दिल्ली मेट्रो रेल अकादमी

(सी.बी.सी. के राष्ट्रीय मानकों के अंतर्गत प्रत्यायित)

(आई.एस.ओ. 9001:2015 प्रमाणित)

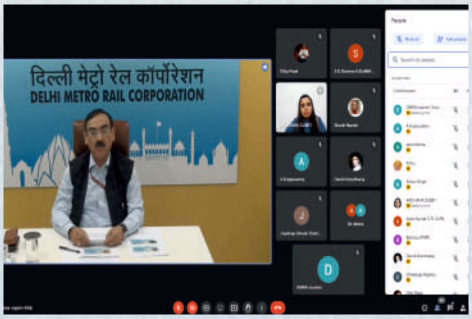
आधारशिला

26 वां संस्करण, जनवरी 2024

दिल्ली मेट्रो रेल कॉर्पोरेशन लिमिटेड

डी.एम.आर.ए. में पी.एस.यू., पी.एस.बी. और अन्य सरकारी संगठनों के अधिकारियों के लिए "नैतिकता और गवर्नेंस" विषय पर कार्यक्रमों का आयोजन

सी.बी.सी. कार्यालय द्वारा जारी दिशानिर्देशों के अनुसरण में, पी.एस.यू., पी.एस.बी. और अन्य सरकारी संगठनों के अधिकारियों के लिए "नैतिकता और गवर्नेंस" पर डी.एम.आर.ए. ने तीन कार्यक्रम आयोजित किए। पहला और दूसरा ऑफलाइन कार्यक्रम क्रमशः 03-05 अक्टूबर, 16-18 अक्टूबर और तीसरा ऑनलाइन कार्यक्रम 25-27 अक्टूबर, 2023 को आयोजित किया गया। इन तीन कार्यक्रमों में देश भर के विभिन्न संगठनों के कुल 157 प्रतिभागियों ने भाग लिया। इन कार्यक्रमों में प्रख्यात वक्ताओं के साथ संवादात्मक सत्रों के अतिरिक्त प्रतिभागियों को डी.एम.आर.सी. द्वारा अपनाई गई नैतिक कार्य संस्कृति में सर्वोत्तम प्रथाओं को अपनाने की जानकारी प्रदान की गई।



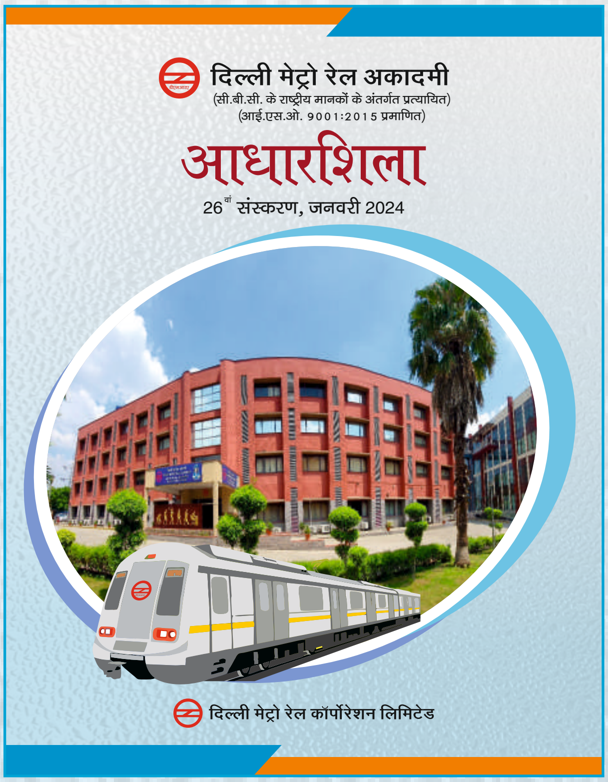
डी.एम.आर.ए. में अन्य संगठनों के अधिकारियों और डी.एम.आर.सी. कर्मचारियों के लिए "क्षमता निर्माण कार्यक्रम" का आयोजन

डी.एम.आर.ए. ने डी.एम.आर.सी. कर्मचारियों के लिए एक दिवसीय क्षमता निर्माण कार्यक्रमों की एक शृंखला आयोजित की। 625 डी.एम.आर.सी. कर्मचारियों को शामिल करते हुए कुल 10 कार्यक्रम आयोजित किए गए।

13 अक्टूबर, 2023 को अन्य संगठनों के अधिकारियों के लिए सतर्कता जागरूकता पर एक "क्षमता निर्माण कार्यक्रम" भी आयोजित किया। कार्यक्रम में राष्ट्रीय लघु औद्योगिक निगम लिमिटेड और एस.जे.वी.एन. (सतलज जल विद्युत निगम) लिमिटेड के 16 अधिकारियों ने भाग लिया। कार्यक्रम को प्रतिभागियों से सकारात्मक प्रतिक्रिया मिली

भारतीय रेल के अधिकारियों के लिए "लिफ्ट संचालन एवं अनुरक्षण" विषय पर विशेष प्रशिक्षण का आयोजन

डी.एम.आर.ए. ने भारतीय रेल के 15 इंजीनियरों/तकनीशियनों के लिए 'लिफ्ट संचालन एवं अनुरक्षण' विषय पर 7 से 10 अगस्त, 2023 तक एक विशेष प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित किया। यह प्रशिक्षण कार्यक्रम भारतीय रेलवे की विशिष्ट आवश्यकताओं को पूरा करने और उनके कर्मचारियों के कौशल विकास हेतु तैयार किया गया था। सभी प्रतिभागियों ने प्रशिक्षण कार्यक्रम की सराहना की।



आधारशिला

26वां संस्करण, जनवरी 2024

संपादक
महेन्द्र सिंह
प्राचार्य
दिल्ली मेट्रो रेल अकादमी

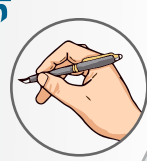
सह संपादक
अस्मिका सिन्हा
वरिष्ठ राजभाषा अधिकारी
दिल्ली मेट्रो रेल अकादमी

प्रकाशक
दिल्ली मेट्रो रेल अकादमी
शास्त्री पार्क, दिल्ली–110053

विषय-सूची

नव वर्ष पर प्रबंध निदेशक का संदेश	2
Message from Director/Operations & Services	3
डीन की कलम से	4
Message from Principal's desk	5
सह-संपादक की लेखनी से	6
डिप्रेशन का सामना कैसे करें?	7
सिर्फ 10 मिनट में अपना जीवन बदलें....	8-9
परिपूर्ण एवं सार्थक भविष्य	9
हिंदी भाषा और वैश्विक प्रचार-प्रसार	12
जीवन की पहली रेल-यात्रा	13-14
Navigating the Urban Transport Landscape: Addressing Cyber Threats Head-On	15
Concept of Regenerative Braking	16-17
Delhi's Pollution and Metro	17
Prediction to content creation- Paradigm shift in thinking around AI.	18-19
It is Okay to not be Okay	20-21
मेट्रो ट्रेन प्रचालक की ज़िंदगानी	21

नव वर्ष पर प्रबंध निदेशक का संदेश



प्रिय साथियों,

आज जब हम सभी नववर्ष 2024 का अभिनंदन कर कर रहे हैं, तो हम बीते वर्ष को भी संतोष भरा पाते हैं। डीएमआरसी परिवार ने एक बार फिर सफलता के नए आयामों को छुआ है और अनेकानेक नवीन उपलब्धियां हासिल की है।

यात्रियों की सुविधा के लिए टिकटिंग व्यवस्था में लाए गए क्रांतिकारी बदलाव हम सभी के लिए बेहद गर्व का विषय है। नेशनल कॉमन मोबिलिटी कार्ड (एनसीएमसी) बुनियादी ढांचे को स्थापित करना एक बड़ी चुनौती थी लेकिन हमने इसे शानदार तरीके से पूरा किया। क्यूआर कोड-आधारित टिकटिंग प्रणाली की शुरूआत और यात्रियों की सुविधा के लिए नई तकनीक को अपनाने की प्रक्रिया, हमारी प्रतिबद्धता को रेखांकित करती है। हमने मोमेंटम 2.0 मोबाइल एप को लॉन्च करके एक नई पहल की है जो टिकट खरीदने के अलावा खरीदारी और डिजिटल लॉकर जैसी अन्य सुविधाएं प्रदान करती है।

इस वर्ष एयरपोर्ट एक्सप्रेस लाइन की गति को भी बढ़ाकर 120 किमी प्रति घंटा कर दिया गया है। माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी जी ने, इतनी तेज गति से चलने वाली मेट्रो ट्रेन से यात्रा की यह न केवल डीएमआरसी परिवार के लिए बल्कि पूरे देश के लिए गौरव का क्षण था। माननीय प्रधानमंत्री ने यशोभूमि तक मेट्रो का विस्तार और देश के सबसे बड़े कन्वेंशन सेंटर का उद्घाटन किया। मेट्रो नेटवर्क के विस्तार के लिए हमारी प्रतिबद्धता आगे भी जारी रहेगी।

4 सितंबर, 2023 को 71.03 लाख यात्रियों ने हमारी सेवाएं ली जो दिल्ली मेट्रो की अब तक की सर्वाधिक यात्री संख्या रही है। यह उपलब्धि इस वर्ष की सबसे बड़ी उपलब्धि है क्योंकि यह एक बार फिर दिल्ली एनसीआर के जन परिवहन और जीवन-रेखा के रूप में हमारी भूमिका की पुष्टि करती है। कोविड-19 महामारी के कारण समय-समय पर यात्रियों के आवागमन संबंधी अनेक प्रतिबंध लगते रहे, लेकिन फिर भी हम उन चुनौतियों से उबरने में सफल रहें हैं।

हम जानते हैं कि डीएमआरसी का विजन ग्राहकों के लिए दिल्ली मेट्रो में यात्रा अनुभव को आनंददायक बनाना है। हम आशा और नए संकल्पों के साथ नववर्ष का अभिनंदन करते हैं। आइए, स्वयं को समर्पित करते हुए हम सभी यह सुनिश्चित करें कि हमारे सिस्टम में संपन्न होने वाली प्रत्येक यात्रा, ग्राहकों के लिए वास्तव में आनंददायक साबित हो।

वास्तव में, अच्छी शुरुआत सफल संचालन की कुंजी है। इसी भावना के साथ नववर्ष का स्वागत करें। मुझे विश्वास है कि आने वाले समय में, निश्चित रूप से दिल्ली मेट्रो के लिए नए कीर्तिमान स्थापित होंगे ।

आपको और आपके समस्त परिजनों को नववर्ष 2024 की असीम अनंत मंगल कामनाएं ।

स्वस्तिप्रजाभ्यः परिपालयन्तां न्यायेन मार्गेण महीं महीशाः ।
गोब्राह्मणेभ्यः शुभमस्तु नित्यं लोकाः समस्ताः सुखिनो भवन्तु ।।

विकास कुमार

(डॉ. विकास कुमार)
प्रबंध निदेशक

Message from Director/ Operations & Services

Dear Friends,

I take immense pride in contributing to the 26th edition of Adhaarshila. DMRC has set new standards by effectively managing one of India's most extensive metro networks, spanning over 390 kilometers. A significant milestone was achieved on September 4, 2023, as DMRC successfully catered to an unprecedented 71.03 lakh passenger journeys. This achievement not only underscores the reliability of DMRC's system but also reflects the trust placed in us by commuters.

