रंगमंच

“एतद्रसेषु भावेषु
सर्वकर्मक्रियासु च ।
सर्वोपदेशजननं
नाट्यमेतद्भविष्यति ।।” ।। ११३ ।।

अर्थ

यो नाटक रसहरू, भावहरू तथा यी सबै (रस, भाव आदि) का कार्यहरू र क्रियाहरूद्वारा उपदेश प्रदान गर्ने हुनेछ। ॥ ११४॥

स्रोत: नाट्यशास्त्र, अध्याय १

मध्य चरणका लागि रंगमंच

रचनात्मक, सकारात्मक र आनन्दपूर्ण

रंगमञ्च एउटा यस्तो विधा हो, जुन कथा, अभिव्यक्ति र कल्पना संग संबन्धित छ, यहाँ कुनै पनि उत्तर गलत अथवा सत्य भन्न सकिंदैन । रंगमञ्च शिक्षणका लागी विद्यार्थीहरूको कल्पना, विचारहरूको साथ प्रयोगको स्वतन्त्रता र अद्वितीय तरिकामा आफूलाई अभिव्यक्त गर्न प्रोत्साहित गर्नु एक आदर्श वातावरण हो। रंगमञ्चीय शिक्षणको आदर्श कक्षा त्यहि हो, जहाँ एक विद्यार्थी, परिहास हुने या हास्य पात्र बन्न सक्ने भयबाट मुक्त भएर, खुलेर आफ्ना विचार र भावनाहरूलाई निर्धक्कसँग साटासाट गर्न सुरक्षित अनुभव गरोस् । शिक्षकहरू र बच्चाहरूमा यो मानसिकता विकासको साथ, सहपाठीहरूबीच पारस्परिक सम्मान र सहयोगको भावना ले शिक्षाको समग्र विकासलाई बढावा दिन सक्छ।

रंगमञ्चलाई वास्तविक विश्व कौशलम संग जोड्नुहोस्

जब बच्चाहरूले आफ्नो वरपरको संसारको बारेमा अझ बढी बुझ्न थाल्छन्, परिस्थितिहरूको सामना गर्न थाल्छन् र पहिलेभन्दा बढी जटिल भावनाहरूको सामना गर्न थाल्छन्, त्यति बेला रंगमञ्च अझ बढी सान्दर्भिक हुन्छ। रंगमञ्च एक योग्य निर्देशक या अभिनेता तयार गर्नु भन्दा बढि भावनात्मक कौशल तथा लैंगिक अनुभूति एवं असफलता संग सामना गर्नुमा व्यावहारिक छ । साथै रंगमञ्च सार्वजनिक भाषण, समस्या समाधान र सामुहिक कार्य जस्ता जीवन कौशल क्षमताहरूको विकास गरेर विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो प्रायोगिकता संग पहिचान गर्न मद्दत गर्दछ।

प्रस्तुतिहरूमा भाग लिनुहोस्

विद्यार्थीहरूलाई प्रत्यक्ष प्रदर्शनहरू हेर्न वा अतिथि कलाकारहरू ल्याउन र उनीहरूलाई व्यावसायिक रूपमा उजागर गर्न प्रोत्साहित गर्नुहोस् रंगमञ्च संग परिचय गराउनु र विद्यार्थीहरू स्वयंको कला कौशलको प्रोत्साहन गर्नु रंगमञ्च शिक्षामा अत्यधिक लाभकारी हुनेछ।

व्यक्तिगत अधिगम शैलीहरूको ज्ञान

तपाईंको कक्षाभित्र विभिन्न शिक्षण शैलीहरू पहिचान गर्नुहोस् र समायोजित गर्नुहोस्। केही विद्यार्थीहरू व्यावहारिक गतिविधिहरूमा अगाडी बढ्न् सक्छन्, जबकि अरू लिखित वा दृश्य शिक्षण (दृश्य ले सिक्नु) सिक्न रुचाउँछन्। बच्चालाई स्वयं उनीहरूको रुचि अनुरूप संचार को माध्यम (लिखित वा मौखिक) छनौट गर्न र वैचारिक समझमा ध्यान केन्द्रित गर्न को लागी एक विकल्प प्रदान गर्नुहोस्। यसले बच्चाको दिमागबाट तनाव हटाउँछ जसले स्वतन्त्र सोच र रचनात्मकता समृद्ध हुन्छ।

सहकार्यमा जोड दिनु

रङ्गमञ्च एक सामूहिक कला हो। समूह गतिविधिहरू, कौशल संवाद, सामुहिक प्रदर्शनहरू र सहयोगी परियोजनाहरू रंगमञ्चको आधार हो। समावेश गरेर सामूहिक र संचार कौशलमा निर्माण गर्नुहोस्। यसले न केवल सामुहिक कार्य कौशलको विकास गर्छ, साथै व्यक्तिगत चरित्र र बुद्धिमत्तालाई पनि बढाँउदछ ।

