3

लोक नृत्य

सभी देशों की अपनी स्वयं की लोक नृत्य परंपराएं हैं। भारत विभिन्न संस्कृतियों और परंपराओं का देश है। भारत अपने विविध लोक नृत्यों के लिए विख्यात है। लोक नृत्य वास्तव में संस्कृति की ही अभिव्यक्ति हैं। शरीर की चाल, चेहरे की भाव भंगिमाएं, वस्त्र, आभूषण, सजावट आदि लोक नृत्य के साथ अभिन्न रूप से जुड़े हैं। इस पाठ में हम भारत के विभिन्न क्षेत्रों के लोक नृत्यों के बारे में अध्ययन करेंगे।

उद्देश्य

इस पाठ का अध्ययन करने के पश्चात् आप:

- लोक नृत्यों के अर्थ की व्याख्या कर सकेंगे;
- लोक नृत्यों की महत्वपूर्ण विशेषताओं की सूची बना सकेंगे; और
- भारत के लोक नृत्यों की राज्यवार सूची बना सकेंगे।

3.1 लोक नृत्य

प्रत्येक क्षेत्र अपने विशिष्ट प्रकार के लोक नृत्यों का अभ्यास करता है। लगभग प्रत्येक अवसरों पर जैसे-मौसम के आगमन, बच्चे के जन्म, विवाह या अन्य

बहुत सारे त्योहारों को मनाने के लिए लोक नृत्यों का प्रदर्शन किया जाता है। कम से कम कदम और चाल के साथ लोक नृत्य अत्यन्त सरल हैं। भारतीय लोक नृत्य ऊर्जा से भरपूर हैं। कुछ लोक नृत्य में पुरुष व महिला अलग-अलग नृत्य करते हैं जबकि कुछ में एक साथ। ज्यादातर नृत्य में कलाकार स्वयं ही गाते हैं बस कुछ लोग वाद्ययंत्र के साथ उनका सहयोग करते हैं। प्रत्येक प्रकार के लोक नृत्य की एक विशेष वेश-भूषा और लय है। ज्यादातर लोक नृत्यों में आभूषणों और विशिष्ट आकृतियों के साथ रंग-बिरंगे परिधान होते हैं।

लोक नृत्य की विशेषताएं :

- लोक नृत्य किन्हीं विशिष्ट लोगों या विशेष क्षेत्र के प्रसिद्ध नृत्य है।
- लोक नृत्य वास्तव में संस्कृति की अभिव्यक्ति हैं।
- लोक नृत्यों की उत्पत्ति किसी विशिष्ट क्षेत्र या लोगों के बीच उनके रीति-रिवाजों के एक अंग के रूप में हुई।
- वह एक पीढ़ी से दूसरी पीढ़ी को हस्तांतरित किए जाते हैं।
- यह चाल के किसी विशिष्ट प्रतिरूप में सामान्य लय का प्रयोग करते हुए किए जाते हैं।
- यह आनंद और प्रसन्नता को अभिव्यक्त करने वाले सरल नृत्य हैं।
- शरीर की चाल, चेहरे की भाव-भंगिमाएं, वेशभूषा, आभूषण, सजावट आदि लोक नृत्य के अभिन्न अंग हैं।

पाठगत प्रश्न 3.1

सही या गलत पर निशान लगाइए–

1. लोक नृत्य वास्तव में संस्कृति की अभिव्यक्ति है।
2. जटिल कदमों व चाल के साथ लोक नृत्य अत्यन्त कठिन है।
3. लोक नृत्य हमेशा पुरुषों और महिलाओं द्वारा अलग–अलग किए जाते हैं।
4. लोक नृत्य एक पीढ़ी से दूसरी पीढ़ी को हस्तांतरित होते हैं।

3.2 भारत के लोक नृत्य

पूर्व से पश्चिम और उत्तर से दक्षिण तक हर राज्य के अपने विशेष लोक नृत्य हैं।

आइए भारत के विभिन्न लोक नृत्यों पर एक नजर डालें–

- **अरूणाचल प्रदेश :** बारदो छाम
- **असम :** बीहू, बागुखम्बा, भोरताल, झुमुर, खेल, गोपाल, रखाल लीला, तबल चोंगली, कैनो, नोगक्रेम, अंकिया नट, किर्तनिया नाटक और ओजापली

चित्र 3.1 असम

- **बिहार :** जादुर, कठपुतली, माको, झिझिया, करमा, जातरा, नटना, विदेसिया, सेंकेलाछऊ, जाट-जटनी, विदपदा और रामखेलिया।

चित्र 3.2 बिहार

- **छत्तीसगढ़ :** राउत नाचा
- **गुजरात :** डांडिया, भवई, गरबा, टिप्पणी, पधार, डांशी नृत्य, हूडो, मटुकदी, अगवा और पिद्दी धमाल

