



भारतीयसंस्कृतेर्विकासे क्रीडापरम्परा

श्वेता घटक

शोधच्छात्रा, केन्द्रीयसंस्कृतविश्वविद्यालयः, नवदेहली

शोधसार (Abstract)

क्रीडापरम्परा भारतीयसंस्कृतेस्तथा भारतीयज्ञानपरम्परायाः अविभाज्यमङ्गं वर्तते। एषा परम्परा शारीरिकस्वास्थ्यं, मानसिकस्थितिं, सामाजिकसद्भावनां च वर्धयति। क्रीडामाध्यमेन अनुशासनं, सहयोगः, नेतृत्वगुणाः च विकसन्ति। अद्यत्वे भारतसर्वकारः क्रीडाप्रोत्साहनाय विविधान् कार्यक्रमान् आयोजयति। ओलम्पिक्-क्रीडासु भारतस्य प्रदर्शनं क्रमशः उन्नतं भवति। एवं क्रीडापरम्परा भारतीयसंस्कृतेः गौरवं वर्धयति, राष्ट्रीयैकतां पोषयति भारतीयज्ञानपरम्परां च अग्रे नयति।

प्राचीनकालादेव भारते विविधाः क्रीडाः प्रचलिताः आसन्। एताः क्रीडाः न केवलं मनोरञ्जनस्य साधनानि अपि तु शारीरिकमानसिकविकासस्य उपायाः अपि आसन्। वैदिककाले युद्धकौशलविकासाय रथारोहणम्, धनुर्विद्या, अश्वारोहणं च प्रमुखाः क्रीडाः आसन्। महाभारते युधिष्ठिरस्य द्यूतक्रीडायाः वर्णनं दृश्यते। रामायणे लवकुशयोः मल्लयुद्धस्य उल्लेखोऽपि वर्तते। कौटिल्यस्य अर्थशास्त्रे जलक्रीडा, पाशक्रीडा इत्यादीनां क्रीडानां विवरणं प्राप्यते। बौद्धग्रन्थेषु अपि विविधक्रीडानां उल्लेखः दृश्यते। मध्यकाले कर-बधीक्रीडा(kabaddi), खो-खो क्रीडा (kho-kho), गिल्लीदण्डक्रीडा (Gilli Danda) इत्यादयः ग्रामीणक्रीडाः लोकप्रियाः अभवन्। राजवंशेषु मल्लयुद्धादिक्रीडाः प्रचलिताः आसन्।

आधुनिककाले वल्लकन्दुकक्रीडा (Cricket), बलकन्दुकक्रीडा(Football), यष्टिकन्दुकक्रीडा(Hockey) इत्यादयः पाश्चात्यक्रीडाः अपि भारते लोकप्रियाः जाताः। परन्तु योगासनानि, प्राणायामः, सूर्यनमस्कारः इत्यादयः प्राचीनाः व्यायामप्रकाराः अद्यापि महत्त्वपूर्णाः सन्ति। एताः क्रीडाः न केवलं मनोरञ्जनस्य साधनमासन्, अपि तु संस्कृतेः विकासस्य, सामाजिकसम्बन्धस्थापनस्य, नैतिकमूल्यानां प्रसारस्य च माध्यममपि। एताः क्रीडाः भारतीयसमाजस्य विभिन्नपक्षान् प्रतिबिम्बयन्ति। उदाहरणार्थं, चतुरङ्गं युद्धनीतेः, राजनीतेः च प्रतीकमस्ति। अयं खेलः रणनीतिकचिन्तनस्य, दूरदर्शितायाः च विकासं करोति। कर-बधीक्रीडा (kabaddi), खो-खो क्रीडा (kho-kho) इत्यादयः ग्रामीणक्रीडाः शारीरिकस्वास्थ्यस्य, सामूहिकभावनायाः च पोषणं कुर्वन्ति। क्रीडामाध्यमेन बालकाः सहयोगस्य, न्यायस्य, अनुशासनस्य च महत्त्वं बोद्धुं समर्था भवन्ति। एतेन तेषां व्यक्तित्वविकासः, नेतृत्वगुणानां विकासः, शारीरिकप्रबन्धनक्षमता च वर्धते। क्रीडाः समाजस्य विभिन्नवर्गान् एकीकृत्य सामाजिकसद्भावनां वर्धयन्ति।

