



ब्रज लोक-जीवन में खेले जाने वाले प्राचीन खेल

Manorama Devi

Post-Doctoral Fellowship, PGDAV College, Delhi University, Delhi, India

प्रस्तावना

'शरीरमादयं खलु धर्म साधनम्' कहकर हमारे आर्य-ग्रथों में स्वस्थ शरीर को धर्म-साधन की पहली आवश्यकता माना है। इसलिए व्यायाम और खेल दोनों ही जीवन के अनिवार्य अंग हैं। एक बार कुछ नौजवान स्वामी विवेकानंद के पास आए और बोले, "स्वामी जी, आप हमें गीता समझाइए। स्वामी जी ने उनसे कहा, "मेरे नवयुवक मित्रों! गीता के अभ्यास की अपेक्षा मैदान में जाकर व्यायाम करो और खेल खेलो। तुम्हारी कलाई और भुजाएं अधिक मजबूत होने पर तुम गीता को अच्छी तरह समझ सकोगे। अपने रक्त में शक्ति की मात्रा बढ़ने पर तुम श्रीकृष्ण की महान प्रतिभा और अपार शक्ति को अधिक अच्छी तरह समझ सकोगे। बलवान बनो, तुमको मेरी यह सलाह है। शारीरिक दुर्बलता ही हमारे दुखों के कम-से-से एक तृतीयांश का कारण है।.... ...सर्वप्रथम हमको बलवान बनना चाहिए। धर्म अपने आप पीछे आ जाएगा।"

खेल हमारे शरीर और मन मस्तिष्क का समूचित विकास करते हैं। खेलने से शरीर पुष्ट होता है। मांस पेशियाँ दृढ़ और मजबूत बनती हैं। शरीर की सभी इन्द्रियाँ सक्रिय रहती हैं। रक्त का संचार उचित रूप से सारे शरीर में होता है। खुली हवा में खेलने से जो परिश्रम होता है उससे फेफड़ों में ऑक्सीजन अधिक मात्रा में जाती है। इससे फेफड़े ही नहीं बल्कि सारे शरीर में नई ऊर्जा भर जाती है। धन-संपदा, आदार-मान सत्कार, पद सबके होने पर भी अगर स्वास्थ्य साथ नहीं देता है तो सारा जीवन नीरस और व्यर्थ है। रोगी न केवल अपने लिए, बल्कि परिवार के लिए भी बोझ स्वरूप हो जाता है। इसलिए तो गाँधीजी बीमार होने को पाप चिह्न मानते थे। यदि स्वस्थ शरीर रखना है तो हमें खेल-कूद में हिस्सा लेना चाहिए।

खेलना मानव जीवन की प्रकृति है। वह इसे छोड़ नहीं सकता। खेलने से आनन्द मिलता है और आनन्द से मानव अपने जीवन में ताजगी का अनुभव करता है। खेलने से मनुष्य में तरो-ताजगी आती है। अवसाद दूर हो जाते हैं। खेल केवल खेल ही नहीं बल्कि खेल से एकता, अनुशासन, संगठन, पारस्परिक सहयोग, साहस, विश्वास, आज्ञाकारिता, समरसता, प्रेम, करुणा, सहानुभूति, धैर्य और हर परिस्थिति से निकलना और जीतने का जज्बा जैसे आदर्श भी प्राप्त होते हैं। खेल ही जीवन है। जिस संस्कृति में खेल-कूद को स्थान नहीं मिलता, वह संस्कृति प्रायः कुछ समय पश्चात निष्प्राण हो जाती है।

प्राचीन काल से ही ब्रज लोक जीवन में अनेकानेक खेल खेले जाते हैं। ब्रज क्षेत्र को कृष्ण की क्रीड़ा-स्थली भी कहा गया है। कृष्ण ने तो खेल खेल में न जाने कितने राक्षसों को मारा, कंसे के चादूर, मुष्टक जैसे मल्लों को पछार दिया। खेल-खेल में कालिया-नाग को नाथ दिया....

....आदि। डॉ० गिरीश कुमार चतुर्वेदी ने अपनी पुस्तक ब्रज की लोक संस्कृति में ब्रज के मल्ल क्रीड़ा, राजकेलि/नृप क्रीड़ा, वृषभ क्रीड़ा, नीलायन क्रीड़ा/चौर-सिपाही मर्क टोल्प लावन क्रीड़ा, शिक्यादि भोषण क्रीड़ा, अहमद मिकास्पर्श क्रीड़ा/लुकम छिपा-छुआ-छुई, भ्रमण क्रीड़ा, लंघन क्रीड़ा, विल्लादि प्रक्षेपण क्रीड़ा, अस्पृश्यत्व क्रीड़ा, नेत्र बंधे क्रीड़ा,

