Unity Journal
Vol. III, 375-388, 2022
Doi:https://doi.org/10.3126/unityj.v3i01.43339
Prithvi Narayan Shah Research Center
Directorate General of Military Training, Nepali Army
Kathmandu, Nepal

नेपालको गौरव : खेलकुदमा सेना

नारायण प्रसाद न्यौपाने

लेखसार

खेलकुद आधुनिक समाजको अभिन्न अङ्ग हो। व्यक्ति, समाज र समुदायलाई अनुशासित र स्वस्थ्य बनाउन मद्दत गर्ने खेलकुदको विकासलाई अहिले देश विकासकै प्रमाणका रूपमा हेरिन्छ। पछिल्लो समयमा नेपाली खेलकुदका थुप्रै विधामा अग्रपङ्क्तिमा रहेर देशको गौरव बनेको नेपाली सेनाले यो अवस्थामा आइपुग्न थुप्रै आरोह अवरोहको सामना गर्नुपरेको छ । समस्या कथनः नेपालको खेलकुद विकासमा सेनाको योगदान कस्तो छ र कसरी ऊ यो अवस्थामा पुग्यो भन्ने मूल प्रश्नको खोजीमा यो अनुसन्धान केन्द्रित छ । उद्देश्यः नेपालको खेलकुदमा सेनाको सहभागिता र यसको विकासमा उसले पुर्‍याएको योगदानको अन्वेषण गर्नु यस शोधको उद्देश्य हो । अनुसन्धान विधिः यसमा मूलतः गुणात्मक अनुसन्धान विधिको अनुसरण गरिएको छ । उपलब्ध प्रकाशित वा अप्रकाशित कृतिबाट प्राप्त माध्यमिक तथ्य वा आंकडाको विश्लेषण यो शोधको निष्कर्शका आधार हो । अनुसन्धान सीमाः यस अध्ययनले नेपालको खेलकुद र सेनाको सहभागिताको इतिहासलाई प्रस्तुत गरेको छ । कुनै खेलविशेषको इतिहासलाई यसले सम्बोधन गर्दैन । व्याख्या र विश्लेषणः वि सं २००७ अघि केही घरानिया सौखिन युवाहरूको प्रयास, सोख र रहरमा सीमित नेपालको खेलकुदले त्यसको लगत्तैपछि बामे सर्न सुरु गरे पनि २०१५ सालपछि भने खुट्टा चलाउन सुरु गरेको हो। औपचारिक नीति, नियम, प्रशिक्षण र प्रयासहरू झाङ्गिदै जाँदा नेपाली सेनाले देशको यस प्रयासमा आफ्नोतर्फबाट योगदान गर्न सुरु गयो । आफ्नै छुट्टै खेल मैदान निर्माण, देशका प्रख्यात र युवा खेलाडीहरूलाई अनुबन्ध, आफ्ना खेलाडीलाई विभिन्न खेल विधामा ख्याति प्राप्त प्रशिक्षकमार्फत नियमित अभ्यासका साथै राष्ट्रिय र अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा सहभागिता सेनाको यस प्रयासका प्रामाणिक उदाहरण हुन् । सेनाको त्रिभुवन आर्मी क्लबले एसियाली फुटबल महासंघको क्लब लाइसेन्स पाउन सफल हुनु नेपालको फुटबलमा एउटा महत्वपूर्ण उपलब्धि हो । सेनाले देशभरका प्रतिभावान खेलाडीको पहिचान गरी तिनको प्रतिभा निखारेर देशले गौरव गर्ने जनशक्ति निर्माणमा योगदान गर्न सक्छ। अनुसन्धानको गठनः प्रारम्भमा अनुसन्धानको विषयको पृष्ठभूमि, उद्देश्य, समस्याकथन र अनुसन्धान विधि सहितको संक्षिप्त परिचय र ततपश्चात उपलब्ध सान्दर्भिक कृतिहरुका उद्धरण रहेको यस अनुसन्धान प्रतिवेदनको तेस्रो खण्डमा प्राप्त तथ्यहरुको विश्लेषण गरिएको छ । यस खण्डको प्रारम्भमा नेपालमा खेलकुदको विकासको इतिहास र खेलकुदको सस्थागत विकासदको चर्चा गरिएको छ भने त्यसपछिका भागहरुमा खेलकुद विकासमा नेपाली सेनाको सहभागिता र योगदानबारे विस्तारमा व्याख्या र विश्लेषण गरिएको छ । अन्त्यमा, चौथो खण्डमा अनुसन्धानबाट प्राप्त निष्कर्षलाईसंक्षेपमा प्रस्तुत गरिएको छ ।

शब्दकुञ्जीः खेलकुद, अभ्यास, अनुशासन, नेपाली सेना, प्रतिष्ठा, गौरव ।

१. परिचय

१.१ पृष्ठभूमि

खेलकुद मानव जीवनलाई स्वस्थ्य, अनुशासित एवं सक्रिय बनाउने भरपर्दो माध्यम हो । आफ्ना नागरिकलाई स्वस्थ्य र अनुशासित बनाउनमा खेलकुदले ठूलो भूमिका निर्वाह गर्न सक्छ भन्ने कुरामा दुईमत छैन । विभिन्न जातजाति, समुदाय र भाषाभाषीबीच एकता कायम गर्न पनि खेलकुदले महत्वपूर्ण भूमिका खेलेको हुन्छ । विश्वका सबै मुलुकले आ-आफनो परम्परा, सस्कृति, मूल्य, मान्यता र क्षमता अनुसार खेलकुदको विकासलाई जोड दिँदै आएका छन् ।

व्यक्तिलाई स्वस्थ्य रहन मात्र होइन, सामाजिक र आर्थिक पाटोबाट उन्नति गर्न खेलकुदले सहयोग पुऱ्याउँछ । विश्वका धेरै राष्ट्रहरु आफ्नो खेलकुदप्रति गौरव गर्छन् । दीर्घकालीन सोच र अवधारण अनुसार राज्यको खेलकुद नीति निर्माण गरीउपयुक्त स्रोत सुनिश्चित गरेरप्राथमिकताका आधारमा निश्चित खेल विधालाई अघि बढाउन सके राष्ट्रको हित हुने निश्चित छ ।

भौगोलिक र सांस्कृतिक विविधता र अनुकूल हावापानीका कारण नेपालमा खेलकुद विकासको प्रशस्त सम्भावना छ । मुलुकले 'स्वास्थ्यका लागि खेलकुद, राष्ट्रका लागि खेलकुद र सवैका लागि खेलकुद' भन्ने नारालाई अघि बढाएको छ । खेलकुदले मानिसलाई समूहमा मिलेर काम गर्न र प्रतिस्पर्धाको भावना विकास गर्न सहयोग पुऱ्याउँछ । खेलकुदमा हार र जित स्वाभाविक हो र हारलाई कसरी स्वीकार्ने भन्ने कुरा खेलकुदले नै सिकाउँछ (घिसिङ, २०७७)।

खेलकुदको यही महत्वलाई बुझ्रेर देश विकासमा प्रतिबद्ध धेरै सरकारी र गैरसरकारी संगठनले पनि खेलकुदलाई प्राथमिकता दिएका हुन्छन् । नेपाल सरकारको अविभाज्य र अभिन्न अंगमध्ये प्रमुख नेपाली सेना पनि यसमा अपवाद रहेको छैन । नेपाल प्रहरी र सशस्त्र प्रहरी बल नेपाललगायतका निकाय र सघसंस्थाको पनि नेपालको खेलकुद क्षेत्रको विकास र विस्तारमा ठूलो योगदान छ । नेपाली सेनाले संगठनलाई चुस्त, दुरुस्त र अनुशासित राख्न मात्र होइन, देश र देशवासीको शिर उच्च राख्न तथा उनीहरूको भरोसालाई जीवन्त तुल्याउन राष्ट्रिय एवं अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा खेल प्रतियोगिताहरूमा भाग लिने र स्तरीय खेल प्रदर्शन गर्ने गरेको छ ।

१.२ समस्या कथन

यस अनुसन्धानले मूलतः निम्नलिखित प्रश्नहरूको उत्तर खोज्ने प्रयास गरेको छः

- नेपालको खेलकुद विकासमा नेपाली सेनाको योगदान कस्तो रहेको छ ?
- नेपालको खेलकुद विकासमा नेपाली सेनाको सहभागिताको अवस्था कस्तो छ?
- नेपालको खेलकुदमा नेपाली सेनाको सहभागिताको इतिहास कस्तो छ?

