**प्रिय पाठकों,**

जैसा कि आप जानते हैं कि विभिन्न राज्यों के लोक नृत्यों के प्रश्न आमतौर पर CDS, CAPF, AFCAT और वायु सेना समूह X & Y आदि जैसे लगभग हर प्रतियोगी परीक्षा में पूछे जाते हैं, इसलिए विषय के महत्व को ध्यान में रखते हुए, नीचे सभी की सूची दी गई है। महत्वपूर्ण लोक नृत्य जो प्रतियोगी परीक्षाओं में 1-2 अंकों को कवर करने में सहायक होंगे।

You can Read Part I of the Different Dance Forms of India.

## भारत में विभिन्न नृत्य रूप (भाग - II)

1. **आंध्र प्रदेश की नृत्य शैलियाँ हैं: -**

- **कुचिपुड़ी:** यह नृत्य आधुनिक युग के कृष्णा जिले के गांव में उत्पन्न हुआ था। यह एक नृत्य के साथ नाट्य अभिनय हैं और इसकी जड़ें "नाट्य शास्त्र" में हैं।
- **कोलाकट्टम:** यह लाठी के साथ प्रस्तुत की जाने वाली नृत्य शैली है और गुजरात में प्रदर्शित किये जाने वाली एक नृत्य शैली जिसे डांडिया कहते हैं की सटीक प्रतिकृति है।
- **वीरनाट्यम**: यह नृत्य शैली भगवान् शिव से सम्बंधित है। जब भगवान शिव सती की मृत्यु पर अपमानित किये गए थे।

- **बुर्राकथा:** यह आंध्र प्रदेश में एक अनूठी नृत्य शैली है जिसे जंगम कथा के नाम से भी जाना जाता है। इस नृत्य प्रदर्शन में, मुख्य कलाकार एक कहानी सुनाता है, संगीत बजाता है, और फिर धुनों पर नाचता है।
- **बुट्टा बोम्मलु**: एक नृत्य शैली जिसे प्रदर्शित करते समय नर्तक मुखोटा पहनकर अलग अलग पात्रों को चित्रित करते हैं।
- **दप्पू:** नर्तक तबला, हारमोनियम और झांझ की थाप पर रंगीन और आकर्षक कपड़े पहनकर प्रदर्शन करते हैं।
- **टप्पेता गुल्लू:** यह एक भक्ति नृत्य शैली है जो बारिश के भगवान का आह्वान करती है।
- **लम्बाड़ी:** यह नृत्य शैली कृषि अनुभाग जैसे कि बीज की बुवाई या भरी हुई फसल का जश्न मनाने के लिए प्रदर्शित की जाती है।

2. **असम की नृत्य शैलियाँ हैं:-**

- **बगुरुम्बा:** बोड़ोस के लोगों द्वारा प्रस्तुत किया जाने वाला यह एक लोक नृत्य है। औरतें रंगबिरंगे कपड़े पहनती हैं और यह मध्य-अप्रैल में विषुव संक्रांति नामक त्यौहार पर प्रस्तुत किया जाता है। इस त्यौहार पर गायों की पूजा की जाती है।
- **बिहू**: यह असम का प्रसिद्ध लोक नृत्य है। यह नृत्य असम के बिहू त्योहार का एक अभिन्न हिस्सा है और कटाई के समय के दौरान, अप्रैल के मध्य में मनाया जाता है और करीब एक महीने तक चलता है।

अन्य नृत्य जो प्रदर्शित किये जाते हैं वे हैं:

- **बोडो का बगुरुम्बा**
- **चाय के लोगों का जुमुर नाच**

- **बारपेटा का भोरतल नृत्य**
- **सत्रीय नृत्य**

3. **बिहार की नृत्य शैलियाँ हैं:-**

- **सराईकेला छाऊ:** यह बिहार का एक लोकप्रिय लोक नृत्य है। चूंकि मास्क इस नृत्य का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है इस नृत्य को "छाऊ" कहा जाता है जिसका मतलब होता है मास्क।
- **कजरी नृत्य:** इस नृत्य शैली मानसून के मौसम के दौरान की जाती है और बारिश की पूरी अवधि के लिए रहती है।
- **झिझियां**: यह नृत्य शैली एक कर्मकांडों वाले नृत्य शैली है जो आम तौर पर बिना बारिश वाले दिन बारिश के देवता को खुश करने के लिए प्रस्तुत किया जाता है।
- **पाइका**: यह एक और नृत्य शैली है जो साहस और उत्साह दर्शाती है क्योंकी इस नृत्य शैली का विषय तलवार और ढाल है।
- **बिदेसिया:** इस नृत्य बिहार का सबसे प्रसिद्द लोक नृत्य है। यह नृत्य 20वीं सदी में उत्पन्न हुआ था और यह भोजपुरी बोलों से पहचाना जाता है। ठाकुर को इस नृत्य शैली का पिता माना जाता है।

4. **जम्मू-कश्मीर की नृत्य शैलियाँ हैं:-**

- **रोउफ:** यह कश्मीर घाटी की सबसे लोकप्रिय नृत्य शैली है और इसे केवल कटाई के मौसम के दौरान महिलाओं द्वारा प्रस्तुत किया जाता है।
- **धमली:** यह देवताओं के आशीर्वाद आह्वान के लिए कश्मीर में पुरुषों द्वारा किया जाने वाला एक भक्ति नृत्य है। ध्वज धारक मोर्चे में नाचने वाली पार्टी को लीड करता है।
- **हिक्कत**: यह कश्मीर में लड़कों और लड़कियों की एक चंचल नृत्य शैली है। युवा लोग जोड़े और भागीदार बनाते हैं, बाहें इंटरलॉक करके, एक दुसरे के हाथ पकड़ते हैं। अपने पैरों को पास लाकर, वे अपने शरीर और सिर को पीछे की ओर मोड़ते हैं। एक-दूसरे का सामना करके, वे तेजी से सही सटीकता के साथ चक्कर स्पिन लगाते हुए गोल गोल घुमते हैं।
- **भाचा नगमा**: इस नृत्य शैली हाफिज-नगमा की एक लोक संस्करण है। इस नृत्य आम जनता के लिए मनोरंजन का एक लोकप्रिय रूप है।

5. **झारखंड की नृत्य शैलियाँ हैं:-**

- **संथल : यह नृत्य शैली संथल जनजाति द्वारा प्रस्तुत की जाती है।**
- **फगुआ: यह नृत्य शैली होली त्योहार के दौरान पुरुषों द्वारा प्रस्तुत की जाती है।**
- **झूमर:** इस नृत्य शैली को कटाई के मौसम के दौरान प्रस्तुत किया जाता है।
- **अग्नि: इस नृत्य शैली को आग के देवता के रूप में वर्णित किया गया है।** यह नृत्य बिपु या मंदा पूजा के अवसर पर प्रस्तुत किया जाता है।

6. **उत्तराखंड की नृत्य शैलियाँ हैं:-**

उत्तराखंड विविध संस्कृतियों और परंपराओं से भरा हुआ है। इसके अलावा, इसकी जड़ें विभिन्न त्योहारों पर रंगीन वेशभूषा में प्रदर्शित किये जाने वाले अलग-अलग लोक नृत्यों में हैं। यह नृत्य शैलियाँ हैं:

- **बराड़ा नाती**
- **भोटिया नृत्य**
- **चंचेरी**
- **छपेली**
- **लंग्वीर नृत्य**

7. **पश्चिम बंगाल की नृत्य शैलियाँ हैं:-**

- **गंभीरा:** यह नृत्य शैली हिंदू समुदाय से उत्पन्न हुई है और नृत्य का विषय लोगों के नकलीपन और स्वार्थ पर आधारित है।
- **कालिकापतादि**: इस नृत्य शैली में दर्शाया जाने वाला विषय जब भगवान शिव असुर को मारने के बाद गुस्से में नीचे आये थे, पर आधारित है।
- **नैंसी: इस नृत्य शैली को ग्रामीण क्षेत्रों में महिला सदस्यों द्वारा प्रस्तुत किया जाता है।**
- **अलकप**: यह एक लोकप्रिय और बंगाल की सबसे पुरानी नृत्य शैली है जो 19 वीं सदी में शुरू हुआ था। यह भगवान शिव का त्योहार जो अप्रैल के मध्य में मनाया जाता है के साथ जुड़ा हुआ है।
- **डोमनी: डोमनी प्रार्थना या भगवान के प्रति समर्पण है।**

