of the Pandemics recorded in human history:

- 430 to 426 BC—Plague of Athens
- In 2006, researchers confirmed that it was the cause of bacteria which is responsible for typhoid.
  - Disease killed its hosts at a rate faster than

it could spread and so this prevented its wider spread but it killed quarter of Athenian population and Athenian troops over four years. Disease fatally weakened the dominance of Athens as Athens was a super power at that time.

- 165 AD – Antonine Plague
  - Affected areas are Asia, Egypt, Greece and Italy
  - Cause was either Small Pox or measles
  - Death Toll was 05 Million
  - Was brought to Rome by soldiers returning from Mesopotamia and



decimated the great Roman Army

- 541 to 542 - Justinian Plague
  - Affected area Europe
  - Cause was Bubonic plague
  - Death toll 25 Million and killed half the population of Europe.
- 1346 to 1353 - The Black Death
  - Affected area Europe, Asia, Africa
  - Death toll 75 to 200 Million, devastated three continents
  - Cause was Bubonic plague, jumped continents via the fleas living on rats through merchant ships

- By the 1370s, England's population was reduced by 50%

- The last major outbreak of plague in England recorded in 1665-66, killed at least 20% population of London.

- 1855 – The third plague pandemic
  - Affected area in China and India
  - Started in China and spread to India, killing 10 Million people in India itself.
- Cholera pandemic:

There have been seven cholera pandemics and the third one was the most deadly which lasted from 1852-1860. Originated in India from the Ganges river delta and spread across the continents killing 10 Million of people in the 19th Century. Contaminated water was the means of transmission for the disease

- Influenza or Flu pandemics
  - First influenza pandemic was recorded in 1580 and since then it occurred every 10 to 30 years.

Rapid population growth of 19th Century only helped the flu spread across the globe.

- Russian flu pandemic of 1889-90
- Spanish flu pandemic of 1918-20: Infected over a third of the world population, ending lives of 20 to 50 Million people with mortality rate of 10 to 20%. It was a different flu pandemic with the previous one affecting children and elderly but this one affected healthy and young adults leaving children and people with weaker immune systems alive.
- The Asian flu pandemic of 1968-69



- The Swine flu pandemic of 2009-10 With the Corona virus pandemic, people all over the world have become more aware of the best practices to contain the spread of these deadly diseases. The push for the human race to survive the pandemic became the primary concern in the world. History of the pandemics tell us lot of things but it is necessary to get lessons from them. From the above history, we have come to know that on an average, every 10 to 30 years we face some kind of disease which spreads like a pandemic. The old pandemics are result of filth and bacteria from the contaminated water, fleas, living on rats but the modern age pandemics are a result of our modern living and habits causing a generation of new deadly viruses. We can say that the present pandemic is a modern one which is also zoonose but the difference is "in the past, it came from the domestication of wild animals but now it is originating from the new food culture or hunting wild animals for our food". In other terms it can be said that an imbalance between population and their diet has resulted in pandemics of modern age.

The basic strategy to control the spread of disease is containment and mitigation and if there is no mitigation, we have to follow all the steps for containment. We can learn from the history of pandemics and determine the best course to contain the spread. Either we learn some lessons from the above facts or get ready to perish.

Gautam Kumar  
FGMO, Varanasi



## कोरोना महामारी व फोर्स मेजर

कोरोना के कारण पूरा विश्व संकट में है और इसका प्रभाव संविदा (contracts) पर भी पड़ रहा है. कोरोना के कारण कई बड़े उद्योग समूहों ने अपने अलग-अलग करारों (contracts) के तहत लाइसेंस फीस, किराया या आपूर्ति करने में इनकार कर दिया है. इस परिस्थिति को पहले से ही भाँपते हुए वित्त मंत्रालय ने COVID-19 महामारी को 'फोर्स मेजर' के रूप में स्वीकार करने की घोषणा की थी.

'फोर्स मेजर' से आशय ऐसी असाधारण घटनाओं और परिस्थितियों से है, जो मानव नियंत्रण से परे हों. कई न्यायविद यह मानते हैं कि कोरोना काल के बाद 'फोर्स मेजर' बड़ा मुद्दा बनेगा व इसके तहत भारत में हजारों याचिकाएं कोर्ट में दायर हो सकती हैं. अगर दो पक्षों के बीच करार (contract) में उल्लेख न हो तो भारतीय संविदा कानून की धारा 56 के तहत मौजूदा ऐसे हालात में 'फोर्स मेजर' का इस्तेमाल हो सकता है. कोविड-19 महामारी 'फोर्स मेजर' की शर्तों पर पूरी तरह खरी उतरती है और अगर पीड़ित को दूसरे पक्ष से राहत नहीं मिलती है तो यह मामला कोर्ट में तय होगा. अब यह देखना रोचक होगा कि न्यायपालिका इस मुद्दे को कैसी व्याख्या प्रदान करती है.

हाल ही में माननीय मुंबई उच्च न्यायालय ने स्टैंडर्ड रिटेल बनाम जी.स. ग्लोबल के केस में यह निर्णय दिया कि कोविड-19 की परिस्थिति को 'फोर्स मेजर' नहीं माना जाए व भारतीय संविदा अधिनियम की धारा 56 में यह व्याख्या शामिल नहीं है तथा कोविड-19

के कारण करार के अंतर्गत अपनी प्रतिबद्धता से कोई पक्ष मुकर नहीं सकता. परंतु माननीय दिल्ली उच्च न्यायालय ने वेदांता लिमिटेड (20 अप्रैल, 2020) के केस में मुंबई उच्च न्यायालय के विपरीत निर्णय देते हुए कहा कि कोविड-19 की परिस्थिति को 'फोर्स मेजर' माना जाए. दोनों न्यायालयों के निर्णय हमें उलझन में डालते हैं कि ऐसी स्थिति में क्या किया जाए. अब माननीय उच्चतम न्यायालय का निर्णय इस परिस्थिति में काफी दिलचस्प रहेगा. यदि कोविड-19 को 'फोर्स मेजर' नहीं माना जाता है तो बहुत सारी बैंक गारंटियाँ आह्वान होंगी. बैंक गारंटी के मामले में बैंकर को अपने विवेक का इस्तेमाल करते हुए पक्षों के विवाद से परे अपने दायित्व निभाने चाहिए व इस कोविड-19 व 'फोर्स मेजर' की परिस्थिति में नहीं उलझते हुए बैंक गारंटी के नियम व शर्तों पर अडिग रहना चाहिए.

**निष्कर्ष:** देश में सभी व्यावसायिक गतिविधियां लॉकडाउन की वजह से प्रभावित हुई हैं व करारों (contracts) के नियम व शर्तों का पालन करना, परिस्थिति की गंभीरता को देखते हुए उच्चतम न्यायालय को इस मुद्दे पर निर्णय देना चाहिए तथा आरबीआई को भी 'फोर्स मेजर' पर एक परिपत्र जारी करना चाहिए जिससे भविष्य में पक्षों के आपसी विवाद से बैंक बच सकें और बैंकर बैंक गारंटी के मामलों में बैंक का हित सुरक्षित कर सकें.

नेहपाल सिंह  
क्षे.का., नासिक





# कोरोना वैश्विक महामारी

**आ**ज के परिदृश्य में हमारा देश एवं सम्पूर्ण विश्व कोरोना नामक एक विषाणु के कारण बहुत बड़ा संकट झेल रहा है. यह माना जा रहा है कि इस विषाणु का सर्वप्रथम असर चीन के वुहान शहर पर दिखाई दिया एवं उसके बाद धीरे-धीरे विश्व के बाकी देशों में भी कोरोना विषाणु फैलने लगा. इस विषाणु की चीन में शुरुआत कैसे हुई यह निश्चित तौर पर बताना तो मुश्किल है किन्तु यह कहा जाता है कि वहाँ के मांसाहारी खान-पान पद्धति के कारण यह शुरू हुआ तथा उसे अन्य देशों तक पहुंचने का तरीका इंसान स्वयं बना. वुहान शहर से चलकर जो व्यक्ति अलग-अलग देशों में पहुंचे उनके द्वारा यह विषाणु इन देशों में पहुंच गया तथा अब कुछ देशों में तो इस विषाणु ने अपना भयावह रूप दिखाना शुरू कर दिया है.

इस विषाणु का नाम कोरोना क्यों पड़ा, इस विषाणु की माइक्रोस्कोपिक जांच करने पर यह पाया गया कि इसकी रचना मुकुट की तरह है. अतः crown पर से इसे कोरोना नाम दिया गया तथा WHO द्वारा इसे Pandemic घोषित किया गया तथा इसका नाम Corona Virus Disease of 2019 (COVID-19) रखा गया तथा तब से इससे संबंधित हर कार्य का नाम COVID-19 से रखा जा रहा है.

नवंबर 2019 शुरू हुई इस महामारी का भारत में आगमन 30 जनवरी 2020 को हुआ जब केरल में चीन से आए एक छात्र में यह लक्षण पाए गए. साथ ही पुणे में इटली से आए 3 यात्रियों में यह लक्षण पाये गए. यहाँ से लगातार यह संख्या बढ़ती ही जा रही है और कई रोगियों को अपने प्राण त्यागने पड़े हैं.

वर्तमान में विश्व में अनगिनत लोग इस बीमारी के शिकार हो चुके हैं. अब प्रश्न यह है कि यह विषाणु एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति तक पहुंचता कैसे है? इससे बचने के उपाय क्या हैं तथा इसका इलाज क्या है? इस बीमारी के लक्षण क्या हैं?

**सर्वप्रथम हम इस बीमारी के लक्षणों पर गौर करेंगे:** कोरोना विषाणु पीड़ित व्यक्ति के फेफड़ों (lungs) पर आक्रमण करता है तथा उसकी कार्य प्रणाली को बाधित करता है जिसके कारण पीड़ित व्यक्ति को सर्दी, सांस लेने में तकलीफ, गले में दर्द एवं बुखार आता है. किसी भी व्यक्ति को अगर इस प्रकार से परेशानी महसूस होती है तो उसे तुरंत ही सरकार द्वारा चलाये जा रहे फीवर क्लीनिक में उपचार हेतु चले जाना चाहिए तथा तुरंत ही अन्य व्यक्तियों जैसे घर के सदस्य, मित्र, सहकर्मी आदि से दूरी बना लेनी चाहिए. ऐसे व्यक्तियों को 14 दिनों के लिए अन्य लोगों से अलग कर दिया जाता है जिससे यह बीमारी अन्य लोगों तक न पहुंचे.

**कोरोना एक व्यक्ति से दूसरे तक कैसे पहुंचता है :**

- 1) कोरोना संक्रमित व्यक्ति के संपर्क में आने पर यह एक व्यक्ति से दूसरे में पहुंचता है. जैसे हाथ मिलाने पर, उसके शरीर पर जैसे कंधे, हाथ, पीठ पर हाथ रखने से.
- 2) कोरोना संक्रमित व्यक्ति के खाँसने, छींकने पर जो छींटे दूसरे पर पड़ते हैं, उससे भी यह विषाणु फैलता है.
- 3) कोरोना संक्रमित व्यक्ति द्वारा छुई गई सतह जैसे टेबल, कुर्सी, रेलिंग आदि को दूसरे व्यक्ति द्वारा छुए जाने पर.

परीक्षणों द्वारा यह ज्ञात हुआ है कि किसी भी कोरोना संक्रमित व्यक्ति द्वारा छूने के उपरांत उस सतह पर 8 से 14 घंटों तक यह विषाणु क्रियाशील रहता है एवं दूसरे व्यक्ति के हाथों द्वारा यह उसके मुँह तथा नाक के रास्ते उसके फेफड़ों तक जाकर उसे बीमार बनाता है.

**इससे बचने के उपाय :** इसका सर्वप्रथम उपाय यह है कि संक्रमित व्यक्ति से कम से कम 1 मीटर दूरी बनाए रखें तथा संक्रमित व्यक्ति द्वारा छुई गई सतह पर न छुएं. परंतु हमारे आसपास के लोगों में कौन संक्रमित है कौन नहीं, पता करना बहुत मुश्किल है तथा बहुत से संक्रमित व्यक्ति भी स्वयं को असंक्रमित बताते हैं. अतः ऐसे में सभी से दूरी बनाकर रखना. सबसे सुरक्षित उपाय है



अर्थात् इसे ही सोशल डिस्टेंसिंग नाम दिया गया है. इसके अलावा बचाव हेतु सभी को हर थोड़ी देर में हाथ धोने की सलाह दी गयी है जिससे हाथ में लगे विषाणु निकल जाते हैं. हाथ को साबुन, डेटॉल या सैनिटाइजर आदि किसी से भी धो सकते हैं. मुंह पर मास्क लगाने से विषाणु फेफड़ों तक नहीं पहुंच पाते अर्थात् इससे व्यक्ति बीमारी से दूर रह सकता है. अतः सभी को लगातार मास्क लगाना चाहिए. किसी भी प्रकार के भीड़ वाले कार्यक्रमों का आयोजन नहीं करना चाहिए और न ही ऐसे कार्यक्रमों में जाना चाहिए. इससे विषाणु संक्रमण रोकने में मदद मिलेगी.

भारत सरकार ने इस प्रकार से बीमारी के प्रसार को रोकने हेतु संपूर्ण देश में लॉकडाउन किया है, जिससे लोग एक दूसरे के मुख्यतः अनजान लोगों के संपर्क में कम से कम आएंगे. यह लॉकडाउन सरकार द्वारा उठाया गया एक बहुत बड़ा कदम है क्योंकि सरकार को मालूम है कि इससे देश को बहुत बड़ा आर्थिक नुकसान हो सकता है. परंतु सरकार ने धन और जन में से जन को चुना. अगर जनता सुरक्षित रही तो आर्थिक स्थिति पुनः सुधारी जा सकती है. 'जान है तो जहान है', इसमें भारत सरकार को राज्य सरकारों की तरफ से पूरा-पूरा सहयोग मिला. सभी राज्यों ने अपने सरकारी अस्पताल, पुलिस फोर्स आदि को कोरोना बाधितों की सेवा एवं सुरक्षा में लगा दिया है तथा वे मुस्तैदी से अपनी ड्यूटी निभा रहे हैं. जिससे कोरोना संक्रमण कम से कम हो. जिन सेवाओं को आवश्यक सेवाएँ घोषित किया गया है, जैसे-सब्जी, दूध विक्रेता, बैंक आदि इन जगहों पर भी सामाजिक दूरियों तथा मास्क पहनने की अनिवार्यता लागू कर दी गयी है जिससे विषाणु संक्रमण न हो.

हमारा बैंक जो कि भारत के सबसे बड़े बैंकों में से एक है, ने भी अपनी ओर से हमारे सम्मानित ग्राहकों की सेहत का ध्यान रखते हुए शाखाओं में सोशल डिस्टेंसिंग रखकर

मास्क तथा हाथों में ग्लव्स पहनने पर जोर दिया है. हमारे क्षेत्र की कुछ शाखाओं ने तो इस क्षेत्र में बहुत ही अच्छा कार्य किया है. जिसकी न केवल हमारे ग्राहकों ने बल्कि वरिष्ठ कार्यालयों ने भी सराहना की है. शाखाओं ने शाखा के अंदर व बाहर सोशल डिस्टेंसिंग का पालन किया है. सभी को मास्क लगाने की सलाह दी है. शाखा के अंदर सभी काउंटर, टेबल, दरवाजे, एटीएम आदि सभी को समय-समय पर सैनिटाइज किया जिससे हमारे प्रिय ग्राहकों को इस बीमारी से सुरक्षा मिल सके.

इस संकट की घड़ी में देश का बहुत ही बड़ा आर्थिक नुकसान हुआ है. लॉकडाउन में सभी बड़ी कंपनियाँ, कारखाने तथा सरकारी कार्यालय बंद हैं. छोटे तबके के लोगों को जो रोज़ कमाते एवं रोज़ खाते हैं उन्हें बहुत ही ज्यादा परेशानी का सामना करना पड़ रहा है. जो ट्रक चालक या यात्री अपने घर से बाहर थे वह बाहर ही रह गए हैं. अपने घर नहीं लौट पा रहे हैं. ऐसे में कुछ सेवाभावी संस्थाएं आगे आकर उनकी मदद कर रही हैं तथा खाना दे रही हैं. हमें भी अपने आसपास के ऐसे लोगों की अवश्य मदद करनी चाहिए.

इस आर्थिक संकट के समय हमारे बैंक ने भी अपने ग्राहकों के आर्थिक मदद हेतु कुछ योजनाएँ घोषित की हैं. हमारा कर्तव्य है कि इन योजनाओं का लाभ उन ग्राहकों को तथा उन पर आश्रित लोगों तक अवश्य पहुंचाएँ जिससे उनका जो नुकसान लॉकडाउन के समय हुआ है, वह कुछ हद तक पूरा किया जा सके तथा बैंक द्वारा दिये गए इस सराहनीय प्रयास का लाभ ज्यादा से ज्यादा लाभार्थी ले सकें.

भारत सरकार एवं राज्य सरकार के द्वारा उठाए गए कदमों की संपूर्ण विश्व द्वारा प्रशंसा की गयी है. अगर यह कदम न उठाए गए होते तो भारत में स्थिति बहुत ही भयावह होती क्योंकि भारत में इससे निपटने के संसाधन बहुत ही सीमित हैं. जहां विश्व के उन्नत

देश इससे निपटने में असमर्थ हैं, जिनके पास उन्नत मेडिकल साधन एवं उपकरण हैं, उस तुलना में भारत के पास सुविधाएं नगण्य हैं परंतु भारत सरकार द्वारा समय पर लिए गए निर्णय व अपने नागरिकों पर दर्शाए विश्वास के चलते भारत में कोरोना को सीमित किया जा सका है.

इस लेख के अंत में हमारी अपने देशवासियों से यही अपील है कि वे हमारी केंद्र व राज्य सरकारों द्वारा लिये गए निर्णयों का सम्मान करें. घर में सुरक्षित रहें. जब तक बहुत ही आवश्यक कार्य न हो बाहर न निकलें. बाहर निकलना हो तो आवश्यक सावधानियाँ बरत कर ही बाहर निकलें. ताकि आप व आपके आस पास के सभी लोग सुरक्षित रहें. अर्थात् यह अब आपकी सामाजिक जवाबदारी है कि आप स्वयं भी सुरक्षित रहें और अन्यो को सुरक्षित रखें.

कोरोना विषाणु का इलाज अभी तक नहीं मिल पाया है, विश्व में सभी देशों के डॉक्टर, वैज्ञानिक व प्रयोगशालाएँ इस हेतु कार्य कर रही हैं, परंतु जब तक इसका इलाज नहीं मिल जाता तब तक हमें सरकार द्वारा दिखाए गए रास्ते पर ही चलना है.

कोरोना के संकट की घड़ी में हमें उन लोगों का धन्यवाद करना चाहिए तथा उत्साह वर्धन करना चाहिए जो इस समय भी अपनी ड्यूटी बड़ी मुस्तैदी से कर रहे हैं, जिनमें डॉक्टर, नर्सस, वार्डबॉय, पुलिस, प्रशासनिक अधिकारी, बैंकर, किराना व्यवसायी, सब्जी व्यापारी एवं दूध व्यापारी जो जानकारी होने के बाद भी सैकड़ों लोगों को मिलने का खतरा उठाते हुये लगातार सेवा में लगे हैं. कई दिनों से परिवार से दूर हैं, ऐसे इन्सानियत के सिपाहियों को प्रणाम एवं वंदन है.

हमारा घर ही हमारे लिए सबसे सुरक्षित जगह है. घर में रहें, सुरक्षित रहें.

मिलिंद जोशी  
क्षे.का., नासिक



# सामाजिकता के बदलते मायने



वर्तमान में सम्पूर्ण विश्व कोरोना महामारी से जूझ रहा है. इस महामारी ने सारी व्यवस्थाओं को अव्यवस्थित करके रख दिया है. आज तक इसकी कोई भी कारगर दवा नहीं बन पायी है, फिर भी अपने वर्षों से चले आ रहे दैनिक क्रियाकलापों और सामाजिक व्यवहार में परिवर्तन लाते हुए मानव जाति ने ये प्रमाणित कर दिया कि वह हर परिस्थिति से संघर्ष करने में सक्षम है. इतिहास गवाह है कि इस समाज ने अपने आप को हर परिस्थिति में समायोजित कर अपने अस्तित्व को और मजबूत किया है.

जिस तरह से आज पूरा विश्व इस महामारी से लड़ने को एकजुट होकर खड़ा है. यह कहीं ना कहीं वसुधैव कुटुंबकम की अवधारणा को साकार कर रहा है. आज इसके खिलाफ कारगर दवा के अनुसंधान के लिए पूरा विश्व एकजुट होकर काम कर रहा है तथा इसके प्रसार को कम करने के लिए अपने दैनिक कार्यकलापों तथा वर्षों से चले आ रहे तौर तरीकों को भी बदल रहे हैं.

इसी परिप्रेक्ष्य में सबसे सकारात्मक और महत्वपूर्ण बदलाव हमारे देश में स्वच्छता के प्रति हुआ है. जैसा कि हम जानते हैं विश्व के अन्य देशों की अपेक्षा हमारे देश में लोगों का दृष्टिकोण व्यक्तिगत जीवन में सफाई और स्वच्छता के प्रति सदा से उदासीन रहा है. गाहे बगाहे कुछ लोग सार्वजनिक स्थानों पर गंदगी फैलाते रहते थे, परंतु आज इस महामारी ने उन सारी बातों को, लोगों को अपने दैनिक जीवन में शामिल करने के लिए मजबूर कर दिया है, जो कल तक किताबों और ग्रंथों का हिस्सा थी और जिसे सरकार चाहकर भी लोगों को नहीं सिखा पा रही थी.

इस महामारी ने मिलने जुलने के वर्षों से चले आ रहे तौर तरीकों को बदल कर रख दिया

है. ऐसा नहीं है कि लोगों ने मिलना जुलना बंद कर दिया है. लोगों ने मिलने का तौर तरीका बदल लिया है, जैसे कि पहले लोग पास के लोगों से हाथ मिलाकर और गले मिलकर मिलना पसंद करते थे परंतु अब लोगों ने फिर से अपनी सदियों से चली आ रही पुरानी परंपरा हाथ जोड़कर अभिवादन करने को अपना लिया है.

आज इस महामारी ने हमें अनुशासित जीवन शैली और आयुर्वेद को अपने खान-पान का हिस्सा बनाकर अपने आप को निरोगी रखने का पाठ पढ़ाया. आज दादी के नुस्खे हम अपनाने लगे हैं. कहीं न कहीं ये आदत हमें भविष्य में कई तरह की बीमारियों से भी दूर रखेगी.

इस वैश्विक महामारी ने हमारे वर्षों से चले आ रहे रीति रिवाजों को भी एक हद तक सकारात्मक रूप से बदला है. जैसे कल तक हमारे समाज में बड़े स्तर पर लोग अपनी सामर्थ्य से कहीं आगे जाकर शादी और अन्य समारोह को आयोजित करना अपनी शान समझते थे. परंतु कहीं न कहीं इसका एक नकारात्मक प्रभाव समाज के उस वर्ग पर पड़ता था जो अपने आर्थिक स्थिति के कारण ऐसा चाहकर भी नहीं कर पाते थे. आज इस महामारी ने सबको उस डगर पर ला खड़ा किया है जहां लोग सम्पन्न होने के बाबजूद एकदम साधारण और छोटे स्तर पर आयोजन करना पसंद कर रहे हैं. लोग चाहकर भी किसी के अंतिम संस्कार में शामिल नहीं हो पा रहे हैं. ये बदलाव दर्शन के उस बात को चरितार्थ करता है कि आदमी इस दुनिया में अकेले आता है और अकेले जाता है.

जीवन शैली के अलावा कार्य क्षेत्र के संरचना में भी कई सारे बदलाव करने पर मजबूर

कर दिया है. जहां पहले सारी बैठकें एक बंद कमरे में या एक जगह एकत्रित होकर की जाती थीं, आज वो ऑनलाइन होती हैं. इस बदलाव के कारण बैठकों को न सिर्फ सुगमता से आयोजित किया जा रहा है, वरन् आयोजन में होने वाले अनावश्यक खर्चों में भी कमी आयी है. बहुत सारी कंपनियाँ शारीरिक दूरी के नियम का पालन करने हेतु अपने कर्मचारियों को 'वर्क फ्रॉम होम' की अनुमति दे रहे हैं, जिससे कि कहीं न कहीं उनके परिचालन खर्चों में भी कमी हो रही है, साथ ही कार्य की क्षमता और गुणवत्ता भी बढ़ रही है. डिजिटल माध्यम को बढ़ावा देने के लिए सरकार ने कितने ही जागरूकता अभियान चलाये पर अपेक्षित परिणाम नहीं मिले थे. आज इस महामारी ने लोगों को डिजिटल माध्यम के महत्व को समझा दिया है. आज लोग ज्यादा से ज्यादा आर्थिक गतिविधि डिजिटल रूप से करना पसंद कर रहे हैं.

इन सकारात्मक बदलाव के अलावा लोग 'हम' की जगह 'मैं' की सोच को प्राथमिकता दे रहे हैं. इस महामारी से पीड़ित व्यक्ति जो कि स्वस्थ हो चुके हैं; उनके साथ कुछ लोगों ने असामाजिक व्यवहार भी किया जैसे कि उन्हें उनके ही घर में नहीं जाने देना, सार्वजनिक रूप से अलग तरह का व्यवहार करना आदि. आज वक्त की जरूरत है कि हम इस तरह के व्यवहार को बदल लें और सिर्फ सकारात्मक बदलावों को जारी रखें. अगर हम ऐसा करते हैं तो इस महामारी से उबरने के बाद हमें एक नया भारत, नयी दुनिया देखने को मिलेगी.



बैजू कुमार मण्डल  
क्षे.का., सिलीगुड़ी



उच्च कार्यपालक वेतनमान VIII में पदोन्नति पर हार्दिक बधाई !!



सुश्री मोनिका कालिया  
मुख्य महाप्रबंधक



श्री एस. नारायणन  
मुख्य महाप्रबंधक



श्री एस. के. मोहपात्रा  
मुख्य महाप्रबंधक



श्री ब्रजेश्वर शर्मा  
मुख्य महाप्रबंधक



श्री इशराक अली खान  
मुख्य महाप्रबंधक



श्री एम. नागाराजू  
मुख्य महाप्रबंधक



श्री नितेश रंजन  
मुख्य महाप्रबंधक



श्री एसवीएस सुंदराप्रसाद  
मुख्य महाप्रबंधक



श्री अशोक चंद्र  
मुख्य महाप्रबंधक



श्री के. भास्कर राव  
मुख्य महाप्रबंधक



श्री एम. वी. बालसुब्रमण्यम  
मुख्य महाप्रबंधक



श्री आशीष पाण्डेय  
मुख्य महाप्रबंधक



श्री ए. के. विनोद  
मुख्य महाप्रबंधक



श्री कल्याण कुमार  
मुख्य महाप्रबंधक



**उच्च कार्यपालक वेतनमान VII में पदोन्नति पर हार्दिक बधाई !!**



श्री अरुण कुमार  
महाप्रबंधक



श्री सुदर्शन भट  
महाप्रबंधक



श्री राजीव मिश्रा  
महाप्रबंधक



श्री पी. के. सामल  
महाप्रबंधक



श्री प्रमोद कुमार गुप्ता  
महाप्रबंधक



श्री पवन कुमार दास  
महाप्रबंधक



श्री ए. आर. राघवेंद्र  
महाप्रबंधक



श्री पी. रामकृष्ण चौधरी  
महाप्रबंधक



सुश्री एस अन्नपूर्णा  
महाप्रबंधक



श्री हरि हरा पद्मनाभम एम.  
महाप्रबंधक



सुश्री बीना वाहिद  
महाप्रबंधक



श्री बी श्रीनिवास सेट्टी  
महाप्रबंधक



श्री आर. रथीस  
महाप्रबंधक





उच्च कार्यपालक वेतनमान VI में पदोन्नति पर हार्दिक बधाई !!



श्री महेंद्र रेड्डी के.  
उप महाप्रबंधक



श्री वांगला श्रीनिवास  
उप महाप्रबंधक



श्री कुंदनलाल  
उप महाप्रबंधक



सुश्री रेणु के. नायर  
उप महाप्रबंधक



श्री शंकर रवि  
उप महाप्रबंधक



श्री श्रीनिवास एस.  
उप महाप्रबंधक



श्री बेहरा सत्यबान  
उप महाप्रबंधक



श्री मंजुनाथ स्वामी सी जे  
उप महाप्रबंधक



श्री के. प्रमोद कुमार रेड्डी  
उप महाप्रबंधक



श्री सुनील कुमार जडली  
उप महाप्रबंधक



श्री सी. प्रभु  
उप महाप्रबंधक



श्री शलज कुमार सिन्हा  
उप महाप्रबंधक



श्री संजीव वर्मा  
उप महाप्रबंधक



श्री पत्री श्रीनिवास कुमार  
उप महाप्रबंधक



श्री इलंगो वी.  
उप महाप्रबंधक



श्री के श्रीनिवासुलु रेड्डी  
उप महाप्रबंधक



श्री सिंहाचलम पी.  
उप महाप्रबंधक



श्री जार्ज टी. जूड  
उप महाप्रबंधक





श्री आर. देवराज  
उप महाप्रबंधक



श्री धर्मेन्द्र कुमार कंवारिया  
उप महाप्रबंधक



श्री सत्यजीत मोहंती  
उप महाप्रबंधक



श्री पंकज कुमार  
उप महाप्रबंधक



श्री पीवीजी नरसिंहा मूर्ति  
उप महाप्रबंधक



श्री के. आर. नटशेखर  
उप महाप्रबंधक



श्री नवनीत कुमार गुप्ता  
उप महाप्रबंधक



श्री संजय कुमार रथ  
उप महाप्रबंधक



श्री संजीव सिंगला  
उप महाप्रबंधक



श्री संजीव कुमार  
उप महाप्रबंधक



श्री सतीश कुमार पटनायक  
उप महाप्रबंधक



श्री पी. डी. वेंकटेश्वर शर्मा  
उप महाप्रबंधक



श्री संजय कुमार  
उप महाप्रबंधक



श्री आई.वी.वी.सुब्रमण्यकुमार  
उप महाप्रबंधक



श्री एन. श्रीनिवासा राव  
उप महाप्रबंधक



सुश्री कविता श्रीवास्तव  
उप महाप्रबंधक



श्री आर. राघवेंद्रम  
उप महाप्रबंधक







## कोरोना काल में लॉक डाउन का प्रभाव

इतना आसान नहीं है.

जो लोग काम की जगह से भाग कर अपने घरों को आ गए थे, वो अब वापसी के रास्ते तलाश कर रहे हैं. पहले एक पलायन से संक्रमण बढ़े, फिर विपरीत पलायन से दुगुना हुए. जहां लोग हैं, वहां काम नहीं है और जहां काम है, वहां लोग नहीं हैं.

अर्थव्यवस्था किस हद तक पिछड़ गयी है और हम कब इस भयानक दौर से उबर पाएंगे, यह तो बड़े अर्थशास्त्री और नेता ही बता सकते हैं.

जब संक्रमण के आंकड़े हजारों में थे तब लॉकडाउन का पूरी तरह से पालन किया गया. अब जब इसके दुष्परिणाम पूरे देश को जकड़ चुके हैं तो न चाहते हुए भी इसमें छूट देना आवश्यक हो गया है जबकी अब संक्रमण 80 लाख से भी ज्यादा का आंकड़ा पार कर चुका है.

अब हमें संयम और दूरदर्शिता से काम लेकर, समय बदलने का इंतज़ार करना ही होगा.

यह समय पूरे विश्व के लिए एक बहुत बड़ी सीख लेकर आया है कि प्रकृति पर अत्याचार रोको. हम उस परमसत्ता से ऊपर नहीं हैं और इस धरती पर आधिपत्य नहीं जमा सकते. इसके अलावा एक और बात 'जान है तो जहान है.'

अच्छी भली ज़िन्दगी चल रही थी, अचानक सुनायी पड़ा, चीन से एक वायरस चला है जो बहुत ही संक्रामक है और आनन फानन में संक्रमित की जान जा सकती है.

शुरुआत में इसे किसी ने गंभीरता से लिया नहीं. कई तरह की अटकलें लगाई जाती रहीं-गर्म देशों में नहीं पनपेगा, आसान सी दवाओं और कुछ एहतियातों से ठीक हो जाएगा. परंतु ऐसा हुआ नहीं. धीरे-धीरे इस बीमारी ने अपने पांव पसारने शुरू कर दिए और देखते ही देखते इस बीमारी ने पूरी दुनिया को अपनी चपेट में ले लिया और तब हमने एकांतवास (quarantine) और कोरोना के साथ एक और नया शब्द सुना-लॉकडाउन. शुरू में एक दिन फिर, एक हफ्ते और फिर इसी तरह अवधि बढ़ती रही और कोरोना, महामारी के रूप में पूरे विश्व पर अपनी पकड़ बनाता गया और अपने प्रहार से मनुष्य के जीवन को और दुष्कर बनाता गया.

यह तो एक अलग चर्चा का विषय है कि इस लॉकडाउन से कोरोना को हराने में कितनी सफलता प्राप्त हुई, हम यहां चर्चा करते हैं जन-जीवन पर इसके प्रभाव की!

शुरुआत में तो लोगों को ऐसी कोई विशेष समस्या महसूस नहीं हुई. घर में रहकर परिवार के साथ समय बिताने का मौका मिलने पर अच्छा ही लगा. तब समझ में भी नहीं आया कि ये लॉकडाउन जीवन पर केवल रोक ही नहीं लगा रहा है, बल्कि पूरी दुनिया को कई साल पीछे ले जा

रहा है.

शुरुआती दिनों में कामकाज से छुट्टी पाकर घर पर रहना, तरह-तरह के पकवान बनाकर खाना, टीवी देखना, सोना और एक दूसरे के साथ समय बिताना सब कुछ अच्छा लगता रहा.

बहुत लोगों को इसी बहाने थोड़ी राहत मिली, दौड़ भाग भरी ज़िन्दगी से! परंतु ऐसा ज़्यादा दिनों तक नहीं चल सका. लोगों के कामकाज पर असर पड़ने लगा. यह भी समझ में आ गया कि न ये बीमारी जल्दी जाने वाली है और ना ही यह लॉकडाउन जल्दी खत्म होने वाला है.

इसके बाद चूंकि कामकाज बंद थे तो लोगों ने अपने गांवों, घरों की ओर प्रस्थान करने की सोची. बिना आमदनी के कोई परदेस में कैसे रह सकता था.

बिना पर्याप्त साधनों के लोगों ने पलायन किया और बहुत कष्ट उठाये. कुछ तो निढाल शरीर, छलनी पाँव, टूटा मनोबल लेकर अपने घर पहुँचे और उन रास्तों में ही दर्दनाक अन्त को प्राप्त हुए.

