

## भारत में खेल-संस्कृति

पूनम, \*

बात जब खेलों की हो, तो हम बड़े भावुक हो उठते हैं -- पूरे देश को एक टीम व स्वयं को उसका एक अभिन्न खिलाड़ी-सदस्य समझते हुए। अपनी प्रतिनिधि-टीम के प्रति पूर्ण समर्थन व देश-भक्ति भाव से हम प्रयत्न व प्रार्थना करते हैं कि प्रत्येक प्रतिस्पर्धा में चुनौती स्वीकार कर हमारी ही टीम विजयी हो। लेकिन बात जब वर्डकप या ओलम्पिक की हो तो खिलाड़ियों का श्रेष्ठ प्रदर्शन देश के लिए सर्वाधिक प्रतिष्ठा का विषय होता है, यह स्वाभाविक भी है।

आज यद्यपि स्पोर्ट्स के कुछ क्षेत्रों में भारतीय खिलाड़ी विभिन्न संशोधित तकनीकों तथा अपनी अभूतपूर्व शारीरिक क्षमताओं का प्रदर्शन कर बड़ी तेजी से कीर्तिमान भी स्थापित कर रहे हैं, तथापि एकमत से हम स्वीकार कर सकते हैं कि देश में एक बड़े स्तर पर खेल-संस्कृति विकसित करने की आवश्यकता है।

### स्वास्थ्य एवं मानव-जीवन --

'शरीरमाद्यं खलु धर्मसाधनम्' अर्थात् जीवन के प्रत्येक कर्तव्य को करने का साधन शरीर ही है। नियमित खेलकूद, योग-व्यायाम आदि द्वारा इसे स्वस्थ व सुगठित बनाये रखना चाहिए। स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ मन का निवास होता है। शारीरिक शक्ति के अभाव में अन्य सब गुण व्यर्थ सिद्ध होते हैं --

त्याग, तप, करुणा, क्षमा से भीग कर,  
व्यक्ति का मन तो बली होता मगर।  
हिंसक पशु जब घेर लेते हैं उसे,  
काम आता है बलिष्ठ शरीर ही।।

### खेल व समाज --

यूनेस्को चार्टर ऑफ एजुकेशन एंड स्पोर्ट्स के अनुसार -- "मानव-अधिकारों की प्राप्ति की पहली शर्त यही है कि प्रत्येक व्यक्ति को शारीरिक, मानसिक व नैतिक शक्तियों के विकास करने की आज़ादी होनी चाहिए उसके सभी नागरिकों तक शारीरिक शिक्षा व खेल की पहुँच की गारंटी होनी चाहिए।"

वस्तुतः शारीरिक स्वास्थ्य प्रत्येक व्यक्ति की मूलभूत आवश्यकता है। किसी भी राष्ट्र की सामाजिक, आर्थिक, सांस्कृतिक, साहित्यिक तथा वैज्ञानिक प्रगति उसके नागरिकों पर ही

निर्भर करती है। स्वस्थ नागरिक ही किसी राष्ट्र की शक्ति व सम्पत्ति होते हैं। इसलिए प्रगतिशील राष्ट्र ऐसे खेलों की व्यवस्था करते हैं जिनमें शारीरिक शिक्षा का मनोरंजनात्मक भाग हो और जो नागरिकों के चरित्र-निर्माण में भी सहायक हो। किसी राष्ट्र की सामाजिकता उस राष्ट्र के समाज तथा वहाँ की सांस्कृतिक विरासत पर ही निर्भर करती है।

प्राचीन भारत में खेल-संस्कृति --

प्राचीन भारत में शिक्षार्थी गुरुकुलों में अध्ययन के साथ-साथ खेलों में भी पारंगत होते थे, यद्यपि उस समय के खेल युद्ध की दृष्टि से महत्त्वपूर्ण होते थे। संभवतः इसीलिए तक्षशिला व नालन्दा जैसे विश्वविद्यालय शारीरिक और बौद्धिक प्रशिक्षण केन्द्र के रूप में उभरे।

भारत के पास अपने खेलों की प्राचीन व समृद्ध सांस्कृतिक विरासत है। विभिन्न राज्यों की ऐतिहासिक गाथाओं द्वारा पर्याप्त प्रमाण मिलते हैं कि उस समय शरीर व मन को नियंत्रित करने के लिए कई खेल व योग-व्यायाम आदि क्रियाएँ प्रचलित थीं।

