ಭರತನಾಟ್ಯಂ ಜೂನಿಯರ್ ಗ್ರೇಡ್

ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಪರ್ಯಕ್ರಮ ಪ್ರಥಮ ವರ್ಷ

ಪರಿವಿಡಿ

ಕ್ರಮ ಸಂಖ್ಯೆ	ಅಧ್ಯಾಯಗಳು	ಪುಟ ಸಂಖ್ಯೆ
1.	ಅಡವುಗಳು (ತಟ್ಟಡವು , ಮೆಟ್ಟಡವು , ಮಂಡಿ ಅಡವು , ನಾಟ್ಟಡವು , ಎಗರು ತಟ್ಟು ಅಡವು , ರಂಗಾಕ್ರಮಣ ಅಡವು , ಶುಟ್ರಡವು , ಪರವಲ್ ಅಡವು)	1
2.	ಹಸ್ತಗಳು (ಅಸಂಯುತ , ಸಂಯುತ)	12
	ಶಾಸ್ತ್ರವಿಭಾಗ	32
1.	ಪಾರಿಭಾಷಿಕ ಶಬ್ದಗಳು (ಅ) ನೃತ್ತ (ಆ) ನೃತ್ಯ (ಇ) ನಾಟ್ಯ	
2.	ಭರತನಾಟ್ಯ ನೃತ್ಯದ ಕಿರು ಪರಿಚಯ (ಅ) ಭರತನಾಟ್ಯ	33

1

ಅಡವುಗಳು

ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ನೃತ್ಯದಲ್ಲಿ ಮೂರು ಮುಖ್ಯ ಭಾಗ: ನೃತ್ತ, ನೃತ್ಯ, ನಾಟ್ಯ, ನೃತ್ತ ತಾಳಲಯಬದ್ಧವಾಗಿ ಅಂಗಾಂಗಗಳ ಚಲನೆಯಿಂದ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವೃದ್ಧಿಗೊಂಡು ನೋಡಲು ಸುಂದರ. ನೃತ್ತದ ಆಧಾರ ಅಡವು. ಅಡವುಗಳನ್ನು ಸುಂದರ , ಮನೋಹರ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ, ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸಿದಾಗ, ದೇವಾಲಯಗಳಲ್ಲಿನ ಶಿಲ್ಪಕ್ಕೆ ಜೀವ ಬಂದು ನರ್ತಿಸುತ್ತಿವೆಯೆನೋ ಎಂಬ ಭ್ರಮೆಯನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅಡವಿನ ಅರ್ಥ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ , ವೈವಿಧ್ಯತೆ ಹಾಗೊ ನಿರ್ವಹಿಸುವ ಕ್ರಮಗಳನ್ನ ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು ಆತ್ಯಗತ್ಯ.

ಅಡವು ಪದ ' ಆಡು' 'ಆಡುಗು' ನಿಂದ ಬಂದಿರಬೇಕೆಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯ. ಅಡ್ವೈವು ಎನ್ನುವ ಪದ ಪ್ರಯೋಗವೂ ಬಳಕೆಯಲ್ಲಿದೆ . ಕನ್ನಡ, ತಮಿಳಿನ 'ಆಡು' ಪದದ ಅರ್ಥ ನರ್ತಿಸು ಎಂದಾದರೆ ತೆಲುಗಿನ 'ಅಡಗು'ಗೆ ಹೆಜ್ಜೆ ಎಂದರ್ಥ . ಅಡವು ಎಂದರೆ ತಾಳಲಯಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ ಅಂಗಾಂಗಗಳ ಮನೋಹರ ಕ್ರಮಬದ್ಧ ಚಲನೆ . ಹಿಂದಿನಿಂದಲೂ ಅಡವುಗಳು ಪರಿಷ್ಕೃತವಾಗುತ್ತಾ, ವೈವಿಧ್ಯತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೂಳ್ಳುತ್ತಿವೆ . ಅಡವುಗಳ ಮೂಲ ಒಂದೇ ಆದರೂ ಅತಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳು ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬರುತ್ತದೆ. ಅಡವಿನ ವಿಂಗಡಣಾಕ್ರಮ , ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ, ಹೆಸರಿಸುವ ರೀತಿಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದೊಂದು ಸಂಪ್ರದಾಯದಲ್ಲೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಕಾಣುತ್ತೇವೆ. ಇದನ್ನು ಶೈಲಿಯೆಂದು ಗುರುತಿಸಬಹುದು . ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಗುರುಗಳು ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಸಂಪ್ರದಾಯವನ್ನು ಬೆಳಸಿಕೊಂಡು ಬಂದರು – ಹೀಗೆ ಮೈಸೂರು, ತಂಜಾವುರು , ಮದ್ರಾಸ್ , ಪಂದನಲ್ಲೂರು , ವಳವೂರ್ , ಕಲಾಕ್ಷೇತ್ರ ಇತ್ಯಾದಿಗಳು.

ಹತ್ತೊಂಬತ್ತನೇ ಶತಮಾನದಲ್ಲಿ ತಂಜಾವೂರು ಸಹೋದರರೆಂದು ಪ್ರಖ್ಯಾತಿಯನ್ನು ಗಳಿಸಿರುವ ಚಿನ್ನಯ್ಯ , ಪೊನ್ನಯ್ಯ , ಶಿವಾನಂದ , ವಡಿವೇಲುರವರು ಭರತನಾಟ್ಯ ಪಾಠಕ್ರಮ ಹಾಗೂ ಭರತನಾಟ್ಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ರೂಪರೇಷೆಯನ್ನು ರಚಿಸಿದರು . ಅವರು ಅಡವುಗಳ ಪಾದಚಲನೆಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಿ , ಅಡವುಗಳನ್ನು ಪುನಃ ವರ್ಗೀಕರಿಸಿ ಪ್ರಚಾರಕ್ಕೆ ತಂದರು .

ಭರತನಾಟ್ಯ ಕಲಿಕೆಗೆ ಶಿಸ್ತು ನಿಯಮ ಮುಖ್ಯ . ಅಡವುಗಳನ್ನು ಬಹಳ ಶಿಸ್ತಿನಿಂದ , ನಿಯಮದಿಂದ ಕಲಿಯಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಈ ಅಡವುಹಳಿಗೆ ನಾಲ್ಕು ಲಕ್ಷಣಗಳು:

1. ಸ್ಥಾನಕ : ಅಡವುಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭ ಮಾಡುವ ಭಂಗಿ . ಕಾಲನ್ನು ಪಕ್ಕಕ್ಕೆ ತಿರುಗಿಸಿ

ಹಿಮ್ಮಡಿಯನ್ನು ಇಂಚಿನ ಅಂತರದಲ್ಲಿಟ್ಟು , ಬೆನ್ನನ್ನು ನೇರವಾಗಿಸಿ , ಅರ್ಧ ಕುಳಿತು ಆಯಾ ಅಡವಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಹಸ್ತವನ್ನು ಅಳವಡಿಸುವುದು – ಇದಕ್ಕೆ ಅರಮಂಡಿ , ಅರ್ಧಮಂಡಿ , ಆಯತಮಂಡಲ ಎಂಬ ವಿವಿಧ ಹೆಸರು .

2. ನೃತ್ತಹಸ್ತ: ವಿವಿಧ ಅಡವುಗಳಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಹಸ್ತ. ಈ ಹಸ್ತಗಳು ಯಾವುದೇ ಅರ್ಥವನ್ನು ಸೂಚಿಸುವುದಿಲ್ಲ .

3. ಹಸ್ತಕ್ಷೇತ್ರ : ಆರಂಭದ ಹಸ್ತದ ಸ್ತಾನ ಹಾಗೂ ಚಲನೆಯಾಗಿ ಕೊನೆಗೊಳ್ಳುವ ಸ್ತಾನ – ಹಸ್ತಕ್ಷೇತ್ರ .

4. ಚಾರಿ : ಕೈ ಹಾಗೂ ಕಾಲಿನ ಚಲನೆ .

ಮೇಲಿನ ಎಲ್ಲ ಅಂಶಗಳಿದ್ದು ಇದರೊಂದಿಗೆ ಹಸ್ತ ನಿಖರತೆ , ತಲೆಯ ಚಲನೆ , ಕಣ್ಣನೋಟ , ದೇಹದ ಬಾಗುವಿಕೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿ ಮೂಡಿ ಬಂದಾಗ ಅಂಗಶುದ್ಧಿ ಎಂದು ಗುರುತಿಸಲಾಗಿದೆ .

ಅಡವುಗಳ ವಿಂಗಡಣಾಕ್ರಮವನ್ನು ವಿಷದವಾಗಿ ಹೇಳುವ ಮುಂಚೆ ,ಅದರಲ್ಲಿ ಬರುವ ಹಸ್ತ , ಹಸ್ತಸ್ಥಾನ , ಕೆಲವು ದೇಹದ ಸ್ಥಾನಗಳ ಸ್ಥೂಲ ಪರಿಚಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳೋಣ.

ಹಸ್ತಗಳು : ಪತಾಕ , ತ್ರಿಪತಾಕ , ಅರ್ಧ ಪತಕಾ , ಕರ್ತರೀಮುಖ ,ಕಟಕಾಮುಖ , ಅಲಪದ್ಮ ,ಮುಷ್ಟಿ, ಶಿಖರ , ಕಪಿತ್ಥ , ಅರ್ಧಚಂದ್ರ , ಮಯೂರ , ಚತುರ , ಮೃಗಶಿರ , ಸೂಚಿ , ತಾಮ್ರಚೂಡ , ಡೋಲ, ಅಂಜಲಿಗಳು ಉಪಯೋಗದಲ್ಲಿವೆ . ಈ ಹಸ್ತಗಳನ್ನು ನೃತ್ತ , ನೃತ್ಯ ಎರಡಲ್ಲೂ ಪ್ರಯೋಗಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ .

ಹಸ್ತಸ್ಥಾನ : ಇಲ್ಲಿ ಹಸ್ತದ ದಿಕ್ಕು ಸೂಚಿತವಾಗುತ್ತದೆ .

1. ಉತ್ಥಾನ : ಹಸ್ತ ಮೇಲ್ಮುಖ
2. ಅಧೋಮುಖ : ಹಸ್ತ ಕೆಳಮುಖ
3. ಉನ್ಮುಖ : ಹಸ್ತ ತನ್ನ ಕಡೆ ತಿರುಗಿದಾಗ
4. ಪರಾನ್ಮುಖ : ಹಸ್ತ ವಿರುದ್ದ ದಿಕ್ಕಿಗೆ ತಿರುಗಿದಾಗ

ದೇಹದ ಸ್ಥಾನಗಳು :

1. ಸಮ : ಪಾದಗಳೆರಡೂ ಸಮನಾಗಿ , ದೇಹವನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಇರಿಸುವುದು .

2. ಅರ್ಧಮಂಡಿ : ಕಾಲ್ಗಳನ್ನು ಪಾರ್ಶ್ವಗಳಿಗೆ ತಿರುಗಿಸಿ ಅರ್ಧ ಕುಳಿತು ದೇಹದ ಭಾರವನ್ನು ಕಾಲ್ಗಳ ಮೇಲೆ ಸಮನಾಗಿಸಿ ,ಬೆನ್ನನ್ನು ನೇರವಾಗಿರಿಸುವುದು .

3. ಆಲೀಢ: ಎಡಗಾಲನ್ನು ಅರಮಂಡಿಯಲ್ಲಿಟ್ಟು ಪಕ್ಕಕ್ಕೆ ಚಾಚಿ ಹಿಮ್ಮಡಿಯ ಮೇಲೆ ಊರುವುದು .

4. ಪ್ರತ್ಯಾಲೀಢ : ಆಲೀಢಕ್ಕೆ ವಿರುದ್ದ .

5. ಕುಂಚಿತ ಜಾನು : ಕೆಳಗೆ ತುದಿಗಾಲಿನ ಮೇಲೆ ಕೂರುವುದು . ಕಾಲು ಅಗ್ರದಲ್ಲಿಟ್ಟು ಹಿಮ್ಮಡಿಯ ಮೇಲೆ ಭಾರ ಹಾಕುವುದು . ಇದಕ್ಕೆ ಪೂರ್ತಿಮಂಡಿ , ಮುಳುಮಂಡಿ ಅಥವಾ ಉಕ್ಕಾರು ಮಂಡಿ ಎನ್ನಲಾಗುತ್ತದೆ .

ನಾಟ್ಯಾರಂಭ : ಕೈಗಳನ್ನು ಪಕ್ಕಗಳಿಗೆ ನೇರವಾಗಿ ಚಾಚಿ , ಭುಜದ ನೇರಕ್ಕೆ ತರುವುದು . ಈ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಭುಜದಿಂದ ಮೊಣಕೈವರೆವಿಗೂ ಭುಜದ ನೇರಕ್ಕಿದ್ದು ನಂತರ ಮುಂದಕ್ಕೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಬಾಗಿಸಬೇಕು. ಕೈಗಳು ಪತಾಕದಲ್ಲಿ ಅಧೋಮುಖವಾಗಿರಬೇಕು .

ಸಮಭಂಗಿ : ನೇರವಾಗಿ ನಿಂತು ಕಾಲುಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಕೈಗಳನ್ನು ಪತಾಕದಲ್ಲಿ ಸೊಂಟದ ಮೇಲಿರಿಸಿ , ಸಮ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿರುವುದು . ಮೇಲಿನ ವಿವರಗಳನ್ನು ಮನವರಿಸಿಕೊಂಡು ಅಡವನ್ನು ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ, ವಿವರಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ .

ಸಂಪ್ರದಾಯದಂತೆ ಅಡವುಗಳನ್ನು ಹತ್ತು ವಿಧವಾಗಿ : ತಟ್ಟು , ಮೆಟ್ಟು , ನಾಟ್ಟು , ಕುದಿತ್ತ ತಟ್ಟು , ಕುದಿತ್ತ ಮೆಟ್ಟು , ತಟ್ಟುಮೆಟ್ಟು , ಜಾರು , ಮಂಡಿ , ರಂಗಕ್ರಮಣ , ತೀರ್ಮಾನ ಎಂಬ ‘‘ ದಶವಿಧ ಅಡವು ’’ಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಲಾಗಿದೆ . ಒಂದೊಂದು ಸಂಪ್ರದಾಯದಲ್ಲೂ ಈ ವಿಂಗಡಣೆ 12 ರಿಂದ 15 ವಿಧದವರೆಗೂ ವಿಭಾಗಿಸಲಾಗಿದೆ . ಎಲ್ಲಾ ಅಡವುಗಳನ್ನು , ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಮೂರು ಕಾಲದಲ್ಲಿಯೂ ಮಾಧ್ಯಮಿಕ ಹಂತದಿಂದ ಮೂರು ಕಾಲ ಹಾಗೂ ಐದು ಜಾತಿಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕು .

ಅಡವುಗಳನ್ನು ಕಲಿಯುವ ಮೊದಲು ನೃತ್ಯವನ್ನು, ಆರಂಭ ಮಾಡುವಾಗ ನಮಸ್ಕಾರವನ್ನು ಮಾಡಿ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ . ಇದನ್ನು ಕಾಲು ತಟ್ಟಿ ನಮಸ್ಕರಿಸುವುದು ಅಥವಾ ತಟ್ಟಿ ಮುಗಿಯುವುದು ಎಂದು ಕರೆದಿದ್ದಾರೆ . ಇವುಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಹಲವಾರು ಭೇದಗಳಿವೆ .

ನಮಸ್ಕಾರ : ಪಾದಗಳನ್ನು 180 ಕೋನಕ್ಕೆ ತಿರುಗಿಸಿ . ಅರೆ ಮಂಡಿಯಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಕೈಯನ್ನು ಎದೆಯ ಮುಂದೆ ಕಟಕಾಮುಖದಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿ . ಬಲ ಹಾಗೂ ಎಡಗಾಲನ್ನು ಕ್ರಮವಾಗಿ ತಟ್ಟಿ ಕೈಯನ್ನು ಅಲಪದ್ಮದಲ್ಲಿ ನೇರವಾಗಿ ಚಾಚಿ , ಮಂಡಲಾಕಾರದಲ್ಲಿ ಕೈಗಳನ್ನು ಸುತ್ತಿ ಕೆಳಗೆ ತರುವಾಗ ಕೈಗಳನ್ನು ನೋಡಬೇಕು . ನಂತರ ಪೂರ್ತಿ ಮಂಡಿಯಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಕೈಗಳನ್ನು , ನೆಲಕ್ಕೆ ಮುಟ್ಟಿಸಿ ನಂತರ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಒತ್ತಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು .

ನಂತರ ಅಂಜಲಿ ಹಸ್ತವನ್ನು ತಲೆಯ ಮೇಲೆ , ಮುಖ ಮುಂದೆ , ಎದೆಯ ಮುಂದೆ ತಂದು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕೆಂದು ಪಠ್ಯದಲ್ಲಿ ನಮಸ್ಕಾರವನ್ನು , ಮಾಡುವ ವಿಧಾನವನ್ನು

ಹೇಳಲಾಗಿದೆ . ಹೀಗೆ ನಮಸ್ಕಾರವನ್ನು , ಮಾಡಿ ಗುರುವಿಗೂ ಅವರ ತಟ್ಟುವ ತಾಳ ಇಲ್ಲವೆ ಕೋಲು ಮಣೆಗಳಿಗೂ ನಮಸ್ಕರಿಸಬೇಕು .

ನಮಸ್ಕಾರದ ಒಳ ಅರ್ಥ : ನಿನ್ನನ್ನು ಕಾಲಿನಿಂದ ತಟ್ಟಿ ನರ್ತಿಸುತ್ತೇನೆ . ಕ್ಷಮಿಸು ಭೂತಾಯೇ , ಎಂದು ಹೇಳಿ , ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಹಿಡಿದ ಅಂಜಲಿಯಿಂದ ದೇವರಿಗೂ ಮುಖದ ಮುಂದೆ ಹಿಡಿದ ಅಂಜಲಿಯಿಂದ ಗುರುಗಳಿಗೂ ಮತ್ತು ಎದೆಯ ಮುಂದೆ ಹಿಡಿದ ಅಂಜಲಿಯಿಂದ ಸಭಿಕರಿಗೂ ನಮಸ್ಕಾರವನ್ನು ಸೂಚಿಸುವುದು .

ನೃತ್ಯಾರಂಭ : ಹಿಂದಿನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಪಾಠವನ್ನು , ಪ್ರಾರಂಭ ಮಾಡಲು ಒಳ್ಳೆಯ ದಿವಸವನ್ನು ಗೊತ್ತುಪಡಿಸಿ ಅಭ್ಯಂಜನ ಸ್ನಾನವನ್ನು, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗೆ ಮಾಡಿಸಿ , ಹೊಸಬಟ್ಟೆಯನ್ನು, ತೊಡಿಸಿ , ಅಲಂಕರಿಸಿ , ದೇವರಿಗೆ ಪೂಜೆಯನ್ನು , ಸಲ್ಲಿಸಿದ ನಂತರ ಆಹ್ವಾನಿತ ವಿದ್ವಾಂಸರ , ಹಿರಿಯರ , ಸಮ್ಮುಖದಲ್ಲಿ ಪಾಠಾರಂಭವಾಗುತ್ತಿತ್ತು . ಗುರುಗಳಿಗೆ ಫಲ, ತಾಂಬೂಲ , ಗುರುದಕ್ಷಿಣೆ , ವಸ್ತ್ರವನ್ನುಕೊಟ್ಟು ನಮಸ್ಕರಿಸಿ , ತಟ್ಟುಮಣೆ ಕೋಲಿಗೂ ವಿದ್ವಾಂಸರಿಗೂ ನಮಸ್ಕರಿಸಿ , ಐದು ಸೇರು ಭತ್ತದ ಮೇಲೆ ನಿಂತು ಗುರುಗಳ ಇಬ್ಬರು ಶಿಷ್ಯರು ಹಿಡಿದ ಬೊಂಬು ಇಲ್ಲವೇ ಹುರಿಯಂತೆ ಹೊಸೆದ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು , ಹಿಡಿದು , ಅರ್ಧಮಂಡಿಯಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಗುರು ಹೇಳಿಕೊಡುವ ತಟ್ಟಡವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ ನೃತ್ಯದ ಪಾಠವನ್ನು ಆರಂಭಿಸುತ್ತಿದ್ದರು . ಈಗ ಕೇವಲ ಸಾಂಕೇತಿಕವಾಗಿ ಪೂಜೆಯನ್ನು , ಮಾಡಿ ನೃತ್ಯದ ಪಾಠವನ್ನು , ಆರಂಭಮಾಡುವ ರೀತಿ ಬಂದಿದೆ .

ದಶವಿಧ ಅಡವುಗಳು

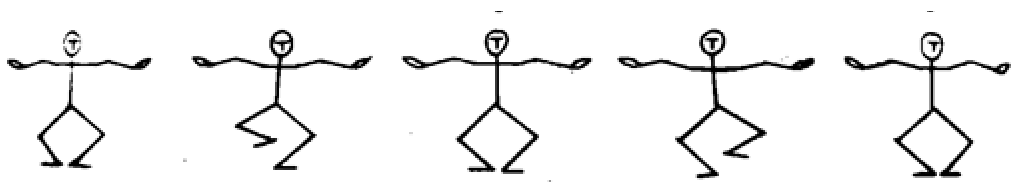
1. ತಟ್ಟಡವು :

ಕಾಲನ್ನು ಚಪ್ಪಟೆಯಾಗಿ ತಟ್ಟುವುದು ತಟ್ಟಡವು . ಮೇದಲಿಗೆ ನಾಟ್ಯಾರಂಭದಲ್ಲಿ ನಿಂತು , ಕೈಗಳನ್ನು ಪಕ್ಕಕ್ಕೆ ನೇರವಾಗಿ ಚಾಚಿ (ಪಾರ್ಶ್ವಗಮನ) ಭುಜದ ನೇರಕ್ಕೆ ತರುವುದು . ಕೈಗಳು ಪತಾಕದಲ್ಲಿ ಅಧೋಮುಖವಾಗಿರಬೇಕು . ದೃಷ್ಟಿ ಶಿರ – ಸಮದಲ್ಲಿ . ಅರಮಂಡಿಯಲ್ಲಿ ಕೈಯನ್ನು ನಾಟ್ಯಾರಂಭದಲ್ಲಿದ್ದಂತೆ ಇಡುವುದು

ಸ್ಥಾನಕ. ಇದರ ಶೊಲ್ಲುಕಟ್ಟು, 'ತೈಯ ತೈ' ಅಥವಾ 'ತೈಯ ತೈಯಿ' ಕಾಲನ್ನು ಒಂದಾದ ನಂತರ ಒಂದನ್ನು ಸಶಬ್ದವಾಗಿ ಚಪ್ಪಟ್ಟೆಯಾಗಿ ತಟ್ಟುವುದು. ಇದನ್ನು ಪುನರಾವರ್ತಿಸಿ ಮೂರು ಕಾಲಗಳಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕು. ಇದರಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟು ಏಳು ವಿಧ.

ಅ. ತೈ ಯ ತೈ ,

ಬಲ ಕಾಲು 1 ಬಾರಿ, ಎಡ ಕಾಲು 1 ಬಾರಿ ತಟ್ಟುವುದು



ಆ. ತೈ ಯ ತೈ , ತೈ ಯ ತೈ ,

ಬಲ ಕಾಲು 2 ಬಾರಿ , ಎಡ ಕಾಲು 2 ಬಾರಿ ತಟ್ಟುವುದು

ಇ. ತೈಯ ತೈಯ ತೈ , ; ತೈಯ ತೈಯ ತೈ , ;

ಬಲ ಕಾಲು 3 ಬಾರಿ , ಎಡ ಕಾಲು 3 ಬಾರಿ ತಟ್ಟುವುದು

ಈ. ತೈಯ ತೈಯ ತೈಯ ತೈ , ತೈಯ ತೈಯ ತೈಯ ತೈ ,

ಬಲ ಕಾಲು 4 ಬಾರಿ , ಎಡ ಕಾಲು 4 ಬಾರಿ ತಟ್ಟುವುದು

ಉ. ತೈಯ ತೈಯ ತೈ ತೈ ತಾಂ , ತೈಯ ತೈಯ ತೈ ತೈ ತಾಂ ,

ಬಲ ಕಾಲು 5 ಬಾರಿ , ಎಡ ಕಾಲು 5 ಬಾರಿ ತಟ್ಟುವುದು

ಇದು ಮೂರನೆ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಮಾಡುವುದು

ತೈ ತೈ ದ ತ್ತ ತೈ ತೈ ತಾಂ ತೈ ತೈ ದ ತ್ತ ತೈ ತೈ ತಾಂ

ಬಲ ಕಾಲು 6 ಬಾರಿ , ಎಡ ಕಾಲು 6 ಬಾರಿ ತಟ್ಟುವುದು

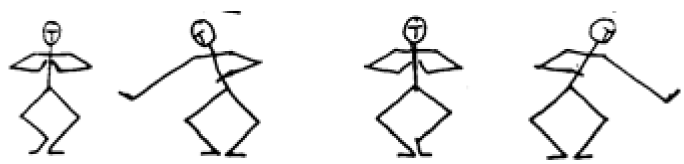
2. ಮೆಟ್ಟಡವು :

ಕಾಲನ್ನು ಬೆರಳುಗಳ ಮೇಲಿಟ್ಟು ಅಡವುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದಾಗ ಮೆಟ್ಟಡವು . ಸ್ಥಾನಕ ಅರಮಂಡಿಯಲ್ಲಿ ಕೈಗಳನ್ನು ಉತ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ತ್ರಿಪತಾಕಗಳನ್ನು ಎದೆಯ ಮುಂದಿರಿಸಿ ನೋಟ ಸಮದಲ್ಲಿ .

1. ಇಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಶೊಲ್ಲುಕಟ್ಟು ತತ್ತೈದಿತ್ತೈ . ಆದಿ ಅಥವಾ ಚತುರಶ್ರ ಏಕತಾಳದಲ್ಲಿ . 'ತೈ' ಕ್ಕೆ ಬಲಗಾಲನ್ನು ಮೆಟ್ಟಿ ನೇರ ನೋಟವಿದ್ದು, 'ತೈ' ಗೆ ಬಲಗಾಲನ್ನು ತಟ್ಟಿದಾಗ ಬಲಗಾಲಿಗೆ ಸಮಾನಾಂತರ ರೇಖೆಯಲ್ಲಿ ಬಲಗೈಯನ್ನು ಅದೋಮುಖ ತ್ರಿಪತಾಕದಲ್ಲಿಟ್ಟು ಬಲಗೈ ನೋಡುವುದು . ಇದು ಬಲ, ಹೀಗೆ ಎಡಕ್ಕೂ .