जाने कितनों की नौकरियां चली गईं, कितने काम धंधे ठप पड़ गए, लोगों की आमदनी रुकी और भविष्य अत्यंत अंधकारमय दिखने लगा. घर में बैठे लोग निराशा में घिरकर अवसादग्रस्त होने लगे. आत्महत्याओं का ग्राफ प्रतिदिन ऊपर चढ़ने लगा.

अब, लॉकडाउन में ढील दे दी गयी है और जीवन को पटरी पर लाने के आसार दिखने लग गए हैं, परंतु हम सब जानते हैं कि यह

निधि मालवीय  
क्षे.का., मुंबई (ठाणे)



## कोविड महामारी का आम जन पर प्रभाव

पूरा विश्व और जनमानस अपनी-अपनी सम-सामयिक चिंताओं और व्यवस्थाओं के साथ जी रहा था, अचानक चीन में COVID-19 नाम के एक वायरस से जन-जीवन और अर्थव्यवस्था को अस्त-व्यस्त कर देने की खबर आना शुरू हुई और देखते ही देखते उस वायरस की चपेट में विश्व के बड़े-बड़े देश आने लगे और फिर कोविड-19 ने भारत में भी दस्तक दी और इस लाइलाज वायरस की चपेट में आने से होने वाली मृत्यु ने पूरे विश्व में खतरनाक दहशत का माहौल बना दिया। यह वायरस वैश्विक महामारी में तब्दील हो गया।

इस अज्ञात मानव शत्रु से रक्षा के लिए पूरे विश्व में सभी संभव उपाय अपनाए जाने लगे, मोबाइल मीडिया से लेकर प्रिंट और इलेक्ट्रॉनिक मीडिया पूरी तरह सक्रिय हो गए और भारत में भी प्रारंभिक प्रयासों के बाद

दिनांक 25 मार्च से पूरी तरह से लॉकडाऊन लागू किया गया। सभी ट्रेनों और वाहनों के पहिए थम गए। जो जहाँ था लॉक हो गया, कल कारखाने, होटल, सिनेमा, आना जाना सब कुछ बंद हुआ और सभी इस भीषण आपदा से बचने के लिए हर तकलीफ को सहने को तैयार हुए। समय के साथ उपायों के बाबजूद इस महामारी ने लगातार अपना रूप विकराल करते हुए सभी के सामने असमंजस की स्थिति पैदा कर दी, सब कुछ बंद होने के कारण धीरे-धीरे मजदूरों की मजदूरी बंद हुई, रोजगार, कारोबार में आय बंद हुई और

गरीब, मजदूर, दैनिक या अस्थायी आय वालों के लिए पेट भरने

की नई समस्या शुरू हुई, गांव से लेकर देश स्तर तक शासन, संस्थाएं, व्यक्ति सक्रिय हुए और सभी जरूरत मंद को भोजन की व्यवस्था के प्रयास हुए, किन्तु कोई भी व्यवस्था नाकाफी साबित होने लगी और एक तरफ मौत होने का डर, दूसरी तरफ रोजगार छिन जाने के कारण पेट भरने की चिंता, सब्र का बांध टूटने लगा और भारत को चलाने वाला कर्मी/मजदूर खुद पैदल चल पड़ा भारत की



ही सड़कों में, नंगे पाव, डेरा सिर पर रखे, साइकिल और कंधे में समान लादे, जैसे तैसे बस एक ही विचार था मन में, कोरोना से मरने के पहले भूख मार डालेगी, कैसे भी अपने गांव घर चलो और महीनों ऐसा लगा कि पूरा देश पैदल चल रहा है।

सरकार भी यथा संभव जहान और जान में प्राथमिकता तय करते हुए रोज नई व्यवस्था के साथ लगी रही, मोदी जी रात को 8 बजे क्या कुछ नया लेकर आने वाले हैं लोग बेसब्री से इंतजार करते, प्रधान सेवक ने आपदा में हौसला बनाए रखने के लिए ताली और थाली भी बजवाई और दिए भी जलवाए, पूरा देश एक जुट होकर कोरोना की जंग में अपने-अपने तरीके से सक्रिय रहा।

सरकार द्वारा जहान से पहले जान में लॉक डाउन करवाया गया, फिर जान के साथ जहान के नारे के साथ अनलॉक की प्रक्रिया शुरू की और धीरे-धीरे कोरोना के साथ सुरक्षा से जीने की आदत और फिर आत्म निर्भर भारत की नीति के साथ समय व परिस्थितियों के अनुकूल हर संभव प्रयास अभी भी किए जा रहे हैं।

ये आपदा किसी क्षेत्र विशेष में आने वाला भूकंप, बाढ़, सूखा, भूस्खलन जैसी आपदा नहीं, जहाँ अचानक जन-धन की होने वाली क्षति के बाद रेस्क्यू और नई व्यवस्थाएं लागू हो जाती हैं बल्कि ये आपदा इतनी विकराल, अप्रत्याशित, अनिश्चित और ला-इलाज है, हर प्रयास इसके आगे बौना होता दिखता है, सिर्फ और सिर्फ वैक्सीन कब आएगी इसी

उम्मीद में सारा विश्व इस आपदा से होने वाले प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष नुकसान से बचने में जुटा है।

पहले यदि एक दो ट्रेन ज्यादा लेट या कैंसल हो जाती थी तो खबर बन जाती थी, एक दिन किसी सेक्टर में तालाबंदी हो जाती थी तो नुकसान का आकलन शुरू हो जाता था, लेकिन ये कोरोना, जिसने कई महीनों से ट्रेन के पहिए जाम कर दिए, वाहनों के टायर हिलना बंद हो गए, हवाई जहाज की उड़ान को आसमान तरसने लगे, छोटे-छोटे रोजगार से लेकर बड़े-बड़े कारखाने, होटल, रेस्टोरेंट, स्कूल, धार्मिक संस्थान, सब कुछ बंद हो गए, प्राइवेट सेक्टर में आय न होने से मजदूरी और सबकी आय प्रभावित हो गई।



इस तरह मोटे तौर पर यह कहना सम-सामयिक है कि इस आपदा ने बड़े पैमाने पर जन हानि, करोड़ों के रोजगार और आय प्रभावित होने के साथ साथ सरकार की आर्थिक व्यवस्था को भी पूरी तरह प्रभावित किया है।

किन्तु आशावादी व्यक्ति हर आपदा में एक अवसर देखता है, निराशावादी व्यक्ति हर अवसर में एक आपदा देखता है।

इसीलिए जब कोई भी आपदा आती है तो उससे हिम्मत से निपटना और उससे अवसरों की तलाश करना वक्त की मांग होती है और भारत भी प्रधानमंत्री मोदी जी के आपदा में अवसर के संकल्प व सोच के साथ कोरोना से जंग लड़ते हुए लगातार नए-नए अवसर की ओर बढ़ रहा है।

इस आपदा से जहां एक ओर बहुत सी तकलीफें जुड़ी हैं तो दूसरी ओर अपनी जान जोखिम में डालकर भी सभी स्वास्थ्य कर्मी/ डॉक्टर्स, सफाई कर्मी, प्रशासन/पुलिस, बैंक कर्मी कोरोना योद्धा बनकर मानवता की सेवा में लगे हुए हैं, जो मानव सेवा की मिशाल हैं। इसके अलावा इस कार्यकाल में प्रदूषण का स्तर सुधरा है। नदियों, नालों में भी सब कुछ साफ-साफ दिखने लगा, दिल्ली के प्रदूषण की चर्चा हवा-हवाई हो गई, राजनीतिक जंग कोरोना से जंग में तब्दील दिखने लगी, हाथ मिलाने के डर से विश्व ने भारत के नमस्ते को अपनाया, फास्ट फूड से नाता तोड़ सादे ताजे खाने ने जगह बनाई, साफ सफाई नारा नहीं जरूरत बन गई, परिवार अपने और अपने स्वास्थ्य के प्रति जागरूक हुआ, अस्पताल जाने से बचने के लिए स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता और देशी नुस्खों ने फिर जगह बनाई।

इसके अलावा इस आपदा काल में कॉरपोरेट, शासन, प्रशासन, कार्यालयों में होने वाली

फिजिकल मुलाकातों, आम व्यावसायिक बैठकें, विजिट और ट्रेनिंग की जगह, समय, खर्च और जोखिम से बचाने वाली वर्चुअल मीटिंग्स, वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग ने ले ली. ऑन लाइन पढ़ाई होने लगी, ऑन लाइन शॉपिंग के ऑप्शन बढ़े।

सरकार द्वारा कई करोड़ गरीबों, जरूरत मंदों को खातों में भेजे गए पैसे, बिना बैंक में आए बैंक मित्रों ने घर-घर, मोहल्ले-मोहल्ले जाकर डिजिटल माध्यम अपनाते हुए, अंगूठा लगवाकर दिया।

**फार्मा सेक्टर ने तो कमाल ही कर दिया-** इस महामारी की शुरुआत के समय जब देश में पीपीई किट और एन-95 मास्क बनाने की क्षमता नहीं थी या नाम-मात्र की थी, वहीं आज प्रति-दिन देश दो लाख से अधिक पीपीई किट और एन-95 मास्क बना रहा है।

वेंटिलेटर का उत्पादन भी देश में शुरू हुआ. शुरुआती दौर में टेस्ट को लेकर अफरा तफरी का माहौल था, देश के उद्यमियों ने टेस्ट के लिए SWAB STICK को मिशन मोड में मात्र 10 दिनों में 10 गुना कम कीमत में बेहतर क्वालिटी में बनाया और आज टेस्ट क्षमता प्रतिदिन 10 लाख से भी अधिक की हो चुकी है।

हाइड्रोक्सीक्लोरोक्विन दवा पूरे विश्व व विकसित कहे जाने वाले देशों सहित 120 देशों को इस आपदा के समय भारत ने सप्लाई कर पूरे विश्व में अपनी क्षमता और मानवीयता का परिचय देते हुए दोस्ती को बढ़ाया।

नीति आयोग के सदस्य वी के सारस्वत का भी मानना है कि कोरोना वायरस संकट ने देश को आत्मनिर्भर बनने और दुनिया की अगुवाई करने का अवसर दिया है और इसके लिये हमें दुनिया के अन्य देशों की भी जरूरतों को ध्यान में रखकर उत्पादन का दायरा बढ़ाने की आवश्यकता है।

सरकार भी लोगों को फिर से काम और वेतन मिल सके, छोटे मझौले उद्योग फिर से पटरी पर आ सकें, इसके लिए लगातार अग्रसर है, एक ओर जरूरतमंदों को डायरेक्ट आर्थिक मदद देने के साथ, पी एम स्ट्रीट वेंडर, सी एम स्ट्रीट वेंडर, पुनर्वित्त, रोजगार सृजन, आदि योजनाएं व लगातार बढ़े-बढ़े आर्थिक पैकेज में एम एस एम ई सेक्टर एवं अन्य सेक्टर को शक्ति देने के लिए लगातार योजनाएं और राहत प्रदान कर रही हैं, जिसका असर है कि भारत इस स्थिति से धीरे धीरे बाहर आने और प्रभावित रोजगार को पुनः स्थापित करने के अलावा रियायतें व प्रोडक्शन इंसेंटिव देकर नए इन्वेस्टमेंट को आमंत्रित करने का भी माहौल बना रहा है।

आत्म विश्वास और दृढ़ इच्छा शक्ति से वह दिन दूर नहीं जब कोरोना की जंग को भी भारत जीतेगा और लोकल से वोकल और आत्म निर्भर, स्वावलंबी और स्वदेशी के साथ साथ लोकल को ग्लोबल बनाएगा।

अंत में.

दो हाथों पर विश्वास सदा  
किस्मत को गढ़ना आता है।  
जब प्रण ले भारत रण के खातिर  
तो रण में लड़ना आता है।।  
समय बातों का नहीं,  
अघोषित संग्राम का है।  
आपदा ने सबक दिया है,  
हमें आपदा को ही,  
अवसर में बदलना आता है।।

नरेंद्र कुमार अग्रवाल  
क्षे.का., रीवा



# Effects of CORONA on world economy

Corona or COVID-19 is a global pandemic, which was first reported by China to the World Health Organisation (WHO) on 31st December 2019. In COVID -19 COVID stands for Corona (CO) Virus (VI) Disease (D). Since the first detection of the virus in Wuhan, a Chinese Province, it has been traced in over 190+ nations including all the U.S. territories. Around the beginning of March, 2020 the focal point of the infection moved from China to Europe, Italy in particular. but by April 2020 the epicentre shifted to the United States, where the number of patients increased. It has taken lives of lakhs of peoples globally and infected millions. It is a transmissible disease.

Two major types of policies to contain or slow the spread of corona virus have been applied. One is to identify and quarantine infected people, which has been the approach in Singapore, Taiwan, and South Korea. There are two prerequisites for such an approach to be successfully implemented: there must be government capability to use technology and information to track and monitor individuals, as well as the ability to carry out widespread corona virus testing of the population. That is not the case in most countries.

The other type of containment policy is to adopt social distancing, with various degrees of distance and government enforcement, i.e. minimizing person-to-person contact by banning travel, temporarily closing factories and schools, and official recommendations or orders for people to stay home. This horizontal approach includes some demarcation of 'essential activities' spared from those physical mobility restrictions. Social distancing can be used in combination with the selective focus wherever there is capacity to implement the latter. Several countries including India have implemented lockdown to break the chain of transmission.

These lockdowns meant confining millions of citizens to their homes, shutting down businesses and ceasing almost all economic activity, which adversely impacted the economy. A plethora of economic indicators are there to reflect economic conditions of a state including the budget GDP, unemployment rate, inflation rates, budget surplus or deficits.

Some countries have started lifting restrictions and are gradually restarting their economic activities. Therefore its time to analyse the impact of the pandemic.

**Gross Domestic Product (GDP) :** Data on the first-quarter 2020, GDP performance of major economies has shown how significant the impact of COVID-19 has been on economic activity and jobs, with large contractions across the board. The ongoing global recession is poised to be worse than the Great Recession after the 2008-09 global financial crisis, especially from the standpoint of emerging-market and developing economies. The depth and speed of the GDP decline will rival that of the Great Depression of



the 1930s. According to the International Monetary Fund (IMF), the global economy is expected to shrink by over 3 per cent in 2020 – the steepest slowdown since the Great Depression of the 1930s.

Corona pandemic has taken down Global Economic giants U.S., European Union, Japan and China. U.S. real GDP contracted at a seasonally adjusted annual rate (SAAR) of 4.8% in the first quarter of 2020, the worst outcome since the last quarter of 2008. The second quarter is likely to be even worse, with forecasts pointing to a real GDP decline of around 40% SAAR.

The Eurozone GDP shrank by 14.4% (Quarter to quarter SAAR) in the first quarter as lockdowns were imposed around mid-March and activity started to run at about a third below normal levels. The level of activity may have bottomed in May, assuming that restrictions will be gradually eased in the subsequent weeks. In any case, forecasts point to a 45% annualized rate of GDP drop in the first half of the year. In the same way Japan's real GDP is forecasted to decline by more than 40% SAAR in the second quarter 2020. As far as China is concerned the GDP is negative by 34.7%.

The depth and severity of the crisis was highlighted in the IMF's World Economic Outlook forecasts released in mid-April (IMF, 2020). The IMF expected global GDP per capita to shrink by 4.2% in 2020, compared to a decline of 1.6% in 2009, during the global financial crisis. The vast majority (90%) of all countries are poised to exhibit negative GDP growth in 2020.

The recovery in 2021 is not expected to be enough to compensate for the ongoing GDP declines. GDP per capita in advanced economies at the end of 2021 are likely to be still lower than in December 2019. Emerging market and developing economies, in turn, face a 'perfect storm' and, in most cases, performance will be even gloomier.





**Unemployment rate :** The International Labour Organization reports that “over one in six young people surveyed have stopped working since the onset of the COVID-19 crisis” and that working hours have declined by “10.7 per cent relative to the last quarter of 2019, which is equivalent to 305 million full-time jobs”, which will further aggravate in the second quarter.

“Global remittances sent by migrants back home to low- and middle-income countries are projected to be one of sharp decline – a fall by about one fifth this year. The estimated 20 per cent slump represents US\$ 109 billion in 2020.” (UNCDF)

**Inflation rates :** The finding underlines how early fears disruption to supply chains would lead to price hikes have since been overtaken by a consensus that the real problem is a deep slump in demand as the crisis hits millions of livelihoods.

Over 70% of more than 160 economists from Asia to Europe to America in the latest poll said the bigger threat once the pandemic was under control would be lower prices. That proportion was roughly evenly spread over regions as well.

“Once the pandemic subsides, disinflation would be a bigger worry as the pandemic is currently the main progenitor of supply friction,” said Robert Carnell, ING’s chief economist for Asia-Pacific.

**Budget Surplus or Deficit :** As one time measure of the global fiscal and monetary responses, the International Monetary Fund (IMF) estimated that government spending and revenue measures to sustain economic activity adopted through mid-June 2020 amounted to \$5.4 trillion and that loans, equity injections and guarantees totalled an additional \$5.4 trillion, or a total of \$11 trillion. The IMF also updated its estimate of the increase in borrowing by governments globally to rise from 3.9% of global gross domestic product (GDP) in 2019 to 13.9% in 2020. Other estimates indicate that central banks have committed \$17 trillion to support their economies to counter pandemic-related economic effects.

Among developed economies, the fiscal deficit to GDP ratio is projected to rise from 3.3% in 2019 to 16.6% in 2020; the ratio for the United States is projected to rise from 6.3% to 23.8%, respectively, the highest ratio for any country or

region. According to the IMF, France, Germany, Italy, Japan, and the United Kingdom have each announced public sector support measures that total more than 10% of their annual GDP. For developing economies, the fiscal deficit to GDP ratio is projected to rise from 4.9% to 10.6%, significantly increasing their debt burden and raising prospects of defaults or debt rescheduling. According to some estimates, the most fiscally vulnerable countries are Argentina, Venezuela, Lebanon, Jordan, Iran, Zambia, Zimbabwe, and South Africa. The IMF concluded that among developing countries high debt levels could become “unmanageable” and test the resilience of banks in some countries.

The IMF also argued there is a growing disconnect between the pricing of risk in financial markets and projected economic prospects, because investors apparently expect a quick recovery based on continued and unprecedented central bank intervention. However, a perceived or real shift in central bank intervention in financial markets could negatively affect investors’ concept of risk and, in turn, negatively affect asset markets and the economic recovery.

The above analysis are based on certain facts and survey co-related with some assumptions. However, the unprecedented nature of CORONA pandemic storms number of issues to be answered to properly quantify its impact on economy. Some of these issues are:-

- How long will the crisis last?
- How many workers will be affected both temporarily and permanently?
- How many countries will be infected and how much economic activity will be reduced?
- When will the economic effects peak?
- How much economic activity will be lost as a result of the viral outbreak?
- How the national and/or state governments initiate measures to rebuild confidence of their people?
- What are the most effective monetary and fiscal policies at the national and global level to address the crisis?
- What temporary and permanent effects will the crisis have and on how will businesses organize their work forces?
- Many of the public health measures taken by countries such as Italy, Taiwan, South Korea, Hong Kong, and China have sharply impacted their economies (with plant closures, travel restrictions, and so forth). How are the trade-offs between public health and the economic impact of policies to contain the spread of the virus being weighed?

Manish Kumar  
STC Bhubneshwar





## कोरोना काल में आयुर्वेद की ओर रुख

**आ**युर्वेद विश्व की सबसे प्राचीन चिकित्सा पद्धति है, ऐसा माना जाता है कि इसकी उत्पत्ति ब्रह्मा द्वारा की गई है। हमारे वेद शास्त्र ही आयुर्वेद के ज्ञान स्रोत हैं। आयुर्वेद का संपूर्ण वर्णन मुख्य रूप से चरक संहिता और सुश्रुत संहिता में किया गया है। आयुर्वेद दो शब्दों के मेल से बना है 'आयु' एवं 'वेद', आयु का मतलब जीवन तथा वेद का मतलब है ज्ञान, अर्थात् 'आयुर्वेद जीवन का ज्ञान' है इस चिकित्सा पद्धति का मुख्य उद्देश्य है, शरीर को रोग मुक्त रखना तथा आयु को बढ़ाना। यह बचाव तथा उपाय दोनों ही हैं। इस विज्ञान में यह माना गया है कि शरीर का स्वस्थ रहना शरीर में मौजूद वात, पित्त तथा कफ के संतुलन पर निर्भर करता है। आयुर्वेदिक चिकित्सा सर्वांगीण है तथा इसकी औषधियां मूल रूप से जड़ी-बूटी, फूल-फल, पौधे आदि से प्राप्त होने के कारण शरीर पर प्रतिकूल प्रभाव नहीं डालते। इसी गुण के कारण यह प्राचीनतम होते हुए आज भी उतना ही प्रासंगिक है। आज भी आयुर्वेद चिकित्सा के महत्व को नकारा नहीं जा सकता।

आज पूरा विश्व नॉवेल कोरोना वायरस अथवा कोविड-19 से त्रस्त है, बहुत ही कम समय

में इस रोग ने लगभग 25 मिलियन लोगों को संक्रमित किया है। जिनमें लगभग 0.75 मिलियन लोग अपनी जान गंवा चुके हैं। कहने को तो हमारी अंग्रेजी चिकित्सा पद्धति अपने अप्रत्याशित उत्थान पर गर्व करती है किंतु समय-समय पर कई विषाणुओं ने इसकी परीक्षा लेकर इसके घमंड को चूर करने का काम किया है। चाहे वह सार्स वायरस हो या आज का कोविड। इस कोविड-19 से, लाखों लोग मर रहे हैं, करोड़ों संक्रमित हो रहे हैं, परंतु आज हमारा विकसित चिकित्सा विज्ञान कुछ नहीं कर पा रहा है, इसके पास इस रोग का कोई इलाज नहीं है। चिकित्सा वैज्ञानिक अपनी इस बेबसी पर आंसू बहा रहे हैं। ऐसी विकट परिस्थिति में हमारा आयुर्वेद आगे बढ़कर कोविड-19 को मुंहतोड़ जवाब देकर एक बार पुनः अपनी प्रासंगिकता साबित कर रहा है।

आयुर्वेद के प्रयोग से हमारे देश में अन्य देशों की तुलना में कोरोना का प्रभाव काफी कमजोर है। चूंकि हम सब जानते हैं कि कोरोना वायरस की दवा नहीं बनी है, अतः बचाव ही आवश्यक है और इस बचाव के लिए अपनी प्राचीन भारतीय संस्कृति एवं जीवन शैली का पालन एक महत्वपूर्ण

भूमिका निभाता है। इसमें आज के सुझाए गए उपाय जैसे कि सामाजिक दूरी (सोशल डिस्टेंसिंग), किसी भी सामान को सैनिटाइज करके इस्तेमाल करना, बार-बार साबुन या हैंड वॉश से अपने हाथों को स्वच्छ रखना, बाहर पहने हुए कपड़ों को उतारकर तथा साफ करके घर के अंदर जाना आदि शामिल है।

आज विश्व में अधिकतर लोग कोरोना से बचाव के लिए तथा अपनी रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने के लिए कोई गिलोय तुलसी का काढ़ा पी रहा है, तो कुछ लोग अश्वगंधा का सेवन कर रहे हैं। आयुर्वेद चिकित्सा पद्धति की अधिकतर जड़ी बूटियां हमारे घर में मसाले के रूप में उपलब्ध रहती हैं, इसलिए इसका प्रयोग समाज के कमजोर तबके के लोग भी सहजता से करते हैं। आयुर्वेदिक चिकित्सक जिन्हें हम वैद्य भी कहते हैं, रोगों का इलाज लक्षणों तथा कफ, पित्त एवं वात के असंतुलन को नापकर करते हैं। अतः उपलब्ध जड़ी बूटियों से ही कोरोना की रोकथाम की जा सकती है। आयुर्वेद की इसी व्यापकता को देखते हुए भारत सरकार के आयुष मंत्रालय ने वैद्यों को कोविड-19 चिकित्सा से संबंधित दिशा-निर्देश भी जारी किए हैं।



केरल सरकार ने भी कोरोना से लड़ने के लिए आयुर्वेदिक चिकित्सा को मंजूरी दी है. संक्रमण के फैलाव के आधार पर रोगियों के 7 वर्ग बनाए गए तथा इसी आधार पर हर वर्ग के लिए अलग-अलग श्रेणी की चिकित्सा सुझाई गई है. केरल सरकार ने आयुररक्षा क्लीनिक की शुरुआत भी की है.

28 जुलाई, 2020 को फाइनेंसियल एक्सप्रेस में प्रकाशित एक खबर में यह दावा किया गया है कि दिल्ली इंस्टिट्यूट में आयुर्वेदिक प्रोटोकॉल का अनुसरण कर सभी कोविड-19 के मरीजों को ठीक किया गया तथा यह भी सुनिश्चित किया कि इस रोग से एक भी मौत ना हो. आयुष मंत्रालय ने भी अपने वक्तव्य में यह कहा है कि आयुर्वेद जो कि भारत की प्राचीनतम चिकित्सा पद्धति है, में इस रोग से लड़ने तथा उसका इलाज करने की पूर्ण क्षमता है. दिल्ली के एक कम्यूनिटी हेल्थ सेंटर में भर्ती सभी रोगियों का इलाज सिर्फ और सिर्फ आयुर्वेदिक दवाइयों, योगा, प्राणायाम तथा आहार नियंत्रण से किया जा रहा है तथा उसके अप्रत्याशित परिणाम भी देखने को मिल रहे हैं. 9 अप्रैल, 2020 को डेक्कन हेराल्ड के अनुसार गोवा भी कोरोना वायरस से लड़ने तथा प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने के लिए आयुर्वेद पर जोर दे रहा है.

इस आधुनिक एवं तकनीक भरे युग में इंसान का निःसहाय हो जाना हमारी आधुनिक सोच एवं उसकी प्रासंगिकता पर एक बहुत बड़ा सवालिया निशान है. जिन तकनीक के सहारे हम अपने आप को एक वैश्विक प्राणी घोषित करके फूले नहीं समा रहे हैं, उसी वैश्विकता के सहारे ये नए विषाणु हमें चुनौती दे रहे हैं. हमने अपनी पुरातन संस्कृति का साथ क्या छोड़ा, हमारी प्रतिरोधक क्षमता भी हमारा साथ छोड़ रही है. आज कोविड-19 की वजह से अर्थव्यवस्था पूरी तरह प्रभावित हुई है, कई उद्योग-धंधे बंद हो गए हैं, लोगों की कमाई का जरिया छिन गया है. आज कड़ियों के मासिक वेतन तथा भत्तों में भी कटौती कर दी गई है. इस हाल में हर किसी के लिए मोटी रकम खर्च कर कोविड-19 का इलाज कराना मुश्किल है. इन सब कठिनाइयों को देखते हुए आज भारत ही नहीं अपितु विश्व की अधिकतर जनसंख्या अपने बचाव तथा उपचार के लिए आयुर्वेद की ओर रुख कर रही है. योग, प्राणायाम एवं आहार नियंत्रण के साथ-साथ घर में उपलब्ध जड़ी-बूटियों से काढ़ा बनाकर अपनी रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ा रहे हैं और आवश्यकता पड़ने पर तो आयुर्वेद की दवाइयों से उपचार करवाकर ठीक भी हो रहे हैं.

कोरोना जैसे वायरस या रोग जो आने वाले समय में भी हमारी मानसिकता को चुनौती देंगे. देखना बस यह होगा कि हम इन चुनौतियों को किस प्रकार से लेते हैं. इससे पहले की आधुनिकता हमें पंगु बना दे, जरूरत है हमें अपनी जड़ों को मजबूत करने के लिए अपनी पुरातन संस्कृति की ओर रुख करने और जीवन शैली में पुरातन एवं आधुनिक दोनों में तारतम्य स्थापित करने की! लोगों के वर्तमान रुझान को देखकर हमें पूर्ण विश्वास है कि आने वाले कुछ दिनों में आयुर्वेद अपने पुराने गौरवपूर्ण अतीत को प्राप्त कर भारत का नाम पूरे विश्व पटल पर चमकाएगा.

हरि दर्शन चौबे  
क्षे.म.प्र.का., वाराणसी



## कोरोना काल में आयुर्वेद की ओर रुख

कोरोना इस सदी की सबसे बड़ी महामारी बनकर उभरा है. सिर्फ भारत में ही नहीं बल्कि विश्व के लगभग सारे देशों में कोरोना का कहर जारी है. देश में अभी भी लॉकडाउन की स्थिति बरकरार है. कोरोना महामारी ने ना सिर्फ आर्थिक माहौल बिगाड़ा है बल्कि मानवीय जीवन शैली भी बदल दी है. सामाजिक गतिविधियाँ ना के बराबर हैं. इंसान की प्राथमिकता और जीवन के प्रति दृष्टिकोण भी बदल गया है. कोरोना काल में हर व्यक्ति अपने स्वास्थ्य को लेकर चिंतित है. होटलों और रेस्टोरेंट में खाना खाने वाला इंसान अब घर पर बनाए भोजन को प्राथमिकता दे रहा है. अभी तक कोरोना की कोई दवा बाजार में नहीं आयी है. कोरोना से बचाव और इम्यूनिटी बूस्टर के नाम पर अगर जनता के पास कोई सहारा है तो सिर्फ-आयुर्वेद.

आयुर्वेद विश्व की प्राचीनतम चिकित्सा प्रणालियों में से एक है. आयुर्वेद, भारतीय आयुर्विज्ञान है. आयुर्विज्ञान, विज्ञान की वह शाखा है जिसका संबंध मानव शरीर को निरोग रखने, रोग हो जाने पर रोग से मुक्त करने अथवा उसका शमन करने तथा आयु बढ़ाने से है. आयुर्वेद के ग्रन्थ तीन दोषों (त्रिदोष=वात, पित्त, कफ) के असंतुलन को रोग का कारण मानते हैं और समदोष की स्थिति को आरोग्य. आयुर्वेदिक चिकित्सा के आठ अंग माने गए हैं (अष्टांग वैद्यक), आठ अंग ये हैं-कायाचिकित्सा, शल्यतंत्र, शालक्यतंत्र, कौमारभृत्य, अगदतंत्र, भूतविद्या (मनोचिकित्सा), रसायनतंत्र और वाजीकरण.



