ORIGINAL RESEARCH PAPER

Physical Education

खेल और मादक द्रव्य

KEY WORDS: खेल, मादक-द्रव्य, प्रदर्शन, डोपिंग.

डॉ० हेमंत वर्मा क्रीडा विभाग प्रमुख जे०ई० एस० महाविध्यालय जालना ,महाराष्ट्र.

ABSTRACT

खेलो में मादक द्रव्यों का उपयोग एक पुरानी विचलित प्रथा जैसी है जिसे आज के परिदृश्य में बदलने की अत्यंत अवशकता हैए खेलो में आज प्रारंभिक स्तर से ही मादक द्रव्यों का सेवनए प्रदर्शन को सुधारने हेतु और छोटी दृछोटी सफलताओ को अर्जित करने के लिए किया जाने लगा हैए स्कूल महाविद्यालयों मे युवा खिलाड़ी अपने प्रदर्शन को सुधारने हेतु प्रतिबंधित दवाओ के सेवनए खिलाड़ियो को अंधकार के युग मे पहुचने पर बाध्य हो गया है। जिसे सतही सुधार की अत्यंत आवश्यकता है।

प्रस्तावना :

खेलकूद एक नैसर्गिक क्रिया होते हुये जब प्रतियोगिता का वृहद स्वरूप ले लेती है. तब प्रतियोगिता का स्तर उस खेल-कूद क्रिया में परंगता को चिन्हित करता है। खिलाड़ी शुरुवाती स्तर पर खेल कौशल्यों का बार बार अभ्यास कर के निपुणता के समीप पहुचता है. और उसी निपुणता के स्तर के मूल्यांकन के लिए वह प्रतियोगिता, प्रतिस्पर्धा के वातावरण में स्वंय को उतारता है. प्रतिस्पर्धा मे उसके स्तर में निरतरता और स्थायित्व आने के लिए वो बार-बार प्रयत्न करता है. और सफल या असफल होता रहता है. खेल प्रतियोगिता उस वक्त जटिलता के स्तर पर आ जाती है जब खिलाड़ी अपने सर्वात्तम प्रदर्शन करते है ओर सर्वोत्तम प्रदर्शन करने के कई अदृष्य कारक है।

कौशल्य के उच्चतम स्तर की प्राप्ति :

निरंतर अभ्यास और प्रतियोगिता मे सहभाग किसी खिलाड़ी के प्रदर्शन की सीमाओ को और विस्तृत कर देता है। जिससे वह कौशल्य के उच्चतम स्तर की प्राप्ति कर सकता है। खेल कौशल्य मे परांगता कई वर्षो के अथक परिश्रम का ही परिणाम होती है जो खिलाड़ियो को राष्ट्रीय, अंतरराष्ट्रीय स्तर पर पहुचने में मदत करती है खिलाड़ी मानसिक दृढ़ हो जाता है और अपना सर्वोत्तम प्रदर्शन करता है

खेल का स्वरूप और खिलाड़ी को मिलने वाली चुनौती :

खेल की अपनी विशेषता उनको विविध प्रकारो में सूचीबद्ध करती है जैसे कुछ खेल समान्यतः इंडोर या आउटडोर प्रकृति के होते है जिन्हे उन्ही प्रकार की दशाओ में खेला जाता है उसी प्रकार मैदानी खेलों, बॉल स्टिक खेलों, लयबद्ध क्रियायों, युद्ध और जल क्रीड़ाओं का स्वरूप और व्याप्ति एक दूसरे से अलग है इसी अनुसार खिलाड़ी अपनी रुचि और क्षमताओ के अनुरूप खेल का चुनाव करता है। और उसमे मिलने वाली चुनौतियों का समय समय स्वीकार करते हुए अपना सर्वोत्तम विकास करता है।

उच्च स्तरीय प्रशिक्षण की उपलब्धता :

किसी खेल के उच्च प्रदर्शन का मूलाधार उस खेल के लिए दिया जाने वाला शस्त्रसुद्ध प्रशिक्षण होता है खेलनुसार उच्चत्तम स्तर की नवीनतम प्रचलित विधियों को खेल प्रशिक्षण मै समाविष्ठ करने पर खिलाड़ी उन्हे सफतापूर्वक सीखता रहता है खेल विशिष्ट प्रशिक्षण की उपलब्धता सहज हो तो खिलाड़ी अपना सर्वोत्तम प्रदर्शन करता है।

शारीरिक और गामक कुशलताओ का विकास :

मानव शरीर अलग अलग क्षमताओ से भरा हुआ है। उसी प्रकार शारीरिक योग्यताओ का उच्च स्तरीय निष्पादन खिलाड़ी की योग्यता दर्शाता है। शरीर में निहित गामक योग्यतायो को समयानुसार संवर्धन उसे खेल के स्वरूप के अनुकूल बनाता है। शक्ति, क्षमता, दमखम लचिलापन, चपलता या गति प्रतिकार क्षमता कुछ सामान्य से विशिष्ट स्तर पर एक खिलाड़ी को उच्च प्रशिक्षण के माध्यम से ले जा सकती है। इन क्षमताओ के विकसन से शरीर का सर्वोत्तम विकास संभव है, जो खेल के स्वरूप कार्य करने में खिलाड़ी को मदत करता है और खिलाड़ी अपने प्रदर्शन को उच्च स्तरीय बनाता है.

