अन्तर्राष्ट्रीय हिन्दी एवं सामाजिक विज्ञान शोध पत्रिका
Peer Reviewed Refereed शोध पत्रिका
ISSN: 2348–2605 Impact Factor: 6.789 Volume 10-Issue 4, (October-December 2022)

# पूर्व मध्यकालीन भारत में सामिष भोजन

**डा. अजय कुमार**
**सहायक प्राध्यापक**
**(इतिहास विभाग)**
**हिन्दु महाविद्यालय, सोनीपत**

मानव प्राचीन काल से ही शाकाहारी आहार के साथ–साथ सामिष आहार का प्रयोग भी करता चला आ रहा है। भारतीय मनीषियों ने अनेक प्रकार के खाद्यों के गुणों–अवगुणों, भक्ष्य–अभक्ष्य खाद्यों, उनके मन, मस्तिष्क एवं स्वास्थ्य पर पड़ने वाले प्रभावों की पर्याप्त विवेचना की है और उन्हें धर्मानुसार जीवन यापन के साथ सलंग्न करते हुए प्रयोग करने की सलाह दी है। हालांकि शाकाहारी भोजन को सर्वोत्तम माना गया था और इसे मन, बुद्धि एवं शरीर को बल देने वाला, सात्विक एवं धर्मानुसार भक्ष्य आहार माना गया था किन्तु समाज में मांसाहार भी बहुतायत रूप से प्रयोग किया जाता था। अनेक लोग मांसाहार का प्रयोग दैनिक आहार के साथ–साथ धार्मिक आयोजनों एवं उत्सवों में व्यापक रूप से करते थे। इस प्रकार मांसाहार के प्रचलन के उल्लेख तत्कालीन साहित्य में मिलते हैं अतः शस्त्रकारों ने मांसाहार करने सम्बन्धित अनेक नियम भी बनाए थे। पूर्व मध्यकालीन साहित्य से इस प्रकार के नियमों एवं सामिष भोजन प्रचलन के अनेक वर्णन मिलते हैं। समाज में अनेक लोग मांसाहारी भेजन का प्रयोग करते थे। शाही परिवारों में तथा धनी लोगों के यहां तो मांसाहार प्रमुखता से किया जाता था। हर्ष चरित में उल्लेख मिलता है कि एक शिकारी द्वारा राजा हर्ष को तीतर भेंट किये जाते हैं।[1] निस्संदेह यह भेंट भोज्य सामग्री के रूप में थी, क्योंकि राजाओं से मिलते समय लोग भोज्य सामग्री इत्यादि उन्हें उपहार में देते थे। एक स्थान पर बाण[2] उल्लेख करता है कि जो लोग राजा हर्ष से मिलने आते थे वे अपने साथ राजा के लिए दही, शीरा तथा चीनी इत्यादि भोज्य सामग्री लाते थे। अन्य स्थान पर उल्लेख मिलता है कि हर्ष स्वंय सभी धर्मों के व्यक्तियों के लिए उनकी पसंद का मांसाहारी भोजन तैयार करवाते थे। कादंबरी और महाश्वेता की मांस में रूचि थी। चालुक्य सम्राट कुमारपाल भी मांस खाते थे। अपने पर्यटन काल में तो उन्होंने मुख्यतः सामिष भोजन से ही अपना निर्वाह किया था। सैनिक अभियानों में जाते समय अन्य भोज्य सामग्रियों के साथ–साथ मांसयुक्त भोजन भी ले जाया जाता था। कश्मीर में तो मांस भोजन को उत्सवों और समारोहों में बनाया जाने वाला भोजन माना जाता था। वहां पर मांसाहार प्रमुखता से प्रचलित था।[3] हेमचन्द्र[4] अपने देश में मांसाहार प्रचलन का उल्लेख करता है। विंध्य क्षेत्र के लोगों के विषय में कहा गया

ISSN: 2348–2605 Impact Factor: 6.789 Volume 10-Issue 4, (October-December 2022)

