ममता कालिया के उपन्यासों में नारी सशक्तिकरण

DOI: https://doi.org/10.63345/ijrsml.v14.i2.1

डॉ. के. श्रीकृष्ण
M.A, Ph.D
प्राध्यापक
शोध निर्देशक , हिन्दी विभाग
आचार्या नागार्जुना विश्व विद्यालय
गुंटूर
षेक. बाजी
M.A, (Ph.D) हिन्दी पण्डित
शोध छात्रा
आचार्या नागार्जुना विश्व विद्यालय
गुंटूर

Abstract

ममता कालिया के उपन्यासों में 'नारी शक्ति' का चित्रण यथार्थवादी और सशक्त है, जहाँ वे नारियों को शिक्षा, आर्थिक आत्मनिर्भरता और आत्म-सम्मान के लिए संघर्ष करते हुए दिखाती हैं,जो पारंपरिक बंधनों को तोड़कर अपनी पहचान और स्वतंत्रता के लिए लड़ती हैं, खासकर 'एक पत्नी के नोट्स' और 'लड़कियाँ' जैसे उपन्यासों में, जहाँ कामकाजी और शिक्षित नारी के संघर्ष, मानसिक हिंसा और पारिवारिक चुनौतियों को गहराई से दर्शाया गया है, जो नारी को अबला नहीं, बल्कि कर्मठ और स्वाभिमानी बनाती हैं। ममता कालिया के साहित्य में नारी शक्ति का अर्थ है एक ऐसी सशक्त, आत्मनिर्भर और सजग स्त्री जो रूढ़ियों को तोड़कर अपने अस्तित्व और अधिकारों के लिए संघर्ष करती है, चाहे वह आर्थिक रूप से स्वावलंबी हो या परिवार और समाज में अपनी पहचान बनाने के लिए मानसिक दृढ़ता दिखाती हो, और अपनी बुद्धिमत्ता व कर्मठता से हर क्षेत्र में आगे बढ़ती है, अक्सर परिवार और रिश्तों के तनाव के बीच भी अपनी अस्मिता बनाए रखती है।

ममता कालिया के उपन्यासों में समाज की नारी शक्ति को एक कर्मठ, शिक्षित, संघर्षरत और आत्मनिर्भर इकाई के रूप में चित्रित किया गया है, जो पारंपरिक रूढ़ियों और पितृसत्तात्मक बंधनों को तोड़कर अपनी पहचान और स्वतंत्रता की तलाश करती है, जहाँ वे आर्थिक और मानसिक रूप से स्वावलंबी बनकर परिवार और समाज में समान भागीदारी की मांग करती हैं,भले ही उन्हें मानसिक हिंसा और भेदभाव का सामना करना पड़े, जैसा कि उनके उपन्यासों 'एक पत्नी के नोट्स' और 'दुक्खम-सुक्खम' में दिखता है। ममता कालिया के उपन्यासों में 'नारी शक्ति' का चित्रण उनके प्रमुख उपन्यास **'एक पत्नी के नोट्स' (Ek Patni Ke Notes)**,**'बेघर' (Beghar)**, **'दौड़'(Daud)**, **'लड़कियाँ' (Ladkiyan)** और **'नरक दर नरक' (Narak Dar Narak)** में प्रमुखता से मिलता है, जहाँ वे आधुनिक, शिक्षित और कामकाजी स्त्रियों के जीवन के यथार्थ, उनके संघर्ष, अस्मिता, आत्म-सम्मान और सामाजिक बंधनों से मुक्ति की इच्छा को सशक्त रूप से दर्शाती हैं, जिससे वे नारी को केवल पीड़ित नहीं, बल्कि कर्मठ और निर्णयात्मक शक्ति के रूप में प्रस्तुत करती हैं।

नारी शक्ति (Nari Shakti) का अर्थ है महिलाओं की शक्ति, सामर्थ्य और सशक्तिकरण, जो उन्हें जीवन के हर क्षेत्र में समान अवसर, सम्मान और स्वतंत्रता दिलाकर समाज और राष्ट्र के निर्माण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाने में सक्षम बनाता है. यह केवल शारीरिक शक्ति नहीं, बल्कि ज्ञान, कौशल, साहस, नेतृत्व और सहनशीलता जैसी आंतरिक क्षमताओं का प्रतीक है, जिससे महिलाएँ चुनौतियों का सामना करती हैं और समाज में सकारात्मक बदलाव लाती हैं।