घेरा बनाएर चर्चा गर्नु

प्रत्येक कक्षामा शिक्षकले एक नियमित गतिविधि अनुसरण गर्नु पर्छ। प्रत्येक कक्षाको अन्तिम दश मिनेटको समय वृत्त बनाएर चर्चाका लागि निश्चित होस्। सबै विद्यार्थीहरू आ-आफ्नो शिक्षकसँगै सँगै बस्ने छन् र गरिएको गतिविधिमा आफ्नो प्रतिक्रिया र विचार अनौपचारिक रूपमा साझा गर्ने छन्। बच्चाहरू तब स्वतन्त्र रूपमा खुल्छन् जब उनीहरूलाई थाहा हुन्छ कि यो कुनै मूल्यांकन परीक्षा अथवा अंक जोडिने परीक्षा हैन। यो महत्त्वपूर्ण जानकारी प्राप्त गर्न उपयुक्त हुन सक्छ, जुन कुनै पनि औपचारिक परीक्षाले प्रदान गर्न सक्दैन। तर यो बच्चाको लागि मात्र अनौपचारिक हुन्छ, यसले शिक्षक आफ्ना लागि टिप्पणी लिन आवश्यक छ, जुन अर्को पाठ तयार गर्नका लागि उपयोगमा लिन सकिन्छ।

© NCERT not to be republished

पाठ १६

भावहरूको अनावरण!

दृश्य एक

भावनाहरू बुझ्नु

रंगमञ्च कक्षा सुरु गर्नु भन्दा पहिला तपाईं कस्तो अनुभव गर्दै हुनुहुन्छ भनेर वर्णन गर्न एक शब्द लेख्नुहोस्।

अब हामी भावहरूको अन्वेषण, अनुभव र प्रयोग गर्नेछौं । के तपाई लाई यो एक खेल जस्तै लाग्छ? आउनुहोस् अब हामी हॉट सीटमा बसौं ।

निर्देशन: दिईएको परिस्थिति - टाउको तल, आँखा बन्द, ध्यानले सुनौं ।

तपाईंलाई एउटा कथा सुनाइनेछ। यसलाई ध्यानपूर्वक सुन्नुहोस्। कल्पना गर्दै कथामा पूर्ण रूपले संलग्न हुनुहोस्। कथा अचानक रोकिनेछ र तपाईंलाई एउटा शब्द 'हेर्नुहोस्' सुनिनेछ। तपाईंले तुरुन्तै माथि हेर्नुहोस् र त्यो स्थिति सँग आफ्नो प्रतिक्रिया दिनुहोस्, जहाँ कथा रोकिएको थियो।

समान्य स्तर: एक सरल स्थिति जुन नाटकीय प्रतिक्रियामा समाप्त हुन्छन् ।

उदाहरण १

प्रारंभिक स्थिति

तपाईं आफ्नो आमालाई यो बताउन उत्साहित हुनुहुन्छ की स्कूल यात्राको घोषणा गरिएको छ। तपाईं बाटोमा हिँडि रहनुभएको छ, पानी पर्न थाल्छ । तपाईं दौड़न थाल्नु हुन्छ ।

किनकि तपाईं राम्रोसँग देख्न सक्नुहुन्न, तपाईंले एक पाइला छुटाउनुहुन्छ र नालीमा खस्नुहुन्छ... अब... हेर्नुहोस्।

उन्नत स्तर: कथा पहिलो प्रतिक्रिया पछि पनि जारी रहन्छ। उनीहरू अन्तिम प्रतिक्रियामा स्थिर हुन्छन् र सुन्दै रहन्छन्... र "हेर्नुहोस्" भन्नेमा प्रतिक्रिया जनाउँछन्। कथामा धेरै मोडहरू ल्याउन सकिन्छ, र कथाको प्रत्येक मोडमा प्रतिक्रिया अभिव्यक्त गर्न भनिन सक्छ।

प्रस्तुत अवधारणाहरू

- जीवनमा भावहरू, नाटकमा भावहरू
- भारतीय र पाश्चात्य दृष्टिकोण
- मुखौटा बनाउने

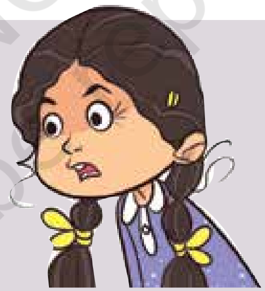
© NCERT not to be republished

उदाहरण २

प्रारंभिक स्थिति

तपाईं राजकुमारी हुनुहुन्छ, र घोडामा चढेर जंगल जादै हुनुहुन्छ। तपाईंले पछाडि बाट एक स्वर सुन्नुहुन्छ जुन परिचित जस्तै लाग्छ । तपाईं पछाडि फर्कनुहुन्छ र त्यो अनुहार निकै परिचित देखिन्छ ।

तपाईं सम्झन प्रयास गर्नुहुन्छ ... र सम्झनु हुन्छ। यो त्यही व्यक्ति हो जुन हाम्रो पुर्ख्यौली फोटोमा छ, जुन ५०० वर्ष पुरानो हो। अब... हेर्नुहोस्!



