National Journal of
Hindi & Sanskrit Research

ISSN: 2454-9177
NJHSR 2026; 1(67): 142-145
© 2026 NJHSR
www.sanskritarticle.com

डॉ. राय साहब पाल
पूर्व शोधच्छात्र,
हिन्दी विभाग,
त्रिपुरा विश्वविद्यालय।

Correspondence:
डॉ. राय साहब पाल
पूर्व शोधच्छात्र,
हिन्दी विभाग,
त्रिपुरा विश्वविद्यालय।

'एक कहानी यह भी' आत्मकथा में स्त्री की सामाजिक स्थिति

डॉ. राय साहब पाल

शोध-सारांश

'एक कहानी यह भी' हिन्दी की एक सुप्रसिद्ध आत्म-कथा है। इसकी लेखिका मन्नू भण्डारी ने जीवन के संघर्षों को इस आत्मकथा में बहुत ही मार्मिक एवं संवेदनशील में प्रस्तुत किया है। इन्होंने बहुत ही सहज, सरल और बोधगम्य शैली में इस ग्रन्थ का प्रणयन किया है। उक्त आत्मकथा की विषय-वस्तु स्त्रियों की सामाजिक समस्याओं को पूर्ण रूप से प्रस्तुत करती है। वर्तमान भारतीय समाज में महिला सम्बन्धी शिक्षा,सुरक्षा,अधिकार आदि अनेक ऐसे मुद्दे हैं जिनके लिए भारतीय कानून में स्त्री-सशक्तीकरण का विधान होते हुए भी वे न तो पूर्णत: शिक्षित तथा सुरक्षित ही हैं और न ही पुरुषों की भाँति समाज में समादृत ही हैं। समाज में महिलाओं के प्रति नकारात्मक भावनाओं को दूर करने के लिए मानवीय मूल्यों का विकास ही सर्वोत्तम उपाय है। भारतीय साहित्य में समभाव, सौहार्द्र, समता आदि मूल्यों कि अभिवृद्धि हेतु नैतिक मूल्यों पर विचार किया गया है। समाज के विकास में महिलाओं का योगदान पुरुषों से किसी भी रूप में कम नहीं है, यदि ये भावनाएँ मानव मस्तिष्क में विकसित हो पायें तो महिलाओं को भी समान अधिकार देकर उनके जीवन में भी आनन्द का संचार किया जा सकता है। प्रत्येक मानव के कल्याण और शान्ति की कामना ही भारतीय संस्कृति का उद्देश्य है। अत: प्रत्येक मनुष्य का यह कर्तव्य है कि समाज में लिंगभेद जैसी भावनाएँ जन्म न लेने पायें, यदि ऐसा सम्भव हो पाया तो निश्चित रूप से एक स्वच्छ और सभ्य समाज निर्मित होगा। प्रस्तुत शोध पत्र में स्त्री की समाजिक स्थिति का प्रकाशन करते हुए समाज में स्त्रियों की अपरिहार्यता एवं समान सहयोग को उपस्थापित किया जायेगा। इसके साथ ही समाज में उनकी अपरिहार्यता को प्रस्तुत करते हुए उनके हितों की रक्षा करने वाले सामाजिक तत्त्वों का विश्लेषण कर उनकी समीक्षा की जायेगी।

शब्द संकेत : स्त्री, समाज, संघर्ष, विवाह, समानान्तर जिन्दगी, आत्मकथा।

हिन्दी की आत्मकथा लेखिकाओं की ही भाँति मन्नू भण्डारी ने भी अपनी आत्मकथा में स्त्री के सामाजिक पक्षों का तर्कपूर्ण प्रतिपादन किया है । इनकी आत्मकथा में स्त्रियों की सामाजिक स्थिति का विशद वर्णन किया गया है । वे प्रत्येक सामाजिक एवं सांस्कृतिक कार्यों में अग्रसर होकर भाग लेती हैं और निर्भीकतापूर्वक कार्य भी करती हैं । स्त्रियों को पुरानी परंपराओं, रूढ़ियों, मान्यताओं तथा पुरुषवादी मानसिकता का भी सामना करना पड़ा। पुरुषवादी मानसिकता के लोग उन्हें हमेशा अपने से नीचा दिखाने की कोशिश करते रहे हैं । उन्हें कई कार्यों में भाग लेने की अनुमति नहीं रहती है फिर भी वे उन कार्यों को निर्भीकता पूर्वक करती हैं ।