Our commitment to excellence, wealth of experience, and relentless pursuit of improvement position DMRC as a reliable and esteemed partner for metro rail projects globally. Noteworthy is our proven track record of managing and maintaining the metro network in a cost-effective manner.

Recently, DMRC was honored with the "**Award of Excellence in Urban Transport**" in the category of "**Metro Rail with the Best Passenger Services & Satisfaction**" by the Ministry of Housing and Urban Affairs (MoHUA) **at the 16th Urban Mobility India (UMI) Conference & Expo-2023** in October of this year. This recognition further solidifies DMRC's standing as a leader in the field.

DMRC's vision, "Commuting experience in Delhi Metro to be customer's delight," is driving a transformative approach to ticketing, recognizing its pivotal role in the overall commuting experience. The strategic initiative to **digitally transform the ticketing process** aims to enhance the **ease of booking** for all Delhi Metro travelers.

Several innovative digital ticketing solutions have been introduced under this initiative. A partnership with Airtel Payments Bank on January 29, 2023, facilitated a secure, fast, and convenient Metro Smart Card top-up facility. **QR code-based tickets** were introduced on May 8, 2023, providing commuters with an alternative to tokens. The entire system is now compliant with the **National Common Mobility Cards (NCMC)** since June 2023, allowing integrated access to all public transport.

On August 3, 2023, DMRC expanded payment options by introducing **Unified Payments Interface (UPI)** at its TVMs and counters. The mobile application **'Delhi Metro Rail'** was launched in Hindi on October 4, 2023, enhancing accessibility. A user-friendly **WhatsApp chatbot** for ticketing was extended across the entire network on October 5, 2023.

Further easing the process, QR ticket booking on **PayTM** was introduced on October 12, 2023. A groundbreaking achievement on November 1, 2023, was the launch of **'Momentum 2.0,'** a platform redefining the commuting experience in the National Capital Region. Offering integrated QR ticketing, e-shopping, digital lockers, smart utility payments, and last-mile connectivity, DMRC continues to innovate for passenger convenience.

DMRC holds the distinction of being the first metro system in the world to earn carbon credits for reducing greenhouse gas emissions under the Clean Development Mechanism (CDM) of UNFCC. DMRC launched the **CarbonLite Metro Travel** initiative in Aug 2023 to make commuters aware of their contribution to saving carbon emissions. Through this initiative, passengers are informed about the average amount of Carbon Dioxide (CO2) emissions they save during their metro journeys in comparison to road-based motor vehicles and this saving is printed on the QR ticket.

DMRC has developed India's first ever indigenously Train Control and supervision System, the **i-ATS** (Indigenous - Automatic Train Supervision) making DMRC world's 6th country in the world which have their own ATS system, moreover, we are in the process of deploying the **i-CBTC** system, too. Also, DMRC system facilitates seamless integration with other modes of public transportation, enhancing overall connectivity for commuters. Thus, in the realm of Mass Rapid Transit systems, DMRC plays a pivotal role in planning, constructing, operating & maintaining new systems. This involves planning, timetabling, station & depot design as well as track layout.

Recognizing the importance of staying connected with passengers, DMRC places high value on periodic feedback, adopting a "Thinking like a Passenger" strategy. This approach centers on understanding passenger perceptions, expectations, and continuous improvement based on feedback and surveys. Adapting to real-time changes in demand is crucial for optimizing operational performance.

As we usher in the **Happy New Year 2024**, warm wishes extend to everyone involved in this transformative journey.

(Dr. Amit Kumar Jain)
Director (Operations & Services)

डीन की कलम से

आधारशिला का 26वां संस्करण आपके हाथों में है। यह एक संक्षिप्त प्रकाशन है जिसकी सामग्री में काफी विविधता है। इसमें हिंदी और अंग्रेजी भाषाओं के लेखन का समावेश है। इसमें तकनीकी लेख, कहानियाँ और कविताएँ आदि हैं। ऐसे प्रकाशन में इस प्रकार की विविधता अद्वितीय है। नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति (न.रा.का.स.) दिल्ली, (उपक्रम-2) की अगस्त, 2023 में आयोजित छमाही बैठक में गृह पत्रिका के रूप में यह पत्रिका पुरस्कृत हुई है, इसका श्रेय हमारे संगठन के अधिकारियों और कर्मचारियों को जाता है, जिनके अंदर बहुमूल्य लेखन प्रतिभा है।

डी.एम.आर.ए., डी.एम.आर.सी. की प्रशिक्षण शाखा है जो मेट्रो परिचालन, परियोजना की योजना और कार्यान्वयन के सभी पहलुओं में प्रशिक्षण से संबंधित समाधान प्रदान करती है। किसी भी प्रशिक्षण केंद्र के बहुमुखी विकास के लिए वहां का प्रकाशन एक दर्पण की भांति होता है। लेखन सामग्री की गुणवत्ता उस संस्था की गुणवत्ता को दर्शाता है।

डी.एम.आर.ए. अब गुणवत्ता के उत्कर्ष आयाम को छूने के लिए भारत के अग्रणी तकनीकी संस्थानों आई.आई.टी.-बी.एच.यू., आई.आई.आई.टी.- दिल्ली, एफ.एम.एस., दिल्ली, गति शक्ति विश्वविद्यालय आदि शैक्षणिक विश्वविद्यालयों के साथ सहयोग कर रही है। हमारे पास विश्वस्तरीय प्रशिक्षण बुनियादी ढांचा है। हमारे निरंतर प्रयास से यह 'उत्कृष्ट केंद्र' के रूप में विकसित होने वाली प्रशिक्षण अकादमी है।

डी.एम.आर.ए. पहले से ही आई.एस.ओ.: 9001:2015 प्रमाणित है और हाल ही में इसे प्रतिष्ठित 'क्षमता निर्माण आयोग' (सी.बी.सी.) के राष्ट्रीय मानकों के तहत 18.07.2023 को राष्ट्रीय मान्यता बोर्ड ऑफ एजुकेशन एंड ट्रेनिंग (एन.ए.बी.ई.टी.) द्वारा मान्यता दी गई है।

मैं इसी दिशा में इसकी निरंतर प्रगति की कामना करता हूँ।

नव वर्ष की अनंत मंगल कामनाएं।

घनश्याम बंसल
डीन/दिल्ली मेट्रो रेल अकादमी

Message from Principal's desk

Dear Esteemed Readers,

As we eagerly approach to the beginning of yet another New Year, it is with great privilege, pleasure and pride that we present to you the half-yearly edition of our academy's magazine titled Adharshila. At the very outset, it is my humble duty to share with our readers about accreditation of DMRA under CBC's national standards that make our academy truly exceptional.

This 26th edition of Adharshila is being published when DMRA is scaling new heights in various domains including infrastructure. Physical infrastructure is under vertical expansion to accommodate one of its kind in the industry "Centre of Excellence For Tunnelling and Under Ground Space Engineering". An indigenous Train Driving Simulator is in the advance stage of development. The Adharshila magazine provides a platform to share the academic and literary efforts that make this magazine truly utilitarian. We are thankful to all our DMRC family members who contributed for this 26th edition of Adharshila.

In a world where connectivity shapes our everyday lives, Delhi Metro Rail Corporation Limited continues to stand as a symbol of progression and innovation. DMRC stands tall not only for its impressive infrastructure but also for its commitment to values and ethics. At its core, DMRC embodies safety, integrity, punctuality, Customer Centricity etc. setting an example worthy of emulation. And hence, DMRA has the holy duty and responsibility to promote these values and virtues amongst its trainees. The academy is a torch-bearer in the field of metro railway education.

The academy is committed to design and implement all-encompassing holistic curricula where we emphasize upon various curricular, co-curricular as well as extra-curricular activities in just and balanced manner. The journey of this magazine continues uninterrupted even through pandemic times with the kind patronage of the management, proactive support of our readers, and benign contribution by the productive minds from entire DMRC family

Thank you for your continued support and enthusiasm. Wishing you all a very Happy New Year, i.e. future filled with success, growth and the unwavering spirit.

Happy New Year, 2024

(Mahender Singh)
Principal

सह-संपादक की लेखनी से

आधारशिला पत्रिका का 26वां अंक आपके समक्ष प्रस्तुत है। दिल्ली मेट्रो रेल अकादमी प्रबंधन के मार्गदर्शन में यह पत्रिका लोकप्रियता के नए आयाम को स्पर्श कर रही है। हमारे पाठकवृंद को इस पत्रिका का इंतजार रहता है और इसके माध्यम से अपनी प्रतिभा को निखारना चाहते हैं। आधारशिला पत्रिका में तकनीकी से लेकर यात्रा वृतांत, कविता तथा सभी तरह के आलेख को पढ़कर अच्छा लगता है। आज यह पत्रिका अपनी पहचान की मोहताज़ नहीं है। अगर हम यह कहें तो हमारे लिए यह गर्व का विषय है कि नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, दिल्ली (उपक्रम-2) की अगस्त, 2023 में आयोजित छमाही बैठक में दिल्ली मेट्रो रेल कॉर्पोरेशन लिमिटेड के प्रबंध निदेशक महोदय, महाप्रबंधक/मानव संसाधन एवं मुख्य राजभाषा अधिकारी तथा डीन, डी.एम.आर.ए. की गरिमामयी उपस्थिति में श्री कुलदीप नारायण, आई.आर.एस., अध्यक्ष, नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति दिल्ली (उपक्रम-2), अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक, हुडको तथा संयुक्त सचिव, आवासन एवं शहरी कार्य मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा दिल्ली मेट्रो की गृह पत्रिका "आधारशिला" के उत्कृष्ट प्रकाशन हेतु 'राजभाषा शील्ड' से पुरस्कृत किया गया। यह वास्तव में हम सभी के लिए गौरवपूर्ण क्षण था। इस पत्रिका को लगातार चार बार पुरस्कृत किया गया है। अतः पत्रिका के माध्यम से सभी सहपाठियों को शुभकामना और धन्यवाद देना चाहती हूँ कि आप सबके सहयोग के बिना पत्रिका को इतनी बार पुरस्कार नहीं मिल पाता, आप सब अपना स्नेह और आशीर्वाद बनाए रखें ।

मैं एक छोटा सा उदाहरण देना चाहती हूँ- स्वामी विवेकानंद से जुड़ा एक प्रेरक प्रसंग है स्वामीजी विदेश यात्रा पर गए थे। उनका भगवा वस्त्र और आकर्षक पगड़ी देख कर लोग अचंभित रह गए और वे यह पूछे बिना नहीं रह सके, आपका बाकी सामान कहां है? स्वामी जी बोले, मेरे पास बस यही सामान है। तो कुछ लोगों ने व्यंग्य किया, अरे! यह कैसी संस्कृति है आपकी? तन पर केवल एक भगवा चादर लपेट रखी है। कोट-पतलून जैसा कुछ भी पहनावा नहीं है? इस पर स्वामी विवेकानंद जी मुस्कराए और बोले, हमारी संस्कृति आपकी संस्कृति से भिन्न है। आपकी संस्कृति का निर्माण आपके दर्जी करते हैं जबकि हमारी संस्कृति का निर्माण हमारा चरित्र करता है। संस्कृति वस्त्रों में नहीं, व्यक्ति चरित्र के विकास में है। अतः मेरा कहने का सारांश यह है कि हम जो भी करते है वह हमारा व्यक्तिगत चरित्र है।

आशा करती हूं कि पिछले अंकों की भांति यह अंक भी आपको पसंद आएगा। अंत में, सभी वरिष्ठ अधिकारीगणों के मार्गदर्शन और सुधि लेखकों से प्राप्त रचनात्मक योगदान के लिए अपना हार्दिक आभार व्यक्त करती हूं। इस पत्रिका को रोचक बनाने के लिए आपकी रचनाओं और बहुमूल्य सुझावों का हमें इंतजार रहेगा।

नव वर्ष की मंगल कामनाएं।

अस्मिका सिन्हा
वरिष्ठ राजभाषा अधिकारी

डिप्रेशन का सामना कैसे करें?

