A P P E N D I X - IV

Detailed list of Cassettes

APPENDIX-IV

LIST - DETAILED DESCRIPTION OF CASSETTES

Cassettes on Music Appreciation [Cassette No.1]

Part-A

1. Rag Yaman Katha
2. Sargam Katha-
   (a) Based on Rag Bihag
   (b) Based on Rag Kaffee

Part-B

Songs based on Ragas.

1. Sanjh Gahri Ho Rahi Hai - Yaman
2. Sajal Hai Kitna Savera - Bhairav
3. Tum Aaye Nainon Ke Dware - Mal Kosh
4. Prbhu Avagun Chit Na Dharo - Bhairavi

Folk Songs of different provinces [Cassette No.2]

Part-A

Andhra Pradesh

1. Vinayak Chaturthi Geet - "Gollari Baboyee ...."
2. Kisan Geet - "Aye Tamu Todara Tammuda.."
3. Sankranti Geet - "Gobbiyadalo Chandamama .."

Brij Ka Rasiya (U.P.)

1. Roya Roya Kai Yun Kahai Yashoda..
2. Jhooth Hi Kahai Sagai Karan Bat...

Rajasthan

1. Mhare Galan Ke Gulal ..

Bhojpuri

1. Hori - "Hori Hai Rang Hai Bori Hai.."
2. Kajari- "Tika Ke Gadhvayia Sonarava.."

NOTE:

The script of the above songs is made available in the form of a booklet in the same order as recorded.

Part - B

Folk Songs

1. Loor Song of Haryana
2. Baul Song of Bengal
3. Giraja Kalyanam of Karnataka
4. Check Song of Naga land (Related with Crops)
5. Song of Tharu District of U.P.(Harvesting time)
6. Song of Karnataka (Sung while ploughing)
7. Laukonzai Song of Mizoram (Devotional)
8. Loor Song of Rajasthan
9. Banna Tharo Bangalo - Song of Rajasthan

FAMOUS SINGERS OF NORTH INDIAN MUSIC [Cassette No.3]

Part-A

1. D.V.Paluskar (Kedar)
2. Amir Khan (Mal Kosh)

3. Hira Bai Badodkar (Yaman)
4. Roshanara Begum (Basant)
5. Abdul Karim Khan (Bhim Palasi)
6. Bade Gulam Ali (Kamod)
7. Kesar Bai Kerkar (Lalit)
8. Narayan Rao Vyas (Gaud Malhar)

Part-B

1. Faiyaz Khan (Ram Kali)
2. Nazakat Salamat Ali (Poorvi)
3. Basant Rao Deshpande (Marva)
4. Nissar Hussein Khan (Jaijaivanti)
5. Sharafat Hussein Khan (Nand)
6. Latafat Hussein Khan (Bageshree Bahar)

FAMOUS INSTRUMENTALISTS OF NORTH INDIAN MUSIC [Cassette No.4]

Part-A

1. Panna Lal Ghosh (Yaman)
2. Bismillah Khan (Bageshree)
3. Nikhil Banerjee {Sohni}
4. Ali Akbar Khan {Asawari}
5. Ravi Shanker {Khamaaj}
6. Allauddin Khan {Hem}
7. Amir Hussein Khan {Teen Taal}
8. Ahmed Jaan Thirkava {Teen Taal}

FAMOUS VOCAL MUSICIANS OF NORTH INDIAN MUSIC [Cassette No.5]

Part-A

1. Parveen Sultana	{Aheer Bhairav}
2. Pt. Jas Raj	{Adana}
3. Girija Devi	{Desi Todi}
4. Laxmi Shanker	{Jan Sammohini}
5. Bhimsain Joshi	{Lalit}
6. Prabha Attre	{Maru Bihag}
7. Sunanda Patnayak	{Jaijaivanti}
8. Ghulam Mustafa Khan	{Bhoopal Todi}

Part-B

1. Kumar Gandharva	{Bageshree}
2. Kishori Amonkar	{Bhoopali}

FAMOUS INSTRUMENTALISTS OF NORTH INDIAN MUSIC [Cassette No.6]

Part-A

1. Amjad Ali Khan	[Bihag]
2. N.Rajam	[Bageshree]
3. Buddhaditya Mukherji	[Pooriya]
4. Shiv Kumar Sharma	[Keervani]
5. Imrat Hussein Khan	[Rageshree]
6. B.G.Jog	[Shyam Kalyan]
7. Sharan Rani	[Pooriya Dhanashree]

Part-B

1. Asheesh Khan	[Bairagi]
2. Jaya Biswas	[Peelu]
3. Ram Narayan	[Bhairavi]
4. Brij Bhushan Kabra	[Mal Kosh]
5. Devendra Murdeshwar	[Kedar]
6. Abdul Haleem Zafar Khan	[Jai Jayawanti]
7. Vilayat Khan	[Yaman]

SINGING STYLES [Cassettes No.7]

Part-A

1. Dhrupad		Dagar Bandhu
2. Dhamaar	[A]	Directed by Ravi Shanker
	[B]	Dagar Bandhu
3. Taraana	[A]	Amir Khan
	[B]	Directed by Ravi Shanker
4. Tappa		Siddheshwari Devi
5. Hori		Rasoolan Bai

Part-B

1. Thumri	Girija Devi
2. Chaiti	Shobha Gurtu
3. Dadra	Begum Akhtar
4. Kajari	Shobha Gurtu
5. Chaturang	Directed by Ravi Shanker

KARNATKA PRACTICE STYLE [Cassette No.8]

1. Shruti Niyantran	2. Sarliswaram
3. Janta Swaram	4. Alamkaram
5. Pillari Geetam	6. Ghan Raga Geetam
7. Swarjati	8. Swarpallavi
9. Varnam	10. Kriti
11. Tarangam	12. Padam

EK RAGA - ANEK ROOP [Cassette No.9]

"Raga Bhairavi"

1.Bhajan	Pt. Bhimsen Joshi
2.Thumari	Parveen Sultana
3.Dadra	Sharafat Hussein Khan
4.Ghazal	Amanat Ali Khan
5.Dhun	Bismillah Khan,Vilayat Khan[Shahnai,Sitar]
6.Dhun	Shiv Kumar [Santoor] Zakir Hussein [Tabla]

BANDHISHES OF SYLLABI [Cassette No.10]

Part-A

1. Ghulam Mustafa Khan	[Bageshree]
2. Abdul Karim Khan	[Bilawal]
3. Kesar Bai Kerkar	[Bhairavi]
4. Parveen Sultana	[Bhairavi]
5. Bhimsen Joshi	[Yaman Kalyan]
6. Hira Bai Badodkar	[Yaman]
7. Girija Devi	[Yaman] Tapp Khyaal

Part-B

USTAD HAFEEZ AHMED KHAN

1.	Airi Sakhi Piya Nahin Aye Gharva	Yaman
2.	Shubh Ghari Shubh Din Aayo Sakhiri	Bhoopali
3.	Sajanwa Aayo More Mandirava	Bihag
4.	Dekho Sakhi Kanaiyah Roke	Bihag
5.	Maan Jaavo Saiyan	Bageshree
6.	Khelat Nand Kumar Re	Kaffee
7.	Sanware Mukhwale Bolo Bolo	Khamaaj Thumari

BANDISHES OF SYLLABI [Cassette No.11]

Part-A

"YAMAN"

1. Sargam Geet - Ni Dha - Pa Ma Pa Ga Ma Pa
2. Chhota Khyaal - Airi Aali Piya Bina [Kramik Pustak Malika-2]
3. Chhota Khyaal - Piya Ki Nazriya [Kramik Pustak Malika-2]
4. Chhola Khyaal - Chalo Sakhi Sab

