International Journal of Research
Special Issue for UGC Approved Journal-Hindi Papers
Available at https://edupediapublications.org/journals

e-ISSN: 2348-6848
p-ISSN: 2348-795X
Volume 05 Issue 05
March 2018

रामकृष्ण मिशन का उदेश्य और योगदान

शोध छात्रा: **गीता कुमारी**

गाइड का नाम : **डॉ आलोक वर्मा**

राजनीतिक शास्त्र विभाग

रजेन्द्र कॉलेज, छपरा

जय प्रकाश विश्वविद्यालय, छपरा

सारांश

रामकृष्ण मिशन की स्थापना **स्वामी विवेकानन्द** ने **1 मई**, 1897 ई. में की थी। उनका उद्देश्य ऐसे **साधुओं** और सन्यासियों को संगठित करना था, जो **रामकृष्ण परमहंस** की शिक्षाओं में गहरी आस्था रखें, उनके उपदेशों को जनसाधारण तक पहुँचा सकें और संतप्त, दु:खी एवं पीड़ित मानव जाति की नि:स्वार्थ सेवा कर सकें।

श्रीरामकृष्ण मठ एवं मिशन इतिहास, आदर्श तथा कार्य

स्वामी विवेकानन्द की एक महत्वपूर्ण उपलिब्ध यह है कि उन्होंने हिन्दू संन्यास परम्परा को पुनर्गठित कर उसे आधुनिकता प्रदान की । श्रीरामकृष्ण की प्रेरणा से भ्रातृभावपूर्ण संन्यासियों ने रामकृष्ण मठ के नाम से उत्तर कोलकाता के वराहनगर में एक जीर्ण–शीर्ण भवन में एक मठ प्रारम्भ किया । स्वामी विवेकानन्द के पाश्चात्य अनुयाइयों के आर्थिक सहयोग द्वारा गंगा के पश्चिमी तट पर एक बड़े भू-भाग को खरीदा गया, जिसे बेलूड़ कहा जाता था । अन्ततोगत्वा 2 जनवरी 1899 ई. को मठ वहाँ स्थानान्तरित हुआ । रामकृष्ण मठ त्यागी संन्यासियों का एक संघ है, जिसके मूल प्रेरक स्वामी विवेकानन्द के गुरु श्रीरामकृष्ण देव (1836-1886) थे, जिन्हें आधुनिक युग के अवतारी महापुरुष का सम्मान प्राप्त है ।

रामकृष्ण मिशन एक पंजीकृत संस्था है, जिसमें रामकृष्ण मठ के संन्यासियों तथा गृही भक्तों के सहयोग से विभिन्न प्रकार की सामाजिक सेवाओं का मुख्य रूप से भारत में और अन्य देशों में संचालन होता है । इसकी स्थापना श्री रामकृष्ण के प्रमुख शिष्य स्वामी विवेकानन्द (1863-1902) ने की थी । यह आध्यात्मिक संस्था संन्यासियों एवं गृहस्थ दोनों के लिए है । श्रीरामकृष्ण एवं उनके सन्देशों में विश्वास करने वाला तथा उनके आदर्शों एवं कार्यों के प्रति सहानुभूति रखने वाला कोई भी व्यक्ति रामकृष्ण मिशन की सदस्यता के लिये योग्य है ।

शैक्षणिक, चिकित्सा से सम्बन्धित तथा अन्य प्रकार के सेवा-संस्थानों के संचालन में गृहस्थ लोग संन्यासियों की सहायता करते हैं । रामकृष्ण मिशन 4 मई 1909 ई. को एक संस्था के रूप में पंजीकृत हुआ । इसकी शाखाएँ सम्पूर्ण भारत एवं कुछ अन्य देशों में भी हैं ।

ये दोनों संस्थाएँ मतान्धविहीन विश्वव्यापी आध्यात्मिक आन्दोलन के द्वारा मानवता के आध्यात्मिक पुनर्स्फुरण हेतु एक शताब्दी से अधिक समय से लोगों को शान्ति पथ पर अग्रसर कर रही है । ये दोनों संस्थाएँ वेदान्त के सार्वजनीन सनातन सिद्धान्तों का प्रचार कर लोगों में नवचेतना जागृत कर रही हैं । वैदिक काल से लेकर वर्तमान समय तक भारत में वेदान्त ही एकमात्र ऐसा दर्शन है, जो धार्मिक परम्पराओं को प्रभावित करता रहा है । वर्तमान समय में इस प्राचीन पद्धति को श्रीरामकृष्ण ने ऊर्जावान किया एवं स्वामी विवेकानन्द ने इसे आधुनिक आख्यानों द्वारा व्याख्या प्रदान की, और इस तरह से सम्पूर्ण विश्व के लोगों के लिए बिना किसी जातिभेद, कुलभेद तथा धर्मभेद के सुलभ बनाया ।

