

ಭರತನಾಟ್ಯದಲ್ಲಿ ಕಿಂಕಿಣಿ...!



ಭರತನ ನಾಟ್ಯಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ಗೆಜ್ಜೆಯನ್ನು 'ಕಿಂಕಿಣಿ' ಎನ್ನಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಕಂಚಿನಿಂದ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಹಿತ್ತಾಳೆ, ತಾಮ್ರ ಮಿಶ್ರಿತ ಕಾಲ್ಕೆಗಳೂ ಹಿತವಾದ ಸದ್ದನ್ನೇ ಮಾಡುತ್ತವೆ.

'ಭರತನಾಟ್ಯದಲ್ಲಿ ಕಲಾವಿದರ ವಯಸ್ಸು ಹಾಗೂ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಗೆಜ್ಜೆಯ ಸಂಖ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ ಆಗುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೆ ನೃತ್ಯದ ತಿಲ್ಲಾನ, ಜತಿಸ್ತರಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಗೆಜ್ಜೆಗಳಿರುವ ಕಾಲ್ಕೆಗಳೇ ಸೂಕ್ತ.

ಜಾವಳಿ, ನೃತ್ಯ ರೂಪಕಗಳನ್ನು ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸುವಾಗ ಕಡಿಮೆ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಗೆಜ್ಜೆ ಇರುವುದನ್ನು ಬಳಸುವುದು ಪದ್ಧತಿ' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಕಲಬುರಗಿಯ ನೃತ್ಯ ವಿದುಷಿ ಶುಭಾಂಗಿ ಸುಧೇಂದ್ರ.

'ಪುಟ್ಟ ಹುಡುಗಿಯರು ಅದರಲ್ಲೂ 15 ವರ್ಷದೊಳಗಿನ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕಾಲು ತುಂಬ ಗೆಜ್ಜೆಗಳಿರುವ ಹಾಗೂ ಹೆಚ್ಚು ಶಬ್ದ ಮಾಡುವ ಗೆಜ್ಜೆಗಳಿಂದ ಇಷ್ಟ. ಸುಮಾರು 25 ವಯಸ್ಸಿನ ಹೆಚ್ಚುಮಕ್ಕಳೂ ಹೆಚ್ಚು ಸಂಖ್ಯೆಗಳಿರುವ ಗೆಜ್ಜೆಗಳನ್ನೇ ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತಾರೆ. ವಯಸ್ಸು ಹೆಚ್ಚಾದಂತೆ ಗೆಜ್ಜೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಕಡಿಮೆ ಹಾಗೂ ಕಲಾವಿದರು ಮಾಡುವ 'ಬಟಿ' ಮೇಲೆಯೂ ಗೆಜ್ಜೆಗಳು ನಿರ್ಧಾರವಾಗುತ್ತದೆ. ಕಥಕ್ ನೃತ್ಯದಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಸಂಖ್ಯೆ ಎಂದರೆ ಅಂದಾಜು 150 ಗೆಜ್ಜೆಗಳಿರುವ ಕಾಲ್ಕೆಗಳಿರುವ ಪದ್ಧತಿ' ಎಂದು ವಿವರ ನೀಡುತ್ತಾರೆ ವಿದುಷಿ ಶುಭಾಂಗಿ.

ಇದೀಗ ಫ್ಯಾಷನ್‌ಗಾಗಿ ಕಾಲ್ಕೆಗಳ್ಲಿ ತೊಡುವವರೇ ಹೆಚ್ಚು. ಆದರೂ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ನೃತ್ಯಕ್ಕೆ ಕಿಂಕಿಣಿಯೇ ಪ್ರಧಾನ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಅವರು.