हरिः ॐ तत्सत्। हरिः ॐ तत्सत्। जयगुरु। जयगुरु।

स्वामी भूमानन्द तीर्थ जी

ये वे दिन हैं जब लोगों को मनोवैज्ञानिक समस्याएं होती हैं। एक व्यक्ति जो भारत से दूर विदेश में पढ़ाई के लिए गया है, उसका परिवार मुझ से बहुत जुड़ा हुआ है। एक दिन विदेश से उसने एक बहुत बड़ा पत्र लिखा। अंग्रेजी में लिखा पत्र कितना सुन्दर था, कितनी बारीकी से लिखा गया था! एक व्यक्ति जो इतनी अच्छी भाषा में, अच्छी रचना के साथ ऐसा पत्र लिखता है, उसे कोई मनोवैज्ञानिक समस्या कैसे हो सकती है? ऐसा कोई भी सोच सकता है।

तो मैंने उसे एक उत्तर लिखा। मैंने माता-पिता को सूचित करते हुए उनसे कहा कि इस स्थिति में कुछ सहायता इत्यादि दी जानी चाहिए। लड़के ने फिर मुझे फोन किया और बताया वह कोई एंटी-डिप्रेशन टेबलेट ले रहा है। उससे लाभ तो होता है लेकिन उसे किसी काम के लिए कोई प्रेरणा नहीं मिलती। मैंने उससे कहा कि "आपातकालीन स्थिति में दवा आवश्यक हो सकती है, लेकिन लंबे समय तक दवाओं पर निर्भर नहीं रहना है बल्कि उनसे छुटकारा पाने की कोशिश करनी है।"

"तुम्हारे मन में जो भी संकीर्णताएं और नकारात्मक विचार हैं, उन पर जोर मत देते रहो। 'मेरे भीतर नकारात्मक विचार हैं, मैं संकुचित महसूस करता हूं, मैं दबा हुआ महसूस करता हूं', यदि हर बार तुम इस तरह से सोचते रहोगे, तो परेशानी तो वैसी ही रहेगी, साथ ही साथ इन्हें बढ़ाने और मजबूत करने का प्रयास बन जाता है। तुम्हें बार बार समस्या का उल्लेख नहीं करते रहना है नहीं तो वह और अधिक मजबूत हो जाती है।"

इन सभी विषयों के संदर्भ में हमें एक सुन्दर ऐतिह्य प्राप्त है; वह है विपरीत गुणों को विकसित करना। मान लीजिए कि आप अपने आपको संकीर्ण महसूस करते हैं, तो आपको लगातार यह सोचना चाहिए कि 'मैं संकुचित नहीं हूं, मैं व्यापक हूं।' प्रश्न यह है कि ऐसे विचारों को अंदर कैसे डाला जाए? आपको अपनी परेशानी का उल्लेख करना बंद करना पड़ेगा। जब भी आप अपनी परेशानी का उल्लेख करते हैं तो परेशानी और अधिक सशक्त हो जाती है। तो उनका उल्लेख नहीं करना चाहिए।

लड़के ने कहा, "मैं विष्णुसहस्रनाम का जाप कर रहा हूँ। आपने जो भी मंत्र दिया, मैं उसका जाप कर रहा हूं।" जब भी आप किसी मंत्र का जाप करते हैं तो वह सामान्यतः ईश्वर पर आपकी निर्भरता का प्रतीक है। 'मैं भगवान पर निर्भर करता हूं', ऐसी निर्भरता! जब आप भगवान पर निर्भरशील होते हैं, तो मुझे नहीं लगता कि आपको किसी भी बारे में चिंता करने की आवश्यकता है। जो आता है उसे स्वीकार करें और आगे बढ़ें।

मैं उससे पूछ रहा था, "तुम कहते हो तुम संकुचित हो। तुम्हारा शरीर बहुत सीमित है, ठीक है। पर तुम्हारे शरीर में जो हवा है उसके बारे में क्या विचार है? जो हवा तुम्हारे शरीर में आती है, उसके कारण अंदर और बाहर, दोनों सीनों पर दबाव रहता है। वह वायु, क्या वह शरीर द्वारा संकुचित है या व्यापक रूप से फैली हुई है? "उसने कहा, 'हां, व्यापक रूप से फैली हुई है'।" फिर मन के बारे में क्या विचार है? मन पदार्थ और ऊर्जा नहीं है, बल्कि उनके परे है। वह मन, क्या वह हवा से कहीं अधिक फैला हुआ नहीं होगा?" उसने कहा, 'हाँ'" फिर तुम किस मन को संकुचित बता रहे हो? मत कहो कि 'मैं संकुचित हूं'। तुम्हारा शरीर सीमित है, यह सही है। वह सघन है, ठोस है। लेकिन मन कोई ठोस पदार्थ नहीं है। इसलिए, इसे सीमित नहीं माना जा सकता।" उसने मान लिया।

तब मैंने उससे कहा, "मैं एक श्लोक और उसका अर्थ बताऊंगा। इस बीच विष्णुसहस्र नाम से एक या दो श्लोक लो जो तुम्हें विस्तार का आभास देंगे और फिर उस विशेष श्लोक पर बार-बार ध्यान केंद्रित करो।"

जो अधिक महत्वपूर्ण बात मैंने उससे कही, मै ंचाहूंगा कि आप सभी याद रखें, 'तुम्हें दवा की मात्रा कम करनी होगी।' अभी वह एक पूरी गोली ले रहा है। "इन गोलियों का रासायनिक प्रभाव होता है और ये विचार प्रक्रिया को दबा देंगी। जब आप वह करना शुरू कर देते हैं जो मैंने करने को कहा है, तो आप अधिक से अधिक विस्तार महसूस करने की कोशिश करते हैं, संकुचन नहीं, फिर दवा को एक-आठवाँ कम कर देते हैं या एक पूरी गोली के बजाय उसका आठवां भाग निकाल दें। और ऐसे ही दो हफ्ते तक जारी रखें। फिर इसे 1/6 घटा दें। अगले दो सप्ताह में इसे 1/4 कम कर दें। इस तरह आप इसे आधा कर दें और आगे चौथाई कर दें। अंततः आप इसे हटा दें। लेकिन दवा में अचानक कटौती नहीं की जा सकती। इसमें लगभग दो महीने या हो सकता है तीन महीने लगेंगे।"

अब मुझे कुछ ऐसा लिखकर देना है जिस पर मनन करते करते उसके मन का विस्तार होगा।

आकाशवल्लेप-विदूरगोऽहं
आदित्यवद्भास्य-विलक्षणोऽहम्।
अहार्यवन्नित्य-विनिश्चलोऽहं
अम्भोधिवत्पार-विवर्जितोऽहम्।।
(विवेकचूडामणिः 499)

अपने दिमाग में सीमाएं स्थापित करने का प्रयास न करें। शरीर तो शरीर ही है पर वह मनसे प्रेरित होता है। मन एक अति-भौतिक उपस्थिति, ऊर्जा के परे उपस्थिति है। आप जानते हैं कि मन है। आप यह भी जानते हैं कि यह सोच रहा है, भावनाएं बना रहा है। विचारों, ज्ञान और भावनाओं का स्रोत मन है और वह मन उस अनंत और वैभवशाली आत्मा की अभिव्यक्ति है।

हर किसी में प्रेम, घृणा और भय की एकमात्रा होती है। सबके पास है, फिर भी हम जी रहे हैं! जब प्रेम, घृणा और भय अत्यधिक हो जाते हैं तो मनुष्य निर्बल हो जाता है। प्रेम, घृणा और भय के अतिरेक से बचते हुए, जो कुछ भी आपके पास है, उसे नियंत्रण में रखने और मिटाने में सक्षम होना चाहिए। यह संभव है, संभाव्य है या यह निश्चित रूप से उपलब्ध होगा यही संदेश मुझे आपको बताना है। ऐसा मत सोचें कि कोई भी भयहीन नहीं, कोई भी प्रेम और घृणा के बिना नहीं रह सकता। लेकिन हमें उनका उपयोग सोच-समझकर करना होगा और हमें उनके वश में नहीं होना चाहिए। औषधियां संपूर्ण मन को वश में कर लेती हैं। अतः नकारात्मक और सकारात्मक, दोनों ही विचार शांत हो जायेंगे। आपको इस लीक से बाहर आना होगा। और मुझे लगता है यही एकमात्र वैज्ञानिक रास्ता है।

हरिः ॐ तत्सत्। जयगुरु, जयगुरु।

सिर्फ 10 मिनट में अपना जीवन बदलें....

मेरे पिताजी ने एक बार मुझसे कहा थाः तुम अपने जीवन को बेहतर तरीके से जीने के लिए 10 मिनट वाला मंत्र का प्रयोग करो।

मुझे पहले यह समझ में नहीं आया। 10 मिनट में क्या हो सकता है? ... मैंने पूछा। पिताजी ने कहा, यह 10 मिनट का मंत्र हमारे जीवन में एक अद्भुत अंतर पैदा कर सकता है। मैंने कहा, आप विस्तार से समझाएं... पिताजी ने शर्त रखी कि कल सुबह 6 बजे उठना। अगले दिन, मैं तय समय पर उठा, वो मेरे कमरे में आए और पूछा, "समय क्या हुआ है?" "6 बजा है" मैंने जवाब दिया।

"ठीक है, 10 मिनट के मंत्र सीखने से पहले तुमको घड़ी के बारे में जागरूक होने की कला को सीखना पड़ेगा।

मुझे कुछ समझ नहीं आ रहा था, लेकिन पिताजी ने बताना जारी रखा, "घड़ी को देखो। प्रातः के 6.00 बजे हैं। अब 10 मिनट के भीतर अपने बिस्तर और मेज को व्यवस्थित करो; दो गिलास पानी पियो, अपना चेहरा धो लो और अपने दांतों को साफ करो। लेकिन ऐसा करते समय अपनी घड़ी को देखते रहो।

उनके कहे अनुसार वह सब करना शुरू कर दिया। सभी काम करते हुए, मैं दीवार घड़ी पर नज़र रखा हुआ था। 10 मिनट खत्म होने से पहले ही सब काम खत्म हो गए।

पिताजी ने पीठ थपथपाते हुए प्रशंसा की और कहा कि तुमने अपना जीवन बदल लिया।

क्या? "मैं हैरान था, पिता की बात समझ नहीं पाया और जोर से पूछा, मुझे कुछ समझ नहीं आया।

बेटा, सोचो! तुम अपने पहले के दिनों को याद करो, और आज का दिन कैसे-कैसे शुरू हुआ?

