शिक्षा मंत्रालय
MINISTRY OF
EDUCATION

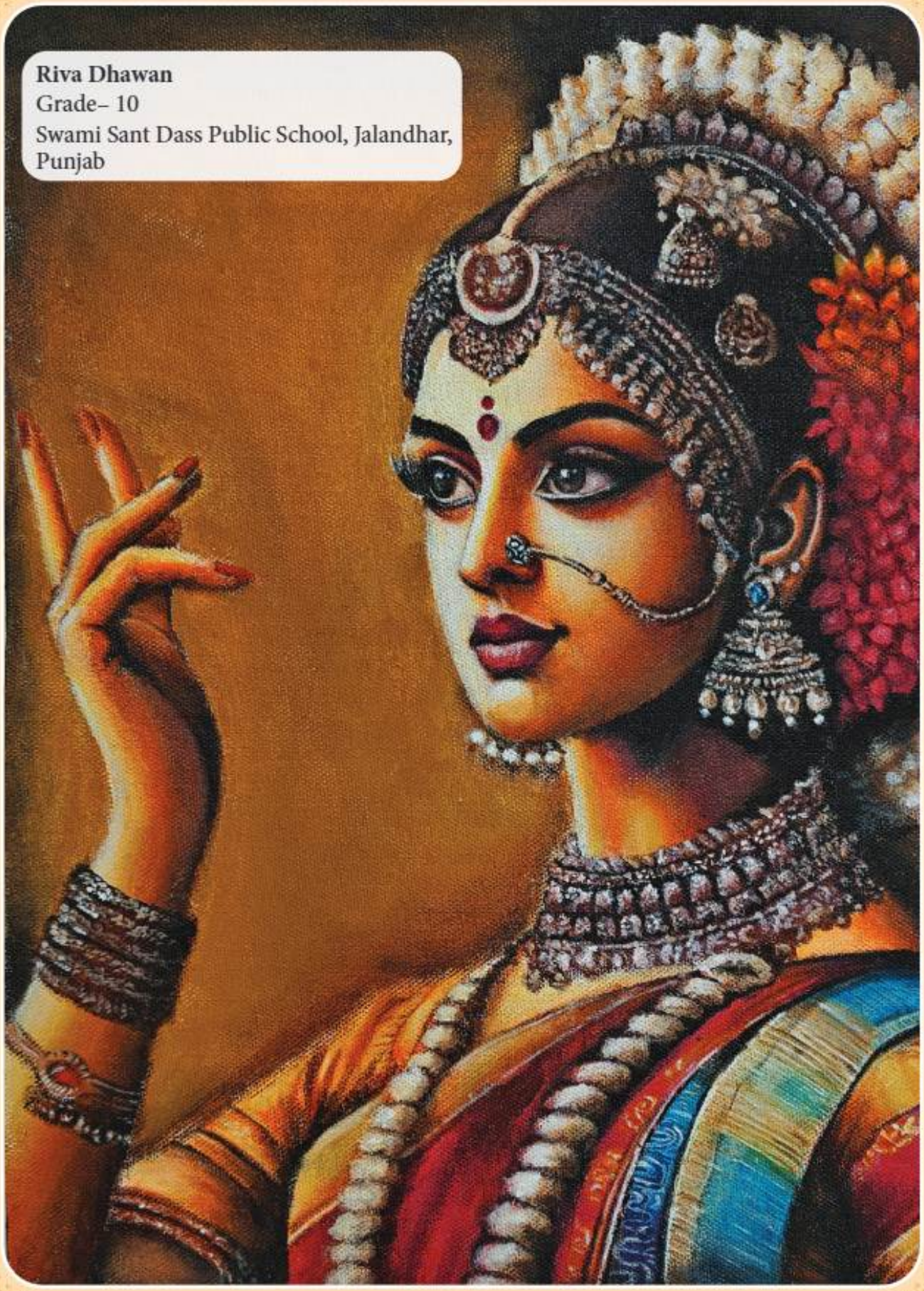
# सपनों की उड़ान

ई-पत्रिका | e-Magazine

Issue 17

June 2026

## भारत का लोकरंगमंच



**Riva Dhawan**
Grade– 10
Swami Sant Dass Public School, Jalandhar, Punjab

# Editorial Committee


**CHAIRPERSON**

**Braj Mohan**
*Professor*, Department of Education in Languages (DEL), NCERT

**MEMBERS**

**M. V. Srinivasan**
*Head*
Publication Division, NCERT

**Chandana Mandal**
*Additional Commissioner* (Academics)
Kendriya Vidyalaya Sangathan (KVS)

**Praggya M. Singh**
*Director* (Academics)
Central Board of Secondary Education (CBSE)

**Sameer Pandey**
*Joint Commissioner* (Administration)
Navodaya Vidyalaya Samiti (NVS)

**Yuvraj Malik**
*Director*, National Book Trust, India

**Ashwini Sandip Patil**
*Assistant Professor*, DEL, NCERT

**Girish Kumar Tiwari**
*Assistant Professor, DEL, NCERT*

**Meenakshi**
*Assistant Professor*, DEL, NCERT

**Sarita Chaudhary**
*Assistant Professor*, Department of Educational Psychology and Foundations of Education (DEPFE), NCERT


**Call for submissions**

We encourage you to share your creative write-ups including articles, poems, stories, travelogues, essays, artworks, illustrations and photographs, etc.

You can share these in Hindi, English, and other Indian languages. Contribute to a platform that celebrates your creativity and expression.

# FROM THE CHAIRPERSON'S DESK

Dear Readers,



Bharat, the land of fairs and festivals, is renowned for its vibrant and colourful culture. Our heritage finds expression in the 64 *kalas*, which include poetry, music, dance, and drama. We have never viewed these arts as mere forms of expression; rather, they are integral to our way of life and reflect the depth of our cultural identity.

The present issue of *Sapnon ki Udaan* acquaints the readers with rich traditions of folk theatre in different parts of our country. It has captured various forms of folk theatre from different parts of our country with their religious fervour, artistic glamour, and musical symphony. Articles on traditions like Ramleela, Rasleela, Ramman, Nautanki, and Mudiyettu have given a clear glimpse of theatrical traditions of our society. Articles on folk dance and music traditions have added to the rich content of this issue. As ever, poems, stories, and artworks of our young authors and artists are mesmerising. The interview of Dr. Kiran Bedi will inspire our young readers.

I would like to extend my love and appreciation for our young authors for their beautiful poems, articles, and artwork. The members of the editorial, designing and production teams deserve all appreciation for their creative contribution in bringing out this magazine. I believe that our readers will find this issue interesting and useful.



All the best!

**Braj Mohan**

Kindly send your submissions with your name, grade and school to

**e-magazine.moe@ncert.nic.in**

We look forward to seeing your submissions.

# Contents


4 लेख

भारतीय लोक रंगमंच: लोक-चेतना की सरस यात्रा

8 ARTICLE

Mudiyettu: The Sacred Symphony of Myth, Ritual, and Community in Keralam

11 लेख

रासलीला: वृंदावन की अद्भुत नाट्य परंपरा

14 ARTICLE

Nautanki: The Folk Theatre of Uttar Pradesh

17 कविता

परमाणु का जहाँ

18 POEM

Geometrical Shapes

19 लेख

छऊ नृत्य और मुखौटों की अद्भुत दुनिया

20 TRAVELOGUE

Vellore Chronicles: An Odyssey of Divine Architecture and Living History

22 लेख

रामलीला: रामकथा की अविरल धारा

24 ARTICLE

Maybe They Were Right

26 लेख

कश्मीर का रऊफ नृत्य

27 LANGUAGE CORNER

आओ सीखें मैथिली भाषा

28 Interview

Kiran Bedi

31 FROM THE PEN OF

गोस्वामी तुलसीदास

32 REFLECTION

Health in Disguise

34 ARTICLE

The Voices In My Head

36 KNOW YOUR STATE

Keralam




38 लेख

रम्माण: हिमालय का अनुष्ठानिक लोक रंगमंच

40 लेख

शिक्षा का महत्व

41 POEM

Inside the Storm

42 COMIC STRIP

The Bottle of Emotions

44 लेख

शैला नृत्य

45 POEM

My Summer Trip to Keralam

46 Essay

Odisha : Where Nature Rules Us

47 कविता

राम की लीला

48 लेख

ओडिशा का पारंपरिक लोक रंगमंच– जात्रा

49 STUMP YOUR FRIEND

50 ARTICLE

Pulling the Strings: The Magical World of Indian Puppet Theatre

52 यात्रावृत्त

चैल की अनूठी यात्रा

53 QUIZ

Brain Teaser : The Ultimate Knowledge & Science Quiz

54 STORY

The Realisation of Arjun Sharma

56 करियर पेज

प्रदर्शन-कला में करियर

58 REFLECTION

रामलीला के वे पल!

59 RIDDLES

60 ARTICLE

Kutiyattam

62 CREATIVE CORNER

64 ANSWERS AND CREDITS




लेख

# भारतीय लोक रंगमंच: लोक-चेतना की सरस यात्रा

'लोक' शब्द का तात्पर्य जनसामान्य अथवा सामान्य लोगों से है, जबकि 'रंगमंच' वह स्थान है, जहाँ कलाकार अपनी कला के माध्यम से किसी कहानी, नाटक या विचार को दर्शकों के समक्ष सजीव रूप में प्रस्तुत करते हैं। इस प्रकार लोक रंगमंच जनसमुदाय की कलात्मक अभिव्यक्ति का माध्यम है। भारत जैसे उत्सवधर्मी देश में लोक रंगमंच की परंपरा अत्यंत प्राचीन एवं समृद्ध रही है।

भारतीय लोक रंगमंच केवल मनोरंजन का साधन नहीं है, अपितु समाज के रीति-रिवाजों, धार्मिक विश्वासों, मिथकों और सामूहिक चेतना का दर्पण है। इसमें संगीत, नृत्य, संवाद, अभिनय और चित्रकला का बहुआयामी समन्वय होता है। इस तरह यह जनसामान्य की सहज, अलिखित और जीवंत कलात्मक अभिव्यक्ति है।

भारतीय लोक रंगमंच के ऐतिहासिक विकास की बात करें तो रंगमंच की जड़ें वेदों के संवाद-सूक्तों तक जाती हैं। इनमें दो या दो से अधिक पात्रों (देवताओं या ऋषियों) के मध्य संवाद या वार्तालाप प्रस्तुत किए गए हैं। भारतीय प्रदर्शन-कलाओं के आदि ग्रंथ भरतमुनि कृत 'नाट्यशास्त्र' में रंगमंच की दो धाराएँ बताई गई हैं— 'मार्गी' अर्थात शास्त्रीय या नियमबद्ध शैली और 'देशी' या लोक शैली। इस तरह भारतीय लोक रंगमंच 'देशी' और 'लोकधर्मी' परंपरा का संवाहक है। कहीं-कहीं इसका शास्त्रीय शैली के साथ सुंदर समन्वय भी देखने को मिलता है, जैसे— छऊ लोक और शास्त्रीय तत्वों के समन्वय से विकसित हुआ है, वहीं केरल का कुटियट्टम शास्त्रीय नाट्यकला को स्थानीय परंपराओं के साथ जोड़ता है।

ध्यान देने योग्य बात यह भी है कि लोक रंगमंच का अध्ययन केवल एक कला का अध्ययन नहीं है, अपितु यह अपने पुरखों की उस कलात्मक अभिव्यक्ति की परंपरा को समझना है,



जिसने हमारे महाकाव्यों और नैतिक मूल्यों को पीढ़ियों तक हस्तांतरित किया।

लोक रंगमंच का एक बड़ा भाग वाचिक परंपरा और आशु रचना अर्थात तात्कालिक संवाद-रचना (Improvisation) पर आधारित है, परंतु कई महत्वपूर्ण लोक विधाओं का आधार लिखित साहित्य भी रहा है। उदाहरण के लिए— असम के 'अंकिया नाट' की रचनाएँ मुख्यतः 'ब्रजावली या ब्रजबुली' भाषा में लिखी गई हैं। इसी प्रकार उत्तर भारत की प्रसिद्ध रामलीला भी गोस्वामी तुलसीदास के लिखित महाकाव्य 'रामचरितमानस' पर आधारित है।

प्राचीन संस्कृत नाटकों, शारदातनय और भोज के 'उपरूपकों', राजशेखर की 'कर्पूरमंजरी' और बंगाल की 'चर्यागीति' से होते हुए नाटकों का एक नया रूप लोक रंगमंच की लीलाओं के रूप में विकसित हुआ। इनका विकास जयदेव के 'गीत-गोविंद', महाप्रभु वल्लभाचार्य, हित हरिवंश महाप्रभु, स्वामी हरिदास तथा चैतन्य महाप्रभु के प्रभाव से हुआ। लीला का अर्थ है ईश्वर को विभिन्न कथाओं एवं रूपों के माध्यम से जनता के सामने प्रस्तुत करना, जहाँ गुजरात और पश्चिमी भारत में कृष्ण लीलाएँ मशहूर हुईं, वहीं उत्तर प्रदेश और उत्तर भारत में कृष्ण रासलीला के साथ-साथ 'रामलीला' ने लोगों के दिलों में गहराई से बस गई।



लोक रंगमंच अपनी उन्मुक्त स्वभाव के कारण आधुनिक थियेटर की भाँति बंद कमरों पर निर्भर नहीं होता। इसका मंच खुला होता है और मंच का पात्र सीधे दर्शकों से संवाद करता है, उनके बीच जाता है, जिससे दर्शक मूक-दर्शक न रहकर नाटक का हिस्सा बन जाते हैं। इसमें लिखित कथानक से अधिक महत्व तात्कालिक संवाद-रचना और संगीत का होता है। इसके वाद्य भी प्रायः स्थानीय लोक परंपरा से ही संबंधित होते हैं। इसकी विषयवस्तु पौराणिक कथाओं (रामायण, महाभारत), महाकाव्यों, स्थानीय लोक-कथाओं व सामाजिक मुद्दों पर आधारित होती है। स्थानीय बोलियों में प्रस्तुत यह रंगमंच क्षेत्रीय पहचान में गहराई से रचा-बसा है। यह एक साथ अनुष्ठानिक, धार्मिक और मनोरंजनात्मक उद्देश्यों की पूर्ति करता है।

भारत जैसे विशाल देश में जिस प्रकार की सांस्कृतिक विविधता है, वहाँ लोक रंगमंच के स्वरूपों में विविधता होना भी स्वाभाविक है। इस तरह आपको लद्दाख से तमिलनाडु तक संपूर्ण भारत में विविध प्रकार के लोक रंगमंच दिखाई दे जाएँगे। इनका उद्देश्य आध्यात्मिक ज्ञान और मनोरंजन प्रदान करना है।

### उत्तर भारत एवं हिमालयी क्षेत्र

इस क्षेत्र का लोक रंगमंच मुख्य रूप से महाकाव्यों, ऐतिहासिक गाथाओं और वाचिक परंपराओं पर आधारित है। इस विधा में रामलीला एवं रासलीला विशेष उल्लेखनीय हैं। ये दोनों विधाएँ भक्ति आंदोलन की देन मानी जाती हैं। जहाँ रामलीला गोस्वामी तुलसीदास के 'रामचरितमानस' पर आधारित है और उत्तर भारत के जन-जीवन का अभिन्न अंग है। विशेषकर रामनगर (वाराणसी) की रामलीला अपने विस्तृत और खुले मंचन के लिए विश्व प्रसिद्ध है। वहीं ब्रज क्षेत्र की रासलीला में भगवान कृष्ण की लीलाओं का संगीतमय मंचन किया जाता है। रामलीला और रासलीला का महत्व मनोरंजन से अधिक आध्यात्मिक है।

इनके अलावा अन्य अनेक विधाएँ भी उत्तर भारत के लोक रंगमंच पर प्रचलित हैं। उदाहरण के लिए— उत्तर प्रदेश के कानपुर, लखनऊ और हाथरस आदि में नौटंकी लोकप्रिय है। इस शैली में नगाड़े की थाप पर उच्च स्वर में गायन, दोहा और चौपाई का प्रयोग होता है। इसी तरह हरियाणा, राजस्थान में स्वांग लोकप्रिय है। यह खुले मंच की कला है, जिसमें बिना किसी विशेष दृश्य-सज्जा के संवादों को गाकर प्रस्तुत किया जाता है। बिहार का सबसे प्रसिद्ध लोक रंगमंच बिदेसिया है। इसके अलावा जट-जाटिन और कीर्तनिया भी यहाँ की प्रमुख लोकनाट्य परंपराएँ हैं। इन लोककलाओं में ग्रामीण जीवन, लोकविश्वास, सामाजिक संबंधों और जनजीवन की सजीव झलक मिलती है।

इसी तरह उत्तर हिमालयी राज्यों में लोक रंगमंच के विविध रूप प्रचलित हैं। उत्तराखंड के चमोली जिले में आयोजित होने वाला 'रम्माण' लोक रंगमंच की अनोखी विधा है, इसमें बिना संवादों के पात्रों द्वारा मुखौटे लगाकर अभिनय किया जाता है। इसे यूनेस्को ने मानवता की अमूर्त विरासत सूची में स्थान दिया है।

इसी तरह कश्मीर में भांड पाथेर शैली प्रचलित है। यह कश्मीरी समाज का पारंपरिक व्यंग्यात्मक लोकनाट्य है, जिसमें ग्रामीण हास्य के माध्यम से राजनीतिक और सामाजिक विसंगतियों पर चोट करते हैं।

### पश्चिम एवं मध्य भारत

पश्चिम एवं मध्य भारत के लोक रंगमंच में लोकसंगीत, तीव्र गति तथा सामाजिक व्यंग्य की सशक्त परंपरा देखने को मिलती है। महाराष्ट्र का तमाशा 18वीं शताब्दी में पेशवाओं के शासनकाल में विकसित हुआ। इस लोकनाट्य शैली में 'लावणी' नृत्य, प्रभावशाली गायन तथा तीव्र गति वाले व्यंग्यात्मक संवाद प्रमुख विशेषताएँ हैं।

गुजरात का भवई, जिसका प्रवर्तन 14वीं शताब्दी में असाइत ठाकर द्वारा किया गया माना जाता है, विभिन्न 'वेशों' (कथा-प्रसंगों) के माध्यम से प्रस्तुत किया जाता है। यह लोकनाट्य सामाजिक कुरीतियों, जैसे— छुआछूत और सामाजिक असमानता पर तीखे व्यंग्य तथा समाज में जागरूकता उत्पन्न करने का प्रभावी माध्यम रहा है।

इसी प्रकार मध्य प्रदेश के मालवा अंचल, विशेषकर उज्जैन, में प्रचलित माचा लोकनाट्य अपनी विशिष्ट मंचीय शैली के लिए जाना जाता है। इसका मंचन प्रायः ऊँचे मंच (मचान) पर किया जाता है। इसमें संवाद, गायन और पारंपरिक वाद्ययंत्रों का उत्कृष्ट समन्वय देखने को मिलता है, जो इसकी प्रस्तुति को प्रभावशाली तथा आकर्षक बनाता है।

### पूर्वी एवं पूर्वोत्तर भारत

पूर्वी एवं पूर्वोत्तर भारत का लोक रंगमंच वैष्णव भक्ति परंपरा, युद्धकलाओं तथा क्षेत्रीय लोकाचार और अनुष्ठानों का अद्भुत समन्वय प्रस्तुत करता है। पश्चिम बंगाल और ओडिशा का 'जात्रा' प्रारंभ में चैतन्य महाप्रभु के प्रभाव से वैष्णव भक्ति के प्रचार-प्रसार का प्रमुख माध्यम था, किंतु समय के साथ इसमें ऐतिहासिक, सामाजिक और समकालीन विषयों का भी समावेश हो गया। भारतीय स्वतंत्रता संग्राम के दौरान इस लोकनाट्य ने जन-जागरण तथा राष्ट्रीय चेतना के प्रसार में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाई।

असम का 'अंकिया नाट' 15वीं–16वीं शताब्दी में महान वैष्णव संत श्रीमंत शंकरदेव द्वारा प्रवर्तित एकांकी, कृष्ण-लीला प्रधान नाट्य-शैली है। इसके नाटकों का मंचन 'भाओना' नामक पारंपरिक रंग-प्रस्तुति के रूप में किया जाता है। इसकी रचनाएँ मुख्यतः ब्रजावली भाषा में लिखी गई हैं। धार्मिक, सांस्कृतिक और नैतिक मूल्यों के प्रसार में इस लोकनाट्य की महत्त्वपूर्ण भूमिका रही है।

**संगीत नाटक अकादमी**

संगीत नाटक अकादमी भारत सरकार के संस्कृति मंत्रालय का एक स्वायत्त निकाय है। यह देश में प्रदर्शन-कलाओं के क्षेत्र में शीर्ष संस्था है। इसकी स्थापना 1953 में भारत की विशाल अमूर्त सांस्कृतिक विरासत के संरक्षण और संवर्धन के लिए की गई थी, जो संगीत, नृत्य और नाटक के रूप में व्यक्त होती है। अकादमी का पंजीकृत कार्यालय नई दिल्ली में स्थित है।

झारखंड, ओडिशा और पश्चिम बंगाल में प्रचलित छऊ लोकनृत्य नाट अपनी ऊर्जावान प्रस्तुति, युद्धकलाओं से प्रेरित गतियों तथा आकर्षक मुखौटों के लिए प्रसिद्ध है। लोक और शास्त्रीय तत्वों के समन्वय से विकसित इस विशिष्ट कला-रूप की सांस्कृतिक महत्ता को देखते हुए यूनेस्को ने इसे मानवता की अमूर्त सांस्कृतिक विरासत की प्रतिनिधि सूची में सम्मिलित किया है।

### दक्षिण भारत

दक्षिण भारत का लोक रंगमंच अपनी भव्य मंचीय प्रस्तुति, आकर्षक दृश्य-सज्जा, अलंकृत वेशभूषा तथा रामायण, महाभारत और पुराणों पर आधारित कथाओं के ऊर्जावान मंचन के लिए प्रसिद्ध है। कर्नाटक का यक्षगान इस परंपरा का सर्वाधिक लोकप्रिय लोकनाट्य है। इसमें रामायण, महाभारत तथा पुराणों की कथाओं का रात्रिकालीन मंचन किया जाता है।

थेरुकोथु तमिलनाडु की एक सशक्त लोकनाट्य परंपरा है, जिसका मंचन प्रायः खुले स्थानों अथवा गाँवों के सार्वजनिक स्थलों पर किया जाता है। यह मुख्यतः महाभारत, विशेषकर द्रौपदी से संबंधित आख्यानों तथा स्थानीय धार्मिक परंपराओं पर आधारित होती है।



केरल का जीवंत पारंपरिक नृत्य नाटक, मुदियेट्टू, देवी काली और राक्षस दारिका के बीच पौराणिक युद्ध का मंचन करता है। फसल कटाई के बाद प्रति बर्ष मंदिर के उपवनों में आयोजित होने वाले इस नृत्य में पूरा गांव शुद्धिकरण, कलम बनाने और प्रदर्शन में भाग लेता है।

कुटियट्टम, केरल की 2,000 साल पुरानी संस्कृत नाट्यकला है, जो शास्त्रीय नाट्यकला को स्थानीय परंपराओं के साथ जोड़ती है। इसमें नेत्रों और हाथों के विशिष्ट हाव-भावों का प्रयोग होता है और इसके लिए 10–15 वर्षों के कठोर प्रशिक्षण की आवश्यकता होती है।

समाज, शिक्षा और सांस्कृतिक संरक्षण में भूमिका छात्रों को यह समझना आवश्यक है कि जब देश में साक्षरता दर नगण्य थी, तब लोक रंगमंच ही जन-शिक्षा का सबसे बड़ा विश्वविद्यालय था। इसने हमारे पौराणिक आख्यानों, इतिहास और नैतिक मूल्यों को संरक्षित रखा। स्वतंत्रता संग्राम के समय बंगाल में 'जात्रा' और महाराष्ट्र में 'तमाशा' ने अंग्रेजों के विरुद्ध जन-जागरूकता फैलाने में एक सशक्त माध्यम का कार्य किया था।

डिजिटल मनोरंजन एवं वैश्वीकरण की आँधी में यह समृद्ध विरासत हाशिए पर है। युवा पीढ़ी का इससे विमुख होना चिंताजनक है। इसके संरक्षण के लिए संस्कृति मंत्रालय (भारत सरकार), संगीत नाटक अकादमी और इंदिरा गांधी राष्ट्रीय कला केंद्र (IGNCA) द्वारा कलाकारों को छात्रवृत्ति और संरक्षण हेतु आवश्यक सुविधाएँ दी जा रही हैं।

राष्ट्रीय शिक्षा नीति (NEP 2020) के अंतर्गत 'कला-समेकित शिक्षा' एक सराहनीय पहल है, जो स्कूली बच्चों को इन लोक कलाओं के व्यावहारिक ज्ञान से जोड़ेगी।

भारतीय लोक रंगमंच हमारी सांस्कृतिक जड़ों का वह अमृत है जिसने सदियों तक भारतीय मानस को सींचा है। 'दशरूपक' के व्याकरण से मुक्त होकर लोक-हृदय में बसने वाली यह कला हमें सिखाती है कि सच्ची कला वही है, जो आम आदमी के आँसू पोछ सके और उसके होंठों पर मुस्कान ला सके। इसका संरक्षण केवल कला का नहीं, वरन भारतीय आत्मा का संरक्षण है।

ARTICLE

# Mudiyettu: The Sacred Symphony of Myth, Ritual, and Community in Keralam

The ritualistic practices of Keralam have historically transcended mere worshipping traditions, evolving into comprehensive performative arts that showcase an indigenous system of drama, music, dance, and rhythmic expression. Among these, Mudiyettu stands out as one of the oldest and most revered ritual dance drama traditions, deeply rooted in the temple customs of central Keralam. Primarily performed in the Bhagavati or Bhadrakali temples across the Thrissur, Ernakulam, and Kottayam districts, this ancient folk art has achieved significant global acclaim. In 2010, the tradition's cultural and historical value was formally recognized when it was included on the UNESCO Representative List of the Intangible Cultural Heritage of Humanity. Functioning as both— a community ritual and a sacred offering to the primary deity, Mudiyettu is intimately tied to the agrarian calendar, traditionally performed between the months of Medam (April)



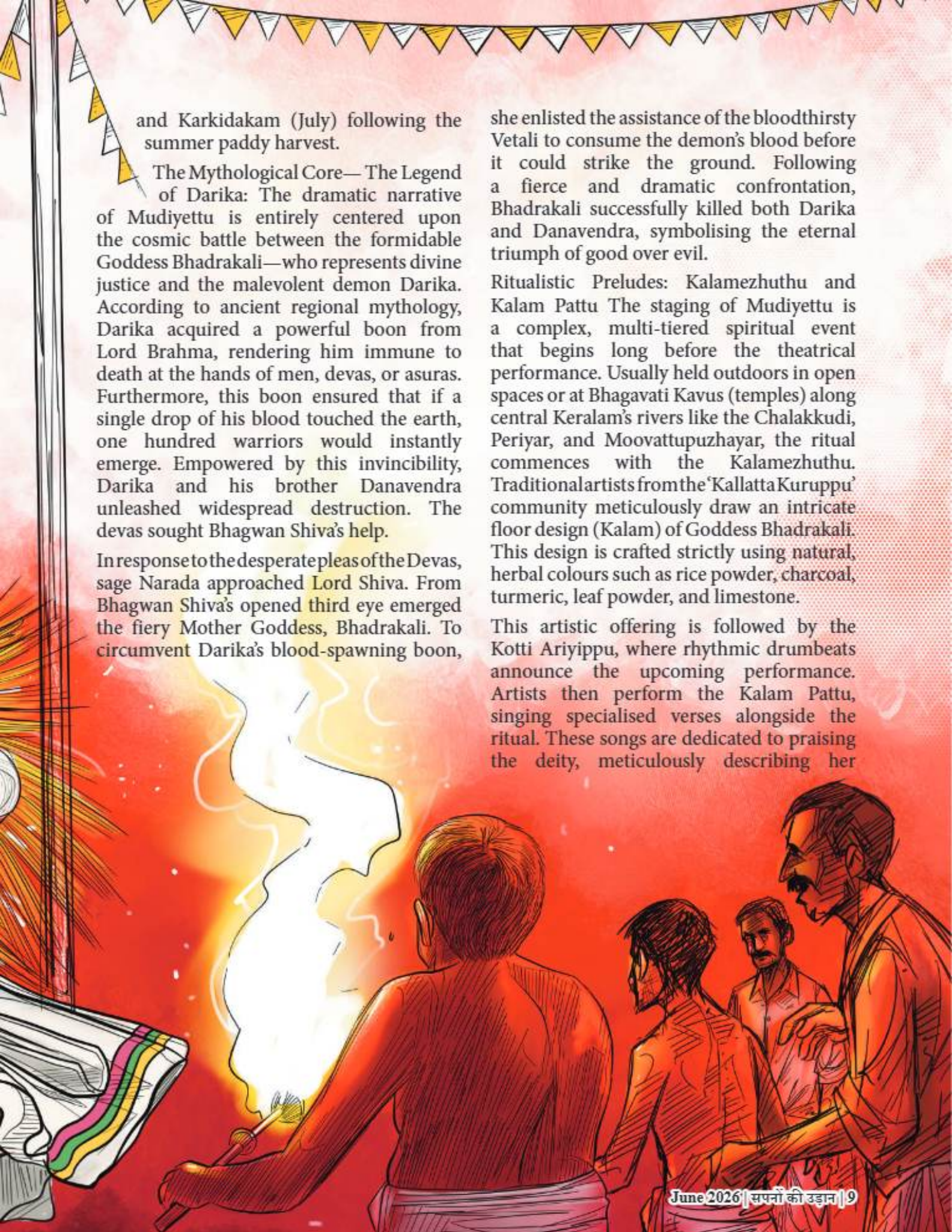
and Karkidakam (July) following the summer paddy harvest.