चित्र 3.3 गुजरात

- **हरियाणा :** स्वांग, नक्कल, रासलीला, धमाल, मंजीरा और गोगा नृत्य।

चित्र 3.4 हरियाणा

- **हिमाचल प्रदेश :** नटी, करियाला, भगत, रास, और हरनाझा हरण या हरिन।

चित्र 3.5 हिमाचल प्रदेश

- **जम्मू और कश्मीर :** भांड पाथर या भांड लाशना, रउफ ओर बेताल धमाल।

चित्र 3.6 जम्मू और कश्मीर

- **कर्नाटक :** यक्षगान, बेदारा वेश, डोल्लू धुनिया, सांता, दद्दाला बयालता, ताल मद्दलद्या प्रसंग, दसराता, राधना और वीरागेस।

चित्र 3.7 कर्नाटक

- **केरल :** डुफमुट्डू, ओप्पना, पदयानी, थेयम, कोडियाट्टम, मर्गमि काली, पुली काली, थिरायट्टम, चैविट्टू नडकम्र टिटाभू नृत्यम और चक्यार कूधू।

चित्र 3.8 केरल

- **मध्य प्रदेश :** मांच, नाचा, फूल पत्ती, राई, तेरताली और कीदा।

चित्र 2.9 मध्य प्रदेश

- **महाराष्ट्र :** तरफा नाच, तमाशा, ललित मरूद, गोंदा, दशावतार, तथानी और कोली नृत्य।

चित्र 3.10 महाराष्ट्र

- **मेघालय :** शद सुकमायसेम, शद नोंगक्रेम, डेरोगाटा, घेपू मुआ और लाहो।

चित्र 3.1 मेघालय

- **नागालैंड :** चांग लो (सुआ भुआ)

चित्र 3.12 नागालैंड

- **उडीसा :** पाल जातरा, दसकठिया, मयूरभंज छऊ, मंगल रास, सोवांग, संबलपुरी (दलखई, रसरकेली) और पर्बा।
- **पंजाब :** नक्कल, स्वांग और भांगड़ा

चित्र 3.13 पंजाब

- **राजस्थान :** ख्याल, रसधारी, तुर्रा किलंगी, गौरी, घूमर, नौटंकी, हमतारी और कालबेलिया।

चित्र 3.14 राजस्थान

- **आंध्र प्रदेश :** कीथी नाटकम, बुर्राकथा, लंबडी और केया।
- **तमिलनाडु :** मेरूकुट्टु, वीथी नाटकम, भगवत मेला नाटकम, कुर्बा जी, पागल वशम और कवाही चिंदू।

चित्र 3.15 तमिलनाडु

- **तेलंगाना :** बथुकम्मा
- **उत्तर प्रदेश :** भगत, सांग-स्वांग, नक्कल, मयूर नृत्य और चारुकला।

चित्र 3.16 उत्तर प्रदेश

- **उत्तराखंड :** हथेलिया

चित्र 3.17 उत्तराखंड

- **गोवा :** पुगाड़ी, दशावतार, मेरनी जगाट, मुसल खेल, समई नृत्य, गोंफ नृत्य, देखनी, कुंबी नृत्य, छोड़ मोड़नी, घालो, टोन्या मेल और तलगाड़ी।

चित्र 3.18 गोवा

- **पश्चिम बंगाल :** छुऊ (पुरुलिया) और संथाली।

चित्र 3.19 पश्चिम बंगाल

क्रियाकलाप 3.1

भारत के निम्नलिखित राज्यों के लोक नृत्यों के चित्र एकत्रित कीजिए और उन्हें अपनी अभ्यास पुस्तिका में चिपकाइए।

1. अरूणाचल प्रदेश
2. उत्तर प्रदेश
3. पंजाब
4. महाराष्ट्र
5. जम्मू एवं कश्मीर

पाठगत प्रश्न 3.1

स्तंभ 'क' को स्तंभ 'ख' से मिलाइए:

क		**ख**	
1.	तमिलनाडु	i.	घूमर
2.	आंध्र प्रदेश	ii.	मयूर नृत्य

3.	राजस्थान	iii.	बधुकम्मा
4.	उत्तराखंड	iv.	पागल वराय
5.	तेलगांना	v.	लंबाडी

आपने क्या सीखा

- लोक नृत्य हर क्षेत्र में उपलब्ध हैं।
- शरीर की चाल, चेहरे के हाव-भाव, परिधान, आभूषण, सजावट आदि लोक नृत्य में गुंथे हुए हैं।
- भारत सांस्कृतिक विविधता के लिए जाना जाता है।
- प्रत्येक प्रदेश के लोक नृत्यों में भी असंख्य विशेषताएं हैं।

पाठांत प्रश्न

1. लोक नृत्य से आपका क्या तात्पर्य है?
2. लोक नृत्य की मुख्य विशेषताएं क्या हैं?
3. पूर्व, पश्चिम, उत्तर तथा दक्षिण भारत से लोक नृत्यों के उदाहरण दीजिए।

उत्तरमाला

3.1

1. सही
2. गलत
3. गलत
4. सही

3.2

1. –iv
2. –v
3. –i
4. –ii
5. –iii