मन्नू भण्डारी जी ने अपनी आत्मकथा 'एक कहानी यह भी' में स्त्रियों द्वारा सामाजिक कार्यों में बढ़-चढ़कर भाग लेने और पुरुषों द्वारा उत्पन्न अवरोधों के यथार्थ स्वरूप का उपस्थापन किया है ।

स्त्रियाँ जब भी किसी सामाजिक कार्य में अपनी भूमिका सुनिश्चित करने का प्रयत्न करती हैं तो पुरुषवादी मानसिकता से ग्रस्त लोग बाधा बनकर सम्मुख उपस्थित हो जाते हैं । इस तरह की घटनाओं का उल्लेख करती हुई लेखिका कहती हैं कि *"लड़कियों के अकेले इधर-उधर जाने और घूमने-फिरने का चलन तो था नहीं ।"* [1] इससे स्पष्ट होता है कि लेखिका मन्नू जी यह व्यक्त करना चाहती हैं कि उनके समय में लड़कियों को घूमने-फिरने नहीं दिया जाता था । जब वे किसी सामाजिक कार्यों और आंदोलनों में भाग लेती तो पुरुषवादी मानसिकता के लोग उसका विरोध करते थे । उन्हें कई बार सामाजिक कार्यों में भाग लेने से परिवार तथा समाज द्वारा बाधा उत्पन्न करते हुए देखा गया है। जैसाकि वे स्वयं कहती हैं कि जब वे सामाजिक क्रिया-कलापों में भाग लेती थीं तो समाज उन पर नजर रखता था और तुरन्त परिवार के लोगों से उनकी हरकत की शिकायत करता था। एक बार की घटना का उल्लेख करती हुई वे स्वयं कहती हैं कि कैसे समाज के लोग उनकी शिकायत उनके ही परिवार में आकर करते थे- *"आपने लड़कियों को आजादी दी पर देखते हैं आप, कैसे-कैसे उलटे-सीधे लड़कों के साथ हड़तालें करवाती, हुड़दंग मचाती फिर रही हैं वह । हमारे घरों की लड़कियों को शोभा देता है यह सब? कोई मान-मर्यादा, इज्जत आबरू का खयाल भी रह गया है आपको या नहीं ?"* [2] मन्नू जी स्वतंत्रता आंदोलन में जब भाग लेती थीं तो लोग उनके पिता से जाकर शिकायत करते थे। उनकी दृष्टि में स्त्रियाँ सिर्फ घर के अंदर काम करने के लिए ही होती हैं आंदोलन और हड़ताल करना केवल पुरुषों का ही काम है लड़कियाँ या स्त्रियाँ इसमें प्रतिभाग नहीं कर सकती हैं। उनके मत में यह महिलाओं या लडकियों के लिए उचित नहीं हैं। इसलिए ऐसा करने वाली स्त्री अमर्यादित मानी जाती है । मन्नू जी के समय की ये सभी घटनाएँ यह व्यक्त करती हैं कि निश्चित रूप से तत्कालीन समाज में स्त्रियों की सामाजिक भागीदारी सहज स्वीकार्य नहीं थी। इन सबके बावजूद भी मन्नू भण्डारी सामाजिक उन्नयन हेतु राजनीतिक हिस्सा बनती रहीं। उन्हें कभी भी यह स्वीकार्य नहीं था कि वे समाज की इस सोच की शिकार बनें।

