लोक साहित्य–मुहावरे, लोकोक्तियाँ, पहेलियाँ

सी. कामेश्वरी
भवन्स कॉलेज, सैनिकपुरी, सिकंदराबाद, तेलंगणा.

[illegible] :

मनुष्य अपने मन की भावनाओं के आदान–प्रदान के [illegible] के लिए भाषा का प्रयोग करता है। वह चाहता है कि [illegible] भाषा का प्रयोग करे जो सरल हो, बोधगम्य हो, आम [illegible] की समझ में आ सके। भाषा मानव जाति की अभिव्यक्ति [illegible] माध्यम होती है। जब व्यक्ति अपनी मित्र–मंडली में [illegible] है, तो वह चुटीली बातें कहता हुआ, एक सुंदर माहौल बना [illegible] है जिससे लोग आनंदलोक में विचरण करने लगते हैं। वह [illegible] को चुटीली, प्रभावशाली बनाने के लिए यथावश्यक, [illegible], संदर्भानुसार मुहावरों, लोकोक्तियों, कहावतों का प्रयोग [illegible] है। विद्वत्त मंडली में हम भाषा के साहित्यिक रूप का [illegible] सकते हैं। भाषा सौष्ठवता अपनी चरम सीमा को प्राप्त होती [illegible] पड़ती है। विद्वत्त जन भाषा सौंदर्य और चमत्कार पूर्ण [illegible] में अपने भाषा–कौशल को प्रदर्शित करते हैं। वे भी यथा [illegible] मुहावरे, लोकोक्तियों और पहेलियों के प्रयोग से अपनी [illegible] में चार चाँद लगा देते हैं। इनके प्रयोग से लोक–व्यवहार [illegible] अभिव्यक्ति में अनूठापन आता है।

ऐसे समय में जबकि भाषा में मुहावरों और लोकोक्तियों [illegible] कम हो रहा है, सभी लोग इन्हें जीवंत बनाने के [illegible] लगे हैं। हमारे सदी के महानायक अमिताभ बच्चन 'कौन [illegible] करोड़पति' में हॉट सीट पर बैठने के लिए प्रतिभागियों से [illegible] मुहावरों पर आधारित प्रश्न पूछते हैं।

[illegible], लोकोक्तियाँ, कहावतें, पहेलियाँ : एक परिचय :

जन जीवन का दर्पण भाषा है। मनुष्य में इतनी क्षमता [illegible] चाहिए कि वह अपने जीवन में घटनेवाली छोटी से छोटी [illegible] को उजागर कर सके, तभी वह भाषा जन भाषा या लोक [illegible] कहलाएगी।

कहावतें : भारत की लोक संस्कृति में कहावतों का विशेष स्थान [illegible] है। कहावतें समाज के दीर्घकालीन अनुभव के आधार पर [illegible] है। इसे लोकोक्ति, प्रवाद, प्रवादवाक्य, सूक्ति, जनश्रुति [illegible] कहते हैं। कहावतें लोक जीवन की सिद्ध अनुभूतियों की [illegible] हैं लोक जीवन के अनुभवों को सरल शब्दों में व्यक्त [illegible] है। इनके लिए विशेष वाक्यों की आवश्यकता होती है, [illegible] इनका अर्थ अस्पष्ट हो जाता है। कहावतों से भाषा में [illegible] आ जाता है और लोगों को तत्काल समझ में आ जाता है। [illegible] शब्द–चयन और वाक्य रचना इतनी सरल होती है कि ये जुबान पर आसानी से चढ़ जातीं हैं। हम इन्हें कंठस्थ भी कर लेते हैं। यदि हम अपनी भाषा को प्रभावोत्पादक बनाना चाहते हैं तो हमें उसका अर्थ ग्रहण करना भी अनिवार्य हो जाता है। कहावतों के प्रयोग से भाषा में निखार आ जाता है। कहावत में अभिव्यक्ति के प्राण बसते हैं। भारत की लोक संस्कृति में कहावतों का विशेष स्थान है।

मुहावरे : यदि हम ये कहें कि मुहावरे और भाषा एक दूसरे के पूरक हैं, तो भी इसमें कोई अतिशयोक्ति नहीं है। मुहावरे भाषा की नींव के पत्थर हैं। समय के प्रवाह में कसौटी पर कसते हुए मुहावरे भाषा को सुदृढ़ बनाते हुए चले आ रहें हैं। मुहावरों के कारण भाषा में सौंदर्य आता है। इनसे भाषा सजीव हो उठती है। थोड़े शब्दों में ही यह गागर में सागर भरने का काम करते हैं।

