हिमालयातील साहसी खेळ

हिमालय म्हणजे खळाळत्या नद्या, बर्फाच्छादित हिमशिखरं, खोल दऱ्या... हे सगळंच वातावरण वेगवेगळ्या साहसी खेळांसाठी पोषक असंच. निव्वळ या अनुभवासाठी तरी पुन्हा पुन्हा हिमालयात गेलंच पाहिजे.

साहस आणि हिमालयाचं अतूट नातं आहे. या हिमालयात जाणं आणि तिथे मुक्तपणे हिंडणं-फिरणं हेसुद्धा एक साहस आहे. या पर्वतरांगांना लाभलेला उत्तुंगपणा, त्यांचा अफाट पसारा आणि नैसर्गिक विविधता यामुळे संपूर्ण जगातील मुसाफिरांना या हिमालयाचं कोण कौतुक. जगभरातील साहसवीर एकदा तरी हिमालयात जाऊन आपलं साहस प्रकट करण्याची मनीषा मनी बाळगून असतात. इथले डेरेदार वृक्ष, खळाळत्या नद्या, उंचच उंच पर्वतरांगा, खोल दऱ्या, बर्फाच्छादित शिखरं, कुठे हिरवाईने सजलेल्या दऱ्या-खोऱ्या तर कुठे मैलोन्मैल रखरखाट असलेला रूक्ष प्रदेश, निळं आकाश आणि क्षितिजावर त्याला पेलून धरणारे डोंगर एवढं सगळं असतंच, पण त्याच्या साथीला असतात ते इथले आगळेवेगळे प्राणी आणि पक्षी, फुलं आणि फळं, लतावेली. इथे या हिमालयावर येऊन अनेक साहसी खेळ खेळले जातात. असं असलं तरी इथे गेलेल्या प्रत्येकाला हा हिमालय खेळवतोच. इथे वेगवेगळे खेळ खेळले जातात, त्यात या हिमालयाचापण एकप्रकारे वाटा असतो. तीव्र उतारावर जोशात धावणारे प्रवाह, सुळक्याप्रमाणे आकाशात घुसू पाहणारे खडक, हाकेच्या अंतरावर वाटणारे दोन कडे, बर्फाने आच्छादलेली शिखरं, सोसाट्याचा वारा आणि या हिमालयाची उंची हे सगळं त्या खेळातील भिडू असतात. या अनेक भिडूंना सोबत घेऊनच इथे प्रत्येकाचा खेळ रंगतो. मैदानी भागातलं नुसतं चालणं, धावणं, सायकल चालवणं इथे साहसी प्रकारात मोडतं आणि त्याचे संदर्भही बदलतात. असं असलं तरी फक्त इथेच खेळण्यात मजा असललेले काही क्रीडाप्रकार आहेत.

स्कीइंग

पायाच्या तळव्याखाली लाकूड, धातू किंवा प्लास्टिकच्या पातळ पट्टय़ा बांधून बर्फावरून घसरत जाण्याचा हा प्रकार म्हणजे स्कीइंग होय. तोल सांभाळण्यासाठी, तसंच हवं तिथे थांबता यावं म्हणून हातात दोन काठ्याही घेतल्या जातात. पूर्वीच्या काळी बर्फाळ प्रदेशातील लोक बर्फावरून घसरत वेगाने एका ठिकाणाहून दुसऱ्या ठिकाणी जाण्यासाठी असे प्रकार करीत असत. त्याच प्रकाराला आता खेळाचं स्वरूप प्राप्त झालं आहे. जगभरात अनेक ठिकाणी स्कीइंगसाठी लागणारे बूट, काठ्या यांचं मोठ्या प्रमाणावर उत्पादन होऊ लागलं आहे. या साधनांच्या साहाय्याने हिमालयात सफरीवर जाणारे पर्यटकही या खेळाची मजा अनुभवू लागले आहेत. मात्र कसलेले खेळाडू उतारावर डाऊन हिल स्कीइंग, मैदानी भागात क्रॉस-कंट्री-स्कीइंग, स्की जम्पिंग असे अनेक साहसी प्रकारचे खेळ खेळतात.

स्कॅन्डीनेव्हियन देशात सतत असणाऱ्या बर्फमय प्रदेशात या खेळाला प्रथम सुरुवात झाली. तिथले सामी लोक हे खेळ खेळत असत. शिकार, युद्ध आणि रहदारीसाठी त्या काळात स्कीइंग केलं जात असे.