मन्नू जी ने स्त्रियों के प्रति पति की मानसिकता का भी बखूबी से उद्घाटन किया है । लगभग सभी पतियों की यह धारणा रही है कि मेरे अनुसार ही पत्नियाँ चलें। मैं जैसे चाहूँ मेरी पत्नी वैसे ही रहे । जिससे बात करने के लिए कहूँ उसी से बात करे । जिससे मना कर दूँ उससे बात न करे । यह स्त्रियों के लिए सबसे बड़ी समस्या है । पुरुष उन्हें गुलाम बनाकर रखना चाहता है। मन्नू जी के लिए ऐसी मानसिकता सहज नहीं दिखाई देती है और वे इसका पुरजोर विरोध भी करती हैं। पुरुषवादी इस मानसिकता का विरोध करती हुई लेखिका स्वयं अपने पति को उद्धृत करती हुई कहती हैं कि *"अब राजेन्द्र के मित्रों से मित्रता और शत्रुओं से शत्रुता करते फिरूँ यह तो मेरे लिए बिल्कुल भी संभव नहीं है । मेरा अपना भी कोई स्वतंत्र व्यक्तित्व नहीं है क्या ?"*[3] पुरुषों ने अपनी पत्नियों को परतंत्रता की जिन बेडियों में बांधने का प्रयत्न किया है लेखिका ने शक्तिपूर्वक उसका विरोध किया है । उनकी दृष्टि में पुरुषों की यह धारणा सही नहीं प्रतीत होती है । वे स्त्रियों की स्वतंत्रता का प्रतिनिधित्व करती हैं । पूर्व में जिन पुरुषों ने स्त्रियों को अपनी संपत्ति समझकर उनके साथ जो दुर्व्यवहार किया है उसका प्रतिकार इनकी आत्मकथा में दिखाई देता है । पति-पत्नी के बीच विवाह विच्छेद की जो समस्याएँ होती हैं उसका भी उल्लेख लेखिका ने अपनी आत्मकथा में उपस्थापन किया है । लेखिका ने शादी के पैंतीस साल बाद तलाक की समस्या को झेला है । तलाक की उनकी मार्मिक व्यथा तत्कालीन समाज की स्त्रियों की मनोदशा और पीडा को अभिव्यक्त करती है। अपने तलाक के विषय में बताते हुए उन्होंने ने लिखा है *"मैंने तो इस विच्छेद व त्रासदी को भी झेला है चाहे पूरे पैंतीस साल बाद ही सही । लेकिन सबसे नाजुक रिश्ता होता है माँ और बच्चे का । यहाँ बच्चे की उपेक्षा करके या कहूँ कि अपने मातृत्व की उपेक्षा करके किसी भी माँ के लिए अपने व्यक्तित्व की बात सोचना....अपनी ही आशा-आकांक्षाओं की बात सोचना असंभव चाहे न हो पर कठिन तो बहुत है ही ।"* [4] लेखिका ने तत्कालीन समाज की स्त्रियों के जीवन से संबंधित जिन समस्याओं को देखी और महसूस किया है, उसका यथार्थ चित्रण अपनी इस आत्मकथा में प्रस्तुत किया है ।

भंडारी जी ने तत्कालीन समाज में व्याप्त अनेक कुरीतियों और स्त्रियों की दशा एवं दिशा का यथार्थ चित्रण किया है। स्त्रियों की दशा एवं दिशा के उद्घाटन हेतु उन्होंने स्वयं की परिस्थितियों, समस्याओं तथा पीडाओं का मार्मिक उपस्थापन किया है। साथ ही अपनी आत्मकथा में उद्धरण स्वरूप यत्र-तत्र अन्य अनेक स्त्रियों के जीवन से सम्बन्धित संघर्षों को भी उपस्थापित करने का पूर्ण प्रयत्न किया है। यद्यपि बाल्यकाल में अपने पिता के घर पर उन्हें शैक्षणिक तथा राजनीतिक गतिविधियों में भाग लेने का विरोध नहीं दिखाई देता है किन्तु पडोसियों की शिकायतें अवश्य महसूस की हैं।

वैवाहिक स्वतन्त्रता का अभाव:

