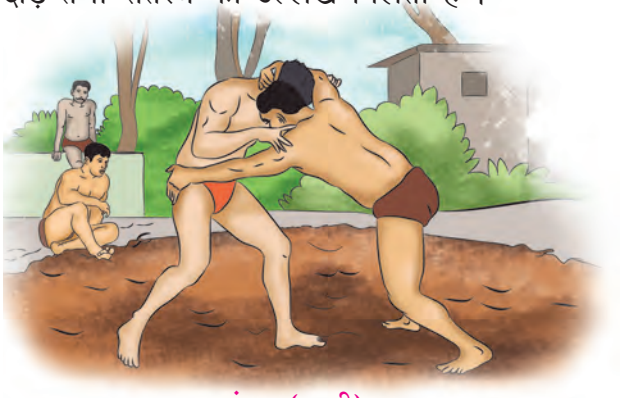
७. खेल और इतिहास

७.१ खेलों का महत्त्व
७.२ खेलों के प्रकार
७.३ खेलों का अंतर्राष्ट्रीयीकरण
७.४ खेलों की सामग्री और खिलौने
७.५ खिलौने और इतिहास
७.६ खेल और संबंधित साहित्य तथा फिल्में
७.७ खेल और व्यवसाय के अवसर

मनोरंजन और शारीरिक व्यायाम की दृष्टि से की जाने वाली कृति को खेल कहते हैं ।

मानव जितना प्राचीन है; खेलों का इतिहास भी उतना ही प्राचीन है क्योंकि खेलना मनुष्य का जन्मजात स्वभाव है । मानव के प्रारंभिक समय में विविध प्रकार के खेल खेले जाते थे । जिस प्रकार शिकार करना आजीविका का साधन था; उसी प्रकार वह खेल और मनोरंजन का भी हिस्सा था । भारत के प्राचीन साहित्य और महाकाव्यों में द्यूत, कुश्ती, रथों और घोड़ों की दौड़ तथा शतरंज का उल्लेख मिलता है ।



दंगल (कुश्ती)

क्या, आप जानते हैं ?

वड़ोदरा के ख्यातिप्राप्त पहलवान जुम्मा दादा और माणिकराव की व्यायामशाला (अखाड़ा), पटियाला का क्रीड़ा विश्वविद्यालय, गुजरात का 'स्वर्णिम गुजरात स्पोर्टस् विश्वविद्यालय', कोल्हापुर की खासबाग आणि मोतीबाग तालीम (अखाड़ा), अमरावती का हनुमान व्यायाम प्रसारक मंडल, पुणे की बालेवाड़ी का श्री शिव छत्रपति क्रीड़ा संकुल दंगल (कुश्ती) और अन्य खेलों के प्रशिक्षण के लिए प्रसिद्ध हैं ।

क्या, आप जानते हैं ?

खेल और ग्रीक (यूनानी) लोगों के बीच का संबंध प्राचीन समय से है । ग्रीकों ने खेलों को नियमित और सुसंगठित स्वरूप प्रदान किया। उन्होंने दौड़, थाली फेंक, रथों और घोड़ों की दौड़, दंगल, मुक्केबाजी जैसे खेलों के मैचों का प्रारंभ किया । प्राचीन ओलिंपिक खेल प्रतियोगिताओं का आयोजन ओलिंपिया इस ग्रीक शहर में किया जाता था । इन प्रतियोगिताओं में प्रतिभागी बनना और विजय प्राप्त करना सम्मान की बात समझी जाती है ।

७.१ खेलों का महत्त्व

हमारे जीवन में खेलों का अत्यंत महत्त्वपूर्ण स्थान है । जीवन में व्याप्त दुख और चिंताओं को भुला देने की सामर्थ्य खेलों में है । खेल मन बहलाने और मन को ताजगी तथा स्फूर्ति से भर देने का कार्य करते हैं। जिस खेल में बहुत परिश्रम और शारीरिक गतिविधियाँ करनी पड़ती हैं; उन खेलों के कारण खिलाड़ियों का व्यायाम होता है । शरीर स्वस्थ और बलिष्ठ बनने में खेलों से सहायता प्राप्त होती है । खेलों के कारण मानसिक धैर्य, जीवटता और खिलाड़ीपन जैसे गुणों में वृद्धि होती है । सामूहिक खेल खेलने से पारस्परिक सहयोग और मेल-जोल की भावना में वृद्धि होती है और नेतृत्व गुणों का विकास होता है।