"KHAMAAJ"

1. Chhota Khyaal-Shyam Sunder Banmali [Kramik Pustak Malika-2]
2. Chhota Khyaal-Bintati Karat Mai To

"BHOOPALI"

1. Sargam Geet -Sa Sa Dha Pa Ga Re [Kramik Pustak Malika-2]
2. Chhota Khyaal - Sumiran Kai le
3. Chhota Khyaal - Darshan Deeje Tribhuvan Pali [Kramik Pustak Malika-3]

"Bageshree"

1. Sargam Geet - Re Sa Ni Dha Ni Sa [Kramik Pustak Malika-3]
2. Lakshan Geet - Gavo Bageshree [Kramik Pustak Malika-3]
3. Chhota Khyaal - Kaun Karat Tori Binati [Kramik Pustak Malika - 3]
4. Chhota Khyaal - Jal Bharne Kaise Jaaun

Part-B

"Kaffee"

1. Sargam Geet - Ga Ga Re Sa Re Pa [Kramik Pustak Malika-2]
2. Chhota Khyaal - Dhun Sun Murli Aaj

"Bhairavi"

1. Chhota Khyaal - Kaisi Ye Bhalai Re [Kramik Pustak Malika-2]
2. Chhota Khyaal - Baata Chalat Mori

"Des"

1. Sargam Geet - Nee Dha Pa Ma Ga Re Ga Sa [Kramik Pustak Malika- 3]
2. Chhota Khyaal-Meha Re Ban Ban Dar Dar Murla Bole [Kramik Pustak Malika - 3]

"Asaavari"

1. Lakshan Geet - Kanha Mohe [Kramik Pustak Malika -2]

"Bihaag"

1. Chhota Khyaal - Abhun Lalan Maika [Kramik Pustak Malika-3]

PRACTICE LESSON [Cassette No. 12]

"Achha Gana Kaise Gayen"

Ten important points on how to sing well.

PRACTICE LESSON [Cassette No. 13]

Part - A

Practice Method Based On Voice Culture.

Part - B

Practice Methods of Artists. [Ustad Hafeez Ahmed Khan]

How To Do Music Practice as explained by Ustad Hafeez Ahmed Khan with suitable examples.

MUSICAL COMPREHENSION TEST [Cassette No. 14]

See APPENDIX-VI for the details of this Cassette.

राग भैरवी "भजन"

–सूरदास

हमारे प्रभु, अवगुन चितना धरो
समदरसी है नाम तिहारो, चाहो सो पार करो
इक लोहा पूजा में राखत, इक घर बधिक डरो।
पारस गुन अवगुन नहिं चितवत, कंचन करत खरो।
इक नदिया इक नार कहावत, मैलो ही नीर भरो।
जब दोउ मिल के एक बरन भये, सुरसरि नाम परो।
एक जीव एक ब्रह्म कहावत, सूर स्याम झगरो।
अबकी बेर मोहे पार उतारो, नहिं पन जात टरो।

राग यमन

साँझ गहरी हो रही है
दर्द गहरा हो रहा है
पर्वतों की गोद में दिन का उजाला सो रहा है

व्योम में तारे चमकते,
आँख में आँसू छलकते
एक मोती हँस रहा है
एक मोती रो रहा है
पर्वतों की गोद में....................
लौट आये डालियों पर
पंछियों के झुंड गाते
एक मन अन्जाने वन में,
पंछियो में खो रहा है
पर्वतों की गोद में दिन का उजाला सो रहा है

साँझ गहरी हो रही ....

राग मालकौंश

– सोम ठाकुर

तुम आये नैनों के द्वारे
दरपन-दरपन मन मेरा

भोर चहके साँझ महके
रात बहके ओ पिया
ओ पिया........
तुम आये गन्धों के द्वारे
गुंजन-गुंजन मन मेरा
चाँद आये रूप भाये
प्यार गाये ओ पिया
ओ पिया.........

तुम आये बाँहों के द्वारे
बन्धन-बन्धन मन मेरा

राग भैरव

– महादेवी वर्मा

सजल है कितना सवेरा।

राख से अंगार-तारे झर चले हैं,
धूप बन्दी रंग के निर्झर खुले हैं,
खोलता है पंख रूपों में अँधेरा।

कल्पना निज देखकर साकार होते,
और उसमें प्राण का संचार होते,
सो गया रख तूलिका दीपक चितेरा।

ले उषा ने किरण-अक्षत हास-रोली,
रात अंकों से पराजय-राख धो ली,
राग ने फिर साँस का संसार घेरा।

यमन राज्य

प्यारे बच्चों तुमने राजा रानी की कहानियाँ तो बहुत सुनी होंगी। आज हम तुम्हें एक ऐसे राजा की कहानी सुनाते हैं जो संगीत की दुनियाँ में रहता है। तुम्हें ताज्जुब हो रहा है न? हाँ संगीत की भी अपनी दुनियाँ होती है बहुत बड़ी। {मधुर पार्श्व संगीत} बिल्कुल वैसी ही जैसी सपनों की दुनियाँ। संगीत के स्वर कानों को ऐसे मधुर लगते हैं जैसे जुबान को कोई मीठी सी चीज। कल्पना करो कि परीलोक की सुन्दर-सुन्दर परियाँ जब चारों ओर उड़-उड़ कर नृत्य करें तो देखने में कैसा मज़ा आयेगा। संगीत की दुनियाँ के स्वर जब हवा में उड़ कर तैरने लगते हैं तब वैसा ही मज़ा आता है। तुमने रात में आसमान के तारों को देखा है? कैसे चमचम प्यारे-प्यारे, अलग-अलग तारों का अपना अलग-अलग संसार है। ऐसे ही पृथ्वी पर अनेकों देश हैं। सभी देशों का अपना अलग संगीत, उनकी अपनी दुनियाँ है। भारत में संगीत की दुनियाँ के दो सितारे हैं- उत्तर और दक्षिण। तुम अपने देश के बारे में तो बहुत कुछ जानते हो उत्तर प्रदेश, पंजाब, बंगाल, बिहार, आसाम, आदि राज्य उत्तर भारत में और कर्नाटक, केरल, तमिलनाडु, आन्ध्र प्रदेश राज्य दक्षिण भारत में आते हैं। इस तरह दक्षिण भारत के संगीत और उत्तर भारत के संगीत की अलग-अलग दुनियाँ है। हम तुम्हें उत्तर भारत के संगीत की दुनियाँ की सैर करायेंगे। बच्चों तुम अपनी पृथ्वी को तो जानते हो। तुम्हारी पृथ्वी पर कितने सारे देश हैं। अमरीका, जापान, कैनेडा, अफ्रीका, भारत आदि। इसी तरह उत्तर भारत की संगीत की दुनियाँ में दस बड़े-बड़े देश है। इन्हें संगीत की दुनियाँ में थाट कहते हैं। इनके नाम इस प्रकार हैं- बिलावल, कल्याण, खमाज, काफी, आसावरी, भैरवी, भैरव, तोड़ी, मारवा, पूर्वी।

इन सभी देशों के बहुत से राज्य है। सब एक से एक रंग-रंगीले इनकी सैर करके बड़ा मजा आता है। आज हम तुम्हें कल्याण देश जिसे संगीत में थाट कहते हैं, के राग यमन राज्य की सैर करायेंगे। यमन राज्य में चलने से पहले अलग-अलग राज्यों को बनाने वाले स्वरों से तुम्हारा परिचय बहुत आवश्यक है। संगीत की दुनियाँ में मुख्य सात स्वर हैं:- {सस्वर उदाहरण}