खेल प्रदर्शन और मादक द्रव्य :

किसी खेल के खिलाड़ी को निरंतर स्पर्धा में बना रहने हेतु अपने प्रदर्शन को निरंतरता के उच्च स्तर पर ले जाना पड़ता है। उस स्तर को एक समान स्तरीय रखना अत्यंत ही कठिन होता है, जैसे फुटबॉल खेल में खिलाड़ी का खेल निरंतर उसकी कोंशल्य क्षमताओ और अदम्य शारीरिक क्षमताओं के उचित समन्वयव और गामक योग्यताओं पर निर्भर रहता है जिसे खिलाड़ी कई बार एक स्तर पर टिका नहीं पता. इसके पीछे कई कारण हो सकते है। जेसें खेलों मै लगने वाली चोटें, जिसके परिणाम स्वरूप खिलाड़ी चोटिल हो जाए या निरंतर प्रतियोगितायो के कराण खिलाड़ी को उचित आराम न मिल पाना , खिलाड़ी को खेल प्रदर्शन के दौरान, चिंता, भय, निराशा या गुस्सैल स्वभाव भी उसके खेल वर्तन को नकारात्मक रूप से प्रभावित करता रहता है इन अस्वस्थताओं में वैद्यकीय सहायता किसी खिलाड़ी को उसके खेल काल मे लेनी ही पड़ती है। साधारणतः खिलाड़ी खेलो में लगने वाली चोटे या असहनीय पीड़ा के निवारण हेतु औषधि का उपयोग करते है। डॉक्टर के उचित मार्गदर्शन में खिलाड़ी रोगनिदान करते है किन्तु वह जाने अनजाने अपने शरीर में रसायनों, द्रव्यों को पहुंचा चुका होता है जो समान्यतः दवाइया होती है किन्तु खेलो की संहिता के "दृष्टिकोण में मादक द्रव्य" अथवा अंग्रेजी में "doping" होती है, जो खेलों मैं वर्जित होता है। जाने अनजाने खिलाड़ी इन वर्जित द्रव्यों का सेवन कर खेल जीवन समाप्त करने की दिशा में चल देता है।

Doping :

"Doping in short is basically using illegal drugs or illegal amount of legal drugs to enhance the performance of an athlete."

आज मुख्यतः उन खेलों जिनमें अत्यंत चरम सीमाओं पर शारीरिक क्षमताओं का प्रयोग होता है, में डोपिंग का प्रमाण ज्यादा देखने को मिल रहा है।

उदाहरण के तौर पर,

फुटबॉल में खिलाड़ियों को सर्वोत्तम, बड़े और ताकतवर बनने के लिए स्टेरोइड का उपयोग करते पाया गया है। उसी प्रकार साइकलिंग खेल में अपने प्रदर्शन को उच्चस्तर पर ले जाने हेतु एनोबोलिक स्टेरोइड का उपयोग करते हुए पाया गया है। ये द्रव्य स्टेरोइड शरीर में श्वेत रक्त कोशिकाओं के निर्माण में कुछ समय के लिए मदत करती है. किन्तु बस कुछ समय के लिए।

आज मादक द्रव्यों का सेवन किसी एक खेल य राष्ट्र तक मर्यादित न रहते हुये वैश्विक स्तर तक पहुँच चुका है, जो विश्व स्तरीय खिलाड़ियो को ओलिम्पिक जैसे प्राचीन खेल महा प्रतियोगितायो को भी प्रदूषित कर चुका है।

ओलिम्पिक चार्टर के अनुसार "The important thing in the games is not winning but taking part" इस पवित्र प्राचीन महाखेल प्रतियोगिता को स्वछ स्वरूप देने के अथक प्रयासो के बावजूद मादक द्रव्यों के सेवन की घटनाए हमारे सक्षम आती रही है और ये निरंतर है अंतरराष्ट्रीय औलोंपिक कमेटी, खेल फेडरेशन पिछले पचास वर्षो से इस और प्रयासरत है और हर संभव प्रयत्न कर रही है किन्तु डोपिंग नाम का दाग अभी भी लगा हुआ नज़र आता है।

