GROW EXAM

ONLINE . LEARNING . PLATFORM

UKPSC · UKSSSC · उत्तराखंड सामान्य ज्ञान

उत्तराखंड के प्रमुख लोकगीत एवं लोकनृत्य

वीडियो (हस्तलिखित माइंड-मैप रील) का विश्लेषण — चार्ट, चित्र और लोक-विश्वास

8	38	35	50
मुख्य वर्ग	गीत/नृत्य प्रविष्टियाँ	अलग-अलग नाम	MCQ (अलग PDF)

प्रस्तुति : GROW EXAM



1. वीडियो में क्या है ?

स्रोत: Instagram रील (PCS Scholar / The Study IAS), विषय: “उत्तराखंड के प्रमुख लोकगीत”

वीडियो का स्वरूप

- हाथ से बना माइंड-मैप, बीच में पीले हाइलाइट से शीर्षक
- केंद्र से **8 शाखाएँ** (गीतों के वर्ग)
- हर शाखा के साथ गीतों/नृत्यों के नाम
- परीक्षा-उन्मुख (UKPSC/UKSSSC) रिवीजन शैली

विश्लेषण की मुख्य बातें

- सबसे बड़ी शाखा: **ऋतुगीत (8)**
- दूसरी: **नृत्यगीत (7)**
- चौंफला, झुमैलो, दौपती एक से अधिक वर्ग में दिखे
- जागर, पांडव नृत्य धार्मिक वर्ग में रखे गए

माइंड-मैप की पूरी संरचना

उत्तराखंड राज्य के प्रमुख लोकगीत

1. प्रेम/प्रणय गीत
चौंफला · झुमैलो · दौपती · बाजूबंद · लामण

2. ऋतुगीत
होली · बासंती · चैती · चौमासा · बारहमासा · खुदेड़ · फूलदेई · झुमैलो

3. नृत्यगीत
माघगीत · तांदी · चांचरी · चौंफला · दौपती · थड्या · झोड़ा

4. मांगलिक/संस्कार गीत
मंगल गीत · शकुन गीत · शकुनाखर गीत · न्यूतनी गीत · सोगुना गीत

5. धार्मिक गीत
जागर · पांडव नृत्य · प्रभात गीत · संध्या गीत

6. लौकिक गाथाएँ/पवाड़े
जीतू बगडवाल · तीलू रौतेली · माला राजुला

7. जाति विशेष गीत
बाजगियों के गीत · कुलाचार · विरुदावली

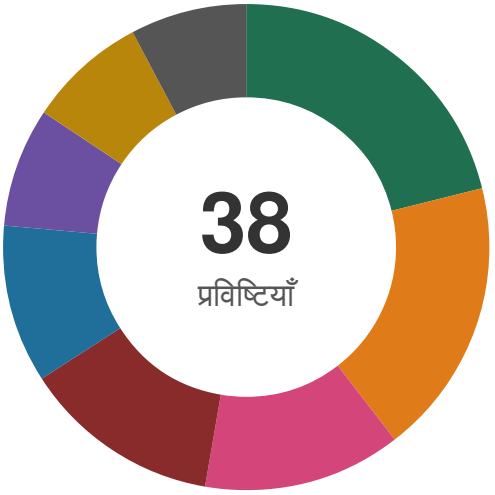
8. मनोरंजनात्मक गीत
भांटा-सांटा · लोरी · हास्य-व्यंग्य

ध्यान दें: कुछ शब्द हस्तलेख में कम स्पष्ट थे (जैसे न्यूतनी, सोगुना, भांटा-सांटा, दौपती)। परीक्षा से पहले मानक पुस्तक से मिलान कर लें।

2. आँकड़ों में लोकगीत

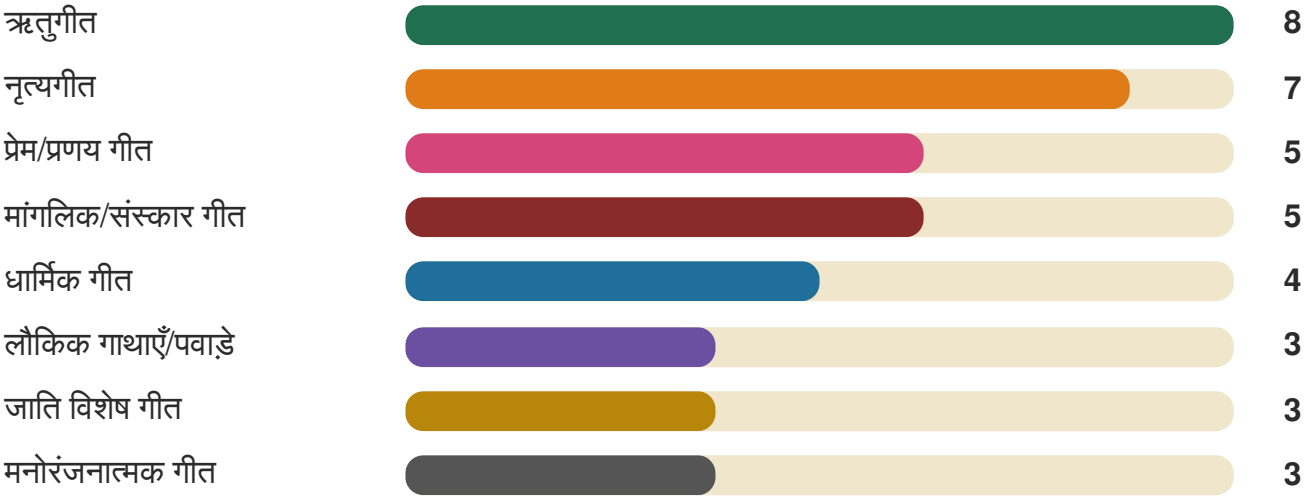
माइंड-मैप की प्रविष्टियों का ग्राफिक विश्लेषण