ये शुद्ध स्वर हैं। इसके अतिरिक्त पांच विकृत स्वर वे हैं जो शुद्ध स्वरों की

तुलना में उतरे और चढ़े हुए हैं {सस्वर उदाहरण}
रेगधनी स्वर कोमल विकृत हैं क्योंकि शुद्ध रेगधनी की तुलना में थोड़े से नीचे लगते हैं {सस्वर उदाहरण} मध्यम तीव्र विकृत है क्योंकि शुद्ध मध्यम की तुलना में थोड़ा चढ़ा हुआ है {सस्वर उदाहरण} बच्चों स्वरों की दुनियाँ में सा और प यानि षड्ज और पंचम दो ऐसे स्वर हैं जो ध्रुव तारे की तरह अटल हैं। ये अपना स्वभाव कभी नहीं बदलते न नीचे उतरते हैं न ऊपर चढ़ते हैं। तुम्हें अपने संगीत की दुनियाँ की एक और मज़ेदार बात बतायें। जैसे हमारी दुनिया में जमीन है हम सब काम इसके सहारे करते हैं चलना, फिरना, मकान बनाना, खाना, पीना, सोना आदि। हमारे पैरों के नीचे से जमीन खिसक जाये तो हमारा क्या होगा? इसकी कल्पना भी नहीं की जा सकती। हमारी संगीत की दुनियाँ में "सा" स्वर जमीन की तरह है। सभी राज्य इसकी नींव पर खड़े हैं तो चलो यमन राज्य की सैर करी जाये। {पार्श्व संगीत राग यमन के स्वरों में} सुन रहे हो ना ये ध्वनि, ये यमन राज्य से आ रही है। जानते हो संगीत की दुनियाँ में जितने राग रूपी राज्य हैं सबका अपना कार्य का समय होता है। अपने समय पर ये राग जगते हैं इनके स्वर चारों ओर लहराने लगते है और आनन्द-वृष्टि करते हैं।

राग यमन के कार्य का समय है रात्रि का प्रथम प्रहर। शाम अपनी उदासी लेकर चली जाती है। रात अपनी काली चुनरी जब बिखेरती है तो उसमें जड़े सितारे चमकते हैं चम-चम, चाँद की बिंदिया से रात का सलोना रूप और निखर आता है, शीतल वायु बहने लगती है। बस यह समय है जब राग यमन का राज्य जाग उठता है मधुर ध्वनि से सारा वातावरण रसपूर्ण हो उठता है।

किसी देश में कितने लोग रहते हैं उसकी गिनती उस देश की जनसंख्या कही जाती है। इसी तरह किसी भी राग रूपी राज्य में कितने स्वर लगते हैं इसकी गिनती उस राग की जाति कही जाती है। राग यमन में सातों स्वर लगते हैं ऐसे:- {सस्वर उदाहरण}

यमन राज्य में क्योंकि सातों स्वर लगते हैं इसलिये यमन राज्य की जाति

सम्पूर्ण है यानी इस राज्य से किसी स्वर को बाहर नहीं निकाला गया। इसमें लगने वाले सभी स्वर शुद्ध स्वभाव के हैं। केवल मध्यम थोड़ा चढ़ा यानी तीव्र है। तीव्र स्वभाव से तुम मध्यम को बुरा मत समझना, यूँ समझो सब्जी में नमक। जैसे नमक स्वयं में तीखा होते हुए भी खाने का स्वाद कितना बढ़ा देता है। ऐसे ही तीव्र मध्यम से यमन राज्य का सौन्दर्य बहुत बढ़ जाता है। अब तुम जानना चाहोगे कि इस राज्य का राजा कौन है? यमन राज्य का राजा है गन्धार, संगीत की दुनियाँ में इसे वादी स्वर कहते हैं। यमन राज्य का मंत्री है निषाद स्वर इसे संवादी स्वर कहते हैं। राजा और मंत्री दोनों ही बड़े मधुर स्वभाव के हैं इनकी अपनी प्रजा यानी अनुवादी अर्थात् राग में लगने वाले अन्य स्वरों से बड़ा मेल है। राजा और प्रजा मिल कर तरह-तरह से खेल रचाते हैं और राग रूपी राज्य का विस्तार करते हैं। जैसे पहले समय में राजा घोड़े पर चढ़ कर निकलता था ऐसे ही यमन राज्य के स्वर ताल की सवारी पर चढ़ते है और चलते हैं- कभी धीमे यानी विलम्बित तथा कभी बीच की चाल यानी मध्य लय, कभी तेज या द्रुत लय। अलग अलग लयों में इनकी चाल बड़ी मोहक लगती है ऐसे:-

उदाहरण वाद्य संगीत के माध्यम से

बच्चों भगवान कृष्ण गोपियों के साथ कैसे नित नई रास लीला रचाते थे। ऐसे यमन राग जब अलग-अलग वाद्यों पर बजता है या जब इसमें नई-नई रचनाएँ गाई जाती हैं ख्याल, भजन, गीत, ग़ज़ल तो इसका नया ही सौन्दर्य जाग उठता है। सुनो-

संगीत---

1. सितार पर रज़ाखानी गत-विलायत खाँ-3 मिनट का अंश
2. चतुरंग - रविशंकर द्वारा निर्देशित
3. छोटा ख्याल - कनकना बनर्जी

अच्छा बच्चों आज तो राग यमन राज्य की सैर यहीं समाप्त करते हैं फिर किसी दिन दूसरे राग राज्यों की सैर करने भी चलेंगे तब तक के लिए विदा।

जय-हिन्द।

गायन अभ्यास की दस बातें

प्यारे बच्चों, तुम रेडियो, सिनेमा, रिकार्ड में रोज़ अच्छे-अच्छे गाने सुनते हो, तुम्हारा मन भी करता है न कि बहुत अच्छा गायें, तो आओ आज हम तुम्हें बतायेंगे कि अच्छा गाना कैसे गा सकते हैं। तुम्हें दस तक गिनती अच्छी लगती है न तो अच्छा गाना गाने के लिए सिर्फ दस बातों को अच्छी तरह याद रखो, तुम भी बहुत अच्छा गाने लगोगे।

पहली बात है अच्छा खाना।

खाने का नाम सुनते ही तुम्हारे मुहँ में पानी आ गया और याद आने लगे समोसे, पकौड़े, चाट। तो बच्चों, इसे अच्छा खाना नहीं कहते। अच्छे खाने का मतलब है-दूध, दही, हरी सब्जी, दाल रोटी। यह सारी चीजें जिनसे खूब ताकत आये। इससे सेहत खूब अच्छी रहेगी। और सेहत का अच्छे गाने से बहुत संबंध है।

अब याद रखो दूसरी बात है व्यायाम।

सुबह उठकर व्यायाम जरूर करना चाहिए इससे चुस्त और तन्दुरूस्त रहते हैं। गाना गाने के लिए तुम्हें साँस का व्यायाम भी जरूर करना पड़ेगा यानी खूब गहरी साँस लो। थोड़ी देर, जितनी देर अन्दर रख सको फिर एक साथ बड़ा सा मुँह खोल कर हवा बाहर निकालो। इसे कम से कम पाँच मिनट रोज करो। इसी तरह ताजी हवा को गहरी साँस लेकर फेफड़ों में भरकर काफी देर अन्दर रखो। फिर मुहँ का आकार सीटी बजाते समय जैसा होता है वैसा छोटा गोल खोलकर थोड़ी सी हवा बाहर निकालो, फिर थोड़ी सी, फिर थोड़ी सी। इस तरह फेफड़े की सारी हवा थोड़ी-थोड़ी कर बाहर निकालो। जानते हो यह अभ्यास क्यों जरूरी है? जितनी देर तुम साँस रोकना सीखोगे उतनी ही तुम्हारी आवाज़ मज़बूत होगी और काँपेगी नहीं।