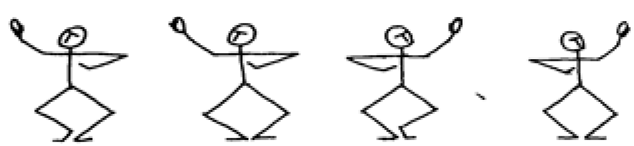
(ಅ). ತ ತೈ | ದಿ ತೈ

ಬಲ್ ಕಾಲು ಎಡ ಕಾಲು



(ಆ). ತ ತೈ | ದಿ ತೈ

ಬಲ ಕಾಲು ಎಡ ಕಾಲು

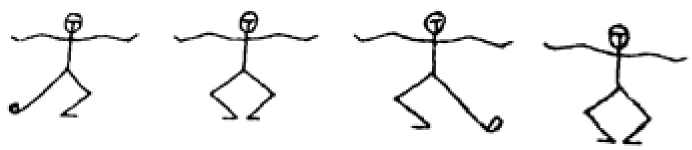


3. ನಾಟ್ಟಡವು

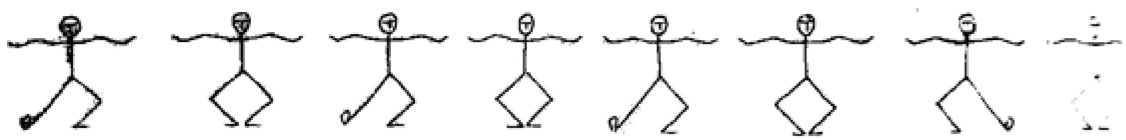
ಕಾಲಿನ ಹಿಮ್ಮಡಿಯಿಂದ ನೆಲವನ್ನು ತಟ್ಟುವುದು ನಾಟ್ಟು. ಸಂಸ್ಕೃತದಲ್ಲಿ ನಾಟ್ಟು ಎಂದರೆ ಅಂಚಿತ. ಇದರಲ್ಲಿ ಹಲವು ವಿಧದ ಅಡವುಗಳಿವೆ. ಮೊದಲಿಗೆ ಕಾಲುಗಳನ್ನು ಪಕ್ಕಕ್ಕೆ ಚಾಚುವುದು . ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಪಾದವನ್ನು ಹಿಮ್ಮಡಿಯ ಮೇಲೆ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟಾಗ ಪಾರ್ಶ್ವ ಅಂಚಿತ . ಪಕ್ಕಕ್ಕೆ ಚಾಚಿದಾಗ ಆಲೀಢ ಹಾಗೂ

ಪ್ರತ್ಯಾಲೀಢ ಪಾದಭೇದಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತೇವೆ . ಕೈಗಳನ್ನು ನಾಟ್ಯಾರಂಭದಲ್ಲಿ ತ್ರಿಪತಾಕಹಸ್ತಗಳನ್ನು ಅಧೋಮುಖವಾಗಿರಿಸಿ ಶಿರ ಹಾಗೂ ದೃಷ್ಟಿ ಸಮದಲ್ಲಿ . ಇದಕ್ಕೆ ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಸೊಲ್ಕಟ್ಟು "ತೈಯುಂ ದತ್ತ ತೈಯಿ ತಾಂ".

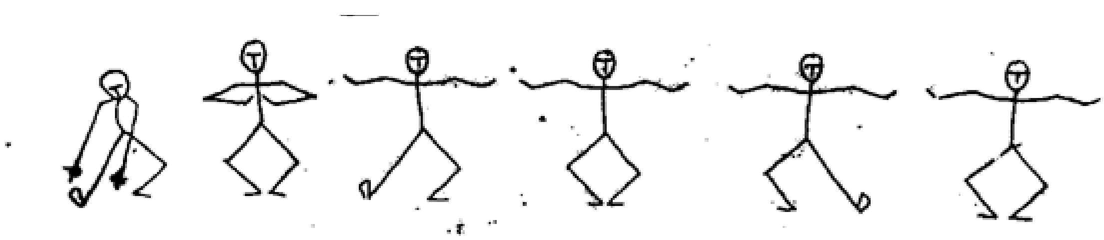
(ಅ) ತೈಯುಂ ದತ್ತ ತೈಯಿ ತಾಹ



(ಆ) ತೈಯುಂ ದತ್ತ ತೈಯಿ ತಾಹ , ತೈಯುಂ ದತ್ತ ತೈಯಿ ತಾಹ .

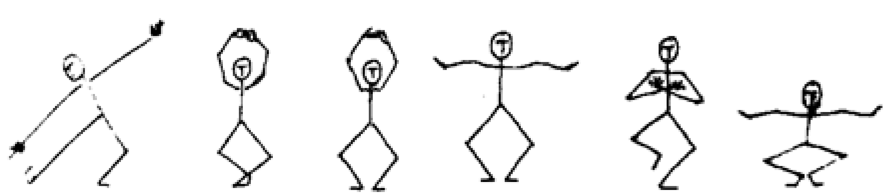


(ಇ) ತೈಯುಂ ದತ್ತ ತೈ ಯಿ ತಾ ಹ ತೈಯುಂದತ್ತ ತೈ ಯಿತ್ತಾಹ , ಎಡ ಭಾಗಕ್ಕೆ.



(ಈ) ಮೇಲೆ "ಇ" ನಲ್ಲಿ ಇದ್ದಂತೆ ಎರಡೆರಡು ಬಾರಿ ಮಾಡುವುದು.

(ಉ) ತೈಯುಂ ದ ತ್ತ ತೈ ತೈ ತಾಂ



ಈ ಮೇಲಿನ ಅಡವನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ಪಾರ್ಶ್ವ ಅಂಚಿತ, ಕುಟ್ಟನವನ್ನು ಮಾಡಿ ಐಂದ್ರಕ್ಕೆ ಕಾಲನ್ನು ತಂದು ತದನಂತರ ಮುಳುಮಂಡಿ ಅಂದರೆ ಕುಂಚಿತ

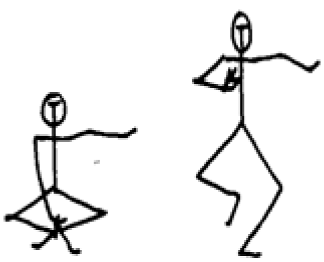
ಜಾನುವಿನಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವುದು . ದೃಷ್ಟಿ ಸಾಚಿ , ಉಲ್ಲೋಕಿತ ಹಾಗೂ ಸಮ ಮತ್ತು ಶಿರ ಉದ್ವಾಹಿತ , ದುತ , ಸಮ ಇವುಗಳ ಪ್ರಯೋಗವಿದೆ .

4. ಮಂಡಿ ಅಡವು

ಮಂಡಿಯನ್ನು ನೆಲಕ್ಕೆ ತಾಗುವುದರಿಂದ ಮಂಡಿ ಅಡವು ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗಿದೆ . ಸ್ಥಾನಕಕ್ಕೆ ಪೂರ್ತಿ ಮಂಡಿಯಲ್ಲಿ , ನಾಟ್ಯಾರಂಭದಲ್ಲಿನ ಅಧೋಮುಖದಲ್ಲಿ ತ್ರಿಪತಾಕಗಳನ್ನಿಟ್ಟು , ಸಮ ದೃಷ್ಟಿ , ಎಲ್ಲ ಮಂಡಿ ಅಡವಿಗೂ ಸ್ಥಾನಕ ಒಂದೇ . ಇಲ್ಲಿ ತೈ ತೈ , ; ಅಥವಾ ತಕತಕದಿಮಿ ಶೊಲ್ಕಟ್ಟು ತ್ರಿಶ್ರ ಏಕತಾಳಕ್ಕೆ .

(ಅ) . ತ , ; ಕ , ; ದಿ , ; ಮಿ , ; ||

ತ , ಕ , ದಿ , ಮಿ , ತ , ಕ , ದಿ , ಮಿ , ||

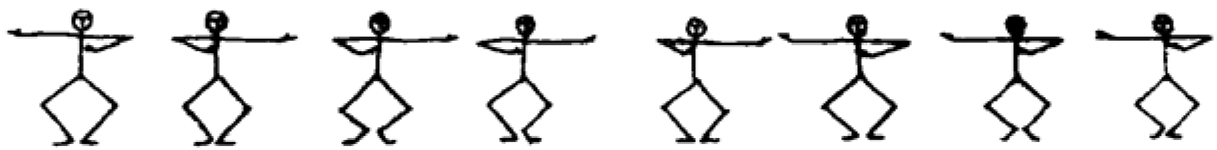


ತ ಕ ದಿ ಮಿ ತ ಕ ದಿ ಮಿ ತ ಕ ದಿ ಮಿ ತ ಕ ದಿ ಮಿ ||

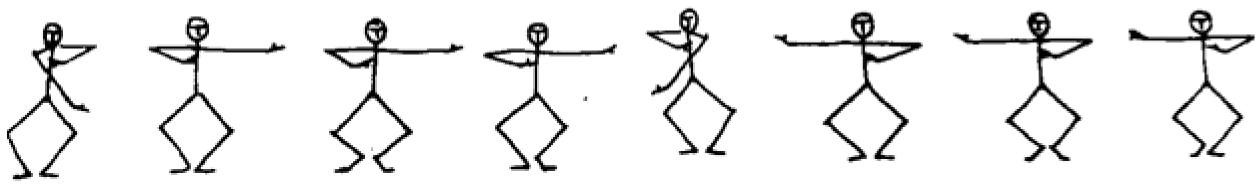
5. ಎಗರು ತಟ್ಟಡವು

ಎರಡೂ ಕಾಲ್ಗಳ ಮೇಲೆ ಎಗರಿ ಕಾಲ್ಬೆರಳ ಮೇಲೆ ನಿಲ್ಲುವುದು . ತದನಂತರ ಬಲಗಾಲನ್ನು ಚಪ್ಪಟೆಯಾಗಿ ತಟ್ಟುವುದು . ಅದರಿಂದ ಇದು ಎಗರು ತಟ್ಟು , ಇದನ್ನು ಕುದಿತ್ತು ತಟ್ಟುಅಡವು ಎಂದೂ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ . ಇದಕ್ಕೆ ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಶೊಲ್ಕಟ್ಟು ತತೈ ತಾಹ ದಿತೈತಾಹ .

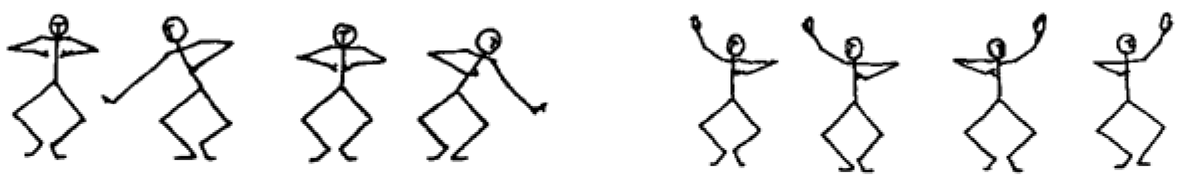
(ಅ) . ತ ತೈ ತಾ ಹ ದಿ ತೈ ತಾ ಹ



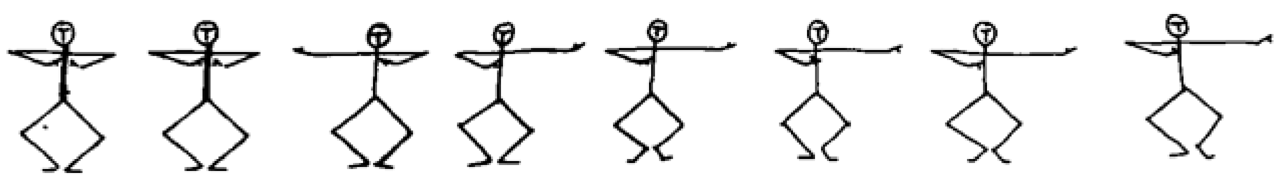
(ಆ). ಎಗರು ತಟ್ಟಡವಿನ (ಅ) ನಲ್ಲಿದ್ದಂತೆಯೇ ಎಲ್ಲವೂ ಇದ್ದು ಮೊದಲಿನ ಕಾಲು ಅಂದರೆ 'ತ' ಗೆ ಕೈಯನ್ನು ಮುಂದಕ್ಕೆ ನೀಡುವುದು .



