RAM LAL ANAND COLLEGE
UNIVERSITY OF DELHI
1964

सम्भव

जुलाई–दिसम्बर2024

हिंदी पत्रकारिता एवं जनसंचार विभाग, राम लाल आनंद महाविद्यालय

तथ्यों में भारतीय हॉकी

''1928 ओलंपिक में अपना डेब्यू करते हुए भारतीय हॉकी टीम ने स्वर्ण पदक हासिल किया था। उस ओलंपिक में भारत ने 5 मैच खेले थे और कुल 29 गोल दागे थे और एक भी गोल उनके खिलाफ नहीं हुआ था। इस दौरान ध्यान चंद की हॉकी स्टिक से 14 गोल आए थे।''

* * *

''बड़ी संख्या में खाली मैदान की मौजूदगी और हॉकी के लिए बहुत ज्यादा उपकरण की आवश्यकता नहीं होने की वजह से यह खेल भारत में बच्चों से लेकर युवाओं तक की पहली पसंद बन गया था। देश में पहला हॉकी क्लब कलकत्ता में 1855 में स्थापित किया गया था।''

* * *

''आईएचएफ ने पहला अंतरराष्ट्रीय टूर 1926 में किया था जब टीम न्यूजीलैंड दौरे पर गई थी, जहां भारतीय टीम ने 21 मैच खेले और उनमें से 18 में जीत हासिल की थी। इसी टूर्नामेंट में ध्यान चंद जैसी शख्सियत को दुनिया ने पहली बार देखा था, जो आगे चलकर सर्वश्रेष्ठ खिलाड़ी बन गए।''

* * *

''भारत ने 1928 से 1956 तक लगातार छह बार ओलंपिक में हॉकी में स्वर्ण पदक जीता था। 1928 तक हॉकी भारत का राष्ट्रीय खेल बन गई थी। इसी वर्ष एम्सटर्डम ओलंपिक में भारतीय टीम पहली बार प्रतियोगिता में शामिल हुई।''

अनुक्रमणिका

संपादकीय

ओलम्पिक्स में भारतीय हॉकी का लेखा-जोखा: राकेश कुमार 1

पेरिस ओलंपिक 2024

पेरिस ओलंपिक 2024 यानी कभी खुशी कभी गम : सोनिका 2

भारतीय हॉकी

भारतीय हॉकी का सुनहरा इतिहास : शिवांश सक्सेना 4
क्रेग फुल्टन : 'डिफेंड टू विन' से भारतीय हॉकी को बदला : आलोक राज 6
हरमनप्रीत सिंह : किसानी से कप्तानी तक का सफर : पुष्पेंद्र अहिरवार 8
हार्दिक सिंह : पांच पीढ़ी से हॉकी को सींच रहा परिवार : योगेश 9
पीआर श्रीजेश : भारतीय हॉकी की अभेद्य दीवार : शाम्भवी 10
जर्मनप्रीत सिंह : संघर्ष और समर्पण से मुकाम तक पहुंचे : काजल 11
अमित रोहिदास : सौनामारा से निकला भारतीय हॉकी का सोना : लक्ष्मी 12
सुमित वाल्मीकि : मजदूर से सितारा बनने तक की यात्रा : कविता त्रिपाठी 13
संजय राणा : कड़ी मेहनत से आगे बढ़ते गए : उत्कर्ष 14
राजकुमार पाल : भारतीय हॉकी के 'राजकुमार' : माही शर्मा 15
शमशेर सिंह : हॉकी के जादूगर से प्रेरित होकर पूरा किया सपना : खुशी चौहान 16
मनप्रीत सिंह : भारतीय हॉकी को दिलाई नई पहचान : दीपक 17
विवेक सागर प्रसाद : कदम दर कदम सफलता का स्वाद चखा : विवेक 18
अभिषेक नैन : फुटबाल देखकर हॉकी के दांव-पेंच सीखे : स्मृति 19
सुखजीत सिंह 'काके' : जिन्दगी में हार मानना सीखा नहीं : अंशिका वर्मा 20
ललित कुमार उपाध्याय : मेहनत और लगन से पाई सफलता : श्वेता सिंह 21
मंदीप सिंह : भारतीय हॉकी का उभरता सितारा : राहुल गुप्ता 22
गुरजंत सिंह : अमृतसर का नाम किया रोशन : खुशी शाक्या 23

भाला फेंक

नीरज चोपड़ा : भाला फेंक में भारत का मस्तक ऊंचा किया : अनुराग 24

निशानेबाजी

मनु भाकर : कम उम्र में पक्का निशाना : दिव्या 25
सरबजोत सिंह : पिता से जिद और शूटिंग में महारत : जया 26
स्वप्निल कुसाले : बचपन से दिखाई निशानेबाजी में रुचि : अरविंद 27

कुश्ती

अमन सहरावत : सुशील को देखकर कुश्ती में दांव लगाया : समीर सिंह 28
विनेश फोगाट : भारतवासियों के लिए वह हमेशा चैंपियन हैं... : खुशी वशिष्ठ 29

आंकड़े

तथ्यों में भारतीय हॉकी फ्रंट इनर

सम्भव

वर्ष : 18 अंक : 2
पूर्णांक–25
जुलाई–दिसम्बर 2024
नवम्बर 2024 में प्रकाशित

संरक्षक मंडल

प्राचार्य
प्रो. राकेश कुमार गुप्ता
प्रभारी
प्रो. राकेश कुमार

संपादक मंडल
संपादक
प्रो. राकेश कुमार
डॉ. अटल तिवारी

छात्र संपादक
श्रुति मिश्रा

उप-संपादक
संजीव राज
आस्था त्रिपाठी

फोटो
इंटरनेट से साभार

संपादकीय पता :
हिंदी, हिंदी पत्रकारिता एवं जनसंचार विभाग
राम लाल आनंद महाविद्यालय,
(दिल्ली विश्वविद्यालय)
बेनितो जुआरेज मार्ग, नई दिल्ली-110021
दूरभाष: 011-24112557
ईमेल : sambhavrla@gmail.com

स्वामी-प्रकाशक-मुद्रक
प्रो. राकेश कुमार गुप्ता
द्वारा बेनितो जुआरेज मार्ग
नई दिल्ली-110021 से प्रकाशित
और **यशस्वी प्रिंटर्स,** जी-2/122,
द्वितीय तल, सेक्टर-16,
दिल्ली-110089 से मुद्रित

'सम्भव' में प्रकाशित रचनाओं के विचार लेखकों के अपने हैं, उनसे संपादक मंडल का सहमत होना अनिवार्य नहीं है।

संपादकीय

ओलम्पिक्स में भारतीय हॉकी का लेखा-जोखा

खेल सभ्यता के प्रारम्भिक समय से मनुष्य जीवन का अभिन्न हिस्सा रहा है। बचपन के अनगढ़ खेलों से लेकर विधिवत नियमों पर आधारित खेलों तक पहुंचने की यात्रा को यदि हम मनुष्य की यात्रा के साथ मिलाकर देखें तो यह अनुचित न होगा। खेलों ने मनुष्य को तन, मन और आत्मा से स्वस्थ रखने का दायित्व निभाया है। प्राचीन समय में खेलों को युद्धों की तैयारी और मनोरंजन के लिए खेला जाता था, जिनमें खिलाड़ियों को अपनी प्रतिभा से दर्शकों को अचम्भित करना होता था। ऐसे ही खेलों की विधिवत प्रतियोगिता को हम ओलम्पिक के नाम से जानते हैं। ओलम्पिक खेल प्राचीन यूनान में 776 ईसा पूर्व में शुरू हुए। इस प्रतियोगिता में मल्ल युद्ध, रथों की दौड़ और पांच खेलों पर आधारित पैन्टाथलॉन का आयोजन किया था। इन खेलों में मनुष्य की शक्ति, प्रतिभा, साहस और निश्चय की परीक्षा होती थी। हालांकि प्राचीन काल की यह प्रतियोगिता आधुनिक काल तक अबाध नहीं चली। इसमें रोमन साम्राज्य के उदय और ग्रीक साम्राज्य के पतन के साथ एक ठहराव आ गया परंतु यूरोप की सामूहिक स्मृति में यह खेल जीवित रहे। जिसको फिर से 19वीं सदी में पुनर्जीवित किया फ्रांसीसी नागरिक पियरे डी कूबर्टिन ने । उनके प्रयासों का परिणाम यह निकला कि सन् 1896 ई. में एथेंस ग्रीस में फिर से आयोजित हुए। ओलम्पिक का आदर्श वाक्य है-सिटियस, एल्टियस और फोर्टियस यानी तेज़, ऊंचा और शक्तिशाली। आदर्श शब्दों को सिद्ध करने और स्थापित करने के लिए विश्व भर के खिलाड़ी जीवन भर मेहनत करते हैं कि ओलम्पिक हो और वे अपनी प्रतिभा का लोहा मनवा सकें।

भारत स्वाधीनता से पहले से ओलम्पिक का हिस्सा रहा है। सन् 1900 ई. में भारत में पैदा हुए ब्रिटिश नॉर्मन पिचार्ड ने भारत के लिए पहला मेडल 200 मीटर की दौड़ में चांदी का तमगा हासिल किया। वहां से जो यात्रा शुरू हुई तो सन् 1928 ई. में एक ऐसे खेल में अपना अटूट दबदबा कायम किया जो जो अनेक ओलम्पिक तक कायम रहा। यह खेल था हॉकी। इस खेल में एक ऐसे खिलाड़ी हुए जो अपने समय में ही एक लीजेंड बन गए। यह थे मेजर धयान चंद। इस स्टिक के जादूगर का जलवा ऐसा था कि विपक्षी टीमों के हौसले मैच से पहले ही पस्त हो जाया करते थे। वहाँ से लेकर आज तक भारत ने हॉकी में आठ सोने के तमगे हासिल किए हैं। अभी समाप्त हुए पेरिस ओलम्पिक में भी भारत की हॉकी टीम ने विश्व की सर्वश्रेष्ठ टीमों से कड़ा मुकाबला किया और कांसे का तमगा हासिल किया। इसी के साथ-साथ कुश्ती, शूटिंग, बॉक्सिंग और भाला फेंक में हम ओलम्पिक में अपना परचम लहरा रहे हैं। हमें यह पूरा विश्वास है कि आने वाले ओलम्पिक्स में भारत पदक तालिका में खूब आगे जाएगा। इसे देखते हुए इस बार का अंक ओलम्पिक में भारत और विशेषत: हॉकी पर केंद्रित करने का विचार आया। इसके लिए सम्पादकीय टीम और छात्र सम्वाददाताओं को साधुवाद।

प्रो. राकेश कुमार
संयोजक, हिंदी पत्रकारिता एवं जनसंचार

पेरिस ओलंपिक 2024 यानी कभी खुशी कभी गम

● **सोनिका**

आज ओलंपिक के रूप में दिखने वाला खेलों का महाकुंभ 776 ईसा पूर्व पहली बार प्राचीन ग्रीस में हुआ था। उस समय इन खेलों का आयोजन केवल पुरुषों के लिए किया जाता था। इनमें कुश्ती, कूद और दौड़ जैसे खेल शामिल हुआ करते थे, लेकिन जैसे-जैसे समय का पहिया घूमा और ग्रीस के पतन का समय आया, ओलंपियन शहर में होने वाले ओलंपिक की छाप मिटने लगी।

19वीं शताब्दी में फिर से ओलंपिक का सूर्योदय हुआ। इस बार ओलंपिक के दरवाजे सिर्फ पुरुषों के लिए ही नहीं बल्कि महिलाओं के लिए भी खुले। धीरे-धीरे ओलंपिक खेलों के साथ विश्व के कई देश जुड़ने लगे। उन्होंने इस महाकुंभ में अपने खिलाड़ियों को भेजना शुरू किया। जब सारे देश अपनी खेल संस्कृति को बढ़ावा देने और ओलंपिक में अपना परचम लहराने के लिए खिलाड़ी भेज रहे थे तो भारत कैसे पीछे रहता। भारत ने भी एक समय के बाद ओलंपिक में अपने खिलाड़ियों को भेजना शुरू किया। शुरुआत में भारतीय खेमे में मुश्किल से 30 से 40 खिलाड़ी ही नजर आते थे। पर, आज यह आंकड़ा 100 की संख्या पार कर जाता है।

पिछले कुछ सालों से ओलंपिक में भारत का प्रदर्शन नई दिशा ले रहा है। हर बार की तरह इस बार भी भारतीय खिलाड़ी ओलंपिक के मैदान में देश का परचम लहराने उतरे। मनु भाकर, सरबजोत सिंह, नीरज चोपड़ा, स्वप्निल कोसले, अमन सहरावत ने देश के लिए पांच ब्रांज और एक सिल्वर मेडल जीतकर भारत को पेरिस ओलंपिक 2024 की मेडल सूची में 71वां स्थान दिलाया। वैसे यह छह मेडल भारत के लिए खुशियां मनाने की वजह बने, लेकिन लक्ष्य सेन और मीराबाई चानू का मेडल पाने से एक कदम पीछे रह जाना व विनेश फोगाट का फाइनल में जाने से पहले निष्कासित हो जाना देश के लिए दुखद रहा।

इस दौरान हमारी निगाह टोक्यो ओलंपिक 2020 के सितारे पर पड़ी तो एक बार फिर देश अपने गोल्डन ब्वॉय नीरज चोपड़ा से जैवलिन थ्रो में गोल्ड की उम्मीद लगा रहा था। शायद किस्मत में कुछ और ही लिखा था। वह पाकिस्तानी एथलीट अरशद नदीम से पीछे रह गए, जिन्होंने इस बार दो नए रिकॉर्ड बनाए। 92.97 मीटर के अपने थ्रो के साथ उन्होंने अपना एक मेडल पक्का कर लिया था। इसके साथ ही उन्होंने 91.79 मीटर का अपना आखिरी थ्रो किया। गोल्डन ब्वॉय ने क्वालिफिकेशन राउंड में 89.34 मीटर के साथ फाइनल में प्रवेश किया। फाइनल में 89.45 मीटर थ्रो करके नीरज चोपड़ा ने सिल्वर मेडल अपने नाम किया।

प्रतियोगिता से कुछ दिन पहले नीरज चोटिल हो गए थे, जिसकी वजह से वह अपना पूरा ध्यान खेल पर सही तरह से नहीं लगा पाए। यह मानते हुए उन्होंने कहा कि 'चोट ने मुझे परेशान जरूर किया, फिर भी मैंने अपना बेहतरीन प्रदर्शन दिया है। हर व्यक्ति हमेशा पहले पायदान पर आए, यह जरूरी नहीं है। वैसे भी मैंने इस सीजन का अपना बेस्ट थ्रो किया है।'

इसके बीच हम भारत की बेटी को कैसे भूल सकते हैं। मनु भाकर ने शूटिंग में भारत के लिए मेडल जीत कर नए कीर्तिमान स्थापित किए हैं। महत्वपूर्ण बात यह है कि वह एक ही ओलंपिक सीजन में दो मेडल जीतने वाली पहली भारतीय खिलाड़ी बनी हैं। क्वालीफाइंग राउंड में जाने के बाद से ही मनु ने मेडल के लिए मेहनत करना शुरू कर दिया। आखिर पिछली बार की तरह वह निराश नहीं होना चाहती थीं। दुर्भाग्यवश वह 0.1 के मार्जिन से साउथ कोरिया की किम येजी से सिल्वर मेडल की रेस में हार गई और भारत के

लिए कांस्य जीता। पेरिस ओलंपिक से इस मेडल के आने पर भारत के शूटिंग मेडल का 12 साल का वनवास खत्म हुआ। इसके साथ ही मिक्स्ड 10 मीटर एयर पिस्टल प्रतियोगिता में विश्व के टॉप 15 शूटर में स्थान रखने वाले सरबजोत सिंह के साथ मिलकर मनु भाकर ने साउथ कोरिया की टीम को 16-10 के स्कोर से हराकर भारत की झोली में एक और ब्रांज मेडल डाल दिया। हरियाणा से आने वाले सरबजोत सिंह पहले भी 2021 में एकल और मिक्स्ड टीम इवेंट में वर्ल्ड जूनियर चैंपियन रह चुके हैं। इसके अलावा 2023 और 2024 में वह तीन वर्ल्ड कप गोल्ड मेडल विजेता रहे हैं। इसमें दो मेडल पिछले साल के एशियन गेम और एक मेडल मुनिक का है।

शूटिंग ही नहीं बल्कि भारतीय हॉकी टीम के लिए भी पेरिस ओलंपिक अब तक का सबसे खास गेम रहा। भारतीय हॉकी टीम ने 8 अगस्त 2024 को ओलंपिक में कांस्य मेडल जीता। यह भारत के लिए इस ओलंपिक का चौथा मेडल और हॉकी टीम के लिए 13वां मेडल रहा। पेरिस का मेनर स्टेडियम इतिहास, खुशी और जोश का साक्षी बना। इसके साथ ही भारतीय हॉकी टीम ने अपने गोलकीपर पीआर श्रीजेश को अलविदा कहा। श्रीजेश ने भारत के लिए अपने 20 साल हॉकी को समर्पित किए। भारत ने फाइनल में स्पेन को 2-1 से हराकर कांस्य पदक अपने नाम किया। शूटिंग में ही स्वप्निल कुसाले ने 50 मीटर राइफल 3 पोजीशन इवेंट में कांस्य पदक जीता। शूटिंग की यह श्रेणी कठिन मानी जाती है, क्योंकि इसमें निशानेबाज को तीनों चरणों में अलग-अलग तरह से निशाना लगाना होता है। घुटने टेककर, झुककर और खड़े होकर तीनों ही स्थितियों में प्रत्येक निशानेबाज को 20 शॉट लगाने होते हैं। यह पहली बार था जब स्वप्निल ने ओलंपिक खेलों में भाग लिया और उन्होंने देश का नाम रोशन किया।

अमन सहरावत ने 57 किलो फ्रीस्टाइल रेसलिंग में डेरेन क्रूज को 13-5 से हराकर कांस्य पदक अपने नाम किया। इसके साथ ही वह ओलंपिक में पदक जीतने वाले भारत के सबसे कम उम्र के एथलीट बन गए। अगर आपके पास 7वां स्थान है तो आप मेडल जीतने के लिए अपने सारे मौके गंवा चुके हैं। अगर आपने चौथा स्थान हासिल कर लिया है तो आप उन लोगों से थोड़े अलग हैं, जो पोडियम तक नहीं पहुंच सके। भारत के लिए भी ऐसे कई मौके आए जब लगा कि हमने पदक जीत लिया है, लेकिन ऐसा नहीं हुआ। अर्जुन बबूता को 10 मीटर एयर राइफल फाइनल में कठिन हार का सामना करना पड़ा। वह भारत के लिए एक और इतिहास रचने के करीब पहुंचे, लेकिन चौथे स्थान पर रहे। वह सिर्फ 1.4 अंक से ब्रांज मेडल पाने से चूक गए। ऐसा ही झटका भारत को बैडमिंटन मैच के दौरान लगा। जब बैडमिंटन में अपना पहला ओलंपिक गोल्ड मेडल जीतने का सपना भारत देख रहा था। तब लक्ष्य सेन मौजूदा चैंपियन विक्टर एक्सेलसन से हार गए। लक्ष्य ने ब्रांज मेडल जीतने के लिए मलेशिया के लीजी जिया के खिलाफ बहादुरी और संघर्ष भरी लड़ाई लड़ी, लेकिन पदक जीतने में असफल रहे।