आओ अब तुम्हें बताते हैं तीसरी बात। गाने का अभ्यास कैसे करो, जिससे गाना अच्छा गाओ। गाने में दो चीजें जरूरी होती है सुर और ताल।

सा, रे, ग, म, प, ध, नि, स यह सात स्वर हैं। इसके अलावा रे, ग, ध, नि चार कोमल और म तीव्र होता है। इन्हें विकृत स्वर कहते हैं। इस तरह शुद्ध और विकृत स्वर मिलाकर कुल स्वर बनते हैं बारह। इनका सही अभ्यास करके ही गाना अच्छा गाया जा सकता है। तुमने नर्सरी कक्षा में, पहली कक्षा में ए, बी, सी, डी, क, ख, ग, घ खूब अच्छी तरह लिखना और पढ़ना सीखा होगा। इसी तरह संगीत की भाषा सीखने के लिए इन स्वरों का अच्छी तरह अभ्यास करना पड़ता है।

ताल का अभ्यास करने के लिए विभिन्न तालों की तालियां हाथ पर लगाकर उनका अभ्यास करना पड़ता है।

चौथी बात- स्वर का अभ्यास करने के लिए जरूरी है षडज का अभ्यास यानी "सा" स्वर खूब अच्छी तरह लगे। यह अभ्यास तानपुरे या हारमोनियम दोनों के साथ कर सकते हैं पर तानपुरा ज्यादा अच्छा रहेगा। पहले साज़ अच्छी तरह मिला लो। फिर उसके साथ "सा" स्वर मिलाओ।

तानपुरे में चार तार होते हैं। पहला तार पंचम, मध्यम, निषाद या गंधार में मिलाते है और अन्य तीन षडज में। इससे "सा" स्वर खूब अच्छा सुनाई देगा। सा लगाते समय ध्यान दो कि तुम्हारी आवाज कांप तो नहीं रही या तानपुरे के सा से ऊँची या नीची तो नहीं है। "सा" का आकार भी स्पष्ट होना चाहिए। "आ" कहने के लिए जितना बड़ा मुहँ खोलो, न ज्यादा न कम। स्वर कैसे लगाओगे इसे सुनो-

सस्वर उदाहरण

"सा" का अभ्यास करते हुए एक बात ध्यान रखो कि नीचे का "सा" ऐसा हो जहाँ से ऊपर का "सा" गाने में भी तकलीफ न हो यानी ऊपर के स्वरों पर भी गला आसानी से चला जाये।

पाँचवी बात है खरज का अभ्यास। "सा" स्वर से नीचे की ओर चलो नि ध प म ग रे स्वरों पर धीरे-धीरे ठहर कर मन्द्र खरज पर आकर अभ्यास

करने से कंठ सुरीला होता है और आवाज खुलती है। अभ्यास कैसे करेंगे? सुनो -

सस्वर उदाहरण

छठी बात- अब मध्य सप्तक में "सा" से तार "सा" तक एक एक स्वर पर ठहर कर अभ्यास करो। अभ्यास कैसे करोगे सुनो--

सस्वर उदाहरण

सातवीं बात- तुमने अंग्रेजी में ए, ई, आई, ओ, यू पढ़ा है न इन्हें वॉविल्स कहते हैं। ऐसे ही हिन्दी के अ आ इ ई उ ऊ ए ऐ ओ औ स्वर खूब पढ़े होंगे। यह स्वर व्यंजन यानी क ख ग घ को रूप देते हैं। क के पीछे अ की ध्वनि आ रही है। स्वरों का अभ्यास संगीत में भी जरूरी है। इससे हर ध्वनि अ आ इ ई उ ऊ ए ऐ ओ औ जब गीत के साथ प्रयुक्त होते हैं तो तुम्हारा स्वर उचित होगा और उच्चारण ठीक होगा। इनका अभ्यास सात स्वरों में कैसे होगा, सुनो

सस्वर उदाहरण

आठवीं बात है अलंकारों का अभ्यास। स्वर के अभ्यास के साथ तुम्हें लय के अभ्यास की भी बहुत ज़रूरत है इससे ताल में गाओगे। लय के अभ्यास के लिये अलंकार का अभ्यास करना होगा। स्वरों को जब एक खास ढंग से उलट-पलट कर क्रम दे देते हैं तब अलंकार बनते हैं। इनके अलग-अलग रूप अलग-अलग ताल और लय का अभ्यास कराते हैं जैसे

सस्वर उदाहरण

नवीं बात- अलंकारों को धीरे-धीरे प्रारम्भ करके लय बढ़ाने से तानों का अभ्यास होता है। साथ ही गला स्वरों पर अच्छी तरह दौड़ने लगता है। अभ्यास कैसे करेंगे, सुनो-

सस्वर उदाहरण

दसवीं बात- नीचे के स्वर यानी मन्द्र, बीच के स्वर यानी मध्य सप्तक और ऊँचे स्वर यानी तार सप्तक में गला अच्छी तरह चले इसके लिए

कुछ खास सरगमों का अभ्यास जरूरी है, इससे तीनों सप्तकों में गाने का अभ्यास होता है। सुनो-

सस्वर उदाहरण

तो बच्चों, यह हैं दस बातें, जिन्हें याद रखकर अभ्यास करने से स्वर और लय खूब पक्के होंगे और तुम बहुत अच्छा गाने लगोगे।

वॉयस-कल्चर के आधार पर गायन अभ्यास

प्यारे बच्चों आज हम तुम्हें गाना गाने के लिए"आवाज शास्त्र के अनुसार अभ्यास कैसे करें"इस बारे में बतायेंगे।

गायन में दो बातें मुख्य रूप से जुड़ी होती हैं।

(1) ध्वनि का प्रशिक्षण

(2) गायन कला का प्रशिक्षण

गायन कला का मूल आधार है ध्वनि। ध्वनि-प्रशिक्षण अथवा वॉयस कल्चर में पूर्णता व परिपक्वता से ध्वनि को निकालने की विधि बतलाई जाती है। जिस प्रकार योगासन में शरीर के विभिन्न अंगों का व्यायाम बतलाकर शरीर को पूर्ण स्वस्थ रखने की विधि बतलाई जाती है उसी प्रकार ध्वनि संबंधी शारीरिक अवयवों की सहायता व उचित प्रयोग से मधुर व निर्दोष ध्वनि का निष्कासन ध्वनि प्रशिक्षण अर्थात् वॉयस कल्चर की विधि में बतलाया जाता है। ध्वनि प्रशिक्षण में आवाज से संबंधित दोषों की भी जानकारी दी जाती है।

गायन कला के प्रशिक्षण में स्वर, लय, राग-रागिनियां, विभिन्न गायन शैलियों आदि का प्रशिक्षण दिया जाता है।

बच्चों, विद्यालयों में जो संगीत-कला का प्रशिक्षण हम प्राप्त करते हैं वह मुख्य रूप से दूसरे प्रकार का होता है। पहले प्रकार का प्रशिक्षण यानी ध्वनि का प्रशिक्षण विद्यालयों में नहीं दिया जाता क्योंकि इसका पाठ्यक्रम की दृष्टि से कोई महत्व नहीं है किन्तु संगीत कला यदि बहुत अच्छी तरह सीखनी है तो

ध्वनि के प्रशिक्षण की आवश्यकता अवश्य पड़ेगी। विभिन्न घरानों में उस्ताद या गुरु लोग अपने शिष्यों से सालों सुर भरवाते रहते थे। वह ध्वनि-प्रशिक्षण का ही एक रूप था। ध्वनि-प्रशिक्षण क्या है?, इस विषय में हम तुम्हें कुछ आवश्यक बातें बतलाते हैं:-