प्रमुख उपन्यास और नारी शक्ति के पहलू:-

- **'एक पत्नी के नोट्स':** कविता जैसे पात्र के माध्यम से नारी के मानसिक संघर्ष, आत्मनिर्भरता और पति-पत्नी के संबंधों में समान

Vol. 14, Issue: 02, February: 2026
(IJRSML) ISSN (P): 2321 - 2853

भागीदारी की ज़रूरत को दर्शाया गया है, जहाँ नारी अपनी पहचान बनाती है।

- **'बेघर':** रमा और संजीवनी जैसे पात्रों के ज़रिए शहरी कामकाजी महिलाओं के अकेलेपन, जीवन की चुनौतियों और घर-बाहर के संघर्षों को दिखाया गया है।
- **'दौड़':** यह उपन्यास आधुनिक जीवन की जटिलताओं और प्रतिस्पर्धा में फंसी नारी के अस्तित्व की लड़ाई को दर्शाता है, जहाँ वह आर्थिक और सामाजिक रूप से खुद को स्थापित करने का प्रयास करती है।
- **'लड़कियाँ':** इस उपन्यास में 'आफ़शाँ' और 'लल्ली' जैसे पात्रों के ज़रिए मध्यवर्गीय लड़कियों के सपने और यथार्थ के बीच के अंतर को चित्रित किया गया है।
- **'नरक दर नरक':** उषा जैसे पात्र के माध्यम से नारी की अंतर्निहित शक्ति और दुखों को सहते हुए भी कर्मठ बने रहने की प्रवृत्ति को दर्शाया गया है।

ममता कालिया का लेखन यथार्थवादी दृष्टिकोण पर आधारित है, जिसमें स्त्रियों की मानसिक स्थिति, उनके द्वंद्व, संघर्ष और आकांक्षाओं को अत्यंत प्रभावशाली ढंग से चित्रित किया गया है। उनके उपन्यासों में महानगरीय परिवेश की सामाजिक स्थिति, उनके स्थान और संघर्षों को बड़े ही सजीव रूप में प्रस्तुत किया गया है। वे स्त्री जीवन की समस्याओं को न केवल व्यक्तिगत, बल्कि सामाजिक और सामूहिक स्तर पर भी विश्लेषित करती हैं। उनके साहित्य में स्त्री के लिए केवल सहानुभूति नहीं, बल्कि न्याय और समानता की मांग भी की गई है।

भारतीय समाज में नारी की स्थिति सदियों से सामाजिक, सांस्कृतिक और ऐतिहासिक कारकों के प्रभाव में विकसित हुई है। पारंपरिक भारतीय समाज में महिलाओं की भूमिका मुख्य रूप से घरेलू दायित्वों तक सीमित रही, लेकिन आधुनिक काल में शिक्षा, रोजगार और अधिकारों की जागरूकता ने उनकी स्थिति में महत्वपूर्ण बदलाव लाए हैं। फिर भी, स्त्री-पुरुष असमानता, सामाजिक रूढ़ियाँ और लैंगिक भेदभाव अब भी महिलाओं के समक्ष बड़ी चुनौतियाँ बनी हुई हैं।

इस अनुभाग में भारतीय समाज में महिलाओं की स्थिति का विश्लेषण पारंपरिक और आधुनिक संदर्भों में किया जाएगा। साथ ही, सामाजिक असमानता, घरेलू और सार्वजनिक जीवन में उनकी भूमिका तथा स्त्री-सशक्तिकरण के प्रयासों पर भी विस्तार से चर्चा की जाएगी। ममता कालिया के साहित्य में 'नारी शक्ति' परंपरा से इतर आत्म-निर्भरता, शिक्षा और आत्मनिर्भर स्वाभिमान के रूप में चित्रित है। वे अपनी नायिकाओं को मानसिक और आर्थिक रूप से सशक्त, कर्म प्रधान और पितृसत्तात्मक समाज के विरुद्ध आवाज उठाने वाली, तथा अपने निर्णय स्वयं लेने वाली महिला के रूप में प्रस्तुत करती हैं।