स्थिर हुनु

त्यसपछि तपाईं त्यस व्यक्तिबाट बच्ने प्रयास गर्नुहुन्छ, तर उस्ले तपाईंलाई पछ्याई रहेको छ। तपाई छिटो-छिटो अगि बढ्दै हुनुन्छ, त्यो व्यक्ति चट्टानमा ठोकिन्छ र खल्तीबाट केही खस्छ। यो त्यही खेलौना हो जसले तपाई हिजो खेल्दै हुनुन्थ्यो! सोच्नुहोस्

स्थिर हुनु

'हिजोको मेरो खेलौना कसरी उनीसम्म पुग्यो? ओह! सम्झिए.. तपाई ले त्यसलाई महल बाहिर झाडीमा हराउनु भएको थियो। तपाईको चचेरा भाई ले यसलाई खेलिरहेको थियो, उसैले लुकाएको होला। तपाईं साहस गर्दै कोट तानेर उसको साँचो अनुहार प्रकट गर्न भयो। यो त तपाईंको बदमास चचेरा भाई हो!

विस्तारित: अब एउटा बच्चा आफ्नो कथा सिर्जना गर्छ र 'प्रारम्भिक स्थिति', 'स्थिर हुनु' र 'सोच्नुहोस्' को प्रयोग गरेर आफ्नो कथा सुनाउछ । अन्य बच्चाहरू उसलाई प्रतिक्रिया दिन्छन्।

आउनुहोस्, घेरा बनाऔं

- आजको क्रियाकलाप बाट हामीले जे अनुभव गरे, ती सबै भावहरूको एउटा सूची बनाउनुहोस्।
- तपाईंको अनुसार सबैभन्दा जटिल भाव के थियो? किन?
- यस्तो कुनै अनुभूति वा भाव छ जसलाई तपाईं नाम दिन सक्नुहुन्न? के तपाईं त्यसको वर्णन गर्न सक्नुहुन्छ?

के तपाईंलाई थाहा छ, यस्ता केही परिस्थितिहरू हुन्छन्, जब तपाईं एकै समयमा दुई भावहरू अनुभव गर्नु हुन्छ,। उदाहरणका लागि, तपाईं आफ्नो साथीहरूसँग खेल्दै

© NCERT not to be republished

हुनुहुन्छ र तपाईं खेल हार्नु हुन्छ । किनभने तिनीहरूमध्ये कुनै एकले तपाईलाई धोका दिएको थियो। के तपाईलाई थाहा छ ती दुई भावना के के हुन् ?

उदास (खेल हारेकोमा) र क्रोधित (एक मित्रले धोखा दियेको मा)।

तपाईमा कुन भाव उत्पन्न हुन्छ, जब तपाईं वर्षामा एक कुकुरको बच्चा भिजेको देख्नुहुन्छ, तर तपाईं मद्दत गर्न बाहिर जान सक्नुहुन्न किनभने तपाईंलाई रुगा लागेको छ र मूसलाधार वर्षा पनि भइरहेको छ।

________________ र ________________

धेरै राम्रो.....हामी सबै यस्ता भावहरू बाट गुज्रिरहेका हुन्छौं। कहिलेकाहीं यी भावनाहरूको संख्या तीन पनि हुन सक्छ! तर यो तबसम्म ठीक छ, जबसम्म तपाईंलाई थाहा छ कि तपाईंले कस्ता भावहरू अनुभव गरिरहनु भएको छ। अब तपाईं केवल आफ्ना भावहरू पहिचान गर्न मात्र हैन, अपितु तिनीहरूलाई नाम पनि दिन सक्नुहुन्छ। विभिन्न परिस्थितिहरूमा आफु भित्र हेर्नु र पहिचान गर्नु तपाईं कस्तो प्रकारको मनोभाव देखी गुज्रिरहनु भएको छ ।

हामी सबै दैनिक दिनचर्यामा धेरै भावहरूको अनुभव गर्छौं। यी भावहरूको सन्दर्भमा विद्वानहरू ले शताब्दि देखि चिन्तन गरी रहेका छन्। आउनुहोस्! हामी, खेल खेलमा विभिन्न भावहरूको नाम सूचीबद्ध गरौं। स्थिर हुनु, कल्पना गर्नुहोस् त! यस विषयमा वर्षौंसम्म काम गरिसकेका विद्वानहरूले कति भावहरूलाई सूचीबद्ध गरेका होलान्? के लाग्छ ? कति हुन सक्छ? ५०? १००? या यो भन्दा धेरै? वास्तवमा यी ... नौ छन्!

मात्र नौ? कसरी? के तपाई अन्यको बारेमा जान्न हुन्छ? यी मानिसहरू को थिए?

वर्षौंको अध्ययन, अवलोकन र विश्लेषण पछि, प्राचीन कालमा हाम्रा ऋषिहरूले भावहरूलाई कुल नवरसहरूमा वर्गीकृत गरेका छन्। तपाईं विश्वास गर्नुहुन्छ कि हामीले छलफल गरेका सबै भावहरू यी नौ रसमा वर्गीकृत गर्न सकिन्छ?

