

**Government of India
Ministry of Railways
(Railway Board)**

RBE No. 194/2003

NO.E(MPP)2000/19/1/Pt(Meditation)

New Delhi, Dated 13.11.2003

The General Manager/CAO
All Indian Railways & PUs
DG/RDSO/Lucknow
RE/Allahabad
Metro Railway/Kolkata

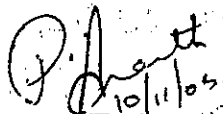
Sub: - Introducing Yoga training in Railway Training Centres

In continuation of Board's letter of even number dated 23.11.2001, 23.8.2002, 9.12.2002 and 13.1.2003 on the subject mentioned above, it has been decided that Yoga and meditation classes be imparted to trainees in Railway Training Centres on permanent basis beyond 31.12.2003. All other terms and conditions remain unchanged.

A quarterly report on the improvement in the level of concentration, alertness, reduction in tension and anxiety and general healthier life etc. of the trainees may be furnished to Board.

This issues with the concurrence of the Finance Directorate of Ministry of Railways.

Acknowledge receipt of this letter.


(P. Ananth)
Director (Manpower Planning)
Railway Board

:2:

NO.E(MPP)2000/19/1/Pt(Meditation)

New Delhi, dated 13.11.2003

Copy for information to: -

1. Director of Audit (All Indian Railways including PUs)
2. FA&CAOs CR, ECR, ER, NR, NER, NFR, SR, SCR, SER, WR, SWR, ECOR, NCR, ECR, WCR, NWR, SECR, CLW, DLW, DGW, ICF, RCF, WAP, Metro & CORE.
3. Executive Director/Finance/RDSO

R. Singh
For Financial Commissioner/Railways

NO.E(MPP)2000/19/1/Pt(Meditation)

New Delhi, dated 13.11.2003

Copy for information to:

1. The General Secretary, NFIR (with 35 spares)
2. The General Secretary, AIRF (with 35 spares)
3. The Secretary General, FROA, R.No.256-A, Rail Bhawan
4. The Secretary General, IRPOF, R.No.268, Rail Bhawan
5. All Members, Departmental Council and National Council and Secretary Staff Side National Council, 13-C, Ferozeshah Road, New Delhi(90 spares)
6. The Secretary General, All Indian RPF Association, R.No. 256 Rail Bhawan

R. Singh
For Secretary/Railway Board.

Copy to:-

CRB, FC, ML, ME, MM, MS, MT, DG(RHS), DG(RPF), AM(Budget), AM(CE), AM(C&IS), AM(Comml.), AM(Elect.), AM(Fin.), AM(Mech.), AM(Plg.), AM(Project), AM(PU), AM(Sig.), AM(Staff), AM(Rly Stores), AM(T&C), AM(Telecom.), AM(Tfc.), AM(Works), Adv(Vig.), Adv. Fin(Exp), Adv.(IR), LA, OSD(MIS)

ED(plg.), ED(Accts.), ED Fin.(BC), EDCE(B&S), EDCE(G), EDCE(Plg.), ED(Coaching), ED(CC), ED(C&IS), ED(E&R), EDEE(Dev.), EDEE(G), EDEE(RS), EDE, ED(RRB), EDE(N), EDE(Res.), EDF, EDF(C), EDF(S), EDF(B), EDF(RM), EDF(X)I, EDF(X)II, ED(H), EDLM, ED(MIS), EDE(GC), ED(Trg.&MPP), EDME(Chg), EDME(Fr.), EDME(Tr.), EDME(TOT), EDME(Dev.), EDME(W), ED(PC)I, ED(PC)II, ED(Plg.), ED(PP), ED(Projects), ED(Projects)/DMRC, ED(RE), EDRE(S&T), EDRE(S), ED(Safety), JS, JS(C), JS(E), JS(G), JS(P), IG/RPF(Hqs), IG/RS, ED(Sig), ED(Stat&Eco), EDRS(C), EDRS(G), EDRS(P), EDRS(S), EDRS(W), ED(TD), EDT(M), EDT(MC), EDT(P), ED(T&C), ED(CP), ED(PM), RD(PG), EDTC(R), EDTC(FM), EDTT(F), EDTT(FM)EDTT(M), EDTT(S), EDV(A), EDV(E), EDV(T), ED(W).

Chief Commissioner of Railway Safety, Lucknow.

