नृत्य मणिपुरी –कोड 060
अंकन योजना
कक्षा –XII (2025 -26)

समय – 2 घंटे **अधिकतम अंक – 30**

सामान्य निर्देश:

- निम्नलिखित निर्देशों को ध्यान से पढ़ें।
- इस प्रश्न पत्र में कुल 16 प्रश्न हैं, जिनमें आंतरिक विकल्प शामिल हैं।
- **खंड- क** में 8 प्रश्न बहुविकल्पीय हैं, जिनमें प्रत्येक 1 अंक का है।
- **खंड- ख** में 5 प्रश्न छोटे उत्तर वाले हैं, जिनमें प्रत्येक 2 अंक का है।
- **खंड- ग** में 3 प्रश्न लंबे उत्तर वाले हैं, जिनमें प्रत्येक 6 अंक का है।

प्रश्न	खंड- क	अंक
1.	D	1
2.	C	1
3.	D	1
4.	D	1
5.	A	1
6.	C	1
7.	A	1
8.	A	1
	खंड-ख	
9.	रंगों का त्योहार होली मणिपुर में 'याओशांग' के नाम से जाना जाता है और इसमें भक्ति- गीत और नृत्य शामिल हैं। ढोल चोलम एक ढोल नृत्य है जो मणिपुर में होली पर्व में प्रस्तुत किया जाता है। 'ढोल' शब्द का संदर्भ मणिपुरी ढोल और चोलम का अर्थ नृत्य प्रस्तुति से है। रंगीन वेशभूषा में सजे हुए ढोल वादक निरंतर ढोल पर ताल की प्रस्तुति एवं कलाबाजी करते है। यह नृत्य उत्साह और नजाकत का सुंदर संयोजन है। वसंतोत्सव के दौरान यह नृत्य मणिपुरी वैष्णव संस्कृति के पारंपरिक लय और संगीत को प्रतिबिंबित करता है। अथवा पुंग चोलम अर्थात, पुंग बजाना एवं नृत्य करना है । पुंग शब्द मणिपुरी ढोल को कहते है और चोलम नृत्य प्रस्तुति को। इसे मणिपुरी संकीर्तन परंपरा की आत्मा कहा जाता है। पुंग चोलम नट संकीर्तन के साथ-साथ ताल और सौम्य गति का अद्वितीय संयोजन है। पुंग बजाते हुए प्रस्तुतकर्ता एक साथ जटिल और कलात्मक नृत्य संचालन करते है। मणिपुर के वैष्णव परंपरा में पुंग चोलम जड़ जमाए हुआ है और यह अक्सर धार्मिक उत्सवों में प्रस्तुत किया जाता है।	2
10.	राजर्षि भाग्यचंद्र ने नट संकीर्तन नामक कीर्तन गायन की एक नई शैली विकसित की। उन्होंने 1779 ईस्वी में भगवान गोविंदजी की मूर्ति स्थापित कर लंगथबाल में उसके उद्घाटन समारोह (अभिषेक) के दौरान नट संकीर्तन संपन्न होने के बाद पाँच दिवसीय लंबी रासलीला भगवान को समर्पित की।	2

