फरवरी, 2026

रेलगाड़ी

(बालमन एक्सप्रेस)

TEACHERS OF BIHAR
THE CHANGE MAKERS

मनभावन रचनाएं

ज्ञानवर्धक जानकारी और
रोचक तथ्य

निःशुल्क पढ़ने के
लिए QR कोड
SCAN करे।

SCAN ME

प्रधान संपादक:
शरद कुमार वर्मा

रेलगाड़ी

बालमन एक्सप्रेस

संपादक की कलम से

प्रिय विद्यार्थियों ,

आपकी अपनी 'रेलगाड़ी' प्रस्थान चुकी है, जिसमें लग चुका है शिक्षा के क्षेत्र में उत्कृष्ट कार्य कर रहे सम्मानित शिक्षकों की ताकत का इंजन और जुड़ने लगी हैं विद्यार्थियों के रचनात्मक कार्यों की बोगियां।

'रेलगाड़ी' पत्रिका में प्राथमिक पाठशाला से माध्यमिक विद्यालयों तक के शिक्षकों , शिक्षिकाओं एवं छात्र, छात्राओं की कला , कविता, कहानी, लेख आदि का प्रकाशन किया जाता है। विद्यालय की गतिविधियों को पूरी दुनिया के सामने लाने का रेलगाड़ी (बालमन एक्सप्रेस) एक सशक्त माध्यम है।

वसंत की ऋतु एक उमंग दायक मौसम है। बाग - बगीचे रंगबिरंगे फूलों से भर गयें हैं। जो हमें अपने चारों तरफ सदैव प्रसन्नता का प्रसार करने का सदेश देते हैं।

. मैं 'रेलगाड़ी' (पत्रिका)को गति देने वाले टीचर्स ऑफ बिहार के संस्थापक शिव कुमार जी और बालमन के प्रधान संपादक धीरज कुमार जी को हृदय से धन्यवाद देता हूं। उनका मार्गनिर्देशन हमारी रेलगाड़ी के लिए ईंधन के समान है । जय शिक्षा, जय शिक्षार्थी।

शरद कुमार वर्मा
शिक्षक, रेलवे हायर सेकेंड्री स्कूल,
चारबाग , लखनऊ (उत्तर प्रदेश)
मोबाइल नं 9838214110

शुभकामना संदेश

अपार हर्ष के साथ मुझे यह बताते हुए बहुत खुशी हो रही है कि टीचर्स ऑफ बिहार बालमन पत्रिका के सफलतापूर्वक 4 वर्ष पूर्ण होने पर बालमन उत्तर प्रदेश इकाई द्वारा "रेलगाड़ी" बालमन एक्सप्रेस का दमदार प्रकाशन आदरणीय श्री शरद कुमार वर्मा जी द्वारा शुरू किया गया है।

।मेरा मानना है कि रेलगाड़ी वास्तव में मेलगाड़ी है; जो अनेक डिब्बों के मिलने पर ही तैयार होती है। रेलगाड़ी हमें अपने स्वरूप के द्वारा एकता और सद्भावना का संदेश देती है। इसी तरह यह रेलगाड़ी पत्रिका भी एक दूसरे से जुड़ने की भावना का रचनात्मक स्वरूप है।आपको बताना चाहेंगे कि पिछले 7 वर्षों से टीचर्स ऑफ बिहार समूह बिहार राज्य में सरकारी विद्यालयों के विद्यार्थियों की शैक्षिक गतिविधियों के विकास के लिए निरंतर कार्यरत है। बच्चों में शिक्षा में विकास की इसी ज्योति को उत्तर प्रदेश के शिक्षक शरद कुमार वर्मा जी' रेलगाड़ी' के रूप में लेकर आये हैं।

' रेलगाड़ी 'के प्रधान संपादक शरद कुमार वर्मा जी बहुमुखी प्रतिभा के धनी हैं। वे अच्छे शिक्षक होने के साथ- साथ एक उत्कृष्ट बाल साहित्यकार हैं इनकी लिखी कहानियां, कविताएं, लेख एवं नाटिका आदि देश की प्रतिष्ठित पत्रिकाओं में प्रकाशित होती रहती हैं। वे रेडियो सिटी, लखनऊ से पुरस्कृत हो चुके हैं। स्टील ऑफ अथॉरिटी की ओर से उन्हें श्रेष्ठ कहानीकार का सम्मान मिल चुका है।

मेरी हृदय से यही कामना है कि शरद कुमार वर्मा जी के कुशल संपादन में यह 'रेलगाड़ी' निरंतर आगे बढ़ती रहे।

धीरज कुमार
बालमन पत्रिका (प्रधान संपादक)
बिहार राज्य सर्वश्रेष्ठ शिक्षक सम्मान प्राप्त

रेलगाड़ी

बालमन एक्सप्रेस

जिज्ञासा से ज्ञान तक की सुंदर यात्रा

शिव कुमार

संस्थापक टीचर्स ऑफ बिहार

टीचर्स ऑफ बिहार बालमन पत्रिका की उत्तर प्रदेश इकाई के प्रधान संपादक श्री शरद कुमार वर्मा जी के सृजनात्मक एवं दूरदर्शी मार्गदर्शन में बच्चों के लिए ज्ञानवर्धक, रोचक एवं उपयोगी नए अध्याय — 'रेलगाड़ी ' — का शुभारंभ किया गया है।