मुहावरे भाषा की निधि हैं। इनके प्रयोग से भाषा में लालित्य आ जाता है। भाषा का श्रृंगार हो जाता है। मुहावरे में व्यक्त शब्द मुहावरे के अर्थ के पर्याय न होकर उससे भिन्न अर्थ लिए हुए होते हैं, जिन्हें समझना अनिवार्य हो जाता है। मुहावरे मूल अर्थ को छोड़कर एक नया अर्थ ग्रहण करती हैं। वाक्य के साथ ही उसका अर्थ समझ में आता है। ये स्वतंत्र नहीं है। मुहावरे में प्रयुक्त सभी शब्द मिलकर अर्थ प्रदान करते हैं। ये सभी शब्द एक विशिष्ट अर्थ लिए हुए रहते हैं। वाक्य में प्रयुक्त होने पर मुहावरे की क्रिया, लिंग, वचन और कारक आदि के अनुसार उनमें बदलाव आ जाता है।

मुहावरे से भाषा में जान आ जाती है। भाषा मुहावरों के बिना नीरस हो जाती है। 'मुहावरा' के लिए अनेक पर्याय हैं : मुहाविरा, मुहाविरे, मुहावरः, महाविरा, मुहाब्बरा, महावरा, प्रयुक्तता, वाघ्घ्धति, वाग्धारा, वाग्वृत्ति, रोज़मर्रा, बोलचाल, तर्ज़ेकलाम, इस्तलाह, Idiyana, Idiyatismy, Idiom, Sayings.

डॉ. ओम प्रकाश गुप्त ने इसका व्यापक अर्थ इस प्रकार दिया है : प्रायः शारीरिक चेष्टाओं, अस्पष्ट ध्वनियों, कहानियों, कहावतों अथवा भाषा के कतिपय विलक्षण प्रयोगों के अनुकरण या आधार पर निर्मित और अभिधेयार्थ से भिन्न कोई विशेष अर्थ देनेवाले किसी भाषा के गठे हुए रूढ़ वाक्य, वाक्यांश या शब्द–समूह को मुहावरा कहते हैं।

ISBN : 978-81-923487-4-2

UGC, Pune & S.R.T.M. University, Nanded Sponsored

Three Days International Interdisciplinary Conference in Hindi, Marathi, Urdu & English on

लोक साहित्य : वैश्विक परिदृश्य

लोक साहित्य : जागतिक परिप्रेक्ष्य

لوک ادب : عالمی تناظر

Folk Literature : Global Perspective *(FLGP-2016)*

28, 29, 30 January, 2016

Hindi :Volume :1

Edited By :
Dr. G.N. Shinde
Dr. Sandip S. Paikrao
Dr. K.B. Gitte

ISBN-978-81-923487-4-2

ISBN-978-81-923487-4-2

© Copyright
Principal
Indira Gandhi (Sr.) College, CIDCO Nanded
Nanded, Maharashtra, India

Edited by
Dr. G.N. Shinde
Dr. Sandip S. Paikrao
Dr. K.B. Gitte

Publisher
YESHWANT MAHAVIDYALAYA
Nanded, Maharashtra, India

Printed at
Mudra Offset Printers & Processors
M.G. Road, Nanded. Ph. : 242109

ISBN : 978-81-923487-4-2

हरिऔध जी कहते हैं– 'मुहावरे भाषा का श्रृंगार हैं, सुविधा एवं सौंदर्य दृष्टि अथवा भाव विकास से उनका सृजन हुआ है।

वर्तमान समय में मुहावरा की परिभाषा इस प्रकार दी जा सकती है– वे शब्द, वाक्य, वाक्यांश जिनका साधारण शब्दों से भिन्न कोई विशेष अर्थ निकले, वे मुहावरे हैं।

मुहावरों से लेखन तथा वक्ता की भाषा में जान आ जाती है। मुहावरे प्रत्येक भाषा की वह निधि है, जिस पर भाषा जीवित रहती है। मुहावरे जनसाधरण की संपत्ति होते हैं। मुहावरे भाषा की सजीवता के चिह्न हैं। साहित्यिक विद्वान इन्हें अपनाते हैं।

