

(1) One Day National Webinar "Bharat Ke Shastriya

Nratya : Ek Avalokan" Date : 07.07.2020

# राष्ट्रीय वेबिनार

दिनांक : 07 जुलाई 2020

## नृत्य विभाग



शासकीय स्वशासी कन्या स्नातकोत्तर उत्कृष्टता  
महाविद्यालय, सागर (म.प्र.)



शासकीय स्वशासी कन्या स्नातकोत्तर उत्कृष्टता

महाविद्यालय, सागर (म.प्र.)

एक दिवसीय राष्ट्रीय नृत्य वैबिनात्र

विषय

भारत के शास्त्रीय नृत्य : एक अवलोकन

आयोजक : नृत्य विभाग

पंजीयन निःशुल्क

दिनांक : 07 जुलाई 2020 मंगलवार

प्रथम सत्र के अतिथि वक्ता

- श्रीमती रागिनी श्रीवास्तव सागर, कथक नृत्य
- डॉ. बसंत किरण बैंगलूरु-कुचिपुडी नृत्य
- डॉ. देविका बोर ठाकुर पुणे-सत्रिय नृत्य
- डॉ. हिमा बिन्दु तिरुपति-भरत नाट्यम

द्वितीय सत्र के अतिथि वक्ता

- विदुषी नंदनी सिंह दिल्ली-कथक नृत्य
- विदुषी सुजाता महापात्रा भुवनेश्वर ओड़ीसी नृत्य
- प्रो. वंदना चौबे वनस्थली-मणीपुरी नृत्य
- पं. देवेन्द्र वर्मा दिल्ली-अतिथि वक्तव्य

डॉ. बी.डी.अहिरवार

प्राचार्य/संरक्षक

मार्गदर्शक मंडल

डॉ. संजय खरे

(सह प्राध्यापक-समाजशास्त्र)

डॉ. शक्ति जैन

प्राध्यापक-अर्थशास्त्र

डॉ. हरिओम सोनी

सहसंयोजक/अध्यक्ष संगीत विभाग  
मो. : 9039394747

डॉ. प्रेम कुमार चतुर्वेदी

आयोजन सचिव  
मो. : 9406567912

डॉ. अपर्णा चाचोदिया

संयोजक/अध्यक्ष नृत्य विभाग  
मो. : 9827271276

शासकीय स्वशासी कन्या स्नातकोत्तर उत्कृष्टता महाविद्यालय, सागर (म.प्र.)

Re Accredited By NAAC "A"

Google Link : <https://forms.gle/GPHennt18uL5xce69>

# नृत्य विभाग वेबिनार : 07 जुलाई 2020





## National Webinar

Govt. Autonomous Girls P.G. College of Excellence, Sagar (M.P.)  
(Re Accredited By NAAC "A")



### Certificate

This is to certified that  
Shri / Smt. / Ms. / Prof. / Dr. ....

Participated in One days National Webinar on  
**भारत के शास्त्रीय नृत्य : एक अवलोकन**  
Organised by Dance Department  
Govt. Autonomous Girls P.G. College of Excellence, Sagar (M.P.)  
Held on 07 July 2020.



  
Dr. Prem Chaturvedi  
Organising Secretary

  
Dr. Hariom Soni  
Co-Convener, HOD Music

  
Dr. Aparna Chachondia  
Convener, HOD Dance

  
Dr. B. D. Ahirwar  
Principal / Patron

## राष्ट्रीय वेबिनार : नृत्य विभाग

### प्रतिवेदन

शासकीय स्वशासी कन्या स्नातकोत्तर उत्कृष्टता महाविद्यालय सागर नृत्य विभाग द्वारा 7 जुलाई 2020 को एक दिवसीय राष्ट्रीय वेबिनार का आयोजन किया गया। प्राचार्य डॉ. बी.डी.अहिरवार जी के मार्गदर्शन में आयोजित राष्ट्रीय वेबिनार में देश के लगभग 16 राज्यों एवं देश के बाहर अमेरिका में स्थित नृत्य प्रतिभागियों द्वारा पंजीयन कराकर बड़े उत्साह एवं मनोयोग से सहभागिता की गई। वेबिनार का शुभारंभ प्राचार्य डॉ. बी.डी.अहिरवार के द्वारा मां सरस्वती के सम्मुख दीप प्रज्वलन एवं माल्यार्पण से किया गया। संरक्षक के रूप में बोलते हुए प्राचार्य जी ने कहा कि नृत्य कला जाति एवं समाज से परे है। वैदिक काल में नृत्य शारीरिक अभ्यास एवं आरोग्य रहने की विद्या थी। नृत्य आनंद की अभिव्यक्ति के साथ-साथ आराधना तथा शत्रु पर विजय प्राप्ति का माध्यम भी है। इससे शारीरिक विकास के साथ-साथ मानसिक विकास एवं सामाजिक समरसता पैदा होती हैं। अनेकों पौराणिक कथाओं का वर्णन करते हुए प्राचार्य जी ने नृत्य के इतिहास एवं महत्व पर प्रकाश डाला। यह वेबिनार संगीत एवं नृत्य के जिज्ञासुओं, प्राध्यापकों एवं विद्यार्थियों के लिए अत्यंत उपयोगी सिद्ध हुआ। भारत के शास्त्रीय नृत्य : एक अवलोकन विषय पर आयोजित इस राष्ट्रीय वेबिनार में सागर, बीना, गढ़ाकोटा, दमोह, इंदौर, वाराणसी, जबलपुर, लखनऊ, बेंगलुरु, प्रयागराज, बालाघाट, खैरागढ़, मिर्जापुर, गुजरात, सादुलपुर, कांकेर सांभल, पटियाला, फगवारा, होशियारपुर, चंडीगढ़, जयपुर, संधारा, गाजियाबाद, अमृतसर, अमरावती, दिल्ली, यवतमाल, बहादुरपुर, अल्मोडा, बरेली, जोधपुर, पुट्टापल्ली, तरनतारन, अंबाला, लुधियाना, मंडला, बनस्थली, Virginia(USA), रोपड़, जालंधर, कानपुर, फैजाबाद, संगरूर, केसली, मेरठ, लखीमपुर खेरी, इलाहाबाद, गोरखपुर, कलाडी, आगरा, जौनपुर, नैनीताल, नागालैंड, भिवानी, रामपुर, हरियाणा, छतरपुर, मुंबई, ग्वालियर, गाडरवारा, पन्ना, फतेहपुर, भोपाल, हल्द्वानी, कटनी, कुरुक्षेत्र, मंडी, बैहार, फिरोज़पुर, गोविंदगढ़, गोंडा, झांसी, चुनार, गाजीपुर, करनाल, चित्रकूट, देओरिया, ठाणे, पटना, सैदपुर, देहरादून, बोधगया, रीवा, ललितपुर, छिंदवाड़ा, भावनगर, माल्थौन, महेंद्रगढ़, गंजबासौदा, बड़ोदरा, अजमेर, नालंदा, पारसवाडा, राजनांद गांव, कोरबा, बांदा, हमीरपुर, खुजरा, भुज, अयोध्या, अलीगढ़, चुरु, रावेली, रानीगंज, आजमगढ़, उरई, धुले, रायगढ़, चिदम्बरम, हरदोई, कोटा, पटना, अशोकनगर, बंडा, शिमला, बुलढाना, सिवनी मालवा, कोंच, बाराबंकी, कुल्लू, खरार, जिंद, नारनौल, टीकमगढ़, जरोरा, यमुनानगर, लाम्ता, उज्जैन, प्रतापगढ़, बुलंदशहर आदि शहरों ने सहभागिता की।

इस वेबिनार का उद्देश्य यही था कि भारत के विभिन्न शास्त्रीय नृत्यों का परिचयात्मक ज्ञान सूक्ष्मतम जानकारी एक दूसरे की संस्कृति एवं विशेषताओं की बारीकियों का ज्ञान प्राप्त कर सके। वेबिनार का यह उद्देश्य काफी हद तक सफल भी रहा, क्योंकि सारे दिन घले इस वेबिनार में लगातार विभिन्न शास्त्रीय

नृत्यों के अपनी-अपनी विधा में दक्ष विषय विशेषज्ञों, कलाकारों एवं प्राध्यापकों के साथ साथ बड़ी संख्या में शोधार्थी एवं संगीत के विद्यार्थी लगातार जूम ऐप पर जुड़े रहे। इस वेबीनार में अधिक से अधिक संख्या में प्रतिभागी जोड़ सकें इसके लिए जूम ऐप एवं फेसबुक का सहारा लिया गया, जिससे निर्बाध गति से वेबीनार का संचालन दिनभर हुआ।

### प्रथम सत्र

- |                            |   |  |
|----------------------------|---|--|
| श्रीमती रागिनी श्रीवास्तव  | - | व्याख्याता, कथक नृत्य<br>आदर्श संगीत महाविद्यालय सागर (म.प्र.)             |
| डॉ. अवधेश प्रताप सिंह तोमर | - | सहायक प्राध्यापक, गायन<br>डॉ हरिसिंह गौर विश्वविद्यालय सागर (.प्र.म)       |
| डॉ वसंत किरण               | - | कुचिपुड़ी एवं भरतनाट्यम नृत्यकला<br>प्रदर्शक एवं नृत्य निर्देशक, बेंगलुरु  |
| डॉ. देविका बोरठाकुर        | - | सहायक प्राध्यापक, सत्रिय नृत्य<br>भारती विद्यापीठ, पुणे                    |
| डॉ. हिमा बिन्दु            | - | सहायक प्राध्यापक, भरतनाट्यम<br>श्री पद्मावती महिला विश्वविद्यालयम, तिरुपति |

### द्वितीय सत्र

- |                        |   |  |
|------------------------|---|--|
| डॉ राहुल स्वर्णकार     | - | सहायक प्राध्यापक, तबला<br>डॉ हरिसिंह गौर विश्वविद्यालय सागर (म.प्र.)                     |
| विदुषी नंदिनी सिंह     | - | वरिष्ठ कला गुरु, कथक नृत्य<br>कथक केंद्र, नई दिल्ली                                      |
| विदुषी सुजाता महापात्र | - | कला गुरु एवं नृत्य प्रदर्शक<br>ओडीसी नृत्य, भुवनेश्वर                                    |
| प्रो. वंदना चौबे       | - | विभागाध्यक्ष, कथक नृत्य<br>वनस्थली विद्यापीठ, राजस्थान                                   |
| पं. देवेंद्र वर्मा     | - | ग्वालियर परंपरा के प्रतिनिधि<br>कलाकार, संगीतज्ञ एवं संगीत निर्देशक<br>फरीदाबाद, हरियाणा |

इन सभी गुरुजनों, विद्वानों एवं गुणीजनों ने अपनी गरिमामयी उपस्थिति द्वारा ऑनलाइन उपस्थित समस्त प्रतिभागियों को भारत के शास्त्रीय नृत्यों के ज्ञान रस का अमृत पान करवाया। इस वेबिनार में कुल 740 प्रतिभागियों ने पंजीयन करवा कर नृत्य के प्रति अपनी रुचि को प्रदर्शित किया।

इस वेबिनार में मार्गदर्शक का दायित्व डॉ. संजय खरे, (सह प्राध्यापक - समाजशास्त्र) एवं डॉ. शक्ति जैन (प्राध्यापक - अर्थशास्त्र), संयोजक का दायित्व डॉ. अपर्णा चाचौदिया (विभागाध्यक्ष नृत्य विभाग), सह संयोजक डॉ. हरिओम सोनी (विभागाध्यक्ष संगीत विभाग) ने एवं सचिव का दायित्व डॉ. प्रेम कुमार चतुर्वेदी (तबला संगतकार) ने निभाया। तकनीकी सहयोग पुष्पेंद्र पांडे, अभिषेक दुबे, दिनेश पांडे, प्रियम चतुर्वेदी, तृप्ति गुप्ता एवं प्रियांशु चाचौदिया द्वारा किया गया। शासकीय कन्या स्नातकोत्तर उत्कृष्टता महाविद्यालय सागर के नृत्य विभाग द्वारा आयोजित इस राष्ट्रीय वेबिनार में महाविद्यालय परिवार से डॉ. इला तिवारी., डॉ. रेखा बक्शी, डॉ. पद्मा आचार्य, डॉ. संजय खरे, डॉ. शक्ति जैन एवं डॉ. भावना यादव उद्घाटन सत्र में उपस्थित रहे एवं अधिकांश प्राध्यापक एवं छात्राएं वेबिनार में ऑनलाइन जुड़े रहे।

वेबिनार का संचालन डॉ. अपर्णा चाचौदिया द्वारा हिंदी एवं अंग्रेजी भाषा में किया गया। आभार का दायित्व डॉ. प्रेम कुमार चतुर्वेदी ने निर्वहन किया।

भारत के शास्त्रीय नृत्य : एक अवलोकन विषय पर आयोजित एक दिवसीय राष्ट्रीय वेबिनार जनोपयोगी मार्गदर्शी एवं विद्यार्थियों व संगीत प्रेमियों के लिए ज्ञानवर्धक एवं उपयोगी सिद्ध हुआ इस वेबिनार को लंबे समय तक संगीत जगत में याद रखा जाएगा।

## कथक नृत्य का सामान्य परिचय

भारत के प्रसिद्ध शास्त्रीय नृत्य में से कथक नृत्य उत्तर भारत का प्रचलित एवं लोकप्रिय शास्त्रीय नृत्य है। कथक नृत्य शैली की उत्पत्ति विकास एवं इतिहास से संबंधित लिखित साहित्य का अध्ययन करने पर इसके स्वरूप एवं नृत्य सामग्री में हुए परिवर्तन स्पष्ट रूप से दिखाई देते हैं। कथक नृत्य शैली के प्राचीन स्वरूप एवं वर्तमान स्वरूप में पर्याप्त भिन्नता दिखाई देती है। कथक शब्द की व्युत्पत्ति एवं अर्थ के संबंध में विभिन्न विद्वानों के विभिन्न मत रहे हैं। वह व्यक्ति कथक समझा जाता था जो लोकोपदेश के लिए अभिनय के माध्यम से कथा प्रस्तुत करे। कथक नृत्य के इतिहास को जानने के लिए मोटे तौर पर सिर्फ तीन चरणों में इसकी विकास यात्रा में शामिल होने की जरूरत है प्राचीन काल, मध्यकाल और आधुनिक काल।