कोरोना काल में दुनिया भारतीय चिकित्सा पद्धति आयुर्वेद की तरफ आकर्षित हुई है। आज यह प्रमाणित हो चुका है कि आयुर्वेद में स्वस्थ रहने के अचूक मंत्र दिए गए हैं।

### आयुर्वेद में कोरोना का इलाज :

कोविड-19 के खिलाफ जंग में अब बड़े पैमाने पर आयुर्वेदिक औषधियों को आजमाने की तैयारी की जा रही है। आयुर्वेद की इम्यूनिटी बूस्टर के नाम पर बाजार में आयी कोरोनाल झारखंड में मात्र तीन दिन में आउट ऑफ स्टॉक हो गयी। रोग-प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने के लिए निःशुल्क आई-64 दवा व नाक में डालने के लिए अणु तेल दिया जा रहा है। दवा जहां इम्यूनिटी में बढ़ोत्तरी करती है, वहीं तेल के उपयोग से नाक की कैनाल को वायरस से लड़ने की क्षमता मिलती है।

ड्रग कंट्रोलर ऑफ इंडिया ने अश्वगंधा सहित चार आयुर्वेदिक औषधियों एवं आयुष-64 नामक आयुर्वेदिक दवाओं को इस्तेमाल करने की अनुमति दे दी। वैज्ञानिक एवं औद्योगिक अनुसंधान परिषद (सीएसआइआर) और आयुष मंत्रालय की पहल पर ऐसा किया गया है। फिलहाल अश्वगंधा सहित जिन अन्य आयुर्वेदिक औषधियों को क्लीनिकल ट्रायल के लिए अनुमति दी गई है, उनमें मधुयष्टि, पीपली और गुरुच (गिलोय) शामिल हैं।

आयुर्वेद के सिद्धांत के अनुसार सबसे पहले 'स्वस्थस्य स्वास्थ्य रक्षणम्' अर्थात जो स्वस्थ हैं, उनको कैसे स्वस्थ रखा जाए, इसके विषय में सोचना होता है। यही वजह है कि आयुष मंत्रालय और सीएसआइआर ने इस रोग से लड़ने हेतु चार औषधियों का एक मिश्रण तैयार किया है।

इन चार औषधियों में जहां अश्वगंधा तंत्रिका तंत्र को पुष्ट बनाती है, वहीं मधुयष्टि (जिसको मुलैठी कहते हैं) व पीपली यानी छोटी पीपल व्यक्ति के श्वसनतंत्र पर सकारात्मक प्रभाव डालती है और गुरुच (गिलोय) प्रसिद्ध ज्वरनाशक औषधि है।

इन सभी औषधियों का सम्मिश्रण रोगी की प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाएगा। इस मिश्रण

को आयुर्वेद में वर्णित काथ-विधि यानी काढ़ा बनाकर प्रयोग करने की सलाह दी जाती है। काथ बनाने के लिए औषधियों को समान मात्रा में लेकर (प्रत्येक ढाई ग्राम, कुल दस ग्राम) थोड़ा कूटकर चार गुना पानी में उबाल लें। मात्रा एक चौथाई शेष रह जाने पर छानकर गुणगुना, सुबह-शाम कम से कम पंद्रह दिनों तक पीने से प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाई जा सकती है और कोविड-19 के प्रभाव से भी बचा जा सकता है।

अश्वगंधा में मिलने वाला फायटोकेमिकल और विथेनान, कोरोना को मानव कोशिकाओं में प्रवेश नहीं करने देता है।

इसी प्रकार गिलोय में मिलने वाला टिनोकार्डिसाइड और तुलसी का एंटी वायरल गुणधर्म कोरोना से पूरी तरह बचाव करने में सक्षम है। इसी प्रकार श्वासारि रस या वटी फेफड़ों में सूजन और बलगम को खत्म करने में काफी कारगर है। इसके साथ ही अणु तेल भी मरीजों के लिए बेहद कारगर है।

**रोग हो जाने पर रोगी की चिकित्सा करना :** आयुर्वेद का अगला सिद्धांत है रोग हो जाने पर रोगी की चिकित्सा करना। चूंकि कोविड संक्रमण रोगी के श्वसन तंत्र पर आक्रमण करता है, इस रोग को त्रिदोषज प्रतिश्याय, त्रिदोषज कास और त्रिदोषज श्वास में रखा जा सकता है। इन रोगों में प्रयुक्त होने वाली विशेष औषधियां जैसे सितोपलादि चूर्ण, तालिसादि चूर्ण, चंद्रामृत रस, कडकेतु रस, श्वासकुठार रस, वासाअवलेह, कनकासव आदि भी प्रभावशाली सिद्ध हो सकती हैं लेकिन इनका उपयोग केवल विशेषज्ञ की देखरेख में ही किया जाना चाहिए।

इस समय जरूरी है कि हम आहार-विहार का विशेष ध्यान रखें। साधारण सब्जी, रोटी, दाल, चावल से युक्त ताजा भोजन करें। यथाशक्ति दूध, घी और ताजा दही का सेवन करें। बासी भोजन, खट्टे पदार्थ, खट्टा दही, बाहर से मंगवाये गये खाद्य पदार्थ, खट्टे फलों का रस, मांस, मदिरा तथा धूमपान का सेवन कतई न करें। हल्का गुणगुना पानी ही पीएं।

इसके अलावा भीड़भाड़ में जाने से परहेज करें।

### आयुर्वेद से कोरोना में मददगार घरेलू इलाज

(1) **गर्म पानी का काढ़ा :** कोविड से बचने के लिए सबसे पहले हमें गर्म पानी पीने की आदत डालनी होगी।

(2) **रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाएँ :** आयुर्वेद में तुलसी के पौधे के प्रत्येक भाग का उपयोग सेहतमंद बने रहने के लिए किया जाता है। लगभग एक लीटर पानी में तुलसी के पत्तों को तब तक उबालें, जब तक एक लीटर पानी, एक चौथाई न हो जाए। अब एक चौथाई पानी के बचे होने पर 4-6 दाने काली मिर्च, थोड़ा सा गुड़ और एक चम्मच नींबू रस डालकर इसे तैयार किया जा सकता है। इसे हर्बल चाय के रूप में आप दिन में एक या दो बार भी पी सकते हैं।

(3) **सर्दी खांसी का इलाज :** कोरोना वायरस के प्रमुख लक्षणों में देखा जाए तो सर्दी, खांसी भी शामिल है। ऐसी स्थिति में इस आयुर्वेदिक टिप्स को अपनाकर फायदा देखा जा सकता है। इसके लिए आपको अदरक के कटे हुए छोटे हुए टुकड़े, 1/2 चम्मच जीरा, 1/2 चम्मच हल्दी और एक चम्मच नींबू रस को एक कप पानी में मिलाकर इसका सेवन करना है। यह रोग प्रतिरोधक क्षमता को भी बढ़ाती है और कोरोना वायरस के इस लक्षण को भी ठीक करने के काम आ सकती है।

**हिताहितं सुखं दुःखमायुस्तस्य हिताहितम्।**

**मानं च तच्च यत्रोक्तमायुर्वेदः स उच्यते॥**

(चरक संहिता 1/40)



**पृथ्वीराज चारण**  
क्ष.का., महेशाणा





# क्या स्वास्थ्य सेवा मौलिक अधिकार होना चाहिए?

1) स्वास्थ्य को पूर्ण मानसिक, शारीरिक और सामाजिक कल्याण की स्थिति के रूप में परिभाषित किया गया है, और इसलिए यह केवल बीमारियों की अनुपस्थिति तक ही सीमित नहीं है।

इसमें, आगे आर्थिक रूप से और सामाजिक समृद्ध जीवन में नेतृत्व करने की क्षमता को सरलता से सम्मिलित किया जा सकता है।

मजबूत और टिकाऊ स्वास्थ्य नीति इस वक्त की अहम जरूरत है।

2) पहुँच, गुणवत्ता, सामर्थ्य स्वास्थ्य प्रणाली के तीन स्तंभ हैं।

स्वास्थ्य सेवाओं के निवेश में भारत 195 देशों के बीच 158 वें स्थान पर है। भारत स्वास्थ्य सेवाओं की पहुँच और गुणवत्ता में 195 देशों में 145 वें स्थान पर है। भारत ने स्वास्थ्य सेवा और देशभर में स्वास्थ्य सेवा नीतियों पर दक्षता और पर्याप्तता के विभिन्न स्तरों पर अपने सकल घरेलू उत्पाद का 2% से अधिक खर्च नहीं किया है।

कोविड-19 के प्रभाव ने केरल और तमिलनाडु जैसे राज्यों को भी प्रभावित किया है जो परंपरागत रूप से स्वास्थ्य सेवा के क्षेत्र में अच्छा प्रदर्शन करते थे। कोविड-19 महामारी समाज पर इसके प्रभाव में अभूतपूर्व रही है। जहाँ हम सहमत हो सकते हैं कि दुनिया का कोई भी देश वास्तव में इस तरह के आपातकाल से निपटने के लिए पूरी तरह तैयार नहीं हो सकता है।

मैं कहूँगा, एक बहुत ही हानिकारक महामारी के सबसे अधिक सकारात्मक प्रभावों में से एक यह है कि इसने सार्वभौमिक और मजबूत

सार्वजनिक स्वास्थ्य सेवाओं के महत्व के लिए लोगों की आंखें खोल दी है। हर किसी को गुणवत्तापूर्ण स्वास्थ्य सेवा या स्वास्थ्य देखभाल के लिए कवर करने की आवश्यकता सभी के लिए सुलभ होना है।

और जैसे कि यह महामारी बड़े शहरों में केंद्रित है और इसी तरह मध्यम वर्ग को भी प्रभावित करता है, इस कारण यह उच्च प्राथमिकता का विषय बन गया है। कोविड-19 ने न केवल स्वास्थ्य बल्कि अर्थव्यवस्था के सभी क्षेत्रों को भी प्रभावित किया है। किसी भी महामारी को दूर करने के लिए हमें बीमारी के निगरानी की बहुत अच्छी व्यवस्था करना आवश्यक है, हमें पर्याप्त मात्रा में व्हेटिलेटर के साथ ही एक एकीकृत प्राथमिक देखभाल प्रणाली की भी आवश्यकता है।

अगर हम आज देश भर के हालात देखते हैं, तो सार्वजनिक स्वास्थ्य सेवाएं, ऐतिहासिक रूप से कर्मचारियों की कम संख्या और बहुत ही कम साधन सामग्रियों से ग्रस्त हैं। फिर भी उन्होंने खुद को कोविड की चुनौतियों से निपटने के लिए अपनी क्षमताओं को पूर्ण रूप से बढ़ाया है। केरल जैसे राज्यों में सार्वजनिक स्वास्थ्य सेवाओं ने महामारी के प्रसार को रोकने का उल्लेखनीय काम किया है।

इसलिए जो हम देख रहे हैं, वह यह है कि अब तक सार्वजनिक कल्पना में, कम से कम मध्यम वर्ग की कल्पना में, बड़े निजी अस्पतालों में स्वास्थ्य देखभाल का मॉडल रहा है। सार्वजनिक स्वास्थ्य सेवा विशेषकर प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल का मॉडल सर्वसामान्य रूप से अदृश्य और ज्यादातर उपेक्षित रही है। कोविड महामारी के प्रकोप

के साथ ही लोगों की सार्वजनिक स्वास्थ्य सेवाओं के प्रति धारणा बदल गई है।

स्वास्थ्य का अधिकार और स्वास्थ्य सेवाओं का अधिकार दो अलग-अलग चीजें हैं।

स्वास्थ्य सेवा का अधिकार एक निश्चित तरीके से लागू करने योग्य है, ऐसा करने में एक मौलिक मुद्दा है। स्वास्थ्य सेवा एक राज्य के अधीन आने वाला विषय है, जिसके लिये और कानून बनाया जाना चाहिए। जिसके लिये राज्यों के साथ-साथ केन्द्र का भी योगदान होना चाहिए।

इस समय कुछ बाधाओं को दूर करने की आवश्यकता है :

हमारे पास खंडित स्वास्थ्य देखभाल प्रणाली है। हमारे पास गरीबों के लिए एक स्वास्थ्य प्रणाली है, मध्यम वर्ग के लिए एक और अमीर, ज्यादा अमीरों के लिए दूसरी। हमें इस खंडित प्रणाली से बाहर होकर सभी के लिए एकल स्वास्थ्य प्रणाली की ओर बढ़ने की आवश्यकता है। इसके लिए हमें सभी के लिए सार्वभौमिक स्वास्थ्य सेवा की आवश्यकता है।

क्या यह सभी नागरिकों के लिए मौलिक अधिकार के रूप में स्वास्थ्य सेवा के एजेंडे को आगे बढ़ाने का सही समय है।

अगर राजनीतिक इच्छाशक्ति हो तो यह हासिल किया जा सकता है।



विशाल सुधाकर औचरमल  
क्षे.का., नासिक

## Impact of Corona on the World economy



**A** changed world, this prefix of a World Bank report on the Global Economic Outlook aptly describes the impact of the economic catastrophe that has befallen the world with just a single wave of infection.

This pandemic has brought a great humanitarian crisis with 21 million cases and a quarter to million deaths. It is too early to determine the extent of socio-economic impact of the pandemic, however the economic impact on macro economic scale is fairly evident and the research has been pouring in from all around the world trying to understand the handling of the crisis by different world economies and what could have been done to deal with it in a more prudent manner.

How the world economy has been impacted?

A Dun and Bradstreet's Country Risk and Global Outlook Report, paints a gloomy picture on the world economy. According to the report, global economy will not reach pre-pandemic levels of activity again before 2022.

The International Monetary Fund estimated that the world governments have in total committed \$11 trillion to the financial response which has reduced the economic impact of the pandemic. The concern however

pertains to the state of economy when this cushion is withdrawn gradually as the governments scamper to bring the economy on tracks after fueling its standstill engines through the stimulus.

As per the World Bank report, most countries are expected to face recessions in 2020.

One of the significant impact as per the report pertains to the collapse in demand of oil and resultant fall in oil prices. The agriculture markets are well supplied as of now but restrictions in trade and disruption in supply chains could yet raise food security issues in the economies dependent on agricultural imports.

Another change has been the way Companies and even Governments function. There has been push for working from home environment and consumers have switched to online retail which has pushed ecommerce and software as a service industry to the top of the market in terms of market capitalization as investors foresee a bright future in the post pandemic days.

How has the Indian economy coped in comparison to its global peers?

India fared decently at the time of last recession during 2009 due to sound economic cushioning in the form of thriving manufacturing,

infrastructure and agriculture sector. Things however have changed this time as the economy is not only impacted by global investors pulling out investments like the last time but due to the fact that the complete economy and all the sectors have stopped altogether. The mass migration of workforce, stagnant manufacturing sector and increasing number of cases will pose some serious challenges in the revival of Indian economy.

### The way forward

Removing fear and sense of uncertainty will remain the central agenda as far as economic recovery is considered. The onus to reduce fear lies solely not on the Governments but on the pharmaceutical companies and medical researchers as only an effective vaccine or treatment method will change the public perception as the easing of lockdown and promotion of basic hygiene and social distancing norms can only serve as stop gap arrangement to keep the public from going into panic mode. The demand and supply parts of the economy will come from removing fear and fear alone.

Economic revival will need fiscal stimulus from the Government and also a thrust on manufacturing industry as services industry will still remain hit due to reduced social interaction in the wake of the pandemic.

A lesson for the world economies to learn would be greater need of funding in the field of research and development along with more investment in healthcare, infrastructure which will go a long way in dealing with a pandemic of this scale.

**Ankita Solanki**  
R.O., Mumbai (Thane)





## कोरोना आपदा - सिंहावलोकन

किसी भी समाज की रीढ़ की हड्डी अर्थव्यवस्था होती है. परंतु इसे समाज की बिड़बना नहीं कहें तो क्या कहें? ये पंक्तियां इस कोरोना महामारी के समय बिल्कुल सही प्रतीत होती दिख रही हैं,

किसी को कुचला अर्थ ने  
तो किसी को व्यवस्था ने,  
जो कुछ बच गए दोनों से  
उसको कुचला अर्थव्यवस्था ने

ईश्वर इस संकट की घड़ी में सबको इतनी शक्ति प्रदान करे कि ये प्राण घातक बीमारी किसी भी मनुष्य के प्राण हरने से पहले खुद प्राण त्याग दे. परंतु ऐसा कहकर हम सच्चाई से मुख नहीं मोड़ सकते. हम सब को मिलकर इसका डटकर मुकाबला करना होगा. इसकी वजह से जो सामाजिक और आर्थिक बदलाव देखने को मिल रहे हैं, वह बहुत ही आश्चर्य चकित करने वाले हैं. जैसा कि हम जानते हैं कि हर सिक्के के दो पहलू होते हैं. इसी प्रकार सामाजिक बदलाव सकारात्मक भी है तो नकारात्मक भी. हमने देखा है कि जिस तरह समाज कोरोना योद्धाओं का सम्मान कर रहा है, जो कि इस खतरे की घड़ी में लोगों की सेवा का बीड़ा उठाए हुए हैं वह बहुत ही आनंदित करने वाला है, परंतु दूसरी तरफ कुछ जगह उनका तिरस्कार किया जा रहा है, उन पर पत्थर फेके जा रहे हैं. ऐसे अमानवीय व्यवहार की कल्पना तो खुद ईश्वर भी नहीं कर रहा होगा, ऐसी सोच वालों को ईश्वर सदबुद्धि प्रदान करे.

हम समय को नहीं बदल सकते पर समाज को बदल सकते हैं

ऐसा ही कुछ देखने को मिला है कि इस सभ्य समाज में लोग अपने घरों पर अपने परिवार के साथ समय बिताने लगे हैं. ये बहुत ही सकारात्मक बात है तो वहीं दूसरी ओर बीते हुए कुछ समय में एक सर्वेक्षण के अनुसार घरेलू हिंसा में वृद्धि देखने को मिली है. क्या यही है हमारा सभ्य समाज?

मास्क लगाकर दो महीने में ही  
थक गया वो आदमी  
जो कहता था कि औरत को  
हमेशा पर्दे में रहना चाहिए

देखा जाए तो समाज में सकारात्मक बदलाव ही समाज को बदल सकते हैं. समाज इसी तरह एक जुट होकर कोरोना से लड़े तो कोरोना तो क्या कोई भी इस देश का बाल बांका नहीं कर पाएगा. अभी अर्थव्यवस्था तो इस तरह से ढह गयी है कि जैसे रावण की लंका को प्रभु श्री राम ने ढहा दिया था. अब भारत की अर्थव्यवस्था को पुनर्जीवित करने के लिए केवल सरकार की ज़िम्मेदारी नहीं है, अब हर एक व्यक्ति की ज़िम्मेदारी है, इस गिरी हुई अर्थव्यवस्था को कंधा देकर वापस उठाने की. जिस तरह लोगों के रोजगार छिन रहे हैं, जिस तरह लोग दाने-दाने को मोहताज हो गए हैं, हमें भी इस संकट की घड़ी में हर संभव प्रयास करना चाहिए.

समय बदल रहा है पल-पल में  
अर्थव्यवस्था फंस गयी है दल-दल में  
सब सही नहीं होगा कल-कल में  
सबको रहना होगा घर-घर में

अब वक़्त आ गया है, समाज की कुरीतियों को दूर करने का क्योंकि ये समाज को अंदर

से खोखला करती जा रही हैं, ये बहुत ही दुर्भाग्यपूर्ण है. कवि भी अपने लेखों से समाज सुधारने में अच्छी भूमिका निभा रहे हैं.

कवि और लेखक तो समाज को  
आईना दिखाते हैं

फिर भी न जाने लोग, बुरा क्यों मान जाते हैं  
ऐसे वक़्त में भी नेता लोग अपनी सियासत चमकाने में लगे हुए हैं, चाहे इसके लिए उन्हें लोगों के घर ही क्यों नहीं जलाने पड़े. लॉकडाउन की वजह से हर एक भारतीय बुरी तरह प्रभावित हुआ है, करोड़ों लोग अपने रोजगार से हाथ धो चुके हैं. शहरों से गाँव की ओर मजदूरों का पलायन तेजी से बढ़ा है, जिसके कारण ग्रामीण क्षेत्र में भी रोजगार संकट पैदा हो रहे हैं और महंगाई भी बढ़ी है. अब देश में औद्योगीकरण को बढ़ावा देने की ज़रूरत है. इस संकट की घड़ी से देश को निकालने की सख्त ज़रूरत है. नए रोजगार का सृजन करने की ज़रूरत है. बेरोजगारों को रोजगार मुहैया कराने के लिए ठोस कदम उठाने की ज़रूरत है. अपने देश को, अपने घर को वापस प्रज्वलित करना है. ये कल का अंधेरा तो एक दिन छट जाएगा.

देश में करोड़ों लोग बेरोजगार हो गए हैं. ये आंकड़ा बहुत ही चौंकाने और डराने वाला है. देश की विकास दर भी नकारात्मक हो गयी है. मजदूरों को अधिक से अधिक मनरेगा से जोड़ने की ज़रूरत है. बड़े-बड़े अधिकारियों को कुछ अंश राहत कोष में जमा करवाकर देश नव निर्माण में भागीदारी निभानी चाहिए. ऑटो सेक्टर से लेकर रियल इस्टेट सेक्टर में मंदी देखने को मिल रही है. सभी अंतरराष्ट्रीय एजेंसी ने भारत की अर्थव्यवस्था गिरने का अनुमान लगाया है, परंतु हमें विश्वास है कि देश वापस नयी ऊंचाइयों को छुएगा और फिर एक बार अपनी बुलंदियों पर कायम होगा.



बालकृष्ण गोयल

केएसकेवी भुज शाखा, राजकोट

## व्यवहार/आचरण में आवश्यक तब्दीलियाँ



**अ**क्सर अच्छे आचरण पर घर के बच्चों को समझाइश देते हुए बड़ों को देखा जाता है. अरे यह रिमोट जगह पर रखो, पानी की बोतल भरकर फ्रिज में रखा करो. हमारे देश में तो यहाँ तक कहा जाता है कि, सत्य से छनी हुई वाणी बोलें और मन से छना हुआ आचरण करें. त्रेता में भगवान राम से लेकर कलयुग में महात्मा गांधी तक सारे महापुरुष अपने आचरण से ही तो जाने जाते हैं. वरना तो राम और रावण की राशि तो एक ही थी. तो आखिर यह आचरण जिसे व्यक्ति का व्यवहार भी कहा जाता है, होता क्या है? आइए हर बार की तरह एक कहानी से शुरुआत करते हैं.

गौतम बुद्ध का प्रवचन चल रहा था. एक व्यक्ति हर रोज प्रवचन सुनने आता था. बुद्ध अपने प्रवचन में लोभ, मोह, अहंकार, द्वेष आदि छोड़ने की बात किया करते थे. एक दिन वह गौतम बुद्ध के पास आकर बोला. बुद्धजी, मैं एक महीने से आपका प्रवचन रोज सुन रहा हूँ परंतु मुझ पर उसका कोई असर नहीं हो रहा है. क्या मुझमें कोई कमी है, या उसका कोई और कारण है?

तब बुद्ध ने उस व्यक्ति से पूछा, तुम कहाँ रहते हो? उसने उत्तर दिया-श्रावस्ती. बुद्ध ने फिर पूछा तुम श्रावस्ती अपने गाँव कैसे जाते हो? उस व्यक्ति ने उत्तर दिया, कभी बैलगाड़ी से और कभी घोड़े से जाता हूँ. बुद्ध ने फिर से उस व्यक्ति से प्रश्न किया, तुम्हें श्रावस्ती पहुँचने में कितना समय लगता है? तब उसने हिसाब लगाकर बताया. बुद्ध ने

उस व्यक्ति से पूछा अब यहाँ बैठे हो क्या तुम श्रावस्ती पहुँच सकते हो? वह आश्चर्यचकित हुआ और बोला, यहाँ बैठे भला मैं श्रावस्ती कैसे पहुँच सकता हूँ? इसके लिए मुझे चलना पड़ेगा या फिर किसी वाहन का सहारा लेना पड़ेगा.

बुद्ध ने कहा तुम बिल्कुल सही कह रहे हो कि व्यक्ति चलकर ही अपनी मंजिल पर पहुँच सकता है. उसी तरह जो अच्छी बातें, अच्छे आचरण होते हैं, पहले उन्हें अपने जीवन में उतारना होता है और उनका अनुसरण करना पड़ता है. उस व्यक्ति को अपनी भूल का अहसास हो गया, परंतु क्या हम बुद्ध की कही बात को सार्थक कर पा रहे हैं? आए दिन न्यूज चैनलों में बैठे सुशिक्षित लोगों को भी आचरणहीन बहस या कृत्य करते देखा जाता है. कोरोना जैसी महामारी में भी कई नेता, अभिनेता सामाजिक रैलियों या कोई उत्सव में भाग ले रहे हैं वो भी सोशल डिस्टेंसिंग को ताक में रखकर.

मानव जीवन में सद्व्यवहार और सदाचरण का बहुत बड़ा महत्व है. व्यवहार की मृदुता और आचरण की शुचिता से न सिर्फ व्यक्ति का आध्यात्मिक विकास होता है बल्कि मानसिक शांति भी मिलती है. यदि हम वैश्विक स्तर पर बात करें तो अमेरिका जैसे विकसित देश भी आर्थिक मंदी से जूझ रहे हैं तथा वहाँ के लोग भी अब अपने आचरण में बदलाव करते दिख रहे हैं. अब सप्ताहांत में शॉपिंग मॉल तथा रेस्टोरेंट में भीड़ भी नहीं होती. अब हाथ मिलाने का चलन भी थमने लगा है.

कुछ देशों के उच्च पदों पर आसीन लोग तथा कई वैश्विक लीडर भी अब नमस्ते की परंपरा को अपनाने लगे हैं. हाल ही में डोनाल्ड ट्रंप और आइरिश प्रधानमंत्री लियो वाराड्कर को एक दूसरे को नमस्ते से संबोधित करते देखा गया. लिस्ट लंबी है जिसमें प्रिंस चार्ल्स, फ्रांस के प्रधानमंत्री एमूनल मेकरोन, इज़राइल के प्रधानमंत्री बेंजामिन नेतनयाहु, जर्मनी की चान्सलर एंजलिना मारकेल के साथ और भी कई बड़ी हस्तियाँ शामिल हैं. कहते हैं परिवर्तन ही संसार का नियम है. इस परिवर्तन को हमें भी अपनाना होगा. अब यही न्यू नॉर्मल है. कई बार न्यूज चैनलों से लेकर अखबारों तक आपने इस नए शब्द के बारे में सुना होगा. कोरोना वायरस के बाद अब हमारे आचरणों में आए बदलाव के साथ जीवन जीने को ही न्यू नॉर्मल कहा गया.

वरना पहले हम यह सोच भी कहाँ सकते थे कि हम दफ्तर का काम घर बैठ कर करेंगे. सरकारी परिप्रेक्ष्य में कोई हमें इसके लिए अनुमति भी देगा. ऐसे जमाने में जब कुछ लोग तो रविवार को भी दफ्तर जाकर ही गुजारते थे. परंतु अब हमारा आचरण, हमारी जीवन शैली बदलने लगी है. अब वर्क फ्राम होम यानि घर से काम करने की छूट दी जा रही है. और आप जानते हैं कि जिस गूगल का उपयोग हम हर दिन करते हैं, उसने अपने कर्मचारियों को जुलाई 2021 तक अपने-अपने घरों से काम करने की अनुमति दी है. हमारे यहाँ भी टी सी एस और इन्फोसिस जैसी कंपनियाँ यही मॉडल अपना रही हैं.





दूसरा बदलाव जो हमारे आचरण में देखा जा रहा है, वह यह कि हम पर्सनल हाइजीन यानि खुद की देख रेख पर ध्यान देने लगे हैं. मास्क और सैनिटाइज़र नयी इंडस्ट्री के रूप में उभरे हैं. आज यह दोनों भी हमारे जीवन में उतने ही जरूरी हो चुके हैं जितना कि एक समय दफ्तर जाते वक़्त घड़ी और रुमाल हुआ करते थे. तीसरा बदलाव जो हमारे आचरण में आया है कि अब हम मिनिमलिस्म को अपनाने लगे हैं. यानि कम से कम या यूं कहें कि अत्यधिक जरूरत का सामान ही क्रय किया जाए. हममें से जाने कितने ही लोग हैं जिन्होंने पिछले वर्ष की तुलना में बहुत कम कपड़े खरीदे और फिर भी वे खुश हैं.

चौथा बदलाव जो हमारे आचरण में आया है वह डिजिटल बैंकिंग को अपनाने का. बैंकर होने के नाते यह हमारे लिए बहुत ही उपयोगी और महत्वपूर्ण है. इकनामिक टाइम्स की एक रिपोर्ट से यह साफ हो जाता है कि डिजिटल पेमेंट्स, यूटिलिटी बिल्स में 163% की बढ़ोत्तरी हुई है, वह भी सिर्फ लॉकडाउन के समय में यानि 24 मार्च से 2 जुलाई, 2020 के बीच. सरकार ने भी हम बैंकर्स के माध्यम से 20 लाख करोड़ रुपए के आर्थिक पैकेज को जनता तक पहुंचाने पर ज़ोर दिया है. जिसमें हमारी यूनियन बैंक ऑफ इंडिया ने भी डिजिटल प्रणाली को मुख्य धारा में रखते हुए अधिक से अधिक पात्र ग्राहकों को कम से कम टच पॉइंट्स के साथ पहुंचाने में महत्वपूर्ण योगदान दिया है. पांचवां बदलाव जो वैश्विक स्तर पर पूरी दुनिया के आचरण

में आया है, वह यह कि अब पूरे विश्व का ध्यान चीन से हटकर भारत की तरफ आ गया है. हमारी संस्कृति और अध्यात्म की कायल दुनिया अब खुद की अर्थव्यवस्था संभालने के लिए भारत को अवसर के रूप में देखने लगी है. अमेरिका और यूरोप अब भारत में अपने कारोबार को बढ़ाने की सोच रहे हैं. यकीनन इससे हमारे यहाँ की बेरोज़गारी में कमी आएगी और प्रवासी मजदूरों की परेशानी भी कम होगी.

कहते हैं कि दुनिया गोल है. तो आइये जहां से हमने शुरुआत की थी. जानते हैं छठा बदलाव जो हमारे आचरण का है वह है हमारे बच्चे जिन्हें हम अच्छे आचरण पर समझाइश देते आ रहे हैं. परंतु अब वक़्त का खेल देखिए जहां पहले माता पिता मोबाइल, टी. वी., लैपटॉप का उपयोग करने पर बच्चों को डांट दिया करते थे, आज वही मोबाइल और लैपटॉप ने नयी शिक्षा प्रणाली में स्कूली बस्तों की जगह ले ली है. कई गरीब तबके के माता-पिता को बच्चों के लिए नए स्मार्ट फोन और इंटरनेट कनेक्शन के लिए जूझते देखा गया है. मुझे अच्छे से याद है आइडिया सेल्यूलर का वह विज्ञापन जिसमें अभिषेक बच्चन, बच्चों को मोबाइल से शिक्षा की पैरवी करते हुए व्हाट एन आइडिया सर जी कहते थे. खुद अभिषेक ने भी नहीं सोचा होगा कि यह इतनी जल्दी लागू हो जाएगा.

समय के साथ हमारे आचरणों में बदलाव हुआ है. जो जरूरी भी है. खासकर इस कोरोना महामारी के बाद. सामाजिक प्राणी होने के नाते मनुष्य का यह कर्तव्य है कि वह सामाजिक नियमों का पालन करे. हम जैसा व्यवहार दूसरे के साथ करेंगे वैसा ही व्यवहार दूसरा भी हमारे साथ करेगा. आखिरकार पूरी धरती ही परिवार है.

सनातन धर्म से लेकर भारतीय संसद का प्रवेश द्वार यही तो कहता है 'वसुधैव कुटुंबकम्'



आलोक चौहान  
क्षे.का., इंदौर

## व्यवहार/ आचरण में आवश्यक तब्दीलियाँ

**ब**दलाव प्रकृति का नियम है और हमें इस बदलाव को अपना कर आगे बढ़ना चाहिए. कोविड वायरस जिससे आज पूरा विश्व लड़ रहा है, मानव समाज के सामने एक चुनौती बनकर खड़ा है, पर यह भी सत्य है कि हर चुनौती एक अवसर और सामाजिक बदलाव लेकर आती है, निर्भर करता है कि हम उसे कैसे लें, कैसे उस बदलाव को अवसर में बदलते हैं. इसी क्रम में हम देखते हैं कि कोविड का हम पर और हमारे समाज पर, हम सब की कार्यशैली पर व्यापक असर पड़ा है.

कोविड के पहले हम आमतौर पर दिन में एक या दो बार कुछ खाने के पहले हाथ साफ किया करते थे. पर अब हर घंटे इस कार्य को कर रहे हैं. यह एक सकारात्मक बदलाव है.

मास्क तो अब जैसे एक ड्रेस जैसा लगने लगा है कि मानो अगर ना पहनें तो कुछ अधूरा सा लगता है.

कोविड के पहले हम किसी से मिलते तो हाथ मिलाते या गले लगते थे पर अब ऐसा व्यावहारिक परिवर्तन हुआ कि मानो वो भूल ही गए. अब सामाजिक दूरी के साथ नमस्कार होता है.

घर हो या कार्यालय, सैनिटाइजेशन जैसे एक दैनिक कार्य का हिस्सा बनता जा रहा



है. इससे संबंधित कारोबार के प्रति लोगों का रुझान बढ़ रहा है, जो लॉकडाउन जैसी परिस्थितियों में भी तीव्र गति के साथ बढ़ रहा है. कोविड से संबंधित सुरक्षा उपकरणों, उत्पादों के उत्पादन के मामलों में हम शून्य से शिखर की ओर बढ़कर आत्मनिर्भर ही नहीं बल्कि अन्य देशों को निर्यात करने की स्थिति में आ गए हैं.

इसी प्रकार व्यावहारिक बदलाव के क्रम में अगर देखें तो शिक्षा प्रणाली सबसे बड़ा उदाहरण दिख रहा है. आज स्कूल अपनी नियमित कक्षाएँ ऑनलाइन माध्यम से चला रहे हैं, बड़े-बड़े कोचिंग संस्थान ऑनलाइन क्लासेज के साथ साथ ऑनलाइन टेस्ट भी करा रहे हैं. जिस प्रकार ये बदलाव बच्चों से लेकर उनके अभिभावक भी अपना रहे हैं यह हमें टेक-जेन समाज की तरफ ले जाने के साथ डिजिटल भारत के सपने को साकार करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाने का कार्य करेगा.

कोविड देश की स्वास्थ्य व्यवस्था के सामने बड़ी चुनौती है. पूरा विश्व एक साथ इस वायरस से जूझ रहा है, एक साथ पूरे विश्व की स्वास्थ्य व्यवस्था इस महामारी से लड़ने की दवा बनाने में लगी है. कोविड ने ओ.

पी.डी सिस्टम को वृहद स्तर पर ऑनलाइन माध्यम पर उपयोग करने की ओर अग्रसर किया है. आज किसी भी रोग का इलाज जो कि डॉक्टर की क्लीनिक पर जाकर ही किया जा सकता था उसे टेलीमैटिक के माध्यम से घर-घर में उपलब्ध कराया जा रहा है. अब हमें अपनी नियमित जांच, डॉक्टर की राय के लिए क्लीनिक जाने की आश्यकता नहीं है. यह सुविधाएं अब हमें अपने घर पर ही प्राप्त हो रही हैं.

अगर किसी भी ऑनलाइन शॉपिंग साइट के डाटा को देखें, चाहे वह घरेलू सामान हो या मेडिसिन, इन सभी की बिक्री में 40-50% की बढ़ोत्तरी दिखती है, विगत 5 महीनों के ये आंकड़े एक बहुत बड़े सामाजिक बदलाव के संकेत हैं. लोग अपनी सुरक्षा को ध्यान में रखते हुए अधिक से अधिक ऑनलाइन शॉपिंग कर रहे हैं. घरेलू किराना सामानों की होम डिलीवरी तो अब मोहल्ले के छोटे दुकानदार भी कर रहे हैं. कपड़ों सहित अन्य सभी प्रकार के घरेलू सामान यहाँ तक कि कार भी आपकी अंगुलियों के टिप पर आपके दरवाजे पर उपलब्ध हो रही है.

सर्विस सेक्टर में वर्क फ्रॉम होम एक जबरदस्त सामाजिक व्यावहारिक परिवर्तन है. हर

संस्थान वर्क फ्रॉम होम को बढ़ावा देने में लगा है. व्यय कम करने के साथ कोविड से बचने और दूसरों को बचाने का यह एक बहुत अच्छा उपाय है. अगर वर्क फ्रॉम होम का दूसरा पहलू देखें तो बहुत से सेक्टर में इसने सैलरी पर भी असर डाला है, अधिकतर संस्थान खास कर निजी संस्थानों ने, सैलरी में 25-40% तक की कमी की है, जिसका असर लोगों के खरीदारी करने की क्षमता पर पड़ा है, अगर विगत 5-6 महीनों की बात करें तो केवल जरूरत की चीजों पर ही खर्च करने की आदत बनते दिख रही है. सेवा क्षेत्र की कुछ कंपनियों को वर्क फ्रॉम होम के कारण उनकी लागत में कमी और कार्यक्षमता में बढ़ोत्तरी भी देखने को मिल रही है, कोविड के उपरांत भी यह कार्यशैली व्याप्त रहेगी इसकी पूरी संभावना है.

आज अधिकतर कार्यालयीन मीटिंग, निरीक्षण आदि कार्य ऑनलाइन माध्यम से हो रहे हैं, जो कि एक सफल प्रयोग साबित हो रहा है. इसका सीधा असर कम, व्यय त्वरित रेस्पॉस, पारदर्शिता के साथ साथ सामाजिक दूरी और सफाई को बड़े स्तर पर बनाए रखने में उपयोगी साबित हो रहा है. कुछ समय पहले जब ऑनलाइन मीटिंग, निरीक्षण इतने उपयोगी नहीं लगते थे, इस सोच में बदलाव आता दिख रहा है.

अंत में यह कहना चाहूँगा कि अगर विमुद्रीकरण हमें कैश लेस भुगतान की तरफ ले गया तो कोविड हमें ऑनलाइन माध्यम को बृहद रूप से इस्तेमाल की तरफ ले जा रहा है.

अभिषेक दीक्षित  
क्षे.म.प्र.का., वाराणसी





# कोरोना का सकारात्मक प्रभाव



**को**रोना-एक ऐसी महामारी जिसने सकारात्मकता के मायने ही बदल डाले... एक ऐसी महामारी जिसने सकारात्मक शब्द को वर्ष 2020 का सबसे नकारात्मक शब्द बना दिया. एक ऐसा शब्द जिसे सुनकर मनुष्य की रूह कांप उठती है, एक ऐसा शब्द जिसने अमीर-गरीब, पद-प्रतिष्ठा में भेदभाव ना करते हुए सभी को समान रूप से प्रभावित किया, अपनों को पल भर में पराया कर दिया और छोटी से लेकर बड़ी से बड़ी गतिविधियों पर विराम लगा दिया. यह एक ऐसा शब्द जिसने मनुष्य की तेज रफ्तार को रोक दिया, सभी खोज और आविष्कारों को मिथ्या साबित कर दिया, मनुष्य की काल्पनिक दुनिया को वास्तविकता के कटघरे में लाकर खड़ा कर दिया, ज्योतिष शास्त्रियों की भविष्यवाणियों को गलत साबित कर दिया, मनुष्य को धार्मिक होने से ज्यादा मानवता को मानने के लिए प्रेरित किया और जिंदगी जीने का नजरिया ही बदल डाला.