लोकोक्तियाँ : मनुष्य अपनी बात की पुष्टि के लिए कुछ प्रमाण प्रस्तुत करता है, ये प्रमाण लोकोक्तियाँ या कहावतें बन जाती हैं। लोकोक्ति का अर्थ होता है– 'लोक की उक्ति', लोक में प्रचलित ऐसा पूर्ण अथवा अपूर्ण वाक्य होता है, जिसमें कोई न कोई अनुभव या ज्ञान, उपदेश का निचोड़, नैतिक शिक्षा होती है। लोकोक्तियाँ वाक्य में घुलती नहीं हैं। अपने मूल अर्थ को नहीं छोड़तीं। इनका प्रचलन कब और कैसे हुआ इसके बारे में कुछ भी निश्चित रूप से नहीं कहा जा सकता। शहर हो या गाँव, हर जाति, वर्ग, समुदाय, समाज, देश के लोग कहावतों का प्रयोग करते हैं।

लोकोक्तियों को समझने के लिए किसी अन्य माध्यम की आवश्यकता नहीं होती। न ही इन्हें समझने के लिए किसी विशेष प्रकार की कठिनाई होती है। लोकोक्तियों के प्रयोग से हम थोड़े शब्दों में अधिक भावों तथा विचारों को समाविष्ट कर सकते हैं। लोकोक्ति को हम इस प्रकार परिभाषित कर सकते हैं :

विभिन्न प्रकार के अनुभवों, पौराणिक तथा ऐतिहासिक व्यक्तियों एवं कथाओं, प्राकृतिक नियमों और लोक विश्वासों आदि पर आधारित चुटीली, सारगर्भित, सजीव, संक्षिप्त लोक प्रचलित ऐसी उक्तियों को लोकोक्ति कहते हैं, जिनका प्रयोग बात की पुष्टि या विरोध, सीख तथा कथन आदि के लिए किया जाता है।

डॉ. भोलानाथ तिवारी – लोक की उक्ति– लोकोक्ति है। अनुभव का सागर जब कुछ शब्दों में समा जाता है तो लोकोक्ति बन जाता है। लोकोक्तियाँ जनमानस की हार होती हैं तथा हर वक्त हर समय जन–जन के साथ, गुरु, शुभ चिंतक, मित्र तथा वैद्य आदि बनकर मार्ग दर्शन करती है। समस्या के समाधान रूप में भी लोकोक्ति काम आती है। सफलता के लिए कब क्या करें, क्या नहीं, सीख, उपदेश, प्रदान करने के लिए लोकोक्तियों का सहारा ले सकते हैं। इनमें केवल पुस्तकीय ज्ञान ही नहीं जीवन का अनुभव निहित होता है।

उत्पत्ति :

लोकोक्ति : 'लोक की उक्ति' के रूप में ये संस्कृत से आई है।

लोकोक्ति कछु बचन जो लीन्हें लोकप्रवाद, लोकोक्ति जह की कहनावति ठहराउ। वर्तमान समय में लोकोक्ति और पर्याय रूप में प्रयोग किए जाते हैं।

मुहावरे : मुहावरों की उत्पत्ति के संबंध में कहा जा सकता प्राचीन काल में लोगों द्वारा सामाजिक व्यवहार के समय अनुभव और अनुभूति के आधार पर जो कुछ कहा ग वाक्यांश रूढ़ बनकर विशेष अर्थ देने लगे। ये ही वा कार्यारंभ का बोध कराने लग गए ।

'मुहावरा' अरबी भाषा का शब्द है जिसका 'बातचीत करना' या 'उत्तर देना' होता है।

मुहावरों की उत्पत्ति के संबंध में कुछ लोगों का है कि इनकी उत्पत्ति कहाँ से हुई, यह विचारना ज़रा कठि परंतु इसका मूल गुण सादृश्य है। कुछ मुहावरों की उत्प कहानी के ऊपर बतलायी जाती है।

कहावत : कथावत (कहावत) वे हैं जिनका संबंध किसी से हो, कथायुक्त लोकोक्तियाँ ही कहावत हैं। इनकी व्युत्प विवादास्पद है। प्लाट्स इसे संस्कृत 'कथावत्' से विक मानते हैं तो टर्नर इसका संबंध 'कथावर्ता' से जोड़ते हैं। सुनीति कुमार चटर्जी ने इसके लिए संस्कृत में 'कथापयन्त' की कल्पना की है, तथा