मनुष्य की आवाज़ दो विरोधी शक्तियों की परस्पर प्रतिक्रिया का फल है। हम निरंतर साँस लेते हैं। साँस से ली हुई हवा हमारे फेफड़ों में भरती है और फेफड़ों को माँसपेशियों के संकुचन से दब कर पुनः बाहर आती है। यदि मनुष्य बोलने की क्रिया नहीं कर रहा तो ये हवा नाक या मुँह के माध्यम से बाहर निकल जाती है। इस प्रकार साँस लेने का कार्य चलता रहता है। जब मनुष्य बोलना चाहता है या किसी प्रकार की ध्वनि निकालना चाहता है तब उसके स्वर यंत्र के स्वर-रज्जू पास-पास आ जाते हैं और साँस को बाहर निकालने वाली वायु नली को ढक लेते हैं। फलस्वरूप फेफड़ों की दबी हुई हवा स्वर रज्जुओं को ढकेलते हुए बाहर निकलती है। इससे स्वर-रज्जुओं में कम्पन होता है और कम्पन से ध्वनि उत्पन्न होती है।

जो महत्व आवाज़ का भाषण में है वही साधारण बातचीत में है और उससे भी अधिक गायन में है। बोलने और गाने में क्या मुख्य अंतर हैं इस संबंध में थोड़ी-सी बातें जान लें।

बाहर के प्रभाव से हम लोग बोलना सहजता से सीख लेते हैं और बोलने की कला हमारे व्यक्तित्व का एक भाग है। गायन भी स्वाभाविक क्रिया है किन्तु इसमें विशेष प्रशिक्षण की आवश्यकता पड़ती है। बोलने में क्रम अधिक है किन्तु गायन में विभिन्न स्वरों में ठहराव अधिक होता है। तारता, तीव्रता व गुण गायन के ये मुख्य अंग हैं। बोलने में तारता में उतना परिवर्तन नहीं होता, जितना गाते समय होता है।

संगीत चाहे भारतीय हो या पाश्चात्य, ध्वनि-शास्त्र का दोनों में ही बहुत महत्त्व है। यह तो स्वाभाविक है कि अच्छी आवाज़ के बिना गायन अच्छा नहीं लगता। लेकिन जब हम आवाज़ पर ज्यादा ज़ोर लगाते हैं तो आवाज का सुरीलापन बुरी तरह प्रभावित होता है।

साधारण शब्दों में आवाज़ का लगाव इस प्रकार होना चाहिए कि गले पर अनावश्यक ज़ोर न पड़े, एक स्वर से दूसरे स्वर पर सहजता से जा सकें तथा अभ्यास करते समय हर स्वर पर वायु का दबाब एक सा बना रहे और ध्वनि-विस्तार पर हमारा नियंत्रण हो, जिसे अँग्रेजी में हम वॉल्यूम-कन्ट्रोल कहते हैं।

अगर स्वर का लगाव सही है तो स्वर सही स्थान पर लगते हैं तथा आवाज़ में गहराई व गले में लचीलापन पैदा होता है। आवाज़ या स्वर का लगाव किस प्रकार से हो, यह जानने से पहले गले व मुख के अवयवों से भली भांति परिचित होना आवश्यक है क्योंकि इन अवयवों की सहायता से आवाज-शास्त्र को और भी स्पष्ट रूप से जानने में सहायता मिलती है। ये अवयव निम्न प्रकार से हैं-

फेफड़े-

ये छाती के अन्दर, छाती के अधिकांश भाग को घेरते हुए स्थित होते हैं। फेफड़े संख्या में दो होते हैं, ये दोनों भाग वायुनली व उसकी शाखाओं के द्वारा जुड़े होते हैं।

फेफड़ों का प्रमुख कार्य जैसा कि सभी जानते हैं "श्वास लेना" है। जब वायुनली में से फेफड़ों में हवा जाती है तो फेफड़े फूल जाते हैं और वायुनली में से वायु के बाहर निकल जाने पर फेफड़े वापस अपनी स्वाभाविक अवस्था में आ जाते हैं। यह वायु आवाज़ की प्रेरक शक्ति है। वायु के बिना किसी भी

तरह की आवाज़ का निकलना संभव नहीं। गायक के लिए यह बहुत ही आवश्यक है कि वह श्वास-नियंत्रण सीखे व जाने। अतः गायक को प्रारंभ से ही इस प्रकार से अभ्यास करना चाहिए कि वह ठीक से साँस लेना व नियंत्रित करना सीखे। इसके लिए कुछ श्वास संबंधी व्यायाम आवश्यक हैं जैसे-

व्यायाम (एक)-

नाक से खूब गहरी साँस लो। जितनी देर हो सके साँस को अन्दर रोको। तत्पश्चात् बड़ा सा मुँह खोलकर साँस को एकदम से बाहर निकालो।

व्यायाम (दो)-

नाक से खूब गहरी साँस लो। जितनी देर तुम साँस रोक सकते हो, उतनी देर रोको। फिर सम्पूर्ण साँस को एक ही बार में बाहर न निकालकर 2 या 3 बार में रूक-रूक कर बाहर निकालो। वायु बाहर निकालते समय मुख का आकार वैसा ही होना चाहिए जैसा सीटी बजाते समय होता है।

व्यायाम (तीन)-

नाक के बाईं छेद से गहरी साँस लेकर साँस अन्दर रोको। फिर बाएँ छेद को उँगली से बन्द कर दाहिने वाले नाक के छेद से हवा बाहर निकालो।

अब नाक के दाहिने छेद से साँस लेकर बाएँ छेद से हवा बाहर निकालो।

स्वर यंत्र-

स्वर यंत्र कुछ पतली-पतली हड्डियों (कार्टिलेजेज़) से मिलकर बना है जो आपस में कुछ तन्तुओं द्वारा जुड़ी होती हैं। इसका प्रमुख कार्य अन्दर स्थित स्वर रज्जुओं अर्थात् वोकल कॉर्ड्स की रक्षा करना होता है। यह वायुनली के

ऊपर स्थित होती है। ऊपर की ओर से उपजिह्वा या एपिग्लौटिस जब खुली रहती है तो वोकल कॉर्डस में से आवाज़ का निकलना संभव होता है तथा जब वह बन्द होती है तो वोकल कॉर्ड्स के साथ ही श्वास नली को भी बंद कर देती है तथा भोजन इस पर से होकर अन्न नली में चला जाता है।

स्वर-रज्जू ॄवोकल कॉर्ड्सॅ-

इस बारे में तुम्हें पहले भी बता चुके हैं कि वोकल कॉर्ड्स दो हैं तथा ये गले में आगे से पीछे की ओर खिंच कर बँधे होते हैं। जो हवा फेफड़ों में से निःश्वास के समय बाहर निकलती है वह वोकल कॉर्ड्स के मध्य के संकरे मार्ग में से बाहर निकलती है। जब हवा वोकल कॉर्ड्स में से बाहर निकलती है तो हवा के कारण वोकल कॉर्ड्स आन्दोलित होते हैं तथा वायु का यह आन्दोलित प्रवाह ही आवाज़ कहलाता है।