मैंने ध्यान से सोचा, आमतौर पर, मैं सुबह 6 बजे उठता हूँ। फिर, मैं इधर-उधर घूमता हूँ, आलस्य से जम्हाई लेता हूँ और यहां तक कि कुछ और मिनटों के लिए फिर सो जाता हूँ या अपनी कुर्सी पर आराम से बैठता हूं, तरह-तरह के विचार आते हैं और किए गए कामो को पूरा करता हूँ, घड़ी में 7.00 बजे होते हैं आज वही सारे काम सिर्फ 6.10 पर ही खत्म हो गए हैं।

तो तुमने क्या किया?" मेरे पिताजी ने पूछा।

मैंने सोचा। पिताजी ने मुझसे क्या करवाया? क्योंकि पिताजी ने मुझे जो करने के लिए कहा था? नहीं! नहीं! इसमें और भी बहुत कुछ था। घड़ी के बारे में जागरूक होने की कला!..., और दस मिनट भी, पिताजी ने मेरे चेहरे को देखकर मुस्कुराते हुए कहा।

पिताजी ने समझाया - घड़ी पर अपनी आँखें सेट करके और 10 मिनट के बारे में सोचकर, दिमाग 10 मिनट के अंतराल में केंद्रित हो गया। यह एक समय सीमा या नियत तारीख की तरह था। 10 मिनट की समय सीमा दिमाग को वर्तमान में रखती थी और इधर-उधर का सोचने से रोकने में बहुत सहायक थी।

सिर्फ 10 मिनट के अंतराल में इस तरह के एक शक्तिशाली प्रभाव पड़ा! मैंने उन सभी नियमित गतिविधियों को समय पर पूरा कर लिया था। अब, मुझे लगा कि मेरे पास 50 मिनट अतिरिक्त हैं।

हम लक्ष्य को कम समय में पा सकते हैं अगर एकाग्रचित होकर काम करें। समय वास्तव में पृथ्वी पर सबसे कीमती चीज है...

अब मेरी उत्सुकता और बढ़ गई, मैंने पिताजी से पुछा, केवल 10 मिनट ही क्यों? हम अपनी गतिविधियों को 1 घंटे के स्लॉट में क्यों नहीं विभाजित कर सकते?

अच्छा सवाल, पिताजी ने कहा, हम कर सकते हैं! लेकिन समय अवधि कम होने पर हम अधिक ध्यान लगा कर जल्दी काम पूरा कर सकते हैं।

कल्पना करो, अगर मैंने तुमको 1 घंटे में उन नियमित गतिविधियों को करने के लिए कहा होता? तब मन कार्यों को धीमा कर देगा क्योंकि तुमको लगता है कि तुम्हारे पास इसे करने के लिए पर्याप्त समय है। यहां तक कि अगर किसी गतिविधि में 1 घंटा लगता है, तो आप इसे 10 मिनट के स्लॉट में विभाजित कर के उसे जल्दी पूरा करने का प्रयास कर सकते हो। मैं और अधिक जानने के लिए उत्सुक था।

उदाहरण के लिए, तुम अपने वर्कआउट टाइम को स्लॉट में विभाजित कर सकते हैं, 10 मिनट-वार्म-अप; 10 मिनट-स्ट्रेचिंग और 10 मिनट-योग,...

वास्तव में अद्भुत, पिताजी, मैंने कहा।

यह 10 मिनट का मंत्र आपके जीवन को एक रोल मॉडल बना सकता है! निष्क्रियता के लंबे मुकाबलों के बजाय, व्यक्ति रचनात्मकता के छोटे विस्फोट से लाभ उठा सकता है।

हाँ! 10 मिनट का स्लॉट केवल एक विचार है। तुम इसे 15 मिनट या 20 मिनट का स्लॉट भी बना सकते हो, लेकिन इससे अधिक समय तक नहीं। उन्होंने बताना जारी रखा...

10 मिनट के मंत्र को जीवन के हर पहलू में लागू किया जा सकता है। एक छात्र, एक पेशेवर, एक व्यापारी या कोई भी इस सरल, लेकिन सफल तकनीक को लागू कर सकता है।

हम मनुष्यों में छोटी-छोटी बातों में देरी करने की प्रवृत्ति रहती है। हम को पता है कि हमको सारे बिल समय से देने होते हैं फिर भी भूल जाते हैं। हमको पता है कि हमारी कार/बाइक मे हवा डलवानी होती है, रोज़ हवा वाली दुकान के सामने से गुजरते हैं, पर ध्यान नहीं देते हैं। हम किसी विशेष दिन मंदिर जाने के लिए खुद से वादा करते हैं, फिर भी हम समय पर कभी भी अपना वादा नहीं निभाते हैं।

क्यों?

क्योंकि हमारा मन ऐसी बातों से भटक जाता है और इन सारी बातों को महत्वहीन बना देता है। अगर हम अपने पूरे 24 घंटों में सिर्फ 10 मिनट या 20 मिनट का समय इन बातों को देते हैं, तो हम कभी भी विलंब नहीं होंगे और हमारा जीवन कई गुना बेहतर होगा।

अगर 10 मिनट के मंत्र का लगातार पालन किया जाता है, तो किसी के भी जीवन मे जबरदस्त प्रभाव हो सकता है।

लोग बोलते हैं कि उनके पास समय कम है। प्रियजनों के लिए कोई समय नहीं, उनके सपनों का पीछा करने का समय नहीं, खाने का समय नहीं, उनके स्वास्थ्य का समय नहीं जैसे कि वे पृथ्वी के सबसे व्यस्त लोग हैं! यह सबसे बड़ा बहाना है जो आप कभी भी दे सकते हैं।

10 मिनट का मंत्र हमें व्यवस्थित रख सकता है, भ्रामक विचारों से दूर रखता है। हमारे जीवन को संतुलित कर सकता है और हमारे हाथों में पर्याप्त समय देने में हमारी मदद कर सकता है। तो इस 10 मिनट के मंत्र का पालन करें और अपने जीवन को बेहतर बनते हुए देखें।

सजीव महेश्वरी
कार्यकारी निदेशक/सूचना प्रौद्योगिकी

परिपूर्ण एवं सार्थक भविष्य

जीवन की अवस्थाएं बचपन, विद्यार्थी, जवानी एवं वृद्धा अवस्था सभी महत्व रखती हैं। विद्यार्थी जीवन में अकैडमिक शिक्षा, प्रॉफेशनल एजुकेशन के बाद सरकारी/ प्राइवेट नौकरी की तलाश शुरू होती है। नौकरी मिलने के बाद आप अपनी ड्यूटी निर्वहन करते हैं। इसी दौरान कई बार आपने देखा होगा कि अधिकारी आपको ऐसा काम दे देते हैं जो आपको लगता है कि यह आपके कार्यक्षेत्र में नहीं आता। यहाँ पर हरेक का जवाब यही होगा कि जो काम उनके कार्यक्षेत्र में नहीं आता उसे क्यों करें। कुछ कर्मचारी तो आना-कानी करके अधिकारी को अप्रत्यक्ष रूप से मना कर देते हैं परंतु कर्मचारियों में एक श्रेणी ऐसी भी होती हैं जिन्हें कुछ भी काम दे दीजिए वो उसे पूरी जिम्मेवारी से करके देते हैं।

यहीं से आपके जीवन की परिपूर्णता/अपूर्णता की शुरूआत होती है। जो कर्मचारी हर कार्य को करने के लिए तैयार रहते हैं और विभिन्न कार्य करते हुए अपनी दक्षता को बढ़ाते जाते हैं, उन्हें अपने कार्य में समर्थता के साथ दक्षता भी हो जाती है। जबकि जो कर्मचारी दिए गए कार्य को अपनी ड्यूटी से बाहर समझकर उस कार्य को करने में आनी-कानी करते हैं वे अपने कार्य में समर्थ तो हो सकते हैं पर दक्षता की झलक उनके कार्यों में नहीं मिलेगी ।

उपरोक्त विवरण से हमें यह शिक्षा लेनी चाहिए कि जो भी कार्य आपके उच्च अधिकारी आपको देते हैं सहर्ष उसे पूरा करें इससे आपकी कार्य दक्षता में वृद्धि ही होगी, जोकि पूर्णतः आपके जीवन का हिस्सा बनकर आपको आगे प्रगति पर ले जाएगा।

जिंदगी मे दिए जाने वाले किसी भी कार्य को सहर्ष स्वीकार करके पूरा करने की इच्छा अपने आप में जागृत करें और अपने भविष्य को सुनहरा, परिपूर्ण एवं सार्थक बनाएं।

(ओ.एस. सैनी)
महाप्रबंधक/योजना

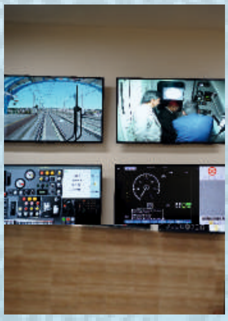
सुर्खियों में अकादमी

जे.आई.सी.ए .(जापान इंटरनेशनल कोऑपरेशन एजेंसी) के प्रतिनिधि मंडल द्वारा डी.एम.आर.ए. की प्रशंसा

जे.आई.सी.ए. के मुख्य प्रतिनिधि, श्री सैटो मित्सुनोरी ने अपनी टीम के साथ 30 अक्टूबर, 2023 को डी.एम.आर.ए. का दौरा किया। डीन/डी.एम.आर.ए. ने प्रतिनिधिमंडल का स्वागत किया तथा अकादमी में उपलब्ध सुविधाओं के बारे में जानकारी दी। इसके उपरांत डी.एम.आर.ए. का मार्गदर्शित भ्रमण किया गया। विभिन्न सिम्युलेटर, डिजिटल, प्रदर्शन कक्ष, सी.बी.टी. लैब और नवनिर्मित ट्रू स्केल टनल मॉडल का अवलोकन, इस दौरे के मुख्य आकर्षणों में शामिल थे। अतिथि प्रतिनिधियों ने डी.एम.आर.ए. में उपलब्ध सुविधाओं और कर्मचारियों के समर्पण की प्रशंसा की।

ढाका मेट्रो के प्रबंध निदेशक ने किया अकादमी का दौरा

ढाका मेट्रो के प्रबंध निदेशक ने 11 दिसंबर, 2023 को अकादमी का दौरा किया, डीन/डी.एम.आर.ए. ने उनका स्वागत किया। सम्मेलन कक्ष में डीन/डी.एम.आर.ए., वरिष्ठ प्रोफेसर, सभी प्रोफेसर, प्राचार्य की उपस्थिति में प्रबंध निदेशक/डी.एम.टी.सी.एल. को अकादमी में उपलब्ध प्रशिक्षण सुविधाओं की पावर पॉइंट प्रस्तुति दिखाई गई। इसके उपरांत, सिम्युलेटर, ई.सी.एस./टी.वी.एस. कक्ष, सिविल प्रदर्शन कक्ष, का मार्ग-दर्शित भ्रमण भी कराया गया।