खैर नकारात्मक खबरों से तो हर व्यक्ति अब ऊब चुका है तो अब हमें सकारात्मक पहलू पर ही ध्यान केंद्रित करने की आवश्यकता है. जहां एक ओर कोरोना को लेकर विश्व भर में निराशा का वातावरण है, वहीं ये बीमारी कुछ कुछ सकारात्मक परिणाम भी लेकर आयी है और बैंक कर्मियों कोरोना वारियर्स ना सही पर फाइनेंशियल वारियर्स (आर्थिक योद्धा) तो हैं ही.

वैसे तो कोरोना काल में कई सकारात्मक चीजें उभर कर आई हैं, जिनमें पर्यावरण में सुधार, प्रदूषण में कमी, नदियों की स्वच्छता, योग एवं स्वास्थ्य के प्रति लोगों में जागरूकता आदि प्रमुख स्थान रखती है. दूसरी ओर जनता का स्वास्थ्य कर्मियों एवं पुलिस के प्रति व्यवहार भी सकारात्मक हुआ है, किन्तु एक बैंकर की दृष्टि से देखा जाए तो जनता का डिजिटल बैंकिंग की ओर जो

रुख इस कोरोना काल में देखने को मिला, वह अभूतपूर्व है.

आज प्रत्येक व्यक्ति किसी भी प्रकार का भुगतान करने के लिए ऑनलाइन और डिजिटल माध्यम पसंद कर रहा है. पिछले 6 महीनों में यू पी आई और क्यूआर कोड आधारित भुगतान सेवाओं में हुई वृद्धि एवं आईएमपीएस, आरटीजीएस, एन ई एफ टी, भारत बिल पेमेंट सर्विस (बीबीपीएस), नेट बैंकिंग, मोबाइल बैंकिंग उपभोक्ताओं की बढ़ती संख्या इसका ज्वलंत उदाहरण है, आज अधिकांश व्यक्ति छोटी से लेकर बड़ी से बड़ी राशि का भुगतान डिजिटल माध्यम से करने को प्रेरित हुआ है.

जिस डिजिटल प्रणाली के बारे में जनता को जागरूक करने का प्रयास हम लगातार करते आ रहे हैं, कोरोना ने उसको क्रियान्वित करने में महत्वपूर्ण योगदान दिया है. जनता का डिजिटलीकरण के प्रति रुख कोरोना का एक सकारात्मक प्रभाव ही कहा जाएगा क्योंकि इस कठिन समय में गरीबों के खाते में सहयोग राशि पहुंचाने से लेकर कोरोना से बचने के उपाय एवं इस महामारी के प्रति जनता को जागरूक करने तक एवं कोरोना प्रभावितों की रियल टाइम जानकारी जनता तक पहुंचाना केवल डिजिटल माध्यम से ही संभव हो पाया और डिजिटलीकरण की ओर यह रुख केवल बैंकिंग तक सीमित न होकर हर क्षेत्र में बढ़ रहा है जैसे शिक्षा के क्षेत्र में ऑनलाइन कक्षाओं द्वारा, जिसमें प्राथमिक से लेकर उच्चतर कक्षाओं का अध्ययन, मनोरंजन के क्षेत्र में ओ टी टी (ओवर द टॉप) प्लेटफॉर्म द्वारा नये चित्रपट से लेकर वेब सीरीज तक का प्रसारण, चिकित्सा के क्षेत्र में ऑनलाइन परामर्श द्वारा मरीजों का इलाज और ऑनलाइन फार्मसी द्वारा घर पहुंच दवाइयों का वितरण एवं व्यापार के क्षेत्र में

ऑनलाइन खरीददारी द्वारा घर बैठे अपनी पसंदीदा वस्तु मंगवाने का विकल्प सम्मिलित है और अब इस संभावना से कतई इनकार नहीं किया जा सकता है कि आगे आनेवाले समय में वही व्यापार और उद्योग प्रतिस्पर्धा में रहेंगे जो इस डिजिटलीकरण को शीघ्रातिशीघ्र अपना लेंगे, क्योंकि एक अनुमान के अनुसार आने वाले समय में अगर विश्व की सबसे बड़ी हेल्थ केयर कंपनी या हॉस्पिटैलिटी या फिर सबसे अच्छे स्कूल और यूनिवर्सिटी की बात की जाए तो वह एक इंफॉर्मेशन टेक्नोलॉजी (आई टी) कंपनी होगी, अगर सबसे ज्यादा उपभोक्ता वाले बैंक की बात की जाए तो वह एक भी एक इंफॉर्मेशन टेक्नोलॉजी (आई टी) कंपनी ही होगी, हालांकि सार्वजनिक क्षेत्र के बैंकों के लिए डिजिटलीकरण सबसे ज्यादा चुनौतीपूर्ण है, जिसका मुख्य कारण सार्वजनिक क्षेत्रों के बैंकों का मुख्य उद्देश्य लाभ कमाने की अपेक्षा हर स्तर के ग्राहकों और जन जन तक बैंकिंग सेवाओं को पहुंचाना है.

वर्तमान परिदृश्य को देखते हुए लगता है कि आगे आने वाले समय में प्रत्येक क्षेत्र में वही कंपनी अपने आप को सक्रिय रख पाएगी जो खुद को डिजिटल करने में पूर्ण रूप से सक्षम होगी, क्योंकि कोरोना काल के दौरान हुए लॉकडाउन ने जनता पर लगे विराम को डिजिटलीकरण ने ही गति प्रदान की और डिजिटलीकरण के प्रति उनके विचारों को सकारात्मक किया है. लॉकडाउन के दौरान हमारी अर्थव्यवस्था को जो नुकसान हुआ है उसे डिजिटल माध्यम से ही पुनर्स्थापित किया जा सकता है.



कमलेश भोलाण्डे  
क्षे.का., जबलपुर

## POSITIVE EFFECTS OF CORONA VIRUS

COVID-19 has made the whole world stop by impacting the world socially, economically, politically and so on. Cities which were once vibrant and dynamic are now become non-resonant. This Virus has questioned the logistic preparedness and infrastructure of the whole world and has converted the once flourishing cities into "Deathbeds".

The positive impact of corona virus are –

**Lifestyle Changes:** With this Pandemic, people's lifestyle has changed completely as people are now more concerned about hygiene and health. Attention of people has now turned towards Yoga, Jogging and other healthy lifestyles such as hand wash, wearing masks, cautious about street food, less social gatherings.

**Innovation Solution/Digital India:** This period of extended lockdown has closed our Educational Institutes. This issue is overcome by digital means by providing online classes which not only ensure education but also ensure good health of children who are most vulnerable in this pandemic. Parents are also now involved in monitoring their child and ensuring accountability of teachers who are providing online classes. E commerce services too are playing a vital role in providing essential services like groceries, medicines, masks and so on.

**Environment:** With steps taken to control the spread of virus its impact on the environment seems to be positive. With measures such as social distancing, lockdown, restrain on intra state and interstate migration and public transportation, pollution through automobiles, religious gatherings, industries and others

have declined drastically thus having a positive impact on Global warming.

**Local pe Vocal:** Till now the debate around the world is hovering around Internationalism/Multilateralism, but with this pandemic, debate has turned towards localism. With concerns about contagious nature of pandemic. trade around has been blocked which is making countries move towards local solutions to global problems. Issues of medicine, PPE kits, demand for raw material has obliged nations to focus on their local resources and overcome this period of turbulence. This reinforces our long-term goal of 'Make in India'.

**Self Reliance:** With novel corona virus outbreak, the attitude of people has changed drastically i.e. more as a necessity than choice. Countries who were reliant on others for basic necessities such as India which was an importer of PPE kits in January 2020 has now become one of the largest producer of PPE kits.

**Necessity vs Luxury:** Covid-19 pandemic has now made people capable enough to differentiate between necessity and luxury. People are more satisfied in having homemade meals rather than KFC and Dominos. Purposeless travel to Malls, Cinema Halls has changed to spending time indoors. People are more focused on basic needs i.e. 'Roti, Kapda aur Makan' rather than automobiles, gadgets and other things.

**Crime incidents have become rarer:** COVID-19 pandemic has put the state administration on the forefront and made them more vigilant with the lockdown situation and with less movement of people crimes such as Vehicle thefts, robbery, eve teasing

has reduced drastically.

**Fiscal stimulus:** As with this Pandemic demand of various products has reduced significantly & it makes India import less and maintain its Balance of Payment. Demand for crude oil reduced significantly which is the largest product in our import basket.

**Indian vs Western:** When the whole world failed to control the pandemic with their dependence on western practices and medicine, it's the Indian methods and practices which proved to be quite successful in handling this pandemic through its traditional methods such as Yoga, Ayurveda (boosting immunity), Namaste instead of Handshake and so on.

So we can conclude that although this pandemic has a devastating effect worldwide which is affecting every section of the economy it has also shown 'Nationalism' and 'Self Reliance' in our country. With a huge and high population density in India and where there is no dearth of slums and congested localities our country is the most vulnerable to this pandemic but the spirit of nationalism and corona warriors has proved our valour to overcome this pandemic.

Not only administration but citizens of our nation have shown their cooperation against this pandemic. We are survivors and survived every phase of turbulence and this phase will also be overcome if strength of nationalism and self reliance is followed. The lifestyle which is developed during this pandemic should also be followed sustainably to ensure a healthy and prosperous life.

Jitendra Sharma  
Pandri Branch; Raipur





# COVID 19-A BLESSING IN DISGUISE

The Present day scenario has taught us many lessons. We have learned to confine ourselves to our sweet homes by controlling our urge to frequently go out roaming, dining, shopping etc. We are able to curtail our expenses to a great extent owing to such a pandemic condition. We have learnt to do all our work ourselves independently by following all the laid down safety guidelines by the Government.

The air around us had lost its charm, aroma and coolness. However, the long spell of lockdown has made it possible for mother nature to cleanse its most polluted air especially around metros and urban centers. News of the visibility of the snow-clad Himalayan mountain range from several Indian places after more than 50 years of disappearance are being treated as good signs in respect of the improvement in air quality. Many ailing patients have expressed happiness at the improvement in their breathing system. It is also heartening to note that the ozone layer has successfully repaired and refilled naturally during this period which at several places had grown thin due to rapid urbanization.

Various instances have come to light regarding wild animals, been spotted at many human habitations, roaming confidently and delightfully with no fear of any threat from humans. They give us a message that the mother earth belongs to all the habitants and is not exclusively confined to us humans and we must strike a balance between growth and peaceful co-

existence to restore the divine powers of mother earth.

Such developments are taking place owing to the much-needed long spell of rest and recuperation being provided to Mother Nature in the form of universal lockdown. Till implementation of the lockdown Mother Nature was being used as a source for exploitation only. No time was allowed by human civilization for its renovation and recreation. It seems the lockdown has enabled it to repair its lost healing properties. It is a message to the whole human kind that mindless exploitation of mother nature requires a long break to heal and be normal.

The confidence we posed on the development we achieved in respect of science and healthcare have been shattered with the invisible fight against an insignificant virus that has put a full stop to the fast-paced world by bringing the mighty economies to a grinding halt and forcing many super powers to surrender before the fury of mother nature. The origin of the virus is no doubt irrelevant in view of the damage it has wrought of the human progress, but it has gained indirect sympathy of Mother Nature in the form of letting sufficient time and scope for its rejuvenation. Its high time that we rise to the occasion and begin respecting mother earth before embarking on any further exploitation of the already depleted resources for human race to find refuge and survive. This may be an indication of the ensuing catastrophe.

The pandemic, besides having many such success stories in its fold has also got its due tragedies to share. The most disappointing one is the shattering of the social fabric that binds everyone with family as well as society at large. The fear of the unknown and the invisible enemy is so evident that most of the population confined themselves to strict self-isolation and avoided meeting even close relatives and the once friendly neighbor. The sense of insecurity hijacked the apathy and sensitivity out of most of us towards the pain and sufferings of others. A sense of suspicion ruled the minds whenever humanity raised its head. The virus appears less deadly than the fear among the masses for other humans. The height of insensitivity and fear reached its zenith where none of the family members dared to perform even the last rites of their dear ones who died of covid-19 infection.

The worst sufferers are the kids and the teens who not only lost their freedom to play and socialize but missed the most vital moments of their life of learning and growing up with social values.

May be the worst is over and all will return to normal but the wounds this pandemic has inflicted on the social lives of human beings may take a long time to regain its lost glory.

**Abhimanyu Rath**  
STC, Gurugram





गोदावरी नदी के तट पर स्थित, नासिक एक प्रमुख हिन्दू तीर्थस्थल है. मुख्य रूप से अंगूरों के उत्पादन की वजह से इस शहर को 'वाइन कैपिटल ऑफ इंडिया' भी कहा जाता है. बारह साल में एक बार आने वाला कुंभ मेला, नासिक का प्रमुख आकर्षण है. बारह ज्योतिर्लिंगों में से पावन और पवित्र ज्योतिर्लिंग त्र्यंबकेश्वर यहाँ नजदीक ही स्थित है. पौराणिक कहानी के अनुसार श्रीराम ने जहाँ स्नान किया था, वह प्रसिद्ध रामकुंड भी यहाँ स्थित है.

प्राकृतिक सुंदरता से भरपूर और धार्मिक धरोहर के रूप में प्रसिद्ध, नासिक का वैशिष्ट्य यह भी है कि यहाँ चारों तरफ हरियाली नज़र आती है. गोदावरी नदी के होने के कारण यहाँ अनेकों झरने बहते हैं, अनेक प्रकार के वृक्ष, फूलों के साथ यहाँ आँखों को सुकून देनेवाली प्रकृति आपका कदम कदम पर साथ देती है. मुंबई से नजदीक होने के बावजूद नासिक आज भी अपना अलग प्राकृतिक माहौल लेकर चलता है, जो आँखों एवं रूह को सुकून पहुंचाता है.



**हमीश गामी**

नासिक शहर शाखा, नासिक



**भावली नदी एवं डैम**

**ओझर डैम**

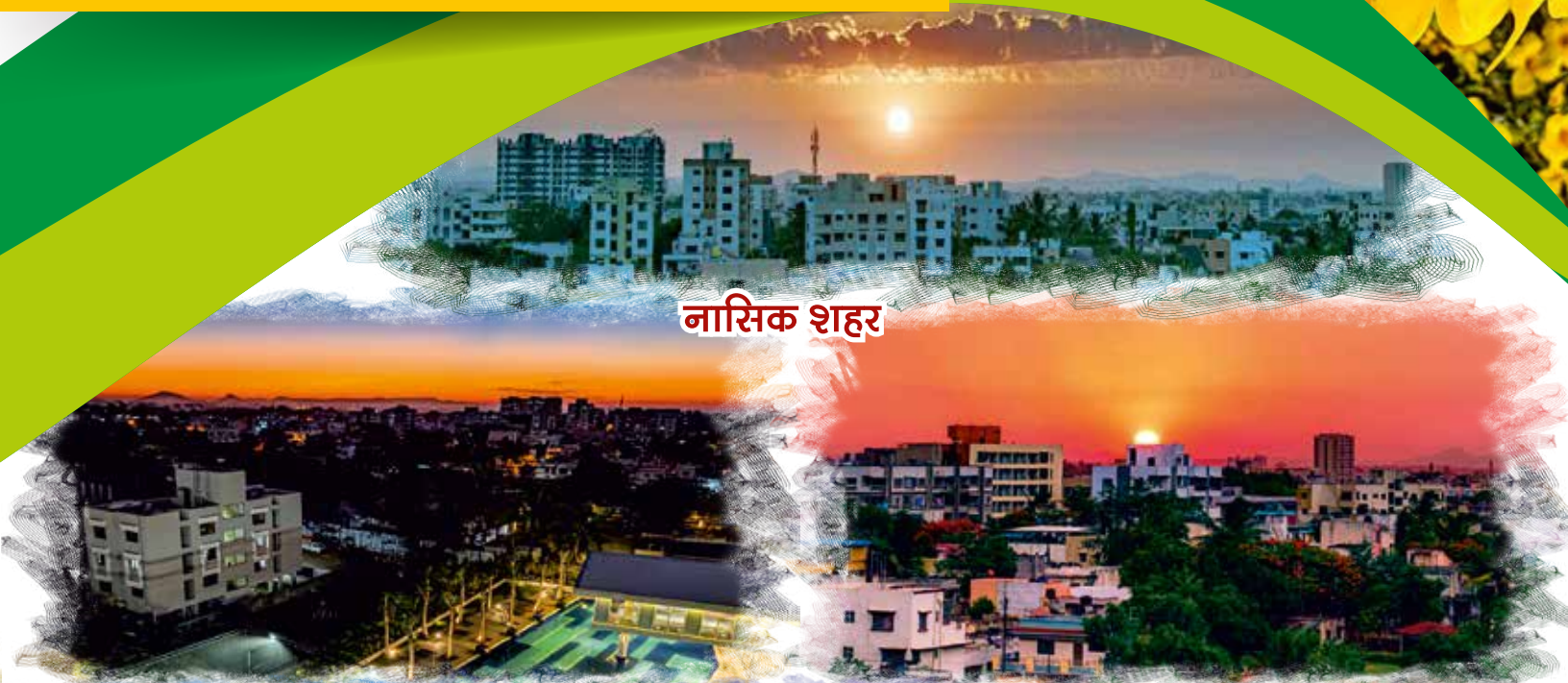
**बापू पूल**

**बापू धाम**



# नासिक का प्राकृतिक सौंदर्य

नासिक शहर



काश्यपी डैम



पांडव गुफाएं



सुला वाइन यार्ड





# खाना पान पान

वैसे तो हमारा भारत देश अनेकता में एकता की संस्कृति वाला राष्ट्र रहा है। इसमें विभिन्न जाति, संप्रदायों एवं उनकी भिन्न-भिन्न मान्यताओं के समावेश के द्वारा ही भारतवर्ष की समृद्ध संस्कृति बनी है, किन्तु जब बात खान पान की आती है तो ऐसी स्थिति में तो देश का प्रत्येक राज्य, प्रत्येक शहर, प्रत्येक कस्बा एवं प्रत्येक गाँव अपने आप में अपनी अनूठी पहचान रखता है। हम सभी को यह बात माननी ही पड़ेगी कि यदि किसी शहर का नाम या उस शहर या स्थान की बात करते हैं तो वहाँ का प्रसिद्ध व्यंजन हमें जरूर याद आ जाता है। व्यंजनों के बगैर किसी स्थान की कल्पना भी नहीं की जा सकती। मानव जीवन का अभिन्न अंग है -भोजन, हम सभी भोजन के द्वारा ही अपनी जीवन शक्ति प्राप्त करते हैं और शायद ही कोई ऐसा स्वस्थ मनुष्य होगा जिसे भोजन में रुचि नहीं हो एवं उसने अपने जीवन में स्ट्रीट फूड का सेवन नहीं किया हो। इस तर्क को हम इस बात से समझते हैं कि यदि परिवार में कोई खुशियों का पल आया हो तब लगभग सभी सामाजिक प्राणी अपने परिवार एवं मित्रजनों का मुँह मीठा कराना पसंद करते हैं, जिसके

लिए हमें मिठाई की दुकान से मिठाई खरीदने की आवश्यकता होती है।

इसी प्रकार यदि मैं लगभग सभी महिलाओं के पसंदीदा खाद्य सामग्री पानी-पूरी के बारे में बात करूँ तो जब भी बाजार खरीदारी के उद्देश्य से महिलाएं जाती हैं तो उनके शेड्यूल में पानी पूरी खाना स्वतः ही शामिल होता है। उपरोक्त बातों के माध्यम से मैं सिर्फ इतना बताना चाह रहा हूँ कि खान पान का कितना महत्व हमारी दैनिक दिनचर्या पर है, किन्तु जब यह शब्द 'किन्तु' प्रवेश कर जाता है तब ऐसी स्थिति में मानव बहुत सोच समझकर निर्णय लेता है या यूँ कहें निर्णय ही नहीं ले पाता है। किन्तु जब से कोविड-19 आया है और कोरोना काल लाया है, पिछले करीब 06 माह से मनुष्य के खान पान के मायने ही बदल गए हैं। एक ओर जहाँ चेहरे पर मास्क लग गए हैं, हाथों पर सैनिटाइज़र की खुशबू ने अपना स्थान बना लिया है। व्यक्ति अपने घर में बने खाने को भी सोच समझकर ही खा रहा है, बाहर से यदि सब्जी आती है, किराने का सामान आता है, उसे भी सैनिटाइज़र करके इस्तेमाल किया जा रहा है। ऐसी स्थिति में यदि मैं यह कहूँ कि वर्तमान परिवेश में खान-

पान की मान्यताओं में अंतर आ गया है तो यह किसी भी रूप से गलत नहीं होगा। यदि घर में कोई मांगलिक कार्य हो या कोई धार्मिक अनुष्ठान हो, कोई त्योहार हो तो प्रसाद के रूप में या त्योहारों पर बनने वाले व्यंजनों के रूप में घर पर ही बने मिष्ठानों/पकवानों को बाहर से लाए गए मिष्ठानों की जगह तरजीह दी जा रही है। गृहणी अपने परिवार के स्वास्थ्य से समझौता न करते हुए अपने घर की रसोई में ही बनी हुई मिठाई, कचौरी, समोसा एवं अन्य सभी वे खाद्य पदार्थ जो अब तक बाजार से खरीद कर ही उपयोग में लाए जाते थे का उपयोग कर रही हैं। महिलायें अपने पसंदीदा पानी पूरी को भी घर पर ही बना कर खाना पसंद कर रही हैं। किसी भी प्रकार की चाट इत्यादि खाने का मन होने पर केवल घर पर ही बनाकर सेवन करना पसंद किया जा रहा है। इससे दो फायदे हो रहे हैं, एक परिवार का स्वास्थ्य भी ठीक रहता है और परिवार को वैश्विक महामारी से बचाकर रखना भी हो पा रहा है। दूसरा गृहणियाँ पाक कला में भी अधिक प्रवीण व निपुण होती जा रही हैं।

पहले क्या होता था यदि मोहल्ले में, कॉलोनी में या नाते रिश्तेदारी में कहीं कोई आयोजन





की सूचना या निमंत्रण प्राप्त होता था तो उस आयोजन में खाने के शौकीन लोग बनाए गए पकवानों का लुत्फ उठाया करते थे, किन्तु कोरोना काल में अब निमंत्रण प्राप्त होना ऐसा प्रतीत हो रहा है कि पहला प्रश्न तो यह कि जाएं या नहीं और यदि जाएं तो उस आयोजन में बने भोजन को ग्रहण किया जाए या नहीं. और तो और बुलाने वाला भी यह सोच रहा है कि कम से कम लोग आएँ. इसके बाद यह भी है कि जो भी आए मेरे द्वारा निर्मित भोजन को खाकर बीमार न पड़ जाए या कोई इस वायरस से ग्रसित व्यक्ति गलती से मेरे आयोजन में शामिल न हो जाए और मेरे आयोजन की बदनामी न हो. यह सभी बातें आज सामाजिक जीवन का हिस्सा बन गई हैं और यह सीधे तौर पर मानव जीवन की खान पान की मान्यताओं में अंतर ला रही हैं. पहले यह हुआ करता था कि दफ्तर में भोजनवकाश के समय सभी सहकर्मी एक दूसरे के साथ बैठकर भोजन किया करते थे और एक दूसरे के साथ भोजन शेयर भी करते थे, किन्तु अब लेने वाले को भी हिचक और देने वाले को भी हिचक! और तो और यह सब छोड़िए अब कोई साथ बैठकर भी नहीं खाता, सामाजिक दूरी जो बनाकर रखनी है जनाब! पहले भोजनावकाश का इंतज़ार कुछ सहकर्मियों को इसलिए होता था कि कोई सहकर्मी है, जिसका टिफिन स्वादिष्ट होता है और टिफिन खुलने पर उसके टिफिन से भोजन लेकर खाने में उन्हें जो मजा प्राप्त होता था, वह सब बीते दिनों की बात हो चुकी है.

न जाने उनके लिए वो स्वर्णिम दिवस कब आएंगे या भगवान जाने इसी के साथ कब तक दफ्तर में कार्य करना पड़ेगा.

सामाजिक कार्यों में बुलावे पर व्यक्ति आत्मीयता होने के कारण जा रहा है किन्तु वहाँ पर मेजबान द्वारा बनाए जा रहे भोजन को ग्रहण किए बगैर ही वह लौट रहा है. अब इसमें हो यह रहा है कि मेजबान ने तो जितने लोगों को आमंत्रित किया है उनके हिसाब से वह भोजन आदि का निर्माण करा रहा है, किन्तु कम लोगों के भोजन ग्रहण करने के कारण भोजन अधिक बच रहा है और व्यर्थ जा रहा है, जिसका कोई हल इस परिस्थिति में नजर नहीं आ रहा. अब से पहले यह सामान्य मान्यता हुआ करती थी कि यदि बच्चों को पिज्जा, बर्गर आदि खाने हैं, घर की महिलाओं को चाट आदि खानी है, परिवार में यदि कोई मीठा या मिठाई खाई जानी है, तो वह बाजार से ही उपलब्ध हो पाएगी. कोरोना काल ने यह सोच एवं मान्यता बिल्कुल उलट कर रख दी है. अब जो भी खाया जाना है, घर का ही बना हुआ खाना पसंद किया जा रहा है.

हालांकि विश्व स्वास्थ्य संगठन द्वारा अभी इस प्रकार की कोई पुष्टि नहीं की गई है कि कोरोना महामारी खान पान के कारण फैलती है. यह बीमारी तो संक्रमित व्यक्ति के संपर्क में आने से उसके खाँसने, छींकने या फिर उसकी लार द्वारा फैलती है. यदि

कोई संक्रमित व्यक्ति ही खान-पान का वस्तु विक्रेता है तो वह कई लोगों को संक्रमित कर सकता है. इसका एक प्रत्यक्ष उदाहरण है, अभी वर्तमान में ही खबर आई कि किसी व्यक्ति द्वारा एक गाँव में अपने जन्मदिन पर भोजन रखा गया और सभी नाते रिश्तेदारों को आमंत्रित किया, जिसमें काफी संख्या में लोग शामिल भी हुए. कार्यक्रम के कुछ दिनों के पश्चात उस आयोजन को करने वाला परिवार एवं उस आयोजन में शामिल व्यक्तियों में से अधिकतर कोरोना पोजिटिव हो गए. उनका स्वास्थ्य खराब हो गया. जांच करने पर यह पाया गया कि आयोजन में रसोई बनाने वाला रसोइया कोरोना पोजिटिव था जिसके कारण से सभी व्यक्ति संक्रमित हो गए. इस तरह की खबरें आज सुनने में आ रही हैं जिससे कहीं किसी जगह पर खाने पीने में संकोच होना स्वाभाविक है. यहाँ पर मैं विश्व स्वास्थ्य संगठन द्वारा खान पान से संबंधित 05 दिशानिर्देशों का जिक्र करना चाहूँगा :

- 1) हमेशा स्वच्छ रहें. 2) कच्चे भोजन को पके खाने से दूर रखें. 3) खाना पूरी तरह पकाएं. 4) सुरक्षित तापमान पर भोजन को सुरक्षित रखें. 5) हमेशा साफ पानी एवं स्वच्छ भोजन का इस्तेमाल करें. सतर्क रहें सुरक्षित रहें.

अजय कुमार लोहरे  
क्षे.का., इंदौर





## ‘एक नयी ऊर्जा का एहसास, ‘यूनिवन’ के साथ

यूनियन बैंक ऑफ इंडिया के साथ कॉर्पोरेशन बैंक और आंध्रा बैंक के सम्मेलन के चलते हमें, मैंगलोर से मुंबई स्थानांतरण करने के बाद, यूनिवन से जुड़ने का सौभाग्य प्राप्त हुआ. वर्ष 2017 में जब हमने मैडम सत्यवती रै जी. के निमंत्रण पर यूनियन बैंक ऑफ इंडिया में आयोजित दिवाली मेले को भेंट दी थी, तब हमने पहली बार ‘यूनिवन’ तथा उसकी संकल्पना के बारे में जाना, सुना और देखा भी था. मेले से अर्जित लाभ को समाज के उत्थान हेतु खर्च करना, यह बात मुझे बहुत भायी थी और अच्छी भी लगी थी. हम वैसे भी कोविड 19 महामारी के समय ही मुंबई में आये थे इसलिए बाहर निकलना लोगों से मिलना ‘ना’ के बराबर ही था. लेकिन बावजूद इसके 2017 का अनुभव और यूनियन बैंक में आने

के बाद ‘यूनिवन’ को करीब से देखने, महसूस करने के बाद मैं इस संगठन के प्रति अभिभूत हुई. इस तरह से कार्यपालकों की पत्नियों का समाज के कार्य हेतु समर्पित समूह, मेरे लिए यह नयी संकल्पना थी. मुझे इस संकल्पना तथा समूह से जुड़कर बहुत अच्छा लगा. ऐसे में ‘गणेशोत्सव’ का त्योहार आया. मुंबई के गणेशोत्सव को हमने देखा था, सुना था और कोविड के माहौल में भी मैडम सत्यवती रै जी. ने ‘यूनिवन’ के मुंबई स्थित कार्यालय में ‘गणेशोत्सव’ मनाया, वह एक अच्छा अनुभव रहा. सभी से परिचय हुआ. ‘यूनिवन’ के बारे में अधिक जानकारी प्राप्त हुई. उसके कार्य के बारे में मुझे करीब से जानने का मौका मिला और हम भी समाज के कुछ काम आ सकते हैं, समाज के लिए कुछ कर सकते हैं, इस बात का एक ठोस विश्वास जाग गया.

‘यूनिवन’ से जुड़कर एक बात मैंने जान ली कि यदि आप दिल से कुछ नया करना चाहते हैं तो रास्ते अपने आप आपके सामने खुलते जाते हैं और जब रास्ते खुलते हैं तो मंजिल भी मिल जाती है. इस एहसास ने मुझमें एक नयी सकारात्मक ऊर्जा को भर दिया है. मैं उत्सुक हूँ, मैं उत्साहित हूँ, ‘यूनिवन’ से जुड़कर!



श्रीमती अनुपमा मिश्रा  
पत्नी/श्री विरूपाक्ष मिश्रा,  
कार्यपालक निदेशक  
के.का., मुंबई





# सीख-प्रकृति या कोरोना से ?

**आ**जकल पूरी दुनिया कोविड के डर से त्राहियाम कर रही है. कोरोना एक अति सूक्ष्म विषाणु जो मानव के वजूद पर ही सवाल कर रहा है. इस महान संकट ने हमें प्रकृति और मनुष्य के संबंध के बारे में कई तरह के सबक सिखाये जो भविष्य में हमारे लिए सहायक साबित होंगे.

प्रकृति और मनुष्य के बीच बहुत गहरी रिश्तेदारी है. इंसान जन्म से लेकर मृत्यु तक हर पहलू में प्रकृति से किसी न किसी रूप में जुड़ा रहता है. प्रकृति की नजर में हम सब एक समान होने के कारण इस दुनिया में जन्म लेनेवाले हर इंसान की जरूरतें प्रकृति परिपूर्ण करती है. अगर हम मनुष्य की स्वास्थ्य संबंधी बात करें तो उनके स्वास्थ्य प्रकृति के साथ उनके व्यवहारों का परिणाम बनी रहती है. आजकल प्रगति के नाम पर मानव पर्यावरण को क्षति पहुँचा रहा है, जिसका नतीजा उन्हें कई खतरनाक बीमारियों से सामना करना पड़ रहा है.

प्रकृति पर मानव शासन नहीं कर सकता. समय-समय पर प्रकृति हमें चेतावनी जारी करती रहती है, मगर मानव इसका अनादर करता आ रहा है. लेकिन कोविड ने हम सबको मजबूर किया कि हम उन चेतावनियों पर विशेष ध्यान दें. 2020 के इस साल में कोविड ने हम सबको महत्वपूर्ण सबक सिखाया, जिसके ऊपर हम सावधान नहीं रहे तो मानव अपना अस्तित्व खोने के खतरे में पड़ जाएगा.

इस दुनिया में प्रकृति ही सर्वोच्च है. मानव विकास के नाम पर पर्यावरण को हानि पहुँचाने के फलस्वरूप जलवायु परिवर्तन, कार्बन उत्सर्जन, ग्लोबल वार्मिंग, जलवायु, ध्वनि

प्रदूषण तथा प्राकृतिक संसाधनों का विघात आदि भयानक समस्याएँ हमारे सामने आती ही रहती हैं. पूरी दुनिया में कार्बन उत्सर्जन को रोकने तथा पर्यावरण को बचाने के नाम पर हजारों करोड़ के फंड का आदान प्रदान हो रहा है, लेकिन इसका सकारात्मक परिणाम कुछ भी नहीं रहा तथा धरती पर प्रदूषण यँ ही बढ़ता जा रहा है. प्रकृति ने मनुष्य की शिक्षक बनकर अनेक बार मानव को विशिष्ट पाठ पढ़ाया. लेकिन नर प्रकृति का सम्मान करने के बदले में विनाशक की भूमिका निभाते जा रहा है. कोरोना महामारी हमारे गलत पथ को दोष रहित करने का संकेत देकर समझाया कि हमें प्रकृति का सम्मान करना ही होगा. कोविड ने मानव को अपनी जीवनशैली में बदलाव लाकर प्रकृति के साथ साथ आगे बढ़ने की शिक्षा प्रदान की है.

कोविड के नकारात्मक प्रभाव से देश भर में लागू हुए लॉकडाउन के फलस्वरूप पर्यावरण से संबंधित अनेक परिवर्तन आए, जैसे कुछ शहरों में हवा में प्रदूषण की मात्रा घट गई तथा हवा की गुणवत्ता भी बढ़ गई थी. इतना ही नहीं, प्राकृतिक संबंधी कई रूपांतर आए जैसे कई नदियाँ साफ होने लगीं, धरती की ओजोन लेयर सुधर गई, भूमिगत जल स्वच्छ हो गए तथा जंगली जानवर भी बेफिक्र घूमने लगे. कोरोना ने समस्त मानव जाति को यह सिद्ध करके दिखाया कि अगर मनुष्य अपनी गतिविधियों पर संयम रखे और उत्थान के नाम पर प्रकृति को नष्ट करना रोक दें तो प्रकृति खुद अपने आप को दुरुस्त कर लेगी. इसके लिए इंसान को किसी तरह के संघर्ष झेलने की जरूरत नहीं है.

मानव ने सृष्टि की शुरुआत से ही अपने दैहिक एवं मानसिक क्षमता के सहारे अनेक चुनौतियों का मुकाबला किया. कोरोना की सबसे बड़ी उपलब्धि यह रही कि पूरी दुनिया एकत्रित हो गई और यह साबित किया कि धरती पर किसी भी संकट से निपटने की संघटनात्मक क्षमता मानव में मौजूद है. भारत की सनातन संस्कृति पर विचार विमर्श करें तो मानव को प्रकृति से जुड़ी कई समस्याओं का समाधान मिल सकता है. अभी भी देरी नहीं हुई, कोरोना से प्राप्त सूक्ति से हम सबको अपने दैनंदिन जीवन में नए मापदंड को अपनाने होंगे. जैसे किसी बीमारी के आने पर इलाज करने से पहले ही सावधानी से रहना बेहतर है, उसी तरह मानव जीवन और भी बड़े संकटों में फँस जाने के पहले ही जागरूक होकर प्रकृति के संदेश का पालन कर अपने जीवन विधानों में बड़े पैमाने पर परिवर्तन लाने की सख्त जरूरत है.