आदर्श

रामकृष्ण मठ एवं रामकृष्ण मिशन का आदर्श वेदान्त के उन सनातन सिद्धान्तों पर आधारित है, जिनका श्रीरामकृष्ण ने अपने जीवन में आचरण एवं अनुभव किया तथा जिनकी व्याख्या स्वामी विवेकानन्द ने की । इस आदर्श की तीन विशेषाताएँ हैं - यह आधुनिक है क्योंकि वेदान्त के प्राचीन सिद्धान्तों को आधुनिक स्वरूप में प्रस्तुत किया गया है, यह सार्वभौम है, क्योंकि यह सम्पूर्ण मानवता के लिए है, यह व्यावहिरक है क्योंकि ये सिद्धान्त जीवन की दिन-प्रतिदिन की समस्याओं को हल करने में प्रयुक्त हो सकते हैं । इस आदर्श के आधारभूत सिद्धान्त इस प्रकार हैं

(1) जीवन का अन्तिम लक्ष्य ईश्वरानुभूति – प्राचीन भारत का एक महत्त्वपूर्ण अन्वेषण है - ब्रह्माण्ड की उत्पत्ति एवं स्थिति ब्रह्म के द्वारा होती है । इसके दोनों रूप हैं - साकार एवं निराकार । साकार रूपों को विभिन्न नामों से जाना जाता है । इस परम ब्रह्म की अनुभूति ही जीवन का एकमात्र उद्देश्य है, क्योंकि इसीसे ही हमें अनन्त पूर्णता एवं शान्ति की प्राप्ति होगी ।

(2) आत्मा की अव्यक्त दिव्यता - ब्रह्म सभी जीवों में अन्तर्यामी आत्मा के रूप में विराजमान है, जो मनुष्य का सच्चा स्वरुप तथा सभी सुखों का स्रोत है, परन्तु अज्ञानता के कारण वह स्वयं की पहचान अपने शरीर तथा मन से करता है और इन्द्रियों सुखों के पीछे दौड़ता है

। यही सभी पापों एवं क्लेशों का कारण है । धीरे-धीरे अज्ञानता के हटने से आत्मा स्वयं को अधिकाधिक व्यक्त करती है । इस अव्यक्त दिव्यता का प्रकटीकरण ही सच्चे धर्म का सार है ।

(3) योगों का समन्वय – योग के माध्यम से अज्ञान का नाश तथा आन्तरिक दैवत्व के प्रकटन के द्वारा ईश्वरानुभूति की जा सकती है । योग के मुख्य चार प्रकार हैं – ज्ञानयोग, भक्तियोग, राजयोग एवं कर्मयोग (कर्म का योग) । प्रत्येक योग ईश्वरानुभूति के लिए स्वतन्त्र रूप से एक पूर्ण साधन है । प्रत्येक योग अन्य योग के गुणों (जैसे विवेक-बुद्धि, भाव-प्रवणता, इच्छाशक्ति, अनासक्ति आदि) के विकास में योगदान करता है, इसलिए पूर्ण विकसित सन्तुलित व्यक्तित्व के विकास के लिए सभी चारों योगों का समन्वय अनिवार्य है । योगों के इस समन्वय को स्वामी विवेकानन्द ने रामकृष्ण मठ एवं मिशन का आदर्श बनाया । इस आदर्श ने दोनों संस्थाओं के प्रतीक चिन्ह में अभिव्यक्ति प्राप्त की है, जिसे स्वामीजी ने स्वयं रेखाकिंत किया था । इसमें तरंगायित जल कर्मयोग का, कमल पुष्प भक्तियोग का, उदीयमान सूर्य ज्ञानयोग का, कुण्डलाकार सर्प राजयोग का एवं हंस परमात्मा का प्रतीक है । इस प्रतीक चिह्न का अर्थ है – चारों योगों का सम्मिलित अभ्यास परमात्मा की अनुभूति कराता है ।

