মনো-দেহের রূপায়ণ অভিজ্ঞতায় মণিপুরি রাসনৃত্য : একটি জাতিতাত্ত্বিক নাট্যকলা অনুসন্ধান

সাইদুর রহমান লিপন*

[সারসংক্ষেপ : রাসনৃত্য বাংলাদেশের জাতিতাত্ত্বিক পরিবেশনা শিল্পকলা ঐতিহ্যের প্রসিদ্ধতম একটি ধারা এবং নাট্যকলা ও শাস্ত্রীয় নৃত্য উভয় সাংস্কৃতিক ঐতিহ্যেরই অত্যন্ত জনপ্রিয় ও বৈশিষ্ট্যমণ্ডিত একটি পরিবেশনা। বক্ষ্যমাণ প্রবন্ধ রাসনৃত্যের বিধিবদ্ধভাবে বিন্যস্ত ও বিশ্লেষিত কিছু বিষয়, যেমন— পরিবেশনার রীতি-পদ্ধতি, গঠন-কাঠামো, ধর্ম-দর্শন, ভাষা-ছন্দ, পোশাক-মেকআপ, সুর-তাল-লয় প্রভৃতি বিষয়সমূহকে গৌণ গুরুত্বে বিবেচনা করে এর বিপরীতে রাসনৃত্যের মহড়া, প্রশিক্ষণ, অনুশীলন এবং প্রস্তুতিকালীন কুশীলবের মনো-দৈহিক চর্চা সংশ্লিষ্ট বেশকিছু বিষয় অনুসন্ধান করেছে। এক্ষেত্রে রাসনৃত্যের অনুশীলন, প্রশিক্ষণ, প্রস্তুতি এবং প্রদর্শনকালীন কুশীলবের দেহভঙ্গি ও বিন্যাস, দেহশৈলীর নির্মাণ ও বিনির্মাণ, দেহ-অন্তঃপুরের শৌর্য/শক্তির (তাণ্ডব ও লাস্য) নিরন্ত প্রবাহ ও বৈষ্ণবীয় ভাবরসের (ভক্তি, দাস্য, সাখ্য, বাৎসল্য, মধুর) গ্রহণ-আস্বাদন প্রক্রিয়া প্রভৃতি নানাবিধ বিষয়ের প্রায়োগিক এবং কৌশলগত উপস্থিতি ও ক্রিয়াশীলতা অনুসন্ধানের ওপর গুরুত্বারোপ করা হয়। অর্থাৎ কী কী প্রক্রিয়ায় একজন কুশীলবের মনো-দৈহিক প্রস্তুতি, প্রশিক্ষণ, অনুশীলন ও গঠন-প্রক্রিয়ায় দেহের ভাষা ও বিন্যাস, ভাব-রস ও শৌর্য বা শক্তি (এনার্জি) ক্রিয়াশীল ও কার্যকর হয়, তা অনুসন্ধানের চেষ্টা করা হয়েছে। অধিকন্তু, জাতিতাত্ত্বিক শিল্প-গঠন প্রক্রিয়ার এই সকল উপাদান অতঃপর কী কী উপায়ে শহরায়তনিক অভিনেতার অনুশীলন অভিজ্ঞতায় সহায়ক হতে পারে, সেই বিষয়টিকে এই নাট্য অনুসন্ধানের মূল উপজীব্য করা হয়েছে।]

রাসনৃত্য

বাংলাদেশের জাতিতাত্ত্বিক নাট্যকলার প্রসিদ্ধতম পরিবেশনার মধ্যে বৃহত্তর সিলেট অঞ্চলের মণিপুরি রাসনৃত্য অন্যতম। 'রাস' হচ্ছে— রস্যতে আনে ইতি রাসঃ। অর্থাৎ যার দ্বারা রস জন্মায় তাই রাস। আবার 'রাস' অর্থ রস, রস থেকেই 'রাস' কথাটির উৎপত্তি— 'রাধা-কৃষ্ণের রস হইতে উৎপত্তি রাস। ভাব-কান্তি-বিলাশ, তিন বাঞ্ছা অভিলাষ' (কৃষ্ণকুমারী, ২০১৫) এভাবে বলে থাকেন কেউ কেউ। 'লীলা' হচ্ছে খেলা বা ক্রীড়া, কিন্তু কৃষ্ণের লীলাময় অর্থাৎ ক্রীড়াতুল্য নানাবিধ ঘটনাবলির ক্রিয়াত্মক উপস্থাপনার কারণে তা 'নাট্য' রূপেও বিবেচিত হয়— যেমন, লীলানাট্য, কৃষ্ণলীলা ইত্যাদি। তথাপি, 'রাসে' ক্রিয়া এবং অভিনয়ের উপাদান— কথা ও গানের আধিক্য থাকলেও 'রাস'-কে 'বিশুদ্ধ নৃত্য ('নৃত্ত') ভিন্ন আর কিছু নয়' (কপিলা, ১৯৮০ : ১৫৩) বলে মন্তব্য করেছেন কেউ কেউ। কেউ আবার রাধাকৃষ্ণের পবিত্র প্রণয়ের নৃত্যাত্মক লীলাময় রূপের প্রত্যক্ষণে একে 'Dance of Divine Love' নামেও অভিহিত করেছেন—

> Dance of Divine Love presents India's classical sacred love story known as the Rasa Lila. It is a dramatic poem about young maidens joining with their ideal beloved to perform the wondrous "circle dance of love," or Rasa. Its story is an

* শিক্ষক, গবেষক ও নির্দেশক।

> expression of the eternal soul's loving union with the supreme deity in "divine play" or Lila. (Schweig, 2005 : 1)

সুতরাং, 'রাস'-কে এভাবে ব্যাখ্যা করা যায় যে, কৃষ্ণের প্রতি ভক্তি ও প্রেমময় রসের নিষ্পত্তি বা আস্বাদন করা যদি হয় 'রাসের' পরমানন্দীয় প্রেরণা, তবে কৃষ্ণকাহিনিকে আশ্রয় করে 'রস' প্রধান নৃত্য/নাট্যের প্রদর্শনকে বলা যায় 'রাস'।

অনুসন্ধানে রাসনৃত্য

রাসনৃত্যের প্রশিক্ষণ গুরু-শিষ্যের 'আনুষ্ঠানিক অনুকরণ' পদ্ধতিতে শরীর শিক্ষণ (Body learning) প্রক্রিয়ায় সম্পাদিত হয়। 'শরীর শিক্ষণ' পদ্ধতিতে গুরুর প্রদর্শিত নৃত্যের কৌশল এবং ভঙ্গি যথাযথভাবে শরীরে আয়ত্তকরণ এবং প্রদর্শন করাই হচ্ছে এই শিক্ষার মূল বিবেচ্য। অর্থাৎ গুরু/ওঝার দেখানো নিয়মতান্ত্রিক উপায়ে নির্ধারিত বিধি-বিধান মেনেই শিষ্যকে এই শিক্ষা অর্জন করতে হয়। তাই নানাবিধ ভঙ্গি এবং চলনের বিধি-বিধান শরীরের ভাষা, ছন্দ ও শৈলীতে স্বতঃস্ফূর্ত সাবলীলতায় প্রদর্শন করতে পারার বিষয়টিকে এই প্রশিক্ষণ প্রক্রিয়ার দক্ষতা অর্জনে চূড়ান্ত পরিমাপক মনে করা হয়— 'গুরুগৃহে শিক্ষা করতে হবে। সাধন করতে হবে, নিয়মানুসারে সাধন করতে হবে। গুরুর নিকট হইতে গূঢ় তত্ত্ব আয়ত্ত করে অতঃপর নিজে নিজে ট্রায়েল না দিলে হবে না, অথবা নিজেকে সর্বদাই সাধনে রত থাকতে হবে (রাশকান্ত, ২০১৫)।

রাসনৃত্যে দেহের ভাষা, বিন্যাস ও শৈলী বিনির্মাণের ভিত্তিমূল দুটি— 'ভঙ্গিপরেং' এবং 'চালি' যা সম্পূর্ণতই 'আনুষ্ঠানিক অনুকরণ পদ্ধতিতে শরীর শিক্ষণ প্রক্রিয়ায় আয়ত্ত করা হয়। কারো মতে 'ভঙ্গিপরেং মণিপুরী নৃত্যের আত্মা-স্বরূপ' (দেবী, ১৯৯৩ : ৬৮), আবার কেউ মনে করেন 'রাসলীলার কেন্দ্রবিন্দু ভঙ্গিপরেং অর্থাৎ নৃত্য মালিকা (দেবযানী, ২০০৯ : ৪১)। ভঙ্গিপরেং— ভঙ্গি ও পরেং এই দুটি শব্দের সমষ্টি। ভঙ্গি হচ্ছে ভাঙা বা শরীর-অঙ্গকে নানান অবয়ব/রূপে বা ভঙ্গিতে বিনির্মাণ করে এক চলমান-স্থিতি তৈরি করা এবং পরেং হচ্ছে ক্রমানুসারে বিন্যাস করা। নানাবিধ ভঙ্গিতে নির্মিত শরীর যখন ক্রমানুসারে বিন্যস্ত হয় এবং সঞ্চালিত হয় তখন তাকে ভঙ্গিপরেং বলা হয়। ভঙ্গিপরেং পাঁচ রকম— এক. আচৌবা ভঙ্গিপরেং, দুই. বৃন্দাবন ভঙ্গিপরেং, তিন. খুরুম্বা ভঙ্গিপরেং, চার. গোষ্ঠ ভঙ্গিপরেং এবং পাঁচ. গোষ্ঠবৃন্দাবন ভঙ্গিপরেং। এগুলোর ভাব (বৈষ্ণবীয়), সুর-সংগীত, তাল এবং দেহের গতি (লয়) ও শক্তি/শৌর্য (এনার্জি— লাস্য ও তাণ্ডব) নির্দিষ্ট এবং নির্ধারিত। যেমন প্রথম তিনটি ভঙ্গিপরেং লাস্যময় গতি ও শৌর্যে প্রদর্শিত হতে হবে এবং শেষ দুটি গোষ্ঠ ভঙ্গিপরেং ও গোষ্ঠবৃন্দাবন ভঙ্গিপরেং-এর গতি ও শৌর্যের প্রকাশ হবে তাণ্ডবময়।