७.२ खेलों के प्रकार

खेलों के घरेलू और मैदानी खेल ये दो प्रकार हैं ।

घरेलू खेल : घर में अथवा किसी एक स्थान पर बैठकर खेले जाने वाले खेलों को घरेलू अथवा बैठकवाले खेल कहते हैं । जैसे-शतरंज, ताश, पाँसेवाले खेल, कैरम, कौड़ियोंवाले खेल । ये खेल कहीं पर भी बैठकर खेले जा सकते हैं । प्रायः लड़कियाँ सागरगोटे (एक प्रकार का खेल) यह बैठकवाला खेल खेलती हैं । घर-घर खेलना अथवा गुड्डा-गुड़िया का खेल खेलना छोटी लड़कियों का खेल समझा गया है परंतु उसमें घर के सभी लोग सम्मिलित हो सकते हैं । विशेष रूप से गुड्डा-गुड़िया की शादी का खेल तो पारिवारिक आनंद का समारोह होता है ।

शतरंज

मैदानी खेल : मैदानी खेलों में देशी और विदेशी खेल ये दो प्रकार हैं । देशी खेलों में लंगड़ी, कबड्डी, आट्यापाट्या, खो-खो आदि खेलों का समावेश होता है ।

कबड्डी

लड़के-लड़कियों में कंचे, लगोरी (गड्डी का खेल) गुल्ली-डंडा, चकई अथवा घिरनी चलाना,

लंगड़ी

क्या, आप जानते हैं ?

झाँसी की रानी लक्ष्मीबाई की दिनचर्या :

''बाईसाहेबांस शरीराचा शोक फार होता. पहाटेस उठोन मल्लखांबासी जाऊन दोन घटका कसरत करून नंतर घोडा मंडळावर धरून लागलीच हत्तीवर बसून हत्तीस फेरफटका करून चार घटका दिवसास खुराखाचे खाणे व दूध पिणे करून स्नान होत असे.''

'बाईसाहेब को व्यायाम का बहुत शौक था । तड़के जागकर मलखम पर कुछ समय कसरत करतीं, घुड़सवारी करतीं । इसके तुरंत बाद हाथी पर बैठकर हाथी को घुमा लातीं । प्रातःकाल खुराक (पौष्टिक आहार) खाकर एवं दूध पीकर स्नान करतीं । (विष्णुभट गोड़से की 'माझा प्रवास' पुस्तक से)

लट्टू घुमाना, झिम्मा (लड़कियाँ एक-दूसरे को ताली देकर वृत्त में घूमती हुई नाचती हैं) लंगड़ी जैसे खेल लोकप्रिय हैं ।

विदेशी मैदानी खेलों में बैडमिंटन, टेबल टेनिस, हॉकी, क्रिकेट, फुटबॉल, गोल्फ, पोलो आदि खेलों का समावेश होता है ।

मैदानी खेलों में धावन की दौड़ विश्व भर में लोकप्रिय है । इसमें १०० मीटर, २०० मीटर, मैरेथॉन

टेबल-टेनिस

फुटबॉल

और बाधा दौड़ का समावेश होता है ।

शारीरिक कौशलों पर आधारित मैदानी खेलों में गोला फेंक, थाली फेंक, लंबी कूद और ऊँची कूद, पानी के खेलों में तैरने की स्पर्धाएँ, वॉटर पोलो, नौकायान स्पर्धाएँ तथा शारीरिक व्यायाम के खेलों में मलखम (मलखंभ), रस्सी के ऊपर खेला जाने वाला मलखम, जिम्नास्टिक आदि का समावेश होता है ।

मलखम (मलखंभ)

क्या, आप जानते हैं ?

श्रीमती मनिषा बाठे द्वारा किए गए शोधकार्य के अनुसार दंगल (कुश्ती) के लिए पूरक मलखम का खेल और उसकी पकड़ें-दाँवपेंच इसकी उत्पत्ति पेशवाई के उत्तरार्ध में मल्लविद्यागुरु बालंभट देवधर द्वारा हुई । श्रीमती बाठे ने यह स्पष्ट किया है कि बालंभट को यह व्यायाम प्रकार पेड़ों पर कूदने-लाँघने और फाँदने वाले बंदरों को देखकर सूझा ।

स्केटींग

साहसिक खेल - स्केटींग आणि स्किइंग (फिसलने की दौड़), आईस हॉकी ये लोकप्रिय खेल हैं ।

साहसिक और रोमांचक खेलों में पर्वतारोहण, ग्लाइडिंग, मोटरसाइकिल, मोटर कार की दौड़ का समावेश होता है ।

चलिए ढूँढ़ेंगे

शिक्षक, अभिभावक और अंतरजाल की सहायता से कुश्तीबाज खाशाबा जाधव, मारुती माने, भारतरत्न सचिन तेंडुलकर के जीवन के विषय में जानकारी प्राप्त कीजिए ।