2020 टोक्यो ओलंपिक में भारत का परचम लहराने वाली सैखोम मीराबाई चानू इस बार भी इसी उद्देश्य से मैदान में उतरीं, लेकिन असफल रहीं। मीराबाई चानू ने स्नैच में 88 किलोग्राम और क्लीन एंड जर्क में 111 किलोग्राम वजन उठाया। वह कुल मिलाकर 199 किलोग्राम भार उठा पाई और पदक से चूक गई। भारत का दुर्भाग्य यहीं नहीं रुका। भारत पहलवान विनेश फोगाट से मेडल की उम्मीद लगा चुका था। पर, उनका तीसरे ओलंपिक का सफर अनचाही घटनाओं के साथ खत्म हुआ। विनेश फोगाट ने 50 किलोग्राम कुश्ती में जापान की विश्व और ओलंपिक चैंपियन युई सुसाकी को क्वार्टर फाइनल में हराया। सेमीफाइनल में क्यूबा की पहलवान गुझमन को हराकर फाइनल में जगह बनाई। मुकाबले के ठीक पहले उन्हें अयोग्य घोषित कर दिया गया, क्योंकि फाइनल से पहले सुबह के वजन के दौरान उनका वजन 100 ग्राम अधिक था। विनेश ने प्रतियोगिता के पहले दिन सफलतापूर्वक अपना वजन आवश्यक स्तर तक कम कर लिया था, लेकिन दूसरे दिन इसे बनाए रखने में उन्हें कठिनाइयों का सामना करना पड़ा।

टोक्यो ओलंपिक की अपेक्षा भारत का प्रदर्शन पेरिस ओलंपिक में बेहतरीन नहीं रहा। जहां पिछली बार भारत को खुशियां मनाने का एक के बाद एक लगातार अवसर मिला। वहीं इस बार ओलंपिक में कभी खुशी कभी गम का मौका रहा। हालांकि खिलाड़ियों के कठिन परिश्रम के बावजूद कम मेडल जीतने का दुख है। भले ही भारत ओलंपिक में ज्यादा पदक लेने में असफल रहा हो, पर भारतीय एथलीटों ने अपने अच्छे प्रदर्शन से भारतवासियों को गौरवान्वित महसूस कराया। भारतीय प्रशंसकों को भविष्य में इन खिलाड़ियों से अच्छे प्रदर्शन की उम्मीद होगी।

भारतीय हॉकी का सुनहरा इतिहास

● शिवांश सक्सेना

भारत में हॉकी सिर्फ एक खेल नहीं है बल्कि भारतीयों के लिए यह खेल अपने आप में सब कुछ है। एक भाव एक अपनापन, जो इस खेल को हर भारतीय के लिए खास बनाता है। हॉकी के इतिहास पर नजर डालें तो इसका प्रारंभ लगभग चार हजार वर्ष पुराना है, जिसकी शुरुआती जड़ें ईरान, ग्रीस और मिस्र में मिलती हैं। हालांकि आधुनिक हॉकी जो इस समय खेली जाती है इसके नियम सन् 1876 में यूनाइटेड किंगडम में बनाए गए। इसकी वजह बने हॉकी क्लब, जिसमें ब्लैकहीथ क्लब और टैडिंगटन क्लब शामिल हैं।

भारत में हॉकी को ब्रिटिश काल के दौरान सेना में शुरू किया गया था। लोगों में इस खेल के प्रति रुचि शुरुआत से ही बनने लगी, जिसके परिणाम स्वरूप देश का पहला हॉकी क्लब 1855 में कोलकाता में बन चुका था। इससे आने वाले दशकों में हॉकी को दर्शकों में एक खास पहचान मिली। सन् 1925 में भारतीय हॉकी फेडरेशन का जन्म हुआ। इसी संगठन ने भारतीय टीम के लिए एक अंतर्राष्ट्रीय टूर्नामेंट आयोजित कराया, जो न्यूजीलैंड में हुआ। इस प्रतियोगिता में भारत और दुनिया ने पहली बार मेजर ध्यानचंद के खेल को देखा। पूरी दुनिया में जब भी हॉकी की बात होती है तो सबसे पहले एक ही नाम हर किसी की जुबान पर आता है और वह है मेजर ध्यानचंद का। उनका हॉकी से लगाव उस समय हुआ जब हॉकी को सेना के जवानों के बीच एक चुस्ती और स्फूर्ति लाने वाले खेल के रूप में लाया गया। ध्यानचंद अपनी हॉकी स्टिक से गेंद को ऐसे चलाते थे कि मानो कोई जादू कर रहा हो और गेंद उसके इशारों पर चलती हो। उनकी इसी खेल प्रतिभा के कारण उन्हें हॉकी का जादूगर भी कहा जाता था।

भारतीय टीम का स्वर्णिम युग भी जल्द आया जब उसने 1928 के एम्सटर्डम ओलंपिक में भाग लिया। उसने दुनिया को अपने खेल से मंत्र मुग्ध कर दिया। हॉकी में इस काल की अगुवाई ध्यानचंद ने की। इस ओलंपिक के संस्करण में भारत ने कुल 5 मैचों में 29 गोल किए, जिसमें अकेले ध्यानचंद के 14 गोल शामिल थे। सबसे ज्यादा खास बात यह थी कि भारत ने इन 29 गोल के बदले एक भी गोल दिया ही नहीं। इसकी बदौलत भारत ने ओलंपिक खेलों में पहली बार स्वर्ण पदक अपने नाम किया। यह प्रभावशाली खेल और आने वाले संस्करणों में भारत के दबदबे की ओर बढ़ा पहला कदम था। इसके आने वाले खेलों में भारत ने इस जीत के सिलसिले को जीवित रखा। 1932 के लॉस एंजेल्स ओलंपिक और 1936 के बर्लिन ओलंपिक में स्वर्ण पदक जीत कर ओलंपिक पदक की हैट्रिक लगाई। 1936 के ओलंपिक में ध्यानचंद की कप्तानी में हॉकी टीम ने खेला था, जो उनका आखिरी ओलंपिक संस्करण था।

1940 और 1944 में विश्व युद्ध के कारण ओलंपिक खेलों को स्थगित किया गया। 1948 में इन्हें पुनः शुरू किया गया, जो लंदन में आयोजित हुए। इस नए आजाद भारत को जरूरत थी ध्यानचंद के बाद एक और जादूगर की, जो मेजर ध्यानचंद की बनाई गई साख को बनाए रखे। इस नए युग में भारत को सहारा मिला बलबीर सिंह सीनियर का, जिन्हें इस आजाद भारत का मॉर्डन ध्यानचंद कहा जाता था। बलबीर सिंह सीनियर ने 1948 में हुए लंदन ओलंपिक में एक अहम भूमिका निभाई, जिसकी बदौलत भारत ने हॉकी में अपना चौथा स्वर्ण पदक जीता। यह स्वर्ण पदक आजाद भारत का पहला ओलंपिक पदक था, जो अंग्रेजों की धरती पर जीता गया था। इसके बाद 1952 में हेलसिंकी ओलंपिक में बलबीर सिंह सीनियर ने वह कमाल कर दिखाया, जिसका रिकॉर्ड आज भी कायम है। उन्होंने 1952 के ओलंपिक

फाइनल में नीदरलैंड के खिलाफ किए गए 6 गोल में से अकेले 5 गोल स्कोर किए। यह रिकॉर्ड आज भी कायम है। किसी भी ओलंपिक के फाइनल में किसी एक खिलाड़ी की ओर से किए गए यह सबसे अधिक गोल हैं। बलबीर सिंह सीनियर की अगुवाई में इस बार बतौर कप्तान 1956 के मेलबर्न ओलंपिक में भारत ने एक बार फिर स्वर्ण पदक की हैट्रिक लगाई। यह अपने आप में एक ऐसा रिकॉर्ड है, जो टूटना मुश्किल है। 1964 के टोक्यो ओलंपिक में भारत ने सातवां स्वर्ण अपने नाम किया। उसके बाद 1980 के मॉस्को ओलंपिक में भारत ने आठवां स्वर्ण पदक अपने नाम किया।

सन् 1980 ओलंपिक में जीता यह स्वर्ण भारत की फील्ड हॉकी का अभी तक आठवां और अंतिम स्वर्ण पदक है। इसके बाद 2008 तक भारतीय हॉकी के लिए यह काल साधारण ढंग से बीता। इस दौर में भारतीय पुरुष हॉकी टीम के प्रदर्शन में काफी गिरावट आई। 1982 में नई दिल्ली में हुए एशियन गेम्स में सिल्वर मेडल जीतने के बाद भारतीय पुरुष हॉकी टीम को अगला मेडल जीतने के लिए लम्बा इंतजार करना पड़ा। इस गिरावट का कारण कहीं न कहीं हॉकी फील्ड में बदलाव भी रहा। 1980 के दशक के बाद से एस्ट्रोटर्फ की फील्ड में यह खेल खेला जाने लगा, जो भारतीय खिलाड़ियों के लिए अब तक खेले जाने वाले खेल से अलग था। इसका नतीजा यह निकला कि घास पर खेलने की आदत वाली भारतीय टीम प्रतियोगिताओं में विफल रही। साथ ही मेडल जीतने से वंचित रही। इस बीच एक नया सितारा भारतीय हॉकी को मिला। धनराज पिल्लै ने भारतीय हॉकी की बागडोर संभालने के साथ कुछ उम्मीद जगाई, पर अकेले उनका संघर्ष मेडल नहीं जिता सका।

भारतीय टीम के लिए 2008 सबसे बुरा साल साबित हुआ, जहां पहली बार भारतीय टीम ओलंपिक के लिए क्वालीफाई नहीं कर सकी। 1928 के बाद यह पहली बार था, जब फील्ड हॉकी में भारतीय टीम ने शिरकत नहीं की। 2008 के बीजिंग ओलंपिक में भाग न लेने के आघात को चुनौती की तरह लेते हुए भारतीय टीम ने शानदार वापसी के साथ किया। 2010 में दिल्ली में हुए कामनवेल्थ गेम में भारतीय टीम ने लम्बे अंतराल के बाद पोडियम पर वापसी की। उसने रजत पदक जीता। इसी साल चीन में आयोजित एशियन गेम में कांस्य पदक जीता। भारतीय टीम के लिए एक ओलंपिक पदक का इंतजार अब भी बाकी था।

इसी बीच भारतीय टीम को नए कोच के रूप में ग्राहम रीड मिले। साथ ही उड़ीसा राज्य सरकार प्रायोजक के तौर पर सामने आई। इससे भारतीय टीम ने नए युग की ओर कदम बढ़ाए। पुरुष और महिला हॉकी के प्रदर्शन में सुधार आया। पुरुष हॉकी टीम ने 2020 में आयोजित एफआईएच प्रो लीग में शानदार प्रदर्शन करते हुए बड़ी और दिग्गज टीम में बेल्जियम, ऑस्ट्रेलिया और नीदरलैंड को हराया। भारतीय टीम ने 2020 के टोक्यो ओलंपिक में 41 साल बाद पदक जीता। कांस्य पदक के साथ पदक के सूखे को खत्म किया। इस पदक की नींव रखी टीम के शानदार गोलकीपर पीआर श्रीजेश ने, जिनकी बदौलत भारत ने कांस्य पदक अपने नाम किया। 2022 में हुए बर्मिंघम कॉमनवेल्थ गेम्स में भारतीय टीम ने अपने प्रदर्शन को जारी रखते हुए रजत पदक अपने नाम किया। तत्पश्चात 2023 में एशियन गेम्स में टीम ने स्वर्ण पदक पर कब्जा जमाया।

अभी हाल ही में हुए 2024 पेरिस ओलंपिक में भारतीय टीम ने फिर से इतिहास रचते हुए कांस्य पदक अपने नाम किया। यह 1972 के बाद पहली बार संयोग था जब भारतीय टीम ने लगातार मेडल जीते। इस जीत के सूत्रधार रहे भारतीय टीम के कप्तान हरमनप्रीत सिंह, जिन्होंने अकेले 10 गोल किए। यह ओलंपिक भारत के गोल कीपर श्रीजेश का आखिरी ओलंपिक मैच था, जिसे उन्होंने ऐतिहासिक जीत के साथ खत्म किया। मौजूदा समय में भारतीय हॉकी फिर से आगे बढ़ रही है। उम्मीद है कि आने वाले ओलंपिक, कॉमनवेल्थ और एशियन गेम्स के संस्करणों में भारतीय टीम शानदार प्रदर्शन के साथ स्वर्ण पदक अपने नाम करेगी।

क्रेग फुल्टन : 'डिफेंट टू विन' से भारतीय हॉकी को बदला

● **आलोक राज**

भारतीय हॉकी टीम की ओर से शानदार प्रदर्शन करते हुए टोक्यो में जीता गया कांस्य पदक कई मायने में अलग था। इसके सूत्रधार थे भारतीय हॉकी टीम के कोच क्रेग फुल्टन। क्रेग फुल्टन का जन्म 6 नवंबर 1974 को जिंबाब्वे की राजधानी हरारे में हुआ था। दक्षिण अफ्रीकी टीम के साथ हॉकी खिलाड़ी के रूप में अपने शानदार करियर में फुल्टन ने 10 वर्षों की अवधि में 195 अंतर्राष्ट्रीय मैच खेले। वह 1996 अटलांटा ओलंपिक और 2004 एथेंस ओलंपिक में दक्षिण अफ्रीकी टीम का हिस्सा थे। उन्होंने विश्व कप और राष्ट्रमंडल खेलों में भी बतौर खिलाड़ी हिस्सा लिया। हॉकी से सन्यास के बाद फुल्टन ने कोचिंग को चुना। उनके पास लगभग 25 वर्षों का कोचिंग अनुभव है। साथ ही कोच के रूप में उनका कार्यकाल उपलब्धियों से भरा रहा है।

उनकी प्रसिद्धि का सिलसिला 2014 से 2018 के बीच आयरिश पुरुष टीम के मुख्य कोच के रूप में काम करने से शुरू हुआ। टीम ने 2016 में रियो ओलंपिक के लिए क्वालीफाई किया। यह आयरिश टीम का 100 साल में पहला ओलंपिक क्वालीफिकेशन था। इस ऐतिहासिक उपलब्धि के लिए उन्हें 2015 में कोच ऑफ द ईयर का पुरस्कार भी मिला था। फुल्टन ने टोक्यो ओलंपिक में स्वर्ण पदक जीतने वाली बेल्जियम के साथ सहायक कोच के रूप में भी काम किया। वह भुवनेश्वर में 2018 विश्व कप जीत के दौरान बेल्जियम के कोचिंग स्टाफ का हिस्सा थे। उन्हें इसी वर्ष बेल्जियम का कोच ऑफ द इयर चुना गया। 2023 में भारत में हुए हॉकी विश्वकप में भारतीय टीम के निराशाजनक प्रदर्शन के बाद क्रेग फुल्टन को ग्राहम रीड की जगह भारतीय पुरुष हॉकी टीम का मुख्य कोच नियुक्त किया गया। यह काफी महत्वपूर्ण था, क्योंकि टोक्यो में ग्राहम रीड के नेतृत्व में भारतीय हॉकी टीम ने 41 साल बाद मेडल जीता था। ओलंपिक खेलों के एक वर्ष पूर्व उनके कंधों पर भारतीय हॉकी को अगले स्तर तक ले जाने का भार डाला गया।

कोच नियुक्त होने के बाद फुल्टन ने एक प्रेस विज्ञप्ति में कहा, 'भारतीय पुरुष हॉकी टीम के मुख्य कोच की भूमिका में नियुक्त होना सम्मान की बात है। भारत में इस खेल का गहरा इतिहास और विरासत है और मैं मौजूदा टीम के साथ इसे आगे ले जाने के लिए उत्सुक हूं, जिसमें कुछ बहुत ही प्रतिभाशाली खिलाड़ी हैं।' उन्होंने आने के साथ 'डिफेंड टू विन' का मंत्र दिया। 'डिफेंड टू विन' की शैली आम तौर पर भारतीय टीम उपयोग नहीं करती है। टीम की शैली लगातार आगे की ओर आक्रमण तथा विपक्षी टीम पर दबाव बनाने पर आधारित है। इसका उद्देश्य लगातार आक्रमण करना, विरोधियों को डराना, अधिक से अधिक गोल करना, विरोधियों की संरचना और आत्मविश्वास को ध्वस्त करना होता है। यह ऑस्ट्रेलियाई शैली है। जब क्रेग ने शुरुआत में इसे लागू करना चाहा तो उन्हें भारतीय हॉकी दिग्गजों से आलोचना का सामना करना पड़ा। लेकिन उन्होंने अपने आलोचकों को एशियाई चैंपियंस ट्राफी और एशियाई खेलों में स्वर्ण पदक जीतकर पेरिस ओलंपिक के लिए सीधे क्वालीफाई करके चुप करा दिया।

किसी भी बड़े टूर्नामेंट में कई प्रकार की चुनौतियां आती हैं। इस पर क्रेग का कहना है, 'आप हर एक घटना के लिए तैयार रहने की कोशिश करते हैं–चोट के लिहाज से, रणनीति के लिहाज से, खेल में चोटिल होने वाले खिलाड़ियों के लिए, फिर कौन कवर कर सकता है और आप एक या दो खिलाड़ी

खोने के बाद भी अपनी लय, रणनीति और शैली को कैसे खेल सकते हैं।'

क्रेग फुल्टन ने भारतीय हॉकी टीम को हर परिस्थिति के लिए तैयार किया। इसके लिए उन्होंने पदभार संभालते ही दो काम किए। पहला कदम हॉकी खेलने के लिए अलग-अलग विकल्प पेश करना था, जिसमें हर प्रतिद्वंद्वी के लिए अलग-अलग शैली हो। वह इस पर एक साल से काम कर रहे थे। यह टीम में अप्रत्याशितता का तत्व लाने की कोशिश थी। उन्होंने भारतीय टीम को बहुआयामी बनाया, जो पेरिस की यात्रा में अहम साबित हुआ। उन्होंने ऑस्ट्रेलिया का दौरा किया, जहां पर टीम 5-0 से हार कर आई, पर क्रेग फिर भी चिंतित नहीं हुए। उन्होंने अपने पत्ते सही समय के लिए बचा रखे थे। दूसरा कदम भारतीय हॉकी के लिए क्रांतिकारी कदम साबित हुआ। पूर्व कोच ग्राहम रीड ने अपने आखिरी इंटरव्यू में भारतीय टीम को अगले स्तर तक ले जाने के लिए एक पूर्णकालिक मानसिक कंडीशनिंग कोच की आवश्यकता पर प्रकाश डाला था। क्रेग फुल्टन ने पदभार संभालते ही इस दिशा में काम किया। इसके साथ ही टीम को एकजुट करने के लिए अनेक प्रयास किए। टीम में बने पदक्रम को समाप्त करने की कोशिश की। उनका मानना है, 'एक खिलाड़ी के रूप में आप जितने जूनियर होते हैं, आपकी बात कहने का अधिकार उतना ही कम होता है। यह गलत है। मैंने इस बात को पूरी तरह से समझने की कोशिश की है। बेशक, आपको सीनियर्स की जरूरत होती है, लेकिन आपको एक सुरक्षित जगह चाहिए जहां खिलाड़ी बिना किसी चिंता के अपनी बात साझा कर सकें।'

अपनी तैयारी के साथ भारतीय टीम जब पेरिस पहुंची तो वह हर तरीके से तैयार थी। वह हर चुनौती का सामना करने को तैयार थी। भारत की कांस्य पदक विजेता टीम के पास कोच क्रेग फुल्टन की बदौलत हर प्रतिद्वंद्वी के लिए एक योजना थी। हरमनप्रीत की कप्तानी वाली टीम प्रतिद्वंद्वियों के आधार पर अपनी रणनीति बदलने में सक्षम थी। ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ आक्रामक, ब्रिटेन के खिलाफ अति रक्षात्मक तथा बेल्जियम के खिलाफ संतुलित खेल। पेरिस अभियान के दौरान हर बार जब भारतीय टीम प्रसिद्ध स्टेड यवेस डू मनोइर के मैदान पर उतरी तो अपना एक अलग रंग दिखाया। फुल्टन के सिखाए तरीके से खिलाड़ियों ने खेल के पैटर्न को बदला। खेल के बीच में सहजता से रणनीति बदली, जिसने विरोधियों को चकित कर दिया।