आधुनिककाले पारम्परिकक्रीडानां महत्त्वं क्रमशो ह्रासं याति। तथापि, एतासां क्रीडानां संरक्षणं, प्रोत्साहनं च भारतीयज्ञानपरम्परायाः संरक्षणाय अत्यावश्यकम्। शालासु, महाविद्यालयेषु च एतासां क्रीडानां समावेशः कर्तुं शक्यते। सर्वकारेण, स्वयंसेवासंस्थाभिः च एतदर्थं प्रयासाः क्रियन्ते। अद्यतनसमाजोऽत्यन्तं दूरवाणीकेन्द्रिकः। विशेषतः, बालाः सर्वे एतया संक्रामिता भवन्ति। सर्वेऽधुना Reels, Video-games, Facebook- चेत्यादिषु भीषणतया निमग्नाः। Video-games- इत्यस्य दूरवाण्यामनायाससुलभत्वात् वाला सर्वे अस्माकं सांस्कृतिकपरम्पराः विस्मरन्तः आसन्। पूर्वोक्तक्रीडाः प्रति आग्रहास्तेषां विनष्टा जाताः। एतत्क्रीडापरम्परासंरक्षणात् एताः क्रीडाः प्रति वालानामाग्रहो वर्धितो भविष्यति तथा पुनरेकसांस्थसुन्दरसमाजगठनं भविष्यति- इत्येवमाशयः।

निष्कर्षरूपेण वक्तुं शक्यते यत् एषा परम्परा न केवलं शारीरिकमानसिकस्वास्थ्यं वर्धयति, अपि तु सांस्कृतिकमूल्यानां, परम्पराणां च संरक्षणमपि करोति। अतः भारतीयसमाजस्य सर्वाङ्गीणविकासाय क्रीडापरम्परायाः संरक्षणं, संवर्धनं च अत्यन्तमावश्यकम्।

संकेतशब्दाः (Keywords): क्रीडापरम्परा, भारतीयज्ञानपरम्परा, वैदिककालः, मध्यकालः, महाकाव्यकालः, मौर्यकालः, गुप्तकालः, आधुनिककालः, सामाजिकसांस्कृतिकप्रभावौ, पारम्परिकक्रीडा

भूमिका (Introduction)

क्रीडा नामैका शारीरिकक्रिया (Physical Activity) या सदा विनोदनसाधनरूपा। बुद्धिवर्धका। कदाचिदियं शिक्षोपकरणेनापि व्यवहृता भवति। क्रीडातोर्भावे अपा टापि क्रीडाशब्दो निष्पद्यते। अमरकोषे उच्यते-

द्रवकेलिपरीहासाः क्रीडा लीला च नर्म च।

व्याजोऽपदेशो लक्ष्यं च क्रीडा खेला च कूर्दनम्।। इति।

एते सर्वे एव क्रीडायाः समानार्थकशब्दाः। किन्तु, विशेषतया क्रीडा इति पदं कन्दुकादिक्रीडनप्रसङ्गे व्यवहृतं भवति। अनेन स्पष्टतया प्रतीयते यत्, यया अस्माकं शारीरिकक्रिया सञ्चालिता भवति तथा विनोदनसाधनं भवति सा एव क्रीडेत्युच्यते। इयं भवति संरचनात्मिका(Structured)। ततः कांश्चन नियमान् स्वीकृत्य क्रीडा संघटिता भवति। अस्या उदाहरणानि- Football, Ludo, Cricket, Puzzle, Badminton चेत्यादीनि।

भारतीयज्ञानपरम्परा नाम का- इति जिज्ञायाः प्राक् ज्ञानं नाम किमिति स्पष्टीकर्तव्यम्। ज्ञानं नाम मोक्षोपयोगिबुद्धिः। अर्थात्, मोक्षलाभसहायिका धीरेव ज्ञानम्। अमरकोषे उच्यते-

मोक्षे धीर्ज्ञानमन्यत्र विज्ञानं शिल्पशास्त्रयोः- इत्यमरः

ज्ञाधातोर्भावे ल्युटा सुपि च ज्ञानमिति पदं निष्पद्यते। उपर्युक्तकोशलक्षणेन ज्ञानस्य विशेषेण सामान्येन चावबोधो भवति। अर्थात्, मोक्षे शिल्पशास्त्रे च या धीः सा ज्ञानं विज्ञानञ्चोच्यते एषा विशेषप्रवृत्तिः। अन्यत्र घटपटादौ या धीः, सापि ज्ञानं विज्ञानञ्चोच्यते। एषा सामान्यप्रवृत्तिः।