The Mythological Core— The Legend of Darika: The dramatic narrative of Mudiyettu is entirely centered upon the cosmic battle between the formidable Goddess Bhadrakali—who represents divine justice and the malevolent demon Darika. According to ancient regional mythology, Darika acquired a powerful boon from Lord Brahma, rendering him immune to death at the hands of men, devas, or asuras. Furthermore, this boon ensured that if a single drop of his blood touched the earth, one hundred warriors would instantly emerge. Empowered by this invincibility, Darika and his brother Danavendra unleashed widespread destruction. The devas sought Bhagwan Shiva's help.

In response to the desperate pleas of the Devas, sage Narada approached Lord Shiva. From Bhagwan Shiva's opened third eye emerged the fiery Mother Goddess, Bhadrakali. To circumvent Darika's blood-spawning boon, she enlisted the assistance of the bloodthirsty Vetali to consume the demon's blood before it could strike the ground. Following a fierce and dramatic confrontation, Bhadrakali successfully killed both Darika and Danavendra, symbolising the eternal triumph of good over evil.

Ritualistic Preludes: Kalamezhuthu and Kalam Pattu The staging of Mudiyettu is a complex, multi-tiered spiritual event that begins long before the theatrical performance. Usually held outdoors in open spaces or at Bhagavati Kavus (temples) along central Keralam's rivers like the Chalakkudi, Periyar, and Moovattupuzhayar, the ritual commences with the Kalamezhuthu. Traditional artists from the 'Kallatta Kuruppu' community meticulously draw an intricate floor design (Kalam) of Goddess Bhadrakali. This design is crafted strictly using natural, herbal colours such as rice powder, charcoal, turmeric, leaf powder, and limestone.

This artistic offering is followed by the Kotti Ariyippu, where rhythmic drumbeats announce the upcoming performance. Artists then perform the Kalam Pattu, singing specialised verses alongside the ritual. These songs are dedicated to praising the deity, meticulously describing her



features from feet to head, a practice known as *Padaadikesha Varnana*. Once the musical worship concludes, the sacred powder design is ritually wiped away and distributed as a blessing to the devoted attendees.

Theatrical aesthetics and trance transitioning into the night, the dramatic act unfolds in front of a traditional, lit oil lamp. Performers make their grand entrance behind a hand-held curtain, a characteristic feature of indigenous dance dramas in the region. The visual impact of Mudiyettu is striking, characterised by high-intensity rigorous events featuring fire torches, elaborate painted facial expressions, and grand attire.

A defining aspect of the visual presentation is the Goddess Kali's distinctive makeup, which features a fiercely painted black face punctuated by white and red dots symbolising chickenpox marks. The costume is completed with a heavy wooden headgear decorated with coconut fronds, alongside red and white garments. The term 'Mudiyettu' itself translates to the physical act of wearing this specific headgear (Mudi). Donning the Mudi is a profound spiritual moment, as it is believed to induce a deep trance-like state, entirely transforming the human performer into the divine entity of the Goddess throughout the performance.

Characters, music, and communal harmony
The theatrical performance incorporates a vibrant ensemble of mythological characters. The primary roles of Bhadrakali and Darikan (Darika) are supplemented by key figures like Shiva and Narada. The supporting cast features a slight variation across historical accounts; while some highlight Danavendra, Kooli (a subordinate of Kali who provides humorous verses and acts), and Koimbidar (Nandikeshwara, Shiva's ox), others also identify Koyimbadan (an alternative spelling/name for Koimbidar) and Kalari as participating entities.

This dramatic spectacle is heavily driven by the intense rhythm of Keralam's indigenous Sopanam musical style. The auditory landscape is dominated by traditional percussion instruments, including the uruttu chenda, veekku chenda, maddalam, elathalam (cymbals), and the shankh (conch).

Beyond the aesthetic and spiritual domains, Mudiyettu is fundamentally an expression of collective community effort rather than individual artistry. The tradition has been safeguarded and transmitted across generations by specific families within the Marar, Kurup, and Nair communities. The art form serves as a vital repository of traditional knowledge systems, preserving ancient techniques in herbal colour preparation, costume-making, and percussion. Ultimately, Mudiyettu reflects the rich oral traditions of the region, standing proudly as a symbol of cultural identity and enduring communal harmony.

In essence, Mudiyettu is a living legacy that masterfully synthesises deep-rooted agrarian rituals, spiritual mythologies, and theatrical brilliance. By collectively re-enacting the victory of divine justice, the community preserves an irreplaceable facet of ancient Keralam culture, ensuring that this sacred dance drama continues to evoke spirituality and awe for generations to come.



लेख

# रासलीला

## वृंदावन की अद्भुत नाट्य परंपरा

भारत के रंगमंच और पारंपरिक कलाएँ अत्यंत अनूठी और विविधता से भरी हैं। इन्हीं में एक विशेष परंपरा है 'रासलीला', जो उत्तर भारत के ब्रज क्षेत्र की एक प्रमुख संगीतमय लोक नाट्य कला है।

रासलीला की व्युत्पत्ति 'रास' से मानी जाती है। 'रास' शब्द संस्कृत के 'रस' से लिया गया है, जिसका अर्थ है आनंद, और 'लीला' का अर्थ है 'ईश्वरीय खेल' या 'दिव्य क्रिया'। इस प्रकार, व्यापक रूप से रासलीला को 'आध्यात्मिक आनंद प्रदान करने वाली दिव्य क्रिया' के रूप में परिभाषित किया जा सकता है।

रास का वर्णन विभिन्न धार्मिक ग्रंथों जैसे— भागवत पुराण, महाभारत और गीत गोविंद में मिलता है। इसका विस्तृत वर्णन श्रीमद्भागवत महापुराण में मिलता है। इसके दसवें स्कंध के लगभग 15 अध्यायों में गोपियों के साथ कृष्ण की विभिन्न लीलाओं का वर्णन है। कालांतर में श्रीकृष्ण की इन्हीं बाल लीलाओं जैसे— माखन चोरी, बृज लीला, चंद्रावल, पनघट लीला, गोचारण, कालिया मर्दन, गोवर्धन धारण आदि का मंचन किया जाने लगा जिसे रासलीला कहा गया। इस तरह रासलीला गीत-संगीत, नृत्य और संवाद के माध्यम से किया गया श्रीकृष्ण की लीलाओं का नाटकीय मंचन है। इस तरह जहाँ महाकाव्यों ने लोगों को धर्म और कर्तव्य का ज्ञान दिया, वहीं रासलीला ने ईश्वर के प्रति अटूट प्रेम और भक्ति का संदेश फैलाया।

आधुनिक काल में रासलीला का प्रारंभ भक्तिकाल से माना जाता है। 16वीं शताब्दी में पुष्टि संप्रदाय के संस्थापक महाप्रभु वल्लभाचार्य एवं उनके अष्टछाप के भक्त कवि, सखी संप्रदाय के संस्थापक एवं विख्यात संगीतज्ञ स्वामी हरिदास, राधावल्लभीय संप्रदाय के संस्थापक हित हरिवंश महाप्रभु, रसिक संत हरिराम व्यास और माधव गौड़ीय संप्रदाय के श्री नारायण भट्ट गोस्वामी के नाम उल्लेखनीय हैं। इनके द्वारा रचित पद, साहित्य एवं महाकवि जयदेव की रचनाएँ, ब्रज रासलीला के मंचन का अभिन्न भाग हैं।

रास का आयोजन करने वाली टोली को रास मंडली कहा जाता है। जनश्रुतियों के अनुसार, रास की पहली



मंडली महाप्रभु वल्लभाचार्य के आदेश पर स्वामी घमंडदेवजी ने करहला (मथुरा) में स्थापित की और वहीं प्रथम रासमंडल स्थापित हुआ। करहला के उपरांत रास का सर्वाधिक विकास वृंदावन के रसिक भक्तों ने किया। महाप्रभु हित हरिवंश ने वृंदावन में चैन घाट पर स्वयं सर्वप्रथम एक रासमंडल बनवाया था। इस तरह राधावल्लभ संप्रदाय के भक्तों का रास के विकास में महत्त्वपूर्ण योगदान है। रासधारियों (रासलीला संचालित करने वाले लोग) ने स्वयं भी विपुल मात्रा में रास-साहित्य की रचना करके रास मंचन को और समृद्ध किया है।

### रासलीला का स्वरूप

रासलीला का जो स्वरूप भक्तियुग में निर्मित हुआ था, लगभग वही परंपरा थोड़े-बहुत बदलाव के साथ आज भी विद्यमान है। पारंपरिक रूप से रासलीला का यह प्रदर्शन दो भागों में होता है- नित्यरास और लीलानुकरण। नित्यरास में केवल नृत्य, गायन और वादन होता है। इसमें राधा-कृष्ण अपने सखी परिकर के साथ सिंहासन पर विराजमान होते हैं, तब पर्दा खुलता है। उस समय रास समाजी (पृष्ठभूमि में बैठे गायक और संगीतकार) वंदना के भक्तिरसपूर्ण पद गाते हैं, फिर मुख्य समाजी ध्रुपद गायन करते हैं। ध्रुपद के उपरांत सखियों द्वारा प्रिया-प्रियतम यानी राधा-कृष्ण की आरती की जाती है और उनसे रासमंडल में पधारने की प्रार्थना की जाती है। इसके पश्चात कृष्ण, राधा के साथ नृत्य के लिए पधारते हैं और पहले सामूहिक तथा इसके उपरांत पृथक-पृथक नृत्य होते हैं। ये नृत्य शास्त्रीय होते हैं, जिनमें गोल घेरा बनाकर नृत्य किया जाता है। इसमें उपयोग होने वाले कदमताल और संगीत के बोल आज के प्रसिद्ध कथक नृत्य से बहुत मिलते-जुलते हैं।





नित्यरास के बाद कुछ समय के लिए पर्दा आ जाता है। समाजी पद-गायन द्वारा पुनः उस दिन प्रदर्शित की जाने वाली लीला की भूमिका के रूप में पद-गायन करते हैं और पर्दा खुलने पर श्रीकृष्ण की कोई एक लीला मंच पर गद्य-संवादों, नृत्य व गायन के माध्यम से प्रस्तुत की जाती है। लीला समाप्ति पर पुनः आरती होती है और रास का यह दूसरा क्रम, जो प्राचीन नाट्य रासक का ही वर्तमान रूप है, समाप्त हो जाता है। यह प्रक्रिया लगभग तीन घंटे तक चलती है।

रासलीला के पात्रों में केंद्रीय पात्र नायक कृष्ण, नायिका राधा और उनकी सहयोगिनी उपनायिकाएँ सखियाँ हैं, जिनकी प्रायः सभी लीला-नाटकों में आवश्यकता पड़ती है। कुछ असुर-संहारक लीलाएँ ही रास में ऐसी हैं जहाँ राधा और गोपियों की आवश्यकता नहीं होती, शेष सभी लीलाओं में उनकी भूमिका महत्त्वपूर्ण रहती है। असुर-संहारक लीलाओं में गोपियों का स्थान प्रायः कृष्ण के ग्वालबाल ले लेते हैं। ऐसी लीलाओं में गोपी बनने वाले ये पात्र ही पुरुष वेश धारण करके गोप-रूप में कृष्ण का साथ निभाते हैं।

बीच-बीच में हास्य का प्रसंग भी रहता है। विदूषक के रूप में 'मनसुखा' रहता है, जो विभिन्न गोपिकाओं के साथ प्रेम एवं हँसी की बातें करके कृष्ण के प्रति उनके अनुराग को व्यंजित करता है; साथ ही साथ दर्शकों का भी मनोरंजन करता है।

इस कला की सबसे अनोखी बात यह है कि इसमें राधा, कृष्ण और गोपियों की भूमिका प्राय: नवकिशोर अवस्था के बालकों द्वारा निभाई जाती है। अन्य पात्र जैसे सुदामा, उद्धव आदि की भूमिका बड़ी उम्र के कलाकार निभाते हैं। वृंदावन की परंपरा में, वरिष्ठ गुरुओं द्वारा किशोरों को कृष्ण और गोपियों का

रूप धारण करने का प्रशिक्षण दिया जाता है, उन्हें पुराणों के अध्ययन के साथ-साथ गायन और नृत्य की कड़ी शिक्षा दी जाती है। जब कलाकार अपनी वेशभूषा और श्रृंगार धारण कर लेते हैं, तो वे सामान्य बालक नहीं रह जाते और उन्हें भगवान का 'स्वरूप' मान लिया जाता है।

स्वरूपों की वेश-भूषा की बात करें तो श्रीकृष्ण का स्वरूप मोर मुकुट, बंधनी, ग्वाल वेश के अनुरूप पगड़ी, लंबी चोटी, कानों में कुंडल, नाक में बुलाक और सुंदर वस्त्रों से सुसज्जित होता है। पात्रों को पहले चूड़ीदार पायजामा पहनाकर फिर उसके ऊपर पीताम्बरी (रेशमी रंगीन धोती) पहनाई जाती है और उसके ऊपर फिर सफेद सूत की डोरी में पिरोये गए घुँघरू बाँधे जाते हैं। इन वस्त्रों और श्रृंगार के अतिरिक्त कृष्ण के स्वरूप के साथ लकुट, मौर और मुरली का होना भी आवश्यक होता है। मुरली को प्रायः कृष्ण-वक्ष से बँधे पटुका में खोंसकर रखते हैं। श्रीराधा की केश सज्जा में काले अलक लटकाए जाते हैं और मस्तक के ऊपर चंद्रिका और उसके नीचे बदनी बाँधी जाती है। राधा जी की नाक में नथ, भुजाओं पर बाजूबंद, कंठ में कंठा, दुलरी आदि आभूषण, कलाई में चूड़ियाँ और अँगुली में अँगूठी भी धारण कराई जाती है। वस्त्रों में चोली, अंगरखी या बारहतनी नामक पारंपरिक पोशाक धारण कराई जाती है। पैरों में पायजामा के ऊपर लहँगा और फिर लहँगे के ऊपर साड़ी पहनाई जाती है जबकि सिर पर वे ओढ़नी ओढ़ती हैं। उनकी कमर में भी कपड़े की पेटी बाँधी जाती है। सखियों और राधा जी के श्रृंगार में मुख्य अंतर केवल यह है कि सखियों को चंद्रिका धारण नहीं कराई जाती।

रासलीला का मंच आम नाटकों से बहुत अलग होता है। इसके लिए एक विशेष गोल चबूतरा बनाया जाता है, जिसे 'रासमंडल' कहते हैं। यह खुले और छत वाले दोनों प्रकार के होते हैं। मंच के एक सिरे पर एक ऊँचा सिंहासन होता है। इसके सामने खुले स्थान पर दर्शक बैठते हैं। मंच की सजावट रंगीन पर्दों तथा झालर आदि से की जाती है। संगीत में मुख्य रूप से हारमोनियम, ढोलक, झांझ आदि का प्रयोग होता है।

वर्तमान समय में रासलीला को जीवित रखने का श्रेय वृंदावन के 'स्वामियों' या 'रासधारियों' को जाता है। ये ऐसे परिवार हैं जो 16वीं सदी से इस कला को एक पीढ़ी से दूसरी पीढ़ी तक पहुँचा रहे हैं।

रासलीला केवल एक लोक कला नहीं है, बल्कि यह हमारे साहित्य, चित्रकला और धार्मिक आस्था का एक सुंदर संगम है। मणिपुर जैसे दूर के राज्यों पर भी इस कला का गहरा प्रभाव पड़ा है। छात्रों और युवाओं के लिए यह जानना अति आवश्यक है कि ऐसी पारंपरिक कलाएँ हमारे इतिहास की अनमोल धरोहर हैं। हमें अपनी इस सांस्कृतिक विरासत का सम्मान करना चाहिए और इसे सुरक्षित रखने का प्रयास करना चाहिए।



ARTICLE

# Nautanki: The Folk Theatre of Uttar Pradesh



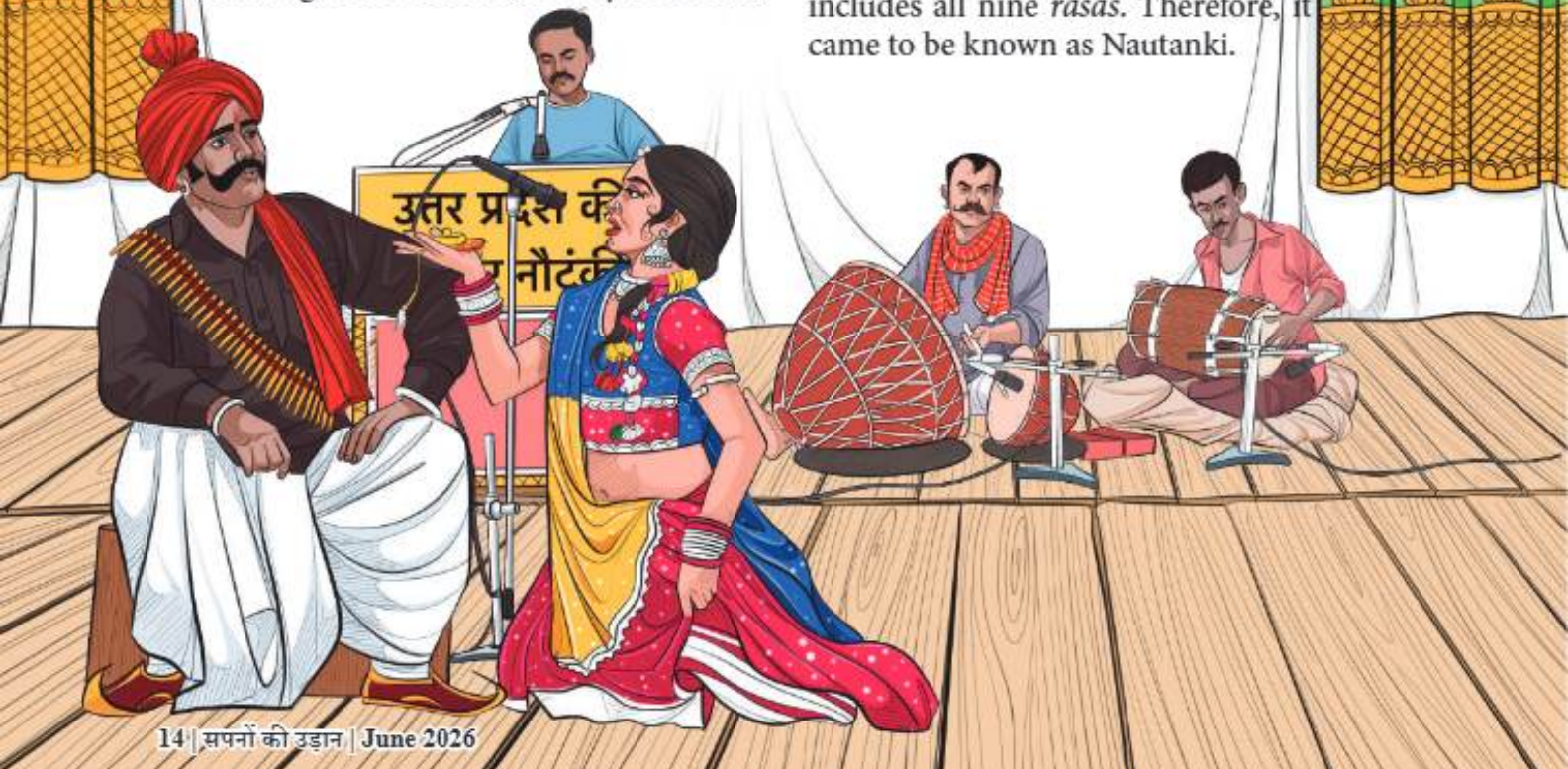
Nautanki is a folk theatre form that originated in Uttar Pradesh during the nineteenth century. It used *Khari Boli*, a language of common people, to connect with its audiences. Over the years, Nautanki developed as a highly entertaining art form. It blended poetry, music, dance, dialogue, and colourful costumes. A nautanki performer cultivated many skills. They had to act, sing, dance, and perform in front of large audiences.

The performance of Nautanki was not limited to a particular season or festival. It was performed throughout the year and the period from Janmashtami to Holi was especially busy. During this time, Nautanki troupes travelled across multiple states, including Uttar Pradesh, Madhya Pradesh, Bihar, Haryana, and Rajasthan. They often performed multiple shows in a single day.

## Origins of the name 'Nautanki'

There are different views about the origin of the name Nautanki. One view suggests that the word came from a famous musical play about Princess Nautanki. The play received wider popularity. Over time, people started calling similar performances Nautanki.

Another view connects the name to the tankar sound of the nakkara, an important musical instrument used in Nautanki. A third view suggests that Nautanki is a *natak* (play) that includes all nine *rasas*. Therefore, it came to be known as Nautanki.



All these views offer possible explanations for origin of the word. They also show how the names of art forms can develop in different ways over time.

## Nautanki Styles

Hathras and Kanpur in Uttar Pradesh emerged as two major centers of Nautanki in the late nineteenth century. The Hathras style developed from a series of *svangs*, an earlier form of folk performance, performed at an *akhara* established by the poet Indarman in the 1890s. Music was an important part of the Hathras style. The performances often began with dhrupad, a form of classical Hindustani music. They also included other classical compositions and songs.

Kanpur emerged as another important centre of Nautanki during the first decade of 20th century. Its style was different from that of Hathras. The growing popularity of Parsi theatre influenced it. Kanpur nautanki introduced features such as a proscenium stage and curtains. It also gave greater importance to dialogue, facial expressions, acting, and stage design.

## Nautanki Akharas and Companies

In the early years of Nautanki, akharas played an important role in its development. An *akhara* was mainly a male space where people practised music, poetry, drama, and wrestling. The guru took on several responsibilities. He was often the writer, director, and composer of the performance. The pupils performed in the plays or helped the guru with the development of the play.

By the 1930s, Nautanki had developed into a commercial form of theatre. The sale of tickets helped it grow financially. Slowly, the *akhara* system gave way to professionally manage theatre companies, especially in the Kanpur region. Some companies employed up to 80 people and paid them monthly salaries. By this time, women had also started performing in Nautanki. Gulab Bai is considered as the first female Nautanki artist.

## Nautanki Performance

Traditional Nautanki performances took place on simple wooden platforms. There was minimal stage decoration. A pair of *nakkaras* is an essential component of Nautanki. Their unique beat could be heard from miles away. A Nautanki performance, whether in the Hathras or Kanpur style, often starts with a prayer to Goddess Saraswati and Lord Ganesha.

The *ranga* or *sutradhar* acts as the stage manager. Nautanki adopted this tradition from classical theatre. The *ranga* starts the show by presenting a musical summary of the story. The story then gets unfolded on stage. The characters are clearly defined, and the events move quickly. The movements of the actors also follow a rhythm.

Music has always been the heart of Nautanki. Instruments such as the harmonium,



dholak, tabla, and nagara orchestrate music, adding emotion to the performance. The *nagara* often announces dramatic entry of the characters or events and highlights key moments.

Nautanki has unique patterns of verse. The doha is a couplet sung without beats. The *chaubola*, a form of quatrain, is the main stanza. The *daur* is sung at a fast pace before slowing down towards the end.

Costumes and makeup are key parts of Nautanki. They help the audience understand the characters. Colours also have suggestive meanings. Red can represent love or danger, white represents purity, and black is often associated with evil.

## Community Involvement in Nautanki Theatre

Nautanki reflects the rich and diverse cultural traditions of India. Its artists belong to different communities, castes, and backgrounds. Hindus and Muslims worked together in Nautanki troupes, shared the stage and respected each other's beliefs and practices.

The community played a significant role in Nautanki performances. Community members provided financial and logistical support. They also provided talented performers to the troupes.

The audience was an active spectator during the performance. Audience members often had a say in the performance. In some cases, they even chose the script to be performed. During the show, they urged performers to repeat a popular song or scene. This interaction between performers and the audience made Nautanki a truly community-based form of theatre.

## Popular Nautanki Plays

Some of the most famous Nautanki plays include *Shahzadi Nautanki, Raja Harishchandra, Laila Majnu, Indal Haran, Shravan Kumar, Puran Bhagat, Roop Basant, Bhakt Prahlad,* and *Sultana Daku*. These plays entertained audiences with stories of love, devotion, bravery, and adventure. Many of them also promoted religious unity and social harmony.

Nautanki played a key role in motivating common people towards India's freedom movement. Several plays performed stories of national struggle and freedom fighters to ordinary people. These included Rashtriya Sangeet Julmi Dayar, based on the Jallianwala Bagh massacre of 1919, Gandhi Haran, Shaheed Bhagat Singh, Jawahar Jeevan, and Jhansi ki Rani Lakshmi Bai.