8. **पुडुचेरी की नृत्य शैलियाँ हैं:-**

- **गराड़ी**: यह नृत्य शैली सबसे लोकप्रिय लोक नृत्य है और रामायण के हिंदू पौराणिक महाकाव्य से उत्पन्न हुई थी। इस नृत्य का विषय रामायण से वानर या बंदरों पर आधारित है। इस नृत्य में छड़ों को सहारे के रूप में इस्तेमाल किया जाता है।

9. **अंडमान और निकोबार द्वीप समूह की नृत्य शैलियाँ हैं:-**

- अंडमान और निकोबार कई स्वदेशी जनजातियों के लिए घर है इसलिए यह जगह विभिन्न संस्कृतियों का एक समामेलन है। और इन जनजातियों के नृत्य संस्कृतियों में स्पष्टता का प्रतिनिधित्व करते हैं।
- निकोबारी नृत्य अंडमान और निकोबार का सबसे महत्वपूर्ण और सबसे पुराना पारंपरिक नृत्य है। यह निकोबारी जनजाति द्वारा, जो कार निकोबार द्वीप समूह में रहते हैं, किया जाता है।
- निकोबारी नृत्य को ऑसुरी पर्व, जिसे आमतौर पर सुअर महोत्सव के नाम से भी जाना जाता है, पर देखा जा सकता है क्योंकी यह परिवार के दिवंगत मुखिया के प्रति सम्मान दिखाने का तरीका है।
- यह आम तौर पर झूलते हुए खजूर के पेड़ के नीचे, पूर्णिमा के दौरान किया जाता है।
- नारियल के पत्ते पहने नर्तक नेता द्वारा गाये जाने वाले पारंपरिक गीतों की लय पर डोलते हैं।

10. **दादर और नागर हवेली की नृत्य शैलियाँ हैं:-**

- तरपा एक ऐसी नृत्य शैली है जो चांदनी रातों पर प्रस्तुत की जाती है। मुखौटा नृत्य एक और रंगीन शैली है।

11. **दमन और दीव की नृत्य शैलियाँ हैं:-**

- दमन और दीव के प्रमुख त्योहार गरबा महोत्सव और लोक नृत्य समारोह हैं। आम तौर पर युवा पीढ़ी गरबा महोत्सव में भाग लेती है।
- लोक नृत्य समारोह दमन और दीव के सांस्कृतिक जीवन का बहुत महत्वपूर्ण हिस्सा है। नृत्य शैलियाँ जो दमन और दीव के लोक नृत्य समारोह के साथ जुड़ी हुई हैं वे मांडो नृत्य, वरदिगाओ नृत्य और वीरा नृत्य हैं। सभी आयु वर्ग के लोग लोक नृत्य समारोह में भाग लेते हैं।

12. **लक्षद्वीप की नृत्य शैलियाँ हैं:-**

- **लावा नृत्य:** यह नृत्य खासतौर पर इस द्वीप के उत्सव के मौकों पर प्रस्तुत किया जाता है।
- **कोलकली नृत्य**: यह नृत्य शैली केवल पुरुषों द्वारा एक गोल घेरे में छड़ों का उपयोग करते हुई प्रस्तुत की जाती है।
- **परिचकली नृत्य**: इस नृत्य शैली में सैनिकों की बहादुरी को इस नृत्य के विषय के माध्यम से दिखाया जाता है। यह ढाल और तलवार के साथ प्रस्तुत किया जाता है और इसलिए इसे शील्ड नृत्य के रूप में भी जाना जाता है।