FE(Spl), F(X)II, E(NG)I, E(NG)II and E(TRG) Branches of Railway Board.

भारत सरकार
रेल मंत्रालय (रेलवे बोर्ड)

आर बी ई सं.194/2003

सं. ई (एम पी पी)2000/19/1/पार्ट (मेडिटेशन)

नई दिल्ली, दिनांक : 13.11.2003

महाप्रबंधक/मुख्य प्रशासनिक अधिकारी
सभी भारतीय रेलें एवं उत्पादन इकाइयां
महानिदेशक/अ.अ.मा.सं./लखनऊ
रेल विद्युतीकरण/इलाहाबाद
मेट्रो रेलवे/कोलकाता

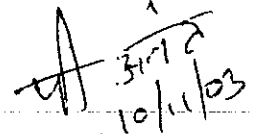
विषय : रेलवे प्रशिक्षण केन्द्रों में योग प्रशिक्षण शुरू करना.

उपर्युक्त विषय पर बोर्ड के 23.11.2001, 23.8.2002, 9.12.2002 एवं 13.1.2003 के समसंख्यक पत्रों के क्रम में, यह विनिश्चय किया गया है कि रेलवे प्रशिक्षण केन्द्रों में प्रशिक्षणार्थियों के लिए 31.12.2003 से स्थायी तौर पर योग तथा ध्यान की कक्षाएं लगाई जाएं. अन्य निबंधन एवं शर्तें अपरिवर्तित रहेंगी.

प्रशिक्षणार्थियों की एकाग्रता, सतर्कता, तनाव और चिंता तथा सामान्य स्वस्थ जीवन आदि के स्तर में सुधार संबंधी तिमाही रिपोर्ट बोर्ड को भिजवाएं.

इसे रेल मंत्रालय के वित्त निदेशालय की सहमति से जारी किया जा रहा है.

कृपया इस पत्र की पावती दें.


31/11/03

(पी. अनंत)

निदेशक (जनशक्ति योजना)

रेलवे बोर्ड

सं. ई (एम पी पी)2000/19/1/पार्ट (मेडिटेशन)

नई दिल्ली, दिनांक : 13.11.2003

प्रतिलिपि सूचनार्थ प्रेषित:

1. निदेशक, लेखा परीक्षा (सभी भारतीय रेलें एवं उत्पादन इकाइयों सहित)
2. विस एवं मुलेधि, मध्य रेलवे, पूर्व मध्य रेलवे, पूर्व रेलवे, उत्तर रेलवे, पूर्वोत्तर रेलवे, पूर्वोत्तर सीमा रेलवे, दक्षिण मध्य रेलवे, दक्षिण पूर्व रेलवे, पश्चिम रेलवे, दक्षिण पश्चिम रेलवे, पूर्व तटीय रेलवे, उत्तर मध्य रेलवे, पूर्व मध्य रेलवे, पश्चिम मध्य रेलवे, उत्तर पश्चिम रेलवे, दक्षिण पूर्व मध्य रेलवे, चिरेका, डीरेका, डीपुका, सडिका, रेकोफै, पधुका, मेट्रो एवं कोर.
3. कार्यपालक निदेशक/वित्त/अ.अ.मा.सं.

रामेश्वर
कृते वित्त आयुक्त/रेल

सं. ई (एम पी पी)2000/19/1/पार्ट (मेडिटेशन)

नई दिल्ली, दिनांक : 13.11.2003

प्रतिलिपि सूचनार्थ प्रेषित :

1. महासचिव, एन एफ आई आर (35 अतिरिक्त प्रतियां)
2. महासचिव, ए आई आर एफ (35 अतिरिक्त प्रतियां)
3. महासचिव, फ्रोआ, कमरा नं. 256-ए, रेल भवन
4. महासचिव, इरपोफ, कमरा नं. 268, रेल भवन
5. विभागीय परिषद एवं राष्ट्रीय परिषद के सभी सदस्य एवं सचिव, कर्मचारी पक्ष, राष्ट्रीय परिषद, 13-सी फिरोजशाह रोड, नई दिल्ली (90 अतिरिक्त प्रतियां)
6. महासचिव, अखिल भारतीय रेलवे सुरक्षा बल संघ, कमरा नं. 256, रेल भवन

रामेश्वर
कृते सचिव/रेलवे बोर्ड