(ಇ). ತ ತೈ ತಾ ಹ (ಈ). ತ ತೈ ತಾ ಹ



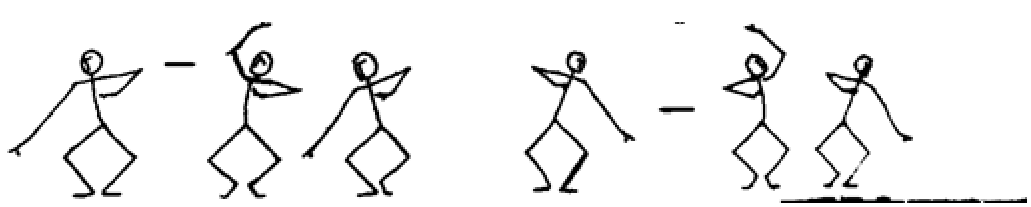
(ಉ). ತ ತೈ ತಾ ಹ ದಿ ತೈ ತಾ ಹ



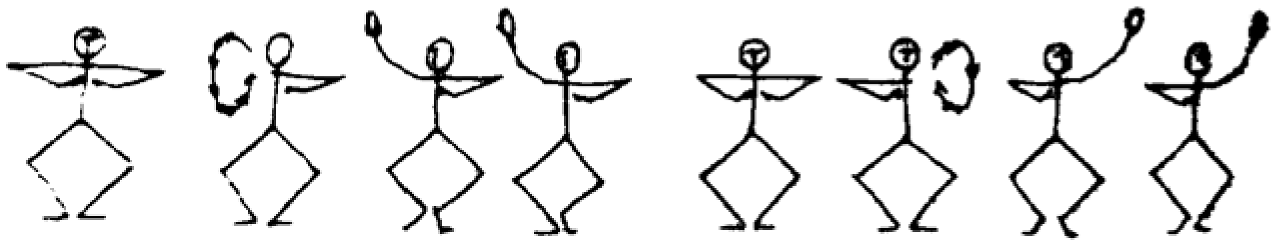
ಎರಡೂ ಕಾಲನ್ನು ತಟ್ಟಿ ತದನಂತರ ಎಗರಿ ಕಾಲನ್ನು ತಟ್ಟುವುದು 2 ಬಾರಿ, ಇದಿಷ್ಟೂ ಬಲಕ್ಕೆ ; ತದನಂತರ ಎಡಕ್ಕೂ ಹೀಗೆ.

(ಊ). (ಉ)ರಲ್ಲಿದ್ದಂತೆಯೇ ಎಲ್ಲ ಚಲನೆಯಿದ್ದು (ಆ) ನಲ್ಲಿ ಇದ್ದಂತೆ ಕೈಯನ್ನು ಪಕ್ಕಕ್ಕೆ ಬದಲಾಗಿ ಮುಂದಕ್ಕೆ ಚಾಚುವುದು.

(ಋ). ತ ತೈ ತಾ ಹ ದಿ ತೈ ತಾ ಹ



(ಖೊ) . ತ ತೈ ತಾ ಹ ದಿ ತೈ ತಾ ಹ

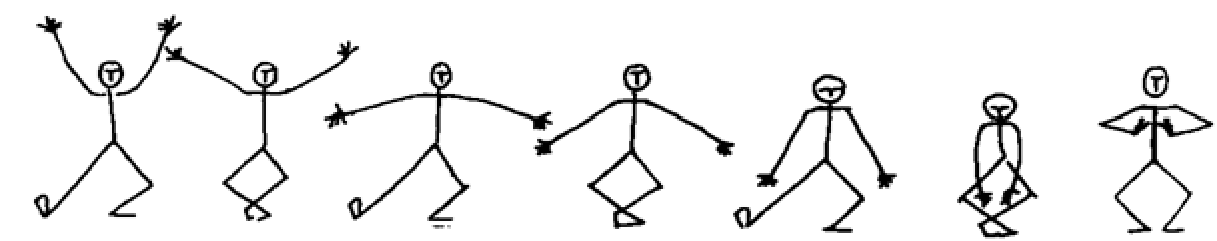


ಕೈಯನ್ನು ಮೇಲಕ್ಕೆತ್ತಿ ಹಿಂದಕ್ಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ವೃತ್ತಾಕಾರವಾಗಿ ಚಲಿಸುತ್ತಾ ಮುಂದಕ್ಕೆ ತರುವುದು .

6. ರಂಗಾಕ್ರಮಣ ಅಡವು

ಹೆಸರೇ ಹೇಳುವಂತೆ ರಂಗವನ್ನು ಆಕ್ರಮಿಸುವುದು , ಅಂದರೆ ಹೆಜ್ಜೆಗಳನ್ನು ವಿರಳವಾಗಿ ಇಡುತ್ತಾ ರಂಗಸ್ಥಳದ ದಮಸ್ತ ಜಾಗವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಅಡವು. ಶೊಲ್ಲುಕಟ್ಟು ಕೆಲವರು " ತೈಯುಂದತ್ತ ತೈಹಿತಾಹ " ಎಂದು ಕೆಲವರು ತಾತ್ತೈತ್ತೈತ ದಿತ್ತೈತ್ತೈತ ಎಂದೂ ಹೇಳುವುದುಂಟು .

(ಅ) . ತೈ ಯುಂ ದ ತ್ತ ತೈ ಹಿ ತಾಹ



(ಆ). ರಂಗಾಕ್ರಮಣದ (ಅ) ನಂತೆಯೇ ಇಲ್ಲಿನ ಕಾಲಿನ ಚಲನೆ ಇದ್ದು ಒಂದು ಕೈಯನ್ನು ಡೋಲದಲ್ಲಿಟ್ಟು ಇನ್ನೊಂದರಲ್ಲಿ ಮೇಲಿನಂತೆ ಮಾಡುವುದು

7. ಶುಟ್ರುಡವು

ಶುಟ್ರು ಅಂದರೆ ಸುತ್ತುವುದು . ಇದಕ್ಕೆ ಭ್ರಮರೀ, ಸುತ್ತಡವು ಎಂಬ ಇತರ ಹೆಸರುಗಳಿವೆ . ಸಮ ಪಾದದಲ್ಲಿ ನಿಂತು , ಕೈಗಳಲ್ಲಿ " ಕಟಕಾಮುಖ " ಲಿದ್ದು,

ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಉತ್ತಾನದಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಎದೆಯ ಮುಂದೆ ಅಧೋಮುಖವಾಗಿರಿಸಿ, ಸಮದೃಷ್ಟಿಯಿದ್ದಾಗ ಸ್ಥಾನಕ. ಶೊಲ್ಲುಕಟ್ಟು 'ತಕದಿಮಿ', ಚತುರಶ್ರ ಏಕತಾಳ. ಬಲಗಾಲನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪವಾಗಿ ಮೇಲೆತ್ತಿ ಬಲಗೈಯನ್ನು ಅಲಪದ್ಮದಲ್ಲಿ ವರ್ತುಲಾಕಾರವಾಗ ಭುಜದ ನೇರಕ್ಕೆ ಸುತ್ತುತ್ತಾ ಎಡಗಾಲಿನ ಬೆರಳ ಮೇಲೆ ಎಡಪಕ್ಕದಿಂದ ಸುತ್ತಿ, ಸ್ಥಾನಕಕ್ಕೆ ಬರುವುದು. ಇದೇ ರೀತಿ ಎಡಪಕ್ಕಕ್ಕೂ.

(ಅ). ತ , ; ಕ , ; ದಿ , ; ಮಿ , ; ||

ತ , ಕ , ದಿ , ಮಿ , ತ , ಕ , ದಿ , ಮಿ , ||

ತ ಕ ದಿ ಮಿ ತ ಕ ದಿ ಮಿ ತ ಕ ದಿ ಮಿ ತ ಕ ದಿ ಮಿ ||

8. ಪರವಲ್ ಅಡವು

ಅರಮಂಡಿಯಲ್ಲಿ ಎದೆಯ ಮುಂದೆ ಕಟಕಾಮುಖ ಕೈಗಳನ್ನಿರಿಸುವುದು – ಸ್ಥಾನಕ. ಇಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಶೊಲ್ಲುಕಟ್ಟು " ತಾತೈತೈತ ದಿತೈತೈತ ", ಆದಿತಾಳಕ್ಕೆ. 'ತಾ' ಗೆ ಬಲಗಾಲನ್ನು ಅದೇ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ತಟ್ಟಿ, 'ತೈ' ಗೆ ಕಾಲನ್ನು ಪಕ್ಕಕ್ಕೆ ಎತ್ತಿ ಇಡಬೇಕು .ಹೀಗೆ ಮಾಡುವಾಗ ಎರಡೂ ಕೈಗಳನ್ನು ಅಲಪದ್ಮದಲ್ಲಿ ಮಂಡಲಾಕಾರದಲ್ಲಿ ಕೆಳಗಿನಿಂದ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುವುದು. ಇನ್ನೊಂದು 'ತೈ' ಗೆ ಎಡಗಾಲು ಬಲಗಾಲಿನ ಹಿಂದೆ ಅಗ್ರತಲ ಸ್ವಸ್ತಿಕದಲ್ಲಿರಿಸುವುದು. 'ತ' ಗೆ ಬಲಗಾಲನ್ನು ಎಡಗಾಲಿನೊಂದಿಗೆ ಸೇರಿಸಿ ಅರಮಂಡಿಯಲ್ಲಿ ಕಟಕಾಮುಖದಲ್ಲಿ ಕೈಗಳನ್ನು ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಉತ್ತಾನವಾಗಿಸಬೇಕು. ಹೀಗೆ ಎಡಪಕ್ಕಕ್ಕೆ ಕಾಲ್ಬೆರಳನ್ನು ಚಲಿಸಿ ಕೈಗಳನ್ನು ಮಂಡಲಾಕಾರದಲ್ಲಿ ಮೇಲಿನಿಂದ ಕೆಳಕ್ಕೆ ತಂದು ಸ್ಥಾನಕಕ್ಕೆ ಬರಬೇಕು. ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬಲಭಾಗ ಮುಕ್ತಾಯ. ಹೀಗೆ ಎಡಪಕ್ಕಕ್ಕೂ.

ತಾ ; ತೈ , ; ತೈ , ; ತ , ; | ದಿ , ; ತೈ , ; ತೈ , ; ತ , ; |

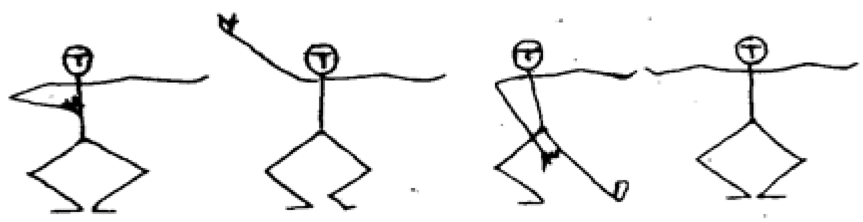
ತಾ ತೈ , ತೈ , ತ , ದಿ , ತೈ , ತೈ , ತ , | ತಾ ತೈ , ತೈ , ತ , ದಿ , ತೈ , ತೈ , ತ , |

ತಾತೈತೈತ,ದಿತೈತೈತ,ತಾತೈತೈತ,ದಿತೈತೈತ|ತಾತೈತೈತ,ದಿತೈತೈತ,ತಾತೈತೈತ,ದಿತೈತೈ |

9. ಕೋರ್ವೈ ಅಡವು

ಈ ಅಡವನ್ನು ತೀರ್ಮಾನ , ಕೋರ್ವೈ , ಅಡವು ಎನ್ನುವ ಬಳಕೆ . ಹಲವು ಚಲನೆಗಳಿದ್ದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾದ ಜಾತಿಗೆ ಸೇರಿಸಲು ಕಷ್ಟವಾದ್ದರಿಂದ ತೈತ್ತೈ ದಿದಿತ್ತೈ ತಾಂ ಎನ್ನುವುದೇ ಸೂಕ್ತ. ಹಲವಾರು ವಿಧಗಳಿರುವ ಈ ಅಡವಿನ ಎರಡು ಮಾದರಿ ಇಲ್ಲಿದೆ . ಅರಮಂಡಿಯಲ್ಲಿ ಎಡಗೈ ಅಧೋಮುಖ ಪತಾಕವನ್ನು ನಾಟ್ಯಾರಂಭದಲ್ಲಿನಂತೆ . ಬಲಗೈ ಅಲಪದ್ಮವನ್ನು ಎದೆಯ ಮುಂದಿರಿಸಿ , ಸಮದೃಷ್ಟಿಸುವುದು – ಸ್ಥಾನಕ. ಶೊಲ್ಲುಕಟ್ಟು " ತೈತ್ತೈ ದಿದಿತ್ತೈ ತಾಂ ", ತಾಳ ತ್ರಿಶ್ರಏಕ .

ತೈ , ; ತೈ , ; ದಿ , ದಿ , | ತೈ , ತಾಂ ; ; |



ತೈ , ತೈ , ದಿದಿ ತೈ , ತಾ ಂ ; | ತೈ , ತೈ , ದಿದಿ ತೈ , ತಾ ಂ ; |

ತೈ ತೈ ದಿದಿತ್ತೈ , ತಾಂ ತೈ ತೈ ದಿದಿತ್ತೈ ,ತಾಂ | ತೈತ್ತೈ ದಿದಿತ್ತೈ , ತಾಂ ತೈ ತೈ ದಿದಿತ್ತೈ ,ತಾಂ |

2. ಹಸ್ತಭೇದ ಲಕ್ಷಣ

ಹಸ್ತ ಅಂದರೆ ಕೈ . ಇದರಲ್ಲಿ ಮೂರು ವಿಧ :

1. ಅಸಂಯುತ ಹಸ್ತಗಳು : ಒಂದು ಕೈನ ಪ್ರಯೋಗ
2. ಸಂಯುತ ಹಸ್ತಗಳು : ಎರಡೂ ಕೈನ ಪ್ರಯೋಗ
3. ನೃತ್ತ ಹಸ್ತಗಳು

ಅಸಂಯುತ ಹಸ್ತಗಳು

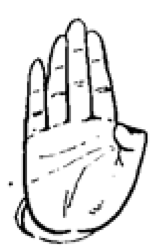
ನಂದಿಕೇಶ್ವರನ ಪ್ರಕಾರ 28 ಅಸಂಯುತ ಹಸ್ತಗಳು. ಶ್ಲೋಕದೊದಿಗೆ ಅವುಗಳ ನಿರೂಪಣೆ ಹಾಗೂ ಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನು ಕೊಡಲಾಗಿದೆ .

