मार्शल आर्ट

//

मार्शल आर्ट

मार्शल आर्ट पारंपरिक युद्ध प्रणाली है, जिसका अभ्यास शारीरिक, मानसिक, आध्यात्मिक विकास और आत्मरक्षा जैसे विभिन्न उद्देश्यों के लिये किया जाता है।

ह्यूएन लैंगलॉन (मणिपुर)

- **अर्थ:** ह्यूएन (युद्ध) लैंगलॉन (ज्ञान)
- **घटक:** थांग-टा (सशस्त्र युद्ध) और सरित सरक (निहत्थे युद्ध)
- **शस्त्र:** थांग (तलवार) और ता (भाला)

लाठी खेला (पश्चिम बंगाल)

- **लाठियाल:** लाठी खेला का अभ्यासकर्त्ता
- **शस्त्र: लाठी** (विश्व के सबसे पुराने शस्त्रों में से एक)

गतका (पंजाब)

- घातक **शस्त्र विद्या** का टोंड-डाउन संस्करण।
  - तेज़ तलवारों (शास्त्र विद्या) का स्थान लकड़ी की छड़ियों और ढाल (गतका) ने ले लिया
- **सिख गुरुओं की भूमिका:** छठे सिख गुरु हरगोबिंद ने आत्मरक्षा के लिये 'कृपाण' को अपनाया था।
  - हालाँकि 10वें गुरु गोबिंद सिंह ने इसे सभी के लिये अनिवार्य कर दिया।
- **शस्त्र:** तलवार और लाठियाँ
- **गतका फेडरेशन ऑफ इंडिया की स्थापना:** वर्ष 2018

कलारीपयट्टू (केरल)

- यह सबसे पुरानी युद्ध प्रणालियों में से एक है
- **विशेषताएँ:** इस कला रूप में मॉक ड्यूल्स (सशस्त्र व निहत्थे युद्ध) और शारीरिक व्यायाम शामिल हैं।
  - फुटवर्क पर ध्यान दिया जाता है
- **कलारी (युद्धक्षेत्र):** वह स्थान, जहाँ इस मार्शल आर्ट का अभ्यास किया जाता है
- **शस्त्र:** प्रहार करना, किक मारना

मल्लखंब (मध्यप्रदेश और महाराष्ट्र):

- **विशेषताएँ:** एक जिमनास्ट एक ऊर्ध्वाधर काष्ठ स्तंभ पर **हवाई योग (Aerial Yoga)** करता है
- **अर्थ:** मल्ल (पहलवान) खंब (पोल)
- **उत्पत्ति:** भारतीय उपमहाद्वीप

सिलंबम (तमिलनाडु)

- शस्त्रों की एक विस्तृत श्रृंखला के उपयोग की अनुमति देता है
  - **विशेषताएँ:** जानवरों की गतिविधियों (साँप, बाघ और चील) की रणनीति को शामिल करता है
  - **के द्वारा निर्मित:** भगवान मुरुग [भगवान शिव (कार्तिकेय) और ऋषि अगस्त्य के पुत्र]
  - **विस्तार:** तमिलनाडु से मलेशिया तक

काठी सामू (आंध्रप्रदेश)

- **शस्त्र:** विभिन्न प्रकार की तलवारें
- **गरदी:** वह स्थान, जहाँ काठी सामू का प्रदर्शन किया जाता है
- **स्टिक फाइट (वैरी):** तलवार की लड़ाई के अग्रगामी के रूप में एक महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाती है।

पाइक अखाड़ा (ओडिशा)

- **अर्थ:** योद्धा विद्वान
- **शारीरिक गतिविधि:** ढोल की थाप के साथ तालमेल बिठाने वाले हथियारों का उपयोग किया जाता है।

परी खंडा (बिहार)

- यह मार्शल आर्ट **छऊ नृत्य** (यूनेस्को की मानवता की अमूर्त सांस्कृतिक विरासत) का आधार है।
  - **अर्थ:** परी (ढाल) खंडा (तलवार)
  - **के द्वारा निर्मित:** राजपूत
  - **शस्त्र:** तलवार और ढाल

ठोडा (हिमाचल प्रदेश)

- मार्शल आर्ट, खेल और संस्कृति का मिश्रण
  - **फोकस:** तीरंदाजी का कौशल
  - **प्रदर्शन:** बैसाखी (13 और 14 अप्रैल)
  - **शस्त्र:** धनुष और तीर
  - **शामिल समूह:** पाशिस (पांडव) साथी (कौरव)

नोट

- विभिन्न **भारतीय मार्शल आर्ट**, वर्तमान में सेना की रेजिमेंटों के नियमित प्रशिक्षण का भाग हैं।
- **युवा मामले और खेल मंत्रालय** ने 4 स्वदेशी मार्शल आर्ट रूपों- **कलारीपयट्टू, मल्लखंब, गतका तथा थांग-ता** को **खेलो इंडिया यूथ गेम्स (KIYG)** में शामिल किया है।

Drishti IAS

और पढ़ें: [भारत में मार्शल आर्ट के रूप]

PDF Refernece URL: https://www.drishtiias.com/hindi/printpdf/martial-art-2