(4) शक्ति पर आधारित नैतिकता – स्वामी विवेकानन्द के अनुसार दुर्बलता ही जीवन में अनैतिकता, बुराई एवं क्लेश का प्रधान कारण है । दुर्बलता का कारण है – अपनी आत्मा के सच्चे स्वरूप के प्रति अज्ञानता । आत्मज्ञान दुर्बलता पर विजय प्राप्त करने एवं धर्म-परायण जीवन के लिए अत्यधिक शक्ति देता है । प्रत्येक व्यक्ति विभिन्न शक्तियों से सम्पन्न होता है परन्तु भय एवं दुर्बलता के कारण इनमें से अनेक शक्तियाँ अव्यक्त रह जाती हैं । आत्मज्ञान के द्वारा भय एवं दुर्बलता को जीतने के बाद ये शक्तियाँ स्वयं को अभिव्यक्त करती हैं । स्वामीजी इस प्रक्रिया को मनुष्य का निर्माण करने वाली शिक्षा कहते हैं ।

(5) सर्वधर्म-समन्वय – हिन्दू शास्त्रों तथा हिन्दू सन्तों के उपदेशों में ये विचार विद्यमान हैं –

एक ही सत्य विभिन्न नामों से जाना जाता है – वेद ।
विभिन्न आध्यात्मिक मार्ग एक ही लक्ष्य की ओर ले जाते हैं – गीता ।

परन्तु इतिहास में श्रीरामकृष्ण ऐसे प्रथम महापुरुष हुए, जिन्होंने अपने प्रत्यक्ष अनुभवों के द्वारा सभी धर्मों की इन्द्रियातीत अवस्था में एकता को प्रतिपादित किया । हिन्दू धर्म के विभिन्न सम्प्रदायों में समन्वय तथा विश्व के सभी धर्मों में समन्वय ।

(6) श्रीरामकृष्ण का अवतारत्व – हिन्दू धर्म के परम्परानुसार प्रत्येक युग में मानवता की आवश्यकतानुसार युगोपयोगी नवीन सन्देश देने के लिए ईश्वर स्वयं को अवतार के रूप में अवतरित करते हैं । रामकृष्ण भावान्दोलन में श्रीरामकृष्ण आधुनिक युग के अवतार रूप में पूजित हैं । इसका यह अर्थ है कि उनके जीवन एवं उपदेशों ने मानवता के मोक्ष के नवीन मार्ग खोले हैं । श्रीरामकृष्ण के अवतारत्व की अव्दितीय विशेषता यह है कि श्रीरामकृष्ण अपने पूर्ववर्ती हिन्दू धर्म तथा उसके बाहर के अवतारों एवं ईशदूतों की आध्यत्मिक चेतना के जीवन्त विग्रह हैं तथा वे सभी धार्मिक परम्पराओं के समनव्यकर्ता हैं । रामकृष्ण संघ की सभी संस्थाओं में सभी अवतारों एवं सभी धर्मों के संस्थापकों के प्रति सादर पूज्यभाव प्रदर्शित किया जाता है ।

(7) कर्म का नवीन दर्शन – स्वामी विवेकानन्द ने आधुनिक जगत को एक नवीन कर्म दर्शन दिया है । रामकृष्ण मठ एवं मिशन में सभी कार्य इस नवीन कर्म दर्शन के अनुरूप किये जाते हैं, जो इन सिद्धान्तों पर आधारित हैं

(क) प्रत्येक कार्य पवित्र है – वेदान्त के अनुसार भौतिक जगत ईश्वर का प्रकाश्य रूप है, जिसे विराट कहा जाता है । अतः लौकिक एवं अलौकिक में भेद नहीं है । इस कथन का अर्थ है कि सभी कार्य पवित्र हैं । यहाँ तक कि सावधानी एवं भक्तिपूर्वक किये हुए घरेलू कार्य जैसे झाड़ू लगाना, जूते साफ करना भी मन्दिर में कार्य करने जैसा ही है ।

(ख) पूजा करने के समान कार्य करना – भगवद्गीता के अनुसार सभी कार्यों को पूजा के समान करना चाहिए तथा कर्मफल को ईश्वर को समर्पित कर देना चाहिए ।