অপরদিকে, নির্দিষ্ট ভর, গতি এবং শৌর্যের সমন্বয়ে বিন্যস্ত দেহভঙ্গির নির্ধারিত শৈলীবদ্ধ চলনকে বলা হয় 'চালি'। 'মণিপুরী নাচে বেসিক হচ্ছে চালি, চালি মানে চলনের ভঙ্গি। অর্থাৎ আপনি কত রকম ভঙ্গিমা করে করে চলতে পারেন, সেটা আপনি লাস্য ভঙ্গিতেও চলতে পারেন আবার তাণ্ডব ভঙ্গিতেও চলতে পারেন (সুইটি, ২০১৫)। রাসনৃত্যের গতি বা লয় আপাত দৃষ্টিতে ধীরলয় বলেই পরিলক্ষিত হয়, তথাপি এতে দ্রুত, মধ্যম এবং ধীর এই তিনটি লয়েরই ব্যবহার রয়েছে। এক্ষেত্রে গুরু বিপিন সিংহের মন্তব্য স্মরণ করা যেতে পারে—

> It is generally believed that Manipuri is done in slow speed. This is not true. Manipuri is executed in all the three variations, slow, medium and fast. In *rasa-lilas,* the traditional compositions like *lasya bhangi parengs,* dances on *talas*

> *rajamel tinatala-macha* etc. are done in *simitangam* style of *lasya* in slow tempo whereas *pungalol jagoi* (dances on *talas* and rhythm patterns) and dances on *seigonnabi* (songs and combinations of bolas) are done in all the three *variations* of *laya* (i.e. in *sfuritangam* style of *lasya*) The body movements are always done in accordance with the syllables, songs etc. The syllables are of slow or fast tempo according to the particular structure of its composition. (Nayana, 1979 : 18)

কিন্তু, ভঙ্গি (ভঙ্গিপরেং) ও চলন (চালি) দ্বারা বিন্যস্ত ও বিনির্মিত রাধা-কৃষ্ণ-গোপীর প্রতীকায়িত মূর্ত উপস্থিতি পবিত্রতায় পূর্ণ হয় কুশীলবের দেহ— অন্তঃপুরের বৈষ্ণবীয় ভাব-রস (মধুর, দাস্য, সাখ্য, বাৎসল্য এবং ভিন্ন মতানুসারে ভক্তি রস প্রভৃতি) ও শৌর্যের (তাণ্ডব ও লাস্য) মেলবন্ধনে, ত্রি-চরিত্রের রূপায়ণে ভাব-যুক্তি ও ভক্তির ক্রিয়াশীলতায়।

কার্যত, রাসনৃত্যের বিধিবদ্ধ সকল দেহভঙ্গি শৌর্য দ্বারা হয় বিন্যস্ত ও গতিপ্রাপ্ত এবং কৃষ্ণ-মহাভাব ও রস দ্বারা হয় প্রাণবন্ত। আবার ভাব, ভঙ্গি ও শৌর্য— এই তিনটি বিষয়ের মিথস্ক্রিয়ায় সৃষ্ট কুশীলবের নৃত্যকালীন সামগ্রিক উপস্থিতি (performer's presence) হয়ে ওঠে ভূমি-অনুবর্তী নিবেদনমূলক। ফলে এখানে দেহের ভঙ্গি, ভাব ও শৌর্যের মধ্যে যে আন্তঃসম্পর্ক বিরাজমান, এর কৌশলগত দিক এবং প্রায়োগিক কার্যকারিতা অনুসন্ধানের লক্ষ্যেই অতঃপর মহড়াকালীন প্রস্তুতি এবং অনুশীলন প্রক্রিয়ায় যুক্ত নৃত্যশিল্পীর দেহভঙ্গি ও চলন— মৌল পদচলন (basic foot step), মৌল দেহভঙ্গি (basic body posture), চালি বা চলন, চালি অরৈবী, দেহ-শৌর্য (energy)— তাণ্ডব ও লাস্য এবং বৈষ্ণবীয় ভাব-রস (emotion) এই বিষয়গুলোকে বিশদ অনুসন্ধানে অন্তর্ভুক্ত করা হয়। এই তিনটি বিষয় অন্তর্ভুক্ত করার মূলে চিন্তাগত উদ্দীপনা ছিল এটা যে, দেহের শৈলী ও ভঙ্গিগত নির্মাণ-বিনির্মাণের সাথে শৌর্য ও ভাবের যে আন্তঃসম্পর্ক এখানে পরিলক্ষিত হয় এটি একটি মনো-দৈহিক ক্রিয়া-প্রতিক্রিয়ার সচেতন বিন্যাসের ফলাফল। তাই কুশীলবের দেহভঙ্গি এবং এর অন্তর্গত ভাব, রস ও শৌর্যের প্রায়োগিক কৌশল বিশ্লেষণের মাধ্যমে একদিকে যেমন মনো-দেহের রূপায়ণ অভিজ্ঞতা অনুসন্ধানের নির্ধারিত লক্ষ্য অর্জন করা যেতে পারে, অপরদিকে এই অনুসন্ধান থেকে অর্জিত জ্ঞান পরিণামে নগরায়তনিক অভিনেতার মনো-দৈহিক প্রস্তুতিতে নাট্য-নৃতাত্ত্বিক অভিজ্ঞতার গুরুত্বপূর্ণ উপাদান হয়ে উঠতে পারে।

বিশ্লেষণে রাসনৃত্য

রাধা-কৃষ্ণের আখ্যান অনুসৃত মণিপুরি রাসনৃত্যে একদল নৃত্যশিল্পীর অংশগ্রহণে এবং একাধিক ওঝাঁ/রাসধারী ও পুং-বাদক (মৃদঙ্গবাদক) দলের সমন্বয়ে বিধিবদ্ধ সুর, সংগীত, তাল, লয়ের ক্রম-অনুসার পরিবেশিত হয়। নির্ধারিত ও কাঠামোবদ্ধ ক্রম অনুসরণ করেই রাস-শিল্পীগণ দেহভঙ্গি এবং চলনযোগে নৃত্য-শৈলী প্রদর্শন করে থাকেন। তবে রাসনৃত্য অন্যান্য ধ্রুপদি নৃত্য বিশেষত, ভরতনাট্যমের ন্যায় অঙ্গ, উপাঙ্গের সুনির্দিষ্ট অর্থযুক্ত মুদ্রার ব্যবহারে সম্পূর্ণ সংকেতাবদ্ধ (codified) নয় বরং দেহের ভঙ্গি এবং চলনের সমন্বয়ে এতে 'বিশেষ' ও 'নির্ধারিত' কিছু ভাব-অর্থপূর্ণ 'অঙ্গভঙ্গিই প্রাধান্য পায় (শঙ্করলাল, ১৯৯৭ : ৪৬৪)। এ প্রসঙ্গে প্রাক্তন রাস-নৃত্যশিল্পী জ্যোতি সিন্‌হার মন্তব্য এমন যে—

> এইটা (নৃত্য) আমার কাছে অনেক ফ্লেক্সিবল। কারণ তখন আমি এর মধ্যে বুঁদ হয়ে আছি, তখন আমি নাচছি। আমার নিজের ভেতরে খেলা চলছে। আমাদের মণিপুরী ড্যান্সের মূল পারফরম্যন্স, মূল যে মুদ্রা থেকে আমরা অনেক সরে এসেছি, কারণ আমাদের গ্রামীণ পরিবেশে

> মুদ্রাকে ঠিক ইউনিক রাখতেই হবে তা ভাবি না। আমরা ভাবি ভাবটা। [...] এমন অনেক রাস আছে যেখানে রসসিদ্ধি হয় কিন্তু আমরা যখন দেখতে যাই, দেখি যে, যে নাচছে অনেক ভুল মুদ্রা নিয়ে নাচে। কিন্তু ঐ পুরা পরিবেশটায় এমন একটা রস তৈরি হয়, তখন আমরা আর এইগুলা দেখি না। (জ্যোতি, ২০১৫)

তথাপিও রাসনৃত্যের ভঙ্গি এবং চলনের রয়েছে শাস্ত্রীয় বয়ান। যেমন মণিপুরি শাস্ত্রীয় নৃত্যের 'মৌল পদচলন' (basic foot step) নির্দিষ্ট পাচঁটি ক্রমিক অবস্থান ও চলনে সম্পাদিত হয়ে থাকে। ক্রমানুসারে এগুলো হচ্ছে— এক. সমপদ (সংযুক্ত পায়ে দেহের ভর ও ভারসাম্য থাকে সমবণ্টিত), দুই. অঞ্চিতা (সমপদ অবস্থান থেকে ডান পায়ের গোড়ালি সম্মুখে বাড়িয়ে রাখা), তিন. কুঞ্চিতা (সম্মুখে বাড়িয়ে রাখা অঞ্চিত পা অপর পা-কে ক্রস করে সমান্তরাল রেখায় টো বা পায়ের অগ্রভাগের ওপর অবস্থান করা), চার. সুচী (কুঞ্চিতা ক্রস-পা থেকে ফিরে এসে অতঃপর পদাঙ্গুলি অথবা বুড়ো আঙুলের ওপর ভরযোগে অপর পায়ের সমান্তরাল রেখা থেকে সামনে স্থাপন করা), এবং পাঁচ. অগ্রতলা সঞ্চলন (সুচী অবস্থান থেকে পায়ের অগ্রভাগের তলা বা অগ্রতলা অথবা 'টো' দ্বারা অপর পায়ের গোড়ালি সমান্তরালে বক্র/ভাঙা হাঁটু সহকারে অবস্থান গ্রহণ করা) প্রভৃতি। উল্লেখ্য যে, এই পাঁচটি পদচলনের সাথে হাত ও মাথার অবস্থান এবং চলনও থাকে নির্দিষ্ট। অপরদিকে চালি, চালি অরৈবীতে (চালিকা ভ্রমরী) রয়েছে পায়ের অগ্রতলা নির্ভর সঞ্চলন। অগ্রতলা সঞ্চলনের সাথে বক্র হাঁটুর সমন্বিত মুভমেন্টও প্রদর্শিত হয়। এই ধরনের পদ-সঞ্চলনের সাহায্যে দেহের ঘূর্ণন, পাশাপাশি ঘূর্ণন, হালকা উল্লম্ফনসহ দেহভঙ্গির নানারূপ বিন্যাস ও চলন সম্পাদিত হয়ে থাকে।