पुनरेतादृशं ज्ञानं भारतीयम्। तस्य परम्परा नाम एका अविच्छिन्नधारा। किञ्च ज्ञानस्य भारतीयत्वं कथम्। ज्ञानन्तु सर्वत्र सदा प्राप्यते। उच्यते भारतीयज्ञाने एका अपूर्वता विद्यते, या अन्यस्थानस्य ज्ञाने नास्ति। एतद् ज्ञानमैतिह्यवाहि भारतस्य। अस्यैका परम्परा विद्यते आवैदिककालादेव। अतो वयं वक्तुं शक्नुमः यत्, वेदस्मृतिपुराणेतिहासादीनां युगादारभ्य इदानीन्तनकालपर्यन्तं ज्ञानविज्ञानयोर्या निरवच्छिन्ना धारा प्रवहन्ती विद्यते, सैव भारतीयज्ञानपरम्परेति।

उदाहरणस्वरूपेणोच्यते- भारते क्रीडायाः प्रचलनं प्राचीनकालादेवास्ति। न केवलमाधुनिककाले क्रीडाया आधिक्यं दृश्यते। ऋग्वैदिककालादेवेयं क्रीडापरम्परा दृश्यते। यथा- ऋग्वेदे अक्षक्रीडायाः उल्लेखः प्राप्यते- ‘त्रिपञ्चाशः क्रीडति प्रातः’ शुक्लयजुर्वेदे प्रहेलिकाक्रीडा-

प्रश्न- कः स्वित्तेकाकी चरति, क उ स्वित्जायते पुनः।

किं स्वित्दिहसमस्य भेषजं किं वावपनं महत् ।।

उत्तर- सूर्य एकाकी चरति, चन्द्रमा जायते पुनः।

अग्निर्हिमस्य भेषजं भूमिरावपनं महत् ।।

महाभारतकालीनसमाजे युधिष्ठिर-बृहदश्वसंवादाख्याने द्यूतक्रीडायाः, अस्त्रक्रीडायाः, हर्षचरिते वीरक्रीडायाश्च – “असहायैश्च सा दुरवापा” नामोल्लेखो दृश्यते, यया योगिनीसाधना क्रियते।

प्राचीनकालादेव भारतीयसंस्कृतौ क्रीडानां महत्त्वपूर्णं स्थानमस्ति। वैदिककालादारभ्य आधुनिककालपर्यन्तं क्रीडापरम्परा भारतीयजीवनस्य अविभाज्याङ्गात्वेन परिगणिता। क्रीडा न केवलं शारीरिकस्वास्थ्यं पोषयति, अपि तु मानसिकविकासं, सामाजिकसम्बन्धान्, नैतिकमूल्यानि च वर्धयति। अस्मिन् प्रबन्धे वयं भारतीयसंस्कृतेः विकासे क्रीडापरम्परायाः महत्त्वं, तस्याः इतिहासं, विविधप्रकारकाः क्रीडाः, तासां सामाजिक-सांस्कृतिकप्रभावं च विमर्शयिष्यामः।

वैदिककालः

वैदिकसाहित्ये क्रीडानामुल्लेखाः प्राप्यन्ते। ऋग्वेदे रथयुद्धस्य, अश्वारोहणस्य च वर्णनं दृश्यते। अथर्ववेदे द्यूतक्रीडायाः उल्लेखोऽस्ति। उपनिषत्सु योगाभ्यासस्य महत्त्वं प्रतिपादितम्। रामायणे महाभारते च विविधक्रीडानां यथा - मल्लयुद्धस्य, धनुर्विद्यायाः, पाशकक्रीडायाः च वर्णनं प्राप्यते।

मौर्यकालः

मौर्यकाले क्रीडाक्षेत्रे महान् विकासोऽभवत्। कौटिल्यस्य अर्थशास्त्रे राजकुमाराणां शिक्षायां शारीरिकशिक्षायाः महत्त्वं प्रतिपादितम्। तस्मिन् काले मल्लयुद्धं, मुष्टियुद्धं, तरणम्, धावनमित्यादयः क्रीडाः लोकप्रियाः आसन्।

गुप्तकालः

गुप्तकालः भारतीयसंस्कृतेः स्वर्णयुगः मन्यते। अस्मिन् काले चतुरङ्गक्रीडायाः उद्भवोऽभवत्। काव्येषु नाटकेषु च क्रीडानां वर्णनं प्राप्यते। कालिदासस्य रचनासु क्रीडानां सूक्ष्मं वर्णनं दृश्यते।