(ग) मनुष्य सेवा ही ईश्वर है – स्वामी विवेकानन्द ने अपने गुरु से एक महत्वपूर्ण सिद्धान्त सीखा – शिवज्ञान से जीवसेवा अर्थात् जीव की सेवा शिव मानकर करना । मनुष्य में अव्यक्त रूप में ईश्वर विद्यमान है । अतः मनुष्य की सेवा निश्चय ही ईश्वर की सेवा है । किसी दरिद्र की सेवा दया का पात्र जानकर करने के स्थान पर उसे पूज्य व्यक्ति की भाँति सेवा करें । इस प्रकार की धारणा सेवा देने वाले एवं सेवा लेने दोनों को उन्नत करती है ।

(घ) दरिद्र एवं पिछड़ों की सेवा पर ध्यान – स्वामी विवेकानन्द भारत में प्रथम ऐसे संन्यासी थे, जिन्होंने दरिद्रों एवं पिछड़ों के लिए निर्भीकतापूर्वक कहा – जो शिव को दरिद्र में, दुर्बल एवं रोगियों में देखता है, वास्तव में वही शिव की पूजा करता है । . . . उनसे शिव उस व्यक्ति की अपेक्षा अधिक प्रसन्न होते हैं, जो उन्हें मन्दिर में देखता है । वे स्वामीजी ही थे,

जिन्होंने दरिद्रों के लिए दरिद्र नारायण शब्द निर्माण किया । रामकृष्ण मिशन के सेवाकार्यों मे दरिद्रों के लिए स्वामीजी के प्रेम एवं सहानुभूति को मार्गदर्शक माना जाता है ।

(ङ) कर्म ही आध्यत्मिक अनुशासन है – जब कोई कर्म उपरोक्त शर्तों की पूर्ति करता है, तो वह आध्यात्मिक अनुशासन बन जाता है, जिससे मन पवित्र हो जाता है एवं आत्मा स्वयं की दैवी शक्ति को अधिकाधिक प्रकाशित करती है । इस प्रकार से कर्म को पूजा के समान श्रद्धापूर्वक सेवा के रूप में किया जाये, तो सेवक को आध्यात्मिक लाभ होता है । यह आध्यत्मिक अनुशासन या योग बन जाता है । दरिद्रों को भोजन-वस्त्र, रोगियों की सेवा आदि रामकृष्ण मिशन के सभी सेवाकार्य, कार्यों को आध्यात्मिक अनुशासन (कर्मयोग) समझकर किया जाता है । इस प्रकार मनुष्य में ईश्वर की पूजा के रूप में किये गये सेवाकार्य से दो प्रकार की सहायता होती है - सेवा प्राप्त करने वाले को शारीरिक एवं मानसिक सहायता प्राप्त होती है तथा सेवा करने वाले की आध्यात्मिक उन्नति होती है ।
रामकृष्ण परमहंस कलकत्ता के पास स्थित दक्षिणेश्वर मंदिर के पुजारी थे| अन्य धर्मों के नेताओं के संपर्क में आने के बाद उन्होंने सभी तरह के विश्वासों की पवित्रता को स्वीकार किया| उनके समय के लगभग सभी धार्मिक सुधारक, जिनमें केशवचंद्र सेन और दयानंद भी शामिल थे, उनके पास धार्मिक चर्चाएँ करने और मार्गदर्शन प्राप्त करने के लिए आते थे| समकालीन भारतीय विद्वानों, जिनकी अपनी संस्कृति पर आस्था पश्चिम द्वारा प्रस्तुत चुनौती के कारण डगमगाने लगी थी,के मन में रामकृष्ण की शिक्षाओं के कारण पुनः अपनी संस्कृति के प्रति आस्था का भाव मजबूत हुआ| रामकृष्ण की शिक्षाओं का प्रचार करने और उन्हें व्यवहार में लाने के लिए उनके प्रिय शिष्य विवेकानंद ने 1897 ई. में रामकृष्ण मिशन की स्थापना की थी|

