अध्याय 4

भारत के प्राचीन खेल एवं परम्परायें
(Ancient Indian Games and their Traditions)

परिचय

भारतीय ज्योतिषियों के अनुसार एक साल के अन्दर 52 सप्ताह होते हैं और चार तुएं। भारतीय मान्यता के अनुसार एक भाग में धर्म, दूसरे में अर्थ, तीसरे में काम और चौथे में मोक्ष।

भारत में प्राचीन काल से खेलों की अपनी–अपनी परम्परायें रही हैं। पुराने समय में खेल मनोरंजन एवं शरीर, मस्तिष्क को स्वस्थ रखने के लिए खेले जाते थे। यह सभी जानते हैं कि बलराम, भीम, हनुमान, जामवंत और जरासंघ आदि के नाम मल्लयुद्ध में प्रख्यात हैं। विवाह के क्षेत्र में भी शारीरिक बल के प्रमाण स्वरूप स्वयंवर में भी शारीरिक शक्ति और दक्षता का प्रदर्शन किसी न किसी रूप में शामिल किया जाता था।

राम ने शिव धनुष पर प्रत्यंचा चढ़ाकर और अर्जुन ने मछली की आंख को प्रतिबिम्ब देख कर प्रतियोगिता में खुद की क्षमता का प्रदर्शन किया था। गौतम बुद्ध स्वयं सक्षम धनुर्धर थे और रथ दौड़, तैराकी तथा गोला फैंकने आदि की स्पर्धाओं में भाग ले चुके थे।

युद्ध कलाओं का विकास सबसे पहले भारत में किया गया और ये बौद्ध धर्म प्रचारकों द्वारा पूरे एशिया में फैलाई गई। योग कला का उद्धव भारत में हुआ है। आदिकाल से प्राचीन खेल खेले जाते रहे हैं। महाभारत, रामायण में भी इनका उल्लेख मिलता है।

प्राचीन खेल ऊँट दौड़, बैलगाड़ी दौड़, घोड़ा दौड, हाथी दौड़, तांगा दौड़, सितोलिया, गिल्ली डंडा, चौपड़, रूमाल झपट्टा, रस्सा कसी, आईस–पाईस, चंगा पौ, नौ कांटी, पैल दूज, कंचे, गुलाम लकड़ी, आदि थे, इनमें से निम्न 12 खेल हैं जिनकी अपनी परम्परायें थी। प्राचीन खेलों में से कई खेल वर्तमान में अर्न्तराष्ट्रीय स्तर पर नये स्वरूप और नियमों के तहत खेले जा रहे हैं। जिसमें से तीरंदाजी, शतरंज, कुश्ती, कबड्डी, खो–खो, हॉकी इत्यादि।

शतरंज

दुनियाभर में शतरंज को दिमाग वाला खेल माना जाता है। आपको यह जानकर आश्चर्य होगा कि शतरंज का आविष्कार रावण की पत्नी मंदोदरी ने सबसे पहले किया था। पौराणिक शास्त्रों के अनुसार इस खेल का आविष्कार लंका के राजा रावण की रानी मंदोदरी ने इस उद्देश्य से किया था कि उनका पति रावण अपना सारा समय युद्ध में न व्यतीत कर सके। एक पौराणिक मत यह भी है कि रावण के पुत्र मेघनाद की पत्नी ने इस खेल का प्रारम्भ किया था।

अमरकोश के अनुसार प्राचीन नाम चतुरंगिनी था। जिसका अर्थ 4 अंगों वाली सेना था। गुप्तकाल में इस खेल का बहुत प्रचलन था। पहले इस खेल का नाम चतुरंग भी था। लेकिन 6ठी शताब्दी में फारसियों के प्रभाव के चलते इसे शतरंज कहा जाने लगा। यह खेल ईरानियों के माध्यम से यूरोप में पहुंचा तो इसे चैस कहा जाने लगा।

साँप सीढ़ी

इसे मोक्षपट भी कहते हैं। बच्चों का खेल सांप सीढी विश्वभर में प्रचलित है और लगभग यह हर बच्चे ने खेला है। लेकिन क्या भारतीय बच्चे यह जानते हैं कि इस खेल का आविष्कार भारत मे हुआ इस खेल को सारिकाओं या कौड़ियों के माध्यम से खेला जाता था। सांप सीढ़ी के खेल का वर्तमान स्वरूप 13वीं शताब्दी में कवि संत ज्ञानदेव द्वारा तैयार किया गया था।

यह खेल हिन्दुओं को नैतिकता का पाठ पढ़ाता था। 17वीं शताब्दी में यह खेल थंजावर में प्रचलित हुआ। इस खेल की नैतिकता विक्टोरियन काल के अंग्रेजों को भी भा गई और वे इस खेल 1892 में इंग्लैंड ले गए। वहां से यह खेल अन्य योरोपीय देशों में लुड्डों अथवा स्नेक्स एंड लेडर्स के नाम से फैल गया।