মণিপুরি নৃত্যের আরেকটি গুরুত্বপূর্ণ শৈলী হচ্ছে 'figure eight motion' (Nupur, 2008)। এটি একটি গতি যা স্পাইরাল বা সর্পিল প্যাটার্নে নির্মিত হয় তাই মণিপুরি নৃত্যে এটি 'সর্পিল প্যাটার্ন' নামে চিহ্নিত হয়। এই গতির প্যাটার্ন বা শৈলীটি নির্মিত হয় 'figure eight motion' অনুসারে, অর্থাৎ ইংরেজী '৪' অক্ষরের ফিগার বা প্যাটার্ন অনুরূপ কুশীলবের মাথার ঘূর্ণন-গতির সাথে দেহ-শৈলীর সমন্বয় করা হয়। এই প্যাটার্নটি পরিচালিত হয় নাকের অগ্রবিন্দুকে কেন্দ্রকরে। নাকের অগ্রবিন্দুকে শরীরের বাম দিকে কৌণিক রেখা বরাবর নিচে ভূমি থেকে ক্রমান্বয়ে অর্ধ-বৃত্তাকারে উপরে তুলে বিপরীতদিকে অর্থাৎ ডানদিকে কৌণিক রোখায় ভূমি বরাবর নিচের দিকে নিয়ে পুনরায় অর্ধ-বৃত্তাকারে উপরে তুলে ডান থেকে বাম দিকে নিয়ে যাওয়ার মাধ্যমে ইংরেজী '৪' অক্ষরের পূর্ণ ফিগার বা প্যাটার্ন নির্মিত হয়। মাথার এই গতিকে অনুসরণ করে অতঃপর হাতসহ দেহের ঘূর্ণনযুক্ত অন্যান্য মুভমেন্ট সম্পাদিত হয়ে থাকে। বলা হয়ে থাকে যে, এই প্যাটার্নটির মাধ্যমে মণিপুরি শাস্ত্রীয় নৃত্যের মৌলিক দর্শনের প্রকাশ ঘটে, অর্থাৎ এটি-ই হচ্ছে মানবদেহের সেই অনন্ত অসীম শৌর্য যা বিরামহীন অশেষ-বৃত্তে চলমান/ঘূর্ণায়মান— This figure eight motion is very very important in Monipuri dance, it is one of the main philosophies of movement. This is the endless cycle of infinity in your energy (Nupur, 2008).

অপরদিকে, নৃত্যে ব্যবহৃত নানাবিধ ভঙ্গি এবং পদসঞ্চলনের মধ্যে একটি সাধারণ প্রবণতা হচ্ছে 'ভূমি-অনুবর্তী সমর্পিত দেহ' বা মৌলিক দেহভঙ্গি (basic body posture/position) নির্মাণ করা। ভূমি-অনুবর্তী সমর্পিত দেহভঙ্গিতে কুশীলব সমপদ থেকে ক্রমান্বয়ে হাঁটু খানিকটা বক্র/ভাঙা (knee bent) অবস্থানে পরিবর্তিত হয় এবং পুনরায় সমপদ অবস্থানে ফিরে আসে। কোমর থেকে শরীরের ঊর্ধ্বাংশ বা মেরুদণ্ড থাকে সোজা তবে খানিকটা ঝোঁক থাকে

সম্মুখবর্তী, চলনের ক্ষেত্রে পায়ের পাতার অগ্রভাগ (toe) বা 'অগ্রতলার সঞ্চলন' বিশেষ প্রাধান্য পায়, সন্দংশ মুদ্রায় নির্মিত দুই হাত কনুইয়ের ভাঁজে অনেকটাই প্রসারিত ও বর্ধিত। তবে একাধিক বৃত্তে হয় আবর্তিত বা পরিবর্তিত, দৃষ্টি থাকে অবনত, অর্থাৎ সমর্পিত। পর্যবেক্ষণকৃত এই সকল ভঙ্গিগত অবস্থান ও চলন শাস্ত্রীয় বিধান নির্দেশিত হলেও তা চরিত্রের (রাধা, কৃষ্ণ, গোপীদের) ক্রিয়া-প্রতিক্রিয়া অথবা সংলাপের সাংকেতিক মুদ্রায় অনুবাদ বা প্রকাশ করে না বা শারীরিক অনুবাদ (physical translation) করে না, বরং জ্যোতি সিন্‌হার মন্তব্যানুসারে তা বিষয়ের সাথে চরিত্রের ভাবের অর্থবহ সম্পর্ক নির্মাণ করে।

সুতরাং, মণিপুরি নৃত্যের এই সকল শাস্ত্রীয় বিধি-বিধান বিবেচনায় রেখেই কমলগঞ্জের রাসনৃত্য কুশীলবের মহড়াকালীন 'দেহভঙ্গি' যার অন্তর্গত ক. মৌলিক দেহভঙ্গি (basic body posture/position), খ. 'ভূমি-অনুবর্তী সমর্পিত দেহ', গ. 'মৌল পদচলন' ভিত্তিক সঞ্চলন বিশেষত এক. 'বক্র হাঁটুতে অগ্রতলা সঞ্চলন'; দুই. 'শৌর্য'— তাণ্ডব ও লাস্য এবং তিন. 'ভাব-রস'— প্রভৃতি বিষয়ের প্রায়োগিক ও কৌশলগত সম্ভাবনা অনুসন্ধান করা হয়।

সম্ভাবনায় রাসনৃত্য

নির্ধারিত তিনটি বিষয়ের অনুসন্ধানসূত্রে কুশীলবের দেহের সাথে ভূমির (মঞ্চ/আসরের) এমন বিশেষ কিছু সম্পর্ক নির্ণয়ের চেষ্টা করা হয়, যা অভিনেতার মঞ্চ উপস্থিতিকে আত্মবিশ্বাসী, দৃঢ় ও সাবলীল করে তুলতে পারে। কারণ, শরীরের ঊর্ধ্বাংশ অর্থাৎ কোমড় থেকে উপরের অংশের মুভমেন্টের স্বাভাবিক ছন্দ, গতি ও শৌর্যের প্রকাশ নির্ভর করে পায়ের অবস্থান/স্থিতি, ভর ও বিন্যাসের ওপর। আবার ভূমিস্থিত (মঞ্চে/আসরে) পায়ের ভর, বিন্যাস, অবস্থান ও চলনের ওপর নির্ভর করে গোটা শরীরের বা দেহ-ভাষার পরিপূর্ণ অর্থ বা অভিব্যক্তি। এমনও বলা হয়ে থাকে যে— [an] actor's basic sense of his physicality comes from his feet (Suzuki, 1985 : 9)। অপরদিকে কুশীলবের দেহের ভঙ্গি বা চলন দ্বারা নির্মিত কাঙ্ক্ষিত অর্থবহ অভিব্যক্তি প্রকাশে দেহস্থিত শৌর্য কীভাবে কার্যকর হতে পারে তারও একটা নৃতাত্ত্বিক হদিস পাওয়া যেতে পারে এই অনুসন্ধানের মাধ্যমে। মোদ্দাকথা, ভূমিস্থিত দেহের ভঙ্গি ও চলন, শৌর্য, ও ভাব-রসের বিশ্লেষণ দুটি কারণে গুরুত্বপূর্ণ হতে পারে— এক. ভূমি অনুবর্তী হালকা বেন্ট বা বক্র হাঁটু নির্ভর দুই পায়ের ওপর পূর্ণ ভর দিয়ে চলন অথবা টো-নির্ভর অগ্রতলা সঞ্চলন কীভাবে একজন অভিনেতার শরীরে গতির বৈচিত্র্য ও নিয়ন্ত্রণ সক্ষমতা বৃদ্ধি করতে পারে, তার সম্ভাবনা খুঁজে দেখা। এবং দুই. বিশেষ ও নির্দিষ্ট কিছু ভাব ও শৌর্যের সচেতন বিন্যাস দ্বারা কীভাবে কুশীলবের শারীরী-ভঙ্গি নির্মিত ও নিয়ন্ত্রিত হয় তার কৌশলগত দিক যাচাই করা।

দেহভঙ্গি

প্রথমে রাসনৃত্যের অনুশীলন প্রক্রিয়ায় কুশীলবের ভূমি-অনুবর্তী দেহভঙ্গি বিশেষত 'বক্র হাঁটুতে অগ্রতলা সঞ্চলন' নির্ভর মুভমেন্টের কৌশলগত গুরুত্ব ও সম্ভাবনার দিকটি খতিয়ে দেখা যাক। রাস মণ্ডলে কুশীলবের উপস্থিতি এবং অবস্থান নিরেট একটি বিনোদনমূলক শিল্পরূপ প্রদর্শনের নিমিত্তমাত্র নয় বরং রাসের মণ্ডলী-ভূমিতে উপস্থিত সকল কুশীলবগণ-ই প্রকারান্তরে জীবাত্মা এবং পরমাত্মার মধ্যে ভাবসূত্র বিনির্মাণে এক একটি প্রতীকী দেহে বা ভাব-দেহে রূপান্তরিত হয়। যার