खेल प्रतियोगिताएँ : संपूर्ण विश्व में खेल प्रतियोगिताओं को मान्यता प्रदान की गई है । ओलिंपिक, एशियाई, दिव्यांगों का ओलिंपिक, विश्वकप क्रिकेट प्रतियोगिताएँ, हॉकी, दंगल, शतरंज आदि खेलों की प्रतियोगिताओं का आयोजन विश्व स्तर पर किया जाता है । हमारे देश में हॉकी और क्रिकेट लोकप्रिय खेल हैं । हॉकी भारत का राष्ट्रीय खेल है । इन खेलों की प्रतियोगिताओं का आयोजन

क्रिकेट

स्थानीय, नगरीय, तहसील, जिला, राज्य, राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर किया जाता है । राष्ट्रीय-अंतर्राष्ट्रीय प्रतियोगिताओं में सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन करने वाला खिलाड़ी उसी क्षेत्र में उत्तम भविष्य (करीयर) बना सकता है ।

क्या, आप जानते हैं ?

मेजर ध्यानचंद भारतीय हॉकी के खिलाड़ी और टीम के कप्तान थे । उनके नेतृत्व में १९३६ ई. में भारतीय हॉकी टीम ने बर्लिन ओलिंपिक में स्वर्ण पदक जीता । इसके पहले भारतीय हॉकी टीम ने १९२८ ई. और १९३२ ई. में भी स्वर्ण पदक जीते थे । इन मैचों में ध्यानचंद भारतीय टीम में खिलाड़ी के रूप में खेले थे । २९ अगस्त उनका जन्मदिन है तथा इस दिन को 'राष्ट्रीय खेल दिवस' के रूप में मनाया जाता है । मेजर ध्यानचंद को 'हॉकी का जादूगर' कहा जाता है । उन्होंने हॉकी में जिस बढ़िया खेल का प्रदर्शन किया; उस कारण उन्हें १९५६ ई. में 'पद्‌भूषण' सम्मान से विभूषित किया गया ।

७.३ खेलों का अंतर्राष्ट्रीयीकरण

बीसवीं-इक्कीसवीं शताब्दी में खेलों का अंतर्राष्ट्रीयीकरण हुआ । ओलिंपिक, एशियाई, राष्ट्रमंडल, विंबल्डन जैसी प्रतियोगिताओं में समाविष्ट खेले जाने वाले क्रिकेट, फुटबॉल, लॉन टेनिस आदि खेलों के मैचों का सीधा प्रसारण दूरदर्शन और दूसरे चैनलों पर पूरे विश्व में एक ही समय में किया जाता है । इन खेलों में जो देश सहभागी नहीं होते हैं; उन देशों के लोग भी इन खेलों का आनंद लेते हैं । जैसे-विश्वकप क्रिकेट प्रतियोगिता में भारत के फाइनल में पहुँचने पर विश्व भर के लोगों ने यह मैच देखा था । विश्व के दर्शकों ने खेल की आर्थिक नीतियाँ बदल दी हैं । शौकिया खिलाड़ी सीखने की दृष्टि से ये मैच देखते हैं । दर्शक मनोरंजन के रूप में देखते हैं । विविध कंपनियाँ इन मैचों की ओर विज्ञापन के अवसरों के रूप में देखती हैं । खेल से संन्यास प्राप्त खिलाड़ी दर्शकों को मैच की जानकारी देकर समझाने के लिए आते हैं ।

७.४ खेलों की सामग्री और खिलौने

छोटे बच्चों का मनोरंजन होने और उन्हें शिक्षा प्राप्त होने की दृष्टि से रंग-बिरंगे विभिन्न साधन और उपकरण उपलब्ध होते हैं; उन्हें खिलौने कहते हैं । प्राचीन स्थानों पर हुए उत्खनन में मिट्‌टी से बनाए गए खिलौने पाए गए हैं । इन खिलौनों को साँचे में अथवा हाथ से कसकर दबाकर बनाया जाता था।

प्राचीन समय में भारतीय साहित्य में पुतलियों का उल्लेख मिलता है । शूद्रक के एक नाटक का शीर्षक मृच्छकटीक है । मृच्छकटीक का अर्थ मिट्‌टी की गाड़ी है ।

क्या, आप जानते हैं ?