है कि मांस की तेज गंध उन्हें आनंदित कर देती थी।[5] इत्सिंग[6] भी मांसाहार का उल्लेख करता है। पहले की भांति श्राद्ध के अवसर पर पितरों की तृप्ति के लिए ब्राह्मणों को मांस भोजन देने का विधान अब भी प्रचलित था।[7] लक्ष्मीधर और चण्डेश्वर[8] ने भी ब्राह्मणों तथा अन्य वर्गों के लोगों के लिए देवताओं को भोग लगाने के बाद मांस खाने का अनुमोदन किया है। अलबरूनी[9] गेंडे का मांस खाना ब्राह्मणों का विशेष अधिकार बताता है। अनेक प्रकार के पशु–पक्षियों का मांस भोजन में प्रयुक्त होता था। कल्हण[10] मुर्गे, भेड़, बकरे तथा पालतू सूअर के मांस को भोजन के रूप में लोगों द्वारा प्रयोग करने का उल्लेख करते हैं। ह्वेनसांग[11] भेड़ तथा हिरण का मांस खाए जाने का उल्लेख करते हैं। हर्ष की सेना के भोजन के लिए भी हिरण, बकरे इत्यादि का मांस पकाया जाता था।[12] मानसोल्लास[13] के अनुसार मध्य भारत के लोग सूअर, मृग, खरगोश, भेड़, बकरी तथा पक्षियों का मांस खाते थे। भारतीयों द्वारा प्रयोग किये जाने वाले मांस भोजन के विषय में अलबरुनी[14] उल्लेख करते हैं कि भेड़, बकरे, मृग, खरगोश, गैंडे, भैंसे, मछली, पानी और जमीन के पक्षी, गौरेया, पाण्डुकिया, तीतर, पेंडुकी, मोर तथा अन्य जानवर जो मनुष्य के लिए न हानिकारक हैं और न घृणित हैं वे खाए जाते हैं। सर्दी के मौसम में लोग नये चावलों के साथ सूअर का मांस खाते थे। जबकि गर्मी में हिरण और बटेर का मांस खाया जाता था। यह भी उल्लेख मिलता है कि ब्राह्मण भैंसों और मछलियों का मांस और क्षत्रिय मछली और भेड़ों का भुना हुआ मांस खाते थे।[15] सुलेमान[16] भारत में गैंडे का मांस खाए जाने का उल्लेख करता है। जानवरों की चर्बी को वसा के रूप में प्रयोग करते थे। छाग, बकरी, मछली, महामृग, जलचर, औलूकी, शोकरी, पाकहंसजन्य, कुक्कुटी की वसा श्रेष्ठ तथा हाथी, कुम्भीर, महीष, काकमुद्ग और कारण्ड की वसा निम्न कोटि की मानी जाती थी।[17] पशु–पक्षियों के साथ–साथ मछलियों का मांस भी खाया जाता था। मछली का मांस स्वास्थ्य के लिए लाभदायक माना जाता था। रानी विलासवती गर्भावस्था के दिनों में प्रतिदिन मछली के मांस से बना भोजन ही करती थी।[18] अनेक प्रकार की मछलियां खायी जाती थी। इनमें रोहित, पाथीन, शफरि, वरमि, मरकर, शिमशूमार इत्यादि मछलियां प्रमुख थीं। इनमें से रोहित किस्म की मछली को श्रेष्ठ तथा सिलसिम मछली को हीन माना जाता था।[19] मछलियों के अतिरिक्त पानी के अन्य जीव जैसे कछुए, घोंघे, केकड़े भी भोजन के रूप में प्रयुक्त होते थे। अंडे भी खाए जाते थे लेकिन इन्हें पचने में कठोर बताया गया था। स्वास्थ्य की दृष्टि से केवल ताजा कटे हुए, जवान, अच्छी तरह साफ किए हुए और दुर्गंध मुक्त मांस ही खाने की आज्ञा थी। मोटे, रोग ग्रस्त, मृत, दुर्बल जानवरों का मांस खाना निषेध था।[20] सभी प्रकार के पशु–पक्षियों का मांस खाने की अनुमति नहीं थी। भक्ष्य–अभक्ष्य मांस की धारणा अब भी थी। गाय, बैल, घोड़ा, खच्चर, गधा, हाथी, ऊँट, सूअर, कुत्ता, लोमड़ी, भेड़िया, शेर, बन्दर, पालतु, कुक्कुट, कौआ, तोता, बुलबुल आदि का मांस अभक्ष्य मांस की श्रेणी में

अन्तर्राष्ट्रीय हिन्दी एवं सामाजिक विज्ञान शोध पत्रिका
Peer Reviewed Refereed शोध पत्रिका