वर्गवार हिस्सा



- ऋतुगीत — 8
- नृत्यगीत — 7
- प्रेम/प्रणय गीत — 5
- मांगलिक/संस्कार गीत — 5
- धार्मिक गीत — 4
- लौकिक गाथाएँ/पवाड़े — 3
- जाति विशेष गीत — 3
- मनोरंजनात्मक गीत — 3

वर्ग के अनुसार गीतों की संख्या



मुख्य निष्कर्ष

- ऋतुगीत + नृत्यगीत = 15 प्रविष्टियाँ (लगभग 39%)
- कुल 38 प्रविष्टियाँ, पर 3 नाम दोहराए गए, इसलिए अलग नाम 35
- पवाड़े, जाति और मनोरंजन वर्ग छोटे (3-3) हैं

परीक्षा-दृष्टि

- “कौन-सा गीत किस वर्ग का ?” प्रकार के प्रश्न सबसे आम
- दोहराए गए नाम (चौंफला, झुमैलो) भ्रम पैदा करते हैं
- गाथा-नायकों के नाम अलग से याद करें

3. प्रेम/प्रणय गीत और नृत्यगीत

भाव और प्रस्तुति शैली का अंतर समझें

प्रेम/प्रणय गीत (5)

नाम	स्वरूप / विशेषता
चौंफला	स्त्री-पुरुषों का सामूहिक नृत्य-गीत, तालियों की लय के साथ; श्रृंगार रस प्रधान, गढ़वाल अंचल से जुड़ा।
झुमैलो	नववधू की वेदना और मायके की याद का भाव; गढ़वाल में प्रचलित।
दौपती	माइंड-मैप में प्रेम और नृत्य दोनों वर्गों में दिखाया गया।
बाजूबंद	प्रेमी-प्रेमिका के संवाद जैसी शैली का गीत।
लामण	सवाल-जवाब शैली का प्रेम-गीत, अक्सर काम और चारागाह के समय गाया जाता है।

नृत्यगीत (7)

नाम	स्वरूप / विशेषता
झोड़ा	कुमाऊँ का सामूहिक वृत्ताकार नृत्य-गीत; मेलों-उत्सवों में हाथ पकड़कर।
चांचरी	कुमाऊँ की सामूहिक नृत्य शैली, स्त्री-पुरुष दोनों की भागीदारी।
थड्या	गढ़वाल का नृत्य-गीत; 'थाड़' (आँगन) में गाया जाने से यह नाम।
तांदी	उत्तरकाशी-टिहरी क्षेत्र में प्रचलित; घटनाओं पर तत्काल पंक्तियाँ जोड़ने की परंपरा।
माघगीत	माघ माह से जुड़े सामूहिक गीत-नृत्य।
चौंफला, दौपती	ऊपर बताए अनुसार दोनों वर्गों में।

याद रखने की ट्रिक: "**झोड़ा-चांचरी = कुमाऊँ**", "**चौंफला-झुमैलो-थड्या = गढ़वाल**"।

4. ऋतुगीत — सबसे बड़ा वर्ग (8)

ऋतु और माह से जुड़े गीत उत्तराखंड के जीवन-चक्र को दिखाते हैं

ऋतु-कैलेंडर (सामान्य संबद्धता)