१.३ अनुसन्धानको उद्देश्य

क. मूल उद्देश्य

नेपालको खेलकुदमा नेपाली सेनाको सहभागिता र यसको विकासमा आजसम्म उसले पुर्याउँदै आएको सहयोगको अन्वेषण गर्ने ।

ख. विशिष्ट उद्देश्यहरू

- नेपालको खेलकुदमा नेपाली सेनाको सहभागिताको पृष्ठभूमि थाहा पाउने,
- नेपालको खेलकुदमा नेपाली सेनाले विगतदेखि नै पुर्याउँदै आएको योगदान खोतल्ने,
- नेपालको आधुनिक खेलकुदको विकासमा नेपाली सेनाको भूमिका सूक्ष्म रूपमा विश्लेषण गर्ने

१.४ अनुसन्धान विधि

यस अनुसन्धानमा मूलतः गुणात्मक अनुसन्धान विधिको अनुसरण गरिएको छ । गुणात्मक अनुसन्धान विधिअन्तर्गत रही सम्बन्धित विषयमा उपलब्ध अनुसन्धानात्मक लेख, पुस्तक र समीक्षाहरूको अध्ययनका साथै सम्बन्धित क्षेत्रका ज्ञाता र अनुभवीहरूसँगको औपचारिक वा

अनौपचारिक कुराकानी, वार्तालाप वा अन्तर्वार्ताबाट प्राप्त द्वितीयक आँकडा नै यस अनुसन्धानका मुख्य आधार हुन् ।

प्रकाशित पत्रपत्रिका, अनुसन्धान लेख, प्रतिवेदन र पुस्तकहरुमा प्राप्तनेपालमा विभिन्न खेलविधा समेत समग्र आधुनिक खेलकुदको ऐतिहासिक विकासक्रम, आधुनिक खेलकुदमा नेपाली सेनाको सहभागिताको इतिहास, राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिताहरुमा नेपाली सेनाको संस्थागत सहभागिता र तिनमा नेपाली सेनाको प्रदर्शनसंग सम्बन्धित आंकडाहरु संकलन गरेपछि सूक्ष्म र मिहिन विश्लेषण गरी अनुसन्धानको निष्कर्ष निकालिएको छ ।

१.५ अनुसन्धान सीमा

यस अध्ययनले मूलतः नेपालमा प्रतियोगितात्मक खेल कहाँ र कसरी सुरु भयो, नेपालले सङ्गठित रूपमा कहिलेदेखि खेल खेलाउन थाल्यो, कहिलेदेखि नेपालले अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगिताहरूमा भाग लिन थाल्यो भन्ने नेपालको खेलकुदको इतिहासलाई संक्षिप्त रूपमा प्रस्तुत गरिएको छ ।मूलतः नेपालको खेलकुदमा नेपाली सेनाको सहभागिता र योगदानलाई सूक्ष्म रूपमा केलाउने क्रममा त्यसैको सेरोफेरोमा यस लेखमा नेपालको समग्र खेलकुद विकासको इतिहासलाई प्रस्तुत गरिएको हो।

नेपालको समग्र खेलकुद वा कुनै एक खेल विधाको इतिहास वा विकासको इतिवृत्तसहित सूक्ष्म अनुसन्धान गर्नु यसको प्रयोजन नभएकाले यसका आफ्नै सीमाहरू छन् । यो लघुताकारको अध्ययनले ती सबै विषयहरूलाई समेट्न सक्दैन । त्यसका अतिरिक्त, विशेषतः उपलब्ध लेख र पाठ्यसामग्रीका साथै जानकार व्यक्तिहरूसँगको कुराकानीबाट उपलब्ध द्वितीयक आँकडामा निर्भरताका आफ्नै सीमाहरू यसमा छन् ।

२. साहित्यको पुनरावलोकन

नेपालमा खेलकुदको विकास कहाँ र कसरी भयो, नेपाली सेनाले कहिलेदेखि र कसरी यसमा सहभागिता जनाउन थाल्यो र यसमा उसको भूमिका कस्तो थियो भन्नेबारे लेखिएका लेख, खोजमूलक सामग्री र अन्य पाठ्यपुस्तकको खोजी गर्ने क्रममा विभिन्न पुस्तकालय, व्यक्तिहरूका साथै इन्टरनेटमा पाइने सामग्रीहरूको अध्ययन गरी त्यसको निचोड यहाँ प्रस्तुत गरिएको छ।

अन्तर्राष्ट्रिय भाइचारा अभिवृद्धि गरी समग्र विश्व शान्ति, एकता, मैत्रीभाव स्थापनामा खेलकुद विधाले महत्वपूर्ण भूमिका खेल्दै आएको छ। नेपालको एकीकरणको जगका रूपमा रहेको गोर्खामा शाह वंश स्थापनाको घटना खेलकुदसँग जोडिएको छ । गोर्खामा लिगलिगे दौडमा प्रथम हुने व्यक्ति एक वर्षका लागि राजा हुने परम्परा रहेको र सो दौड जितेर द्रव्य शाहले शाहवंश स्थापना गरेको इतिहास छ (न्युज अफ ग्लोबल, २०७६) ।

नेपालमा आधुनिक खेलकुद विकासको इतिहास लामो नभएतापनि घोडा दौड, 'डन्डिबियो', 'छेलो', 'कबड्डी', 'दौड', 'बाघचाल', 'धनुषवाण', 'गट्टा' र 'कुस्ती' हाम्रा परम्परागत मौलिक खेलकारूपमा स्थापित छन् । कुस्ती प्रतियोगितामा आफ्ना सबै प्रतिस्पर्धीलाई हराएर मल्ल वंशका संस्थापक अरि मल्ल राजसिंहासनमा बसेको इतिहास पनि हामीले अध्ययन गरेका छौं । अरि मल्ल कुस्तीवाज रहेको र उनको मल्ल उपाधि उनका सन्तती शासकहरूले पनि प्रयोग गरेको पाइन्छ (साभादा, १९९१ ई.)।

धीर शमशेर वि.सं. १९०७ मा प्रधानमन्त्री जंगबहादुरसँग बेलायत भ्रमणमा गएका र भ्रमणका क्रममा बेलायतमा भएको कुस्ती प्रतियोगितामा उनले बेलायती कुस्तीबाजलाई हराएका थिए (आचार्य, २०७५) । भ्रमणमा धीरशम्शेरले 'पिकाडिली सर्कस'मा भाग लिएको घटनालाई कतिपयले नेपालको पहिलो अन्तर्राष्ट्रिय खेलकुद सहभागिताको रूपमा लिने गरेका छन् ।

नेपाली क्रिकेटमा लामो समय सक्रिय शक्ति राणा सौखिन व्यक्तिहरू मिलेर नेपाल क्रिकेट संघ गठन गरेका थिए । २००७ सालमा प्रजातन्त्र आएपछि क्यानकै झन्डामुनि २००८ सालमा नेपाली खेलाडी टोली देशबाहिर पहिलो

क्रिकेट प्रतियोगिता खेल्न भारतको पटना पुगेको थियो । नरशमशेरको सक्रियतामा प्लेन चढेर पटना उडेको टोली पटना मेडिकल कलेज मैदानमा ४ वटा मैत्री खेल खेलेको थियो । यो प्रतियोगिता खेल्न क्यान टोलीलाई सरकारले पैसा समेत उपलब्ध गराएको थियो (नेपाली लाइभ, २०७४) ।

नेपालमा एकीकृतरूपमा खेल प्रतियोगिताको आयोजना २०१३ सालमा मात्र सुरु भएको हो । राजा महेन्द्रको गद्दी आरोहणका अवसरमा फुटबल, ब्याडमिन्टन, क्रिकेट, कुस्ती र टेबल टेनिसलगायतकाखेलको आयोजना गरिएको थियो । त्यसबेला फुटबलका लागि दशरथ रंगशालाका निर्माण कार्य सुरु भएको हो । नेपालमा खेलकुद विकासका लागि भएको संस्थागत प्रयासकारूपमा स्वास्थ्य तथा खेलकुद परिषद्को गठन २०१५ लाई लिइन्छ (युवा तथा खेलकुद मन्त्रालय, २०७५)।

यद्यपि, नेपालले सन् १९५१ देखि एसियाली खेलकुदमा भाग लिदै आएको छ। हालसम्म यस खेलकुदमा नेपालले दुई रजतसहित २४ पदक हात पारिसकेको छ। त्यस्तै विश्वको सबैभन्दा विशाल प्रतियोगिता ओलम्पिकमा नेपालको पहिलो सहभागिता सन् १९६४ मा भएको थियो । जापानको टोकियोमा आयोजित १८ औं ओलम्पिकमा नेपालबाट एथलेक्टिसका दुई र चार बक्सिङ खेलाडीको सहभागिता रह्यो । टोकियो ओलम्पिकलाई नेपाली खेलकुद विकास र विस्तारमा ज्ञान आर्जन हेतुले कोसेढुङ्गा मानिन्छ । सोही प्रतियोगितामार्फत नेपाली खेलाडीलाई पहिलो पटक अन्तर्राष्ट्रिय खेलमा अवसर र अनुभव सम्हाल्ने मौका मिल्यो ।

सन् २०२१ को २३ जुलाईदेखि अगस्ट ८ सम्म पुनः टोकियोमै आयोजना भएको ओलम्पिकको यात्रासम्ममा नेपालले कुनै पदक हात पार्न नसकेतापनि ओलम्पिकको अनुभवका आधारमा युवा महोत्सवका नाममा नेपालमा पहिलोपटक व्यवस्थितरूपमा विभिन्न विधाका खेलकुद आयोजना गरियो । दक्षिण एसियाली खेलकुद भने नेपालकै पहलमा सुरु भएको हो । सन् १९८४ सेप्टेम्बर १७ देखि २३ सम्म काठमाडौंमा सम्पन्न उक्त प्रतियोगितामा पाँच विधामा भाग लिएको नेपालले चार स्वर्ण, १२ रजत र ८ कास्यगरी २४ पदक जित्न सफल भयो (प्रसाई, २०७४)। तेह्रौं संस्करणसम्म आइपुग्दा नेपालले उक्त खेलकुदमा ६८८ पदक प्राप्त गरिसकेको छ (युवा तथा खेलकुद मन्त्रालय २०७८)।

राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्को सदस्यसचिवमा शरदचन्द्र शाहको नियुक्तिपछिको १० वर्षकोअवधिमा नेपाली खेलकुद क्षेत्रमा धेरै विकास भएको खेलप्रेमीको दाबी छ। परिषद्का सदस्यसचिवमध्ये अहिलेसम्म पनि सबैभन्दा सफल उनलाई नै मानिन्छ (तिमिल्सिना, २०७७)। उनले २०३६ सालमा अघि सारेको बृहद् राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिताको अवधारणाले अहिले पनि निरन्तरता पाइरहेको छ । मुलुकभित्र निरन्तररूपमा खेलकुदलाई अघि बढाउने अभिप्रायले विसं २०३८ देखि प्रत्येक दुई वर्षमा राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिता सञ्चालन गर्ने नीति अघि सारियो । मुलुक सङ्घीयतामा प्रवेश गरेसँगै प्रदेशका सात, तीन विभागीय र गैरआवासीय नेपाली संघ(एनआरएन) समेत ११ टिमको सहभागितामा उक्त प्रतियोगिता सञ्चालन गर्ने नीति कार्यान्वयनमा गइसकेको छ (तिमिल्सिना, २०७७)। यद्यपि, मुलुकभित्र उत्पन्न विविध परिस्थितिका कारण हालसम्म आठ वटा मात्र प्रतियोगिता सञ्चालन सम्भव भएको हो । राष्ट्रिय खेलकुद नीति २०६७ मा सबैका लागि खेलकुद अभियान साकार पार्न खेलकुदका कार्यक्रमलाई विश्वयापी मूल्य, मान्यता अनुकूल बनाई स्थानीय तहसम्म विकास र विस्तार गर्ने प्रस्तावनामा उल्लेख छ (युवा तथा खेलकुद मन्त्रालय, २०७५)। नीतिमा खेलक्षेत्रलाई अनुशासित, मर्यादित र सुव्यवस्थित तुल्याउँदै राष्ट्रिय विकासको महत्वपूर्ण कडीका रूपमा स्थापित गर्ने भनिएको छ ।

विद्यमान संवैधानिक हकको कार्यान्वयन गर्दै खेलकुद क्षेत्रलाई व्यवस्थितरूपमा अघि बढाउन सङ्घीय तहमा युवा तथा खेलकुद मन्त्रालय, राष्ट्रिय खेलकुद परिषद, प्रदेशमा सामाजिक विकास मन्त्रालय र स्थानीय तहमा

शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखासहितको संरचना सरकारले स्वीकृत गरेको छ। खेलकुदलाई घर, परिवार, समुदाय, विद्यालय, स्थानीय तह, प्रदेश, संघहुँदै अन्तर र्राष्ट्रिय तहसम्म जोड्ने परिकल्पनासहितको योजना र कार्यक्रम तयार हुँदैछ (युवा तथा खेलकुद मन्त्रालय, २०७८) ।

नेपाल सरकारले समुदायदेखि नै खेलकुदको विकास र विस्तार गरी शारीरिक, मानसिकरूपमा स्वस्थ्य, सक्षम एवं अनुशासित नागरिक तयार गर्दै अन्तर्राष्ट्रिय जगत्मा राष्ट्रको सम्मान अभिवृद्धि गर्न खेलकुद पूर्वाधार विकास, प्रतियोगिता आयोजना, प्रशिक्षण सञ्चालन र प्रतिभावान खेलाडी प्रोत्साहन प्रदान गर्ने व्यवस्था मिलाएको छ (अर्थ मन्त्रालय, २०७८) । प्रतिभावान खेलाडीलाई प्रोत्साहन गर्न खेलकुद प्रतिभा सम्मान तथा अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा पदक विजेता खेलाडीलाई नगद पुरस्कार र सम्मान प्रदान गरिँदैआएको छ। खेलकुदबारे सुसूचित र यसको प्रचार प्रसार गर्ने उद्देश्यले मन्त्रालयले खेलकुद पत्रकारिता पुरस्कारको स्थापना गरेको छ। स्नातकोत्तर तहमा अध्ययनरत विद्यार्थीलाई खेलकुद सम्वन्धी शोध कार्यमा सहयोग र प्रोत्साहन पनि प्रदान गर्दै आएको छ।

मुलुकमा खेलकुद परिषदमा दर्ता भएका २०६ खेल संघहरूमध्ये १८१ क्रियाशील रहेका र त्यसमध्ये पनि १०३ संघले मात्रै दर्ता नवीकरण गरेको तथ्याङ्क रहेको छ। नेपालमा अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको आबद्धता भएका खेल संघ १४९, राष्ट्रियस्तरका १५, एसोसियट खेल संघ ९ र महासंघका रूपमा दर्ता भएका संघ ८ रहेका छन् (युवा तथा खेलकुद मन्त्रालय, २०७८)।

विश्वका प्रत्येक राष्ट्रले खेलाडी प्रशिक्षणका लागि आफ्नो क्षमता र आवश्यकताअनुसार एक अर्को मुलुकमा खेलाडी पठाउने गर्छन् । अन्तर्राष्ट्रिय रूपमा खेलकुदमा बढ्दो रुचिसँगै खेलकुद कूटनीतिले पनि बढी महत्व पाउँदै गएको छ। परम्परागत कूटनीतिको एउटा उपायका रूपमा यसको बढ्दो महत्वलाई ध्यान नदिन सकिँदैन । खेलकुदले विश्वभरका मानिसहरूलाई जोड्छ र धेरैवटा सरकारहरूलाई तिनको राजनीतिक चासोलाई अगाडि बढाउन पनि सहयोग गर्छ (मजहिर, २०२० ई.)।

हाम्रा केही छिमेकी देशले क्रिकेटलाई राजनीति र कूटनीतिको अस्त्रका रूपमा प्रयोग गर्ने गरेका छन् । भारत र पाकिस्तानी क्रिकेट टोलीबीचको क्रिकेटको प्रतिस्पर्धा विश्वमा हुने सर्वाधिक ठूलो खेल प्रतिस्पर्धामध्ये एक हो । क्रिकेट दुवै देशको सबैभन्दा लोकप्रिय खेल हो । भारत र पाकिस्तानले खेलकै अवसरमा कूटनीतिक पहल गर्ने, बिग्रेको सम्बन्ध सुधारको प्रयास गर्ने कार्य समेत गर्ने गरेका छन् (शौकत, २०१२ ई.)।

नेपालमा सेना र खेलकुदलाई एउटा सिक्काको दुई पाटोका रूपमा हेरिने गरेको छ । राष्ट्रनिर्माता पृथ्वीनारायण शाहको दिव्योपदेशमा 'सिपाही भनेका तिखारी राख्नु । तिखारी राखेका सिपाही कसैका मुलाहिजामा पर्स्दैनन् र आफ्नो काम फत्ते हुन्छ' भनाइलाई नेपाली सेनाले आदर्श रूपमा अनुसरण गरेको छ (लुइँटेल, २०७५)।

विश्वका प्रत्येक देशले आ-आफ्ना सेनालाई खेलकुदमा खारिएका जनशक्तिका रूपमा तयार राखेका हुन्छन् । सेनाको दैनिक प्रातः कार्यको सुरुआत नै शारीरिक व्यायाम र परेड खेलबाट हुन्छ । सेना मात्र नभई प्रत्येक नागरिकले स्वस्थ्य रहन खेलकुद तथा शारीरिक व्यायाम गर्नु पर्छ। हातहतियार र खरखजानाबाट मात्र होइन, मुलुक कति बलियो र सशक्त छ भन्ने विषय सैनिक खेलकुद र कडा अभ्यासले निर्धारण गर्छ। देश र जनताप्रति बफादार सही अनुशासित र राष्ट्रिय भावना विकास गराउन मानिसलाई खेलकुद र अनुशासनले महत्वपूर्ण अवसर प्रदान गर्छ (नेपाली सेना, २०७६)।

राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा सहभागी भएको मात्र होइन, सेनाले उत्कृष्ट नतिजा हासिल गरी विश्व समुदायमा राष्ट्रको छवि समेत उजार गरेको छ । 'खेलकुदका माध्यमद्वारा मित्रता' भन्ने नाराका साथ खेलकुद क्षेत्रको विकास र विस्तारका लागि सेना क्रियाशील छ। खेलकुद विधाको प्रतिनिधित्व गर्दै नेपाली सेनाले अन्तर्राष्ट्रिय जगतमा नेपाली सेना राष्ट्रिय धून

बजाउन, राष्ट्रिय झण्डा फहराउन र देशको पहिचान दिलाउन सफल भएको छ (नेपाली सेना, २०७७)।

सेनाले मुलुकमा उत्कृष्ट खेलाडी उत्पादन र राष्ट्रिय कीर्तिमानधारी खेलाडीलाई व्यवस्थापन गर्न बेग्लै खेलकुद केन्द्र स्थापना गरेको छ। आफ्ना खेलाडीलाई प्रशिक्षण र अभ्यास गराउन ललितपुरको लगनखेलमा सैनिक शारीरिक तथा खेलकुद केन्द्र स्थापना गरिएको छ। त्रिभुवन आर्मी क्लबले करिब ३४ खेल विधामा खेलाडीलाई प्रशिक्षण र प्रतियोगितामा सहभागी गराउँदै आएको छ (रक्षा मन्त्रालय, २०७६)। तथापि, सेनाको खेलकुद क्षेत्रमा सहभागिता २००८ सालको प्रजातन्त्र दिवसका उपलक्ष्यमा टुँडिखेलमा आयोजित एथलेक्टिसबाट सुरु भएको हो। नेपाल प्रहरीको फुटवल टिम पनि २००८ सालमै गठन भएको थियो भने वि.सं. २०२३ मा महेन्द्र पुलिस क्लव स्थापना भएको हो। सशस्त्र प्रहरी बलको एपिएफ २०६१ साल वैशाखमा स्थापना भएको थियो। नेपाल प्रहरीका खेलाडीले विभिन्न अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगीतामा २० खेल विधामा भाग लिइसकेको तथ्याङ्क छ। एपिएफ क्लवले २४ खेल विधाका लागि ४८६ खेलाडीलाई अनुवन्धन गरेको छ।

नेपालमा फुटबलको विकासलाई तल्लो तहबाट नै बिकास गर्दै लैजाने उद्देश्य अनुरूप नेपाली सेना र अखिल नेपाल फुटबल संघबीच सम्झौता भई सैनिक महाविद्यालय, सल्लाघारीमा युथ फुटबल एकेडेमीको स्थापना गरी १९ वर्षमुनिका फुटबल खेलाडीहरू छनौट गरी दैनिक प्रशिक्षण एवं अध्यापन गराउँदै आइरहेको छ।