यह अध्याय केवल एक सामान्य विषय-वस्तु नहीं, बल्कि बालमनों की जिज्ञासा, कल्पनाशीलता और रचनात्मक सोच को विस्तार देने वाला अभिनव प्रयास है। 'रेलगाड़ी' के माध्यम से बच्चों को भारतीय रेल की संरचना, उसके इतिहास, कार्यप्रणाली, यात्राओं के रोमांच, समय पालन, अनुशासन, सहयोग एवं राष्ट्रीय एकता जैसे मूल्यों से सहज, सरल एवं मनोरंजक शैली में परिचित कराया गया है।

इस अध्याय में रोचक तथ्यों, प्रेरक प्रसंगों, बाल-अनुभवों, पहेलियों एवं चित्रात्मक प्रस्तुति को इस प्रकार संयोजित किया गया है कि बच्चे पढ़ते-पढ़ते सीखें और सीखते-सीखते आनंद की अनुभूति करें। यह प्रयास न केवल ज्ञान-विस्तार का माध्यम है, बल्कि संस्कार एवं जीवन-मूल्यों के संवहन का भी सशक्त मंच है।

विशेष उल्लेखनीय है कि बालमन के माध्यम से भारत के अन्य राज्यों में भी बच्चों के लिए गुणवत्तापूर्ण पत्रिका-प्रकाशन की इस पहल की शुरुआत की गई है, जिसका उत्तर प्रदेश इकाई का यह प्रयास एक उत्कृष्ट उदाहरण है। यह पहल बाल साहित्य के क्षेत्र में राष्ट्रीय स्तर पर एक सशक्त शैक्षिक आंदोलन का रूप ले रही है।

टीचर्स ऑफ बिहार परिवार की ओर से श्री शरद कुमार वर्मा जी को इस अभिनव एवं प्रेरणादायी शैक्षिक योगदान हेतु हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं । निस्संदेह, 'रेलगाड़ी' अध्याय बालमन पत्रिका को नई ऊँचाइयों तक पहुँचाएगा और नन्हे पाठकों के लिए ज्ञान, मनोरंजन एवं संस्कार का समन्वित संगम सिद्ध होगा।

"रेलगाड़ी " — जिज्ञासा से ज्ञान तक की सुंदर यात्रा।

बालमन

अनमोल विचार

फलों से लदा वृक्ष हमेशा झुक जाता है
यदि आप महान बनना चाहते हैं तो विनम्र बनिए ।

जन्म: 18 फरवरी 1836
मृत्यु : 15 अगस्त 1886

स्वामी रामकृष्ण परमहंस
(आध्यात्मिक गुरु)

पद्य पंकज

भर गया है ज़हर से संसार जैसे हार खाकर,
देखते हैं लोग लोगों को, सही परिचय न पाकर,
बुझ गई है लौ पृथा की, जल उठो फिर सींचने को।

जन्म : 21 फरवरी 1899
मृत्यु : 15 अक्टूबर, 1961

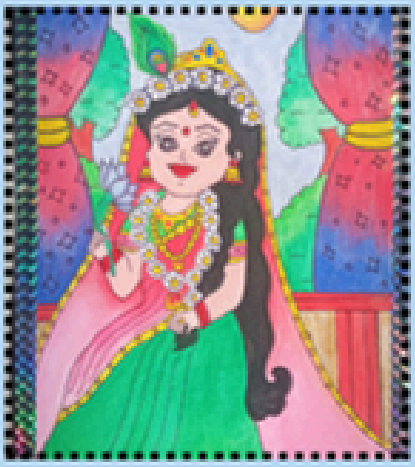
सूर्यकांत त्रिपाठी निराला

योग से रहेंगे निरोग

शवासन (Corpse Pose)

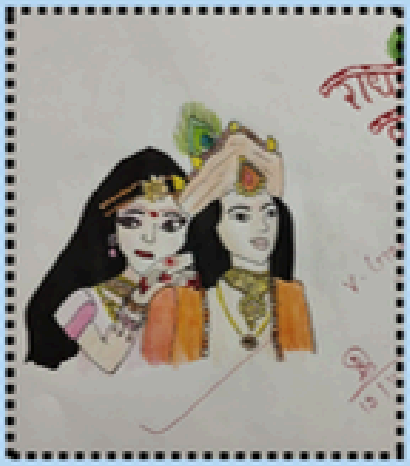
पीठ के बल लेटकर शरीर को पूरी तरह ढीला छोड़ना। यह मानसिक और शारीरिक विश्राम के लिए अनिवार्य है।इससे थकान मिटती है और शरीर में नई ऊर्जा का संचार होता है।