## Current State of Nautanki

With the growing popularity of cinema and television, Nautanki faced strong competition. Gradually, it lost its popularity among common people. To attract audiences and keep up with modern developments, some performances incorporated cheap humour and content that harmed the reputation of the art form. However, many artists are now working to preserve its traditional form and keep this folk theatre tradition alive.

Several artists have been recognised for their contribution to Nautanki. Shrikrishna Pehelwan and Gulab Bai received the Sangeet Natak Akademi Award in 1968 and 1990, respectively. Today, Nautanki needs greater support from both artists and audiences. Greater participation can help preserve and disseminate this vibrant folk theatre tradition, which can continue to entertain and inspire future generations.

**Pratik Kumar Mahant**
*Assistant Professor*
Narsee Monjee Institute of Management Studies, Mumbai

कविता

# परमाणु का जहाँ

इलेक्ट्रॉन, प्रोटॉन, न्यूट्रॉन का परमाणु में है वास,
अद्भुत ऊर्जा और शक्ति का इसमें है आभास।
महर्षि कणाद ने भारत में सबसे पहले जाना,
पश्चिम में डेमोक्रेट्स ने भी इसका लोहा माना।
थॉमसन ने इलेक्ट्रॉन खोजा, रदरफोर्ड ने प्रोटॉन,
चैडविक ने खोज निकाला इसके भीतर का न्यूट्रॉन।
रदरफोर्ड ने पहली बार परमाणु को तोड़ा,
अमेरिका ने हिरोशिमा, नागासाकी पर यह बम फोड़ा।
होमी भाभा ने देखा था भारत में यह सपना,
परमाणु ऊर्जा से विकसित होगा देश यह अपना।
फ्रांस में बनाया जा रहा है 'आईटर' का आकार,
जो है अनगिनत ऊर्जा का एक बहुत बड़ा भंडार।
अब तक वैज्ञानिकों ने खोजे 118 तत्व,
संभव है, भविष्य में मिलें औरों के भी अस्तित्व।
परमाणु का फैला हुआ है यह विशाल जहाँ,
नजर दौड़ाओ अपनी तुम, जहाँ देखो वहाँ!

आशुतोष झा
कक्षा- 9
परमाणु ऊर्जा केंद्रीय विद्यालय - 1, मुंबई

POEM

# Geometrical Shapes



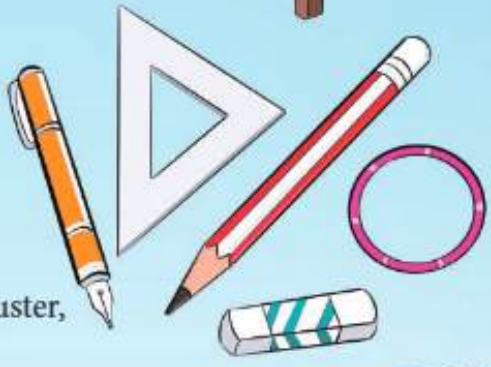
Sunday I found, shape like round,
I saw a king, Wearing a ring,
Who am I ?
Plant, tree, nature or buckle,
Buckle no, Circle // 1//



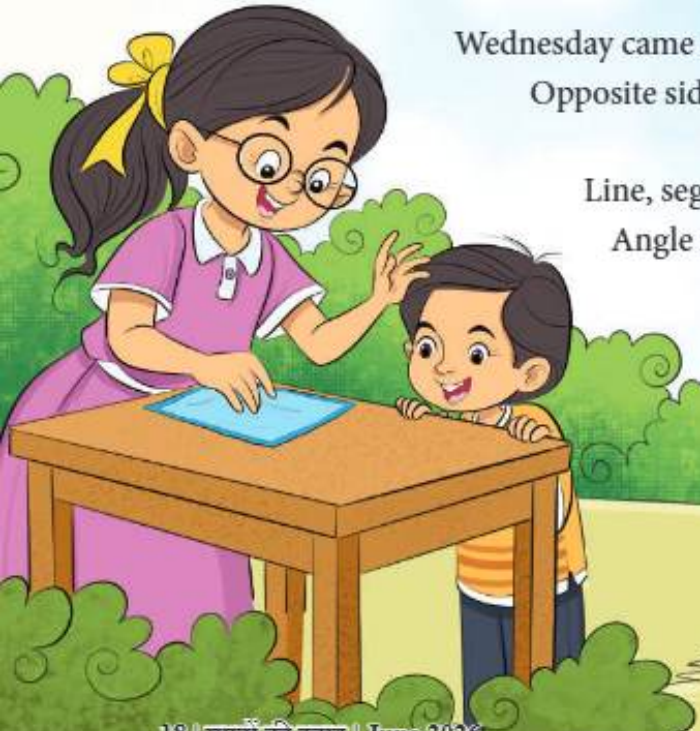
Monday I have seen, four equal sided bin,
Angles were four, nothing to more,
Who am I ?
Chalk, duster, table, chair,
Chair no, Square // 2 //

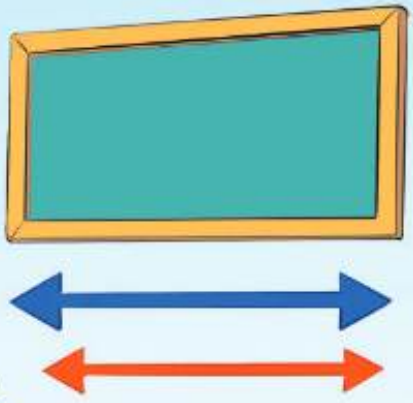


Tuesday I ate, three sided samosa,
I asked mother, not to bother,
Who am I ?
Pen, pencil, eraser or bangle,
Bangle no, Triangle // 3 //



Wednesday came my sister, She brought a duster,
Opposite sides are same, it got a fame,
Who am I ?
Line, segment, arrow or angle,
Angle no, Rectangle // 4 //





**Bhojraj Ratiram Lanjewar**
*Primary Teacher*
Kendriya Vidyalaya, Vayusena Nagar, Seminery Hill, Nagpur

लेख

# छऊ नृत्य और मुखौटों की अद्भुत दुनिया



### छऊ— मुखौटों की अनूठी दुनिया

क्या आपने कभी सोचा है कि एक मुखौटा किसी नृत्य या संस्कृति की पहचान कैसे बन सकता है? पश्चिम बंगाल के पुरुलिया जिले में बनने वाले विश्व प्रसिद्ध 'छऊ' मुखौटे इसका एक शानदार उदाहरण हैं। क्या आप जानते हैं कि 'छऊ' शब्द संस्कृत के 'छाया' से लिया गया है, जिसका अर्थ है परछाई या चित्र? ये मुखौटे केवल कला का एक नमूना नहीं हैं, बल्कि ये हमारी भारतीय परंपरा और उत्कृष्ट शिल्प कौशल का एक जीवंत प्रतीक हैं।

### कला एवं परंपरा का अद्भुत संगम

इन मुखौटों को पहनकर छऊ नृत्य किया जाता है, जो (मार्शल आर्ट) और पारंपरिक लोक कलाओं का एक अनूठा संगम है। यह नृत्य विशेष रूप से चैत्र पर्व (वसंत उत्सव) के दौरान किया जाता है। चरीदा गाँव इस कला के निर्माण का मुख्य केंद्र है, जहाँ बुद्धेश्वर नामक मूल मुखौटा निर्माता ने भगवान शिव और देवी पार्वती का प्रतिनिधित्व करने वाले पहले पुरुष और महिला मुखौटे, 'किरात' और 'किरातनी' बनाए थे। यह रोचक परंपरा पीढ़ियों से चली आ रही है और आज भी चरीदा की सड़कों पर घूमते हुए आप सैकड़ों परिवारों और उनकी कार्यशालाओं को इस कला में मग्न देख सकते हैं।

### समय के साथ बदलता स्वरूप

आरंभ में कलाकार इन मुखौटों को बनाने के लिए केवल रस्सियों, नरकट (reeds) और प्राकृतिक रंगों का उपयोग करते थे, लेकिन अब वे प्लास्टिक और सिंथेटिक रंगों का भी इस्तेमाल करने लगे हैं। कागज, मिट्टी और पारंपरिक चित्रकारी के सुंदर मिश्रण से बने ये मुखौटे अब केवल देवी-देवताओं या राक्षसों तक सीमित नहीं हैं। आज के समय में आप शेर, हिरण, पक्षियों और यहाँ तक कि समकालीन राजनीतिक हस्तियों के मुखौटे भी देख सकते हैं। अब ये मुखौटे छोटे आकार में भी बनते हैं, जिन्हें हम सरल से अपने घरों की सजावट के लिए उपयोग कर सकते हैं।

अपनी इन्ही विशेषताओं के कारण पुरुलिया के छऊ मुखौटों को 2018 में 'भौगोलिक संकेत' (GI) टैग से सम्मानित किया गया था। देश-विदेश के बाजारों में लोकप्रिय ये मुखौटे पश्चिम बंगाल की सांस्कृतिक धरोहर का एक अहम हिस्सा बन चुके हैं। इस कला के विकास से हमें यह सीख मिलती है कि कैसे हम अपनी प्राचीन कला और शिल्प को आधुनिक समय के अनुकूल बनाकर उसे हमेशा के लिए संरक्षित कर सकते हैं। जब भी आप पश्चिम बंगाल जाएँ, तो इन अद्भुत और आकर्षक मुखौटों को अपनी यात्रा की स्मृति (souvenir) के रूप में घर लाना न भूलें।



TRAVELOGUE

# Vellore Chronicles: An Odyssey of Divine Architecture and Living History

In May 2019, when the summer vacation had just begun and the sun was shining a bit too intensely, I was lucky enough to take a trip that I remember like I went yesterday. I was just 9 years old at the time, but the trip to Vellore with my parents left an impression on me— not only because it was enjoyable, but because it was wonderfully awakening.

We went to two fantastic temples— the Jalakandeswarar Temple, tucked within the Vellore Fort, and the radiant Sri Lakshmi Narayani Golden Temple. Temples were only places of prayer to me before that visit. But after this, I began perceiving them as something more— something filled with tales, quietness, and brilliance.

**The Jalakandeswarar Temple– Like Time Stood Still**

We first visited the Jalakandeswarar Temple, and I didn't hope for much at first. From far away, it appeared to be an ancient stone structure. But as soon as we stepped inside the temple grounds, I was amazed. All the pillars and walls were carved — not mere patterns, but stories and scenes. They had dancers, gods, animals, even war scenarios — all carved in stone with such impeccable finesse that I found myself constantly thinking, How did they accomplish this centuries ago without the use of machines?

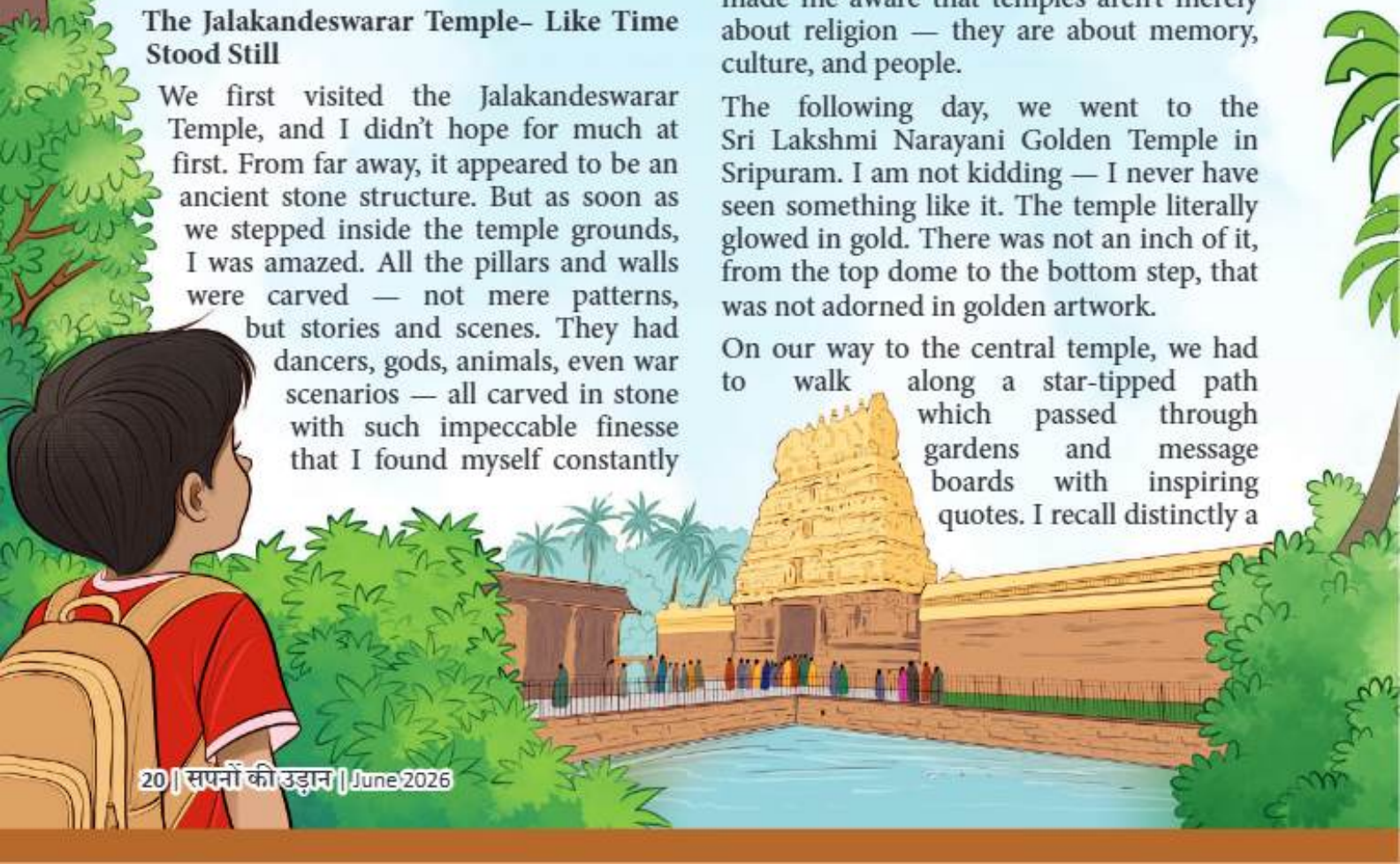
I recall putting my hand on one of the cool stone columns, just to sense the carvings. It was like touching history. I attempted to visualise how many hands had rested on these very stones, how many prayers had been said here over centuries.

Inside the sanctum, the silence was powerful. There was a different kind of peace there — calm, sacred, almost like the temple itself was alive and listening.

My mother informed me that this temple was constructed in the Vijayanagara era, and I was amazed. It had endured invasions, weather, and time — but it still stood. It made me aware that temples aren't merely about religion — they are about memory, culture, and people.

The following day, we went to the Sri Lakshmi Narayani Golden Temple in Sripuram. I am not kidding — I never have seen something like it. The temple literally glowed in gold. There was not an inch of it, from the top dome to the bottom step, that was not adorned in golden artwork.

On our way to the central temple, we had to walk along a star-tipped path which passed through gardens and message boards with inspiring quotes. I recall distinctly a



line that read, 'Be good, do good.' Simple words, but they lingered with me.

Walking barefoot, I sensed a change within me. I wasn't merely thrilled by the gold— there was a sort of silence in that space that caused you to think, to pause. It was lovely in a contemporary way, yet still transcendent.

The architecture had been unlike the Jalakandeswarar Temple— newer, smoother yet shared the same essence. Individuals were praying, meditating, or simply standing in silence. Even as a child, I could sense something holy in the atmosphere.

**What It Taught Me**

That trip shifted my perspective about temples. Earlier, they were mere halts in a journey. But in Vellore, I saw that temples have stories not only of gods, but of artists, kings, architects, and common men who went there hoping for something.

The Jalakandeswarar Temple had me learn that even in stone, stories endure. The carvings, the architecture, the manner in which the temple was constructed all of them exemplified how talented and holy individuals were during that time.

The Golden Temple, in contrast, taught me that you can still make something divine even in the modern age. It taught me that spirituality is not old or new it's something that you feel inside.

And truthfully, the highlight of this adventure wasn't all the temples. It was having my parents along strolling side by side, hearing them describe things, and feeling that I was a part of something greater. It made me feel proud of our Indian roots, and more inquisitive about history.

**Why We Must Preserve Such Places**

These temples are not structures. They are living components of who we are. They contain our history not merely in books, but in walls, sculptures, and rituals. I now get why we need to defend and honour our heritage. If we don't save these sites, we give away a bit of who we are. Future generations won't only miss looking at gorgeous temples but also they will miss studying them, touching them, growing up with them.

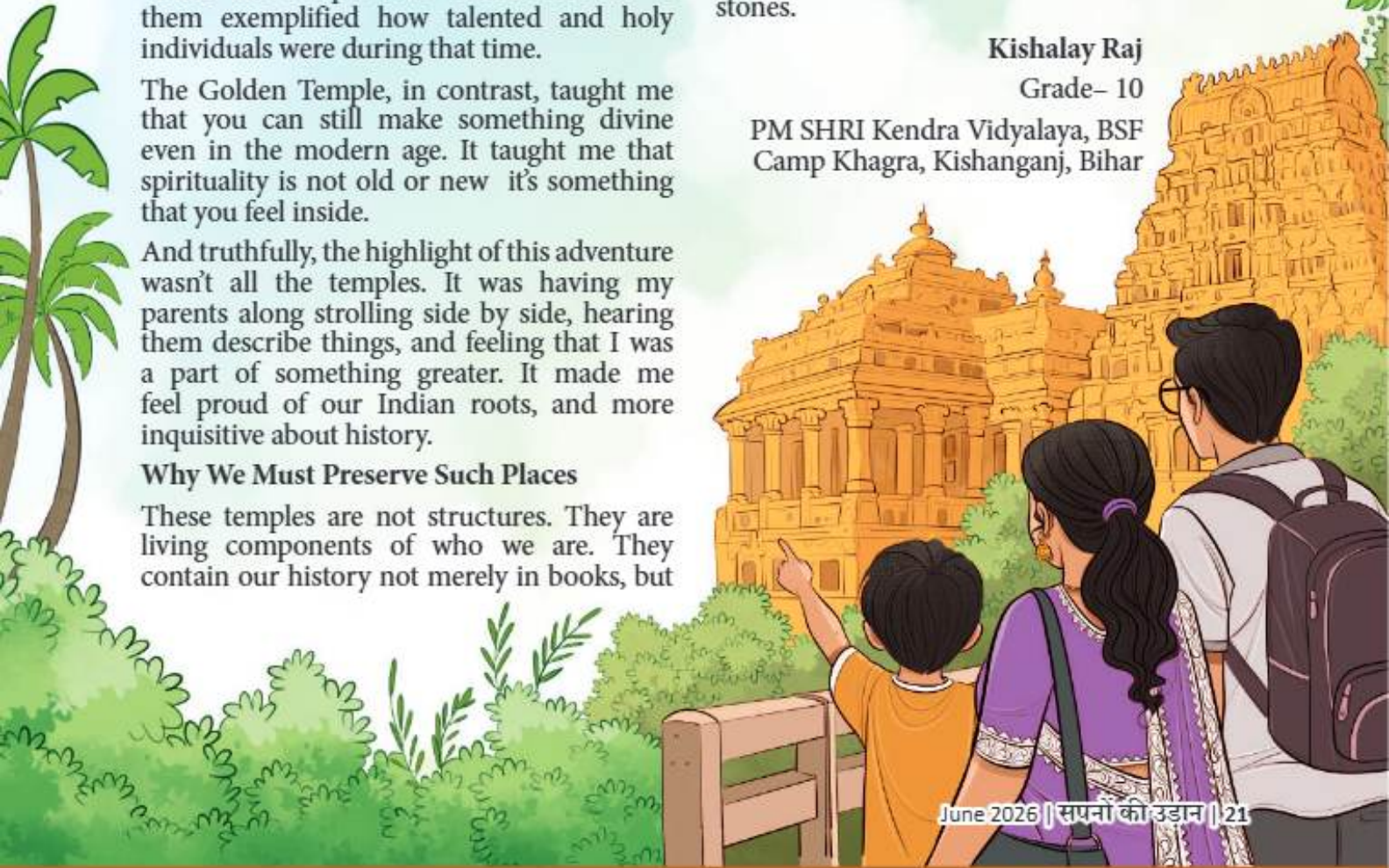
As a person who wishes to become a heart surgeon, I feel even stronger about this now. Just as we take care of people's hearts, we need to take care of the heart of our culture — our historical landmarks, our narratives, and our common past.

**Final Thoughts**

The visit to Vellore in May 2019 was no holiday. It was a sojourn in time. I experienced history, art, religion, and beauty all in one place. I was proud, curious, and thankful. And I returned with not only memories, but also a different lens through which to view the world.

I wish more students like me get the opportunity to go to such destinations. Not only to take pictures, but to experience the silence, question, and witness the strength of stones.

**Kishalay Raj**
Grade– 10
PM SHRI Kendra Vidyalaya, BSF Camp Khagra, Kishanganj, Bihar



लेख

# रामलीला

## रामकथा की अविरल धारा



रामलीला का नाम सुनते ही बुराई पर अच्छाई की विजय का स्मरण हो आता है। यह भारतीय लोक-जीवन का ऐसा अभिन्न अंग है, जो समूचे देश को एकता के सूत्र में पिरोता है। इसके विविध रूप हमारी भाषाई व क्षेत्रीय विविधता को दर्शाते हैं। महर्षि वाल्मीकि रचित संस्कृत 'रामायण' इसका प्राचीनतम मूल रूप है। वहीं, 16वीं सदी में गोस्वामी तुलसीदास रचित अवधी 'रामचरितमानस' उत्तर भारतीय लोक-जीवन का मुख्य आधार है। दक्षिण में 12वीं सदी के तमिल कवि कंबन की 'कंब रामायण' (रामावतारम) अत्यंत प्रतिष्ठित है, जबकि बंगाल में 15वीं सदी की कृत्तिवास रचित बांग्ला 'कृत्तिवास रामायण' लोकप्रिय है। मैसूर के 'वीरगासे' गायक 16वीं सदी की कन्नड़ 'तोरवई रामायण' गाते हैं, और केरल के कथाकार मलयालम की 'अध्यात्म रामायण' का गान करते हैं। इसके अतिरिक्त, बौद्ध परंपरा के 'दशरथ जातक' और जैन परंपरा में प्राकृत भाषा में रचित विमलसूरि कृत 'पउमचरियं' में भी रामकथा के विशिष्ट रूप मिलते हैं।

रामकथा केवल भारत ही नहीं, विदेशों में भी लोकप्रिय है। पड़ोसी देश नेपाल में रामकथा आधारित अनेक रचनाओं में 'भानुभक्तकृत रामायण' सर्वाधिक लोकप्रिय है। दक्षिण-पूर्व एशिया की प्राचीनतम व महत्वपूर्ण कृति महाकवि योगीश्वर रचित जावानी भाषा की 'रामायण काकाबीन' है। लाओस में रामकथा आधारित चार रचनाएँ— फ्रलक फ्रलाम (रामजातक), ख्वाय थोरफी, ब्रह्मचक्र और लंका नोई उपलब्ध हैं। थाईलैंड में तासकिन रामायण तथा सम्राट राम प्रथम, द्वितीय, चतुर्थ एवं षष्ठ की रामायण प्रमुख हैं। म्यांमार के आधुनिक शोधों से भी रामकथा की अनेक रचनाओं का पता चला है, जिनमें 'रामवत्थु' प्राचीनतम है।

अपनी अपार लोकप्रियता के कारण रामकथा केवल धार्मिक ग्रंथों तक सीमित न रहकर विभिन्न कलात्मक विधाओं में अभिव्यक्त होती रही है। रामलीला इसी रामकथा का लोक रंगमंच है, जिसका मंचन भारत के विभिन्न भागों में क्षेत्रीय विशेषताओं के साथ होता है।

भारत, विशेषकर उत्तर भारत में रामलीला का मंचन शारदीय नवरात्रि में होता है। पारंपरिक रूप से इसमें गीत, कथावाचन, पाठ और संवाद सहित कई दृश्य सम्मिलित होते हैं। ये दृश्य गोस्वामी तुलसीदास रचित 'रामचरितमानस' की चौपाइयों पर आधारित संवादों द्वारा प्रदर्शित किए जाते हैं। पारंपरिक रामलीलाओं में अयोध्या, रामनगर, बनारस, वृंदावन, अल्मोड़ा, सतना और मधुबनी की रामलीलाएँ अपनी क्षेत्रीय विशेषताओं हेतु प्रसिद्ध हैं।

अधिकांश रामलीलाएँ दस-बारह दिनों की प्रदर्शन श्रृंखला द्वारा रामकथा प्रसंगों का वर्णन करती हैं, किंतु रामनगर जैसी कुछ रामलीलाएँ पूरे एक महीने चलती हैं।

इनमें अवध नरेश दशरथ के घर श्रीराम के जन्म से लेकर धनुष यज्ञ, सीता स्वयंवर, वनवास, खर-दूषण वध, सीता हरण, सुग्रीव से मित्रता, रावण वध और पुनः अयोध्या लौटने तक की लीलाओं का प्रमुखता से मंचन होता है।

रामलीला जाति, धर्म या आयु-भेद के बिना संपूर्ण समाज को एकजुट करती है। लोग स्वेच्छा से इसमें विविध भूमिकाएँ निभाते हैं। इसके अतिरिक्त मुखौटे व वेश-भूषा निर्माण, रूप-सज्जा, पुतले और रोशनी तैयार करने जैसी गतिविधियों में भी बड़ी संख्या में लोग हिस्सा लेते हैं।

देश के अन्य भागों में रामकथा मंचन के विविध स्वरूप प्रचलित हैं। ओडिशा की 'दासकठिया' शैली में 'राम ताली' या 'दासकठि' नामक लकड़ी के वाद्ययंत्र बजाकर कथा गाई जाती है। आंध्र प्रदेश की 'बुर्राकथा' में एक या तीन गायक 12वीं सदी की तेलुगु 'द्विपद रामायण' या रंगनाथ रामायण का गायन करते हैं।

कठपुतलियों द्वारा भी रामकथा का मंचन होता है। ओडिशा के विशेष छाया-नाटक 'रावण छाया' में कलाकार बिना रंगे चमड़े की छोटी कठपुतलियों की परछाई से दृश्यों को जीवंत कर देते हैं। आंध्र प्रदेश के 'तोलू बोमलट्टम' (चमड़े की कठपुतली का नाच) में विजयनगर कालीन चित्रों जैसी विशाल व रंगीन कठपुतलियाँ प्रयुक्त होती हैं। कर्नाटक के छाया-नाटकों में स्थिर चित्रों के उपयोग से दो दृश्यों को सुंदरतापूर्वक जोड़ा जाता है। केरल का छाया-नाटक 'तोलपावू कूथु' कंबन रामायण पर आधारित है।