सन् २०१८ मा डोमिनिक गणतन्त्रमा भएको सिज्मको ७३ औँ साधारणसभाबाट सिज्मको सदस्यता पाएपछि नेपाली सेनालाई पहिलोपटक चीनको उहानमा भएको प्रतियोगितामा भाग लिने मौका मिलेको थियो। उक्त प्रतियोगीतामा नेपालले तेक्वान्दो विधामा निर्णायक मण्डल अर्थात (रेफ्री)को भूमिका समेत पाउन सफल भयो। सन् १९४८ मा स्थापित ब्रसेल्समा मुख्यालय भएको सिज्म एउटा अन्तर्राष्ट्रिय खेलकुद संघ हो। यो संस्था अन्तर्राष्ट्रिय ओलम्पिक समितिपछिको धेरै खेलकुद विधालाई समावेशगरेको दोस्रो ठूलो खेलकुद संघ हो। यसअन्तर्गत युद्ध भूमिमा प्रतिस्पर्धा गर्ने सैनिकहरू खेलकुदको मैदानमा प्रतिस्पर्धा गर्छन्। सिज्मले आफ्ना १४० सदस्य राष्ट्रका सेनाका लागि सैनिक विश्व खेलकुद र विश्व सैनिक च्याम्पियनसिपको आयोजना गर्दछ। यसले विश्व शान्तिका खातिर सशस्त्र फौजहरूबीच खेलकुदको प्रवर्धन गर्ने उद्देश्य राखेको छ (सिज्म, २०१७)।

एसियाली फुटबल महासंघ (एएफसी) को 'क्लब लाइसेन्सिङ रेगुलेसन २०२०' को मापदण्ड पूरा गरेपछि सेनाको फुटबल क्लब लाइसेन्स पाउने पहिलो नेपाली क्लब बन्यो। पहिलो चरणमा लाइसेन्स नपाएको सेनाले फेरि गरेको अपिललाई सदर गर्दै २०७७ सालमा उसलाई लाइसेन्स दिइएको हो। अब आर्मीले व्यावसायिक क्लबको रूपमा विभिन्न नियम पालना गर्नु पर्नेछ (सेतोपाटी, २०७७)।

गजराज जोशी नेपाली अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा नेपालको प्रतिनिधित्व गर्ने नेपाली सेनाको पहिलो खेलाडी थिए। उनले सन् १९५१ म भारतको नयां दिल्लीमा सम्पन्न एसिथाली खेलमा भाग लिएका थिए (नेपाली सेना, २०७८)। पछिल्ला वर्ष खेलकुद क्षेत्रमा नेपाली सेनाले प्राप्त गरेको सफलता उल्लेखनीय छ। राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्को आयोजनामा २०७५ सालमा प्रदेश नं ५ का विभिन्न स्थानमा भएको आठौं बृहत राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगितामा समावेश ३५ खेलमध्ये सेनाले ३३ विधाका खेलमा सशक्तरूपमा भाग लियो। प्रतियोगितामा सेनाले १४० स्वर्ण, ८४ रजत र ७२ कास्य समेत २९६ पदकका साथ प्रथम भई नयाँ कीर्तिमान कायम गऱ्यो (सेतोपाटी, २०७७)। मुलुकको खेलकुदलाई अघि बढाउने क्रममा सेनाले अन्तर्राष्ट्रिय महिला फुटबल प्रतियोगिता र राष्ट्रिय पुरुष भलिबल जस्ता प्रतियोगिता आयोजना गरी खेलाडीको क्षमता निखार्न सहयोग पुऱ्याउँदै आएको छ।

सातौं बृहत् राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिता- २०७३, रा.खे.प. च्याम्पियनसिप-२०७४ र आठौं राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिता-२०७५ मा टिम च्याम्पियन बन्न सफल नेपाली सेनाका खेलाडीले १३ औं दक्षिण एसियाली खेलकुद प्रतियोगिता-२०७६ मा नेपालले प्राप्त गरेको कुल पदक २०६ मध्ये २३ स्वर्ण, ३१ रजत र ५० कास्य पदक समेत १०४ पदक प्राप्त गरे । यो नेपालले प्राप्त गरेको कुल पदक संख्याको ५० प्रतिशत हो ।

अन्तर्राष्टिय प्रतियोगिताको हकमा नेपाली सेनाले देशको प्रतिनिधित्व गर्दै आजसम्म ओलम्पिक प्रतियोगितामा १३, सिज्म प्रतियोगितामा दुई, एसियाली खेलकुदमा १८ र दक्षिण एसियाली खेलकुदमा १३ पटक सहभागी भई २०८ वटा पदक प्राप्त गरेको छ (केसी, २०७८)। राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्का अनुसार वि.सं. २०७७सम्म अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा पदक विजेता नेपाली खेलाडीको संख्या एक हजार ८६० रहेको छ ।

समग्र राष्ट्रकै खेलकुदसम्बन्धी लक्ष्यलाई परिणाममुखी बनाउन सेनाले 'सैनिक खेलकुद भिजन-२०३०' ल्याएको छ । सेनामा खेल विकासका लागि सैनिक तालिम तथा डक्ट्रिन महानिर्देशकको प्रत्यक्ष निर्देशनमा २०४६ पुस ९ गते त्रिभुवन आर्मी क्लबको स्थापना गरिएको हो (नयाँ पेज, २०२० ई.)। नेपाली सेनाले उत्कृष्ट खेलाडी उत्पादन र राष्ट्रिय कीर्तिमानधारी खेलाडीहरूको व्यवस्थापन गर्न एउटा छुट्टै खेलकुद केन्द्रको स्थापना गरी करिब ३४ वटा खेल विधामा खेलाडीहरूलाई प्रशिक्षण तथा सहभागी गराउंदै आइरहेको छ ।

वाहिनी तह, कमान्ड तथा केन्द्रीय तह गरी ३ तहमा नेपाली सेनाको आन्तरिक खेलकुद प्रतियोगिताहरू सञ्चालन भइरहेका छन् । राष्ट्रिय तथा अन्तराष्ट्रिय स्तरका खेलाडीहरू उत्पादन गर्ने उद्देश्य अनुरूप सेनाले विभिन्न राष्ट्रिय तथा अन्तराष्ट्रिय स्तरका खेलकुद प्रतियोगिताहरू समेत सञ्चालन गर्दै आइरहेको छ । युनिटतहमा युनिटभित्र रहेका गुल्महरू बीच अन्तर गुल्म खेलकुद प्रतियोगिता, वाहिनी तहमा अन्तर गण खेलकुद प्रतियोगिता, कमान्डतहमा अन्तर वाहिनी खेलकुद प्रतियोगिता र केन्द्रीय तहमा अन्तर कमान्ड खेलकुद प्रतियोगिता सञ्चालन हुँदै आएको छ । विसं २०७६ वैशाखमा एड्भेन्चर खेलका रूपमा सेनाले मुस्ताङमा दौड, क्लाइम्बिङ र साइक्लिङ समावेश गरी हाइअल्टिच्युड ट्रायथलनको पनि सफल आयोजना गऱ्यो ।

वि.सं. २०७२ फागुन २२ गतेबाट महाशिवरात्री तथा सेना दिवसका अवसरमा सुरु गरिएको प्रधानसेनापति खुल्ला म्याराथन तथा 'रन फर फन' प्रतियोगितामा निकै उत्साहजनक र उल्लेख्य सहभागिता रहँदै आएको छ । 'स्वास्थ्यका लागि दौडौं' भन्ने नारा रहेको सो प्रतियोगितामा ४२.१९५ कि.मि. म्याराथन, २१ कि.मि. हाफ म्याराथन (महिला र पुरुष), १० कि.मि. दौड (महिला र पुरुष), छात्रछात्राका ५ कि.मि. दौड तथा सेना, प्रहरी, निजामती, विदेशी कूटनीतिक पदाधिकारी, एनसीसीका प्रतिनिधि सम्मिलित ५ कि.मि.दूरीको वाकाथन समावेश गरिएको छ (नेपाली सेना, २०७७) ।

३. प्राप्त तथ्यहरूको व्याख्या र विश्लेषण

यस अध्यायमा नेपालमा खेलकुदको विकासको समग्र इतिहास, खेलकुदको संस्थागत विकास, नेपाली सेनाको खेलको इतिहास, खेलकुदमा सेनाको सहभागिता र सफलताबारे तथ्यांक संकलनबाट प्राप्त सान्दर्भिक तथ्यहरुको विश्लेषण र चर्चा गरिएको छ ।

३.१ नेपालमा खेलकुदको विकासको इतिहास

नेपालमा आधुनिक खेलकुद विकासको इतिहास धेरै लामो छैन । घोडा दौड, डन्डिबियो, छेलो, कबड्डी, दौड, बाघचाल, धनुषवाण, गट्टा र कुस्ती हाम्रा परम्परागत मौलिक खेलका रूपमा स्थापित छन् । कुस्ती प्रतियोगितामा आफ्ना सबै प्रतिस्पर्धीलाई हराएर मल्ल वंशका संस्थापक अरि मल्ल राजसिंहासनमा बसेको इतिहास पनि हामीले अध्ययन गरेका छौं । इतिहासकार दिनेशराज पन्तका अनुसार, नेपाली राजनीतिक इतिहासका चर्चित पात्र जंगबहादुर पनि स्वयम् कुस्तीबाज भएको र अफिम खाने लत रहेका