यसको विभाजन मुख्यतया दुई आधारभूत तत्व- रस र भावको आधारमा गरिएको छ।

भाव

मनको प्रबल अवस्था।
धारणा, विचार र मनोवृत्तिका आधारमा यो सजिलै परिवर्तन हुदैन ।
हुँदैन ।

↓ तिर लैजान्छ

रस

संवेगात्मक सार।
कुनै परिस्थिति, अनुभव र मनोभावको परिणाम स्वरूप हुने अनुभव।

© NCERT not to be republished

के तपाईंले यो कुरा याद गर्नुभएको छ — एउटै परिस्थितिमा तपाईंको र तपाईंको साथीको अनुभव भिन्न-भिन्न हुन्छन्। यस्तो किन? यसको मुख्य कारण हो दुवैको भावमा भिन्नता हुनु। किन भने तपाईं संग एक भिन्न भाव छ (फरक मनोवृत्ति वा विचार) जस द्वारा एक भिन्न रस (त्यो अनुभव जुन तपाईं ले अनुभव गर्नुभयो) को उत्पत्ति हुन्छ।

उदाहरणहरू

१. तपाईं आफ्नो साथी संग आफ्नो मनपर्ने खेल हेर्दै हुनुन्छ, तपाईंको टीमले जित्छ। तपाईं रोमांचित हुनुहुन्छ, तपाईंको साथी खुसी त छ, तर धेरै उत्साहित छैन किनभने उसको मनपर्ने खेलाडीले राम्रो स्कोर गरेन।

२. तपाईं आफ्नो साथीसँग खाना खाँदै हुनुहुन्छ। कक्षामा एउटा नटखट बच्चा आउँछ र दुवैको खिल्ली उडाउँछ, हाँस्छ र जान्छ। तपाईं चिढिनुहुन्छ, तर स्वयंलाई नियन्त्रणमा राखेर भन्नुहुन्छ, 'कसले वास्ता गर्छ र', अनि अर्को तिर तपाईं देख्नुहुन्छ कि तपाईंको साथी आहत भएर कुनामा बसी रोइरहेको छ।

यी दुवै घटित अवस्थाहरूमा विचार र परिस्थिति दुवै समान छ। कुन भाव र अनुभाव (रस) उत्पन्न हुन्छ ,यो कुरामा निर्भर हुन्छ की तपाईंको मूल दृष्टिकोण र मूलविचार (भाव) के हो?

भारतका महान् ऋषि-मुनिहरू ले आफ्नो अध्ययनमा

© NCERT not to be republished

भाव र मानव मस्तिष्कको सन्दर्भमा अनेक विचारहरू दिएका छन्। आफ्नो अध्ययनको आधारमा, उनीहरुले रसहरूलाई (हाम्रो अनुभव) नवरसमा वर्गीकृत गरेका छन्।

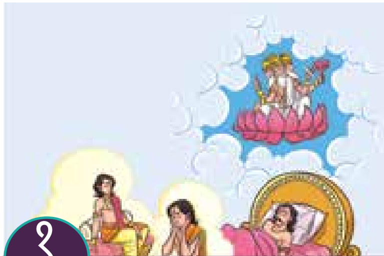
अब, तपाईंले छलफल गरेका सबै भावनाहरूलाई यी नवरस मध्ये एकमा राख्न सक्नुहुन्छ। अब तपाई यसलाई अनुभव गर्ने प्रयास गर्नुहोस्।

खेल-खेलमा नवरस

यी नवरस-हरूलाई बुझ्नका लागी एक रमाइलो खेल खेल्नेछौं। सर्व प्रथम कुनै कोठाको बीचमा नवरसहरूलाई एक वृत्ताकार घेरामा भिन्न-भिन्न रूपमा दर्शाउनुहोस् । जब संगीत बज्न सुरू हुन्छ तब सबै बालबालिकाहरू त्यो वृत्तको वरिपरि घुम्न थाल्छन्। संगीत बन्द हुँदा वित्तिकै रोक्किन्छन्, र जुन बच्चा जुन रसको सबैभन्दा नजिक हुन्छ, त्यसले त्यो रसलाई आफ्नो हाव-भाव र क्रियाहरूको माध्यमले व्यक्त गर्नेछ । जुन विद्यार्थीले यस्तो गर्न सक्दैन, त्यो त्यस वृत्त बाट बाहिर हुन्छ। संगीत फेरि बज्छ र यो खेल यस्तै प्रकार ले जारी रहन्छ। वैकल्पिक रूपमा, गोलाकारको सट्टा भुइँमा नौ वर्ग या आयत बनाउन सकिन्छ।

रसको यो अवधारणाहरू प्रदर्शन कलामा (नाट्य कला) ठूलो कार्यको एउटा धेरै सानो भाग हो। यसमा कथा कसरी पढ्ने भन्ने सबैभन्दा आधारभूत विचारदेखि लिएर कलाको माध्यले मोक्ष प्राप्तिको सम्भावनासम्म सबै कुराहरू छन्। जहाँ रूप-सज्जा, वेशभूषा, प्रकाश, संगीत, नृत्य, पूर्वाभ्यास, अनुशासन, सुरक्षा र समाज प्रति कलाको उत्तरदायित्व लगायत सबै कुराको बारेमा उल्लेख गरिएको छ। यी प्रदर्शन कलाहरूमा आधारित महान ग्रन्थको आचार्य भरतमुनि द्वारा लेखिएको छ, जसलाई 'नाट्यशास्त्र 'भनिन्छ ।

यसको आरम्भ कसरी भयो ? यसको पनि एउटा रोचक कथा छ, जसलाई नाट्योत्पत्ति (प्रदर्शन कलाको जन्म) भनिन्छ ।