	अनेक अनुष्ठानों, रीति-रिवाज़ों और विभिन्न पद्धतियों की सामूहिक स्तुति है। यह वैष्णव आस्था पर आधारित है और इसमें मणिपुरी मौलिक परंपरा का रंग भरा गया है। कालांतर में नट संकीर्तन मणिपुरी वैष्णव समुदाय की धार्मिक पूजा और संस्कार का सबसे महत्वपूर्ण हिस्सा बन गया। अथवा यद्यपि, अन्य भारतीय नृत्य रूपों की तरह मणिपुरी नृत्य में अभिनय को विधिवत परिभाषित नहीं किया गया है जैसा अभिनय दर्पण में है। इसमें अभिनय के चार प्रकार बताए गए हैं- अंगिक, वाचिक, आहार्य और सात्विक अभिनय।, ये चारों अभिनय मणिपुरी नृत्य का महत्वपूर्ण अंग है। **सात्त्विक अभिनय:** यह एक प्रकार का अभिनय है जिसमें आंतरिक भावनाओं को शारीरिक क्रियाओं जैसे- पाद संचालन, दृष्टि भेद, और हस्त मुद्राओं द्वारा आनंद, क्रोध, भय आदि को अभिव्यक्त किया जाता है। यह अभिव्यक्तियाँ पात्रों के आंतरिक भावनात्मक स्थिति को प्रदर्शित करती है।	
11.	लाई हराओबा मणिपुर का एक प्राचीन पारंपरिक त्योहार है, जिसे मैतेई समुदाय द्वारा मनाया जाता है। यह पर्व लोक देवताओं, आध्यात्म, प्राकृतिक तत्वों, जैसे भूमि, जल, जंगल, पहाड़, और पूर्वजों को सम्मानित करने के लिए मनाया जाता है। इसे "उल्लास का उत्सव" या "देवताओं को प्रसन्न करने" के रूप में जाना जाता है। यह पर्व समुदाय या कबीले की समृद्धि के लिए मनाया जाता है। यह प्राचीन समय से चली आ रही एक जीवंत परंपरा है। लाई हराओबा त्योहार में माइबियों (पुजारिन) द्वारा मैतेई समुदाय की उत्पति और मौलिक क्रियाकलापों जैसे कृषि, गृह निर्माण, नाव निर्माण, बनाई आदि का मंचन किया जाता है। अथवा माइबी जगोई मणिपुर में माइबियों द्वारा लाई हराओबा त्योहार पर प्रस्तुत किया जाने वाला नृत्य है। यह सिर्फ माइबियों द्वारा ही प्रस्तुत किया जा सकता है, किसी अन्य के द्वारा नहीं। क्योंकि यह नृत्य अत्यंत धार्मिक और आध्यात्मिक है।	2
12.	मणिपुर में रासलीला के रूप में'महारास' की शुरुआत सर्वप्रथम राजा राजर्षि भाग्यचंद्र द्वारा 1779 ईस्वी में की गई थी। यह कार्तिक- पूर्णिमा (अक्टूबर/नवंबर) की रात में संपन्न किया जाता है। महारास की कथा श्रीमद् भागवत पुराण के रासपंचाध्याय पर आधारित है। अपने दिए हुए वचन को पूरा करने के लिए भगवान कृष्ण ने कार्तिक पूर्णिमा की रात नियत स्थान पर पहुँच कर एक ही समय में सभी गोपियों के साथ रासलीला की। इस नृत्य में कथावाचिका द्वारा श्लोक और गीतों के माध्यम से कथा का वर्णन किया जाता	2

	है। जैसे इसमें कृष्ण अभिसार, राधा अभिसार, भंगी परेंग से गुजरते हुए गृह- गमन चरण तक पूरा किया जाता है। अथवा अरिबा पाला मणिपुर में संकीर्तन परंपरा का एक प्रकार है, जिसे वर्तमान में गोविंदजी मंदिर में धार्मिक सेवा के रूप में प्रस्तुत किया जाता है परंतु मन्दिर के बाहर इसकी लोकप्रियता कम है। 1779 ईस्वी मे नट संकीर्तन की शुरुआत से पहले इसे बांग्लादेश पाला के नाम से जाना जाता था। यह केवल प्रभु रामजी की भक्ति-सेवा के रूप में किया जाता था और यह रामानंदी पन्थ से जुड़ा हुआ है। अरिबा पाला के दो भेद है - लाईबाकचाबा पाला और सेवक पाला। ये दोनों समूह दस-दस दिनों पर बारी-बारी से वर्ष भर अष्टकाल सेवा करते है।	
13.	कबुई नागा नृत्य मणिपुर के कबुई जनजाति द्वारा किया जाने वाला नृत्य रूप है। यह नृत्य विभिन्न त्योहारों जुताई, कटनी और सांस्कृतिक परंपराओं से संबंधित विभिन्न त्योहारों के दौरान प्रस्तुत किया जाता है। गान नगी कबुई जनजातियों के बड़े त्योहारों में से एक है। यह मणिपुर की घाटी के कबुईयों द्वारा जनवरी में और पहाड़ी कबुईयों से दिसंबर में मनाया जाता हैं। विभिन्न तरीकों से इस नृत्य की प्रस्तुति होती है- कुछ कुमारी लड़कियों द्वारा तो कुछ विवाहित स्त्रियों द्वारा। लेकिन अधिकतर लड़के-लड़कियों के समूह द्वारा ही प्रस्तुत किया जाता है। अथवा माओ नागा नृत्य मणिपुर की माओ नागा जनजाति का एक प्रसिद्ध नृत्य है। माओ नागा मणिपुर के उत्तरी पहाड़ों में रहते है। यह युवा लड़के और लड़कियाँ द्वारा वार्षिक फसल की कटाई और बुआई (चिखुनी) के पर्वों के दौरान किया जाता है। इस नृत्य में कठिन पद संचालन के साथ सौम्य शारीरिक संचालन शामिल है। माओ मरम (अशराली ओडो) एक रंगारंग नृत्य है जो मधुर धुनों और कोमल शारीरिक संचालनों के लिए प्रसिद्ध है। यह नृत्य इस समुदाय के लोकप्रिय नृत्यों में से एक है। नृत्य और गायन के समय वें गोल- गोल घूमते हुए लयबद्ध ताल में रहते है।	2
	खंड-ग **(दिए गए विकल्पों में से <u>कोई दो</u> प्रश्न हल करें)**	
14.	रासलीला राधा-कृष्ण की कथाओं पर आधारित वैष्णव नृत्य- नाट्य है। इसमें प्रेम भक्ति (प्रीति और भक्ति) पर जोर दिया गया है। मणिपुर के वैष्णव इसे शुभ कर्म के रूप में मानते है और इसकी प्रस्तुति में भाग लेना या रसिक (दर्शक) के रूप में भाग लेना पुण्य का काम समझते हैं।	6

