ISSN 2278-8808 SJIF 2015: 5.403
An International Peer Reviewed & Referred
SCHOLARLY RESEARCH JOURNAL
FOR INTERDISCIPLINARY STUDIES

चेतकबदल कौशल्यात/अध्यापनात हस्तमुद्रांचा उपयोग

श्री. संदीप आनंदा भुसारे *(Page 273-280)*

SRJIS IMPACT FACTOR SJIF 2015: 5.401
Date of Issue Release: 04/03/2017,
Volume: SRJIS, Jan-Feb, 2017, 4/30

ABSTRACT

अध्यापन हे औपचारिक आणि कृत्रिम स्वरूपाचे शिक्षक वर्तन आहे. विद्यार्थ्यांचे अध्ययन व्हावे यासाठी हेतूपूर्वक केलेल्या विविध वर्तनसमुच्चयाला अध्यापन म्हणता येईल. प्रभावी अध्यापन ही एक सुंदर कलाकृतीच असते. अनेक कौशल्यांचा सुंदर समन्वय त्यात साधलेला असतो. ही कौशल्ये आशय सादरीकरणामार्फत विद्यार्थ्यात अपेक्षित वर्तनबदल घडवून आणत असतात. सुक्ष्माध्यापनातील एक अध्यापन कौशल्य म्हणजे चेतक बदल कौशल्य होय. चेतकबदल कौशल्यात आचार्य श्रीनंदीकेश्वर- विरचित 'अभिनयदर्पण ' या संस्कृत ग्रंथातील संयुक्त व असंयुक्त हस्तमुद्रांमधील काही हस्तमुद्रांचा संस्कृत विषय शिकवितांना कसा उपयोग होतो. तसेच विद्यार्थ्यांचे लक्ष अभ्यासात लागण्यास व संस्कृत विषयाची विद्यार्थ्यांमध्ये आवड निर्माण होण्यास हस्तमुद्रा किती प्रभावी ठरू शकतात. हा विचार प्रस्तुत शोधनिबंधात मांडला आहे.

Scholarly Research Journal's is licensed Based on a work at www.srjis.com

प्रस्तावना

अध्यापन हे औपचारिक आणि कृत्रिम स्वरूपाचे शिक्षक वर्तन आहे. विद्यार्थ्यांचे अध्ययन व्हावे यासाठी हेतूपूर्वक केलेल्या विविध वर्तनसमुच्चयाला अध्यापन म्हणता येईल. प्रभावी अध्यापन ही एक सुंदर कलाकृतीच असते. अनेक कौशल्यांचा सुंदर समन्वय त्यात साधलेला असतो. ही कौशल्ये आशय सादरीकरणामार्फत विद्यार्थ्यात अपेक्षित वर्तनबदल घडवून आणत असतात. सुक्ष्माध्यापनातील एक अध्यापन कौशल्य म्हणजे चेतक बदल कौशल्य होय. चेतकबदल कौशल्यात आचार्य श्रीनंदीकेश्वर- विरचित 'अभिनयदर्पण ' या संस्कृत ग्रंथातील संयुक्त व असंयुक्त हस्तमुद्रांमधील काही हस्तमुद्रांचा संस्कृत विषय शिकवितांना कसा उपयोग होतो. तसेच विद्यार्थ्यांचे लक्ष अभ्यासात लागण्यास व संस्कृत विषयाची विद्यार्थ्यांमध्ये आवड निर्माण होण्यास हस्तमुद्रा किती प्रभावी ठरू शकतात. हा विचार प्रस्तुत शोधनिबंधात मांडला आहे.

सूक्ष्माध्यापन स्वरूप व व्याख्या

स्वरूप :- सूक्ष्माध्यापन या जोडशब्दात दोन शब्द समाविष्ट आहेत. 'सूक्ष्म' व 'अध्यापन' त्यामुळेच याचा शब्दशः अर्थ घ्यावयाचा तर सूक्ष्म प्रमाणात केलेले अध्यापन असा होईल. लहान प्रमाणात केलेले वर्गाध्यापन असा अर्थ होतो. सूक्ष्माध्यापन हे एक प्रशिक्षणतंत्र असून त्यात वर्गाध्यापनातील गुंतागुंत कमी केलेली असते. अध्यापन

कौशल्ये विकसित करणे हा यामागचा उद्देश असुन तो उद्देश या सरावादरम्यान मिळणाऱ्या प्रत्याभरणामुळे साध्य होतो.

