۵۔ رقص

ہاتھوں کی حالت / ہاتھوں کی مُدرا

رقص کرتے وقت گانے کے الفاظ کے مطابق ہاتھ کی اُنگلیوں کو مختلف شکل دے کر دلی جذبات کا اظہار کیا جاتا ہے۔اسے 'ہاتھوں کی مدرا' کہا جاتا ہے۔اس کی وجہ سے رقص کی خوب صورتی میں اضافہ ہوتا ہے۔ہاتھوں کی مدرا کی تین قسمیں ہیں۔

ا) **مفرد ہاتھ کی مدرا:** ایک ہاتھ سے کی جانے والی ہاتھ کی مدرا۔

پتاکا : ہاتھ کی چار اُنگلیاں ایک دم سیدھی تان کر انگوٹھا تھوڑا اندر کی جانب موڑ کر رکھا جاتا ہے۔اسے 'پتاکا مدرا' کہا جاتا ہے۔

مثلاً رقص شروع کرنے، چندن لگانے، چھوُنے، عہد کرنے، دوری پر موجود شخص کو بلانے جیسی سرگرمیوں کے لیے یہ مدرا استعمال کی جاتی ہے۔

۲) **مرکب مدرا:** ایک ہی مدرا دونوں ہاتھوں کی مدد سے دِکھائی جاتی ہے،اسے 'مرکب مدرا' کہا جاتا ہے۔

اَنجلی : دونوں ہاتھوں کی پتاکا مدرا کو آمنے سامنے ایک ساتھ جوڑنے کو 'اَنجلی مدرا' کہتے ہیں۔

مثلاً یہ مدرا سر کے اوپر کرنے پر دیوتا کو نمسکار ہوتا ہے۔یہی مدرا منہ کے سامنے رکھنے پر اُستاد کو نمسکار ہوتا ہے اور چھاتی کے سامنے رکھنے پر عوام کو نمسکار ہوتا ہے۔

۳) **مخلوط کیفیت :** دونوں ہاتھوں کو ملا کر کی جانے والی ہاتھ کی مدرا۔شکھر -کلس یا چوٹی دِکھانے، ہتھیار پہننے اور سوال پوچھنے کے لیے کیا جاتا ہے۔

پتاکا - چندن لگانے، چھوُنے، عہد کرنے، دوری پر موجود شخص کو بلانے کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔

اَنجلی - نمسکار کرنے کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔

♦ ہاتھوں کی مدرا کا مفہوم سمجھا کر رقص کی کون سی قسموں میں ان کا استعمال ہوتا ہے، طلبہ کو معلومات دیں۔

میری سرگرمی :

- مختلف ذرائع میں شائع ہونے والی رقص کی قسموں کی تصویریں جمع کر کے اپنی ڈرائنگ/کولاج بیاض میں چپکائیے۔
(مثلاً ماہنامے، اخبارات، اشتہارات وغیرہ)

میرے دوست کا رقص دیکھیے۔ رقص کی قسم پہچانیے۔

....

....

....

....

....

....

میری تصویر

برسات

دیکھنا ! مغرب کی جانب دیکھنا
اُٹھ رہی ہے کس قدر کالی گھٹا
اُٹھتے ہی سورج کے سر چڑھنے لگی
آسماں پر ہر طرف بڑھنے لگی
یک بیک چلنے لگی ٹھنڈی ہوا
واہ کیا موسم سہانا ہوگیا
دھوپ رخصت ہو گئی گرمی گئی
لیجیے رُت آ گئی برسات کی
بادلوں کی طرح فوجیں بڑھیں
موٹی موٹی بوندیاں گرنے لگیں
لوگ بھاگم بھاگ گھر جانے لگے
صحن سے سامان اُٹھوانے لگے
بچے پھرتے ہیں نہاتے ہر طرف
شور کرتے غل مچاتے ہر طرف
مل کے ہنستے ہیں جو گرتا ہے کوئی
اُس کا گرنا اور ان کی دل لگی
شام ہونے آئی مینہ تھمتا نہیں
مینہ تھمے تو سیر کو نکلیں کہیں