द इंडियन एक्सप्रेस के पत्रकार मिहिर वसावदा लिखते हैं, 'ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ जबरदस्त आक्रमण से लेकर ब्रिटेन के खिलाफ रक्षात्मक खेल तक, उन्होंने ऐसा खेल दिखाया जो कभी नहीं देखा गया। जिन्होंने भारत को देखा है, वे जानते होंगे कि कुछ समय पहले तक गोल के सामने 22 खिलाड़ियों के होने पर भी भारतीय रक्षा पंक्ति गलती कर सकती थी और गोल होने दे सकती थी। ब्रिटेन के खिलाफ एक खिलाड़ी कम होने के बावजूद चौथे क्वार्टर की शुरुआत में एक समय ऐसा भी आया जब दो भारतीय खिलाड़ी निलम्बित हो गए। भारत ने डिफेंसिव मास्टर क्लास का प्रदर्शन किया। गहराई से बचाव किया। अंतिम पंक्ति गोलकीपर श्रीजेश से हाथ मिलाने की दूरी पर थी। उसने बहादुरी से ब्रिटेन को गोल पर स्पष्ट शॉट लगाने से रोका। अतीत में ऐसी भारतीय टीम नहीं थी, जिसमें रणनीतिक लचीलेपन के साथ अनुकूलन क्षमता का यह स्तर हो। इसी चीज ने भारतीय हॉकी को दशकों तक पीछे रखा। भारतीय टीम जिस शानदार अंदाज में खेल रही थी, प्रशंसक, विशेषज्ञ और पूर्व खिलाड़ी गोल्ड का सपना देखने लगे थे। लेकिन सेमीफाइनल में शानदार खेल के बावजूद टीम जर्मनी की बाधा को पार नहीं कर सकी। इसके बाद वापसी करते हुए कांस्य पदक अपने नाम किया। यह आधुनिक हॉकी में बड़ी उपलब्धि है।

भारत के अलावा किसी दूसरे देश ने टोक्यो से अपने मेडल का बचाव नहीं कर सका। ऊपर से देखने में यह यथास्थिति लगती है, लेकिन जिन्होंने भारतीय टीम को खेलते देखा है, वे समझ सकते हैं कि टोक्यो से पेरिस की यात्रा में भारतीय टीम ने कितनी तरक्की की है। टोक्यो में टीम 41 साल बाद कांस्य पदक जीतकर खुश थी, लेकिन पेरिस में खुशी के साथ थोड़ा निराश थी। उसे पता था कि जिस स्तर पर वह खेली है, वहां से गोल्ड अधिक दूर नहीं था। हालांकि यह कांस्य पदक याद दिलाता है कि अभी भी सुधार की आवश्यकता है। इसी साल हॉकी इंडिया लीग शुरू होने से इसमें और सुधार होगा ऐसा माना जा रहा है।

हरमनप्रीत सिंह : किसानी से कप्तानी का सफर

• **पुष्पेंद्र अहिरवार**

खिलाड़ी कई होते हैं, लेकिन जो खेल के लिए अपना तन और मन दोनों अर्पण कर दे वही महान खिलाड़ियों में गिना जाता है। उनका काम खेल जगत में आला दर्जे का होता है। उन्हीं धुरंधरों में शामिल हैं अमृतसर के एक किसान परिवार से आने वाले हॉकी टीम के कप्तान हरमनप्रीत सिंह। उन्हें हॉकी का ड्रैग फ्लिक सुपरस्टार भी कहा जाता है। हरमनप्रीत स्टार डिफेंडर के रूप में भी प्रख्यात हैं। बीते कुछ वर्षों में उन्होंने अपने खेल से सभी को गौरवान्वित किया है। पेनाल्टी कॉर्नर स्पेशलिस्ट ने शानदार फ्लिक और डिफेंड के चलते टोक्यो ओलंपिक में भारतीय टीम को कांस्य पदक से नवाजा। एशियन गेम्स 2023 में टीम में स्वर्ण पदक दिलाया।

हरमनप्रीत का जन्म 6 जनवरी 1966 को अमृतसर शहर के जंडियाला गुरु बस्ती में हुआ था। हरमनप्रीत के पिता पेशे से किसान हैं। वह पिता के साथ खेतों में काम किए। पिता का कंधा बनकर सहारा दिया। अमर उजाला की एक खबर के अनुसार हरमनप्रीत कम उम्र से ही ट्रैक्टर चलाने लगे थे, जिससे गियर बदलने और स्टीयरिंग कंट्रोल से उनकी कलाइयां मजबूत हुई। उन्हीं मजबूत कलाइयों ने खेल में बेहतर प्रदर्शन किया। हरमनप्रीत की मानें तो इस अभ्यास से उनके ड्रैग फ्लिक करने की क्षमता में विकास हुआ।

हरमनप्रीत ने साल 2011 में जोहोर कप में जूनियर नेशनल टीम के लिए डेब्यू किया था। खेल को विकसित करने के लिए उसी साल जालंधर स्थित सुजीत अकादमी ज्वाइन कर ली। यहां उनकी मुलाकात सीनियर गगनप्रीत सिंह और सुखजीत सिंह से हुई, जिनके जरिए हरमनप्रीत को बहुत कुछ सीखने को मिला। उनके खेल में काफी सुधार आया। इसी को देखते हुए भारतीय जूनियर हॉकी टीम के पूर्व कोच हरिंदर सिंह ने दावा किया था कि मात्र दो वर्षों में हरमनप्रीत दुनिया के सर्वश्रेष्ठ ड्रैग फ्लिकर बन सकते हैं। डेब्यू के तीन साल बाद ही हरमनप्रीत सिंह ने 2011 में सुल्तान जोहोर कप में जूनियर टीम के लिए डेब्यू किया था। 2014 में प्लेयर ऑफ द टूर्नामेंट का खिताब अपने नाम किया था। मलेशिया यूथ टूर्नामेंट में 9 गोल कर भारतीय हॉकी टीम को विजेता बनने में सहयोग किया। इसके बाद हरमनप्रीत ने 3 मई 2015 को एक टेस्ट सीरीज के दौरान जापान के विरोध में मैदान में अपना कदम रखा। युवा टीम के लिए खेलना जारी रखा वहीं दूसरी ओर 2015 में जूनियर पुरुष एशिया कप का खिताब भी जिताने में मददगार रहे। इसमें उन्होंने 14 गोल किए थे।

हरमनप्रीत को 2015 की हॉकी इंडिया लीग में दबंग मुंबई ने 51000 अमेरिकी डॉलर में खरीदा था। उनकी प्रतिभा को देखते हुए उनको मोस्ट प्रॉमिसिंग प्लेयर ऑफ द लीग 2015 का पुरस्कार भी मिला था। उन्होंने 2016 और 2017 का संस्करण भी खेला। खेल के प्रति उनकी प्रतिबद्धता को देखते हुए उन्हें अपकमिंग प्लेयर ऑफ द टूर्नामेंट का पुरस्कार भी प्राप्त हुआ था।

सीनियर स्तर पर हरमनप्रीत ने 2016 में सुल्तान शाह कप के दौरान भारत के लिए अपना पहला गोल दागा था। इसके बाद उन्हें रियो 2016 खेलों के लिए ओलंपिक में आने का मौका मिला। इसमें जूनियर विश्व कप जीतकर अपने हुनर का लोहा मनवाया। इसी के साथ 2022 के राष्ट्रमंडल खेलों में भारत को रजत पदक जिताने में भूमिका अदा की। हरमनप्रीत के खेल का हम इसी से अंदाजा लगा सकते हैं कि उन्होंने अपने दो सौ मैचों में डेढ़ सौ गोल दागे हैं। एशियन गेम्स हांगझोऊ 2023 में हरमनप्रीत ने टीम को स्वर्ण पदक दिलवाया। इसके बाद भारत ने 2024 के पेरिस ओलंपिक गेम्स में अपनी जगह बनाई। हांगझोऊ में हरमनप्रीत 13 गोलों के साथ भारत के सर्वोच्च स्कोरर बने।

हार्दिक सिंह : पांच पीढ़ी से हॉकी को सींच रहा परिवार

• **योगेश**

पंजाब के हार्दिक सिंह भारतीय हॉकी पुरुष टीम के उप-कप्तान हैं। पेरिस ओलंपिक 2024 और टोक्यो ओलंपिक 2020 में कांस्य पदक जीतने वाली और 2023 में एशियन गेम्स में स्वर्ण पदक जीतने वाली भारतीय टीम का वह हिस्सा रहे। हार्दिक ने अपने खेल के दम पर देश को गौरवान्वित किया है। उनकी मेहनत, समर्पण और नेतृत्व क्षमता ने उन्हें एक आदर्श खिलाड़ी बनाया है। उनका जन्म 23 सितंबर 1996 को पंजाब के लुधियाना में हुआ था। उन्होंने अपने खेल की शुरुआत स्थानीय क्लब से की। पिता वरिंदरप्रीत सिंह रे पुलिस विभाग में अधिकारी हैं। उन्होंने भारत के लिए खेला था। हार्दिक के दादा प्रीतम सिंह रे भारतीय नौसेना में हॉकी कोच थे। दादा के संरक्षण में हार्दिक ने गांव खुसरोपुर में हॉकी खेलना शुरू किया। चाचा गुरमेल सिंह और जुगराज सिंह दोनों पूर्व अंतरराष्ट्रीय खिलाड़ियों की तरह हार्दिक ने विंग्स में डिफेंडर के रूप में खेलने की शुरुआत की। पर, 2012 में हॉकी को गंभीरता से लिया। जालंधर में सुरजीत हॉकी अकादमी में जाने से पहले मोहाली में पंजाब इंस्टीट्यूट ऑफ स्पोर्ट्स अकादमी में शामिल हुए। खुद खिलाड़ी होने के कारण पिता ने उन्हें खेल के क्षेत्र में आगे बढ़ने के लिए प्रोत्साहित किया। हार्दिक अपने परिवार में पांचवीं पीढ़ी के हॉकी खिलाड़ी हैं।

2015 में हार्दिक सिंह को भारतीय जूनियर टीम में चुना गया, जहां उन्होंने अपने खेल का जलवा दिखाया। भारतीय जूनियर टीम के उप-कप्तान बनने के बाद हार्दिक ने मस्कट में आयोजित 2018 एशियाई चैंपियंस ट्रॉफी में अपना अंतरराष्ट्रीय पदार्पण किया। इसके बाद उन्हें 2020 में टोक्यो ओलंपिक के लिए भारत की सीनियर टीम में शामिल किया गया। हार्दिक की सबसे बड़ी उपलब्धि टोक्यो ओलंपिक में टीम के उप-कप्तान के रूप में खेलना रहा। उन्होंने अपने खेल से देश को गौरवान्वित किया। टीम को ओलंपिक में कांस्य पदक दिलाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। ग्रेट ब्रिटेन के खिलाफ क्वार्टर फाइनल मैच में टीम को 2 गोल की बढ़त दिलाई। ब्रिटेन के रिबाउंड के बाद उनके काउंटर अटैक गोल ने मैच को 3-1 से सील कर दिया। इसी के साथ भारत सेमीफाइनल में पहुंच गया। इंग्लैंड के खिलाफ अगले ग्रुप स्टेज मैच में हार्दिक को हैमस्ट्रिंग की चोट लगी, जिसके कारण उन्हें बाकी टूर्नामेंट से बाहर होना पड़ा। टूर्नामेंट से बाहर होना भारतीय टीम के लिए काफी निराशाजनक था। 2022 बर्मिंघम कॉमनवेल्थ गेम्स में वह टीम का हिस्सा थे, जो दूसरे स्थान पर रही।

हार्दिक ने एशियाई खेलों, कॉमनवेल्थ खेलों और विश्व कप में भारतीय टीम का प्रतिनिधित्व किया है। टीवी9 डिजिटल से एक इंटरव्यू में हार्दिक कहते हैं, 'वह टीम में एक ऐसे खिलाड़ी की तरह खेलना चाहते हैं जो शानदार प्रदर्शन करे और विपक्षी खिलाड़ी उसका खेल देखकर डरें।' हॉकी इंडिया अवार्ड्स में हार्दिक को 2022 के लिए प्लेयर ऑफ द ईयर के लिए बलबीर सिंह सीनियर अवार्ड से सम्मानित किया गया। इससे पहले उन्हें 2021 में राष्ट्रपति राम नाथ कोविंद ने अर्जुन पुरस्कार से नवाजा था।

हॉकी इंडिया ने 31 मार्च 2024 को नई दिल्ली में आयोजित एक समारोह में छठे हॉकी इंडिया पुरस्कार 2023 की घोषणा की, जहां हार्दिक को शानदार खेल और नेतृत्व के कारण एफआईएच प्लेयर ऑफ द इयर (पुरुष) से सम्मानित किया गया। एफआईएच प्लेयर ऑफ द इयर चुने गए हार्दिक को बलबीर सिंह सीनियर ट्रॉफी और 25 लाख रुपए का नकद पुरस्कार दिया गया। भारतीय हॉकी टीम के पूर्व कोच ग्राहम रीड ने हार्दिक की प्रशंसा करते हुए कहा, 'हार्दिक सिंह एक अद्भुत खिलाड़ी हैं। उनकी मेहनत और समर्पण ने उन्हें एक आदर्श खिलाड़ी बना दिया है।'

पीआर श्रीजेश : भारतीय हॉकी की अभेद्य दीवार

• **शाम्भवी**

भारतीय हॉकी टीम की दीवार कहे जाने वाले पीआर श्रीजेश गोल पोस्ट पर अपनी बादशाहत हमेशा से ही साबित करते आए हैं। 8 मई 1988 को केरल के एर्नाकुलम जिले के एक साधारण परिवार में परत्तु रवींद्रन श्रीजेश का जन्म हुआ। श्रीजेश के पिता का नाम पीवी रवींद्रन और माता का नाम उषा रवींद्रन है। श्रीजेश बचपन से पढ़ाई के साथ-साथ खेलकूद में एक्टिव रहा करते थे। पर, शुरुआत में उन्हें हॉकी में रुचि नहीं थी। वह एथलेटिक्स में दिलचस्पी रखते थे। उनके हॉकी से जुड़ने की कहानी बड़ी दिलचस्प है।

श्रीजेश ने एक इंटरव्यू में बताया कि वह बचपन में खूब फिल्में देखते थे। फिल्मों में हॉस्टल की जिंदगी देखकर उन्हें लगता कि वहां रहने वालों की जिंदगी शानदार होती है। इसलिए वह बचपन में माता-पिता से जिद करके सेंट जोसेफ स्कूल के हॉस्टल में रहने चले गए। वहां जाने के बाद पता चला कि अपने काम खुद ही करने पड़ते हैं। उसी समय हॉस्टल के एक सीनियर ने उन्हें सलाह दी कि अगर तुम हॉकी खेल कर स्टेट लेवल की टीम में अपनी जगह बना लोगे तो तुम्हें बोर्ड की परीक्षाओं में 60 नम्बर अतिरिक्त मिलेंगे। श्रीजेश को यह सलाह अच्छी लगी। उन्होंने हॉकी खेलना शुरू कर दिया। शुरुआती दिनों में उन्हें समझ में आया कि हॉकी का खेल लगभग एक घंटे चलता है। इस समय में खिलाड़ी को भाग दौड़ करना पड़ता है। श्रीजेश मोटे-तगड़े थे। उन्हें दौड़ना पसंद नहीं था। यह सोचकर अपने लिए बेहतरीन पोजीशन गोलकीपर का चुनाव किया।

श्रीजेश मेहनत के दम पर 2004 में केरल की अंडर-19 टीम में चुने गए। जल्द ही राज्य की सीनियर टीम में भी जगह पक्की कर ली। उस समय उनकी उम्र महज 16 साल थी। यहां से वह आगे बढ़ते गए। साल 2006 में उन्होंने राष्ट्रीय हॉकी टीम के लिए पाकिस्तान के खिलाफ अपना पहला मैच खेला। इसी साल हुए कॉमनवेल्थ गेम्स में भी भारतीय टीम का हिस्सा बने। यह श्रीजेश के लिए उनके कॅरिअर का पहला बड़ा टूर्नामेंट था। 2008 के बीजिंग ओलंपिक और 2010 के कॉमनवेल्थ गेम में भी वह टीम का हिस्सा रहे। यहां यह कहना ठीक रहेगा कि 2011 तक वह भारतीय हॉकी टीम में अपनी जगह पूरी तरह से पक्की नहीं कर पाए थे। लेकिन इसी साल एशियाई चैंपियनशिप फाइनल में श्रीजेश ने पाकिस्तान के खिलाफ बेहतरीन प्रदर्शन करते हुए दो पेनाल्टी स्ट्रोक बचाए। इसके बाद वह टीम के हीरो बन गए। अगले साल 2012 के लंदन ओलंपिक में भी वह टीम के अहम सदस्य रहे। इस ओलंपिक में खराब प्रदर्शन के बाद टीम में काफी बदलाव किए गए, जिसका असर 2013 के एशिया कप में देखने को मिला जब भारतीय टीम फाइनल तक पहुंची। 2014 के एशियन गेम्स में भारतीय टीम ने फाइनल मुकाबले में पाकिस्तान को हराकर 16 साल बाद गोल्ड मेडल जीता। इसके बाद श्रीजेश भारतीय हॉकी टीम का एक जाना माना चेहरा बन गए। साल 2016 में श्रीजेश को इंडियन हॉकी टीम की कमान मिली। उनकी कप्तानी में टीम 2016 के रियो ओलंपिक में क्वार्टर फाइनल में पहुंची। इसी साल चैंपियंस ट्रॉफी में भारतीय टीम ने फाइनल तक का सफर किया। उनका सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन 2020 के टोक्यो ओलंपिक में देखने को मिला, जहां वह जर्मन टीम और गोल पोस्ट के बीच भारत की दीवार बनकर खड़े हो गए। इस बार भी उन्होंने यह कारनामा दोहराया। इस बार भी ब्रॉन्ज मेडल मैच का मौका था और सामने स्पेन की टीम थी। लेकिन श्रीजेश ने आखिरी कुछ सेकेंड में पेनाल्टी स्ट्रोक बचाते हुए भारतीय टीम को जीत दिलाई। जीत के साथ ही इस खिलाड़ी ने हॉकी से सन्यास ले लिया।

जर्मनप्रीत सिंह : संघर्ष और समर्पण से मुकाम तक पहुँचे

● **काजल**

जर्मनप्रीत सिंह एक ऐसे खिलाड़ी हैं जिन्होंने अपने खेल से भारतीय हॉकी को एक नई ऊंचाई पर पहुंचाया है। उनकी यात्रा भारतीय हॉकी के इतिहास में एक प्रेरणादायक अध्याय के रूप में दर्ज की जाएगी। जर्मनप्रीत का जन्म 18 जुलाई 1996 को पंजाब के फतेहगढ़ साहिब जिले के छोटे से गांव भदोड़ी में हुआ था। उनके परिवार की आर्थिक स्थिति साधारण थी, लेकिन खेल के प्रति उनके प्यार और समर्पण ने उन्हें अच्छा खिलाड़ी बनने की दिशा में प्रेरित किया। परिवार ने खेल यात्रा के शुरुआती दिनों में उनका समर्थन किया। उन्हें उनके सपनों को पूरा करने के लिए प्रोत्साहित किया।