व्याख्या :–ॲलन, रॉयल यांनी पुढीलप्रमाणे व्याख्या केली आहे.[१]

''सूक्ष्माध्यापनात वर्गातीलनेहमीची गुंतागुंत कमी करून शिक्षकांना अध्यापन सरावासाठी वातावरण निर्माण केले जाते आणि शिक्षकाला त्यात त्याच्या अध्यापन कार्यमापनाबाबत मोठ्या प्रमाणात प्रत्याभरणही मिळते''

***चेतक बदल कौशल्य :–**

व्याख्या[२] – 'अध्यपन अध्यापनाच्या प्रक्रियेतील विद्यार्थ्यांचे अवधान वेधून घेणाऱ्या व टिकवून ठेवणाऱ्या शिक्षक कृतींचा संच म्हणजे चेतकबदल कौशल्य होय.'(जंगीरा एन.के)

The set of Teachers Behaviour that send to secure and sustain pupls attention in teaching] leavning situation in the classroom constitutes the Skill of stimulas variation.(Jangira N.K.)

***चेतकबदल कौशल्याचे हेतू:–**

१) विद्यार्थ्यांच्या अध्ययन अध्यापन प्रक्रियेतील सहभाग वाढविणे.

२) विद्यार्थ्यांच्या संकल्पना दृढ करण्यास मदत करणे.

३) विद्यार्थ्यांचे अवधान खेचून अध्यापनात जिवंतपणा आणणे.

४) विद्यार्थ्यांची विचार करण्याची क्षमता वाढविणे.

५) विद्यार्थ्यांना येणारा मानसिक थकवा व कंटाळा नष्ट करणे.

६) अध्ययन अनुभवातील जिवंतपणा, वास्तवपणा, आणि कृतियुक्त सहभाग वाढविणे.

७) व्यक्तिभेदाचा विचार करून विविध दृक्श्राव्य माध्यमांचा उपयोग करणे.

चेतकबदल कौशल्याचे अपेक्षित घटक/उपकौशल्ये

१. शिक्षकांची योग्य हालचाल

२. शिक्षकांचे हावभाव

३. बोलण्याच्या पद्धतीतील बदल

४. आंतरक्रियेतील बदल

५. संवेदन लक्ष्यातील बदल

६. विद्यार्थ्यांच्या शारीरिक सहभाग

७. विद्यार्थ्यांचा शाब्दिक-कृतियुक्त सहभाग

८. विद्यार्थ्यांकडे पाहून अध्यापन

हस्तमुद्रा– श्रीनंदिकेश्वरविरचित 'अभिनयदर्पणात' आलेल्या २८ असंयुक्त हस्तमुद्रा व २३ संयुक्त हस्तमुद्रा

व्याख्या – 'एकाच हाताने केलेल्या मुद्रा म्हणजे असंयुक्त हस्तमुद्रा'

प्रकार – पताका, त्रिपताका, अर्धपताका, कपित्थ, कटकामुख, सूची,चंद्रकला[३], पद्मकोश, सर्पशिर्ष, मृगशिर्ष, सिंहमुख, कांगुल, ताम्रचुड, त्रिशुलक इ,

व्याख्या– दोन्ही हातांनी केल्या जाणाऱ्या मुद्रा म्हणजे संयुक्त हस्तमुद्रा.

प्रकार – अंजली[४] ,कपोत, कर्कट, स्वस्तिक, डोला, पुष्पपुट, उत्संग, शिवलिंग, कटकावर्धन, कर्तरीस्वस्तिक, शकट, शंख, चक्र, संपुट, पाश, कीलक, मत्स्य, कुर्म, वराह, गरूड, नागबंध, खट्वा, भेरूण्ड इ,

काही संयुक्त व असंयुक्त हस्तमुद्रांचा अर्थ व संस्कृत विषयातील गद्य, पद्य पाठ शिकविताना अध्यापनात/चेतकबदल कौशल्यात हस्तमुद्रांचा उपयोग

१) पताकाहस्त व त्याचा विनियोग[५]

हाताची (चारही) बोटे एकास एक जोडून ताठ उघडून पसरून अंगठा तेवढा (तळव्याचे बाजूस) वळवला (आकूंचित केला) असता नृत्यतज्ज्ञांच्या मते पताका हस्त होतो. नटनांच्या प्रारंभी ,ढग, अरण्य, नकार देताना ,रात्र, नदी, घोडा, वारा, झोपडे, जाण्याची क्रिया, समुद्र, इत्यादी संदर्भात उपयोग केला जातो.