ममता कालिया के साहित्य में नारी शक्ति के मुख्य बिंदु:

- **आर्थिक स्वावलंबन और आत्मनिर्भरता:** कालिया के पात्र (जैसे 'एक पत्नी के नोट्स' की कविता) आर्थिक रूप से आत्मनिर्भर हैं, जो उन्हें आत्मविश्वास और निर्णय लेने की शक्ति प्रदान करता है।
- **आधुनिक नारी की चुनौतियाँ:** वे पति-पत्नी के बीच समान साझेदारी, मानसिक हिंसा, यौन शोषण, और रिश्तों में बदलते समीकरणों (तलाक, अकेलेपन) जैसी समकालीन समस्याओं का सामना करती हैं और उन्हें अपनी लेखनी से यथार्थवादी रूप देती है। वे कामकाजी और शिक्षित महिलाओं के जीवन के यथार्थ को दर्शाती हैं, जो अपने करियर और व्यक्तिगत जीवन में संतुलन बनाने के लिए संघर्ष करती हैं।
- **शिक्षा और स्वावलंबन:** कालिया के उपन्यासों में स्त्रियाँ पढ़-लिखकर केवल घर की चारदीवारी तक सीमित नहीं रहतीं, बल्कि डॉक्टर, टीचर, मैनेजर बनकर आर्थिक रूप से आत्मनिर्भर बनती हैं और जीवन के हर क्षेत्र में पुरुषों के साथ कंधे से कंधा मिलाकर चलती हैं (जैसे 'एक पत्नी के नोट्स' में कविता) हर क्षेत्र में नाम रोशन करती है। जिससे उन्हें आत्म-विश्वास मिलता है।
- **पितृसत्ता के विरुद्ध संघर्ष:** उनके पात्र पारिवारिक और सामाजिक शोषण (मानसिक, शारीरिक) के विरुद्ध अपनी आवाज़ उठाते हैं और अन्याय को चुपचाप सहन नहीं करते। पितृसत्तात्मक समाज से टकराव में भी वे विवाह संस्था, पारिवारिक बंधनों और रूढ़िवादी सोच के खिलाफ खड़ी होती हैं, जहाँ स्त्री को केवल घरेलू भूमिकाओं तक सीमित रखा जाता है।
- **अस्तित्व की लड़ाई (Identity Crisis):** वे पितृसत्तात्मक समाज में अपनी पहचान और स्वतंत्रता के लिए संघर्ष करती हैं, और अपने निर्णय स्वयं लेती हैं, भले ही इसके लिए उन्हें पारंपरिक बंधनों को तोड़ना पड़े। **अस्मिता की तलाश** 'मुखौटा' जैसे संग्रहों में नारी अपने अस्तित्व और पहचान के लिए संघर्ष करती हुई दिखाई देती है। वे रूढ़ियों और सामाजिक दबावों के खिलाफ खड़ी होती हैं, अपने फैसले खुद लेती हैं,

और अपनी अस्मिता (पहचान) की तलाश करती हैं, जो उन्हें एक सशक्त व्यक्तित्व प्रदान करता है (जैसे 'लड़कियाँ' में प्रतिभा और अफ़शा) उनके उपन्यास और कहानियाँ नारी की अस्मिता की तलाश को दर्शाती हैं, जहाँ नारी पुरुषवादी समाज में अपनी पहचान और सम्मान के लिए प्रयासरत रहती है।