लेखिका के समय भी तत्कालीन समाज में स्त्रियों को स्वयं वैवाहिक संबंध हेतु वर चयन करने का अधिकार दिखाई नहीं देता है। रूढिवादी लोग इसे अपनी मर्यादा का वस्त्र मानते हैं, ऐसा लगता है कि यदि लडकियाँ ऐसा करेंगी तो समाज में उनकी कोई इज्जत नहीं रह जायेगी। लेखिका मन्नू जी जब वे स्वयं की इच्छा से राजेंद्र के साथ वैवाहिक संबंध स्थापित करती हैं तो उनके पिता इसका विरोध ही

नहीं करते हैं बल्कि अपनी बेटी से रिश्ता भी तोड़ लेते हैं। पिता द्वारा रिश्ता तोड दिये जाने से इसका प्रभाव लडकियों के जीवन भर रहता है। वे हमेशा इस भय के साथ जीवन जीने के लिए विवश हो जाती हैं कि कहीं पति भी साथ छोड दिये तो जीवन अकेलेपन में ही व्यतीत होगा। यही हुआ भी मन्नू जी के साथ। यह उनके जीवन का दुर्भाग्य है कि स्वेच्छा से राजेंद्र के साथ प्रेम विवाह करने के बाद भी राजेंद्र का प्यार उन्हें जीवन भर नहीं मिल पाया। रिश्ते को बचाने के लिए मन्नू भंडारी जी ने अनेक मानसिक यातनाएं भी झेलीं, जिसके कारण उन्हें अनेक शारीरिक बिमारियों झेलनी पडीं । उनकी शारीरिक में भी पति राजेंद्र जी का साथ उन्हें कभी भी नहीं मिला। ऐसी स्थिति में उनका जीवन अनेक सामाजिक संघर्षों का रूप ले लेता है। इन संघर्षों के बावजूद भी मन्नू भंडारी जी कभी भी निराश और हताश नहीं हुई। वे निरन्तर जीवन पथ पर अग्रसर रहीं और अनेक ऊंचाइयों तथा शीर्ष पदों को भी उन्होंने प्राप्त किया। इस प्रकार मन्नू भंडारी जी की आत्मकथा 'एक कहानी यह भी' स्त्रियों के वैवाहिक स्वतन्त्रता तथा संघर्षपूर्ण जीवन के यथार्थ स्वरूप को भी प्रस्तुत करती है।

अपने वैवाहिक संबंध के स्वयं के निर्णय के विरुद्ध पिता के विरोध को प्रकट करती हुई वे बताती हैं कि राजेन्द्र के साथ शादी का विरोध किसी को नहीं था अगर विवादी स्वर था तो केवल एक-" *इस शादी को रोक देने का आदेश देते आखिरी दिन तक आने वाले पिता जी के तार, जिसकी भनक तक जीजा जी ने उस समय मुझे नहीं लगने दी।*" [5] आगे उन्होंने यह भी बताया है कि – *'शादी में पिता की भूमिका स्कूल के प्रेसिडेंट श्री भगवती प्रसाद खेतान ने अदा की थी।*'[6] उन्होंने यह भी बताया है कि *उनकी शादी शुद्ध पंचायती शादी थी।*[7] अपने पिता के विरोध के बावजूद भी राजेन्द्र से शादी करके भी उनको यथोचित प्यार नहीं मिला।

पति राजेन्द्र के अहंकारी आचरण के कारण ही उनके रिश्ते में टकराव आया और वे मानसिक तनाव में आ गईं जिसके कारण उन्हें असाध्य बीमारियाँ भी जकड लीं। एक स्त्री की पीडा को व्यक्त करती हुई वे कहती हैं-" *यदि अनुकूल परिस्थितियाँ मिलतीं ...अपनत्व भरा साथ मिलता तो निश्चित रूप से मेरे ये सारे तनाव ढीले ही नहीं होते बल्कि समाप्त ही हो जाते। पर मुझे जो साथ मिला उससे मुझे न कोई सहयोग मिला न स्नेह, अगर कुछ मिला तो केवल जिम्मेदारियों का अनवरत बोझ और असह्य यातनाएँ।*" [8] वे स्वयं लिखती हैं-" ज़िन्दगी शुरू करने के साथ ही 'लेखकीय अनिवार्यता' के नाम पर राजेन्द्र ने **'समानान्तर ज़िन्दगी'** का आधुनिक पैटर्न थमाते हुए जब कहा कि-" *देखो छत जरूर हमारी एक होगी लेकिन ज़िन्दगियाँ अपनी-अपनी होंगी-बिना एक-दूसरे की ज़िन्दगी में हस्तक्षेप किये बिना, बिलकुल स्वतन्त्र,मुक्त और अलग*"।[9] यह एक स्त्री के लिए निश्चित रूप से आघात करने वाला दृश्य था।