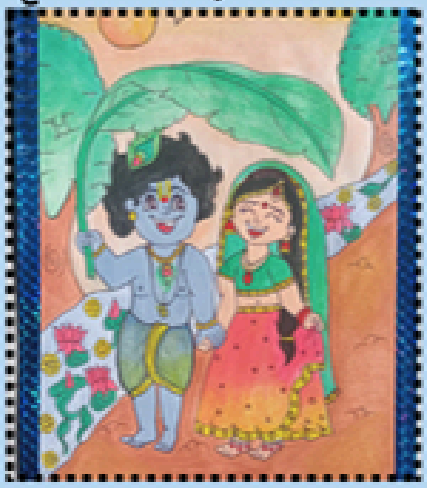
अर्पिता, कक्षा 5



श्रृष्टि यादव, कक्षा 10

आरोही शर्मा ,कक्षा 10

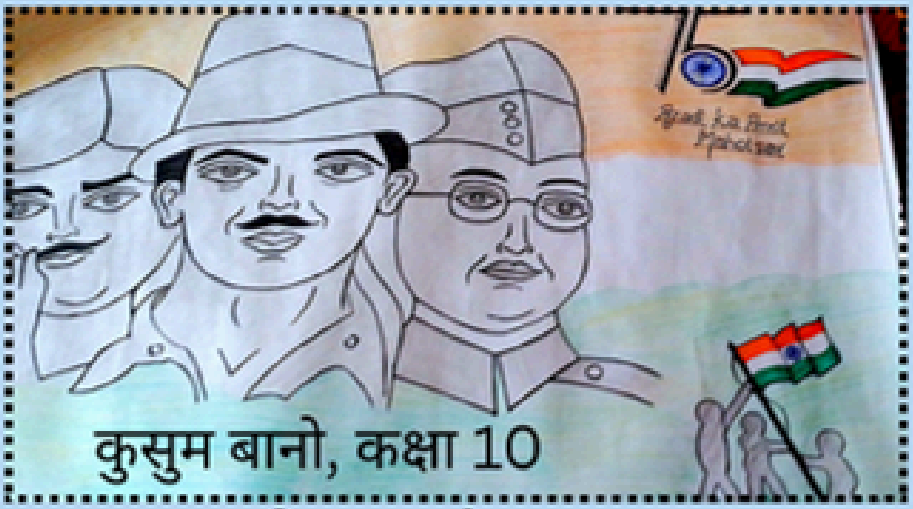




रेलगाड़ी बालमन एक्सप्रेस

बाल रंगशाला

निशा बानो

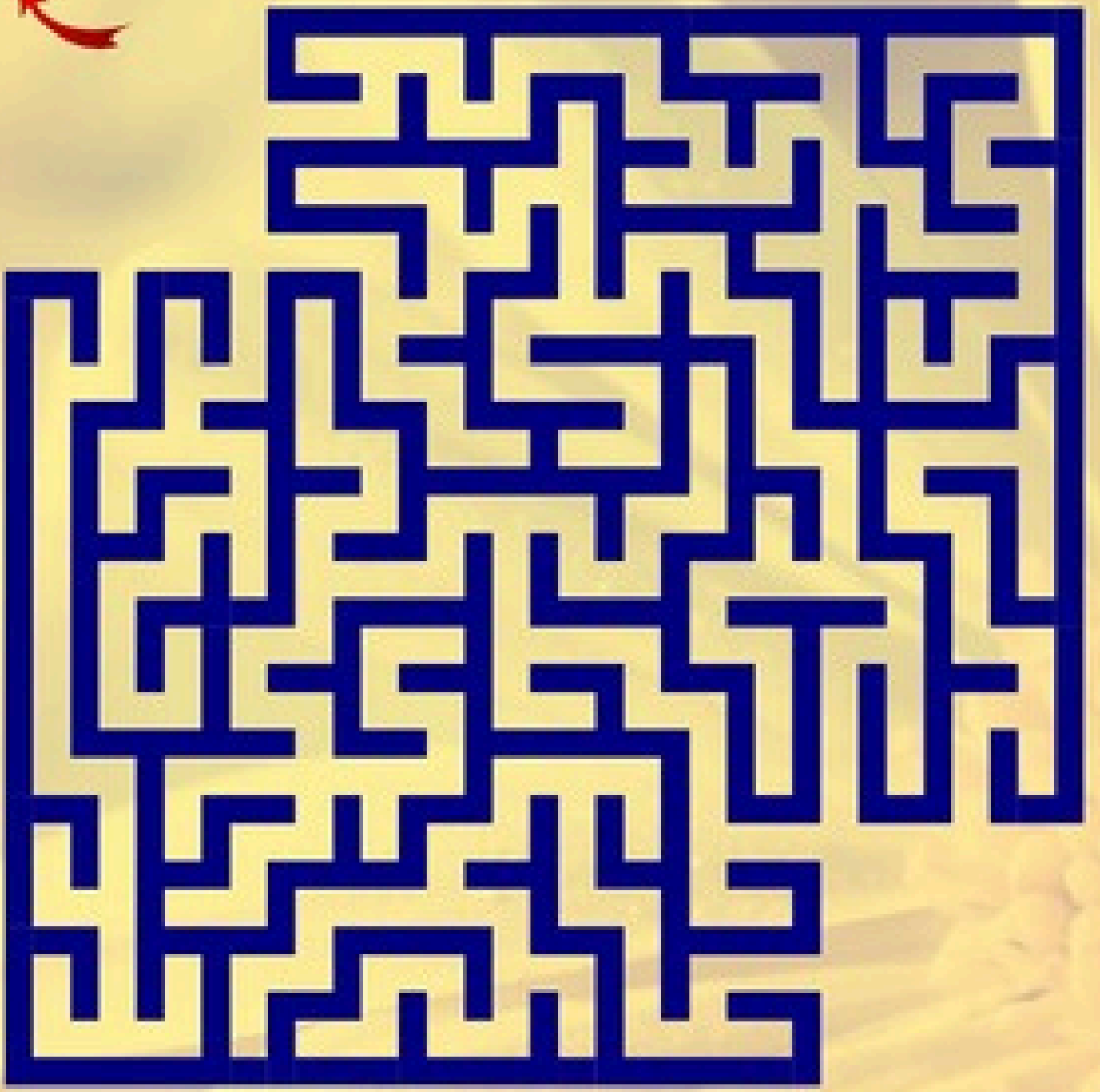


कुसुम बानो, कक्षा 10

सिंधी गर्ल्स इंटर कॉलेज, लखनऊ की छात्राओं का रचना संसार

बालमन

एक तरफ से दूसरे तरफ