ফলে রাস মণ্ডলীতে কুশীলবের পায়ের প্রতিটি স্পর্শ হয় ভক্তিতে পরিপূর্ণ। আর এই ভক্তির-ই পরম প্রকাশ ঘটে নৃত্যের ছন্দে, দেহের ভাষায় অত্যন্ত হালকা ও কোমল শৌর্যের বিন্যস্ত প্রয়োগের মাধ্যমে, ভূমিতে কঠিন ও তুমুল আঘাত সেক্ষেত্রে কোনোমতেই গ্রহণযোগ্য নয়।

কিন্তু, নৃত্যের ভঙ্গি ও চলনের মূলে ধর্মীয় দর্শন ও ভাব-রসের প্রত্যক্ষ বা পরোক্ষ প্রেরণা যে পর্যায়ে-ই ক্রিয়াশীল থাকুক না কেন, প্রদর্শনমূলক যেকোনো ভঙ্গি ও চলন সর্বদাই অনুশীলন সাপেক্ষ একটি ব্যাপার। আর প্রকৃতিগতভাবেই কুশীলবের দেহভঙ্গি ও চলনের কৌশলগত প্রয়োগ ভূমি সম্পর্ক-যুক্ত একটি বিষয় হয়ে দাঁড়ায়। দেহ অন্তর্গত ভাব ও শৌর্য যেমন বহিঃস্থ ভঙ্গি ও অভিব্যক্তিকে মূর্ত করতে পারে, ভূমির সাথে দেহের ভর, ভারসাম্য, ছন্দ, গতির অবস্থান ও স্থিতির কৌশলগত সম্পর্ক তেমনি বিপরীতক্রমে ভাব ও শৌর্যের প্রকাশকে স্বতঃস্ফূর্ত করে তুলতে পারে। কারণ—

> A performance begins when the actor's feet touch the ground, a wooden floor, a surface, when he first has the sensation of putting down roots; it begins in another sense when he lifts himself lightly from that spot. The actor composes himself on the basis of his sense of contact with the ground, by the way in which his body makes contact with the floor. Of course there are many ways in which the human body can make contact with the floor, but most of us, excepting small children, make contact with the lower part of the body, centering on the feet. The various pleasures that an actor feels as he comes in contact with the ground. (Suzuki, 1985 : 8)

বিষয়টিকে এভাবেও দেখা যায় যে, ভূমির সাথে পায়ের স্পর্শানুভূতির ধরন এবং অভিজ্ঞতার ভিত্তিতে অভিনেতা একদিকে যেমন ভূমির সাথে সংযোগ স্থাপন করে, অপরদিকে তাঁর দেহের বিন্যাসকেও সাবলীল করে তোলে। এ প্রসঙ্গে তাডাশী সুজোকী আরও বলেন—

> The way in which the feet are used is the basis of a stage performance. Even the movements of the arms and hands can only augment the feeling inherent in the body positions established by the feet. There are many cases in which the position of the feet determines even the strength and nuance of the actor's voice. An actor can still perform without arms and hands, but to perform without feet would be inconceivable. (Suzuki, 1985 : 6)

দাঁড়িয়ে থাকা নিত্যদিনের অভ্যস্থ একটি শরীর এবং বক্র হাঁটুতে পায়ের অগ্রতলা বা টো নির্ভর অবস্থানে থাকা অপর একটি শরীর— একটি শরীর দৈনন্দিনের যা অ-বিন্যস্ত, বিশেষ নয় অথবা যা প্রদর্শনার্থে নির্মিত নয়, সেহেতু আকর্ষণীয়ও নয়, অপরটি দৈনন্দিন-অতিরিক্ত বিন্যস্ত শরীর যা বিশেষ বা প্রদর্শনার্থে নির্মিত, ফলে তা হয়ে ওঠে আকর্ষণীয়। বিন্যস্ত এবং অ-বিন্যস্ত শরীরের এই সরল ভিন্নতায় ভূমির সাথে পায়ের অবিচ্ছেদ্য সম্পর্কসূত্রে 'বক্র হাঁটুতে পায়ের অগ্রতলা সঞ্চলন বা টো নির্ভর মুভমেন্টের' গুরুত্ব ও কার্যকারিতা অপরিসীম। এ প্রসঙ্গে ভরতনাট্যম শিল্পী, শিক্ষক এবং গবেষক অমিত চৌধুরীর অভিজ্ঞতার আশ্রয় নেওয়া যেতে পারে—

> আমি ভারতে মণিপুরী কলাক্ষেত্র-এর একজন অভিনেতাকে (তোম্বা তিং) জিজ্ঞেস করেছিলাম, আপনাদের সব চলন বেন্ট (knee bent) কেন? উত্তরে তিনি বলেছিলেন— বেন্ট মানে হচ্ছে আমি যে মাটির সাথে আকড়ে আছি, দর্শক এটাকে অনেক গভীর ভাবে ইন্টারেক্ট করতে পারে বা খুব দ্রুত সেটা বুঝতে পারে। বেন্ট মুভমেন্টের ক্ষেত্র প্রসারিত করে এবং সেটাতে আমি দর্শককে বেশি কনসেনট্রেট করাতে পারি। বেন্টটা এই জন্য গুরুত্বপূর্ণ। (অমিতাভ, ২০১৫)

এছাড়াও বেন্ট বা বক্র হাঁটু পজিশনের সাথে অগ্রতলা সঞ্চলন বা টো নির্ভর চলনের সম্পর্ক অত্যন্ত গভীর। বক্র হাঁটুতে টো নির্ভর অবস্থান ব্যক্তির শরীরে খোলা, উন্মুক্ত, নমনীয়, হালকা অথবা অভিমুখীন হওয়ার ধারণা বা উপলব্ধিকে সহজ করে তোলে অর্থাৎ শরীরের বহুমুখী গতিশীলতার উপলব্ধি এবং শক্তিকে প্রতিষ্ঠিত করে। টো নির্ভর চলন/মুভমেন্ট প্রসঙ্গে তাডাশী সুজোকীর *দ্য ওয়ে অফ এ্যাক্টিং* গ্রন্থে উল্লেখিত কন্ডো শিরো-এর *কনভারসেশন এবাউট দ্য ফিট* থেকে একটি বয়ানের আশ্রয় নেওয়া যেতে পারে—

> Animals that walk on their toes, such as dogs, cats, and other carnivorous species, do not touch their heels to the ground. They are able to walk comparatively quickly. Hooved animals such as deer, goats, and horses also stand on their toes, which constitute the hoof, and so are able to move quite swiftly.
>
> […] According to this system of categories, hooves provide the fastest means of movement, particularly in running. (Suzuki, 1985 : 19)

ফলে এটা স্পষ্ট হয় যে, দেহের টো নির্ভর অবস্থান একদিকে যেমন খোলা, উন্মুক্ত, নমনীয় এবং বহুমুখী গতির সম্ভাবনা সৃষ্টি করতে সক্ষম, অপরদিকে বক্র হাঁটু মানবদেহের স্বাভাবিক ভরকেন্দ্র এবং ভারসাম্যকে চ্যালেঞ্জের মুখে দাঁড় করায়। আর এই চ্যালেঞ্জ মোকাবিলায় শ্রোণীচক্র (pelvis) হাঁটুর অবস্থানসহ দেহের ভঙ্গিগত বিন্যাস ও গতির সাথে স্নায়ুবিক বা নার্ভাস সিস্টেম ও পেশী-শৌর্যের মধ্যে কৌশলগত এক 'মহা সমন্বয়' সৃষ্টি করে। এই 'সমন্বয়ের' মাধ্যমেই অতঃপর দেহের চলমান গতির সাথে পরিবর্তিত ভরকেন্দ্র ও ভারসাম্যের মধ্যে একটি সার্বক্ষণিক তথা সচল-স্থিতি বজায় রাখা সম্ভব হয়। বলা যায় এই 'মহা সমন্বয়'-ই হচ্ছে দেহের ঝুঁকিপূর্ণ সকল সঞ্চলন বা মুভমেন্টের গতি বা শক্তির উৎস। কারণ এই 'সমন্বয়' মাধ্যাকর্ষণ নির্ভর ব্যক্তির নিত্যদিনের স্বাভাবিক ভরকেন্দ্র এবং ভারসাম্যকে খারিজ করে দিয়ে ভিন্ন অথবা বিপরীত ভরকেন্দ্র বা ভারসাম্যে অবস্থান গ্রহণ করে। অতঃপর পরিবর্তিত ভরকেন্দ্র ও ভারসাম্যের সচল-স্থিতি বজায় রাখতে প্রয়োজনীয় শক্তি সঞ্চয়ের নিমিত্তে দেহকে সমন্বয় করে ভূমির সাথে গভীর ও দৃঢ়তর সম্পর্কযুক্ত করে। সঞ্চয় করা এই শক্তির ব্যবহারেই অতঃপর সম্পাদিত হয় বিশেষ, ঝুঁকিপূর্ণ তথা দৈনন্দিন-অতিরিক্ত সকল বিশেষায়িত ভঙ্গি, চলন বা মুভমেন্ট।