रामलीला इतनी लोकप्रिय क्यों है? वस्तुतः, भारतीय जनमानस में श्रीराम मर्यादा पुरुषोत्तम के रूप में प्रतिष्ठित हैं। सर्वशक्तिमान ईश्वर का अवतार होते हुए भी वे एक आदर्श पुरुष, मातृ-पितृ भक्त, भाइयों से अगाध स्नेह करने वाले, प्रजावत्सल शासक, पराक्रमी वीर, दयावान और परोपकारी मनुष्य हैं। जनमानस उनसे निरंतर प्रेरणा लेता है। इन्हीं आदर्शों और भक्ति के प्रसार हेतु रामलीला का मंचन होता है। यह मंचन जीवन-दर्शन की ऐसी यात्रा है, जिसमें क्षेत्रीयता, जाति-भेद, ऊँच-नीच, अमीर-गरीब और धार्मिक विभेद जैसे सभी विकार मिटकर एकाकार हो जाते हैं तथा मानवीय गुणों का उच्चादर्श परिलक्षित होता है।

रामलीलाएँ केवल मनोरंजन का साधन नहीं, बल्कि पीढ़ियों से समाज को एक सूत्र में पिरोने का कार्य कर रही हैं। यह कला शासक-जनता और अमीर-गरीब के बीच की दूरियाँ मिटाकर प्रेम व सद्भावना सिखाती है। रामलीला के इसी समृद्ध मंचन और ऐतिहासिक महत्व को देखते हुए, यूनेस्को (UNESCO) ने वर्ष 2008 में इसे अपनी 'अमूर्त सांस्कृतिक विरासत' की प्रतिनिधि सूची में सम्मिलित किया है।

**रामनगर की रामलीला— जहाँ पूरा शहर मंच बन जाता है**

उत्तर प्रदेश स्थित वाराणसी (रामनगर) की रामलीला अपनी कलात्मकता हेतु विशेष प्रसिद्ध है। इसका 16 से 31 दिवसीय मंचन दशहरे पर रावण-दहन के साथ समाप्त होता है। बर्मा (म्यांमार) के 'निभात्किन' (बैलगाड़ियों के नाटक) की भाँति, यहाँ भी विभिन्न दृश्यों हेतु अलग-अलग स्थान तय होते हैं। मान्यता है कि लगभग 150 वर्ष पूर्व रामनगर के महाराजा के एक पूर्वज को स्वप्न में संपूर्ण शहर को रामायण-स्थलों में बदलने का आदेश मिला था।

संपूर्ण समाज को एकजुट करने वाली इस रामलीला में राम, लक्ष्मण और सीता की भूमिकाएँ किशोरवय बालक निभाते हैं। मणिपुर की रासलीला और इंडोनेशियाई नाटकों में भी यही परंपरा है। प्रदर्शन से दस दिन पूर्व बालक का तिलक कर उसे भगवान का स्वरूप मान लिया जाता है।

इन 30 दिनों में रामनगर का एक हिस्सा अयोध्या, दूसरा किष्किंधा और तीसरा लंका बन जाता है। दर्शक भी नाटक के साथ-साथ स्थान बदलते हैं, जिससे समय और स्थान का भेद मिट जाता है। अंतिम दिन की लीला राक्षसराज रावण पर मर्यादा पुरुषोत्तम राम की विजय के साथ संपन्न होती है।

नाटक का मुख्य कथावाचक 'व्यास' कहलाता है। यहाँ 'रामचरितमानस' की चौपाइयाँ व सोरठे हारमोनियम, पखावज या तबला, नगाड़ा, झांझ, शहनाई और तुरही जैसे वाद्ययंत्रों के साथ गाए जाते हैं। युद्ध-दृश्यों हेतु बड़े मैदान प्रयुक्त होते हैं; इस दौरान गायन के स्थान पर केवल शहनाई और ढोल की तीव्र ध्वनि गूँजती है।

इसमें राम, लक्ष्मण और सीता मुखौटा नहीं पहनते, किंतु रावण कपड़े पर कढ़ाई से निर्मित दस सिरों वाला चपटा मुखौटा पहनता है। सर्वाधिक आकर्षक हनुमान जी का धातु से बना विशाल व सुनहरा मुखौटा होता है, जो उनके दिव्य व ईश्वरीय स्वरूप को दर्शाता है।



ARTICLE

# Maybe They Were Right

"I will look out for myself," I replied to my mother as she shrugged her shoulders, and I disgruntledly walked into my room thinking, "What a pessimistic thing to say!"

I belong to this generation, commonly known as Gen Z. We are often misunderstood or judged by our elders for being too free, lazy, or opinionated, and the list goes on. Just like any self-righteous teenager, we storm off to our rooms, feeling the tension rise as simple conversations with our parents feel more emotionally loaded than they should.

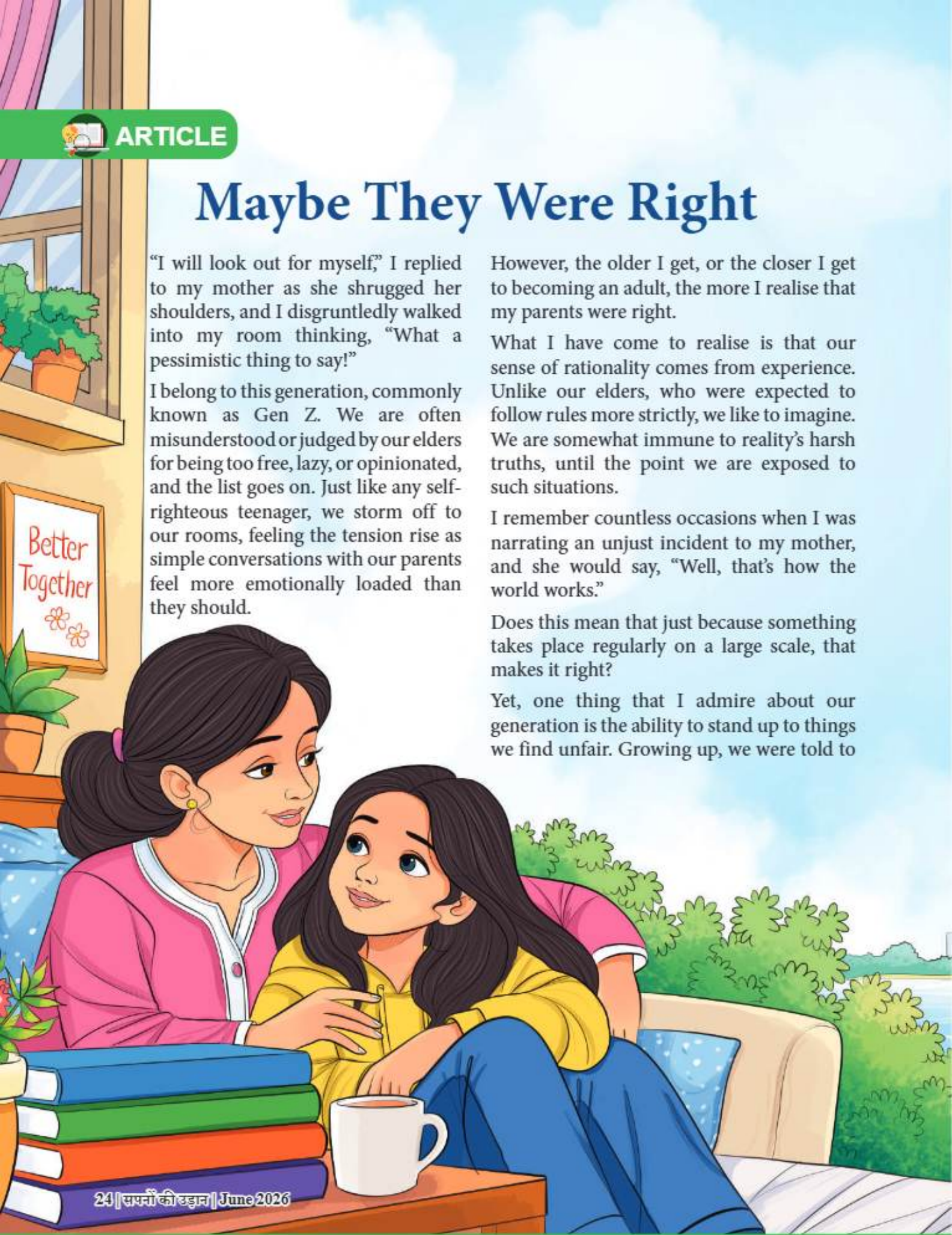
However, the older I get, or the closer I get to becoming an adult, the more I realise that my parents were right.

What I have come to realise is that our sense of rationality comes from experience. Unlike our elders, who were expected to follow rules more strictly, we like to imagine. We are somewhat immune to reality's harsh truths, until the point we are exposed to such situations.

I remember countless occasions when I was narrating an unjust incident to my mother, and she would say, "Well, that's how the world works."

Does this mean that just because something takes place regularly on a large scale, that makes it right?

Yet, one thing that I admire about our generation is the ability to stand up to things we find unfair. Growing up, we were told to



obey our elders and not ask questions, while on the other hand, we were taught about our free will and the freedom bestowed upon us. We do not silently agree with things we find irrational. Sure, most of the time we are proven incorrect, but if you look at it, it almost feels like a strength, doesn't it? Isn't this the creativity that is always talked about—to be able to think differently? And yet, they say that creativity is declining, that we are the generation influenced by AI.

At the same time, I am a true believer that experience always takes you a step further. If I were to guide someone, someone as stubborn as a teenager—I would tell them the pros and cons of the issue and advise them on solutions if they encounter difficulties. I would not discourage them. I mean, how can I ever convince you to do or not to do something you are so set on? It is better to find your own path, and maybe you will realise I was right, or even better, you will figure out a way.

The thing about the generations above us is that they sometimes believe that what they know is enough to rely on, to stay within certain limits. And I believe that they, too, were judged by their elders. I guess that is how we evolve, for better or worse.

But sometimes it is better not to make certain decisions at all. Yes, experiences are important, but that does not mean that all experiences are essential. Some leave you stronger than before, while others can affect you more deeply than expected.

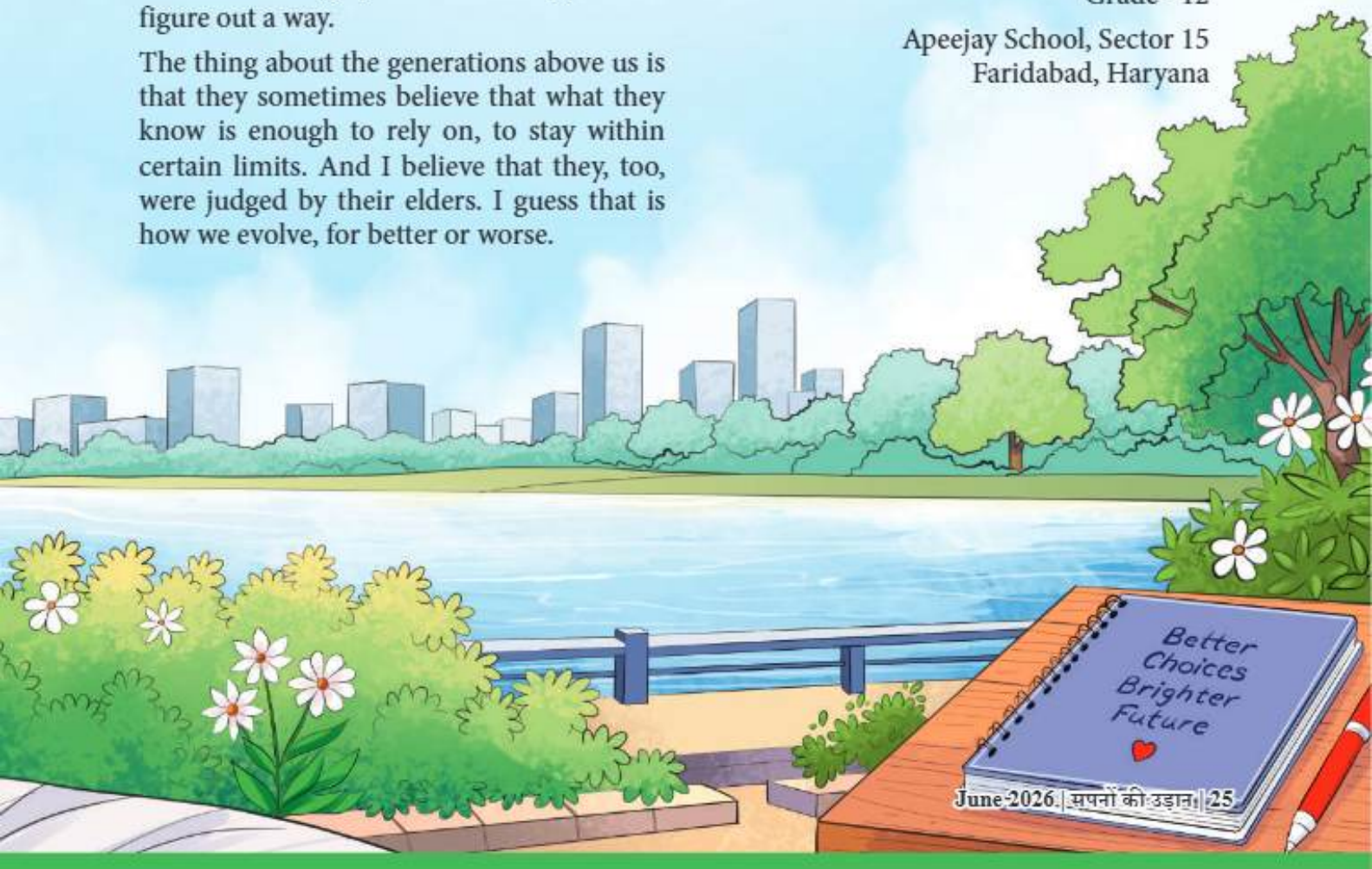
Ultimately, you are responsible for yourself, and maybe we should try considering what our parents say. I mean, would you not trust someone experienced, like a gamer who has already crossed those levels, to advise you on the increasing challenges?

In the end, being smart is about learning from others' mistakes especially when they take the time to advise you but also about not blindly following others. After all, experience is not about control; it is about caution learned the hard way.

**Aryahi Chatterjee**

Grade– 12

Apeejay School, Sector 15
Faridabad, Haryana



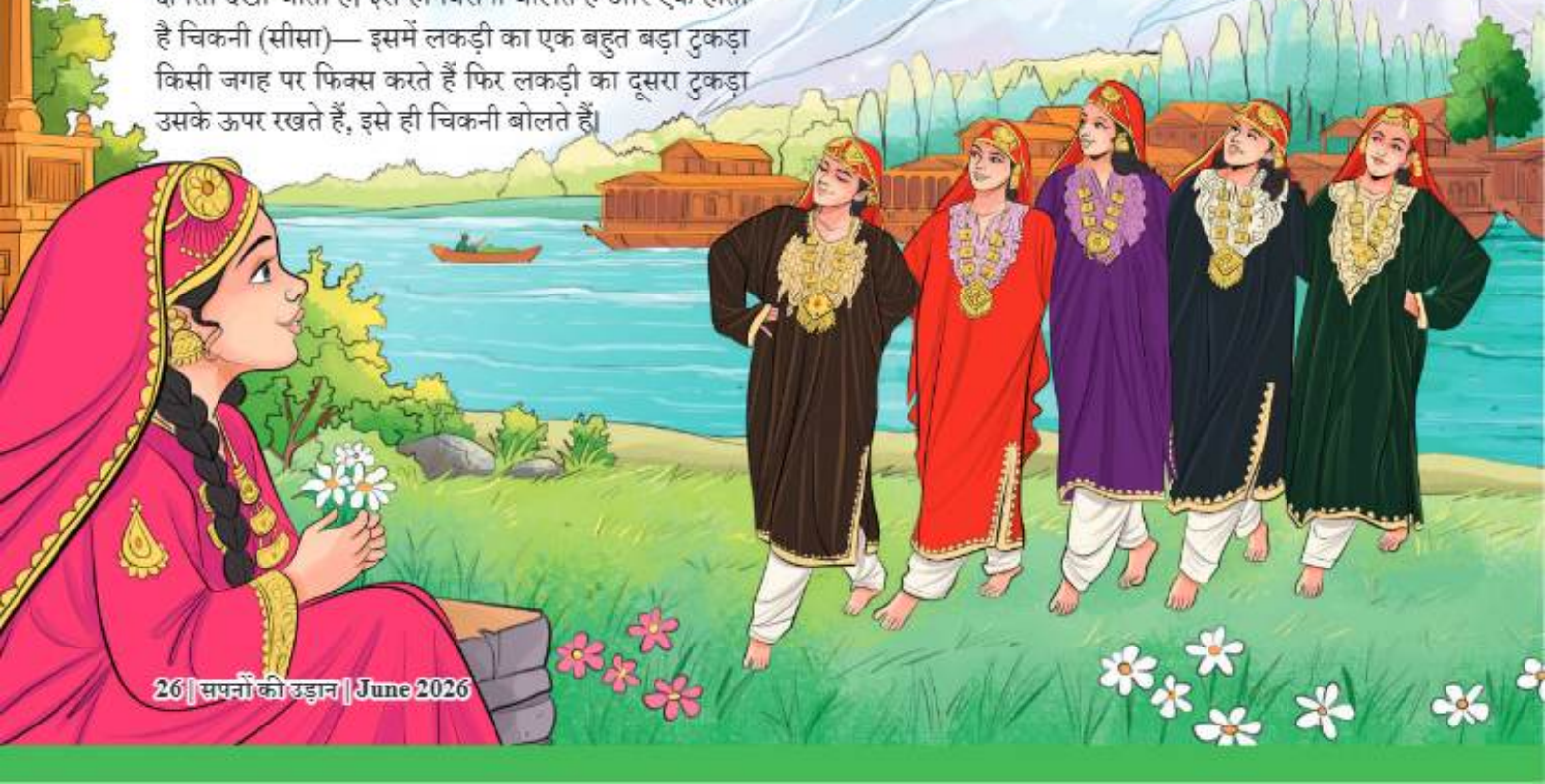
लेख

# कश्मीर का रऊफ नृत्य

पूरे कश्मीर में रऊफ नृत्य होता है, मैं अगर इस नृत्य के बारे में लिखना चाहूँ तो डांस में 5–6 लड़कियाँ इकट्ठी होती हैं, वो कलाकारी वाले फेरन पहनती हैं और कश्मीरी व गोजरी गहने पहनती हैं। नृत्य में वो हाथों और पाँवों से लययुक्त गति करती हैं। ये समूह नृत्य होता है और मुख्य रूप से विवाह उत्सवों में आयोजित किया जाता है। मेहंदी की रात से इस नृत्य में कश्मीरी लोक गीत पर नृत्य करते हैं। यहाँ विवाह में बहुत-सी रस्में होती हैं। विवाह के पहले दिन कश्मीरी वाजवान बनता है, औरतें रोटी, हलवा बनाती हैं, मेहंदी बिना किसी हानिकारक केमिकल के तैयार होती है, इसको एक छड़ी से लगाते हैं। लड़की को सामान्य मेहंदी लगाते हैं और लड़के को हाथ की एक अँगुली पर मेहंदी लगाकर सिक्के के साथ बाँधते हैं, फिर रऊफ नृत्य होता है और अन्य नृत्य भी होते हैं, जैसे— दमाली नृत्य, गीत्रू पहाड़ी नृत्य आदि। फिर सुबह रुखसती अर्थात लड़की की विदाई के दिन बहुत सी रस्में होती हैं, जैसे— जब लड़के वाले आते हैं तो दूल्हे को सेहरा लगाते हैं जो खुद घर पे डिजाइन किया होता है और दूल्हा फिर एक भारी पत्थर उठाता है, जिसे भूतकर कहते हैं। उसके बाद होता है बिरानी— जिसमें दूल्हे को एक लड़के से हाथ मिलाना होता है और वो एक-दूसरे के हाथ को नीचे गिराते हैं। इसमें दूल्हे की ताकत व क्षमता देखी जाती है। इसे ही बिरानी बोलते हैं और एक होता है चिकनी (सीसा)— इसमें लकड़ी का एक बहुत बड़ा टुकड़ा किसी जगह पर फिक्स करते हैं फिर लकड़ी का दूसरा टुकड़ा उसके ऊपर रखते हैं, इसे ही चिकनी बोलते हैं।

रऊफ नृत्य को विदाई के वक्त भी करते हैं, फिर जब लड़की अपने ससुराल जाती है वहाँ लड़की के सिर पर एक दूध का मटका रखते हैं जिसे घर के दरवाजे से घर के अंदर तक अपने सिर पर रखकर ही जाना होता है। किसी-किसी जगह पर रऊफ नृत्य दुल्हन के स्वागत के बाद रात को भी करते हैं। फिर दुल्हन की सास दुल्हन का मुँह देखती है और दुल्हन के बाल खोलती है, जिसे हम चुंड खोलना बोलते हैं। दूसरे दिन दुल्हन को लस्सी और मक्की की रोटी बनानी होती है और किसी तालाब से पानी लाना होता है। चार दिन के बाद दुल्हन को उसके मायके लाते हैं, जिसे हम बरफेरा बोलते हैं। कश्मीरी विवाह ऐसे होते हैं जिसमें रऊफ नृत्य और दमुहाल नृत्य होता है। जब अक्तूबर में घास कटाई होती है, तब रऊफ नृत्य एक अहम भूमिका अदा करता है। विवाह उत्सवों में और अलग-अलग उत्सवों में, समारोहों में और कश्मीर के लोगों की जिंदगी में रऊफ नृत्य की महत्ता है।

हफसा अशरफ
कक्षा– 10
एकलव्य आदर्श आवासीय विद्यालय, तंगमार्ग, कुलगाम,
जम्मू और कश्मीर



# आओ सीखें मैथिली भाषा

| हिंदी | मैथिली | अंग्रेजी |
|---|---|---|
| नमस्ते। | प्रणाम। / नमस्कार। | Hello. / Namaste. |
| आपका नाम क्या है? | अहाँ क नाम की अछि? | What is your name? |
| मेरा नाम वैदेही है। | हमर नाम वैदेही अछि। | My name is Vaidehi. |
| आप किस कक्षा में पढ़ती हैं? | अहाँ कोन कक्षा मे पढ़ैत छी? | In which class do you study? |
| मैं कक्षा आठ में पढ़ती हूँ। | हम कक्षा आठ मे पढ़ैत छी। | I study in class eight. |
| आपके माँ-पिता का नाम क्या है? | अहाँक माय-बाबूजीक नाम की अछि? | What are your parents' names? |
| मेरी माँ का नाम सुनयना और पिता का नाम जनक है। | हमर मायक नाम सुनयना आउर बाबूजीक नाम जनक अछि। | My mother's name is Sunayana and my father's name is Janak. |
| आप कहाँ रहती हैं? | अहाँ कतय रहैत छी? | Where do you live? |
| मैं दरभंगा में रहती हूँ। | हम दरभंगा में रहैत छी। | I live in Darbhanga. |
| आपके विद्यालय का नाम क्या है? | अहाँक विद्यालयक नाम की अछि? | What is the name of your school? |
| मेरे विद्यालय का नाम राजकीय बाल विद्यालय है। | हमर विद्यालयक नाम राजकीय बाल विद्यालय अछि। | The name of my school is Rajkiya Bal Vidyalaya. |



# "Your greatest competition is not another person, it is the person you were yesterday"

# Kiran Bedi



Dear students, in this issue, we present an exclusive interview with Dr. Kiran Bedi, the first woman to join the officer ranks of the Indian Police Service (IPS).

Dr.Bedi has served the nation and the world in numerous leadership roles, including as the 24th Lt. Governor of Puducherry and a Civilian Police Advisor for United Nations Peace Keeping Operations. A woman of diverse talents, she is a former Asian Tennis Champion and holds a Ph.D. from IIT Delhi along with a post-doctoral Nehru Fellowship.

In recognition of her exceptional courage and service, she has been honoured with a Gallantry Award and the prestigious Magsaysay Award. Her inspiring journey has even been captured in the international documentary, *Yes Madam Sir*.

Beyond her administrative career, Dr. Bedi has dedicated over 30 years to social work through her two NGOs, Navjyoti and India Vision Foundation. She is also a noted author; her latest widely-translated book, *Fearless Governance*, shares her ground-level experiences as a Lt. Governor. Currently, she actively guides young minds through her youtube channel, 'Demonstrative Learning.'

Voted as one of India's most trusted and admired women, she continues to inspire generations. Let us read our special conversation with her.

**Sapnon Ki Udaan (SKU): Could you please tell us a little about your childhood?**

**Kiran Bedi:** I was fortunate to grow up in a family where discipline, education, sports, and service were a way of life. My parents treated their four daughters equal to any son and encouraged us to dream big. Our home was filled with books, discussions, and encouragement to think independently.

Tennis became a major part of my childhood. It taught me resilience, discipline, and the value of hard work. Every morning on the tennis court and every day in school prepared me not just for examinations, but for life itself.

Looking back, I believe my childhood taught me that opportunities come to those who prepare themselves consistently.

◆ ◆ ◆

**SKU: What values or lessons did your parents teach you that helped shape you into a strong and confident person?**

The greatest gift my parents gave me was self-belief. They taught us that:

Character is more valuable than comfort.

Honesty is non-negotiable.

Discipline creates freedom.

Education is a lifelong wealth.

Never compare yourself with others; compete only with your previous self.

Serve society wherever you are.

Most importantly, they never allowed us to make excuses. They encouraged responsibility instead of dependency. Those lessons became the foundation of every decision I have taken in life.

◆ ◆ ◆

**SKU: You were India's first woman IPS officer. What inspired you to join the Indian Police Service?**

I did not join the Indian Police Service merely to make history; I joined to make a difference.

Growing up, I wanted to contribute to nation-building. During my years in sports, I learnt leadership, courage, and fairness. When the opportunity came to join the IPS, I saw it as a platform to serve people, uphold justice, and improve institutions from within.

Being the first woman IPS officer meant entering unknown territory. There were no role models to follow, so I had to become one. Challenges were many, but every challenge strengthened my resolve.

My belief has always been simple—Leadership is not about position; it is about responsibility and public service.

◆ ◆ ◆

**SKU: If you were to thank your school teachers today, whom would you thank and why?**

I would thank every teacher who believed in discipline, curiosity, and character-building.

Some teachers taught subjects, but others taught life.

I remember those who encouraged me to ask questions, think independently, and never fear hard work. They saw potential before I saw it myself.

A good teacher does not simply prepare students for examinations; a good teacher prepares students for life.

Even today, I remain a lifelong learner and that attitude began in my classroom.

◆ ◆ ◆

**SKU: You started playing tennis at a very young age. Many students find it difficult to balance academics, sports, and other activities. How did you manage this balance?**

Balance is not achieved by having more time; it is achieved by managing time wisely.

My day was carefully planned. Every hour had a purpose.

Sports improved my concentration rather than reducing it. Tennis taught me discipline, fitness, emotional control, and the ability to recover quickly after setbacks. These qualities also helped me perform better academically.



My advice to students is:

Maintain a daily timetable.

Give full attention to whatever you are doing.

Limit distractions.

Sleep well.

Exercise every day.

Read beyond textbooks.

Remember, success comes from consistency, not intensity alone.

◆ ◆ ◆

**SKU: Was there ever a time in your life when you felt that your goal was too difficult to achieve? How did you motivate yourself during that period?**

Yes, many a times.