प्राचीन काल में नृत्य मंदिरों के प्रांगण में हुआ करता था, जहाँ का वातावरण आध्यात्म एवं भक्ति भावना से परिपूर्ण था। नृत्य का उद्देश्य ईश्वर उपासना था। कथा वाचन द्वारा अभिनय के माध्यम से नृत्य प्रस्तुति की जाती थी। इसके पश्चात मध्यकाल ने कथक नृत्य शैली को सबसे अधिक प्रभावित किया। आज भी उसकी छाप कथक नृत्य के प्रस्तुतीकरण में स्पष्ट दिखाई देती है। मध्यकाल में कथक नृत्य का स्वरूप विकृत हुआ या विकसित हुआ इस प्रश्न का उत्तर द्वंद पूर्ण होगा। इससे यह कहना शायद सही होगा कि कथक नृत्य का स्वरूप परिवर्तित हुआ। मंदिरों के भक्ति पूर्ण वातावरण से निकलकर कथक नृत्य दरबारों में मनोरंजन का साधन समझा जाने लगा। कौतूहल की भावना जागृत करने के उद्देश्य से अंग संचालन में संतुलन एवं फुर्ती पर ध्यान केंद्रित कर अभ्यास करवाया जाने लगा, जिससे की चमत्कृत प्रभाव युक्त नृत्य हो। नृत्य में विलासिता और श्रृंगारिकता झलकने लगी। नृत्य आचार्यों ने अपने ए। कथक नृत्य शैली में कुछ विशेषताएं और अपने आश्रय दाताओं को प्रसन्न करने के लिए बहुत से प्रयोग कि-स्थानों के आधार पर घराने दारी विकसित होने लगी। घराना नृत्य प्रस्तुति की एक विशेष शैली का परिचय बना। आज कथक नृत्य के प्रमुख चार घराने हैं जिन्हें आज कथक नृत्य के लखनऊ, जयपुर, बनारस और रायगढ़ घराने के नाम से जाना जाता है।

स्वतंत्रता के बाद के काल में कथक प्रस्तुतीकरण में भी स्वच्छंदता के अवसर दिखने लगे। दरबारों के बाहर पुनः कथक नृत्य को एक सम्मानीय मंच मिला। नृत्य संगीत आदि कलाओं को शिक्षा जगत में स्थान मिला। अपनी विकास यात्रा करते हुए कथक नृत्य प्राचीन काल से आधुनिक काल तक पहुंच गया। इस यात्रा के दौरान कथक नृत्य शैली में अनेकानेक परिवर्तन हुए। वर्तमान में हम कथक नृत्य शैली के जिस स्वरूप से परिचित हैं उसे ही प्रारंभिक स्वरूप नहीं कहा जा सकता। सबसे अच्छी बात यह है कि सम विषम परिस्थितियों में भी कथक नृत्य का अस्तित्व नष्ट नहीं हुआ बल्कि उसने अपने कलाकोष को और भी समृद्ध कर लिया। आज कथक नृत्य के जिस स्वरूप को हम देख रहे हैं वह कई वर्षों की साधना का प्रतिफल है। विषम परिस्थितियों में भी यह नृत्य शैली अपने अस्तित्व को बचाए रखी और इसमें होने वाले परिवर्तनों को अपनी विशेषता बनाकर संग्रहित करती रही। वर्तमान में कथक नृत्य का स्वरूप बहुत विराट है और प्रयोग एवं संभावनाओं के लिए सदैव स्वागतातुर है।

मेरा वक्तव्य कथक नृत्य के प्रारंभिक विद्यार्थियों के लिए है जिन्हें नृत्य के तकनीकी पक्ष की जानकारी नहीं है इसलिए सामान्य बातचीत द्वारा प्रारंभिक जानकारी देना मेरे वक्तव्य का उद्देश्य है।

श्रीमती रागिनी श्रीवास्तव

## संगीत में नृत्य की भूमिका

कथा की उत्पत्ति नटवरी से या कथा वाचन से होती है। अभिनय करके प्रस्तुत करना और उसमें नृत्य के तत्व डालने के लिए लय, ताल को संयोजित करके रखना बहुत महत्वपूर्ण है। मुगल काल में आणु शृंगारिक एवं विनामिता के प्रभाव के बाद भी अपने आध्यात्मिक एवं शास्त्रीय रूप को बचाए रखने में गुरुओं का महत्वपूर्ण योगदान रहा है। मेरे विचार से एक नया पहलू मुझे लगता है गायन, वादन और अभिनय को एक साथ लाने वाली एकमात्र विधा नृत्य है। कहा जाता है कि नाट्य शास्त्र की जो अवधारणा है नाट्य में संगीत लय व ताल शामिल है उसको एक त्रय स्तर तक ले जाने का कार्य नृत्य करता है। क्योंकि इसमें अभिनय है, गायन है, वादन की संगति है, स्वर वाद्य है, ताल वाद्य है। यह एक ऐसा समन्वित स्वरूप है जो नाटक को संपूर्णता प्रदान करता है। लयात्मक और ताल के तत्व भी डालता है।

नर्तक, नृत्य शिक्षक या गुरु एक संपूर्ण संगीतकार है जो व्यक्तित्व को संपूर्णता प्रदान करता है। इसलिए अभिभावक अपने बच्चों को व्यक्तित्व विकास के लिए नृत्य की शिक्षा दिलाना चाहते हैं।

नृत्य अभ्यास में अधिक से अधिक मांसपेशियों और मस्तिष्क की मानसिक क्रियाओं की सहभागिता रहती है एवं शारीरिक रूप से सक्रिय रहते हैं। गायन में कंठ एवं वाद्य वादन में कोई अंग विशेष ही सक्रिय रह पाता है, जबकि नृत्य में सारा शरीर सक्रिय रहता है। नृत्य से अच्छा व्यायाम शरीर और मस्तिष्क के लिए दूसरा नहीं है।

डॉक्टर अवधेश प्रताप सिंह तोमर



## BHARATNATYAM

Bharatanatyam is a composite art having for its component elements like dance, drama, music, rhymes, rhythm. Built upon the principles of Natyashastra written by a great sage Bharata Muni. This classical dance originates from the state of Tamil Nadu belongs to the South India. In initial time it is called Kutu. There were two types of Kutu -1-Sandi Kutu (classical form) 2- Vinod Kutu (Folk Arts)

Sandi Kutu was later called Sadir or the Dasiattam (female artist) girl or woman who dedicates herself to God and known as Devdasi. Devdasi used to perform this dance that was dedicated to the temple of Tamilnadu Vrihadeshwara temple Tanjore. It is mentioned that about 400 dancers were attached in the temple. Dance Guru called Nattuvanar (male) who teaches and is responsible for this dance form. The name of Sadir changed in Bharatanatyam. ' Bharat' stands on 3 words or elements Bhav,Raag,Taal. Bhagwat Mela (Theatre form or natakam) and Kuravanji (Dance Opera) were responsible for giving the shape to this solo dance. Main component of Bharatanatyam Dance

- 1- Nritta (Pure Dance)
- 2- Nritya (Mime or Expression)

Four great musicians Chennaiya, Punnaiya Wadivelu, Shivanand. These four brothers were famous Nattuvanar and were responsible for present structure of Bharatanatyam. They were responsible for present structure of Bharatanatyam.

Dr. Himabindu

## कुचिपुडी

गीतं वाद्यं तथा नृत्यं त्रयं संगीत मुच्यते

संगीत संपूर्ण तभी होता है जब गायन वादन एवं नृत्य तीनों होते हैं। बाला त्रिपुर सुंदरी देवी की प्रार्थना से नृत्य प्रारंभ करते हैं। कुचिपुडी एक गांव का नाम है इसी नृत्य क्षेत्र से कुचिपुडी प्रारंभ हुआ। ऐसा माना जाता है कि सारे कुचिपुडी वहीं से आए थे।

नाट्यशास्त्र के 11 अंश में से दक्षिणात्य प्रवृत्ति के अंतर्गत कुचिपुडी आता है। तेलुगु, शास्त्र, कोई एक वाद्य एवं संगीत सीखने के बाद यह नृत्य सिखाया जाता है। कुचिपुडी में 16 ब्राह्मण परिवार थे।

कुचिपुडी और कथकली नाट्य पद्धति से आए हैं। बाकी सारे नृत्य पद्धति से इसलिए इसमें नाट्यशास्त्र के अंगों का परिपालन होता है। नाट्यशास्त्र के भाव, राग, ताल आदि इसके अंतर्गत आते हैं।

कुचिपुडी पुरुष प्रधान रहा एवं 1930 से 1940 के बाद ही इस नृत्य शैली में स्त्रियों का आगमन प्रारंभ हुआ। तब तक स्त्रीवेशम पुरुष ही करते थे। इस नृत्य शैली में एक रिवाज है जिसे रूपानुरूपम बोला जाता है।

कुचिपुडी में 'भामाकलापम' (कृष्ण और सत्यभामा की कहानी पर आधारित हैतेरहवीं शताब्दी में श्री सिद्धेंद्र ( योगी की रचना, जो कि इस के जनक माने जाते हैं। अष्टनायिका इस एक अंग रचना में देखने को मिलती हैं। पंडित श्री वेदांत नारायण शर्मा जो कि पहले पद्मश्री हैं स्त्रीवेशम के लिए जाने जाते हैं। इसमें परकायप्रवेशं अर्थात् दूसरे पात्र में प्रवेश की दिखाते हैं। चतुर्विध अभिनय आंगिक, वाचिक, आहार्य, सात्विक में से वाचिक अभिनय पर ज्यादा ध्यान दिया जाता है, क्योंकि नाटकीय कलाओं के बीच बीच में संवाद भी बोलना पड़ता है। स्थान के आधार पर संवाद की भाषा होती है जैसे केरल में मलयालम। समाज से कला अलग नहीं हो सकती इसलिए नृत्य के माध्यम से लोगों को सामाजिक संदेश दिया जाता है। कुचिपुडी में 'गोलाकलापम्' की प्रस्तुति में गर्भावस्था के 9 महीनों को सुंदर तरीके से दिखाया जाता है। 'चांडालिका' जो कि रवींद्रनाथ ठाकुर की रचना है उस पर भी प्रदर्शन किया जाता है। गोलकुंडा के राजा अबुल हसन काली शाह ने 600 एकड़ जमीन इस कला पांडित्य को देखते हुए उपहार में दी थी।

नाट्य शास्त्र में वर्णित लोकधर्मी नाट्यधर्मी का प्रयोग भी इस नृत्य में किया जाता है। सिचुएशन के हिसाब से कुछ लोक मुद्राओं का प्रयोग भी करते हैं। अभिनय दर्पण संगीत रत्नावली, वृहदेशी, नृत्य रत्नावली, भरत नाट्यशास्त्र आदि ग्रंथों का पालन इस नृत्य में किया जाता है। मेरे गुरु पद्मभूषण व्यंकटेश चिन्ना सत्यम ने इस कला में क्रांतिकारी परिवर्तन किए। 1958 में संगीत कला अकादमी द्वारा नृत्य कांफ्रेंस की गई एवं 1959 में कुचिपुडी को शास्त्रीय नृत्य माना गया। पद्म विभूषण यामिनी कृष्णमूर्ति, पद्म भूषण राजा राधा रेड्डी, पंडित श्री शोभा नायडू के कठिन परिश्रम के कारण यह नृत्य प्रतिष्ठित हुआ। इसे नाटकीय परंपरा से एकल नृत्य में परिवर्तित किया गया। इसमें थाली पर प्रदर्शन, जमीन पर रंग डालकर मयूर, सिंह नंदिनी आदि का प्रदर्शन किया जाता है। बहुत से फिल्मी कलाकार जैसे वैजयंती माला, रेखा, वहीदा रहमान आदि भी इस नृत्य से जुड़े।

डॉ वसंत किरण

## ओडीसी नृत्य

All classical dance like sisters. Odissi is one of the classical dance of Odisha. उड़ीसा को उद्गा या उत्कल कहा जाता था। पहले यहाँ महारी और गोतीपुआ नृत्य प्रचलित थे। उन्हीं का परिष्कृत रूप ओडीसी नृत्य है, जिसमें बहुत से गुरुओं का योगदान रहा। गुरु केलुचरण महापात्रा, गुरु देवेन्द्र प्रसाद दास एवं गुरु पंकज चरणदास को त्रिधारा कहा जाता है। गुरु पंकज चरणदास महारी नृत्य, देवा प्रसाद दास अभिनय एवं गुरु केलुचरण महापात्र इन दोनों में निपुण थे। इसमें चार भंगियों का प्रयोग किया जाता है। समभंग (सीधा), अर्भंग (आधा झुका), त्रिभंग (तीन जगह से झुकाव गर्दन, कमर, घुटना) एवं चौका है। इन्हीं चारों भंगियों पर पूरा नृत्य आधारित होता है। भगवान जगन्नाथ मंदिर में महारी पूजा सेवा के समय भक्ति भाव के साथ सारी मुद्राएँ उपयोग करते थे। अष्टपदी किया जाता था एवं एवं गीत गोविंद को नृत्य के माध्यम से प्रस्तुत करते थे। गोतिपुआ लड़कियों के वेश में बाहर मनोरंजन के लिए नृत्य करते थे। बन्ध नृत्य किया जाता था। इसकी साधना बहुत कठिन होती थी। पद्म विभूषण श्री केलुचरण महापात्र गोतिपुआ नर्तक थे और कोरियोग्राफर भी। यह नृत्य शैली भुवनेश्वर, पुरी, उड़ीसा की मूर्तिकला पर आधारित है। बहुत सी भंगियों का प्रदर्शन इस नृत्य में होता है। वीणा, मुरली, मंजीरा, दर्पण आदि मंदिरों में सारी भंगी हैं। प्रस्तुति क्रम में मंगलाचरण, बटु नृत्य, पल्लवी, अभिनय एवं मोक्ष नृत्य किया जाता है।

**मंगलाचरण**—हमेशा आचरण पवित्र होना चाहिए प्रवेश करते समय पुष्पांजलि मुद्रा में भगवान जगन्नाथ को प्रणाम करके, फिर भूमि प्रणाम के बाद श्लोक या वंदना की जाती है जिसमें देवी सरस्वती, दुर्गा, लक्ष्मी की स्तुति की जाती है। सभा प्रणाम में त्रिखंडी प्रणाम होता है पहला देवताओं को दूसरा गुरु नमन, तीसरा दर्शकों को।

**बटुनृत्य** - वीणा वेणु, मर्दल, मंजीरा आदि का प्रयोग किया जाता है।

**पल्लवी-पल्लवी** - रागाधारित होती है। जैसे बसंत राग पर बसंत पल्लवी। राग के विभिन्न लय होते हैं मंद से धीरे-धीरे तीव्र की ओर ताल का भी बहुत वैविध्य है।