मध्यकालः

मध्यकाले मुस्लिमशासकानाम् आगमनेन सह नूतनक्रीडानाम् आगमनमभवत्। कर-बधीक्रीडा(kabaddi), खो-खो क्रीडा(kho-kho), गिल्लीदण्डक्रीडा(Gilli Danda)इत्यादयः ग्रामीणक्रीडाः लोकप्रियाः अभवन्। राजपूतैः मल्लयुद्धं, तलवारबाजी, घुड़सवारी इत्यादयः क्रीडाः प्रचारिताः।

आधुनिककालः

आधुनिककाले पाश्चात्यसभ्यतायाः प्रभावेण बहवः नूतनक्रीडाः भारते प्रचलिताः अभवन्। वल्लकन्दुकक्रीडा(Cricket), बलकन्दुकक्रीडा(Football), यष्टिकन्दुकक्रीडा(Hockey) इत्यादयः क्रीडाः भारतीयैः स्वीकृताः। परन्तु पारम्परिकक्रीडाः अपि न विस्मृताः। योगः, कर-बधीक्रीडा(kabaddi), खो-खो क्रीडा(kho-kho), गिल्लीदण्डक्रीडा(Gilli Danda)इत्यादयः क्रीडाः अद्यापि लोकप्रियाः सन्ति।

क्रीडानां सामाजिकसांस्कृतिकप्रभावौ

क्रीडाः समाजस्य संस्कृतेः विकासे महत्त्वपूर्णं योगदानं कुर्वन्ति। ताः जनेषु सहयोगस्य, अनुशासनस्य, नेतृत्वस्य, सहनशीलतायाः च गुणान् वर्धयन्ति। क्रीडाः राष्ट्रियैकतां, सामाजिकसद्भावनां च पोषयन्ति। विभिन्नजातीयाः, धार्मिकाः, भाषिकाश्च जनाः क्रीडामाध्यमेन परस्परं सम्बध्यन्ते।

अध्ययनोद्देश्यानि (Objectives)

१. भारतीयसंस्कृतौ प्राचीनकालादारभ्य क्रीडानां महत्त्वस्य विश्लेषणम्।
२. प्राचीनभारतीयक्रीडानां स्वरूपस्य विकासक्रमस्य च अन्वेषणम्।
३. भारतीयसमाजस्य विभिन्नस्तरेषु क्रीडानां प्रभावस्य परीक्षणम्।
४. आधुनिककाले भारतीयक्रीडापरम्परायाः स्थितेः मूल्याङ्कनम्।
५. भारतीयसंस्कृतेः संरक्षणे संवर्धने च क्रीडानां योगदानस्य निर्धारणम्।

शोधप्रश्नाः(Research Question)

१. भारतीयसंस्कृतौ क्रीडानां प्राचीनं महत्त्वं किम्?
२. वेदकालीनासु क्रीडासु काः प्रमुखाः आसन्? तासां वर्तमानकाले का प्रासङ्गिकता?
३. भारतीयक्रीडापरम्परायाः सामाजिकसांस्कृतिकप्रभावौ कीदृशौ?
४. योगः कथं क्रीडापरम्परायाः अङ्गं मन्यते? तस्य वैश्विकप्रभावः कः?
५. आधुनिककाले भारतीयपारम्परिकक्रीडानां संरक्षणे काः प्रतिबन्धकताः सन्ति?
६. कर-बधीक्रीडा (kabaddi), खो-खो क्रीडा (kho-kho), इत्यादीनां क्रीडानां राष्ट्रियैकतायां किम् योगदानम्?
७. महाभारते रामायणे च वर्णितानां क्रीडानां वर्तमानकाले का प्रासङ्गिकता?
८. भारतीयक्रीडापरम्परायाः अन्तर्राष्ट्रीयक्रीडासु कः प्रभावः दृश्यते?
९. भारतीयसंस्कृतौ क्रीडानां आध्यात्मिकं महत्त्वं किम्?

१०. भारतीयक्रीडापरम्परायाः संरक्षणे विकासे च भारतसर्वकारस्य का भूमिका भवितुम् अर्हति

अनुसन्धानविधि (Research Methodology)

प्रकृताध्ययनं गुणात्मकानुसन्धाने अन्तर्भवति। अतः इदं गुणात्मकम् अनुसन्धानं वर्तते। गुणात्मकाध्ययनं विधातुं विषयवस्तुविश्लेषणविधिः अत्यन्तमुपयोगी भवति। अतः प्रकृतेऽस्मिन्नध्ययने विषयवस्तुविश्लेषणविधिः प्रयुक्तः।