- **प्रेम और विवाह का यथार्थ:** वे प्रेम के कोमल रूप के साथ-साथ रिश्तों में होने वाले संघर्ष और तनाव को भी सूक्ष्मता से दिखाती हैं। विवाह और रिश्ते में'लड़कियाँ' जैसे उपन्यासों में युवा, अविवाहित कामकाजी लड़कियों के जीवन, उनके सपनों और महानगरों में उनके संघर्षों को प्रामाणिक रूप से प्रस्तुत किया गया है, जहाँ वे रिश्तों की जटिलताओं से जूझती हैं।
- **मानसिक और भावनात्मक शक्ति:** वे मानसिक हिंसा और शोषण का सामना करती हैं लेकिन हार नहीं मानतीं; वे अपनी भावनाओं और इच्छाओं को व्यक्त करने से डरती नहीं हैं, जैसा कि उनकी कविताओं ("Oh, I'm fed up of being a woman") में दिखता है। भावनात्मक और मानसिक संघर्ष में वे प्रेम, विवाह और रिश्तों में आने वाले तनाव, मानसिक हिंसा और अकेलेपन को उजागर करती हैं, जहाँ नारी को अपनी भावनाओं को व्यक्त करने और निर्णय लेने में कठिनाई होती है।
- **आत्म-निर्णय का अधिकार:** कालिया नारी को ऐसे व्यक्तित्व के रूप में चित्रित करती हैं, जिसे अपने जीवन और निर्णयों के बारे में सोचने की स्वतंत्रता हो, और वह सामाजिक दबावों के बजाय अपने आत्म-बोध और संवेदनाओं के आधार पर निर्णय ले सके।
- **कर्मठ और कर्तव्यनिष्ठ:** वे कर्म प्रधान होती हैं और अपने जीवन में आने वाली बाधाओं (जैसे पति का बेवफ़ाई या सामाजिक दबाव) के बावजूद अपने कर्तव्यों और कर्मक्षेत्र में डटी रहती हैं। कर्मठता और त्याग **में** नारी को केवल भावनाप्रधान न दिखाकर, वह उसे कर्म-प्रधान और कर्तव्यनिष्ठ दर्शाती हैं, जो अपने लक्ष्यों के प्रति दृढ़ रहती है और परिवार व करियर दोनों जिम्मेदारियों को निभाती है।
- **शिक्षा और चेतना:** शिक्षा उन्हें सशक्त बनाती है और वे समाज की रूढ़ियों और अज्ञानता से बाहर निकलकर एक नया दृष्टिकोण अपनाती हैं, जो उन्हें नया समाज बनाने की शक्ति देता है।
- **यथार्थवादी चित्रण:** उनके पात्र न केवल आदर्श हैं, बल्कि वे अपनी कमजोरियों, अकेलेपन और तनावों के साथ यथार्थवादी दिखते हैं, जैसे 'मुखौटा' कहानी संग्रह की विभिन्न नायिकाएँ। उनके साहित्य में नारी को एक व्यक्तित्व दिया गया है, जो स्वयं निर्णय लेती है। वे नारी की आंतरिक भावनाओं, मानसिक हिंसा और यौन शोषण जैसे मुद्दों को संवेदनशीलता से उजागर करती हैं।

ममता कालिया की नारी शक्ति, स्त्री के भीतर छिपी उस अदम्य इच्छाशक्ति का नाम है जो उसे हर परिस्थिति में अपनी पहचान, सम्मान और स्वतंत्रता के लिए लड़ने की प्रेरणा देती है। ममता कालिया के साहित्य में नारी शक्ति को एक संघर्षशील, आत्मनिर्भर और जागरूक इकाई के रूप में चित्रित किया गया है, जो पितृसत्तात्मक समाज की रूढ़ियों को तोड़कर अपनी पहचान, शिक्षा और आर्थिक स्वतंत्रता के लिए लड़ती है; वे नारी को कर्मठ, भावुकता से परे, पर स्वयं निर्णय लेने वाली एक आधुनिक स्त्री के रूप में दिखाती हैं, जो पारिवारिक और सामाजिक बंधनों से जूझते हुए भी आत्म-सम्मान और समानता की तलाश करती है।

उदाहरण:

- उनके उपन्यास 'एक पत्नी के नोट्स' में कविता जैसी पात्र मानसिक हिंसा और घर-परिवार की अपेक्षाओं से जूझती है।
- 'लड़कियाँ' उपन्यास में प्रतिभा और अफशाँ जैसी पात्र अपनी स्वतंत्रता और सपनों को पूरा करने के लिए दृढ़ संकल्पित हैं।

