The Academic
International Journal of Multidisciplinary Research

An Online Peer Reviewed / Refereed Journal
Volume 2 | Issue 8 | August 2024
ISSN: 2583-973X (Online)
Website: www.theacademic.in

महाभारत और कबड्डी: मेवाड़ के परिदृश्य में

डॉ. भूपाल सिंह राठौड़
पीटीआई
राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय, कानपुरा
जिला- सलुम्बर (राजस्थान)

ARTICLE DETAILS

Research Paper

Keywords:

महाभारत, कबड्डी, मेवाड़, खेल।

ABSTRACT

प्राचीन भारतीय खेल कबड्डी, जो भारतीय संस्कृति से गहराई से जुड़ा हुआ है, मेवाड़ के इतिहास और लोककथाओं में महत्वपूर्ण स्थान रखता है। महाभारत, जो भारत के महान महाकाव्यों में से एक है, कबड्डी के मूल सिद्धांतों–शक्ति, रणनीति और शारीरिक कौशल को सूक्ष्म रूप से प्रतिबिंबित करता है। मेवाड़, जो अपनी वीरता और बहादुरी के लिए जाना जाता है, में कबड्डी का विकास एक सांस्कृतिक अभ्यास के रूप में हुआ, जो शारीरिक और मानसिक सहनशक्ति का प्रतीक है। यह सार महाभारत के प्रभाव और कबड्डी के मेवाड़ की सामाजिक-सांस्कृतिक संरचना में गहराई से जुड़ी हुई भूमिका को उजागर करता है। सदियों से, कबड्डी मेवाड़ के पारंपरिक त्योहारों, सामुदायिक आयोजनों और ग्रामीण खेलों का अभिन्न हिस्सा बन गई। इस सार के माध्यम से महाभारत में चित्रित शारीरिक और मानसिक कुशलता और कबड्डी के विकास के बीच के संबंध को समझने का प्रयास करते हैं और यह ऐतिहासिक खेल कैसे मेवाड़ की सांस्कृतिक पहचान को आकार देता रहा है। यह अध्ययन अंततः प्राचीन भारतीय महाकाव्यों और पारंपरिक खेलों के बीच के स्थायी संबंध को मेवाड़ के संदर्भ में उजागर करता है, और यह दिखाता है कि कैसे पौराणिक कथाओं और स्थानीय परंपराओं ने कबड्डी की विरासत को पीढ़ियों तक संरक्षित

किया है।

कबड्डी का इतिहास:

भारतीय सांस्कृतिक परम्पराओं और खेलों का सम्मिश्रण यहां के अंचल में देखा जाता है यहां की संस्कृति और खेलों का उद्गम समसामयिक रहा है। मनोरंजन और स्वास्थ्य की महत्ता को बनाये रखने के लिए यहां के बौद्धिक एवं जन सामान्य ने अपनी सुविधा एवं उपलब्ध संसाधनों के आधार पर मनोरंजन के विविध रूपों के साथ ही विभिन्न खेलों को खेलने के तरीके कायम किए हैं।

ग्रामीण इलाकों से शहरों के बड़े मैदानों तक खेला जाने वाला खेल कबड्डी बहुत पुराना खेल है जो वैदिक काल से खेला जाता आया है। माना जाता है महाभारत काल में अर्जुन पुत्र अभिमन्यु जब कौरवों के चक्रव्यूह में फंसे थे, तो वह उससे बाहर नहीं आ पाए थे। उस घटना से ही कबड्डी को जोड़ा जाता है क्योंकि जिस तरह उन्हें रोका गया था। उस तरह दूसरी टीम के खिलाड़ी पहले टीम के खिलाड़ी को रोकते है। साथ ही, कई सालों तक, यह खेल वास्तव में भारतीय बच्चों द्वारा, गुरुओं द्वारा संचालित वैदिक विद्यालयों में खेला जाता था। भले ही अधिकांश नियम अलग-अलग थे, लेकिन उद्देश्य हमेशा एक ही था; दुश्मन के इलाके पर छापा मारना। हिंदी के कई मुहावरों में कबड्डी खेल का जिक्र किया जाता है माना जाता है कि कबड्डी को आगे बढ़ाने के लिए जगह- जगह खेल आयोजित किये गए।

