५. नृत्य

हस्तमुद्रा

नृत्य के दौरान गीत के आशय के अनुसार हाथों की उँगलियों के विभिन्न आकार बनाते हुए आंतरिक भावों को दर्शाया जाता है, इसे 'हस्तमुद्रा' कहा जाता है । इससे नृत्य का सौंदर्य बढ़ता है । हस्तमुद्रा के तीन प्रकार हैं :

१) असंयुक्त हस्तमुद्रा : एक हाथ से की गई हस्तमुद्रा को असंयुक्त हस्तमुद्रा कहते हैं ।

पताका : हाथ की चारों उँगलियाँ बिलकुल सीधी और तनी हुई रखकर अँगूठे को थोड़ा भीतरी भाग में मोड़ने से पताका मुद्रा बनती है ।

जैसे : नृत्यारंभ करना, चंदन लगाना, स्पर्श करना, शपथ लेना, दूर खड़े व्यक्ति को बुलाना आदि क्रियाओं में इस मुद्रा का उपयोग किया जाता है।

२) संयुक्त हस्तमुद्रा : एक ही हस्तमुद्रा दोनों हाथों को मिलाकर की जाती है, इसे संयुक्त हस्तमुद्रा कहते हैं ।

अंजली : दोनों हाथों की पताका मुद्रा को आमने-सामने मिला देने से अंजली मुद्रा बनती है ।

जैसे : माथे के ऊपरी हिस्से पर ले जाकर यह मुद्रा करने से देवताओं को नमन करने का अर्थ प्रकट होता है, यही मुद्रा चेहरे के सामने लाने से गुरु को अभिवादन करना होता है तथा वक्ष पर रखने से प्रजा को किया गया अभिवादन व्यक्त होता है ।

३) मिश्र हस्तमुद्रा : दोनों हाथों को मिलाकर की जाने वाली हस्तमुद्रा ।

इस मुद्रा का उपयोग शिखर – कलश दिखाना, शस्त्र धारण करना तथा प्रश्न पूछने हेतु किया जाता है ।

पताका : इस मुद्रा का उपयोग चंदन लगाना, स्पर्श करना, शपथ लेना, दूर खड़े व्यक्ति को बुलाना आदि के लिए किया जाता है ।

अंजली : इस मुद्रा का उपयोग अभिवादन करने हेतु किया जाता है ।

◆ हस्तमुद्रा का अर्थ बताते हुए किन नृत्य प्रकारों में इसका उपयोग किया जाता है; इस विषय में जानकारी दें ।

मेरी कृति :

- विभिन्न माध्यमों द्‌वारा व्यक्त होने वाले नृत्य प्रकारों के चित्रों का संग्रह करो तथा चिपक कॉपी में चिपकाओ ।

  (जैसे : मासिक पत्रिकाएँ, समाचारपत्र, विज्ञापन आदि।)

मेरे मित्र का नृत्य देखो । नृत्य का प्रकार तो पहचानो सही ।

.....

.....

.....

.....

मेरा फोटो

.....

.....

अभिनय गीत

दादा : आई बारिश, आई बारिश
खिड़की – द्वार भी बंद करें
चारों ओर जल – ही – जल है
घर में आओ सारे .....
आई बारिश..... ।।१।।

बच्चे : आई बारिश, आई बारिश
खोलो खिड़की – द्वार सारे
भीगें, नाचे – गाएँ सारे
चलो – चलो रे हम सारे .....
आई बारिश ।। २।।

दादा : आई बारिश, आई बारिश
स्वेटर – टोपी पहन लें
सर्दी – खाँसी दूर भगाने
चाय में अदरक डालें .....
आई बारिश ।।३।।

बच्चे : आई बारिश, आई बारिश
ठंडी – ठंडी यह हवा
सबको बुलाती प्यार से
आओ, ओले बीन लें .....
आई बारिश ।।४।।