कारण उनले पहलमानलाई दरबारमा बोलाएर खेल हेरेर आनन्द लिने गर्थे ।

धीर शमशेर वि.सं. १९०७ मा जंगबहादुरसँगै बेलायत भ्रमणमा रहेका बखत बेलायतमा भएको कुस्ती प्रतियोगितामा उनले बेलायती कुस्तीबाजलाई हराएका थिए (आचार्य, २०७५) । भ्रमणमा धीरशम्शेरले ' पिकाडिली सर्कस'मा भाग लिएको घटनालाई कतिपयले नेपालको पहिलो अन्तर्राष्ट्रिय खेलकुद सहभागिताको रूपमा लिने गरेका छन् ।

नेपालमा खेलिएको पहिलो आधुनिक खेल विधा कुन थियो र यो कहिले सुरु भएको थियो भन्ने यकिन इतिहास नभए पनि दौडलाई सबैभन्दा पुरानो खेलका रूपमा हेरिन्छ। वि.सं. १९९७ मा सहिद भएका धर्मभक्त माथेमा राजा त्रिभुवनका व्यायाम प्रशिक्षक रहेको तथ्यका आधारमा राणा शासनको अन्त्यतिर नेपालमा आधुनिक खेलकुद गतिविधि प्रारम्भ भइसकेको अनुमान गरिएको छ ।

नेपाली क्रिकेटमा लामो समय सक्रिय राणाका सौखिन व्यक्तिहरू मिलेर नेपाल क्रिकेट संघ (क्यान) गठन गरेका थिए। २००७ सालमा प्रजातन्त्र आएपछि क्यानकै झन्डामुनि २००८ सालमा नेपाली खेलाडी टोली देशबाहिर पहिलो क्रिकेट प्रतियोगिता खेल्न भारतको पटना पुगेको थियो । नरशमशेरको सक्रियतामा गएको टोलीले पटना मेडिकल कलेज मैदानमा ४ वटा मैत्री खेल खेलेको थियो । यो प्रतियोगितामा भाग लिन क्यानलाई सरकारले पैसा समेत उपलब्ध गराएको इतिहास छ ।

खेलकुदका सौखिन नरशम्शेर राणाको पहलमा केही उत्साही युवाले काठमाडौँको टुँडिखेलमा फुटबल, क्रिकेट र हकीजस्ता खेल खेल्ने गरेकोभए पनि वि.सं. २००७ को राजनीतिक परिवर्तनपछि मात्रै खेल गतिविधिमा नागरिकको पहुँच विस्तार भएको देखिन्छ । मुलुकमा खेलकुदको विकास हुनुपर्छ भन्ने मान्यताका साथ २००८ सालमा नरशम्शेरको जाउलाखेलस्थित घरमा आयोजना गरिएको भेलामा राजा त्रिभुवन, तत्कालीन प्रधानमन्त्री मोहनशम्शेर र गृहमन्त्री बिपी कोइराला समेतको सहभागिता रहनुलाई त्यस बेला खेल क्षेत्रलाई दिइएको महत्वलाई दर्शाउँछ ।

३.२ नेपालमा खेलकुदको संस्थागत विकास

नेपालले सन् १९५१ मा भारतमा आयोजित पहिलो एसियाली खेलकुद प्रतियोगिता(एसियाड)मा सहभागिता जनायो । उक्त प्रतियोगितामा नेपालका तर्फबाट पदाधिकारीसहित ९ जनाको सहभागिता थियो । अन्तर ाष्ट्रिय प्रतियोगितामा संस्थागतरूपमा नेपालको यो नै पहिलो सहभागिता थियो । एसियाड हुने घोषणा हुँदा नेपालमा प्रजातन्त्र आइनसकेको भए पनि भारतबाट प्रशिक्षक झिकाई तत्कालीन प्रधानमन्त्रीकै घरमा खेलाडीलाई प्रशिक्षण दिने व्यवस्था गरिएको देखिन्छ ।

नेपालमा एकीकृतरूपमा खेल प्रतियोगिताको आयोजना २०१३ सालमा मात्र सुरु भएको हो । राजा महेन्द्रको गद्दी आरोहणका अवसरमा फुटबल, ब्याडमिन्टन, क्रिकेट, कुस्ती र टेबल टेनिसलगायतका खेलको आयोजना गरिएको थियो । त्यसै बेला फुटबलका लागि दशरथ रंगशालाको निर्माण कार्य सुरु भएको हो । नेपालमा खेलकुद क्षेत्रलाई व्यवस्थितरूपमा अघि बढाउने संस्थागत प्रयासका थालनी भने मुख्यतया २०१५ सालमा खेलकुद परिषद् स्थापनापछि भएको मानिन्छ (युवा तथा खेलकुद मन्त्रालय, २०७८)।

त्यस बेला स्वास्थ्य तथा खेलकुद परिषद् गठन भएसँगै नेपालमा योजनाबद्ध र संस्थागतरूपमा खेलकुद विकास प्रारम्भ भयो। खेलकुदको संरचना निर्माण गर्ने निर्णयसँगै राजनीतिक, खेलकुद र कानुनी विधामा ख्याति कमाएका होराप्रसाद जोशीलाई परिषदको सदस्यसचिवको जिम्मेवारी दिइयो। वि.सं. २०१८ मा यसअघि स्थापना भएको परिषदलाई खेलकुद परिषद नामकरण गरी शिक्षा मन्त्रालय मातहत राखियो। राष्ट्रको खेलकुदको समयसापेक्ष विकास गर्ने उद्देश्यले २०२१ सालमा राष्ट्रिय खेलकुद परिषद् ऐन जारी गरियो ।

यसअघि मुलुकमा खेलकुदसम्बन्धी कुनै नीति थिएन । त्यस बेला आफूखुसी गठन गरिएका फुटबल, क्रिकेट, हकी, ब्याडमिन्टन, टेबल टेनिस संघहरूले स्वविवेकले खेल सञ्चालन गर्दै आएका थिए । खेलकुद सामान राख्न सिंहदरबारस्थित 'बिलियर्ड' घरलाई प्रयोगमा ल्याइएको थियो । त्यसपछि केही समय खेलप्रेमी सुशीलशम्शेर राणाले बागदरबारस्थित आफ्नो घरलाई खेलकुद सामग्री व्यवस्थापन गर्ने थलो बनाए ।

नेपालले अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा सहभागिता जनाउन थालेको २२ वर्षपछि सन् १९७३ मा म्याराथन धावक जितबहादुर केसीले 'ट्र्याक एन्ड फिल्ड एसियन एमेच्योर च्याम्पियनसिप'मा नेपाललाई कास्य पदक दिलाउन सफल भए । नेपालको अन्तर्राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिताको इतिहासमा त्यो नै पहिलो अन्तर्राष्ट्रिय पदक हो ।

विश्वको सबैभन्दा विशाल खेल प्रतियोगिता ओलम्पिकमा नेपालको पहिलो सहभागिता सन् १९६४ मा भएको थियो । जापानको टोकियोमा आयोजित १८ औं ओलम्पिकमा नेपालबाट एथलेक्टिसका दुई र बक्सिङका चार खेलाडीको सहभागिता रह्यो । टोकियो ओलम्पिकलाई नेपाली खेलकुद विकास र विस्तारमा ज्ञान आर्जन हेतुले कोसेढुङ्गा मानिन्छ । सोही प्रतियोगितामार्फत नेपाली खेलाडीलाई पहिलो पटक अन्तर्राष्ट्रिय खेलमा अवसर र अनुभव हासिल गर्ने मौका मिल्यो ।

नेपालकै पहलमा दक्षिण एसियाली खेलकुद (साफ) सुरु भयो । सन् १९८४ सेप्टेम्बर १७ देखि २३ सम्म काठमाडौँमा सम्पन्न उक्त प्रतियोगितामा पाँच विधामा भाग लिएको नेपालले चार स्वर्ण, १२ रजत र ८ कास्यगरी २४ पदक जित्न सफल भयो ।

३.३ खेलकुद विकासको स्वर्णकाल

राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्को सदस्यसचिवमा शरदचन्द्र शाहको नियुक्तिपछि नेपालको खेल विकासले साँच्चै गति लिएको खेलकुदका क्षेत्रमा जानकारी राख्ने खेलप्रेमीको दाबी छ । परिषद्का सदस्यसचिवहरूमध्ये अहिलेसम्म सबैभन्दा सफल उनलाई नै मानिन्छ (तिमिल्सिना, २०७७)। उनले २०३६ सालमा अघि सारेको बृहद् राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिताको अवधारणाले अहिले पनि निरन्तरता पाइरहेको छ ।

खेलकुदलाई निरन्तररूपमा सञ्चालन गर्ने अभिप्रायले वि.सं. २०३८ देखि प्रत्येक दुई वर्षमा राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिता सञ्चालन गर्ने नीति अघि सारियो । अहिले मुलुक सङ्घीयतामा प्रवेश गरेसँगै प्रदेशका सात, तीन विभागीय र गैरआवासीय नेपाली संघ(एनआरएन) समेत ११ टिमको सहभागितामा उक्त प्रतियोगिता सञ्चालन गर्ने नीति लिइएको छ । यद्यपि, मुलुकभित्र उत्पन्न विविध परिस्थितिका कारण हालसम्म आठवटा मात्र प्रतियोगिता सञ्चालन भएका छन् ।

मुलुकमा प्रजातन्त्रको पुनः स्थापनापछि २०४८ सालमा जारी खेलकुद विकास ऐनले खेलकुद विधालाई युग सुहाउँदो र व्यवस्थितरूपमा विकास गर्दै अघि बढाउने उद्देश्य लिएको थियो । विगतमा जिल्ला तहमा हुने वीरेन्द्र सिल्ड प्रतियोगिता मार्फत पनि खेलकुद विकासमा योगदान पुगेको थियो ।