यदि आपको सही रास्ता मिल जाए तो आप हमें 9431620675 पर भेज सकते हैं।

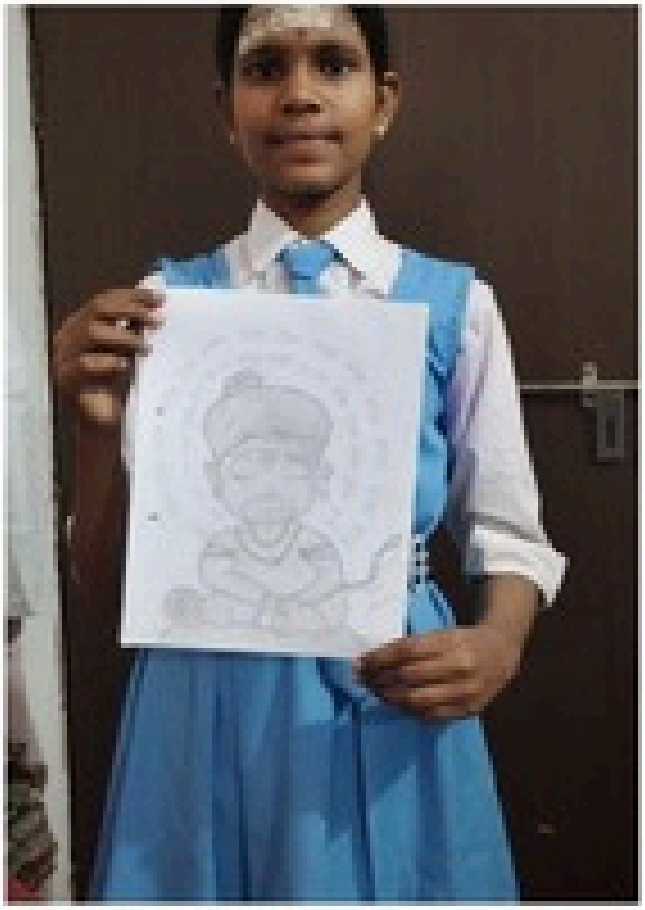
रेलगाड़ी बालमन एक्सप्रेस

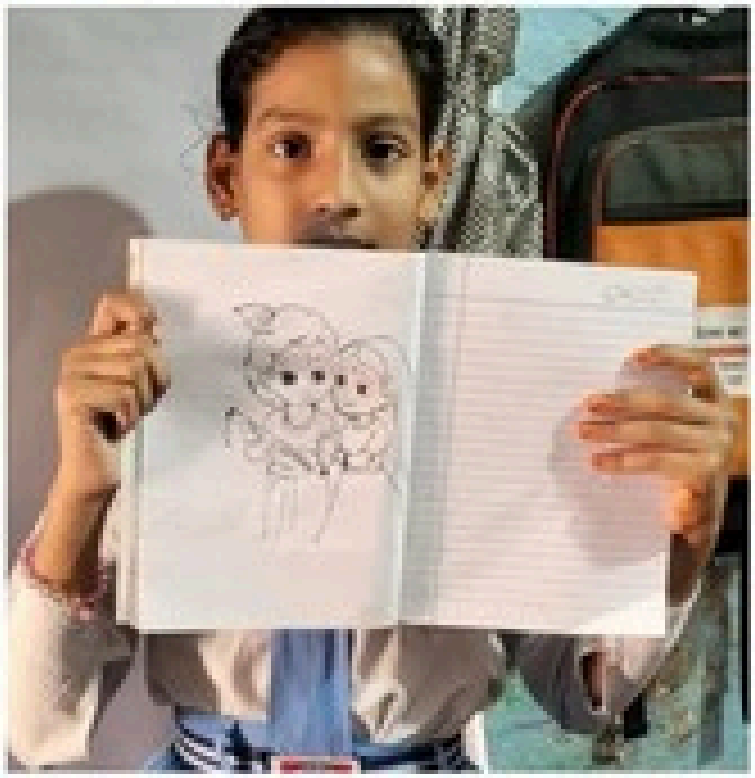
फूल मुझे अच्छे लगते हैं

रंग-बिरंगे सपनों से
लगते बिल्कुल अपनों से
नानू से सच्चे लगते हैं
फूल मुझे अच्छे लगते हैं

खुशबू खुश करने वाली
वसंत झूल रहा डाली- डाली
खुशियों के गुच्छे लगते हैं
फूल मुझे अच्छे लगते हैं