**<u>प्रसिद्ध नृतक</u>**

1. **राजा और राधा रेड्डी:**इन्होंने कुचिपुड़ी की वृद्धावस्था कला को एक नया आयाम दिया है। इसलिए, इस अनूठी कला को 1984 में पद्मश्री से, 1990 में साहित्य कला परिषद पुरस्कार से, और 1992 में प्रतिष्ठित संगीत नाटक पुरस्कार से सम्मानित किया गया था। उन्हें व्यक्तिगत रूप से, लेकिन एक साथ वर्ष 2000 में भारत के दुसरे सर्वोच्च नागरिक पुरस्कार नई सहस्राब्दी के पद्म भूषण पुरस्कार से भी सम्मानित किया गया था।
2. **यामिनी रेड्डी:**यामिनी यूनाइटेड किंगडम, फ्रांस, अमेरिका और दुबई का दौरा कर चुकी हैं। **डबलिन (आयरलैंड) और फोर्ट लॉडरडेल (यूएसए) में, मेयरों ने उन्हें शहरों की सोने की कुंजी प्रस्तुत की थी।** उन्हें कुचिपुड़ी नृत्य की ओर उनके समर्पण के लिए 'युवा रत्न पुरस्कार', यूथ वोकेशनल उत्कृष्टता पुरस्कार, एफ.आई.सी.सी.आई का युवा अचीवर पुरस्कार, देवदासी राष्ट्रीय पुरस्कार और संगीत नाटक अकेडमी बिस्मिल्लाह खान युवा पुरस्कार, से सम्मानित किया जा चुका है।
3. **पंडित बिरजू महाराज:**बिरजू महाराज ने कई पुरस्कार जीते हैं, जिनमें 1986 में पद्म विभूषण सहित संगीत नाटक अकेडमी पुरस्कार और कालिदास सम्मान शामिल हैं। उन्होंने बनारस हिंदू विश्वविद्यालय (वाराणसी) और खैरागढ़ विश्वविद्यालय से मानद डॉक्टरेट की डिग्री भी प्राप्त की हैं। 2016 **में 'बाजीराव मस्तानी' के गीत 'मोहे रंग दो लाल' के लिए उन्होंने सर्वश्रेष्ठ कोरियोग्राफी के लिए फिल्मफेयर पुरस्कार भी जीता है।** वह 2002 में लता मंगेशकर पुरस्कार के प्राप्तकर्ता भी थे। 2012 में सर्वश्रेष्ठ कोरियोग्राफी के लिए राष्ट्रीय फिल्म पुरस्कार, भरत मुनि सम्मान, भी प्राप्त किया था।
4. **उदय शंकर:**वे सर्वश्रेष्ठ अपनी फ्यूजन नृत्य शैली के लिए जाने जाते हैं और 1920 के दशक में यूरोप और संयुक्त राज्य अमेरिका में भी लोकप्रिय हो गए थे। 1962 में, उन्हें संगीत नाटक अकेडमी द्वारा जो भारत की संगीत, नृत्य और नाटक की राष्ट्रीय अकेडमी है, उसके सर्वोच्च पुरस्कार संगीत नाटक अकेडमी आजीवन फैलोशिप, से सम्मानित किया गया था, और 1971 में, भारत सरकार ने उन्हें अपने दूसरे सर्वोच्च नागरिक सम्मान पद्म विभूषण से सम्मानित किया था।
5. **सोनल मानसिंह:**एक भारतीय शास्त्रीय नृत्यांगना और ओडिसी नृत्य शैली की नृत्य निर्देशक। उन्हें पद्म भूषण (1992), 1987 में संगीत नाटक अकेडमी पुरस्कार, और 2003 में पद्म विभूषण से भी जो **भारत का दूसरा सर्वोच्च नागरिक सम्मान है**, सम्मानित किया जा चुका है; जो उन्हें बालासरस्वती के बाद ऐसा सम्मान प्राप्त करने वाली भारत में दूसरी महिला नर्तकी बनाता है।
6. **बालासरस्वती:**एक भारतीय नर्तकी जो भरत नाट्यम का प्रतिपादन करती थीं और जिन्हें 1957 में पद्म भूषण और **1977 में पद्म विभूषण से सम्मानित किया गया, जो कि भारत सरकार द्वारादिये जाने वाली तीसरे और दूसरा सर्वोच्च नागरिक सम्मान हैं**। 1981 में उन्हें भारतीय फाइन आर्ट्स सोसायटी, चेन्नई द्वारा संगीता कलाशिखामणि पुरस्कार से सम्मानित किया गया। न्यूयॉर्क टाइम्स नृत्य आलोचक ऐना किस्सेलगॉफ ने उन्हें "दुनिया के सर्वोच्च प्रदर्शन कलाकारों" में से