आपल्या भारतात प्रामुख्याने हिमाचल प्रदेशात हा खेळ खेळला जातो. शिमल्याजवळील नारकांडा इथे हिवाळ्याच्या दिवसात नवशिके आणि कसलेले असे दोन्ही प्रकारचे खेळाडू हा खेळ खेळतात. हिमाचल प्रदेश पर्यटन विकास निगम ही संस्था दरवर्षी वेगवेगळे स्कीइंग कोर्स आयोजित करत आली आहे. दरवर्षी जानेवारी ते मार्च या काळात हे कोर्स शिकवले जातात. असं असलं तरी नारकांड्यात मात्र स्कीइंगला डिसेंबरमध्येच सुरुवात होते.

आइस स्केटिंग

बर्फावर आइस स्केटच्या मदतीने चालण्याचा हा प्रकार इनडोअर आणि आउटडोअर अशा दोन्ही ठिकाणी खेळला जातो. हिमाचल प्रदेशमध्ये विशेषत: मनालीजवळील सोलांग व्हॅलीमध्ये येणारे पर्यटक आइस स्केटिंगची मजा अनुभवताना दिसतात. बर्फाच्छादित सपाट जागी, मैदानं, गोठलेल्या नदीच्या प्रवाहांवर हा खेळ खेळला जातो. आइस स्केटिंगचा हा खेळ तसा फार पुरातन म्हणजे साधारण चार हजार वर्षांपासून खेळला जातो. लोखंडाच्या धारदार ब्लेडचा वापर करून या प्रकारच्या स्केटिंगला सुरुवात झाली. दक्षिणी फिनलँडमध्ये सुरुवात झालेला हा खेळ नंतर नेदरलँड या देशात मोठय़ा प्रमाणावर खेळला जाऊ लागला. शरीर थोडं पुढे झुकवून, दाब देऊन एक बाजू बर्फात रोवून, स्केटची घर्षणाची गती वाढवून किंवा कमी करून आपल्या इच्छेनुसार वेगावर नियंत्रण करीत हा खेळ लीलया खेळला जातो. जमिनीच्या सपाटीशी स्वत:ला समान ठेवत नियंत्रण साधता येतं. असं असलं तरी हा खेळ खेळताना बर्फावर जोरात पडण्याचा धोका असतो. नवशिक्या खेळाडूला तर सुरुवातीलाच हा धोका संभवतो. आइस स्केटिंगचा खेळ खेळताना हेल्मेट परिधान करणे आवश्यक आहे.
आउटडोअर स्केटिंग करताना साठलेल्या पाण्यात पडणे किंवा घट्ट झालेल्या बर्फावर आपटल्याने गंभीर इजा होऊ शकते.

राफ्टिंग

उन्हाळ्यात हिमालयातील नद्यांच्या अवखळ प्रवाहावर राफ्टिंगचा अनुभव घेणं हा आयुष्यभर लक्षात राहण्यासारखा थरारक अनुभव असतो. भारतात हिमालयातील अनेक ठिकाणी राफ्टिंग केलं जाऊ शकतं. प्रत्येक रिव्हर राफ्टर हा गंगा नदीवर हृषीकेश येथील प्रवाहावर राफ्टिंगचा आनंद घेण्यासाठी आसुसलेला असतो. देवप्रयागपासून हृषीकेशपर्यंतचा प्रवाह यासाठी अगदी योग्य आहे. लडाखच्या झंस्कार आणि सिंधू नदीवर राफ्टिंग करण्याची मजा काही औरच असते, जी शब्दात सांगणं कठीण आहे. हिमाचल प्रदेशमधल्या गढम्वाल भागातील टन रिव्हर ही अशी जागा आहे जिथे जोरात वाहात असताना वळण घेणारी यमुना नदीची सहायक नदी ‘टन’ प्रत्येक वळणावर साहसी राफ्टरची वाट