युवाको समग्र विकास र खेलकुद क्षेत्रको विकासका लागि भनेर २०६५ सालमा छुट्टै युवा तथा खेलुकद मन्त्रालय स्थापना गरियो । मन्त्रालयको सहयोग र समन्वयमा खेलकुद विकास ऐन, खेलकुद विकास नियम, राष्ट्रिय खेलकुद नीति, राष्ट्रिय खेलकुद पुरस्कार र सम्मान कार्यविधि, खेलकुद प्रशिक्षणका लागि युवा स्वयम्सेवक परिचालन कार्यविधि, राष्ट्रपति सिल्ड तथा विद्यालय खेलकुद प्रतियोगिता सञ्चालन कार्यविधि, खेलकुद मैदान निर्माण तथा मर्मत र खेलकुद सामग्री सहयोग कार्यक्रम सञ्चालनलगायतका नियमावली, निर्देशिका र कार्यविधि तर्जुमा एवं परिमार्जन गरियो ।

मुलुक संघीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्रमा प्रवेशपछि देशभर सबैभन्दा बढी खेलाडी सहभागि हने सबै पालिका तहमा राष्ट्रपति रनिङ सिल्डप्रतियोगिता विस्तार भएको छ ।

विद्यालयलाई खेलकुदको उद्गमस्थलको रूपमा लिँदै प्रतिभा खोजी, परिचालन र विकास गर्ने नीति अनुरूप खेलकुद परिषदले आधारभूत तह कक्षा ८ सम्मका विद्यार्थीलाई लक्षित गरी विद्यालयमार्फत सञ्चालन हुने गरी उपराष्ट्रपति चिल्ड्रेन खेलकुद अघि बढाएको छ। खेलकुदमा महिलाको सहभागिता बढाउँदै महिलामाथि हुने घरेलु हिंसा र आक्रमणबाट बच्ने आत्मरक्षाका सीप प्रदान गर्ने उद्देश्यले राष्ट्रपति खेलकुद महिला सहभागिता अभिवृद्धि कार्यक्रम सञ्चालन गर्न बजेट पनि विनियोजन गरिएको छ।

३.४ नेपाली खेलकुद र सेना

सेनाले आफ्ना सकल दर्जाको स्वास्थ्य राम्रो राखिरहन र दीर्घकालीन रोग, मोटोपनका कारणले हुने बिरामी कम गर्न नियमित व्यायाममा जोड दिदैंआएकोछ। खासगरी मजबुत शारीरिक परिश्रम गर्नुपर्ने, बलको काम गर्नुपर्ने सैनिक कर्मचारीहरूलाई आफ्नो काम छिटो र सफलतापूर्वक सम्पन्न गर्न यस्तो व्यायामले मद्दत गर्दछ। राष्ट्रको स्वाधीनता, सार्वभौमसत्ता, भौगोलिक अखण्डता कायम गरी बाह्य र आन्तरिक क्षेत्रबाट हुन सक्ने सुरक्षा खतराबाट देशलाई जोगाउने मुख्य जिम्मेवारीमा रहेको नेपाली सेनाले मुलुकको खेलकुद क्षेत्रको विकासमा पनि यथेष्ट योगदान गर्दै आएको छ।

अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा सहभागी भई नेपाली सेनाले उत्कृष्ट नतिजा हासिल गरी विश्व समुदायमा राष्ट्रको छवि उजिल्याएको छ। 'खेलकुदका माध्यमद्वारा मित्रता' भन्ने नाराका साथ खेलकुद क्षेत्रको विकास र विस्तारका लागि सेना क्रियाशील छ। खेलकुदको प्रतिनिधित्व गर्दै नेपाली सेनाले अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा राष्ट्रिय धून बजाउने, राष्ट्रिय झण्डा फहराउनेकामका साथै खेलकुदमा सहभागिताबाट देशको पहिचान दिलाउन सफल भएको छ (नेपाली सेना,२०७७)।

अन्तर्राष्ट्रियस्तरका ओलम्पिक, एसियाली खेलकुद र दक्षिण एसियाली खेलकुद प्रतियोगितामा नेपाली सेनाका खेलाडीको सहभागिता अर्थपूर्ण हुने गरेको छ। ओलम्पिकको अठारौ शृङ्खलामा प्रवेश पाएपश्चात् हालसम्म २६ जना सैनिक खेलाडीले प्रतियोगिताको अनुभव हासिल गरिसकेका छन्। पहिलो दक्षिण एसियाली खेलकुद प्रतियोगिता (साग)मा सेनाका खेलाडीले एक स्वर्ण, २ रजत र ३ कास्य जित्न सफल भएको तथ्याङ्क छ।

सातौं बृहत् राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिता- २०७३, रा.खे.प. च्याम्पियनसिप-२०७४ र आठौं राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगिता-२०७५ मा टिम च्याम्पियन बन्न सफल नेपाली सेनाका खेलाडीले १३ औं दक्षिण एसियाली खेलकुद प्रतियोगिता-२०७६ मा नेपालले प्राप्त गरेको कुल पदक २०६ मध्ये २३ स्वर्ण, ३१ रजत र ५० कास्य पदक समेत १०४ पदक प्राप्त गरे। यो पदक संख्या नेपालले प्राप्त गरेको पदक संख्याको ५० प्रतिशत हो।

अन्तर्राष्टिय प्रतियोगिताको हकमा नेपाली सेनाले देशको प्रतिनिधित्व गर्दै आजसम्म ओलम्पिक प्रतियोगितामा १३, विश्वच्याम्पियनसिप, सिज्म प्रतियोगितामा दुई, एसियाली खेलकुदमा १८ र दक्षिण एसियाली खेलकुदमा १३ पटक सहभागी भई २०६ वटा पदक प्राप्त गरेको छ (प्रसे केसी, २०७८)।

चीनको उहानमा २०७६ कातिक १ गतेदेखि १० गतेसम्म भएको इन्टरनेसनल मिलिटरी स्पोर्टस् काउन्सिल (सिज्म) ले सञ्चालन गरेको 'सेभेन्थ वर्ल्ड मिलिटरी गेम्स-२०१९' प्रतियोगितामा नेपाली सेनाले १३ खेल विधामा भाग लियो। प्रतियोगितामा १०९ मुलुकका १० हजार भन्दा बढी सैनिक खेलाडीको सहभागिता थियो। ब्रसेल्समा मुख्यालय भएको सन् १९४८ मा स्थापित सिज्म एउटा अन्तर्राष्ट्रिय खेलकुद संघ हो। यसले विश्व शान्तिका खातिर सशस्त्र फौजहरूबीच खेलकुदको प्रवर्धन गर्ने उद्देश्य राखेको छ (सिज्म, २०१७ ई.)। सन् २०१८ मा डोमिनिक गणतन्त्रमा भएको सिज्मको ७३ औं साधारणसभाबाट सिज्मको सदस्यता पाएपछि नेपाली सेनाले पहिलोपटक सो प्रतियोगितामा भाग लिएको थियो।

त्रिभुवन आर्मी क्लबले एसियाली फुटबल महासंघ (एएफसी) को क्लब लाइसेन्स पाउन सफल भई नेपालको फुटबलमा एउटा महत्वपूर्ण उपलब्धि हासिल गरेको छ। त्रिभुवन आर्मी फुटबल क्लबको नामबाट सेनालाई क्लब लाइसेन्स दिइएको छ। 'एएफसी क्लब लाइसेन्सिङ रेगुलेसन २०२०' को मापदण्ड पूरा गरेपछि सेना लाइसेन्स पाउने पहिलो नेपाली क्लब बन्यो । पहिलो चरणमा लाइसेन्स नपाएको सेनाले फेरि गरेको अपिललाई सदर गर्दै २०७७ सालमा उसलाई लाइसेन्स दिइएको हो । अब सेनाले व्यावसायिक क्लबको रूपमा विभिन्न नियम पालना गर्नु पर्नेछ (सेतोपाटी, २०७७)।

नेपालमा २०७६ मंसिर १५ देखि २५ सम्म सञ्चालन भएको १३ औँ दक्षिण एसियाली खेलकुद प्रतियोगिता (साग)मा राष्ट्रलाई प्राप्त कुल २०६ पदकमध्ये सैनिक खेलाडीले ३३ स्वर्ण, ३१ रजत ४९ कास्य पदक जित्न सफल भए। उक्त प्रतियोगितामा १७९ सैनिक खेलाडीका साथ मैदानमा उत्रिएको सेनाले राष्ट्रलाई प्राप्त कुल पदकमध्ये ५० प्रतिशतमा सफल भई आफ्नो वर्चस्व बनायो। सो प्रतियोगितामा सेनाकै गौरिका सिंह पौडी विधामा आम नेपाली मनमस्तिष्कमा छाउन सफल भइन् । उनले प्रतियोगितामा चार स्वर्ण, २ रजत र ३ कास्य पदक जितेकी थिइन् ।

पछिल्ला वर्ष खेलकुद क्षेत्रमा नेपाली सेनाले प्राप्त गरेको सफलता उल्लेखनीय छ । राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्को आयोजनामा २०७५ सालमा प्रदेश नं ५ का विभिन्न स्थानमा भएको आठौँ बृहत राष्ट्रिय खेलकुद प्रतियोगितामा समावेश ३५ खेलमध्ये सेनाले ३३ विधाका खेलमा भाग लियो। प्रतियोगितामा सेनाले १४० स्वर्ण, ८४ रजत र ७२ कास्य गरी २९६ पदकका साथ प्रथम भई नयाँ कीर्तिमान कायम गर्‍यो (सेतोपाटी, २०७७)। मुलुकको खेलकुदलाई अघि बढाउने क्रममा सेनाले अन्तर्राष्ट्रिय महिला फुटबल प्रतियोगिता र राष्ट्रिय पुरुष भलिबल जस्ता प्रतियोगिता आयोजनासमेत गरी खेलाडीको क्षमता निखार्न सहयोग पुर्‍याउँदै आएको छ।