**ISSN: 2348–2605 Impact Factor: 6.789 Volume 10-Issue 4, (October-December 2022)**

आता था। इनका मांस प्रयोग करने वाले को समाज से बहिष्कृत किया जाता था।[21] लेकिन उल्लेख मिलता है कि विहित पशुओं की असुलभता के कारण अथवा विपत्ति के समय इन निषिद्ध पशुओं का मांस खाया जा सकता था।[22] वाग्भट्ट[23] ने औषधि के रूप में उन सभी पशु–पक्षियों का मांस खाने की सलाह दी है जिन्हें धर्मानुसार निषेध माना गया था।

तत्कालीन स्त्रोतों से इन पशु–पक्षियों के मांस को पकाने तथा इनसे विविध प्रकार के पकवान बनाने के उल्लेख प्राप्त होते हैं। सोमेश्वर[24] ने मांस पकवान बनाने के लिए विभिन्न पशुओं के शरीर के वे हिस्से, जिनका मांस प्रयोग करना चाहिए और वे भाग जो फेंक देने चाहिए, का विस्तार से वर्णन किया है। उन्होंने सूअर का मांस तैयार करने के लिए उसके बाल हटाने की विधि का भी वर्णन किया है। नैषधचरित[25] में भी मांस तैयार करने की विधि का वर्णन किया गया है। दण्डित[26] शिकार अभियान में वध किए हुए हिरण को लकड़ी के कोयलों की आग में भूनने का विस्तार से वर्णन करते हैं। अनेक अभिलेखों में भी मांस भोजन तैयार करने का उल्लेख किया गया है।[27] हेमचन्द्र[28] शूल पर पकाए गए मांस का उल्लेख करते हैं। मांस को भून कर अथवा सुखा कर भी प्रयोग करते थे। उल्लेख मिलता है कि सूखी मछलियां, भूने हुए कछुए, तले हुए केकड़े खाए जाते थे। मांस को घृत में हल्की आंच पर पकाकर तथा इसमें हींग आदि मसाले मिलाकर स्वादिष्ट भडित्रक नामक पकवान बनाया जाता था। कवचन्दी नामक पकवान भेड़ के मांस में कुछ मसाले मिलाकर तथा कुछ शाकों जैसे बैंगन, मूली, प्याज, अदरक और अंकुरित मूंग की दाल के साथ घृत में तलने पर बनता था। कृष्णपाक भी भेड़ के मांस में कुछ मसालों को मिलाकर बनाया जाता था। सूअर के मांस से शुष्ठकान नामक पकवान बनाया जाता था। इसको बनाने के लिए सूअर के शरीर को आग पर भून कर उसके छोटे–छोटे टुकड़े किये जाते थे। इन टुकड़ों को पुनः आग पर भूनते थे तथा अन्त में इनमें कुछ मसाले डालकर खाते थे। शुष्ठकान को मसाले तथा शक्कर मिली हुई दही में डूबोकर तथा वाष्पित करके भी खाते थे। यह पकवान चक्कलिका कहलाता था। एक प्रकार का मांस पकवान बनाने के लिए मसालों और हरे चनों को पीसकर मांस के टुकड़ों में मिलाकर तल लेते थे और इसमें कोमल निष्पाव, रसभरी, प्याज, लहसुन मिलाते थे। अन्त में इस सामग्री को खट्टे रस में डुबोया जाता था। इस पकवान को प्रयोग करने से पूर्व वाष्पित किया जाता था। जानवरों के आमाशय को भून कर तथा मसाले मिलाकर तेल में तलकर तथा सरसों अथवा दही के घोल में डालकर खाया जाता था। जानवरों की आंतों में मसाले भरकर तथा कोयलों की आंच पर भून कर मण्डलीय नामक पकवान बनाते थे। शुण्डक नामक पकवान भी जानवरों की आंतों से बनता था। मांस को पीसकर तथा उसमें बैंगन मिलाकर और फिर इस मिश्रण को तेल में तलकर भी पकवान बनाया जाता था। पिसे हुए मांस में कुछ मसाले मिलाकर अथवा तल कर भूषिका, कोशली और पन्चवर्णी नामक पकवान

अन्तर्राष्ट्रीय हिन्दी एवं सामाजिक विज्ञान शोध पत्रिका
Peer Reviewed Refereed शोध पत्रिका