कुलपति/गति शक्ति विश्वविद्यालय (जी.एस.वी.) द्वारा डी.एम.आर.ए. की प्रशिक्षण सुविधाओं का अवलोकन

डॉ. मनोज चौधरी, कुलपति, गति शक्ति विश्वविद्यालय (जी.एस.वी.) ने विश्वविद्यालय के अन्य संकाय सदस्यों के साथ 24 अगस्त, 2023 को डी.एम.आर.ए. का दौरा किया। अवलोकन के लिए

आए प्रतिनिधिमंडल को डी.एम.आर.ए. में उपलब्ध प्रशिक्षण सुविधाओं के बारे में जानकारी दी गई, इसके उपरांत, उन्होने अत्याधुनिक टेलीप्रेजेंस रूम, डिजिटल लाइब्रेरी, विभिन्न प्रदर्शन कक्ष, सिम्युलेटर, सी.बी.टी. और नवनिर्मित ट्रू-स्केल टनल मॉडल सहित अकादमी की सुविधाओं को देखा।

शहरी परिवहन (यू.टी.) डिवीजन, आवासन एवं शहरी कार्य मंत्रालय के अधिकारियों द्वारा डी.एम.आर.ए. का दौरा

शहरी परिवहन (यू.टी.) डिवीजन, आवासन एवं शहरी कार्य मंत्रालय के अधिकारियों ने 22 नवंबर, 2023 को डी.एम.आर.ए. का दौरा किया। इस दौरे में डी.एम.आर.ए. में उपलब्ध सुविधाओं की पावर पॉइंट प्रस्तुति के साथ-साथ विभिन्न ड्राइविंग और रखरखाव सिम्युलेटर, प्रदर्शन कक्षों, डिजिटल लाइब्रेरी और ट्रू स्केल टनल मॉडल का निर्देशित अवलोकन शामिल था।

महत्वपूर्ण उपलब्धि

क्षमता विकास आयोग (केपेसिटी बिल्डिंग कमीशन) के राष्ट्रीय मानकों के तहत दिल्ली मेट्रो रेल अकादमी को मिली मान्यता

नेशनल एक्रिडिटेशन बोर्ड ऑफ एजुकेशन एंड ट्रेनिंग (एन.ए.बी.ई.टी.) द्वारा मूल्यांकन के आधार पर दिल्ली मेट्रो रेल अकादमी (डी.एम.आर.ए.) को प्रतिष्ठित क्षमता विकास आयोग (सी.बी.सी.) के राष्ट्रीय मानकों के अंतर्गत मान्यता प्रदान की गई है। दिनांक 25.07.2023 को एक औपचारिक समारोह में विज्ञान और प्रौद्योगिकी मंत्रालय के राज्य मंत्री (स्वतंत्र प्रभार), प्रधानमंत्री कार्यालय में राज्य मंत्री, कार्मिक, लोक शिकायत और पेंशन मंत्रालय, परमाणु ऊर्जा विभाग एवं अंतरिक्ष विभाग में राज्य मंत्री डॉ. जितेंद्र सिंह ने अकादमी को मान्यता प्रमाणपत्र से सम्मानित किया।

यह प्रतिष्ठित मान्यता डी.एम.आर.ए. के लिए एक महत्वपूर्ण उपलब्धि है और इसकी उत्कृष्टता के प्रति अटूट प्रतिबद्धता तथा यहां दिए जाने वाले प्रशिक्षण की उत्कृष्ट गुणवत्ता का एक प्रमाण है। डी.एम.आर.ए. की प्रशिक्षण प्रक्रियाओं को मानकीकृत करने और रेल-आधारित शहरी परिवहन प्रणालियों के क्षेत्र में अद्वितीय शिक्षा प्रदान करने हेतु सी.बी.सी. द्वारा दी गई मान्यता एक महत्वपूर्ण उपलब्धि है।

Certificate of Accreditation

CAPACITY BUILDING COMMISSION

NABET

Secretary

Chairperson

Capacity Building Commission

Capacity Building Commission

Certificate No.

हिंदी भाषा और वैश्विक प्रचार-प्रसार

हिंदी भाषा का इतिहास लगभग एक हजार वर्ष पुराना माना गया है। संस्कृत भारत की सबसे प्राचीन भाषा है, जिसे आर्य भाषा या देवभाषा भी कहा जाता है। हिंदी इसी आर्य भाषा संस्कृत की उत्तराधिकारिणी मानी जाती है, ऐसा भी कहा जाता है कि हिंदी का जन्म संस्कृत की ही कोख से हुआ। भाषा की उत्पत्ति 6000 साल पहले हुई, किन्तु मौखिक थी और जब से मनुष्य अपने हिसाब-किताब और भावों को कुछ चिह्नों के माध्यम से लिखकर रखने लगा तभी से भाषा के लिखित रूप की उत्पत्ति हुई।

आज विश्वभर में हिंदी जानने वालों की संख्या दिन प्रतिदिन बढ़ती जा रही है। हिंदी अब 160 देशों से बढ़कर 206 देशों तक पहुंच गई है। भाषा के उपयोगकर्ताओं की दृष्टि से हिंदी भाषा वैश्विक स्तर पर द्वितीय स्थान पर बनी हुई है, जिससे इसके स्तर और प्रसार का पता लगता है। सोशल मीडिया में हिंदी भाषा, भारत ही नहीं बल्कि विश्व स्तर पर संवाद का माध्यम है। आज की युवा पीढ़ी द्वारा हिंदी भाषा में सशक्त और प्रभावी सम्प्रेषण के मामले में कुछ चूक हो रही है, ये नई पीढ़ी, इस आधुनिकता के दौर में अपनी भाषा का इस्तेमाल तो करती है लेकिन सामान्य बोल-चाल में अँग्रेजी के शब्दों द्वारा ही सम्प्रेषण किया जाता है। जरूरी है, हिन्दी भाषा की पुस्तकों में भी रुचि बढ़ाई जाए, विचारपूर्ण लेखन, साहित्य, वैचारिक पठन-पाठन होने लगे तो स्वतः ही, हिंदी भाषायी खग आसमान में अपने पंख स्वच्छंद भाव से फैलाएँगे। यद्यपि हिंदी भाषा पर खतरा कहीं नहीं है। प्राचीन, मध्यकाल से लेकर आधुनिक काल में भी हिंदी का वर्चस्व स्थापित है। सोशल मीडिया ने हिंदी भाषा और देवनागरी को अत्यधिक बढ़ावा दिया है। मुंबई विश्वविद्यालय के हिंदी विभागाध्यक्ष प्रो. करुणा शंकर उपाध्याय अपनी हिंदी का वैश्विक संदर्भ में दर्शाते हैं कि 8 वर्षों के भीतर दुनिया भर में हिंदी बोलने वालों की संख्या में 9 करोड़ और हिंदी भाषियों की संख्या में 10 करोड़ की बढ़ोतरी हुई है। भारत के अतिरिक्त विश्व में ऐसे कई देश हैं जहां हिंदी बोलने वालों की संख्या 50 प्रतिशत तक हो गई है। टेलीविजन ने पहले अपनी शुरुआती दौर में अंग्रेजी का सहारा लेते हुए हिंदी में शुरुआत की और आज स्थिति यह है कि हिंदी देवनागरी मीडिया पर छा चुकी है। बच्चों के कार्टून, मोबाइल, वीडियो गेम्स के साथ पारिवारिक धारावाहिक, विज्ञापन इत्यादि कार्यक्रम हिंदी में प्रसारित किए जा रहे हैं। टेलीविजन पर हिंदी चैनलों की भरमार है, मनोरंजन चैनलों ने धूम मचा दी है। हिंदी समाचार के बहुत से चैनल अंग्रेजी चैनलों की अपेक्षाकृत अधिक हैं और दर्शक इन्हें देख रहे हैं। हिंदी भाषा और देवनागरी लिपि की यह सुविधाएं अब हमें ऑनलाइन तथा ऑफलाइन भी प्राप्त हैं, यहां तक कि वीडियो गेम भी देवनागरी लिपि में उपलब्ध हो रहे हैं। कई विदेशी चैनल भी अब अपने कार्यक्रमों का हिंदी अनुवाद प्रस्तुत कर रहे हैं। भारत में फिल्मों ने प्रारंभ से हिंदी का हाथ थाम रखा है और हिंदी को अंतरराष्ट्रीय प्रतिष्ठा दिलाने में फिल्मों का बड़ा योगदान रहा है। आज क्षेत्रीय भाषाओं की फिल्मों के साथ विदेशी फिल्मों का हिंदी में अनुवाद हो रहा है, यह स्थिति हिंदी के लिए बड़ी कारगर और उत्साहजनक है। कई लेखक और गीतकार आज हिंदी में बेहतरीन कार्य कर रहे हैं जो हिंदी के प्रति उनके दायित्वबोध को दर्शाते हैं। बहुत से अभिनेताओं ने हिंदी के पक्ष में अपनी आवाज बुलंद की है और वे अपने साक्षात्कार, फिल्म प्रोमो हिंदी में दे रहे हैं।

भारत में पत्र-पत्रिकाओं की संख्या हजारों में है और विश्व के कई देशों से हिंदी देवनागरी लिपि में प्रकाशित हो रही हैं। भारत के अतिरिक्त दुनिया के 100 से अधिक विश्वविद्यालयों में हिंदी, देवनागरी का पठन-पाठन हो रहा है। भारतीय मूल के रचनाकार विदेशों में भी बसे हुए हैं जो हिंदी की सेवा करते हुए लगातार हिंदी का श्रेष्ठ साहित्य रचकर हिंदी को समृद्ध कर रहे हैं। वे सूचना प्रौद्योगिकी के दैनिक व्यवहार, उपयोग और प्रयोग में देवनागरी का सहज उपयोग करते हुए भाषा की सेवा कर रहे हैं। रेलवे प्लेटफार्म, बस स्टेंड आदि स्थानों पर इलेक्ट्रॉनिक सूचनाएं हमें देवनागरी में प्राप्त हो रही हैं, साथ ही रेलगाड़ी, बस के भीतर और बाहर इलेक्ट्रॉनिक माध्यमों के द्वारा भी सूचना हमें देवनागरी लिपि में मिलती है। जीवन के लगभग हर क्षेत्र में हिंदी का उपयोग हो रहा है।

इस प्रकार हिंदी भाषा और देवनागरी लिपि भारत में ही नहीं बल्कि पूरे विश्व में अपनी महती भूमिका बनाए हुए है। आधुनिक युग के प्रारंभ में तथा अन्य संसाधनों में रोमन लिपि भले ही पूरे विश्व में छाई रही, परंतु इस प्रयास में हिंदी ने उसके एकाधिकार को तोड़ा है और यह सिद्ध करने का प्रयास किया है कि हिंदी देवनागरी विश्व की एक ऐसी भाषा एवं लिपि है जो कंप्यूटर के लिए अत्यंत सार्थक और उपयोगी सिद्ध हो रही है। इन कारणों से हिंदी और देवनागरी लिपि का भविष्य उज्जवल ही नहीं बल्कि स्वर्णिम नजर आता है, देर है तो बस सार्थक पहल की।