Every meaningful journey comes with obstacles.

As the first woman in the IPS, I often entered situations where there were no precedents. Resistance, criticism, and isolation were real. During my work in policing, prison reforms at Tihar Jail, and later in public life, there were moments when progress seemed slow.

Whenever I faced difficulties, I returned to three questions:

Am I doing the right thing?

Am I acting honestly?

Am I giving my best?

If the answers were yes, I continued without fear.

I have always believed that courage grows when your purpose is larger than your personal comfort.

◆ ◆ ◆

**SKU: What advice would you give to students who feel discouraged after facing failure?**

Failure is not the opposite of success; it is part of success.

Every failure carries valuable feedback.

Instead of asking, "Why did I fail?" ask:

"What can I improve?"

Never allow one examination, one interview, or one disappointment to define your future.

Develop habits that build resilience—

Read every day.

Stay physically active.

Learn continuously.

Accept constructive criticism.

Improve one step at a time.

The only real failure is giving up on learning.

◆ ◆ ◆

**SKU: What message would you like to share with the readers of our e-magazine that they will remember throughout their lives?**

The future belongs to those who prepare themselves today.

In today's rapidly changing world, knowledge alone is not enough. You must develop character, integrity, adaptability, emotional intelligence, digital literacy, and the ability to solve problems ethically.

Never stop learning.

Use technology wisely but never allow it to replace your values.

Ask yourself every evening—

What did I learn today?

Whom did I help today?

How did I improve today?

If you keep asking these three questions throughout your life, you will continue to grow.

My message to every young reader is this:

"Your greatest competition is not another person—it is the person you were yesterday. Learn continuously, live honestly, serve generously, and let your character become your greatest qualification. Success will follow."

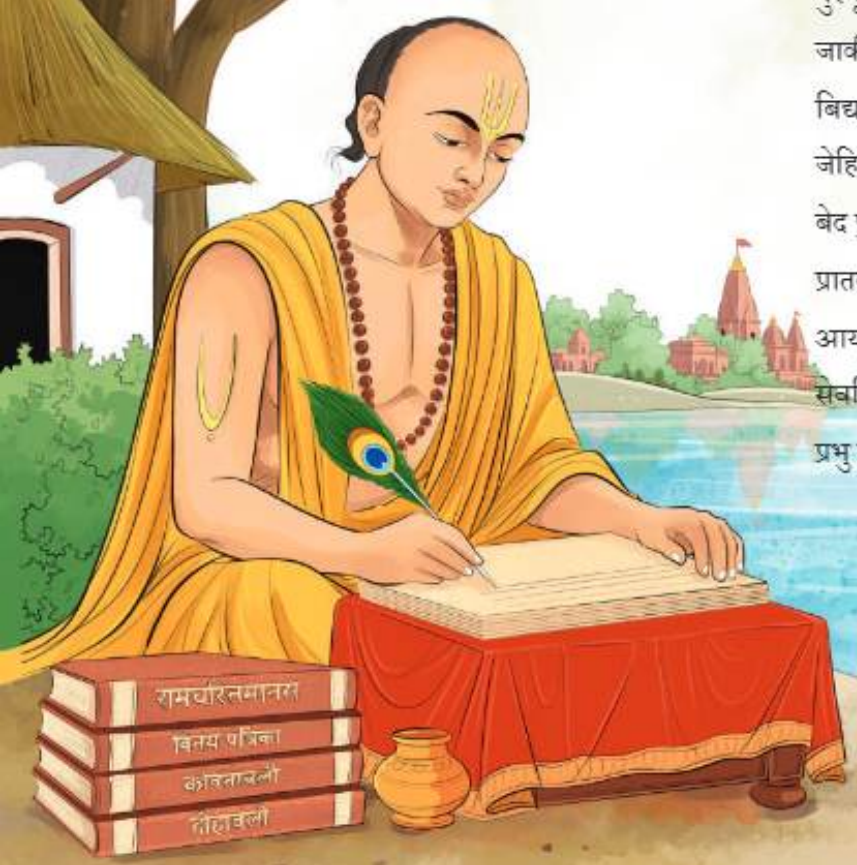
FROM THE PEN OF

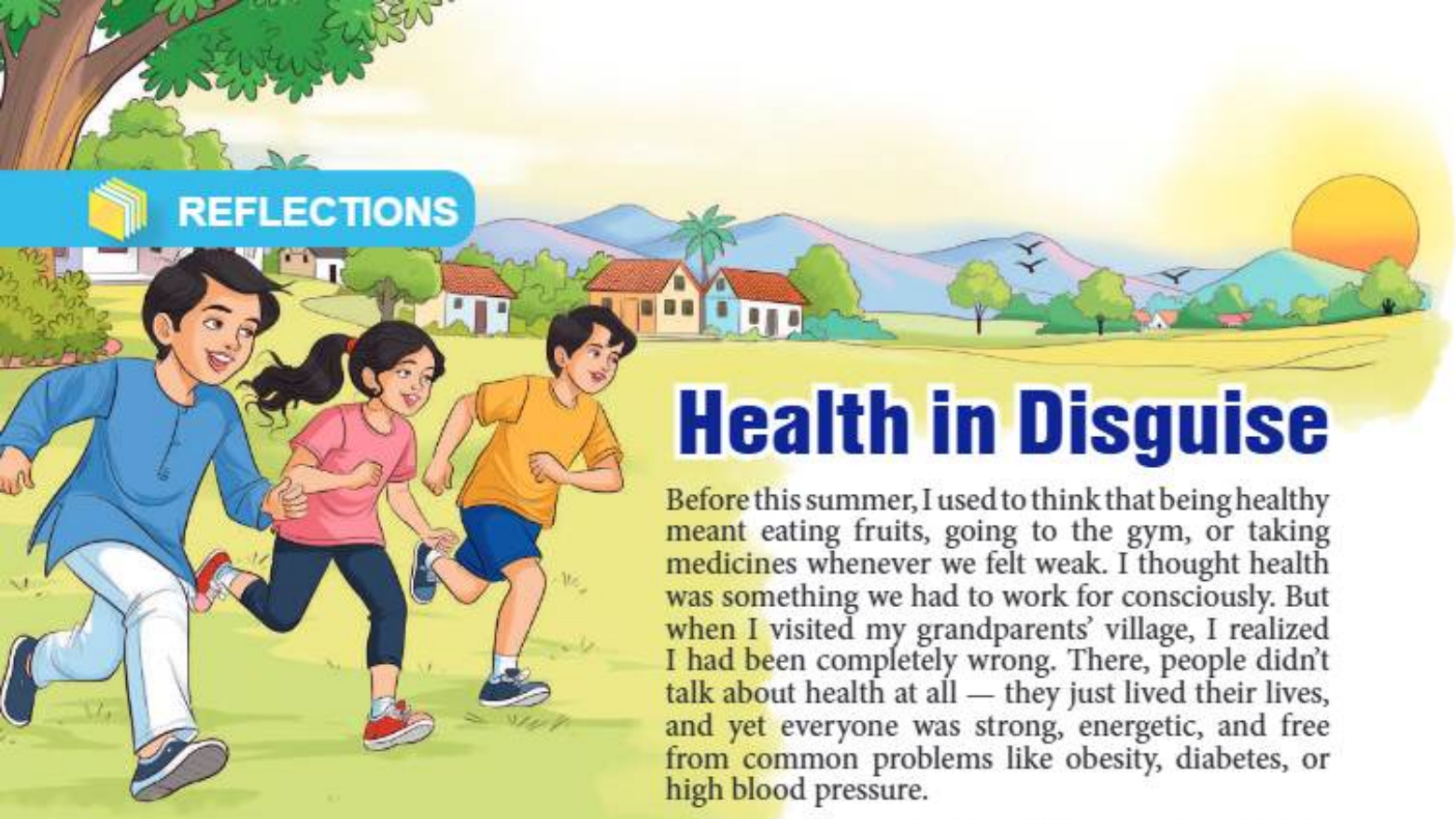
# गोस्वामी तुलसीदास

सोलहवीं शताब्दी के महान संत गोस्वामी तुलसीदास भक्तिकाल के शीर्षस्थ रामभक्त कवि हैं, जिनका जन्म उत्तर प्रदेश के बाँदा जिले के राजापुर गाँव में हुआ माना जाता है। अवधी भाषा में रचित उनका महाकाव्य *रामचरितमानस* विश्व के श्रेष्ठतम ग्रंथों में गिना जाता है, जिसकी रचना उन्होंने अयोध्या और काशी में की थी। *रामचरितमानस* के अतिरिक्त *कवितावली, गीतावाली, दोहावली, श्रीकृष्ण गीतावली, विनयपत्रिका* आदि उनकी प्रमुख रचनाएँ हैं। गोस्वामी जी ने संस्कृत, अवधी और ब्रजभाषा में समान रूप से सृजन किया। उन्होंने *कवितावली* और *विनयपत्रिका* की रचना ब्रजभाषा में की।

विश्व प्रसिद्ध लोकनाट्य 'रामलीला' कई काव्य-ग्रंथों को आधार बनाकर मंचित किया जाता है, लेकिन उत्तर भारत में इसका मुख्य आधार गोस्वामी जी द्वारा रचित *रामचरितमानस* है। प्रस्तुत हैं *रामचरितमानस* से उद्धृत कुछ चौपाइयाँ जिनमें प्रभु श्रीराम के कार्य-व्यवहार का वर्णन किया गया है—

भए कुमार जबहिं सब भ्राता। दीन्ह जनेऊ गुरु पितु माता॥
गुरुगृह गए पढ़न रघुराई। अलप काल बिद्या सब आई॥
जाकी सहज स्वास श्रुति चारी। सो हरि पढ़ यह कौतुक भारी॥
बिद्या बिनय निपुन गुन सीला। खेलहिं खेल सकल नृप लीला॥
जेहि बिधि सुखी होहिं पुर लोगा। करहिं कृपानिधि सोइ संजोगा॥
बेद पुरान सुनहिं मन लाई। आपु कहहिं अनुजन्ह समुझाई॥
प्रातकाल उठि कै रघुनाथा। मातु पिता गुरु नावहिं माथा॥
आयसु मागि करहिं पुर काजा। देखि चरित हरषइ मन राजा॥
सेवहिं सानुकूल सब भाई। राम चरन रति अति अधिकाई॥
प्रभु मुख कमल बिलोकत रहहीं। कबहुँ कृपाल हमहि कछु कहहीं॥





# Health in Disguise

Before this summer, I used to think that being healthy meant eating fruits, going to the gym, or taking medicines whenever we felt weak. I thought health was something we had to work for consciously. But when I visited my grandparents' village, I realized I had been completely wrong. There, people didn't talk about health at all — they just lived their lives, and yet everyone was strong, energetic, and free from common problems like obesity, diabetes, or high blood pressure.

In the village, everyone wakes up early with the sunrise at around 5 a.m. and starts their day by working in the fields. They follow nature's schedule — rising with the sun and sleeping as soon as it gets dark. I noticed that this simple routine keeps their bodies naturally active and fit without any gyms or exercises. Working in the fields is hard, but it's just a part of daily life. Even the elders move around energetically, showing that this way of living keeps them healthy at all ages.

The children in the village are always playing outdoors. They run, climb trees, swim in ponds, and play games all day. They are full of energy and curiosity. What impressed me most was their attitude towards food. They eat freshly cooked meals every day and enjoy everything without complaining. You will never hear "I don't like this" or "I want that." Their diet is simple — grains, vegetables, fruits, and dairy — but it gives them all the energy they need for the whole day. Watching them, I realized that enjoying life and having a positive attitude is as important for health as good food and activity.



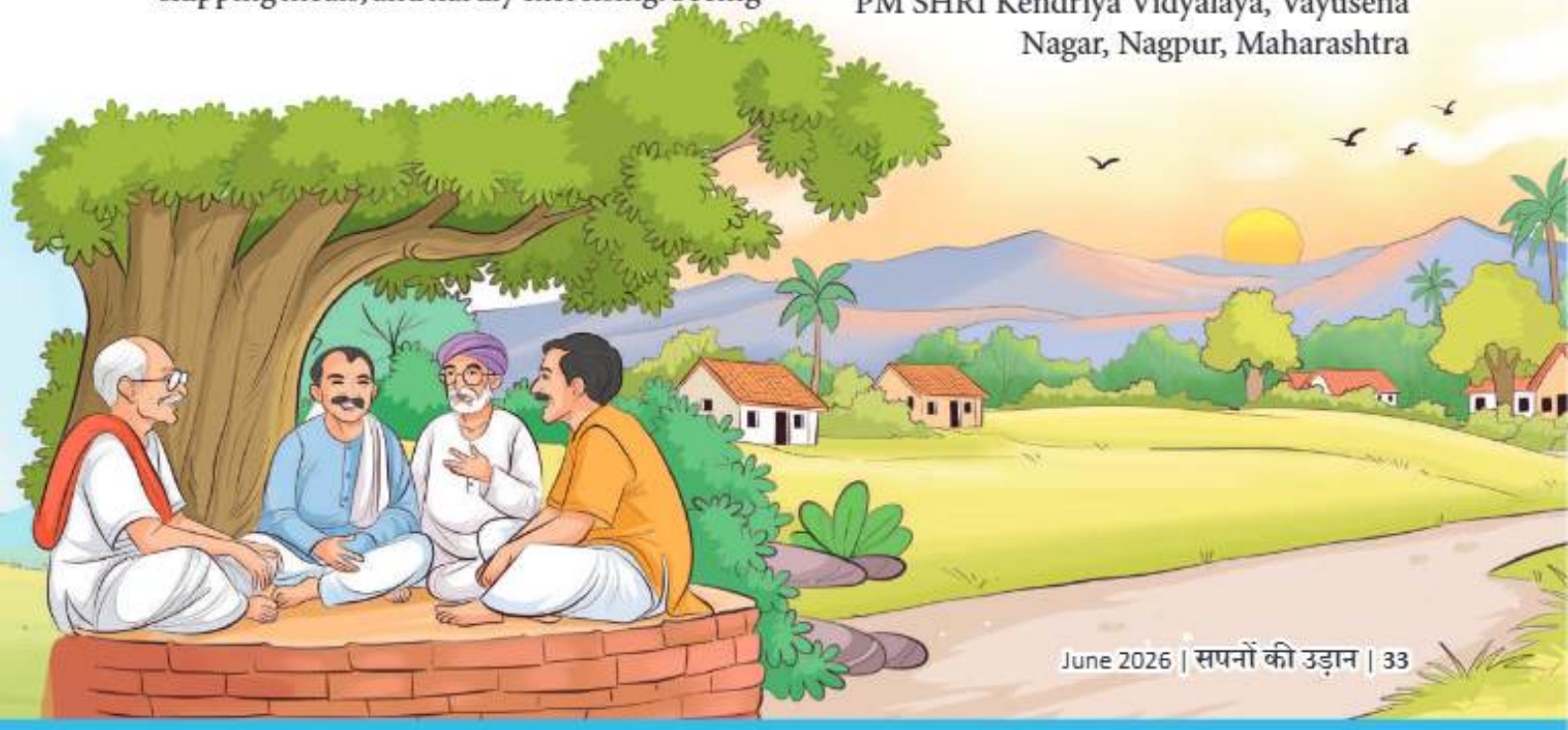
Evenings in the village are full of life. Men gather under the big banyan tree to talk, laugh, and share stories, while women visit each other's houses to chat and help one another. The sense of community is strong, and it makes everyone feel connected and happy. There are no fitness apps, diet charts, or supplements. Everything they do — working, playing, eating, and sleeping — keeps them healthy naturally.

I was amazed at the balance in their lives. Every day, they work, play, and rest in harmony with nature. The sun decides their schedule, and their bodies move naturally throughout the day. Eating freshly cooked meals, staying active in the fields, playing outdoors, and sleeping on time seem simple, but these small habits together create a strong, energetic, and healthy life.

This visit made me think a lot about my own lifestyle. I spend hours sitting, studying, or using my phone, often eating junk or skipping meals, and hardly exercising. Seeing the villagers made me realize how much our modern lifestyle has taken us away from natural health. True well-being does not come from expensive routines or medicines; it comes from moving our bodies, eating fresh food, sleeping well, and staying happy with life.

In the end, the village taught me that real health is simple. Vitality, energy, and long life come from a lifestyle full of activity, fresh food, joy, and balance. Health is not just about the body — it is also about the mind, the community, and harmony with nature. I hope to carry this lesson with me and try to follow even a little of this natural, joyful way of living. Watching the villagers, I truly understood that health is indeed "health in disguise," found not in trends or machines, but in living life naturally, fully, and happily.

**Agranee Dinesh Shambharkar**
Grade- 11
PM SHRI Kendriya Vidyalaya, Vayusena Nagar, Nagpur, Maharashtra



ARTICLE

# The Voices In My Head

"Focus."

"You're not good enough."

"Try harder."

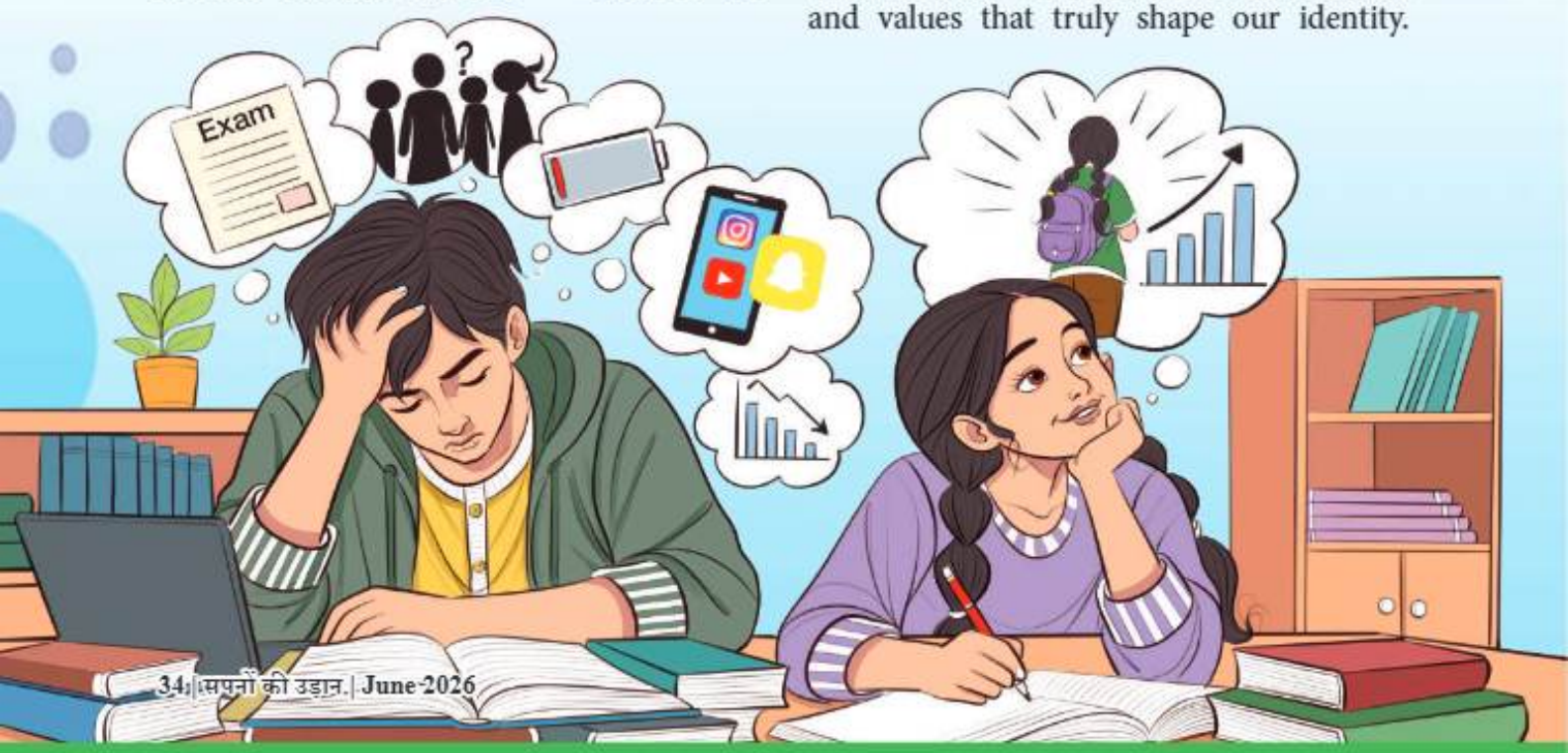
"What if you fail?"

These are not words spoken aloud by teachers, parents, or friends. These are the voices that live quietly inside a student's mind, becoming overwhelming for them. The topic of mental health among students is rarely discussed, yet it shapes every aspect of their lives. The voices in our heads can either guide us towards growth or drag us into self-doubt, so learning to understand them is essential.

For many of us, life feels like a race with no finish line. There are exams to prepare for, expectations to meet, and comparisons that never seem to stop. In the middle of all this, the mind becomes a crowded space. One moment we tell ourselves, "You've worked hard, you can do this." But then another thought appears— "What if we forget everything? What if we disappoint everyone?" This internal conflict is exhausting. It is not just about focusing harder, it is about battling thoughts that simply refuse to stay silent.

Social pressure adds another layer to this mental noise. Today's youth is not only judged in academics but also on social media, where success often appears perfect and effortless. Seeing others achieve can inspire, but it can also create feelings of hopelessness. The voice inside might whisper, "They are better than you," even when it is not the truth. Over time, these thoughts grow louder, affecting our confidence and self-worth.

Another important factor is the fear of missing out. When we see people, especially our friends, living a flashy lifestyle and doing things we cannot, we tend to withdraw socially because we feel we cannot match them. It is important to understand that materialistic things we own do not define who we are as individuals. It is our attitude and values that truly shape our identity.

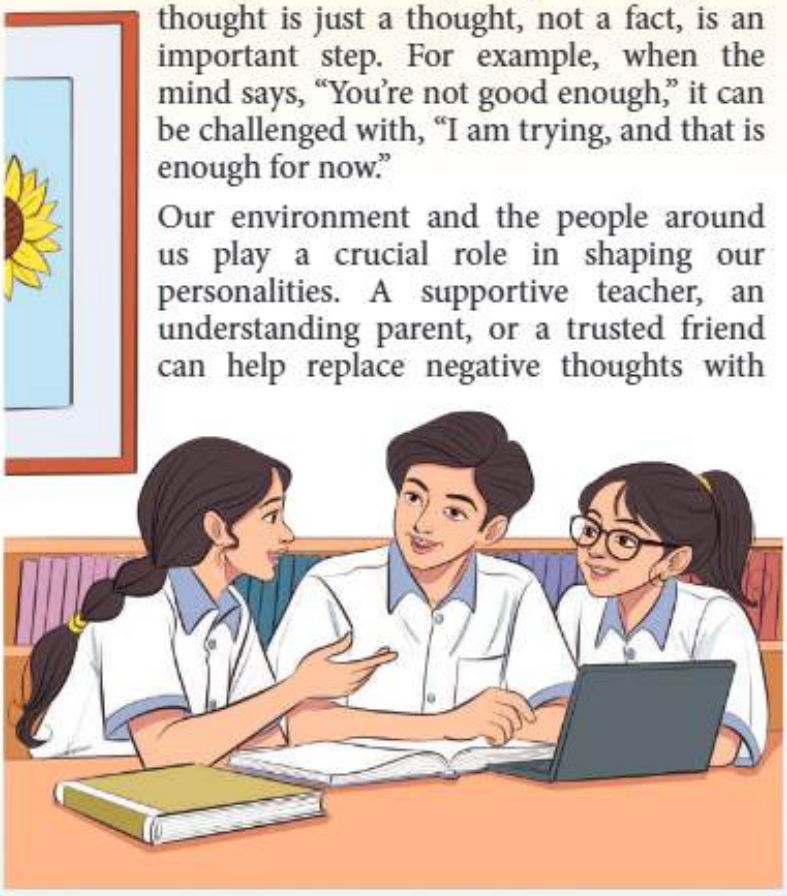





Such thoughts can lead to anxiety, stress, and even a loss of motivation.

However, it is important to understand that these voices are not always our enemies. Sometimes, they are reflections of our fears and insecurities. Instead of trying to silence them completely, we need to learn how to manage them. Recognising that a negative thought is just a thought, not a fact, is an important step. For example, when the mind says, "You're not good enough," it can be challenged with, "I am trying, and that is enough for now."

Our environment and the people around us play a crucial role in shaping our personalities. A supportive teacher, an understanding parent, or a trusted friend can help replace negative thoughts with



positive ones. When students feel heard and understood, the harsh voices lose their power. We should create environments where mental health is openly discussed and not treated as a taboo. This can only happen through open communication about our problems and concerns.

It is also important for us, as students, to redefine success. Success should not be limited to marks or achievements, it should also include personal growth and effort. When students begin to value their efforts instead of comparing themselves to others, the noise within them becomes quieter. They start motivating themselves instead of discouraging themselves.

Self-care is another essential tool. Simple habits like taking breaks, engaging in hobbies, exercising, and getting enough sleep can significantly improve mental well-being. Writing down thoughts, meditating, or talking to someone can help clear the mind. These practices may seem small, but they can make a big difference in our lives.

In conclusion, the voices in a student's head are powerful. They can either build confidence or destroy it. Mental health is not just about avoiding stress, it is about creating balance. As students, we must learn to listen to our thoughts, question them, and guide them in a positive direction rather than simply shutting them down. After all, the most important conversation a student has is not with others, but with themselves.

**Agreekah Gupta**
Grade– 12
Parevartan School, Ghaziabad,
Uttar Pradesh



KNOW YOUR STATE

# Keralam




**Keralam has a long history that goes back to ancient times when it was part of maritime trade routes. The modern state was created on November 1 1956 under the States Reorganisation Act, 1956 by joining the Malayalam-speaking areas of Travancore, Cochin and Malabar. Keralam has a tradition of art and culture and a long history of maritime trade with many countries around the world.**

## Geographical Details

Located on the Malabar Coast at the southern tip of the Indian subcontinent. It is surrounded by Karnataka to the north and northeast, Tamil Nadu to the east and south and the Arabian Sea to the west. Keralam covers 38,863 kilometers making it one of the smaller states in terms of total land area. According to the 2011 Census, the population is about 33,406,061.





## Flora and Fauna

Keralam has a variety of plants and animals. Forests cover 29% to 30% of the total area. The Western Ghats, which run along the side of the state have a lot of biodiversity. Keralam has 15 wildlife sanctuaries and 6 national parks, including the Periyar Tiger Reserve and Silent Valley National Park. Athirappilly Falls, in the Thrissur district is known as one of the famous waterfalls in the area.

## Cultural Specificities

In addition to its beauty Keralam is known for its performing arts, backwaters and special style of architecture. For years, different religious and cultural influences, including traditional Hindu, Christian and Islamic traditions have helped shape its unique cultural identity.






## Language

Malayalam is the language of Keralam and is spoken by most of the people. Malayalam is recognised as one of the Classical Languages of India. In the local language, it is called Malamuzhanni Vezhambal.

## Food

Keralam food is known for using a lot of coconut, spices and rice. Traditional meals served on a banana leaf (*sadya*) include dishes like Avial ( vegetable curry), Thoran (vegetable stir-fry with coconut) *sambar, pachadi, rasam* and *payasam* (sweet dessert pudding). Popular food combinations are Appam with stew and *Puttu* with *Kadala* curry.