मध्य-काल में खेलों का इतिहास --

मध्य-काल में पोलो, चौसर, शतरंज, आखेट आदि प्रिय खेल थे। दंगल, कुश्ती, व्यायाम, रथों तथा छकड़ों की दौड़ भी मनोरंजन का साधन थीं। स्त्रियों व बालिकाओं के भी आत्म-रक्षा सम्बन्धी खेल वर्णित हैं। ये सब पारम्परिक खेल न केवल प्रशिक्षित खिलाड़ियों द्वारा खेले जाते थे, बल्कि फुर्सत के समय जन-समुदाय के मनोरंजन का साधन भी होते थे।

ब्रिटिश-काल में 'आर्म्स-एक्ट' पास होने के कारण पुरातन परिपाटी पर खेले जाने वाले क्रिया-कलापों – तलवारबाजी आदि पर प्रतिबंध लगा दिया गया था तथा पाश्चात्य सभ्यता के प्रभाव से हमारे सांस्कृतिक खेल-कूद पर विपरीत प्रभाव पड़ा। यद्यपि भारत में ब्रिटिश-शासकों के कारण ही क्रिकेट, हॉकी, फुटबाल, सॉकर आदि खेल अत्यधिक लोकप्रिय हो गये।

भारत ने 1920 में पहली बार ओलम्पिक्स में एथलेटिक्स व कुश्ती में भाग लिया तथा हॉकी में 1928 से 1956 तक अपना वर्चस्व बनाए रखा।

स्वतंत्रता-प्राप्ति के पश्चात् खेलों की स्थिति --

स्वतंत्रता-प्राप्ति के पश्चात् सरकार की शारीरिक शिक्षा व खेल-कूद के प्रति जागरूकता व सम्बद्धता बढ़ी, इसके नये मूल्यों तथा धारणाओं को समझा गया। 1953 में भारत सरकार के स्वास्थ्य-मंत्रालय ने खेलों व क्रीड़ाओं के लिए कोचिंग-स्कीम शुरू की। 1957 में तीन वर्षीय डिग्री कोर्स के लिए 'लक्ष्मीबाई कॉलेज ऑफ़ फिज़िकल एजुकेशन' शुरू किया

गया। 1958 में शिक्षा-मंत्रालय द्वारा खेल एवं युवा-कल्याण विभाग की स्थापना की गई तथा शारीरिक शिक्षा के सिद्धांतों पर शारीरिक शिक्षा के निरीक्षकों और विशेषज्ञों की

संगोष्ठियों को प्रायोजित किया गया। 1958 में ही तीसरे एशियन गेम्स में हॉकी के खराब प्रदर्शन को देखते हुए खिलाड़ियों व प्रशिक्षकों को कोचिंग देने के लिए पटियाला में 'नेताजी सुभाष नेशनल इंस्टिट्यूट ऑफ़ स्पोर्ट्स' की स्थापना हुई। तत्पश्चात् प्रत्येक प्रदेश में शिक्षकों को प्रशिक्षण देने के लिए शारीरिक शिक्षा महाविद्यालय स्थापित किए गये। राष्ट्र-स्तर पर एन.एफ.सी.(नेशनल फिटनेस कोर्स), एन.डी.एस.(नेशनल डिस्सिपलिन स्कीम) तथा एन.सी.सी. लड़के-लड़कियों के लिए शुरु की गई।

देश-भर में खेल-संस्कृति को बढ़ावा देने के लिए 'स्पोर्ट्स अथोरिटी ऑफ़ इंडिया' 1982 में बनाई गई। इसके अंतर्गत स्पोर्ट्स टैलेंट सर्च स्कॉलरशिप स्कीम, ऑल इंडिया रूरल स्पोर्ट्स टूर्नामेंट, नेशनल स्पोर्ट्स चैंपियनशिप फ़ार वीमेन तथा नॉर्थ ईस्ट स्पोर्ट्स फेस्टिवल आदि अनेक योजनाएं बनाई गईं।

उत्कृष्ट प्रदर्शन को सम्मानित करने के लिए नेशनल स्पोर्ट्स अवार्ड्स -- सिविलियन अवार्ड, अर्जुन पुरस्कार, द्रोणाचार्य पुरस्कार व पदक आदि प्रदान किए जाने लगे। प्रतिवर्ष मौलाना अबुल कलाम आज़ाद ट्रॉफी उस विश्वविद्यालय को प्रदान की जाने लगी जिसने अन्तर्विश्वविद्यालय टूर्नामेंट में सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन किया है। इस प्रकार देश-भर में खेलों को बढ़ावा देने के लिए विभिन्न स्पोर्ट्स प्रोग्राम व अकादमियां भी स्थापित की गई हैं। ऐसे अखाड़े भी चल रहे हैं जिनमें व्यायाम-कुश्ती, जिम्नास्टिक तथा अन्य विदेशी कसरतों का अभ्यास किया जाता है।