**ISSN: 2348–2605 Impact Factor: 6.789 Volume 10-Issue 4, (October-December 2022)**

बनाए जाते थे।[29] मांस का सूप (शोरबा) भी बनाया जाता था। विशेष रूप से मछली, हिरण, बकरियों और पक्षियों के मांस का शोरबा बहुत पसंद किया जाता था। सूअर के मांस से बनने वाले शुष्ठकान से भी शोरबा बनाया जाता था। पुर्यला भी एक प्रकार का तरल मांस पकवान था जो मांस के टुकड़ों को मसालों के साथ पकाकर फिर लहसुन और हींग जैसे मसालों से सुवासित करके बनता था।[30]

मांसाहार से सम्बन्धित साक्ष्यों तथा विविध प्रकार के मांस पकवानों के उल्लेखों से सहज अनुमान लगाया जा सकता है कि समाज में मांस खाने वाले व्यक्तियों की संख्या कम नहीं थी लेकिन समाज में ऐसे लोगों की भी कमी नहीं थी जो मांसाहार को पूर्ण रूप से त्यागने के पक्ष में थे। सोमदेव[31] उल्लेख करते हैं कि ''धार्मिक कार्यों में, श्राद्ध में, अतिथि के लिए अथवा औषधि के लिए किसी भी जानवर की हत्या नहीं करनी चाहिए।'' अन्य स्थान पर वे कहते हैं कि ''जिस प्रकार प्रत्येक व्यक्ति को अपना जीवन प्रिय होता है वैसे ही अन्यों को अपना जीवन प्यारा होता है। अतः किसी को भी अन्य जीव को नुकसान नहीं पहुंचाना चाहिए।'' तत्कालीन पुराणों में भी मांसाहार की घोर निंदा की गयी है। कहा गया है कि जो मांस नहीं खाते वे स्वर्ग में स्थान पाते हैं, मांसाहार नहीं करने से जो पुण्य प्राप्त होता है वह एक सहस्त्र गायों के दान के बराबर हेाता है। सभी तीर्थों में जाने और सभी यज्ञों के सम्पादन करने से जो पुण्य प्राप्त होता हैं, वह मांस न खाने वालों को स्वतः ही मिल जाता है।[32] भागवत पुराण में कहा गया है कि धर्म को जानने वाला व्यक्ति न तो स्वंय मांस भोजन करे और न ही श्राद्ध में पितरों को समर्पित करे। पशुओं के मांस से उतनी तृप्ति नहीं होती जितनी मुनियों के भोजन से होती है। कहा गया कि सद्धर्म की कामना करने वाले व्यक्ति के लिए मन वाणी और कर्म से किसी भी प्राणी को दुख न देना ही परम धर्म होता है। भागवत पुराण में ही कहा गया है कि नित्य और नैमित्तिक क्रियाओं का सम्पादन सुनिजनोचित्त अन्नों से ही करें। वैदिक हिंसा को उचित समझने वालों के लिए कहा गया है कि वैदिक साहित्य में भी मांस–मद्य से निवृत्ति कर देना ही अभिष्ट अर्थ है। यज्ञ में पशुओं के आलभन का अर्थ उनकी हिंसा नहीं है।[33] ये विचार निस्संदेह जनता के बीच प्रभावशाली ढंग से प्रतिष्ठित हुए। संभवतः इसी कारण जो लोग धार्मिक कृत्यों में जानवरों की बलि देना आवश्यक मानते थे, वे जानवरों की आटे की आकृति बना कर उसकी बलि देने लगे थे।[34] मांस के पकवान की अपेक्षा माष दाल की फलियों का प्रयोग करने की सलाह दी गयी। मांस, तेल और क्षारीय गुण वाले पदार्थों से परहेज ही रखने को कहा गया।[35] धार्मिक दृष्टि से ही नहीं अपितु स्वास्थ्य की दृष्टि से भी मांसाहार को अनावश्यक माना गया। स्कन्द पुराण[36] में आयुर्वेद के इस मत का खण्डन किया गया कि मांसाहार करने वाले लोग स्वस्थ–पुष्ट और दीर्घजीवी होते हैं। इस मत को मांस लोभियों और दुष्ट पापात्माओं का मत कहा गया। यह भी कहा गया कि

ISSN: 2348–2605 Impact Factor: 6.789 Volume 10-Issue 4, (October-December 2022)