**अभिनय** - आंगिक और मौखिक अभिनय द्वारा दर्शकों को भाव समझाते हैं। विभिन्न मुद्राओं एवं रस का प्रयोग किया जाता है।

**मोक्ष नृत्य** - नृत्य का समापन मोक्ष नृत्य से होता है।

विदुषी सुजाता महापात्रा

## मणिपुरी नृत्य

भारत के उत्तर पूर्वी भाग में स्थित मणिपुर राज्य का शास्त्रीय नृत्य मणिपुरी नृत्य है। इसे नेतेई जगोई भी कहा जाता है। नेतेई का अर्थ है मणिपुरी और जगोई का अर्थ है नृत्य। भारत के अन्य शास्त्रीय नृत्यों की तुलना में इस नृत्य में भक्ति भाव पर अधिक बल देते हैं। इसकी उत्पत्ति पौराणिक मानी जाती है। इसमें तांडव लास्य दोनों अंगों का महत्व है। यह नृत्य हिंदू धर्म के वैष्णव संप्रदाय से संबंधित है। 15वीं शताब्दी तक मणिपुर की अपनी संस्कृति थी यहाँ पर वैष्णव धर्म नहीं था। सनामाही धर्म था। सनामाही धर्म का सबसे प्राचीन नृत्य लाई हरोबा है। लाई का अर्थ होता है देवता और हरोबा मतलब आमोद प्रमोद। लाई हरोबा नृत्य यहाँ का सबसे प्राचीन लोकनृत्य है जो शास्त्रीय नृत्य का आधार है। मणिपुर में पुजारी को मैबा और पुजारिन को मैबी कहते हैं। यह प्रमुख अनुष्ठानक माने जाते हैं। मणिपुर के राजा भाग्यचंद्र संगीत के शौकीन थे उन्होंने बिखरी हुई संस्कृति की पुनर्भूमि को संवारने में अपना अमूल्य योगदान दिया। वे कृष्ण के परम भक्त थे। कहा जाता है भगवान कृष्ण ने स्वप्न में मणिपुर के राजा को कहा- कटहल के वृक्ष की लकड़ी की मेरी प्रतिमा बनाकर उसके सामने रास करावाओ। उसकी वेशभूषा, संगीत, विवरण आदि के बारे में भी स्वप्न में बताया। राजा भाग्यचंद्र ने गुरुओं के साथ भागवत परंपरा पर आधारित शास्त्रीय राग ताल पर रास की रचना की। यह नृत्य विष्णु पुराण, भागवत पुराण और गीत गोविंद की रचनाओं पर आधारित है। इसका प्रथम मंचन 1769 में श्री गोविंद जी के मंदिर में 5 दिन तक किया गया। राधा का पात्र राजा की बेटी वृंदावती मंजरी ने निभाया। इस तरह मणिपुरी नृत्य में रास परंपरा का प्रारंभ हुआ। वहाँ के मंदिरों में आज यह नृत्य किया जाता है। गुरु रसानंद स्वरूपानंद ने इसे आगे बढ़ाया। रास पांच प्रकार का होता है - महारास, बसंत रास, कुंजरास, नित्य रास, दिवा रास महारास।

कार्तिक पूर्णिमा की चांदनी रात में यह रास खेला जाता है। यह श्री गोविंद जी के मंदिर में होता है - जो श्रीमद्भागवत के दसवें स्कंद पर आधारित है। कृष्ण राधा से संकेत स्थल पर मिलने जाते हैं। उनकी मुरली की धुन सुन गोपियाँ भी घली आती हैं और उन्हें चक्राकार घेर कर नृत्य मग्न हो सुध बुध खो बैठती हैं। नीलांबर श्री कृष्ण राधा के संग कुंज में छिप जाते हैं। गोपियाँ कृष्ण को ना देख कर वन वन दूँडती हैं। राधा में अर्ह आ जाता है जिसे कृष्ण दूर करते हैं। एक गोपी एक श्याम रस मग्न हो नृत्य करते हैं।

कुंजरास - यह रास अश्विनी पूर्णिमा को किया जाता है। इसमें अभिसारिका नायिका का बहुत सुंदर चित्रण किया जाता है। यह रास राजा भाग्यचंद्र के समय प्रारंभ हुआ।

नित्य रास - महाराज चंद्रकीर्ति के शासनकाल में प्रारंभ हुआ। यह रास गीत गोविंद महाराज, गोविंद लीलामृतम तथा पदकल्पदरु पर आधारित है। इस रास की कोई विशेष तिथि नहीं होती इसको किसी भी समय किया जा सकता है।

दिवा रास - महाराज चूराचंद्र के शासनकाल में प्रारंभ हुआ। बाकी रास रात में होते हैं यह रास दिन में होता है। दिवा रास में राधा कृष्ण के साथ आनंद मंजरी भी नृत्य करते हैं। मणिपुरी नृत्य के दो अंग हैं तांडव, लास्य। मणिपुरी नृत्य में पैरों की आवाज नहीं आती। अंतर्मुखी और संयमित नृत्य है। पारदर्शक दुपट्टा ओढ़ते हैं जिससे प्रभु से तारतम्यता भंग ना हो। भक्ति रस, अभिनय सांकेतिक होते हैं। छोटी-छोटी संगीतिक माला होती हैं। ताल का प्रस्तार होता है। ब्रह्म ताल, रूद्र ताल का प्रयोग होता है। इसके दो घराने हैं गुरु अमोबी सिंह (ताल पद संचालन) एवं गुरु विपिन सिंह (लास्य)।

वेशभूषा - कृष्ण केसरिया धोती मणियों की माला मुकुट आदि पहनते हैं। राधा छतरी की तरह गोल घेरदार लहंगा पहनती हैं जिसे कुमिन कहते हैं। सिर पर कोकतुंभी। राधा का लहंगा हरा होता है। इसके आविष्कारक राजा भाग्यचंद्र हैं।

बाद्य - मुंग, डोल, बांसुरी, शंख, इसराज मंजीरे आदि का प्रयोग किया जाता है।

रचनार्थ - जयदेव, विद्यापति, चंडीदास, गोविंद दास, ज्ञान दास की पदावली तथा संस्कृत, मैथिली और ब्रज भाषा में लिखित रचनार्थ।

कलाकार - गुरुदेव रविंद्रनाथ ने 1926 में मणिपुरी नृत्य को शांति निकेतन के पाठ्यक्रम में डाला गया। गुरु महा कुमार एवं गुरु बुद्धिमता गुरुओं को लेकर आए नृत्य शिक्षा देने के लिए। इसके प्रमुख कलाकार गुरु विपिन सिंह, तोनम देवी, चंबाल देवी, सूर्यमुखी, कलावती देवी आदि हैं। विदेशों में झारखंडी बहनों ने इस नृत्य का बहुत प्रचार प्रसार किया।

डॉ. वंदना चौबे

## नृत्य और वाद्य

सभी नृत्यों में वाद्यों का महत्वपूर्ण स्थान होता है। वाद्यों की संगति के बिना नृत्य प्रस्तुति बेरंग सी हो जाएगी। ताल निर्वाहन का नियम होता है जिसका अनुसरण करना अनिवार्य होता है। शास्त्रीय नृत्यों की प्रस्तुति में वाद्यों का बहुत महत्व होता है। मंच पर गायक या वादक का कोई ताल संगतकार ना होने पर सौंदर्य का स्तर ब्या हो जाएगा। नृत्य के साथ संगत करना आसान नहीं होता नृत्य के साथ संगत करने में वादक की सुनने की प्रवृत्ति बहुत अच्छी होना चाहिए। नृत्य को देखकर ही वाद्य के साथ संगत संभव होती है। वाद्य वादकों की एकाग्रचित्तता और उनका कला कौशल प्रस्तुति के सौन्दर्य को कई गुना बढ़ा सकते हैं और उनके द्वारा की गई एक लापरवाही सारे कार्यक्रम को असफल बना सकती है।

डा. राहुल स्वर्णकार

## कथक नृत्य : भारत के मानचित्र पर

“कथा करे सो कथक कहावे”

मंदिरों के प्रांगण में कथा करते थे तब से यह नृत्य चला आ रहा है। कई पड़ाव आए मुगल काल में यह नृत्य ज्यादा परिवर्तित हुआ। कृष्ण की लीलाएं कथक में करते हैं। मुगल काल में भक्ति भाव छूटा दरबारों में नवाब बादशाहों को खुश करने के लिए रूप बदला। सलामी आ गई। इसके बाद अंग्रेजों के समय दरबार से निकलकर बाहर आ गया। बाजारों से मंच तक आने में इसको 100 साल लग गए 1920 में मैडम मेनका ने इसके लिए बहुत प्रयास किए। आज मंच को छोड़कर इंटरनेट पर घर बैठे इसमें शामिल है।

कथक कहाँ का नृत्य है ? कश्मीर से मध्य प्रदेश तक महाराष्ट्र, वेस्ट बंगाल, राजस्थान से गुजरात यहाँ दूसरा शास्त्रीय नृत्य नहीं था यहाँ सिर्फ कथक था। इसकी नींव नाट्यशास्त्र है, यह कश्मीर में लिखा गया। 1970 में दशावतार प्रस्तुत किया। नृत्य के दो रूप बन गए थे जिन्हें मुगल दरबार लखनऊ घराना और हिंदू दरबार में जयपुर घराना कहा जाने लगा। जयपुर घराने में अभी भी वही परंपरा चल रही है। लमछड़ परने, गत निकास, कवित्त आदि। नाट्यशास्त्र अभिनय दर्पण के अनुसार चारों अभिनय भेदों का प्रयोग किया जाता है। एक पेड़ की जड़ नाट्यशास्त्र है जब उसकी शाखाएँ फूटी तो सारे शास्त्रीय नृत्य बने। स्थान, संस्कृति आदि के आधार पर उसमें विभिन्नता दिखाई देती है। कथक सहज और कलाधर्मी नृत्य है। कथक सीधा नाच नहीं है। लास्य व तांडव का मिश्रण है। वाचिक अभिनय में भी तांडव लास्य का संतुलन चलता है। खुला नाच का मतलब अनंत सागर और गगन जैसा विखरा बंदिश में रहकर बंदिश करते हैं। दर्शकों को देखकर नृत्य का प्रस्तुतीकरण बदल देते हैं। कहाँ से कौन सा फूल चुने और गुलदस्ता बनाएँ। तबला वादक के साथ उठाने शुरू की एक दूसरे से परिचय हुआ कौन कितने पानी में है इसका पता चलता है। कथक नृत्य के वस्तु क्रम में आमद (आगमन), प्रणाम, स्तुति, नगमे या लहरे को बांधना, खूबसूरत अंदाज में खड़े होना, नजर का रोकना, नगमे के साथ भृकुटी, गर्दन, कसक, मसक पूरा होता है। बंद हाथ का थाट, खुले हाथ का थाट, आमद परन (परनो का समावेश), गणेश परन, पखावज परन, कवित्त अभिनव दर्पण के अनुसार सभी कुछ कथक में करते हैं दृष्टि भेद, भृकुटी भेद, ग्रीवा भेद आदि।

**प्रमेलु** – आवाज से एहसास हो – जिसमें प्रकृति के बोल जुड़े हों।

**गत निकास** – मध्यकाल में डेढ़ सौ से ऊपर गत निकास की रचना हुई। खास मुद्रा में गति के साथ निकल कर आना ही गत निकास है। सारी नायिका भेद इसमें कर सकते हैं। अनेकों तरीके से घूंघट का भाव दिखा सकते हैं।

**गतभाव** – गति के साथ भाव या कथा का प्रदर्शन किया जाता है। इसमें शब्द नहीं रहते आंगिक व सात्विक भाव होता है। नर्तकी एक आहार्य में पूरा नृत्य कर जाती है पलटे से चरित्र बदलते हैं। गतभाव में पलटे के द्वारा सब कुछ दिखा सकते हैं।

**गायन, साहित्य** – बसंत –होरी, कजरी, चैती, टप्पा, तुमरी, भजन आदि। समयानुसार साहित्य जुड़ता गया मीरा, सूरदास, कबीर आदि।

विदुषी नंदिनी सिंह

## सत्रिय नृत्य

असम में सत्रिय नृत्य पुरानी नृत्य परंपरा है। यह नृत्यशैली 2000 में शास्त्रीय नृत्यों में शामिल की गई। असम शब्द भागवत पुराण में भी मिलता है, जहाँ भगवान के नाम पर खुद को समर्पित करते हैं। सत्र में श्रीमंत शंकरदेव और माधव देव दोनों वैष्णव भक्त थे। 15 वीं शताब्दी इस नृत्य के क्षेत्र में बहुत महत्व रखती है, क्योंकि इसमें नृत्य परक भक्ति संबंधी रचनाएं की हुई। श्रीमंत शंकरदेव और माधवदेव दोनों ने वैष्णव धर्म के प्रचार के लिए सत्रिय नृत्य, संगीत अंकिया नाट, चित्रकला आदि को इसमें समावेश कर के सत्रिय संस्कृति का निर्माण किया था। यह नृत्य वैष्णव रचनाओं पर आधारित है। असम की ब्रह्मपुत्र नदी बाबुली रिवर आईलैंड में था। भारत सरकार ने जब इसे शास्त्रीय नृत्य माना तो इसे जीवंत नृत्य परंपरा कहा। 500 साल पुरानी जीवंत परंपरा माना। मुगल काल और ब्रिटिश काल में सभी नृत्यों में परिवर्तन हुए देखदासी एक्ट लगा दिया गया, मंदिर में नृत्य बंद हो गया था।

सत्रिय नृत्य समाज से अलग जगह था आम लोग वहाँ पर नहीं जा सकते थे। ऐसा माना जाता था कि यह नृत्य यदि बाहर आएगा तो प्रदूषित हो जाएगा, इसीलिए सत्र के लोग बाहर नहीं आने देते थे। मन् १९१७, १९१८ १९१९ में शोधार्थियों ने पाया कि यह नृत्य बहुत सुंदर है इसे दुनिया के सामने आना चाहिए। अन्य शास्त्रीय नृत्यों की तरह इसमें भी स्थान, घमरी, चारी आदि मिलते हैं।

नाट्य शास्त्र में प्रारंभिक कहानी के अनुसार पार्वती जी ने उषा को नृत्य की शिक्षा दी थी। उषा आसाम के बान राजा की बेटी थी, जो तेजपुर से थी। वहाँ से लास्य अंग की उत्पत्ति होती है।