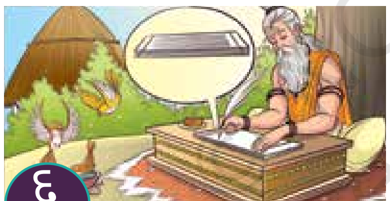
१ सबै देवहरूका देवता ब्रह्मा जी ले देखु भयो की सबै देवताहरू धेरै निरुत्साहित र आलसी भएका छन् । तिनीहरूले केही पनि नगरी समय बर्बाद गर्दै छन्।

२ त्यसपछि ब्रह्माले ऋग्वेद बाट पाठ, यजुर्वेद बाट अभिनय, सामवेद बाट सङ्गीत र अथर्ववेद बाट रस लिनुभयो ।

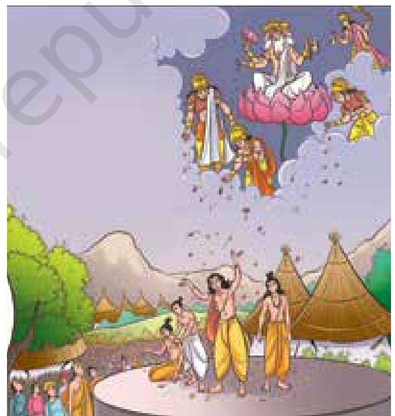
३ उहाँले एउटा अद्वितीय ग्रन्थ नाट्य वेद सिर्जना गर्नुभयो। उहाँलाई लाग्यो देवहरूले यसलाई रुचाउनु हुन्छ र यसलाई उपयोग गर्नुहुन्छ।

४ तर देवताहरूले नाट्यवेद केही पनि बुझेनन् र उनीहरु निकै अलमलमा परे।

५ त्यसैले ब्रह्माले बुद्धिमान ऋषि भरत मुनिलाई बोलाउँछन् र नाट्य वेदलाई सरल बनाउन आग्रह गर्छन् । ताकि सबैले यसलाई सरला पूर्वक बुझोस् ।



६ पुनः भरत मुनि नाट्यशास्त्र लेख्छन्। उनले आफ्ना १०० जना छोराछोरीलाई नाट्यशास्त्रको लागी रोच्छन् र एक प्रदर्शन प्रस्तुत गर्दछन्।



७ प्रदर्शन कला देखेर देवताहरू रोमाञ्चित हुन्छन्। तिनीहरू प्रशंसा र अनुमोदन गर्छन् र यसलाई आफ्नो जीवनमा ढाल्छन्।

यो कथाले हामीलाई बताउँछ कि नाट्यशास्त्र प्रदर्शन कलामा लेखिएको एक पुस्तक हो। जसमा चार वेद र अन्य धेरै प्रसंगहरू समावेशित छ। यसलाई पाँचौं वेद (पञ्चम वेद) पनि भनिन्छ। नाट्योत्पत्तिको यस कथा द्वारा नाट्यशास्त्र ग्रन्थको आरम्भ हुन्छ। यदि तपाईंले यो कथा पढ्नुभएको छ भने, यसको अर्थ यो होकी तपाईंले नाट्यशास्त्र पढ्न थाल्नुभएको छ । हामी आगामी कक्षाहरूमा यसको बारेमा थप प्रसंग जान्ने छौं।

© NCERT not to be republished

दृश्य दुई: भावहरूको अन्वेषण

हामीले अहिलेसम्म अनुहारको हावभाव र अभिव्यक्ति देखेका छौं । तपाईंले बुझ्नु भएको होला कि तपाईंको अनुहारको हरेक भागले तपाईं भिन्न के अनुभव गरि रहनु भएको छ भनेर देखाउन योगदान पुर्याउँछ। तर अनुहार मात्र किन ? अरू दुइटा महत्त्वपूर्ण पक्षहरू पनि छन्, जसले हामीलाई अभिव्यक्ति गर्न मद्दत गर्छ। ती हुन् — स्वर र शरीरको भाषा ।

आउनुहोस्, स्वर र शारीरिक भाषाको माध्यम ले यिनी सबै नवरसलाई अन्वेषण गर्ने प्रयास गरौं ।

अब, हामी यस्तै प्रकारले एक खेल खेलौं- हॉट-सीट। तर यस पटक, जब तपाईं "हेर्नुहोस्' शब्द सुन्नुहुन्छ, तब तपाईंले प्रतिक्रिया दिनको लागी आफ्नो स्वर र शारीरिक भाषाको प्रयोग गर्नुपर्छ । के यो आनन्ददायी छ?

निर्देश: प्रारम्भिक स्थितिमा- टाउको तल, आँखा बन्द, ध्यान मग्न।

ध्यान दिएर कथा सुन्नुहोस्। कथामा पूर्ण प्रकारमा

उदाहरणका लागि

रौद्र — क्रोध , रिस

अर्कोका लागि सरल रेखाचित्र बनाउनुहोस्

रस को नाम ____________________

अनुहार को अभिव्यक्ति	शरीरिक भाषा	संयुक्त रूप	अनुहारको अभिव्यक्ति	शरीरिक भाषा	संयुक्त रूप

© NCERT not to be republished

संलग्न हुनुहोस्। कथा अचानक बन्द हुनेछ र तपाईंले शब्द सुन्नुहुनेछ - 'हेर्नुहोस्'। तपाईंले तुरुन्तै माथी हेर्नुपर्छ र त्यस स्थितिमा स्वर र क्रिया द्वारा प्रतिक्रिया दिनुपर्छ।

आधारभूत: एउटा सरल परिस्थिति जुन एक नाटकीय प्रतिक्रिया मा समाप्त हुन्छ।

अग्रिम: पहिलो प्रतिक्रिया पछि पनि कथा जारी रहन्छ। तिनीहरू अन्तिम प्रतिक्रियामा स्थिर हुन्छन् र सुन्न जारी राख्छन् ... र हेर्नुहोस् प्रतिक्रिया दिनुहोस्। कथामा धेरै मोडहरु ल्याउन सकिन्छ, कथाको हरेक मोडमा प्रतिक्रिया हुन सक्छ !