समयांतर विभिन्न खेलों के साथ ही कबड्डी के खेल की प्रामाणिक जानकारी महाभारत में है। इसमें कृष्ण, बलराम और उनके साथियों द्वारा यत्र-तत्र घर, आंगन, जंगल, नदी किनारे जैसे ही मौका कबड्डी के खेल से आनंद लेने का वर्णन मिलता है। कबड्डी जल्लीकट्टू पर केन्द्रित एक खेल है। यह प्राचीन तमिलनाडु के मुल्लई भौगोलिक क्षेत्र में रहने वाले अयार आदिवासी लोगों के बीच यह खेला जाता था। विपक्षी टीम के पास जाने वाले खिलाड़ी के साथ बैल जैसा व्यवहार किया जाता है। यह एक बैल को बिना छुए वश में करने जैसा है, जैसा कि संगम साहित्य में उल्लेख किया गया है कि सदुगुडु खेल का अभ्यास सदियों से किया जाता रहा है। गौतम बुद्ध द्वारा मनोरंजन के लिए इस खेल को खेलने के भी वृत्तांत इतिहास में देखें को मिलते हैं। इस खेल की उत्पत्ति और समृद्ध इतिहास का एक और संस्करण है, किंवदंती है कि कबड्डी की उत्पत्ति 4,000 साल पहले तमिलनाडु में हुई थी। यह कहा जाता है कि यह खेल यादव लोगों के बीच लोकप्रिय था। तुकाराम द्वारा रचित एक अभंग में कहा गया है कि भगवान कृष्ण अपनी युवावस्था में यह खेल खेलते थे।

मेवाड़ में कबड्डी का इतिहास:

मेवाड़ में कबड्डी का इतिहास बहुत समृद्ध और पुराना है। कबड्डी भारत की एक प्राचीन खेल है, जो शारीरिक शक्ति, फुर्ती और रणनीति का अद्भुत संगम है। राजस्थान के मेवाड़ क्षेत्र में कबड्डी का खेल बहुत लोकप्रिय रहा है और इसे ग्रामीण और शहरी दोनों क्षेत्रों में खेला जाता है। प्राचीन काल में मेवाड़ के ग्रामीण इलाकों में कबड्डी का खेल वर्षों से खेला जा रहा है। पारंपरिक खेल के रूप में, इसे फसल कटाई के त्योहारों और अन्य सांस्कृतिक उत्सवों के दौरान खेला जाता था। कबड्डी मेवाड़ के ग्रामीण समाज का अभिन्न हिस्सा रही है।

मेवाड़ के शासकों ने भी कबड्डी को प्रोत्साहित किया था। यह खेल न केवल मनोरंजन के लिए बल्कि योद्धाओं के शारीरिक और मानसिक विकास के लिए भी महत्वपूर्ण था। महाराणा प्रताप जैसे वीर योद्धाओं के दौर में यह खेल शारीरिक फिटनेस के प्रशिक्षण का एक हिस्सा माना जाता था। आधुनिक काल समय के साथ, कबड्डी ने एक संरचित रूप धारण किया और इसे एक प्रतिस्पर्धात्मक खेल के रूप में मान्यता मिली। मेवाड़ के विभिन्न गांवों और कस्बों में कबड्डी के स्थानीय टूर्नामेंट आयोजित होते रहे हैं। राज्य और राष्ट्रीय स्तर पर मेवाड़ के कई खिलाड़ी उभर कर सामने आए हैं, जिन्होंने इस खेल में प्रतिष्ठा हासिल की है।

मेवाड़ के समाज में सामूहिकता और अनुशासन को बढ़ावा देने का काम करती है। यह खेल ना केवल शारीरिक शक्ति की मांग करता है, बल्कि खेल में मानसिक संतुलन, तेजी और सामरिक समझ भी जरूरी होती है। इस प्रकार, मेवाड़ में कबड्डी का इतिहास परंपरा, संस्कृति और खेल भावना से जुड़ा हुआ है और यह आज भी वहां की खेल संस्कृति का महत्वपूर्ण हिस्सा है। मेवाड़ अंचल में प्राचीन काल से ही प्रत्येक घर, गाँव में कबड्डी का खेल प्रचलन में रहा है। यह सहज, सुलभ और बिना किसी अतिरिक्त संसाधन की व्यवस्था के ही किसी के भी द्वारा खेला जा सकता है। मध्यकाल में यहां खेले जाने वाले खेल के सर्वमान्य नियम नहीं मिलते हैं, तथापि सभी वर्ग के लोगों द्वारा इसे खेलने की जानकारी प्राप्त होती है। जब भी जनता को आनंद की आवश्यकता महसूस होती अथवा फुर्सत के क्षण होते; तब एक-दूसरे के बीच पाला (एल रेखा) बनाकर चल कबड्डी, चल कबड्डी चल पड़े।