সুতরাং টো নির্ভর দেহাবস্থান একদিকে যেমন শরীরে খোলা, উন্মুক্ত, নমনীয় তথা বহুমুখী গতি ও নিয়ন্ত্রণের মনো-দৈহিক অভিজ্ঞতার সম্ভাবনা উন্মুক্ত করে, অপরদিকে বক্র হাঁটু মাধ্যাকর্ষণ শক্তির বিপরীতে ভরকেন্দ্র, ভারসাম্য, গতি, স্নায়বিক ও পেশী শক্তির মধ্যে কার্যকরী 'সমন্বয়' সৃষ্টি করে টো-নির্ভর সকল ভঙ্গি, মুভমেন্ট বা সঞ্চলন অভিজ্ঞতাকে সাবলীল করে তোলে। 'বক্র হাঁটুতে অগ্রতলা সঞ্চলন বা টো নির্ভর দেহভঙ্গির' এই কৌশলগত দিকগুলি-ই অতঃপর রাসনৃত্যের ভূমি-অনুবর্তী সমর্পিত দেহের অবস্থান, মৌল পদচলন, চালি-সংযুক্ত বিভিন্ন ভঙ্গি এবং সঞ্চলনের মাধ্যমে কার্যকর হতে দেখা যায়। তবে 'বক্র হাঁটু ও টো নির্ভর অবস্থান' যে কেবল রাসনৃত্যে কার্যকর হয় ব্যাপারটি মোটেই তা নয়। এই দেহাবস্থানটি ভরতনাট্যম, মার্শাল আর্ট, নো, কাবুকিসহ প্রভৃতি আরও অনেক নৃতাত্ত্বিক ও ধ্রুপদি পরিবেশনায় এর প্রয়োগ লক্ষ করা যাবে। কিন্তু এই ক্ষেত্রে অর্থাৎ রাসনৃত্যে 'বক্র হাঁটুতে অগ্রতলা সঞ্চলনের' প্রায়োগিক কৌশলের সাথে বৈষ্ণবীয় ভাব-রসের প্রয়োগে এবং দেহস্থিত শৌর্যের নির্ধারিত ও নির্দিষ্ট কিছু বিন্যাস ও সমন্বয়ে অতঃপর যে দেহরূপ মূর্ত হয় তা অপরাপর ধ্রুপদি নৃত্য/নাট্যের দেহের রূপ ও বিন্যাস থেকে সম্পূর্ণ পৃথক করে তোলে।

রাসনৃত্যের 'বক্র হাঁটুতে অগ্রতলা সঞ্চলনের' প্রায়োগিক কৌশলের সাথে ভাব-রস ও শৌর্য প্রয়োগের এই প্রক্রিয়াটি মনো-দৈহিক। আর তাই 'বক্র হাটুতে অগ্রতলা সঞ্চলন' বা টো নির্ভর দেহাবস্থান শরীরে যে সকল খোলা, উন্মুক্ত, হালকা ও নমনীয় অভিজ্ঞতার সম্মুখীন করে তা কেবল রাসনৃত্যের 'স্পাইরাল বা সর্পিল' অথবা 'ফিগার এইট মোশন বা ভঙ্গি'র ক্ষেত্রে নয় বরং অভিনেতা তাঁর কল্পনাশক্তির ওপর ভর করে একাধিক মনো-দৈহিক মোশন বা ফিগার বা শরীরের বিমূর্ত রূপ নির্মাণের অভিজ্ঞতা অর্জন করতে পারে। অধিকন্তু, এই মনো-দৈহিক অনুশীলন অভিজ্ঞতা অভিনেতার গতি, ভর ও ভারসাম্যের নিয়ন্ত্রণ, বৈচিত্র্য, সচল-স্থিতি ও সঞ্চলন সহযোগে শরীরের বিমূর্ত কাঠামো বা রূপ নির্মাণ-বিনির্মাণের সক্ষমতাকে সমৃদ্ধ করতে পারে।

শৌর্য

আলোচনার এ পর্যায়ে রাসনৃত্যে কুশীলবের দেহস্থিত শৌর্য— তাণ্ডব ও লাস্য বিষয়ে আলোকপাত করা যেতে পারে। পূর্বেই বলা হয়েছে যে, রাসনৃত্য বিনোদনের নয়, ভয়ংকর রৌদ্র মূর্তিরও নয় বরং সমর্পণ নিবেদনের উদ্দেশ্যে কুশীলবের দেহের ভঙ্গি ও চলন হয়ে ওঠে বিনম্র চঞ্চল। রাসনৃত্যে কুশীলবের বিনম্র চঞ্চল দেহভঙ্গির নির্মাণ ও প্রদর্শনে ভূমিস্থিত সম্পর্ক কীভাবে প্রতিফলিত হয় তার একটি ব্যাখ্যা পাওয়া যায় মণিপুরি শাস্ত্রীয় নৃত্যের প্রশিক্ষক সুইটি দাসের মন্তব্যে—

> মণিপুরী নাচে যাই করা হোক না কেন, সমস্ত স্টেপগুলো কিন্তু মোটামুটি এই— টো-পয়েন্টে বডি মাটি রিলেটেড বা সংলগ্ন থাকে, অর্থাৎ পুরো মাটির সাথে রিলেটেড থাকে এবং শরীর খানিকটা বেন্ট থাকে। জাম্প অথবা মুভমেন্ট সব ক্ষেত্রে মাটির সাথে সম্পর্কিত থাকে। অর্থাৎ মণিপুরী নাচটা আমার মনে হয়, সম্পূর্ণ ভূমিকেন্দ্রিক, মাধ্যাকর্ষণ শক্তির সঙ্গে সম্পূর্ণভাবে রিলেটেড। কারণটা ভৌগোলিক। ভৌগোলিক বলার পিছনে কারণ হচ্ছে মণিপুর কিন্তু উত্তর-পূর্বাংশে যেটি সম্পূর্ণ পাহাড়ি অঞ্চল। আদি সময়ের পানে দৃষ্টি দিলে এটি সুস্পষ্ট যে তখন পাহাড়ি প্রতিকূল পরিবেশে পায়ের স্টেপ বা শরীরের ভঙ্গির প্রতি সম্পূর্ণ সচেতন থেকেই করতে হতো। সম্ভবত সেই থেকেই যুগের পর যুগ ধরে নানা বিবর্তনের মাধ্যমে মণিপুরী নাচের বর্তমান রূপ যা আজ অবধি ভূমি সংলগ্ন বা ভূমিকেন্দ্রিক রয়েছে। (সুইটি, ২০১৫)

সুইটির এই বয়ানে পুনরায় স্পষ্ট হয় যে, 'টো-পয়েন্টে' মুভমেন্ট/চলনের সাথে খানিকটা বক্র-হাঁটু ও সম্মুখবর্তী ঝোঁকানো শরীর এবং ভূমি সংলগ্ন হয়ে থাকার বিষয়টি রাসনৃত্যের বিশেষ ও বৈশিষ্ট্যপূর্ণ একটি দেহভঙ্গি যা ইতঃপূর্বেই আলোচিত হয়েছে। কিন্তু প্রশ্ন হচ্ছে ভূমি-অনুবর্তী বিনম্র চঞ্চল দেহভঙ্গি ও চলন, মৌল পদচলন, ঘূর্ণন, সর্পিল শৈলীসহ যা কিছু বিশিষ্ট রূপ দেহে মূর্ত হয়ে ওঠে এর দেহগত 'অন্তঃপ্রবাহ' কী বা এর গতি এবং লয় নিয়ন্ত্রিত হয় কীভাবে? এ প্রসঙ্গে নৃত্যশিল্পীর দেহস্থিত স্নায়বিক এবং পেশীর সমন্বয়ে সৃষ্ট এনার্জি বা শৌর্যের প্রবাহকে সর্বাগ্রে চিহ্নিত করা যাক—

> Performer's energy is a readily identifiable quality: it is the performer's nervous and muscular power. The mere fact that this power exists is not particularly interesting, since it exists, by definition, in any living body. What is interesting is the way this power is molded in a very special context: the theatre. At each moment of our lives, consciously or otherwise, we model our energy. (Savarese, 1991 : 74)

অর্থাৎ, মানুষ তাঁর দেহ-অভ্যন্তরে বিরাজমান স্নায়বিক ও পেশিগত জটিল প্রতিক্রিয়ায় সৃষ্ট এই শৌর্য থেকে একদিকে যেমন কর্ম-উদ্দীপনা লাভ করে থাকে, অপরদিকে এই শৌর্যের মাধ্যমেই পরিবর্তিত নানান পরিস্থিতিতে ব্যক্তি তাঁর সৃষ্ট নতুন নতুন শারীরিক অভিব্যক্তিকে সুনির্দিষ্ট ও অর্থবহ করে তোলে। তবে প্রাত্যহিক জীবনে শৌর্যের প্রকাশ হয় স্বাভাবিক ও আকর্ষণহীন কিন্তু পরিবেশনার (নাট্য, নৃত্য প্রভৃতি) ক্ষেত্রে শৌর্যের প্রকাশ হচ্ছে সচেতনমূলক— প্রশিক্ষণলব্ধ ও মহড়াকৃত তবে নিয়ন্ত্রিত এবং বিন্যস্ত। তাই রাসনৃত্যে আমরা কেবল নির্দিষ্ট কতিপয় ভঙ্গি বা চলনের শৈলীবদ্ধ দেহ-বিন্যাস প্রত্যক্ষ করি তা নয় বরং এই সকল ভঙ্গি বা চলনের দেহগত 'অন্তঃপ্রবাহ' হিসেবে প্রশিক্ষণলব্ধ শৌর্যের শৈল্পিক প্যাটার্ন বা 'মডেল'ও প্রত্যক্ষ করে থাকি। অর্থাৎ দেহস্থিত শৌর্যের বিন্যস্ত বিমূর্ত প্যাটার্ন বা মডেল দ্বারা-ই বহিঃস্থ দেহে নানাবিধ ভঙ্গি বা ভাষা ক্রমাগত মূর্ত হয়ে ওঠে। মণিপুরি নৃত্যের পেঁচাল (spiral), 'বিজড়িত সর্পিল' (intertwined serpent) বা figure eight motion অথবা 'টো-পয়েন্টে ভূমি-সংলগ্ন সমর্পিত দেহ' প্রভৃতি যে সকল শৈলী, ভঙ্গি বা রূপ প্রত্যক্ষ করা যায়, কার্যত এগুলোই হচ্ছে দৈনন্দিন শরীর অতিরিক্ত জ্যামিতিক বিমূর্ত ধারণার শারীরি-রূপায়ণ, যা দেহগত অন্তঃপ্রবাহ— শৌর্যের বিন্যস্ত প্যাটার্ন বা মডেল দ্বারা হয় বিনির্মিত।

> The body is depersonalized to the point of geometrical abstraction. The continuities of this approach and the consequent methodology of 'form' are consistently apparent in the various dance styles of India. *Bharatanatyam* is a series of triangles in space, *Kathakali* a square, *Manipuri* a spiral or and intertwined serpent and *Kathak* an axis (Vatsyana, 1983 : 57).