विस्तारित: बच्चाहरू आफ्नै कथाहरू सिर्जना गर्न र 'प्रारंभिक स्थिति','स्थिर हुनु' र 'हेर्नहोस् ' को साथ वर्णन गर्न स्वयंसेवक हुन्छन्, जबकि अन्य बच्चाहरू प्रतिक्रिया गर्छन्।

यो अद्भुत देखिन्छ कि तपाईं न केवल विभिन्न परिस्थितिहरूमा भावनाहरूलाई चिन्ने सक्षम हुनुहुन्छ, तर आफ्नो अनुहार, शरीर र स्वरको प्रयोग गर्न पनि सक्षम हुनुहुन्छ। जस्तै हामी सोचिरहेका थियौं कि शताब्दीऔँ पहिले मानिसहरूले भावनाहरूलाई कसरी देखेका होलान् र त्यसको विश्लेषण गरेका होलान्, त्यही भएर त भारतमा नवरसको खोज भएको होला। अब हामी हेर्नेछौं कि अन्य देशहरूमा हुने प्रस्तुतिहरूमा भावनाहरूलाई कसरी हेर्ने गरिन्थ्यो।

आउनुहोस् ,घेरा बनाउनु

- आज हामीले अनुभव गरेका भावनाहरूको सूची बनाउनुहोस्।
- तपाईंले आवाज र कार्य थप्दा के यो सजिलो थियो? वा अनुहारको हाउभाउ सजिलो थियो?
- के तपाईं नाम बताउन सक्नुहुन्न भन्ने भावना छ? के तपाईं यसलाई आवाज, कार्य वा अभिव्यक्तिको साथ लागू गर्न सक्नुहुन्छ?
- एक दिनमा तपाईंले बारम्बार महसुस गर्ने भावनालाई नियाल्नुहोस्।

© NCERT not to be republished

मापन गर्न नमिल्ने मानचित्र
कलाकार को प्रतिनिधित्व

डायनोसिस — ग्रीक मनोरञ्जनको देवता

'ओड' एक घटना वा व्यक्तिको महिमाको लागि एक प्रकारको गीत कविता हो।

भारत बाहिर प्रदर्शन कलाको सबैभन्दा पुरानो ज्ञात उत्पत्ति, ग्रीक रंगमंच हो ,जसको समय लगभग पांचवीं शताब्दी ईसा पूर्व मानिएको छ।

मनोरञ्जनका परमेश्वर डायोनिससले ग्रीसको मुख्य कृषि उपज अङ्गुरको राम्रो फसल कोर्ने जिम्मेवारी सम्हाल्नुभएको थियो । त्यतिबेला ग्रीसका मानिसहरूले आफ्नो परमेश्वरलाई खुसी पार्न डायोनिसियन चाड मनाउँथे। यस क्रममा उनीहरू डायोनिससको प्रशंसामा भजन गाउँथे र जसलाई डिथिरैम्ब भनिन्थियो । अनुष्ठानको एक भागको रूपमा, एक बोकाबलि चढाइन थियों र गीतहरू गाइन थियो ।

बोकाबलि को अनुष्ठान (ओड) को समयमा गाइने गीतहरूले यस शब्दलाई बढावा दियो 'ट्रागोडिया' (ट्राग — ओडिया), जसको मतलब बाख्राहरूको गीत' है कि ", जसले 'ट्रेजिडी' शब्दको जन्म भयो ।

यसमा आधारित कथा र प्रस्तुति हरू पहिलो नाटक हरू थिए। ती सबै दुःखद नाटक हरू थिए। तिनीहरू गम्भीर थिए र नाटकको नायक (मुख्य पात्र) लाई दण्डित वा मृत को साथ एक दुखद अन्त थियो।

यस्ता कथाहरू धेरैभन्दा धेरै प्रदर्शन भइरहेका थिए र धेरै वर्षपछि (ईसापूर्व चौथो शताब्दी तिर) कथामा परिवर्तन देख्न थाले जहाँ कथामा सुखद अन्त्य र आनन्द थियो। "कमेडी" को सुरुवात ग्रीक शब्द "कोमोस" (आनन्द) र "ओडिया" गीतबाट भएको मानिन्छ। जस्तै "ट्रेजेडी", "कमेडी" शब्दको उत्पत्ति पनि ग्रीक शब्दबाटै भएको हो। हास्य नाटकमा अन्त्य सुखद हुन्छ। यी नाटकहरूमा मानिसहरू, जनावरहरू र देवताहरूका तत्वहरू समावेश हुन्छन्। यसमा नृत्य श्रृंखला, सीधा दर्शकहरू वा नाटककारसँगको संवाद पनि समावेश हुन्छ।