ಟ್ರೆಂಡಿ ಎನಿಸಿದೆ. ಬಹಳ ಹಿಂದಿನಿಂದಲೂ ಗೆಜ್ಜೆಗೊಂದು ರೊಮ್ಯಾಂಟಿಕ್ ಕಲ್ಪನೆ ಇದೆ. ಗೆಜ್ಜೆ ತೊಟ್ಟರೆ ಸಾಕು, ಅದರ ನಾದ ಕಿವಿಗಿಂಪು. ಗೆಜ್ಜೆಯ ಕಿಂಕಿಣಿ ನಾದ ಆಧುನಿಕ ಹೆಂಗಳೆಯರನ್ನೂ ಸೆಳೆದಿದೆ. ಇದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಹೊಸಹೊಸ ವಿನ್ಯಾಸದ ಗೆಜ್ಜೆಗಳು ಬಂದಿವೆ. ಕಾಲಿಗೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಗೆಜ್ಜೆಯ ಮೂಗುತಿ, ಬ್ರೆಲೆಟ್, ಸರ, ಕಿವಿಯೋಲೆ, ಬೈತಲೆ ಬೊಟ್ಟು, ಸರ ಇತ್ಯಾದಿ ಬಂದಿದೆ. ನತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಸಣ್ಣ ಗೆಜ್ಜೆ ಹಾಕಿದ್ದು ಅದು ಅವಳಿಗಷ್ಟೇ ಕಿಂಕಿಣಿ ನಾದ ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಕಾಲ್ಕೆಗಳಿಂದ ಫುಲ್‌ಫುಲ್ ಎನ್ನಲಾರದು. ಕಿವಿಗೆ ನಾದದ ಅನುಭೂತಿ ಸೃಷ್ಟಿಸುತ್ತದೆ. ಕಾಲ್ಕೆಗಳಿಂದ ಕಿಂಕಿಣಿ ನಾದ, ಫಲ್ ಫಲ್‌ನಾದ, ಪುಟ್ಟ ಹುಡುಗಿ ಕಾಲ್ಕೆಗಳಿ ಧರಿಸಿ ಮನೆತುಂಬ ಓಡಾಡಿದರೆ ಮನೆಮಂದಿಯ ಮನಸ್ಸು ತುಂಬಿ ಬರದಿರದು.

ಭರತನಾಟ್ಯದಲ್ಲಿ ಗೆಜ್ಜೆಗೆ ಬಹಳ ಪ್ರಾಧಾನ್ಯ ಇದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಹೆಣ್ಣು ಗಂಡೆಂಬ ಭೇದವಿಲ್ಲದೆ ಎಲ್ಲರೂ ಗೆಜ್ಜೆ ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡು ತಾಳಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ನೃತ್ಯ ಮಾಡಿದರೆ ಅದು ಕಿವಿಗೂ ಇಂಪು, ಮನಸ್ಸಿಗೂ ತಂಪು. ಹೆಜ್ಜೆಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಗೆಜ್ಜೆಯೂ ತನ್ನ ಸಪ್ತಳ ಮಾಡಿ ಗಮನಸೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಹೆಣ್ಣಿನ ಹನ್ನೆರಡು ಅಲಂಕಾರಗಳಲ್ಲಿ ಗೆಜ್ಜೆಯೂ ಒಂದು ಎನ್ನುತ್ತದೆ ಸಂಪ್ರದಾಯ. ಇದೊಂದು ಸೌಂದರ್ಯ ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಸಾಧನ. ಹೆಜ್ಜೆಯೊಂದಿಗೆ ಗೆಜ್ಜೆಯ ನಂಟು ಅನನ್ಯ.

ಟ್ರೆಂಡಿ ಕಾಲ್ಕೆ...

ಇಂದಿನ ಫ್ಯಾಷನ್ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಟ್ರೆಂಡಿ ಕಾಲ್ಕೆಗಳಿಗೆ ಎಲ್ಲೆಲ್ಲ ಬೇಡಿಕೆ. ಸೀಶೆಲ್ ಕಾಲ್ಕೆ, ವುಡನ್ ಬೀಡ್ಸ್‌ನಿಂದ ಮಾಡಿದ್ದು, ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಬೀಡ್ಸ್ ಕಾಲ್ಕೆ, ಹರಳುಗಳು, ಕುಂದನ್‌ಗಳಿಂದ ತಯಾರಿಸಿದ ಕಾಲ್ಕೆ, ಗೋಲ್ಡ್ ಕವರಿಂಗ್ ಕಾಲ್ಕೆ, ನೈಸರ್ಗಿಕ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ ತಯಾರಿಸಿದ ಗೆಜ್ಜೆಗಳು ಟ್ರೆಂಡಿ ಎನಿಸಿವೆ. ಚಿಪ್ಪುಗಳಿಂದ ಮಾಡಿದ ಕಾಲ್ಕೆಗಳಿಗೆ ಸೀರೆ ಹಾಗೂ ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯ ಉಡುಪುಗಳಿಗೆ ಮ್ಯಾಚ್ ಆಗುತ್ತದೆ. ಕಡಿಮೆ ದರದಲ್ಲೂ ಸಿಗುತ್ತದೆ.

ವುಡನ್ ಬೀಡ್ಸ್‌ನಿಂದ ಮಾಡಿದ ಕಾಲ್ಕೆಗಳ್ಲಿ ನೋಡಲು ಆಕರ್ಷಕ. ಬಣ್ಣ ಬಣ್ಣದ, ವಿವಿಧ ಆಕಾರದ ವುಡನ್ ಬೀಡ್ಸ್‌ನಿಂದ ತಯಾರಿಸಿದ ಗೆಜ್ಜೆಗಳು ಹಗುರವಾಗಿಯೂ ಇರುತ್ತವೆ.