नेपाली सेनाले प्रधानसेनापति अन्तर्राष्ट्रिय ट्राइ म्याराथन, हाइअल्टिच्युड ट्राई एड्भेन्चर र खुल्ला म्याराथन प्रतियोगिता आयोजना गरिरहेको छ । प्रधानसेनापति अन्तर्राष्ट्रिय महिला फुटबल, प्रधानसेनापति राष्ट्रिय भलिबल र प्रधानसेनापति ट्रफी निरन्तर सञ्चालनमा छन्। सेनाले पछिल्ला तीन वर्षमा ८ अन्तर्राष्ट्रिय प्रतिस्पर्धासहित ६० भन्दा बढी राष्ट्रिय प्रतियोगितामा सहभागी भई आफ्नो छाप छोडिसकेको छ।

सेनाको अगुवाइमा हुँदै आएका खेल गतिविधिले सैनिक संगठनको मात्र नभई समग्र राष्ट्रकै खेलक्षेत्रको क्षमता र गुणस्तर बढिरहेको छ । वि.सं. २०७६ वैशाखमा 'एड्भेन्चर' खेलका रूपमा सेनाले मुस्ताङमा दौड, क्लाइम्बिङ र साइक्लिङ समावेश गरी हाइअल्टिच्युड ट्रायथलनको सफल आयोजना गरेको थियो । वि.सं. २०७२ फागुन २२ गतेबाट महाशिवरात्री तथा सेना दिवसका अवसरमा सुरु गरिएको प्रधानसेनापति खुल्ला म्याराथन तथा 'रन फर फन' प्रतियोगितामा धावकको निकै ठूलो, उत्साहजनक र उल्लेख्य सहभागिता हुँदै आएको छ।

खेलाडीलाई आफ्नो पेशाप्रति आकर्षण र गौरव बोध होस् भन्ने हेतुले सेनाले यस्ता खेलकुद प्रतियोगिताका विजेतालाई आकर्षक राशिको नगद पुरस्कारसमेत प्रदान गर्दै आएको छ। यी प्रतियोगिताहरुमा ठूलो संख्यामा धावक एकैसाथ दौडिने कार्यले खेलकुद क्षेत्रमा प्रवेश गर्न चाहने बालबालिका तथा युवालाई हौसला प्रदान गरेको छ। सेनाले पेसागत प्रतियोगिता र युद्धकार्य तयारीका सन्दर्भमा पनि प्रतियोगिताकै रूपमा 'प्रधानसेनापति ब्यानर प्रतियोगिता' सञ्चालन गर्दै आएको छ।

स्वदेशमा मात्र नभई विश्वमा शान्ति स्थापनामा समेत अनुशासित र व्यावसायिक सेनाको छवि बनाएको नेपाली सेनाले विश्वका सैनिक सम्मिलित विश्व प्रसिद्ध क्याम्ब्रिज पेट्रोलमा समेत स्वर्ण पदक जित्न सफल भएको छ। संयुक्त अधिराज्यको वेल्स ब्रेकनमा भएको अभ्यास क्याम्ब्रियन पेट्रोल सन् २०१९ मा नेपाली सेनाले स्वर्ण पदक जित्यो । मुलुकको खेल क्षेत्रको

विकास र विस्तारका लागि सेनाले युवा तथा खेलकुद मन्त्रालय, राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्, नेपाल ओलम्पिक कमिटी, विभिन्न खेलसंघ र क्लब, खेलसम्वन्धी अन्य निकाय र प्रायोजकसँग सम्वन्वय र सहकार्य समेत गर्दै आएको छ ।

नेपाली सेनामा पुरुष मात्र होइन महिला खेलाडीको सहभागिता र प्रदर्शन पनि गौरव गर्न लायक छ । प्रधानसेनापति ट्रफी प्रतियोगिता २०६५ मार्फत सैनिक खेलकुदमा महिलाको सहभागिता ह्वात्तै बढ्यो । प्रारम्भमा एथेलेक्टिसबाट प्रवेश पाएका महिला सैनिक खेलाडी अहिले आर्चरी, बक्सिङ, सुटिङ, भलिबल, फुटबल, पौडी र तेक्वान्दो हुँदै क्रिकेटमा समेत स्थापित भइसकेका छन् । सेनाले नागरिकसँग सम्वन्ध विस्तार गर्ने सन्दर्भमा सञ्चारकर्मी लगायतसँग पनि मैत्रीपूर्ण फूटबल प्रतियोगिता आयोजना गर्ने गरेको छ ।

३.५ नेपाली सेनामा खेल प्रशिक्षण

समग्र राष्ट्रकै खेलकुदसम्बन्धी लक्ष्यलाई परिणाममुखी बनाउन सेनाले सैनिक खेलकुद भिजन-२०३० ल्याएको छ । सेनामा खेल विकासका लागि सैनिक तालिम तथा डक्ट्रिन महानिर्देशकको प्रत्यक्ष निर्देशनमा २०४६ पुस ९ गते त्रिभुवन आर्मी क्लबको स्थापना गरिएको हो (नयाँ पेज, २०२० ई.)।

क्लबले राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रियस्तरका खेलाडीलाई विभिन्न विधामा प्रशिक्षण दिँदै आएको छ । क्लबले प्रशिक्षण दिँदै आएका खेलमा एथलेक्टिस, कबड्डी, जुडो, सेपाक ताक्रो, टेबलटेनिस, कुस्ती, क्युकोसिन करांते, बास्केट बल, खो:खो, भारोत्तोलन, पुरुष फुटबल, क्रिकेट, शारीरिक सुगठन, पारा खेल, लनटेनिस, गल्फ, उसु, आइटिएफ तेक्वान्दो, भलिबल, करांते, सुटिङ, फेन्सिङ, तेक्वान्दो, आर्चरी, पौडी, ब्याडमिन्टन, ऱ्याफटिङ, ह्यान्डबल, बक्सिङ, साइक्लिङ, कम्फु, मुवाथाई, जिम्न्यास्टिक, पेन्टाथलन, प्याराग्यालाइडिङ र महिला फुटबल छन् ।

खेलकुद क्षेत्रको विकास र विस्तार गर्ने उद्देश्यले 'नेपाली सेनामा खेलाडीहरूको सैनिक पेसागत तालिम व्यवस्थापन निर्देशिका २०७७' कार्यान्वनमा ल्याइएको छ । त्रिभुवन आर्मी युथ फुटबल एकेडेमी स्थापनाका लागि सम्झौता गरिसकेको सेनाको त्रिभुवन आर्मी क्लबले एसियाली फुटबल परिषद्को मापदण्ड पुरा गरी २०७७ पुसमा एएफसी क्लब लाइसेन्स प्राप्त गरेको छ ।

सैनिक खेलाडीले राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय प्रतियोगितामा दौड, भलिबल, बक्सिङ, पौडी, तेक्वान्दो, फुटबल, जुडो, करांते र भारोत्तोलनका खेलमा उत्कृष्ट नतिजा प्राप्त गर्न सफल हुँदै आएका छन् । खेलकुदलाई अभिन्न अंगका रूपमा अङ्गीकार गरेको सेनाले खेलकुद क्षेत्रको सन्तुलित विकास गर्ने क्रममा २०४६ सालमा त्रिभुवन आर्मी क्लब स्थापना गरेको हो । त्यस्तै, खेलकुद तथा शारीरिक व्यायामलाई प्राथमिकतामा राख्दै विसं २०७२ मा ललितपुरको लगनखेलमा सैनिक शारीरिक तालिम तथा खेलकुद केन्द्र स्थापना गरिएको छ। महासेनानीको नेतृत्वमा रहेको उक्त केन्द्रमा अधिकृत, पदिक तथा अन्यसमेत गरी करिब ७०० भन्दा बढी खेलाडीलाई प्रशिक्षणको व्यवस्था गरिएको छ । केन्द्रले खेलकुदको विकास गर्ने क्रममा मुलुकको धरोहरका रूपमा रहेको जात्रा, कला र संस्कृतिको संवर्द्धन गर्न विभिन्न दिवस, घोडेजात्रा, फूलपाती, लोकतन्त्र दिवस, इन्द्रजात्रा मनाउन खेलाडी जनशक्ति खटाएर सहयोग पुऱ्याउँदै आएको छ ।

सेनाको आफ्नै खेल मैदानसहितको संरचना रहेकाले ओलम्पिक कमिटीले यसलाई विभागीय टिमका रूपमा अनुमति प्रदान गरेको छ । सेनाको सैनिक मुख्यालय परिसरमा फुटबल मैदान र लगनखेलमा सैनिक शारीरिक तथा खेलकुद केन्द्र रहेका छन् । दक्षिण एसियाली खेलकुद प्रतियोगितामा तीन संस्करणमा स्वर्ण पदक विजेता नेपाली खेलकुद क्षेत्रका नायक बैकुण्ठ मानन्धर नेपाली सेनाकै धावक हुन् । तेह्रौं सागमा अत्यधिक स्वर्ण पदक विजेता खेलाडी गौरिका सिह पनि सेनामै अनुबन्धित छिन् ।

सेनाले हाल प्रधानसेनापति ट्रफी खेलकुद प्रतियोगिता, प्रधानसेनापति अन्तर्राष्ट्रिय महिला फुटबल प्रतियोगिता, प्रधानसेनापति राष्ट्रिय पुरुष भलिबल प्रतियोगिता, प्रधानसेनापति खुल्ला म्याराथन तथा 'रन फर फर हेल्थ', प्रधानसेनापति राष्ट्रिय लन टेनिस प्रतियोगीता, प्रधानसेनापति इन्टरनेसनल हाइ अल्टिच्युड ट्राय-एड्भेन्चर प्रतियोगिता मुस्ताङ र सिओएएस इन्टर नेसनल ट्राय एड्भेन्चर कम्पिटिसन धादिङ सञ्चालन गर्दै आएको छ। राष्ट्रको करिब ७० प्रतिशत खेलाडी उत्पादनमा त्रिभुवन आर्मी क्लवको योगदान रहेको छ। नेपाली सेनामा खेलाडी उत्पादनमा सैनिक विद्यालय, राष्ट्रिय सेवा दल, सैन्य तालिम शिक्षालय र ट्यालेन्ट हन्टको पनि विशिष्ट योगदान रही आएको छ।