सत्रिय नृत्य में २ स्थान होते हैं पुरुष स्थान एवं स्त्री स्थान। इसमें सबसे महत्वपूर्ण होता है माटी अक्षरा। इसमें प्रकृति घमरी, पुरुष पाक पुरुष स्थान में होते हैं। इसमें कुछ आंचलिक हस्त भी होते हैं जैसे मुजरा हस्त, पल्लव हस्त, बंशीहस्त, शशक हस्त आदि। 14 प्रकार की घमरी होती है। इस नृत्य की खास बात यह है कि इसमें आर्क शेष को मेटल रखना होता है। अन्य शास्त्रीय नृत्यों की भांति पताका हस्त का प्रयोग नाट्यारंभ में होता है। सभी शास्त्रीय नृत्य मंदिरों से आए हैं एवं सभी में बंदना से नृत्य का प्रारंभ होता है। इसी तरह सत्रिय नृत्य में भी प्रारंभ बंदना से ही होता है। उसके बाद शुद्ध नृत्य रामदानी, पुरुष स्थान में नाहु भंगी जिसमें नाद को अलग करना होता है। अलग भंगी से प्रस्तुत-शुभरा, साली नृत्य शुद्ध नृत्य की प्रस्तुति होती है। अभिनय में श्री शंकर देव और माधव देव ने (फीमेल) 12 अंकिया नाट लिखे थे उन्हीं से अभिनय की उत्पत्ति हुई है कीर्तन घोपाल नाम कीर्तन आदि से भी अभिनय की प्रस्तुति होती है। अंकिया नाट में पारिजात हरण, कालिया मर्दन, राम विजय आदि 12 अंक हैं। कीर्तन में कृष्णकका वृंदावन के वर्णननामूलक, माखन चोरी आदि अभिनय प्रस्तुत करते हैं। नृत्य तीव्र लय में चलता होता है।

कथक नृत्य आदि में मंच पर उपज होती है, जबकि इस नृत्य में ऐसा नहीं होता। इस नृत्य में 'हाली' का प्रदर्शन किया जाता है जिसमें हाथ के साथ झुकाव लास्य प्रधान नृत्य होते हैं। इसको कोमल तांडव बोला जाता है श्री कृष्ण के अभिनय की प्रस्तुति के लिए किया जाता है। अन्य शास्त्रीय नृत्यों की भांति इसमें भी एकाहार्य में अलगअलग पात्रों को - म की भिन्नभिन्न इसमें महत्वपूर्ण होती है। शुद्ध नृत्य से प्रारंभ करते हैं बंदना या संस्कृत श्लोक प्रस्तुत किया जाता है। आसा के बाद नमस्कार या प्रणाम करते हैं, जिसमें हृदय से एक कमल भगवान को समर्पित करने का अभिनय करते हैं। इसमें हस्त करण का प्रयोग भी होता है आबेष्टित, उद्वेष्टित, ल्बर्तित, परिवर्तित इनका बहुत प्रयोग होता है। इसमें सूता ताल (तिख जाति) भुकुनी ताल (चतस्र जाति) का प्रयोग होता है। इस नृत्य में रस प्रयोग और नाचिका भेद का भी प्रयोग होता है। यह नृत्य भक्ति परंपरा से संबंधित है इसलिए भागवत या भगवान के आत्म्य रूप के सामने नार पट्ट में यह नृत्य करते हैं।

डॉ. देविका बोरठाकुर

## नृत्य के आराध्य देव

सभी नृत्य अष्ट्यात्म से जुड़े हैं, एवं देवी देवताओं की आराधना से जुड़े हैं। विभिन्न मंचों पर हम उन्हें देखते हैं। चिंतन का विषय यही है कि जब मंदिरों में भगवान की सेवा पूजा में यह नृत्य करते होंगे तो कितना समर्पण होता होगा। अभी एक और नृत्य शास्त्रीय नृत्यों में जुड़ने वाला है 'छऊ नृत्य' जो अभी तक अर्धशास्त्रीय नृत्य माना जाता है। छऊ नृत्य तीन तरह का होता है, जो कि मार्शल आर्ट जैसा है। संगीत के जन्मदाता आदि देव भगवान शिव शंकर हैं, जिनकी रावण ने शिव तांडव में स्तुति की है। डमरु हाथ में इस बात का द्योतक है कि वे वाद्य विशारद हैं तांडव नृत्य करते हैं नृत्य विशारद हैं। मां पार्वती के लास्य और भगवान शिव के तांडव से सारे नृत्यों की उत्पत्ति हुई। तालों का जन्म भी शिवजी से हुआ ताल शब्द भी उन्हीं की देन है

पंचम वेद में आचार्य भरत ने एक सामाजिक व्यवस्था को जन्म दिया। इसमें नाट्य, गीत, वाद्य को स्थापित किया।

"गीतं वाद्यम तथा नृत्यं त्रयं संगीतं मुच्यते"

गायन वादन एवं नृत्य तीनों को समाहित करके ही संगीत कहा जाता है। बिना वादन के गायन नहीं, बिना गायन के वादन पूर्ण नहीं होता, नृत्य के साथ गायन वादन ना हो तो संपूर्ण नहीं होता इसका यही संदेश है कि समन्वय बनाना जरूरी है। मानव मात्र से प्रेम करना चाहिए एवं सामंजस्य रखना चाहिए।

तांडव नृत्य जहां चंडिका करती हैं (भवानी), वहां कामदेव नजदीक नहीं आ सकते अर्थात् हमारी सांसारिक वृत्तियां नहीं आ सकती। यदि शास्त्रों से अलग देखें तो शिव जी, गणेश जी ने भू दुंदुभी नामक वाद्य बनाया। भगवान श्री कृष्ण तो संपूर्ण संगीत हैं नृत्य करें तो रास नृत्य महारास, बांसुरी का वाद्य वादन करते हैं। रामशंकर पागल दास जी ने अपनी तबला कौमुदी में कहा है जब भगवान श्री कृष्ण ने कालिया मर्दन किया तब फन पर नृत्य करते हुए पदाघात से तालों की सृष्टि हुई। उनसे बड़ा न कोई राजनीतिज्ञ और न नर्तक न मैनेजमेंट करने वाला। ऐसा विराट व्यक्तित्व है उनका। भगवान श्री कृष्ण की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण है। गुरु शुक्याचार्य ने लिखा है नर्तक विविध रूप धारण कर सकता है राधा से मिलने जाते हैं तो चूड़ी वाले का वेश बनाकर, और भी कई रूप धारण करते हैं। ऐसे विराट व्यक्तित्व की शरण में जाने से ही कल्याण होगा। यही आज के वेबीनार का निष्कर्ष है।

पं श्री देवेन्द्र वर्मा.



## भाव भंगिमा पूर्ण अभिव्यक्ति ही नृत्य है : डॉ. अहिरवार

सागर, 07 जुलाई 2020 मानवीय शारीरिक कलाओं की भावभंगिमा पूर्ण रसमय अभिव्यक्ति ही नृत्य है। नृत्य की विधा प्रगतिहासिक काल से प्रारंभ होती है। उक्त उद्गार शासकीय स्वशासी कन्या स्नातकोत्तर उत्कृष्टता महाविद्यालय सागर के प्राचार्य डॉ. बी.डी. अहिरवार ने नृत्य विभाग द्वारा आयोजित एक दिवसीय राष्ट्रीय वेबीनार में संरक्षक के रूप में बोलते हुये व्यक्त किये। आपने कहा कि नृत्य कला जाति, समाज, धर्म से परे है। वैदिक काल में नृत्य शारीरिक अभ्यास एवं आरोग्य रखने की विधा थी। नृत्य आनंद की अभिव्यक्ति के साथ-साथ आराधना तथा शत्रु पर विजय प्राप्ति का माध्यम भी नृत्य है। वेबीनार का शुभारंभ माँ सरस्वती के पूजन से हुआ, वेबीनार सचिव डॉ. प्रेमकुमार चतुर्वेदी ने वेबीनार आयोजन पर विस्तृत चर्चा की। वेबीनार मार्गदर्शक डॉ. शक्ति जैन प्राध्यापक अर्थशास्त्र ने वेबीनार की उपयोगिता पर प्रकाश डाला। वेबीनार मार्गदर्शक डॉ. संजय खरे सह प्राध्यापक समाजशास्त्र ने आयोजन में शामिल सभी वक्ताओं को शुभकामनायें दीं। मंच संचालन करते हुए नृत्य विभागाध्यक्ष डॉ. अर्पणा चाचौदिया ने कहा कि इस वेबीनार के माध्यम से हम आज भारत के विविध शास्त्रीय नृत्यों से एक ही प्लेटफॉर्म पर परिचित हुये हैं। भारत के विख्यात कला विशेषज्ञों को न केवल सुनने बल्कि उनका प्रायोगिक पक्ष भी देखने का अवसर मिला। आदर्श संगीत महाविद्यालय की प्राचार्य श्रीमती रागिनी श्रीवास्तव ने कथक नृत्य का विस्तृत परिचय देते हुये आधुनिक स्वरूप एवं विविध घरानों के नवीन प्रयोगों की अवधारणा पर प्रकाश डाला। डॉ. हरीसिंह गौर केन्द्रीय वि.वि. सागर के संगीत विभाग के सहायक प्राध्यापक डॉ. अवधेश प्रताप सिंह तोमर ने संगीत के अभिन्न एवं आवश्यक अंग नृत्य को अभिनय एवं नाट्य के गायन वादन से समन्वय का प्रतीक बताया। गायन वादन एवं नृत्य में सर्वाधिक स्वास्थ्य एवं चिकित्सीय लाभ नृत्य से होता है।

तिरुपति से भरत नाट्यटम की कलाविद् डॉ. हेमाविन्दु ने भरत नाट्यटम के तकनीकी पक्ष पर विस्तृत चर्चा करते हुये मण्डलभेद, चारी, अरमण्डी, हस्तमुद्रा आदि को प्रायोगिक रूप से भी समझाया। बेंगलुरु की कुचिपुडी के कला मर्मज्ञ डॉ. बसंत किरण ने कुचिपुडी नृत्य में प्रस्तुति दी और कहा कि कुचिपुडी एक ग्राम का नाम है, कुचिपुडी एवं कथकली एक नाट्य पद्धति है इसलिए इनमें नाट्य शास्त्र के अंगों का प्रतिपालन अधिक होता है। भुवनेश्वर से ओडिसी नृत्य की विदुषी सुजाता महापात्रा ने ओडिसी नृत्य के प्रस्तुति क्रम की जानकारी देते हुए कहा कि कम समय में किस प्रकार से अच्छा प्रदर्शन किया जाये यह एक कला है। आपने ओडिसी नृत्य के सिद्धांत को प्रदर्शन के साथ बखुबी समझाया। डॉ. हरीसिंह गौर केन्द्रीय वि.वि. सागर के संगीत विभाग के तबला के सहायक प्राध्यापक डॉ. राहुल स्वर्णकार ने नृत्य में ताल के महत्व पर प्रकाश डालते हुये कहा कि नृत्य को देखकर ताल की संगति दी जाती है न कि सुनकर अभिनय को बजाना ही नृत्य की संगति है। वनस्थली विद्यापीठ राजस्थान से प्रो. वंदना चौबे ने मणिपुरी नृत्य के उद्भव एवं विकास के बारे में विस्तृत रूप से जानकारी दी। मणिपुरी नृत्य की प्रसिद्ध रास नृत्य के अध्यात्म एवं अन्य नृत्य जैसे लाई हरोबा, चाली, भंगी-परंग आदि नृत्यों के बारे में भी जानकारी प्रदान की। पुणे से डॉ. देविका बोर ठाकुर ने सत्रिय नृत्य में पुरुष स्थान एवं स्त्री स्थान को प्रायोगिक रूप से दिखाया। माटी अखरा में पुराने योगाभ्यास के मिश्रण के बारे में बात की। उन्होंने बताया कि अन्य शास्त्रीय नृत्यों की भांति सत्रिय नृत्य का प्रारंभ भी स्तुति से होता है, उसके बाद शुद्ध नृत्य फिर अभिनय होता है।

दिल्ली से कथक नृत्य की विदुषी नंदिनी सिंह ने कथक नृत्य को मानचित्र पर समझाते हुये कहा कि कथक एक सहज नृत्य है। ताल और लय की बंदिशों में रहते हुये भी यह खुला नृत्य है। आपने कथक नृत्य के प्रस्तुति क्रम पर विशेष चर्चा की और नृत्य का प्रायोगिक रूप से प्रदर्शन करके इसके विभिन्न अंगों को सूझता से समझाया। दिल्ली के वरिष्ठ संगीतज्ञ पं. देवेन्द्र बर्मा ने सभी वक्ताओं के वक्तव्यों का समाहार करते हुये बताया कि कथक एक जाति है उस जाति के लोगों का काम गायन, वादन, नृत्य है जिस नृत्य को बाद में कथक नृत्य की मान्यता मिली। इस जाति का क्षेत्र जयपुर, यू.पी.का पूर्वी भाग के कुछ गांव हैं, जिसमें जयपुर घराना, लखनऊ घराना, बनारस घराना व राजगढ़ घराना प्रमुख हैं। वेबीनार के सहसंयोजक डॉ. हरिओम सोनी विभागाध्यक्ष संगीत ने इस राष्ट्रीय वेबीनार को अत्यंत महत्वपूर्ण एवं छात्र उपयोगी सिद्ध करते हुये बताया कि आज दिनभर छात्र-छात्रायें एवं कला मर्मज्ञ बड़ी संख्या में जूम एप तथा फेसबुक पर जुड़े रहे एवं उन्होंने जिज्ञासाओं का समाधान भी पाया।

एक्सीलेंस गर्ल्स कालेज सागर द्वारा आयोजित इस राष्ट्रीय नृत्य वेबीनार में डॉ. इला तिवारी, डॉ. रेखा बखशी, डॉ. पदमा आचार्य, डॉ. भावना यादव, श्री दिनेश कुमार पाण्डेय, श्री पुष्पेन्द्र पाण्डेय, श्री अभिषेक दुबे सहित महाविद्यालय के समस्त प्राध्यापक एवं छात्रायें ऑनलाईन जुड़े रहे। इस वेबीनार में देश के 12 राज्यों से 740 प्रतिभागियों ने रजिस्ट्रेशन कराया एवं भाग लिया।

# दैनिक भास्कर

आप पढ़ रहे हैं देश का सबसे विश्वसनीय और नंबर 1 अद्यतन

कुल पृष्ठ 12+4-16, मूल्य ₹ 4.50 (महंगा आज़) | वर्ष 14, अंक 266, नगर

सागर, बुधवार 8 जुलाई, 2020

श्रावण कृष्ण पक्ष - 3, 2077

## कम समय में अच्छा प्रदर्शन करना एक कला है : महापात्रा

एक्सलेंस गल्स डिग्री कॉलेज में संगीत विभाग का राष्ट्रीय वेबीनार

सागर संवाददाता | सागर

कम समय में अच्छा प्रदर्शन करना एक कला है। यह कला बड़ी मेहनत, लगन और अभ्यास के बाद आती है। यह बात अंतरराष्ट्रीय ऑडिसी नृत्यांगना सुजाता महापात्रा ने कही। वे मंगलवार को एक्सलेंस गल्स डिग्री कॉलेज के संगीत विभाग द्वारा आयोजित राष्ट्रीय वेबीनार को संबोधित कर रही थीं। उन्होंने ऑडिसी नृत्य के