कथापयन्त > कथावयन्त > कहाव अन्त > कहावन्त कहावत रूप में विकास माना है।

पहेलियाँ :

प्राचीन काल में लोगों के पास मनोरंजन का साधन नहीं था। राजा और राज शासन होने के कारण लोगों जीवन भी इनके समक्ष या आस–पास ही होता था। निम्न कुल लोगों का, जन–जीवन इनके आश्रय में ही व्यतीत होने इनके पास व्यवसाय या अन्य कोई कारोबार भी नहीं था। लोग राज्य कार्यो में अपना मन लगा लेते थे। इनसे अलग वर्ग ऐसा भी था जिनकी गिनती विद्वत्त मंडली में होती थी, वे कवि, लेखक, विदुषक, सामंत। वे एक ओर जहाँ राजा और के लिए आवश्यक युक्ति संगत कृत्य करते थे तो दूसरी अपने वाक्चातुर्य से राजा का मन बहलाने के साथ–साथ भाषा सौंदर्य और शब्द चमत्कार की शिक्षा भी देते थे।

आम लोगों के घर, मकानों में जिन कार्यो को समझा जाता था, उन्हीं कार्यो का सम्मान राज घरानों में था। जो साधन आम लोगों के लिए दुर्गम थे वे राजाओं के सुगम थे। राज दरबार में मन बहलाने के लिए नृत्य और

ISBN : 978-81-923

आश्रय लिया जाता था। आम लोगों के लिए मन बहलाने वाले किसी साधन की या मनोरंजन की कोई व्यवस्था नहीं थी, इसका उल्लेख भी हमें कहीं प्राप्त नहीं होता है।

गाँव में, चौपालों में, अकसर संध्या समय लोग इकट्ठा हो जाते थे, वे सवेरे से शाम तक की दिनचर्या का बखान करते थे और एक दूसरे की बातों का आनंद उठाते थे। एक समय ऐसा आया जब लोग अपने वाक्चातुर्य से लोगों का मन बहलाने लगे। पहेलियों का उद्‌भव भी इसी तरह हुआ होगा, ऐसा हम कह सकते हैं। अपने शब्द चमत्कार से लोग एक दूसरे से ऐसी-ऐसी बातें पूछते थे, जिसमें कोई गूढ़ या रहस्य छुपा हुआ होता था। शब्द चमत्कार से चार-पाँच वाक्यों वाले उस प्रश्न का समाधान एक शब्द या दो शब्द ही होते थे । उसी को उन्हें बूझना होता था।

हिंदी साहित्य के खड़ीबोली हिंदी के प्रथम कवि अमीर खुसरो की पहेलियाँ इसी वातावरण में पनपकर प्रसिद्ध हुईं। पहेली कहते ही हमें अमीर खुसरो की याद अनायास ही आ जाती है।
कुछ उदाहारण देखिए :

एक थाल मोती से भरा,
सबके सिर पर औंधा धरा,
धीरे-धीरे ताल वो घूमे,
पर मोती उससे एक न गिरे।।

(आकाश-तारे)

न मारा न खून किया,
फिर मेरा सिर क्यों काट दिया?

(नाखून)

एक कहानी मैं कहूँ,
सुन ले मेरे पूत।
बिना परों के उड़ गई,
वो बंद गले में सूट।।

(पतंग)

मुहावरे, लोकोक्तियाँ और कहावत लेकर मैंने एक कहानी बनाने का प्रयास किया है, आइए उसका हम भरपूर आनंद लें।