कबड्डी

कबड्डी एक सामूहिक खेल है। जो प्रमुख रूप से भारत में खेला जाता है। इस खेल को दक्षिण भारत में चेडुगुडु और पूरब में हु तू तू के नाम से भी जाना जाता है। भारत में इस खेल का उद्भव प्रागैतिहासिक काल से माना जाता है। यह खेल लोगों में आत्मरक्षा या शिकार के गुणों को सिखाए जाने के लिए किया जाता था। महाभारत काल में भगवान कृष्ण और उनके साथियों द्वारा कबड्डी खेली जाती थी। इस बात का उल्लेख एक ताम्रपत्र में है। अभिमन्यू को चक्रव्यूह में फंसाना इसी खेल का एक उदाहरण है। पहले मिट्टी के मैदान में खेली जाती थी। आधुनिक काल में मैट पर खेली जाती है।

खो–खो

खो–खो मैदानी खेलों में सबसे प्राचीनतम रूपों में से एक है। जिसका उद्भव प्रागैतिहासिक भारत में माना जा सकता है। मुख्य रूप से आत्मरक्षा आक्रमण व प्रत्याक्रमण के कौशल को विकसित करने के लिए इसकी खोज हुई थी। यह भी पहले मिट्टी के मैदान में खेला जाता रहा है। इस काल में मैट पर खेला जाता है।

चौपड़ पासा

इस चेस, पचीसी और चौसर भी कहते हैं। यह पलंग आदि की बुनावट का वह प्रकार है जिसमें चौसर की आकृति बनी होती है। दरअसल यह खेल जुए से जुड़ा खेल है। महाभारत काल में कौरवों और पांडवों के बीच यह खेल खेला गया था और उसमें पांडव हार गये थे।

मुस्लिम काल में यह खेल शासकीय वर्ग तथा सामान्य लोगों के घरों में पांसा के नाम से खेला जाता था। यह खेल आज भी लोकप्रिय है।

पोलो या सगोल कंगजेट

आधुनिक पोलों की तरह का घुड़ सवारी युक्त यह खेल 34 ईसवी में भारतीय राज्य मणिपुर में खेला जाता था। इस सगोल कंगजेट कहा जाता था। सगोल (घोड़ा) कंग (गेंद) तथा जेट (हॉकी की तरह की स्टिक)।

कालांतर में मुस्लिम शासक उसी प्रकार से चौगान (पोलो) और अफगानिस्तानवासी घोड़े पर बैठकर बुजकशी खेलते थे। लेकिन बुजकशी का खेल अतिक्रूर था। सगोल कंगजेट का खेल अंग्रेजों ने पूर्वी भारत के चाय बागान वासियों से सीखा और बाद में उसके नियम आदि बनाकर 19वीं शताब्दी में इस पोलों के नाम से योरपीय देशों में प्रचाररित किया।

फुटबॉल

फुटबॉल का खेल आज सबसे लोकप्रिय खेल है। फुटबॉल में ब्राजील, स्पेन, अर्जेन्टीना आदि देशों की बादशाहत है और भारत सबसे निचले पायदान पर कहीं नजर आता है। लेकिन आपको यह जानकर आश्यर्च होगा कि फुटबॉल खेल का जन्मदाता देश भारत है।

चूंकि इतिहास अंग्रेजों ने लिखा इसलिए उन्होंने ओलम्पिक को महान बना दिया। कुछ लोग चीन, ग्रीक और कुछ लोग इटली को इसका जन्मदाता देश मानते हैं। लेकिन इसका सबसे प्राचीन उल्लेख महाभारत में मिलता है। महाभारत में जिक्र है कि कृष्ण अपने साथियों के साथ यमुना के किनारे फुटबॉल खेलते थे।

तीरंदाजी

तीरंदाजी का आविष्कार भारत में हुआ। इसके असंख्य प्रमाण हैं। इसे अंग्रेजी में बो एंड एरो भी कहते हैं। हालांकि विदेशी इतिहासकार इसकी उत्पत्ति मिस्र और चीन से जोड़ते हैं। भारत में एक से एक धर्नुधर थे। धनुर्धर नाम से एक प्राचीन वेद भी है। जिसमें इस विद्या का विस्तार से बताया गया है। यह विद्या सीखने के दौरान गुरूकुल में इसकी प्रतियोगिता होती थी।

कुश्ती

रामायणकाल में हनुमान और महाभारत काल में भीम का अपने साथियों के साथ कुश्ती लड़ने का जिक्र आता है। कुश्ती एक अति प्राचीन खेल कला एवं मनोरंजन का साधन है। यह प्रायः दो व्यक्तियों के बीच होती है। जिसमें खिलाड़ी अपने प्रतिद्वंद्वी को पकड़कर एक विशेष स्थिति में लाने का प्रयत्न करता है। कुश्ती में दारासिंह, गामा पहलवान और गुरू हनुमान की मिसाल दी जाती है। कुश्ती की प्रतियोगिता को दंगल भी कहते हैं। इसके खिलाड़ियों को पहलवान कहते हैं और इसके मैदान को अखाड़ा कहते हैं। भारत के शैव पंथी, संत प्रांचीन काल काल से ही इसी खेल को खेलते आए हैं। जिसके माध्यम से उनका शरीर पुष्ट रहता था।