पूर्व प्रधानसेनापति पूर्णचन्द्र थापाले आफ्नो कमान्ड मार्ग निर्देशन, २०७५ मा पेसागत सैनिक तालिम तथा शिक्षालाई थप प्रभावकारी तुल्याउने सिलसिलामा त्रिभुवन आर्मी क्लबलाई थप प्रभावकारी बनाउने र खेलाडीको सुविधासम्बन्धी अध्ययन तथा निर्देशिका तयार पार्ने प्रतिबद्धता गर्नुभएको थियो (नेपाली सेना, २०७६। मार्गनिर्देशनमा क्षमतावान खेलाडीलाई राष्ट्रिय खेलकुद परिषद्को समन्वयमा वैदेशिक प्रशिक्षणमा पठाइने तथा साहसिक खेललाई अभिवृद्धि गर्न एड्भेन्चर क्लब स्थापनाको विषय उल्लेख छ।

४. निष्कर्ष

'स्वास्थ्यका लागि खेलकुद', 'राष्ट्रका लागि खेलकुद' र 'सबैका लागि खेलकुद' भन्ने नाराका साथ खेलकुदको क्षेत्रमा नेपाली सेनाले गर्दै आएको प्रयास प्रशंसनीय रहेको छ। सेनाको सङ्गठनलाई समयानुकूल, चुस्त, प्रभावशाली र व्यावसायिक बनाउने रणनीति अनुरूप नेपाल सरकार र सैनिक नेतृत्वले खेलकुदलाई नेपाली सेनाको आधुनिकीकरणको अभिन्न अंगका रूपमा अंगीकार गरी यसको विकासमा जोड दिएको पाइन्छ।

सेनाको त्रिभुवन आर्मी क्लबले एसियाली फुटबल महासंघ (एएफसी)को क्लब लाइसेन्स पाउन सफल नेपालको पहिलो क्लब भई देशको फुटबलमा एउटा महत्वपूर्ण उपलब्धि हासिल गरेको छ। यो उपलब्धि नेपाली खेलकुदका लागि नै एउटा कोसेढुंगा हो। आफ्नै खेल मैदानसहितको संरचना रहेको, ओलम्पिक कमिटीले विभागीय टिमका रूपमा अनुमति प्रदान गरेको, आफ्नै फुटबल मैदान र सैनिक शारीरिक तथा खेलकुद केन्द्र रहेको नेपाली सेनाको मुलुकभित्रका प्रायः सबै खेलकुदमा प्रभाव रहेको छ। दक्षिण एसियाली खेलकुद प्रतियोगितामा तीन संस्करणमा स्वर्ण पदक विजेता नेपाली खेलकुद क्षेत्रका नायक बैकुण्ठ मानन्धर र तेह्रौं सागमा अत्यधिक स्वर्ण पदक विजेता चर्चित पौडी खेलाडी गौरिका सिंह सेनामै अनुबन्धित भएबाट पनि सेनाले खेल क्षेत्रमा गरेको योगदान स्पष्ट हुन्छ।

आधुनिक सुरक्षा फौजले आफ्नो संगठनलाई व्यावसायिक र चुस्त बनाउनका लागि साङ्गठनिक संरचनाभित्र खेलकुदको विकासलाई महत्व दिएको हुन्छ र यसमा नेपाली सेना पनि पछाडि छैन। नेपाली सेनाले दीर्घकालीन रणनीतिअन्तर्गत खेलकुदको संरचना तयार पारी खेलकुद विकासको गतिलाई अगाडि बढाएको र यसलाई दिएको प्राथमिकतालाई हेर्दा आगामी दिनमा नेपाली खेलकुदको गुणात्मक र परिणामात्मक विकास हुने कुरामा शंका छैन।

सेनाले प्रत्येक जिल्ला र टोल-टोलबाट प्रशिक्षणका लागि आउने राष्ट्रिय सेवा दलका क्याडेट प्रशिक्षार्थीहरूलाई परिचालन गरी प्रतिभावान खेलाडीको पहिचान गर्न सक्छ। यसरी पहिचान गरिएका प्रतिभावान खेलाडीको प्रतिभा निखारेर सेनाले खेलकुदलाई राष्ट्रको गौरव गर्न लायक विधाका रूपमा स्थापित गर्न सम्पूर्ण सामर्थ्य लगाउन जरुरी देखिन्छ। यसबाट नेपाली सेनाप्रति नेपाली जनताले अझ गौरव गर्नेछन्। सेनाले पनि विश्व खेलकुद जगतमा मुलुकको झण्डा फहराउँदै नेपाल र नेपालीको इज्जत र प्रतिष्ठा बढाउने छ।

सन्दर्भ सामग्री

अर्थ मन्त्रालय. (२०७८). नेपाल सरकारको आर्थिक वर्ष २०७८/७९को बजेट वक्तव्य. काठमाडौं ।

आचार्य, बाबुराम. (२०७५). अब यस्तो कहिल्यै नहोस्. फाइन प्रिन्ट बुक्स. काठमाडौं ।

घिसिङ, डिएन. (२०७७). खेल जीत मनोविज्ञान, ग्लोरी मिडिया प्रा.लि, प्रकाशन. काठमाडौं ।

तिमिल्सिना, प्रकाश. (२०७७). शरदचन्द्र शाह - नेपाली खेलकुदका पथप्रदर्शक. काठमाडौं । https://www.hamrokhelkud.com

नयां पेज, (२०७७). सेनाको खेलकुद प्रशिक्षण सुरु हुंदै. काठमाडौं । https://www.nayapage.com/archives/277089

नेपाली सेना. (२०७६). खेलकुद विकासमा नयां आयाम. *सिपाही पाक्षिक विशेषांक*.पृ. २२.काठमाडौं ।

नेपाली सेना.(२०७७).प्रधानसेनापति महारथी श्री पर्णचन्द्र थापाद्वारा प्रधानसेनापति ट्रफी २०७६ को समुद्घाटन.काठमाडौं । https://www.nepalarmy.mil.np/press-release/1759

नेपाली सेना. (२०७८). नेपाली सेना र खेलकुद.काठमाडौं ।https://www.nepalarmy.mil.np/page/sports_adventure

नेपाली लाइभ. (२०७४). यसरी स्थापना भयो नेपालमा क्रिकेट, https://nepallive.com/story/2845

न्युज अफ ग्लोबल. (२०७६). इतिहासमा लिगलिग कोट दरबार र द्रव्य शाह. काठमाडौं ।

प्रसाई, लोकेन्द्र. (२०७४).अन्तर्राष्ट्रिय खेलकुदमा नेपालको पदकः यस्तो छ खेलहरूको हालत. *देशसञ्चार*.https://deshsanchar.com/2019/11/20/274397/

मजहिर र अन्य. (२०२० ई.).प्रोजेक्टिङ स्पोर्टस क्रिकेट डिप्लोमेसी बिट्विन इन्डिया एन्ड पाकिस्तानः अ कम्पेयरेटिभ एनालाइसिस अफ लिडिङ मिडिया आउटलेट्स फ्रम बोथ द कन्ट्रिज.PalArch's Journal of Archaeology of Egypt / Egyptology,कराची, पाकिस्तान ।

युवा तथा खेलकुद मन्त्रालय. (१९९१ ई.). एन्टी डोपिंग इन स्पोर्टस् । www.moys.gov.np

युवा तथा खेलकुद मन्त्रालय. (२०७८). सहजीकरण पुस्तिकाको सन्दर्भ र उद्देश्य. काठमाडौं ।

रक्षा मन्त्रालय. (२०७६).वार्षिक कार्यक्रम तथा समीक्षा पुस्तिका (आव २०७६/७७). काठमाडौं ।

लुइंटेल, खगेन्द्र. (२०७५). दिव्योपदेशः दूरदर्शी संविधान । https://www.brtnepal.com/

शौकत, नइम. (२०१२). क्रिकेट डिप्लोमेसी बिट्विन इन्डिया एन्ड पाकिस्तान : अ केस स्टडी अफ लिडिङ नेसनल डेलिज अफ बोथ द कन्ट्रिज. पाकिस्तान ।

साभामा, आन्द्रेआ मार्तेस. (सं. १९९१). अ कन्ट्री स्टडी. वासिंगटनः जीपीओ फर द लाइब्रेरी अफ कंग्रेस । http://countrystudies.us/nepal/

सिज्म. (२०१७). आर्म्ड फोर्सेज स्पोर्टस्. *सिज्म स्पोर्टस.* ब्रसेल्स ।

सेतोपाटी. (२०७७). त्रिभुवन आर्मी बन्यो एएफसी क्लब लाइसेन्स पाउने पहिलो टिम. काठमाडौं ।https://www.setopati.com/sports/football/224471

सेतोपाटी. (२०७७क). नौ महिनापछि सेनाको खेलकुद प्रशिक्षण सुरु हुंदै. काठमाडौं । https://www.setopati.com/sports/sports-activity/221975

इतिहासकार प्रा दिनेशराज पन्तसंग प्रत्यक्ष कुराकानीमा आधारित ।

तेह्रौं दक्षिण एसियाली खेलकुद. (२०७६ मंसिर २५). प्रधानमन्त्री के.पी. शर्मा ओली सम्बोधन ।