तथ्यसंङ्कलनविश्लेषणम् (Data Analysis and Synthesis)

भारतीयसंस्कृतेः विकासे क्रीडानां महत्त्वपूर्णं योगदानमस्ति। प्राचीनकालादेव भारते विविधाः क्रीडाः प्रचलिताः आसन्, याः न केवलं मनोरञ्जनस्य साधनानि अपितु शारीरिकमानसिकविकासस्य, सामाजिकसम्बन्धानां स्थापनस्य, नैतिकमूल्यानां प्रसारस्य च माध्यमानि आसन्। एताः क्रीडाः पुनः आभ्यन्तरबाह्यभेदेन द्विधा विभज्यन्ते-

❖ आभ्यन्तरक्रीडा तद्वैशिष्ट्यञ्च

आभ्यन्तरक्रीडा नामैकक्रीडाप्रकारस्वरूपा, यत्र क्रीडाया एकं संरचनं विद्यते। इयं क्रीडा शारीरचर्चामूला तथा स्पर्धासूचिका, या तु संघटिता भवति कस्मिंश्चिद् गृहे, विशेषतया सुनिर्मिताच्छादितक्रीडाङ्गणे। यथा-जिमनेटोरियमादि। अनेन अस्याः कानिचन वैशिष्ट्यानि वक्तुं शक्यन्तेऽस्माभिः-

१. इयमेका क्रीडाविशेषा।
२. शारीरचर्चामूला इयम्।
३. इयं संघटिता भवति कस्मिंश्चिद् गृहे तथा सुनिर्मिताच्छादितक्रीडाङ्गणे। यथा- जिमनेटोरियमादि।
४. आबालवृद्धानामानन्दप्रदायिकेयम्।
५. समूहद्वारा इयं क्रीडा परिचालिता भवति।
६. फलतो नेतृत्वप्रदानस्यैकं सामर्थ्यं समुद्भवति सर्वसकाशे।
७. अस्या उदाहरणानि- Ludo, chase, carrom, Table -Tenace- चेत्यादीनि।

❖ बाह्यक्रीडा तद्वैशिष्ट्यञ्च

बाह्यक्रीडा नामैतादृशी क्रीडा, या साधारणतो बहिरेव मुक्ताकाशे संघटिता भवति। यतः, इयं बहिःप्रधाना, ततः समयस्तथा प्रकृतिरित्येतद्वयं प्रासङ्गिकभूमिकां पालयति। बहिः क्वचिदुद्यानक्रीडाक्षेत्रादिस्थानेषु संघटिता भवति। अनेन कानिचन वैशिष्ट्यानि अध उपस्थाप्यन्ते-

१. इयं बहिःप्रधाना।
२. अत्रापि आभ्यन्तरक्रीडावत् शारीरिकक्रिया भवति।
३. सुखप्रदायिका इयं क्रीडा।
४. बहिःसंघटनत्वात् समयस्तथा प्रकृतिः- इत्येतद्वयस्यैव यथायथविवेचनेन इयं क्रीडितव्या।
५. आभ्यन्तरक्रीडावत् अत्रापि समूहरचनामाध्यमेनेयं संघटिता भवति।
६. अस्या उदाहरणानि- Cricket, Badminton, Hockey, Wrestling, Football - चेत्यादीनि।

क्रीडापरम्परायाः विकासः

१. वैदिककालः- वेदेषु उपनिषत्सु च क्रीडानां उल्लेखाः दृश्यन्ते। तत्र मल्लयुद्धस्य, रथारोहणस्य, धनुर्विद्यायाः च वर्णनं प्राप्यते।
२. महाकाव्यकालः- रामायणे महाभारते च विविधानां क्रीडानां वर्णनं विद्यते। द्यूतक्रीडा, मल्लयुद्धं, रथयुद्धं, अश्वारोहणं च तत्र प्रमुखाः क्रीडाः आसन्।
३. मौर्यकालः- कौटिल्यस्य अर्थशास्त्रे राजकुमाराणां शिक्षायां क्रीडानां महत्त्वं वर्णितमस्ति। तत्र मल्लयुद्धस्य, अश्वारोहणस्य, गजारोहणस्य च शिक्षणस्य व्यवस्था आसीत्।

४. गुप्तकाल:- एतस्मिन् काले चतुरङ्गक्रीडायाः विकासः अभवत् । काव्येषु नाटकेषु च विविधानां क्रीडानां वर्णनं प्राप्यते ।
५. मध्यकाल:- एतस्मिन् काले कबड्डी, खो-खो, गिल्लीडण्डा इत्यादीनां क्रीडानां विकासः अभवत् ।
६. आधुनिककाल:- आङ्ग्लशासनकाले पाश्चात्यक्रीडानां प्रभावः भारते दृश्यते । क्रिकेट्, फुट्बाल् इत्यादयः क्रीडाः लोकप्रियाः अभवन् ।