मानव की मौजूदगी प्रकृति से है, न कि प्रकृति का अस्तित्व मानव से है. यह सच्चाई जब तक मनुष्य स्वीकार नहीं करेगा तथा प्रकृति की सीमा तोड़ते रहेंगे, तब तक उनके अस्तित्व का भय हमेशा के लिए बना ही रहेगा. कोरोना के इस संकट समय में महात्मा गांधीजी के इस संदेश को हम सबको अनुसरण करने की अत्यंत आवश्यकता है.

पृथ्वी हर मनुष्य की जरूरत को पूरा कर सकती है. परंतु पृथ्वी हर मनुष्य के लालच को पूरी नहीं कर सकती है.



एन वी एन आर अन्नपूर्णा  
क्षे.म.प्र.का.; विशाखापट्टनम्



# कोरोना काल के अनुभव : खड़े - मीठे

15 मार्च, 2020 से आरम्भ हुआ मेरे जीवन में कोरोना काल. एडवांस्ड स्टेज प्रैग्रेसी के साथ कोरोना का भय और स्थान हमारा नं.1 इंदौर. इंदौर में उस समय कोरोना स्वच्छता की तरह ही चौके छके लगा रहा था. उस समय इंदौर में भारत का सबसे सख्त कर्फ्यू था. जरूरी चीजें यहाँ तक की सब्जियां भी नहीं मिल रहीं थीं. सिर में बाल जितने रिश्तेदार होने के बावजूद कोई भी ना आ सका, काम वाली बाइयाँ भी बंद करनी पड़ी. एक बात सबसे अधिक सता रही थी कि कोई घर से आ न सका तो नवजात बच्चे को संभालेंगे कैसे? मगर जिसका डर था वही हुआ, डिलीवरी थोड़ा जल्दी करवानी पड़ी. कोई आ न सका. आमतौर पर मुझे रोना नहीं आता है परंतु उस दिन न जाने क्यों आँसू नहीं रूक रहे थे. पूरे ऑपरेशन के दौरान भी मैं रो रही थी.

खैर मेरे घर एक नन्ही परी ने जन्म लिया. पति दिन भर साथ रहने के बाद घर चले गये, क्योंकि बड़ी बेटी को सहेली के घर छोड़ा था. फिर सीधे वे हॉस्पिटल से छुट्टी वाले दिन आये. उस बीच मेरी बड़ी बेटी की केयर टेकर जैसे तैसे आ गई थी. इन चार दिनों में

डॉक्टर, वैक्सीन, दवाइयां, केयर टेकर का भोजन सब मैंने मैनेज किया. चार दिनों बाद छुट्टी हुई. सास द्वारा किये जाने वाले सब नेगचार केयर टेकर ने किये. 22-23 दिन बाद फिर हम ही पास की सहायता से मेरे मायके के लिये रवाना हुए. उस समय बैतूल ग्रीन ज़ोन में था, सोच रही थी कि जाएंगे तो मम्मी गले लगा लेगी, कोई मेरी बेटी को ले लेगा, बड़ी बेटी को इतने दिन बाद बच्चों के साथ खेलने को मिलेगा, पर हुआ उल्टा. हमारे स्वागत के लिये 100 से ज्यादा लोग खड़े थे, परंतु 100 मीटर की दूरी पर, हम इंदौर से क्या आये थे हमें देखने के लिए ऐसे आ रहे थे जैसे कोई इनामी बदमाश पकड़े गए हों. सबने दूर की राम-राम की और हमें घर के ऊपर वाले फ्लोर पर क्वारंटाइन किया गया. हम समझ सकते थे, परंतु दुःख हो रहा था. लेकिन आगे का एपिसोड और खतरनाक था. अगले ही सुबह एक बड़े शोर की आवाज आई, छत से देखा तो पता चला गाँव के सरपंच, सचिव और दो चार लोग हमें गाँव के सरकारी स्कूल में क्वारंटाइन करवाने आये हैं. मेरी मम्मी जोर-जोर से रो रही थीं कि मेरी तुरंत डिलीवरी वाली बेटी सरकारी

स्कूल में कैसे रहेगी. वह उस जगह जायेगी तो मरी ही वापस आयेगी, मैं कैसे भेजूं. गाँव के जिन घरों के 10-15 लोगों को स्कूल में क्वारंटाइन किया गया था, वे पुरजोर विरोध कर रहे थे कि या तो ये लोग भी स्कूल में रहें या हमारे लोग घरों में वापस आयें. मेरे घर के बाहर मेला सा लग गया था. हम छत से सब देख रहे थे और स्कूल में रहने के लिये मानसिक रूप से तैयार हो रहे थे. करीब 2 घण्टे की बहस के बाद आखिरकार परिणाम आया कि, अब पूरे घर को ही क्वारंटाइन कर दो. फिर घर के बाहर पर्चे लगाये गये कि सावधान! इस घर में इंदौर से कुछ लोग आये हैं. गाँव में ढोल बजाकर मुनादी हुई कि इस घर के लोगों से 14 दिन दूर रहें क्योंकि यहां इंदौर से लोग आये हैं और 14 दिनों में हमें अछूतों की तरह खाना-पानी मिलता रहा और हमारा क्वारंटाइन पूरा हुआ. उसके बाद अब सब कुछ अच्छा, बहुत अच्छा है.

बबली सिंह  
क्षे.का., इंदौर





24 मार्च, 2020 शाम के करीब 7-8 बजे एक खबर ने पूरे देश को हिला कर रख दिया और वो खबर थी-देश में कोविड-19 के बढ़ते प्रभाव को देखते हुए 24 मार्च से 15 अप्रैल, 2020 तक का लॉकडाउन. यह वह शब्द है, जिससे समाज के बहुत से लोग बिल्कुल भी परिचित नहीं थे, लेकिन देश की स्थिति में सुधार के लिए भारत सरकार द्वारा लिया गया यह कदम एक सराहनीय और समझदारी भरा कदम माना गया. सारे निजी उद्योग बंद किए गए. रेल सेवा, हवाई सेवा, टूरिस्ट सेवा, होटल बिज़नेस, वित्तीय संस्थान, और भी कई सरकारी और गैर सरकारी गतिविधियां स्थगित कर दी गईं. चलता फिरता देश शांत हो गया.

इस लॉकडाउन का प्रभाव लोगों की मानसिक, शारीरिक, आर्थिक स्थिति पर अलग-अलग तरीके से देखने को मिला:

1. **शारीरिक स्थिति पर प्रभाव:** लॉकडाउन की स्थिति में लोगों ने अपने काम के बाद अपने स्वास्थ्य को प्राथमिकता देना शुरू कर दिया. योगा, व्यायाम से लोगों की ना केवल हैल्थ बेहतर हुई बल्कि उन्हें मानसिक संतोष की भी अनुभूति हुई.

2. **मानसिक स्थिति पर प्रभाव:** लॉकडाउन में सबसे ज्यादा आहत कर देने वाली खबर आई, जब प्रवासी मजदूरों को अपने घर वापस लौटने के लिए पर्याप्त सुविधाएं नहीं मिल पा रहीं थीं. सैकड़ों मजदूरों ने अपनी जान गवां दी, हजारों बच्चों ने अपने माता पिता को अपनी आंखों के सामने मरते हुए देखा, तो हजारों की भूख से जान चली गई. इन सभी बातों से उन बच्चों और बड़ों की मानसिकता पर क्या प्रभाव पड़ा वह महसूस करना ही दुखद है, बहुत सारे लोगों को अपनी नौकरी गवांती पड़ी, बहुत सारे लोगों ने आर्थिक तंगी के कारण आत्महत्या कर ली.

3. **आर्थिक स्थिति पर प्रभाव:** लॉकडाउन के कारण देश का कारोबार रुक गया, अर्थव्यवस्था गिर गई, देश में मंदी के हालात पैदा हुए और सैकड़ों लोगों ने अपने रोजगार गवां दिये, इससे समाज में चोरी,



डकैती जैसे प्रलोभन की जगह बनती नजर आने लगी. लोगों ने ये कदम मजबूरी और अपनी आजीविका के लिए उठाने शुरू कर दिये, और इन सब में सबसे ज्यादा असर लघु और मध्यम वर्ग के लोगों में दिखा, जिनकी आजीविका के स्रोत सीमित होते हैं. देश में निर्माण कार्य रुक गए, डिमांड और सप्लाई गैप बढ़ गया, देश की अर्थव्यवस्था पर बहुत गहरा असर देखने को मिला, जिसके परिणामस्वरूप लोगों की आर्थिक स्थिति गंभीर बनी हुई है.

4. **आत्मनिर्भरता:** लॉकडाउन के पूरे चरण में सबसे सकारात्मक बात जो हुई है, वह है आत्मनिर्भरता इस शब्द ने लोगों को अपने बचाव के साथ-साथ आत्मनिर्भर बना दिया. लोगों ने अपने काम की जिम्मेदारी खुद ले ली, छोटे-छोटे काम से लेकर बड़े-बड़े काम तक लोग खुद ही करने लगे और इसने न केवल एक इंसान को बल्कि पूरे देश को आत्मनिर्भर बना दिया.

5. **बेहतर पारिवारिक संबंध:** लॉकडाउन ने पूरे देश को चार दीवारी में बंद कर दिया, इससे अपने लोगों को करीब से जानने का मौका मिला, जहां इस भाग-दौड़ भरी ज़िंदगी में लोगों को अपनों के लिए वक़्त नहीं था, अब लोगों को अपनों को जानने उन्हें समझने और आपसी प्यार और व्यवहार को बढ़ाने का पूरा समय मिला, इस तरह लॉकडाउन का ये असर एक उम्मीद भरा और सकारात्मक दिखाई दिया.

6. **सामाजिक परिवर्तन:** COVID -19 जैसी बीमारी ने लोगों को एक दूसरे से दूर रहने का एक विकल्प दे दिया, लोग न चाहते हुए भी मिलने जुलने से दूर हो गए हैं, सामाजिक उत्सव, सम्मेलन की नियमितताएं

सरकार द्वारा सुनिश्चित कर दी गई हैं, अब पहले जैसा मेल-मिलाप यदि नियमित और अनिवार्य है तो केवल उस स्थिति में ही संभव हो पाएगा. बड़े-बड़े मंदिर और संस्थानों के भी अपने नियम बना दिये गए हैं, स्कूल कॉलेज अब उसी पहले जैसी परिस्थिति में कब शुरू होंगे किसी को नहीं पता. वर्क फ्रॉम होम को बढ़ावा दिया जाना निश्चित है. इस प्रकार के अनेक सामाजिक बदलाव होना संभव है.

7. **संस्कृति पर प्रभाव:** हमारा देश एक संस्कृति प्रधान देश है, यहाँ हर एक धर्म और संस्कृति का सम्मान किया जाता है. लोगों से मेल मिलाप करना, अलग-अलग त्योहारों में इक़्ठा होना भारतीय की एक अलग ही पहचान है. लेकिन कोरोना काल में लोगों के अंदर अब बस अपने और अपने परिवार की सुरक्षा का विषय सबसे जरूरी हो गया है.

8. **पर्यावरण पर प्रभाव:** हमारा पर्यावरण, प्रदूषण स्तर इस लॉकडाउन में शुद्ध हो गया, मोटर या दूसरे वाहनों से होने वाले प्रदूषण से हवा दिन-प्रतिदिन विषैली होती जा रही थी, लेकिन इस लॉकडाउन के प्रभाव से लोग अपनी चार दीवारी में कैद हो गए और जो बाहर हैं, जानवर, पेड़ पौधे वे अब स्वच्छ हवा में चैन की साँस ले पा रहे हैं. आस-पास की जलवायु वर्षों बाद शुद्ध हो पा रही है और प्रदूषण स्तर भी काफी कम हो गया.

इस लॉकडाउन में हमारा पाला कुछ अच्छे और कुछ बुरे प्रभावों से पड़ा.



नितीशा चतुर्वेदी  
क्षे.का., महेशाणा

# कोरोना का सकारात्मक प्रभाव

**भा**रत सरकार द्वारा घोषित लॉकडाउन में, मैं अपने घर में बंद था। घर में बंद होने की वजह कोरोना था या पुलिस के डंडों का डर इसके बीच में निर्णय करना कठिन था। लेकिन मैं अपने घर में बंद था।

एक दिन की बात है। मैं लॉक डाउन के समय अपने कमरे में सो रहा था, सुबह के करीब 6 बज रहे होंगे तभी मैंने महसूस किया कि चिड़ियों की चहचाहट मेरे कानों में गूँज रही है। ऐसा लग रहा था जैसे मानो किसी ने मेरे कानों में मिश्री घोल दी हो, कोई मधुर संगीत धीमे-धीमे मेरे कानों में गूँज रहा हो। तभी मेरे कमरे में कोई प्रवेश करता है और मेरे कमरे की खिड़की खोल देता है, खिड़की के खुलते ही ठंडी-ठंडी हवा मेरे कमरे में प्रवेश करती है। मुझे ऐसा महसूस होता है मानो मैं जन्म की सैर कर रहा हूँ। न कोई शोर शराबा था ना ही प्रदूषित हवा न रोड पर गाड़ियों की कर्कश आवाज थी और ना ही फैक्ट्रियों से निकलने वाला काला धुआं, अगर कुछ था तो चारों ओर शांति और स्वच्छ वातावरण। सच कहूँ मैं उस रोज इतना प्रफुल्लित था कि थोड़ी देर के लिए ही सही परंतु मैं कोरोना जैसे भयानक वायरस को भी भूल गया था।

हरेक सिक्के के दो पहलू होते हैं। अभी तक तो सब लोग कोरोना की बुराइयों को देख रहे थे परंतु आज के इस वाक्य के बाद नहीं चाहते हुए भी मैं कोरोना के कारण हुई अच्छाइयों को देखने के लिए मजबूर हो गया। कोरोना के कारण जो कुछ अच्छाइयाँ मैंने महसूस किया, वे इस प्रकार हैं :-

भारत के 'मेक इन इंडिया' का सपना साकार होने की कगार पर आ खड़ा हुआ है। हम कई क्षेत्र में आत्मनिर्भर हो सके हैं। डिजिटल इंडिया का नारा हम पिछले कुछ वक्त से सुन रहे हैं। 2014 में माननीय प्रधानमंत्री जी के द्वारा डिजिटलीकरण पर ज़ोर दिया गया है।

बात मीडिया की हो या शिक्षा जगत की, हर जगह लॉकडाउन होने के बाद लोग ऑन लाइन तरीकों का इस्तेमाल ज्यादा करते दिख रहे हैं। अब शिक्षा जगत में भी बदलाव देखने को मिल रहा है। तमाम शिक्षण संस्थानों और प्रबंधनों ने तय किया कि लॉकडाउन की अवधि में बच्चों को शिक्षित करने के लिए ऑनलाइन माध्यम का प्रयोग किया जाएगा। इसके अतिरिक्त लोग अब पैसों के लिए बैंक जाने की जगह ऑनलाइन माध्यम का प्रयोग करना ज्यादा पसंद कर रहे हैं। साथ ही साथ खरीदारी के लिए भी लोग ऑनलाइन मार्केटिंग को पसंद कर रहे हैं। यह कहना कोई अतिशयोक्ति नहीं होगी कि कोरोना की वजह से हम डिजिटलीकरण के क्षेत्र में कई वर्ष आगे पहुंच गए हैं।

असल में हर साल पर्यावरण दिवस पर देश व दुनिया में खराब पर्यावरण की दुहाई दी जाती है, लेकिन इस बार तो ऐसा कुछ है ही नहीं। इस बार तो पर्यावरण एकदम साफ सुथरा, दिलकश और नया नवेला सा हो गया है। ये बातें अतिशयोक्ति नहीं हैं। भारत सहित दुनिया में ऐसे कई उदाहरण सामने आए हैं। कोरोना वायरस के चलते पूरी दुनिया में लंबे समय तक लॉकडाउन रहा। इसके चलते प्रकृति में मनुष्य का दखल बंद हो गया। नतीजा प्रकृति खुलकर, निखरकर अपने नैसर्गिक रूप में आ गई।

**पानी की गुणवत्ता में सुधार :-** चूंकि कहीं भी पानी पर तैरती नावें नहीं थी, चाहे मछली पकड़ने की हों या सैर सपाटे की! और तो और सारी फैक्ट्री बंद पड़ी हैं, जिसके कारण गंदे पानी का प्रवाह नदी नालों में बंद हो गया। फलस्वरूप नदी का पानी साफ हो गया। मीडिया की मानें तो वेनिस जैसे क्षेत्रों में पानी इतना साफ हो गया है कि मछलियों को साफ साफ देखा जा सकता है। पानी का

प्रवाह भी पहले से बेहतर हो गया है। इसमें कोई संदेह नहीं है कि इंसानी आवाजाही कम होने के कारण अब समुद्र का भी हाल सुधर रहा है। समुद्री जीवन सम्पन्न हो रहा है।

**वन्य जीवों पर प्रभाव :-** लॉकडाउन में मछली पकड़ने के क्रम में काफी गिरावट देखी गई है, इससे बायोमास में वृद्धि होगी। इसके अलावा जंगली जानवरों को भी स्वतंत्र रूप से विचरते हुए देखा गया है। यहां तक कि समुद्री कछुओं को भी उन क्षेत्रों में लौटते देखा गया है, जहाँ वे अपने अंडे रखने से बचते थे।

**वनस्पति पर प्रभाव :-** स्वच्छ हवा और पानी के कारण पौधे बेहतर तरीके से बढ़ रहे हैं। पौधों को पनपने और अधिक ऑक्सीजन का उत्पादन करने का मौका मिल रहा है। कम कूड़े का मतलब भी नदी के सिस्टम के लिए अच्छा है। ये हालात लंबे समय के परिप्रेक्ष्य में पर्यावरण के लिए शुभ है।

**लेकिन मनुष्य के लौटते ही खो जाएगी यह रौनक -** लॉकडाउन के कारण पर्यावरण पर सकारात्मक प्रभाव पड़ा है, लेकिन अब यह भी डर है कि एक बार लोग फिर से यात्रा करना शुरू कर देंगे। वे जो काम कर रहे हैं उसे वापस करना प्रारम्भ कर देंगे तो ये सारे सकारात्मक प्रभाव धीरे-धीरे कहीं गायब हो जाएंगे।

यद्यपि कोरोना एक भयानक बीमारी है और जितनी जल्दी वैक्सिन आ जाए उतनी जल्दी मानव जाति का कल्याण होगा तथापि इसके कारण पर्यावरण एवं डिजिटलीकरण के सकारात्मक प्रभावों से इंकार नहीं किया जा सकता है।



निखिल कुमार  
क्षे.का., सिलीगुड़ी



# Effects of Lockdown



Lockdown.... the most vulnerable word at these times. Amidst the chaotic life never in the worst nightmare I, or I bet any of the living soul would have ever imagined the atrocities of wounding nature and its elements would yield such daring consequences. Yes, we are paying the price for being so ruthless, insensitive and callous towards the ecosystem.

Lockdown or as the search engine 'Google' implies 'stay-at home' or 'shelter in place' are other annotations of the word. Basically whenever I used to come across this word it created a picture of captivity or detention but now it's a new way of survival or means of existence. When the world was buzzing with numerous voices of inequality, gender-bias, supremacy, religious tolerance, space-oriented projects etc there in one of the corners of the world something deadly, contagious, a vicious virus was spreading its stings like a fire in the wild bushes, a threat to the human race. By the time some preventive measures could have been taken to halt its spread, the deadly COVID-19 was at our door step.

News started pouring as to how Wuhan, the epicentre of the pandemic, was isolated from the rest of the world. From here I got to know what actually Lockdown is, in simple language locking your self, stripped off your right to freedom or mobility, a wingless bird. Lockdown was imposed on several countries and now it was our turn. Life has to come to a stand still.

Just like a coin has two sides in the same way every exercise or aspect

has pros and cons. Lockdown made us realize that though we have achieved zenith in science and space but still we are helpless in front of nature. We have explored the universe but there is still a lot to know, uncover the facts related to nature. We like small species were forced to seclude ourselves from the community. Lockdown gave us a lesson that every force has some limitations and restrictions which is necessary to continue the realm of life. People understood the importance of family bonds and to be concerned for them whom we take for granted. Lockdown has a beautiful effect on nature, due to closure of Industries, construction work and restrictions on plying vehicles, nature once again regained its lost beauty. The snow-capped peaks of Himalayas was visible from Jalandhar which were almost a lost sight for many years, even one of the most polluted rivers Yamuna showed a remarkable improvement in the water quality. The wild life, animals and birds could be spotted in many areas loitering freely. The lockdown didn't only purify the environment but also made our souls pious when the age old mythological epics Ramayana and Mahabharata were broadcast on DD National. Who could have imagined that in today's fast and cosmopolitan India where rituals and traditions have disguised itself under occasions of amusement, fun and frolic, slowly but steadily creating a void between modernisation and values and beliefs epics like Ramayana would emerge with highest TRP in the world. Lockdown hues..... Last but not the least during this period our education system witnessed a massive change. The mentors and the learners moved into the digital world

where classrooms were replaced with Google Classrooms, teaching started in Zoom, Google Meet or Microsoft Team and evaluation is done in Google Form. What a plight. It's so hard to digest that the entire setup on which our education system is laid has almost changed maybe for a while. The abandoned school, the hustle- bustle of the children is all missed today.

Lockdown has almost pierced our economy which was already struggling. Some economists are forecasting that it will lead to a great recession, unemployment and financial turmoil even in the most developed nations. Yes, the victim of this lockdown is everyone but it's too hard on the lower income group who are facing challenges in making both ends meet. Life is not the same anymore but then humanity had always faced situations like this be it the Spanish Flu or other pandemics and has undoubtedly emerged as a winner. Lockdown has taught us to value our life, freedom and relations. We all have to stand united then only can we unleash the trauma inflicted by this life taking virus but we can't disapprove the fact that we felt like caged birds longing for a free sky during lockdown. I end my writing by quoting some lines from a very famous poem 'I know why the caged bird sings' by Maya Angelou.

**The caged bird sings with a fearful trill  
Of things unknown But longed for still  
and his tune is heard on the distant hill  
for the caged bird sings of freedom.**

**Rohit Narain Singh**  
STC, Lucknow



# Adverse effects of corona on people's mentality

It is a near universal truth that people need people, humans are accustomed to live with other humans and the interactions and relationships that result are the most relevant adaption environment. Psychology says that part of human nature's default mode is to be social. People have an innate (very powerful) need to belong.

COVID-19 has become common parlance lately. It has become a widespread reality which in true nature can be fatal without exceptions. Its physiological effects are ubiquitous and are preponderating. However, the resulted implications of this pandemic is not limited to physical health but has spread to very existence of humans. It is believed to have made obscure effects on human psychology.

As the corona virus pandemic rapidly sweeps across the world, it is inducing a considerable degree of fear, worry and concern in the population at large and among certain groups in particular, such as older adults, care providers and people with underlying health conditions.

Fear and anxiety about a new disease and what could happen is overwhelming and can elicit varied and strong emotions in all stratas. Public health actions, such as social distancing, can make people feel isolated and lonely and can increase stress and anxiety.

Stress during subject disease outbreak is causing the following:

- Excessive and unnatural fear and worry about self health and the health of loved ones, financial situation or job, or loss of support services one relies on.
- Changes in sleep or eating patterns.
- Difficulty in sleeping or concentrating.
- Worsening of chronic health problems.
- Worsening of mental health conditions.
- Increased use of tobacco, and/or alcohol and other substances.

Mental health is an important part of overall health and wellbeing. It affects how we think, feel, and act. It may also affect how we handle

stress, relate to others, and make choices during an emergency. People with pre-existing mental health conditions or substance use disorders may be particularly vulnerable in an emergency. Mental health conditions (such as depression, anxiety, bipolar disorder, or schizophrenia) affect a person's thinking, feeling, mood or behavior in a way that influences their ability to relate to others and function each day.

Everyone reacts differently to stressful situations: it can depend on their background, their social support from family or friends, financial situation, health and emotional background, the community one lives in, and many interplaying factors.

People who may respond more strongly to the stress of a crisis include:

- People who are at higher risk for severe illness from COVID-19 (for example, older people, and people of any age with certain underlying medical conditions).
- Children and teens.
- People caring for family members or loved ones.



- Frontline workers such as health care providers and first responders,
- Essential workers such as bankers, food industries, pharma, etc.
- People who have existing mental health conditions.
- People who use substances or have a substance use disorder.
- People, who have lost their jobs, had their work hours reduced or had other major changes to their employment.
- People who have disabilities or developmental delay.
- People who are socially isolated from others, including people who live alone, and people in rural or frontier areas.
- People in some racial and ethnic minority groups.
- People who do not have access to information in their primary language.
- People experiencing homelessness.
- People who live in congregate (group) settings.

Recovering from COVID-19 or ending home isolation: Can be stressful to be separated from others if you have or were exposed to COVID-19.

### Emotional reactions may include:

- Mixed emotions, including relief.
- Fear and worry about your own health and the health of your loved ones.
- Stress from the experience of having COVID-19 and monitoring yourself, or being monitored by others.

- Sadness, anger, or frustration because friends or loved ones have fears of getting the disease from you, even though you are cleared to be around others.
- Guilt about not being able to perform normal work or parenting duties while you had COVID-19.
- Worry about getting re-infected or sick again even though you've already had COVID-19.
- Other emotional or mental health changes.

### Healthy ways to cope with stress

- Know what to do if you are sick and are concerned about COVID-19. Contact a health professional before you start any self-treatment for COVID-19.
- Know where and how to get treatment and other support services and resources, including counseling or therapy (in person or through tele-health services).
- Take care of your emotional health. Taking care of your emotional health will help you think clearly and react to the urgent needs to protect yourself and your family.
- Take breaks from watching, reading, or listening to news stories, including those on social media.
- Take care of your body.
- Take deep breaths, stretch, or meditate.
- Try to eat healthy, well-balanced meals.

- Exercise regularly.
- Avoid excessive alcohol and drug use.
- Take time to unwind. Try to do some other activities you enjoy.
- Connect with others. Talk with people you trust about your concerns and how you are feeling.
- Connect with your community- or faith-based organizations. While social distancing measures are in place, consider connecting online, through social media, or by phone or mail.
- Knowing the facts about COVID-19 and stopping the spread of rumors can help reduce stress and stigma.

However, there are ways to protect against suicidal thoughts and behavior. For example, support from family and community, or feeling connected, and having access to in-person or virtual counseling or therapy can help with scourging thoughts and behavior, particularly during a crisis like the COVID-19 pandemic.

We are undoubtedly facing one of the greatest healthcare and economic crisis of our time and recovery times remain uncertain. Coping with stress will make us, the people we care about, and our community stronger. Taking care of our friends and our family can be a stress reliever, but it should be balanced with care for oneself.

Ruchi Yadav  
R.O.Udaipur





## डिजिटल बैंकिंग क्षेत्र पर कोरोना का सकारात्मक प्रभाव

**को**रोना संक्रमण से जूझते हुए जब हम अपनी चार दीवारी में बंद थे तब क्या-क्या बदला? इन सुनसान सड़कों ने, एक दूसरे से छू जाने के इस डर ने, बंद पड़े बाजारों ने, लड़खड़ाती हुई अर्थव्यवस्था ने, हमें नए प्रयोग करने को बाध्य किया है। कुछ समय पहले तक पेटिएम, फोन पे, गूगल पे, अमेज़न आदि अजनबी कम जाने जाते थे लेकिन आज यह हमारे रोज की जिंदगी का हिस्सा बन चुके हैं। कोरोना जनित वित्तीय संकट बैंकिंग क्षेत्र के लिए एक ऐतिहासिक चुनौती बना हुआ है। ऐसे में, एक सुदृढ़ और मजबूत बैंकिंग प्रणाली सुनिश्चित करने के लिए समयानुकूल तकनीकी बदलाव अतिआवश्यक है। नई तकनीक के उद्भव ने बैंकिंग व वित्त में कई अनुप्रयोग (innovation) के अवसर पैदा किए हैं।

**भारतीय डिजिटल बैंकिंग पर कोरोना का प्रभाव :** कोविड-19 संकट सम्पूर्ण विश्व के लिए एक भयंकर चुनौती लेकर आया है। यह बैंकिंग क्षेत्र के लिए एक आपदा और अवसर दोनों हैं। इस आपदा का सफल प्रबंधन बैंकिंग क्षेत्र को नई बुलंदी पर ले जा सकता है। कोरोनाकाल में गैर निष्पादक आस्तियों (एनपीए) का भावी दुष्प्रभाव अपेक्षाकृत अधिक बना हुआ है, जो कि ऋण वृद्धि-दर पर भारी पड़ रहा है। जोखिम ग्रस्त बैंकों ने अपना ध्यान बड़े बुनियादी ढांचे और औद्योगिक ऋणों से हटाकर खुदरा ऋणों की तरफ लगाना शुरू कर दिया है। विविधीकरण की यह कार्यनीति, जोखिम शमन उपकरण के

रूप में सहायक तो है, लेकिन ग्राहकों तक इनकी सरल उपलब्धता एक बड़ी चुनौती है। ऐसे में फिनटेक, भविष्य की बैंकिंग व्यवस्था के महत्वपूर्ण ध्वजवाहक बन कर उभरे हैं।

फिनटेक का अर्थ है फाइनेंशियल सर्विसेज को टेक्नोलॉजी की सहायता से लागू करना। फिनटेक कंपनियां तकनीकी रूप से तैयार फाइनेंशियल सर्विसेज प्रदान करती हैं जिनका इस्तेमाल करना ग्राहकों के लिए आसान है। एनपीसीआई (NPCI) यूपीआई (UPI) फिनटेक का सबसे जाना माना उदाहरण है। फिनटेक क्रांति में भारत दुनिया भर में अपना परचम लहरा रहा है। अर्न्स्ट एंड यंग द्वारा आयोजित फिनटेक एडॉप्शन इंडेक्स के बारे में हाल ही में हुए एक वर्ल्डवाइड सर्वे से पता चलता है कि चीन (67%) के बाद भारत (52%), फिनटेक को अपनाने वाला दूसरा सबसे बड़ा देश है। इस समय भारत में 1200 से अधिक फिनटेक फर्म हैं और इनकी संख्या तेज़ी से बढ़ रही हैं।

कोरोना संकट के कारण ग्राहक अपनी बैंकिंग जरूरतों के लिए बात-बात में शाखा जाना नहीं चाहते। चाहे पैसे ट्रांसफर करना हो, फिक्स्ड डिपॉजिट खोलना हो या चेक पेमेंट रोकने का अनुरोध करना हो, अब यह सब ग्राहक घर या ऑफिस में बैठकर ही करना चाहते हैं। प्रौद्योगिकी के उपयोग ने इसे संभव भी बना दिया है। सरकार, आरबीआई और बैंकों के संयुक्त प्रयासों के बाद भी डिजिटल बैंकिंग की गति अवरुद्ध थी। कोरोना संकट

ने इसे जोरदार झटके के साथ एक नई और ऊंची छलांग लगाने को बाध्य किया है।

जनसांख्यिकीय लाभांश व जन-धन, आधार और मोबाइल आदि कई अनूठे प्रयोगों ने भारत में वित्तीय सेवाओं के तेजी से डिजिटलीकरण में सहयोग किया। सन् 2008 तक सिर्फ 17% आबादी के पास बैंक खाते थे।

कोरोना संकट के समय, भारतीय बैंक अंतिम व्यक्ति तक सरकारी सहायता पहुंचाने का एक त्वरित, सटीक और सुगम माध्यम बन कर उभरा है। बेरोजगारी का अनुमान लगाने की सटीक व्यवस्था का अभाव होने के कारण, विषम समय में प्रभावित व्यक्ति तक सीधी सहायता पहुंचाना लगभग असंभव था। अतः भारत सरकार ने बैंक के माध्यम से जन-धन खातों द्वारा लोगों तक सीधे पैसे भेजने का फैसला लिया। इसके परिणाम में 04 अगस्त, 2020 तक देश की 98% आबादी को आधार से पंजीकृत किया जा चुका है जिसमें 40 करोड़ आधार-सक्षम बैंक खाते हैं।

एन पी सी आई और आरबीआई के संयुक्त प्रयासों से भारत बिल पे, आधार आधारित बायोमेट्रिक पेमेंट सिस्टम (AEPS), यूपीआई (UPI) आदि सुविधाओं को बढ़ावा दिया जाने लगा है। महीने दर महीने UPI से एक नया कीर्तिमान स्थापित हो रहा है। जुलाई 2020 के अंतिम सप्ताह में लगभग 12% की छलांग के साथ लेन-देन (ट्रांज़ैक्शन) का कुल वॉल्यूम 149 करोड़ को पार कर गया है, जिनमें ₹2,90,537 करोड़ से अधिक



राशि का लेनदेन हुआ. वहीं, जून में UPI के जरिये 2 लाख 61 हजार करोड़ रुपये के लेन-देन हुए थे. इस साल जुलाई में 164 बैंकों ने अपने ग्राहकों को UPI की सुविधा दी. अंतिम तिमाही में औसत UPI लेन-देन (ट्रांज़ैक्शन) का 1940 रुपये का रहा. डिजिटल पेमेंट सिस्टम का विस्फोटक विकास इस क्षेत्र के परिपक्व होने की दिशा में बढ़ने के शुभ संकेत हैं.

**फिनटेक और बैंक :** बैंकों और फिनटेक उद्योग के बीच संबंध प्रतिस्पर्धी के बजाय सहयोगी प्रकृति का है. कई फिनटेक स्टार्टअप्स ने पीयर-टू-पीयर लेंडिंग, क्राउड-फंडिंग, ट्रेड फाइनेंस, इश्योरेंस, अकाउंट एग्रीगेशन और वेल्थ मैनेजमेंट के क्षेत्र में प्रवेश ले लिया है. फिनटेक सहभागियों के सहयोग से, कई बैंक एक हाइब्रिड मॉडल लागू कर रहे हैं, जहां मोबाइल और बैंकिंग सेवाओं के समावेश से सेवाओं को नए, सरल और व्यापक रूप से आम जन तक पहुंचाया जा रहा है.

जन-धन, आधार और मोबाइल की आधार-भूत परिकल्पना से जन्मी एक फिनटेक अवधारणा इंडिया स्टैक ने भारत की तस्वीर बदल दी है. इंडिया स्टैक भारत में हो रहे फिनटेक क्रांति की केंद्रीय धुरी है. इंडिया स्टैक प्रौद्योगिकी व्यवस्था एपीआई बैंकिंग (API banking) के इर्द-गिर्द बुनी जा रही है. इंडिया स्टैक भारत की आबादी को डिजिटल युग में लाने के लिए एक एकीकृत सॉफ्टवेयर प्लेटफॉर्म बनाने की महत्वाकांक्षी परियोजना है जो सरकारों, व्यवसायों, स्टार्टअप्स और डेवलपर्स को बिना उपस्थित हुए (presence-less), बिना किसी पेपर के (paper-less), और बिना कैश के (cash-less) सेवा वितरण के प्रति भारत की कठिन समस्याओं को हल करने के लिए एक अद्वितीय डिजिटल बुनियादी ढांचे का उपयोग करने की अनुमति देता है.