ग्रीक रंगमञ्चको प्रस्तुतिको यो चित्र हेर्नुहोस्। तपाईं के देख्नुहुन्छ? तीनै जना कलाकारले मास्क लगाएका छन् ।

मुखौटा ग्रीक रंगमञ्चको एक महत्त्वपूर्ण भाग थियो। यो पनि तिनीहरूले त्रासदी लाई प्राथमिकता दिनुको कारणसँग जोडिएको छ।

त्रासदी वास्तवमा गम्भीर र दुःखद छ। के ग्रीकहरू दुःखी हुन र सधैं रुन मन पराउँथे? होइन, यसले उनीहरूलाई

यूनानी नाटक को अभिनय

© NCERT not to be republished

आफ्ना दबिएका भावनाहरू र दुःखलाई टाढा राख्न मद्दत गर्दथ्यो। यसलाई "केथार्सिस" (विरेचन) भनिन्छ। तपाईं उच्च कक्षामा यसको बारेमा थप जान्नुहुनेछ। मुखौटाले चरित्रलाई चित्रित गर्न मद्दत गर्दछ, न कि अभिनय गर्ने व्यक्तिलाई।

यी मुखौटा तपाईंले धेरै पटक देख्नुभएको होला? तर तपाईंलाई के लाग्छ तिनीहरूले के देखाउँछन्? हामीले जुन अध्ययन गरेका छौँ, तपाईं त्यसबाट यसको अनुमान लगाउन सक्नुहुन्छ।

त्रासदी र हास्य

त्यसैले अर्को पटक जब तपाईं यो मुखौटा देख्नुहुन्छ, तपाईं यसको पछाडिको कथा जान्नुहुन्छ।

आउनुहोस्, घेरा बनाऔँ।

१ .तपाईंले यस विचारलाई कसरी अवलोकन गर्नुभयो भन्ने उदाहरण साझा गर्नुहोस् भव र रस परिस्थितिलाई बुझ्नका लागि।

२. नव रस (प्राचीन भारत) र त्रासदी-हास्य (प्राचीन ग्रीक) लाई जोड्ने प्रयास गर्नुहोस्।

कुन रसलाई त्रासदी र हास्यमा समावेश गर्न सकिन्छ? के अन्य भावनाहरू पनि छन्? जसलाई यी दुई अन्तर्गत वर्गीकृत गर्न सकिँदैन?

३. तपाईं एक दिनमा गुज्रनुभएका सबै भावनाहरूको एक सूची बनाउनुहोस्। प्रत्येकलाई रसको समान नाम दिनुहोस्।

४. जब तपाईं कुनै कथा पढ्नुहुन्छ, तब त्यसमा उल्लेख गरिएका सबै भावनात्मक क्षणहरूलाई नामसहित चिन्हित गर्नुहोस्।

not to be republished

आधा मास्क

पूर्ण मास्क

क्रियाकलाप — मुखौटा र भावना

आउनुहोस्, हामी मुखौटाको माध्यमबाट भावनाहरू बुझौँ। मुखौटाले अनुहारलाई छोप्छ र अनुहार भावनाहरू देखाउने माध्यम हो। त्यसो भए मुखौटाले कसरी भावनाहरू देखाउन सक्छ?

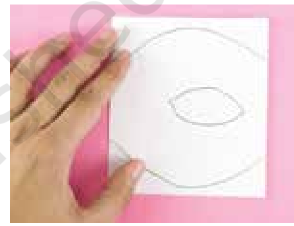
मुखौटामा भावना र चरित्र दुवै निहित हुन्छन्, जुन तपाईंले लगाउन सक्नुहुन्छ र अभिनय गर्न सक्नुहुन्छ!

वास्तवमा मुखौटा धेरै प्रकारका हुन्छन्, तर हामी ती मध्ये दुईवटाको बारेमा छलफल गर्नेछौं।

कैंची र गोंद प्रयोग गर्दा सावधानी अपनाउनुहोस्, यसको प्रयोग आफ्नो शिक्षकको निगरानीमा मात्र गर्नुहोस्!

गत्ताको मुखौटा (आधा): (गत्ता, कैंची, गोंद र रंग)।

- पहिले अनुहारको एक रेखाचित्र बनाउनुहोस्, साथै यो पनि ध्यान दिनुहोस् कि रेखांकित गरिएको अनुहारको दुवै पक्षमा सन्तुलन कायम गरिएको छ।यसको एक सरल तरिका कागजलाई ठीक बीचबाट फोल्ड गर्नु हो (चित्र हेर्नुहोस्)।
- आँखा र नाक चिन्ह लगाउनुहोस्, यस तरिकाले दुवै पक्षहरू सममित हुनेछन्, आँखा, नाक र कान, वा इच्छित रूपमा कुनै अन्य सुविधा बाहिर ल्याउन विभिन्न आकार र डिजाइनहरू थप्नुहोस्।
- रंगीन कागज र गोंदको साथ रचनात्मक रूपमा अतिरिक्त विशेषताहरू थप्नुहोस्।
- गत्तालाई अनुहारको आकार अनुसार बनाउनको लागि, निश्चित गर्नुहोस् कि तपाईं यसलाई मोड्नुहोस्, एक कोण काट्नुहोस् र त्यसपछि यसलाई टाँस्नुहोस्।
- धागो वा इलास्टिक बाँध्नका लागि मुखौटाको कान क्षेत्र नजिकै दुई प्वाल बनाउनुहोस्।