यह खेल मेवाड़ ही नहीं राजस्थान और सम्पूर्ण भारत में तो खेला ही जाता है। साथ ही, भारत के पडौसी देशों में भी विभिन्न नामों से खेला जाता है जो निम्न प्रकार है- पंजाब में कबड्डी। अन्य राज्यों से अलग तरह से खेली जाती है। सामान्यतः महाराष्ट्र, मध्यप्रदेश व गुजरात के कुछ भागों में हु तु-तु,

कठियावाड व कच्छ में वाडी-वाड़ी, तमिलनाडु, कर्नाटक में चिडू-गुडू, बंगाल में ड़ोंडो व केरल में बड़ी कली, उत्तरी पाकिस्तान और भारत में कबड्डी, बांग्लादेश में डून्डू, श्रीलंका में गुड़थी चुब और मलेशिया में चेडू गर्ड आदि नामों से जानी जाती है।

यह खेल प्रारम्भ में 1 संजीवनी 2 गामिनी 3 अमर पद्धति से खेला जाता था जिसमें से संजीवनी पद्धति को भारतीय कबड्डी संघ द्वारा मान्यता प्रदान की गई है। गामिनी शैली में, प्रत्येक पक्ष में सात खिलाड़ी खेलते हैं और आउट हुए खिलाड़ी को तब तक आउट रहना होता है। जब तक कि उसकी टीम के सभी सदस्य आउट न हो जाएं, खेल तब तक जारी रहता है। जब तक पांच या सात ऐसे अंक सुरक्षित नहीं हो जाते और इसकी कोई निश्चित समय अवधि नहीं होती। अमर पद्धति में कोई खिलाडी आउट नहीं होता है। आउट होने पर सिर्फ एक अंक दिया जाता है। राष्ट्रीय दर्जा मिलने के बाद 1952 में कलकत्ता में आयोजित भारतीय ओलम्पिक खेलों के अवसर पर कबड्डी खेल को शामिल किया गया।

आधुनिक कबड्डी विभिन्न नामों के तहत विभिन्न रूपों में खेले जाने वाले खेल का संश्लेषण है। कबड्डी को 1936 के बर्लिन ओलंपिक के दौरान अंतरराष्ट्रीय पहचान मिली। इस खेल को 1938 में कलकत्ता में भारतीय ओलंपिक खेलों में शामिल किया गया था। 1950 में अखिल भारतीय कबड्डी महासंघ अस्तित्व में आया और उसने मानक नियम बनाए। 1973 में एमेच्योर कबड्डी फेडरेशन ऑफ इंडिया (AKFI) की स्थापना की गई। एमेच्योर कबड्डी फेडरेशन ऑफ इंडिया के गठन के बाद, पहली पुरुष राष्ट्रीय प्रतियोगिताएं तमिलनाडु (मद्रास) (जिसका नाम बदलकर चेन्नई रखा गया) में आयोजित की गई। जबकि महिला कबड्डी प्रतियोगिताएं AKFI में आयोजित की गई। AKFI ने नियमों को नया आकार दिया है। बाद में, एशियाई कबड्डी महासंघ (एकेएफ) की स्थापना गई थी।भारतीय कबड्डी महासंघ की स्थापना 1952 में हुई थी और उसी वर्ष पुरुषों के लिए राष्ट्रीय चैंपियनशिप आयोजित की गई थी, उसके बाद 1955 में महिलाओं के लिए राष्ट्रीय चैंपियनशिप आयोजित की गई थी। 20वीं सदी के अंत में यह खेल भारत की सीमाओं से परे अधिक लोकप्रिय होने लगा, जब एमेच्योर कबड्डी फेडरेशन ऑफ इंडिया का गठन किया गया। 1972 में, यह खेल बांग्लादेश का राष्ट्रीय खेल बन गया और 1978 में, एशियाई एमेच्योर कबड्डी महासंघ की स्थापना के बाद, एक क्षेत्रीय चैंपियनशिप का आयोजन किया गया। राष्ट्रीय कबड्डी टीमों ने 1990 में एशियाई खेलों में भाग लेना शुरू किया और 2004 में, पहला कबड्डी विश्व कप मुंबई में हुआ। इसने एशिया, यूरोप और उत्तरी अमेरिका जैसे दुनिया भर की राष्ट्रीय टीमों की मेजबानी की।