२) त्रिपताकाहस्त व त्याचा विनियोग[६]

(पताका हस्तातील) अनामिका (करंगळीकडून दुसरे बोट) वाकविली असता तोच हस्त 'त्रिपताका' होतो . मुकुट, वृक्ष, बाण, वज्रधारी इंद्र, दिवा, इ. साठी उल्लेख केलेला आहे.

३) मयूरहस्त व त्याचा विनियोग[७]

या कर्तरीमुख हस्तातील अनामिका आणि अंगठा एकत्र आणून बाकी बोटे (पहिल्याप्रमाणेच) पसरून ठेवली असता, हस्तभेद जाणणाऱ्यांच्या मते 'मयूरहस्त' तयार होतो. मोराचे तोंड (चोच), वेल, पक्षी, इ,साठी मयूरहस्ताचा उपयोग करतात.

४) अर्धचंद्रहस्त व त्याचा विनियोग[८]

पताका हस्ताचा आंगठा (चारही बोटांशी साधारण काटकोन करून)ताठ केला असता अर्धचंद्र हा हस्त होतो. कृष्णपक्षातील अष्टमीचा चंद्र दाखवताना भाला हे आयुध दाखवताना प्रार्थना इ.साठी अर्धचंद्रहस्ताची योजना करतात.

५) कपित्थहस्त व त्याचा विनियोग[९]

शिखर हस्तात अंगठ्याच्या अग्रभागी तर्जनी वाकवून टेकविली असता कपित्थहस्त होतो असे नृत्यकोविद मानतात.लक्ष्मी व सरस्वती या देवतांची रूपे दाखवताना, धुपदिप आरती इत्यादी विधी करणे, इ. साठी कपित्थहस्त उपयोगात आणतात.

६) सूचिहस्त व त्याचा विनियोग[१०]

'कटकामुख ' हस्तातील तर्जनी ताठ उभी केली असता, नाटयशास्त्रविदांनी तो सूचिहस्त म्हणून जाणावा. एक ही संख्या, एक शतक, सूर्य, नगरी, जग, छत्री, देह, सूर्यास्त, दाखवताना सूचिहस्ताचा उल्लेख केला आहे.

७) चंद्रकलाहस्त व त्याचा विनियोग[११]

'सूचिहस्तात' अंगठा(मध्यमेपासून) सोडवून(ताठ केला असता) 'चंद्रकलाहस्त' होतो. चंद्र(चंद्रकोर), मुख, अंगठा, तर्जनी, शिवाचा मुकुट, शिवाच्या माथ्यावरून कोसळणारा गंगेचा स्त्रोत, काठी दाखवण्यासाठी चंद्रकलाहस्ताचा उपयोग करावा.

८) पद्मकोशहस्त व त्याचा विनियोग[१२]

हाताची बोटे किंचित विरळ करून तळव्याच्या खळगीकडे वाकवून वळविली असता, 'पद्मकोश' नावाचा हस्त तयार होतो. बेलफळ, कवठ इ. फळे, भोवरा, चेंडू, फुलाची कळी, करंडा, आंबा, जास्वंदीचे फुल, फुलांची मोहराची मंजरी, कमळ आणि अंडे दाखवताना पद्मकोशहस्त वापरला जातो.

९) सिंहमुखहस्त व त्याचा विनियोग[१३]

मध्मा(मधले बोट) आणि अनामिका यांच्या अंग्रांशी अंगठा जोडून ठेवून बाकीची बोटे ताठ केली असता सिंहमुख हस्त साकार होतो. होम अहुती देताना, ससा, हत्ती, कमळाचा हात, सिंहाचे मुख, इ, आविर्भावांसाठी'सिंहमुखहस्ताचा' उपयोग करतात.