कागजलाई आधामा फोल्ड गर्नुहोस् र रेखाचित्र कोर्नुहोस्।

कैंचीले लाइनमा काट्नुहोस्

टेबुलको किनार प्रयोग गरेर कार्डबोर्डलाई थोरै मोड्नुहोस्।

आफ्नो मास्कलाई रङ, खोल, प्वाँख वा आफूले चाहेको कुनै पनि चीजले सजाउनुहोस्

© NCERT not to be republished

कागजको मुखौटा (पूरा): (पुरानो अखबार, एक बेलुन, गोंद, कैंची, रंग)।

- कागजका टुक्राहरू च्यातेर (अखबार) वा नियमित कागज), यसलाई पानीमा भिजाउनुहोस् र यसलाई बेलुनको सतहमा सजिलै लागू गर्नुहोस्।
- चित्रमा जस्तै बेलुनको आधा भाग ढाक्नुहोस्। कागज किनारा एक अर्का माथि चड़ाएको हुनुपर्दछ। अनुहारको आकृति उभरिएर आउनेसम्म पटक पटक गीलो कागजको पत्र लगाउनुहोस्।
- यसलाई पूर्ण रूपमा सुक्न दिनुहोस्, कागजको भिजेको तह लागू गर्ने, यसलाई सुकाउन पर्खने, तहहरू पुन: लागू गर्ने र इच्छित आकार प्राप्त गर्ने यो प्रक्रियाले लगभग तीन दिन लाग्न सक्छ।
- बेलुन फुटाउनुहोस् र आकार परिभाषित गर्न कागज काट्नुहोस्।
- पात्रहरू अनुसार मुखौटामा रंग भर्नुहोस्, विभिन्न भावनाहरू र अभिव्यक्तिहरू बाहिर ल्याउन विभिन्न रङहरू प्रयोग गर्नुहोस्।

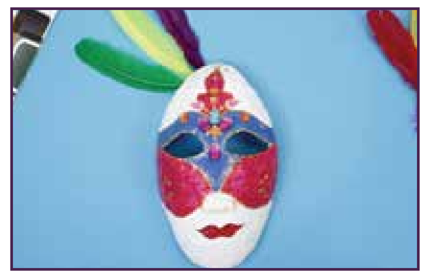
सामान्यतया, एउटा मुखुण्डोले विभिन्न उद्देश्यहरू पूरा गर्दछ। प्रदर्शन कलाहरूमा मुखुण्डोहरूको धेरै तरिकाले प्रयोग गरिन्छ र यसलाई विभिन्न सांस्कृतिक उत्सवहरू र नाट्य परम्पराहरूमा देख्न सकिन्छ। कुनै पात्र, सांस्कृतिक प्रतीक वा कुनै गहिरो अर्थ व्यक्त गर्न चाहे पनि, मुखुण्डाहरू प्रदर्शन कलाको संसारमा एक शक्तिशाली र बहुमुखी उपकरण हुन्। भारतमा ५० भन्दा बढी प्रकारका मुखुण्डाहरू पहिचान गरिएका छन्।

© NCERT not to be republished

बेलुनमा भिजेको कागजका टुक्राहरू। - 5-6 परत। गोंदको साथ अन्तिम तह

पूर्ण रूपमा सुकेपछि, यसलाई हटाउन बेलुन फुटाउनुहोस्

आकार परिभाषित गर्न रूपरेखा काट्नुहोस् (ठूलोको मद्दत लिनुहोस्)



यसलाई रङ र अन्य कुनै सामग्रीले सजाउनुहोस्

सामूहिक गतिविधि

- ३-४ विद्यार्थीहरूको समूह बनाउनुहोस्।
- नवरस बाट कुनै एक रस को चयन गर्नुहोस् ।
- तपाईंको स्थानीय संस्कृतिबाट डिजाइनहरू पहिचान गर्नुहोस्।
- त्यो स्थानीय संस्कृतिको आधारमा सम्बन्धित रस (भाव) मा एउटा मुखुण्डोको निर्माण गर्नुहोस्।

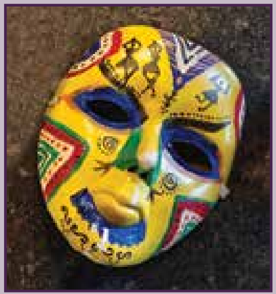
नोट: निर्माण को लागि छनौट गर्न सक्नुहुन्छ —

- गत्ताको पूरै मुखौटा ।
- बेलुनको साथ कागजको मुखौटा ।

उदाहरणहरू

सांस्कृतिक - यसमा महाराष्ट्रको जनजातीय डिजाइन र वर्ली कला छ।

भावना:- भौं र आँखाले क्रोधको भाव प्रदर्शन गरिरहेका छन् (रौद्र)।



यहाँ केही उदाहरणहरू छन् -

भावना देखाउनुहोस्	
आनन्द	क्रोध

संस्कृति देखाउनुहोस्	
पुरुलिया छाउ (पश्चिम बङ्गाल)	चाम (लडाख)

© NCERT not to be published