मांस खाने से न तो आयु बढ़ती है और न ही इससे स्वास्थ्य या बल बढ़ता है। मांस खाने वाले रोगी, दुर्बल और अल्पायु देखे जाते हैं तथा जो लोग मांस नहीं खाते वे भी पृथ्वी पर निरोग दीर्घायु और हृष्ट–पुष्ट अंगों वाले होते हैं। कहा गया कि है मांस की उत्पत्ति काठ या पत्थर से नहीं होती किसी जीव की हत्या करके ही मांस मिलता है। अतः मांसाहार को सर्वथा त्याग देना चाहिये। बौद्ध और जैन संस्कृतियों मे विशेष रूप से अहिंसा का प्रधान रूप से प्रतिपादन किया गया था। हिंसा किये बिना मांस मिलना असंभव है, अतः ऐसी परिस्थिति में इन दोनों संस्कृतियों के अनुयायी गृहस्थों द्वारा भी मांस का परित्याग किया जाने लगा। बौद्ध संस्कृति की महायान शाखा में भी मांस भोजन का सर्वथा निषेध था।[37] जैन गृहस्थों और मुनियों के लिये भी मांस भोजन सर्वथा त्याज्य था। जैन अनुयायी शहद का भी प्रयोग नहीं करते थे क्योंकि इसका सम्बन्ध मधुमक्खियों के अण्डों से होता है।[38] सभी प्रकार के तरल पेय कपड़े में छानकर ही पीने की आज्ञा थी, ताकि कीट–पतंगे इन पेयों के माध्यम से खाए न जा सकें। रात को भोजन करने की भी आज्ञा न थी क्योंकि इससे अंधेरे में भेाजन के साथ कीट–पतंगे भी खाए जाने की सम्भावना रहती है। मांसाहार के सम्बन्ध में एक जैन लेखक अमितगति तो यहां तक कहता है कि ''मांस खाने से अच्छा है विष खा लेना।''[39] राजा कुमारपाल जैन धर्म ग्रहण करने से पूर्व मांसाहार करता था, अतः प्रायश्चित के रूप में उसने जानवरों की हत्या पर कठोर दण्ड लागू कर दिया।[40] अन्य उल्लेख भी मिलते हैं जिससे पता चलता है कि राज्य में मांसाहार निषेध किया गया था। महापद्मसरोवर में मत्स्य तथा पक्षियों की हिंसा करना निषेध था। कश्मीर के राजा मेघवाहन और अवन्ति वर्मा के शासन काल में सभी प्राणियों की हिंसा बन्द थी।[41] इन उल्लेखों से स्पष्ट है कि सात्विक वृत्ति वाले तथा अध्यात्मवादी गृहस्थों की मांस के प्रति धारणा अवश्य ही परिर्वतित हो गयी। मांस भोजन को इस युग में समादर की दृष्टि से नहीं देखा जाता था। संभवतः समाज की इसी परिवर्तित मनोवृत्ति का चित्रण करते हुए महाकवि बाण[42] कहते हैं कि मधु–मांस आदि का आहार सज्जन पुरूषों के द्वारा निन्दित है।

स्पष्टतः पूर्वमध्यकालीन भारत में मांसाहार प्रमुखता से प्रचलित था। अनेक प्रकार के पशु–पक्षियों का मांस भोजन के रूप में ग्रहण किया जाता था। अनेक सामाजिक वर्गों के लोगों के भोजन में मांसाहार प्रमुख था, किन्तु समाज में ऐसे लोगों की संख्या भी कम न थी जो केवल शाकाहारी भेजन ही करते थे। शास्त्रकारों ने मांसाहार से सम्बन्धित अनेक नियम भी बनाए थे और विभिन्न अवसरों, आयजनों पर अथवा पूर्ण रूप से ही मांसाहार त्यागने पर ही बल दिया गया था।

ISSN: 2348–2605 Impact Factor: 6.789 Volume 10-Issue 4, (October-December 2022)

