

HINDI



संस्कृति

दुर्व्यवहार का कोई
बहाना नहीं



SHAKTI



IT IS
OK TO ASK
FOR HELP



स्त्रियों के प्रति
पुरुषों की हिंसा
अस्वीकार्य है, इस
बात से कोई लेना-देना
नहीं है कि आप कहां
हैं तथा आप कहां से
आए हैं।

सुस्वागतम

पारिवारिक हिंसा किसी को भी प्रभावित कर सकती है। यह प्रत्येक समुदाय में होती है।

यदि आप स्वयं अपने, अपने परिवार, अपने किसी जानकार अथवा अपने समुदाय के लिए चिंतित हैं तो यह पुस्तिका आपकी सहायता कर सकती है।

यह महत्वपूर्ण है कि हम अपनी स्वयं की सांस्कृतिक अस्मिताएं पोषित करें। परन्तु यह सही (OK) नहीं है कि हम अपनी संस्कृति का इस्तेमाल अपने परिवारों में हिंसा हेतु बहाना बनाने के लिए करें।

Shakti (शक्ति) की ओर से न्यू ज़ीलैंड में सजातीय समुदायों में पाए जाने वाले विशेष मुद्दों पर ध्यान केन्द्रित करने वाली 'It's not OK' ('इट इज़ नॉट ओके कैम्पेन' अर्थात 'ऐसा करना ठीक नहीं') अभियान के अंतर्गत विकसित की गई यह प्रथम पुस्तिका है।

इसमें पारिवारिक हिंसा संबंधी जानकारी का विवरण है तथा इसमें ऐसे विचार व बातें दी गई हैं, जिनसे हम पारिवारिक हिंसा रोकने के उपाय ढूंढ सकते हैं।

न्यू ज़ीलैंड में Shakti एशियाई, अफ्रीकी एवं मध्य पूर्वी देशों के समुदायों के साथ काम करती है। 1995 में सुसंस्थापित यह संस्था पारिवारिक हिंसा से निपटने में सांस्कृतिक तौर पर सक्षम सेवाएं प्रदान करती है तथा सजातीय महिलाओं व बच्चों के अधिकारों को प्रोत्साहित करती है।

पारिवारिक हिंसा क्या है ?

एक स्वस्थ परिवार मददगार, विश्वासपूर्ण एवं सुरक्षित होता है।
किसी को कभी अपने पारिवारिक सदस्य से डरना नहीं चाहिए।

पारिवारिक हिंसा है:

- जीवन साथी से दुर्व्यवहार
- बच्चे से दुर्व्यवहार एवं उसकी उपेक्षा करना
- वृद्ध से दुर्व्यवहार एवं उनकी उपेक्षा करना
- डेटिंग पर हिंसा
- परिवार में अन्य सम्बन्धियों से हिंसा

हिंसा से बच्चों
को सदा हानि होती
है, चाहे यह (हिंसा)
उनके सामने
न हुई हो।

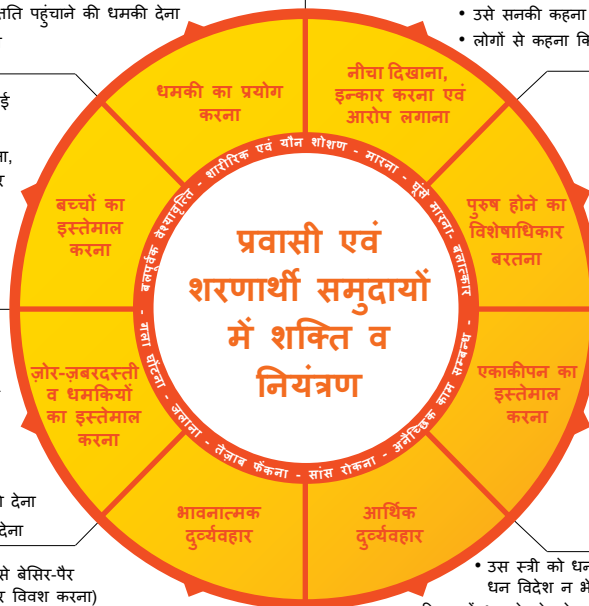
- उस (स्त्री) को डराना
- उसकी संपत्ति को नष्ट करना
- उसके मित्रों व परिवार को गालियां निकालना
- उसे शारीरिक, यौन अथवा मनोवैज्ञानिक रूप से क्षति पहुंचाने की धमकी देना
- उसे धरना अथवा उसके प्रति रूखा व्यवहार रखना