स्यन्दोलिका क्रीड़ा/झूले पर झूलना, वन भोजन क्रीड़ा, आमलक मुस्तियादि क्रीड़ा, दुर्दुरप्लाव क्रीड़ा, गुड़ियों का खेल, गलिका क्रीड़ा/वन में गेंद खेलना, रज्जुमार्गेण गमनम/नट का खेल, कुश्ती, गिल्ली-डंडा, हस्ति युद्ध, मुर्गा की लड़ाई, तीतर-बेतर की लड़ाई, भैंसो का युद्ध, बाज द्वारा शिकार खेलना, कहानी सुनाना, शंतरज खेलना, दौड़ना, पाला कूदना, झूला-झूलना, वन विहार, नौका विहार, आटे-बाटे हाऊ, पैरो पर शिशु को खिलाना, उल्लूक-गुल्लक, चूहा भाग बिल्ली आई, पंच गिट्टा, तैरना, रस्सी कूदना, एला दोला/इक्कल-दुक्कल, बाल-छड़ी, गुड़डे-गुड़िया का विवाह, बोल मछली कितना पानी, बाबा आम दो, आँख-मिचौनी, कबड्डी, झाँझी, टेसू, चकई-चलाना, लट्टू घूमना, कंचे खेलना, पंतग उड़ाना,आदि खेलों का वर्णन किया है।

प्राचीन खेल अब लुप्त प्रायः हो चुके हैं। कुछ खेलों का स्थान आधुनिक खेलों ने ले लिया। वर्तमान समय में ब्रज में खेले जाने वाले कुछ खेलों ने तो अन्तर्राष्ट्रीय प्रसिद्धि भी प्राप्त की है जैसे कुश्ती, कबड्डी, शंतरज, पंतग उड़ाना.....आदि।

डॉ० गिरीश कुमार चतुर्वेदी के अनुसार ब्रज की कुश्ती कला दाव-पेंच के लिए विश्व में प्रसिद्ध है-"ब्रज की कुश्ती कला दाव-पेंच पर बहुत अधिक आधारित है। पेचीले दावों से पहलवान अपने से इक्कीस को भी पछाड़ते हैं। धोबी पछाड़, मच्छीगोता निकालढाक, कला जंग, घिस्सा, चरखा, नील पेट, धड़ मारना, बाहरली व भीतरली, टांग, पटे घसना आदि प्रमुख दाव हैं। हर दाव के काट भी होते हैं। पेचीली कुश्ती देखने में बहुत आनन्द आता है। चारों ओर से वाह-वाह की आवाज़ आती है। हमारी कुश्ती दाव-पेंच, दम-खम व शारीरिक बल सब पर आधारित है। दम बढ़ती है कसरत व जोर से। ताकत खुराक से आती है और कसरत खुराक को पचाती है।"²

आज भी ब्रज के बगीचों में लड़के कसरत करते हैं। कुश्ती लड़ते हैं। जगह-जगह दंगल होते हैं। आज भी ब्रज में बच्चे गिल्ली-डंडा, चोर-सिपाही, पाला कूदना, तड़ी-मार, कबड्डी खेलना, चकई चलाना, लट्टू घूमना, कंचे खेलना, आँख-मिचौली खेलना जैसेआदि खेल खेलते हैं। ब्रज में बच्चे ही नहीं प्रौढ़ और बूढ़े व्यक्ति भी खेल खेलते हैं। शतरंज और चौपड़ भी खेलते हैं। लड़कियाँ रस्सी कूदती हैं, झूला-झूलती हैं, इक्कल-दुक्कल और पंच गिट्टा खेलती हैं। चौपड़-कैरम-शतरंज घरों में खेला जाने वाला खेल है। ब्रजवासी गर्मियों में पंतग भी खूब उड़ाते हैं। पंतग उड़ते समय एक-दूसरे की पंतगों से पेंच भी लड़ाये जाते हैं। गर्मियों में दशहरा के बाद और सावन मास में पंतगें उड़ाई जाती हैं।

आधुनिक ब्रज लोक-जीवन में खेले जाने वाले खेल बहुत कम हो गये हैं। आजकल मैदानों में भी बच्चे अधिकतर क्रिकेट-फुटबॉल-बालीबॉल, वास्केट बॉल और बैडमिन्टन जैसे खेल खेलने लगे हैं। खेल एक ऐसा मनोरंजन है जो किसी प्रकार किसी भी माध्यम द्वारा खेला जा सकता है। खेल वह है जो मन को आनन्दित करे। खेल से शारीरिक और मानसिक दोनों ही विकास होते हैं। ब्रज लोकजीवन में खेलों पर

अत्यधिक महत्व दिया गया है। कृष्ण ने पूरे ब्रज को ही क्रीड़ा-स्थली बनाया। खेलों से अवसाद दूर होता है और मानव फिर से अपने कर्म-क्षेत्र में कूद पड़ता है।

खेल से मन-मस्तिष्क का भी विकास होता है। खेल के मैदान की मित्रता और भाई-चारे का कोई जबाव नहीं। खेल भावना हमें जीत की खुशी और हार के दुख से ऊपर उठाकर समरसता की ओर ले जाती है। यही समरसता व्यंक्ति को जीवन में समुन्नत और सफल बनाती है।

सन्दर्भ सूची

1. गिरीष कुमार चतुर्वेदी- ब्रज की लोक संस्कृति, पृ० 92-105
2. गिरीष कुमार चतुर्वेदी- ब्रज की लोक संस्कृति, पृ० 97