एक के रूप में वर्णित किया था। उन्हें उन 100 प्रमुख भारतीयों में से एक के रूप में वर्गीकृत किया गया था जिन्होंने भारत की नियति को आकार दिया है।

7. **रुक्मिणी देवी अरुन्दले:**वह थेयोसोफिस्ट नर्तकी के रूप में जानी जाती थीं। कला में उनके अमूल्य योगदान के लिए उन्हें 1956 में पद्म भूषण से सम्मानित किया गया था, जो कि भारत में तीसरा सर्वोच्च नागरिक सम्मान है। संगीत नाटक अकेडमी पुरस्कार (अकेडमी पुरस्कार), उच्चतम भारतीय मान्यता जो कलाकारों को दी जाती है, उन्हें 1967 में संगीत नाटक अकेडमी द्वारा जो कि भारत की संगीत, नृत्य और नाटक की राष्ट्रीय अकेडमी है, प्रदान किया गया। भारत के पशु कल्याण बोर्ड ने उन्हें उनके पशु अधिकार कार्यकर्ता के रूप में किये गए कार्य के लिए 1968 में 'प्राणी मित्र' पुरस्कार प्रस्तुत किया।
8. **मल्लिका साराभाई:**भारत के अग्रणी शास्त्रीय नर्तकों और कोरियोग्राफरों में से एक हैं। उन्होंने 1975 में गुजरात सरकार द्वारा एक गुजराती फिल्म, 'मेना गुर्जरी' के लिए सर्वश्रेष्ठ फिल्म अभिनेत्री का पुरस्कार जीता था। वर्ष 2000 में उन्हें रचनात्मक नृत्य के लिए संगीत नाटक अकेडमी पुरस्कार प्रदान किया गया था। इंडियन मर्चेंट्स चैंबर (आईएमसी) ने उन्हें **2003 में वोमेन ऑफ़ द ईयर** के नाम से नवाजा था। वह 2007 में रंगमंच पास्ता रंगमंच पुरस्कार के प्राप्तकर्ता के रूप में भी गर्वित हुई थीं। कला में उनके अमूल्य योगदान के लिए उन्हें 2010 में भारत सरकार द्वारा पद्म भूषण से सम्मानित किया गया था, जो कि भारत में तीसरा सर्वोच्च नागरिक सम्मान है।
9. **माधुरी दीक्षित:** भारतीय सिनेमा की प्रमुख अभिनेत्रियों में से एक हैं। वह छह फिल्मफेयर पुरस्कार, सर्वश्रेष्ठ अभिनेत्री के लिए चार, सर्वश्रेष्ठ सहायक अभिनेत्री के लिए एक और एक विशेष पुरस्कार प्राप्त कर चुकी हैं। उन्होंने 14 बार सर्वश्रेष्ठ अभिनेत्री के लिए फ़िल्मफ़ेयर पुरस्कार के लिए नामित होक रिकॉर्ड बनाया है। उन्हें भारत सरकार द्वारा 2008 में पद्मश्री से सम्मानित किया गया था जो भारत का चौथा सबसे बड़ा नागरिक पुरस्कार है।

**More from us:**

**Important Study Notes for Defence Exams**

**Defence Specific Notes**

**Weekly Current Affairs**

**Current Affairs Quiz**

**SSB Interview Tips**

## CDS 2019 Free Mock Test, Click here to Attempt

gradeup