## Fairs and Festivals

Onam is Keralam's harvest festival and the biggest cultural event. It takes place in the month of Chingam (August–September). Celebrations include *Pookkalam* (carpets), traditional feasts (*Onasadya*), and big snake boat races (*Vallam Kali*). *Vishu* is the Malayalam New Year celebrated in April with the viewing of the auspicious Vishukkanani.







## Important Sites

**Eravikulam National Park:** It is located in the Idukki district. It is home to the rare Nilgiri Tahr and Anamudi peak.

**Kochi (Cochin):** A port city known for its old buildings, Fort Kochi and traditional Chinese fishing nets.

**Alappuzha (Alleppey):** It is famous around the world for its backwaters and traditional houseboat tourism.

**Sree Padmanabhaswamy Temple:** It is located in Thiruvananthapuram. This is a temple with detailed Dravidian-style design.

**Muziris Heritage Site:** A port area showing Keralam's history of international trade that goes back, over a thousand years.

## Dance

**Kathakali:** A classical dance-drama known for its makeup detailed face masks and expressive hand gestures (*mudras*).

**Mohiniyattam:** A dance form mostly performed by women, known for its smooth movements and elegant expressions.

Other traditional and folk dance forms include Theyyam, Thullal, Koodiyattam and Oppana.





## Performing Arts and Traditions

Traditional percussion groups such as Panchavadyam and Chenda Melam are very important in festival processions and temple events throughout the state.

| Key Facts | |
|---|---|
| Capital | Thiruvananthapuram (also known as Trivandrum) |
| Official Language | Malayalam |
| Literacy Rate | 96.2% (HIGHEST IN INDIA) |
| Population | 33.4 million (33,406,061 as, per the 2011 Census) |

## Visual Arts and Crafts

Keralam is famous for its handloom weaving—the Kasavu cotton sarees with gold borders. Other famous crafts include wood carvings, coconut shell handicrafts and *Nettur petti* (jewel boxes).



# रम्माण हिमालय का अनुष्ठानिक लोक रंगमंच

भारत की सांस्कृतिक विविधता केवल प्राचीन ग्रंथों में ही नहीं, अपितु दुर्गम हिमालयी अंचलों की लोक-परंपराओं में भी जीवंत है। उत्तराखंड के चमोली जनपद के सलूर-डूंगरा गांवों में लोग प्रत्येक वर्ष वैशाख माह (अप्रैल) के अंत में एक अत्यंत विशिष्ट और दुर्लभ अनुष्ठानिक उत्सव के साक्षी बनते हैं, जिसे 'रम्माण' कहा जाता है। यह उत्सव केवल एक मेला या धार्मिक आयोजन नहीं है, वरन यह रंगमंच, संगीत, ऐतिहासिक गाथाओं और मौखिक परंपराओं का एक बहुआयामी सांस्कृतिक महाकुंभ है। स्थानीय लोक मान्यताओं और जनश्रुतियों के अनुसार, रम्माण की आरंभ आठवीं सदी में आदिगुरु शंकराचार्य के समय से मानी जाती है। तब से ग्रामीण आज तक विधि-विधान से रम्माण का आयोजन करते आ रहे हैं।

रम्माण मूलतः स्थानीय ग्राम-देवता 'भूमियाल देवता' के सम्मान में आयोजित किया जाता है। ग्रामीण मान्यताओं के अनुसार, भूमियाल देवता गाँव के रक्षक हैं और पूरे उत्सव का केंद्र उनका मंदिर ही होता है। इस आयोजन की सबसे बड़ी विशेषता यह है कि जो परिवार सालभर भूमियाल देवता का आतिथ्य-सत्कार करता है। उसे एक अत्यंत संयमित दैनिक दिनचर्या और पवित्र अनुष्ठानों का पालन करना होता है। यह परंपरा मनुष्य और दैवीय शक्ति के बीच के गहरे आध्यात्मिक जुड़ाव को दर्शाती है।

रम्माण किसी एक व्यक्ति का उत्सव नहीं है; यह संपूर्ण समुदाय के सामूहिक प्रयासों का प्रतिफल है। इस उत्सव में गाँव की प्रत्येक जाति और व्यवसाय समूह की एक विशिष्ट, पूर्व-निर्धारित भूमिका होती है, जो इसे सामाजिक समरसता का एक उत्कृष्ट उदाहरण बनाती है।

रम्माण का मंचीय स्वरूप विशिष्ट एवं कलात्मक है। इसमें रामायण के प्रसंगों जैसे—





राम जन्म, वन गमन, स्वर्ण मृग वध, सीता हरण और लंका दहन का मंचन तो होता ही है, साथ ही स्थानीय लोक कथाओं, मिथकों और ऐतिहासिक प्रसंगों का भी मंचन होता है। प्रमुख प्रदर्शनों में सूरज ईश्वर नृत्य, गणेश कालिका नृत्य, गान्ना-गुन्नी नृत्य, म्वर-म्वरीण नृत्य, ख्यलारी नृत्य, राणी राधिका नृत्य, बुढदेवा नृत्य, पांडवनृत्य आदि प्रमुख हैं।

रम्माण लोक रंगमंच की मुख्य विशेषता मुखौटा नृत्य-नाट्य हैं, जिनके माध्यम से रामकथा और अन्य प्रसंगों का मंचन किया जाता है। ये मुखौटे मुख्य रूप से देवदार या भोजपत्र की लकड़ी से बनाए जाते हैं, उनके रंग-रोगन में शहद, हल्दी, आटा, तेल, कालिख और पौधों का प्रयोग होता है।



प्रदर्शन के दौरान संवाद नहीं बोले जाते, न ही कोई भव्य मंच सज्जा होती है। बस मुखौटे, लय और 'जागर' (गायन) का संगम होता है। संपूर्ण प्रस्तुति संगीत पर आधारित होती है, विशेष रूप से, 12 ढोल, 12 दमाउ, 8 भंकोर वाद्ययंत्र और 18 अद्वितीय लयबद्ध पैटर्न का एक समूह। 18 प्रतीकात्मक मुखौटे पहने कलाकार कथाओं का प्रदर्शन करते हैं।

रम्माण ग्रामीणों की पर्यावरणीय, आध्यात्मिक एवं सांस्कृतिक अवधारणा का जीवंत प्रतिबिंब है। इसमें प्रस्तुत किए जाने वाले कई नृत्य और प्रसंग प्रत्यक्ष रूप से कृषि, वन एवं प्रकृति से जुड़े होते हैं, जो मानव और पर्यावरण के बीच संतुलन का संदेश देते हैं। इसके माध्यम से समुदाय न केवल अपनी स्थापना से जुड़ी पौराणिक कथाओं को अभिव्यक्त करता है, अपितु अपनी जड़ों से जुड़कर अपने आत्मसम्मान और सामूहिक पहचान को भी पुष्ट करता है। आधुनिकता एवं पलायन के इस समय में हिमालयी लोक कलाओं पर विलुप्त होने का खतरा मंडरा रहा है। समुदाय और भारत सरकार के इन्हीं प्रयासों के परिणामस्वरूप, यूनेस्को (UNESCO) ने 2009 में रम्माण को 'मानवता की अमूर्त सांस्कृतिक धरोहर' की प्रतिनिधि सूची में सम्मिलित किया है।



# शिक्षा का महत्व

शिक्षा हमारे जीवन का आधार है, इस पर विद्वानों ने बहुत कुछ कहा है— डॉ. भीमराव अंबेडकर शिक्षा को सशक्तीकरण, समानता व सामाजिक न्याय का सबसे शक्तिशाली साधन मानते थे। उनका प्रसिद्ध कथन, "शिक्षित बनो, संगठित रहो और संघर्ष करो।", समाज को जगाने का मूलमंत्र है। उन्होंने शिक्षा को अज्ञानता एवं दासता से मुक्ति की कुंजी माना था।

स्वामी विवेकानंद के अनुसार, शिक्षा का अर्थ केवल किताबी ज्ञान एकत्र करना नहीं, बल्कि मनुष्य के भीतर मौजूद पूर्णता को बाहर लाना है। उन्होंने ऐसी 'मानव निर्माण' शिक्षा पर जोर दिया जो चरित्र निर्माण करे, मन की शक्ति बढ़ाए तथा व्यक्ति को निडर और आत्मनिर्भर बनाए।

जिस प्रकार बिना तराशे या बिना श्रृंगार के किसी भी वस्तु— चाहे वह पत्थर की बेजान मूर्ति हो या बहुमूल्य हीरा का आकर्षक होना असंभव है, ठीक उसी प्रकार व्यक्ति का व्यक्तित्व मुख्यतः उसकी अच्छी शिक्षा पर निर्भर करता है। शिक्षा के बिना व्यक्ति सींग और पूँछ रहित पशु के समान है। शिक्षा का अर्थ अत्यंत व्यापक है; इसमें जीवन का सर्वांगीण विकास समाहित है। शास्त्रों में यहाँ तक कहा गया है कि—

**"माता शत्रु: पिता वैरी, येन बालो न पाठित:।**
**न शोभते सभामध्ये, हंसमध्ये बको यथा॥"**

अर्थात् जो माता-पिता अपने बच्चों को नहीं पढ़ाते, वे उनके शत्रु के समान हैं। विद्वानों की सभा में अनपढ़ व्यक्ति कभी सम्मान नहीं पा सकता; वह वहाँ हंसों के बीच बगुले की तरह होता है।

वास्तव में व्यक्ति का उठना-बैठना, बोलना, आचरण और व्यवहार उचित शिक्षा पर ही निर्भर करता है। कहा गया है कि—

**"विद्या ददाति विनयं विनयाद् याति पात्रताम्।**
**पात्रत्वात् धनम् आप्नोति धनाद् धर्म तत: सुखम्॥"**

अर्थात् विद्या से विनम्रता और विनम्रता से योग्यता आती है। योग्यता से धन प्राप्त होता है, धन से धर्म के कार्य होते हैं और उसी से सुख मिलता है।

शिक्षित व्यक्ति या विद्वान को राजा से भी श्रेष्ठ बताते हुए कहा गया है कि—

**"विद्वत्वं च नृपत्वं च, नैव तुल्यं कदाचन।**
**स्वदेशे पूज्यते राजा, विद्वान सर्वत्र पूज्यते॥"**

अर्थात् राजा और विद्वान की कभी तुलना नहीं की जा सकती, क्योंकि राजा केवल अपने राज्य में सम्मान पाता है, जबकि विद्वान सर्वत्र पूजा जाता है।

अंत में, यह भी उल्लेखनीय है—

**"न चोरहार्यं न राजहार्यं, न भ्रातृभाज्यं न च भारकारी।**
**व्यये कृते वर्धते एव नित्यं, विद्याधनं सर्वधनंप्रधानम्॥"**

अर्थात्, विद्या रूपी धन को न कोई चोर चुरा सकता है, न राजा छीन सकता है। न भाइयों में इसका बँटवारा होता है और न ही यह बोझिल है। यह खर्च करने पर नित्य बढ़ता है; इसलिए विद्या सभी धनों में श्रेष्ठ है।

विदुषी सिंह
कक्षा– 8
जे.बी. एकेडमी, फैजाबाद, उत्तर प्रदेश



POEM

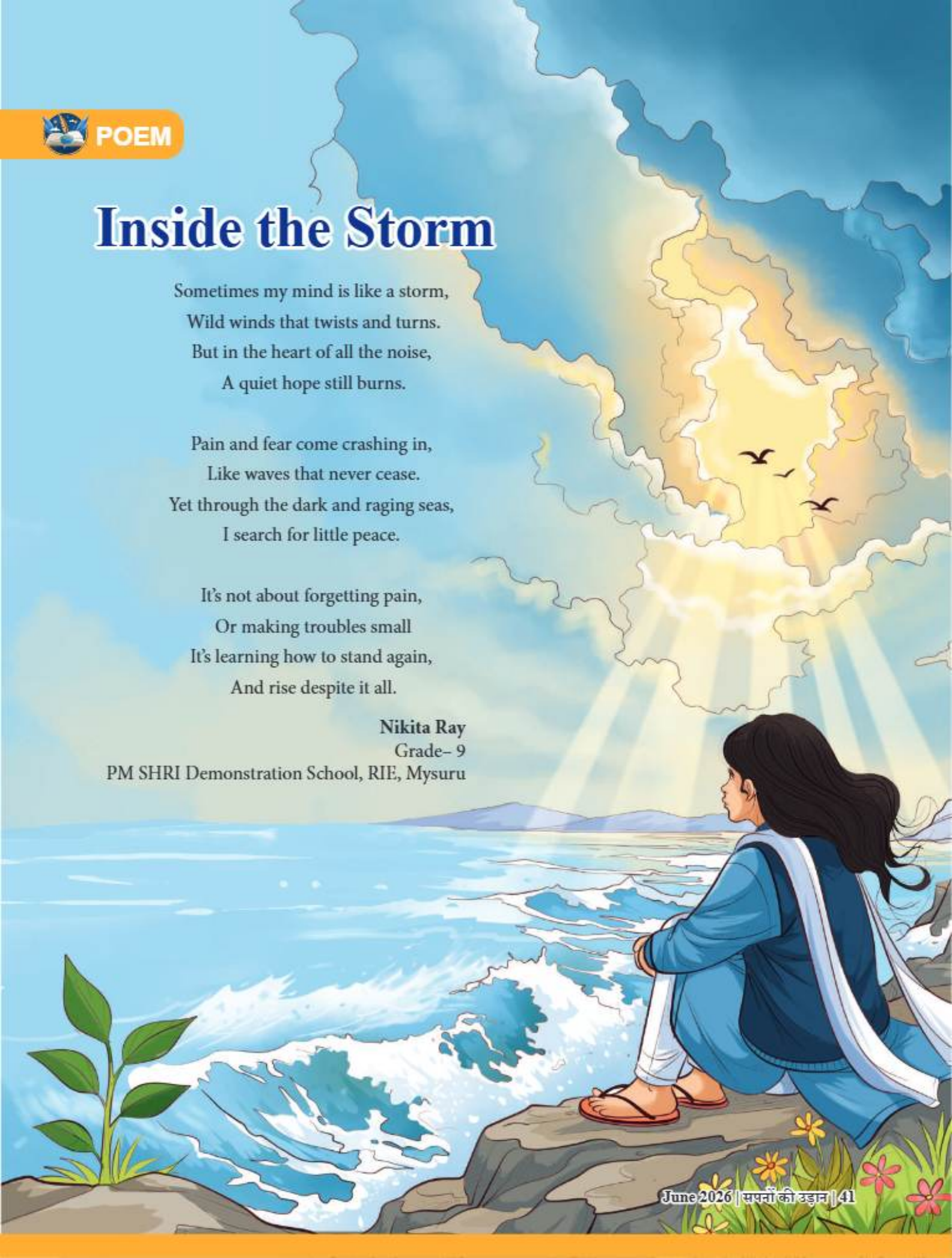
# Inside the Storm

Sometimes my mind is like a storm,
Wild winds that twists and turns.
But in the heart of all the noise,
A quiet hope still burns.

Pain and fear come crashing in,
Like waves that never cease.
Yet through the dark and raging seas,
I search for little peace.

It's not about forgetting pain,
Or making troubles small
It's learning how to stand again,
And rise despite it all.

**Nikita Ray**
Grade– 9
PM SHRI Demonstration School, RIE, Mysuru



COMIC STRIP

# The Bottle of EMOTIONS

**Characters:**

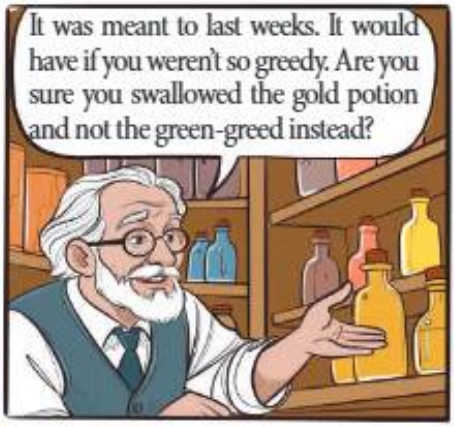
- Shopkeeper
- Man
- Woman
- Misery Man

**Setting:** A world where humans live without real emotions. To feel anything, they must buy bottled emotions.



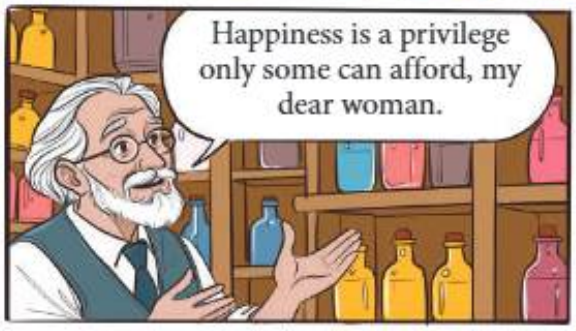


















That one's been coming here for years. He only buys misery. That's all he can afford.

What would you like to buy today?

Misery...
Joy...
Disguest...
Fury...
Envy...
Fear...
Love...
Loathing...
Power...
So… what will it be?

All of them.

Pardon?

I want all of them.

You're bound to lose yourself.

I beg you. I have never felt anything in my life. Ignorance was my home.

Well … I can't forbid you from living.

Why? Why would you do this? Look at your pathetic condition! I almost feel guilty.

I want to feel. I want it to be real.

The shop I run is a means to manipulate and enslave humans. This organisation, with its greed for control, sucked all emotion out of humanity some odd 30 years back and sold the same potions back to them. I am just a middleman, a trader of human emotions.



How can I not be heartless… The only bargain was that I could keep my emotions, but I do not wish to feel anymore. I am corrupted.



**Harmehar,** Grade– 10
Delhi Public School, Sec-24 Phase III, Rohini, New Delhi

लेख

# शैला नृत्य

हम अक्सर गाँवों वों में किसी भी त्योहार जैसे— होली, रक्षाबंधन, दीपावली, दशहरा आदि में नृत्य करते हैं। यह नृत्य छत्तीसगढ़ और मध्य प्रदेश के आदिवासी अंचलों में अत्यधिक लोकप्रिय है। इस नृत्य में मांदर, झांझ, टिमकी, और मंजीरा की थाप पर गाँव के सभी पुरुष और महिलाएँ एक-दूसरे का हाथ पकड़कर या कमर पर हाथ रखकर गोल घेरे में नृत्य करते हैं। नृत्य में लोग अपने सुख-दुख, प्रेम, खेती-किसानी और जीवन के अनुभवों को गीतों में पिरोकर करमा गाते हैं और इन सबके विषय में खुद को बताते हैं। इस नृत्य में गौड़ (गोंड) और बैगा जनजाति में अधिक प्रचलित है। हमारे यहाँ के दो करमा गीतों की पंक्तियाँ हैं —

"नहे डोंगर पैल्हे डोंगर, घटिया खाल्हे,
पुंरौकिदर-किदर के पानी पीयब लाल मूँह के सुआ!"
और
"तार हरो नाना तार नापरो नाला
तरनाको लातामोर नाना हो
तरनाये नाता री नाय शैला री सा!"

ऐसे और भी गीत हैं जिन्हें लोग गाँवों में गाते और नृत्य करते हैं। यह गाँव के लोगों का पारंपरिक नृत्य है। यह मध्यप्रदेश के मंडला जिला का प्रसिद्ध नृत्य है। इसमें लोग सफेद/पीली धोती पहनते हैं। ऊपर कुर्ता और सिर पर पीला गमछा बंधा होता है। वहाँ पर मोर की कलगी लगाकर नृत्य करते हैं और गले पर पीला गमछा लटका होता है। पैरों और हाथों में भी अच्छी-अच्छी सजावट करते हैं। जब सभी लोग ताल मिलाकर नृत्य करते हैं तो बहुत अच्छा लगता है। इसे देखकर हमें हमारी संस्कृति की याद आ जाती है।

इसी नृत्य की तरह गोंड चित्रकला भी प्रसिद्ध है। इसमें पेड़-पौधे, पशु-पक्षी और इंसानों को बहुत अच्छे से दर्शाया जाता है। इस शैला नृत्य को छोटे-छोटे बच्चे भी बहुत पसंद करते हैं। वो भी चाहते हैं कि इस नृत्य को हम भी करें। यदि बच्चे नृत्य करना चाहते हैं तो वो करते हैं। यह नृत्य पूरे भारत भर में धीरे-धीरे प्रसिद्ध होता जा रहा है।

लोग इसे अपनी परंपरा भी मानते हैं। इस नृत्य को खासकर गाँवों में किया जाता है क्योंकि गाँव के लोगों लोगों को इसके विषय में सब कुछ पता होता है— मांदर, ढोलक और मंजीरा की थाप कैसी होनी चाहिए, नृत्य कैसे करना है, तथा शैला व करमा कैसे गाना है। यह लोगों का एक बेहद प्रसिद्ध एवं आत्मीय नृत्य है।

**ज्ञान प्रकाश करचाम**
कक्षा– 8
एकलव्य मॉडल आवासीय विद्यालय, घिंघरी,
मंडला, मध्य प्रदेश

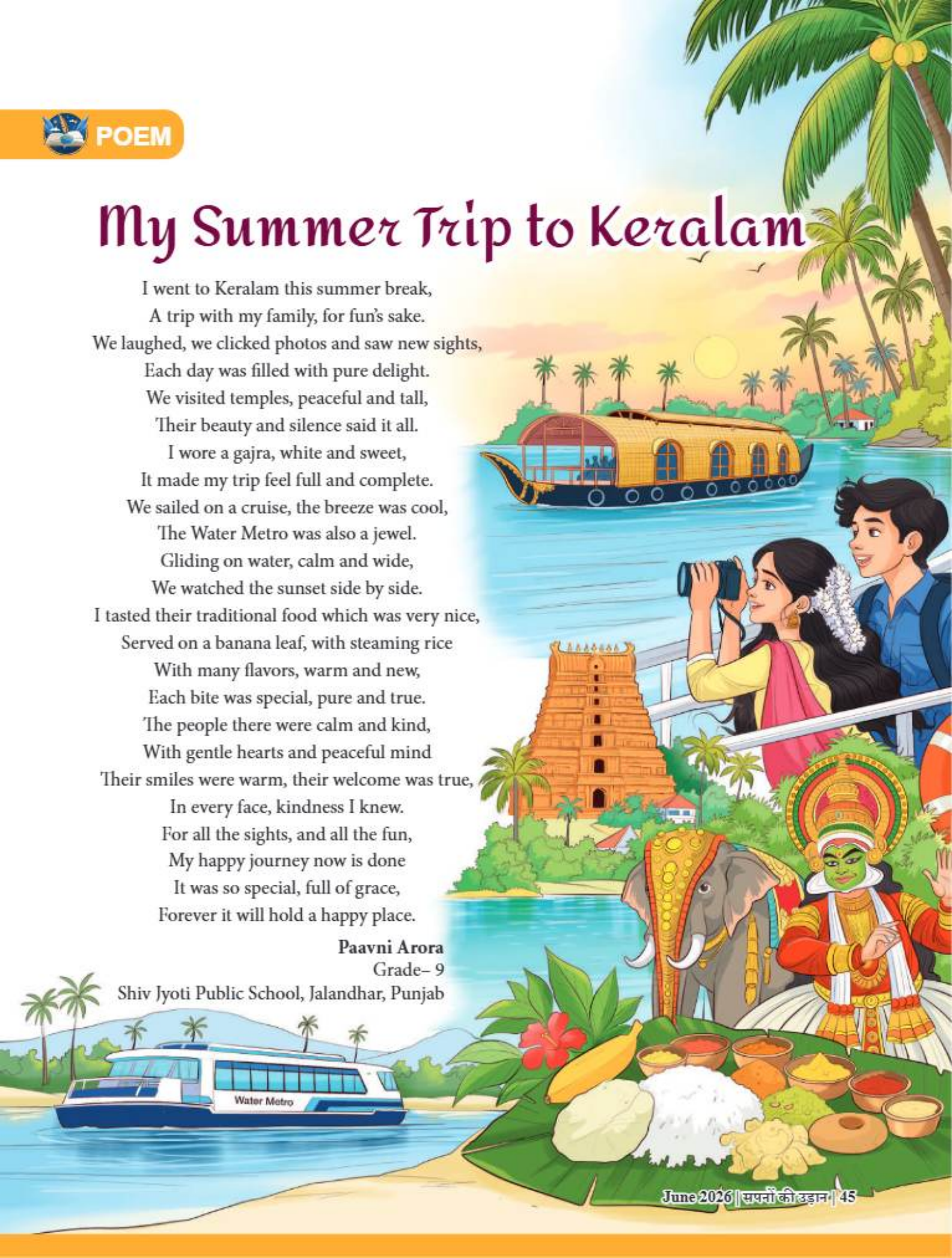


POEM

# My Summer Trip to Keralam

I went to Keralam this summer break,
A trip with my family, for fun's sake.
We laughed, we clicked photos and saw new sights,
Each day was filled with pure delight.
We visited temples, peaceful and tall,
Their beauty and silence said it all.
I wore a gajra, white and sweet,
It made my trip feel full and complete.
We sailed on a cruise, the breeze was cool,
The Water Metro was also a jewel.
Gliding on water, calm and wide,
We watched the sunset side by side.
I tasted their traditional food which was very nice,
Served on a banana leaf, with steaming rice
With many flavors, warm and new,
Each bite was special, pure and true.
The people there were calm and kind,
With gentle hearts and peaceful mind
Their smiles were warm, their welcome was true,
In every face, kindness I knew.
For all the sights, and all the fun,
My happy journey now is done
It was so special, full of grace,
Forever it will hold a happy place.