वर्तमान खेल-संस्कृति --

उपरोक्त समस्त प्रयासों को देखते हुए हम कह सकते हैं कि यद्यपि हमने इन्फ्रास्ट्रक्चर विकसित किया; स्टेडियम, जिम्नेजियम तथा क्रीड़ा-क्षेत्रों का जगह-जगह निर्माण हुआ, ट्रेनिंग सुविधाएं सुधारीं, योगाभ्यास के प्रति लोगों का आकर्षण भी बढ़ा है, चिकित्सालयों में व्यायाम-चिकित्सा की व्यवस्था भी हुई है, तथापि पर्याप्त 'आउट-पुट' कहीं दिखाई नहीं देता, क्योंकि हिस्सा लेने का आधार (पार्टिसिपेशन-बेस) सिकुड़ रहा है। स्थिति विकट है --- स्कूल-कॉलेजों में खेल के मैदान तो हैं, पर खेलने वाले नहीं, छात्रों का मेडिकल-चेक-अप नहीं के बराबर है तथा जहाँ विद्यालयों से मात्र 8-10% छात्र ही इन खेल-प्रतियोगिताओं हेतु चुने जाते हैं, अन्य छात्रों के लिए शारीरिक-शिक्षा का कोई सुगठित कार्यक्रम भी नहीं है। स्पष्ट है कि स्कूलों-कॉलेजों में शारीरिक-शिक्षा को अनिवार्य विषय नहीं बनाया गया है। शिक्षा मात्र पुस्तकीय ज्ञान बनकर रह गई है, जो बच्चों में खेलों के प्रति अरुचि उत्पन्न कर उन्हें क्रीड़ा-स्थलों से दूर रखती है और उन्हें खेलने के लिए पर्याप्त अवकाश ही नहीं देती। शिक्षक और अभिभावक भी खेलों को बढ़ावा देने में सकारात्मक भूमिका नहीं निभाते। टी.वी., सिनेमा, कंप्यूटर, मोबाइल आदि के चलन ने जीवन-पद्धति को

पूर्णतया बदल दिया है। जीवन सुविधा-भोगी होता जा रहा है, जिसमें फिज़िकल-एक्टिविटीज़ का महत्त्व कमतर होता जा रहा है।

यद्यपि आज खेलों में इतना पैसा है जितना 25-30 साल पहले नहीं था, परन्तु फिर भी विश्व-स्तर के खेलों में हम बड़ी शक्ति बनकर नहीं उभर सके हैं। अधिक पैसा और अच्छी नौकरी के लालच में अधिकतर युवा क्रिकेट आदि ईलीट खेलों की ओर खिंच रहे हैं। मीडिया भी क्रिकेट आदि कुछ विशिष्ट खेलों को ही 'हाईलाइट' करता है। इससे अन्य पारम्परिक व जनप्रिय खेल – हॉकी, फुटबाल, कबड्डी आदि अपेक्षाकृत उपेक्षित होते हैं। खेलों में अनिश्चितता का तत्व खिलाड़ियों के आत्मविश्वास व साहस को खोखला कर रहा है।

जनसंख्या-बहुल देश होने पर भी लाखों-लाख भारतीय वर्डकप, ओलम्पिक आदि अंतर्राष्ट्रीय प्रतिस्पर्धाओं में एक-एक मैडल के लिए आशाभरी नज़रों से देखते हैं। कितना चिन्ताजनक है कि अपने राष्ट्रीय खेल 'हॉकी' में चैंपियन माना जाने वाला भारत ओलम्पिक से बाहर हो जाता है।

यद्यपि खिलाड़ियों में अदम्य प्रतिभा विद्यमान है, परन्तु कई बार असंतुलित भोजन, कमज़ोर स्वास्थ्य, चिकित्सीय सुविधाओं का अभाव, वैज्ञानिकी व अधुनातन तकनीकी साधन-असम्पन्नता भी उनके प्रदर्शन पर प्रश्न-चिन्ह लगा देती है। या फिर प्रमुख अंतर्राष्ट्रीय प्रतिस्पर्धाओं की तैयारी हेतु लम्बी योजनाएं ही नहीं बनाई जाती। या बहुधा स्पोर्ट्स-कोटा से नौकरी प्राप्त करने के बाद खिलाड़ियों का स्पोर्ट्स से रुझान घटता जाता है।