जयश्री शर्मा
महाप्रबंधक/मा.सं. एवं
मुख्य राजभाषा अधिकारी

जीवन की पहली रेल-यात्रा

भारतीय रेल में पहली यात्रा एक अविस्मरणीय अनुभव था। तीस साल से अधिक समय बीत जाने के बाद भी इसका रोमांच ज्यों का त्यों है। हर घटना ऐसे याद है जैसे कल की ही बात हो। भारतीय रेल की भव्यता और विशालता का एहसास इसी यात्रा के बाद हुआ।

पूरे भारत-वर्ष में फैले पटरियों के जाल, हर जगह मुस्तैद कर्मचारी और लगभग समय का पालन करती हुई रेल गाड़ियों का अंतहीन सिलसिला।

दिल्ली से पुणे की 'झेलम एक्सप्रेस' द्वारा रेल की पहली यात्रा। 'झेलम' क्या, किसी भी रेलगाड़ी में जीवन की पहली यात्रा और वह भी करीब डेढ़ हजार किलोमीटर से भी ज्यादा की दूरी की। अवसर था - भारतीय रेल में नियुक्ति और पुणे के भारतीय रेल इंजीनियरिंग संस्थान से नौकरी की शुरुआत ।

झेलम एक्सप्रेस पुणे से दिल्ली को जोड़ने वाली पहली गाड़ी थी जिसकी शुरुआत 1977 में हुई। इसे 'सेना की ट्रेन' भी कहा जाता है क्योंकि यह पुणे को करीब दो हजार किलोमीटर की दूरी पर स्थित 'जम्मूतवी' से जोड़ती है। ये दोनों ही सामरिक दृष्टि से अति महत्वपूर्ण स्थान हैं।

पहली बार घर से इतनी दूर जाने का अवसर मिला। नई जिंदगी की शुरुआत, एक अनजाना-सा डर, चयन की खुशी, परंतु मन में एक अजीब सी अनिश्चितता का सा भाव। सब कुछ बयां करना लगभग असंभव था। मन वर्तमान में न रह कर कभी अतीत और कभी भविष्य में विचरण कर रहा था। 30 घंटे का लंबा सफर और यात्रा के खट्टे मीठे अनुभव।

गाड़ी चम्बल नदी के पुल को पार कर रही थी तभी अचानक तंद्रा भंग हुई। विश्वास ही नहीं हुआ कि मैं उसी घाटी को देख रहा हूँ जिसके किस्से बचपन में सुनते थे। अधिकांश फिल्में भी चंबल के बीहड़ों पर ही बनती थी जैसे कि 'मेरा गाँव मेरा देश', 'जिस देश में गंगा बहती है' और 'शोले'। यूं तो चम्बल को राजस्थान की 'शापित' नदी कहते हैं परंतु कुछ स्थानों पर इसे 'कामधेनु' भी कहा जाता है।

वर्तमान को छोड़ दिया, मन फिर पुरानी यादों में लौट आया जब परीक्षा के परिणाम का इंतजार चल रहा था। वर्ष 1991 और दिसम्बर का सर्द महीना। आखिर परीक्षा परिणाम आ गया और भारतीय रेल में चयन के साथ ही बचपन का सपना साकार हुआ।

कुछ ही दिनों बाद एक पंजीकृत लिफाफा मिला जिस पर लिखा था 'भारत सरकार सेवार्थ'। इसमें पदभार ग्रहण करने की तिथि थी और साथ में था एक 'हरे रंग' का रेल यात्रा का प्रथम श्रेणी का ड्यूटी पास। आज तक इस 'पास' को संभाल कर रखा है।

पहली बार वातानुकूलित डिब्बा देखा। अंदर अलग-अलग केबिन बने हुए थे और हर केबिन के बाहर साफ-सुथरे परदे लटक रहे थे। नीले रंग की खुली-खुली खूबसूरत सीटें। 'लोअर', 'अपर' और 'साइड' बर्थ का पहली बार पता चला। थोड़ी ही देर में गाड़ी ने रफ्तार पकड़ी और साथ ही विचारों ने भी।

गाड़ी ने बहुत जल्द फरीदाबाद पार कर लिया। फिर शुरू हुआ हरे-भरे खेतों का अंतहीन सिलसिला। एक शोर रहित सफर, जिसकी कल्पना भी नहीं की थी। कभी-कभी पैन्ट्री कार से खाने का सामान लिए एक दो वेंडर को छोड़ कर किसी और का कोई आवागमन नहीं। जितने यात्री उतनी ही सीटें। कुल मिला कर एक अनूठा अनुभव। हर थोड़ी देर में दूसरी लाइन पर तेजी से धड़-धड़ाती हुई गाड़ी निकल जाती थी। इतनी पास से कि खिड़की से देख कर ही डर लगता था।

आगरा के बाद आस-पास का परिवेश और माहौल धीरे-धीरे बदलने लगा। खेतों में फसलें बदल रही थीं, पशुओं का रंग-रूप बदल रहा था और साथ ही बदल रहा था लोगों का व्यवहार। यहाँ तक कि स्टेशन पर रेहड़ी का डिजाइन और उस पर रखा सामान भी बदल रहा था। शायद यही महानता है हमारे भारत-वर्ष की।

गाड़ी ग्वालियर पहुँच चुकी थी और यहां 10 मिनट का स्टॉप था। बाहर की हवा में क्या राहत मिली थी। कितना भी ए.सी. डिब्बा हो, बाहर की हवा का कोई मुकाबला नहीं। मैंने तुरंत यहाँ का मशहूर दूध और छाछ ली और फटाक से डिब्बे में वापस। कुछ ही मिनटों में गाड़ी चल दी और वही हुआ जो हमेशा बड़े स्टेशनों पर होता है। उतरने वाले लोग गाड़ी के अंदर थे और चढ़ने वाले बाहर।

ग्वालियर से बहुत नए लोग सवार हुए। सामने वाली सीट पर एक महिला आ कर बैठ गई, अपने एक करीब दो साल के बच्चे के साथ। बच्चा उत्सुकता से हर चीज को छूने की कोशिश कर रहा था। शायद उसकी भी यह पहली रेल यात्रा हो। बिजली और पंखे के स्विच उसे काफी पसंद आ रहे थे। कभी 'ऑफ' तो कभी 'ऑन'। कट-कट की आवाज से उसे एक अजीब खुशी मिल रही थी। डिब्बे की बोरियत भी कुछ कम हो गई थी। वरना ए.सी. डिब्बे में लोग कम ही बातें करते हैं।'बड़े' लोग एक अंजाने से 'आवरण' में रहते हैं, आवरण अपनी हैसियत का, अपने ओहदे का, और न जाने किस-किस चीज का।

बच्चा थक कर सो चुका था। डिब्बे की खामोशी लौट आई थी।

कुछ ही देर बाद 'चेन्नई एक्सप्रेस' फिल्म के टीटीई की भांति ट्रेन का कंडक्टर आया, एक तरफ से टिकटें चेक करते हुए। रुआबदार चेहरा और स्मार्ट ड्रेस। देख कर अच्छा लगा। चेहरे पर अफसरी भाव लाकर हमनें भी अपना 'फर्स्ट क्लास पास' दिखाया। कंडक्टर के हाव-भाव कुछ नर्म पड़े और मुस्कराते हुए कहा 'सर, ये सीट आपकी है'।

सह-यात्रीयों पर थोड़ा प्रभाव पड़ा। हमारे 'अफसरी भाव' भी प्रगाढ़ हो गए।

अगला स्टेशन झांसी था। झांसी, भोपाल आदि ऐसे नाम थे जिनके बारे में सुना तो खूब था, परंतु सोचा नहीं था कि कभी जाने का मौका मिलेगा। 'झांसी' रानी लक्ष्मीबाई की वजह से जानते थे और 'भोपाल' यूनियन कार्बाइड गैस कांड की वजह से, जिसमे सैंकड़ों लोगों की जान चली गई थी।

भोपाल आते आते लगभग सभी यात्री सो चुके थे। रात के सवा ग्यारह बज चुके थे। बच्चा भी गहरी नींद में था। भोपाल से काफी यात्री चढ़े, पर हमारे केबिन में कोई नया यात्री नहीं आया, जबकि एक सीट खाली थी। शायद कहीं आगे का 'कोटा' होगा। कोटा सिस्टम के बारे में तब कुछ पता नहीं था।

यही सोचते-सोचते कब आँख लग गई पता ही नहीं चला।

सुबह नींद खुली तो 'जलगाँव' आ चुका था । सुबह के करीब सात बजे थे। बच्चा और उसकी माँ कब उतर गए, पता नहीं चला। शायद भुसावल में उतरे हों।

सुबह की हल्की धूप और बाहर का नजारा एक बार फिर साफ हो चुका था। बाहरी दृश्य और परिवेश बिलकुल ही बदल चुका था। यहाँ तक की गायें भी उत्तर भारत से बिल्कुल अलग थीं। लंबे लंबे और सीधे सींग।

गाड़ी ने फिर रफ्तार पकड़ ली। मनमोहक नजारा था,साफ सुथरे गाँव, झोंपड़ीनुमा घर, पृष्ठभूमि में पहाड़ियाँ, लग रहा था कि दूसरी दुनिया में विचरण हो रहा है।

आखिरकार 30 घंटे की यात्रा के बाद गाड़ी पुणे के प्लेटफॉर्म नंबर एक पर पहुंची। 'भारतीय रेल सिविल इंजीनियरिंग संस्थान' स्टेशन से बिल्कुल सटा हुआ इंस्टीट्यूट था, जहां हमारे शुरू के दो साल बीतने वाले थे। हॉस्टल यहाँ से थोड़ी दूर 'कोरे गाँव' पार्क में था।

हमें बताया गया संस्थान की 'स्टाफ कार' आपको हॉस्टल छोड़ कर आएगी। थोड़ी ही देर में कार पूना शहर की सड़कों पर दौड़ रही थी। यहाँ के मूल निवासी अधिकतर सफेद टोपी और साधारण पोशाक में नज़र आ रहे थे ।

हॉस्टल पहुंचते ही पाया एक सुव्यवस्थित सिस्टम। लगा जैसे एक मंजिल पर पहुँच गए। मंजिल सिर्फ रेल यात्रा की ही नहीं, बल्कि पिछले कुछ सालों की मेहनत की और खट्टे मीठे अनुभवों की। कुल मिला कर यही जिंदगी है, बिल्कुल ट्रेन की यात्रा की तरह। जीवन का हर पड़ाव एक स्टेशन है और जीवन में मिलने वाले साथी सिर्फ यात्री। कुछ पता नहीं कौन कब उतर जाए।