पुरुषवादी समाज में स्त्रियों का पुरुषों से संघर्ष :

मन्नू भण्डारी ने अपनी आत्मकथा 'एक कहानी यह भी' के माध्यम से तत्कालीन समाज में व्याप्त स्त्रियों की दशा एवं दिशा एवं उनके कष्टपूर्ण संघर्षों का यथार्थ चित्रण किया है। अपनी इस आत्मकथा में भण्डारी जी ने अपनी माँ और अपने वैवाहिक जीवन के संघर्षों का सूक्ष्म और सारगर्भित विवेचन किया है। लेखिका ने अपनी माँ के दर्द व संघर्ष को व्यञ्जनागम्य शब्दों के माध्यम से व्यक्त करते हुए लिखा है-" *हमारी बेपढी लिखी माँ सबेरे से शाम तक हमारी इच्छाओं और पिता जी की आज्ञाओं का पालन करने के लिए सदैव तत्पर..।*[10] उन्होंने यह भी बताया है कि – *'पिता के क्रोधी स्वभाव के कारण उनकी माँ नेक कार्य के लिए भी निर्णय लेने में स्वतन्त्र नहीं थीं।*[11] अपने पिता के क्रोधी स्वभाव के दुष्प्रभावों का उल्लेख करत हुई व कही कि किस प्रकार पिता का यह क्रोधी स्वभाव मन्नू जी की माँ के जीवन पर भयानक प्रभाव डाला। इसका उल्लेख करती हुई वे कहती हैं-" *..नवाबी आदतें, अधूरी महत्त्वाकांक्षाएँ, हमेशा शीर्ष पर रहने के बाद हाशिए पर सरकते चले जाने की यातना क्रोध बनकर हमेशा माँ को कँपाती-थरथराती रहती थी।*"[12] उन्होंने अपने पिता के इस स्वभाव के विषय में यह भी बताने का प्रयास किया है कि पिता का यह स्वभाव न केवल लेखिका की माँ पर ही पडा बल्कि लेखिका के जीवन पर भी पडा। इसका उद्घाटन करती हुई वे लिखती हैं-" *वे न जाने कितने रूपों में मुझमें हैं...कहीं कुण्ठा के रूप में, कहीं प्रतिकार के रूप में,तो कहीं प्रतिच्छाया के रूप में।*"[13] लेखिका इस कथन के माध्यम से यह बताना चाहती हैं कि उनके पिता की कुण्डा उनमें कैसे प्रभाव डाल रहा है। उनके जीवन को पिता की कुण्डा का कितना प्रभाव है। मनोविश्लेषण से यह सिद्ध भी होता है कि जिनकी संगति में व्यक्ति रहता है, उसका प्रभाव उसके जीवन में किस रूप में पडता है। स्त्रियों के जीवन के अकेलापन का मार्मिक और भावविभोर कर देने वाले अनेक ऐसे प्रसंगों को लेखिका ने अपनी आत्मकथा में उपस्थापित किया है जिससे ज्ञात होता है कि नि:सन्देह स्त्रियों का जीवन पुरुषों की अपेक्षा अधिक कष्टप्रद और संघर्षपूर्ण होता है। लेखिका ने अपनी इस आत्मकथा में एक विधवा बुढिया की भी चर्चा की है जो भण्डारी जी की माँ पर अधिकांशत: निर्भर रहती है और उन्हीं के सहारे अपने अकेलेपन भरी जिन्दगी में कुछ खुशी का अंश ढूंढती है। इसके अतिरिक्त एक परित्यक्ता स्त्री 'सोमा बुआ' का भी उल्लेख लेखिका ने किया है। जिसका जीवन अकेलेपन के साथ अपमान और तृष्णा भरी प्रतीक्षा में बीतता है। सोमा बुआ अपने अकेलेपन को दूर करने के लिए बिन बुलाए हर किसी के घर चली