जर्मनप्रीत अपने प्रारंभिक दिनों में हॉकी के प्रति रुचि दिखाई, जो बाद में उनकी कॅरिअर की नींव बनी। उनके हॉकी खेलने की शुरुआत गांव की स्थानीय टीम से हुई। उन्होंने अपना प्रारंभिक प्रशिक्षण गांव के मैदान पर शुरू किया। वहीं उन्होंने हॉकी की बारीकियों को समझा। फिर आगे चलकर खेल की तकनीक में महारत हासिल की। उनकी खेल क्षमता को देखते हुए उन्हें पंजाब की जूनियर हॉकी टीम में जगह मिली। यहां से उनकी यात्रा में एक मोड़ आया। जूनियर स्तर पर उनके शानदार प्रदर्शन ने उन्हें सीनियर टीम में जगह दिलाई, जहां से उनका राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर कॅरिअर शुरू हुआ।

जर्मनप्रीत ने कई महत्वपूर्ण टूर्नामेंट में भारत का प्रतिनिधित्व किया। इनमें एशियाई खेल, हॉकी विश्व कप और ओलंपिक खेल शामिल हैं। उनकी तकनीकी क्षमता और खेल की रणनीति ने उन्हें टीम का अहम हिस्सा बना दिया। उन्होंने 2014 एशियाई खेलों में भारतीय हॉकी टीम का प्रतिनिधित्व किया। उनके शानदार प्रदर्शन ने भारतीय टीम को स्वर्ण पदक जिताने में खास भूमिका निभाई। उनके खेल कौशल और मैच के प्रति समर्पण से उन्हें प्रशंसा मिली। हॉकी विश्व कप जैसे बड़े मंच पर जर्मनप्रीत ने अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन किया। वह एक डिफेंडर के रूप में जाने जाते हैं, जो अपने सटीक ड्रिबलिंग और मजबूत टैकलिंग के लिए मशहूर हैं। उनकी क्षमता गेंद को सही समय पर सही जगह पर पहुंचाने की है, जो टीम की रणनीति को सफल बनाने में अहम भूमिका निभाती है। उनका नेतृत्व बाकी खिलाड़ियों के लिए प्रेरणास्रोत की तरह है। जर्मनप्रीत की सफलता का मुख्य कारण उनका समर्पण है। उन्होंने खेल में अपनी जगह बनाने के लिए कई कठिनाइयों का सामना किया। शुरुआती दिनों में उन्हें आर्थिक और व्यक्तिगत समस्याओं का सामना करना पड़ा, लेकिन जिद और मेहनत ने उन्हें हार मानने नहीं दिया। कड़ी मेहनत के बल पर उन कठिनाइयों को पार किया। साथ ही एक सफल खिलाड़ी बनने का सपना पूरा किया। उनका जीवन इस बात का प्रमाण है कि संघर्ष और समर्पण के बिना सफलता प्राप्त करना मुश्किल है। उनके प्रेरणादायक जीवन की कहानी युवा खिलाड़ियों के लिए एक उदाहरण है।

जर्मनप्रीत के पास अभी हॉकी को लेकर कई योजनाएं हैं। वह खेल के प्रति अपनी प्रतिबद्धता को बनाए रखते हुए भारतीय हॉकी को नई ऊंचाई पर ले जाने के लिए संकल्पित हैं। उनका उद्देश्य है कि वह अपने प्रदर्शन के माध्यम से भारतीय हॉकी को अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर और भी अधिक मान्यता दिलाएं। वह युवा खिलाड़ियों को प्रोत्साहित करने और उन्हें सही दिशा में मार्गदर्शन देने के लिए भी काम कर रहे हैं।

जर्मनप्रीत चाहते हैं कि भारतीय हॉकी के भविष्य को एक मजबूत आधार प्रदान करें। अपने अनुभव से युवा खिलाड़ियों को प्रेरित करें। उनका व्यक्तिगत जीवन भी उनकी खेल यात्रा की तरह ही प्रेरणादायक है। अपने व्यक्तिगत जीवन में एक साधारण और अनुशासित जीवन जीने की कोशिश की है। वह अपने परिवार के प्रति समर्पित हैं। अपनी सफलताओं का श्रेय परिवार और दोस्तों को देते हैं। सामाजिक योगदान के तहत वह विभिन्न आयोजनों में भाग लेते हैं।

अमित रोहिदास : सौनामारा से निकला भारतीय हॉकी का सोना

• लक्ष्मी

हॉकी भारत का सबसे पुराना खेल है। यह भारत के लिए ऐतिहासिक और सांस्कृतिक रूप से महत्वपूर्ण खेल माना जाता है। हॉकी का जादू हर राज्य में चलता है। विशेष कर पंजाब, हरियाणा, मध्य प्रदेश और ओडिशा में। इन राज्यों से कई खिलाड़ी राष्ट्रीय स्तर पर खेले हैं। उड़ीसा के जिला सुंदरगढ़ की कहानी हॉकी से काफी जुड़ी है। यह हॉकी का अहम केन्द्र माना जाता है। यहां से कई प्रसिद्ध हॉकी खिलाड़ी निकले हैं, जिन्होंने राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय स्तर पर भारत का नाम रोशन किया। इसी जिले के सौनामारा गांव से अमित रोहिदास आते हैं। इन्होंने कम उम्र में हॉकी में अपना कदम रखा। बाद में यह भारत के एक प्रतिभावान खिलाड़ी के रूप में उभर कर सामने आए। सुंदरगढ़ की मिट्टी से ही सुनील एक्का और दिलीप टर्की निकले।

अमित रोहिदास का जन्म 10 मई 1993 में उड़ीसा के एक किसान परिवार में हुआ। वह परिवार के पहले सदस्य हैं, जिन्होंने हॉकी में गहरी दिलचस्पी ली। उन्होंने कम उम्र में हॉकी खेलना शुरू कर दिया था। दिलीप टर्की जैसे महान खिलाड़ी को देखकर अमित को हॉकी से प्यार हो गया। इसी कारण वह हॉकी को पूरा समय देने लगे। छोटे पर वह बांस की छड़ियों से हॉकी खेलते थे। परिवार ने हॉकी के प्रति लगन को देखकर उनका साथ दिया। इसी के तहत 2004 में उन्हें पनपोष स्पोर्ट्स हॉस्टल में दाखिला दिलाया। अमित ने अपने कॅरिअर की शुरुआत गोलकीपर के रूप में की, पर इसमें ज्यादा दिन नहीं टिक पाए। कोच बिजय लाकड़ा की सलाह पर वह डिफेंडर बन गए। उनके लिए यह कदम फायदेमंद साबित हुआ। उन्हें उड़ीसा की हॉकी टीम में शामिल कर लिया गया। तत्पश्चात 2009 में राष्ट्रीय स्तर पर उन्हें पहली बड़ी सफलता मिली। इसके चार साल बाद अमित ने भारतीय अंडर 21 टीम के उपकप्तान बनने का सौभाग्य प्राप्त किया। मलेशिया में सुल्तान अजलान शाह कप में भारत के लिए सीनियर के रूप में कदम रखा। अमित ने 2013 में भारत के लिए सीनियर स्तर पर पदार्पण किया। उसी वर्ष एशिया कप में रजत पदक जीतने वाली टीम के वह सदस्य रहे। इसके बाद उन्हें कई कठिनाइयों का सामना करना पड़ा। कुछ समय टीम में रहने और बाहर होने की प्रकि्रया के बाद अमित ने अगस्त 2017 में यूरोप दौरे के दौरान अपने खेल से चयनकर्ताओं का ध्यान खींचा। वहां भारत ने नीदरलैंड को दो बार हराया। इसी के साथ सितंबर में अमित भारतीय हॉकी टीम के उपकप्तान बनाए गए, जिसने ऑस्ट्रेलियाई लीग में चौथे स्थान पर अपनी जगह बनाई। इसी साल ढाका में आयोजित एशिया कप हॉकी टूर्नामेंट में भारत ने शानदार प्रदर्शन किया। टूर्नामेंट के दौरान भारतीय डिफेंस की मजबूत कड़ी थे अमित। इन्होंने विरोधी टीमों के कई हमलों को विफल किया। अपनी बेहतरीन डिफेंसिव स्किल का नमूना पेश किया। इसी के साथ पेनाल्टी कॉर्नर डिफेंस में भी शानदार खेल दिखाया। उनकी पोजीशनिंग और तेज प्रतिक्रिया के कारण विपक्षी टीमों को गोल करने का मौका कम मिला। इसी की वजह से भारतीय टीम को जीत हासिल करने का रास्ता मिला।

भारत ने फाइनल में मलेशिया को 2-1 से हराकर स्वर्ण पदक अपने नाम किया। यह भारत का तीसरा एशिया कप खिताब था। भारतीय टीम ने बिना कोई मैच हारे खिताब अपने नाम किया। इसी के साथ 2018 में भारत ने नीदरलैंड में चैंपियंस ट्रॉफी में रजत पदक जीता। भारत ने टोक्यो ओलंपिक में कांस्य पदक अपने नाम किया। भारतीय टीम ने जर्मनी को 5-4 से हराया और 41 साल बाद भारत ने ओलंपिक में पदक जीता। इस मैच में अमित की डिफेंस में अहम भूमिका रही। उनके जुनून को देख खेल प्रेमी उन्हें पसंद करने लगे।

सुमित वाल्मीकि : मजदूर से सितारा बनने तक की यात्रा

● **कविता त्रिपाठी**

हर सफर में कठिनाइयां आती हैं, लेकिन उन्हें पार करके ही कोई इतिहास रचता है। भारतीय हॉकी टीम के सितारे सुमित वाल्मीकि की कहानी कुछ ऐसी ही है। सुमित भारत की हॉकी टीम के लिए मिडफील्डर के रूप में खेलते हैं। सुमित का जन्म 20 दिसंबर 1996 को हरियाणा के सोनीपत में हुआ था। सुमित ने अपनी पढ़ाई एच.के. सीनियर सेकेंडरी स्कूल सोनीपत से की थी। सुमित बचपन में कुश्ती में भाग लेते थे, लेकिन खान-पान की जरूरतों को देखते हुए उन्हें यह खेल छोड़ना पड़ा। उनका यह फैसला बिल्कुल सही साबित हुआ। यही कारण है कि आज सुमित भारतीय हॉकी टीम के अहम खिलाड़ी हैं।

सुमित 2016 में पुरुष हॉकी जूनियर विश्व कप जीतने वाली भारतीय टीम का हिस्सा थे। उन्हें 2017 में सुल्तान अजलान शाह कप में सीनियर टीम में जगह मिली। सुमित हांगझोऊ एशियाई खेलों में स्वर्ण पदक जीतकर इतिहास रचने वाली भारतीय पुरुष हॉकी टीम का भी हिस्सा थे। 2021 में टोक्यो में जब भारत ने ओलंपिक में हॉकी पदक जीतने के लिए 41 साल के इंतजार को खत्म किया तब भी सुमित टीम का हिस्सा थे। इसी बीच 2021 से 2022 में 16 प्रो लीग मैच आयोजित किए गए, जिसमें से वह केवल पांच मैचों का हिस्सा रहे। इसी के साथ बर्मिंघम में 2022 के कॉमनवेल्थ गेम के लिए नहीं चुने गए। सुमित के लिए यह कठिन समय था। उन्होंने मीडिया से इंटरव्यू में बताया कि मैंने कोच से बात की। कोच ने उनसे कहा कि वह टीम में फिट नहीं हो पा रहे हैं। अक्टूबर-नवंबर 2022 में भुवनेश्वर में तीन प्रो लीग मैच के लिए सुमित को चुना गया तब कहीं जाकर उन्हें कुछ उम्मीद नजर आई।

हॉकी खिलाड़ी सुमित ने स्कूल स्तर से ही हॉकी खेलना शुरू कर दिया था। उनका थोड़ा बहुत नाम भी होने लगा था। इसके बाद उन्होंने जिला स्तर पर, राज्य स्तर पर, राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय स्तर पर खेला। विश्व कप में इंडियन हॉकी टीम की पराजय के बाद सुमित को जीवन का एक नया टारगेट मिला, जब डेविड जॉन ने उन्हें राउरकेला में चुना। सुमित को विश्व चैंपियन जर्मनी और ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ तीन प्रो लीग मैचों के लिए वापस लाया गया। इसमें भारत ने तीनों मैच जीते। हालांकि खेल में प्रतिस्पर्धा बहुत थी, पर पेरिस ओलंपिक में 16 सदस्यीय टीम में सुमित ने अपनी जगह बनाई। सुमित के लिए यहां तक का सफर आसान नहीं था। वह एक गरीब परिवार से थे। सुमित के पिता मुरथल के होटल में मजदूरी करते थे। तीनों भाई अमित, सुमित और जय सिंह पिता का बोझ कम करने के लिए उनके साथ होटल में मजदूरी करते थे। खिलाड़ी बनने के लिए सुमित ने अपने दोनों बड़े भाइयों के साथ होटल में मजदूरी की। उनका साथ दिया। उन्होंने जीवन में संघर्षों को देखा है। उन्होंने किशोर के रूप में मुरथल (हरियाणा) में क्लीनर के रूप में भी काम किया। एक समय था जब पैर में जूते न होने के कारण सुमित ग्राउंड से वापस आ गए थे। उन्होंने सोचा कि क्यों न यह समस्या कोच को बताई जाए। सुमित ने कोच से अपनी दिक्कत साझा की। कोच ने जूते देने का वादा करके सुमित को ग्राउंड में आने को कहा। सुमित की माता का देहांत ओलंपिक खेल से छह माह पहले हो गया था। मां का सपना था कि सुमित ओलंपिक खेले। सुमित ने कांस्य पदक जीतकर भारत का और अपनी मां का सपना पूरा किया। 2024 पेरिस ओलंपिक में उनके प्रदर्शन ने न केवल भारत को कांस्य पदक जितवाया बल्कि विश्व हॉकी के नक्शे पर भारतीय हॉकी का नाम रोशन किया। सुमित की सफलता का श्रेय खुद सुमित और उनके कोच को जाता है। परिवार और टीम के साथियों को भी जाता है। सुमित का जुनून उन्हें चुनौतियों का सामना करने को सिखाता है।

संजय राणा : कड़ी मेहनत से आगे बढ़ते गए

● **उत्कर्ष**

टोक्यो ओलंपिक 2020 से पहले भारत को अपना आखरी ओलंपिक मेडल 1980 में मॉस्को में मिला था। यह वही वक्त था जब भारतीय क्रिकेट टीम पहली बार विश्व कप जीती थी। जिस वजह से देशवासियों का क्रिकेट के प्रति लगाव और हॉकी के प्रति दुराव बढ़ता गया। परंतु लगातार दो ओलंपिक में कांस्य पदक की जीत ने देश को हॉकी के उस स्वर्णिम युग की झलक दिखाई। 2024 के जुलाई-अगस्त में हुए पेरिस ओलंपिक में भारतीय हॉकी टीम ने स्पेन को हराकर कांस्य पदक अपने नाम किया।

टीम के युवा डिफेंडर संजय राणा ने अपने उम्दा खेल से सबका दिल जीत लिया। वह हरियाणा के हिसार जिले के डबरा गांव के निवासी हैं। वर्ष 2001 में 5 मई को जन्में इस खिलाड़ी ने अपनी डिग्री की पढ़ाई चंडीगढ़ यूनिवर्सिटी से पूरी की। इसी के साथ चंडीगढ़ हॉकी अकादमी के लिए जूनियर खिलाड़ी के तौर पर अपने कॅरिअर की शुरुआत की। बाद में घरेलू प्रतियोगिताओं में हरियाणा का प्रतिनिधित्व किया। संजय ने अंतरराष्ट्रीय स्तर पर साल 2018 में खेलना शुरू किया। उसी साल अर्जेंटीना में तीसरे यूथ ओलंपिक में वह टीम का हिस्सा रहकर उसे रजत पदक दिलाया। भुवनेश्वर में 2021 में हुए एफआईएच उड़ीसा हॉकी पुरुष जूनियर विश्व कप में अपने खेल से टीम को चौथा स्थान दिलाया। उनके प्रदर्शन को देखते हुए 2021 में अंडर-21 में वर्ष के सर्वश्रेष्ठ उभरते खिलाड़ी पुरुष के लिए हॉकी इंडिया जुगराज सिंह पुरस्कार से संजय को सम्मानित किया गया। जूनियर हॉकी विश्व कप के दौरान उन्होंने अपने प्रदर्शन से खेल प्रेमियों का ध्यान आकर्षित किया, जहां वह आठ गोल के साथ भारत के लिए सर्वोच्च स्कोरर बने। पेनाल्टी कॉर्नर विशेषज्ञ रूपिंदर पाल सिंह टोक्यो ओलंपिक में कांस्य पदक जीतने के बाद रिटायर हुए थे। भारतीय कप्तान हरमनप्रीत सिंह के बाद दूसरे ड्रैग फ्लिकर के लिए अमित रोहिदास, जुगराज सिंह, नीलम संजीव जेस, वरुण, जर्मनप्रीत सिंह सरीखे खिलाड़ियों के नाम सामने आए। पर, रूपिंदर की जगह कोई नहीं ले सका। इस पर संजय ने कहा कि 'प्रतियोगिता कठिन है। मुझे इस बात की चिंता नहीं थी कि मुझे भारत के लिए नहीं चुना गया। मैंने सिर्फ कड़ी मेहनत करने और गलतियां न करने पर ध्यान केंद्रित किया।'

संजय ने घरेलू खेल में कड़ी मेहनत करने का फैसला किया। डिफेंडर ने स्काउट्स को प्रभावित किया, जिन्होंने उन्हें 2022 में 60 संभावित खिलाड़ियों की सूची में चुना। एक महीने के भीतर वह 33 के मायावी कोर ग्रुप में जगह बना चुके थे। उसी से भारतीय टीम का चयन किया गया। जनवरी में हुए विश्व कप में भारत की हार के साथ ग्राहम रीड चले गए। नए मुख्य कोच क्रेग फुल्टन को अप्रैल-मई में एक महीने का समय मिला। हरियाणा के इस खिलाड़ी ने दक्षिण अफ्रीकी खिलाड़ी का विश्वास जीतने के लिए काफी मेहनत की। संजय ने अप्रैल में हुए ट्रायल में आरपी सिंह की अगुवाई वाली चयन समिति को प्रभावित किया, जहां उन्होंने तीनों मैचों में गोल किए। जूनियर विश्व कप खेलने के बाद डेढ़ साल के इंतजार के बाद संजय को मई-जून में प्रो लीग के यूरोपीय स्विंग में खेलने के लिए चुना गया। यह लीग लंदन और आइंडहोवन में आयोजित की गई थी। भारत के आठ मैचों में से संजय ने सात मैच खेले। उन्होंने नीदरलैंड के खिलाफ अपना पहला गोल किया। भारत को चार गेम जीतने में मदद मिली। संजय के सीनियर टीम में पदार्पण ने भारत को जून 2022 में पहली एफआईएच हॉकी प्रतियोगिता जिताने में अहम भूमिका निभाई। उन्होंने हांग्जो-चीन में 19वें एशियाई खेल 2022 और हीरो एशियाई चैंपियंस ट्रॉफी चेन्नई 2023 सरीखे टूर्नामेंट में भी भाग लिया, जहां टीम ने स्वर्ण पदक जीता।

राजकुमार पाल : भारतीय हॉकी के 'राजकुमार'