ಪತಾಕಸ್ತ್ರಿಪತಾಕೋರ್ಧ ಪತಾಕಃ ಕರ್ತರೀಮುಖಃ |
ಮಯೂರಾಖ್ಯೋರ್ಧ ಚಂದ್ರಾಶ್ಯಾ ಪ್ಯರಾಳ ಶ್ಯುಕತುಂಡಕಃ ||
ಮುಷ್ಟಿಶ್ಚಶಿಖರಾಖ್ಯಶ್ಚ ಕಪಿತ್ಥಃ ಕಟಕಾಮುಖಃ |
ಸೂಚೀ ಚಂದ್ರಕಲಾ ಪದ್ಮಕೋಶ ಸ್ಸರ್ಪ ಶಿರಾಸ್ತಥಾ ||
ಮೃಗಶೀರ್ಷ ಸ್ಸಿಂಹಮುಖೋ ಕಾಂಗೂಲಸ್ಸೋಲ ಪದ್ಮಕಃ |
ಚತುರೋ ಭ್ರಮರಶ್ಚವ ಹಂಸಾಸ್ಯೋ ಹಂಸಪಕ್ಷಕಃ ||
ಸಂದಂಶೋ ಮುಕುಳಶ್ಚವ ತಾಮ್ರಚೂಡಸ್ತ್ರಿಶೂಲಕಃ |
ಅಷ್ಟಾವಿಶಂತಿ ಹಸ್ತಾನಾಮೇವಂ ನಾಮಾನಿ ವೈಕ್ರಮಾತ್ ||

ಪತಾಕ , ತ್ರಿಪತಾಕ , ಅಪರ್ಧತಾಕ , ಕರ್ತರಿಮುಖ , ಮಯೂರ , ಅರ್ಧಚಂದ್ರ , ಅರಾಳ , ಶುಕತುಂಡ , ಮುಷ್ಟಿ , ಶಿಖರ , ಕಪಿತ್ಥ , ಕಟಕಾಮುಖ , ಸೂಚಿ ,ಚಂದ್ರಕಲ , ಪದ್ಮಕೋಶ , ಸರ್ಪಶಿರ , ಮೃಗಶಿರ , ಸಿಂಹಮುಖ , ಕಾಂಗುಲ , ಅಲಪದ್ಮ , ಚತುರ , ಭ್ರಮರ , ಹಂಸಾಸ್ಯ , ಹಂಸಪಕ್ಷ , ಸಂದಂಶ , ಮುಕುಳ , ತಾಮ್ರಚೂಡ , ತ್ರಿಶೂಲ - ಎಂದು ಇಪತ್ತೆಂಟು ವಿಧ ,

1. ಪತಾಕ :

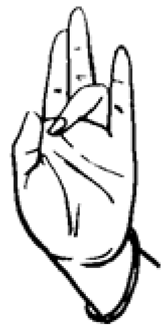
ಹೆಬ್ಬೆಟ್ಟನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಬಗ್ಗಿಸಿ ಎಲ್ಲ ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಚಾಚಿ ಸೇರಿಸಿ ಹಿಡಿಯುವುದು .



ನಾಟ್ಯಾರಂಭ , ಮೇಘ , ವನ , ವಸ್ತು ನಿಷೇದ , ರಾತ್ರಿ , ಹರಿಯುವ ನೀರು , ದೇವ ಸಮೂಹ , ಅಶ್ವ , ಖಂಡನೆ , ಗಾಳಿ , ಶಯನ , ಪ್ರತಾ ಬಾಗಿಲು ತಟ್ಟುವುದು , ಗಂಧ ಹಚ್ಚುವುದು , ಸಮುದ್ರ , ಸಂಬೋಧನೆ ಇವುಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸಲು ಉಪಯೋಗ .

2. ತ್ರಿಪತಾಕ :

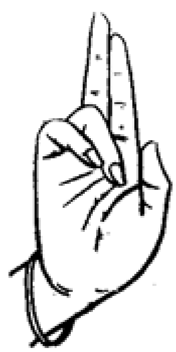
ಪತಾಕದಲ್ಲಿನ ಅನಾಮಿಕ ಬೆರಳನ್ನು ಮಡಿಚಿ ಹಿಡಿಯುವುದು .



ಕಿರೀಟ , ವೃಕ್ಷ , ವಜ್ರ , ಇಂದ್ರ ದೀಪ, ಅಗ್ನಿಜ್ವಾಲೆ , ಕೆನ್ನೆಗಳು , ಪತ್ರಲೇಖನ ,ಬಾಣ ಇವುಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸಲು .

3. ಅರ್ಧಪತಾಕ :

ತ್ರಿಪತಾಕ ಹಸ್ತದಲ್ಲಿನ ಕಿರುಬೆರಳನ್ನು ಮಡಿಸುವುದು .



ಚಿಗುರು , ಫಲಕ , ದಡ , ಇಬ್ಬರನ್ನು ಸೂಚಿಸಲು , ಕತ್ತಿ , ಧ್ವಜ , ಗೋಪುರ , ಕೋಡುಗಳು ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸಲು .

4. ಕರ್ತರೀಮುಖ :

ಅರ್ಧಪತಾಕದ ಕಿರು ಬೆರಳನ್ನು ಚಾಚಿ ತರ್ಜನೀ , ಮಧ್ಯಮ ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಕತ್ತರಿಯ ಬಾಯಿಯಂತೆ ಅಗಲಿಸುವುದು .

ಸ್ತ್ರಿ ಪುರುಷರ ಅಗಲಿಕೆ , ಕಡೆಕಣ್ಣ ನೋಟ , ಸಾವು , ಭೇದ ಭಾವ ಮಾಡುವಿಕೆ , ಮಿಂಚು ಏಕಶಯ್ಯೆ , ವಿರಹ , ಬೀಳುವುದು , ಬಳ್ಳಿ .

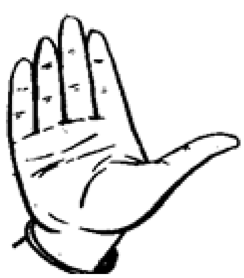
5. ಮಯೂರ :

ಕರ್ತರೀ ಯ ಅನಾಮಿಕ ಮತ್ತು ಹೆಬ್ಬೆರಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಉಳಿದವನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಚಾಚುವುವುದು .

ನವಿಲಿನ ಮುಖ , ಬಳ್ಳಿ , ವಾಂತಿ , ಮುಂಗುರುಳು ತಿದ್ದುವುದು , ಹಣೆಯ ತಿಲಕ , ಕಣ್ಣೀರು ಸುರಿಸುವುದು , ಇತ್ಯಾದಿ .

6. ಅರ್ಧಚಂದ್ರ :

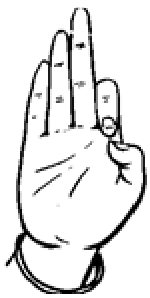
ಪತಾಕದ ಹೆಬ್ಬೆರಳನ್ನು ಚಾಚಿ ಹಿಡಿಯುವುದು



ಕೃಷ್ಣಾಷ್ಟಮಿ ಚಂದ್ರ , ಭಲ್ಲೆ , ದೇವತಾಭಿಷೇಕ , ಊಟದ ತಟ್ಟೆ , ಉದ್ಭವ , ಸೊಂಟ , ಚಿಂತೆ , ಸ್ವಗತ , ಧ್ಯಾನ , ಪ್ರಾರ್ಥನೆ , ಅವಯವ ಸ್ಪರ್ಶ ಚೌತಿಚಂದ್ರ .

7. ಅರಾಳ :

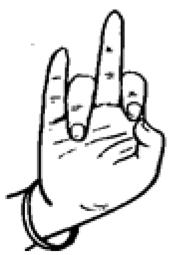
ಪತಾಕದ ತೋರುಬೆರಳನ್ನು ಮಡಿಸುವುದು .



ವಿಷ , ಅಮೃತಪಾನ , ಬಿರುಗಾಳಿ , ತಾಳ ಹಿಡಿಯುವುದು ಸೂಚಿಸಲು .

8. ಶುಕತುಂಡ :

ಅರಾಳದ ಅನಾಮಿಕ ಮಡಿಸುವುದು .



ಬಾಣಪ್ರಯೋಗ , ಗುಟ್ಟುಮಾತು , ಉಗ್ರ ಭಾವನೆ ಇತ್ಯಾದಿ .

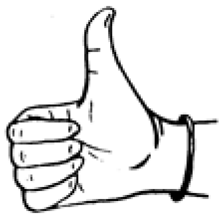
9 . ಮುಷ್ಟಿ :

ನಾಲ್ಕು ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಅಂಗೈಯೊಳಗೆ ಮಡಿಸಿ ಅವುಗಳ ಮೇಲೆ ಹೆಬ್ಬೆರಳನ್ನು ಬಗ್ಗಿಸುವುದು .

ಸ್ಥಿರಭಾವ , ಕೂದಲು ಹಿಡಿದೆಳೆಯುವುದು , ಶರೀರದ ದೃಢತೆ , ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಹಿಡಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು , ಮಲ್ಲಯುದ್ಧ .

10. ಶಿಖರ :

ಮುಷ್ಟಿಯ ಹೆಬ್ಬೆರಳನ್ನು ಮೇಲ್ಮುಖವಾಗಿ ಚಾಚುವುದು .



ಮನ್ಮಥ , ಕಾಮೋರ್ಡ , ಕಂಭ , ಪಿತೃ , ತುಟಿ , ಹಲ್ಲು , ಸ್ಮರಣೆ , ನಡುಕಟ್ಟನ್ನು ಎಳೆಯುವುದು , ಗಂಟಾನಾದ ಸೂಚಿಸಲು .

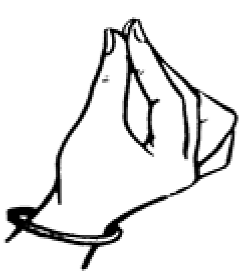
11. ಕಪಿತ್ಥ :

ಶಿಖರದಲ್ಲಿನ ಹೆಬ್ಬೆರಳಿನ ಮೇಲೆ ತರ್ಜನಿ ಮಡಿಸುವುದು .

ಹಾಲು ಹಿಂಡುವುದು , ಕಾಡಿಗೆ ಹಚ್ಚುವುದು , ಹೂಧಾರಣೆ , ಸೆರಗು ಹೊದೆಯುವುದು , ದೂಪದೀಪಾರಾಧನೆ .

12. ಕಟಕಾಮುಖ :

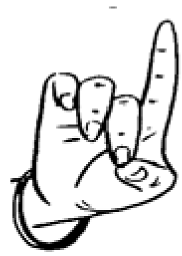
ಕಪಿತ್ಥದ ತರ್ಜನಿ ಬೆರಳು ಮತ್ತು ಹೆಬ್ಬೆರಳುಗಳೊಂದಿಗೆ ಮಧ್ಯದ ಬೆರಳನ್ನು ಸೇರಿಸುವುದು . ಉಳಿದ ಎರಡು ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಚಾಚುವುದು .



ಹೂ ಬಿಡಿಸುವುದು , ಹೂವಿನ ಹಾರ , ಬಾಣಗಳ ಮಂದಾಕರ್ಷಣೆ , ವೀಳಯವನ್ನೀಯುವುದು , ಕಸ್ತೂರಿ ಮೊದಲಾದ ದ್ರವ್ಯಗಳನ್ನು ಅರೆಯುವುದು , ಸುಗಂಧವನ್ನು ಮೂಸುವುದು , ವಚನೆ .

13 . ಸೂಚಿ :

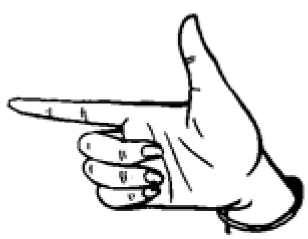
ಕಟಕಾಮುಖದಲ್ಲಿನ ತೋರು ಬೆರಳನ್ನು ಚಾಚಿ ಉಳಿದ ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಅಂಗೈಯೊಳಗೆ ಮಡಿಸುವುದು .



ಒಂದು ಮತ್ತು ನೂರು ಎಂಬ ಸಂಖ್ಯೆ , ಸೂರ್ಯ , ನಗರ , ಲೋಕ , ಅಶ್ಚರ್ಯಸೂಚನೆ , ಜಡೆ ತೋರಿಸುವಿಕೆ ಛತ್ರಿ , ಕೂದಲು , ಭೇರಿವಾದನ , ಗಾಡಿಯ ಚಕ್ರ , ಮಂಡಲ , ಸಾಯಂಕಾಲ .

14. ಚಂದ್ರಕಲಾ :

ಸೂಚಿಯ ಹೆಬ್ಬೆರಳನ್ನು ಬೇರ್ಪಡಿಸುವುದು .



ಕಲಾಪೂರ್ಣಚಂದ್ರನನ್ನು ಸೂಚಿಸಲು .

15. ಪದ್ಮಕೋಶ :

ಐದು ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಅಂಗೈ ಒಳದಿಕ್ಕಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಮಡಿಸಿ ಹಿಡಿಯುವುದು .