प्रस्तुति क्रम को जानकारी दी। साथ ही नृत्य के सिद्धांत को प्रदर्शन के जरिए समझाया।

तिरुपति से भरत नाट्यटम की कलाविद् डॉ. हेमाविन्दु ने मण्डलभेद, चारी, अरम्भुडी, हस्तमुद्रा नृत्य शैली को प्रायोगिक रूप से समझाया। बंगलुरु के कुंचिपुरी के मर्मज्ञ डॉ. बसंत किरण ने कहा कि कुंचिपुरी एक ग्राम का नाम है। कुंचिपुरी एवं कथकली एक नाट्य पद्धति है। इसलिए इनमें नाट्य शास्त्र के अंगों का प्रतिपालन अधिक होता है। प्राचार्य बीटी अहिरवार ने कहा कि भारतीय शारीरिक कलाओं की भावभंगिमा

पूर्ण रसमय अभिव्यक्ति ही नृत्य है। आदर्श संगीत महाविद्यालय की प्राचार्य रागिनी श्रीवास्तव ने कल्पक नृत्य का परिचय देते हुए आधुनिक स्वरूप एवं विविध धरानों के नवीन प्रयोग बताए। डॉ. हरीसिंह गौर केन्द्रीय विधि के डॉ. अवधेश प्रताप सिंह तोमर ने कहा कि गायन, वादन एवं नृत्य में सर्वाधिक स्वास्थ्य एवं चिकित्सीय लाभ नृत्य से होता है। तबला सहायक डॉ. राहुल स्वर्णकार ने कहा कि नृत्य को देखकर ताल की संगति दी जाती है न कि सूत्रकार। वनस्थलि विद्यापीठ राजस्थान की प्रो. ब्रह्मदा शैले ने यमपुरी नृत्य के उद्भव एवं विकास के बारे में

बताया। पुणे से डॉ. डॉबिका ठाकुर ने शास्त्रीय नृत्य में पुरुष एवं स्त्री स्थान को प्रायोगिक रूप से दिखाया। दिल्ली से कल्पक नृत्य की विद्युती मदिनी सिंह, दिल्ली के संगीतज्ञ पं. देवेन्द्र वर्मा ने भी अपने विचार रखे।

वेबीनार में डॉ. प्रेमकुमार चतुर्वेदी, डॉ. शक्ति जैन, डॉ. संजय खरे, डॉ. अर्चना च्यावरिया, डॉ. हरिओम सोनी, डॉ. इला तिवारी, डॉ. रेखा बख्शी, डॉ. पद्मना आचार्य, डॉ. ध्यान पादव, दिनेश कुमार पाण्डेय, प्रमोद पाण्डेय, अभिषेक दुबे सहित 12 सदस्यों से 740 प्रतिभागियों ने सहभागिता की।

# पत्रिका

वेबीनार | य एच सुरेशु जागति | सागर, बुधवार, 08 जुलाई, 2020 | श्रावण कृष्ण पक्ष तृतीया संवत् 2077

## भाव भंगिमा पूर्ण अभिव्यक्ति ही नृत्य है: डॉ. अहिरवार

वैदिक काल में नृत्य शारीरिक अभ्यास एवं आरोग्य रखने की है विद्या

पत्रिका न्यूज नेटवर्क  
patrika.com

सागर मानवीय शारीरिक कलाओं की भावभंगिमा पूर्ण रसमय अभिव्यक्ति ही नृत्य है। नृत्य की विद्या प्रागैतिहासिक काल से प्रारंभ होती है। उक्त उच्चतर शासकीय स्वशासी कन्या स्नातकोत्तर उत्कृष्टता महाविद्यालय सागर के प्राचार्य डॉ. बीटी अहिरवार ने नृत्य विभाग द्वारा आयोजित एक दिवसीय राष्ट्रीय वेबीनार में कही। उन्होंने कहा कि नृत्य कला जाति, सम्प्रदाय, धर्म से परे है। वैदिक काल में नृत्य शारीरिक अभ्यास एवं आरोग्य रखने का विद्या थी। नृत्य आनंद की अभिव्यक्ति के



साथ-साथ आराधना तथा शत्रु पर विजय प्राप्ति का माध्यम भी नृत्य है। वेबीनार मार्गदर्शक डॉ. शक्ति जैन प्राध्यापक अर्थशास्त्र ने वेबीनार की उपयोगिता पर प्रकाश डाला। वेबीनार मार्गदर्शक डॉ. संजय खरे सह प्राध्यापक समाजशास्त्र ने आभोजन में शामिल सभी बच्चों को शुभकामनाएं दीं।

मंत्र संचालन करते हुए नृत्य विभागाध्यक्ष डॉ. अर्चना च्यावरिया ने कहा कि इस वेबीनार के माध्यम से हम आज भारत के विविध शास्त्रीय नृत्यों में एक ही प्लेटफॉर्म पर परिचित हुए हैं। भारत के विख्यात कला विशेषज्ञों को न केवल सुनने बल्कि उनका प्रायोगिक पक्ष भी देखने का अवसर मिला।

आदर्श संगीत महाविद्यालय की प्राचार्य श्रीमती रागिनी श्रीवास्तव ने कल्पक नृत्य का विस्तृत परिचय देते हुए आधुनिक स्वरूप एवं विविध धरानों के नवीन प्रयोगों की अवधारणा पर प्रकाश डाला।

डॉ. हरीसिंह गौर केन्द्रीय विधि, सागर के संगीत विभाग के सहायक प्राध्यापक डॉ. अवधेश प्रताप सिंह तोमर ने संगीत के अभिन्न एवं आवश्यक अंग नृत्य को अभिन्न एवं नाट्य के गायन वादन से सम्बन्ध का प्रतीक बताया। गायन वादन एवं नृत्य में सर्वाधिक स्वास्थ्य एवं चिकित्सीय लाभ नृत्य से होता है।

## (2) One Day National Webinar "Role of Sports Activities on Health and Changing Lifestyle : Pandemic 2020" Date : 14.07.2020



### International Webinar on Role of Sports Activities on Health and Changing Lifestyle : Pandemic 2020

Organized by - Department of Sports  
Govt. Autonomous Girls P.G. College of  
Excellence, Sagar (M.P.)



**Dr. L.L. Kori**  
Additional Director  
Higher Education Sagar Division  
Chief Patron

**Dr. B.D. Ahirwar**  
Principal-Govt. Autonomous  
Girls College Sagar  
Patron

**Dr. Monika Hardikar**  
Sport Officer  
Convener

**Dr. S.K. Gupta**  
Professor  
Co-Convener

**Dr. Anjana Nema**  
Associate Professor  
Moderator

**Dr. Rajendra Singh**  
Ex Director  
Physical Education  
Jiwaji University Gwalior

**Dr. Rakesh Tomar**  
Associate Professor-King Fahd University of  
Petroleum and Minerals, Dhahran, Saudi Arabia

**Dr. Renu Bala Sharma**  
Professor  
Govt. Girls College Bina

**Dr. Dhinu M.R.**  
Head Dept. of Physical Education,  
Sree Sankaracharya University of Sanskrit,  
Kalady, Kerala

**Himanshu Giri**  
Psychotherapist  
Sigmund Freud University  
Vienna Austria

**Dr. Nidhi Agrawal, R.D.N**  
Corporate Dietitian -Ocean Health Care  
New Jersey USA

**Link for Registration : <https://forms.gle/CeXaMq3THxgHHjeSA>**

**Follow this link to join my WhatsApp group :  
<https://chat.whatsapp.com/CEGwejHuDbaEnK600Saso5S>**

**14th July 2020  
Tuesday  
Time - 1 pm to 6 pm**

**Govt. Autonomous Girls P.G. College of Excellence Sagar**  
**REPORT OF THE ONE DAY INTERNATIONAL**  
**WEBINAR- 2020**

One day International Webinar has been organized by Sports Department of Government Girls P.G. College of Excellence, Sagar. on the topic “Role of Sports Activities on Health and Changing Lifestyle Pandemic 2020” On 14 July 2020. Around 1065 participants of various Colleges and Universities have attended this webinar on zoom app and you Tube. Many participant have appreciated this webinar as very useful and beneficial, having wonderful discussion, excellent PPT. Participants have highly admired and given very motivational and impressive comments.

Rational of the webinar:-Due to this pandemic, people are all going through adverse conditions, due to stress and anxiety cases of mental and physical health were increasing, people with problems like blood pressure, obesity, diabetes cardiovascular diseases etc. were more prone to COVID -19 with low immunity and faced more challenges towards health.

Medical experts were continuously talking about boosting the immunity through physical activity, proper rest, nutritious diet, yoga and meditation. Therefore this webinar was designed to cover all these areas to promote good health and better lifestyle during pandemic.

Physical activity improves our health and reduces the risk of developing several diseases and can have immediate and long term health benefits .Most importantly regular activity can improve the quality of life.

There is a direct relationship between the diet, physical activity, and health. Nutrition is a key player when it comes to physical, mental and social well-being and it’s important for preventing diseases. Lifestyle factors also determine well-being of a person and also reduce the magnitude of mortality and morbidity. One of those factors is physical activity, sedentary lifestyle is usually associated with an increased risk of chronic disease, loss of movement and decreased immune health, to prevent this, physical activity and movement is extremely important and necessary.

Stress and anxiety cases are rising with the current pandemic and it can lower your immune response. Exercising releases chemicals in your brain such as Serotonin and Endorphins which can improve the mood reduce the risk of depression and cognitive decline and delay onset of dementia.

Yoga also plays an important role in our lives, it helps in controlling an individual’s mind, body and soul it brings together physical and mental disciplines to achieve a peaceful body and mind it helps to manage stress and anxiety and keeps mind relaxed. It also helps in increasing flexibility, muscle strength and body tone. As well as games and sports play an important role in our

education system as they help in the mental and moral development of a student. With thoughts of such academician and eminent speakers involved in this Webinar, we are sure that it has been a very useful, beneficial and informative academic event that concludes with concrete results for betterment and benefit of Human Society.

The Chief Patron of the webinar is Dr. L.L. Kori , Additional Director, Higher Education, Sagar Division and Parton Dr. B.D. Ahirwar , Principal of the College. Convener and sports officer Dr. Monika Hardikar ,Co- Convener Dr. S.K. Gupta, Professor, Department of Psychology and Moderator Dr. Anjana Nema Associate Professor, Home Science Department.

Eminent Speakers

| <b>Name of the Speaker</b> | <b>Designation</b>                        | <b>Address</b>  | <b>Topic of Speech</b>   |
|----------------------------|---|---|--|
| Prof. Rajendr Singh        | Retired Director                          | Retired Director of Physical Education<br>Jiwaji University GWALIOR<br>M.P.<br>E-mail -<br><a href="mailto:rajendersingh@yahoo.com">rajendersingh@yahoo.com</a> | Mental Health and Physical Fitness in Present Scenario                     |
| Dr. Rakesh Tomar -         | Associate Professor<br>Physical Education | King Fahd University of Petroleum and minerals Dhahran<br>Saudi Arabia  | Sports Culture in Higher Education :An effective Tool for Active Lifestyle |
| Prof.Renubala Sharma       | Professor Home Science                    | Govt P G Girls College Bina M P<br>Email: <a href="mailto:renubala_04@yahoo.in">renubala_04@yahoo.in</a>  | Roadmap of Health and Wellness   |
| Mr Himanshu Giri           | Psychotherapist                           | University of Vienna Austria  | Mindfulness of Sports  |
| Dr Dheenu M R              | HOD Physical Education                    | S S University of Sanskrit Kalady<br>Kerala   | Rehabilitation Interventions During COVID 19                               |
| Dr Madhuri Singhal         | Professor<br>Chemistry                    | Govt M V M college Bhopal   | Science behind Yoga Meditation and Pranayam                                |
| Dr Nidhi Agarwal           | Corporate Dentition<br>Ph D RDN           | Ocean Health New Jersey<br>USA  | COVID19 Nutrition and Immunity Boosters                                    |

Dr. Rajendra Singh- Mental health and physical health Fitness in Present Scenario

Dr. Rajendra Singh Sir has mentioned exercise is medicine it is a global iterative to establish physical activity as a standard in health care. He gave guidelines for children, Adolescent, Man, Woman and Elderly to do exercise.

Most common causes of death are due to inactivity, heart disease, cancer, stroke, diabetes, essential hypertension and hypertensive renal diseases.

Key Takeaways,

1. Facilities to open Gyms in all locations in India for free access to public.
2. Inclusion of credits for fitness to motivate youth in Education Institutions.
3. Recruitment and retention of Physical Education in schools, colleges and universities.

Dr. Rajesh Tomar:-Sports Culture in Higher Education: An Effective Tool for Active Lifestyle

Sport is not just sports

It is a science,

Dr. Tomar sagest about sports culture in universities. Sustainable development of sports culture is only possible if sports is prioritized and emphasized at universities and college. we have change this approach and this can be achieve by development and promotion of sports culture in universities .Sports and sporting activities actually reflect characteristic of society therefore traditional and local games can help to create sports culture in universities.

Key Takeaways,

1. We need to boost major International Tournament at universities. We have to develop universities as a hub of International events.
2. Mass participation and reach to each student is necessary to develop Sports Culture in universities.

He told sports is not just sports

It's a science; it's an Art, its philosophy.

Understanding of psychology

Understanding of mechanics

it's a business, management.

Dr.Tomar said "Let the 21 st century be the century of university sports"

We need to promote and spread this idea and topped one of the largest untapped reservoirs of talents available in Indian universities.

Dr. Renubala Sharma - Roadmap of Health and wellness.

Dr Renubala sharma in his lecture explained how we can improve our health during this Pandemic. She has elaborate health is state of complete harmony of the body, mind and spirit. When one is free from physical disabilities and mental distractions the gates of the soul open.

She told total person concept of wellness emotional, spiritual physical, social and intellectual all 5 dimensions are equally important to the total well- being of the individual.

Mindful eating is another impotent factor is maintaining an in the moment awareness of the food and drink you put in to your body, observing rather than judging how the satisfaction and fullness.

Sports have an immense impact on a person's daily life and health. They do not just give you an interesting routine but also a healthy body.