অর্থাৎ এই হচ্ছে দেহ অন্তর্গত শৌর্যের বিমূর্ত প্যাটার্ন বা মডেল যা ব্যক্তির ভাব, বিশ্বাস ও কল্পনার সমন্বয়ে মূর্ত হয় দেহের ক্যানভাসে, জ্যামিতিক বিমূর্ত দেহ-ভাষা বা শৈলীতে। দেহস্থিত শৌর্যের বিষয়টিকে এভাবেও ব্যাখ্যা করার অবকাশ রয়েছে যে, দেহের বহিঃস্থ শৈলী বা ভঙ্গি ঠিক ততখানি আকর্ষণীয় সুনির্দিষ্ট, বিন্যস্ত ও শিল্পভাষাময় হয়ে উঠতে সক্ষম, ঠিক যতখানি দেহের 'অন্তঃপ্রবাহ'— শৌর্যের প্যাটার্ন বা মডেলটি হতে পারে সুনির্দিষ্ট, বিন্যস্ত এবং সুগঠিত। Figure eight motion ঠিক তেমনি একটি প্যাটার্ণ যেটি বহিঃস্থ ভঙ্গিকে শৌর্যের অন্তঃস্থ মডেল ইংরেজি '8' দ্বারা বিনির্মাণ করে। কিন্তু মণিপুরি রাসনৃত্যের সর্পিল চলন বা মুভমেন্ট (spiral or intertwined serpent), ভূমি-অনুবর্তী দেহভঙ্গি ও চলনসহ নির্মিত সকল দেহভঙ্গিমায় শৌর্যের প্রয়োগ কীভাবে বিশিষ্টরূপ লাভ করে সেটি এক্ষণে বুঝে নেওয়া যেতে পারে।

দক্ষিণ এশিয়ার প্রায় সকল প্রকার নৃত্য ও নাট্যকলা ঐতিহ্যে কুশীলব/অভিনেতা তথা মানব দেহের শৌর্যকে 'তাণ্ডব' এবং 'লাস্য' নামে পরস্পর বিপরীত তথা এক দেহে প্রবহমান দুটি বিপরীত শক্তিরূপে চিহ্নিত করা হয়। শৌর্যের কোনো লিঙ্গভেদ করা যায় না, কেননা মানবদেহ মাত্রই শৌর্যময় দেহ, কখনো তা প্রলয়ে প্রকাশ আবার কখনো সুকুমারে। তথাপিও স্থানীয় সাংস্কৃতিক ঐতিহ্যে কখনো পুরুষ রূপের প্রকাশে তাণ্ডব এবং নারীর প্রকাশে লাস্যের প্রয়োগ লক্ষ্য করা যায়। কখনো আবার লিঙ্গভেদে নয় বরং ঘটনা বা বিষয়ের প্রকারভেদেও শৌর্যের প্রয়োগ নির্ধারিত হয়ে থাকে, যেমন— প্রলয়, ধ্বংস, ভয়ংকর, বীভৎস প্রভৃতির প্রকাশে (নারী অথবা পুরুষ উভয়ে ক্ষেত্রে প্রযোজ্য) তাণ্ডব প্রয়োগ করা হয়, আবার প্রেম, প্রণয়, নির্মল আবেগ প্রকাশে হয় লাস্যের প্রয়োগ। তবে মণিপুরি রাসনৃত্যে পরস্পর বিপরীত এই দুটি শৌর্য— তাণ্ডব ও লাস্যের উপস্থিতি ও প্রয়োগ বিশেষ এবং বৈশিষ্ট্যমণ্ডিত। যেহেতু ভগবান কৃষ্ণের প্রতি সমর্পণ ও ভক্তি এই নৃত্যের মূল প্রেরণা, সেহেতু দেহের শৌর্য প্রকাশে লাস্যের

ব্যবহার-ই মুখ্য হয়ে ওঠে, প্রথাগত তাণ্ডবের তুমুল ও ভয়ংকর রৌদ্র রূপের প্রদর্শন এক্ষেত্রে অকার্যকর। যদিও রাসনৃত্যের কিছু কিছু ভঙ্গি ও চলনে তাণ্ডবের প্রয়োগ নির্দিষ্ট করেই উল্লেখ করা হয়েছে, তথাপি সেই তাণ্ডব প্রলয়ংকরী ধ্বংস রূপের প্রকাশে নয় বরং সেই তাণ্ডব হয়ে ওঠে লাস্যময়-তাণ্ডব। এ প্রসঙ্গে কিছু অভিমত গ্রহণ করা যেতে পারে—

> 'লাস্য ও তাণ্ডবে দেহের বিশেষ বিশেষ চলন ভঙ্গিমায় সামান্য কিছু পার্থক্য থাকলেও সাধারণ হচ্ছে বডি সোজা থাকবে। টো বেজড এবং বডিকে মাটির সাথে পুশ করা অর্থাৎ ডাউনওয়ার্ড থাকবে। অর্থাৎ বডি ভূমি সংলগ্ন থেকে ভূমি থেকে শক্তি সঞ্চয় করে, শক্তির ব্যবহার সম্পূর্ণত ডাউনওয়ার্ড। জাম্প করার ক্ষেত্রেও ভূমি থেকে শক্তি নিয়ে জাম্প করা হয়। মাধ্যাকর্ষণ, ডাউনওয়ার্ড, চোখ নিচে, ফলে ভঙ্গিটির সার্বিক প্রকাশ তাণ্ডব হলেও তা লাস্যময়-তান্ডব হয়ে ওঠে, অর্থাৎ নিবেদনমূলক হয়ে থাকে। (সুইটি, ২০১৫)

মণিপুরি মেইতেই সম্প্রদায়ের সাংস্কৃতিক ব্যক্তিত্ব ও গবেষক এ কে শেরামের মন্তব্যও রাসনৃত্যের লাস্যময়-তাণ্ডবের ধারণাকে সমর্থন করে— 'মণিপুরী নৃত্য মূলত লাস্যধারার। এ নৃত্যের বৈশিষ্ট্য তার শান্তশ্রী, তার ভক্তিময়তা, তার নম্র মুখরতা। মণিপুরী নৃত্যের মধ্যে একমাত্র মৃদঙ্গ নৃত্যই পুরোপুরি তাণ্ডব ধারা। অন্যান্য কিছু কিছু নৃত্যে তাণ্ডব ও লাস্য ধারার এক সুষম সমন্বয় লক্ষ্য করা যায় (শেরাম, ২০০৯ : ৫২)। অপরদিকে *শাস্ত্রীয় মণিপুরি নর্ত্তন* গ্রন্থে রাসনৃত্যের দেহের গতি ও শৌর্যকে ব্যাখ্যা করা হয়েছে এভাবে— 'এর সৌন্দর্য অঙ্গচলনের সূক্ষ্মতায়, এর সৌন্দর্য নিয়ন্ত্রিত গতিতে, 'অতি'তে নয়। ভাবনাপ্রধান হওয়ায় এটি নম্র এবং গম্ভীর' (দেবী, ১৯৯৩ : ৭১)। লক্ষণীয় বিষয় হচ্ছে এই যে, 'লাস্যময়-তাণ্ডব' ধারণাটি প্রাচীন এবং পৌরাণিকযুগের নৃত্যকলা থেকেই উদ্ভূত। তাণ্ডব সম্পর্কে বলা হয় যে এটি মূলত শৃঙ্গার রস থেকেই উদ্ভূত। কেননা—

> শৃঙ্গার রস থেকে উদ্ভূত বলে তাণ্ডব নৃত্যে সত্ত্বের প্রসন্নতা ও সকুমারতা নিহিত। এই প্রসন্নতার উদ্বোধক স্ত্রী ও পুরুষ উভয়েই। পুনরায় তাণ্ডবে সৃষ্টি ও সংহার দু রকম বৃত্তিই থাকে। নটরাজ তাণ্ডবনৃত্যে নিখিল বিশ্ব সৃষ্টি করে আনন্দে আত্মহারা হয়ে তার মহিমা নিজেই উপভোগ করেন ও পরে প্রলয়মূর্তিতে তাণ্ডবের উদ্দাম নৃত্যে বিশ্বসংসার ধ্বংসও করেন। তাই তাণ্ডবে দুটি রূপেরই পরিচয় পাওয়া যায়। (শঙ্করলাল, ১৯৯৭ : ২০৪)