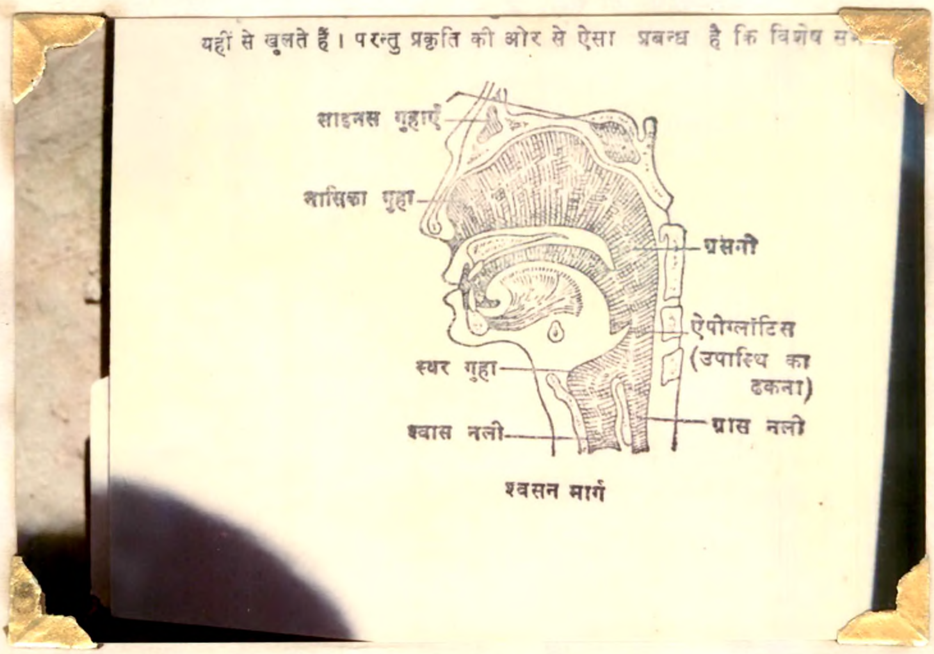
गायन से संबंधित अन्य अवयवों के बारे में तुम्हें बताते हैं, मुँह सबसे बड़ा गुंजन कक्ष है ऐसा कहा जा सकता है। नाक व मुँह को अलग करने के लिए एक दीवार या पार्टीशन बना है जिसे तालु कहते हैं। यह नाक की फर्श है और मुँह की छत है। तालु के आगे का हिस्सा कठोर व पीछे का हिस्सा कोमल होता है। जब हम नाक से साँस लेते हैं तो कोमल तालु नीचे गिरा रहता है जिससे नाक से गले का मार्ग प्रशस्त रहता है। बोलते समय कोमल तालु का हिस्सा ऊपर उठ जाता है जिससे वायु को मुख मार्ग में जाने से कोई बाधा नहीं रहती। अगर बोलते समय कोमल तालु नीचे गिरे तो लाचार होकर हवा नाक के मार्ग से बाहर भागेगी और परिणाम यह होगा कि आवाज़ नकिया जायेगी।

यदि सितार के तुम्बे में भूसा भर दें, तारों को खूब कस दें और पर्दे पर जहाँ चाहें उँगली रखें तो क्या केवल जवारी अपने दम पर मधुर स्वरों का सृजन करेगी? आदमी भी सितार है। उसमें भी जवारी सा ध्वनि-यंत्र है, तुम्बे सा सिर है, माँसपेशियों के तार हैं, जीभ, तालु व दाँत के पर्दे हैं। इनके सही संस्थापन से ध्वनि का सही स्वरूप बनता है। सही उच्चारण तभी संभव है जब होंठ, तालु, जीभ, कंठ, माँसपेशियाँ आदि सब मिलकर सही ढंग से अपनी भूमिका निभाएँ।

मुख के अन्दर देखें। इसकी छत का अग्र भाग कड़ा, कठोर तालु है। जो मुखगुहा का आकार बनाने में प्रमुख भूमिका निभाता है। जैसा आकार होता है, वैसी ही ध्वनि निकलती है।

नासिका और स्वरयंत्र (लैरिंक्स) के बीच का भाग ग्रसनी या फैरिंक्स कहलाता है। यह भी एक अच्छा आन्दोलन कक्ष है। फैरिंक्स के ऊपर नाक की गुहाएं हैं और आवाज़ को प्राणवान बनाने में इनकी महत्त्वपूर्ण भूमिका होती है। नाक स्वयं एक बड़ा गुंजन कक्ष है परन्तु फिर भी इसके साथ बहुत से ऐसे खोखले भाग (कैविटीज़) हैं, जो गुंजन में सहयोग देते हैं। ये खोखले भाग ऊपर के जबड़े, आँखों के ऊपर स्थित दोनों भाग, नाक के पीछे की हड्डी के छेदों में तथा नाक और आँख के बीच के भागों में स्थित हैं। इन सभी खोखले भागों के मुख स्वयं नाक के अन्दर के भाग में खुलते हैं। सिर में ललाट की हड्डियों के पीछे भी खोखले भाग होते हैं, ये सभी मानव सितार की क़ीमती तुम्बियाँ हैं। नाक व सिर के विवर (खोलखे भाग) अस्वस्थ होंगे तो आवाज़ बैठी हुई, सपाट, अस्पष्ट व निष्प्राण होगी।

INTERNAL STRUCTURE OF THROAT AND MOUTH



कुछ लोग सारा ध्यान ध्वनि यंत्र पर ही लगा देते हैं और मांसपेशियों को कड़ी करके उसे चलाने की निरर्थक कोशिश करते हैं। इससे आवाज़ खराब होती है। आवाज़ पैदा करने वाले इस यंत्र प्रणाली में कोमल तालु की महत्वपूर्ण भूमिका होती है। जिह्वा के सहयोग से कोमल तालु विभिन्न व्यंजन ध्वनियों का निर्माण करता है। इसका कमाल देखो- यदि कोमल तालु झुककर जिह्वा के पिछले भाग से सट गया तो बोलती बंद हो जाती है। यह तनिक सा यदि हटता है तो क, ख, ग, घ और नाक के रास्ते गये तो "ङ." इत्यादि व्यंजन उच्चारित होते हैं। जब जीभ का पिछला हिस्सा कुछ दबता है तो तालु तनिक और उठता है, फैरिंक्स की दीवार से टकराता है तो नाक का रास्ता बन्द हो जाता है। और च, ट, त, प वर्ग के व्यंजन बनने लगते हैं। यह कोमल तालु का उठना, गिरना बैठना ही कमाल करता है।

तालु और जीभ ध्वनि को सही व्यंजन रूप देते हैं। दाँत और होंठ उसका परिष्कार करते हैं। यह सब वायु का ही खेल है। इसीलिए आवाज के निर्माण में श्वास यंत्र, स्वर यंत्र (लैरिंक्स), फैरिंक्स (ग्रसनी), नाक, मुँह और सिर के खोखले भाग तालु, जीभ, होंठ आदि सभी योगदान करते हैं।

गायन विधि-

गायन कला में कुछ अभ्यास इस तरह के हैं जो दूसरे प्रकार की अभ्यास विधियों का पूरा-पूरा आधार हैं। श्वास का नियंत्रण, गूंजोत्पादक अवयवों का प्रयोग, उच्चारण आदि गायन कार्य में प्रयुक्त होने वाले महत्वपूर्ण तत्वों में यदि प्रशिक्षण प्राप्त हो तो गायन-स्तर बहुत ही ऊँचा हो जाता है। जब स्वर-स्थान या आवाज़ का लगाव अच्छी तरह समझ में आ जाये तो कितने ही प्रकार से ध्वनि का प्रयोग किया जा सकता है। हम तुम्हें आवाज़ शास्त्र की दृष्टि से अभ्यास करते समय कुछ विशेष बातों के संबंध में बतला रहे हैं-

