



रेल कैरली

अंतरराष्ट्रीय खुशी दिवस

खुशी एक अहसास है,
जिसकी हर किसी को तलाश है।
जिंदगी वही जीता है,
जिसको खुद पर विश्वास है।

अंतरराष्ट्रीय खुशी दिवस : खुश होने के लिए भी भला कोई दिन होता है क्या ? तो जवाब है शायद हां । शायद का प्रयोग इसलिए क्योंकि खुश होने के लिए एक दिन नहीं बल्कि हर दिन खुश रहने के लिए, जीवन में खुशियों का स्वागत करने के लिए अंतरराष्ट्रीय खुशी दिवस को आकार दिया गया ।

पिछले कुछ सालों में लोगों के बीच खुशियों का स्तर घटता गया और मानसिक रोग, आत्महत्याओं का स्तर बढ़ने लगा इसलिए सभी के लिए जरूरी है कि वे खुश रहें । छोटी- छोटी चीजों में खुशियां ढूँढना सीखें । खुश रहना एक सेहतमंद सफल और अच्छी जिंदगी की कुंजी है । खुश रहने से न सिर्फ शरीर स्वस्थ रहता है बल्कि अंदर से सुकून महसूस करते हैं ।

खुश रहने की अहमियत याद दिलाने के लिए हर साल 20 मार्च को अंतरराष्ट्रीय खुशी दिवस मनाया जाता है । संयुक्त राष्ट्र संघ ने इस दिन को 2013 में मनाना शुरू किया था, लेकिन इसके लिए प्रस्ताव 12 जुलाई 2012 को पारित किया गया था । संकल्प की शुरुआत भूटान जैसे छोटे से देश ने की थी जो 1970 के दशक से अपने राष्ट्रीय आय से ज्यादा राष्ट्रीय खुशी के मूल्य को ज्यादा महत्व देता आ रहा है । इस दिवस को मनाने के पीछे मशहूर समाज सेवी जेमी इलियन के प्रयासों का नतीजा था । उन्हीं के विचारों ने संयुक्त राष्ट्र संघ के महा सचिव जनरल बान की मून को प्रेरित किया और अंततः 20 मार्च 2013 को अंतरराष्ट्रीय खुशी दिवस (International Day of Happiness) घोषित किया गया ।

अंतरराष्ट्रीय खुशी दिवस, खुशी के महत्व को लोगों की मूलभूत अभिलाषा मानता है और व्यक्तियों, समूहों और सरकार को खुशी और सकारात्मकता को प्रसारित करने के लिए प्रोत्साहित करता है । हर साल अंतरराष्ट्रीय खुशी दिवस एक निर्धारित थीम के तहत मनाया जाता है । इस साल 2023 के लिए अंतरराष्ट्रीय खुशी दिवस की थीम है –

“जागरूक रहो, आभारी रहो, दयालु बनो” ।
("Be mindful, be grateful, be kind")

अपनी रोज़ाना की दिनचर्या में आप ध्यान, कृतज्ञता और दया भाव को सम्मिलित करके, आप एक अधिक सकारात्मक मानसिकता अपना सकते हैं । इससे आपका समग्र विकास भी होगा और मानसिक स्वास्थ्य में भी सुधार देखने को मिलेगा । सुखी जीवन का मूल मंत्र ही आंतरिक खुशी है । अगर आप खुश होंगे तो अपने आसपास के लोगों को भी खुश रख पाएंगे । इसलिए अपनी परेशानियों को दूर छोड़कर मुस्कुराहट से नाता जोड़िए और देखिएगा जिंदगी की उलझनें एक-एक कर खुद सुलझने लग जाएंगी ।

**खुशनसीब वो नहीं जिसका नसीब अच्छा है !
बल्कि खुशनसीब वो है जो अपने नसीब से खुश है !!**

सुस्वागतम्



श्री यशपाल सिंह तोमर ने 09 मार्च, 2023 को दक्षिण रेलवे में पालक्काड मंडल के मंडल रेल प्रबंधक के रूप में कार्यभार संभाला है। मंडल रेल प्रबंधक के रूप में कार्य संभालने से पहले, आप रेलटेल कॉर्पोरेशन ऑफ इंडिया लिमिटेड (आरसीआईएल), सिकंदराबाद में ग्रुप महाप्रबंधक के रूप में प्रतिनियुक्ति पर थे। आप 1991 बैच के आईआरएसएसई कैडर (इंडियन रेलवे सर्विस ऑफ सिगनल इंजीनियर्स) के अधिकारी हैं। आपको मध्य रेलवे और दक्षिण मध्य रेलवे, आरडीएसओ (अनुसंधान डिजाइन और मानक संगठन) और आईआरआईएसईटी (भारतीय रेलवे सिगनल इंजीनियरिंग और दूरसंचार संस्थान) में विभिन्न क्षमताओं में परियोजनाओं और निर्माण में काम करने का विविध अनुभव है। पालक्काड मंडल में आपका हार्दिक स्वागत है।