● माही शर्मा

राष्ट्रीय खेल हॉकी में अंतरराष्ट्रीय पहचान बना चुके राजकुमार पाल ने पेरिस ओलंपिक में देश की ओर से खेलते हुए शानदार प्रदर्शन किया है। 2011 में महज 12 साल की उम्र में पिता कल्पनाथ पाल के निधन के बाद राजकुमार पर मुसीबतों का पहाड़ टूट पड़ा था। उनकी मां मनराजी देवी ने अनेक चुनौतियों के बाद राजकुमार व उनके दो भाइयों की जिम्मेदारियों को बखूबी निभाया। एक तरह से मनराजी देवी ने तीनों बेटों को सीमित संसाधनों में अच्छी परवरिश दी। उन्होंने एक इंटरव्यू में बताया था, 'दो साल परिवार के लिए बहुत कठिन थे। मुझे लगा था कि अब आगे नहीं खेल पाऊंगा, लेकिन परिवार ने हार नहीं मानी।' राजकुमार ने बताया कि इस ऊंचाई तक पहुंचने के लिए उन्हें कठिन परिश्रम करना पड़ा। वह करमपुर गांव के स्टेडियम में प्रतिदिन अभ्यास करने लगे। नियमित अभ्यास से उनके खेल में निखार आने लगा। धीरे-धीरे करके वह टूर्नामेंट में भाग लेने की ओर बढ़े। स्थानीय स्तर पर खेलने के बाद वह जिला स्तर के मैच खेलने लगे। इसी कड़ी में आगे वह राज्य और राष्ट्रीय स्तर तक पहुंचे। आगे चलकर वह अंतरराष्ट्रीय स्तर तक पहुंच गए। 10 वर्ष की उम्र में करमपुर के स्टेडियम से हॉकी के अपने सफर की शुरुआत करने वाले राजकुमार ने 2018 में बेल्जियम में पांच देशों के अंडर-23 टूर्नामेंट में खेला। इसके अगले पायदान के रूप में 2020 में भारतीय टीम में पदार्पण किया। वह अब तक 53 अंतरराष्ट्रीय मैच खेल चुके हैं। उन्होंने बताया कि 'टोक्यो ओलंपिक में मेरा चयन नहीं हो सका था, लेकिन उससे निराश हुए बिना हमने मेहनत की। इसके बाद जब ओलंपिक टीम में चयन की खबर मिली तो अपना अतीत याद करके मेरे आंसू निकल गए। पिताजी को बहुत याद किया। घर पर फोन किया तो मम्मी भी रो पड़ीं। मैं अपने अतीत को कभी नहीं भूलता और इससे मुझे बहुत ज्यादा प्रेरणा मिलती है।' पेरिस ओलंपिक में राजकुमार ने भारतीय प्रशंसकों को निराश नहीं किया। भारत ने लगातार दूसरी बार कांस्य पदक जीता। इस तरह भारत में हॉकी को पुनर्जीवित करने में राजकुमार ने अहम भूमिका निभाई। करीब तीन हजार की आबादी वाले करमपुर गांव से हॉकी की स्टिक लेकर अनेक युवाओं ने ओलंपिक खेलने का सपना देखा, लेकिन इसे पूरा करने का मौका राजकुमार पाल को मिला। राजकुमार पाल 'गाजीपुर के राजकुमार' के नाम से मशहूर हैं।

वाराणसी से करीब 40 किलोमीटर दूर गाजीपुर के गांव करमपुर के मेघबरन स्टेडियम में राजकुमार हॉकी सिखाने वाले खिलाड़ी के रूप में बच्चों के बीच जाने जाते हैं। एक तरह से वह उन बच्चों के प्रेरणास्रोत हैं। गाजीपुर का एक ऐसा गांव जहां से अनेक लड़कों को हॉकी के जरिए नौकरी तो मिली, लेकिन भारत की नुमाइंदगी का मौका नहीं मिला। इनमें राजकुमार के भाई जोखन और राजू भी हैं, जिन्हें सभी की तरह भारत की तरफ से खेलने का मौका नहीं मिला। राजकुमार अपने पहले ओलंपिक के लिए रवाना होने से पहले कहा कि हम तीनों भाई हॉकी खेलते हैं। मेरे एक भाई भारतीय टीम के कैंप में रह चुके हैं। बड़े भाई राष्ट्रीय स्तर पर तो खेले हैं। लेकिन भारतीय टीम वह हिस्सा नहीं बन सके। पर, अब एक रेलवे और दूसरे सेना से खेलते हैं। हॉकी में अंतरराष्ट्रीय स्तर पर अपनी पहचान बना चुके राजकुमार को उत्तर प्रदेश सरकार की ओर से लक्ष्मण पुरस्कार देने का ऐलान हुआ है। इस सूचना पर मेघबरन स्टेडियम के प्रबंधक राधेमोहन सिंह ने बताया कि राजकुमार होनहार खिलाड़ी हैं। उन्हें लक्ष्मण पुरस्कार मिलना दूसरे खिलाड़ियों के लिए प्रेरणास्रोत होगा।

शमशेर सिंह : हॉकी के जादूगर से प्रेरित हो पूरा किया सपना

● **खुशी चौहान**

भारतीय हॉकी के जादूगर कहे जाने वाले मेजर ध्यान चंद से प्रेरित होकर शमशेर सिंह ने देश के लिए खेलने का सपना बुना। वह पंजाब के अटारी से आते हैं। अटारी गांव पाकिस्तान से लगी सीमा के करीब अमृतसर में पड़ता है। 29 जुलाई 1997 को जन्में शमशेर सिंह के पिता हरदेव सिंह किसान थे। माता गृहिणी थीं। शमशेर ने महज 10 साल की उम्र में हॉकी खेलना शुरू किया। उनके परिवार की जीविका का आधार खेती की पांच एकड़ जमीन थी। शमशेर ने टाइम्स ऑफ इंडिया से बात करते हुए कहा, 'अटारी के मैदान पर कुछ सीनियर लड़कों को हॉकी खेलते देखकर मेरी रुचि हॉकी में बढ़ी। उस समय मैं नौ साल का था। चौथी कक्षा में पढ़ता था।' अक्सर सपने देखने और उनको हासिल करने के बीच संघर्ष आता है। शमशेर के सामने हॉकी स्टिक और जूते का इंतजाम करना था। संघर्ष की झलक उनके बचपन की एक छोटी सी घटना से पता चलती है।

पाकिस्तान से सटे भारत के आखिरी गांव अटारी ने हमेशा वीरता की मिसाल पेश की है। एक समय जंग में दुश्मनों को मात देने वाले सेनापति यहां होते थे तो आज खेल जगत के नायक यहां से निकल रहे हैं। अटारी में बेहतर उपकरण उपलब्ध न होने के कारण शमशेर ने पहली हॉकी स्टिक खरीदी। कामचलाऊ मैदान में खेलने से उसमें दिक्कत आती थी। अपने शुरुआती दिनों में इस तरह की बाधाओं का उन्हें सामना करना पड़ा। स्टिक, किट और जूते जैसी बुनियादी चीजों के लिए मुश्किलात का सामना करना पड़ा। भारत के लिए मिडफील्डर और फॉरवर्ड के रूप में खेलने वाले शमशेर ने बताया 'जब भी स्टिक में दरार आती थी तो मेरे पिता इसे कीलों से ठीक कर देते थे और टेप चिपका देते थे। दो साल तक मैं उस टूटी स्टिक से खेला। परिवार ने मेरा समर्थन किया, लेकिन हमें इतना ज्ञान नहीं था कि हम जालंधर या अमृतसर जाकर वहां से स्टिक खरीद सकें। उस समय अटारी के आसपास कुछ भी नहीं था। लेकिन परिवार में से किसी ने भी मुझे खेलने से कभी मना नहीं किया।'

शमशेर ने हॉकी खेलने की शुरुआत शौकिया तौर पर की थी। धीरे-धीरे इस खेल में उनकी दिलचस्पी बढ़ी। 11 साल की उम्र में वह जालंधर आए, जहां उन्हें सुरजीत सिंह एकेडमी में खेलने का मौका मिला। उन्होंने छह साल तक प्रशिक्षण लिया। 13 साल तक होते-होते उनके खेल में काफी निखार आ गया था। खेलने के साथ उन्होंने पढ़ाई पर ध्यान दिया। वह हॉकी में आगे बढ़ने का फैसला कर चुके थे। इसकी बानगी उनकी मां की बात से मिलती है। शमशेर मां से सुबह तीन बजे उठाने को कहते थे। बेटे को चैन से सोता देख मां उन्हें नहीं उठाती थीं। इस पर जगने पर शमशेर रोने लगते थे। इसी दृढ़ संकल्प की वजह से उन्हें साल 2016 में मिडफील्डर के तौर पर जूनियर अंतरराष्ट्रीय में डेब्यू करने का मौका मिला।

शमशेर के जीवन में उतार चढ़ाव भी आए। ऐसी ही एक घटना का जिक्र करते हुए उन्होंने बताया कि 2016 में एफआईएच जूनियर पुरुष विश्व कप के लिए बनी टीम में उनका चयन नहीं हुआ। यह मेरे कॅरिअर का महत्वपूर्ण मोड़ था। लखनऊ में उत्साहित हॉकी प्रशंसकों के सामने टीम को खिताब जीतते देखना अच्छा लगा। पूरे टूर्नामेंट को किनारे से देखने से मुझे कड़ी मेहनत करने व भारत की जर्सी हासिल करने के लिए और भी दृढ़ संकल्पित होने के लिए प्रेरित किया। जूनियर टीम में खेलने के बाद उनका साल 2020 में सीनियर टीम में चयन हुआ। इसी के साथ टोक्यो ओलंपिक 2020 के लिए चुनी गई टीम का वह हिस्सा बने। इस ओलंपिक में भारत ने कांस्य पदक जीता। उनके खेल के प्रति योगदान को देखते हुए उन्हें 2021 में अर्जुन पुरस्कार मिला।

मनप्रीत सिंह : भारतीय हॉकी को दिलाई नई पहचान

• **दीपक**

विश्व स्तर के मिडफील्डर मनप्रीत सिंह ने भारतीय हॉकी में विशेष स्थान बनाया है। उत्कृष्ट खेल कौशल, नेतृत्व क्षमता और समर्पण ने उन्हें हॉकी के दिग्गजों में शामिल कर दिया है। मनप्रीत सिंह का जन्म 26 जून 1992 को पंजाब के जालंधर जिले के मिथापुर गांव के एक किसान परिवार में हुआ था। शुरुआत से हॉकी में उनकी रुचि थी। गांव के मैदान में हॉकी खेलना शुरू किया। दो बड़े भाई भी हॉकी खेलते थे, जिससे मनप्रीत को खेल के प्रति और अधिक आकर्षण हुआ। मनप्रीत का हॉकी के प्रति जुनून उन्हें 16 साल की उम्र में चंडीगढ़ ले आया। यहां उन्होंने अपना प्रशिक्षण जारी रखा। इसी बीच परिवार ने उनका दाखिला जालंधर की सुरजीत हॉकी अकादमी में कराया, जहां उन्होंने खेल की बारीकियों को निखारा। इसी कड़ी में 2011 में मनप्रीत को भारतीय जूनियर टीम में जगह मिली। अपने खेल कौशल से उन्होंने सभी का ध्यान खींचा।

लंदन ओलंपिक 2012 में मनप्रीत ने पहली बार ओलंपिक में भारतीय सीनियर टीम के लिए खेला। यद्यपि टीम का प्रदर्शन अच्छा नहीं रहा। सुल्तान अजलान शाह कप 2013 के लिए खेला। इस टूर्नामेंट में मनप्रीत के प्रदर्शन ने सभी का ध्यान खींचा, जिसकी वजह से उन्हें राष्ट्रीय टीम का अहम सदस्य बना दिया। एशियाई खेल 2014 में भारतीय टीम ने मनप्रीत की कप्तानी में स्वर्ण पदक जीता। इस जीत ने टीम में आत्मविश्वास पैदा किया। एफआईएच पुरुष हॉकी विश्व कप 2018 के सेमीफाइनल में भारतीय टीम ने पहली बार प्रवेश किया। टीम का नेतृत्व मनप्रीत ने किया। टोक्यो ओलंपिक 2020 में मनप्रीत सिंह की कप्तानी में टीम ने कांस्य पदक जीता। यह जीत भारतीय हॉकी के लिए ऐतिहासिक थी, क्योंकि 41 वर्षों के बाद भारत ने ओलंपिक में पदक जीता था। मनप्रीत की डिफेंसिव क्षमताएं उत्कृष्ट हैं। उनका व्यक्तिगत जीवन भी उनके खेल के समान ही प्रेरणादायक है। उन्हें फुटबॉल खेलना भी पसंद है। वह क्रिस्टियानो रोनाल्डो और डेविड बेकहम के प्रशंसक हैं। इसी वजह से वह हॉकी में भी जर्सी नंबर सात पहनते हैं। मनप्रीत भारतीय हॉकी के भविष्य के प्रति आशान्वित हैं। वह चाहते हैं कि भारत हॉकी में फिर से दुनिया में शीर्ष पर पहुंचे। इसके लिए वह लगातार खेल कौशल में सुधार करने के पक्षधर हैं। युवा खिलाड़ियों को प्रशिक्षित करते हैं। उनका मानना है कि भारतीय हॉकी को अधिक समर्थन और संसाधनों की आवश्यकता है ताकि इसे फिर से दुनिया में अग्रणी बनाया जा सके। वह हॉकी कैंप और कार्यशालाओं का आयोजन करते हैं। वहां अपने अनुभव साझा करते हैं। युवाओं को प्रेरित करने के लिए कहते हैं कि खेल में समर्पण, मेहनत और अनुशासन ही सफलता की कुंजी है। उनके आदर्श सरदार सिंह, जर्मनी के पूर्व कप्तान मोरिट्ज फुरस्टी और भारतीय हॉकी के दिग्गज खिलाड़ी रहे परगट सिंह हैं। इन लोगों से मनप्रीत ने बहुत कुछ सीखा है।

मनप्रीत ने जीवन में कई कठिनाइयों का सामना किया है, लेकिन खेल के प्रति जुनून उन्हें आगे बढ़ाता रहा। अपनी सफलता का श्रेय वह परिवार, कोच और टीम के साथियों को देते हैं। उनकी उपलब्धियां न केवल भारतीय हॉकी के लिए बल्कि पूरे देश के लिए गर्व का विषय हैं। मनप्रीत का योगदान भारतीय हॉकी के इतिहास में हमेशा याद रखा जाएगा। उनकी विरासत आने वाली पीढ़ियों के लिए प्रेरणा का स्रोत बनेगी। उनके प्रयास भारतीय हॉकी को नई दिशा देने में सहायक होंगे। उनकी कहानी हर उस युवा के लिए प्रेरणा है, जो अपने सपनों को पूरा करना चाहते हैं।

विवेक सागर प्रसाद : कदम दर कदम सफलता का स्वाद चखा

• विवेक

विवेक सागर प्रसाद का जन्म 25 फरवरी 2000 को मध्य प्रदेश के इटारसी शहर के पास शिवनगर चंदन गांव में हुआ था। उनके पिता रोहित सागर प्रसाद शिक्षक हैं। माता कमला देवी गृहिणी हैं। शुरुआती दौर में विवेक को शतरंज, क्रिकेट और बैडमिंटन का शौक था। इसी दरम्यान साल 2010 के आसपास स्थानीय कोच ने उन छात्रों को मौका दिया जो हॉकी में हाथ आजमाना चाहते थे। उसी समय विवेक हॉकी खेल से परिचित हुए। यहीं से हॉकी के प्रति उनका रुझान बढ़ा। खाली समय में घर के पास खाली जगह पर अभ्यास करने लगे। कुछ दिनों में उन्हें इस खेल की आदत लग गई। इसके बाद वह स्कूल के लिए हॉकी खेलने लगे।

विवेक सागर वर्ष 2013 में ओखला में एक सीनियर लेवल टूर्नामेंट खेल रहे थे। इस दौरान उन पर फील्ड हॉकी के खिलाड़ी अशोक कुमार की नजर पर पड़ी। अशोक कुमार अपने समय के बड़े हॉकी खिलाड़ी थे। उन्होंने 1975 के हॉकी विश्व कप फाइनल में विजयी गोल किया था। वह भारतीय दिग्गज ध्यानचंद के पुत्र थे। भोपाल में अशोक कुमार एमपी हॉकी अकादमी में विवेक सागर की नौकरी लगी। प्रतिभाशाली मिडफील्डर विवेक कुछ वर्षों तक अशोक कुमार के संस्थान में अपने खेल को निखारते रहे। जी तोड़ मेहनत की। उनकी जिंदगी में अशोक कुमार के संस्थान का अहम योगदान है। विवेक की इस मेहनत का उन्हें फल मिला। मध्य प्रदेश के रहने वाले विवेक ने जूनियर इंडिया की ओर से अपने कॅरिअर की शुरुआत की। 2017 में सुल्तान ऑफ जोहोर कप में भाग लेने वाली टीम की कप्तानी की और टीम को कांस्य पदक दिलाया। इसी मैच में प्लेयर ऑफ द टूर्नामेंट का पुरस्कार जीतकर विवेक ने उस समय के भारतीय सीनियर कोच शोर्ड मारिन का ध्यान खींचा। इसके बाद विवेक को राष्ट्रीय शिविर में बुलाया गया।

विवेक ने 2018 में सुल्तान अजलान शाह कप में भारतीय सीनियर हॉकी टीम में प्रवेश किया। इसी साल ग्रीष्मकालीन युवा ओलंपिक में भारतीय जूनियर टीम का नेतृत्व किया। उन्होंने मिडफील्ड में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। साथ ही टूर्नामेंट में भारत के लिए संयुक्त रूप से सबसे ज्यादा गोल करने वाले खिलाड़ी बने। मलेशिया के खिलाफ फाइनल में विवेक ने दो गोल किए। हालांकि भारत 4-2 से हार गया। उसे रजत पदक से ही संतोष करना पड़ा। विवेक के शानदार खेल के कारण दिसंबर 2019 में उन्हें एफआईएच राइजिंग स्टार ऑफ द ईयर अवार्ड के लिए नामांकित किया गया। उन्होंने 34.5 प्रतिशत वोट हासिल कर पुरस्कार जीता। वह यह पुरस्कार जीतने वाले पहले भारतीय खिलाड़ी बने।

विवेक 2020 टोक्यो ओलंपिक में कांस्य पदक जीतने वाली भारतीय टीम का हिस्सा थे। इस उपलब्धि के साथ विवेक को मध्य प्रदेश सरकार ने डीएसपी पद पर नियुक्त किया। उन्होंने आगे चलकर 2021 पुरुष एफआईएच हॉकी जूनियर विश्व कप में भी भारतीय टीम की कप्तानी की, जहां वे फ्रांस के साथ कांस्य पदक मैच हार गए। टीम ने चौथा स्थान हासिल किया। विवेक सागर प्रसाद ने आखिर वह कर दिखाया, जिसका वह हमेशा सपना देखा करते थे। उन्होंने 2022 में हांग्जो एशियाई खेलों में स्वर्ण पदक जीता। मेडल का सिलसिला यहीं खत्म नहीं हुआ, विवेक सागर ने 2024 पेरिस ओलंपिक में अपना दूसरा पदक हासिल कर भारत का परचम लहराया। आज विवेक सागर अपने आक्रामक मिडफील्ड खेल और खेल की समझ के लिए जाने जाते हैं। मध्य प्रदेश के मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने उभरते हुए खिलाड़ी विवेक सागर को पेरिस ओलंपिक 2024 में शानदार प्रदर्शन दिखाने और कांस्य पदक जीतने की खुशी में एक करोड़ का इनाम दिया। विवेक सागर को अब आने वाली एस चैंपियंस लीग के लिए भारतीय टीम का उप कप्तान बनाया गया है।