प्रमुखाः पारम्परिकक्रीडाः

१. कर-बधीक्रीडा(kabaddi)- एषा क्रीडा शारीरिकसामर्थ्यं, मानसिकस्थितिं, सामूहिककार्यं च विकासयति ।
२. खो-खो क्रीडा(kho-kho)- एषा क्रीडा गतिशीलता, सहयोगः, रणनीतिनिर्माणं च प्रोत्साहयति ।
३. मल्लयुद्धम्- एतत् शारीरिकबलं, प्रतिक्रियाशीलतां, आत्मरक्षाकौशलं च वर्धयति ।
४. चतुरङ्गक्रीडा- एषा बौद्धिकक्रीडा मानसिकसामर्थ्यं, रणनीतिनिर्माणं, दीर्घकालिकचिन्तनं च विकासयति ।
५. गिल्लीदण्डा- एषा क्रीडा नेत्रहस्तसमन्वयं, लक्ष्यभेदनकौशलं च वर्धयति ।

क्रीडानां सामाजिकसांस्कृतिकमहत्त्वे-

१. सामाजिकैक्यम्- क्रीडाः विविधवर्गाणां जनान् एकत्र आनयन्ति, फलतः, सामाजिकैक्यं वर्धते ।
२. सांस्कृतिकपरम्परा- क्रीडाः सांस्कृतिकपरम्पराणां संरक्षणं कुर्वन्ति, याः परम्पराः प्रतियुगं सञ्चालिताः भवन्ति ।
३. नैतिकमूल्यानि- क्रीडासु सत्यता, न्यायः, सहयोगः, आत्मानुशासनं चेत्यादीनामनुशीलनं भवति ।
४. स्वास्थ्यसंवर्धनम्- क्रीडाः शारीरिकमानसिकस्वास्थ्यं वर्धयन्ति ।
५. राष्ट्रीयभावना- अन्ताराष्ट्रियस्तरे क्रीडाः राष्ट्रियगौरवं, एकतां च वर्धयन्ति ।

क्रीडापरम्परायाः समकालीनप्रासङ्गिकताः

१. पारम्परिकक्रीडानां पुनरुज्जीवनम्- वर्तमानकाले पारम्परिकक्रीडानां पुनरुज्जीवनाय प्रयासाः क्रियन्ते ।
२. शिक्षायां समावेशः- विद्यालयेषु महाविद्यालयेषु च पारम्परिकक्रीडानां समावेशः क्रियते ।
३. प्रतियोगितानां आयोजनम्- राष्ट्रियान्तराष्ट्रियस्तरेषु पारम्परिकक्रीडानां प्रतियोगिताः आयोज्यन्ते ।
४. अनुसन्धानम्- क्रीडानाम् इतिहासविषये, तासां सामाजिकसांस्कृतिकप्रभावविषये च अनुसन्धानं क्रियते ।
५. पर्यटनप्रोत्साहनम्- पारम्परिकक्रीडाः पर्यटनाकर्षणस्य केन्द्राणि भवन्ति ।

समस्याः प्रतिबन्धकताश्च-

१. आधुनिकक्रीडानां प्रभावः- पाश्चात्यक्रीडानां वर्धमानः प्रभावः पारम्परिकक्रीडानां लोकप्रियतां न्यूनीकरोति ।
२. यूवाम् अनिर्भरुचिः- आधुनिकयुवानः पारम्परिकक्रीडासु रुचिं न दर्शयन्ति ।
३. आर्थिकसमस्याः- पारम्परिकक्रीडानां प्रोत्साहनाय पर्याप्तं वित्तीयसाहाय्यं न प्राप्यते ।
४. अवसंरचनायाः अभावः- पारम्परिकक्रीडानां कृते उचिताः सुविधाः न सन्ति ।
५. प्रशिक्षकाणाम् अभावः- पारम्परिकक्रीडानां कुशलाः प्रशिक्षकाः न्यूनाः सन्ति ।