ಬಿಲ್ವ , ಬೇಲ ಮುಂತಾದ ಹಣ್ಣುಗಳು , ಸ್ತನಗಳು , ಗುಂಡಾಗಿರುವುದು , ಚೆಂಡು , ಅಲ್ಪಾಹಾರ , ಹೂಮಳೆ , ಹೂಗೊಂಚಲು , ಹುತ್ತ , ನೈದಿಲೆ .

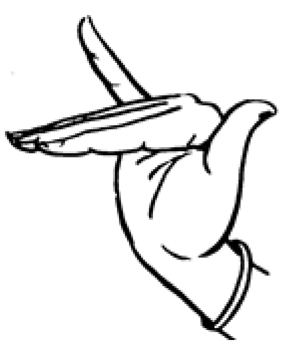
16 . ಸರ್ಪಶೀರ್ಷ :

ಪತಾಕದ ಬೆರಳ ತುದಿಗಳನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಬಗ್ಗಿಸುವುದು .

ಹಾವು , ನಿಧಾನ , ಪ್ರೋಕ್ಷಣೆ , ಪೋಷಣೆ , ದೇವ ಋಷಿ ತರ್ಪಣ , ಮಲ್ಲರು ಭುಜ ತಟ್ಟುವುದು .

17. ಮೃಗಶೀರ್ಷ :

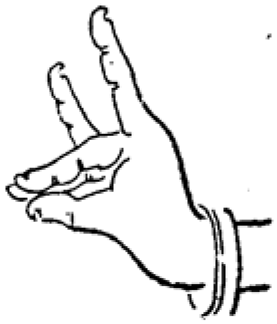
ಸರ್ಪಶೀರ್ಷದ ಹೆಬ್ಬೆರಳು , ಕಿರುಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಚಾಚಿ ಹಿಡಿಯುವುದು .



ಸ್ತ್ರೀ , ಕೆನ್ನೆ , ಶ್ರಮ , ಮರ್ಯಾದೆ , ಭೀತಿ , ವಿವಾದ , ನೇಪಥ್ಯ , ವಾಸಿಸುವುದು , ವಿಭೂತಿ ಧಾರಣೆ , ರಂಗವಲ್ಲಿ , ಕಾಲು ಒತ್ತುವುದು , ಎಲ್ಲವನ್ನು ಸೇರಿಸುವುದು , ಮೆಟ್ಟಿಲು , ಹೆಜ್ಜೆ ಇಡುವುದು , ಪ್ರಿಯರನ್ನು ಆಹ್ವಾನಿಸುವುದು , ಸಂಚಾರ ಇತ್ಯಾದಿ .

18. ಸಿಂಹಮುಖ :

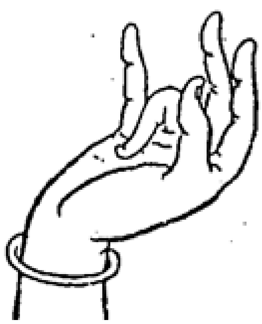
ಮಧ್ಯಮ , ಅನಾಮಿಕ ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಹೆಬ್ಬೆಟ್ಟಿನೊಂದಿಗೆ ಸೇರಿಸಿ ಉಳಿದೆರಡು ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಚಾಚುವುದು .



ಹವಳ , ಮುತ್ತು , ಸುವಾಸನೆ , ಮುಂಗುರುಳು ಮುಟ್ಟುವುದು , ಕೇಳುವುದು , ಹೋಮಕುಂಡ , ಮೂಲ , ಆನೆ , ಸಿಂಹಮುಖ , ಔಷದಿಯ ಪರೀಕ್ಷೆ .

19. ಕಾಂಗುಲ :

ಪದ್ಮಕೋಶ ಹಸ್ತದ ಅನಾಮಿಕ ಬೆರಳನ್ನು ಮಡಿಸುವುದು .



ಗಜನಿಂಬೆಹಣ್ಣು , ಬಾಲಸ್ತನಗಳು , ಚಕೋರಪಕ್ಷಿ , ಅಡಿಕೆಮರ , ಕಿರುಗೆಜ್ಜೆ , ಚಾತಕ ಪಕ್ಷಿ.

21. ಅಲಪದ್ಮ:

ಹಸ್ತದ ಐದೂ ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಅಗಲಿಸಿ ಕಿರುಬೆರಳಿನಿಂದ ಆರಂಭಿಸಿ ಎಲ್ಲ ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಹಿಗ್ಗಿಸುತ್ತ ತಿರುಗಿಸಿದರೆ ಅಲಪದ್ಮ .

ಅರಳಿದ ಕಮಲ, ಬೇಲ ಮೂದಲಾದ ಹಣ್ಣು, ಆವರ್ತನ , ಸ್ತನಗಳು , ವಿರಹ , ಹುಣ್ಣಿಮೆಚಂದ್ರ , ಸುಂದರವಾದ ವಸ್ತು ತುರುಬು , ಹಳ್ಳಿ ತುಂಡು ಮಾಡುವುದು .

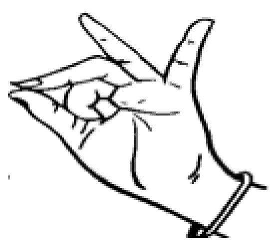
21. ಚತುರ :

ಕಿರುಬೆರಳನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಚಾಚಿ ಉಳಿದ ಮೂರನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಅದರಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಿ ಹೆಬ್ಬೆಟ್ಟನ್ನು ಅನಾಮಿಕದ ಮೂಲದಲ್ಲಿರಿಸುವುದು.

ಕಸ್ತೂರಿ , ಸ್ವಲ್ಪ ಎಂಬ ಅರ್ಥ , ಚಿನ್ನ , ತಾಮ್ರ , ಒದ್ದೆ , ದುಃಖ , ಕಣ್ಣು , ಪ್ರಮಾಣ , ಸರಸ , ಮಂದಗಮನ , ಆಸನ , ತುಪ್ಪ , ದ್ರವ್ಯ , ರಸಾಸ್ವಾದ , ತುಂಡ , ಮಾಡುವುದು .

22. ಭ್ರಮರ :

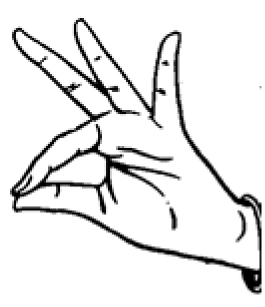
ನಡುಬೆರಳು , ಹೆಬ್ಬೆರಳ ತುದಿಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ತೋರುಬೆರಳನ್ನು ಅವುಗಳ ಒಳಗೆ ಮಡಿಸಿ ಉಳಿದ ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಚಾಚುವುದು .



ಜೇನುನೊಣ , ಗಿಣಿ , ಕೋಗಿಲೆ , ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ .

23. ಹಂಸಾಸ್ಯ :

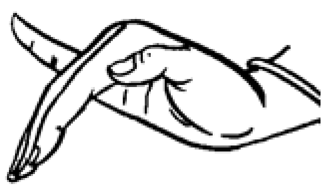
ತರ್ಜನಿ , ಹೆಬ್ಬೆರಳಿನ ತುದಿಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಉಳಿದವನ್ನು ಚಾಚುವುದು .



ಮಾಂಗಲ್ಯ ಧಾರಣೆ , ಉಪದೇಶ , ನಿಶ್ಚಯ , ರೋಮಾಂಚ , ಮುತ್ತಿನ ಹಾರ , ಚಿತ್ರಲೇಖನ , ಕಾಡುನೊಣ, ಜಲಬಿಂದು , ದೀಪದ ಬತ್ತಿ ಸರಿ ಮಾಡುವುದು , ಮಲ್ಲಿಗೆ ಶೋಧನೆ , ನಾನೇ ಬ್ರಹ್ಮ ರೂಪಿಸುವುದು , ಇಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದು .

24. ಹಂಸಪಕ್ಷ ;

ಹೆಬ್ಬೆರಳನ್ನು ಮೃಗಶೀರ್ಷದ ತೋರುಬೆರಳಿನ ಬುಡದ ಪಕ್ಕಕ್ಕೆ ಇರಿಸುವುದು .



ಆರು ಎಂಬ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಸೂಚನೆ , ಸೇತುಬಂಧ ಉಗುರಿನ ಗುರುತು , ವಿಧಾನ .

25. ಸಂದಂಶ ;

ಪದ್ಮಕೋಶದ ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಬಿಡಿಸುವುದರ ಪುನರಾವರ್ತನ .

ಔದಾರ್ಯ , ಹಣ್ಣು , ಹುಳ , ಮನಸ್ಸಿನ ಭಯ , ಅರ್ಚನೆ , ಪೂಜೆ ಮಾಡುವುದು , ಬಲಿ , ಐದು ಎಂಬ ಸಂಖ್ಯೆ .

26. ಮುಕುಳ ;

ಐದೂ ಬೆರಳುಗಳ ತುದಿಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸುವುದು .

ಊಟ , ಮುದ್ರಾಧರಣೆ , ಹೊಕ್ಕಳು , ಬಾಳೆಯ ಹೂ , ಮನ್ಮಥ .

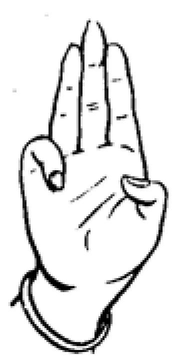
27. ತಾಮ್ರಚೂಡ ;

ಮುಕುಳ ದ ತರ್ಜನೀ ಬೆರಳನ್ನು ಬಗ್ಗಿಸಿ ಹಿಡಿಯುವುದು .

ಕೋಳಿ , ಬಕ , ಕಾಗೆ , ಒಂಟೆ , ಕರು , ಲೇಖನ ಇವುಗಳ ಸೂಚನೆ .

28. ತ್ರಿಶೂಲ :

ಹೆಬ್ಬೆರಳು ಕಿರುಬೆರಳನ್ನು ಬಗ್ಗಿಸಿ ಉಳಿದವನ್ನು ಚಾಚಿ ಹಿಡಿಯುವುದು .



ಬಿಲ್ವಪತ್ರೆ , ಮೂರು ಸಂಖ್ಯೆಯ ಸೂಚನೆ .

ಸಂಯುತ ಹಸ್ತಗಳು

ಅಭಿನಯ ದರ್ಪಣದಲ್ಲಿ 24 ಸಂಯುತ ಹಸ್ತಗಳ ಉಲ್ಲೇಖವಿದೆ . ಶ್ಲೋಕದೊಂದಿಗೆ ಅವುಗಳ ನಿರೂಪಣೆ ಹಾಗೂ ಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟಿದೆ .

ಅಂಜಲಿಶ್ಚ ಕಪೋತಶ್ಚ ಕರ್ಕಟಸ್ವಸ್ತಿಕಸ್ತಥಾ |

ಡೋಲಾಹಸ್ತಃ ಪುಷ್ಪಪುಟಶ್ಚೋತ್ಸಂಗ ಶ್ಶಿವಲಿಂಗಕಃ ||

ಕಟಕಾವರ್ಧನಶ್ಚವ ಕರ್ತರೀಸ್ವಸ್ತಿಕಾಭಿಧಃ |

ಶಕಟಶ್ಶಂಖ ಚಕ್ರೌಚ ಸಂಪುಟಃ ಪಾಶಕೀಲಕೌ ||

ಮತ್ಸ್ಯ ಕೂರ್ಮ ವರಾಹಶ್ಚ ಗರುಡೋ ನಾಗಬಂಧಕಃ |

ಖಟ್ವಾಭೇರುಂಡಕಾಖ್ಯಶ್ಚ ಅವಹಿತ್ಥಸ್ತಥೈವಚ ||

ಚತುರ್ವಿಂಶತಿ ಸಂಖ್ಯಾಕಾ ಸ್ಸಂಯುತಾಃ ಕಥಿತಾಃ ಕರಾಃ |

ಅಂಜಲಿ , ಕಪೋತ , ಕರ್ಕಟ , ಸ್ವಸ್ತಿಕ , ಡೋಲಾ , ಪುಷ್ಪಪುಟ , ಉತ್ಸಂಗ , ಶಿವಲಿಂಗ , ಕಟಕಾವರ್ಧನ , ಕರ್ತರೀಸ್ವಸ್ತಿಕ , ಶಕಟ , ಶಂಖ , ಚಕ್ರ , ಸಂಪುಟ , ಪಾಶ , ಕೀಲಕ , ಮತ್ಸ್ಯ , ಕೂರ್ಮ , ವರಾಹ , ಗರುಡ , ನಾಗಬಂಧ , ಖಟ್ವಾ , ಭೇರುಂಡ , ಅವಹಿತ್ಥ – ಎಂಬ ೨೪ ಸಂಯುತ ಹಸ್ತಗಳು .

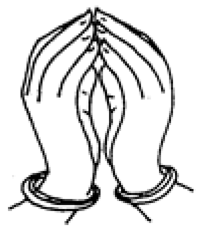
1. ಅಂಜಲಿ :

ಎರಡು ಪತಾಕಗಳ ಅಂಗೈ , ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸುವುದು .

ದೇವತ , ಗುರು , ವಿಪ್ರ ನಮಸ್ಕಾರ .

2. ಕಪೋತ :

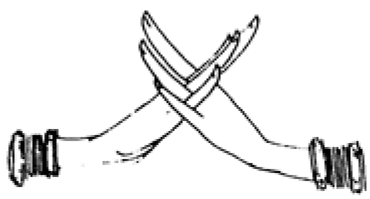
ಅಂಜಲಿಯ ಮಧ್ಯವನ್ನು ಅಗಲಿಸುವುದು .