ममता कालिया नारी को सिर्फ पीड़ित नहीं, बल्कि अपने अधिकारों और अस्तित्व के लिए लड़ने वाली, एक सशक्त, बुद्धिमान और कर्मठ शक्ति के रूप में प्रस्तुत करती हैं। ममता कालिया के उपन्यासों में समाज की नारी शक्ति को चित्रित करते हुए, उन्होंने स्त्री को एक संघर्षशील, शिक्षित, और आत्मनिर्भर व्यक्तित्व के रूप में दिखाया है, जो पारंपरिक बंधनों और पितृसत्ता से जूझते हुए अपनी पहचान बनाती है; लेखिका ने नारी को कर्मठ, स्वाभिमानी और आर्थिक रूप से सशक्त दिखाया है, जो आधुनिक युग में शिक्षा और आत्म-सम्मान के बल पर अपने अधिकार और स्वतंत्रता की लड़ाई लड़ती है, चाहे वह हो या सामाजिक, और अक्सर मानसिक व भावनात्मक हिंसा का सामना करती है, फिर भी अपनी आंतरिक शक्ति से समाधान ढूंढती है।

नारी शक्ति के प्रमुख आयाम:

ममता कालिया समाज की पारंपरिक नारी से हटकर, **शिक्षित, जागरूक, संघर्षरत, और आत्मनिर्भर** नारी शक्ति का सशक्त प्रतिनिधित्व करती हैं, जो अपने समय और समाज के बदलते परिदृश्य में अपनी जगह बनाती है।

संक्षेप में, ममता कालिया नारी को पीड़ित या शोषित के रूप में नहीं, बल्कि एक कर्मप्रधान, दृढ़निश्चयी और अपने अधिकारों के प्रति जागरूक शक्ति के रूप में चित्रित करती हैं, जो अपने जीवन के हर क्षेत्र में संघर्ष करती है और अपनी पहचान बनाती है।

ममता कालिया के उपन्यासों में स्त्री जीवन का चित्रण नारी को शक्ति का प्रतीक मानते हुए भी किया है जहाँ वह समस्त दुःखों का शरण करते हुए भी सदैव कर्तव्य निष्ठ तथा कर्म प्रधान रहती है। नारी अपनी मेहनत और मेधा शक्ति के बल पर उन्होंने हर क्षेत्र में अपना नाम रोषन किया है। षिक्षा के कारण आज उनके लिए अर्थोपार्जन के नये-नये द्वार खुले है। हिन्दी साहित्य में ममता कालिया का नाम महिला लेखन के क्षेत्र में प्रमुखता से लिया जाता है। महिला की जीवनगत परिस्थितियों को अत्यन्त संवेदनषीलता के साथ सूक्ष्मतापूर्वक उद्घाटित करने वाली महिला कथाकारों में ममता कालिया का नाम सबसे पहले आता है। जीवन के यथार्थ की अद्भुत विष्लेषण क्षमता ममता जी का वैषिष्ट्य है। ममता जी के उपन्यास साहित्य में युगों-युगों से पीड़ित, शोषित, प्रताडित, उपेक्षित, रूढियों के बंधन में बंधी रहने वाली नायिका का यथार्थ व सजीव अनुभूतिपरक विद्यमान है। ममता कालिया जी ने स्त्री के जीवन को स्वार्थ से परें, कर्म पर प्रधान तथा भावनाओं से लिप्त मानते हुए उसे त्याग की विषिष्टता से वर्णित किया है।

1. महिला केंद्रित उद्योगों की स्थापना

महिलाओं को ध्यान में रखकर उद्योगों की स्थापना की जानी चाहिए, जहाँ उन्हें रोजगार के अधिक अवसर मिल सकें। हस्तशिल्प, बुनाई, जैविक कृषि, डेयरी उत्पादन, पैकेजिंग, कुकरी, कैटरिंग, बेकरी, ब्यूटी और वेलनेस जैसे उद्योगों में महिलाओं को अधिक संख्या में रोजगार मिल सकता है। सरकार और निजी कंपनियों को मिलकर महिला स्टार्टअप्स को प्रोत्साहन देना चाहिए ताकि महिलाएँ स्वयं का व्यवसाय शुरू कर सकें और अन्य महिलाओं को भी रोजगार दे सकें।