कथासरित्सागर ग्रंथ में अनेक मनोरंजक खेलों और खिलौनों का वर्णन मिलता है । इसमें उड़नेवाली लकड़ी की गुड़ियों का वर्णन आता है । कल दबाने पर ये गुड़ियाँ ऊपर उड़ती हैं। तो कुछ नाचती हैं और कुछ आवाज प्रकट करती हैं ।

चलिए ढूँढ़ेंगे

पहले भारत के अनेक भागों में लकड़ी की गुड़ियाँ बनाई जाती थीं । महाराष्ट्र में 'ठकी' नाम से जानी जाने वाली रंगीन लकड़ी की गुड़ियाँ बनाई जाती थीं ।

ऐसी लकड़ी की गुड़ियाँ बनाने की परंपरा भारत के अन्य किन प्रदेशों में प्रचलित थी अथवा है; यह ढूँढ़ेंगे ।

इन गुड़ियों को उस-उस प्रांत में किन नामों से जाना जाता है; यह भी ढूँढ़ेंगे ।

७.५ खिलौने और इतिहास

खिलौनों के माध्यम से इतिहास और तकनीकी विज्ञान पर प्रकाश डाला जा सकता है । धार्मिक

और सांस्कृतिक परंपराओं का बोध होता है । महाराष्ट्र में दीपावली में मिट्टी के किले/गढ़ बनाने की लंबी परंपरा है । इन मिट्टी के किलों/गढ़ों पर छत्रपति शिवाजी महाराज और उनके सहयोगियों की प्रतिमाएँ रखते हैं । महाराष्ट्र का इतिहास जिन किलों/गढ़ों के कारण निर्मित हुआ; उस इतिहास का स्मरण करने का यह एक माध्यम है ।

इटली के पाँपेई शहर में हुए उत्खनन में एक भारतीय हस्तिदंत से बनाई हुई गुड़िया पाई गई । यह गुड़िया पहली शताब्दी की होनी चाहिए; ऐसा इतिहासकारों का अनुमान है । इसके आधार पर भारत और रोम के बीच चलने वाले संबंधों का अनुमान किया जा सकता है । इस रूप में उत्खनन में पाए गए खिलौने प्राचीन समय में विभिन्न देशों के बीच के पारस्परिक संबंधों पर प्रकाश डाल सकते हैं ।

७.६ खेल और संबंधित साहित्य तथा फिल्में

खेल और उससे जुड़ा साहित्य यह एक नवीन ज्ञानशाखा है । खेलों से संबंधित पुस्तकों, कोशों को नए-से बनाया जा रहा है । अभी-अभी मराठी भाषा में मलखम का इतिहास प्रकाशित हुआ है । व्यायाम पर कोश पाया जाता है । खेल विषय पर निरंतर कलम चलाने वाली 'षटकार' नाम की पत्रिका का पहले प्रकाशन होता था । अंग्रेजी में 'खेल' विषय से संबंधित साहित्य विपुल मात्रा में पाया जाता है । खेल का लगातार प्रसारण करने वाले अनेक चैनल दूरदर्शन पर हैं ।

वर्तमान समय में 'खेल' और खिलाड़ियों के जीवन पर हिंदी और अंग्रेजी फिल्में बनी हैं । जैसे- मेरी कोम और दंगल । मेरी कोम ओलिंपिक में भाग लेने वाली और कांस्य पदक प्राप्त करने वाली प्रथम महिला मुक्केबाज और फोगट बहनें प्रथम महिला कुश्ती पहलवान के रूप में जानी जाती हैं । ये दोनों फिल्में उनके जीवन पर आधारित हैं ।

फिल्म का निर्माण करते समय फिल्म का कालखंड, उस समय बोली जानेवाली भाषा, परिधान, सामान्य जनजीवन का सूक्ष्म अध्ययन करना पड़ता है । इन घटकों का गहन अध्ययन करना इतिहास के विद्यार्थियों के लिए संभव होता है । कोश, समाचारपत्र अथवा अन्य स्थानों पर 'खेलकूद' विषय पर लिखते समय खेलों के इतिहास की जानकारी होना आवश्यक है ।

७.७ खेल और व्यवसाय के अवसर

खेल और इतिहास को सरसरी दृष्टि से देखने पर ये दोनों भिन्न-भिन्न लगते हैं परंतु उनके बीच घनिष्ठ संबंध है । इतिहास के विद्यार्थियों को 'खेलकूद' के क्षेत्र में अनेक अवसर उपलब्ध हैं । ओलिंपिक अथवा एशियाई खेलों तथा राष्ट्रीय एवं अंतर्राष्ट्रीय स्वरूप की खेल प्रतियोगिताओं के संदर्भ में लेखन, समीक्षण करने के लिए इतिहास के तज्ञों की सहायता लेनी पड़ती है ।