- सूफिया फातिमा
कक्षा 9
रेलवे हायर सेकेंड्री स्कूल
चारबाग लखनऊ





यशिका, कक्षा 5

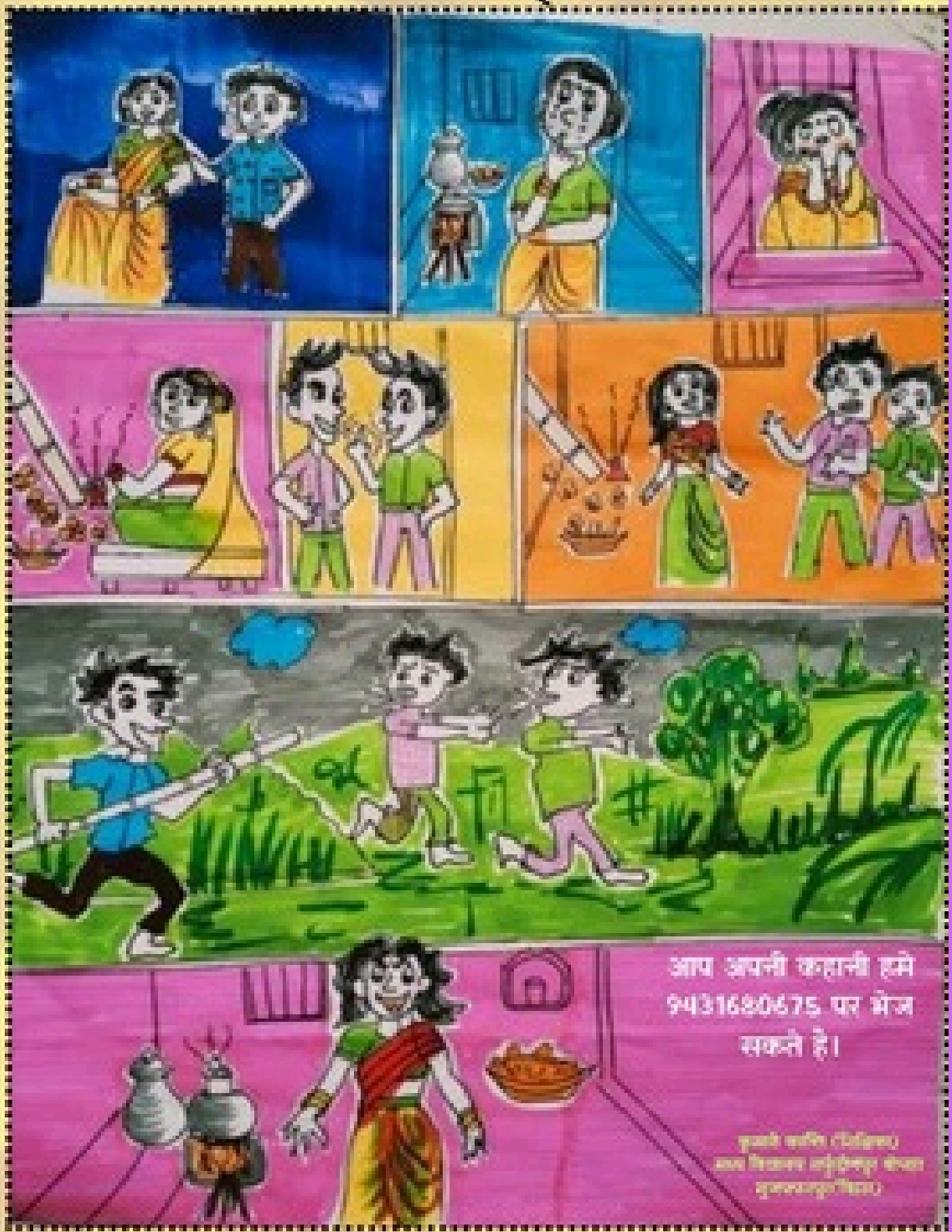
कला जंक्शन

समृद्धि वर्मा,
मानसी पाल
कक्षा 9

सिंधी विद्यालय गर्ल्स इंटर कॉलेज,
लखनऊ

चित्र देखे

कहानी बनाएं



बालमन उत्तर प्रदेश इकाई की प्रस्तुति

रेलगाड़ी

बालमन एक्सप्रेस

ख़ास बातचीत

शरद कुमार वर्मा
(प्रधान संपादक)
के साथ

एक मुलाकात

शिक्षक: मोहन लाल सुमन

कम्पोजिट विद्यालय राजापुर ,ब्लॉक - गुरसराय
जनपद - झाँसी (उत्तर प्रदेश)

-निमार्णकर्ता ए आई सुमन मैडम

बच्चों के बीच A I सुमन मैडम

प्रधान संपादक - प्रिय पाठकों, आज हम आपकी मुलाकात एक ऐसे शिक्षक महोदय से कराने जा रहा हूँ जिन्होंने ए आई सुमन मैडम बनाकर देश विदेश में शिक्षा की दुनिया में शिक्षा की दुनिया में एक नई क्रांति ला दी है। मोहन लाल सुमन जी थोड़ा अपने और अपने इस ए आई यन्त्र के बारे में बताइए।

मोहन लाल सुमन -मैं झांसी के राजापुर कंपोजिट विद्यालय में कार्यरत शिक्षक हूँ। मेरा सदैव से यह विश्वास रहा है कि शिक्षा का स्तर स्थान, संसाधन या भवन से नहीं, बल्कि शिक्षक की सोच और दृष्टि से तय होता है।इसी विश्वास और संकल्प से मेरा नवाचार “एआई सुमन मैडम” का जन्म हुआ—जो आज एक स्थानीय शैक्षिक प्रयोग से निकलकर राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय स्तर पर चर्चा और मान्यता प्राप्त कर चुका है।

प्रधान संपादक- मोहन लाल जी आपके मन में ए आई सुमन मैडम बनाने का विचार कब और कैसे आया ?

मोहन लाल सुमन- मैं कक्षा में पढ़ाते समय यह अनुभव करता था कि बच्चे अत्यंत जिज्ञासु होते हैं। वे प्रश्न पूछना चाहते हैं ;संवाद करना चाहते हैं । सीखने को रोचक रूप में देखना चाहते हैं, ऐसे में यदि कोई ऐसी एआई आधारित शिक्षिका हो, जो हर समय बच्चों से संवाद कर सके, उनके प्रश्नों का उत्तर दे सके और उन्हें सीखने के लिए प्रेरित करती रहे, तो शिक्षा कहीं अधिक प्रभावी हो सकती है। बस यहीं से एआई सुमन मैडम की परिकल्पना का जन्म हुआ।

प्रधान संपादक - मोहन लाल जी आपने ए आई ।सुमन मैडम का निर्माण कैसे किया?

मोहन लाल सुमन - मेरे इस नवाचा यूर का निर्माण किसी बड़ी प्रयोगशाला या कॉर्पोरेट सहयोग से नहीं हुआ, बल्कि सीमित संसाधनों,स्वयं के अध्ययन व प्रयोग ,डिजिटल टूल्स और वर्षों के शैक्षिक अनुभव के आधार पर किया गया।

प्रधान संपादक -आपके इस ए आई सुमन मैडम की विशेष बात क्या है?