अभिषेक नैन : फुटबाल देखकर हॉकी के दांव-पेंच सीखे

• **स्मृति**

हरियाणा के सोनीपत के 23 वर्षीय अभिषेक ने भारतीय हॉकी टीम में जल्दी ही जगह बनाने में कामयाब हो गए। एशियाई खेलों के करीब आने और पेरिस 2024 पर कड़ी नजर रखने वाले अभिषेक यह दिखाने की कोशिश कर रहे हैं कि उनके बारे में कही गई अधिकतर बातें उचित थीं। लेकिन एक चीज है जो उन्हें वर्तमान से जोड़ती है–एक खास तरह की जिद। उनके बचपन के कोच शमशेर सिंह के अनुसार यह महानता हासिल करने के लिए जरूरी समय देना सबसे बड़ा गुण है। एक ऐसा गुण जिसने आज की दुनिया में एक अतिरिक्त आभा प्राप्त कर ली है, जो उच्च प्रदर्शन की कसम खाता है। चाहे वह हॉकी खेलने के लिए एक प्रतिष्ठित पब्लिक स्कूल से हिंदी माध्यम संस्थान में जाना हो या अपने सबसे अच्छे दोस्त, जिसने उन्हें 11 साल की उम्र में खेल से परिचित कराया था, के प्रतिस्पर्धा बंद करने के बाद भी खेल जारी रखना हो, अभिषेक लगातार दृढ़ रहे हैं। एक बार वह जामुन के पेड़ से टूटे हुए शीशे और कांटेदार बाड़ वाली दीवार पर गिर गए थे। उनके बाएं हाथ की हड्डी टूट गई थी। उन्हें एक दर्जन से ज्यादा टांके लगवाने पड़े थे। उनकी जान पर बन आई थी, लेकिन हॉकी के प्रति उनका जोश कम नहीं हुआ। हरियाणा के सोनीपत का 23 वर्षीय यह खिलाड़ी भारत के प्रतिभावान खिलाड़ियों में से एक है। फरवरी 2022 में दक्षिण अफ्रीका के एफआईएच प्रो लीग दौरे के दौरान भारत की राष्ट्रीय टीम में पदार्पण करने के बाद अभिषेक बर्मिंघम में 2022 में आयोजित राष्ट्रमंडल खेलों में रजत पदक जीतने वाली टीम का हिस्सा थे। भारत के मुकाबलों में इस फॉरवर्ड खिलाड़ी ने 16 गोल किए। जिस गति से भारत पेरिस 2024 ओलंपिक की तैयारी कर रहा था, अभिषेक टीम के प्रमुख सदस्य बनने की तरफ बढ़ रहे थे। नरवाना के दनोदा गांव में पेरिस ओलंपिक 2024 में कांस्य पदक जीतने वाले हॉकी खिलाड़ी अभिषेक नैन का स्वागत किया गया। इस मौके पर खिलाड़ी का स्वागत करते हुए सर्वजातीय राष्ट्रीय खाप के अध्यक्ष रघुवीर नैन ने कहा कि यह खिलाड़ी हमारा गौरव है। अभिषेक नैन ने कहा कि जो सम्मान खाप ने उन्हें दिया है वह उस सम्मान को कभी झुकने नहीं देंगे। साथ ही प्रयास करेंगे कि भविष्य में भी देश के लिए गोल्ड मेडल जीतकर लाएं। ऐसा करने से पूरे देश में हमारी खाप का नाम जाएगा। अभिषेक कहते हैं, 'जब मैं पहली बार भारतीय टीम में आया था तो मैं नर्वस और डरा हुआ था। मनप्रीत सिंह, आकाशदीप सिंह जैसे कई बड़े खिलाड़ी थे। मुझे थोड़ा डर था कि मैं कोई गलती न करूं। मैदान से बाहर अनुशासनहीन न हो जाऊं। कुछ ऐसा न कह दूं जो सही न हो। लेकिन उन्होंने मेरे साथ एक दोस्त की तरह व्यवहार किया। ऐसा लगा जैसे मैं एक परिवार का हिस्सा हूं। जब मैंने कोई गलती की तो उन्होंने बहुत नरमी से समझाया। ऐसा नहीं है जैसे बच्चों को दबाकर रखते हैं। वे युवाओं का समर्थन करते हैं। यह बहुत अच्छा रहा है।' यह

स्वतंत्रता उनके खेल में झलकती है। वह डिफेंडरों को चकमा देने, तेज दौड़ने और गोल करने की उम्मीद से भरे शॉट लगाने से नहीं हिचकिचाते। फुटबॉल की तरह हॉकी भी प्रशिक्षित खेल है, जहां संयोजन, खेल और चालों का अक्सर प्रशिक्षण वाले मैदान पर अनुकरण किया जाता है। अभिषेक कहते हैं, 'मेरे कोच मेस्सी को बहुत पसंद करते थे। शायद मेरे अंदर मेस्सी को देखते थे। इसलिए उन्होंने मुझे स्ट्राइकर खिला दिया। मेस्सी को देखकर मैंने बहुत कुछ सीखा। गेंद आने से पहले कहां रहना है, कैसे अनुमान लगाना है और गेंद को प्राप्त करने के लिए सबसे अच्छी स्थिति में कैसे रहना है। मैंने यह सब फीफा विश्व कप के दौरान देखा। अभी भी सीख रहा हूं।'

सुखजीत सिंह 'काके' : जिन्दगी में हार मानना सीखा नहीं

● **अंशिका वर्मा**

'चक दे फट्टे, नप दे गिल्ली, सुबह जालंधर, शाम नू दिल्ली' नवजोत सिंह सिद्धू के इस जुमले से प्रसिद्ध जालंधर की मिट्टी ने भारत को कई महान शख्सियतें दी हैं। जालंधर ने कव्वाली के बादशाह फतेह अली खान, मैराथन विनर फौजा सिंह, क्रिकेट में हरभजन सिंह और भारतीय हॉकी को अजीत पाल सिंह, हरमनप्रीत सिंह जैसे पंजाबी शेर दिए। इस सूची में अब भारतीय हॉकी टीम में काके के नाम से अपनी पहचान बनाने वाले सुखजीत सिंह का भी नाम जुड़ गया है। छोटे कद के 27 वर्षीय इस खिलाड़ी ने अपने संघर्षों से सभी को चौका देने वाला काम किया। जिन्दगी में मिली ठोकरों के बावजूद काके ने खेल के दम पर अपने पहले ओलंपिक में टीम को कांस्य पदक दिलाने में प्रमुख भूमिका अदा की। पंजाब के तरनतारन जिले के जवंदपुर गांव में 5 दिसंबर 1996 को सुखजीत सिंह का जन्म हुआ। पिता अजीत पाल सिंह पंजाब पुलिस में भर्ती के बाद परिवार सहित जालंधर में बस गए।

पिता अजीत पाल भी हॉकी के अच्छे खिलाड़ी थे। वह पंजाब पुलिस के लिए खेलते थे। उन्होंने सुखजीत को बचपन में ही हॉकी स्टिक पकड़ा दी। साथ ही उनके शुरुआती कोच बने। 10 साल की उम्र में सुखजीत मोहाली हॉकी अकादमी में प्रशिक्षण के लिए चले गए। कम उम्र में बेहतर शुरुआत के बावजूद सीनियर टीम में उनका सफर आसान नहीं था। भारतीय पुरुष हॉकी टीम में आज के डिफेंड फॉरवर्ड खिलाड़ी सुखजीत ने ओलंपिक से पहले जिन्दगी में बड़ा उतार देखा। साल 2018 के टोक्यो ओलंपिक के लिए अधिकारियों ने टीम में नए खिलाड़ियों को शामिल करने का फैसला किया, जिसमें सुखजीत भी शामिल थे। लेकिन अचानक पीठ में लगी चोट के कारण उनका दाहिना पैर लकवाग्रस्त हो गया। इस कारण उनका चयन नहीं हो सका। इस घटना से वह दुखी हो गए। हॉकी इंडिया के साथ इंटरव्यू में उन दिनों को याद करते हुए सुखजीत कहते हैं, 'कुछ समय के लिए तो ऐसा लगा कि न केवल मेरा बल्कि मेरे परिवार का सपना भी खत्म हो गया। हॉकी खेलना तो दूर मैं चल भी नहीं पा रहा था। हर दिन ऐसा महसूस होता था कि हॉकी खेलने का मेरा सपना दूर होता जा रहा है। लगातार पांच महीने तक बिस्तर पर पड़े रहना शारीरिक और मानसिक रूप से थका देने वाला था।' परिवार के साथ उन्हें इस जख्म से उबरने में मदद मिली। सारी तकलीफों को मात देते हुए एक बार फिर वह भारत के लिए खेलने का सपना लेकर मैदान में उतर गए। इसके बाद 2021 की सीनियर नेशनल चैंपियनशिप उनके लिए जरूरी थी। 2021-22 एफआईएच प्रो लीग में सुखजीत ने स्पेन के खिलाफ मैच में पदार्पण किया और पहला अंतरराष्ट्रीय गोल किया। उसके बाद से इस फॉरवर्ड खिलाड़ी ने पीछे मुड़कर नहीं देखा। उन्होंने भुवनेश्वर में 2023 एफआईएच हॉकी विश्व कप में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। उसी साल चेन्नई में एशियाई चैंपियंस ट्रॉफी और हांगझोऊ एशियाई खेलों में स्वर्ण पदक जीतने वाली टीम में भी थे।

सुखजीत ने भारत के लिए अब तक कुल 70 मैच खेले हैं, जिसमें उनके नाम 20 शानदार गोल हैं। बीते तीन-चार साल में सुखजीत कई बार प्लेयर ऑफ द मैच रहे। 2021 के टोक्यो ओलंपिक में अधूरा रहा मेडल का सपना तीन साल बाद सच हुआ, जब पेरिस ओलंपिक 2024 में भारतीय टीम में जरमनप्रीत सिंह, संजय, राज कुमार पाल और अभिषेक के साथ सुखजीत सिंह ने भी पदार्पण किया। टीम मैच जीतते हुए एक-एक पड़ाव पार कर रही थी, पर असली मौका वह चूक गई। सेमीफाइनल में जर्मनी से भारत को 3-2 से मात मिली, लेकिन 8 अगस्त को भारत ने 2-1 से स्पेन को हराकर ब्रॉन्ज मेडल अपने नाम किया। कप्तान हरमनप्रीत की अगुवाई में भारतीय टीम के लिए यह ओलंपिक यादगार रहा। पेरिस में टीम से जुड़ा हर शख्स खुशियां मना रहा था तो जालंधर में माता-पिता मिठाई बांट रहे थे। हर तरफ ढोल-नगाड़ों का शोर था।

ललित कुमार उपाध्याय : मेहनत और लगन से पाई सफलता

● **श्वेता सिंह**

ललित कुमार उपाध्याय का जन्म उत्तर प्रदेश के झांसी जिले में 3 नवंबर 1995 को हुआ। उनका परिवार साधारण पृष्ठभूमि से आता है, लेकिन ललित की खेल के प्रति रुचि और समर्पण ने उन्हें खास बना दिया। उनके माता-पिता ने हमेशा उनका साथ दिया और खेल की दिशा में उनकी मदद की। शुरुआत में ही उन्होंने हॉकी के प्रति अपनी रुचि और प्रतिबद्धता दिखाई। ललित कुमार उपाध्याय की प्रारंभिक शिक्षा झांसी में हुई। उनकी खेल के प्रति दीवानगी शुरू से स्पष्ट थी। स्कूल के दिनों में उन्होंने हॉकी का प्रशिक्षण लेना शुरू कर दिया था। उनके शिक्षकों और कोच ने उनकी प्रतिभा को पहचाना। उन्हें हॉकी में आगे बढ़ने के लिए प्रेरित किया। ललित ने मेहनत और लगन से भारतीय हॉकी टीम में अपनी विशेष पहचान बनाई। कॅरिअर की शुरुआत में एक दुर्भाग्यपूर्ण स्टिंग ऑपरेशन का शिकार होने से लेकर ओलंपिक में भारतीय टीम के स्ट्राइकर के रूप में विजेता का दर्जा हासिल करने तक का शानदार सफर ललित ने तय किया।

ललित कुमार उपाध्याय ने 2014 में भारतीय हॉकी टीम के लिए अपने कॅरिअर की शुरुआत की। उनकी तेज गति, शानदार ड्रिबलिंग और स्किल्स ने उन्हें टीम में एक महत्वपूर्ण खिलाड़ी बना दिया। उनकी मेहनत और प्रदर्शन ने उन्हें भारतीय हॉकी के सितारे के रूप में स्थापित किया। ललित की हॉकी खेलने की शैली आकर्षक और प्रभावशाली है। वह एक स्ट्राइकर के रूप में खेलते हैं। उनकी तेज गति और गेंद पर नियंत्रण ने उन्हें कई मैचों में महत्वपूर्ण गोल करने का मौका दिया। उनकी विशिष्टता उनकी खेल की समझ और रणनीति में भी नजर आती है। वह खेल के हर पहलू को समझते हैं। टीम को आवश्यक दिशा देने में सक्षम हैं।

ललित ने कॅरिअर में कई उपलब्धियां हासिल की हैं। 2018 में उन्होंने राष्ट्रमंडल खेलों में भारत को स्वर्ण पदक दिलाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। इसके अलावा वह 2016 और 2018 के एशियाई खेलों में भी भारतीय टीम का हिस्सा रहे। अंतर्राष्ट्रीय प्रतियोगिताओं के अलावा ललित की व्यक्तिगत उपलब्धियों में 2010 में कोलकाता के बीटन कप में, 2011 में बेंगलुरु लीग और 2012 में अखिल भारतीय विश्वविद्यालय जोनल में आयोजित टूर्नामेंट के वह सर्वश्रेष्ठ खिलाड़ी बने। ललित ने 2012 में ओबैदुल्ला गोल्ड कप, सुरजीत सिंह हॉकी टूर्नामेंट और नेहरू हॉकी टूर्नामेंट जैसे घरेलू टूर्नामेंटों में भाग लिया। 2017 में बांग्लादेश के ढाका में आयोजित पुरुष हॉकी एशिया कप में भी उनकी अहम भूमिका रही। उन्होंने कई गोल करके भारत को टूर्नामेंट में आगे बढ़ाया। मलेशिया के खिलाफ फाइनल मैच के 22वें मिनट में उनके गोल ने भारत को स्वर्ण पदक दिलाया।

ललित नीदरलैंड के ब्रेडा में आयोजित 2018 पुरुष हॉकी चैंपियंस ट्रॉफी में भाग लेने वाली टीम इंडिया का हिस्सा थे। सफलता की उनकी राह कड़ी मेहनत और दृढ़ संकल्प से बनी है। उनकी उपलब्धियां न केवल उनकी व्यक्तिगत मेहनत का प्रमाण हैं बल्कि भारतीय हॉकी की दमदार होती स्थिति का भी संकेत हैं। वर्तमान में ललित भारतीय हॉकी टीम के प्रमुख खिलाड़ी के रूप में जाने जाते हैं। उन्होंने अपने प्रदर्शन से सभी को प्रभावित किया है। भविष्य में भी उनकी योजना भारतीय हॉकी को नई ऊंचाई तक ले जाने की है। वह अपनी खेल की समझ को और बेहतर बनाने के लिए प्रयासरत हैं। ललित की कहानी हमें सिखाती है कि कठिन परिश्रम, समर्पण और जुनून के साथ किसी भी क्षेत्र में सफलता प्राप्त की जा सकती है। उनकी यात्रा प्रेरणा देती है कि अगर हम अपने सपनों को साकार करने के लिए ईमानदारी से मेहनत करें तो हमें सफलता मिलेगी।

मंदीप सिंह : भारतीय हॉकी की उभरता सितारा

• **राहुल गुप्ता**

मंदीप सिंह एक ऐसा नाम, जो भारतीय हॉकी की पहचान बन गया है। अपने कौशल और समर्पण से अंतरराष्ट्रीय हॉकी में हलचल मचा दी है। 25 जनवरी 1995 को पंजाब के जालंधर में जन्मे मंदीप का भारत के शीर्ष हॉकी खिलाड़ियों में से एक बनने का सफर उनकी कड़ी मेहनत और खेल के प्रति जुनून का प्रमाण है। मंदीप साधारण परिवार से थे। उनके माता-पिता ने छोटी उम्र से ही हॉकी में उनकी रुचि को प्रोत्साहित किया। मंदीप ने स्थानीय सुरजीत हॉकी अकादमी में खेलना शुरू किया, जहां अनुभवी प्रशिक्षकों के मार्गदर्शन में अपने कौशल को निखारा। इसी की बदौलत वह जल्द ही भारतीय जूनियर टीम में जगह पा गए। उन्होंने 2013 जूनियर विश्व कप में पदार्पण किया। जूनियर विश्व कप में मंदीप ने शानदार प्रदर्शन किया, जिसके चलते उन्होंने सीनियर टीम के चयनकर्ताओं का ध्यान खींचा। इसका फल यह हुआ कि 2013 में भारतीय राष्ट्रीय टीम का दरवाजा उनके लिए खुला।

वह 2016 में चैंपियंस ट्रॉफी में सिल्वर मेडल जीतने वाली टीम का हिस्सा बने। इसके अलावा मंदीप एशिया कप में गोल्ड मेडल जीतने वाली टीम में शामिल थे। अपने खेल के दम पर उन्होंने ओलंपिक, विश्व कप, एशियाई खेलों सहित कई अंतरराष्ट्रीय टूर्नामेंटों में भारत का प्रतिनिधित्व किया है।

मंदीप को कई उपलब्धियां प्राप्त हैं, जिसमें 2014 में एशियाई खेल में स्वर्ण पदक जीतना, 2018 चैंपियंस ट्रॉफी में पाकिस्तान के खिलाफ हैट्रिक बनाना, 2019 एफआईएच ओलंपिक क्वालीफायर जीतना। मंदीप साल 2022 में भारत के लिए सबसे ज्यादा गोल करने वाले खिलाड़ी बने। वह सबसे ज्यादा 13 गोल किए। इसी के साथ मंदीप को अर्जुन अवार्ड से सम्मानित किया गया है। वह अपनी गति, चपलता और गोल करने की क्षमता के लिए जाने जाते हैं, जो उन्हें भारतीय टीम के लिए एक महत्वपूर्ण खिलाड़ी बनाता है। वह कुशल फॉरवर्ड खिलाड़ी हैं, जो फ्रंट लाइन में कहीं भी खेल सकता है। दबाव में महत्वपूर्ण गोल करने की उनकी क्षमता ने उन्हें एक विश्वसनीय खिलाड़ी के रूप में स्थापित किया है।

इस दरम्यान मंदीप को कुछ चुनौतियों और विवादों का सामना भी करना पड़ा है। वह चोटों से जूझते रहे हैं। अधिक दबाव वाले मैचों में अपने प्रदर्शन के लिए आलोचना का सामना किया है। लेकिन असफलताओं से सीख लेते हुए वह आगे बढ़ते गए। भारत के कुशल फॉरवर्ड खिलाड़ी मंदीप ने पेरिस ओलंपिक 2024 में अर्जेंटीना के खिलाफ आक्रामक भूमिका निभाई। उन्हें स्कोरिंग के अवसर बनाने और अर्जेंटीना की रक्षा में किसी भी कमजोरी का फायदा उठाने का काम सौंपा गया। जिस तरह मैच आगे बढ़ता है उसी गति से अर्जेंटीना के लिए दिक्कतें बढ़ती हैं। मैच के 55वें मिनट में भारत को एक पेनाल्टी कॉर्नर मिलता है। मंदीप रिबाउंड का फायदा उठाने के लिए पूरी तरह तैयार रहते हैं। शुरुआती शॉट बचा लिया जाता है तो मंदीप तेजी से प्रतिक्रिया करते हैं। गेंद को गोलकीपर के पास से गुजरते हुए भारत को 2-1 की बढ़त दिलाते हैं।

मंदीप की गोल करने की क्षमता ने विरोधी डिफेंडरों को धराशायी कर दिया। इस कारण भारत ने अर्जेंटीना के खिलाफ 5-4 से जीत हासिल की। भारतीय हॉकी पर मंदीप का प्रभाव उनके ऑन फील्ड प्रदर्शनों से कहीं आगे तक फैला है। उन्होंने अपने कौशल और खेल के प्रति जुनून से युवा खिलाड़ियों की एक पूरी पीढ़ी को प्रेरित किया है। उनकी सफलता ने भारत में हॉकी को लोकप्रिय बनाने में मदद की है। मनदीप भारतीय हॉकी का चमकता सितारा हैं। वह देश को नई ऊंचाई पर ले जाने की दिशा में प्रयासरत हैं।