তাই বিষয়টিকে এভাবেও ব্যাখ্যা করা যায়— যে নৃত্য সমর্পণের, নিবেদনের সে নৃত্যে তাণ্ডবের প্রকাশ যে নির্মল, সুকুমার তথা লাস্যময় হবে তাতে সন্দেহের অবকাশ থাকে না। তাই কুশীলবের দেহস্থিত শৌর্যের লাস্য ও লাস্যময়-তাণ্ডব রূপের সচেতন ও স্বতঃস্ফূর্ত বিন্যাসে সৃষ্ট প্যাটার্ন বা মডেল-ই অতঃপর রাসনৃত্যের দেহশৈলীতে ভাব-অর্থপূর্ণ জ্যামিতিক বিমূর্ত শিল্পভাষাময় হয়ে উঠবে এতে সন্দেহ থাকে না। শিল্পীর দেহে মূর্ত হওয়া নানাবিধ ভঙ্গির গভীরে এই যে স্নায়বিক এবং পেশীগত শক্তির স্বতঃস্ফূর্ত বিন্যাস, গতিময়তা বা নৃত্যচঞ্চল সক্রিয়তা এটি-ই হচ্ছে দেহের অন্তঃপ্রবাহ— লাস্য ও লাস্যময়-তাণ্ডব, যা দীর্ঘ পরম্পরাসূত্রে রাসনৃত্যে চর্চিত হয়ে বিশিষ্টরূপ লাভ করেছে। সুতরাং, দেহে নির্মিত ভঙ্গি বা চলন ঠিক ততটুকু-ই বিশেষ, সুনির্দিষ্ট অথবা জ্যামিতিক বিমূর্ত হতে সক্ষম হয়, ঠিক যতটুকু বিশেষ, সুনির্দিষ্ট অথবা বিমূর্ত হতে সক্ষম হয় নৃত্যশিল্পীর দেহস্থ শৌর্যের বিন্যাস, প্যাটার্ন অথবা মডেল-এর রূপায়ণ। মণিপুরি নৃত্যে এই মডেলটি মূর্ত হয়ে ওঠে কখনো ভূমি-অনুবর্তী সমর্পিত শরীরে, কখনো পেঁচিয়ে থাকা ঘূর্ণমান সর্পিল ভঙ্গিমায় আবার কখনো 'চালি' বা 'চালি অরৈবী'র চলন, উল্লম্ফন এবং ঘূর্ণনে। অতএব একথা বলা অসংগত নয় যে, নৃত্য, নাট্য, অ্যাক্রোবেট, ব্যালে প্রভৃতি পরিবেশনায় কুশীলব/অভিনেতার 'শারীরিক উপস্থিতির' প্রাথমিক আকর্ষণ

তৈরিতে বা দেহের ভাষায় নান্দনিক অভিব্যক্তি প্রকাশের ব্যাপারটি কৌশলগতভাবে শৌর্যেরও অধীন যা অনুশীলন, বিন্যাস ও নিয়ন্ত্রণ সাপেক্ষ একটি বিষয় এবং ক্রমাগত শিক্ষণ ও প্রশিক্ষণসূত্রে-ই তা কেবল আয়ত্ত করা বা এর উৎকর্ষ বৃদ্ধি করা সম্ভব।

শৌর্যের অনুশীলন, নিয়ন্ত্রণ এবং বিন্যাসের গুরুত্ব ও সম্ভাবনার এই বিষয়টি বিবেচনায় রেখে রাসনৃত্যে কুশীলবের দেহের সকল ভঙ্গি ও চলনের অন্তঃপ্রবাহ— লাস্য এবং লাস্যময়-তাণ্ডব শৌর্যের বিমূর্ত প্যাটার্ন (মডেল) নির্মাণের কৌশলটিকে অভিনেতার মনো-দৈহিক প্রস্তুতি-সহায়ক একটি উপাদান হিসেবে গ্রহণ করা যেতে পারে। কেননা দেহের সঞ্চালন বা মুভমেন্ট মাত্রই মনো-দৈহিক প্রক্রিয়ার ফলাফল, যাতে অভিনেতার অন্তরস্থ অভিপ্রায় বা ইচ্ছা (inner intend) দ্বারা বাহ্যিক অভিব্যক্তি নির্মিত/প্রদর্শিত হয়। ফলে রাসনৃত্যে ব্যবহৃত শৌর্যের প্যাটার্ন নির্মাণের এই কৌশলটি অভিনেতাকে তাঁর মনো-দৈহিক ভঙ্গি এবং এর প্রক্রিয়া সম্পর্কে সংবেদনশীল ও সাবলীল করে তুলতে পারে। অর্থাৎ অভিনেতা তাঁর অভিপ্রায় বা ইচ্ছা-শক্তির ওপর আস্থা রেখে তাঁর শৌর্যকে বৈচিত্র্যের একাধিক প্যাটার্নে বিন্যাস করতে পারেন এবং পরিণামে তা অভিনেতার মনো-দৈহিক ভঙ্গি প্রকাশের সক্ষমতাকে-ই নানা অভিজ্ঞতায় সমৃদ্ধ করতে পারে। ঠিক যেভাবে অন্তস্থ মডেল ইংরেজি '8' দ্বারা বিন্যস্ত Figure eight motion দেহের শৈলীতে সুনির্দিষ্ট শিল্পভাষাময় ও নান্দনিক হয়ে ওঠে।

ভাব রস

রাসনৃত্যের সকল ভঙ্গি, চলন এবং গতির অন্তঃপ্রবাহ যদি হয় লাস্য ও লাস্যময়-তাণ্ডব তবে এদের প্রাণভোমরা হচ্ছে কৃষ্ণ-মহাভাব বা 'ভক্তি রস'। রাসনৃত্য গৌড়ীয় বৈষ্ণব ধর্ম ও দর্শন আশ্রিত হওয়ায় এর রস-বিন্যাস, বৈচিত্র্য এবং প্রকারভেদ ভরতকৃত নাট্যশাস্ত্র বর্ণিত রসভেদ (শৃঙ্গার, করুণ, হাস্য, বীর, রৌদ্র, ভয়ানক, বীভৎস, অদ্ভুত) অনুরূপ নয় এমন কি বৈষ্ণবীয় কৃষ্ণ-আখ্যান পরিবেশনায় এ সকল রসের গুরুত্ব মুখ্যও নয়। মহাপ্রভু চৈতন্যদেব প্রচার করেন যে, ভক্তিই প্রেমের বীজ। ভক্তিই শৃঙ্গার-রসরাজকে শ্রীমণ্ডিত করে— 'ভক্তিই রস। রসের আস্বাদনেই আনন্দ। আনন্দই ব্রহ্ম (হরেকৃষ্ণ, ১৯৯০ : ৫২)। পরবর্তীকালে বৈষ্ণব পণ্ডিতগণ ভক্তিকে কেবল মুখ্যরসই নয় বরং একে 'মধুরাখ্য ভক্তিরসরাজ' হিসেবে আখ্যায়িত করে এর শাস্ত্রীয় বয়ান প্রদান করেন। শ্রীরূপগোস্বামী প্রণীত *উজ্জ্বলনীলমণি* গ্রন্থে ভক্তি রসের ব্যাখ্যায় বলা হয়—

> (মধুর ভক্তিরসরাজ লক্ষণ যথা) বক্ষ্যমাণ বিভাব, অনুভাব, সাত্ত্বিক এবং সঞ্চারি প্রভৃতি কার্য্য কারণ সহকারী ভাব দ্বারা মধুরা আস্বাদনীয় হইলে পণ্ডিতেরা তাহাকেই মধুরাখ্য ভক্তিরস বলিয়া উল্লেখ করিয়াছেন॥ (বিভাব যথা) রতিবিষয়ক আস্বাদনের হেতুকে বিভাব বলে। ঐ বিভাব দুই প্রকার সালম্বন ও উদ্দীপন। সেই উদ্দীপন আবার দুই প্রকার হয়, কৃষ্ণ এবং ভক্ত অর্থাৎ কৃষ্ণ বিষয়ক উদ্দীপন এবং ভক্ত বিষয়ক উদ্দীপন॥ (রূপগোস্বামী, ১৩৪১ বঙ্গাব্দ : ৫)

সুতরাং বৈষ্ণবমতে কৃষ্ণ-ই আনন্দ, কৃষ্ণ-ই রসসর্বস্ব এবং কৃষ্ণ রসরূপময়। আর এই যুক্তিতে ভক্তিকে রস হিসেবে মেনে নিলে 'কৃষ্ণরতি' হয় স্থায়ীভাব। তবে 'মণিপুরীরা ভক্তিমার্গানুসারী হওয়ায় তাঁরা ভক্তিরসকে দ্বাদশ-প্রকার বলে মেনে থাকেন। শান্ত, দাস্য, বাৎসল্য, মাধুর্য— এই পাঁচটি মুখ্য এবং হাস্য, অদ্ভুত, বীর, করুণ, রৌদ্র, ভয়ানক, বীভৎস— এই সাতটি গৌণরস হিসাবে গণনা করা হয় (দেবী, ১৯৯৩ : ১০৪)।

অপরদিকে, ভরত প্রণীত *নাট্যশাস্ত্র* অনুযায়ী বিভাব, অনুভাব এবং ব্যভিচারিভাবের সাহচর্যে এসে স্থায়ী ভাবের রসোনিষ্পত্তি ঘটে। এ হিসেবে স্থায়ীভাব রতি থেকে নিষ্পত্তি ঘটে শৃঙ্গার রসের— 'পৃথিবীতে যা কিছু শুভ্র, পবিত্র, সুদর্শন তা শৃংগারের সঙ্গে উপমিত হয়। যে উজ্জ্বলবেষ পরিহিত সে শৃংগারবান্ বলে অভিহিত হয়। [...] এইরূপে এই আচার সিদ্ধ, হৃদয়গ্রাহী রস উজ্জ্বলবেশাত্মক বলে শৃংগার (নামে অভিহিত)। ঐ (রস) স্ত্রীপুরুষ থেকে উৎপন্ন এবং উত্তম যুবাপুরুষের প্রকৃতিসম্পন্ন (বন্দ্যোপাধ্যায়, ১৯৮০ : ১৪১)। এখানে ভরত এবং বৈষ্ণব পণ্ডিতদের মধ্যে স্থায়ীভাব রতির ব্যাখ্যায় ভিন্নমত সুস্পষ্ট। *নাট্যশাস্ত্র* অনুযায়ী রতি স্থায়ীভাব থেকে শৃঙ্গার রসের নিষ্পত্তিতে নারী-পুরুষের কাম ও প্রেম সম্পর্কযুক্ত থাকলেও বৈষ্ণব ধারায় তা সম্পূর্ণ বর্জনীয়। এখানে প্রেমের পূর্ণতা হয় মধুর লীলায়— 'শ্রীকৃষ্ণের সহিত ব্রজসুন্দরীদিগের লীলা বিশেষ-ই শৃঙ্গার রসের পরম উৎকর্ষ' (রূপগোস্বামী, ১৩৪১ বঙ্গাব্দ : ১৭)। রতিভাব এখানে সম্পূর্ণ নিষ্কাম দ্বারা ব্যাখ্যাত, ভক্তি-ই এর একমাত্র বিবেচ্য— 'রাধা-কৃষ্ণের প্রেম— নিগূঢ় প্রেম, এই প্রেমকে জাগতিক প্রেমের সাথে তুলনা করা মহাপাপ। কেউ যদি এই প্রেমের সাথে জাগতিক প্রেমের তুলনা করতে সামান্য মনোভাব যায় তবে সে আমাদের ভাষায় নরকে যাবে। এই প্রেম— নিষ্কাম প্রেম, সেই প্রেমের প্রতি ভক্তি, সেই ভক্তিতে হয় শক্তি' (রাশকান্ত, ২০১৫)। প্রদত্ত উক্তিটির আলোকে নিশ্চিতভাবেই বলা যায় যে, পরমপুরুষ কৃষ্ণের প্রতি নিগূঢ় প্রেম থেকে উৎপন্ন ভক্তিই হচ্ছে কুশীলবগণের মূলগত প্রেরণা (Inner motivation) যা দেহের 'অন্তঃপ্রবাহ— লাস্য এবং লাস্যময়-তাণ্ডব শৌর্যের' আশ্রয়ে বিধিবদ্ধ ভঙ্গি, চলন ও গতিতে হয় মূর্ত। বিষয়টিকে এভাবেও বলা যায়— রাসনৃত্যে প্রদর্শিত সকল দেহভঙ্গি ও চলনের অন্তঃপ্রবাহ যদি হয় লাস্য ও লাস্যময়-তাণ্ডব তবে এর প্রাণদায়িনী শক্তি হচ্ছে কৃষ্ণ মহাভাব— স্থায়ীভাব যার কৃষ্ণরতি, রসেতে যা হয় ভক্তি। পরিণামে কৃষ্ণ আখ্যান হয়ে ওঠে রসময় অর্থাৎ সম্পাদিত হয় 'রাসনৃত্য' বা 'রাসলীলা'।