राष्ट्रीय स्तर की प्रतियोगिताओं में टीम की ओर से कोई अंक अर्जित किए बिना खेले जाते रहने के कारण इसमें तेजी और विकास के लिए 1984 से नियमों में एक महत्वपूर्ण परिवर्तन किया गया जिसे बोनस अंक के नाम से जाना जाता है। इस परिवर्तन से कबड्डी खेल में गति और फुर्तिलापन देखने को मिलता है। आशा है इससे कबड्डी खेल की नीरसता समाप्त हो जाएगी।

कबड्डी की विभिन्न शैलियां:

मानक शैली:

कबड्डी के अंतर्राष्ट्रीय टीम संस्करण में, सात सदस्यों वाली दो टीमें पुरुषों के मामले में 10 गुणा 13 मीटर (33 फीट × 43 फीट) और महिलाओं के मामले में 8 गुणा 12 मीटर (26 फीट × 39 फीट) के मैदान के विपरीत हिस्सों पर कब्जा करती हैं। प्रत्येक में तीन अतिरिक्त खिलाड़ी रिजर्व में रखे जाते हैं। खेल 20 मिनट के हिस्सों में खेला जाता है, जिसमें 5 मिनट का हाफटाइम ब्रेक होता है, जिसके दौरान टीमें पक्षों की अदला-बदली करती हैं। प्रत्येक रेड के दौरान, हमलावर पक्ष का एक खिलाड़ी- जिसे "रेडर" के रूप में जाना जाता है- मैदान के विरोधी टीम के हिस्से में दौड़ता है और बचाव करने वाले सात खिलाड़ियों में से अधिक से अधिक खिलाड़ियों को टैग करने का प्रयास करता है। किसी रेड को अंक प्राप्त करने के लिए, रेडर को बचाव करने वाली टीम के क्षेत्र में बॉल्क लाइन को पार करना चाहिए और बिना टैकल किए मैदान के अपने आधे हिस्से में वापस लौटना चाहिए। ऐसा करते समय, रेडर को "कबड्डी" शब्द का जाप भी करना चाहिए, जिससे रेफरी को यह पुष्टि हो सके कि उनका रेड एक ही लय में किया गया है। प्रत्येक छापे पर 30 सेकंड का शॉट क्लॉक भी लागू किया जाता है।

टैग किए गए प्रत्येक डिफेंडर के लिए एक अंक स्कोर किया जाता है और यदि रेडर क्षेत्र की बोनस लाइन से आगे क्षेत्र में कदम रख सकता है, तो भी एक अंक स्कोर किया जा सकता है। यदि रेडर को सफलतापूर्वक रोक दिया जाता है, तो विरोधी टीम इसके बदले एक अंक अर्जित करती है। टैग किए गए सभी खिलाड़ियों को खेल से बाहर कर दिया जाता है, लेकिन प्रत्येक अंक के लिए एक टीम को "पुनर्जीवित" किया जाता है, जो बाद के टैग या टैकल से स्कोर करती है (बोनस अंक खिलाड़ियों को पुनर्जीवित नहीं करते हैं)। जो खिलाड़ी सीमा से बाहर कदम रखते हैं, वे भी आउट हो जाते हैं। एक रेड जहां रेडर द्वारा कोई अंक नहीं बनाए जाते हैं, उसे "खाली रेड" कहा जाता है। इसके विपरीत, एक खेल जहां रेडर तीन या अधिक अंक स्कोर करता है, उसे "सुपर रेड" कहा जाता है। यदि कोई टीम एक साथ