Key Takeaways,

1. Good personality arises from healthy body and mind.
2. Healthy mind can be achieved by preventing accumulation of complexes in Mind.
3. Non- reactive self observation de- stressed the mind
4. This is possible through several.
5. Intellectual analysis, mindful eating yoga, exercise, devotion and meditation.

Himanshu Giri - Mindfulness of Sports

Speaker Himanshu Giri delivers his lecture on mindfulness in sports. Players how can control our emotion, feeling and behavior.

Key Takeaways,

1. Practice being in your body.
2. Practice tasting your food.
3. Practice doing one task at a time.
4. Practice paying attention to what you do.

Dr. Dhinu M.R. - Rehabilitation in terventions during Covid - 19

Dr. Dhinu gave the guidelines in his speech to do the exercise during this pandemic.

Guidelines for exercise –

1. Avoid prolonged period of sitting.
2. Walking/ jogging /running and aim to involve in 150 minutes of physical activity
3. Slow bouts of high intensity exercise.
4. The idea is to move more.

## Exercise Intensity-

Intensity is probably the most important element of your workout because when you workout at a sufficient intensity, your body grows stronger and you see the changes in your body weight, fat percentage, endurance and strength.

## Workout Zones-

1. Low intensity 40%-50% of maximum heart rate.
2. Moderate intensity 50%-70% of maximum heart rate.
3. High intensity 70%-85% of maximum heart rate.

Dr. Madhuri Singhal- Topic- Science behind Yoga, Meditation and Pranayam.

Dr. Madurai explains the benefits of yoga and meditation, how you can reduce your stress level through meditation.

## Key Takeaways,

1. Rest and alertness together.
2. Hormones responsible for good emotions are released.
3. Meditation is the killer of stress.
4. It controls mind and keeps it in the present moment.
5. It is responsible for hormones that create happiness and joy.

Dr. Nidhi Agarwal- Covid-19 – Nutrition and Immunity Boosters

How we can improve our immunity with good Nutrition and exercise .She explain prevention of risk of corona vitreous and manage chronic illnesses as well as maintain a normal body weight through a balanced diet.

## Key Takeaways,

1. Good nutrition is essential to a strong immune system.
2. It helps prevent from seasonal illness and other health problem.
3. Variety of nutrition is needed to help support the immune system.

She explains immunity boosters

1. Photo chemicals

2. Super foods

3. Antioxidants

Recommendations: All forms of physical activity play a major role in enhancing immune functions, resulting in lowered risks of being infected as well as quicker recovery if becoming infected. However being physically and mentally active during the pandemic COVID 19 is challenging due to restrictions.

It is still vital to continue daily life with regular movements in order to remain fit and active. To benefit overall health and wellbeing WHO has suggested at least 150 minutes of moderate intensity physical activity per week. At least 30 minutes per day and 5 days per week.



Vigorous intensity exercise should be avoided. It may suppress certain aspect of immune function.

We should learn how to use lifestyle as a drug for better health. Simple changes in eating, sleeping, talking, moving, thinking; it works the most performed ways. Immunity is the first and the last line of defense in our body. Immunity is the smartest intelligence that already exists in our body and we have to keep on boosting its power and function.

Investing in immunity and it is not something that develops overnight, therefore its an investment that you will reap benefit from in future.

## (3) One Day International Webinar "Bharat Ke Sanskratik Vaibhav" Date : 20 & 21.07.2020



International Webinar

# भारत के सांस्कृतिक वैभव

॥ एक भारत श्रेष्ठ भारत परियोजनान्तर्गत ॥

20,21 July 2020

शास.स्वशासी कन्या स्नातकोत्तर उत्कृष्टता महाविद्यालय,  
सागर (म.प्र.)

❖❖ भारत की सांस्कृतिक विरासत समृद्ध एवं सुदृढ़ होने के साथ विज्ञान से भी तादात्म्य स्थापित होने का प्रमाण देती है। भारतीय संस्कृति का स्वरूप बहुत विस्तृत एवं विशाल है एवं प्रत्येक क्षेत्र की अपनी सांस्कृतिक विशेषताएं हैं। यह वास्तविकता है कि भारत के ही एक क्षेत्र के लोग दूसरे क्षेत्र की संस्कृति से अनभिज्ञ होते हैं।

विभिन्न भारतीय क्षेत्रों की संस्कृति आपस में बात करे एवं संबंध स्थापित हो इस हेतु उच्च शिक्षा में केन्द्र सरकार द्वारा एक महत्वपूर्ण एक भारत श्रेष्ठ भारत परियोजना संचालित की जा रही है, जिसमें सरकार द्वारा चयनित दो क्षेत्रों में सांस्कृतिक आदान-प्रदान की गतिविधियां संचालित की जाती हैं। इस योजनान्तर्गत शास. स्वशासी कन्या स्नातकोत्तर उत्कृष्टता महाविद्यालय को नागालैण्ड के कोहिमा कालेज के साथ संबद्ध किया गया है। यह अन्तर्राष्ट्रीय वेबीनार भी उसी योजना का एक प्रयास है जिसमें विद्वान वक्ताओं द्वारा पूर्वोत्तर राज्यों की सांस्कृतिक परम्पराओं एवं मध्य भारत की सांस्कृतिक परम्पराओं पर चर्चा की जाएगी। आप जुड़िएगा..... ❖❖



Dr. Arubala Reddy  
Texas



Dr. Abhilasha Choubey  
Dubai UAE



Medoseno Genevieve Thapo  
Prof. Environmental Science  
Kohima



डॉ. बी. डी. अहिरवार  
प्राचार्य / संरक्षक



Seneli Apon Rengma  
Prof. Sociology  
Kohima



Dr. C. K. Wagh  
Abhanpur Chaag.



डॉ. अंजना चतुर्वेदी  
समन्वय



डॉ. रमि दुबे  
आयोजन सचिव



डॉ. अरविन्द बोहरे  
माहिर



Dr. Suresh Acharya  
Sagar M.P.



Subhash Chandra  
Varanashi U.P.

रंगा अपकरोट

## International Webinar



# भारत के सांस्कृतिक वैभव

॥ एक भारत श्रेष्ठ भारत परियोजनान्तर्गत ॥

20,21 July 2020

शास.स्वशासी कन्या स्नातकोत्तर उत्कृष्टता महाविद्यालय, सागर (म.प्र.)

### संवाद

20 जुलाई 2020

1. श्री सुभाषचंद्र यादव - भारत की प्राचीन धरोहर  
श्रेतीय पुरातत्व अधिकारी, वाराणसी उ.प्र.
2. सेनेली अपोन रेंगमा - संस्कृति - मूल्य एवं विश्वास  
सहा.प्रा.समाजशास्त्र कोहिमा कॉलेज  
कोहिमा, नागालैंड
3. डॉ.अभिलाष चौबे - भारतीय लोकचित्र शैली - भाषा और रंग  
Indian School Dubai, UAE

### संवाद

21 जुलाई 2020

1. डॉ.अरुबाला रेड्डी - भारतीय संस्कृति आज के विज्ञान में  
Professor Research & nutritional Science  
Texas Technical University, Texas
2. डॉ.चंद्रकांत वाघ - भारतीय लोक गृत्य एवं लोक संगीत  
चिकित्सक एवं संस्कृतिकर्मी
3. मेडोसेनो जेनेवीव थापो - पूर्वोत्तर राज्यों के लोकोत्सव  
प्रा. पर्यावरण, कोहिमा  
कॉलेज, नागालैंड
4. डॉ.सुरेश आचार्य - लोक साहित्य परम्परा  
पूर्व विभागाध्यक्ष  
डॉ. हरीसिंह गौर वि.वि., सागर



आयोजन समिति

डॉ.निशा इंदगुक्त, डॉ.नरेन्द्र सिंह ठाकुर, डॉ.अर्पणा चाचोदिया

डॉ. लिलि अंगामी, कोहिमा कालेज कोहिमा

**(4) One Day National Webinar "21st Century : Research Innovations in Life Sciences in Relation to Human Welfare" Date : 21.07.2020**

*International Webinar on*

**21<sup>ST</sup> CENTURY: RESEARCH INNOVATIONS IN LIFE SCIENCES  
IN RELATION TO HUMAN WELFARE**

**Date: July 21, 2020**  
**Time: 11.30am – 4.30pm**

**Organized by –**  
**Department of Botany and Zoology**  
**Govt. Autonomous Girls P.G. College of Excellence, Sagar**  
**(M.P.)**



**Dr. B. D. Ahirwar**  
Patron and Principal





**Dr. Ela Tiwari**  
Convener



**Dr. Sunita Singh**  
Academic Secretary



**Dr. Pratima Khare**  
Organizing Secretary

Respected Sir/Madam,

Greetings from Department of Botany and Zoology,  
Government Autonomous Girls PG College, Sagar, M.P. (NAAC Grade 'A').  
We delightfully take a great privilege to organize International webinar on  
"21<sup>st</sup> Century: Research Innovations in Life Sciences in Relation to Human  
Welfare". This webinar aims to provide a platform for delegates,  
researchers and faculty members to share and grasp scientific knowledge  
in this pandemic era of Covid-19. Thus, this webinar focuses on such fields  
which are/will be useful for the participants to express and gain knowledge  
and to get updated with latest research, tools and techniques of modern  
science.

**The major subthemes are:**

|                              |                                       |                                |
|------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------|
| <i>Molecular Biology</i>     | <i>Biotechnology</i>                  | <i>Microbiology</i>            |
| <i>Biochemistry</i>          | <i>Environmental Sciences</i>         | <i>Pharmaceutical Sciences</i> |
| <i>Drug Development</i>      | <i>Ethno Botany</i>                   | <i>Biomedical Sciences</i>     |
| <i>Developmental biology</i> | <i>Effect of Corona on atmosphere</i> | <i>Nanotechnology</i>          |

Instrumentation is a procedure in which students learn about electronic circuits, diagram, their principles, constructional workings etc. It will be helpful to understand the complexity of electronic circuits. It will help to focus on mental development of students about instrumentations. It is useful to understand the principles, construction, circuitry and mechanism of different types of circuits and instruments for self-employment in the field of electronics. It identifies problems which occurs in our daily life like electronic instruments, for example, washing machine, fan, mixer-grinder, T.V. remote, electric board, charger can be repaired by using the electronic techniques. This workshop will be beneficial for the students of physics.

### **Schedule :**

- |             |   |          |   |   |
|-------------|---|----------|---|---|
| 17 Feb 2020 | - | 12:30 PM | - | Inauguration, Chief Guest Lecture,                            |
|             |   | 01:30 PM | - | Technical Session by Dr. S.K. Vijay & Dr. Chandrakanta        |
|             |   | 03:00 PM | - | Demonstration of Instruments                                  |
| 18 Feb 2020 | - | 12:00 PM | - | Technical Session by Dr. Ashish Varma<br>& Dr. Poornima Varma |
|             |   | 02:30 PM | - | Demonstration of Instruments                                  |
| 19 Feb 2020 | - | 12:00 PM | - | Technical Session by Dr. P.L. Jain & Dr. Anuj Hundet          |
|             |   | 02:30 PM | - | Demonstration of Instruments                                  |
| 20 Feb 2020 | - | 12:00 PM | - | Technical Session by Dr. J.K. Dongre & Dr. Ranveer Singh      |
|             |   | 02:30 PM | - | Demonstration of Instruments                                  |
| 22 Feb 2020 | - | 12:00 PM | - | Poster Presentation by students                               |

#### **Patron**

**Dr. Ela Tiwari**  
**9407266675**

#### **Convenor**

**Dr. Deepa Khatik**  
**Head, Department of Physics**  
**6260394499**

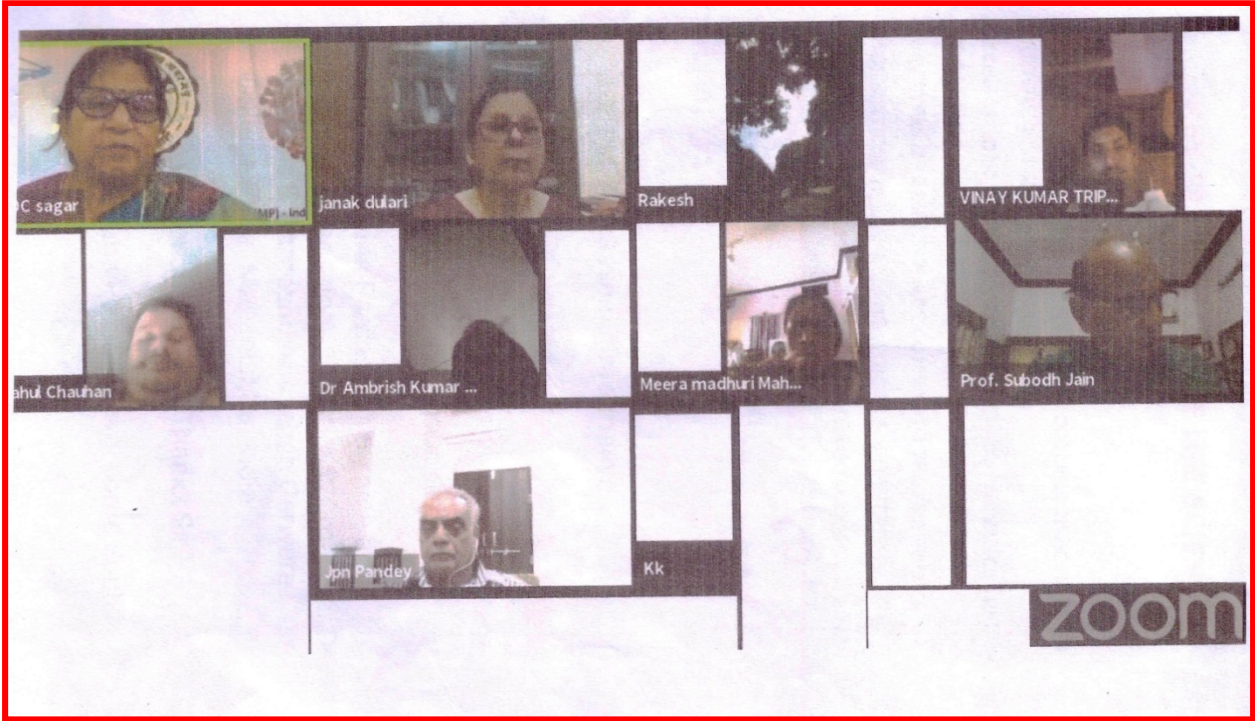
#### **Advisory Board**

**Dr. Sunil Shrivastava**  
**Dr. Rekha Baxy**  
**Dr. Naveen Gideon**  
**Dr. A.H. Ansari**  
**Dr. Sunita Singh**  
**Dr. Padma Acharya**  
**Dr. Pratima Khare**