गुरजंत सिंह : अमृतसर का नाम किया रोशन

• **खुशी शाक्या**

अमृतसर के बारे में हम सभी ने सुना होगा। भारत के पंजाब राज्य में स्थित अमृतसर एक ऐतिहासिक और सांस्कृतिक रूप से समृद्ध शहर है। यह शहर सिख धर्म के लिए महत्वपूर्ण है। यहां सिखों का सबसे पवित्र धार्मिक स्थल स्वर्ण मंदिर (हरमंदिर साहिब) स्थित है। स्वर्ण मंदिर में हर रोज हजारों श्रद्धालु आते हैं। यह अपने अध्यात्म, कलात्मकता और पवित्र सरोवर के लिए प्रसिद्ध है। इसके अलावा अमृतसर का इतिहास भी बहुत समृद्ध है। यह शहर 1577 में गुरु राम दास जी, सिख धर्म के चौथे गुरु, के द्वारा स्थापित किया गया था। इसके अलावा अमृतसर जलियांवाला बाग हत्याकांड के लिए भी जाना जाता है, जो 1919 में ब्रिटिश शासन के दौरान हुआ था। यह भारतीय स्वतंत्रता संग्राम के इतिहास में एक अहम घटना थी। इस जिले से अनेक हस्तियां निकलीं। यहीं से आते हैं भारतीय हॉकी टीम के फॉरवर्ड खिलाड़ी गुरजंत सिंह। गुरजंत का जन्म 26 जनवरी 1995 को अमृतसर में हुआ था। वह एक भारतीय हॉकी खिलाड़ी हैं, जो फॉरवर्ड के रूप में खेलते हैं। वह उस भारतीय टीम का हिस्सा रहे हैं, जिसने 2016 में लखनऊ में आयोजित जूनियर हॉकी विश्व कप में स्वर्ण पदक जीता था। गुरजंत हांग्जो चीन में 2022 में आयोजित एशियाई खेल में स्वर्ण पदक जीतने वाली भारतीय टीम के सदस्य रहे। इसके अलावा उन्होंने भारतीय हॉकी टीम की कई जीत में योगदान दिया है और इसके लिए उनकी तारीफ भी की गई है।

गुरजंत का शुरुआती जीवन में ही हॉकी के प्रति लगाव हो गया। बचपन से ही हॉकी खेलने की शुरुआत की। पंजाब में हॉकी खेल का काफी महत्व है। बच्चों को हॉकी खेल में कॅरिअर बनाने के लिए प्रेरित किया जाता है। गुरजंत ने इस खेल में अपनी रुचि को बचपन में ही पहचान लिया था। स्थानीय स्तर पर खेलते हुए अपनी प्रतिभा को निखारा। अपने खेल के दम पर उन्होंने दिग्गजों का ध्यान अपनी ओर खींचा। आगे चलकर उसका लाभ मिला। क्रमवार उन्हें टीम में जगह मिली। उन्होंने भी निराश नहीं किया। गुरजंत को अंतरराष्ट्रीय टूर्नामेंटों में किए गए उम्दा प्रदर्शन से पहचान मिली। उच्च दबाव वाले मैचों में महत्वपूर्ण गोल करने की उनकी क्षमता ने उन्हें भारत के आक्रमणकारी लाइनअप में अहम खिलाड़ी बना दिया।

जूनियर स्तर पर सफलता के अलावा गुरजंत सुल्तान अजलान शाह कप, एशियाई खेलों और एफआईएच प्रो लीग जैसे प्रमुख टूर्नामेंटों में सीनियर राष्ट्रीय टीम का हिस्सा रहे हैं। उनकी स्पीड, कौशल और गोल करने की क्षमता ने उन्हें भारतीय हॉकी में एक विश्वसनीय फॉरवर्ड खिलाड़ी के रूप में स्थापित किया है। गुरजंत सिंह भारतीय हॉकी में अपनी प्रमुख भूमिका निभा रहे हैं। इससे टीम को दुनिया की शीर्ष टीमों में से एक के रूप में अपनी स्थिति बनाए रखने में मदद मिलती है। इसी कारण इस वर्ष हुए पेरिस ओलंपिक में उन्होंने और उनकी टीम ने भारत को गौरवान्वित करते हुए ब्रॉन्ज मेडल जीता।

गुजरंत कठिन मेहनत, समर्पण और खेल के प्रति अपने जुनून से भारतीय टीम में जगह बनाई है। उनके जैसे खिलाड़ियों की सफलता की कहानियां आम तौर पर छोटी जगहों से निकलने वाली या निकलने के लिए प्रयासरत प्रतिभाओं के लिए आइना दिखाने का काम करती हैं। एक तरह से गुरंजत उन खिलाड़ियों अथवा प्रतिभाओं के लिए एक मिसाल की तरह हैं जिनके पास हौसला और जज्बा तो होता है पर संसाधनों का अभाव होता है। ऐसी प्रतिभाएं अपने हौसले के दम पर खेल रूपी हुनर को एक न एक दिन दुनिया के सामने लाती हैं। तब कहीं जाकर उनकी सही पहचान हो पाती है।

नीरज चोपड़ा : भाला फेंक में भारत का मस्तक ऊँचा किया

● **अनुराग**

टोक्यो ओलंपिक में स्वर्ण पदक जीतकर नीरज चोपड़ा ने देश का नाम पूरी दुनिया में रोशन किया था। यह पदक नीरज चोपड़ा ने भाला फेंक खेल में 87.58 मीटर भाला फेंककर जीता था। वहीं से उन्हें गोल्डन ब्वॉय के नाम से प्रसिद्धि मिली। टोक्यो ओलंपिक 2020 ने उनको पूरे विश्व में चर्चित कर दिया। 10 मीटर एयर राइफल निशानेबाज अभिनव बिंद्रा के बाद नीरज चोपड़ा ओलंपिक में स्वर्ण पदक जीतने वाले दूसरे खिलाड़ी बने। 2024 के पेरिस ओलंपिक में नीरज दूसरे स्थान पर रहकर रजत पदक जीता।

नीरज चोपड़ा हरियाणा के पानीपत जिले के खंडरा गांव से आते हैं। 24 दिसंबर 1997 को जन्मे नीरज के पिता सतीश कुमार किसान हैं तो माता सरोज देवी गृहिणीं। नीरज 19 सदस्यों वाले संयुक्त परिवार में रहते थे। नीरज के पेशेवर खिलाड़ी बनने में उनके परिवार का बड़ा हाथ है। परिवार ने उनका हर कदम पर साथ दिया। खेलने के लिए प्रोत्साहित किया। नीरज का दाखिला ओपन स्कूल में कराने का फैसला किया ताकि नीरज खेल पर पूरा ध्यान दे सकें। नीरज परिवार के दुलारे रहे। उन्हें बहुत लाड़ प्यार से पाला गया। इस कारण उनका वजन उम्र के हिसाब से ज्यादा हो गया था। वजन कम करने के लिए नीरज को जिम भेजा गया। कुछ समय बाद पानीपत के शिवाजी स्टेडियम भेजा गया। वहां नीरज कसरत करते थे। माहौल अच्छा था। वहीं पर जैवलिन पहली बार नीरज के जीवन में आया। यह परिचय जयवीर ने कराया। नीरज ने जैवलिन का परीक्षण दिया। बिना किसी तैयारी के उन्होंने 40 मीटर दूर भाला फेंक दिया। जयवीर इससे प्रभावित हुए। उन्होंने नीरज को भाला फेंकना सिखाया। कुछ समय बाद नीरज के सामने दिक्कत दरपेश थी। जयवीर हमेशा के लिए जालंधर चले गए। तब तक नीरज पर जैवलिन का जुनून छा चुका था। उन्होंने खेल जारी रखने का फैसला किया। 14 साल की उम्र में नीरज पानीपत से पंचकूला के ताऊ देवीलाल स्पोर्ट्स कॉम्प्लेक्स पहुंच गए। पहली बार सिंथेटिक ट्रैक पर अभ्यास किया। कोच नसीम अहमद के अधीन प्रशिक्षण लिया।

जयवीर सिंह, नसीम अहमद, काशीनाथ नायक ने 2016 तक नीरज को प्रशिक्षण दिया। कलवर्ट और उवे हॉन जैसे विदेशी प्रशिक्षकों से भी सीखा। वह हर रोज सुबह पांच-छह बजे के बीच उठते हैं। दिन में दो प्रशिक्षण सत्र होते हैं। दिन में सात-आठ घंटे कसरत करते हैं। नींद का ध्यान रखते हुए सात-आठ घंटे सोते हैं। वह फोन का इस्तेमाल बहुत कम करते हैं। वह खिलाड़ी होने के साथ भारतीय सेना में फौजी हैं। भाला फेंक ने ही नीरज को सेना का फौजी बनाया। कॉमनवेल्थ खेल में कांस्य पदक विजेता रहे सूबेदार काशीनाथ ने नीरज की प्रतिभा को देखते हुए सेना के अफसरों से सिफारिश की। 2016 में सेना ने नीरज को राजपूताना राइफल्स में नायब सूबेदार रैंक के साथ जूनियर कमीशन ऑफीसर के रूप में नियुक्ति का प्रस्ताव दिया, जिसे नीरज ने स्वीकार कर लिया। वहां नीरज को मिशन ओलंपिक विंग के तहत प्रशिक्षण के लिए चुना गया। टोक्यो ओलंपिक में स्वर्ण पदक जीतने के बाद उन्हें 2021 में सूबेदार बना दिया गया। पेरिस ओलंपिक में रजत पदक जीतने पर उन्हें सूबेदार मेजर बनाया गया। नीरज के प्रशंसक उन्हें कमिश्नर रैंक से सम्मानित करने की मांग करते हैं। भारत सरकार ने नीरज को उनके खेल जगत में योगदान के लिए अनेक पुरस्कारों से सम्मानित किया। उन्हें 2018 में अर्जुन पुरस्कार, 2020 में विशिष्ट सेवा पदक, 2021 में मेजर ध्यानचंद खेल रत्न पुरस्कार, 2022 में पद्‌मश्री, 2022 में परम विशिष्ट सेवा पदक से सम्मानित किया गया है।

मनु भाकर : कम उम्र में पक्का निशाना

● **दिव्या**

हरियाणा अपने मुक्केबाजों और पहलवानों के लिए जाना जाता है, लेकिन पेरिस ओलंपिक 2024 के बाद इसमें निशानेबाजी की धुरंधर खिलाड़ी मनु भाकर का नाम भी जुड़ गया है। मनु का जन्म 18 फरवरी 2002 को हरियाणा के झज्जर में हुआ था। उन्होंने स्कूल में टेनिस, स्केटिंग और मुक्केबाजी के साथ थांग ता नामक मार्शल आर्ट में भाग लिया। राष्ट्रीय स्तर पर पदक जीते। मनु किशोरावस्था से ही खेलों में तेज रही हैं। 14 वर्ष की उम्र में एक दिन अचानक शूटिंग में हाथ आजमाने का फैसला किया। रियो 2016 ओलंपिक खत्म होने के बाद उन्हें निशानेबाजी पसंद आने लगी। मनु ने पिता से अपना हुनर निखारने के लिए स्पोर्ट्स शूटिंग पिस्टल लाने के लिए कहा। पिता राम किशन भाकर ने बेटी के लिए बंदूक खरीदी। बेटी ने हुनर को निखारने के लिए काम किया। 2017 में राष्ट्रीय शूटिंग चैंपियनशिप में मनु ने ओलंपियन हीना सिद्धू को चौंकाया। मनु ने 242.3 का रिकॉर्ड स्कोर बनाकर सिद्धू का रिकॉर्ड तोड़ते हुए 10 मीटर एयर पिस्टल फाइनल में जीत हासिल की। इस जीत ने लोगों को जोश से भर दिया। इस जीत के बाद मनु ने अपनी उड़ान रुकने नहीं दी। उन्होंने 2017 एशियाई जूनियर चैंपियनशिप में रजत पदक जीता। इसी के साथ अगले वर्ष मेक्सिको के ग्वाडलजारा में आईएसएसएफ विश्व कप में पदार्पण करते हुए क्वालीफिकेशन राउंड जूनियर में विश्व रिकॉर्ड तोड़कर महिलाओं की 10 मीटर एयर पिस्टल के फाइनल में प्रवेश किया, जहां विरोधियों को पछाड़ते हुए स्वर्ण पदक जीता। महज 16 साल की उम्र में वह आईएसएसएफ विश्व कप में स्वर्ण पदक जीतने वाली सबसे कम उम्र की भारतीय बनीं। इसके बाद मनु ने ओम प्रकाश मिथरवाल के साथ मिलकर 10 मीटर एयर पिस्टल मिश्रित टीम स्पर्धा में दूसरा स्वर्ण पदक जीता।

एक महीने बाद ऑस्ट्रेलिया के गोल्ड कोस्ट में 2018 के राष्ट्रमंडल खेलों में मनु ने महिलाओं की 10 मीटर एयर पिस्टल में स्वर्ण पदक जीतकर नया रिकॉर्ड बनाया। दूसरे आईएसएसएफ जूनियर विश्व कप में 10 मीटर एयर पिस्टल में एक और स्वर्ण अपने नाम किया तो मिश्रित टीम स्पर्धा में कांस्य पदक जीता। 10 मीटर एयर पिस्टल में स्वर्ण जीतने वाली वह युवा ओलंपिक में पहली भारतीय निशानेबाज और देश की पहली महिला एथलीट बनीं। इसके बाद मनु और सौरभ चौधरी की जोड़ी ने 2019 में सभी तीन आईएसएसएफ विश्व कप में मिश्रित टीम स्वर्ण पदक जीते। चीन में हुए विश्व कप फाइनल में व्यक्तिगत और मिश्रित टीम दोनों में स्वर्ण पदक पर कब्जा जमाया। मनु ने 2021 में नई दिल्ली आईएसएसएफ विश्व कप में 10 मीटर एयर पिस्टल में स्वर्ण और रजत तो 25 मीटर एयर पिस्टल में कांस्य पदक जीता। इस बीच वह कई अंतर्राष्ट्रीय प्रतियोगिताओं में कई पदक अपने नाम किया।

पेरिस ओलंपिक में 10 मीटर एयर पिस्टल में 221.7 अंकों के साथ वह तीसरे स्थान पर रहीं। इसी के साथ मनु पेरिस ओलंपिक में पदक जीतने वाली पहली और निशानेबाजी में पदक हासिल करने वाली पहली भारतीय महिला खिलाड़ी बनीं। यहां उन्होंने कांस्य पदक अपने नाम किया। महिलाओं की 25 मीटर पिस्टल स्पर्धा में भाग लेने के लिए उन्हें चुना गया। वह 21 सदस्यीय भारतीय निशानेबाजी टीम की एकमात्र एथलीट थीं, जिन्होंने कई व्यक्तिगत स्पर्धाओं में भाग लिया। वैसे कई बार मनु का निशाना चूका भी है। इसके बावजूद कम उम्र में उनके खाते में अनेक सफलताएं दर्ज हैं। उनने कई नए रिकॉर्ड बनाए और कइयों के रिकॉर्ड तोड़े।

सरबजोत सिंह : पिता से जिद और शूटिंग में महारत

• **जया**

बिना मेहनत किए सपने पूरे नहीं होते। सपनों की उड़ान के लिए मेहनत की लगाम खींचना जरूरी है। अंबाला एक ऐसा शहर है, जो हरियाणा और पंजाब की सीमा पर स्थित है। वह उत्तर भारत का बेहतरीन संगम स्थल है। वहां इतिहास, सेना की शक्ति और जीवंत बाजारों का अनोखा मिश्रण मिलता है। एक ऐसा शहर जहां से न जाने कितने बड़े नाम निकले। मिल्खा सिंह, राजेंद्र कुमार, पं. मदन मोहन मालवीय, जूही चावला आदि। इसी शहर में 30 सितंबर 2001 को एक सामान्य परिवार में जन्म हुआ था आज के ओलंपिक मेडलिस्ट सरबजोत सिंह का। उनके पिता जतिंदर सिंह किसान हैं और मां हरदीप कौर गृहिणी। सरबजोत ने अपनी पढ़ाई चंडीगढ़ के डीएवी कॉलेज से पूरी की है। वह शुरुआत में फुटबॉलर बनना चाहते थे, लेकिन एक समर कैंप के दौरान उनकी दिलचस्पी दूसरे खेल की तरफ बढ़ी जब उन्होंने बच्चों को पिस्तौल से निशाना साधते देखा। इस अनुभव ने उनके दिमाग पर गहरा असर डाला। उन्हें शूटिंग करने की दिशा में प्रेरित किया। हालांकि उनके पिता नहीं चाहते थे कि बेटा शूटिंग करे, पर बेटे के आगे उनकी एक न चली।

सरबजोत ने अपने पहले जिला स्तरीय टूर्नामेंट में रजत पदक जीतने के बाद अभिषेक राणा से पेशेवर प्रशिक्षण लेना शुरू किया। वह 2016 से उनके प्रशिक्षक हैं। सरबजोत ने एक इंटरव्यू में बताया कि शुरुआत में उन्हें एक वक्त का भोजन करने के लिए भी मुश्किल से समय मिलता था। दिन शूटिंग रेंज और ट्रेनिंग में कब खत्म हो जाता था, पता ही नहीं चलता था। 2021 जूनियर विश्व चैंपियनशिप में सरबजोत ने टीम और मिश्रित दोनों स्पर्धाओं में स्वर्ण पदक हासिल किया। दिसंबर 2022 में मध्य प्रदेश की शूटिंग अकादमी ऑफ एक्सीलेंस में आयोजित 65वीं राष्ट्रीय शूटिंग चैंपियनशिप में टीम स्पर्धा में जीत हासिल करते हुए दो स्वर्ण पदक हासिल किए। उन्होंने मार्च 2023 में विश्व कप के पहले फाइनल मैच में 16-0 के परफेक्ट स्कोर के साथ स्वर्ण पदक हासिल कर और भी बेहतर प्रदर्शन किया। प्रतियोगिता के दौरान वह 585 अंकों के साथ शीर्ष स्कोरर के रूप में उभरे तथा कुल 253.2 अंकों के साथ प्रथम स्थान प्राप्त किया।

23 वर्ष की उम्र में पहली बार सरबजोत ने ओलंपिक में हिस्सा लिया। 2023 में उन्होंने दक्षिण कोरिया में 15वीं एशियाई निशानेबाजी चैम्पियनशिप में कांस्य पदक जीतकर भारत के लिए ओलंपिक कोटा हासिल किया। 23 वर्षीय इस खिलाड़ी ने उसी साल भोपाल में आईएसएसएफ विश्व कप में 10 मीटर एयर पिस्टल स्पर्धा में स्वर्ण पदक जीता। इस साल ओलंपिक में हर खिलाड़ी की तरह सरबजोत भी देश के लिए गोल्ड जीतने के सपने के साथ आए, लेकिन कुछ प्वाइंट से चूकने की वजह से वह टॉप 8 में जगह नहीं बना सके। गोल्ड मेडल से चूकने के बाद भी सरबजोत ने हौसला बनाए रखा और 10 मीटर एयर पिस्टल मिश्रित टीम प्रतियोगिता में मनु के साथ देश के लिए कांस्य पदक जीता। 2020 के टोक्यो ओलंपिक में भारत की शूटिंग टीम एक भी मेडल हासिल नहीं कर सकी, लेकिन इस बार के ओलंपिक मे उसने अपनी ताकत का भरपूर प्रदर्शन किया। सरबजोत ने यूसुफ डिकेक के प्रति अपने प्रशंसक होने का खुलासा करते हुए कहा कि वह 2011 से तुर्की के इस निशानेबाज को प्रेरणा के रूप में देखते आ रहे हैं। सरबजोत ने अपनी यात्रा में कई बार असफलताओं का सामना किया है। ध्यान और त्रटक नामक योग तकनीक ने उनकी मदद की। एक इंटरव्यू में उन्होंने कहा कि मैच से पहले वह ध्यान केंद्रित करने लिए इसका प्रयोग करते हैं। वैसे अब सरबजोत की नजर 2028 मे होने वाले ओलंपिक में देश के लिए स्वर्ण पदक जीतने की है।