यहां मिले सभी अंजान साथियों से बहुत जल्दी दोस्ती हो गई। सबकी लगभग एक जैसी अनुभूति और एक जैसे अनुभव। सभी के चेहरे पर घर की याद स्पष्ट नजर आ रही थी और घर पर फोन करने की जल्दी भी। तब न तो मोबाईल फोन थे और न ही दूसरे किसी फोन की सुविधा। करीब दो किलोमीटर एस.टी.डी. बूथ पर जाना पड़ता था।

सब काफिला बना कर वहीं चल दिए। जाते ही सबने अपनी-अपनी बारी से फोन करना शुरू कर दिया। मैंने भी अपना नंबर आने पर बूथ में प्रवेश किया। फोन तुरंत लग गया - माँ ने फोन उठाया। हमने सही सलामत पहुँचने की सूचना दी। उधर से वही चिर-परिचित आवाज सुनायी दी "खाना खा लिया" ।

एस.टी.डी. बूथ में आँखों से कब दो आँसू निकल पड़े, शायद किसी को पता ही नहीं चला।

घनश्याम बंसल
डीन/दिल्ली मेट्रो रेल अकादमी

नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, दिल्ली (उपक्रम-2) की अगस्त 2023 में आयोजित छमाही बैठक में दिल्ली मेट्रो की गृह पत्रिका "आधारशिला" पुरस्कृत

नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति, दिल्ली (उपक्रम-2) की अगस्त, 2023 में आयोजित छमाही बैठक में दिल्ली मेट्रो रेल कॉर्पोरेशन के प्रबंध निदेशक महोदय, महाप्रबंधक/मानव संसाधन एवं मुख्य राजभाषा अधिकारी तथा डीन, डी.एम.आर.ए. की गरिमामयी उपस्थिति में श्री कुलदीप नारायण, आई.आर.एस., अध्यक्ष, नगर राजभाषा कार्यान्वयन समिति दिल्ली (उपक्रम-2), अध्यक्ष एवं प्रबंध निदेशक, हुडको तथा संयुक्त सचिव, आवासन एवं शहरी कार्य मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा दिल्ली मेट्रो की गृह पत्रिका "आधारशिला" के उत्कृष्ट प्रकाशन हेतु 'राजभाषा शील्ड' से पुरस्कृत किया गया।

Navigating the Urban Transport Landscape: Addressing Cyber Threats Head-On

In an era where urban transport is rapidly evolving with the integration of technology, our journey towards innovation is not without its challenges. One of the foremost concerns that demands our attention is the ever-growing specter of cyber threats that loom over our interconnected systems. As we embrace the digital age, it becomes imperative for us to fortify our defenses and ensure the resilience of our operations.

The Evolving Cyber Landscape:

The urban transport sector has undergone a paradigm shift, leveraging cutting-edge technologies to enhance efficiency, safety, and user experience. However, with great innovation comes great responsibility. The integration of smart systems, inter connected networks, and the proliferation of data also opens the door to potential vulnerabilities. Cyber threats such as ransomware, data breaches, and denial-of-service attacks pose significant risks to our operations, customer trust, and the overall integrity of our services.

Safe guarding Our Digital Frontiers:

Addressing cyber threats requires a multifaceted approach that encompasses technology, education, and proactive measures. Here are some key strategies to fortify our defenses:

- **Cyber security Training:** Equip our staff with the knowledge and tools to recognize and respond to potential cyber threats. Regular training sessions can empower our workforce to be the first line of defense against phishing attempts, social engineering, and other cyber risks.
- **Vigilant Network Security:** Implement robust cybersecurity measures across our digital infrastructure. This includes regular audits, software updates, and the deployment of advanced security solutions to detect and neutralize potential threats.
- **Data Encryption:** Safeguarding customer and operational data is paramount. Implementing end-to-end encryption ensures that sensitive information remains secure during transmission and storage.
- **Incident Response Plan:** Develop a comprehensive incident response plan that outlines clear protocols for addressing a cyber attack. This plan should involve all relevant stakeholders and ensure as wift and coordinated response to minimize potential damage.
- **Collaboration and Information Sharing:** Stay abreast of the latest cyber security trends and threats by fostering collaboration with industry peers and experts. Sharing information about emerging threats can help us collectively fortify our defenses.

The Road Ahead:

As we continue to chart new territories in urban transport, our commitment to cyber security must be unwavering. By prioritizing a culture of security, investing in robust technologies, and fostering a proactive approach, we can navigate the digital landscape with confidence.

In the face of cyber threats, our collective vigilance and dedication will not only safeguard our operations but also strengthen the trust our passengers place in us. Let us embark on this journey together, armed with knowledge, resilience, and a shared commitment to excellence.

Safe travels,

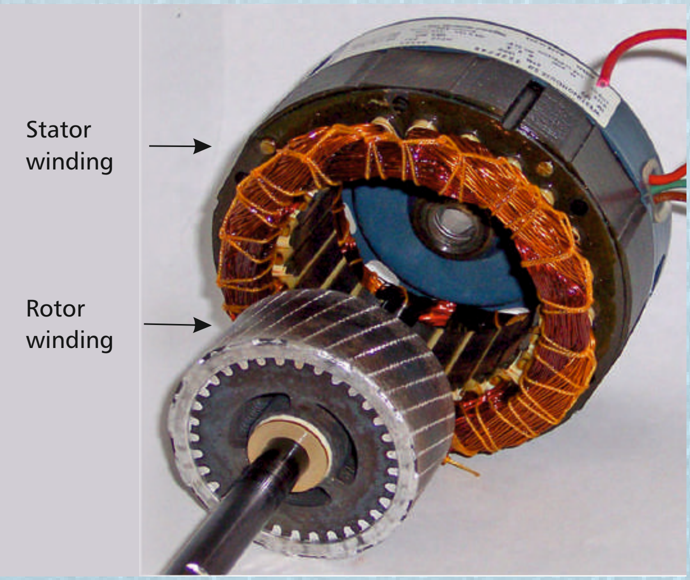
Birbal Kr Shah
Asst. Manager/IT

Concept of Regenerative Braking

Regenerative braking is a concept in which not only braking force is applied on moving vehicle but also kinetic energy of moving vehicle is converted into such a form that can be used immediately or is stored for future use.

In Rolling Stock of DMRC regenerative braking is also called Electrodynamic braking which is used whenever service brakes are applied in running train. Service brake is one of the different types of brakes of Rolling Stock which is most frequently applied to stop the train.

To understand the concept of regenerative braking first of all it is necessary to know the concept of motoring. In normal case 3 phase VVVF supply is fed to 3 phase squirrel cage Induction motor. This supply is fed to stator winding of motor which is placed on 4 poles of stator. Then rotating magnetic field is set up in stator winding. This magnetic field completes its circuit from north pole to south pole and while doing so it crosses through rotor winding.



Rotor has a lot of conductors which are by default short circuited. EMF (voltage) is generated in rotor conductors as per Faraday's law of electromagnetic induction.

E = N x (rate of change of flux)

Where E = Induced EMF (voltage)
N = No. of turns

Why rotating magnetic field is generated?

Right hand screw rule: whenever a screw has to be inserted in a wall we move it clockwise and then it goes inwards. Similarly If current direction is inward then magnetic field direction will be clockwise.

As in 3 phase induction motor, 3 phase supply is fed to stator winding which is wound on 4 poles. Winding on any pole gets supply from R phase but after 120 degree phase difference it will get supply from Y phase and after 120° phase difference, it will get supply from B phase and so on. Therefore, direction of current will also change and so direction of magnetic field will also change. Thus rotating magnetic field is generated around 4 poles of stator winding which speed is called synchronous speed (Ns).

$$N_s = 120\ f/P$$

Where f = Frequency
P = Number of poles

As this rotating flux crosses through rotor squirrel cage winding which is changing continuously. So e.m.f. (electromagnetic force) is generated in rotor winding as per **Faraday's 1st law of electromagnetic induction** which states that whenever magnetic flux linked with a circuit changes, an e.m.f. (voltage) is induced in it.

Magnitude of induced e.m.f. is equal to the rate of change of flux linkages.

$$E = -N\, d\phi/dt$$

Where $d\phi/dt$ = Rate of change of flux linkages.

E= B.L.V.
where B = flux density
L = Length of conductor
V = velocity of conductor or magnetic field

As rotor is still and stator magnetic field is rotating at synchronous speed so rate of change of flux linkage through rotor conductor is very high at starting. When EMF is generated then current starts flowing in rotor conductors as they are short circuited.

Why rotor starts moving?

When a current carrying conductor is placed in a magnetic field it experiences a force which direction is as per Lenz's law such that it opposes it's cause. Cause is relative motion between stator rotating magnetic field and rotor winding. So rotor moves in the same direction as of stator rotating magnetic field.

During Regenerative braking same Induction motor is used as Generator. But How?

While working as a motor

- Stator magnetic field speed = Ns (synchronous speed)
- Rotor speed = N
- N < Ns
- Slip = (Ns – N) / Ns
- So slip is positive while working as a motor.
- Torque = (k. slip².rotor resistance) / (rotor resistance)² + (slip. Rotor reactance) ²
- In normal case motor runs at very less slip (let it is 0.2)
- So Torque varies as per this formula Torque = slip.v²

  Where v= voltage
- Rotor does not attain speed equal to synchronous speed because in that case slip = 0 and so, torque will be zero and induced e.m.f = 0
- At starting slip = 1 because rotor speed = 0 so, slip = (Ns- N) / Ns = Ns/Ns = 1 so, maximum torque will be applied.

While working as a generator :

- Rotating magnetic field speed is decreased by decreasing frequency of Stator winding of motor. Then N becomes greater than Ns. Now as rotor conductors speed is more so their magnetic field is more powerful than stator magnetic field and flux linked with rotor winding starts changing and as per faraday's law of electromagnetic induction e.m.f is induced in stator winding.
- In this case slip also becomes negative. Because Slip = (Ns – N) / Ns and N is greater than Ns.
- So Torque = slip.v² also becomes negative and motor speed starts decreasing.

Ramkishor Singh,
SSE/RS/DMRA

Delhi's Pollution and Metro

Delhi's air is thick with grime,
Every breath a heavy crime.
Eyes sting, chests ache, all around,
Children, adults, all astound.

But hope gleams bright, a silver star,
In Delhi Metro, near and far.
Its electric trains glide sleek and fast,
No smoke to poison, none to last.

So let us choose the metro's way,
To save our Delhi, day by day.
Leave cars at home, join hands in stride,
For cleaner air, with Delhi's pride.

Delhi Metro, our saviour dear,
From pollution's grip, release us clear.
Together we'll make a difference grand,
With fresh, pure air, throughout the land.

Rishi Kant Dixit
Lecturer/Operations

Prediction to content creation- Paradigm shift in thinking around AI.

What is AI?

AI has become a very common term these days. We read and listen about AI in newspapers, TV channels, social media, in friend circles etc. But what exactly AI is?

AI or **Artificial Intelligence** refers to simulation of human intelligence in machines that are programmed to think and learn like humans.

AI involves development of machines having software, intelligent enough to perform tasks that typically require human intelligence. These tasks may include problem solving, pattern recognition, learning from experience, understanding natural languages and making decisions.

AI has been around for decades. However, in the past decade it has got a big leg up over technologies due to surge in computer processing power, newer algorithms, emergence of machine learning models and availability of vast data to train these models.