वसंत: बासंती, फूलदेई	फाल्गुन-चैत्र: होली, चैती	वर्षा: चौमासा, खुदेड़	शेष: —

बारहमासा पूरे वर्ष को समेटता है, इसलिए किसी एक ऋतु में बँधा नहीं है।

गीत	समय/भाव	विशेषता
फूलदेई	चैत्र संक्रांति	बच्चे घर की देहरी पर फूल डालते हैं; वसंत और समृद्धि का स्वागत
बासंती	वसंत ऋतु	वसंत के उल्लास और प्रकृति के सौंदर्य के गीत
चैती	चैत्र माह	चैत्र की ऋतु-भावना; खेती और विरह दोनों प्रसंग
होली	फाल्गुन	कुमाऊँ में बैठकी, खड़ी और महिला होली की परंपरा
चौमासा	वर्षा के चार माह	वर्षा ऋतु, खेती और विरह का वर्णन
बारहमासा	पूरे वर्ष	बारह महीनों का क्रमवार वर्णन
खुदेड़	विरह-भाव	'खुद' यानी याद; विवाहिता की मायके की याद
झुमैलो	प्रेम/ऋतु दोनों	वेदना और ऋतु-भाव का संगम

फूलदेई का महत्त्व

बच्चे सुबह-सुबह फूल लेकर घर-घर जाते हैं। मान्यता है कि इससे घर में सुख-समृद्धि आती है।

खुदेड़ भाव

गढ़वाली में 'खुद' का अर्थ याद है। यह भावनात्मक लोक-साहित्य का महत्त्वपूर्ण अंग है।

5. धार्मिक गीत और लोक-विश्वास

आस्था, देवता और सामूहिक स्मृति से जुड़े गीत (4)

जागर

देवता या पूर्वजों को 'जगाने' (आवाहन) की गायन-परंपरा। गायक **जगरिया** हुड़का/ढोल-दमाऊँ की लय पर कथा गाता है। मान्यता है कि देवता **पश्वा/डंगरिया** के शरीर में अवतरित होकर लोगों की समस्याओं का उत्तर देते हैं।

पांडव नृत्य

गढ़वाल में महाभारत के प्रसंगों का नृत्यात्मक मंचन। मान्यता है कि पांडव स्वर्गारोहण के समय हिमालय क्षेत्र से गुज़रे थे, इसलिए इसे श्रद्धा से किया जाता है।

प्रभात गीत

सुबह की प्रार्थना, देव-स्तुति और दिन की शुभ शुरुआत के गीत।

संध्या गीत

शाम की आराधना और विश्राम-बेला के भक्ति-गीत।

विश्वास-आधारित तत्त्वों का चार्ट (इस रिपोर्ट का वर्गीकरण)



यह चार्ट पाठकीय समझ हेतु बनाया गया है, किसी सरकारी आँकड़े पर आधारित नहीं।

पारदर्शिता : मुझे वीडियो की केवल शुरुआती झलक और माइंड-मैप का पाठ मिल पाया; वक्ता की बोली गई बातें (विश्वास संबंधी व्याख्या) मैं सुन/लिख नहीं सका। यहाँ दिए विश्वास आम तौर पर प्रचलित मान्यताएँ हैं, वीडियो की बोली गई पंक्तियाँ नहीं।

6. लौकिक गाथाएँ / पवाड़े

वीरता, प्रेम और बलिदान की लोक-कथाएँ (3)

जीतू बगडवाल

गढ़वाल की प्रसिद्ध लोकगाथा। जीतू बाँसुरी बजाने वाला वीर माना जाता है; कथा में प्रेम, भाग्य और बलिदान प्रमुख हैं। जागर में भी इसका गायन होता है।

तीलू रौतेली

गढ़वाल की वीरांगना, जिन्हें "उत्तराखंड की लक्ष्मीबाई" कहा जाता है। राज्य में महिलाओं के सम्मान हेतु उनके नाम पर पुरस्कार भी दिया जाता है।

माला राजुला (मालूशाही–राजुला)

कुमाऊँ की प्रसिद्ध प्रेम-गाथा। राजुला शौका (भोटिया) कन्या और मालूशाही की कथा लोक में बहुत लोकप्रिय है।

'पवाड़ा' क्या है ?

वीरों के कार्यों का गाथा-रूप गायन। यह लोक-इतिहास को पीढ़ी-दर-पीढ़ी आगे बढ़ाता है।

क्षेत्रीय पहचान : चयनित गीत (इस रिपोर्ट के अनुसार)



गढ़वाल: चौंफला, झुमैलो, थडया, तांदी, पांडव नृत्य, जीतू बगडवाल, तीलू रौतेली, खुदेड़ · कुमाऊँ: झोड़ा, चांचरी, शकुनाखर, माला राजुला, बैठकी होली · दोनों/सामान्य: जागर, फूलदेई, बारहमासा, चौमासा, मंगल गीत, लोरी

7. मांगलिक, जाति विशेष और मनोरंजनात्मक गीत

संस्कार, समाज और मनोरंजन से जुड़े गीत (5 + 3 + 3)

मांगलिक/संस्कार गीत (5)