मोहन लाल सुमन -आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस की सहायता से विकसित यह प्रणाली बच्चों की भाषा और भाव समझती है। उनके प्रश्नों का सरल, धैर्यपूर्ण उत्तर देती है। संवाद के माध्यम से सीखने की प्रक्रिया को जीवंत बनाती है। विशेष रूप से उल्लेखनीय है कि एआई सुमन मैडम को मात्र ₹2,900/- की न्यूनतम लागत में विकसित किया गया, जिससे यह मॉडल ग्रामीण एवं संसाधन-वंचित विद्यालयों के लिए वरदान सिद्ध हुआ।

प्रधान संपादक - मोहन लाल सुमन जी, आपको हाल ही में राष्ट्रीय स्तर पर सम्मान के चुना गया। इसके अतिरिक्त अपनी उपलब्धियों के बारे में हमें बताइए।

मोहन लाल सुमन - आपको जानकर प्रसन्नता होगी कि अपने देश में ही नहीं विदेशों में भी मेरे इस निर्माण की चर्चा है। इसे India Book of Records (2025) “न्यूनतम निवेश में विकसित एआई आधारित मानवरूपी शिक्षिका” के रूप में पंजीकरण किया है। Bharat Book of Records में दर्ज है। Influencer Book of World Record में इस नवाचार को वै श्विक प्रभाव वाले शैक्षिक नवाचार के रूप में स्थान मिला है।एआई सुमन मैडम को लेकर The Times of India ने मुझे उत्तर प्रदेश के “Top-10 News Makers” में स्थान दिया, जो इस नवाचार के सामाजिक प्रभाव का प्रमाण है। अंतरराष्ट्रीय स्तर परForbes के एडिटोरियल में दो बार उल्लेख किया गया है। मेरा Radio Australia SBS पर 12 मिनट का विशेष साक्षात्कार हो चुका है।

प्रधान संपादक - आपकी अभूतपूर्व प्रतिभा को रेलगाड़ी पत्रिका अभिवादन करती है। अंत में आप हमारे पाठकों को क्या संदेश देना चाहते हैं?

मोहन लाल सुमन - शिक्षक भाइयों एवं विद्यार्थियों को हमारा संदेश यही है कि नवाचार किसी बड़े बजट या अत्याधुनिक संसाधनों का मोहताज नहीं होता, वह समर्पण, संवेदना और दूरदर्शी सोच से जन्म लेता है । मेरे लिए एआई सुमन मैडम केवल एक तकनीकी प्रयोग नहीं, बल्कि एक शिक्षक का वह विश्वास है, जो कहता है कि अगर बच्चों के लिए कुछ नया करने की सच्ची चाह हो, तो रास्ते अपने-आप बनते चले जाते हैं।

प्रधान संपादक - धन्यवाद, अपना नवाचार साझा करने के लिए।

बालमन लघुकथा

दो चॉकलेट

एक दिन मम्मी ने मुझे दो चॉकलेट दी। एक देती तो मैं उसे झटपट खा लेता। लेकिन ये दो थीं। एक तो मैं खा लूंगा पर दूसरी का क्या करूंगा?दीदी को देता हूं तो भैया नाराज हो जाएंगे। किसको दूं किसको दूं? बहुत सोचने से मेरा होमवर्क अधूरा रह जायेगा। इसीलिए मैंने दूसरी चॉकलेट मम्मी को वापस कर दी और में फिर से अपने काम में जुट गया।

- अमन जायसवाल
कक्षा 6, रेलवे हायर सेकेंड्री स्कूल चारबाग ,लखनऊ

रेलगाड़ी
बालमन एक्सप्रेस

कैसे हो बच्चों में लेखन क्षमता का विकास

आज मैं यहाँ जिस बारे में बात कर रही हूँ जो दिखती तो छोटी हैं...लेकिन उनका असर बड़ा है — बच्चों के अंदर छिपी हैं विलक्षण प्रतिभाएं ! कभी आपने सोचा है — जब कोई बच्चा पहली बार "ममी" या "पापा" लिखता है...तो वो सिर्फ अक्षर नहीं लिख रहा होता — वो अपने दिल की आवाज़ लिख रहा होता है।

और जब वो अपनी पहली कहानी लिखता है — वो सिर्फ शब्द नहीं लिख रहा होता बल्कि वह अपने सपनों को कागज़ पर उतार रहा होता है।

दरअसल एक बच्चा जो पढ़ता- लिखता है वह अपने विचारों को संगठित कर पाता है। अपनी भावनाओं को समझ पाता है अपने सपनों को व्यक्त कर पाता है।

यदि हम बच्चों को रोकते हैं और यह हम कहते हैं कि

"अभी नहीं पढ़ो, बाद में लिखना!"

"तुमने ये गलत लिखा है!" "अमुक ने ये बेहतर लिखा है!"

लेकिन ये शब्द... बच्चों के दिल में डर पैदा करते हैं। और डर... उनके सीखने की शक्ति को मार देता है।

मेरा मानना है कि "स्क्रिबल" को सेलिब्रेट करो! बच्चे की पहला लकीर, पहला शब्द... ये सब उसकी शुरुआत है।कहो _"वाह! तुमने तो अपना नाम खुद लिखा। हर दिन 10 मिनट — "जो मन में आए, लिखो करो !" गलत? ठीक है। अजीब? और अच्छा! ये लिखने की आदत बनाता है,।

एक छोटी सी कहानी है एक बच्चा था जो स्कूल में हमेशा डरता था। एक दिन टीचर ने कहा — "आज तुम अपनी कहानी लिखो — जो भी मन में आए!"