विरोधी टीम के सभी सात खिलाड़ियों को आउट कर देती है, तो दो बोनस अंकों के लिए "ऑल आउट" स्कोर किया जाता है, और वे स्वचालित रूप से पुनर्जीवित हो जाते हैं।

प्रो कबड्डी लीग में अतिरिक्त नियमों का उपयोग किया जाता है। यदि किसी टीम के पास लगातार दो खाली रेड हैं, तो अगले रेडर को अपनी रेड पर एक अंक स्कोर करना होगा, अन्यथा वह बाहर हो जाएगा ("करो या मरो रेड")। इसके अतिरिक्त, जब किसी बचाव करने वाली टीम के पास मैदान पर चार से कम खिलाड़ी बचे हों, तो टैकल 2 अंक ("सुपर टैकल") के लायक होते हैं।

वृत्त शैली (सर्कल कबड्डी):

भारत में कबड्डी के चार प्रमुख रूप खेले जाते हैं जिन्हें एमेच्योर फेडरेशन द्वारा मान्यता प्राप्त है। संजीवनी कबड्डी में, एक खिलाड़ी को विपरीत टीम के एक खिलाड़ी के खिलाफ पुनर्जीवित किया जाता है जो आउट हो जाता है- एक आउट। खेल 40 मिनट से अधिक समय तक खेला जाता है जिसमें हाफ के बीच 5 मिनट का ब्रेक होता है। प्रत्येक पक्ष में सात खिलाड़ी होते हैं और जो टीम विरोधी पक्ष के सभी खिलाड़ियों को आउट करती है, उसे चार अतिरिक्त अंक मिलते हैं। गामिनी शैली में, दोनों तरफ सात खिलाड़ी खेलते हैं और आउट किए गए खिलाड़ी को तब तक आउट रहना होता है जब तक कि उसकी टीम के सभी सदस्य आउट न हो जाएं। जो टीम विरोधी पक्ष के सभी खिलाड़ियों को बाहर करने में सफल होती है, उसे एक अंक मिलता है। खेल तब तक जारी रहता है जब तक कि पांच या सात ऐसे अंक सुरक्षित नहीं हो जाते और इसकी कोई निश्चित समय अवधि नहीं होती है। अमर शैली समय सीमा नियम में संजीवनी रूप से मिलती जुलती है। लेकिन, एक खिलाड़ी जिसे आउट घोषित किया जाता है, वह कोर्ट नहीं छोड़ता है। पंजाबी कबड्डी एक प्रकार का खेल है जो 22 मीटर (72 फीट) की त्रिज्या वाली गोलाकार पिच पर खेला जाता है।

निष्कर्ष:

इस प्रकार कबड्डी एक संपर्क खेल है, जो भारतीय उपमहाद्वीप का मूल खेल रहा है। यह भारत के सबसे लोकप्रिय खेलों में से एक है, जो मुख्य रूप से गांवों में लोगों के बीच खेला जाता है। गांव की माटी से शहर के गलियारों तक कबड्डी पुराने वक्त से खेला जाने वाला खेल है लेकिन आज भी इसकी लोकप्रियता कम नहीं हुई है और वर्तमान में भी यह कायम है जिसे राज्य स्तर से लेकर अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर खेला जाता है

संदर्भ ग्रंथ सूची:

- जे 1818) मेवाड़ का इतिहास (2020) ब्रुक्स .सी .ई 1854-.ई जोधपुर राजस्थानी हिंदी ग्रंथागार (.
- मनोहर सिंह राणावत मेवाड़ का सामाजिक एवं सांस्कृतिक इतिहास उदयपुर प्रताप शोध प्रतिष्ठान (2006)
- भार्गव, वी. एस. (1966). मध्यकालीन राजस्थान का इतिहास (8वी से 18वी सदी तक). जयपुर: कॉलेज बुक डिपो.
- दास, श्यामल. (2017). वीर विनोद मेवाड़ का इतिहास. उदयपुरः महाराणा मेवाड़ हिस्टोरिकल आर्काइव्ज.
- शर्मा, गोपीनाथ. (2017). राजस्थान का इतिहास. आगरा: शिवलाल अग्रवाल एंड कंपनी.