इंडिया स्टैक की शुरुआत 2009 में आधार यूनिवर्सल आईडी से हुई थी. अगले चरण में सेवाओं के पैक (pack of services) की शुरुआत की गई, जिसमें ई-केवाईसी (e-KYC), ई-साइन (e-Sign), UPI, Digital locker आदि सम्मिलित हैं. ई-केवाईसी पते, पहचान आदि के पेपरलेस और तेजी से सत्यापन को सक्षम बनाता है. ई-साइन,

उपयोगकर्ता को, इलेक्ट्रॉनिक हस्ताक्षर संलग्न कर, किसी दस्तावेज को कानूनी रूप से विधि सम्मत तरीके से हस्ताक्षरित करने की सहूलियत देता है. यूपीआई (यूनिफाइड पेमेंट्स इंटरफेस) कैशलेस भुगतान को सक्षम करते हैं. डिजिटल लॉकर, दस्तावेजों और प्रमाणपत्रों के जारी करने और सत्यापन के लिए एक मंच (platform) उपलब्ध करता है. यह स्पष्ट है कि सेवाओं का यह गुलदस्ता भारत में फिनटेक क्रांति की रीढ़ बन गया है.

फिनटेक के विकास के लिए एक अनुकूल और प्रभावी वातावरण उपलब्ध कराने के लिए आरबीआई ने Working Group on Fintech and Digital Banking की अनुशंसा के आधार पर फिनटेक को बढ़ावा देने के लिए एक पॉलिसी पेश की और रेगुलेटरी सैंडबॉक्स के लिए डिज़ाइन पेश किया है. रेगुलेटरी सैंडबॉक्स एक लाइव और कंट्रोल्ड सिस्टम होगा जो फिनटेक को दुनिया में पेश करने से पहले सीमित पैमाने पर अपने नए उत्पादों की टेस्टिंग की अनुमति देगा. सरकार, रिज़र्व बैंक और उद्योगों द्वारा शुरू की गई पहल से सर्वव्यापी डिजिटलीकरण की दिशा में एक क्रांतिकारी बदलाव आया है जिसने प्रौद्योगिकी को अपनाने के लिए एक सकारात्मक माहौल बनाया है.

**बैंकिंग की उभरती नई संरचना :** अपने पारंपरिक व्यवसायों के अलावा बैंक, बीमा,



आस्ति प्रबंधन, दलाली जैसे नए क्षेत्रों में अपना विस्तार कर रहे हैं. बैंक अब फिनटेक फर्मों को हानिकारक नहीं मानते. दृष्टिकोण में इस बदलाव ने वित्तीय सेवा क्षेत्र को सुरक्षा की भावना दी है. बैंक फिनटेक कंपनियों में निवेश करने से लेकर अपनी सहायक फिनटेक कंपनियों की स्थापना करने, फिनटेक कंपनियों के साथ सहयोग करने तक, कई कार्य-नीतियों पर भरोसा कर रहे हैं. इस तरह पारंपरिक बैंकिंग डिजिटलीकरण और आधुनिकीकरण पर ध्यान केंद्रित करते हुए अगली पीढ़ी की बैंकिंग के लिए रास्ता बना रही है. पारंपरिक शाखाओं की आवश्यकता की समीक्षा की जा रही है. इससे अधिकांश बैंकिंग सेवाओं के लिए बैंक की शाखा में जाने की जरूरत नहीं रह गयी है. उभरते हुए परिदृश्य में, सार्वजनिक क्षेत्र के बैंकों के समामेलन (Amalgamation) से कार्यबल और शाखाओं के आबंटन में तालमेल पैदा कर परिचालन को सुव्यवस्थित किया जा सकता है. बड़े बैंक बेहतर प्रौद्योगिकी, कौशल और व्यावसायिक मॉडल से लैस होने के चलते खुद को पुनः सक्षम बना सकते हैं. नए, समर्थ और सशक्त भारत में आपका स्वागत है.

विश्वास कुमार आनंद  
क्ष.का., सूरत





# फिनटेक और भारतीय बैंकिंग

## फिनटेक का अर्थ

फिनटेक शब्द फिन + टेक शब्द से बना है जिसका तात्पर्य फिन अर्थात फाइनेंस अथवा वित्तीय एवं टेक अर्थात टेक्नोलॉजी या प्रौद्योगिकी से है। वित्तीय कार्यों में प्रौद्योगिकी के उपयोग को फिनटेक कहा जा सकता है और इस कार्य को पूरा करने वाली कंपनी को फिनटेक कंपनी कहा जाता है। दूसरे शब्दों में कहें तो फिनटेक वे वित्तीय कंपनियां हैं जो काम में तेजी लाने और लागत में कटौती के लिए टेक्नोलॉजी का इस्तेमाल कर रही हैं।

## फिनटेक और भारतीय बैंकिंग

भारत विश्व के सबसे तेज़ गति से बढ़ने वाले फिनटेक बाजारों में से एक है। 2029 तक 1 ट्रिलियन डॉलर का भुगतान डिजिटल माध्यम से किया जाएगा। भारतीय फिनटेक इकोसिस्टम वर्तमान में विश्व में तीसरे स्थान पर है। 2014 से इसमें 6 अरब डॉलर से अधिक का निवेश किया जा चुका है।

स्मार्टफोन की लगातार बढ़ती संख्या के साथ ग्राहकों की ऊंची अपेक्षाओं ने भारत के वित्तीय सेवा उद्योग को तेजी से बदला है।

बिजनेस से लेकर अन्य गतिविधियां डिजिटल होने के कारण ऑनलाइन वित्तीय सेवाओं की स्वीकार्यता बढ़ गई है। कहा जा सकता है कि फिनटेक उद्योग ने कारोबार करने के तरीके, वित्तीय सेवाओं एवं भुगतान से संबंधित लेनदेन को ही बदल कर रख दिया है।

फिनटेक और भारतीय बैंकिंग का भविष्य कितना उज्ज्वल व सुनहरा है, वह इस बात से ही पता लगाया जा सकता है जब हमारे देश के प्रधानमंत्री 14 नवंबर, 2018 को, पूर्व एशिया शिखर सम्मेलन (फिनटेक फेस्टिवल) में हिस्सा लेने सिंगापुर पहुंचे। प्रधानमंत्री जी ने फिनटेक (फाइनेंस टेक्नोलॉजी) फेस्टिवल में मौजूद लोगों से कहा कि भारत दुनिया में एक अग्रणी फिनटेक और स्टार्टअप राष्ट्र बन कर उभर रहा है। मैं सभी फिनटेक कंपनियों और स्टार्टअप से कहता हूँ कि भारत आपका सबसे अच्छा ठिकाना है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जी ने इस बात पर जोर देते हुए कहा कि प्रौद्योगिकी बड़े पैमाने पर अवसर प्रदान करते हुए लाखों लोगों की जिंदगी में बदलाव ला रही है।

एक ओर जहाँ प्रधानमंत्री फिनटेक फेस्टिवल में भाग लेने के लिए सिंगापुर गए, वहीं दूसरी ओर नीति आयोग ने फिनटेक कॉन्क्लेव 2019 का आयोजन नई दिल्ली में किया, इसका उद्घाटन भारतीय रिज़र्व बैंक के गवर्नर श्री शक्तिकांत दास द्वारा किया गया था। इसका उद्देश्य वित्तीय टेक्नोलॉजी के क्षेत्र में सुधार करना तथा नयी नीतियों के निर्माण पर विचार विमर्श करना था। इस कॉन्क्लेव में केन्द्रीय मंत्रालयों, रेगुलेटर, बैंकर, स्टार्टअप्स, सेवा प्रदाता तथा उद्यमियों समेत 300 से अधिक प्रतिनिधियों ने हिस्सा लिया।

## फिनटेक और उसके फायदे

बैंकों के लिए :-

बैंकों द्वारा फिनटेक के माध्यम से मोबाइल वॉलेट सर्विस तथा यूपीआई और भीम एप लॉन्च करके बैंकिंग प्रणाली को आसान बनाया जा रहा है, जिसके माध्यम से पैसे का लेन-देन आसान, तेज और सुरक्षित हो गया है।

बैंकों के परिचालन लागत में कमी आएगी क्योंकि ग्राहकों को कई सारी सेवाएं जैसे



कि भुगतान, पैसे के लेन-देन जैसी सेवाओं के लिए बैंक जाने की जरूरत नहीं पड़ेगी. इन सभी सेवाओं से संबंधित लागत में कमी आएगी.

फिनटेक की मदद से बैंकों की कई सारी सेवाएं ऑनलाइन हो चुकी हैं, जिससे बैंककर्मियों के काम का बोझ हल्का होगा और ग्राहक भी घर से कई सेवाओं का लाभ ले पाएंगे.

फिनटेक की मदद से बैंक देश के दूरदराज़ इलाकों तक बैंकिंग सेवाएं उपलब्ध करा रहे हैं, क्योंकि बैंकों को सेवाएं प्रदान करने के लिए अपनी शाखाओं के विस्तार की जरूरत नहीं पड़ेगी, जरूरत है तो डिजिटली हाई-टेक उत्पादों एवं सेवाओं की, जिससे वे ग्राहकों को भारत के किसी भी कोने में उत्कृष्ट सेवाएं दे पाएंगे.

देश में आज पेट्टीएम, मोबीकिक और फ्रीचार्ज जैसी कंपनियाँ तेज़ी से आगे बढ़ रही हैं तथा बैंकों के साथ समन्वय से छोटी कंपनियों को भी अपने नए आइडिया पर काम करने का मौका मिल रहा है.

#### **ग्राहकों के लिए :-**

पहले के समय में हम आपके लिये अपने पास या किसी भी चीज़ के भुगतान या लेन देन के लिए कैश रखते थे लेकिन अब फिनटेक के क्रांति ने न सिर्फ़ कैश रखने की ज़रूरत खत्म कर दी है बल्कि बैंकिंग सेवाओं का रूप भी बदल कर रख दिया है.

पहले के समय की बात करें तो बैंक से ऋण लेने के लिए लम्बे समय का इंतज़ार करना पड़ता था और लम्बी कागज़ी कारवाई करनी पड़ती थी लेकिन अब फिनेटक कंपनियां एप या ऑनलाइन आवेदन के जरिए लंबी कागज़ी प्रक्रिया 24 से 36 घंटे के अंदर ऋण मुहैया करा रही हैं.

फिनटेक कंपनियों की सहायता से भुगतान या ट्रांसफर चाहे 5 रुपए का हो या लाखों रुपए का, चाय वाले से लेकर आभूषण खरीद तक सभी आसान, तेज और सुरक्षित हो गया है.

स्मार्ट फ़ोन के माध्यम से यूपीआई और भीम एप या अलग-अलग तरह के एप, इनके ज़रिये पैसे का लेन-देन हो या भुगतान, लोगों के लिए आसान और सुरक्षित हो गया है.

फिनटेक की मदद से कई प्रकार की सेवाएं एक ही प्लेटफ़ॉर्म पर उपलब्ध हो सकेंगी जैसे की बचत, उधार, बीमा और अन्य वित्तीय उत्पाद तथा सलाहकार सेवाएं आदि. इसके फलस्वरूप हम ग्राहकों को बेहतर और समय पर सेवा प्रदान कर सकेंगे.

कई बार हम देखते हैं, ऐसे कई गाँव होते हैं जहाँ न बैंक होते हैं और न पोस्ट ऑफिस ऐसी स्थिति में अब बिना किसी मुश्किल के किसी भी व्यक्ति को अगर पैसे ट्रांसफर करने हों तो फ़ोन के ज़रिये मिनटों में पैसा भेजा जा सकता है.

फिनटेक कंपनियाँ अपने आधुनिक उत्पादों और सेवाओं की वज़ह से देश के कोने-कोने में बैंकिंग सर्विस पहुँचाने में मददगार रही हैं. यही वज़ह है कि अब बैंक इन्हें अपना प्रतिद्वंद्वी नहीं, बल्कि पार्टनर मानने लगे हैं.

#### **अर्थव्यवस्था के लिए :-**

रोजगार के अवसर: फिनटेक सेक्टर कई क्षेत्रों में आगे बढ़ रहा है. जहाँ तक नौकरियों की बात है, तो मोबाइल वॉलेट कंपनियों, ई-कॉमर्स प्लेटफ़ॉर्म, रिसर्च एंड डेवलपमेंट, फिनटेक इनोवेशन कंसल्टेंट, डाटा साइंटिस्ट, डाटा एनालिस्ट के अलावा नॉन-बैंकिंग फाइनेंस कंपनियों, पेमेंट बैंक्स के खुलने से अलग-अलग विभागों में विशेषज्ञ युवाओं की मांग बढ़ रही है, जो अर्थव्यवस्था के लिए एक शुभ संकेत है.

सरकार की कोशिश देश की इकोनॉमी को कैशलेस बनाने की है, जो चीज़ें सरकार अपना रही है, नई-नई टेक्नोलॉजी लागू करने का प्रयास कर रही है उससे आम आदमी को लाभ हो रहा है, ऐसे में फिनटेक कंपनियों की भूमिका आने वाले दिनों में और बढ़ी होने जा रही है इसका सीधा फायदा अर्थव्यवस्था को हो रहा है.

फिनटेक की सहायता से बड़ी जनसँख्या तक वित्तीय सेवाएं उपलब्ध करवाई जा सकती है. सरकार द्वारा देश की अर्थव्यवस्था को कैशलेस बनाने का प्रयास किया जा रहा है. फिनटेक, कैशलेस अर्थव्यवस्था के प्रयासों में भी महत्वपूर्ण भूमिका का निर्वहन करेगी, डिजिटल इंडिया कार्यक्रम भारत सरकार द्वारा चलाया जाने वाला एक कार्यक्रम है, जिसने देश की अर्थव्यवस्था को एक डिजिटल रूप प्रदान किया है. डिजिटल इंडिया के सपने को पूरा करने के लिए फिनटेक की एक अहम भूमिका है, जिसके माध्यम से घर-घर डिजिटल बैंकिंग जैसी सेवाएं प्रदान करने में आसानी होगी. डिजिटल प्रोडक्ट्स जैसे कि एटीएम, मोबाइल बैंकिंग, इंटरनेट बैंकिंग, मोबाइल वॉलेट, टैब बैंकिंग इत्यादि सेवाओं ने बैंकिंग को सहज और आसान बना दिया है. इसके कारण ग्राहक सुविधा में भारी बढ़ोत्तरी हुई है और उनके समय और पैसे की बचत हो रही है. इसके फलस्वरूप अर्थव्यवस्था को नई दिशा और गति प्रदान हुई है.

**दीपक गुलवानी**  
क्षे.का. राजकोट





## बैंक कर्मी और कोरोना

यह कहना कोई अतिशयोक्ति नहीं होगी कि कोरोना से पूरी दुनिया अस्तव्यस्त हुई है. इस महामारी को जितना हमने बाहरी तौर पर समझा या देखा है, उससे कहीं ज़्यादा हमने इसे हमारी मानसिक चिंता, विचारों और भय से बल दिया है. किन्तु यह भी सच है कि इस काल में हम जैसे बैंक कर्मी अपनी मानसिक शक्ति, सहनशक्ति और धर्य (जो कि हमारे दैनंदिन कार्य का एक अभिन्न अंग है), के सहारे अब तक इस संकट पर विजय प्राप्त करने में सफल हो पाए हैं.

कोरोना के शुरुआती काल से आज तक सारे न्यूज़ चैनल, अखबार, इंटरनेट न्यूज़ और लेखों में सिर्फ़ कोरोना का हल्लाबोल रहा है. इन खबरों ने हमें मानसिक रूप से जकड़ कर मानो किसी चक्रव्यूह में खड़ा कर दिया. जबकि इसके विपरीत हम थोड़ी सी सावधानी, देखभाल, स्वच्छता और सतर्कता के अस्त्रों-शस्त्रों से कोरोना का चक्रव्यूह भेद सकते हैं.

डर, शंका, निराशा, नकारात्मक विचारों से हम खुद को ही जाने अनजाने में कमजोर बना रहे हैं.

मैं बैंक कर्मी होने के नाते इस कोरोना काल में भी निरंतर अपनी सेवाएँ दे रही हूँ, इस बात का मुझे अभिमान है. देश के नागरिकों की संकट के समय सेवा कर पाना, अपने कर्तव्य को पूरा कर पाने का एहसास रोज़ सुबह एक नयी ऊर्जा से भर देता है. वास्तव में देश की सेवा करने का मौक़ा मिला. उस सब के दौरान मेरे मन से कब कोरोना का भय समाप्त हो गया पता ही नहीं लगा.

कोविड-19 ने हमें अंतर अवलोकन करने का अवसर दिया. मैंने और मेरे कई साथियों ने कोविड-19 को सकारात्मकता के साथ स्वीकार किया है. इस महामारी ने हमें वापस अपने प्राचीन मूल्यों को खरा कर उन्हें अपनाने का परामर्श दिया है.

कोरोना ने हमें अपने शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को सुदृढ़ बनाने के लिए प्रेरित किया है. ऐसे कई सकारात्मक पहलू हम इस महासंकट के बीच भी खोज सकते हैं. ठीक उसी तरह जिस तरह समुद्र-मंथन के समय विष तो निकला था किन्तु अमृत का वरदान भी मिला था.

गुरु नानक साहब की दो पंक्तियों के साथ इस लेख को पूरा करना चाहूँगी-

**नानक नाम जहाज है, चढ़े सो उतरे पार,  
जो शारदा कर सेवेदे, गुरु पार उतराणहार**



अश्विनी पाटिल  
आलंदी शाखा, पुणे (पश्चिम)





## कोरोना काल में चरमराती अर्थव्यवस्था

करीब दो महीने पहले जब वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण ने वित्त वर्ष 2020-21 के लिए बजट पेश किया था तब उन्होंने नहीं सोचा होगा कि दो महीने के भीतर ऐसी स्थिति पैदा हो जाएगी जिससे बजट का गणित पूरी तरह बिगड़ जाएगा और सरकार को नए सिरे से अपने खर्च और प्राथमिकताओं को चयन करने की जरूरत होगी. बजट में सरकार ने जो भी लक्ष्य तय किए थे अब एक तरफ हो चुके हैं.

कोरोना वायरस ने दुनिया भर के कारोबार को चौपट कर दिया है. भारत में भी कोरोना वायरस और इसे काबू में रखने के लिए लगाए गए लॉकडाउन से व्यापार बहुत बुरी तरह प्रभावित हो रहा है. छोटे-बड़े सभी कारोबार ठप हो गए हैं, जिसका सीधा असर भारतीय अर्थव्यवस्था पर पड़ रहा है. देश में लगभग सभी कारोबार प्रभावित हैं. हालात ये हैं कि विभिन्न सेक्टरों में करोड़ों लोगों का रोजगार दांव पर लग गया है. भारत के अकेले निर्यात सेक्टर में 1.5 करोड़ों लोगों के रोजगार पर तलवार लटकी है. करोड़ों लोग पहले से ही रोजगार से दूर हो गए हैं. इस सबसे भारत की अर्थव्यवस्था की हालत और भी बहुत खस्ता हो गयी. आईएमएफ सहित कई रेटिंग एजेंसियां भारत की विकास दर का अनुमान पहले ही घटा चुकी हैं. हाल ही में आईएमएफ की तरफ से जारी किए

गए अनुमान के मुताबिक 2020 में भारत की विकास दर 1.9 फीसदी रह सकती है. इतना ही नहीं बर्कलेज ने अनुमान लगाया कि इससे 2020 में भारत की जीडीपी स्थिर रहेगी और विकास दर शून्य रहेगी. इसने वित्त वर्ष 2020-21 में भारत की विकास दर 0.8 फीसदी रहने का अनुमान लगाया है. ऐसा पहली बार है कि भारत की विकास दर के शून्य रहने का अनुमान लगाया गया है. वैसे केंद्र सरकार और आरबीआई देश की अर्थव्यवस्था को सहारा देने के लिए उपाय कर रहे हैं.

कोविड-19 का संक्रमण फैलने और उसकी रोकथाम के लिए देशभर में लॉकडाउन किए जाने से ठप हुई आर्थिक गतिविधियों से 4% जीडीपी यानी नौ लाख करोड़ रुपये की स्थायी हानि हो सकती है, यह बात रेटिंग एजेंसी क्रिसिल ने कही है. फुल सर्विस ग्लोबल रेटिंग्स एजेंसी के चीफ इकनॉमिस्ट डी.के. जोशी ने कहा कि इस हानि की भरपाई अगले तीनों वित्तीय वर्ष में हर साल 8.5% जीडीपी की ग्रोथ हासिल होने से ही मुमकिन है. जोशी ने भारतीय अर्थव्यवस्था पर कोविड 19 के असर को लेकर हुए टेलिकॉन्फ्रेंस में कहा, 'अगर इंडियन इकॉनॉमी FY22 से अगले तीन साल तक 7% की जीडीपी ग्रोथ हासिल करती भी है तो भी हमें नहीं लगता कि वह ग्रोथ की नॉर्मल ट्रेंडलाइन पर चल पाएगी

क्योंकि चोट करारी है और सरकार की तरफ से इकॉनॉमी को सपोर्ट करने की क्षमता भी सीमित है.' जोशी ने कहा कि इस नुकसान की भरपाई में असाधारण परिस्थितियां और नीतिगत मोर्चे पर उठाए गए कदम मददगार होंगे. फिलहाल सरकार का फोकस देश की इकॉनॉमी को कोरोना की चपेट से बचाना है.

सबसे पहले जानते हैं कि कोरोना के कारण इकॉनॉमी पर तात्कालिक क्या प्रभाव दिख रहे हैं और सरकार की तरफ से बचाव के क्या उपाए किए गए हैं. हाल ही में निर्मला सीतारमण ने 1.7 लाख करोड़ रुपये के कोरोना स्पेशल पैकेज का ऐलान किया है जो कि भारत के GDP का 0.70% है, लॉकडाउन से निपटने के लिए सरकार अभी से दूसरे बूस्टर पैकेज के बारे में विचार कर रही है. हालांकि सरकार ने अभी अनलॉक भी शुरू कर दिया है.

नीति आयोग ने कहा है कि जहां दूसरे देशों की विकास दर जीरो प्रोजेक्ट की जा रही है, वहीं भारत की विकास दर जीरो नहीं हो सकती है, क्योंकि अकेले कृषि क्षेत्र ही 0.5 फीसदी से ज्यादा विकास दर का योगदान GDP में करेगा.



संजय कुमार साह  
क्षे.का., सिलीगुड़ी



## भारतीय बैंकिंग क्षेत्र पर कोरोना का प्रभाव

दिसम्बर 2019 से कोरोना के वैश्विक महामारी का रूप लेने के बाद वैश्विक अर्थव्यवस्था पर जैसे काली छाया पड़ी है। भारत में मार्च 2020 से कोरोना ने अपना कहर बरपाना शुरू किया, जिसके कारण पूरे देश में सम्पूर्ण लॉक डाउन किया गया। इस सम्पूर्ण लॉकडाउन में हर आर्थिक गतिविधि स्थगित हो गयी। उद्योग धंधे, दुकानें, रेस्तराँ, परिवहन सेवा, होटल एवं हर तरह की गैर जरूरी गतिविधियां बंद रहीं। आर्थिक गतिविधियों के रुकने से पूरी अर्थव्यवस्था चरमरा गयी एवं बाज़ार में मांग की कमी हो गयी। इस दौर में उद्योग धंधों के बंद होने से वस्तुओं की आपूर्ति भी स्थगित हो गयी। तीन महीने व्यापार नहीं होने के कारण अकल्पनीय आर्थिक नुकसान हुआ है जिसने हर किसी को प्रभावित किया है।

भारतीय रिजर्व बैंक ने कोरोना वायरस महामारी के आर्थिक असर से निपटने के लिए नए उपाय भी अपनाए हैं, जिसमें निर्यात आय की प्राप्ति और स्वदेश भेजने की अवधि में बढ़ोत्तरी शामिल है। इसके साथ-साथ आरबीआई ने सभी राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों के आय-व्यय के नकदी प्रवाह में अंतर की सीमा में 30 प्रतिशत की बढ़ोत्तरी भी की है। आरबीआई ने कोविड-19 महामारी के चलते आई दिक्कतों के कारण 31 जुलाई, 2020 तक किए गए निर्यात से होने वाली आय को देश में वापस लाने की अवधि को निर्यात की तारीख से 15

महीने के लिए बढ़ा दिया है। आरबीआई ने अर्थव्यवस्था में नकदी की तंगी दूर करने और कर्ज सस्ता करने के लिए रेपो रेट और बैंकों के आरक्षित नकदी अनुपात (सीआरआर) में बड़ी कटौती की थी। सीआरआर में कटौती और नकद धन का प्रवाह बढ़ाने के उपायों से बैंकिंग जगत में 3.74 लाख करोड़ रुपये की नकदी उपलब्ध होगी। रिजर्व बैंक ने लोगों को आश्वस्त किया है कि देश की बैंकिंग व्यवस्था मजबूत है, उनका निजी बैंकों में जमा धन पूरी तरह सुरक्षित है और लोगों को घबराकर पैसा निकालना नहीं चाहिए। सरकार के लिए भी हर नागरिक तक कम से कम आर्थिक मदद पहुंचाने के लिए बैंक एक महत्वपूर्ण जरिया है। अपने रोज के बैंकिंग काम-काज के अलावा नयी जिम्मेदारियों के सफल निर्वहन की चुनौती भी बैंकों के सामने आ गयी है। कोरोना काल में भारतीय बैंकों की कार्यप्रणाली में अहम बदलाव आए हैं एवं उनकी प्राथमिकता भी बदल चुकी है।

**ग्राहकों को बैंक से जोड़े रखना एवं उनके खातों को सक्रिय बनाए रखना:** कोरोना के दौर में कोरोना से बचाव के लिए जारी किए गए सरकारी निर्देशों का पालन करने के दौरान ग्राहकों को बैंकिंग सेवा भी सावधानी से उपलब्ध करानी पड़ रही है। नकदी से संबंधित लेन-देन के लिए एटीएम का उपयोग ज्यादा होने से एवं निधि अंतरण के लिए ऑनलाइन आरटीजीएस या नेफ्ट के उपयोग से व्यक्तिगत संपर्क के कारण होने वाले कोरोना के जोखिम को कम किया जा सकता है। साथ ही बैंकों को अन्य सेवाओं जैसे चेक निर्गत करना या खातों के लेन-देन के

ब्यौरा से संबंधित पासबुक इत्यादि सेवाओं को ऑनलाइन तरीके से ग्राहकों तक पहुंचाने की कोशिश करनी पड़ेगी। यह भी सत्य है कि निजी बैंकों की तुलना में सरकारी बैंकों की तकनीकी कुशलता एवं ऑनलाइन सेवा में निरंतरता एवं सहजता को सुधारने की जरूरत है। साथ ही सबसे बड़ी चुनौती कम आय वाले एवं खुदरा ग्राहकों को ऑनलाइन सेवाओं की ओर आकृष्ट करना एवं उनसे ऑनलाइन सेवाओं को उपयोग कराना है। भविष्य में ज्यादा से ज्यादा ग्राहकों को ऑनलाइन बैंकिंग पर स्थानांतरित करके ही बैंक अपनी लाभप्रदता को बढ़ा सकते हैं एवं अपने मौजूदा ग्राहकों को अपने बैंक से जोड़े रख सकते हैं।

**गरीबों एवं जन-धन खातों की देख-रेख करना:** सरकार की जन उपयोगी योजना जिसे जन-धन योजना के नाम से जाना जाता है, के अंतर्गत बैंकों ने करोड़ों भारतवासियों के जन-धन खाते पिछले 6 सालों में खोले हैं। इन खातों में ज्यादातर खाते गरीबों के हैं जिनमें प्रवासी मजदूर भी शामिल हैं। कोरोना काल में ज्यादातर ऐसे प्रवासी लोग अपने गृह राज्यों को लौट चुके हैं। ऐसी परिस्थिति में बैंकों के लिए यह निहायत जरूरी हो जाता है कि वे अपने ऐसे सभी ग्राहकों के संपर्क में रहें एवं उनके नए पतों को अद्यतन करते रहें, जिससे उन गरीब ग्राहकों को उनके गांवों में भी बैंकिंग सेवा मिलती रहे एवं सरकारी सहायता राशि उन तक पहुंच सके।

**विस्थापितों को नयी जगह पर बैंकिंग सेवा मुहैया कराना :** प्रवासी लोगों के गृह राज्य लौटने के बाद उनके लिए बैंकिंग सुविधा मुहैया कराना भी बैंकों के लिए एक बड़ी चुनौती है। जैसा कि जन-धन खातों में होता



है, पासबुक पेश करने पर ही नकदी लेन-देन की अनुमति होती है, ऐसी स्थिति में एटीएम द्वारा उनको बैंकिंग सेवा उपलब्ध कराना भी बैंकों की ज़िम्मेदारी है। ऐसे कई खाते हैं जिनमें एटीएम कार्ड जारी नहीं हुआ है एवं विस्थापन के पश्चात् उनके पास नए पते का कोई सबूत या कागजात नहीं है। उन ग्राहकों को एटीएम कार्ड जारी करने के लिए शाखाओं को जरूरी आदेश प्रेषित करने पड़ेंगे एवं उचित व्यवस्था करनी पड़ेगी।

**समय पर ऋण की उपलब्धता सुनिश्चित करना:** अपने गांवों में लौटने के उपरांत लोगों के सामने पैसे की समस्या आएगी। जिन लोगों को नए रोजगार नहीं मिलेंगे वे अपना व्यवसाय शुरू करने की कोशिश करेंगे। ऐसे लोगों के लिए व्यवसाय स्थापित करने के लिए वित्तीय सहायता प्रदान करने की ज़िम्मेदारी भी बैंकों पर ही होगी। ऐसे नए उद्यमियों या स्वरोजगारियों को समय पर जरूरत के हिसाब से समुचित ऋण उपलब्ध कराना भी एक बड़ी चुनौती है।

**मौजूदा उद्योग धंधों एवं व्यवसाय को अतिरिक्त ऋण मुहैया कराना:** कोरोना काल में मौजूदा उद्योग धंधों एवं व्यवसाय की कार्यशील पूंजी कहीं न कहीं फंस चुकी है। लेनदारों से बकाया राशि की वसूली में हो रहे विलंब के कारण मौजूदा व्यवसायों को कार्यशील पूंजी की कमी हो रही है। ऋण की किश्त जमा करना भी एक बड़ी चुनौती है। ऐसे वक्त में बैंकों की ज़िम्मेदारी बनती है कि ऐसे उद्योगों/व्यवसायों को अतिरिक्त सहायता राशि ऋण के रूप में जल्द से जल्द प्रदान करें।

**सरकारी बीमा योजनाओं का लाभ ग्राहकों तक पहुंचाना:** सरकार ने जन कल्याण के लिए गरीबों के लिए सस्ती बीमा योजनाएं जैसे प्रधानमंत्री जीवन ज्योति बीमा योजना एवं प्रधानमंत्री सुरक्षा बीमा योजना जारी की है, जिसके अंतर्गत गरीबों को स्वास्थ्य एवं जीवन बीमा दिया जा रहा है। कोरोना काल

कोरोना के इलाज के लिए या कोरोना से मौत के उपरांत मृतक के परिवार को जीवन बीमा की रकम समय पर दिलवाना भी बैंकों की ज़िम्मेदारी बनती है। ऐसा पाया गया है कि ज़्यादातर डेबिट कार्ड्स या क्रेडिट कार्ड्स में बीमा पूर्वनियोजित रहता है। यहां तक कि बैंकों द्वारा गरीबों के खातों में सरकारी जीवन बीमा एवं/या स्वास्थ्य बीमा कराया जा चुका है। परंतु गरीब ग्राहकों को इसका ध्यान नहीं रहता और बीमा के भुगतान की प्रक्रिया का भी पता नहीं होती।

बैंकों की ज़िम्मेदारी बनती है कि वे ऐसे सभी बीमा धारकों की सूची की समीक्षा नियमित रूप से करें और हर योग्य बीमा भुगतान के लिए ग्राहकों या उनके परिजनों को कोरोना की इलाज या मृत्यु के पश्चात् जीवन बीमा की राशि का भुगतान करायें।

**प्रमुख योजनाओं के कार्यान्वयन में बैंक की भूमिका:** बैंक समाज के निचले स्तर तक जुड़ी हुई संस्था है। योजना का लाभ आम जन तक पहुंच रहा है या नहीं या संशोधित मानक लोगों को स्वीकार्य है या नहीं। इन सब की त्वरित एवं सटीक जानकारी ऊपर नीति निर्माताओं तक पहुंचनी चाहिए। यही कारण है कि भारत सरकार ने 20 लाख करोड़ रुपए के राहत पैकेज का निर्माण बैंकों को केंद्र में रख कर किया है। चाहे ऋणस्थगन की अवधि हो, या आरबीआई के रेट घटाने का निर्णय हो, हर निर्णय में बैंक से लगातार फीडबैक लिया जा रहा है।

कोरोना महामारी आपदा के कारण बैंकों की कार्यप्रणाली बहुत प्रभावित हुई है और बैंकों के सामने अनपेक्षित चुनौतियां आ गयी हैं। प्रधानमंत्री द्वारा घोषित 20 लाख करोड़ रुपए के आर्थिक पैकेज का वितरण सबसे अहम है। कोरोना काल में इस आर्थिक पैकेज को लाभार्थियों तक पहुंचाने के लिए बैंकों की शाखाओं को दिन-रात काम करना होगा। ऋण के माध्यम से दी जाने वाली हर आर्थिक मदद के लिए कागजी कार्रवाई एवं

नियमानुसार ऋण वितरण करना इस कोरोना काल में काफी मुश्किल काम है। बैंक ही एक ऐसी संस्था है, जिसकी पहुंच सभी लोगों तक होने के कारण सरकार की सभी योजनाओं को वे कार्यान्वयित कर सकती है।

कोरोना के साथ युद्ध किसी विश्व युद्ध से कम नहीं है। परंतु जागरूकता से इस बीमारी के प्रभाव को कम किया जा रहा है। कोरोना बीमारी में मृत्यु दर बहुत ज्यादा नहीं है, परंतु इसके संक्रमण के काफी तेजी से फैलने के कारण यह बीमारी सबसे खतरनाक बीमारियों में से एक साबित हो रही है। इस बीमारी का कोई नुस्खा ईजाद नहीं होने के कारण पूरे विश्व में डर एवं नकारात्मकता का माहौल बन गया है। लोगों ने सामाजिक दूरी बनाकर इसके असर को कम किया है। लेकिन आर्थिक दूरी बढ़ायी है। बैंक ही एक ऐसी संस्था है जो इस आर्थिक दूरी का अंत कर सकती है। बैंकिंग को आवश्यक सेवा में रखकर सरकार ने यह जता दिया है कि कोरोना के खिलाफ युद्ध में बैंकों के बिना जंग शायद जीती न जा सके।

इस कोरोना काल में घटते व्यापार और बढ़ते बेरोजगारी के कारण बैंकों के ऋण खातों की खराब होने की समस्या सामने आ सकती है। 6 महीने तक मिले ऋणस्थगन की सुविधा के कारण ऋणियों ने किश्तें जमा करनी बंद कर दी हैं। इस समय सीमा के समाप्त होते ही बैंकों के लिए इन खातों को पुनर्जीवित करना एवं किश्तों को नियमित करना एक बड़ी चुनौती के रूप में सामने आने वाला है। कोरोना के प्रभाव में खातों के खराब होने से बैंकों के सामने पूंजी की समस्या हो जाएगी। बड़े-बड़े बैंकों के लिए साख बचाना मुश्किल हो जाएगा। अतः यह सर्वविदित है कि कोरोना काल में बैंकों के ऊपर काफी चुनौतीपूर्ण प्रभाव पड़ेगा, जिससे सफलतापूर्वक उबरने के लिए बैंकों को एड़ी चोटी का जोर लगाना पड़ेगा।



कुन्दन कुमार सिन्हा  
सरल, क्षे.का. सूत

# Effects of CORONA on Indian Banking Sector

The opening of 2020 witnessed the major world economies passing through the trough registering negative or marginal growth in GDPs. The trend seems to be set for another 'Great Depression' and recoveries seem to be slow and time taking. Indian Economy was no less averse to this world scenario and was suffering a similar depression. Major sectors of the economy, viz., agriculture, mining, cement, iron and steel, automobile, IT & ITeS, Banking were all experiencing sluggish growths. Banking especially was plagued with many more burdens inherent to financial sectors and was

humans ranging from common cold to pneumonia.