|                                       |   |  |   |   |
|---------------------------------------|---|--|---|---|
| Inaugural Session                     | 11.30 to 12.00 Noon   | Welcome note – Dr. Ela Tiwari<br>Address by the Principal  |   |   |
| Keynote address                       | 12.00 to 12.30 pm   | Dr. S.N. Bagchi<br>Head, Dept. of Biological<br>Science,<br>Rani Durgavati University,<br>Jabalpur (M.P.)      | Covid 19: Vaccine<br>Development and<br>Herd Immunity   |    |
| I <sup>st</sup> Technical Session     | Chairperson: Dr. P. K. Khare, Dean, School of Biological Sciences, Dr. H. S. Gour<br>University, Sagar (M.P.) |  |   |   |
| Speaker                               | 12.35 to 12.55 pm   | Dr. Vijay Nema<br>Scientist E, National AIDS<br>Research Institute, Pune                                       | Microbiome- an organ<br>to be studied by<br>modern science and<br>to be correlated with<br>old ones |    |
| Speaker                               | 1.00 to 1.20 pm   | Dr. Bismark Oppong Boakye<br>Asst. Prof., Dept. of<br>Integrated Science,<br>University of Education,<br>Ghana | The Role of Science in<br>Human Welfare   |    |
| Speaker                               | 1.25 to 1.45 pm   | Dr. Subodh Kumar Jain<br>Professor, Dept. of Zoology,<br>Dr. H. S. Gour University,<br>Sagar (M.P.)            | Covid-19, Risk<br>Scenario and Future<br>Strategies   |    |
| Research paper<br>presentation        | 1.50 to 2.00 pm   |  |   |   |
| Reporting by-                         | Ms. Mangla Sood and Ms. Shikha Koshti   |  |   |   |
| II <sup>nd</sup> Technical<br>Session | Chairperson: Dr. Janak Dulari Ahi, Head, Dept. of Zoology, Dr. H. S. Gour University,<br>Sagar (M.P.)         |  |   |   |
| Speaker                               | 2.05 to 2.25 pm   | Dr. Pramod Khare<br>Dean, School of Biological<br>Sciences, Dr. H. S. Gour<br>University, Sagar (M.P.)         | Climate Change: An<br>overview  |   |
| Speaker                               | 2.30 to 2.50 pm   | Dr. J.P.N. Pandeya<br>Retd. Pricipal, Govt. Girls PG<br>College for Excellence, Sagar<br>(M.P.)                | Conservation of<br>Natural Resources  |  |
| Speaker                               | 2.55 to 3.15 pm   | Dr. Sonali Nigam<br>Asst. Prof., Dept. of Botany,<br>St. Aloysius' College, Jabalpur<br>(M.P.)                 | A paradigm shift in<br>life sciences:<br>Innovative research<br>for better future                   |  |
| Research paper<br>presentation        | 3.20 to 3.30 pm   |  |   |   |
| Reporting by-                         | Dr. Siddhartha Singh and Dr. Abha Agrawal   |  |   |   |
| Valedictory Session                   | 3.40 pm onwards   |  |   |   |

**Registration:** Registration is free. **Certificate:** Registered participants will be given an E-Certificate. For this, registration with attendance and filling the feedback form is mandatory. Kindly join the session before 10 minutes from the scheduled time.

Contact:  
Dr. Ela Tiwari - 9826725183  
E. Mail: ela.tiwari18@gmail.com







**International webinar on: "21<sup>st</sup> century: Research innovations in Life Sciences in relation to human welfare"**

**Conducted by-**

**Department of Botany and Zoology, Govt. Autonomous Girls P.G. College for Excellence, Sagar, M.P.**

*Held on 27<sup>th</sup> July 2020*

---

Covid-19 pandemic, forced the world to face the challenge for maintaining the balance of health as well as the creativity of our minds. To overcome the creative challenge, the Department of Botany and Zoology, Govt. Girl's P.G. Autonomous College jointly decided to turn on an online activity for a resourceful dialogue on recent developments in Life Sciences and share the academic knowledge through a free online **International webinar** on: "21<sup>st</sup> century: Research innovations in life sciences in relation to human welfare" on 27<sup>th</sup> July 2020 via zoom and live broad cast through you tube channel.

**Introduction**

Science is - to seek the simplest explanations of complex facts. Scientific research is the power to broaden the mind and the ability to investigate systematically and truly that comes under observation in life, it deals with everything which is theoretically impossible and therefore, this webinar provided a platform for delegates, researchers, faculty members and students to share and grasp such scientific knowledge and to get updated with latest research, tools and techniques of modern science.

The major sub themes were:

- Molecular Biology (DNA RNA Analysis)
- Biotechnology (Tissue culture, immunology)
- Microbiology (Industrial microbiology)
- Biochemistry
- Environmental science (conservation of natural resource and biodiversity)
- Pharmaceutical science and Drug development
- Ethno Botany
- Biomedical science
- Developmental Biology
- Effect of corona on atmosphere
- Nano technology

The inaugural function of the webinar was held on 27<sup>th</sup> July 2020, at 11.00 AM under the patronship of Dr. B. D. Ahirwar, Principal, Govt. Girl's P.G Auto. College of Excellence, Sagar (M.P.).

Dr. Ela Tiwari, Prof. and Head, Department of Botany was the convener, while Dr. Pratima Khare, Prof., Dept. of Botany was Organization Secretary and Dr. Sunita Singh, Prof. and Head, Dept. of Zoology was Academic Secretary of the webinar. Keynote address was given by Prof. S.N. Bagchi, Head, Department of Biological Sciences, R.D. University, Jabalpur. Subject expert for inaugural function Dr.Sunita Singh presented and illustrated an outline regarding the major themes of the webinar.

Patron, Dr. B.D. Ahirwar delivered inaugural speech in which he focused on creating awareness among general population regarding the covid-19 pandemic disease. He expressed his concern regarding the mistreatment of

hard working scientists whose achievements are scavenged by multinational companies, so that they can privatize the achievements for their own benefits. He also encouraged us to employ our own discretion before coming on to any conclusions for making the society much more prosperous. He also appreciated to the organizing committee for their hard work and praised the way webinar was executed.

Convener, Dr. Ela Tiwari delivered introductory speech on the theme of the webinar. She enlightened the speech by focusing on importance of the webinar and its subjects, which focuses on human welfare. She also emphasised on the need of the hour to conduct researches for developing vaccine against corona virus and finding the alternatives of plastic and polythene in day-to-day life. After that, she introduced key note addressee, Dr. S.N Bagchi.

Prof. Bagchi delivered his lecture on covid-19 vaccine development and herd immunity and explained the process for developing vaccine against covid-19 and the mechanism by which immunity can be enhanced through a vaccine. He was hopeful that the Covid-19 vaccine might develop in upcoming months. The inaugural session vote of thanks was given by Dr. Pratima Khare.

There were two technical sessions for the webinar. For the 1<sup>st</sup> technical session, Dr. J.P.N Pandey was the chairperson along with three speakers viz. Dr. Vijay Nema, Scientist E, National AIDS Research Institute, Pune; Dr. Bismark Oppong Boakye, Asstt. Prof., Department of Integrated Science, University of Education, Ghana (West Africa) and Dr. Subodh Kumar Jain, Prof., Department of Zoology, Dr. H.S.Gour Central University Sagar (MP).

For 2<sup>nd</sup> technical session the chairperson was Dr. Janak. D. Ahi, Prof. and Head, Department of Zoology, Dr. H. S. Gour Central University, Sagar, along with three speakers viz. Dr. P.K Khare, Dean, School of Biological Sciences, Dr.H. S. Gour Central University, Sagar, Dr. J.P.N Pandey, Retd.

Principal, Govt. Girls P.G. College of Excellence, Sagar, and Dr.Sonali Nigam, Asstt. Prof., Department of Botany, St. Aloysius College, Jabalpur.

***Speakers of 1<sup>st</sup> session:***

Dr. Vijay Nema delivered a lecture on “Micro biome an organ is be studied by modern science and to be correlated with old ones”. He focussed on the structure of virus and highlighted the discovery of new drugs and vaccine development against *M. tuberculosis* and anticancer compounds screening using various cell lines.

Our second speaker, Dr.Bismark Oppong Boakaye, delivered lecture on the role of science in human welfare. He briefly explained about the need to make the scientific advancement readily available to the community. He also said that science gave us knowledge by which it is possible to develop useful things for comfort or happiness.

Dr. Subodh kumar Jain, revealed the use of plasma therapy for the management of corona virus pandemic. He highlighted the characteristics of corona virus and explained how this virus not only affects respiratory system but also, neurological, cardiovascular and hormonal system of the body. Higher level of stress is caused due to abnormal hypothalamus and cytokine level becomes uncontrolled affecting respiratory surface of lungs, which leads to severe respiratory problems in patients.

The 1<sup>st</sup> session was concluded by Dr. J.P.N Pandey. Reporters were Ms. Mangla Sood and Ms. Shika Kosti. Vote of thanks was addressed by Dr. Sunita Singh.

### ***Speakers of 2<sup>nd</sup> session:***

Prof. P.K. Khare delivered his lecture on climatatic changes. He defined the cause of climate change and global warming and its adverse effects on environment. He also ephasized on the use of solar power, decrease in deforestation and improving soil carbon management strategies. He put up a foreground on importance of conservation of natural resource as humans are dependent on natural resources like soil, water, coal, natural gas and solar energy. He also said that modern civilization has had an adverse impact on our planets but now people are getting aware and finding ways to conserve natural resources.

Dr. Sonali Nigam, young scientist in her own manner spoke about the importance of research innovation in life science for social welfare. She also explained about the functioning of immune cells and generic drugs for the treatment of diseases. After this, two research paper were presented by Dr. Manish Jain and Dr. Simmi Jain based on covid-19. In this session the reporters were Dr. Siddharth Singh and Dr. Abha Agrawal. The session was concluded by Dr. Janak D. Ahi. She said, the presentations helped us to understand the basics of science and we got aware about the latest innovation in Life Science.

Organizing Secretary, Dr. Pratima Khare, gave vote of thanks to all the dignitaries and esteemed speakers of 1<sup>st</sup> and 2<sup>nd</sup> technical session for making this online event vastly successful. She expressed her gratitude to the entire technical support staff for their efforts along with 316 academicians across the globe for engaging with us in this informative International webinar.

### **Advantages of Webinar:**

- A large number of participants can be accommodated.



- Most convenient to attend the national and international webinars from home.
- Participants could attend more than one webinar in a day provided the time schedule does not collide.
- One does not sit idle at home and has the opportunity to refresh the mind by attending various eligible and beneficial courses.

**Conclusion:**

A webinar is an online version of seminar where the participants, mostly faculty members and researchers, find it useful to enrich their knowledge. In this crucial hour of the COVID-19 pandemic, the exposure to online events available through webinar is indeed a blessing to academicians across the nation. For those who are yet to participate in any of such events must definitely join it, as the learning process never stops. After all, it is the teacher community who are regarded as human engineers and they are accountable to shape and give direction to the student community, the pillars of tomorrow.

Moreover, exposing to internet technology and rational usage of social media as a tool to interact globally for academic purposes will only boost career and knowledge. It is highly recommended to attend such programs more often and not only this but to equip oneself in order to go to the next level and to become an organizer from the role of a mere participant. Thus, a larger goal shall be achieved at an institutional level.

(5) One Day National Webinar "Manav Vyavhar Par Tanav Ka Prabhav Evam Prabandhan" Date : 23.07.2020





एक दिवसीय राष्ट्रीय वेबीनार


**“मानव व्यवहार पर तनाव का प्रभाव एवं प्रबंधन”**  
**“Impact of Stress on Human Behaviour and Management”**


**दिनांक : 28 जुलाई 2020**  
प्रातः 11 से सायं 4.30 बजे तक


**गृह विज्ञान एवं मनोविज्ञान विभाग का  
संयुक्त आयोजन**

  
**डॉ. वी.डी. अहिरवार**  
प्राचार्य/संरक्षक

  
**डॉ. रेखा बरव्ही**  
समन्वयक

  
**डॉ. एस.के. गुप्ता**  
सह समन्वयक

  
**डॉ. अंजना नेमा**  
सह सचिव

  
**डॉ. पद्मा आचार्य**  
आयोजन सचिव

**शासकीय स्वशासी कन्या स्नातकोत्तर उत्कृष्टता महाविद्यालय सागर म.प्र.**

## “मानव व्यवहार पर तनाव का प्रभाव एवं प्रबंधन”

### “Impact of Stress on Human Behaviour and Management”

अत्याधुनिक भौतिकवादी युग की देन है 'तनाव'। आज यह संपूर्ण मानव समाज की समस्या है जिसके कारण व्यक्ति तनाव से उत्पन्न असामान्य मानसिक विकृतियों से ग्रसित होता जा रहा है। वर्तमान परिदृश्य में कोविड-19 की अनिश्चितता ने भी मनुष्य के शारीरिक मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित किया है। नकारात्मकता में सकारात्मकता का विकास करने के लिए तनाव प्रबंधन पर चिंतन करना समीचीन प्रतीत होता है। तनाव प्रबंधन की विविध गतिविधियों/आयामों पर यथेष्ट मार्गदर्शन में मनोवैज्ञानिकों, समाजशास्त्रियों, चिकित्साशास्त्रियों तथा शिक्षाविदों की महत्वपूर्ण भूमिका को दृष्टिगत रखते हुए वेबीनार हेतु निम्नांकित उपविषय निर्धारित किए गए हैं—

- शारीरिक – मानसिक स्वास्थ्य पर तनाव का प्रभाव
- तनाव एवं पारिवारिक संबंध
- कार्यस्थल पर तनाव का स्वरूप, कारक एवं प्रबंधन
- तनाव प्रबंधन की विभिन्न शैलियाँ
- तनाव एवं आक्रामकता
- युवाओं में बढ़ता तनाव
- कोविड-19 से उत्पन्न तनाव के विविध आयाम
- आत्महत्या का उत्प्रेरक कारक : तनाव
- आधुनिक जीवन शैली एवं तनाव
- बढ़ती उम्र की समस्याएँ और तनाव
- विद्यार्थियों में उत्पन्न तनाव : कारण एवं समाधान
- तनाव का मनोवैज्ञानिक प्रबंधन एवं परामर्शन
- तनाव प्रबंधन में योगा एवं आध्यात्म की भूमिका
- तनाव प्रबंधन में साहित्य की उपादेयता
- तनाव प्रबंधन में संगीत एक सशक्त माध्यम
- तनाव का मनोचिकित्सीय आधार