	निपा पाला नट संकीर्तन के रूप में रासलीला का पूर्वरंग (मंगलाचरण) है। रसलीला की प्रस्तुति नट संकीर्तन पाला के बाद नटी द्वारा गीत गायन से शुरु होती है। मणिपुरी परंपराओं के अनुसार विद्वानों ने मणिपुरी रास को पाँच भागों में विभक्त किया है:- (i) महा रास (ii) कुंज रास (iii) बसंत रास (iv) नित्य रास (v) दिबा रास • **महा रास:** राजा राजर्षि भाग्यचंद्र द्वारा मणिपुर में महारास को प्रथम रासलीला के रूप में 1779 ईस्वी में शुरू किया गया था। इसे कार्तिक (अक्टूबर/नवंबर) की पूर्णिमा की रात को प्रस्तुत किया जाता है। महारास की कहानी श्रीमद् भागवत पुराण के रासपंचाध्याय पर आधारित है। इसमें अपने द्वारा दिए वचन को भगवान कृष्ण ने कार्तिक पूर्णिमा की रात नियत समय पर पहुँच कर एक ही समय में सभी गोपीयों के साथ रासलीला की। इस नृत्य में कथा वाचिका द्वारा श्लोक और गीतों के माध्यम कथा का वर्णन किया जाता है जैसे कृष्ण अभिसार, राधा अभिसार, भंगी परेंग से गुजरते हुए गृह गमन चरण तक पूरा किया जाता है। • **वसंत रास:** वसंत रास की शुरुआत भी राजा राजर्षि भाग्यचंद्र द्वारा की गई थी। यह नृत्य ब्रह्मवैवर्त पुराण, गीत गोविंद, पद कल्पतरु और संगीत माधव के दर्शन पर आधारित है। यह चैत्र पूर्णिमा (अप्रैल-मई) की रात को मनाया जाता है। यह नृत्य राधा और कृष्ण के शाश्वत प्रेम को दर्शाता है। नर्तकों की आकर्षक वेशभूषा और सजावट इस नृत्य को भव्यता प्रदान करती है। यह प्रस्तुति पवित्र मिलन की पूजन विधि है जो आरती के साथ समाप्त होती है। अबीर लगाना इस रासलीला का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है।	
15.	मणिपुरी रासलीला में आकर्षक एवं अद्वितीय परिधान पहने जाते हैं। महिला पात्र पोतलोई या कुमिन पोशाक पहनती हैं, जिसे राजा राजर्षि भाग्यचंद्र के एक सपने में देखा गया था। • कुमिन एक बेलनाकार लंबा घाघरा है, जो सोने-चांदी की कढ़ाई और छोटे शीशों से सजा होता है। • नर्तक घुंघरू नहीं पहनते लेकिन पैरों में अनेक आभूषण पहनते है।	6