पाहात असते. कुमाऊं क्षेत्रातल्या काली (या नदीला श्रद्धा म्हणूनही ओळखलं जातं) नदीचा प्रवाह राफ्टिंगसाठी उत्तम समजला जातो. निसर्गाचा अप्रतिम नजारा अनुभवत इथेही मजा घेता येते. हिमाचल प्रदेशमधल्या ब्यास (व्यास) नदीवर कुल्लूजवळच्या पिरदी ते झिरीपर्यंत १४ कि.मी. एवढ्या मोठ्या भागात राफ्टिंग होऊ शकतं. तिकडे पूर्वांचलजवळच्या सिक्किम राज्यातील तिस्ता नदीच्या जोरदार प्रवाहावरचे वॉटर स्पोर्ट संपूर्ण भारतात प्रसिद्ध आहेत. ऑक्टोबर ते एप्रिल हा काळ यासाठी योग्य असा आहे. पूर्वांचलातच अरुणाचल प्रदेशच्या तवांगजवळील कामेंग या ब्रह्मपुत्रेच्या सहायक नदीवर वेगवेगळ्या पातळीवर राफ्टिंग करता येतं. अरुणाचल प्रदेशच्या पहाडी भागातील ब्रह्मपुत्रेच्या तुतिंग या उपनदीवर राफ्टिंगचा रोमांच अनुभवण्यास जाणं हे पर्यटन आणि खेळ या दोन्हीचा आनंद देऊ शकतं.

हिमालयातील हा खेळ आपल्या महाराष्ट्रामधील सह्यकड्याच्या कुशीतल्या कुंडलिका नदीच्या प्रवाहावरही खेळता येतो. राफ्टिंगमधलं व्यावसायिक शिक्षण घ्यायचं असेल तर इंडियन माउंटेनीयिरग फाउंडेशन, नवी दिल्ली किंवा हिमालयन रिव्हर रनर्स, नवी दिल्ली या संस्थांमध्ये प्रशिक्षणाची सोय होऊ शकते.

आइस हॉकी

आइस हॉकी हा मुख्यत: कॅनडा आणि अमेरिकेत खेळला जाणारा खेळ गेली काही वर्षे भारतातल्या लडाख प्रांतात खेळला जात आहे. पहिल्यांदा कॅनडाहून आलेल्या प्रशिक्षकांनी लेह इथल्या स्थानिक खेळाडूंना प्रशिक्षण दिलं आणि आता सरावाच्या जोरावर तयार झालेले खेळाडू विदेशी खेळाडूंच्या तुल्यबळ झाले आहेत.

पॅराग्लायडिंग, रिव्हर क्रॉसिंग, व्हॅली क्रॉसिंग, रॉक क्लायम्बिंग असे साहसी क्रीडाप्रकार हिमालयातील अनेक ठिकाणी खेळले जातात. सोसाट्याचा वारा, खळाळते प्रवाह, खोल दऱ्या आणि केव्हाही बदलत जाणारं वातावरण या पार्श्वभूमीवर कोणताही क्रीडाप्रकार हा हिमालयात साहस या प्रकारात मोडतो. नुसतेच पर्यटनाला जाणारे प्रवासी निसर्गसौंदर्याबरोबर हिमालयाच्या प्रेमात पडतात आणि त्यापैकी काहीजण तिथल्या वातावरणाशी जुळवून घेत साहसी खेळ खेळून आपला आनंद शतगुणित करतात. असं असलं तरी कोणताही खेळ, मुख्यत: साहसी खेळ खेळायचा असेल तर तज्ज्ञ मार्गदर्शकाकडून त्याचं प्रशिक्षण घेतलं पाहिजे, योग्य ती तयारी करूनच मग असे साहसी प्रकार केले पाहिजेत आणि संभाव्य धोके ओळखून त्यावर मात करणारी संसाधनं हाती असलीच पाहिजेत. अर्धवट माहिती आणि अपुरं ज्ञान स्वत:बरोबर इतरांनाही धोक्यात घालू शकतं हे विसरता कामा नये.
संपूर्ण जगातील पर्यटकांना हिमालयाने वेड लावलं आहे. हिमालय आपल्या देशाचा मुकुटमणीच आहे. त्याला देवभूमी असं सार्थ नाव लाभलं आहे. त्या ठिकाणी एकदा गेलं की पुन:पुन्हा त्याचीच ओढ

लागत राहते. हिमालय त्याच्या अंगणात खेळायला बोलावत राहतो.

- नरेंद्र प्रभू

http://prabhunarendra.blogspot.com/
http://shabdshabd.blogspot.com/