2. महिलाओं के लिए लचीले कार्य विकल्प

कई महिलाएँ घर और काम के बीच संतुलन नहीं बना पातीं, जिसके कारण वे आर्थिक रूप से पिछड़ जाती हैं।वर्क फ्रॉम होम और पार्ट-टाइम जॉब्स महिलाओं को घर बैठे काम करने का अवसर प्रदान कर सकते हैं। फ्रीलांसिंग, ब्लॉगिंग, ऑनलाइन ट्यूटरिंग, कंटेंट राइटिंग, डिजिटल मार्केटिंग, यूट्यूब चैनल आदि क्षेत्रों में महिलाएँ स्वतंत्र रूप से काम कर सकती हैं।

3. सरकारी और निजी क्षेत्रों में महिलाओं की भागीदारी बढ़ाना

सरकारी नौकरियों में महिलाओं के लिए आरक्षण और विशेष योजनाएँ लागू की जानी चाहिए। निजी कंपनियों को भी लैंगिक समानता के लिए पहल करनी चाहिए और अधिक संख्या में महिलाओं को नियुक्त करना चाहिए। महिलाओं को नेतृत्वकारी पदों पर अधिक अवसर दिए जाने चाहिए, ताकि वे न केवल अपनी आर्थिक स्थिति सुधार सकें, बल्कि समाज में निर्णय लेने की प्रक्रिया में भी सक्रिय रूप से भाग ले सकें।

4. ग्रामीण क्षेत्रों में रोजगार के अवसर

शहरों की तुलना में ग्रामीण क्षेत्रों में महिलाओं के लिए रोजगार के अवसर सीमित होते हैं। कुटीर उद्योग, सिलाई-कढ़ाई, कृषि आधारित व्यवसाय, मुर्गी पालन, मधुमक्खी पालन, जैविक खेती जैसे रोजगार ग्रामीण महिलाओं के लिए बहुत फायदेमंद हो सकते हैं। ग्राम पंचायतों को महिलाओं के लिए विशेष रोजगार योजनाएँ लागू करनी चाहिए, जिससे गाँवों में ही रोजगार के अवसर उत्पन्न हो सकें और महिलाओं को शहरों की ओर पलायन न करना पड़े ।

ममता कालिया के उपन्यासों में स्त्री जीवन का चित्रण नारी को शक्ति का प्रतीक मानते हुए भी किया है जहाँ वह समस्त दुःखों का शरण करते हुए भी सदैव कर्तव्य निष्ठ तथा कर्म प्रधान रहती है। नारी अपनी मेहनत और मेधा शक्ति के बल पर उन्होंने हर क्षेत्र में अपना नाम रोषन किया है। षिक्षा के कारण आज उनके लिए अर्थोपार्जन के नये-नये द्वार खुले है। हिन्दी साहित्य में ममता कालिया का नाम महिला लेखन के क्षेत्र में प्रमुखता से लिया जाता है। महिला की जीवनगत परिस्थितियों को अत्यन्त संवेदनषीलता के साथ सूक्ष्मतापूर्वक उद्घाटित करने वाली महिला कथाकारों में ममता कालिया का नाम सबसे पहले आता है। जीवन के यथार्थ की अद्भुत विष्लेषण क्षमता ममता जी का वैषिष्ट्य है। ममता जी के उपन्यास साहित्य में युगों-युगों से पीड़ित, शोषित, प्रताडित, उपेक्षित, रूढियों के बंधन में बंधी रहने वाली नायिका का यथार्थ व सजीव अनुभूतिपरक विद्यमान है। ममता कालिया जी ने स्त्री के जीवन को स्वार्थ से परें, कर्म पर प्रधान तथा भावनाओं से लिप्त मानते हुए उसे त्याग की विषिष्टता से वर्णित किया है।

निष्कर्ष:

ममता कालिया अपने उपन्यासों में नारी को शिक्षा और आर्थिक आत्मनिर्भरता के बल पर समाज में अपनी जगह बनाने वाली

एक सशक्त इकाई के रूप में प्रस्तुत करती हैं, जो चुनौतियों के बावजूद अपने निर्णय स्वयं लेती है और एक स्वाभिमानी व्यक्तित्व के रूप में उभरती है। आज जब दुनिया में नारीवादी आंदोलन और स्त्री-सशक्तीकरण की चर्चा हो रही है, तब ममता कालिया के उपन्यास और भी अधिक प्रासंगिक हो जाते हैं। वे न केवल साहित्य के क्षेत्र में, बल्कि सामाजिक बदलाव की दिशा में भी महत्वपूर्ण योगदान देती हैं। उनकी रचनाएँ यह साबित करती हैं कि जब तक समाज में स्त्रियों को बराबरी का अधिकार नहीं मिलेगा, तब तक स्त्री-विमर्श की आवश्यकता बनी रहेगी।

उनके साहित्य की सबसे बड़ी विशेषता यह है कि वे बड़े-बड़े नारीवादी सिद्धांतों के बजाय साधारण महिलाओं के जीवन की वास्तविकताओं को दिखाने में विश्वास रखती हैं। उनके उपन्यासों के पात्र पाठकों को समाज की उन विसंगतियों से अवगत कराते हैं, जिन्हें अक्सर अनदेखा कर दिया जाता है। वे यह संदेश देती हैं कि स्त्री को न केवल सामाजिक बल्कि मानसिक रूप से भी स्वतंत्र होना आवश्यक है।

संदर्भ ग्रन्थ सूची:-

1. बेघर(1971), नरक दर नरक(1975), प्रेम कहानी(1980), लड़कियाँ(1987), एक पत्नी के नोट्स(1997), दौड़(2000), अँधेरे का ताला(2009), दुक्खम् - सुक्खम्(2009) कल्चर वल्चर(2016),सपनों की होम डिलीवरी(2017) - ममता कालिया
2. *हिन्दी साहित्य का इतिहास – आचार्या रामचन्द्र शुक्ल*
3. प्रभा खेतान,(अनुवादक) : स्त्री : उपेक्षिता, हिन्द पॉकेट बुक्स, 2002, पृ. 24
4. *भूमंण्डलीकरण बाजार और हिन्दी – सुधीश पचौरी – अनुराग प्रकाशन – नई दिल्ली*
5. *विश्व बाजार में हिन्दी – महिपाल सिंह, देवेंद्र मिश्र – वाणी प्रकाशन – नई दिल्ली*
6. *स्रवंति द्विभाषा मासिक पत्रिका – दक्षिण भरत हिंदिप्रचार सभा – हैदराबाद*
7. *इंटर नेट से – सरला , नरसराव पेट*
8. ममता कालिया - बेघर (भूमिका से पृ0 11 तक की संदर्भित बिन्दू)
9. ममता कालिया - प्रेम कहानी (पृ. 17)
10. ममता कालिया - एक पत्नी के नोट्स (पृ. 38)
11. *ममता कालिया के उपन्यास में चित्रित समश्याएँ* विविध आयाम डॉ लहू रामाराव मुंडे पुजा पोब्लिके शसन्स कानपुर प्र. सं2016:
12. *महिला उपन्यासकर –डॉ. मधु संधु निर्मल पब्लिकेन्स दिल्ली* प्र. सं 2000
13. सिंह, के. (2023). समकालीन भारतीय उपन्यास: ईराक डकाफिया का योगदान. साहित्यिक शोध पत्रिका,
14. वर्मा, पी. (2023) उपन्यास में पहचान की खोज:ईराक डकाफिया की दृष्टि साहित्यिक चिंतन,
15. कपूर, ए. (2024). हिंदी साहित्य में नारीवाद और उसकी सीमाएँ. भारतीय साहित्य समीक्षा,
16. सेन, आर. (2024). ममता कालिया के लेखन में परंपरा और आधुनिकता का द्वंद्व. साहित्यिक आलोचना,

******