मिशन का उद्देश्य समाज सेवा थी क्योकि उसका मानना था की ईश्वर की सेवा करने का सबसे बेहतर तरीका मानवों की सेवा करना है| रामकृष्ण मिशन अपनी स्थापना के समय से ही जन-गतिविधियों के शक्तिशाली केंद्र के रूप में स्थापित हो गया था| इन जन-गतिविधियों में बाढ़,सूखा और महामारी जैसी आपदाओं के समय सहायता पहुँचाना,अस्पतालों की स्थापना करना और शिक्षा संस्थाओं की स्थापना जैसे कार्य शामिल थे|

रामकृष्ण परमहंस भारत के एक महान संत एवं विचारक थे। इन्होंने सभी धर्मों की एकता पर जोर दिया। उन्हें बचपन से ही विश्वास था कि ईश्वर के दर्शन हो सकते हैं अतः ईश्वर की प्राप्ति के लिए उन्होंने कठोर साधना और भक्ति का जीवन बिताया। स्वामी रामकृष्ण मानवता के पुजारी थे। साधना के फलस्वरूप वह इस निष्कर्ष पर पहुँचे कि संसार के सभी

धर्म सच्चे हैं और उनमें कोई भिन्नता नहीं। वे ईश्वर तक पहुँचने के भिन्न-भिन्न साधन मात्र हैं।

मानवीय मूल्यों के पोषक संत रामकृष्ण परमहंस का जन्म १८ फ़रवरी १८३६ को बंगाल प्रांत स्थित कामारपुकुर ग्राम में हुआ था। इनके बचपन का नाम गदाधर था। पिताजी के नाम खुदीराम और माताजी के नाम चन्द्रमणिदेवी था।उनके भक्तों के अनुसार रामकृष्ण के माता पिता को उनके जन्म से पहले ही अलौकिक घटनाओं और दृश्यों का अनुभव हुआ था। गया में उनके पिता खुदीराम ने एक स्वप्न देखा था जिसमें उन्होंने देखा की भगवान गदाधर (विष्णु के अवतार) ने उन्हें कहा की वे उनके पुत्र के रूप में जन्म लेंगे। उनकी माता चंद्रमणि देवी को भी ऐसा एक अनुभव हुआ था उन्होंने शिव मंदिर में अपने गर्भ में रोशनी प्रवेश करते हुए देखा।

इनकी बालसुलभ सरलता और मंत्रमुग्ध मुस्कान से हर कोई सम्मोहित हो जाता था।

उपदेश और वाणी

रामकृष्ण छोटी कहानियों के माध्यम से लोगों को शिक्षा देते थे। कलकत्ता के बुद्धिजीवियों पर उनके विचारों ने ज़बरदस्त प्रभाव छोड़ा था; हांलाकि उनकी शिक्षायें आधुनिकता और राष्ट्र के आज़ादी के बारे में नहीं थी। उनके आध्यात्मिक आंदोलन ने परोक्ष रूप से देश में राष्ट्रवाद की भावना बढ़ने का काम किया क्योंकि उनकी शिक्षा जातिवाद एवं धार्मिक पक्षपात को नकारती हैं।

रामकृष्ण के अनुसार ही मनुष्य जीवन का सबसे बड़ा लक्ष्य हैं। रामकृष्ण कहते थे की *कामिनी -कंचन* ईश्वर प्राप्ति के सबसे बड़े बाधक हैं।

रामकृष्ण संसार को माया के रूप में देखते थे। उनके अनुसार *अविद्या माया* सृजन के काले शक्तियों को दर्शाती हैं (जैसे काम, लोभ ,लालच , क्रूरता , स्वार्थी कर्म आदि), यह मानव को चेतना के निचले स्तर पर रखती हैं। यह शक्तियां मनुष्य को जन्म और मृत्यु के चक्र में बंधने के लिए ज़िम्मेदार हैं। वही *विद्या माया* सृजन की अच्छी शक्तियों के लिए ज़िम्मेदार हैं (जैसे निस्वार्थ कर्म , आध्यात्मिक गुण , उँचे आदर्श , दया , पवित्रता , प्रेम और भक्ति)। यह मनुष्य को चेतन के ऊँचे स्तर पर ले जाती हैं।

स्थापना स्थान

सर्वप्रथम मठ की स्थापना कलकत्ता (वर्तमान कोलकाता) के समीप बारानगर में की गई। तत्पश्चात् वेलूर (कलकत्ता) में मिशन की स्थापना की गई। मिशन का दूसरा मठ अल्मोड़ा में मायावती में स्थापित किया गया।