**Paavni Arora**
Grade– 9
Shiv Jyoti Public School, Jalandhar, Punjab



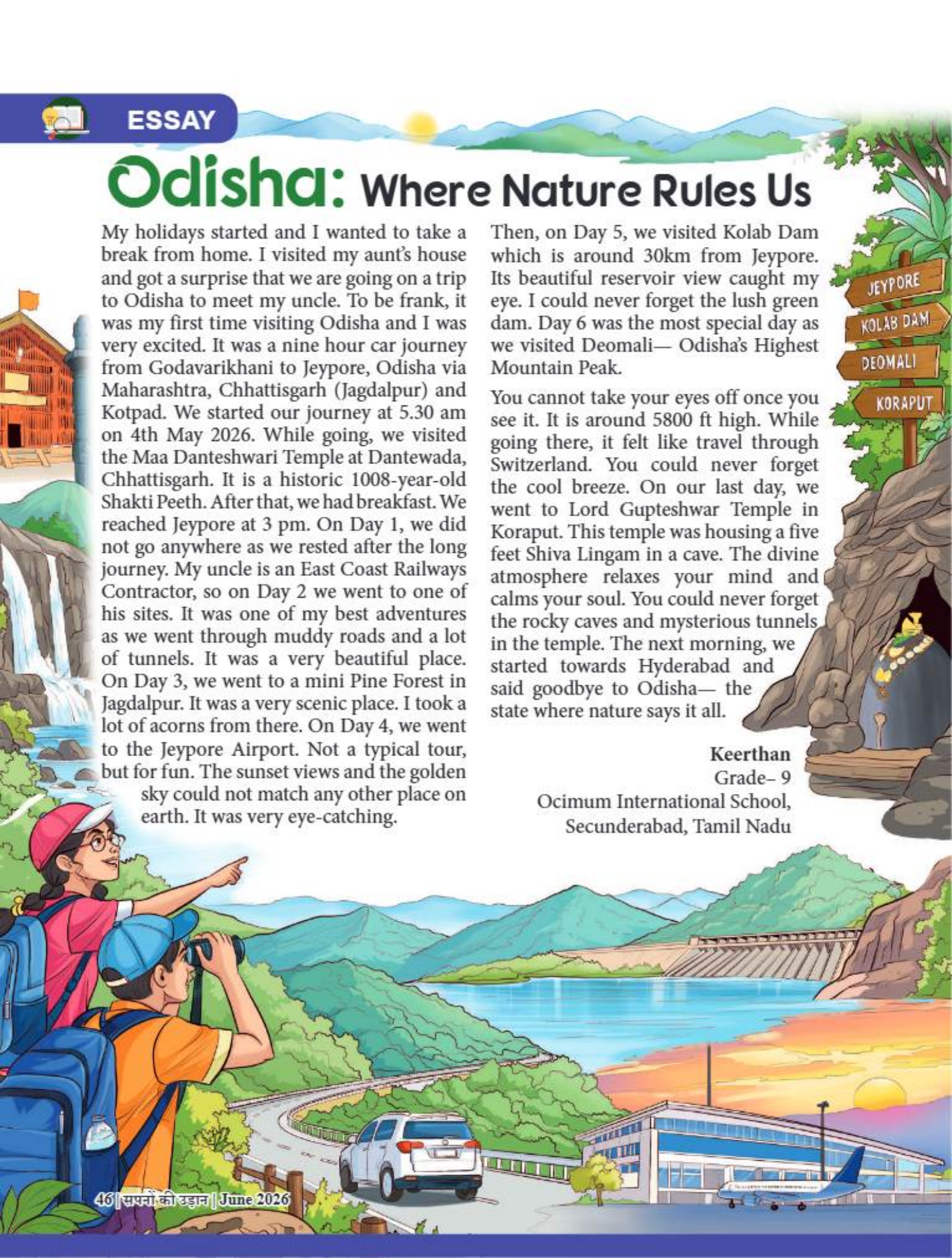
# Odisha: Where Nature Rules Us

My holidays started and I wanted to take a break from home. I visited my aunt's house and got a surprise that we are going on a trip to Odisha to meet my uncle. To be frank, it was my first time visiting Odisha and I was very excited. It was a nine hour car journey from Godavarikhani to Jeypore, Odisha via Maharashtra, Chhattisgarh (Jagdalpur) and Kotpad. We started our journey at 5.30 am on 4th May 2026. While going, we visited the Maa Danteshwari Temple at Dantewada, Chhattisgarh. It is a historic 1008-year-old Shakti Peeth. After that, we had breakfast. We reached Jeypore at 3 pm. On Day 1, we did not go anywhere as we rested after the long journey. My uncle is an East Coast Railways Contractor, so on Day 2 we went to one of his sites. It was one of my best adventures as we went through muddy roads and a lot of tunnels. It was a very beautiful place. On Day 3, we went to a mini Pine Forest in Jagdalpur. It was a very scenic place. I took a lot of acorns from there. On Day 4, we went to the Jeypore Airport. Not a typical tour, but for fun. The sunset views and the golden sky could not match any other place on earth. It was very eye-catching.

Then, on Day 5, we visited Kolab Dam which is around 30km from Jeypore. Its beautiful reservoir view caught my eye. I could never forget the lush green dam. Day 6 was the most special day as we visited Deomali— Odisha's Highest Mountain Peak.

You cannot take your eyes off once you see it. It is around 5800 ft high. While going there, it felt like travel through Switzerland. You could never forget the cool breeze. On our last day, we went to Lord Gupteshwar Temple in Koraput. This temple was housing a five feet Shiva Lingam in a cave. The divine atmosphere relaxes your mind and calms your soul. You could never forget the rocky caves and mysterious tunnels in the temple. The next morning, we started towards Hyderabad and said goodbye to Odisha— the state where nature says it all.

**Keerthan**
Grade– 9
Ocimum International School,
Secunderabad, Tamil Nadu



# राम की लीला

चलो राम की लीला देखने चलते हैं।
रघुकुल-रीत सीखने चलते हैं।
बुराई में अच्छाई की जीत देखने चलते हैं।
चलो राम की लीला देखने चलते हैं।

राम की बहादुरी के किस्से सुनने चलते हैं।
सीता स्वयंवर का आनंद लेने चलते हैं।
माँ कैकेयी का वचन निभाने राजघराना छोड़
राम वनवास को निकल पड़ते हैं,
यह त्याग सीखने चलते हैं।
चलो राम की लीला देखने चलते हैं।

जब रावण करता है सीता का अपहरण,
रघुवर व्याकुल हो जाते हैं।
वानर सेना ले करके वे समुद्र पार कर जाते हैं।
लंका जाकर रावण का वध, श्रीराम हमारे करते हैं।

श्रीराम की विवशता देखने चलते हैं।
चलो राम की लीला देखने चलते हैं।
लेकर चलना कुछ रोटी और पानी,
संग लेके जाना अपनी दादी और नानी।
माता सीता की अग्नि-परीक्षा देखने चलते हैं,
चलो राम की लीला देखने चलते हैं।

**कामाक्षा**
कक्षा- 10
एकलव्य मॉडल आवासीय विद्यालय, खटीमा, उधम सिंह नगर, उत्तराखंड

लेख

# ओडिशा का पारंपरिक लोक रंगमंच- जात्रा

### परिचय

जात्रा ओडिशा की सबसे प्रसिद्ध और प्राचीन लोक नाट्य परंपराओं में से एक है। यह लोक रंगमंच नाटक, संगीत, नृत्य और अभिनय का सुंदर संगम है। सदियों से यह कला लोगों का मनोरंजन करने के साथ-साथ उन्हें नैतिक, सामाजिक और धार्मिक संदेश भी देती रही है। आज भी जात्रा ओडिशा की सांस्कृतिक पहचान का एक महत्वपूर्ण प्रतीक है।

### उत्पत्ति और इतिहास

जात्रा की शुरुआत धार्मिक उत्सवों और भक्ति आंदोलन के समय से मानी जाती है। प्रारंभ में इस में रामायण, महाभारत, श्रीमद् भागवत तथा भगवान श्रीकृष्ण और अन्य देवी-देवताओं के जीवन से जुड़ी कथाओं का मंचन किया जाता था। समय के साथ इसमें ऐतिहासिक घटनाओं, देशभक्ति और सामाजिक सुधार से जुड़े विषयों को भी शामिल किया जाने लगा।

### प्रमुख विशेषताएँ

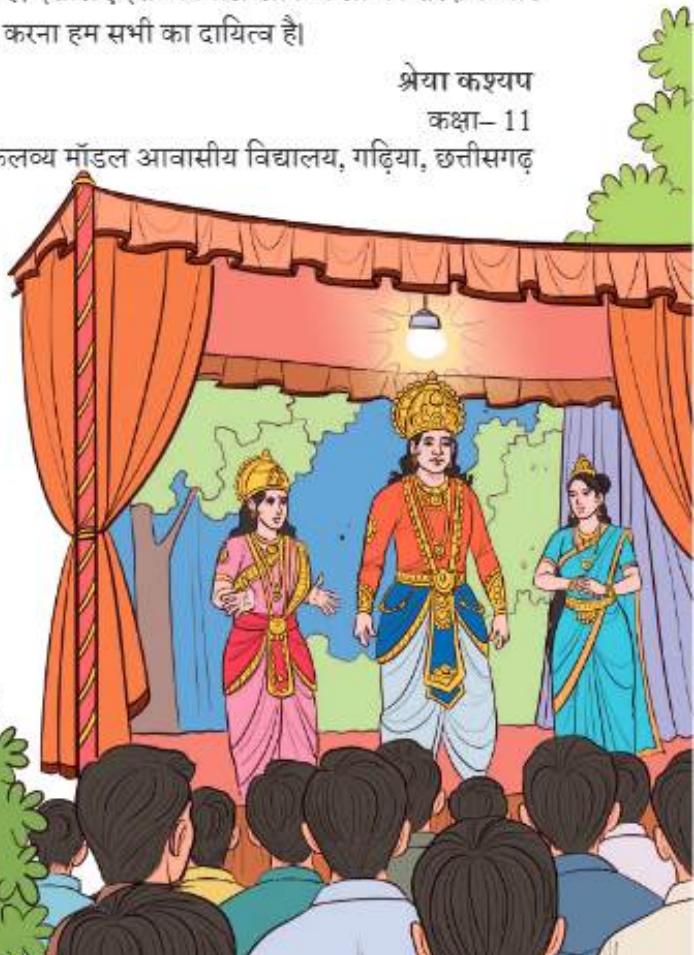
- जात्रा का मंचन प्रायः खुले मैदान में किया जाता है।
- कलाकार रंग-बिरंगी वेशभूषा, आकर्षक आभूषण और भव्य शृंगार धारण करते हैं।
- इसमें अभिनय के साथ गीत, संगीत और नृत्य का विशेष महत्व होता है।
- कलाकार अपनी प्रभावशाली आवाज, संवाद और हाव-भाव से दर्शकों को मंत्रमुग्ध कर देते हैं।
- मंच-सज्जा साधारण होती है, लेकिन कलाकारों का अभिनय अत्यंत प्रभावशाली होता है।

### सांस्कृतिक महत्व

जात्रा ओडिशा की लोक संस्कृति और परंपराओं को जीवित रखने का महत्वपूर्ण माध्यम है। यह समाज में नैतिक मूल्यों, सामाजिक एकता, देशभक्ति और सांस्कृतिक चेतना का प्रसार करती है। ग्रामीण क्षेत्रों में आज भी लोग बड़ी संख्या में जात्रा देखने के लिए एकत्रित होते हैं। वर्तमान स्थिति आधुनिक मनोरंजन के साधनों जैसे टेलीविजन, सिनेमा और इंटरनेट के बढ़ते प्रभाव के बावजूद जात्रा आज भी अपनी लोकप्रियता बनाए हुए है। अनेक कलाकार, सांस्कृतिक संस्थाएँ और राज्य सरकार इसके संरक्षण और प्रचार-प्रसार के लिए निरंतर प्रयास कर रही हैं। जात्रा केवल एक लोक नाट्य शैली नहीं, बल्कि ओडिशा की समृद्ध सांस्कृतिक विरासत का जीवंत प्रतीक है। यह कला हमारी परंपराओं, लोक कथाओं और सांस्कृतिक मूल्यों को एक पीढ़ी से दूसरी पीढ़ी तक पहुँचाने का महत्वपूर्ण माध्यम है। इसलिए इस अनमोल लोक कला का संरक्षण और संवर्धन करना हम सभी का दायित्व है।

श्रेया कश्यप
कक्षा– 11
एकलव्य मॉडल आवासीय विद्यालय, गढ़िया, छत्तीसगढ़





# STUMP

## Your Friends

1. भारतीय प्रदर्शन-कलाओं का आदि-ग्रंथ किस ग्रंथ को कहा जाता है?
   क. श्रीरामचरितमानस ख. मेघदूत
   ग. नाट्यशास्त्र घ. शिव पुराण

2. उत्तर भारत में लोक रंगमंच की परंपरा मुख्य रूप से किस आंदोलन से प्रेरित है?
   क. स्वतंत्रता आंदोलन ख. भक्ति आंदोलन
   ग. हरित क्रांति घ. भारत छोड़ो आंदोलन

3. महाराष्ट्र का प्रसिद्ध 'लावणी' नृत्य किस लोकनाट्य शैली का हिस्सा है?
   क. भांगड़ा ख. तमाशा
   ग. रासलीला घ. ड्रामा

4. नेशनल स्कूल ऑफ ड्रामा कहाँ स्थित है?
   क. दिल्ली ख. कोलकाता
   ग. जयपुर घ. पुणे

5. ओडिशा और बंगाल क्षेत्र में जात्रा लोककला का प्रचार-प्रसार मुख्य रूप से किस संत ने किया था?
   क. भगत कबीर ख. संत रविदास
   ग. गुरु नानक देव जी घ. चैतन्य महाप्रभु

6. दक्षिण भारत की लोक रंगमंच परंपरा की विशेषता क्या है?
   क. अलंकृत वेशभूषा ख. संगीत
   ग. संवाद घ. मुखौटे

7. केरल की 'कुटियट्टम' संस्कृत नाट्यकला कितने वर्ष पुरानी है?
   क. 79 वर्ष ख. 150 वर्ष
   ग. 1000 वर्ष घ. 2000 वर्ष

8. कश्मीर का 'रऊफ' नृत्य किस विशेष अवसर पर अवश्य किया जाता है?
   क. जन्म ख. विवाह
   ग. शिक्षा आरंभ घ. नामकरण

9. गोस्वामी तुलसीदास जी के गुरु का नाम क्या था?
   क. नरहरिदास ख. रामदास
   ग. चाणक्य घ. द्रोणाचार्य

10. जलकंडेश्वर मंदिर तमिलनाडु के किस शहर में स्थित है?
    क. चेन्नई ख. वेल्लोर
    ग. रामेश्वरम घ. कांचीपुरम

ARTICLE

# Pulling the Strings: The Magical World of Indian Puppet Theatre

Puppet theatre, known in India as Putul Kala, is fundamentally a captivating illusion where a skilled puppeteer breathes life and spirit into an inanimate figure. During a traditional performance, the audience is confronted with a magical dual presence—the omnipresent master performer sharing the theatrical space with the puppet characters they skillfully manipulate with their own hands.

## A Tradition Woven in Time

Puppetry is one of India's most ancient and vibrant art forms. Its origins might even trace back to prehistoric times when early humans were fascinated by the dancing shadows they cast on cave walls. According to a traditional legend of the Nat-bhat community of Rajasthan, the Hindu God Brahma created the very first puppeteer to entertain his wife, Saraswati, before eventually banishing him to earth! Because of this old connection to puppetry, a director in traditional Indian plays is called a sutradhara, which simply means 'the one who holds the strings'.

## Four Flavours of Magic

Across India, this living heritage flourishes in four distinct styles.

## Hand or Glove Puppets

In this form of puppetry, the performer wears the puppet like a glove, slipping their fingers into the hollow head to control its movements. Typically, the puppeteer's forefinger acts as the puppet's head, while the thumb and third finger serve as its two hands. This style is commonly found in Keralam, Uttar Pradesh, Orissa, and West Bengal. In Keralam, the tradition is called Pava Kathakali, where delicately carved, wooden puppets are painted and decorated with coral and peacock feathers to resemble Kathakali actors, performing episodes from the Mahabharata. Orissa's glove puppet tradition is known as Kundhei Nach. In Uttar Pradesh, the Gulabo-Sitabo tradition has been active around Lucknow since the seventeenth century, humorously depicting two wives— one arrogant and one docile—married to the same man. In West Bengal's Medinipur district, itinerant performers stage Benir Putul Naach using puppets with terracotta heads, wooden limbs, and bells attached to their wrists.

## Rod Puppets

Rod puppets are generally larger than glove puppets and are supported and controlled from below by rods of varying sizes and types. This tradition is prominent in Orissa, West Bengal, and Jharkhand. In Orissa, the Kathikundhei Nach utilises painted wooden puppets standing about 60 centimeters tall to enact the Ramayana and stories of the Goddess Durga slaying the demon Mahisha. West Bengal is home to Daanger Putul Nach, which features massive puppets standing up to 1.25 meters tall and weighing between 5 and 10 kilograms. These heavy puppets have faces painted in the traditional pata style and are used to perform epics and local myths in a theatrical style that closely resembles popular jatra performances. Tamil Nadu also has a composite puppet form called Bommalattam, which merges both rod and string techniques; uniquely, the rods in this tradition are attached to the puppets from above.



## String Puppets

They are also known as marionettes, string puppets have body parts connected by threads that the puppeteer uses to control their movements. This genre is widespread across states such as Rajasthan, Orissa, Karnataka, Tamil Nadu, Andhra Pradesh, Maharashtra, Assam, Manipur, and West Bengal. In Rajasthan, the tradition is called kathputli, featuring 1.5-foot tall puppets carved from a single block of wood with stuffed rag arms and long, flowing skirts that hide their feet. These are manipulated by nomadic Nats or Bhats using just two or three strings to narrate legends like that of Amar Singh Rathore. Karnataka's Sutrada Gombeyetta utilizes 1-meter tall, heavy wooden puppets designed to closely resemble the costumes and makeup of traditional Yakshagana theatre. Tamil Nadu's Bommalattam string puppets are among the largest in the country, standing up to 4.5 feet tall and weighing over 10 kilos. Meanwhile, Orissa's sakhi kundhei puppets are operated with five to seven strings attached to a triangular wooden control to enact Radha-Krishna legends.

## Shadow Puppets

Considered one of the oldest forms of puppetry, shadow puppets are flat figures operated against the rear of a tightly stretched white cloth screen. With a light placed behind them, the audience views the moving shadows cast upon the screen. This art form is found in Andhra Pradesh, Karnataka, Keralam, Maharashtra, Orissa, and Tamil Nadu. Orissa's Ravan Chhaya tradition uses unpainted, jointless puppets made from deer, mountain goat, or sheep skins to project natural-coloured shadows. In Keralam, Tholpavai Koothu features opaque puppets that cast stark black-and-white shadows during performances dedicated to the Mother Goddess Bhagavathi. Conversely, Andhra Pradesh's Tolu Bommalatta utilises jointed, human-sized translucent puppets that cast beautifully coloured shadows on the screen to narrate epics like the Mahabharata. Similarly, Karnataka's Todale Gombeatta employs translucent, coloured shadow puppets operated by the Killikyeta tribe.

## Stories That Bind Us

Traditionally, puppeteers were wandering storytellers who captivated audiences with grand epics like the *Ramayana* and *Mahabharata*, as well as exciting tales of local heroes like the brave Rajput chieftain Amar Singh Rathore. Beyond just entertainment, these performances hold immense cultural value. Historically, they were believed to cure illnesses, bring rain, and teach moral lessons about good defeating evil. The artists are often excellent singers who play their own musical instruments, and they sometimes use their comic characters to cleverly joke about society. Today, artists also use puppets in schools to spread awareness about modern issues like forest conservation and health care.

## The Hands Behind the Strings

For traditional artist families, such as the nomadic Nats or Karnataka's Viswakarma community, learning puppetry is a crucial part of a child's education. To them, puppets are deeply sacred objects, not just theatrical props. Artists care for them by applying neem oil to protect against insects, and when a puppet becomes completely worn out, it is respectfully floated down a river or symbolically cremated.

Sadly, several traditional puppet forms are quickly fading away today. This decline is primarily due to a lack of patronage and the advent of popular mass media, which have steadily replaced this historic form of informal cultural dissemination and rural entertainment.

# चैल की अनूठी यात्रा

शहरी जीवन की अंतहीन भागदौड़, गाड़ियों का शोर और आसमान को छूती कंक्रीट की इमारतों के बीच अक्सर हम ज़िंदगी की असली लय को भूल जाते हैं। दिल्ली की इसी व्यस्त दिनचर्या से दूर जब हमारे विद्यालय की ओर से हिमाचल प्रदेश के एक सुदूर शांत गाँव चैल की यात्रा का प्रस्ताव आया तो मन में एक कौतूहल जाग उठा।

आमतौर पर लोग शिमला या मनाली जैसे प्रसिद्ध पर्यटन स्थलों का रुख करते हैं, लेकिन एक शांत, अनछुए पहाड़ी गाँव को करीब से देखने का यह अनुभव मेरे जीवन का सबसे खूबसूरत अध्याय बनने वाला था। इसका अंदाज़ा मुझे तब नहीं था।

दिल्ली से रातभर के सफर के बाद, जब सुबह हमारी बस ने हिमाचल की घुमावदार सड़कों पर कदम रखा, तो खिड़की से आती ठंडी और शुद्ध हवा के झोंकों ने मैदानी इलाकों की सारी थकान पल भर में मिटा दी। चीड़ और देवदार के ऊँचे-ऊँचे पेड़ों से ढके पहाड़ मानो हमारा स्वागत कर रहे थे।

गाँव पहुँचते ही वहाँ की सादगी ने मेरा मन मोह लिया। मिट्टी और पत्थरों से बने पारंपरिक घर और सीढ़ीदार खेत आधुनिक चकाचौंध से कोसों दूर थे। यात्रा का सबसे खूबसूरत मोड़ तब आया जब मेरी मुलाकात गाँव के कुछ बच्चों से हुई। शहरी बच्चों की तरह उनके हाथों में महंगे गैजेट्स नहीं थे, लेकिन उनके चेहरों पर जो निष्छल और पावन मुस्कान थी, उसने मेरे दिल को छू लिया।

एक छोटे-से घर की पथरीली दहलीज पर बैठकर जब मैंने उनसे बातें कीं, तो महसूस हुआ कि जीवन की असली खुशी बड़ी-बड़ी सुख-सुविधाओं में नहीं, अपितु इस सादगी और अपनत्व में छिपी है। उनकी खिलखिलाहट ने मुझे पहाड़ों के कठोर जीवन के पीछे छिपी अद्भुत जीवंतता से रूबरू कराया।

चैल सिर्फ शांति और सादगी का नाम नहीं है; यह पहाड़ों की दुर्गम चुनौतियों को स्वीकार करने का भी नाम है। अगले ही दिन हमारी यात्रा एक साहसिक मोड़ पर आ खड़ी हुई। जब मैंने सुरक्षा उपकरण, हार्नेस और नीले रंग का हेलमेट पहना तो दिल की धड़कनें थोड़ी तेज हो गई थीं।

ऊँचे पहाड़ों के बीच रस्सी के सहारे घाटी को पार करना और खड़ी चट्टानों पर ट्रेकिंग करना केवल एक शारीरिक गतिविधि नहीं थी, वरन यह मेरे भीतर के डर पर विजय पाने का क्षण था। सामने गहरी खाई थी और ऊपर खुला आसमान। उस ऊँचाई पर खड़े होकर जब मैंने संतुलन बनाया, तो स्वयं पर एक अनोखा गर्व महसूस हुआ। इस रोमांच ने मुझे सिखाया कि आत्मविश्वास और दृढ़ संकल्प के बल पर जीवन की कठिन से कठिन चढ़ाई को पार किया जा सकता है।

जैसे-जैसे दिन ढलने लगा, पहाड़ों का मिज़ाज बदलने लगा। शाम के समय, जब आसमान ने सिंदूरी और सुनहरी चादर ओढ़ ली, तो मैं हाथ में चाय का गर्म प्याला थामे एक पहाड़ी चोटी पर जा खड़ी हुई। चारों तरफ गहरी शांति थी। सिर्फ ठंडी हवा की सरसराहट सुनाई दे रही थी। ढलते हुए सूरज की उस मद्धम रोशनी में दूर तक फैले पहाड़ों की सिल्हूट (आकृतियों) को देखना एक आध्यात्मिक अनुभव जैसा था। चाय की हर एक चुस्की के साथ मैं अपने भीतर एक नई ऊर्जा और शांति का अनुभव कर रही थी। उस पल मुझे एहसास हुआ कि कभी-कभी जीवन में ठहरना कितना आवश्यक होता है।

यह यात्रा केवल एक स्कूल ट्रिप नहीं थी, बल्कि मेरे लिए एक आत्म-साक्षात्कार की यात्रा थी। चैल के पहाड़ों ने मुझे सिखाया कि प्रकृति से बड़ा कोई शिक्षक नहीं होता। मैं अपने साथ केवल तस्वीरें ही नहीं, बल्कि जीवन को एक नए और व्यापक दृष्टिकोण से देखने का हुनर लेकर दिल्ली लौट रही थी।

गुंजीता सिंह
कक्षा- 10
लेंसर्स कॉन्वेंट सीनियर सेकेंडरी स्कूल, प्रशांत विहार,
रोहिणी, दिल्ली

# Brain Teaser: The Ultimate Knowledge and Science Quiz

**1.** Which mammal is capable of true flight?

A. Flying squirrel
B. Bat
C. Ostrich
D. Kiwi



**2.** What is the fastest land animal?

A. Lion
B. Leopard
C. Cheetah
D. Gazelle



**3.** Which animal possesses the most efficient memory?

A. Elephant
B. Chimpanzee
C. Bottle-nose dolphin
D. Dog



**4.** What type of animal is a kangaroo?

A. Rodent
B. Primate
C. Reptile
D. Marsupial



**5.** What is the pipe used for the transport of water in plants called?

A. Phloem
B. Xylem
C. Epidermis
D. Stomata



**6.** What type of organisms are plants with respect to nutrition?

A. Autotrophs
B. Heterotrophs
C. Saprophytes
D. Parasites



**7.** Who created the number 0 (zero)?

A. Ramanujan
B. Pythagoras
C. Aryabhatta
D. Brahmagupta



**8.** Complete the sequence: 1, 1, 2, 3, 5, 8, 13, _, _, _

A. 15, 18, 22
B. 21, 34, 55
C. 18, 25, 34
D. 21, 33, 54



**9.** The chemical formula of potassium permanganate is?

A. $K_2MnO_4$
B. $KMnO_4$
C. KOH
D. $K_2MnO3$



**10.** The SI unit of electric current is?

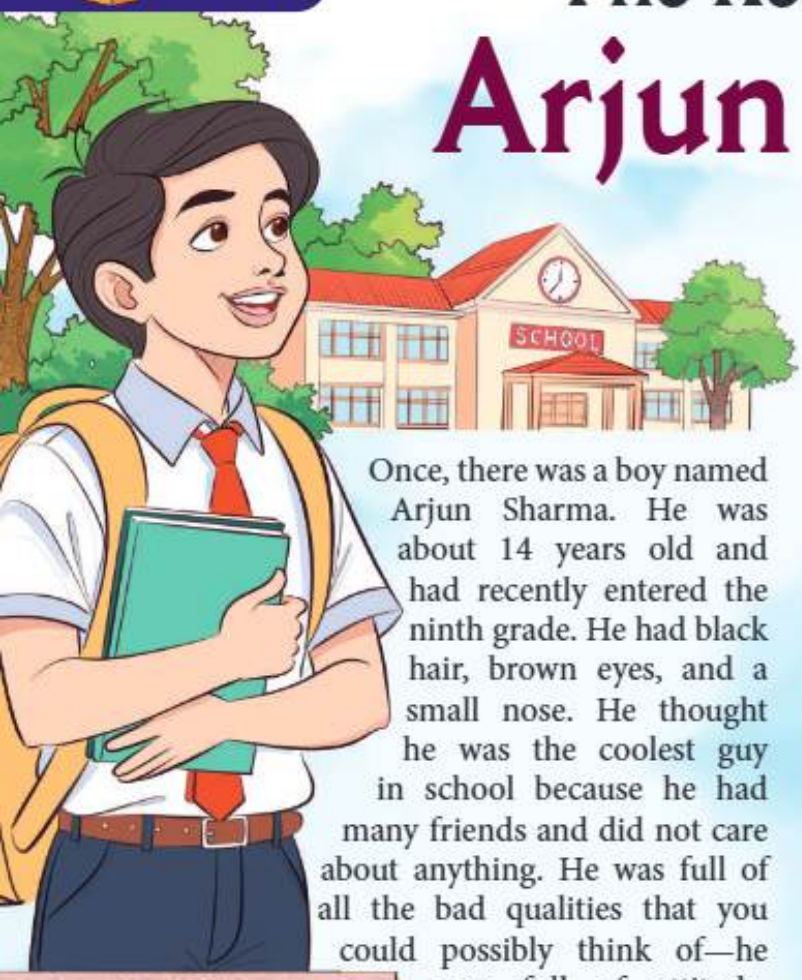
A. Volt
B. Watt
C. Ohm
D. Ampere



**Isha Krishna**
Grade– 8
Kendriya Vidhyalaya, INS Mandovi, Verem, Goa

STORY

# The Realisation of Arjun Sharma




Once, there was a boy named Arjun Sharma. He was about 14 years old and had recently entered the ninth grade. He had black hair, brown eyes, and a small nose. He thought he was the coolest guy in school because he had many friends and did not care about anything. He was full of all the bad qualities that you could possibly think of—he was full of attitude, lied to his parents, and talked rudely to them. He even picked fights in school. His grades had also started dropping, and he became short-tempered. His parents were tired of him and his bad habits. They kept lecturing him about being a good human being and letting go of his bad habits.