ओ! मेरे लाल तुम मेरे आँखों का तारा हो, तुम जैसा बोओगे, वैसा ही होगा। आ मेरे गले लग जाए, मेरे अंधे की लाठी। मेरे कलेजे को ठण्डक तभी पहुँचेगी, जब तुम सुधर जाओगे और मेरे बुढ़ापे का सहारा बनोगे। तुम्हें देखकर मैं फूले नहीं समाती थी, अब मेरी स्थिति सावन के अंधे के समान हो गयी है। बचपन से मैं तुम्हें अपने छाती पर बिठाए रखती थी। तुम ने दिन-दिन उन्नति करना शुरू किया, मैं तुम्हारी तरक्की देखकर आश्चर्य चकित हो जाती थी। मेरी आशाओं के विरुद्ध, तुम ने गिरगिट की तरह रंग बदल दिया, तुम तो आस्तीन का साँप निकले। मैं तुम्हें देखकर घी के दीए जलाना चाहती थी और तुम तो दीया तले अंधेरा हो, मुझे यह नहीं मालूम था कि तुम पर विश्वास करना काले कंबल पर रंग चढ़ाने के बराबर है। मेहनत का फल मीठा होता है, यह तो सुना था पर तुम ने यह सिद्ध कर दिया कि अधजल गगरी छलकत जाए। तुम्हें अपने किए की सज़ा मिलनी ही चाहिए। रो-रोकर मेरा तो बुरा हाल हो गया पर तुम्हारे कानों पर जूँ तक न रेंगी। तकदीर पर रोने से क्या फायदा ? तुम्हें मेरा जी रखना नहीं आया। तुम यदि मंजिल पा लोगे तो मैं गंगा नहा आऊँगी, पर मुझे तो दाल में कुछ काला नज़र आ रहा है। मेरी आँख फड़फड़ा रही है, इस बात को मैं नज़रान्दाज़ करना चाहती हूँ पर मुझे अंधेरे में कुछ नहीं सूझ रहा है। मैं हवाई किले बनाने लगी और तुम मेरी कब्र खोदने पर उतर आए। तुमने मेरी नाक कटवा दी, लगता है अब तुम्हारे कलेजे को ठंडक मिल गयी होगी। मैं अकेली पड़ गई हूँ तुम्हें आसमान में उड़ता देख मैं चैन की वंशी बजाना चाहती हूँ, अब देर मत करो, सुबह का भूला यदि शाम को घर वापस आ जाता है तो उसे भूला नहीं कहते । तुम यदि मेरी बात मान जाओगे तो मैं पार हो जाऊँगी। मेहनत-मज़दूरी करके हम दोनों इतना नाम कमा लेगें कि गाँव वाले दाँतों तले ऊँगली दबा लेंगे। सब कुछ पहला जैसा ही हो जाएगा। मेरे जीवन की संध्या में केवल तुम्हारा ही सहारा है। मैं तुम्हारी बाट जोह रही हूँ। अपनी खिचड़ी अलग मत पकाओ, साथ रहने के अनेक फायदे हैं। तुम डूबते को तिनके का सहारा बन जाओ। मेरे घर उजाला बनकर अपने वंश का नाम रोशन करो।

संदभ सूची

१ हिन्दी व्याकरण - डॉ. बशीरूदीन मदरी
२ बहत हिन्दी लोकोक्ति कोष - डॉ. भोलानाथ तिवारी
३ मुहावरा कोश - राम दहिन मिश्र
४ डॉ. ओम प्रकाश गुप्त
५ हरिऔध
६ अमत संदेश - अमीर खुसरो
७ हिन्दी मुहावरा कोष - आर सरहिन्दी
८ हिन्दी मुहावरे - डॉ. प्रतिभा अग्रवाल
९ हिन्दी शब्द सामथ्य - शिव नारायण चतुवेदी
१० हिन्दी कहावत कोष - श्री शरण
११ लोकोक्ति एवं मुहावरा कोष - डॉ राजकुमार सिंह
१२ हिन्दी मुहावरे - ब्रहमस्वरूप दिनकर शमा
१३ हिन्दी मुहावरे - डॉ बदरीनाथ कपूर
१४ हिन्दी मुहावरे - डॉ नगेंद्र
१५ भारतीय कहावत संग्रह - विश्व दिनकर नरवणे