१०) भ्रमरहस्त व त्याचा विनियोग[१४]

मध्यमा आणि अंगठा जोडून ठेवून(त्यांच्या पोकळीमध्ये) तर्जनी वाकवून उर्वरित बोटे ताठ नि विरळ करून ठेवली असता भ्रमरहस्त होतो. भुंगा, पोपट, पंख, सारस, कोकिळा, इ, पक्षी दाखविताना भ्रमर नावाचा हस्त योजावा असे नाट्यवेदात म्हटले आहे.

११) हंसपक्षहस्त व त्याचा विनियोग[१५]

'सर्पशीर्ष' या हस्तात करंगळी पुर्णपणे ताठ केली असता जो हंसपक्ष नावाचा हस्त होतो, त्याचे निरूपण आता केले जाईल. सहा ही संख्या, म्यान किंवा भाता दाखविण्यासाठी नाट्यवेदात हंसपक्ष हस्त सांगितला आहे.

१२) ताम्रचूडहस्त व त्याचा विनियोग[१६]

'मुकुल' हस्तात तर्जनी (उचलून) वाकवली असता ताम्रचूड हस्त साकार होतो.कोंबडा,[१७] बगळा, कावळा तसेच उंट, वासरू आणि लेखनक्रिया दाखवताना नाट्यतज्ज्ञ ताम्रचूड हस्त वापरतात.

१३) त्रिशूलहस्त व त्याचा विनियोग[१८]

हाताचा अंगठा आणि करंगळी आकुंचित केल्याने त्रिशूलहस्त होतो. बेलपत्र[१९] आणि त्रित्व (काहीही तीन या संख्येशी निगडित) यांसाठी त्रिशूल हस्त सांगितला आहे.

१४) व्याघ्रहस्त व त्याचा विनियोग[२०]

'मृगशीर्ष' हस्तामध्ये करंगळी आणि अंगठा (खालच्या बाजूस) वाकवून तयार होणारा हस्त व्याघ्र होतो, हे नाटयशास्त्रज्ञांनी लक्षात घ्यावे. वाघ, बेडूक, माकड आणि शिंपला दाखवण्यासाठी हा हस्त वापरतात.

१५) पल्लिहस्त व त्याचा विनियोग[२१]

मयून हस्तात तर्जनीच्या पाठीस मध्यमा जोडून ठेवली असता पल्लि हा हस्त होतो. हा हस्त झोपडी किंवा पाल किवा गाव दाखवण्याकरिता उपयोगात आणतो.

१६) स्वस्तिकहस्त आणि त्याचा विनियोग[२२]

दोन्ही पताका हस्त मनगटांशी एकमेकांना जुळवून ठेवल्यास त्या संयोगामुळे त्याला स्वस्तिक म्हटले जाते आणि मगर (हा प्राणी) दाखवण्यासाठी त्याचा उपयोग करतात.

१७) कर्तरीस्वस्तिकहस्त व त्याचा विनियोग[२३]

कर्तरी(मुख) हस्तांचे स्वस्तिक (फुली) केले असता कर्तरीस्वस्तिक साकारतो. झाडांच्या फांद्या, पर्वताचे शिखर आणि वृक्ष यांचा निर्देश करण्यासाठी हा हस्त योजतात.

१८) मत्स्यहस्त व त्याचा विनियोग[२४]

एका पंजाच्या पृष्ठभागावर दुसरा पंजा ठेवून आणि पंजे (तळवे) जमिनीकडे वळवून, दोन्ही हातांचे अंगठे व करंगळ्या किंचित पसरून (हातांपेक्षा वेगळया काढल्या असता) मत्स्य हस्त होतो. मासा दर्शविण्यासाठी या हस्ताचा उपयोग प्रचारात आहे.

१९) कूर्महस्त आणि त्याचा विनियोग[२५]

चक्रहस्तातील बोटांची अग्रे वाकवून अंगठे व करंगळया बाहेर काढल्या असता, तो हस्त कूर्म हस्त होतो आणि कासव दाखवण्यासाठी उपयोग करतात.