He also had an elder brother named Aman Sharma, who was entirely the opposite of him. He was only a year older than Arjun, but he was everything their parents could have ever hoped for. Sure, he was not as cool as Arjun, but he was excellent in his studies. He helped everybody in need, while his brother made fun of them and bullied them. He always scored really good marks, paid attention in class, and, most importantly, he was a good human being. He had all the good qualities that were lacking in his brother. He did not have many friends, but the ones he had were real ones, not fake ones like his brother's.

One day, while going home, Aman was tired of his brother and asked him, "Why do you always do this?" "Do what?" Arjun asked. "Always keep trying to be cool?" "Because I am, and you're not. So shut up and keep walking," Arjun replied coldly. Aman was shocked at Arjun's response and could not think of anything to say, so he decided to keep quiet and keep walking. When they reached home, Aman told his parents about his and Arjun's conversation while walking home. "I really don't understand what to do with that boy," said the mother. The father nodded in agreement. "All of us have tried to explain to him what he's doing is wrong, but he just doesn't listen to any one of us." They decided that they would talk to him in the morning when Arjun woke up and came out of his room for breakfast. If he didn't listen,



they would send him to a boarding school so that he would come to his senses.

Meanwhile, in his room, Arjun kept tossing and turning in his bed, unable to sleep. He kept thinking about his day at school, where he had stolen a kid's football and thrown it in the dustbin just because the kid had accidentally bumped into him. He wondered if he had gone a little overboard. He could have just told the kid to be more careful next time. When he fell asleep, he had a dream where he saw a person in neat, ironed clothes with a mansion behind him, many expensive cars, and loving people surrounding him. Next, he saw another man who had long, shabby hair and a tangled beard. He was begging for money and food from the people around him, but no one was paying him any attention. With a start, he realised that the beggar was himself—just older and the rich man was his elder brother. He finally realised the importance of being a good human being and decided that he would apologise to his family for being so harsh to them. He also decided that he would take his football to school the next day and give it to the kid whose football he had thrown away.

When he woke up the next morning, he went outside for a breakfast and found the whole family there. He apologised for his misdeeds and promised to be more like his brother—a good human being. The whole family was surprised at his words and could not believe that it was Arjun who was saying this. Aman became very happy and embraced his brother warmly. He whispered in his ear, "I am very glad that you finally came to your senses." His father said, "I am very proud of you, Arjun. It's never too late to realise where you are wrong." At this, Arjun told them about the football and asked his parents if he could give his to that kid. His parents agreed happily and bought a new one for him the next day.

From that day on, Arjun always helped people in need and even stood up to bullies for them. Now, the Sharma family had two amazing sons whom they felt proud of, and they lived happily ever after.

**Srishti Mendiratta**
Grade– 8
Mount Carmel School, Anand Niketan, New Delhi



# प्रदर्शन-कला में करियर



### अभिनय के क्षेत्र में संभावनाएँ

अभिनय केवल संवाद करना नहीं, बल्कि मानव संवेदनाओं, विचारों और पात्रों की सजीव अभिव्यक्ति है। आधुनिक समय में डिजिटल क्रांति के साथ भारत में अभिनय का क्षेत्र अत्यधिक व्यापक हुआ है। आज थियेटर रंगमंच, सिनेमा और टी.वी. के अलावा ओ.टी.टी. प्लेटफॉर्म, रेडियो ड्रामा, वेब सीरीज और वॉइस-ओवर के क्षेत्र में कलाकारों की माँग निरंतर बढ़ रही है।

### आवश्यक योग्यता एवं कौशल

विश्वविद्यालयों से अभिनय में स्नातक या सर्टिफिकेट कोर्सेज करने हेतु सामान्यतः किसी भी मान्यता प्राप्त बोर्ड से 12वीं उत्तीर्ण होना आवश्यक है। जबकि, शीर्ष संस्थानों, जैसे राष्ट्रीय नाट्य विद्यालय (एन.एस.डी.) तथा भारतीय फिल्म और टेलिविजन संस्थान (एफ.टी.आई.आई.) के उच्च-स्तरीय डिप्लोमा पाठ्यक्रमों में प्रवेश के लिए किसी भी विषय में स्नातक होना अनिवार्य है।

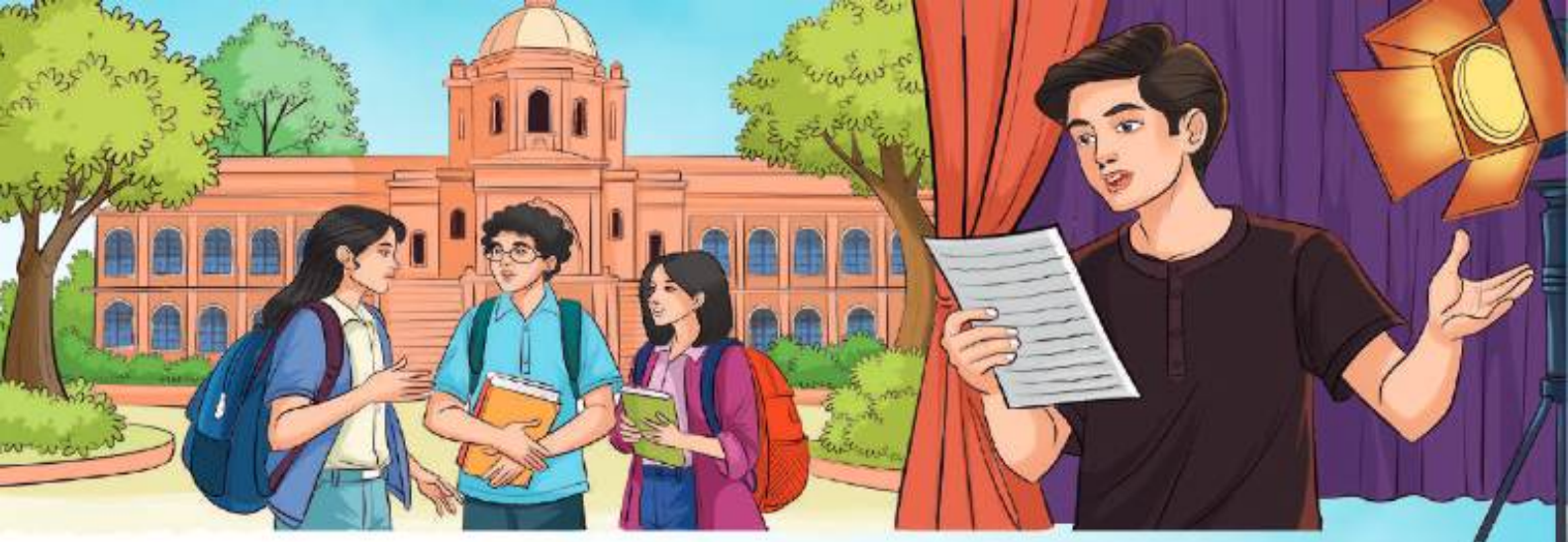
हालाँकि, इस क्षेत्र में सफलता के लिए डिग्री से अधिक निरंतर अभ्यास और व्यावहारिक कौशल सर्वोपरि हैं। एक कुशल अभिनेता के मुख्य गुण इस प्रकार हैं—

- स्पष्ट भाषा-उच्चारण और संवाद अदायगी
- भाव-अभिव्यक्ति और शारीरिक भाषा)
- मंच-अनुशासन और गहरी अवलोकन क्षमता
- आधुनिक डिजिटल युग के अनुरूप 'कैमरा फेसिंग' और 'सेल्फ-टैप ऑडिशन' की तकनीकी समझ।

प्रमुख शिक्षण एवं प्रशिक्षण संस्थान भारत में प्रदर्शन-कला एवं अभिनय में औपचारिक प्रशिक्षण देने वाले प्रमुख मान्यता प्राप्त संस्थान हैं—

- **नेशनल स्कूल ऑफ ड्रामा (एन.एस.डी.), नई दिल्ली :** नाट्य कला में 3 वर्षीय डिप्लोमा (प्रवेश हेतु स्नातक एवं रंगमंच का अनुभव, 6 नाटकों का अनुभव)।
- **फिल्म एंड टेलीविजन इंस्टीट्यूट ऑफ इंडिया (एफ.टी.आई.आई.), पुणे :** अभिनय में 2 वर्षीय पोस्ट-ग्रेजुएट डिप्लोमा।





- **सत्यजीत रे फिल्म एंड टेलीविजन इंस्टीट्यूट, कोलकाता :** स्क्रीन एक्टिंग में पाठ्यक्रम।
- **जवाहरलाल नेहरू विश्वविद्यालय (जे.एन.यू.) :** अभिनय और प्रदर्शन-कला के क्षेत्र में उच्च शिक्षा तथा शोध के लिए जे.एन.यू, नई दिल्ली देश का एक शीर्ष संस्थान है। यह संस्थान कला एवं सौंदर्य-शास्त्र में एम.ए. और पीएच.डी. जैसे— उच्चस्तरीय पाठ्यक्रम संचालित करता है। इसका का मुख्य उद्देश्य रंगमंच के विशेषज्ञ, कला समीक्षक और शोधार्थी तैयार करना है।
- यहाँ से शिक्षा प्राप्त करने के पश्चात विद्यार्थी यू.जी.सी.-नेट उत्तीर्ण कर विश्वविद्यालयों में प्रोफेसर, कला इतिहासकार या सांस्कृतिक प्रशासक के रूप में एक उत्कृष्ट अकादमिक करियर बना सकते हैं।
- **केंद्रीय एवं राज्य विश्वविद्यालय :** दिल्ली विश्वविद्यालय (डी.यू.), पंजाब विश्वविद्यालय तथा हिमाचल प्रदेश विश्वविद्यालय जैसे संस्थान नाट्य कला में बी.ए., एम.ए. और पीएच.डी. पाठ्यक्रम संचालित करते हैं।

### रोजगार एवं करियर के अवसर

प्रशिक्षित कलाकार रंगमंच, फीचर फिल्मों, टीवी धारावाहिकों, ओटीटी सीरीज, विज्ञापन, डबिंग/वॉइस एंकरिंग और डिजिटल कंटेंट क्रिएशन में एक सफल करियर बना सकते हैं।

संस्कृति विभाग की गतिविधियाँ, शिक्षण, रेलवे, सैनिक स्कूल, आर्मी पब्लिक स्कूल और अन्य शिक्षण संबंधी गतिविधियों में भी इस करियर की डिमांड रहती है।

### अकादमिक एवं शिक्षण क्षेत्र में अवसर

जो विद्यार्थी अभिनय के साथ-साथ पठन-पाठन में रुचि रखते हैं, वे रंगमंच एवं अभिनय में उच्च शिक्षा एम.ए., पीएच.डी. एवं यू.जी.सी.-नेट ) पूर्ण करने के बाद अकादमिक करियर चुन सकते हैं। वे विद्यालयों में ड्रामा टीचर, विश्वविद्यालयों में असिस्टेंट प्रोफेसर, एक्टिंग कोच, वर्कशॉप फैसिलिटेटर या सरकारी विभागों में सांस्कृतिक अधिकारी के रूप में अपनी सेवाएँ दे सकते हैं।

अभिनय विशुद्ध कला और निरंतर अनुशासन का एक सुंदर मेल है। यदि आप अपनी रचनात्मकता को समर्पित प्रशिक्षण और आधुनिक कौशल के साथ निखारते हैं, तो यह क्षेत्र आपको एक उज्ज्वल, संतुष्टिदायक एवं सम्मानजनक करियर प्रदान करता है।



# रामलीला के वे पल!



कक्षा 11वीं शुरू ही हुई थी कि मेरे मन में विचार आया कि क्यों न रामलीला में भाग लिया जाए। हमारे विद्यालय में प्रतिवर्ष रामलीला का आयोजन हुआ करता था। मेरा और अन्य कई बच्चों का मानना था कि इसमें भाग लेने वाले बच्चे खूब मजे करते हैं, परंतु जब मैंने इसमें हिस्सा लिया तब मुझे इसकी सच्चाई पता चली। मई का महीना था और भीषण गर्मी के दिन थे। विद्यालय की छुट्टी हो चुकी थी और सभी बच्चे घरों की ओर जा रहे थे। मैंने सोचा, आज जाकर अध्यापक जी को बता देता हूँ कि मुझे भी रामलीला करनी है। मैं उनके पास गया और पहली ही बार में मुझे चुन लिया गया। उस समय मेरी खुशी की कोई सीमा न थी। मैंने सोचा कि अब तो मजे ही मजे हैं।

जैसे-जैसे दिन गुजरते गए, रामलीला की तैयारियाँ शुरू हो गईं। इस बार रामलीला कुरुक्षेत्र में होने वाली थी। सभी कलाकारों को इकट्ठा किया गया और हमें आवश्यक जानकारियाँ दी गईं। रामलीला का निर्देशन कर रहे अध्यापक जी ने कहा, "बच्चों! अब हमें पूरे मनोयोग से रामलीला का अभ्यास करना है।" यहीं से शुरू हुई एक कलाकार के रूप में मेरी पहली परीक्षा। मई में विद्यालय में ग्रीष्मावकाश हो गया था, परंतु रामलीला के कलाकारों को कोई छुट्टी नहीं मिली। हमें प्रतिदिन सुबह 8:00 बजे से शाम 4:00 बजे तक अभ्यास के लिए बुलाया जाता था। भीषण गर्मी में विद्यालय जाना और शाम को थका-हारा घर लौटना मेरी दिनचर्या बन गई। मंचन सितंबर में होना था, इसलिए पात्रों को जीवंत बनाने के लिए हमने चार महीने पहले ही कड़ा अभ्यास शुरू कर दिया था। जब विद्यालय खुले, तब भी सुबह से दोपहर तक पढ़ाई करने के पश्चात दोपहर 3:00 बजे तक अभ्यास करना पड़ता था। ऊपर से अन्य विषय-अध्यापकों की डाँट भी सुननी पड़ती कि, "पढ़ाई में मन नहीं लगा रहे हो!" अभ्यास के दौरान हमें लंबे-लंबे संवाद (डायलॉग) याद करने पड़ते थे। जरा-सी भूल होने पर खूब डाँट पड़ती। तब जाकर समझ आया कि रामलीला करना उतना आसान नहीं है, जितना मैंने सोचा था।

धीरे-धीरे समय बीतता गया और मंचन की तिथि पास आ गई। हम सब कुरुक्षेत्र के लिए प्रातः 5:00 बजे रवाना हुए। यह आयोजन तीन दिनों तक चलना था, जिसमें मुझे 'भरत' का किरदार सौंपा गया था। अभ्यास के दौरान मैंने अपना किरदार अच्छे से निभाया था, परंतु उस दिन जब सैकड़ों दर्शकों के सामने मुझे अपनी कला दिखानी थी, तो अचानक धड़कन बढ़ गई और हाथ-पैर काँपने लगे। अंततः पूरी हिम्मत जुटाकर और भगवान श्रीराम का नाम लेकर, मैं प्रस्तुति देने के लिए मंच पर गया। मेरा अभिनय देखकर दर्शकों ने खूब तालियाँ बजाईं। प्रशंसा पाकर मेरी आँखों में खुशी के आँसू छलक आए और मन गदगद हो उठा।

वे तीन दिन कब और कैसे बीत गए, पता ही नहीं चला। कार्यक्रम बहुत शानदार रहा। सभी दर्शकों ने रामलीला के प्रत्येक पात्र की प्रशंसा की और हमें भरपूर सम्मान मिला। जब रामलीला का आखिरी दिन आया, तो मैंने अपने अध्यापक जी से कहा, "सर जी! मैंने जितना सोचा था, रामलीला करना उतना भी आसान नहीं है।" यह कहकर मैं मुस्कुरा दिया और मेरी बात सुनकर अध्यापक जी हँस पड़े। किसी ने ठीक ही कहा है—

**"पंखों से कुछ नहीं होता, हौसलों से उड़ान होती है।"**

मन में यही हौसला लेकर हमें अपने कार्यक्षेत्र में उतरना चाहिए, तभी हम सफलता की बुलंदी छू सकते हैं।

**आदर्श चौबे**
कक्षा– 12
कमल मॉडल सीनियर सेकेंडरी स्कूल, मोहन गार्डन,
न्यू दिल्ली

# Riddles



1. What kind of room has no doors or windows?

2. Why did the math book look sad?

3. What kind of tree fits in your hand?

4. What did the ocean say to the shore?

5. What starts with P, ends with E, and has thousands of letters?

6. What begins with T, ends with T, and has T in it?

7. The more you take, the more you leave behind. What are they?

8. What comes once in a minute, twice in a moment, but never in a thousand years?



ARTICLE

# Kutiyattam



Kutiyattam is a Sanskrit theatre form believed to be originated 2000 years ago. This is one of the oldest forms of living dance drama tradition from India, performed as a temple art in Keralam. Kutiyattam finds a close connection with the aesthetic techniques discussed in the ancient dramaturgy text *Natyashastra*. Major themes in Kutiyattam are taken from the Hindu epics *Ramayana* and *Mahabharata*.

**Tradition**

Conventionally Kutiyattam plays were presented by the regional communities called Chakyar and Ambalavasi Nambiar. In the play, Chakyars portray male roles while the women from the Nambiar community, called Nangiar/Nangiaramma, play the female roles. Other than acting, Nangiars also handle the cymbals and provides supporting rendition of the Sanskrit verses as accompaniment. The primary percussion instrument used in Kutiyattam is the Mizhavu— a drum crafted from copper played by the Nambiar men. Traditionally, Kutiyattam was performed in a designated performance space called Koothambalam. Actors perform on a raised platform, in the light of an oil lamp positioned at the front with two flames, one facing the audience and the other facing the actor. The play incorporates highly intricate and stylised facial makeup and costumes, which are designed based on nature of the characters portrayed.

**Performance**

Kutiyattam is unique with its meticulous acting techniques, especially with the *netra-abhinaya* (expressions with eye works) and intricate and detailed hand gestures. Dance movements are confined to a limited space while the focus remains on acting prowess. Verses in Kutiyattam are in ancient Sanskrit and the plays are designed in accordance with the written performance text called *Attaprakaram*. However, there is an immense scope for the actor to interpret the character and situations with their improvisation, hence the form is known as 'an actor's theatre'. *Vidushaka* is one of the main character appears in each play as a narrator who

also uses regional language which helps people to comprehend the narrative easily. *Vidushaka* is the most interesting character played by the *Chakyar* as he brings humour and satire through his words. Presentation of a single play usually spans a several days, as it applies a detailed and elaborated way of enactment focusing on the nuances of expressions. These performances commence at around 9 p.m. following the conclusion of rituals in the temple's sanctum sanctorum and continue until midnight or early morning. Kulashekhara Perumal, the king of the Chera Dynasty during the medieval period in Keralam, particularly in central Keralam as it exists today, reformed this ancient dramatic practice, and he personally contributed two major performance texts for Kutiyattam plays.

**The Legacy**

Kutiyattam tradition maintains a rigorous and extensive training system, historically passed down within family lineages but now accessible to individuals from diverse cultural backgrounds. However, ritual performances are only meant for the community members in certain temples. Keralam Kalamandalam pioneered an open training system for Kutiyattam, as a result the art form reached to public venues and a broader audience. Today, Kutiyattam enjoys a global recognition and was inscribed by UNESCO on the Representative List of the Intangible Cultural Heritage in the year 2008. Koodalmanikyam Temple in Irinjalakkuda (a town in Central Keralam in Thrissur district) and the Vadakkumnathan Temple in Thrissur, a city in central Keralam are the major venues for traditional Kutiyattam performances in the designated performance spaces— Koothambalams. These Koothambalams are typically constructed within the temple premises based on the guidelines about a performance hall, given in the *Natyashastra*.

Keralam Kalamandalam Cheruthuruthi, Ammannur Gurukulam in Irinjalakkuda, and Margi Thiruvananthapuram are the leading institutions those provide training in Kutiyattam.






**Aadhya Singhal**
Grade– 5
Delhi Public School,
Ghaziabad, Uttar Pradesh




**Ratika Tripathi**
Grade– 12
Jain Bharati Mrigavati Vidyalaya,
Alipur, Delhi



**Dishita Haldar**
Grade–9
PM SHRI K.V., C.M.E.R.I Durgapur,
West Bengal



**Ritesh Kumar Das**
Grade– 5
Army Public School, Panagarh Arjunpur
Burdwan, West Bengal



**Aylin Puttu**
Grade– 9
Elpro International School, Hinjawadi, Pune, Maharashtra



**Tejaswini Das**
Grade– 7
K.V. Paradip, Jagatsinghpur, Odisha



**Jasmeen Kaur**
Grade– 10
Bibi Kaulan Ji Public School,
Amritsar, Punjab

# ANSWERS and CREDITS

## Page no. 49

1. ग (नाट्यशास्त्र), 2. ख (भक्ति आंदोलन),
3. ख (तमाशा), 4. क (दिल्ली), 5. घ (चैतन्य महाप्रभु), 6. क (अलंकृत वेशभूषा), 7. घ (2000 वर्ष), 8. ख (विवाह), 9. क (नरहरिदास), 10. ख (वेल्लौर)

## Page no. 53

1. B, 2. C, 3. A, 4. D, 5. B,
6. A, 7. C, 8. B, 9. B, 10. D

## Page no. 59

1. A mushroom, 2. Because it had too many problems!, 3.A palm tree, 4. Nothing, it just waved!, 5. Post Office, 6. A teapot, 7. Footsteps, 8. The letter M



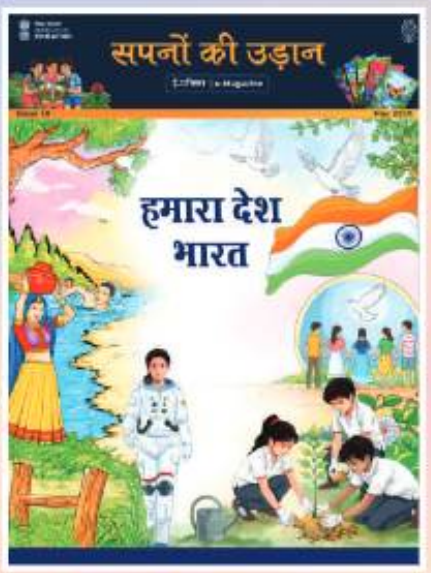

## CREDITS

Page no. 12-13 https://www.brajrasik.org/media/raas-leela-moments-vrindavan,, Page no. 22-23 https://sbkk.in/flagship-productions/#shri-ram(Shri Ram Bharatiya Kala Kendra), https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/7/76/Ravan_Dahan.jpg?utm_source=commons.wikimedia.org&utm_campaign=index&utm_content=original Page no. 28-30 author's own picture, Page no. 36-37 https://kerala.gov.in/, https://www.keralatourism.org/, https://forest.kerala.gov.in/en/biodiversity/, https://www.keralasoils.gov.in/en/kerala-glance, Page no. 38-39 https://en.wikipedia.org/wiki/Ramman_%28festival%29, https://www.incredibleindia.gov.in/, utsav.gov.in ,Page no. 53 https://www.magnific.com/.

**Reviewers:**- Bindu Nath Jha, JK College, LNMU, Devaki Nandan, DEL, NCERT



## Previous Issue




The theme of the previous issue of '*Sapnon Ki Udaan*' was 'हमारा देश भारत'. The issue is available at :

https://ncert.nic.in/flipbook/Sapnon_ki_Udaan_Digital_March_2026/#page=1

Or

Scan the QR code


## Editorial Team

**Anjali Chhabra**, *Joint Secretary* (Academics), CBSE
**Ankit Kumar,** *Junior Project Fellow* (English), DEL, NCERT
**Anshu Kumari**, *Principal Chief Consultant*, Ministry of Education
**Atul Kumar Gupta**, *Editorial Assistant* (Hindi), NCERT
**D.S. Rawat**, *Assistant Commissioner*, Navodaya Vidyalaya Samiti
**Garima Syal**, *Assistant Editor* (English), NCERT
**Kanchan Wanchoo Sharma**, *Deputy Director*, National Book Trust, India
**Sanjeev Kumar**, *Proofreader* (Hindi), NCERT
**Shiv Mohan Yadav**, *Assistant Editor* (Hindi), NCERT
**Suman Lata Yadav**, *Assistant Commissioner* ACAD-III, Navodaya Vidyalaya Samiti
**Ritu Pallavi**, *Assistant Commissioner* (Training), Kendriya Vidyalaya Sangathan
**Shivani Aggarwal**, *Proofreader* (English), NCERT
**Yogesh Chandra Pandey**, *Assistant Editor* (Hindi), DEL, NCERT

## Production Team

| | |
|---|---|
| *Head*, **Publication Division** | : M.V. Srinivasan |
| *Chief Editor* | : Bijnan Sutar |
| *Chief Business Manager* | : Amitabh Kumar |
| *Chief Production Officer* **(In charge)** | : Deepak Jaiswal |
| *Production Assistant* | : |

## Cover and Design by

**Prashant Upadhyay**, *DTP*, NCERT
***Cover and Design* by :** Santosh Mishra (AIM Arts)



**November 2026**


**© National Council of Educational Research and Training, 2026**


PDXX XX
Published at the Publication Division by the Secretary, National Council of Educational Research and Training, Sri Aurobindo Marg, New Delhi– 110016







## Disclaimer

- The contributors' views and opinions expressed in the magazine are their own. The editorial board is not responsible for any legal implications pertaining to copyright and other issues.
- Without prior permission from the publisher, no part of this e-magazine may be reproduced, stored, or transmitted in any form or by any means, whether electronic, mechanical, copying, recording, or otherwise.
- This document may be reviewed, summarised, reproduced, or translated in part or in whole with prior permission. However, it must not be used for sale or any commercial purpose.


सत्यमेव जयते

शिक्षा मंत्रालय
भारत सरकार
MINISTRY OF EDUCATION
Government of India

एन सी ई आर टी
NCERT

राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद
NATIONAL COUNCIL OF EDUCATIONAL RESEARCH AND TRAINING