जाती हैं। लेखिका मन्नू जी उस परित्यक्ता की मार्मिक वेदना को उपस्थापित करते हुई लिखती हैं- " *सोमा बुआ अपने अकेलेपन को दूर करने के लिए बिना बुलाए भी हर किसी के घर चली जाती हैं। सोमा बुआ विधवा नहीं, परित्यक्ता हैं। वैधव्य आरम्भिक दुख के बाद एक स्वीकृत सत्य हो जाता है और उसकी यातना कम हो जाती है। पर परित्यक्ता का दुख..पति है पर साथ नहीं रहता तो इसमें अकेलेपन के साथ अपमान का दंश और जुड जाता है। साल में एक महीने के लिए पति आता है, पर प्रेम-स्नेह बरसाने नहीं बल्कि उसकी गतिविधियों पर अंकुश लगाने आता है।*" [14] समाज में पत्नियों की मार्मिक पीडा और संघर्ष को व्यक्त करते हुई लेखिका ने लिखा है-" *कुछ पत्नियाँ शरीर पर प्रहार झेलती हैं तो कुछ अपनी भावनाओं पर-जैसे-झेलना-भोगना तो पत्नियों की नियति ही हो?*[15] लेखिका ने अपनी आत्मकथा 'एक कहानी यह भी' में स्वयं की ही अनेक ऐसी कहानियों का भी उल्लेख किया है जिसमें स्त्रियाँ अपने जीवन में कठिन संघर्ष करती हुई दिखाई देती हैं। अपनी कहानी 'नशा' में ब्रह्मपुरी मोहल्ले में रहने वाली एक स्त्री आनन्दी के संघर्ष व व्यथा को प्रकाशित किया है। आनन्दी का पति नशाखोर और निकम्मा था। आनन्दी दिन-रात मेहनत करती तो पति उसकी कमाई छीन लेता और उसे मारता-पीटता भी था। *...इसके बावजूद भी वह पति से दूर न रहना ही अपना धर्म समझती थी। जैसे पति को शराब की नशा थी वैसे ही आनन्दी को भी नशा थी-पति की सेवा करन की,उसके साथ रहने का।*[16]

निष्कर्ष :

'एक कहानी यह भी' आत्मकथा में लेखिका ने अपने सामाजिक संघर्षयों, पीडाओं तथा पुरुषवादी समाज से मिली यातनाओं का थार्थ चित्रण किया है। तत्कालीन समाज में स्त्रियों के लिए सब कुछ सहज नहीं था। उन्हें जीने का अधिकार तो था किन्तु अपने अनुसार नहीं,पुरुषों के अनुसार। जहाँ भी वे अधिकार के लिए सामाजिक कुरीतियों का प्रतिकार करती हैं, स्वयं को अकेला ही पाती हैं। स्वयं लेखिका ने स्त्रियों की सामाजिक स्वतन्त्र के संघर्ष किया, कुप्रथाओं का विरोध किया। किन्तु अन्तत: उन्हें यातनाएँ मिलीं, जीवन संघर्ष में ही बीता। उन्होंने जीवन में अनेक उचाईयों को तो प्राप्त किया किन्तु इन सबका सुख उन्हें नहीं मिल पाया। कोई भी समाज साहचर्य सम्बन्ध से ही चल सकता है। प्रत्येक मनुष्य का यह धर्म है कि वह इस बात को समझने का प्रयत्न करे कि समाज में प्रत्येक प्राणियों का स्थान महत्त्वपूर्ण है। स्त्री-पुरुष तो एक दूसरे के पूरक हैं। बिना दोनों के सहयोग के कोई भी समाज नहीं चल सकता है। इसलिए दोनों को यह बोध होना आवश्यक है कि महत्त्व दोनों का समान है,बस दोनों की कार्य-व्यवस्थाएँ भिन्न-भिन्न हैं। कोई भी प्राणी सभी कार्य स्वयं कर लेने में समर्थ नहीं हो सकता है। यह प्राकृतिक नियमों के विरुद्ध है। स्वयं सूर्य तेज के साथ-साथ शीतलता नहीं प्रदान कर सकता है, चन्द्रमा शीतलता के साथ-साथ तेज नहीं दे सकता है। दोनों के बिना जीवन सम्भव नहीं है। इन्हीं प्राकृतिक नियमों की ही भाँति मनुष्यों का जीवन भी किसी न किसी नियम में बंधा हुआ है। इसलिए स्त्री-पुरुष दोनों को परस्पर एक-दूसरे के महत्त्व और अनिवार्यता को समझते हुए जीवन-पथ पर अग्रसर होने की आवश्यकता है। अन्यथा इसके विपरीत आचरण करने से अवसाद, यातनाएँ, दुख, संघर्ष और अकेलापन ही मिलेगा। जिसमें जीवन का कोई रस नहीं रहता है। ऐसा जीवन रस रहित शुष्क फल की भाँति होता है। अत: सह-अस्तित्त्व को स्वीकार करके एक-दूसरे के सुख-दु:ख को समझते हुए अद्वैतभाव से सम्पन्न होकर जीवन निर्वाह करना चाहिए।