मंगल गीत | शकुन गीत | शकुनाखर गीत | न्यूतनी गीत | सोगुना गीत

- विवाह, जन्म, नामकरण जैसे संस्कारों पर शुभ-कामना के गीत
- कुमाऊँ में **शकुनाखर** मांगलिक अवसरों पर गाए जाते हैं

जाति विशेष गीत (3)

बाजगियों के गीत | कुलाचार | विरुदावली

- **बाजगी**: पारंपरिक वाद्य-वादक/गायक समुदाय
- **कुलाचार**: कुल की परंपराओं से जुड़े गीत
- **विरुदावली**: पूर्वजों और राजाओं की प्रशंसा-गाथा

मनोरंजनात्मक गीत (3)

भांटा-सांटा | लोरी | हास्य-व्यंग्य

- **लोरी**: बच्चे को सुलाने के गीत
- **हास्य-व्यंग्य**: समाज पर हल्की चुटकी वाले गीत

भावों का तुलनात्मक चार्ट (इस रिपोर्ट का वर्गीकरण)



8. उत्तराखंड के लोकनृत्य : चित्र-दीर्घा

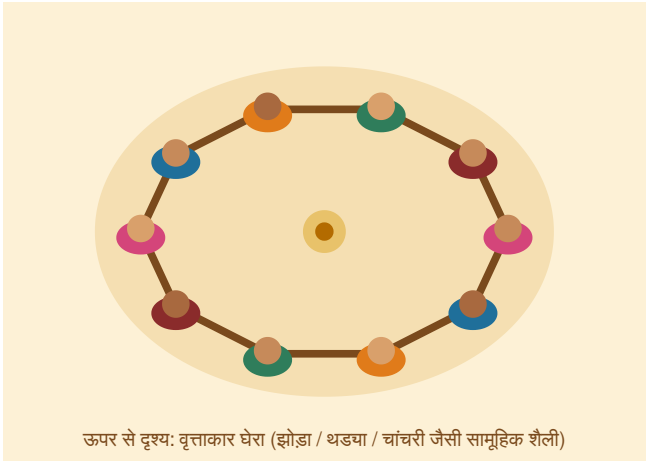
सभी चित्र मौलिक चित्रांकन हैं; शैली को समझाने के लिए बनाए गए



छोलिया (कुमाऊँ): तलवार-ढाल वाला वीर नृत्य, बारात में प्रचलित



चौंफला (गढ़वाल): स्त्री-पुरुषों का हाथ मिलाकर नृत्य-गीत



झोड़ा/थडया शैली: वृत्त में सामूहिक नृत्य



पांडव नृत्य (गढ़वाल): ढोल की थाप पर प्रसंग-मंचन

छोलिया माइंड-मैप में नहीं था, पर उत्तराखंड के सबसे चर्चित लोकनृत्यों में होने से पूरक जानकारी के रूप में जोड़ा गया है।

9. त्वरित रिवीजन और परीक्षा-टिप्स

एक नज़र में पूरा माइंड-मैप

वर्ग	संख्या	गीत/नृत्य
ऋतुगीत	8	होली, बासंती, चैती, चौमासा, बारहमासा, खुदेड़, फूलदेई, झुमैलो
नृत्यगीत	7	माघगीत, तांदी, चांचरी, चौंफला, दौपती, थडया, झोड़ा
प्रेम/प्रणय गीत	5	चौंफला, झुमैलो, दौपती, बाजूबंद, लामण
मांगलिक/संस्कार गीत	5	मंगल, शकुन, शकुनाखर, न्यूतनी, सोगुना
धार्मिक गीत	4	जागर, पांडव नृत्य, प्रभात, संध्या
लौकिक गाथाएँ/पवाड़े	3	जीतू बगडवाल, तीलू रौतेली, माला राजुला
जाति विशेष गीत	3	बाजगी, कुलाचार, विरुदावली
मनोरंजनात्मक गीत	3	भांटा-सांटा, लोरी, हास्य-व्यंग्य

याद रखने की ट्रिक

- **ऋतु**: फूल-चैत-बसंत-होली, चौमासा-बारहमासा
- **गाथा नायक**: जीतू (गढ़वाल), तीलू (गढ़वाल), राजुला (कुमाऊँ)
- **जागर** = देवता का आवाहन

परीक्षा-टिप्स

- दोहराए नामों (चौंफला, झुमैलो) पर प्रश्न में सावधान रहें
- क्षेत्र (गढ़वाल/कुमाऊँ) जोड़कर याद करें
- नीचे दिए 50 MCQ से अभ्यास करें

सीमा : वीडियो फ़ाइल आंशिक रूप से ही पढ़ी जा सकी (लगभग शुरुआती 20 सेकंड) और आवाज़ का लिखित रूप उपलब्ध नहीं था। इसलिए माइंड-मैप का पाठ मुख्य आधार है। कुछ हस्तलिखित शब्दों का पाठ अनुमानित हो सकता है।