एक अन्य मुख्य कारण यह भी है कि बहुत-सी नेशनल फेडरेशन के ऊंचे पदों पर प्रभावशाली नेता, ब्यूरोक्रेट या धनी-व्यापारी अपना प्रभुत्व जमाए हुए हैं, टीमों के चयन में उनका अनावश्यक राजनैतिक हस्तक्षेप भी स्पोर्ट्स के पर्यावरण को दूषित करता है।

कुछ सुझाव --

- \* देश की एक अरब से अधिक आबादी के लिए हमें आज लाखों प्रशिक्षित व योग्य शारीरिक शिक्षाविदों तथा खेल-समर्थकों की आवश्यकता है, जो शारीरिक-शिक्षण कार्यक्रमों को विशेषतः शिक्षण-संस्थाओं से चलाएँ।
- \* जब तक समर्थ, समर्पित, जवाबदेह व प्रोफेशनल लोग खेल-फेडरेशन के मुखिया नहीं बनाए जाएंगे तथा खिलाड़ियों का चयन पारदर्शी नहीं होगा, तब तक इस दिशा में प्रगति सम्भव नहीं है।
- \* मात्र क्रिकेट ही नहीं, देश के समस्त खेलों के उचित प्रचार-प्रसार में मीडिया भी अपनी निष्पक्ष भूमिका निभाए।
- \* प्रतिभाशाली खिलाड़ियों को समुचित प्रोत्साहन दिया जाए।
- \* शारीरिक-शिक्षा को बड़े आधार (मास-बेस) पर प्राइमरी कक्षा से विश्वविद्यालय शिक्षा तक अनिवार्य कर दिया जाए। 'Catch them young and teach them

right' – यदि सभी बच्चों को छोटी उम्र से ही योग्य प्रशिक्षकों की देख-रेख में प्रशिक्षण दिया जाए तो उनका चहुँमुखी विकास होगा। इस प्रकार जब लाखों की संख्या में युवा खेलों में हिस्सा लेंगे तो उनमें से हज़ारों प्रतिभावान खिलाड़ी मिल जाएंगे।

विश्व-परिदृश्य को देखें तो इस विषय में भारत की स्थिति संतोषजनक नहीं है। अमेरिका, जर्मनी, रूस, चीन ने ही नहीं, इथोपिया, सोमालिया, कीन्या, श्रीलंका जैसे छोटे देशों ने भी विपुल धन-राशि व प्रचार-सुविधाओं से खेल-संस्कृति को उचित प्रोत्साहन दिया है। प्रशिक्षकों के विशिष्ट प्रदर्शन से युवाओं की प्रतिभा का सदुपयोग शिक्षा की समग्रता में किया जा रहा है। अनुसंधानों के फलस्वरूप कार्यक्रमों के संचालन व प्रशासन में संशोधन होता है तथा शिक्षा में इस विषय को अन्य विषयों के समकक्ष स्थान मिल चुका है।

निष्कर्षतः हम कह सकते हैं कि हमारी सांस्कृतिक परम्पराएँ ही हमारे देश की धरोहर हैं जो देश को गौरव प्रदान करने में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं। इसलिए आवश्यक है कि प्रत्येक व्यक्ति अपनी स्वस्थ संस्कृति को समझे और उसे आँके तथा साथ ही समाज के कार्यक्रमों में अपने 'टीम-वर्क' द्वारा पूर्णतया सहयोग देने हेतु स्वयं में आवश्यक मान्यताओं व कौशलों का विकास करे। वह खेलों की मूल-भावना -- 'विश्व-बन्धुत्व तथा पारस्परिक सौहार्द' का खेलों के माध्यम से प्रसार करे।

हमें स्मरण रहे, हमारी जड़ें हमारी संस्कृति में ही निहित हैं।

\*\*\*\*\*

सन्दर्भ ---

- \*शारीरिक-शिक्षा और मनोरंजन की राष्ट्रीय आयोजना -- भारत शिक्षा मंत्रालय
- \*शारीरिक-शिक्षा के मूलाधार -- अम्बिका प्रसाद द्विवेदी, एम. चौबे
- \*Essentials of physical education – R. S. Brar
- \*Wikipedia .org

\*\*\*\*\*