सन्दर्भ ग्रन्थ

1 भण्डारी मन्नू 'एक कहानी यह भी' पृष्ठ.20 राधाकृष्ण पेपरबैक नई दिल्ली 2008

2 भण्डारी मन्नू 'एक कहानी यह भी' पृष्ठ.24 राधाकृष्ण पेपरबैक नई दिल्ली 2008

3 भण्डारी मन्नू 'एक कहानी यह भी' पृष्ठ.87 राधाकृष्ण पेपरबैक नई दिल्ली 2008

4 भण्डारी मन्नू 'एक कहानी यह भी' पृष्ठ.119 राधाकृष्ण पेपरबैक नई दिल्ली 2008

5 एक कहानी यह भी,राधाकृष्ण पेपरबैक्स,छठां संस्करण,२०१९,पृ.५४

6 मन्नू भण्डारी, 'एक कहानी यह भी' ,राधाकृष्ण पेपरबैक्स,छठां संस्करण,२०१९,पृ.५४

7 मन्नू भण्डारी, एक कहानी यह भी,राधाकृष्ण पेपरबैक्स,छठां संस्करण,२०१९,पृ.५५

8 मन्नू भण्डारी, एक कहानी यह भी,राधाकृष्ण पेपरबैक्स,छठां संस्करण,२०१९,पृ.१७७

9 मन्नू भण्डारी, एक कहानी यह भी,राधाकृष्ण पेपरबैक्स,छठां संस्करण,२०१९,पृ.५६

10 मन्नू भण्डारी, एक कहानी यह भी,राधाकृष्ण पेपरबैक्स,छठां संस्करण,२०१९,पृ.१५

11 मन्नू भण्डारी, एक कहानी यह भी,राधाकृष्ण पेपरबैक्स,छठां संस्करण,२०१९,पृ.४३

12 मन्नू भण्डारी, एक कहानी यह भी,राधाकृष्ण पेपरबैक्स,छठां संस्करण,२०१९,पृ.१६

13 मन्नू भण्डारी, एक कहानी यह भी,राधाकृष्ण पेपरबैक्स,छठां संस्करण,२०१९,पृ.१८

14 मन्नू भण्डारी, एक कहानी यह भी,राधाकृष्ण पेपरबैक्स,छठां संस्करण,२०१९,पृ.४३

15 मन्नू भण्डारी, एक कहानी यह भी,राधाकृष्ण पेपरबैक्स,छठां संस्करण,२०१९,पृ.१२४

16 मन्नू भण्डारी, एक कहानी यह भी,राधाकृष्ण पेपरबैक्स,छठां संस्करण,२०१९,पृ.४५