It seems like the stage was perfectly set for COVID-19 to further destabilise the Banking Sector in terms of numbers as well as business. An industry which already had problems of its own was facing a new threat in the form of pandemic which was going to stall the already crawling economy. Banking sector which thrives on the prosperity of all other sectors was just not prepared to face the total lockdown of the economy.

To understand the effects of COVID-19

the country under total lockdown since 22nd March, 2020 for a period of approximately 3 months the usual prospects of business development had to be negated. Though the first quarter of any financial year doesn't witness considerable growth, this FY is extraordinary owing to the fact that, the jolt COVID-19 has given will take time to heal. Though certain sectors/activities were allowed to operate/commence operations in a phased manner, it was more for sustenance and not for progress. Take the example of the agricultural sector which was the first to be allowed



fighting a battle of its own.

Indian Banking Industry which was already hanging on a delicate thread due to slashed revenues, gloomy prospects of development, mounting NPAs and the problems associated with the Mega Amalgamations announced in September, 2019, and other issues intertwined with a receding economy wasn't prepared to face the onslaught of the Corona Virus Disease 2019, in short COVID-19 caused by Novel Corona Virus, a virus belonging to a family of viruses which caused a range of illnesses in

on the banking sector we have to classify the effect based on the ethnicity viz.,

**1. Business Related Effects:** As iterated in the earlier paragraphs, the prosperity of Banking Sector depends on the well being of all the sectors of the economy. Banks extend finance to varied sectors for development and only when the relative industries perform, then banks can expect repayments. Not only that, even to boost the deposit portfolio the public in general should have excess monies to save in the banks. With

operations in May, 2020, this was done to sustain the population, because if the Kharif season is left without activity, then it would be very difficult to provide food to the population. Likewise many sectors were opened in a phased manner. However, all the measures were not going to generate the kind of business opportunity to the banking sector which would have happened in a normal scenario.

**2. Process Related Effects:** Then came the various economic measures announced by Honourable Prime Minister, Honourable Finance



Minister and Reserve Bank of India in the form of “Twenty Lakh Crore Economic Package”, “Atmanirbhar Bharat Package” “Assistance to MSME Sector”, “EMI Moratorium for all Loans till August 2020”, “Extending Finance to Street Vendors” etc. All the packages announced through various platforms have had a direct bearing on the Banking industry especially the Public Sector Banks, as they had to saddle up for the humongous task of extending the benefits of the package to the common public. All these packages necessitated the formulation of new schemes which incorporated all the benefits announced by the Govt. In fact formulating such packages was easy compared to the implementation. Every consumer/person wants to take undue advantage of the schemes launched and wishes to have a piece of the cake and eat it too. Bank Managers are hardly given the opportunity to scrutinise the prospective borrower and his financial needs, but are rather compelled to lend to all and any of the persons who approach the bank, as denying finance to any party will result in complaints to the Ministry and bombarding from the highest level. There is daily reporting to be done on the number of proposals processed. This is leading to a process where progress is shown for the sake of progress. This portraying of numbers for just reporting will tumble like a pack of cards sooner or later.

### 3. Human Resource Management

**Effects:** The employees of the Banks are attending duties right from the day one of the lockdown with the only exception being branches closed due to Red Zones. Close to 90% of the branches and alternate banking channels were operational during the thickest time of the pandemic and lockdown, & this speaks of the commitment shown by the

employees in rendering service to the customers. Many bank branches are located in areas where there are no proper residing facilities and employees were forced to commute from nearby towns. The lockdown made this commuting a nightmare. And there were instances where employees residing in the same places as the branches were asked to vacate the houses due to various rumours of virus spreading through currency notes or if relatives of the employees were COVID-19 patients.

Customers who were ready to brave it all, duly practicing social distancing norms, were in a hurry when it came to banks. Social distancing norms, covering nose and mouth with masks were left to the wind when it came to visiting branches. Employees at branches were in constant threat of contacting virus due to this behaviour of the customers. The employees not only have the constant fear of contacting the virus but also fear they would be the carriers which will infect their loved ones.

Though employees have been the “Financial Warriors” fighting the virus and keeping the economy running there is hardly any mention in any of the media or the govt announcements who treat only Medical Professionals, Sanitation Workers and Policemen as fighters. The true fighters are the Banking Professionals who are braving it all, without proper protection or guidance. The entire system treats the Human Resource of the Banks as just a means of extracting work.

**4. Repercussion Effects:** While the above three effects are already visible, the fourth effect will take shape after the initial wave subsides. Many in the populace have lost their means of livelihood and are jobless and many who are fortunate to have jobs are not paid full wages/ salaries. This will result in many loans turning

sour once the moratorium period ends. Though many packages are announced for revival of the various industries/ sector, it would take time for the system to generate revenue out of the activity and repay the monies lent by banks. Many a loan lent in haste for street vendors/ small time units are bound to turn bad very soon and the blame will be on banks for not monitoring the loans properly. The repercussion effect will have a far greater bearing on the banking sector then we can imagine and comprehend at this stage. Unless there is solid support from GOI and RBI in the form of revised NPA norms and change in accounting practices, even the accounts which are good will have to be classified as NPA in the future.

During one of the toughest times of the century, Banking sector is wielding a double edged sword. While meeting the goals set by the Govt and RBI, it is also serving the customers with utmost care and concern. At the same it is also taking a beating in the form of biased approach by the system, unwarranted complaints by the customers, the soon to turn NPAs, and the criticism by the public for poor performance. All are to remember that the banking sector has worked amidst all the uncertainties, natural calamities, and adverse economic conditions and will continue to do so in the future also. Notwithstanding all the COVID-19 has dealt a great blow to entire economy in general and Banking Sector in particular which will take long time to recover. The repercussions will be felt for a longer time even after the virus is brought under control.

V. DivyaTeja  
RO, Secunderabad





श्री चंद्रशेखर सुलगंटे  
महाप्रबंधक



सुश्री मीना खन्ना  
महाप्रबंधक



श्री आई. ए. नारायणन  
महाप्रबंधक



श्री एम. एन. के. विश्वनाथन  
महाप्रबंधक



श्री नानचरैया के. वी.  
महाप्रबंधक



श्री वी. श्रीधर  
महाप्रबंधक



श्री प्रसाद एम. बाबु राजेंद्र  
महाप्रबंधक



श्री सुदर्शन कुमार मेहता  
महाप्रबंधक



श्री एन. वीरभद्रप्पा  
महाप्रबंधक



श्री राजेश कुमार वर्मा  
महाप्रबंधक



श्री एस. कुमार  
महाप्रबंधक



श्री विजय वालिया  
महाप्रबंधक



श्री रविंद्रनाथ कोसाराजु  
उप महाप्रबंधक



श्री अश्विनी कुमार परिडा  
उप महाप्रबंधक



श्री कपूर सिंह यादव  
उप महाप्रबंधक



श्री सुभाषचंद्र कंथारिया  
उप महाप्रबंधक





श्री जी. बी. त्रिपाठी  
उप महाप्रबंधक



श्री रकेश चोपड़ा  
उप महाप्रबंधक



श्री डी. चिरंजीवी  
उप महाप्रबंधक



श्री एच एस नगेंद्र  
उप महाप्रबंधक



श्री के. परमेश्वर अडीगा  
उप महाप्रबंधक



श्री वी. वासुदेवन  
उप महाप्रबंधक



श्री ए डी नागावरा प्रसाद  
उप महाप्रबंधक



श्री केवीएस राम मोहन राव  
उप महाप्रबंधक



श्री पी. सिवा रामा, कृष्ण प्रसाद  
उप महाप्रबंधक



श्री एमवीएस कृष्ण कुमार  
उप महाप्रबंधक



श्री जय नारायण मीणा  
उप महाप्रबंधक



श्री सूर्यनारायण सलाडी  
उप महाप्रबंधक



श्री एस. सत्यनारायण  
उप महाप्रबंधक



हम उनके सुखद एवं सक्रिय सेवानिवृत्त जीवन की कामना करते हैं.



**Ms. Drisya Saseendran**

### The Multi Talented Banker

**F**riends, you all will agree that sound attracts us. While melodious tunes sooth our soul, the harsh loud ones annoy and even frighten us. It is well said that 'Where words leave off, music begins'. Music touches us emotionally, where words alone can't. Let's meet one such music fanatic. Unionite Ms Drisya Saseendran, Personnel Officer from R.O., Trivandrum. This first rank holder in BBA at the Kerala University and having done MBA at College of Engineering, Trivandrum, she joined the services of the Bank in June, 2018.

Her father, retired Senior Superintendent from KSEB, is a Science columnist while her mother is a home maker and her Sister is working as Assistant Manager (HR) at Keltron. Her father has been conferred the certificate for 'the best translator' by Kalakaumudi for translating from English to Malayalam. Hailing from Neyyattinkara, Kerala, Drisya even translates from Malayalam to English. She has been chosen as 'Talented Banker of the Week' in May, 2019 by the Talented Bankers

Community comprising members of all Commercial Banks across the State of Kerala who are gifted with creative faculties of varied sorts. Being a cultural extravaganza, she got an opportunity to represent Union Bank of India and showcase her forte in singing and writing. She has won accolades from stalwarts across the Banking Sector including writers, dancers, musicians, caricaturists and photographers among Bankers and is now widely recognized as a talented Unionite. In this short dialogue with Mrs. Supriya Nadkarni of Union Dhara, she has expressed her musical and poetical journey.

\*\*\*\*\*

#### ❑ Your meaning of music?

A medium to express ones emotions. The dictionary describes it as the science or art of ordering tones or sounds in succession, in combination and in temporal relationships to produce a composition having unity and continuity. It can be vocal, instrumental, or mechanical sounds having rhythm, melody, or harmony choral, etc.

#### ❑ For the very first time, who introduced you to music – both vocal and instrumental? Tell us about your first public performance. To which form you are inclined?

My mom introduced me to music. I started learning music at the age of four and even performed on stage for the first time at the age of four only at a temple in my home town. It was a devotional song. I performed Veena on stage for the

first time when I was 10 years old. I also started doing classical music concerts at the age of ten. I am more inclined towards the vocal form.

#### ❑ Why did you select 'Veena' only from all the other instruments?

Veena has always been considered as an instrument of the Gods and hence it has been attributed the name 'Divine instrument'. Veena had always fascinated me as a child. Also since my sister learnt violin and used to win prizes in instrumental music competitions during her school days, I wanted to try something different. So I made up my mind to learn the Veena.

#### ❑ Can you describe 'Veena'?

The Veena is among the oldest of Indian musical instruments. Its origin can be traced to India's Vedic period. It comprises of a family of chordophone instruments from the Indian subcontinent. As a fretted, plucked lute, the veena can produce pitches in a full three-octave range. There are several types of veena and the most known among them are:

\*Saraswati Veena - This Veena gets its name from Goddess Saraswati, who is said to have played it. It is primarily used in Carnatic music.

\*Rudra Veena - The Rudra Veena gets its name from Lord Shiva. It literally means "The instrument dear to Shiva". Rudra Veena is a Hindustani instrument and varies from the Saraswati Veena in subtle ways.



\*Vichitra Veena – it is used in Hindustani music. Similar to the Carnatic gottuvadhyam, it has no frets and is played with a slide.

### ❑ Who is your 'Guru'? How did he influence you? Do you follow any 'Gharana' style?

My Guru, Shri Vellayani Ashok Kumar is the disciple of the famous music maestro, Shri Neyyattinkara Vasudevan. I don't opt for gharana style as I believe in upholding the originality of compositions when it comes to Carnatic music. Hindustani music gives room for expressions peculiar to an artiste. Since I prefer Carnatic music to Hindustani music, I believe that it's always better to refrain from modifying the underlying melodic structure of a composition.

### ❑ Your favourite classical 'ragas'?

Natta, Reethigowla, Varaali, Madhuvanathi, Ananda Bhairavi are my favourites.

### ❑ According to you which form is difficult - vocal or instrumental? Why?

Singing is more difficult when compared to playing Veena since it comes out successful only if the congregation of Sruthi, Thaala and Laya are perfect.

### ❑ How much time can you devote towards riyaz?

I devote time for riyaz during weekends only.

### ❑ Tell us about your light music performances and your endeavours on different TV channels. How do you get this opportunity?

I started performing light music since the age of four and bagged prizes at district and state level. My love for classical music inspired my semi-classical melodies. I have had the privilege to perform in around five television channels like Doordarshan, Asianet, Kairali and Surya TV. It's my Guru who gave me the opportunity for which I will remain indebted forever.

### ❑ What is poetry? Does poetry run in your family?

I believe that just like music, poetry is also medium through which you can express your emotions. My father is a writer and his uncle, Late Shri Ramachandran Kallikkad, was a famous film-maker and writer. The themes of my poems mostly centre on social issues.

### ❑ Have you any idea about its readership or any feedback?

My poems and articles are being published regularly in a monthly from Trivandrum titled "India Forward" and I am surprised to receive really good feedback. An article narrating my achievements as a singer and writer has been featured on the Face Book page of the Talented Bankers community which has gone down well and has attracted attention of the widespread banking fraternity.

### ❑ What is the role of poetry in the literary field?

English poet Shelly said that: "A poem is the very image of life expressed in its eternal

truth". Poetry is the highest form of literature because it expresses different feelings such as friendship, love, death and other human emotions. Poetry dominates other forms of literature such as novel, drama, short story, etc. It has a special place in English literature when compared to other forms.

### ❑ What 'an award' means to any artist?

Winning an award is one of the best things that can happen to an artist predominantly because it is recognition of his/her efforts.

### ❑ Have you been awarded for your work at any time (both music & literary work)?

I have bagged prizes in light music, classical music, recitation, Mappilapattu (a folklore Muslim song genre rendered to lyrics in Arabi Malayalam), film songs, instrumental music (Veena), story writing & poetry writing competitions since school days. I had also won the first prize in state level English poetry writing competitions conducted by Kerala Kaumudi & Malayala Manorama.

'Union Dhara' wishes her all the Best in her future musical and poetical endeavours. More power to her creativity & imagination!



Supriya Nadkarni

Union Dhara, C.O.

## हमें गर्व है



हमारी निज़ामपुरा शाखा, बड़ौदा के शाखा प्रमुख, श्री हिमांशु निगम (मुख्य प्रबंधक) को SLBC द्वारा कोविड-19 महामारी के दौरान असाधारण समर्पण की भावना के साथ बैंकिंग सेवाएँ प्रदान करने हेतु शील्ड तथा प्रमाणपत्र से सम्मानित किया गया।



हमारी चांगा शाखा की दफ्तरी सुश्री नयनाबेन जे. रबारी ने शाखा के लॉकर रूम में ग्राहक द्वारा भूलवश छोड़े हुए बैग, जिसमें रु. 1,00,000/- की नकद राशि थी, को शाखा प्रमुख के पास जमा कर दिया।



हमारी भीलवाड़ा मुख्य शाखा के प्रधान खजांची श्री मगनसिंह ने शाखा के स्ट्रॉंग रूम में एक ग्राहक (लॉकर धारक) द्वारा भूलवश छोड़े हुए उसके पर्स (जिसमें सोने की 8 अंगूठी, सोने के 6 ईयरिंग्स, सोने की 1 चैन और चांदी के कुछ जेवरात थे) को लौटाकर ईमानदारी का परिचय दिया।

## बधाई



सुश्री रितिका कुमारी, सुपुत्री श्री बैद्यनाथ प्रसाद, वरिष्ठ प्रबंधक, क्षे.का., जबलपुर ने सीबीएसई बोर्ड द्वारा आयोजित 10वीं कक्षा की परीक्षा 95.4 अंकों के साथ उत्तीर्ण की।



कुमारी टी. मानसा, सुपुत्री सीएच माधवी, लिपिक, मुरलीनगर शाखा, क्षे.का., विशाखापट्टनम ने बोर्ड ऑफ इंटरमीडिएट एज्युकेशन के प्रथम वर्ष इंटरमीडिएट परीक्षा में 463/470 अंक प्राप्त कर कॉलेज में टॉप किया।



सुश्री शफीन शिकलगर, सुपुत्री सुश्री शमा शिकलगर, मुख्य प्रबंधक (राजभाषा), के.का., मुंबई ने मुंबई बोर्ड द्वारा आयोजित 12 वीं (कला) कक्षा की परीक्षा 90.15% अंकों के साथ उत्तीर्ण की।





○ फोटो प्रस्तुति :  
कुशल गंगोपाध्याय  
सेवा शाखा, क्षे.का. कोलकाता (मेट्रो)

### कविता लिखें / Compose - Poem

साथियों,

हमारी गृहपत्रिका का जून 2020 अंक 'दर्शाए गए चित्र पर कविता प्रतियोगिता' का ऐलान करता है.

कृपया, नोट करें कि आपकी कविताएँ 20 पंक्तियों से ज्यादा न हो कृपया इन कविताओं को 'संपादक, यूनियन धारा, 11वीं मंजिल, केंद्रीय कार्यालय, मुंबई' को प्रेषित करें या इनकी सॉफ्ट कापी uniondhara@unionbankofindia.com पर मेल कर दें. जल्दी करें, प्रविष्टियाँ प्राप्त करने की अंतिम तिथि 30 दिसंबर, 2020 है!!

संपादक

Friends,

June 2020 issue of our House Magazine is carrying a 'Poetry Contest on this Photo'.

Please note that your poems should not exceed the limit of 20 lines. We shall be happy to receive your poetic masterpieces (a soft copy or a hard print) at 'The Editor, Union Dhara, 11th floor, Central Office, Mumbai' or by e-mailing your entry to uniondhara@unionbankofindia.com immediately. Hurry up, the last date is 30 th December, 2020 !!

Editor

### यूनियन धारा प्रतियोगिता क्र. 152 'शीर्षक दे' पुरस्कार प्राप्त योगदानकर्ता

पुरस्कार	हिन्दी खंड	अंग्रेजी खंड
प्रथम	श्री कौशिक कौशल, क्षे.का., सिलीगुड़ी	श्रीमती तनिमा बॅनर्जी, घुरपुर शाखा, क्षे.का., प्रयागराज
द्वितीय	श्री राहुल गुप्ता, भोपाल (मुख्य) शाखा	श्री शुभम भारद्वाज, क्षे.का., बड़ौदा
तृतीय	सुश्री मेघना फ़रसोदिया सरल लाइट शाखा, क्षे.का., भोपाल	श्री रविंद्र जलेश्वर सिंह, सीहोर शाखा, जूनागढ़
प्रोत्साहन	सुश्री जयश्री जी. भांगे, तात्या टोपे नगर शाखा, नागपुर श्री ओमित कुमार, क्षे.का., सिलीगुड़ी	सुश्री अनुया नागराणे, क्षे.का., सूरत

सभी विजेताओं को हार्दिक बधाई !!!

## समाचार (पूर्व)



दि. 22.06.2020 को श्री अमरेन्द्र कुमार, अंचल प्रमुख कोलकाता एवं श्री कुन्दन लाल, उप महाप्रबंधक द्वारा क्षे.का., हावड़ा का दौरा किया गया। साथ में उपस्थित क्षेत्र प्रमुख श्री मयंक भारद्वाज एवं उप क्षेत्र प्रमुख श्री शशिकांत प्रसाद।



दि. 25.06.2020 को क्षेत्र प्रमुख, श्री संजीव कुमार की अध्यक्षता में क्षे.का., सिलीगुड़ी एवं सभी शाखाओं के रोल ओवर कार्यक्रम से संबंधित झलकियाँ।



दि. 25.06.2020 को क्षे.का., कोलकाता(मेट्रो) का उद्घाटन श्री अमरेन्द्र कुमार, अंचल प्रमुख के कर कमलों से किया गया और इस शुभ अवसर पर क्षे.का. कोलकाता(मेट्रो) के क्षेत्र प्रमुख, श्री कबीर भट्टाचार्य; उप अंचल प्रमुख, श्री रमेशचन्द्र प्रभु; सुश्री कस्तूरी पटनायक, अंचलीय लेखापरीक्षा कार्यालय एवं उप क्षेत्र प्रमुख श्री सिबिल प्रधान उपस्थित रहे।



दि. 25.06.2020 को दुर्गापुर क्षेत्र में यूनियन बैंक, पूर्व आंध्रा एवं पूर्व कॉर्पोरेशन बैंक की सभी शाखाओं के रोल आउट की झलकियाँ।



राँची के मोराबादी मैदान में आयोजित एमएसएमआई ऋण वितरण शिविर में एमएसएमआई ग्राहक को ऋण वितरण करते हुए क्षेत्र प्रमुख, श्री विपन सिंह, उप महाप्रबंधक एवं श्री मृत्युंजय कुमार, मुख्य प्रबन्धक तथा शाखा प्रमुख राँची।



स्टाफ सदस्यों द्वारा मुख्यमंत्री राहत कोष - कोविड-19 हेतु स्वेच्छा से दान की गई राशि (₹3.37 लाख) का डिमांड ड्राफ्ट मुख्यमंत्री, झारखंड सरकार के प्रधान सचिव डॉ. राजीव अरुण एक्का को सौंपते हुए क्षेत्र प्रमुख, श्री विपन सिंह एवं उप अंचल प्रमुख, श्री आशुतोष कुमार।





दीपाटोली, पुंदाग, राँची में दि. 06.05.2020 को 120 गरीब मजदूर परिवारों को खाद्यान पैकेट एवं मास्क वितरण करते हुये अंचल प्रमुख, श्री प्रवीण शर्मा; क्षेत्र प्रमुख, श्री विपन सिंह; उप अंचल प्रमुख, श्री आशुतोष कुमार एवं सरल प्रमुख, श्री संजीव कुमार.



दि. 21.05.2020 को भुवनेश्वर अंचल के महाप्रबंधक, श्री रमाकांत प्रधान; उप महाप्रबंधक, श्री रामामूर्ति एवं महाप्रबंधक, श्री ए आर राघवेन्द्र द्वारा स्टा.प्र.कें. भुवनेश्वर के बगीचे में पौधारोपण किया गया, जिसमें केंद्र के समस्त स्टाफ सदस्य उपस्थित रहे.



दि. 25.06.2020 को श्री अमरेन्द्र कुमार, क्षेत्र महाप्रबंधक, कोलकाता द्वारा क्षे.का., ग्रेटर कोलकाता का उदघाटन किया गया. इस उपलक्ष्य में क्षेत्र प्रमुख, ग्रेटर कोलकाता, श्री कुन्दन लाल, उप अंचल प्रमुख, श्री एम रमेश चन्द्र, ज़ोनल ऑडिट प्रमुख, सुश्री कस्तुरी पटनायक, क्षेत्र प्रमुख, हावड़ा श्री मयंक भारद्वाज भी उपस्थित थे.



कोरोना महामारी और लॉकडाउन में सहायता हेतु बैंक की शिवमंदिर शाखा (ईसीबी) क्षे.का., सिलीगुड़ी ने 400 गरीबों को राशन सामग्री क्षेत्र प्रमुख, श्री हृषीकेश मिश्रा की उपस्थिति में प्रदान की तथा क्षे.का. एवं क्षेत्राधीन शाखाओं के स्टाफ सदस्यों के सहयोग से 200 असहाय लोगों को खाद्य सामग्री का वितरण भी किया गया.



क्षे.का., सिलीगुड़ी के स्टाफ सदस्यों के सहयोग से श्री हृषीकेश मिश्रा, क्षेत्र प्रमुख एवं श्री देवब्रत दास, प्रबन्धक यूएलपी ने ₹101000/- का चेक मंत्री श्री गौतम देव को पश्चिम बंगाल आपदा प्रबंधन कोष हेतु प्रदान किया.



क्षे.का., सिलीगुड़ी के समस्त स्टाफ सदस्यों के सहयोग से दि. 29.05.2020 को दार्जिलिंग जिला, पश्चिम बंगाल के जिलाधिकारी श्री एस पोन्नबलम को मुख्य मंत्री राहत कोष हेतु ₹51000/- का चेक क्षेत्र प्रमुख श्री हृषीकेश मिश्रा एवं उप क्षेत्र प्रमुख श्रीमती सबीना संगमा द्वारा सौंपा गया.





क्षे.का. हावड़ा द्वारा दि. 25.06.2020 को समामेलन के उपलक्ष्य में एक भव्य आयोजन किया गया. इस कार्यक्रम में श्री अमरेन्द्र कुमार, अंचल प्रमुख; कार्पोरेशन बैंक के श्री एम रमेश चन्द्र प्रभु, उपमहाप्रबंधक एवं आंध्रा बैंक की श्रीमती कस्तुरी पटनायक, उपमहाप्रबंधक ने अपनी गरिमामयी उपस्थिति दर्ज कराई.



बाबा साहब भीमराव अंबेडकर की पावन जयंती पर क्षे.का., सिलीगुड़ी में क्षेत्र प्रमुख श्री हृषीकेश मिश्रा की अध्यक्षता में बाबा साहब भीम राव अंबेडकर की प्रतिमा पर पुष्प माला अर्पण कर उन्हें याद किया गया.



दि. 05.06.2020 को विश्व पर्यावरण दिवस के अवसर पर क्षे.का., सिलीगुड़ी द्वारा क्षेत्र प्रमुख, श्री हृषीकेश मिश्रा की अध्यक्षता में स्थानीय सार्वजनिक स्थल पर पौधारोपण कार्यक्रम किया गया.



पर्यावरण दिवस के अवसर पर दि. 05.06.2020 को स्टा.प्र केंद्र भुवनेश्वर के बगीचे में स्टाफ सदस्यों द्वारा पौधारोपण किया गया.



दि. 21.06.2020 योग दिवस के अवसर पर स्टा. प्र. केंद्र, भुवनेश्वर के समस्त स्टाफ सदस्यों एवं उनके परिवार सदस्यों द्वारा योग किया गया।





यूनियन बैंक ऑफ इंडिया में ई-कॉर्पोरेशन बैंक एवं ई-आंध्रा बैंक के सम्मेलन के उपरांत दि. 25.06.2020 को क्षे.का., प्रयागराज में केक काटकर सम्मेलन उत्सव मनाया गया, जिसमें तीनों बैंकों के स्टाफ सदस्यों की उपस्थिति रही।



दि. 05.06.2020 को विश्व पर्यावरण दिवस के अवसर पर उप क्षेत्र प्रमुख, श्री एम.जी. सिंघल की अध्यक्षता में क्षे.का., रायपुर के प्रांगण में वृक्षारोपण किया गया।



क्षे.का., इंदौर में दि. 20.07.2020 से 25.07.2020 के दौरान एचआर सप्ताह मनाया गया। इसी अवसर पर क्षेत्र प्रमुख, श्री मनोज कुमार स्टाफ सदस्यों को संबोधित करते हुए।



क्षे.का., इंदौर में दि. 25.06.2020 को यूनियन बैंक ऑफ इंडिया, ई-आंध्रा बैंक एवं ई-कॉर्पोरेशन बैंक के सम्मेलन की प्रक्रिया सम्पन्न हुई। इस अवसर पर श्री मनोज कुमार, क्षेत्र प्रमुख इंदौर; श्री अनुज कुमार, सरल प्रमुख ने केक काटकर उक्त आयोजन को संपन्न कराया।



दि. 06.07.2020 को क्षेत्र महाप्रबंधक भोपाल श्री अभिजीत बसाक की अध्यक्षता में शाखा प्रमुखों की एक बैठक का आयोजन किया गया। इस अवसर पर श्री अभिजीत बसाक का स्वागत करते हुए क्षेत्र प्रमुख, इंदौर, श्री मनोज कुमार।



दि. 29.06.2020 को राइट टाउन शाखा, जबलपुर की दसवीं वर्षगांठ पर क्षेत्र प्रमुख, श्री महेंद्र कुमार श्रीवास्तव ने शाखा में दीप प्रज्वलित कर सभी ग्राहकों को शुभकामनाएं दी तथा मिठाई बंटवायी। शाखा प्रबंधक, श्री प्रभात रंजन ने स्टाफ सदस्यों एवं ग्राहकों को संबोधित किया।



दि. 25.06.2020 को क्षे.का. जबलपुर के क्षेत्राधीन शाखाओं के शुभारंभ (रोल आउट) की शुरुआत क्षेत्र प्रमुख, श्री महेंद्र कुमार श्रीवास्तव ने केक काटकर की. इस कार्यक्रम में सरल प्रमुख, श्री उपेंद्रपाल; उप क्षेत्र प्रमुख, श्री मोहन बोधनकर एवं यूनियन बैंक, आंध्रा बैंक और कॉर्पोरेशन बैंक के स्टाफ सदस्य उपस्थित रहे.



क्षे.का. रायपुर में दि. 21.06.2020 को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर क्षेत्र के स्टाफ सदस्यों के लिए गूगल मीट एप्स के द्वारा वेब कांफ्रेंसिंग के जरिए योग का आयोजन किया गया. योग शिक्षक की भूमिका, श्री सुब्रत कुमार धल, वरिष्ठ प्रबंधक (मासं) ने की, जिन्हें 10 वर्षों से भी अधिक का अनुभव है.



छत्तीसगढ़ में यूनियन बैंक ऑफ इंडिया के नए क्षे.का., बिलासपुर का शुभारंभ दि.25.06.2020 को केक काटकर एवं द्वीप प्रज्वलित कर किया गया. इस अवसर पर क्षेत्र प्रमुख, बिलासपुर श्री संजय कुमार एवं क्षे.का. के अन्य स्टाफ सदस्य उपस्थित थे.



क्षे.का., रायपुर रोल आउट कार्यक्रम का शुभारंभ दि. 25.06.2020 को क्षेत्र प्रमुख, रायपुर, श्री अशोक कुमार दास; उप क्षेत्र प्रमुख, श्री एम.जी. सिंघल एवं श्री मनोज कुमार भट्ट, सहायक महाप्रबंधक (ई-आंध्रा बैंक) की अध्यक्षता में केक काटकर एवं द्वीप प्रज्वलित कर किया गया.



वर्ष 2019 के परिवीक्षाधीन अधिकारियों को 52 सप्ताह के प्रशिक्षण के पश्चात दि. 25.06.2020 को एग्जिट टेस्ट के बाद उन्हें शाखा में तैनाती दी गई. इस अवसर पर क्षेत्र प्रमुख, रायपुर श्री अशोक कुमार दास, उप क्षेत्र प्रमुख श्री एम.जी. सिंघल एवं क्षेत्र प्रमुख, बिलासपुर श्री संजय कुमार स्वयं उपस्थित थे.



दि. 29.06.2020 को अंचल कार्यालय, जयपुर का उद्घाटन श्री आर के जागलान, क्षेत्र महाप्रबंधक द्वारा किया गया. इस अवसर पर श्री चन्द्रस्वरूप, उप महाप्रबंधक और श्री वेणुगोपाल राव, उप महाप्रबंधक उपस्थित रहे.





दि. 19.06.2020 क्षे.का. पुणे (पूर्व) द्वारा रोल आउट की प्रक्रिया निर्धारित समयानुसार पूरी की गयी. क्षे.का. पुणे (पूर्व) में क्षेत्र प्रमुख, श्री ओ. पी. बलोदी व क्षे.का. के स्टाफ सदस्यों ने क्षेत्र महाप्रबंधक, श्री डी. बी. कांबले के साथ केक काटकर इस खुशी को मनाया.



दि. 25.06.2020 को क्षे.का. बड़ौदा के रोल-आउट पूर्ण होने के उपलक्ष्य में क्षे.का., बड़ौदा एवं इसमें शामिल नयी शाखाओं के साथ एक कार्यक्रम आयोजित किया गया. कार्यक्रम की अध्यक्षता श्री सत्यजीत महंती, क्षेत्र प्रमुख, बड़ौदा द्वारा की गयी. इस अवसर पर श्री राजेश कुमार झा, क्षेत्र प्रमुख, आणंद भी उपस्थित रहे.



दि. 05.09.2020 मनसर स्थित प्रकाश हाय स्कूल एवं जूनियर कॉलेज में श्री सुमेर सिंह सरोया, क्षेत्र प्रमुख, क्षे. का., नागपुर द्वारा परिसर में वृक्षारोपण किया गया. कोरोना वायरस से बचाव हेतु स्कूल को हैंड सेनेटाइजर मशीन दी गई. इस अवसर पर स्कूल के प्रधानाध्यापक, श्री मिलिंद वानखेडे व आयोजना विभाग प्रमुख, श्री मकरंद फडनीस उपस्थित रहे.



कोविड-19 के आउटब्रेक के कारण लॉकडाउन में अपनी जीविका अर्जन से जूझते हुए लोगों की समस्या को देखते हुए, क्षे.म.प्र.का. व क्षे.का., पुणे द्वारा जरूरतमंद लोगों को राशन सामग्री भेंट की गयी. क्षेत्र महाप्रबंधक, श्री डी. बी. कांबले और क्षेत्र प्रमुख, श्री ओ. पी. बलोदी राशन किट देते हुए.



दि. 19.06.2020 को क्षे.का., गोवा का रोल आउट किया गया. क्षे.का. का रोल आउट उप महाप्रबंधक श्रीमती शारदा मूर्ति एवं क्षेत्र प्रमुख, श्री प्रशांत कुमार साहू द्वारा किया गया.



दि. 19.06.2020 से रोल आउट प्रक्रिया के तहत क्षे.का. मुंबई-अंधेरी का कार्य शुभारंभ किया गया. क्षे.का. मुंबई-अंधेरी के अंतर्गत कुल 59 शाखाएँ शामिल की गईं, जिसका कुल मिश्रित कारोबार ₹41,612 करोड़ है.