भविष्यदृष्टिः-

१. शिक्षानीतौ समावेशः- राष्ट्रीयशिक्षानीतौ पारम्परिकक्रीडानां समावेशः कर्तव्यः ।
२. अनुसन्धानप्रोत्साहनम्- पारम्परिकक्रीडानां वैज्ञानिकपक्षविषये अनुसन्धानं प्रोत्साहनीयम् ।
३. प्रचारः- दूरदर्शनवार्तापत्रादिषु पारम्परिकक्रीडानां प्रचारः करणीयः ।
४. अन्तराष्ट्रियस्तरे प्रोत्साहनम्- ओलम्पिकक्रीडासु पारम्परिकक्रीडानां समावेशाय प्रयासः करणीयः ।
५. सांस्कृतिकपर्यटनेन सह सम्बन्धः- पारम्परिकक्रीडाः सांस्कृतिकपर्यटनस्य अङ्गरूपेण विकासनीयाः ।

निष्कर्षनिरूपणम् (Conclusion)

निष्कर्षनिरूपणैतद्वक्तुं शक्यते यत्,

१. भारतीयसंस्कृते: विकासे क्रीडापरम्परायाः महत्त्वपूर्ण योगदानमस्ति। प्राचीनकालादेव भारतीयाः क्रीडायाः महत्त्वं जानन्ति स्म। वेदेषु उपनिषत्सु च क्रीडायाः उल्लेखः दृश्यते। महाभारते रामायणे च विविधाः क्रीडाः वर्णिताः सन्ति। एतेन ज्ञायते यत् क्रीडा न केवलं मनोरञ्जनस्य साधनम् अपितु शारीरिकमानसिकविकासस्य च माध्यमम् आसीत्।
 २. भारतीयक्रीडापरम्परायाम् अनेकाः क्रीडाः समाविष्टाः सन्ति। कर-बधीक्रीडा (kabaddi), खो-खो क्रीडा (kho-kho), गिल्लीदण्डक्रीडा (Gilli Danda) त्यादयः देशीयाः क्रीडाः अद्यापि लोकप्रियाः सन्ति। एताः क्रीडाः न केवलं शारीरिकस्वास्थ्यं वर्धयन्ति अपितु सामाजिकसद्भावनाम् अपि पोषयन्ति। योगासनानि च भारतीयसंस्कृतेः अमूल्यं योगदानं वर्तते, यानि शारीरिकमानसिकाध्यात्मिकविकासं साधयन्ति।
 ३. प्राचीनभारते राजकुमाराणां शिक्षायाम् अपि क्रीडायाः महत्त्वपूर्णं स्थानमासीत्। धनुर्विद्या, अश्वारोहणम्, रथचालनम् इत्यादयः कलाः तेषां शिक्षायाः अभिन्नाङ्गरूपा आसन्। एतेन तेषां शारीरिकमानसिकविकासः भवति स्म, युद्धकौशलं च वर्धते स्म।
 ४. बौद्धिकक्रीडानाम् अपि भारतीयसंस्कृतौ विशिष्टं स्थानमस्ति। चतुरङ्गक्रीडा भारतस्य एका क्रीडा, या विश्वे सर्वत्र प्रसिद्धा प्रचारिता च। एषा क्रीडा मानसिकव्यायामस्य श्रेष्ठं साधनमस्ति, या बुद्धिकौशलं वर्धयति रणनीतिज्ञानं च प्रददाति।
 ५. आधुनिककाले भारतीयाः वल्लकन्दुकक्रीडा (Cricket), बलकन्दुकक्रीडा (Football), यष्टिकन्दुकक्रीडा (Hockey) इत्यादिषु अन्तर्राष्ट्रीयक्रीडासु अपि उत्कर्षतायाः प्रदर्शनं कुर्वन्ति। एतेन भारतस्य गौरवं वर्धते, राष्ट्रियैकता च दृढीभवति। ओलम्पिकक्रीडासु भारतीयानां सहभागिता च राष्ट्रस्य प्रतिष्ठां वर्धयति।
 ६. क्रीडा न केवलं शारीरिकस्वास्थ्यं ददाति, अपितु मानसिकस्वास्थ्यम् अपि प्रददाति। एषा दैहिकावसन्नतां न्यूनीकरोति, आत्मविश्वासं वर्धयति, सहयोगभावनां च जागरयति। क्रीडामाध्यमेन युवकाः अनुशासनं शिक्षन्ते, समयपालनस्य महत्त्वं च जानन्ति।
 ७. भारतसर्वकारः अपि क्रीडाप्रोत्साहनाय विविधाः योजनाः चालयति। "खेलो इण्डिया" इति कार्यक्रमः देशे क्रीडासंस्कृतिं प्रोत्साहयितुं प्रारब्धः। एतेन ग्रामीणक्षेत्रेभ्यः अपि प्रतिभाशालिनः क्रीडकाः अवसरं प्राप्नुवन्ति।
- अन्ते वक्तुं शक्यते यत् भारतीयसंस्कृतेः विकासे क्रीडापरम्परायाः योगदानम् अतुलनीयमस्ति। इयं परम्परा न केवलं शारीरिकमानसिकविकासं साधयति, अपितु सामाजिकसद्भावनाम् अपि वर्धयति। आधुनिककाले अपि एषा परम्परा नवीनरूपेण विकसति। भारतीयसंस्कृतेः गौरवं च वर्धयति। अतः क्रीडापरम्परा भारतीयसंस्कृतेः अमूल्यनिधिः इत्यत्र नास्ति सन्देहावसरः।