- बच्चों को अपने मूल देश ले जाने तथा उनको कोई नुकसान पहुंचाने की धमकी देना
- युवा लड़कियों को जबरदस्ती वेश्यावृत्ति में धकेलना, उनका अल्पायु में विवाह कर देना, उनके नाम पर धन/संपत्ति का आदान-प्रदान करना अथवा उनसे बंधुआ मजदूरी करवाना
- बच्चियों से लड़कों को अधिक मूल्यवान समझना

- **Immigration** (आव्रजन) अथवा **Work and Income** (कार्यालय एवं आय) अधिकारियों को बुलाने की धमकी देना
- उस स्त्री का पासपोर्ट व महत्वपूर्ण दस्तावेजों को नष्ट करने की धमकी देना
- उसे अनैतिक कार्य करने हेतु विवश करना अथवा समझना कि वह अनैतिक है
- उसे छोड़ने अथवा उसे नुकसान पहुंचाने की धमकी देना
- उसकी आप्रवासी हैसियत वापिस लेने की धमकी देना

- उस स्त्री के फिजूल होने का अहसास करवाना (उसे बेसिर-पैर के नामों से बुलाना, उसे रसोई घर में ही खाने पर विवश करना)
- उसे कहना कि वह एक "किवी/पश्चिमी महिला" जैसा व्यवहार कर रही है
- उस पर किसी पराए पुरुष के साथ होने का लांछन लगाना
- उसे दण्ड देना (उसकी पारिवारिक पैतृक संपत्ति अपने पास खना)

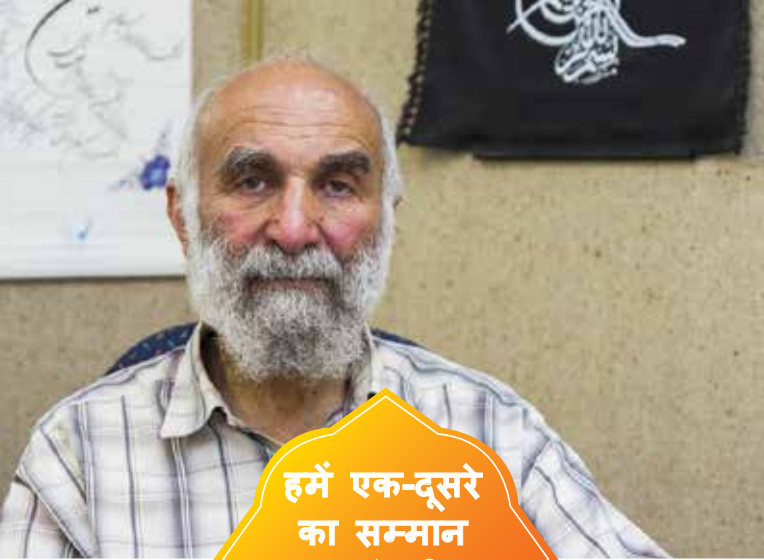
- कहना कि कोई दुर्व्यवहार नहीं होता अथवा वह कोई गंभीर बात नहीं है
- उस स्त्री पर आरोप लगाना अथवा कहना कि इस सब की कारण वह स्वयं है
- "पश्चिमी" प्रणाली पर आरोप लगाना
- उसे सनकी कहना
- लोगों से कहना कि वह "अवसाद-ग्रस्त/आत्मघाती" है।



- उस स्त्री से नौकर जैसा बरताव करना
- महिला एवं बच्चों को सुरक्षित रहने के अधिकार से अधिक महत्त्व परम्पराओं व संस्कृति को देना
- समुदाय पर अपने असर-रसूख का इस्तेमाल करते हुए उस स्त्री पर दबाव डालना तथा उसे वापिस जाने अथवा उसे दुर्व्यवहार को सहने हेतु कहना।

- इस बात पर भी नियंत्रण रखना कि वह क्या करती है, किसे देखती है
- उसे अपनी विशिष्टता, विचार एवं विश्वास प्रकट करने से रोकना
- उसकी डाक पढ़ना एवं उसकी टैलीफोन कॉलस को सुनना
- उसको धन व महत्वपूर्ण दस्तावेज की पहुँच से वंचित करना