दि. 24.06.2020 को क्षेत्र.का., सूरत का रोल आउट कार्यक्रम किया गया. इस अवसर पर केक काटते हुए, श्री प्रांजल बाजपेयी, क्षेत्र प्रमुख, सूरत. साथ में उपस्थित हैं पूर्व कार्पोरेशन बैंक, पूर्व आंध्रा बैंक तथा यूनियन बैंक के स्टाफ सदस्य.



दि. 26.06.2020 को क्षेत्र.का., बड़ौदा के अंतर्गत सरल का रोल-आउट पूर्ण होने के उपलक्ष्य में एक कार्यक्रम आयोजित किया गया. कार्यक्रम की अध्यक्षता श्री सत्यजीत महंती, क्षेत्र प्रमुख, बड़ौदा एवं श्री बशिष्ठ कुमार मिश्रा, सहायक महाप्रबंधक(सरल) द्वारा की गयी.



क्षे.म.प्र.का., अहमदाबाद के अंतर्गत 8 क्षेत्रीय कार्यालयों का रोल-आउट किया गया, जिसमें से क्षेत्र.का., अहमदाबाद का रोल आउट दि. 25.06.2020 को क्षेत्र महाप्रबंधक श्री प्रमोद कुमार सोनी द्वारा किया गया. इस कार्यक्रम में क्षेत्र प्रमुख, श्री मनोज कुमार एवं उप क्षेत्र प्रमुख, श्री रमानन्द राम भी उपस्थित थे.



कोविड-19 के विरुद्ध लड़ाई में अपनी प्रतिबद्धता दर्शाते हुये अहमदाबाद अंचल की ओर से क्षेत्र महाप्रबंधक श्री प्रमोद कुमार सोनी ने दि. 19.05.2020 को गुजरात के मुख्यमंत्री श्री विजय भाई रुपाणी को मुख्यमंत्री राहत कोष हेतु 16.75 लाख रुपये का चेक सौंपा. इस मौके पर पूर्व कार्पोरेशन बैंक के अहमदाबाद अंचल प्रमुख, श्री वी. वासुदेवन भी मौजूद रहे.



वित्तीय वर्ष, 2020-21 की पहली तिमाही के दौरान ही बैंक के तृतीय पक्ष उत्पादों में रेलीगेयर हेल्थ इंश्योरेंस हेतु प्रदत्त लक्ष्य की प्राप्ति के उपलक्ष्य में दि. 18.06.2020 को क्षेत्र.का., बड़ौदा में टीम रेलीगेयर द्वारा एक लघु समारोह आयोजित किया गया. इस अवसर पर क्षेत्र प्रमुख, श्री अखिलेश कुमार ने सभी को संबोधित किया.



दि. 25.06.2020 को क्षेत्र.का., गांधीनगर का रोल आउट केक काट कर किया गया. इस कार्यक्रम का उद्घाटन एवं सम्बोधन क्षेत्र महाप्रबंधक, प्रमोद कुमार सोनी द्वारा किया गया. चित्र में उपस्थित समस्त स्टाफ सदस्य.



## समाचार (दक्षिण)



दि.29.06.2020 को क्षे.म.प्र.का., बेंगलूरू के अंतर्गत क्षे.का., बेंगलूरू (दक्षिण) कार्यालय के शुभारंभ (रोलआउट) के अवसर पर सर्वप्रथम क्षेत्र महाप्रबंधक, बेंगलूरू श्री बी.श्रीनिवास राव व विशेष रूप से आमंत्रित बैंक ऑफ बड़ौदा के सीवीओ श्री एस.एन. कौशिक ने फीता काटकर नये परिसर में प्रवेश किया तथा दीप प्रज्वलित कर समारोह का विधिवत उद्घाटन किया गया।



क्षेमप्रका, बेंगलूरू श्री बी.श्रीनिवास राव (बाएँ से दूसरे) द्वारा दि.19.05.2020 को बेंगलूरू स्थित पूर्व आंध्रा बैंक के अंचल कार्यालय का प्रथम दौरा किया गया। महाप्रबंधक महोदय द्वारा स्टाफ सदस्यों के संबोधन के अवसर पर लिए गए चित्र में (बाएँ से) क्षेत्र प्रमुख, श्री बी.गुरुसुब्रमानियम, अंचल प्रमुख, श्री सीतारामय्या व सहायक महाप्रबंधक, श्री यू. रमणा राव दिखाई दे रहे हैं।



दि. 29.06.2020 को नए क्षे.म.प्र.का., विशाखापट्टनम के उद्घाटन समारोह में दीप प्रज्वलित करते हुए श्री बी. श्रीनिवास शेटी, क्षे.म.प्र.का., विशाखापट्टनम, श्री जी. श्रीनिवास मधु, उप अंचल प्रमुख, क्षे.म.प्र.का., विशाखापट्टनम तथा उपस्थित स्टाफ सदस्य।



दि. 29.06.2020 को क्षे.का., मदुरै में केक काटकर ई-आंध्रा और ई-कॉर्प शाखाओं को रोल आउट करते हुए तीनों बैंक के अधिकारी गण. इस अवसर पर वक्तव्य देते हुए उप क्षेत्र प्रमुख, श्री एम.आर.मणियम तथा रोल आउट कार्यक्रम में सहभागिता देते हुए स्टाफ सदस्य।



क्षेत्रीय कार्यालय सेलम के क्षेत्र प्रमुख श्री यू.वी.रजनीकांता राव की अध्यक्षता में स्टाफ सदस्यों हेतु क्रिकेट मैच, बैडमिंटन, कैरम आदि खेलों का आयोजन किया गया।



## क्या इंसान इस दुनिया के नहीं हैं?

**अ**मेरिका के एक साइंटिस्ट डॉ. एलिस सिल्वर (EllisSilver) ने 2013 में एक किताब 'HUM-NS -RE NOT FROM<sup>2</sup> E-RTH' अर्थात 'इंसान इस पृथ्वी के नहीं हैं' लिखकर साइंस की दुनिया में एक तहलका मचा दिया है। इस किताब में दी गयी थ्योरी ने डारविन (Darwin) की थ्योरी (इंसान पहले बंदर था) को भी रद्द कर दिया है और एक नई दुनिया का सफर कराया है।

उनके दावे के मुताबिक इंसान इस पृथ्वी ग्रह (Planet) का रहने वाला नहीं है बल्कि उसे मूल ग्रह से पृथ्वी ग्रह पर भेज दिया गया या फेंक दिया गया। अर्थात वह इस ग्रह पर एलियन के रूप में आया। डॉ. एलिस साइंटिस्ट होने के साथ-साथ रिसर्च साइंटिस्ट, लेखक और अमेरिका के मशहूर वातावरण विशेषज्ञ (Ecologist) हैं। यह भी ध्यान रहे कि वह साइंटिस्ट होने के कारण किसी धर्म पर विश्वास नहीं रखते। उनका कहना है कि इंसान जिस ग्रह पर पैदा किया गया और जहाँ वह रहता रहा, वह जगह इतनी आरामदायक, शांत और उचित बंटवारा वाली थी जिसे वी.वी.आइ.पी. (VVIP) जगह कहा जा सकता है। वहाँ इंसान नर्म और नाजुक वातावरण में रहता था। उसके शरीर की नमी और आरामपसंद स्वभाव से मालूम होता है कि उसे अपने मूल गृह पर खाने के सामान के लिए कुछ भी मेहनत नहीं पड़ती थी। उस ग्रह का यह ऐसा चहेता जीव था जिसे इतना आरामदेह जीवन प्राप्त था। वह माहौल ऐसा था जहाँ सर्दी और गर्मी के बजाय सदाबहार मौसम रहता था।

वहाँ सूरज जैसे ग्रह की धूप की अल्ट्रावायलेट (Ultraviolet) किरणें बिलकुल नहीं थीं जो उसकी सहनशीलता से बाहर और तकलीफ देने वाली हो सकती थीं। तभी उस जीव यानि इंसान से कोई गलती हुई और उस गलती के कारण उसे आरामदेह माहौल से निकाल कर

पृथ्वी पर फेंक दिया गया। जिसने उस इंसान को उस ग्रह से निकाला, लगता है कि वह कोई शक्ति थी जिसके कंट्रोल में समस्त ग्रह और नक्षत्र थे। वह जिसे चाहता, जिस ग्रह पर सजा या इनाम के तौर पर किसी भी तरह भिजवा सकता था। वह समस्त जीवों को पैदा करने वाला था। डॉ. सिल्वर का कहना है कि पृथ्वी किसी ऐसी जगह की तरह थी जिसे जेल कहा जा सकता है कि जहाँ सिर्फ अपराधियों को सजा के तौर पर भेजा जाता हो क्योंकि इस ग्रह की भूमि एक तरह से काला पानी जेल की तरह है। यह भूमि का एक ऐसा टुकड़ा है जिसके चारों तरफ समुद्र ही समुद्र है और वहाँ इंसान को भेज दिया गया। डॉ. सिल्वर उन साइंटिस्ट में से हैं जो तमाम बातों पर विचार करने के बाद ही कोई राय बनाते हैं। उनकी किताब में इस थ्योरी के सिलसिले में साइंसी दलीलों का ऐसा ढेर है जिससे इन्कार नहीं किया जा सकता। उनकी दलीलों का बड़ा आधार जिन बिन्दुओं पर है उनमें से कुछ एक निम्नलिखित हैं :

1. पृथ्वी की अपनी गुरुत्वाकर्षण शक्ति (Gravity) में और जहाँ से इंसान आया है वहाँ की गैविटी में बहुत अंतर था। वहाँ की गैविटी पृथ्वी से बहुत कम थी जिसके कारण इंसान के लिए चलना-फिरना, बोझ उठाना, आदि बहुत आसान था। इसीलिए पृथ्वी पर इंसान के अंदर कमर दर्द की शिकायत अधिकतर गैविटी के कारण है क्योंकि यहाँ पृथ्वी पर रहने वाले सभी जीवों की रीढ़ की हड्डी उनके समानान्तर (parallel) पाई जाती है जबकि इंसान वह अकेला जीव है जिसकी रीढ़ की हड्डी यानि कमर जमीन से 90 अंशों का कोण बनाती है।

2. इंसान में जितनी हमेशा रह जानेवाली बीमारियाँ पाई जाती हैं वह दूसरे जीवों में किसी एक में भी नहीं। डॉ.एलिस लिखते हैं

कि आप इस दुनिया में एक भी ऐसा इंसान दिखा दीजिए जिसमें कोई एक भी बीमारी न हो तो मैं अपने दावे को छोड़ सकता हूँ। वहीं किसी एक भी जानवर को देखिए, छोटे समय की और कभी कभी की बीमारियों को छोड़ कर एक भी हमेशा रहनेवाली बीमारी किसी एक भी जानवर में नहीं मिलेगी।

3. एक भी इंसान ज्यादा देर तक धूप में बैठना बर्दाश्त नहीं कर सकता बल्कि कुछ ही देर के बाद उसको चक्कर आने लगते हैं और वह धूप लगने (sunstroke) का शिकार हो सकता है जबकि जानवरों के लिए ऐसी कोई समस्या नहीं है बल्कि लगातार धूप में रहने के बावजूद जानवर न तो चर्म रोग के शिकार होते हैं और न ही किसी तरह की बीमारियों का शिकार होते हैं जिनका ताअल्लुक सूरज की तेज़ किरणों या धूप से हो।

4. हर इंसान हर समय यही महसूस करता है कि उसका घर इस ग्रह पर नहीं है। कभी उस पर बिना कारण ऐसी उदासी छा जाती है कि जैसे किसी दूसरे देश के रहनेवाले पर होती है चाहे वह अपने यहाँ के घर पर या अपने निकट के रिश्तेदारों के पास ही क्यों न बैठा हो।

5. पृथ्वी पर रहनेवाले तमाम जीवों का तापमान (Temperature) स्वयं ही हर सेकेण्ड के बाद वातावरण के अनुरूप बदलता अर्थात रेगुलेट (regulate) होता रहता है। अगर तेज़ और कड़ी धूप हो तो उनके शरीर का तापमान अपने तरीके से रेगुलेट हो जायेगा जबकि उसी समय बादल आ जाते हैं तो उनके शरीर का तापमान बादल के साये के अनुरूप हो जायेगा। वहीं इंसान के शरीर में ऐसा कोई सिस्टम नहीं है बल्कि इंसान बदलते मौसम और वातावरण के कारण बीमार होने लगता है। मौसमी बुखार का शब्द सिर्फ इन्सानों में ही पाया जाता है।



6. इंसान पृथ्वी ग्रह पर पाए जानेवाले दूसरे जानवरों से बहुत अलग है। उसका डी.एन.ए. (DNA) और जीन्स (Genes) की संख्या इस पृथ्वी ग्रह पर पाए जानेवाले दूसरे सब जीवों से बिल्कुल अलग है।

7. पृथ्वी के मूल वासियों अर्थात् जानवरों आदि को अपने खाने का सामान प्राप्त करना और उसे खाना मुश्किल नहीं है। वह उनके लिए पैदा खाने को जिस हालत में होता है उसी हालत में खा लेते हैं, जबकि इंसान को अपने खाने के कुछ निवालों को हासिल करने के लिए हजारों प्रयत्न करने पड़ते हैं। पहले खाने की चीजों को पका कर नर्म करना पड़ता है फिर उसके अन्दर पचाने की शक्ति के मुताबिक वह खाने का सामान उसके खाने के लायक होता है। इससे जाहिर होता है कि इंसान इस पृथ्वी का रहनेवाला नहीं है। जब यह अपने मूल ग्रह पर था तो वहाँ उसे भी खाना पकाने का झंझट उठाना नहीं पड़ता था बल्कि हर चीज को सीधे खाने के लिए उपयोग किया जा सकता था। इसके अलावा यह कि वह अकेला दो पाँव पर चलनेवाला जानदार है जो उसके यहाँ एलियन (Alien) होने की निशानी है।

8. इंसान को पृथ्वी पर रहने के लिए बहुत ही नर्म बिस्तर की आवश्यकता होती है जबकि पृथ्वी के मूल वासी अर्थात् जानवरों आदि को इस तरह के नर्म बिस्तर की आवश्यकता नहीं होती। यह इस बात की पहचान है कि इंसान के मूल ग्रह पर सोने और आराम करने की जगह बहुत नर्म व नाजुक थी जो उसके शरीर की आवश्यकता के अनुरूप थी।

9. इंसान पृथ्वी के सारे दूसरे रहनेवालों से बिल्कुल अलग है। अतः यह यहाँ पर किसी भी जानवर, बंदर, गोरिल्ला या चिम्पैजी आदि का बदला हुआ स्वरूप नहीं है बल्कि किसी और ग्रह से उसे पृथ्वी पर फेंक दिया गया था। वहाँ यहाँ जैसा वातावरण नहीं था। उसकी नर्म व नाजुक खाल जो पृथ्वी के

सूरज की धूप में झुलस कर काली हो जाती है, उसे उसके पैदा होनेवाले ग्रह के मुताबिक बनाई गयी थी लेकिन यह उस ग्रह का इतना संवेदनशील (Sensitive) जानदार था कि पृथ्वी पर आने के बाद भी अपनी नर्म और नाजुक मिजाजी को ध्यान में रख कर उसके मुताबिक वातावरण पैदा करने की कोशिश में लगा रहता है। जिस तरह उसे अपने ग्रह पर आरामदायक और नर्म व नाजुक बिस्तर पर सोने की आदत थी, पृथ्वी पर आने के बाद यहाँ भी कोशिश करता है कि ज्यादा से ज्यादा आरामदायक जीवन बिता सके। जितने सुंदर, कीमती और मजबूत महल व मकान मूल ग्रह पर उसके माँ-बाप को उपलब्ध थे, वह अब भी उन्हीं के जैसे मकानों को बनाने की कोशिश करता रहता है। अन्य सभी पृथ्वी के रहनेवालों को इसकी आवश्यकता नहीं। इस पृथ्वी के सभी जीवों में इंसान जैसी बुद्धि नहीं है इसीलिए उनमें न अच्छा सोचने की क्षमता है और न ही अच्छा रहने की। यह और बात है कि इंसान पृथ्वी के कठोर वातावरण में रह कर कठोर स्वभाव का हो गया है जबकि मूल ग्रह में उसके स्वभाव में मोहब्बत थी और वह शांति व सुकून का जीवन गुजारता था। इंसान इस पृथ्वी पर एक ऐसा बंदी है जिसे सजा के तौर पर थर्ड क्लास ग्रह पर भेज दिया गया ताकि अपनी सजा की अवधि बीता कर अपने मूल ग्रह को वह वापस जा सके।

डॉ. एलिस का कहना है कि इंसान की बुद्धि, सोचने की क्षमता और प्रगति से अनुमान होता है कि इस एलियन के पूर्वज के अपने मूल ग्रह से पृथ्वी पर आए हुए कुछ ज्यादा समय नहीं बीता है बल्कि अभी कुछ हजार साल ही गुजरे हैं। यह अभी अपनी ज़िंदगी को मूल ग्रह की तरह आरामदायक बनाने के लिए भरपूर कोशिश कर रहा है। कभी गाड़ियों का आविष्कार कर रहा है तो कभी मोबाइल फोन का! अगर इंसान को आए हुए कुछ लाख

साल भी गुजरे होते तो यह जो आविष्कार जो आज के दौर में दिखाई दे रहे हैं, यह हजारों साल पहले अस्तित्व में आ चुके होते क्योंकि इंसान को बनानेवाले ने उसके पास अपनी ज़िंदगी अच्छी से अच्छी बनाने की सारी क्षमतायें दे रखी हैं।

डॉ. एलिस सिल्वर ने जिन बिन्दुओं को अपनी किताब में उठाया है उन्हें अभी तक कोई झूठा साबित नहीं कर सका। यह पूरी रिसर्च एक साइंटिस्ट की कोशिशों का फल है। यह कोई कहानी नहीं है। मजे की बात यह है कि जो निष्कर्ष डॉ. सिल्वर ने निकाले हैं उन पर अभी तक किसी ने नकारात्मक टिप्पणी नहीं की है।

डाक्टर सिल्वर द्वारा निकाले गए निष्कर्ष के मुताबिक इंसान :

1. किसी दूसरे ग्रह का प्राणी है।
2. उसे सजा के तौर पर पृथ्वी ग्रह पर भेज दिया गया है और यहाँ के लिए वह एलियन है।
3. चूंकि वह किसी दूसरे ग्रह का है इसलिए उसके शरीर की बनावट उस ग्रह के अनुरूप है और पृथ्वी ग्रह का वातावरण उसके शरीर की बनावट से मेल नहीं खाता जिसके कारण उसको कई तरह की कठिनाइयों का सामना करना पड़ रहा है।
4. उसकी बुद्धि इतनी तेज़ है कि वह पृथ्वी ग्रह पर संघर्ष कर के सारी सुविधायें प्राप्त करना चाहता है।

बस उनके अंतिम बिन्दु नं.9 पर टिप्पणी नहीं की जा सकती क्योंकि वह भविष्य से संबंध रखती है। वह यह कि सजा समाप्त होने पर उसे मूल ग्रह पर वापस बुला लिया जाएगा। पाठक चाहें तो इस पर टिप्पणी कर सकते हैं।

आलिम हुसैन  
सेवानिवृत्त, वाराणसी



## कारनामे कत्थे के

कत्थेई रंग के दिखने वाले कत्थे के बिना, पान कभी स्वाद नहीं दे सकता. खैर की लकड़ी से निकाले गये रस को गाढ़ा करके कत्था बनाया जाता है. खैर (केटेचु) एक औषधीय पेड़ है, जिसकी पत्तियां, टहनियां और लकड़ी का उपयोग विभिन्न प्रकार की आयुर्वेदिक दवाओं को बनाने में किया जाता है. विशेष रूप से कत्थे का उपयोग पान और चूने के साथ किया जाता है. यह दस्त, नाक और गले की सूजन, पेचिस, रक्तस्त्राव, अपच आदि समस्याओं को दूर करता है. त्वचा समस्याओं और चोट आदि पर कत्थे को सीधे ही उपयोग किया जा सकता है. इसके अलावा मसूढ़ों की सूजन, दर्द, मुंह के छाले आदि के लिए कत्था फायदेमंद होता है. कत्था, ठंडा, कड़ुवा, तीखा व कसैला होता है. यह कुष्ठ रोग, मोटापा, खांसी, चोट, घाव, रक्त पित्त आदि को दूर करता है. सफेद कत्था औषधी और लाल कत्था पान में प्रयोग किया जाता है. पान में लगाया जाने वाला कत्था बीमारियों को दूर करने के लिए प्रयोग ना करें. इसमें मसूढ़ों को दृढ़ करने वाले कषाय रस की अधिकता के कारण समस्त दंत मंजनों में इसका प्रयोग होता है. इसे किडनी में स्टोन पैदा करने वाला भी माना जाता है. कत्थे में पाये जानेवाले कैटेचिन और

कैटेचुटैनिक एसिड गर्म पानी में और अल्कोहल में आसानी से घुल जाते हैं. ये रक्त स्तम्भ (कोएगुलेंट) होने की वजह से रक्तस्त्राव को रोकते हैं. टैनिक एसिड के प्रभाव से कत्था ज्वर नाशक और पाचक होता है तो आइए, जानते हैं कि कत्था किस तरह से हमें बेहतर स्वास्थ्य प्रदान कर सकता है.

◆ कत्थे को नींबू के साथ या इसके रस के साथ मिलाकर नियमित रूप से सुबह खाली पेट सेवन करना चाहिए. यह बवासीर के लक्षणों को कम करने में सहायक होता है.

◆ गले की खराश में 300 मिलीग्राम कत्थे का चूर्ण मुंह में रख कर चूसने से गला बैठना, आवाज रूकना, गले की खराश, मसूढ़ों का दर्द और छालों की पीड़ा सभी में आराम मिलता है.

◆ कत्थे को पानी में घिसकर रुई से छालों में लगाएं और लार टपकाएं. कुछ बार दोहराने से छाले ठीक हो जाएंगे.

◆ कत्थे को सरसों के तेल में घोल कर रोजाना 3 बार मसूढ़ों पर मलें. इससे खून आना तथा बदन सूखना दूर हो जाएगी.

◆ यकृत की सूजन को कम करने वाले गुण कत्थे में मौजूद रहते हैं. कत्थे का उपयोग कर

आप लीवर की कमजोरी और सूजन को दूर कर सकते हैं.

◆ कान दर्द में सफेद कत्थे को पीस कर गुनगुने पानी में मिला कर कानों में डालें.

◆ यदि घाव में से मवाद निकल रहा हो तो कत्थे को घाव पर बुरकने से घाव सूखने लगता है.

◆ कत्थे का उपयोग मंजन पाउडर के रूप में करें. मंजन बनाने के लिए कत्था, फिटकरी, लोहबान और लौंग को अच्छी तरह से मिलाकर पीस लें. यह मसूढ़ों से आने वाले खून को रोकने और इससे संबंधित समस्याओं को दूर करने में सहायक होता है.

**कत्था खाने के नुकसान -**

गर्भवती और स्तनपान कराने वाली महिलाओं को सलाह दी जाती है कि अधिक मात्रा में इसका सेवन नहीं करें.

कत्थे के फायदे में रक्तचाप को कम करना शामिल है लेकिन अधिक मात्रा में इसका सेवन करने पर यह रक्तचाप को बहुत ही निम्न स्तर पर ले जा सकता है. जिससे फैनिंग और अन्य समस्याएं हो सकती हैं.



सुप्रिया नाडकणी

यूनियन धारा, कें.का., मुंबई

## त्यंजन



**आवश्यक सामग्री :** पास्ता 250 ग्राम, आधा कप शिमला मिर्च (बारीक कटी हुई), आधा कप टमाटर (बारीक कटा हुआ), आधा कप प्याज (बारीक कटा हुआ), एक बड़ा चम्मच लहसुन (बारीक कटा हुआ), एक छोटा चम्मच हरी मिर्च (बारीक कटी हुई), एक छोटा चम्मच अजवाइन की पत्ती, एक कप टमाटर प्यूरी, एक छोटा चम्मच काली मिर्च पाउडर, आधा छोटा चम्मच लाल मिर्च पाउडर, दो बड़े चम्मच चीज (कसा हुआ),

## मसाला पास्ता

एक छोटा चम्मच चीनी, दो बड़े चम्मच तेल, नमक स्वादानुसार.

**विधि :** मसाला पास्ता बनाने के लिए सबसे पहले मीडियम आंच में एक पैन में पानी उबलने के लिए रखें.

- एक उबाल आते ही इसमें पास्ता डालकर उबाल लें और आंच बंद कर दें. थोड़ा सा तेल भी डाल दें ताकि पास्ता आपस में न चिपके.

- जब पास्ता पूरी तरह से उबल जाए तब इसे पानी से छानकर एक कटोरी में अलग निकाल लें.

- गरम पानी से निकालते ही इसे तुरंत ही ठंडे पानी से धो लें. ऐसा करने से पास्ता खिला-खिला रहेगा.

- अब मीडियम आंच में एक कड़ाही में तेल गर्म होने के लिए रखें.

- तेल के गर्म होते ही इसमें हरी मिर्च, लहसुन, प्याज, टमाटर, शिमला मिर्च डालकर 3 से 4 मिनट तक सुनहरा होने तक भूनें.

- तय समय के बाद टमाटर की प्यूरी, काली मिर्च पाउडर, लाल मिर्च पाउडर, चीनी और नमक डालकर अच्छे से चला लें.

- जब ग्रेवी गाढ़ी हो जाए तो इसमें पास्ता डालकर अच्छे से मिलाएं और 2 मिनट बाद आंच बंद कर दें.

- आंच बंद करने के बाद ही चीज मिलाएं.



धीरज रजक

के.का., मुंबई



## आपकी पाती Opinion Gallery

हमें आपके बैंक द्वारा प्रकाशित त्रैमासिक पत्रिका 'यूनियन धारा' का समामेलन विशेषांक प्राप्त हुआ. आपके बैंक द्वारा प्रकाशित पत्रिका में समामेलन विषय पर प्रकाशित विभिन्न विधा की रचनाएँ फिर बात चाहे काव्य, निबंध की हो या फिर 'हमारे कलाकार' शीर्षक से प्रकाशित कार्टून रचना की, सभी अत्यंत रोचक, हृदयस्पर्शी एवं ज्ञानप्रदायी है. पत्रिका में बैंक की विभिन्न गतिविधियों के फोटोग्राफ्स, लाहौल और स्पीति पर्यटन स्थल का वर्णन पत्रिका कलेवर को सुरुचिपूर्ण बनाते हैं. एक बार पुनः आपको उत्कृष्ट अंक प्रकाशन की बधाइयाँ एवं आगामी अंकों हेतु शुभकामनाएँ.

- अनुपम, मंडल प्रमुख, पंजाब नेशनल बैंक  
मण्डल कार्यालय, अहमदाबाद

आपके संस्थान द्वारा प्रकाशित गृहपत्रिका 'यूनियन धारा - समामेलन विशेषांक' प्राप्त हुआ. बहुत ही सराहनीय लेख एवं कविताएँ प्रकाशित हुई हैं. पत्रिका में 'साहित्य जगत से', 'सेवानिवृत्त जीवन से' और 'यूनियन' के बारे में जानने को मिला. साथ ही समामेलन का वास्तविक स्वरूप हमारे जैसे सामान्य जनमानस को विस्तृत रूप से समझाने का जो प्रयास आपने इस गृहपत्रिका के माध्यम से किया है, वह प्रशंसनीय है. पत्रिका में सभी लेख जैसे - 'समामेलन में मानव संसाधन पक्ष', 'विलयन का प्रभाव', 'आओ मिल जाएं हम' के साथ मुख्य रूप से डॉ. अजित मराठे जी द्वारा लिखा गया लेख बहुत ही अच्छा लगा. समामेलन का आपके संस्थान के सभी विभागों पर होने वाला प्रभाव साथ ही अर्थव्यवस्था पर भी होने वाले परिणाम के बारे में गहन अध्ययन कर जो पत्रिका आपने हम सभी के समक्ष प्रस्तुत की है उसकी आप सभी को ढेर सारी बधाइयाँ एवं भविष्य में भी आप तीनों बैंक, जो अभी एक हो चुके हैं, प्रगति पथ पर बने रहें यही शुभकामनाएँ हैं.

- डॉ. अनिकेत बोरकर, हिंदुस्तान एरोनाटिक्स लिमिटेड, ओझर  
सदस्य सचिव, नराकास नासिक

प्रिय यूनियन धारा टीम, आपका भेजा हुआ नया अंक मिला. विनिवेश और समामेलन के इस दौर में वर्तमान व्यावसायिक जगत की समझ विकसित करता हुआ, यह अंक न केवल अत्यंत पठनीय है, बल्कि संग्रहणीय भी है. यूनियन धारा हमेशा से ही एक समन्वय करने वाली पत्रिका रही है, पत्रिका को देखने से यही बोध होता है कि भाषिक स्तर पर भी यह पत्रिका श्रेष्ठ है क्योंकि एक ओर तो हिन्दी में प्रचुर सामग्री दी हुई है वहीं दूसरी ओर यूनियन की धारा में बहते हुए हिन्दी और अंग्रेजी का भेद भी नहीं रह जाता एवं दोनों एक होकर बहती हैं. पूरे अंक को पढ़ते हुए यही लगा कि दो-तीन धाराएँ मिलने से 'संगम' ही होता है और वहाँ से 'त्रिवेणी' ही निकलती है. 'मंटो' को आदरांजली देता हुआ लेख स'आदत हसन 'मंटो' बेहतरीन है. सभी स्थायी स्तंभ हमेशा की तरह सहज और सुंदर हैं. कुल मिलाकर एक बेहतरीन अंक निकालने के लिए पूरी यूनियन धारा टीम को बहुत बहुत बधाई. आगामी अंकों के लिए मेरी ओर से शुभकामनाएँ.

- विद्याधर जोग, वरिष्ठ प्रबन्धक (राजभाषा),  
भारत पेट्रोलियम कॉर्पोरेशन लि., मुंबई



यूनियन बैंक की गृह पत्रिका 'यूनियन धारा' का जनवरी-मार्च 20 अंक पढ़ने का मौका मिला. कोरोना काल में समामेलन पर विस्तार से जानकारियाँ मिली. यूनियन बैंक की गृह पत्रिका हमेशा से ही प्रभाव छोड़ती आ रही हैं. अंक में शामिल 'साहित्य जगत से' के अंतर्गत राधा मिश्र के आलेख स'आदत हसन 'मंटो' पर साहित्यिक जानकारी हिन्दी प्रेमियों के लिए गागर में सागर के समान है. सुश्री रीता देवी द्वारा पत्रिका के मध्य पृष्ठों 'सेंटर स्प्रेड' अत्यंत सुंदर दृश्य प्रस्तुत हुआ है. ज्योतिसिंह का आलेख 'भारतीय अर्थव्यवस्था पर बैंकों के विलयन का प्रभाव' से विलयन के प्रभाव पढ़ने को मिले जो कि बैंक होने के नाते सभी को जानने चाहिए. पत्रिका द्विभाषिक है और राजभाषा नियमों के अंतर्गत निकाली जा रही है. यूनियन बैंक के कार्यपालक महोदयों की श्रीमतियों द्वारा बनाए गए एनजीओ 'यूनियन' के बारे में पढ़ने को मिला जो कि सामाजिक सरोकारों के अंतर्गत अपनी विशिष्ट पहचान बनाएगा, इससे यह भी प्रतीत होता है कि बैंक का उच्चतम प्रबंधन समाज को साथ लेकर चल रहा है.

समामेलन के पश्चात आंध्रा बैंक और कॉर्पोरेशन बैंक के स्टाफ को भी पत्रिका में स्थान दिया गया है जो कि प्रशंसा के पात्र हैं. पत्रिका में सेवानिवृत्त स्टाफ को स्थान देना एक पीढ़ी को सम्मान देने के समान है. पत्रिका की संपादिका सुश्री सुलभा कोरे जी, यूनियन बैंक के राजभाषा प्रमुख महोदय को अति उत्तम पत्रिका के लिए हार्दिक बधाई व शुभकामनाएँ.

- गिरिराज पालीवाल, बीएसएनएल, महाप्रबंधक महोदय का कार्यालय  
सदस्य सचिव, नराकास उदयपुर

यूनियन बैंक की द्विभाषिक गृह पत्रिका 'यूनियन धारा' का जनवरी-मार्च 20 ई-अंक हमारे कार्यालय को प्राप्त हुआ. यूनियन बैंक ऑफ इंडिया की गृह पत्रिका समय पर हर बार हमारे कार्यालय को सॉफ्ट या हार्ड प्रति में मिल जाती है. पत्रिका का कलेवर विषय के अनुरूप बनाया गया था. पत्रिका में प्रकाशित समामेलन पर कवितायें स्टाफ के संस्थान के प्रति समर्पण को इंगित करती हैं. 'सेंटर स्प्रेड' अत्यंत सुंदर दृश्य प्रस्तुत हुआ. सेवानिवृत्त स्टाफ श्री अनिल रंजन भौमिक का आलेख 'रंगमंच की जिम्मेदारियाँ' अतीत में ले गईं. पत्रिका में स्वास्थ्य के साथ-साथ रेसिपी तक की जानकारी दी गई है जो कि सभी पत्रिकाओं का निचोड़ रखती हैं. पत्रिका में हर बार की तरह स्टाफ के अलावा सेवानिवृत्त स्टाफ व बाल प्रतिभाओं को स्थान दिया गया है जो कि यूनियन परिवार में समन्वय स्थापित करता है. उच्चतम प्रबंधन द्वारा स्थापित 'यूनियन' के बारे में पढ़ने को मिला. समाज के हर वर्ग को साथ लेकर चलने के लिए बनाया गया यह एनजीओ काबिले तारीफ है. 'यूनियन' को दिल से सलाम. यूनियन बैंक हमेशा से ही समय की मांग के साथ पत्रिका प्रस्तुत करता है जैसे समामेलन पर यह पत्रिका. समय पर सही जानकारी पत्रिका के माध्यम से मिली. धन्यवाद. शानदार पत्रिका के लिए यूनियन बैंक प्रबंधन, संपादिका महोदय, राजभाषा प्रमुख को शुभकामनायें व बधाई. उम्मीद है आगे भी श्रेष्ठतम पत्रिकाएँ मिलती रहेगी.

- भारती प्रतिहार, राजभाषा अधिकारी, बैंक ऑफ बड़ौदा,  
क्षे.का., उदयपुर

“

सभी टहनियां सूखी सूखी, में भी रीता रीता हूँ  
लेकिन पंछियों को कंधों पर लेकर डोल रहा हूँ  
थोडा सा सहना, थोडा सा खोना  
फिर सब कुछ पाना, लहलहाना  
समय है करवट लेगा ही इंतजार में मैं हूँ।  
ये दिन बीतेंगे, बसंत आयेगा, विश्वास से मैं हूँ।

डॉ. सुलभा कोरे

”

छायाचित्र : आनंद मोहन  
रूसू केंद्र, कोदमंगलम्, केरल.