प्रारंभ में "ओम्" की ध्वनि से गले में सुर का स्थान निश्चित करना चाहिए। फिर उसी स्थान से आकार में स्वरों का अभ्यास करना चाहिए। इस ओम् की ध्वनि को निकालते समय गला बिल्कुल तनाव-रहित होना चाहिए। ऐसा प्रयत्न होना चाहिए कि हमारा स्वर आधार-स्वर से या तानपुरे की आवाज से बिल्कुल मिल जाय। इस "ओम्" के अभ्यास का विशेष लाभ यह है कि इस ध्वनि से हमारे मुख के अन्दर के सभी गूँजोत्पादक एक साथ प्रयुक्त होते हैं।

§सस्वर उदाहरण§

आवाज़-निर्मिती मुख्यत: मुख के आकार पर निर्भर करती है। इस प्रकार में मुख्यत: मुख, होंठ, जीभ आदि की अवस्था का समावेश होता है। यदि मुख ठीक से खुला न हो तथा होंठो द्वारा दाँत बहुत अधिक ढक गये हों तो आवाज़ मुख के ही भीतर रह जाती है। अत: मुख्य बात यह है कि आकार पूरी तरह से खुला होना चाहिए। आकार के ज़रा से भी भिंचे होने की अवस्था में स्वर का खुलापन जाता रहता है और स्वर में शुद्धता भी नहीं रह पाती। यह ध्यान रखना चाहिए कि जब आरोही-अवरोही क्रम में आकार का अभ्यास किया जाय तो आकार एक सा रहना चाहिए अर्थात् आकार का रूप परिवर्तित नहीं होना चाहिए।

§सस्वर उदाहरण§

लड़कों के लिए खरज का रियाज़ स्वर को साधना में बहुत महत्वपूर्ण है इससे आवाज़ में जोर, सफाई, गंभीरता और सुरीलापन बढ़ता है। लड़कियों को मन्द्र पंचम तक का रियाज़ तो करना ही चाहिए। प्रारंभ में जब स्वर का अभ्यास किया जाय तो यह ध्यान रखना चाहिए कि सीधे व खड़े स्वर लगें। कण व मींड़ का प्रयोग जहाँ तक न किया जाय, अच्छा है ताकि हम स्वर की

कमियों व त्रुटियों को पहचान सकें।

§सस्वर उदाहरण§

स्वर का उच्चारण व गायन इतना हल्का व प्रयत्नरहित होना चाहिए कि गले पर किसी तरह का ज़ोर व खिंचाव न पड़े। तीनों सप्तकों का गायन बहुत सहज रूप से होना चाहिए। गायन के समय ऐसा आभास होना चाहिए कि एक स्वर में से दूसरा स्वर निकल रहा हो अर्थात् उसमें निरंतरता बनी होनी चाहिए।

§सस्वर उदाहरण§

अभ्यास करते समय यह ध्यान रखने योग्य बात है कि सभी स्वरों पर वज़न बराबर हो अर्थात् जैसे हम "सा रे ग म प ध नी सां रें" गा रहे हों तो यह जरूरी है कि वायु का दबाब हर स्वर पर एक सा रहे। यह नहीं होना चाहिए कि गायक एक स्वर तो ज़ोर से लगाए और दूसरे स्वर उसकी तुलना में कम लगाए।

§सस्वर उदाहरण§

ध्वनि उत्पादन में अच्छा उच्चारण शक्तिशाली सहायक की भाँति होता है। स्वरों का उत्पादन जब दृढ़ता पूर्वक किया जाता है तो उनमें शुद्धता आ जाती है। भाषा के स्वरों को जब हम संगीत के स्वरों में मिलाते हैं तब उनमें विभिन्न रंग रूप उत्पन्न हो जाते हैं। अगर स्पष्ट उच्चारण हो तो एक साधारण आवाज़ भी बहुत अधिक प्रभावपूर्ण हो सकती है जबकि एक बड़ी आवाज़ भी कमज़ोर उच्चारण के कारण पहली आवाज़ की तुलना में कम महत्त्वपूर्ण लग सकती है। बहुत ही अच्छा उच्चारण ध्वनि में महत्त्वपूर्ण प्रभाव उत्पन्न कर देता है।

जिसका सही उच्चारण होता है उसके ध्वनि-निष्कासन में दोष भी कम होते हैं जब भी संगीत का अभ्यास किया जाय तब अभ्यास केवल आकार में न होकर सभी स्वरों अर्थात् अ, आ, इ, ई, उ, ऊ इत्यादि में होना चाहिए। यदि उच्चारण अभ्यास उच्च स्तर का हो और गायन में लचीलापन हो तो तो गायक अपनी आवाज़ से अनेक प्रकार के संवेदनाओं व भावों को अभिव्यक्त कर सकता है।

§सस्वर उदाहरण§

गले को "मुक्त रखना" हर तरह से आवाज़ को उत्तम बनाने में सहयोग देता है। "मुक्त" से तात्पर्य यह है कि गला किसी भी प्रकार के अनावश्यक दबाब, तनाव आदि से रहित हो।स्वरों के साथ किसी भी प्रकार की ज़बरदस्ती नहीं करनी चाहिए। यदि गले पर किसी भी प्रकार से दबाब व तनाव पड़ता है तो उसका सीधा प्रभाव स्वर पर पड़ना निश्चित है। अतः गला हर तरह से मुक्त §फ्री§ रहना चाहिए।

आवाज़ को उत्तम रूप से उत्पन्न करना इस बात पर निर्भर करता है कि गायक को आवश्यकतानुसार ध्वनि को घटाने बढ़ाने में नियंत्रण प्राप्त हो। अतः "ध्वनि-विस्तार पर नियंत्रण §वॉयस-कल्चर का एक आवश्यक अंग है।

§सस्वर उदाहरण§

यह नहीं होना चाहिए कि तार सप्तक के स्वरों को गाते समय आवाज फट जाय, तीखी हो जाय अथवा धीमी हो जाये।

यह जरूरी है कि जैसे-जैसे स्वरों की ऊँचाई बढ़े वैसे-वैसे ही वह स्वर पहले की अपेक्षा अधिकाधिक मुलायम होना चाहिए। इससे आवाज़ फटती नहीं है।

§सस्वर एउदाहरण§

प्रकृति द्वारा उत्तम गायक बनने के लिए तीन वरदान होने जरूरी होते हैं- वह हैं- अच्छी आवाज़, ग्राह्य क्षमता तथा उत्तम श्रवण शक्ति, अतः अच्छा गाना गाने के लिए "ठीक सुनना" बेहद जरूरी है क्योंकि ठीक सुनने पर ही स्वरों की सूक्ष्मता ज्ञात हो सकती है।

गायन में श्वसन-क्रिया का अत्यधिक महत्त्व है। साँस की तुलना वॉयलिन के "बो" से की जा सकती है। जिस प्रकार वॉयलिन के तार पर एक बार "बो" को रगड़ने से कितने ही स्वरों की उत्पत्ति एक बारमें हो जाती है, उसी प्रकार साँस लेने पर एक के बाद एक स्वर सहज रूप से उपजते चले जाते हैं।

गायक को गाते समय पूरी साँस लेना आना चाहिए। गाने के लिए श्वास नियंत्रण बहुत जरूरी है परन्तु इस नियंत्रण में किसी प्रकार का कष्ट मालूम नहीं पड़ना चाहिए । गाते समय साँस हमेशा नाक से ही ली जानी चाहिए। मुहँ से साँस लेना उचित नहीं। इसके लिए कुछ घरानों में इस प्रकार से भी शिक्षा दी जाती है कि गाते समय जैसे ही स्वर समाप्त हो, मुहँ बंद कर लेना चाहिए। गाते समय बीच में यदि साँस लेने की आवश्यकता हो तो बहुत हल्की, निःशब्द और छोटी साँस ली जानी चाहिए।