 ISBN : 978-81-923487-4-2

लेखक सूची

१.	बालेश्वर राम	–	३
२.	डॉ. अनुभा जायसवाल	–	७
३.	डॉ. के. श्याम सुन्दर	–	९
४.	डॉ. वरप्रसाद वासाला	–	११
५.	डॉ. वी. पार्वती	–	१४
६.	प्रा. डॉ. शंकर गंगाधर शिवशेट्टे	–	१६
७.	प्रा. डॉ. अंजली चौधरी	–	१९
८.	सुन्नी नागेन्द्र सिंह	–	२२
९.	नरवाडे माधव शंकर	–	२४
१०.	डॉ. ढाणकीकर शोभा	–	२७
११.	डॉ सुलक्षण जाधव–घुमरे	–	३०
१२.	डॉ. कुलकर्णी वनिता बाबुराव	–	३२
१३.	डॉ.संजीवकुमार नरवाडे	–	३५
१४.	डॉ. संजय नाईनवाड	–	३९
१५.	श्री. खरटमोल मेघराज धोंडिराम	–	४३
१६.	डॉ.नवनाथ गाडेकर	–	४६
१७.	डॉ. कोटुळे बायजा महादेव	–	४९
१८.	डॉ. भदरगे शिवाजी नागोबा	–	५२
१९.	प्रा. संगीता प्रभाकरराव मसारे	–	५६
२०.	राजेगोरे आर.व्ही.	–	५९
२१.	डॉ. संजयकुमार नंदलाल शर्मा	–	६१
२२.	डॉ.सुनील यशवंत व्यवहारे	–	६५
	राजु श्रावण मोतेराव	–	६५
२३.	डॉ. पंडित बन्ने	–	६८
२४.	डॉ. शाहजाद कुरैशी	–	७०
	डॉ. कुलदीपसिंह फरे	–	७०
	डॉ. तरूण कुमार दागोडे	–	७०
२५.	डॉ. मा. ना. गायकवाड	–	७३
२६.	सी. कामेश्वरी	–	७५
२७.	डॉ.रामनरेश शुक्ल	–	७८
	डॉ.मोहिनी शुक्ला	–	७८
२८.	डॉ. श्रीमती मंजुला जोशी	–	८१
२९.	डॉ. सतीश यादव	–	८४
३०.	डॉ.सौ.अरुणा राजेंद्र शुक्ल	–	९१
३१.	डॉ. रंजना यदुनंदन चावडा	–	९४
३२.	डॉ. शिंदे प्रकाश भगवानराव	–	९७
३३.	डॉ. सुभाष नागोराव क्षीरसागर	–	९९
३४.	प्रा.विशनाथ आर जंगीटवार	–	१०२
३५.	डॉ. के. वी. कृष्णमोंहन	–	१०५
३६.	प्रा. मारोती यमुलवाड	–	१०८
	डॉ. अमोल पालकर	–	१०८
३७.	डॉ. सौ. फैमिदा शब्बीर विजापूरे	–	११३
३८.	डॉ. मुकुंद कवडे	–	११५
३९.	डॉ. गणपत श्रीपतराव माने	–	११७
४०.	उल्हास सोपान पाटील	–	१२१
४१.	डॉ.प्रतिभा येरेकार	–	१२४
४२.	डॉ. प्रविण कांबळे	–	१२६
४३.	डॉ. किशोरसिंह सोलंकी	–	१२७
४४.	डॉ. डी. उमादेवी	–	१२९
४५.	डॉ.हनुमंत दत्तु शेवाळे	–	१३१
४६.	कुमारी संध्या दास	–	१३६
४७.	गजेन्द्र भारद्वाज	–	१३८
४८.	डॉ. सौ. देशपांडे व्ही.व्ही.	–	१४२
४९.	व्ही.सी.ठाकुर	–	१४५
५०.	प्रा. डॉ. रामकृष्ण बदने	–	१४८
५१.	प्रा. रोशनी पवार	–	१५०
५२.	वि. गोविन्द	–	१५३
५३.	डॉ. सोनम वाङमू	–	१५५
५४.	मुकेश उपाध्याय	–	१५९
५५.	शालिनी मिश्रा	–	१६२
५६.	एम.मधुकर राव	–	१६४
५७.	डॉ. गिरीश वी वेलियत	–	१६६
५८.	डॉ. के.संगीता	–	१६९
५९.	डॉ. टी. श्रीनिवासुल	–	१७३
६०.	डॉ. मुदिता चन्द्रा	–	१७५
६१.	डॉ. जाधव के. के.	–	१७९
६२.	प्रा. प्रणिता मोरे	–	१८३
६३.	प्रा.बालिका रामराव कांबळे	–	१८५
६४.	प्रा. कारामुंगीकर बालाजी गो.	–	१८७
६५.	डॉ. शेख हसीना बानो	–	१८९
६६.	डॉ.संगीता शरणप्पा उप्पे	–	१९१
६७.	प्रा. मारोती भिमराव बुद्रुक	–	१९३
६८.	डॉ. शिवहर बिरादर	–	१९५
६९.	अनिता घोष	–	१९७
७०.	प्रा. राठोड राजकुमार टी.	–	२००

ISBN : 978-81-923487-4-2