विश्व स्तर पर डोपिंग के कुछ प्रचलित प्रमाण :

पिछले दिनो आयरलैंड के घुड़सवारी अधिकारियो ने उनके दो रायडर "घुडसवारों" पर पाँच और चार वर्षो की खेलने पर इसलिये रोक लगा दी क्योंकि उन खिलाड़ियों को मादक द्रव्यों की अधिक मात्रा का उपयोग करते पाया गया. डोपिंग का एक अन्य उदाहरण "द गार्जियन" नामक अंतर्जाल पर पोस्ट के द्वारा दिया जा सकता है जिसमे अमेरिका के एक बुजुर्ग सायक्लिस्ट का विश्व रेकॉर्ड उस वक्त वापस ले लिया गया जब 94 वर्षीय वृद्ध अमेरिकन को डोपिंग जाच संस्थान के द्वारा की गए परीक्षण में फेल पाया गया।

2012 लंडन ओलिंपिक्स प्रतियोगिताए भी डोपिंग के पारंपरिक जाल से बाहर नहीं रहीं है| अंतरराष्ट्रीय भारोत्तोलन संघ ने अपने पाँच (05) खिलाड़ियों को डोपिंग जाँच में दोषी पाये जाने पर प्रतियोगिता से बाहर कर दिया गया।

विशेष बात यह रही की 2012 लंडन औलंपिक में विश्व के कुल 260 भारोत्तलको में से 24 के "जाँच" सेंपल फेल पाये गये थे। वैश्विक डोपिंग के कारण अंतरराष्ट्रीय स्तर पर कई राष्ट्रों के खिलाड़ी संघों को बैन कर दिया गया। इनका एक उदाहरण हमे रशिया से मिलता है। जिसके खिलाड़ियों से "डोपिंग" मानको को पूर्ण न करने के कारण से 2018 शीतकालीन औलोंपिक खेलो में आधिकारिक तौर पर रोक लगा दी गई।

World Anti Doping Agency (WADA)

विश्व स्तर पर मादक द्रव्यों को मानक स्थापित करना, खिलाड़ियों के शरीर में उपलब्ध मादक द्रव्यों के नमूनों की जाँच करना नियमावली- सूचना तथा उपाय योजना, संशोधन करना और डोपिंग के प्रति जन जागरूकता प्रचार प्रसार करने का कार्य "विश्व मादक द्रव्य नियंत्रण संस्था" (WADA) करती है। सन 1998 में जब साइकलिंग खेल मै डोपिंग का रहस्योदघाटन होने के बाद अंतरराष्ट्रीय औलंपिक कमेटी ने डोपिंग विषय पर वैश्विक संगोष्ठी का आयोजन किया तब उसके फल स्वरूप मादक द्रव्य मुक्त अभियान में विश्व में उनका समर्थन किया गया।

सन 1998 में फरवरी महीने में प्रथम विश्व डोपिंग संगोष्ठी का आयोजन Switzerland मे किया गया इसके पश्चयात ही विश्व स्तर पर सन 2000 में Sidney मै आयोजित औलंपियाड से स्वायत्त "एंटी डोपिंग एजेंसी" तैयार हुई जो आजतक कार्यरत है।

निष्कर्ष :

खिलाड़ी स्वयं मादक द्रव्यों का उपयोग नहीं करता अपितु उसे अल्प जानकारी या जागरूकता का अभाव, दुसरो के जरिए प्रतिबंधित दवाओ का अधिक मात्र में सेवन, प्रशिक्षको की ओर से दिये गए स्टेरॉइड या अन्य प्रतिबंधित द्रव्यों रसायनों का उपयोग उसे अनजाने में इस जाल में फँसा देता है। जिस के फल स्वरूप कुछ क्षणों के लिए खिलाड़ी अधिक स्थिर, ऊर्जावान और शक्तिशाली महसूस करने लगता है। और वह इसी भ्रम के क्रम में मादक द्रव्यों का खेलो मे उपयोग करके अपने प्रदर्शन को स्तरीय और उत्कृष्ट बनने में लग जाता है। खिलाड़ियों को उचित मार्गदर्शन और डोपिंग के दुष्परिणामों के बारे में जबतक सतही स्तर पर अभिप्रेरित नहीं किया जाता तब तक मादक द्रव्यों का उपयोग निरंतर चलता रहेगा और समाप्त नहीं हो सकेगा।

संदर्भ :

Webliogoraphy :

1. www.calamanscovrt.weebly.com
2. www.wda-ama.org/en/content
3. www.ncbi.n/m.nih.gov /pmc/articles