कभी भी गीत का कोई भी अंश साँस खत्म हो जाने के बाद नहीं गाना चाहिए। यह बहुत ही उचित होगा कि बीच में ही और साँस ले ली जाय। यद्यपि कभी साँस लेने का सही मौका नहीं भी हो सकता है, उस हालत में साँस अधिकार पूर्वक भी ली जानी चाहिए। गीत के अंश को उचित रीति से समाप्त करने के लिए दोबारा से साँस लेना कहीं अच्छा है, बजाय साँस तोड़कर अंश की समाप्ति की जाय। साँस गाने के अन्तिम शब्द के साथ ही समाप्त होनी चाहिए। पूरी साँस ध्वनि बनकर बाहर

आनी चाहिए। इस प्रकार जब तक गायक को अपनी साँस का सही उपयोग करना नहीं आता है, तब तक वह गाना भी ठीक ढंग से नहीं गा सकता।

§सस्वर उदाहरण§

कर्नाटक संगीत
(अभ्यास विधि)

कर्नाटक शास्त्रीय संगीत की अत्यंत सुसंबद्ध पद्धति है। कर्नाटक संगीत की शिक्षा-पद्धति निश्चित है। सबको उसी क्रम से सीखना पड़ता है। संगीत-शिक्षा सरल से कठिन क्रमानुसार बनी हुई है। ताल और स्वर दोनों को एक-दूसरे से जोड़कर सीखने की सरलता हेतु पूर्व निश्चित शिक्षण-पद्धति बना ली गयी है। सर्वप्रथम प्रारंभिक अभ्यास में श्रुति-नियंत्रण सिखाया जाता है।

(उदाहरण) "सा-प-सां"

श्रुति नियंत्रण के पश्चात् सरलीस्वरम् सिखाया जाता है जो कि राग मायामालवगौड़ में होता है। कर्नाटक संगीत के 72 मेलकर्ताओं में मायामालवगौड़ अत्यंत मनोहारी, संपूर्ण मेल का राग है। अतः संगीत की प्रारंभिक शिक्षा सरलीस्वरम्, जंटास्वरम्, अलंकारम् मायामालवगौड़ राग में ही दी जाती है। सरलीस्वरम् का उदाहरण सुनिये-

(उदाहरण) सरलीस्वरम्

सरलीस्वरम् के पश्चात् जंटास्वरम् की शिक्षा दी जाती है। स्वरावलि में जब हर स्वर की दो-दो बार आवृत्ति होती है तब उसे जंटा स्वरावलि कहते हैं। "जंटा" का अर्थ होता है। जुड़वाँ"। जंटा स्वरों के सभी प्रकार आदि ताल में निबद्ध होते हैं। उदाहरण सुनिये जंटा स्वरम्-

(उदाहरण) जंटा स्वरम्

कर्नाटक संगीत में अलंकारम् की शिक्षा भी दी जाती है। अलंकारम् भी एक प्रकार की स्वरावलि ही है परन्तु जहाँ सारी स्वरावलियाँ आदि ताल में ही बिठाई गयी है वहाँ अलंकारम् विभिन्न तालों में निबद्ध हैं। प्रारंभिक संगीत-शिक्षा देते समय सात प्रमुख तालों में निबद्ध सप्त अलंकार अवश्य सिखाए

जाते हैं। प्रस्तुत है सर्वप्रथम 14 मात्राओं की ध्रुव ताल-

§उदाहरण§ अलंकार, ध्रुव ताल 14 मात्रा§

§उदाहरण§ मद्य तालम्, 10 मात्रा

§उदाहरण§ तिस्त्र जाति, त्रिपुट ताल, 7 मात्रा§

§उदाहरण§ रूपक तालम्, 6 मात्रा

§उदाहरण§ अट् तालम्, 14 मात्रा

§उदाहरण§ झंप तालम्, 10 मात्रा

§उदाहरण§ एक तालम्, चतस्त्र जाति, 4 मात्रा

पिल्लारि गीतम्, मलहरी राग में पुरंदर विट्ठल ने चार गीतम् बनाये हैं। इन्हें प्रारंभिक शिक्षण में अवश्य सिखाया जाता है। प्रस्तुत है मलहरी राग में पिल्लारि गीतम्, रूपक तालम्।

§उदाहरण§ पिल्लारि गीतम्

पिल्लारि गीतम् के पश्चात् घन राग गीतम् सिखया जाता है। ये भी गीतम् हैं व अलग-अलग राग व ताल गें होते हैं इसमें कम से कम 10, 12 या 15 गीतम् बच्चों को सिखाते हैं। लीजिए सुनिये उदाहरण-

§उदाहरण§ घनराग गीतम्, आरभि रागम्, त्रिपुट तालम्

घन राग गीतम् के पश्चात् स्वरजति सिखाई जाती है। स्वरजति तीन अंग होते हैं - पल्लवि, अनुपल्लवि तथा चरणम्। स्वरजति में विभिन्न चरणम् होते हैं। प्रत्येक चरणम् के बाद पल्लवि की पुनरावृत्ति होती है। प्रारंभिक अभ्यास हेतु तीन या चार स्वरजति सिखाए जाते हैं। तो सुनिये उदाहरण -

§उदाहरण§ स्वरजति-बिलहरी रागम आदि तालम्

स्वरजति के पश्चात् स्वरपल्लवि सिखाई जाती है। इसमें साहित्य नहीं होता केवल स्वर होते हैं। इसके भी चरणम् होते हैं। हरेक चरणम् के बाद पल्लवि की पुनरवृत्ति होती है। संगीत-शिक्षा देते समय तीन या चार स्वर पल्लवि अवश्य सिखाई जाती है। लीजिये प्रस्तुत है स्वरपल्लवि का उदाहरण-

(उदाहरण) स्वरपल्लवि-कल्याणी रागम्

स्वरपल्लवि के पश्चात् वर्णम् की शिक्षा दी जाती है। वर्णम् छोटा व बड़ा दोनों प्रकार का होता है। इसमें तीन अंग होते हैं- पल्लवि, अनुपल्लवि व चरणम् इसमें स्वर व शब्द दोनों होते हैं। वर्णम् में कल्पना का स्थान नहीं हैं। सब कुछ बंधा हुआ होता है। वर्णम् में छूट की तान, मींड़, गमक, कण स्वर वगैरह सब आते हैं। ये अधिकतर आदि ताल व अट् ताल में निबद्ध होता है किन्तु अन्य तालों में भी गाते हैं। वर्णम् में जिस लय में भी प्रारंभ किया जाता है, उसकी दुगुन भी दिखाई जाती है। प्रस्तुत है वर्णम् का उदाहरण

(उदाहरण) राग मोहनम् (वर्णम्) आदि तालम्

वर्णम् के पश्चात् कृति सिखायी जाती है। कृति में तीन अंग होते हैं- पल्लवि, अनुपल्लवि व चरणम्। इसमें शब्दों का भंडार होता है। आलाप, मनोधर्म संगीत यानि कल्पना, बोल आलाप, सरगम तान, तान, बढ़त सभी कल्पना से होता है। कृति के प्रारंभ में आलापम् भी होता है। तो प्रस्तुत है कृति का उदाहरण-

(उदाहरण) कृति- हिंडोल रागम्, आदि तालम्

कर्नाटक शास्त्रीय संगीत को उच्चस्तरीय शिक्षा में कृति के पश्चात् अष्टपदी, जावलि, तरंगम्, पदम्, तिल्लाना, तानम् आदि सिखाते हैं। प्रस्तुत है तरंगम् का एक उदाहरण-

(उदाहरण) तरंगम्- कुंरजी रागम्, आदि तालम्

पदम् में विरह प्रधान गीत होते हैं। प्रस्तुत है पदम् का उदाहरण-

(उदाहरण)