सन्दर्भग्रन्थसूची (Bibliography)

- शर्मा, रामकृष्ण (२०१०). "भारतीयक्रीडाशास्त्रम्". दिल्ली: राष्ट्रियसंस्कृतसंस्थानम्।
- मिश्र, विजयशङ्कर (२००५). "प्राचीनभारते शारीरिकशिक्षा". वाराणसी: चौखम्बा सुरभारती प्रकाशनम्।
- त्रिपाठी, रमाकान्त (२०१५). "वैदिककाले क्रीडाविमर्शः". पटना: बिहार राष्ट्रभाषा परिषद्।
- गुप्ता, सुधाकर (२०१२). "महाभारते क्रीडाचित्रणम्". इलाहाबाद: भारतीय विद्या प्रकाशनम्।
- पाण्डेय, राजबली (२००८). "भारतीयसंस्कृतौ क्रीडानां महत्त्वम्". दिल्ली: मोतीलाल बनारसीदास।
- शास्त्री, कमलाकान्त (२०१८). "योगः क्रीडा चः समन्वयात्मकमध्ययनम्". मैसूरः कर्णाटक संस्कृत विश्वविद्यालयः।
- आचार्य, विद्याधर (२०१४). "क्रीडाशास्त्रस्य ऐतिहासिकविकासः". पुणे: भण्डारकर प्राच्यविद्या संशोधन मन्दिरम्।
- दीक्षित, सत्यप्रकाश (२०११). "आयुर्वेदे क्रीडाचिकित्सा". वाराणसी: सम्पूर्णानन्द संस्कृत विश्वविद्यालयः।
- उपाध्याय, बलदेव (२००९). "संस्कृतसाहित्ये क्रीडाविमर्शः". दिल्ली: विद्यानिधि प्रकाशनम्।
- शर्मा, रमेश (२०१७). "आधुनिककाले भारतीयक्रीडापरम्पराया अध्ययनम्". जयपुरः राजस्थान संस्कृत अकादमी।
- शास्त्री शिवनारायण, (१९८८), काव्यादर्शः, शाहजादा बाग, दिल्ली
- शास्त्री रामनारायणदत्त, (२०१२), महाभारत (द्वितीय खण्ड), गीताप्रेस, गोरखपुर
- मणित्रिपाठी श्रीकृष्णा, (२०२३), रघुवंशम्, चौखम्बा सुरभारती प्रकाशन, वाराणसी
- पाण्डेय बाबुराम, (२०२२), किरातार्जुनीयम्, चौखम्बा सुरभारती प्रकाशन, वाराणसी
- शर्मा शेषराज, (२०१६), कादम्बरी, चौखम्बा सुरभारती प्रकाशन, वाराणसी

The Global Journal of Contextual Thought

(A Double-Blind, Peer-Reviewed, Quarterly, Multidisciplinary Journal)

Volume: 1, Issue: 2 October, 2025 Home Page: www.tgjct.org Email: editor@tgjct.org ISSN: 3107-7528 (Online)

ज्ञा रामचन्द्र, (२००७), पञ्चतन्त्रम्, चौखम्बा विद्याभवन, वाराणसी

जयपण्डल श्रीयशोध, (२०१५), कामसूत्रम्, खेमराज श्रीकृष्णदास प्रकाशन, बम्बई

कुमार विजय, (२०२१), मेघदूतम्, अनिता प्रकाशन, गाजियाबाद

शास्त्री हरगोविन्द, (२०१९), मनुस्मृति, चौखम्बा कृष्णदास अकादमी, वाराणसी

राय गङ्गासागर, याज्ञवल्क्यस्मृतिः, सर्वभारतीय काशिराजन्यास दूर्ग रामनगर, वाराणसी