ಪ್ರಮಾಣ ,ಗುರುಹಿರಿಯರೊಂದಿಗೆ ಸಂಭಾಷಣೆ , ವಿನಯ , ಒಪ್ಪಿಗೆ ಸೂಚಿಸಲು .

3. ಕರ್ಕಟ :

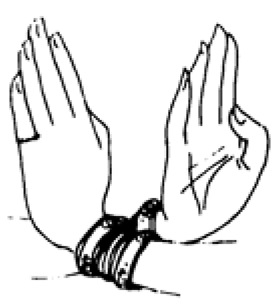
ಕಪೋತದ ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಬೆರಳು ಸಂದಿಗಳಲ್ಲಿ ಪರಸ್ಪರವಾಗಿ ಒಳಗೆ ಹೊರಗೆ ಚಾಚುವುದು .



ಗುಂಪು , ದಪ್ಪಪದಾರ್ಥ, ದಟ್ಟಕಾಡು , ಶಂಖಪೂರೈಸು , ಮೈಮುರಿಯುವುದು , ಕೊಂಬೆ ಬಗ್ಗಿಸುವುದನ್ನು ಸೂಚಿಸಲು .

4. ಸ್ವಸ್ತಿಕ :

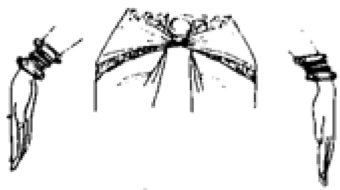
ಕೈಗಳ ಪತಾಕವನ್ನು ಮಣಿಕಟ್ಟಿನ ಬಳಿ ಅಡ್ಡಲಾಗಿ ಸೇರಿಸುವುದು .



ಭಯದಿಂದ ಮಾತನಾಡು , ಮೊಸಳೆ , ವಿವಾದ .

5. ಡೋಲ :

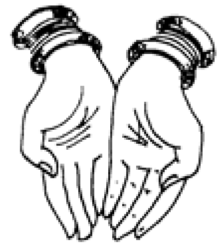
ಪತಾಕಗಳನ್ನು ತೊಡೆಗಳ ಪಾರ್ಶ್ವದಲ್ಲಿ ಇಳಿಬಿಡುವುದು .



ಅಡವು , ನಡೆಗಳಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗ .

6. ಪುಷ್ಪಪುಟ :

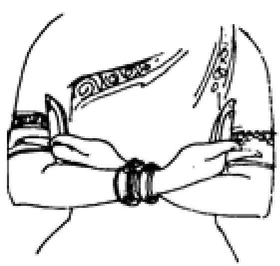
ಸರ್ಪಶೀರ್ಷಗಳನ್ನು ಮಣಿಕಟ್ಟಿನಿಂದ ಕಿರುಬೆರಳವರೆಗೆ ಸೇರಿಸುವುದು .



ನೀಲಾಂಜನ , ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಫಲವನ್ನು ಹಿಡಿಯುವುದು , ಮಂತ್ರ ಪುಷ್ಪ .

7. ಉತ್ಸಂಗ :

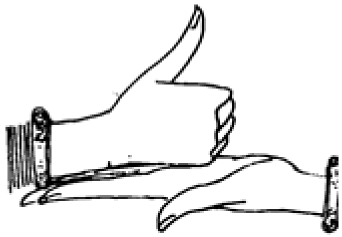
ಮೃಗಶೀರ್ಷ ಹಸ್ತಗಳನ್ನು ಪರಸ್ಪರ ಕಂಕುಳ ಬಳಿ ಸ್ವಸ್ತಿಕದಲ್ಲಿ ಹಿಡಿಯುವುದು .



ಆಲಿಂಗನ , ಲಜ್ಜೆ ,ಭುಜಾಭರಣ , ಬಾಲಕರನ್ನು ಶಿಕ್ಷಿಸಲು .

8. ಶಿವಲಿಂಗ :

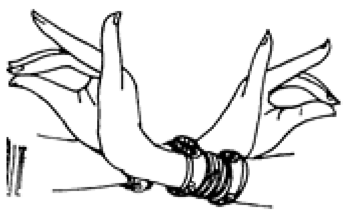
ಎಡಗೈ ಅರ್ಧಚಂದ್ರವನ್ನು ಉತ್ತಾನವಾಗಿರಿಸಿ ಅದರ ಮೇಲೆ ಬಲಗೈ ಶಿಖರವನ್ನಿರಿಸುವುದು .



ಶಿವಲಿಂಗ ಸೂಚಿಸಲು .

9. ಕಟಕಾವರ್ಧನ :

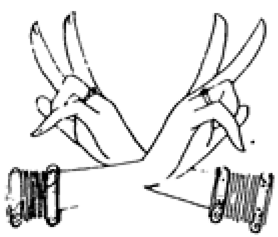
ಕಟಕಾಮುಖಗಳನ್ನು ಮಣಿಕಟ್ಟುಗಳ ಬಳಿ ಸ್ವಸ್ತಿಕದಲ್ಲಿ ಇರಿಸುವುದು .



ಪಟ್ಟಾಭಿಷೇಕ , ಪೂಜೆ , ವಿವಾಹ .

10. ಕರ್ತರೀಸ್ವಸ್ತಿಕ :

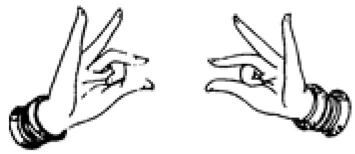
ಕರ್ತರೀಮುಖಗಳನ್ನು ಸ್ವಸ್ತಿಕದಲ್ಲಿ ಮಣಿಕಟ್ಟಿನ ಬಳಿ ಹಿಡಿಯುವುದು .



ಮರದಕೊಂಬೆ , ಬೆಟ್ಟದಶಿಖರ .

11. ಶಕಟ :

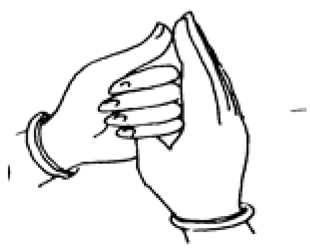
ಭ್ರಮರದ ಹೆಬ್ಬೆರಳು , ಮಧ್ಯದ ಬೆರಳನ್ನು ಬೇರ್ಪಡಿಸುವುದು .



ರಾಕ್ಷಸರನ್ನು ಸೂಚಿಸಲು .

12. ಶಂಖ :

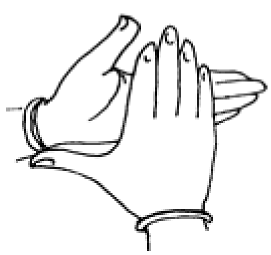
ಎಡಗೈ ಅರ್ಧಚಂದ್ರದ ಹೆಬ್ಬೆರಳನ್ನು ಬಲಗೈ ಶಿಖರದಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದು , ಬಲ ಹೆಬ್ಬೆರಳನ್ನು ಎಡದ ಮಧ್ಯ ಬೆರಳಿಗೆ ತಾಗಿಸುವುದು .



ಶಂಖದ ಸೂಚನೆಗೆ .

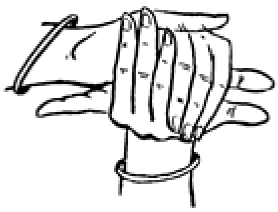
13. ಚಕ್ರ :

ಎಡ ಅರ್ಧಚಂದ್ರ ಅಡ್ಡಲಾಗಿ ಬಲ ಅರ್ಧಚಂದ್ರ ಉದ್ದವಾಗಿ ಹಿಡಿದು ಅಂಗೈಗಳನ್ನು ಒಂದರ ಮೇಲೊಂದರಂತೆ ಇಡುವುದು ಚಕ್ರ .



14. ಸಂಪುಟ :

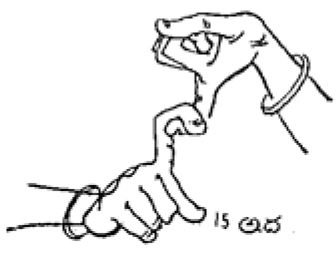
ಚಕ್ರದ ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಮಡಿಸುವುದು .



ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಡುವುದು , ರಹಸ್ಯ .

15. ಪಾಶ :

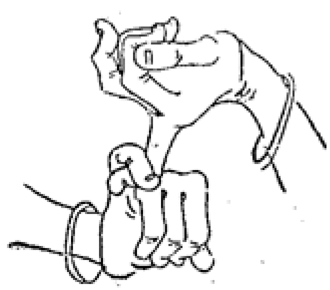
ಸೂಚಿಯನ್ನು ಕೊಂಡಿಯಂತೆ ಬಗ್ಗಿಸಿ, ಬಲಗೈ ಕೆಳಗೆ, ಎಡಗೈ ಮೇಲೆ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ಸೇರಿಸುವುದು .



ಕಲಹ , ಹಗ್ಗ , ಸಂಕೋಲೆ .

16. ಕೀಲಕ :

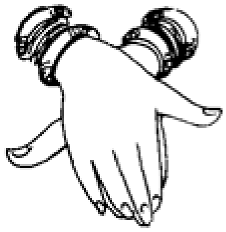
ಮೃಗಶೀರ್ಷಗಳ ಕಿರುಬೆರಳನ್ನು ಬಗ್ಗಿಸಿ ಕೊಂಡಿಯಂತೆ ಸೇರಿಸುವುದು .



ಸ್ನೇಹ , ಶೃಂಗಾರ , ಸಂಯೋಗ .

17. ಮತ್ಸ್ಯ :

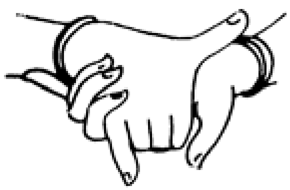
ಪತಾಕಗಳನ್ನು ಒಂದರ ಮೇಲೊಂದಿರಿಸಿ ಹೆಬ್ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಚಾಚುವುದು.



ಮೀನು .

18. ಕೂರ್ಮ :

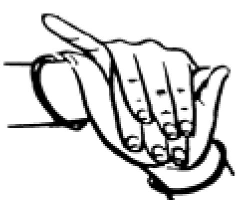
ಅಂಗುಷ್ಟ , ಕನಿಷ್ಟ ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ನೀಡಿ ಚಕ್ರದ ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಬಗ್ಗಿಸುವುದು .



ಆಮೆ.

19. ವರಾಹ :

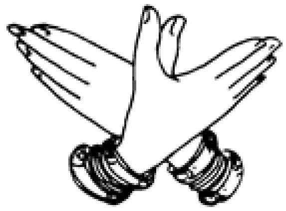
ಮೃಗಶೀರ್ಷವನ್ನು ಒಂದರಮೇಲೊಂದು ಇರಿಸುವುದು .



ವರಾಹ .

20. ಗರುಡ :

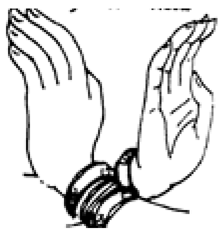
ಅರ್ಧಚಂದ್ರಗಳ ಹೆಬ್ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಕೊಂಡಿಯಾಗಿಸಿ ಉನ್ಮುಖವಾಗಿ ಹಿಡಿಯುವುದು .



ಗರುಡ , ಪಕ್ಷಿ .

21. ನಾಗಬಂಧ :

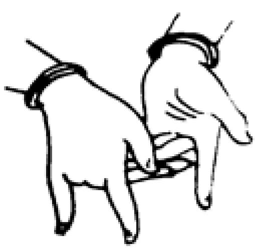
ಸರ್ಪಶೀರ್ಷವನ್ನು ಸ್ವಸ್ತಿಕದಲ್ಲಿ ಹಿಡಿಯುವುದು .



ಸರ್ಪಗಳ ರತಿಬಂಧ , ಲತಾಮಂಟಪ , ಅಥರ್ವಣ ಮಂತ್ರ ಸೂಚಿಸಲು .

22. ಖಟ್ವಾ :

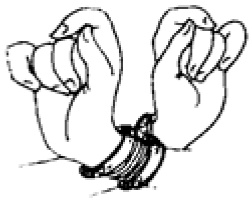
ಚತುರಗಳ ತೋರು, ಹೆಬ್ಬೆರಳನ್ನು ಚಾಚುವುದು .



ಮಂಚ , ಉಯ್ಯಾಲೆ .

23. ಭೇರುಂಡ :

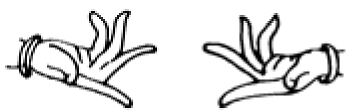
ಕಪಿತ್ಥ ಹಸ್ತಗಳನ್ನು ಮಣಿಬಂಧದ ಬಳಿ ಸ್ವಸ್ತಿಕದಲ್ಲಿಡುವುದು .



ಭೇರುಂಡ ದಂಪತಿ .

24. ಅವಹಿತ್ಥ :

ಅಲಪದ್ಮಗಳನ್ನು ಸ್ವಸ್ತಿಕದಲ್ಲಿ ಎದೆಯ ಮುಂದೆ ಹಿಡಿಯುವುದು .



ಶೃಂಗಾರ , ಚೆಂಡು .