वो बच्चा लिखने लगा — बिना डर के।

वो कहानी एक परी की थी... जो बच्चों के सपनों को चुरा लेती थी।

टीचर ने वो कहानी पढ़ी... और रो पड़ी।

कुछ दिनों बाद — उस बच्चे ने कहा: "मैं लेखक बनूंगा!"

और आज — वो बच्चा एक प्रसिद्ध लेखक है। कहने का अर्थ यह कि बच्चों को लिखने पढ़ने दो — बिना जजमेंट के। लिखने- पढ़ने दो — बिना दबाव के, तभी उसमें रचनात्मक क्षमता का विकास होगा।

निशी श्रीवास्तव
सिंधी विद्यालय गर्ल्स इंटर कॉलेज लखनऊ

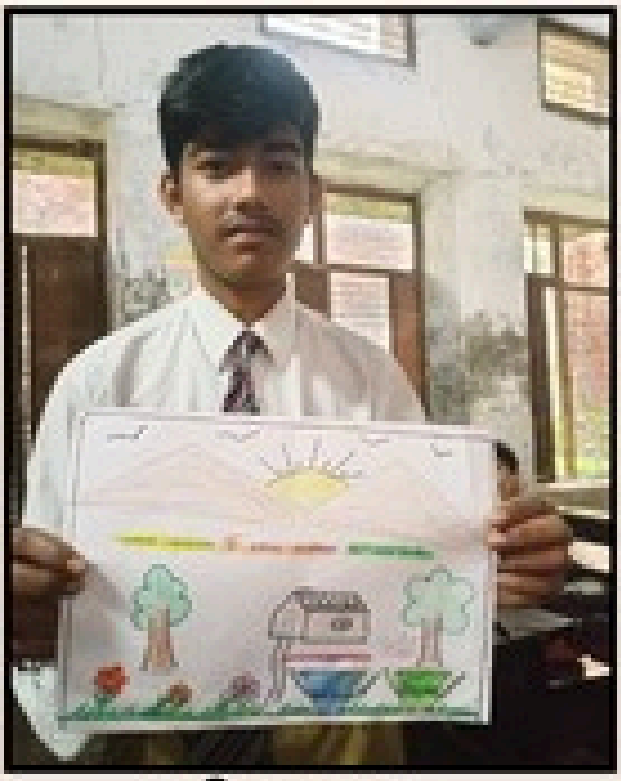
रेलगाड़ी

(बालमन एक्सप्रेस)