श्री एस. जयकृष्णन, आईआरएसईई (भारतीय बिजली इंजीनियरिंग सेवा), बैच 2001, ने दि.23.01.2023 को दक्षिण रेलवे में पालक्काड मंडल के अपर मंडल रेल प्रबंधक के रूप में कार्यभार संभाला है। अपर मंडल रेल प्रबंधक के रूप में कार्यभार ग्रहण करने से पहले, आप उप मुख्य बिजली इंजीनियर (ऊ.उ)/ निर्माण/चेन्नई एलुंबूर थे। आपका रेलवे में 35 वर्षों का लंबा सेवाकाल है। आपने प्राचार्य, क्षेत्रीय बिजली प्रशिक्षण केंद्र/महालक्ष्मी, कार्यपालक बिजली इंजीनियर/पश्चिम रेलवे/ प्र.का./चर्चगेट, मंडल बिजली इंजीनियर/ पश्चिम रेलवे/वडोदरा, वरिष्ठ मंडल बिजली इंजीनियर (क.वि.)/तिरुच्चिरापल्ली और पालक्काड मंडल में वरिष्ठ मंडल बिजली इंजीनियर (प्रचालन) के रूप में विभिन्न पदों पर काम किया है। पालक्काड मंडल में आपका हार्दिक स्वागत है।



राजभाषा अनुभाग की गतिविधियाँ



रेल डिब्बा कारखाना, कपूरथला में आयोजित अखिल रेल हिन्दी नाट्योत्सव में पालक्काड मंडल के नाटक दल ने भाग लिया और श्री सुभाष कुमार एम वी, तकनीशियन I/बिजली/संकर्म/पालक्काड को सर्वश्रेष्ठ विशिष्ट अभिनय पुरस्कार से सम्मानित किया गया।



मंडल रेल प्रबंधक, श्री त्रिलोक कोठारी द्वारा दि.01.02.2023 को "राजभाषा पर वस्तुनिष्ठ प्रश्न व उत्तर" विषय पर सहायक साहित्य का विमोचन किया गया।

दि.01.02.2023 को त्रैमासिक हिन्दी ई-पत्रिका "रेल कैरली" दिसंबर 2022 अंक का विमोचन करते हुए मंडल रेल प्रबंधक, श्री त्रिलोक कोठारी।

दि.01.02.2023 को मंडल रेल प्रबंधक, श्री त्रिलोक कोठारी द्वारा वार्षिक हिन्दी गृह पत्रिका (ई-पत्रिका के रूप में) "चिराग" का विमोचन।

मंडल की गतिविधियाँ



गणतंत्र दिवस के अवसर पर दि.26.01.2023 को आयोजित परेड में मंडल रेल प्रबंधक द्वारा राष्ट्रीय ध्वज फहराया गया, रेसुब और स्काउट्स एवं गाइड्स दस्तों द्वारा एक रंगीन मार्च पास्ट संपन्न हुआ और परेड के बाद सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आयोजन किया गया।



पालक्काड मंडल में दि.08.02.23 को मदुकुरै और पालक्काड जं. के बीच पटरियों और यार्डों का निरीक्षण करते हुए श्री.आर.एन.सिंह, महाप्रबंधक, द.रेलवे।

पालक्काड मंडल में दि.21.02.2023 को रेलवे कल्याणमंडप, पालक्काड में पेंशनरों की बैठक के पहले चरण का आयोजन किया गया।



161 वीं मंडल रेल उपयोगकर्ता परामर्शदात्री समिति (डीआरयूसीसी) की बैठक दि.09.02.2023 को आयोजित की गई।



द.रेलवे भारत स्काउट्स एंड गाइड्स स्पोर्ट्स एंड कल्चरल मीट दि.24.02.23 से दि.26.02.23 तक पालक्काड में आयोजित की गई।

सामाजिक न्याय और अधिकारिता मंत्रालय के राष्ट्रीय सफाई कर्मचारी आयोग के माननीय सदस्य डॉ. पी. पी. वावा ने एमएस अधिनियम, 2013 के कार्यान्वयन की समीक्षा करने के लिए दि.09.02.2023 को पालक्काड मंडल का दौरा किया।



श्री आर.एन.सिंह, महाप्रबंधक/द.रेलवे, ने दि.02.03.2023 को होटल डिस्ट्रिक्ट 9, कंजिकोड, पालक्काड में माननीय सांसदों, जिनके निर्वाचन क्षेत्रों को पालक्काड मंडल द्वारा सेवा दी जा रही है, के साथ एक बैठक की।



मंडल में 8 मार्च 2023 को रेलवे कल्याण मंडप, रेलवे कॉलोनी, पालक्काड में अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस मनाया गया। पालक्काड की जिलाधिकारी डॉ. चित्रा एस, आईएस, ने कार्यक्रम का उद्घाटन किया।



अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के संबंध में महिला कर्मचारियों के लिए स्लो बाइक रेस, प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता, बिना आग के खाना पकाने की प्रतियोगिता, स्वास्थ्य जागरूकता कार्यशाला, पारंपरिक पोशाक प्रतियोगिता, कुछ छोटे-मोटे खेल आदि जैसे विभिन्न कार्यक्रम आयोजित किए गए।



अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के संबंध में, 8 मार्च 2023 को पालक्काड जंक्शन रेलवे स्टेशन से ईरोड के लिए पूरी तरह से महिला कर्मचारियों (एलपी, एएलपी और गार्ड) द्वारा एक मालगाड़ी संचालित की गई।

राजभाषा अनुभाग, पालक्काड द्वारा प्रकाशित