শেষকথা

রাসনৃত্যের বিশিষ্ট এবং শৈলীবদ্ধ সকল দেহভঙ্গি, চলন এবং মুভমেন্টের প্রায়োগিক এবং কৌশলগত প্রক্রিয়া অনুসন্ধানে স্পষ্টভাবে প্রতীয়মান হয় যে, এই নৃত্যে ভাব-রস প্রযুক্ত সকল বিধিবদ্ধ দেহভঙ্গি ও শৈলীর রূপায়ণ ও প্রদর্শনের মূলে ক্রিয়াশীল হয় কুশীলবের দেহস্থিত শৌর্য— 'লাস্য এবং লাস্যময়-তাণ্ডবের' সচেতন, সুবিন্যস্ত তথা জ্যামিতিক বিমূর্ত প্রবাহ। অর্থাৎ দেহস্থিত শৌর্য— 'লাস্য এবং লাস্যময়-তাণ্ডবেরই' সচেতন বিন্যাসের কতিপয় প্যাটার্ন বা মডেলের 'জ্যামিতিক বিমূর্ত' রূপের প্রকাশ ঘটে কুশীলবের দেহের ক্যানভাসে। ফলে অন্তঃপ্রবাহ হিসেবে শৌর্যের প্যাটার্ন বা মডেল বিনির্মাণের এই কৌশলগত প্রক্রিয়াটি অভিনেতার মনো-দেহের অনুশীলন, প্রস্তুতি ও প্রশিক্ষণের উপায় বা উপাদান হিসেবে বহুমাত্রিক সম্ভাবনার ক্ষেত্র উন্মোচন করে। কেননা, অভিনেতা তাঁর ইচ্ছা ও কল্পনাশক্তির সমন্বয়ে কেবল রাস নির্দেশিত প্যাটার্নগুলোই নয় বরং একাধিক বা বহুমাত্রিক মডেলের জ্যামিতিক বিমূর্ত শরীর নির্মাণ ও বিনির্মাণে নিজেকে সম্পৃক্ত করতে পারেন এবং শৌর্যভিত্তিক তাঁর অভিজ্ঞতা তথা মনো-দৈহিক ভঙ্গিগত অভিজ্ঞতাকে করতে পারেন সমৃদ্ধ ও সম্ভাবনাময়।

অপরদিকে 'বক্র হাঁটুতে অগ্রতলা সঞ্চলন ভঙ্গির' প্রায়োগিক এবং কৌশলগত অনুসন্ধানের মাধ্যমে দেখা যায় যে, এটিও অভিনেতার শরীরে বহুমুখী ভঙ্গি সম্পাদনে খোলা, উন্মুক্ত, হালকা, নমনীয়তার বোধ বা উপলব্ধিকে সক্রিয়-স্বতঃস্ফূর্ত করে তুলতে পারে। ফলে এই

ভঙ্গিটি কেবল রাসনৃত্য নির্দেশিত স্পাইরাল বা সর্পিল, ফিগার এইট মোশন, ঘূর্ণন, উল্লম্ফন প্রভৃতি সম্পাদনের ক্ষেত্রে নয় বরং অভিনেতা তাঁর কল্পনাশক্তির ওপর ভর করে একাধিক মনো-দৈহিক ভঙ্গির নির্মাণ, বিনির্মাণ করতে পারেন এবং দেহের সচল-স্থিতি, গতি, ভর ও ভারসাম্যের নিয়ন্ত্রণ ও সঞ্চলন অভিজ্ঞতাকে সমৃদ্ধ ও সম্ভাবনাময় করে তুলতে পারেন। অধিকন্তু, নগরায়তনিক অভিনেতার মনো-দৈহিক প্রস্তুতি বা অনুশীলনী প্রক্রিয়ায় জাতিতাত্ত্বিক সাংস্কৃতিক উপাদানের প্রায়োগিক তথা কার্যকর মেলবন্ধন তৈরি করতে পারেন।

সহায়কপঞ্জি

এ. কে. শেরাম (২০০৯)। 'মণিপুরীদের ঐতিহ্যময় নৃতাত্ত্বিক ও সাংস্কৃতিক প্রেক্ষিত'। *আদিবাসী সংস্কৃতি*। সম্পাদক : ম. মজিদ। মাওলা ব্রাদার্স, ঢাকা।

কপিলা বাৎসায়ন (১৯৮০)। *ভারতের নাট্য-ঐতিহ্য*। ন্যাশনাল ট্রাস্ট বুক ইণ্ডিয়া, নয়াদিল্লি।

কলাবতী দেবী ও দর্শনা ঝাভেরী (১৯৯৩)। *শাস্ত্রীয় মণিপুরী নর্তন*। মণিপুরী নর্তনালয়, কলকাতা।

দেবযানী চলিহা (২০০৯)। 'মণিপুরী নৃত্যের দু'টি ধারা'। *আদিবাসী সংস্কৃতি*। সম্পাদক : ম. মজিদ। মাওলা ব্রাদর্স, ঢাকা।

ভরত (১৯৮০)। *ভরত নাট্যশাস্ত্র*। সম্পাদক : ড. সুরেশচন্দ্র বন্দ্যোপাধ্যায়। নবপত্র প্রকাশন, কলকাতা।

শঙ্করলাল মুখোপাধ্যায় (১৯৯৭)। *ভারতীয় নৃত্য ধারার সমীক্ষা*। ফার্মা কেএলএম প্রাইভেট লিমিটেড, কলকাতা।

শ্রী রূপগোস্বামী (১৩৪১ বঙ্গাব্দ)। *উজ্জ্বলনীলমণি*। সম্পাদক : শ. র. বিদ্যারত্ন। বহরমপুর।

হরেকৃষ্ণ মুখোপাধ্যায় (১৯৯০)। *বাঙ্গালার কীর্তন ও কীর্তনীয়া*। পশ্চিমবঙ্গ রাজ্য পুস্তক পর্ষদ, কলকাতা।

Graham M. Schweig (2005). *Dance of Divine Love.* Princeton University Press, New Jersey.

Kapila Vatsyana (1983). *The Square and the circle of the Indian.* Abhinav Publication, New Delhi.

Nayana Jhaveri (1979). *Guru Bipin Singh.* Munipuri Nartanalaya, Calcutta.

Nicola Savarese & Eugenio Barba (1991). *A dictionary of theatre anthropology : The secret art of the performer.* Routledge, London.

Nupur Singha (2008, August 23). *Indian Monipuri Dance : The first position for munipuri dance.* Retrieved March 8, 2016, from Youtube: https://www.youtube.com/watch?v =5Ooz1GPreT0

Tadashi Suzuki (1985). *The Way of Acting : The Theatre Writting of Tadashi Suzuki* (J. T. Rimer, Trans.), Theatre Communications Group, New York.

সাক্ষাৎকার

অমিত চৌধুরী (২২ ফেব্রুয়ারি ২০১৫)। 'এথনোলোজিক্যাল ডান্স'। সাক্ষাৎকার : স. র. লিপন। ঢাকা ইউনিভার্সিটি, ঢাকা।

কৃষ্ণকুমারী (১২ জুলাই ২০১৫)। 'রাসনৃত্য'। সাক্ষাৎকার : সাইদুর রহমান লিপন। কমলগঞ্জ, শ্রীমঙ্গল।

জ্যোতি সিনহা (১৩ জুলাই ২০১৫)। 'রাসনৃত্য'। সাক্ষাৎকার : সাইদুর রহমান লিপন। কমলগঞ্জ, শ্রীমঙ্গল।

রাশকান্ত সিংহ (১০ জুলাই ২০১৫)। 'রাসনৃত্য'। সাক্ষাৎকার : সাইদুর রহমান লিপন। কমলগঞ্জ, শ্রীমঙ্গল।

সুইটি দাস (২০১৫ জুলাই ৬)। 'রাসনৃত্য'। সাক্ষাৎকার : সাইদুর রহমান লিপন। সাধনা, ঢাকা।