२०) गरूड्हस्त आणि त्याचा विनियोग [२६]

दोन अर्धचंद्र हस्तांचे तळवे (मनगटांशी स्वस्तिक करून ठेवून) त्यांचे अंगठे एकमेकांत अडकवले असता, त्यास गरूड हस्त असे म्हणतात आणि गरूड दाखवण्यासाठी त्याचा उपयोग करतात.

गद्य–पद्य पाठ शिकविताना हस्तमुद्रांचा उपयोग

वानरस्य[२७] चातुर्यम् इयत्ता आठवी संपूर्ण संस्कृत गद्य पाठ १० वा यामध्ये वानरः मकरः, नदी, वृक्ष, १ ही संख्या, झाडाची फांदी त्रिपताकाहस्त, पताका, सूचिहस्त, कर्तरिस्वस्तिकहस्त, स्वस्तिकहस्त इ. मुद्राद्वारे वरील गोष्टी विद्यार्थ्यांना सांगितल्यास त्यांचे लक्ष पाठाकडे आकर्षित होते व त्या बाबी लक्षात राहतात. इयत्ता ९ वी संस्कृत संपूर्ण परिशिष्ट इ संख्यावाचक विशेषणे यामध्ये १ ते १०० संख्या दिल्या आहेत. त्यातील, १ या संख्येसाठी– सूचिहस्त, ३ या संख्येसाठी–त्रिशूलहस्त, ६ या संख्येसाठी हंसपक्षहस्त या मुद्रांचा वापर केल्यास त्या संख्या विद्यार्थ्यांना लक्षात राहण्यास मदत होते. इयत्ता १० वी पद्य पाठ–१ सुभाषितमाला–१ मध्ये प्रथम सुभाषितात गणपतीला जांभूळ, कवठ ही फळे आवडतात असा उल्लेख आला आहे. विद्यार्थ्यांना जर प्रश्न विचारला गणपतीला कोणते फळ आवडते ? यासाठी पद्मकोशहस्त–ही मुद्रा करून दाखवल्यास विद्यार्थी लगेच उत्तर देतात.(कवठ)

समारोपः–

शालेय जीवनामध्ये काही शिक्षकांचे अध्यापन हे परिणामकारक तर काही शिक्षकांचे अध्यापन नीरस, कंटाळवाणे आढळते. ज्या शिक्षकाचे अध्यापन परिणामकारक आढळते. अशा शिक्षकाचे अध्यापन हे प्रेरक, चैतन्यदायी, उत्साहाने ओतःप्रोत भरलेले असत. त्याचे चेतकबदल कौशल्यावर प्रभुत्व असते. वर्गाध्यापनात विविधता, उत्साहीपणा आणण्यासाठी विद्यार्थ्यांचे वर्गात लक्ष टिकवून ठेवण्यासाठी, चेतकबदल कौशल्याची गरज असते.शिक्षकांनी जर अध्यापन करत असताना नाटयीकरण, हस्तमुद्रांद्वारे काही पाठातील संकल्पना वस्तुची नावे

जर हावभावकरून सांगितली. तर तो भाग विद्यार्थ्यांच्या दीर्घकाळ लक्षात राहण्यास मदत होते. अध्ययन–अध्यापन प्रभावीपणे होऊ शकते.

शिक्षकांची एक वेगळी छाप विद्यार्थ्यांवर नकळत पडत असते. शिवाय विद्यार्थ्यांना तो विषय सोपा वाटतो आणि त्यांना त्याविषयाबद्दल आवड निर्माण होण्यास मदत होते.

टिपा

१) प्रकरण १. सूक्ष्माध्यापन(डॉ. चित्रा सोहनी) पान क्र.४

२) प्रकरण ४. चेतकबदल कौशल्य (डॉ. मोहन खताळ) पान क्र.२९

३) श्रीनंदिकेश्वरविरचित अभिनयदर्पण ग्रंथ – श्लोक क्र.८९ ते ९२

४) श्रीनंदिकेश्वरविरचित अभिनयदर्पण ग्रंथ – श्लोक क्र.१७१ ते १७५

५) अंगुल्यः कुञ्चिताष्ठः संश्लिष्टाः प्रसृता यदि। स पताककरः प्रोक्तो नृत्यकर्मविशारदैः ।।९३।।