**डॉ. बी.डी. अहिरवार**

प्राचार्य/संरक्षक

**डॉ. रेखा बरशी**

समन्वयक

9425451793

**डॉ. पद्मा आचार्य**

आयोजन सचिव

9977684142

**डॉ. एस.के. गुप्ता**

सह समन्वयक

9407252780

**डॉ. अंजना नेमा**

सह सचिव

9826078161





**(7) Two Day National Webinar "Criterion 7 of NAAC"  
Date 30 & 31.07.2020**



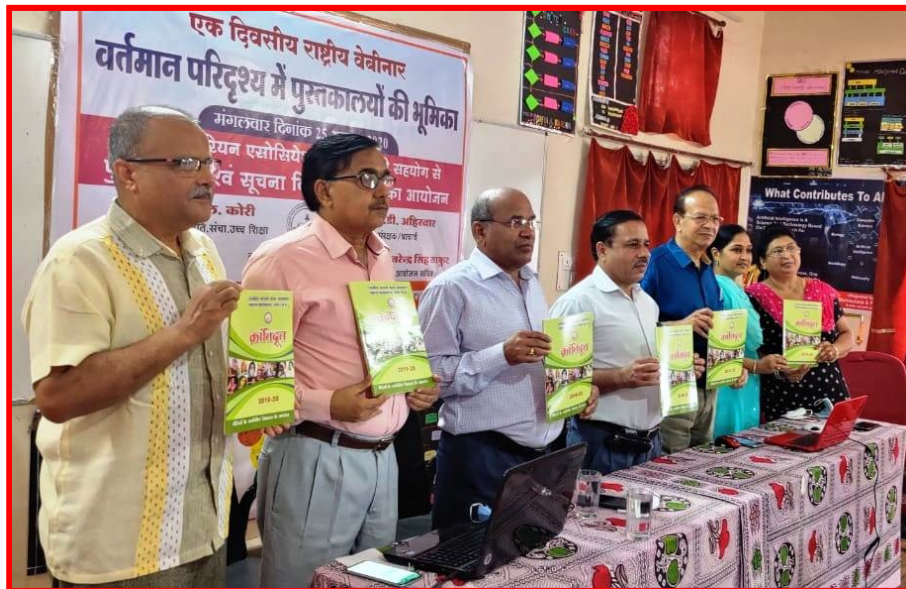
**(8) One Day National Webinar "Covid-19 Ke Dushparinamo Ke Pashchat Bhartiya Arthavyavstha Ke Purutthan Ke Upay" Date : 11.08.2020**



**(9) One Day National Webinar "Vartaman Sandharbha Me Bharat-China Sambandho Ka Bhavisya" Date : 18.08.2020**



## (10) One Day National Webinar "Vartaman Paridrashya Me Pushtakalay Ki Bhumika" Date : 25.08.2020



**दैनिक भास्कर** सागर, मंगलवार 25 अगस्त, 2020 03

### पुस्तकालय की भूमिका + विषय पर वेबिनार आज

सागर | शासकीय कन्या स्वासारी स्नातकोत्तर महाविद्यालय एवं यंग लाइब्रेरियन एसोसिएशन के संयुक्त तत्वाधान में राष्ट्रीय वेबिनार का आयोजन मंगलवार को किया जाएगा। वर्तमान परिदृश्य में पुस्तकालय की भूमिका विषयक इस वेबिनार में देशभर की एक हजार प्रतिभागियों ने अपना पंजीयन कराया है। इस अवसर पर पुस्तकालय जगत की हस्तियों को दिवंगत डॉ. देवेन्द्र सिंह राजपूत एवं डॉ. रामगोपाल गर्ग लाइफटाइम अचीवमेंट अवार्ड से सम्मानित किया जाएगा। जिसमें डॉक्टर हरि सिंह सेंगर, प्रोफेसर आर जी पाराशर एवम प्रोफेसर जगतार सिंह का अभिनंदन भी किया जाएगा।

### पुस्तकालय जगत का वेबिनार संपन्न

सागर। शासकीय स्वासारी उत्कृष्टता कन्या महाविद्यालय एवं यंग लाइब्रेरियन एसोसिएशन के संयुक्त तत्वाधान में सागर संभाग में पुस्तकालय जगत के इतिहास में प्रथम बार पुस्तकालय एवं सूचना विज्ञान विभाग द्वारा वर्तमान परिदृश्य में पुस्तकालयों की भूमिका विषय पर राष्ट्रीय वेबिनार का आयोजन किया गया। इस आयोजन में देश भर के लगभग एक हजार प्रतिभागियों ने हिस्सा लिया। उद्घाटन सत्र की अध्यक्षता करते हुए प्राचार्य डॉ. बी.डी. अहि वार ने कहा कि पुस्तकालय ज्ञान विज्ञान के अन्तर्गत भंडार होते हैं। ज्ञान के वेद मंदिर हैं, जो मानव मन में ज्ञान प्राप्ति की लालसा जाग्रत करते हैं। पुस्तकालय व्यक्ति के ज्ञान को इतना विस्तृत करते हैं कि व्यक्ति अतीत के झरोखों की झलक देख पाता है तथा भविष्य की ओर निहारने का स्थान होता है। पुस्तकालयों के माध्यम से ही व्यक्ति ज्ञान प्राप्त कर अपने अधिकार एवं कर्तव्यों के प्रति जाग्रत होकर राष्ट्रीयता के निर्माण में अद्वितीय भूमिका निभाता है। मुख्य अतिथि उच्च शिक्षा अतिरिक्त संचालक डॉ. एल. हल. कोरी ने कहा कि नई शिक्षा नीति ने पुस्तकालयों की जिम्मेदारी और बढ़ दी है क्योंकि वर्तमान परिदृश्य में जब छात्र शैक्षणिक संस्थान जाने में असमर्थ हैं तब पुस्तकालय ही उनके द्वार पर सूचना प्रौद्योगिकी के माध्यम से ज्ञान पहुंचा रहे हैं। उद्घाटन समारोह में स्वागत भाषण वेबिनार समन्वयक डॉ. शैलेष आचार्य ने दिया, विषय प्रवर्तन काशी हिन्दू वि.वि. के प्रो. भास्कर मुकुजी ने किया। विशिष्ट अतिथि काशी हिन्दू वि.वि. के उपप्राध्यापकी डॉ. संजीव सराफ थीं। संचालन डॉ. नरेन्द्र सिंह ठाकुर ने किया तथा आभार रामकुमार गोस्वामी ने माना। मंगलचरण मनीष कुमार शास्त्री द्वारा किया गया।

# दैनिक भास्कर

आप पढ़ रहे हैं देश का सबसे विराटसर्तीय और शक्तिशाली

कुल पेज 18, 14 पेज + 4 मधुरिया, मूल्य ₹ 5.00 | वर्ष 14, अंक 314, नगर

सागर, बुधवार 26 अगस्त, 2020

भादपद शुक्ल पक्ष - 8, 2077

## वेबिनार • प्राचार्य अहिरवार बोले- पुस्तकालय ज्ञान के मंदिर के समान कोरोना काल में अध्ययन जारी रखने का सबसे बेहतर जरिया लाइब्रेरी : डॉ. एलएल कोरी

भास्कर संवाददाता विभा

नई शिक्षा नीति ने पुस्तकालयों को डिजिटली और बड़ा दी है क्योंकि वर्तमान परिदृश्य यानी कोरोना काल में जब छात्र शैक्षणिक संस्थान जाने में असमर्थ हैं तब पुस्तकालय ही उनके द्वार पर सूचना प्रौद्योगिकी के माध्यम से ज्ञान प्रदान करे हैं। डॉ. आर. आर. शास्त्रीय ने कहा कि पुस्तकालय के माध्यम से ज्ञान प्रदान करने का सबसे बेहतर तरीका लाइब्रेरी है।

अंतरिक्ष संवादा डॉ. एलएल कोरी ने बताया मुख्य अतिथि कर्ता। इससे पहले अध्यक्षता कर रहे एलएल कोरी ने कहा कि पुस्तकालय ज्ञान विज्ञान के अनंत अंदर होते हैं। ज्ञान के ये मंदिर हैं जो मानव मन में ज्ञान प्राप्ति को साहसा प्रदान करते हैं। वे मनुष्य को भूत के साथ प्रकृति में अन्वेषण के लिए प्रेरित करते हैं। अंतरिक्ष में स्वयंसेवा भाषण वेबिनार सहायक डॉ. आर. आर. शास्त्रीय ने किया। विषय अंतरिक्ष कार्यक्रमों में डॉ. आर. आर. शास्त्रीय ने बताया कि वेबिनार अतिथि कर्ता हैं।

द्वितीय के डिप्टी लाइब्रेरियन डॉ. कोरी ने कहा कि पुस्तकालय ज्ञान के मंदिर के समान हैं। वे मनुष्य को भूत के साथ प्रकृति में अन्वेषण के लिए प्रेरित करते हैं। अंतरिक्ष में स्वयंसेवा भाषण वेबिनार सहायक डॉ. आर. आर. शास्त्रीय ने किया। विषय अंतरिक्ष कार्यक्रमों में डॉ. आर. आर. शास्त्रीय ने बताया कि वेबिनार अतिथि कर्ता हैं।

# पत्रिका

सागर | बुधवार, 26 अगस्त, 2020  
भादपद शुक्ल पक्ष पंचमी संवत् 2077

साथ ही उन्हें विभाग में ही सागर संभाग कार्य करते आ रहे हैं।

## पुस्तकालय की भूमिका विषय पर वेबिनार 'पुस्तकालय मन में ज्ञान प्राप्ति की लालसा जाग्रत करते हैं'

**पत्रिका न्यूज नेटवर्क**  
patrika.com  
सागर, शासकीय स्वामी उल्हास कन्या महाविद्यालय एवं डॉ. आर. आर. शास्त्रीय एन. एस. एस. के संयुक्त तलावधान में सागर संभाग में पुस्तकालय जगत के इतिहास में प्रथम बार पुस्तकालय एवं सूचना विज्ञान विभाग द्वारा वर्तमान परिदृश्य में पुस्तकालयों की भूमिका विषय पर राष्ट्रीय वेबिनार का आयोजन किया

गया। इस आयोजन में देश भर के लगभग एक हजार प्रतिभागियों ने हिस्सा लिया।  
उद्घाटन सत्र की अध्यक्षता करते हुए प्राचार्य डॉ. बीडी अहिरवार ने कहा कि पुस्तकालय ज्ञान विज्ञान के अनंत भंडार होते हैं। ज्ञान के ये मंदिर हैं, जो मानव मन में ज्ञान प्राप्ति की लालसा जाग्रत करते हैं। पुस्तकालय व्यक्ति के ज्ञान को इतना विस्तृत करते हैं कि व्यक्ति अतीत के

झरोखों की झलक देख पाता है तथा भविष्य की ओर निहारने सक्षम होता है। पुस्तकालयों के माध्यम से ही व्यक्ति ज्ञान प्राप्त कर अपने अधिकार एवं कर्तव्यों के प्रति जाग्रत होकर राष्ट्रियता के निर्माण में आधुनिक भूमिका निभाता है। मुख्य अतिथि उच्च शिक्षा अतिरिक्त सचिव डॉ. एलएल कोरी ने कहा कि नई शिक्षा नीति ने पुस्तकालयों को डिजिटली और बड़ा दी है। क्योंकि वर्तमान

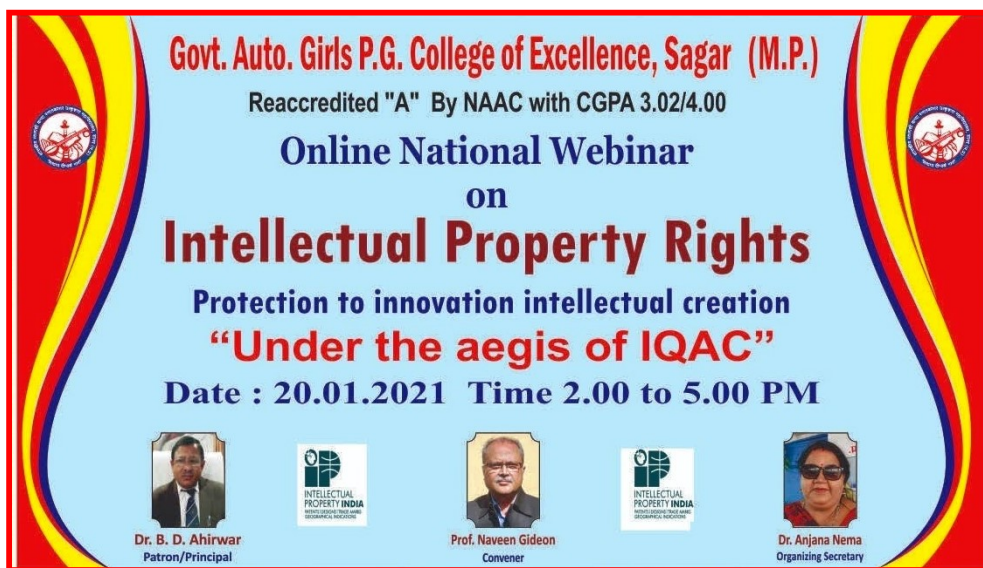
परिदृश्य में जब छात्र शैक्षणिक संस्थान जाने में असमर्थ हैं। तब पुस्तकालय ही उनके द्वार पर सूचना प्रौद्योगिकी के माध्यम से ज्ञान प्रदान कर रहे हैं। विषय अंतरिक्ष सहायक डॉ. आर. आर. शास्त्रीय ने बताया कि वेबिनार अतिथि कर्ता हैं।



## (11) One Day National Webinar "Open Book Examination System" Date : 07.09.2020





**(12) One Day National Webinar "Intellectual Property Rights"**  
**Date : 20.01.2021**





**Govt. Auto. Girls P.G. College of Excellence, Sagar (M.P.)**  
Reaccredited "A" By NAAC with CGPA 3.02/4.00


**Online National Webinar**  
on  
**Intellectual Property Rights**  
Protection to innovation intellectual creation  
**"Under the aegis of IQAC"**  
Date : 20.01.2021 Time 2.00 to 5.00 PM

  
Dr. B. D. Ahirwar  
Patron/Principal

  
INTELLECTUAL  
PROPERTY INDIA

  
Prof. Naveen Gideon  
Convener

  
INTELLECTUAL  
PROPERTY INDIA

  
Dr. Anjana Nema  
Organizing Secretary





**(13) One Day National Webinar "Women Respect and Rights" Date : 09.03.2021**



**(14) One Week Workshop "Research Methodology"  
Dated : 01.02.2021 to 05.02.2021**