उद्देश्य

मानव हित के लिए रामकृष्ण देव ने जिन सब तत्वों की व्याख्या की है तथा कार्य रूप में उनके जीवन में जो तत्व प्रतिपादित हुए हैं, उनका प्रचार तथा मनुष्य की शारीरिक, मानसिक एवं पारमार्थिक उन्नति के लिए जिस प्रकार सब तत्वों का प्रयोग हो सके, उन विषयों में

International Journal of Research
Special Issue for UGC Approved Journal-Hindi Papers
Available at https://edupediapublications.org/journals
e-ISSN: 2348-6848
p-ISSN: 2348-795X
Volume 05 Issue 05
March 2018

सहायता करना, इस संघ का उद्देश्य था। इस प्रकार के संगठन द्वारा वे वेदान्त दर्शन के 'तत्वमसि सिद्धान्त'[1]को व्यावहारिक रूप देना चाहते थे। रामकृष्ण मिशन विकासोन्मुख संस्था है और इसके सिद्धान्तों में वैज्ञानिक प्रगति तथा चिन्तन के साथ प्राचीन भारतीय अध्यात्मवाद का समन्वय इस दृष्टि से किया गया है कि यह संस्था भी पाश्चात्य देशों की भाँति जनकल्याण करने में समर्थ हो। इसके द्वारा स्कूल, कॉलेज और अस्पताल चलाये जाते हैं और कृषि, कला एवं शिल्प के प्रशिक्षण के साथ-साथ पुस्तकें एवं पत्रिकाएँ भी प्रकाशित होती हैं। इसकी शाखाएँ समस्त भारत तथा विदेशों में हैं। इस संस्था ने भारत के वेदान्तशास्त्र का संदेश पाश्चात्य देशों तक प्रसारित करने के साथ ही भारतीयों की दशा सुधारने की दिशा में भी प्रशंसनीय कार्य किया है।

रामकृष्ण जी की शिक्षाएँ

नरेन्द्रनाथ दत्त (स्वामी विवेकानन्द, 1836-1902 ई.) के मुख्य प्रेरक स्वामी रामकृष्ण परमहंस (1836-1886 ई.) थे। रामकृष्ण जी कलकत्ता के एक मन्दिर में पुजारी थे। उन्होंने भारतीय विचार एवं संस्कृति में अपनी पूर्ण निष्ठा जताई। वे धर्मों में सत्यता के अंश को मानते थे। रामकृष्ण जी ने मूर्तिपूजा को ईश्वर प्राप्ति का साधन अवश्य माना, किन्तु उन्होंने चिह्न एवं कर्मकाण्ड की तुलना में आत्मशुद्धि पर अधिक बल दिया। रामकृष्ण की शिक्षाओं के प्रचार-प्रसार का श्रेय उनके योग्य शिष्य विवेकानन्द जी को मिला।

सन्दर्भ

1. रोमां रोलां (१९८४ ( ) अंग्रेज़ी में (. *द लाइफ ऑफ़ रामकृष्ण.* अद्वैत आश्रम.
2. Miśra, V. K. (2009). *Vigyan Aur Dharmik Manyatayen*. Berghahn Books.
3. Pāṇḍeya, K. (1970). *Premacanda ke jīvanadarsána ke vidhāyaka-tatva*. Racanā prakāśana.
4. डाॅ0 सुल्तान बी.) 2017). नरेंद्र कैसे बन गए स्वामी विवेकानंदघ्. *Resemblance between Swami Vivekanand and Mahatma Gandhi's Thought*, *1*(1), 118-124.
5. विवेकानंद, & स्वामी.) 1982). *मेरे गुरुदेव.* रामकृष्ण मिशन मठ.
6. Borā, R. (1994). *Bhartiya Bhakti Sahitya*. Vani Prakashan.
7. Singh, B. (2001). *Ādhunika Hindī ālocanā ke bīja śabda*. Vani Prakashan.
8. Chalam, K. S. (2017). *Arthik Sudhar aur Samajik Apvarjan: Bhaarat Mein Upekshit Samuhon Par Udareekaran Ka Prabhav*. SAGE Publishing India.
9. Thapar, R. (Ed.). (2018). *Itihas, Kaal aur Adikalin Bharat*. Oxford University Press.
10. Sharma, R. S. (2018). *Bharat ka Prachin Itihas*. Oxford University Press.