AI has transitioned from being a concept in science fiction to a reality that impacts our daily lives. People all over the world are fascinated by AI and its ability to bring their imaginations to work in their daily lives.

The idea of artificial intelligence was generated by mathematician and computer scientist **"Alan Mathison Turing"** in **1950**. Alan Turing's paper called **"Computing Machinery and Intelligence"** starts with the question **"Can machines think?"**.

This question is considered to be the birth of artificial intelligence and beginning of brief history of AI.

John McCarthy's used the term 'artificial intelligence' for the **first time**. John McCarthy is also called **"father of artificial intelligence"**. He specifies AI as "the science and engineering of making intelligent machines."

AI is classified into three main categories:

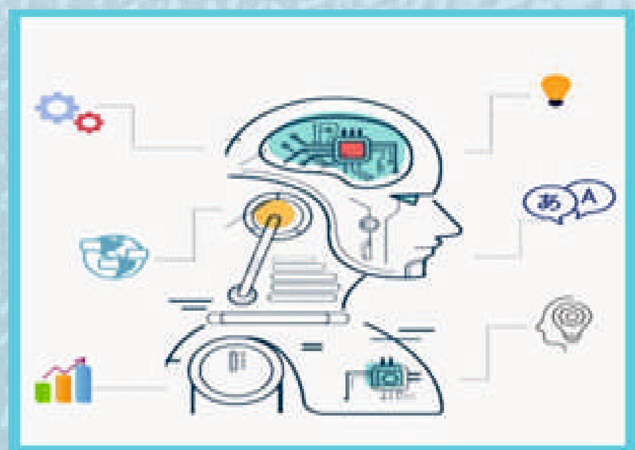
1. **Strong AI or General AI** – It refers to machines with human like intelligence and the ability to understand, learn and apply knowledge across a wide range of tasks. This type of AI still remains a theoretical concept and has not fully realized.
2. **Weak AI** – This type of AI is designed to perform specific tasks or to solve particular problem. But it lacks general intelligence.
3. **Artificial Super Intelligence** – This AI means computer systems to be more intelligent and effective than humans in every aspect. In this AI type, AI will be able to do everything a human can do way better.

Moreover, it will also be able to do things that separate humans from machines such as scientific creativity, general wisdom, art, decision making and emotional relations.

AI has the potential to revolutionize many industries and fields, such as healthcare, finance, transportation, and education.

AI has created a paradigm shift in the areas of technologies, transforming the way humans interact with machines, process data and solve complex problems.

This revolution in the field of AI has characterized by the development of machines and systems



capable of mimicking human intelligence and performing tasks that were once thought to be exclusive to human beings.

Some key aspects of this paradigm shift are:

1. **Cognitive Computing:** AI systems these days possess the ability to analyze vast data sets, understand natural languages and make decisions based on complex patterns. This cognitive computing capability has profound implications for fields such as health care, finance and customer service.
2. **Machine Learning and Deep learning:** The core of AI paradigm shift lies in machine learning and deep learning, which enable algorithm to learn from data and improve their performance over time. This is the technology behind recommendation systems, image and speech recognition and self-driving vehicles.
3. **Automation:** Artificial intelligence automation is altering the nature of work in various industries. Repetitive and mundane tasks are increasingly being handled by machines, freeing up humans to focus on more creative, strategic and high-value tasks.
4. **Personalization:** AI is revolutionizing the way business interact with customers. Personalized recommendations, chatbots and predictive analytics are enhancing customer experiences and making marketing more targeted and effective.
5. **Healthcare:** AI is contributing in the development of diagnostic tools, drug discovery and treatment optimization. It is now a days also helping in analyzing medical images, predict disease outbreaks and even assisting in surgery.
6. **Ethical and social implications:** This paradigm shift raises critical questions about ethics, bias and accountability. It is important to ensure that AI is developed and used in ways that are fair, transparent and aligned with human values.
7. **Education:** AI is influencing the way we learn and teach. It enables adaptive learning platform, customized curricula, and even assists in grading and feedback.

8. **Autonomous Systems:** From self-driving cars to drones, AI is making autonomous system a reality. These systems have the potential to transform transportation, logistics and various industries.
9. **Security and cybersecurity:** AI is being used to enhance security by identifying threats and vulnerabilities. On the flip side, it's also being used by cybercriminals, making cybersecurity a constantly evolving battle.
10. **Environmental Impact:** AI can help address environmental challenges by optimizing resource use, predicting climate changes and improving energy efficiency.
11. **Human-machine collaboration:** The paradigm shift in AI is not solely about replacing humans, it is also about enhancing our capabilities and creating new opportunities for collaboration between humans and machines.

As AI is evolving, it is important for humans to strike a balance between innovation and ethical considerations.

The paradigm shift brought about by AI holds immense potential, but it also presents challenges that society must address. It is a journey that requires careful navigation, constant monitoring and responsible development to ensure that AI benefits humanity in the best possible way.

(Arvind Upadhyay)
Manager/S&T

It is Okay to not be Okay

In a popular Hindi movie scene when the protagonist with all his seriousness addresses the gathering of engineering freshmen with -

"Life is a Race. If you do not run fast, you will be like a Broken Andaa"

All we did was to laugh and make fun of his statement. That laugh was a little on his dialect, a little on his delivery and a little on his expressions. But, in the same laughter, we all did suppress a stark & shallow fact which we all were told, taught, and rather forced to believe throughout our lives.

We the generation of 90s born (the **Gen Y**), were the ones who grew in a globalizing and liberalising nation. We were the ones more fortunate than our preceding generation. The ones with a plethora of opportunities and avenues to learn, to grow and to excel to fields of our own choices and our own likings. But this boon came with a bane too. The bane of being an overly competitive, super judgmental, and maybe the most impatient generation amongst all. We were supposed to triumph at every walk of our lives. Failing at anything was a taboo for us. This led to the psychological growth of 'Hero worship.' We became a society in which coming second to anyone was akin to failing. And this is how we became the generation which is extremely scared of failures. All this happened because after any long-fought battle full of honest efforts, God forbid if we do not end on the winning side, there are seldom any hands on our shoulders telling –

अरे कोई ना, इक जंग ही तो गयी है. जिंदगी थोड़े ना हारी है

Life is nothing but a giant stage where we all are given specific characters by the almighty and we all are just enacting our own stories in specific timelines. Our stories on this giant stage criss-crosses with each other quite often, and whenever it does, we all let ourselves fall in the trap of 'माया' which is tightly knitted with strings of comparison, jealousy, and anger. This 'fall' subconsciously pushes us to run harder, run faster in this never-ending quest of supremacy. This quest in few cases do provide us momentary pleasures. But in long run (due to the balancing nature of life), we are bound to lose more often than we win. And, this leads to the genesis of stress, tension, and depression. All this happens only, and only because we fail to understand and acknowledge the very basic fact that –

आप हर कहानी के हीरो नहीं हो सकते हो

Mere acceptance of this philosophy brings paradigm shift in our outlook towards life. This shift helps us, as the evolved beings of planet earth, acknowledge the truth that we are destined to play supporting roles, supporting characters in multiple stories on giant stage of life. Afterall, every **Rancho**'s story will have its own **'Farhan'** and **'Raju'** playing beautiful supporting roles. But this never means that the Farhans and Rajus will never have their own stories. Of course, they do have. Stories which are equally riveting, equally special. And, when they take the centre stage, trust me when I say this - they are as heroic and as charismatic as Rancho. So instead of fighting for limelight, let us prioritize becoming better human beings first. There is a lot of scope in this role, and a very little competition.

Taking the reins from our previous generation, now is the time when our generation has assumed the responsibility of guiding global well-being, progress, and prosperity. We are the ones the Gen-Z and millennials will look up to for motivation, guidance, and inspiration. Therefore, now is precisely not the time to be a generation defined by fear of failure, envy, frustration, and impatience. We must consciously change the way we approach our lives. We must daily affirm to ourselves and others that:

It is Okay to be different from the crowd,
It is Okay to take paths never taken before.
It is Okay to embrace being a misfit in a rat race

There is a defiance in being a dreamer. Mankind was meant to evolve as dreamers. Look around ourselves; the champions of modern-day sports, the pioneers of technology, the connoisseurs of art & literature; they all have been dreamers throughout their lives. They all have been ridiculed by main-stream at one point or the other in their journeys. But fighting all the ridicules they became champions only because they believed and focused on the process rather than the results. More importantly, even if they had not achieved significant success, deep down in their hearts, they would have been at peace because they knew they had defied all the odds through never ending grit & honesty in their efforts.

कोई फर्क नहीं सब कुछ जीत लेने में
और अंत तक हिम्मत न हारने में

So ladies and gentleman, let us not make our lives just an endeavour to fit-in. Explore new experiences, embark on fresh adventures, set new goals, chase new dreams. And even when it seems nothing is working out or everything is falling apart; take a pause & always remember that –

It is Okay to not be Okay. Cheers :)

Raghav Bharadwaj
Manager/Rolling Stock

मेट्रो ट्रेन प्रचालक की ज़िंदगानी

रूठे हो तुम तो लग रहा है ऐसे।
हेल्दी खड़ी ट्रेन को लाइन वोल्टेज, ना मिल रही हो जैसे॥
मान जाओ ना तुम, होगी बड़ी मेहरबानी।
जिंदगी और ट्रेन दोनों को, डेस्टिनेशन तक है पहुँचानी॥
करते हैं श्रीगणेश दिन का, मुस्कराते हुए ऐसे।
इजे वायलेट विथ मेन, सारे सेफ्टी स्विचेज नार्मल हो जैसे॥
साथ चलते जो तुम, तो लगता है कुछ ऐसे।
ए.टी.पी. का प्रोटेक्शन, साथ चल रहा हो जैसे॥
दिल में है प्यार, तो जताया जरूर करना।
ऐक्टिव इवेंट के फाल्ट को, बताया जरूर करना।।
बारिश का स्लिप स्लाइड, कब एक सजा है।
साथ हो तुम तो मैन्युअल ब्रेकिंग, में भी मजा है॥

ऐसे तो नहीं ना होगा, मुसीबतों का सामना।
घर के बड़ों की तरह बस बात, ओसीसी की मानना॥
छोटी मोटी गलतियों को, फाल्ट रिसेट करते।
अटेंटिव रहके ही हर बार, प्लेटफार्म एंट्री करते॥
घबराओ मत टेंशन में, अपने भी होंगे साथ।
सिर पे है आर.एस., ओ.एच.ई, और ए.टी.पी. वालों का हाथ॥
मन में हो अशांति, तो रखना जरूर याद।
रोशनी भी आती है, टनल के अंधेरे के बाद॥
सिचुएशन जब बिगड़ती, बिगड़ जाती बहुत बात।
एक्सट्रीम इमरजेंसी मे भी, कपलिंग करके ही चलते साथ॥
थक गये इस भागदौड़ में, अब आराम है जरूरी।
ऑक्स ऑफ कर आँखों को, कर लो ना नींद पूरी॥

ऐश्वर्या राज
स्टेशन नियंत्रक/ट्रेन प्रचालक

दिल्ली मेट्रो रेल अकादमी
शास्त्री पार्क, दिल्ली–110053