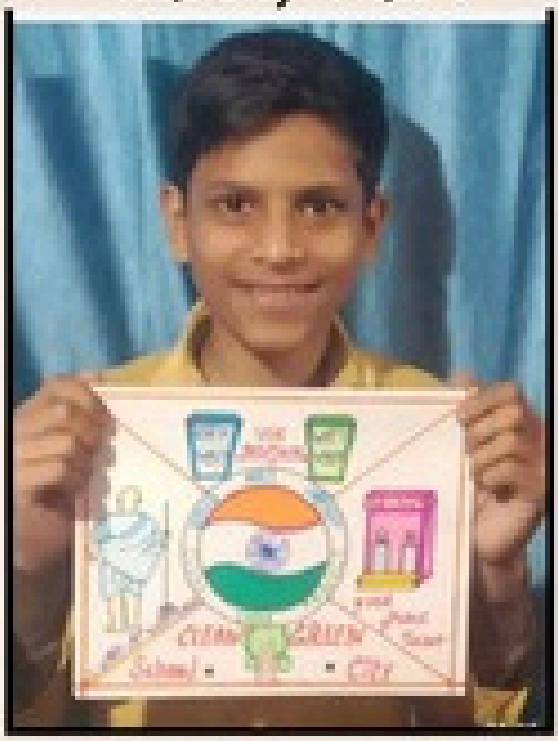
साइंस स्टेशन

इंडस्ट्रियल इंटरमीडिएट कॉलेज
लखनऊ (उत्तर प्रदेश)
के बच्चो की प्रतिभा

रक्षिका, कक्षा 7



हनी कक्षा 7



जीत श्रीवास्तव ,कक्षा 7

सार्थक ,कक्षा 8

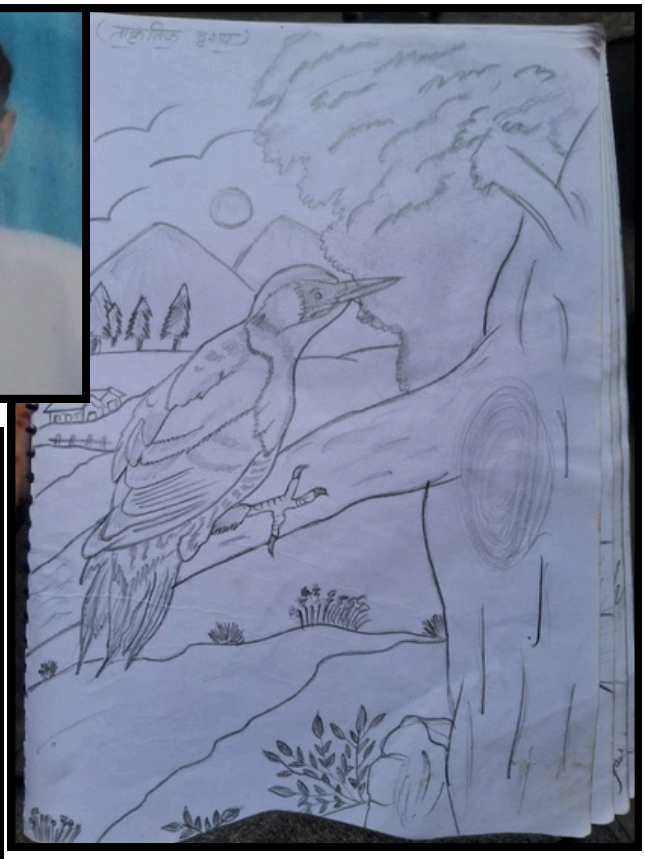
राज वीर, कक्षा 7

आयुष, कक्षा 7

- **प्रश्न:** सबसे बड़ा महाद्वीप कौन सा है? **उत्तर:** एशिया।
- **प्रश्न:** विश्व की सबसे लंबी नदी कौन सी है? **उत्तर:** नील नदी।
- **प्रश्न:** किस ग्रह को 'लाल ग्रह' कहा जाता है? **उत्तर:** मंगल ग्रह।
- **प्रश्न:** उगते सूरज की भूमि के रूप में किस देश को जाना जाता है? **उत्तर:** जापान।
- **प्रश्न:** विश्व का सबसे बड़ा महासागर कौन सा है? **उत्तर:** प्रशांत महासागर।
- **प्रश्न:** 1857 के विद्रोह का नेतृत्व ग्वालियर से किसने किया था? **उत्तर:** तात्या टोपे।
- **प्रश्न:** 'लावणी' किस राज्य का लोक नृत्य है? **उत्तर:** महाराष्ट्र।
- **प्रश्न:** नालंदा विश्वविद्यालय की स्थापना किसने की थी? **उत्तर:** कुमारगुप्त प्रथम।

रेलगाड़ी

एक नज़र इधर भी



Navya gaur
10th B
Sindhi vidyalaya Girls inter college

Shrishti yadav ,10th B
Sindhi vidyalaya Girls inter college Lucknow

सिंधी विद्यालय गर्ल्स इंटर कॉलेज में वृक्षारोपण कार्यक्रम

रेलगाड़ी हरियाली

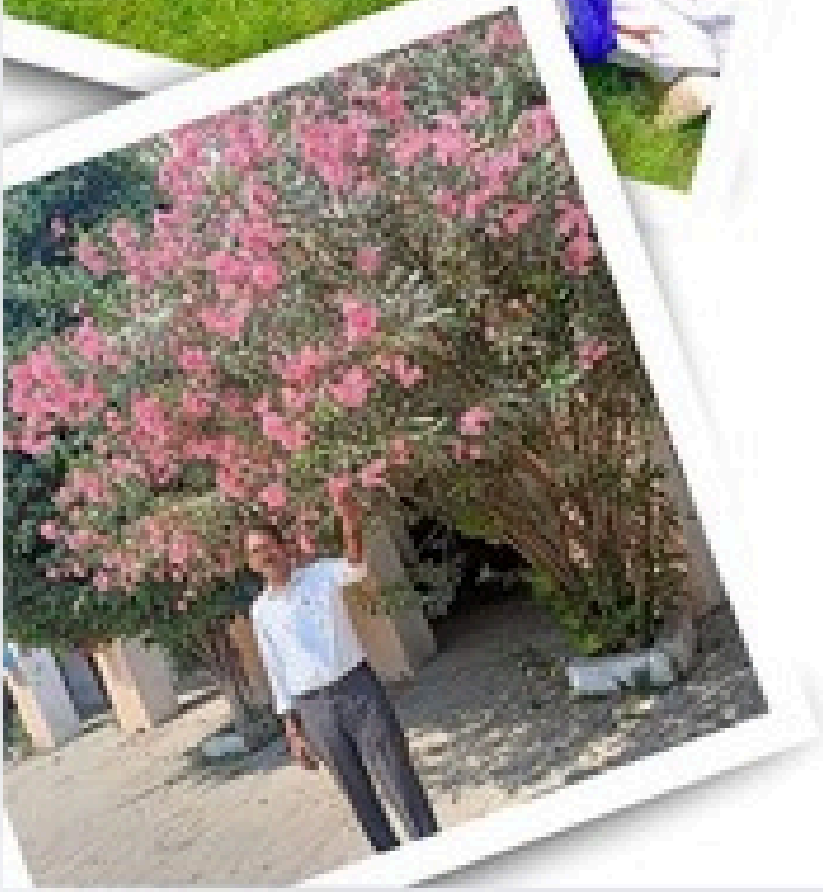
बालमन एक्सप्रेस

हरा-भरा हो अपना विद्यालय

"कुछ अच्छा करने की ललक मन में हो
तो आपके नेक
कार्य के लिए अनेक हाथ
सहयोग के लिए आगे
आ जाते हैं ।"

निशि श्रीवास्तव,
सिंधी गर्ल्स इंटर कॉलेज,
लखनऊ

" मैंने इस पेड़ का पौधा वर्षों पहले लगाया था। आज यह वृक्ष हमारे विद्यालय की शोभा बढ़ा रहा है। जब भी इसके फूलों को देखता हूं तो मन प्रफुल्लित हो जाता है।"



शैलेन्द्र कुमार शुक्ला,
शिक्षक इंडस्ट्रियल इंटर कॉलेज
लखनऊ

रेलगाड़ी
चलते - चलते

इस माह का सवाल

उत्तर प्रदेश का राजकीय पुष्प कौन सा है?

प्रथम अंक पढ़ने के लिए पत्रिका पर क्लिक करें।

रेलगाड़ी (ToB बालमन पत्रिका की प्रस्तुति)

अधिक जानकारी के लिए संपर्क करे।

www.teachersofbihar.org

+91 98382 14110
+91 94316 80675