ಪಾರಿಭಾಷಿಕ ಶಬ್ದಗಳು

(ಅ) ನೃತ್ತ :

ನೃತ್ತ ಹಸ್ತಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅಡವುಗಳನ್ನು ಜೋಡಿಸಿ ಮಾಡುವುದೇ ನೃತ್ತ . ಈ ನೃತ್ತದಲ್ಲಿ ಅಡವುಗಳಿಗೆ ಪ್ರಧಾನ ಸ್ಥಾನವಿದೆ . ಯಾವ ವಿದವಾದ ಅರ್ಥ ವಿಚಾರ, ಸನ್ನಿವೇಶವನ್ನು ಬಳಸದೆ, ಅಂಗಗಳ ಚಲನೆಯಿಂದ ಸುಂದರ ರಚನೆಗಳನ್ನು ನಿರೂಪಿಸುವುದೇ ನೃತ್ತದ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯ .

(ಆ) ನೃತ್ಯ :

ಸಂಗೀತದ ಹಿನ್ನಲೆಯಲ್ಲಿ ರಸಭಾವದಿಂದ ಮತ್ತು ಅರ್ಥವತ್ತಾದ ಮುದ್ರೆಗಳಿಂದ ಪ್ರದರ್ಶಿಸಲ್ಪಡುವುದೇ ನೃತ್ಯ . ನೃತ್ಯದಲ್ಲಿ ನೃತ್ತವನ್ನು ಅಳವಡಿಸಲಾಗಿರುತ್ತದೆ . ಇದರಲ್ಲಿ ಭಾವಗಳಿಗೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಇದೆ . ಅಭಿನಯವೇ ನೃತ್ಯದ ಜೀವಾಳವಾಗಿದೆ . ಸಾಹಿತ್ಯದ ಅರ್ಥಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಭಾವಾಭಿನಯ ,ಸಂಚಾರಿ ಅಭಿನಯವನ್ನು ನರ್ತಿಸುವುದೇ ನೃತ್ಯ . ಸಂಗೀತ , ಸಾಹಿತ್ಯ ಭಾಷೆಯ ತಿಳುವಳಿಕೆ, ನವರಸದ

ಭಾವಾಂತರಂಗ , ನಾಯಿಕಾ ನಾಯಕಾ ಭೇದ , ಪುರಾಣ ಕಥೆಗಳ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಅಭಿನಯಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದ ಮುಖ್ಯ ವಿಷಯ .

(ಇ) ನಾಟ್ಯ :

ಯಾವುದಾದರೂ ಕಥಾ ಹಿನ್ನೆಲೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಅದಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಚತುರ್ವಿದ ಅಭಿನಯಗಳನ್ನು ಕೂಡಿಸಿ ಬಹಳ ಕಲಾವಿದರು ವಿವಿಧ ಉಡಿಗೆಗಳಿಂದ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಪಾತ್ರಗಳನ್ನು ದರಿಸಿ ಪ್ರದರ್ಶಿಸುವುದಕ್ಕೆ ನಾಟ್ಯವೆನ್ನುತ್ತಾರೆ . ನಾಟ್ಯದ ಪರಿಣಾಮ ರಸೋತ್ಪತ್ತಿ . ನಾಟ್ಯದಲ್ಲಿ ಸಂಗೀತ ನೃತ್ತ ನೃತ್ಯ ಮೂರು ಸೇರಿರುತ್ತದೆ . ಏಕಾಹಾರ್ಯ ಪ್ರಯೋಗವಾದ ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ನೃತ್ಯಗಳಿಗೆ ಬದಲಾಗಿ , ನಾಟ್ಯದಲ್ಲಿ ಪಾತ್ರಕ್ಕೆ ತಕ್ಕ ವೇಷಭೂಷಣ , ರಂಗಸಜ್ಜಿಕೆ , ಬೆಳಕಿನ ಹೊಂದಾಣಿಕಿಯ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇದೆ .

ಭರತನಾಟ್ಯ

ಭರತನಾಟ್ಯದ ಹುಟ್ಟು ,ಬೆಳವಣಿಗೆ :

ಹಿಂದೆ ಹೇಳಿದಂತೆ ಬ್ರಹ್ಮನಿಂದ ನಿರ್ಮಿತ ನಾಟ್ಯವೇದಕ್ಕೆ ಶಾಸ್ತ್ರರೂಪವನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ಭರತನು ನಾಟ್ಯಶಾಸ್ತ್ರವನ್ನು ತನ್ನ ನೂರು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಬೋಧಿಸಿದನು .ಶಿವನಂದ ತಾಂಡವ ಪಾರ್ವತಿಯ ಮೂಲಕ ಉಷೆಯಿಂದ ಲಾಸ್ಯದ ವಿವರಣೆ ಪಡೆದು,ಅನೇಕ ಗಂಧರ್ವ ಹಾಗೂ ಅಪ್ಸರೆಯರಿಗೆ ಶಿಕ್ಷಣ ನೀಡಿದನು . ಬ್ರಹ್ಮನಿಂದನಿರ್ಮಿತಗೊಂಡು ಭರತನಿಂದ ಪ್ರಯೋಗಿಸಲ್ಪಟ್ಟು ಭೂಲೋಕದಲ್ಲಿ ಪ್ರಸರಿಸಿದ ನಾಟ್ಯವೇದವು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ದೇಶ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ರೂಪ ತಾಳಿ ದಕ್ಷಿಣ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಭರತನಾಟ್ಯ ಎಂಬ ಹೆಸರಿನಿಂದ ಪ್ರಚಾರಗೊಂಡಿದೆ . ದೇವಾಲಯದಲ್ಲಿ ನರ್ತಿಸುತ್ತಿದ ಈ ನೃತ್ಯ ಕ್ರಮೇಣ ರಾಜಾಶ್ರಯ ಪಡೆದು ಬೆಳೆಯಿತು . 10ನೇ ಶತಮಾನದಲ್ಲಿ ಪಂಪನ ಸಾಹಿತ್ಯದ ಪ್ರಕಾರ ಈ ಕಲೆಯಲ್ಲಿ ಆಗಲೇ ಪಾಂಡಿತ್ಯ ಪಡೆದ ಹಲವಾರು ವಿದ್ವಾಂಸರು ಇದ್ದರೆಂದು ತಿಳಿದು ಬರುತ್ತದೆ . ರಾಜ ಚೋಳನು ತಂಜಾವೂರಿನ ಬೃಹದೀಶ್ವರ ದೇವಾಲಯದಲ್ಲಿ 400 ಜನ ನರ್ತಕಿಯರನ್ನು ನೇಮಿಸಿದ್ದನೆಂದು ತಿಳಿದುಬಂದಿದೆ . 8ನೇ ಶತಮಾನದ ಬಾದಾಮಿ ದೇವಾಲಯದಿಂದ ಆ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಈ ಕಲೆಯು ಬಹಳ ಉನ್ನತ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇದ್ದದ್ದು ತಿಳಿದು ಬರುತ್ತದೆ. ಸ್ವತಃ ರಾಜಕುಮಾರರು, ರಾಣಿಯರು ಈ ಕಲೆಯಲ್ಲಿ ಪರಿಣಿತಿ ಹೊಂದಿದ್ದರು. ಚಾಲುಕ್ಯರ ಸೋವಲಾದೇವಿ ನೃತ್ಯ ಪಾರಂಗತೆ. ವಿಷ್ಣುವರ್ಧನನ ರಾಣಿ ಶಾಂತಲಾದೇವಿ ನೃತ್ಯ ಪಾರಂಗತೆ ಆಗಿದ್ದಳು. ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣದೇವರಾಯನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಈ ಕಲೆ ಬಹಳ ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಇದ್ದಿತು. 16ನೇ ಶತಮಾನದ ಭರತೇಶ ವೈಭವದಲ್ಲಿ ಹಲವು ರೀತಿಯ ನೃತ್ಯದ ವರ್ಣನೆಗಳು ಇವೆ.

ಸಿಂಹಭೂಪಾಲ ರಾಜನು ‘ ಲಾಸ್ಯರಂಜನ ’ ಎಂಬ ಗ್ರಂಥವನ್ನು ಮೊದಲಿಗೆ ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ 17ನೇ ಶತಮಾನದಲ್ಲಿ ರಚಿಸಿದ್ದಾನೆ.

19ನೇ ಶತಮಾನದಲ್ಲಿ ತಂಜಾವೂರು ಸಹೋದರರು ಈ ನೃತ್ಯ ಕಲೆಯ ಇಂದಿನ ರೂಪವನ್ನು ರಚಿಸಿದರು. ಮಹಾರಾಜ ಸ್ವಾತಿ ತಿರುನಾಳರೂ ಮೈಸೂರಿನ ಮಹಾರಾಜರೂ ಕಲೆಗೆ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ಇತ್ತು ಬೆಳೆಸಿದ್ದಾರೆ. ಹಲವಾರು ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಅಧೋಗತಿಗೆ ಇಳಿದಿದ್ದ ಈ ಕಲೆ ಶ್ರೀ ರಾಂಗೋಪಾಲ್, ಇ ಕೃಷ್ಣ ಅಯ್ಯರ್, ಸದಾಶಿವಯ್ಯ, ಶ್ರೀಮತಿ ರುಕ್ಮಿಣಿದೇವಿ ಆರುಂಡೇಲ್ ಮುಂತಾದವರ ಪರಿಶ್ರಮದಿಂದ ಪುನಃ ಗೌರವ ಸ್ಥಾನ ಪಡೆದು ಪ್ರಸಿಧ್ಧಿ ಪಡೆದಿದೆ.

ಭರತನಾಟ್ಯ ಕಲಿಯುವ ಕ್ರಮ :

ಮೊದಲಿಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ ಮಾಡುವ ವಿಧಾನದ ಪಾಠ, ಅದರ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯ ತಿಳುವಳಿಕೆ. ಅಡವಿನ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳುವಾಗ ಕಾಲ್ಚಲನೆಯಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ, ಆಯಾ ಅಡವಿಗೆ ಹಸ್ತಗಳ ಜೋಡಣೆ – ಚಲನೆ, ಅವುಗಳಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾದ ಶಿರ, ಗ್ರೀವಾ , ದೃಷ್ಟಿಗಳ ಚಲನೆ, ದೇಹದ ಬಾಗುವಿಕೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಪಾಠ. ಹಲವು ಅಡವುಗಳ ಸರಣಿಯೇ ಕೋರ್ವೆ, ಕೋರ್ವೆಗಳಿಗೆ ತೀರ್ಮಾನ ಅಡವನ್ನು ಜೋಡಿಸಿದಾಗ ಜತಿಯಾಗುವುದು. ಅಲರಿಪು, ಜತಿಸ್ವರ, ಶಬ್ದ, ವರ್ಣ, ಪದ, ಅಷ್ಟಪದಿ, ಜಾವಳಿ, ಶ್ಲೋಕ, ಮುಂತಾದ ನೃತ್ಯಬಂಧಗಳನ್ನು ಕ್ರಮವಾಗಿ ಕಲಿಸಲಾಗುವುದು. ಇದಕ್ಕೆ ಒಂದು ಮಾರ್ಗ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ .

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಭರತನಾಟ್ಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಗಣಪತಿ ಸ್ತುತಿಯಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ ಮಂಗಳದೊಂದಿಗೆ ಮುಗಿಸುವುದು ಸಂಪ್ರದಾಯ. ಹಾಗೆ ಪುಷ್ಪಾಜಲಿ, ತೋಡಯಂ, ದೇವರನಾಮ, ವಚನ ಮುಂತಾದ ಕೃತಿಗಳ ಸೇರ್ಪಡೆಯಾಗಿದೆ. ಆದಿಯಲ್ಲಿ ಶ್ಲೋಕದೊಂದಿಗೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಮುಕ್ತಾಯಗೊಳ್ಳುತ್ತಿತು. ಈಗ ಚುರುಕಾದ ತಿಲ್ಲಾನದೊಂದಿಗೆ ಮುಗಿಯುತ್ತದೆ.

ಈ ರೀತಿ ಭರತನಾಟ್ಯ ಪಾಠಕ್ರಮವಿದ್ದು ಮೈಸೂರು, ಮದರಾಸು, ತಂಜಾವೂರು, ಪಂದನಲ್ಲೂರು, ವಳವೂರ್, ಕಲಾಕ್ಷೇತ್ರ ಹೀಗೆ ಹಲವಾರು ಪ್ರಕಾರಗಳಿವೆ.

ಭರತನಾಟ್ಯದಲ್ಲಿನ ವಾದ್ಯ :

ನಟುವಾಂಗದ ಕಬ್ಬಿಣ ಹಾಗೂ ಕಂಚಿನ ತಾಳ, ಮೃದಂಗ, ವೀಣೆ, ತಂಬೂರ ಹಿಂದೆ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಿದ್ದ ವಾದ್ಯಗಳು. ಈಗ ಎಲೆಕ್ಟ್ರಾನಿಕ್ ತಂಬೂರ, ಕ್ಲಾರಿನೆಟ್, ಪಿಟೀಲು, ಕೊಳಲು, ಮೋರ್ಚಿಂಗ್ ಹಾಗೂ ವಿಶೇಷ ಪರಿಣಾಮಗಳಿಗಾಗಿ ಖಂಜಿರ, ಘಟಂ, ಚಂಡೆ, ಕೀ ಬೋರ್ಡ್, ಇನ್ನೂ ಮುಂತಾದ ವಾದ್ಯಗಳು ಬಳಕೆಗೆ ಬಂದಿದೆ.