खेल प्रतियोगिताओं के चलते उन खेल प्रतियोगिताओं का समीक्षापूर्ण निवेदन करने अथवा आँखों देखा हाल बताने के लिए तज्ञों की आवश्यकता होती है । इन तज्ञों को दर्शकों/श्रोताओं के सम्मुख खेल का इतिहास, पिछले आँकड़े, खेल में हुए अब तक के कीर्तिमान, ख्यातिप्राप्त खिलाड़ी, खेल से संबंधित ऐतिहासिक स्मृतियाँ जैसी बातों की जानकारी रखना आवश्यक होता है ।

दूरदर्शन पर हॉकी, क्रिकेट, फुटबॉल, कबड्डी, शतरंज आदि खेलों का सीधा प्रसारण होता रहता है । अलग-अलग चैनलों के कारण इन खेलों से संबंधित जानकारी/आँकड़ों का विवरण रखनेवालों को महत्त्व प्राप्त हुआ है । खेलकूद से संबंधित चैनलों का २४ घंटे प्रसारण चलता रहता है । परिणामस्वरूप इस क्षेत्र में रोजगार के अनेक अवसर उपलब्ध हैं ।

खेल प्रतियोगिता में पंचों का महत्त्वपूर्ण स्थान होता है । पंच (अंपायर) के रूप में योग्यता प्राप्त करने के लिए परीक्षाएँ ली जाती हैं । योग्यताप्राप्त पंचों को जिला, राज्य, राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर कार्य करने का अवसर प्राप्त होता है । सरकारी और गैरसरकारी स्तर पर खेलों को प्रोत्साहन देने के प्रयास जारी हैं । खिलाड़ियों को छात्रवृत्ति देने की व्यवस्था की गई है । सरकारी और निजी कार्मिक विभागों में आरक्षित स्थान रखे गए हैं ।

क्या, आप जानते हैं ?

पहले मराठी भाषा में क्रिकेट मैचों का आँखों देखा हाल अर्थात निवेदन बाल ज.पंडित करते थे । आकाशवाणी से इस धाराप्रवाह निवेदन (रनिंग कमेंट्री) को लोग कानों में प्राण लाकर सुनते थे । यह धाराप्रवाह निवेदन करते समय बाल ज.पंडित उस मैदान का इतिहास, खेल से संबंधित यादें और पहले किए गए कीर्तिमानों की जानकारी देते थे । उन्हें क्रिकेट और इस खेल के इतिहास का उत्तम ज्ञान था । परिणामस्वरूप उनका धाराप्रवाह निवेदन रोचक और आकर्षक होता था ।

स्वाध्याय

१. (अ) दिए गए विकल्पों में से उचित विकल्प चुनकर कथन पूर्ण कीजिए ।

(१) ओलिंपिक प्रतियोगिताओं का प्रारंभ ..... में हुआ ।

(अ) ग्रीक (ब) रोम

(क) भारत (ड) चीन

(२) महाराष्ट्र में बनाई जाने वाली लकड़ी की गुड़िया को ..... कहते हैं ।

(अ) ठकी (ब) कालिचंडिका

(क) गंगावती (ड) चंपावती

(ब) निम्न में से असत्य जोड़ी को पहचानकर लिखिए ।

(१) मलखम – शारीरिक व्यायाम का खेल

(२) वॉटर पोलो – पानी में खेला जाने वाला खेल

(३) स्केटींग – साहसिक खेल

(४) शतरंज – मैदानी खेल

२. टिप्पणी लिखिए ।

(१) खिलौने और उत्सव

(२) खेल और फिल्में

३. निम्न कथन कारणसहित स्पष्ट कीजिए ।

(१) वर्तमान समय में खेलों से संबंधित आर्थिक नीतियों में परिवर्तन आ गया है ।

(२) खिलौनों द्वारा इतिहास पर प्रकाश पड़ता है ।

४. निम्न प्रश्नों के उत्तर विस्तार में लिखिए ।

(१) भारत के खेल साहित्य के इतिहास के विषय में जानकारी लिखिए ।

(२) खेल और इतिहास के बीच के पारस्परिक संबंध को स्पष्ट कीजिए ।

(३) मैदानी खेल और घरेलू खेल के बीच के अंतर को स्पष्ट कीजिए ।

उपक्रम

(१) अपने पसंद के खेल और उस खेल से संबंधित खिलाड़ियों की जानकारी प्राप्त कीजिए ।

(२) खिलाड़ियों पर आधारित पुस्तकों, जानकारीपर फिल्मों अथवा फिल्मों द्वारा खिलाड़ियों को उस खेल के लिए कितना परिश्रम करना पड़ता है; इसपर विचार-विमर्श कीजिए ।

37BMFP