अखाड़ों का इतिहास लगभग 2500 ई.पू. से ताल्लुक रखता है। लेकिन अखाड़े 8 वीं सदी से अस्तित्व में आए, जब आदि शंकराचार्य ने महानिर्वाणी निरंजनी, जूना, अटल आवाहन अग्नि और आनन्द अखाड़े, की स्थापना की बाद में छत्रपति शिवाजी के गुरू ने भारत देश के अखाड़ों का पुनर्जागरण किया। आज के काल में कुश्ती मैट पर खेली जा रही है।

हॉकी

हॉकी भारत का राष्ट्रीय खेल है। हॉकी का जन्म 2000 वर्ष पूर्व ईरान में हुआ था, तब ईरान को पारस्य देश कहा जाता था और यह आर्यावर्त का एक हिस्सा था। मूलतः हॉकी का जन्म उस इलाके मे हुआ जहां भारत का प्राचीन कम्बोज देश था। यह खेल भारत से ही ईरान (फारस) गया और वहां से ग्रीस।

ग्रीस के लोगों ने इसको उनके यहां होने वाले ओलम्पिक खेलों में शामिल किया। भारत में मेजर ध्यानचंद को हॉकी का जादूगर कहते हैं।

गिल्ली डंडा

गिल्ली डंडा भी बहुत ही प्राचीन भारतीय खेल है। लकड़ी की एक 5 से 7 इंची एक गिल्ली बनती है और एक हाथ का एक डंडा। अधिकतर यह खेल मकरसंक्राति पर खेला जाता है। इस खेल

का प्रचलन केवल भारत में ही है। यह बहुत ही मनोरंजक खेल है। संक्राति के अलावा भी इस खेल को खेलते हुए भारत के गली–मुहल्लों में देखा जा सकता है। गिल्ली डंडा से ही प्रेरित होकर गोल्फ का आविष्कार हुआ है।

गंजिफा

सामान्यतया ताश जैसे इस खेल का भी धार्मिक और नैतिक महत्व था। ताश की तरह के पत्ते गोलाकर शक्ल के होते थे। उन पर लाख के माध्यम से या किसी अन्य पदार्थ से चित्र बने होते थे। गरीब लोग कागज या कंजी लगे कड़क कपड़े के कार्ड भी प्रयोग करते थे। सामर्थ्यवान लोग हाथी दांत, कछुए की हड्डी अथवा सीप के कार्ड प्रयोग करते थे। उस समय इस खेल में लगभग 12 कार्ड होते थे, जिन पर पौराणिक चित्र बने होते थे। खेल के एक अन्त संस्करण नवग्रह गंजिफा में 108 कार्ड प्रयोग किए जाते थे। उनको 9 कार्ड की गड्डियों में रखा जाता था और प्रत्येक गड्डी सौर मण्डल के नवग्रहों को दर्शाते थे। यही गंजिफा बाद में बन गया ताश का खेल।

महत्वपूर्ण बिन्दु

1. खेलकूद मानव के व्यक्तित्व के विकास में एक महत्वपूर्ण भूमिका ही अदा नहीं करते बल्कि मनुष्य में अनुशासन, आत्मविश्वास, सहयोग, टीम भावना तथा संयम जैसे गुणों का विकास करते हैं।
2. परिवेश में परम्परागत खेलों का अस्तित्व कमजोर होता जा रहा था जबकि यह खेल आधुनिक खेलों की रीढ़ की हड्डी हैं।
3. किसी न किसी परम्परागत खेल से ही आधुनिक खेलों का जन्म हुआ है।
4. आज के तनावपूर्ण वातावरण में परम्परागत खेलों से न्यूनतम बजट व खेल सामग्री द्वारा आम खेल प्रेमी को जोड़ा जा सकता है।
5. खेल मनुष्य के सर्वांगीण विकास में सहायक हैं। प्राचीन समय में परम्परागत खेल ही मनोरंजन के साधन थे।

अभ्यासार्थ प्रश्न

लघुत्तरात्मक प्रश्न

1. शतरंज का आविष्कार सबसे पहले किसने किया था, नाम लिखे।
2. प्राचीन काल में भारत में कितने खेल खेलें जाते थे
3. सांप सीढ़ी का खेल किस शताब्दी में किस कवि ने तैयार किया था
4. कबड्डी खेल को दक्षिण भारत में किस नाम से खेला जाता था

निबन्धात्मक प्रश्न

1. प्राचीन समय के 12 टॉप खेलों का वर्णन कीजिए
2. किसी एक उत्थानक खेल का विवरण उसके उद्देश्य सहित कीजिए
3. गिल्ली डंडा खेल व खो–खो खेल का ऐतिहासिक विकास लिखो