1. हर्ष चरित, पृ0 45, 235,
2. वही, पृ0 208,
3. एस0 बेल, द लाइफ आफ ह्वेनसांग, पृ0 344; कादम्बरी, अनुवाद, सी0 एन0 राइडिंग, पृ0 140; हर्ष चरित, पृ0 208,
4. देषीनाममाला, 7/44, 8/39,
5. गोडवहो, 377,
6. तकाकुसु का अनुवाद, पृ0 44,
7. स्कंद पुराण, 4/14–20; अग्नि पुराण, 163/1–32, 168/20–21,
8. कष्त्यकल्पतरू, नियतकालखंड, पृ0 311–17; गष्हस्थरत्नाकर, पृ0 380–84,
9. एंषिएन्ट इण्डिया, भाग 1, पृ0 204,
10. राजतरंगिणी, 5/119, 7/1149,
11. ह्वेनसांग, पूर्वोक्त, पृ0 178;
12. हर्ष चरित, पृ0 285,
13. मानसोल्लास, 3/13, 1420–1547,
14. एंषिएन्ट इण्डिया, भाग 2, पृ0 151,
15. काव्यमीमांसा, 18/107; समरयक्कहा, पृ0 258, 262,
16. सुलेमान सौदागर, पृ0 54–55,
17. अष्टांग संग्रह, 6/113–14,
18. ह्वेनसांग, पूर्वोक्त, पृ0 178; अष्टांग संग्रह, 7/101; कादम्बरी, पृ0 137,
19. अष्टांग संग्रह, 7/83–84, 101–102,
20. मानसोल्लास, 3/13, 1420–1547; अष्टांग संग्रह, 7/83–84,
21. ह्वेनसांग, पूर्वोक्त, पृ0 178; अलबरूनीज, इण्डिया, अनुवाद, ई0 सी0 साचौ, भाग 2, पृ0 15,
22. कथासरितसागर, 3/9/16,
23. अष्टांग संग्रह, 7/93–100,
24. मानसोल्लास, 3/15/43–47,
25. नैषध चरित, 16/81–82,
26. दशकुमार चरित, पूर्वोक्त, पृ0 216–217,
27. एंषिएन्ट इण्डिया, भाग 4, पृ0 53, भाग 12, पृ0 201; एपिग्रफिआ इण्डिका, 18, पृ0 320,
28. देषीनाममाला, 7/44, 8/39,
29. मानसोल्लास, 3/1430–41, 1449–1504, 1507–1542,
30. नैषध चरित, 16/76, 87; मानसोल्लास, 3/1447–48, 1457–61,
31. यशस्तिलेक, पृ0 330, 335,
32. ब्रह्म पुराण, 216/ 63, 65, 66,
33. भागवत पुराण, सप्तम स्कन्ध, 15/7–11; एकादष स्कन्ध, 5/11,
34. समरयक्कहा, पृ0 210–213; यशस्तिलेक, भाग 4,
35. प्रजापति स्मृति, 152–153; पद्म पुराण, 2517,
36. स्कंद पुराण, नागर खंड, 29/225–237,
37. ह्वेनसांग, पूर्वोक्त, पृ0 57,
38. यशस्तिलेक, पृ0 331,
39. कुमारपाल चरित, 8/68; सुभासित सन्दोह, 21/16,
40. मोहराजपराजय, 4/93,
41. राजतरंगिणी, 5/64, 119,
42. कादम्बरी, पृ0 32,

## सहायक ग्रंथ

मिश्र, जयशंकर : प्राचीन भारत का सामाजिक इतिहास, बिहार ग्रन्थ अकादमी, पटना, 1986

सहाय, शिवस्वरूप : भारतीय संस्कृति, चोखम्बा सीरीज, वाराणसी, 1987

विद्यालंकार, हरिदत्त : भारत का सांस्कृतिक इतिहास, आत्माराम एण्ड सन्स, दिल्ली, 1962

ISSN: 2348–2605 Impact Factor: 6.789 Volume 10-Issue 4, (October-December 2022)
नादवी, एस.एस. : अरब और भारत के सम्बन्ध, हिन्दी ऐकेडमी, इलाहाबाद, 1930

मिश्र, जयशंकर : ग्यारहवीं सदी का भारत, भारतीय विद्या प्रकाशन, वाराणसी, 1985

पाठक, विशुद्धानन्द : पांचवीं–सातवीं शताब्दियों का भारत, इलाहाबाद, 1992

मजूमदार, आर. सी. : प्राचीन भारत, मोतीलाल बनारसी दास, दिल्ली, 1962

Majumdar, B.P. : Socio-Economic History of Northern India (1030-1494 AD), Calcutta, 1960

Yadav, B.N.S. : Society and Culture in Northern India in the twelfth Century, Allahabad, 1973

Aiyangar, A. : Pre Muslims India, D.K. Publication, Delhi, 1996