६) स एवं त्रिपताकः स्याद्वक्रितानामिकालिः।।१००।।

७) अस्मित्रनामिकाष्ठौ श्लिष्टौ चान्याः प्रसारिताः। मयूरहस्तः कथितःकरटीका विचक्षणैः ।।१०८।।

८) अर्धचन्द्रकरः सोऽयं पताकेङ्गष्ठसारणान् ।

९) अङ्गष्ठमूर्ध्नि शिखरं वक्रिता यदि तर्जनी ।।१२१।। कपित्थाख्यः करः सोयं कीर्तितो नृत्तकोविदैः ।

१०) ऊर्ध्वप्रसारिता यत्र कटकामुखतर्जनी ।।१२७।। सूचीहस्तः स विज्ञेयो भरतागमकोविदैः।

११) सूच्यामङ्गष्ठमोक्षे तु करश्चन्द्रकला भवेत्।

१२) अङ्गल्यो विरलाः किञ्चित् कुञ्चितास्तलनिम्रगा । पद्मकोशाभिधो हस्तो तन्निरूपणमुच्यते ।।१३४।।

१३) मध्यमानामिकाप्राभ्यामङ्गष्ठो किश्रितो यदि ।।१४२।। शेषौ प्रसारितौ यत्र स सिंहास्यकरो भवेत् ।

१४) मध्यमाङ्गष्ठसंयोगे तर्जनी वक्रिताकृतिः ।।१५२।। शेषाः प्रसारिताश्चासौ भ्रमराभिधहस्तकः ।

१५) सर्पशीर्षकरे सम्यक् कनिष्ठा प्रसृता यदि ।।१५७।। हंसपक्षः करः सोयं तन्निरूपणमुच्यते ।

१६) मुकुले ताम्रचूडः स्यात्तर्जनी वक्रिता यदि ।।१६३।।

१७) कुक्कुटादौ बके काके उष्ट्रे वत्से च लेखने । युज्यते ताम्रचूडाख्यः करो भरतवेदिभिः ।। १६४।।

१८) निकुञ्चनयुताङ्गष्ठकनिष्ठस्तु त्रिशूलकः ।

१९) बिल्वपत्रे त्रित्वयुक्ते त्रिशुलकर ईरितः ।।१६५।।

२०) कनिष्ठाङ्गष्ठनमने मृगशीर्षकरे तथा । व्याघ्रहस्तः स विज्ञेयो भरतागमकोविदैः ।।१६६।।

२१) मयूरे तर्जनीपृष्ठो मध्यमेन युतो यदि ।।१७०।। पल्लिहस्तः स विज्ञेयः....

२२) पताकयोः सन्नियुक्तः करयोर्मणिबन्धयोः ।।१८०।। संयोगेन स्वस्तिकाख्यो....

२३) कर्तरी स्वस्तिकाकारा कर्तरीस्वस्तिको भवेत् ।।१८८।।

२४) करपृष्ठोपरि न्यस्तो यत्र हस्तस्त्वधोमुखः । किञ्चित्प्रसारिताड्गष्ठ कनिष्ठो कत्स्यनामकः ।।१९६।।

२५) कुञ्चिताग्राड्गलिश्चक्रे त्यक्ताड्गष्ठकनिष्ठकः ।।१९७।। कूर्महस्त स विज्ञेयः....

२६) तिर्यक्तलस्थितावर्धचन्द्रावड्गष्ठयोगतः । गरूडहस्त इत्याहूर्....।।१९८।।

(श्रीनन्दिकेश्वरविरचित अभिनयदर्पण ग्रंथातील श्लोक .(टिपा ५ ते २६)

२७) संस्कृत प्रवेश इयत्ता आठवी गद्यपाठ १० वानरस्य चातुर्यम्।(पान क्र.३२)

संदर्भग्रंथ सूची

आचार्य नन्दिकेश्वरविरचित अभिनयदर्पण ग्रंथ
दर्पणी पाहता...-डॉ. रोहिणी भाटे
सूक्ष्माध्यापन - डॉ. चित्रा सोहनी
सूक्ष्माध्यापन - डॉ. मोहन खताळ
संस्कृत प्रवेश (इयत्ता आठवी)
संस्कृत तरंगिणी (इयत्ता नववी)
संस्कृत मंदाकिनी (इयत्ता दहावी)