	• मणिपुरी नृत्य में महिला कलाकार गले में कोलू नामक हार पहनती हैं और चेहरा, पीठ, कमर, हाथ और पैरों को गोलाकार आभूषणों और फूलों की माला से सजाती हैं। कोक्तोम्बी (सिर ढकने वाली टोपी(, और मेइखुम्बी (पारदर्शा महीन घूँघट (सर पर रखती है। यह महारास, वसंत रास और कुंज रास में वैष्णव धर्म को प्रतिकात्मक रूप से दिखाता है। नित्य रास और दिबा रास में झापा, कोकनम और समझीथेट (सर के सजावट के लिए आभूषण) पहना जाता है। • राधा लाल रंग की और गोपियाँ हरे रंग की मलमली ब्लाउज पहनती हैं और चेहरों को पवित्र गोड़ीय वैष्णव चंदन से सजाया जाता है। • कृष्ण बने पात्र कजेंगलेई, मुकुट, चूड़ा (मोर पंख से बना(, और चेराई पहनते हैं। मणिपुरी पुरुष कलाकार गले में कोलू नामक हार पहनते है और चेहरा, पीठ, कमर, हाथ और पैरों को गोल-गोल आभूषणों और फूलों से सजाते है। • वे सना फीगे धोती (चमकदार पीले-नारंगी रंग की (कमर पर पहनते हैं, जो पाद संचालन में सहायता करती है। मुख मंडल गोड़ीय वैष्णव चंदन से सजाया जाता है।	
16.	अभिनय भारतीय सौंदर्यशास्त्र का एक महत्वपूर्ण पहलू है। यह उस कला का प्रतीक है जो दर्शकों में गहन आंतरिक भावनाओं की सृष्टि करता है जिसे रस भी कहते है। यद्यपि, अन्य भारतीय नृत्य रूपों की तरह मणिपुरी नृत्य में अभिनय को विधिवत रूप में परिभाषित नहीं किया गया है जैसा अभिनय दर्पण में है। इसमें अभिनय के चार प्रकार बताए गए हैं अंगिक, वाचिक, आहार्य और सात्विक अभिनय। ये चारों अभिनय मणिपुरी नृत्य में महत्वपूर्ण अंग है। नृत्य में अभिनय को चार प्रकारों में विभाजित किया गया है: • **आंगिक अभिनय:** यह शारीरिक संचालन के माध्यम से भावनाओं को अभिव्यक्त करने की कला है। आंगिक अभिनय शारीरिक संचालन द्वारा भावनाओं को व्यक्त करते है। इसमें सर, हाथ, कमर और चेहरे जैसे विभिन्न अंगों के संचालन का समन्वय है। भावनाओं और विचारों को प्रदर्शित करने में हस्त मुद्रा का महत्वपूर्ण स्थान है। मणिपुरी रासलीला में हस्तमुद्रा द्वारा अभिनय करते है जो इसका एक महत्वपूर्ण पहलू है। • **वाचिक अभिनय:** यह संवाद या कथा के द्वारा व्यक्त किया जाता है। मणिपुरी रासलीला और अन्य कृष्ण लीला में संवाद माध्यम के रूप में उपयोग होता है। • **आहार्य अभिनय:** इसमें परिधान और शारीरिक सजावट शामिल है जो नृत्य-नाट्य प्रस्तुति के सौंदर्य को बढ़ाता है। दर्शकों और कलाकारों के बीच जुड़ाव उत्पन्न करने में इसकी महत्वपूर्ण भूमिका है। मंच सज्जा, प्रकाश व्यवस्था और दृश्य संबंधी सहायक उपकरण समग्र रूप से कलाकारों और दर्शकों के बीच भावनात्मक अनुभूति को बढ़ाता है। मणिपुरी रासलीला में	6

	पुरुष- महिला के लिए अलग- अलग और खास वेशभूषा और श्रृंगार दोनों प्रस्तुति को जीवंत बनाता है। • **सात्त्विक अभिनय:** यह उन अभिनयों में से एक है जिसमें आंतरिक भावनाओं को व्यक्त किया जाता है। जिसमें शारीरिक क्रियाओं जैसे- पाद संचालन, दृष्टि भेद, और हस्त मुद्राओं द्वारा आनंद, क्रोध, भय आदि भावनाओं को दर्शाया जाता है। यह अभिव्यक्ति पात्रों के आंतरिक भावनात्मक स्थिति को प्रदर्शित करती है।	