स्वप्निल कुसाले : बचपन से दिखाई निशानेबाजी में रुचि

● **अरविंद**

स्वप्निल कुसाले प्रमुख भारतीय निशानेबाज हैं, जिन्होंने भारतीय शूटिंग के क्षेत्र में अपनी पहचान बनाई है। स्वप्निल ने कठिन परिस्थितियों और चुनौतियों का सामना करते हुए अपने लक्ष्य की ओर बढ़ते हुए सफलता हासिल की है। स्वप्निल का जन्म 9 मई 1995 को महाराष्ट्र के कोल्हापुर जिले में हुआ। उनका परिवार एक मध्यवर्गीय परिवार था। प्रारंभिक जीवन में उन्हें आर्थिक कठिनाइयों का सामना करना पड़ा। उनके पिता किसान थे। परिवार की आर्थिक स्थिति अच्छी नहीं थी। इसके बावजूद स्वप्निल के माता-पिता ने उनकी शिक्षा और खेल के प्रति जुनून को प्रोत्साहित किया।

स्वप्निल ने बचपन से निशानेबाजी में रुचि दिखाई। आधुनिक सुविधाएं और उपकरण न होने के बावजूद उनकी लगन, मेहनत, इच्छाशक्ति और दृढ़ संकल्प ने उन्हें निशानेबाजी के क्षेत्र में आगे बढ़ाया। स्वप्निल ने अपने कॅरिअर की शुरुआत महाराष्ट्र राज्य स्तर की प्रतियोगिताओं में भाग लेकर की। उन्होंने पहली बड़ी सफलता 2014 में महाराष्ट्र राज्य शूटिंग चैंपियनशिप में हासिल की, जहां उन्होंने स्वर्ण पदक जीता। इस जीत ने उन्हें राष्ट्रीय स्तर पर पहचान दिलाई। वह राष्ट्रीय निशानेबाजी टीम के लिए चुने गए। 2016 में उन्होंने भारतीय टीम के साथ अंतर्राष्ट्रीय प्रतियोगिताओं में भाग लिया। पहली अंतर्राष्ट्रीय प्रतियोगिता में स्वर्ण पदक जीता। इस सफलता ने उन्हें देश-विदेश में पहचान दिलाई।

स्वप्निल ने 2018 में कॅरिअर की बड़ी सफलता तब हासिल की, जब एशियाई खेलों में स्वर्ण पदक जीता। इस जीत ने उन्हें भारतीय निशानेबाजी में अहम स्थान पर पहुंचा दिया। इसके बाद उन्होंने कई राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय प्रतियोगिताओं में सफलता हासिल की। उन्होंने 2024 के पेरिस ओलंपिक में पुरुषों की 50 मीटर राइफल तीन पोजीशन स्पर्धा में कांस्य पदक जीता। इसके साथ ही ओलंपिक में शूटिंग श्रेणी में पदक जीतने वाले पहले भारतीय निशानेबाज बनकर सामने आए।

स्वप्निल की सफलता के पीछे उनके कोच और प्रशिक्षकों का खासा योगदान है। प्रशिक्षकों ने उन्हें मानसिक मजबूती और तकनीकी दक्षता के साथ-साथ खेल के लिए आवश्यक अनुशासन सिखाया है। कठिन परिस्थितियों में स्थिर और आत्मविश्वास बनाए रखने की कला सिखाई है, जो उनकी सफलता का बड़ा कारण है। स्वप्निल की सफलता ने अनेक युवाओं को इस खेल में कॅरिअर बनाने के लिए प्रेरित किया है। अपने क्षेत्र और देश के लोगों को दिखाया है कि कठिन परिश्रम और दृढ़ संकल्प से तय लक्ष्य हासिल किया जा सकता है। स्वप्निल ने जीत से अर्जित धन को परिवार और समुदाय के लोगों के लिए उपयोग किया है। वह कई सामाजिक कार्यों में भाग लेते हैं।

2015 में इस ओलंपिक कांस्य पदक विजेता को पुणे में भारतीय रेलवे में टिकट कलेक्टर के पद पर नियुक्त किया गया। इससे उन्हें शूटिंग के लिए राइफल सहित अन्य चीजें खरीदने में मदद मिली। स्वप्निल ने संघर्षों से सीखा है कि किसी भी लक्ष्य को पाने के लिए धैर्य और निरंतर प्रयास आवश्यक है। उनका जीवन संघर्ष और धैर्य को रेखांकित करता है। स्वप्निल ने अपने खेल में उत्कृष्टता प्राप्त करने के साथ देशवासियों को गर्व महसूस कराया है। स्वप्निल को ओलंपिक मैच खेलते देख केदारनाथ अग्रवाल की कविता की कुछ पंक्तियां याद आ रही हैं-

मैंने उसको, जब-जब देखा
लोहा देखा, लोहे जैसा तपते देखा
गलते देखा, ढलते देखा
मैंने उसको गोली जैसा चलते देखा!

अमन सहरावत : सुशील को देखकर कुश्ती में दांव लगाया

• **समीर सिंह**

हमारे जीवन का कुछ लक्ष्य है। इस बात की अनुभूति तब होती है जब हम किसी से प्रेरणा लेते हैं या उस व्यक्ति के मिलने से पहले ही प्रेरणा की खोज में जुट जाते हैं। समय समयांतर पर उससे सीख लेते हैं, पर कैसा हो जब वही व्यक्ति हमारे लक्ष्य और हमारे बीच सबसे बड़ी चुनौती बनकर खड़ा हो? अमन सहरावत का जीवन भी कुछ इसी प्रकार है। 2024 पेरिस ओलंपिक में उन्होंने 57 किलो वर्ग कुश्ती में कांस्य पदक जीतकर भारत की कुश्ती में पदक लाने की परंपरा को कायम रखा। साथ ही 21 वर्ष की आयु में पदक हासिल कर वह ओलंपिक में पदक लाने वाले सबसे कम आयु के भारतीय एथलीट बन गए।

अमन का जन्म हरियाणा के झज्जर जिले के गांव बिरोहर में हुआ। सुशील कुमार के लंदन 2012 ओलंपिक में मेडल लाने के बाद उन्होंने अपने पिता के सामने कुश्ती सीखने की इच्छा प्रकट की। पिता ने अमन को दिल्ली के छत्रसाल स्टेडियम में दाखिला दिलाया। कुश्ती शुरू किए उन्हें एक साल भी नहीं हुआ था जब उनकी माता का निधन हो गया। कुछ महीने बाद पिता भी उनसे दूर हो गए। निजी वेदनाओं को उन्होंने अखाड़े की ओर मोड़ दिया। उन्होंने तय किया कि अखाड़े में अगर वह बेहतर कर पाएंगे, वही माता-पिता को याद करने की दिशा में सबसे बेहतर होगा। यही वजह रही कि उन्होंने मेहनत की और अनेक उपलब्धियां हासिल की। इसमें 2018 कैडेट विश्व चैंपियनशिप में 51 किलो और 55 किलो के दोनों वर्गों में कांस्य पदक जीता। इसी के साथ कैडेट एशियन चैंपियनशिप में स्वर्ण पदक जीता। 2022 में उन्होंने 57 किलो अंडर 23 वर्ग में एशिया चैंपियनशिप में स्वर्ण पदक जीता। उसी वर्ष वह भारत के पहले अंडर 23 विश्व चैंपियन भी बने।

2020 टोक्यो ओलंपिक में जब रवि दहिया ने पदक जीता तो वह अमन के लिए प्रेरणास्रोत बन गए। उनके जैसा बनने के लिए अमन ने कड़ी मेहनत की। 2023 में जब एक तरफ अमन एशियन कुश्ती चैंपियनशिप में कांस्य पदक जीत कर अपनी पहचान मजबूत कर रहे थे तो दूसरी तरफ रवि चोट से जूझ रहे थे। समान वजन वर्ग होने के कारण यह बात अपरिहार्य थी कि अमन और रवि एक साथ रिंग में भिड़ेंगे और ऐसा ही हुआ। अमन बचपन से जीवन की चुनौतियों से लड़ रहे थे। सबसे पहले वह अचानक गुजर गए माता-पिता से खाली हुए स्पेस को भरने में परेशान रहे। फिर अपनी पहचान बनाने की लड़ाई लड़ी, जहां अमन को अपने ही आदर्श रवि से लड़ना था ताकि वह पेरिस ओलंपिक में अपनी जगह बना पाएं। अमन ने रवि को पछाड़ कर अपनी जगह पेरिस ओलंपिक के 57 किलो वर्ग में सुनिश्चित की।

अमन अपने खेल की शैली में आक्रामक हैं और डिफेंस उनका कमजोर पक्ष है। पेरिस ओलंपिक से पहले उन्हें अपने डिफेंस को मजबूत करना था ताकि वह विश्व स्तर पर किसी तरह की कमी न छोड़ें। उनकी दीवार पर पदक की एक कटआउट है। उसके ऊपर लिखा है कि अगर यह आसान होता तो यह सबके पास होता। अमन ने अपनी डाइट और ट्रेनिंग पर विशेष ध्यान दिया और वाकई उसमें कोई कमी नहीं छोड़ी। अमन ने डेरियन क्रूज को 13.5 से हराकर ओलंपिक में कांस्य पदक हासिल किया। अमन ने वहां जगह बनाई, जहां से उन्हें प्रेरणा मिली थी, उन्होंने अपने आदर्शों के बराबर के स्थान को प्राप्त किया। अमन से जब पूछा गया कि क्या वह अपनी तस्वीर सुशील सिंह और रवि दहिया के समक्ष देख खुश होंगे तब उन्होंने कहा कि अब उनका लक्ष्य 2028 में होने वाले लॉस एंजिल्स का ओलंपिक है, जिसके लिए वह कड़ी मेहनत करेंगे।

विनेश फोगाट : भारतवासियों के लिए वह हमेशा चैंपियन हैं...

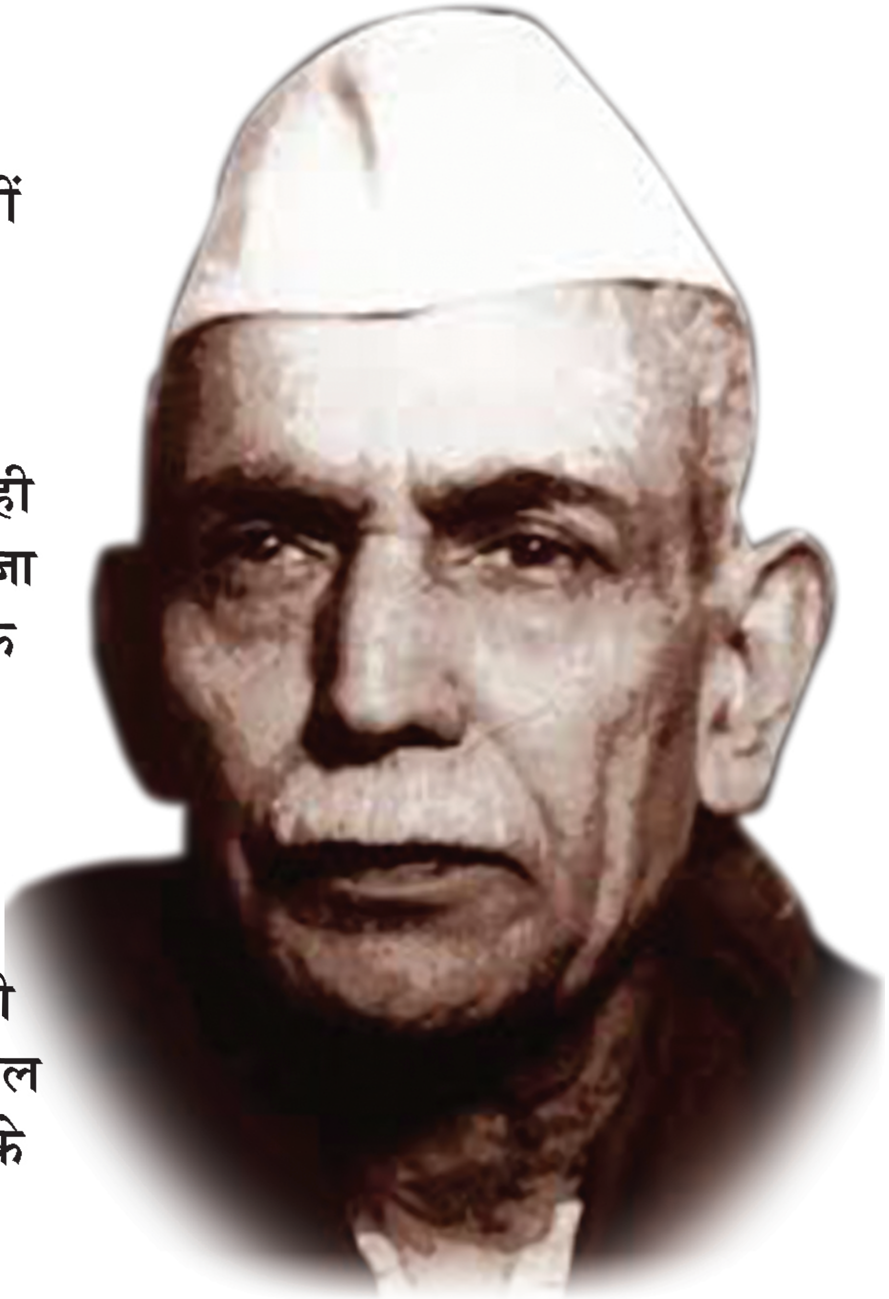
• **खुशी वशिष्ठ**

आने वाले दिन भारत का स्वर्ण पदक जीतने का सपना पूरा होगा। छह अगस्त 2024 की रात को सब इस उम्मीद से सोए थे, लेकिन सात अगस्त की सुबह सब जगह एक ही खबर थी। इस खबर ने देश की उम्मीद को तोड़ दिया। यह खबर थी–'विनेश फोगाट पेरिस ओलंपिक में अयोग्य घोषित, फाइनल नहीं खेल पाएंगी।' स्वर्ण पदक के सपने पर 100 ग्राम वजन भारी पड़ गया। भारतीय महिला कुश्ती में विनेश से बड़ा नाम शायद ही किसी का होगा। विनेश हरियाणा के पहलवान परिवार से आती हैं। उनका जीवन शुरू से कुश्ती करते हुए बीता है। विनेश ने महज नौ साल की उम्र में पिता को खो दिया था। मां कैंसर पीड़ित हैं। कोच और ताऊ महावीर सिंह फोगाट के प्रशिक्षण में विनेश ने कुश्ती के दांव-पेंच सीखे। खुद को निखारा। इसके बाद विनेश के अजेय बनने का सिलसिला शुरू हुआ। शुरुआत नई दिल्ली में 2013 में एशियाई कुश्ती चैंपियनशिप में 52 किलोग्राम भार वर्ग में कांस्य पदक जीतने के साथ हुई। दक्षिण अफ्रीका के जोहानसबर्ग में राष्ट्रमंडल कुश्ती चैंपियनशिप में 51 किलो भार वर्ग में रजत पदक तो कॉमनवेल्थ गेम 2014 में 48 किलोग्राम भार वर्ग में स्वर्ण पदक जीता। यह उनका पहला बड़ा अंतर्राष्ट्रीय खिताब था। 2014 में दक्षिण कोरिया के इंचियोन में हुए एशियाई खेलों में उन्हें कांस्य पदक हासिल हुआ।

रियो ओलंपिक 2016 में वह क्वार्टर फाइनल तक पहुंचीं, लेकिन पदक नहीं जीत सकीं। इसकी मुख्य वजह बनी उनके दाहिने घुटने की चोट। इसके बाद वह दोगुने साहस के साथ लौटीं और 2018 के गोल्ड कोस्ट कॉमनवेल्थ गेम और जकार्ता में एशियन गेम में लगातार दो स्वर्ण पदक जीते। इसी के साथ उन्होंने 53 किलोग्राम वर्ग में खेलने का निश्चय किया। एशियन रेसलिंग चैंपियनशिप में कांस्य पदक और नूर सुल्तान में वर्ल्ड चैंपियनशिप में पहला कांस्य पदक अपने नाम किया। इसी बीच उन्हें दूसरा झटका मिला। वह टोक्यो ओलंपिक 2020 में बेलारूस की खिलाड़ी से मुकाबला हारकर बाहर हो गई। कुछ समय बाद विनेश ने 2022 में मैदान में वापसी की। उन्होंने बेलग्रेड में वर्ल्ड रेसलिंग चैंपियनशिप 2022 में कांस्य पदक और बर्मिंघम में कॉमनवेल्थ गेम में स्वर्ण पदक के साथ सफलता का स्वाद चखा।

इसी दरम्यान जनवरी 2023 में महिला कुश्ती फेडरेशन में यौन उत्पीड़न का मामला सामने आया। इस प्रकरण में हुए आंदोलन का नेतृत्व विनेश सहित कुछ खिलाड़ियों ने किया। इस दौरान आरोप-प्रत्यारोप का दौर चला। विनेश को चोट भी लगी। उनको ट्रोल किया गया। इसी बीच पेरिस ओलंपिक की शुरुआत हुई। विनेश के पास अपने आपको साबित करने का बड़ा मौका था। उन्होंने 50 किलोग्राम भार वर्ग को चुना। 6 अगस्त को विश्व चैंपियन युईसुसाकी को हराकर विनेश ने इतिहास रच दिया। इसके बाद विनेश ने यूरोपीय पदक चैंपियन ओक्साना लिवाच और पैन-अमेरिकन गेम्स चैंपियन युस्नेलिस गुजमैन लोपेज को हराकर फाइनल में जगह पक्की की। इस जीत के बाद वह रूम में पहुंचीं तो अपना वजन कुछ ज्यादा पाया। अपना वजन कम करने में जी जान लगा दी। सुबह वजन करने पर 100 ग्राम वजन अधिक पाया गया। कुश्ती का नियम है-अगर आप तय वजन से 10 ग्राम भी अधिक हैं तो खेलने के लिए आपको अयोग्य घोषित कर दिया जाएगा। वही विनेश के साथ हुआ। उन्हें रजत पदक से भी वंचित कर दिया गया। आप खुद को विनेश की जगह रखकर सोचिए कि कैसा लगा होगा जब आप चरम पर पहुंच कर धड़ाम से नीचे गिर जाएं? आखिरकार 8 अगस्त को विनेश ने कुश्ती से सन्यास की घोषणा कर दी। विनेश बहादुर हैं। उन्हें भले इस ओलंपिक में मेडल न मिला हो लेकिन वह हमेशा चैंपियन रहेंगी।

"समाचार पत्रों के सेवक को अपनी कलम तलवार से कहीं अधिक सावधानी से उठानी पड़ती है। तलवार की पीड़ा प्रारंभ में ही होती है, अतः घाव के पूरा होने के पहले ही वार बचाने का यत्न किया जा सकता है। किंतु पत्र-सम्पादक के प्रहार का अनुभव, नाश और हानि के साथ होता है। इसलिए इस दिशा में कलम उठाने वाले की दृष्टि, परिणाम पर सतत लगी रहनी चाहिए। नियुक्त शिक्षक केवल अपनी नियुक्ति करने वाले के सामने उत्तरदायी है, किंतु पत्र-सम्पादक समस्त देश के सामने उत्तरदायी होता है क्योंकि उसके हाथ में देश का हित और अहित होता है।"



माखनलाल चतुर्वेदी

(4 अप्रैल 1889–30 जनवरी 1968)

सभापति-भरतपुर हिंदी संपादक सम्मेलन 1927

व्याख्यान का संपादित अंश