ಹಾಗೆಯೇ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಬೀಡ್ಸ್‌ನಿಂದ ಮಾಡಿದ ಕಾಲ್ಕೆಗಳ್ಲಿ ವಿಭಿನ್ನ ವಿನ್ಯಾಸ ಹಾಗೂ ಬಣ್ಣಗಳಲ್ಲಿ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಬೆಲೆಯೂ ಕಡಿಮೆ, ಹಗುರವಾಗಿಯೂ ಇರುತ್ತದೆ. ಬಣ್ಣಬಣ್ಣದ ಹರಳುಗಳಿಂದ, ಕುಂದನ್, ಮುತ್ತುಗಳಿಂದ ಮಾಡಿದ ಕಾಲ್ಕೆಗಳ್ಲಿ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಉಡುಗೆಗಳಿಗೂ ಮ್ಯಾಚ್ ಆಗುವಂತಿವೆ. ವಿವಿಧ ಹಣ್ಣು, ತರಕಾರಿಗಳ ಬೀಜದಿಂದ ಮಾಡಿದ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಕಾಲ್ಕೆಗಳೂ ಈಗೀಗ ಫ್ಯಾಷನ್ ಎನಿಸಿಬಿಟ್ಟಿದೆ.

ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ...

ಕಾಲ್ಕೆಗಳ್ಲಿ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಹಿತ. ಇದನ್ನು ಧರಿಸುವ ಹೆಣ್ಣಿನ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ಇದು ಸಹಕಾರಿ. ಚಿನ್ನ ಬೆಳ್ಳಿಯ ಆಭರಣದ ಗೆಜ್ಜೆಗೆ ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲಿ ಮಹತ್ವದ ಸ್ಥಾನ ಇದೆ. ಇದು ಪಾದದ ಮೂಳೆಯ ಕ್ಷಮತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ ಎನ್ನುತ್ತದೆ ಆಯುರ್ವೇದ.

ಕಾಲ್ಕೆಗಳ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯದ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದಲೂ ಒಳಿತು ಎಂದು ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಕಾಲ್ಕೆಗಳ್ಲಿ, ಕೈಬೆಳೆಯನ್ನು ಧರಿಸುವುದು ಆರೋಗ್ಯಕರ. ಕಾಲ್ಕೆಗಳ್ಲಿಯ ಸಪ್ತಳದಿಂದ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆ ಹಾಗೂ ಪರಿಶುದ್ಧತೆ ಆವರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಎನ್ನುತ್ತದೆ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸಂಶೋಧನೆ.

'ಕಾಲ್ಕೆಗಳ್ಲಿ ಶಬ್ದ ಕಾಲಿನ ಬಲವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ. ಬಂಗಾರ ಅಥವಾ ಬೆಳ್ಳಿ ಲೋಹ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಅನೇಕ ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ತಡೆಯುವ ಶಕ್ತಿ ಈ ಲೋಹಕ್ಕೆಿದೆ. ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲಿ ಕೆಲವೊಂದು ಔಷಧಗಳನ್ನು ಲೋಹದ ಬೂದಿಯಿಂದ ತಯಾರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಲೋಹದ ಕಾಲ್ಕೆಗಳ್ಲಿ ಧರಿಸಲು ಉತ್ತಮ. ಬೆಳ್ಳಿಯ ಕಾಲ್ಕೆಗಳ್ಲಿ ಧರಿಸುವುದರಿಂದ ಕಾಲು ನೋವು ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ, ಶರೀರ ದೌರ್ಬಲ್ಯಕ್ಕೂ ಕಾಲ್ಕೆಗಳ್ಲಿ ಮಧು. ಬೆಳ್ಳಿಯ ಕಾಲ್ಕೆಗಳ್ಲಿ ಮಹಿಳೆಯರು ಧರಿಸುವುದರಿಂದ ಇದು ಒಂದು ದೇಹದ ರಕ್ತಸಂಚಾರ ಸಲೀಸಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಆಯುರ್ವೇದ ತಜ್ಞ ಡಾ. ಅನ್ನಪೂರ್ಣ ಭಟ್.

ಆರೋಗ್ಯ, ಫ್ಯಾಷನ್ ಎರಡರಲ್ಲೂ ಕಾಲ್ಕೆಗಳ್ಲಿ ಪಾತ್ರ ಮಹತ್ವದ್ದು. ಕಾಲ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಕಾಲ್ಕೆಗಳ್ಲಿ ಶೈಲಿ, ವಿನ್ಯಾಸಗಳು ಬದಲಾಗಿ ಫ್ಯಾಷನ್‌ಪ್ರಿಯರನ್ನು ಸೆಳೆಯುತ್ತಿದೆ. ■