- उस स्त्री को धन न लेने देना अथवा धन न कमाने देना अथवा उसे धन विदेश न भेजने देना
- परिवार में धन के लेन-देन से संबंधित कोई भी जानकारी उसे न देना अथवा इस मामले में उसकी एक न सुनना
- स्त्रियों एवं लड़कियों को संपत्ति समझना अथवा उनके आधार पर ऋण चुकाना
- उसे दहेज लाने हेतु तंग करना तथा उसे गाली-गलौच वाले माहौल में रहने हेतु विवश करना व परिवार को धमकियां देना



हमें एक-दूसरे
का सम्मान
करने की
आवश्यकता है



पारिवारिक हिंसा हो सकती है:

मनोवैज्ञानिक:

धमकियां, बुरा-भला कहना, ईर्ष्या रखना, अपमानित करना, वस्तुएं तोड़ना, पीछा करना, वह क्या कहती है व क्या पहनती है-इस बात पर नियंत्रण रखना, ज़बरदस्ती विवाह कर देना/बाल विवाह, किसी को अपने परिवार अथवा जानकारों से संपर्क न स्थापित करने देना, किसी की डाक, उनके मोबाईल पर आने वाले टैक्सट संदेशों को खोल कर देखना अथवा फ़ोन कॉल्स सुनना, किसी को अकेले बाहर या स्कूल, विश्वविद्यालय अथवा काम पर न जाने देना, किसी को निर्वासित (डीपोर्ट) करवा देने की धमकियां देना

शारीरिक:

किसी चीज़ से मारना, ठोकर मारना, दांतों से काटना, धकेलना, गला घोटना, हथियारों का इस्तेमाल करना, तेज़ाब फेंकना, महिला के गुप्तांग को नुकसान पहुंचाना, किसी बात से रोक कर रखना

मैथुनिक:

बलात्कार अथवा ज़बरदस्ती कोई मैथुनिक गतिविधि, वैवाहिक बलात्कार, अनचाहा स्पर्श करना, 16 वर्ष से कम आयु की किसी लड़की से कोई मैथुनिक कार्य करना

उपेक्षा करना:

भोजन, आश्रय, ठण्ड में तपिश न लेने देना या कपड़े न देना, बच्चों को घर में अकेले छोड़ जाना, उपचार न करवाना अथवा सामाजिक सेवाएं न लेने देना

वित्तीय:

किसी का धन ले लेना, उनके नाम से ऋण ले लेना, सभी रसीदें चैक करना, किसी के ऊपर अधिकृत दस्तावेजों (उदाहरणतया वसीयत, आव्रजन दस्तावेज़) पर हस्ताक्षर करने का दबाव डालना, दहेज लाने के लिए तंग करना

आध्यात्मिक:

किसी को अपने आध्यात्मिक अथवा धार्मिक विश्वास प्रकट करने से रोकना, किसी को गिराईघर/मन्दिर/गुरुद्वारा/मस्जिद/किसी अन्य धार्मिक स्थल पर जाने को मजबूर करना, किसी के विश्वासों अथवा संस्कृति का अपमान करना अथवा उपहास उड़ाना, किसी को ऐसा भोजन खाने हेतु विवश करना जो वह न खाना चाहती हो अथवा किसी को ऐसे कपड़े पहनने हेतु विवश करना जो वह पहनना न चाहती हो।



पारिवारिक हिंसा

न्यूज़ीलैंड में एक
अपराध है

पारिवारिक हिंसा न्यूज़ीलैंड में एक गंभीर मुद्दा है परन्तु लोग इसे बदलना चाहते हैं।

कानून कहता है कि पारिवारिक हिंसा शारीरिक, मैथुनिक, मनोवैज्ञानिक हो सकती है तथा इसमें धमकियां तथा संपत्ति को क्षति एवं वित्तीय दुर्व्यवहार सम्मिलित हो सकता है।

किसी को भी किसी अन्य व्यक्ति को शारीरिक तौर पर चोट पहुंचाने कोई अधिकार नहीं है। इसमें बच्चे सम्मिलित होते हैं।

किसी को भी अन्य किसी व्यक्ति की स्वीकृति के बगैर शारीरिक संबंध स्थापित करने का अधिकार नहीं है। 16 वर्ष से कम आयु वाले व्यक्ति से शारीरिक संबंध स्थापित करना अपराध है।

ऐसी स्थिति में विवाह करना गैर-कानूनी है यदि आपकी आयु 16 वर्ष से कम है। किसी को विवाह हेतु विवश करना गैर-कानूनी है।

किसी को भी किसी अन्य व्यक्ति पर नियंत्रित करने हेतु डांटने-डपटने अथवा धमकियां देने का अधिकार नहीं है।

कानून बहुत सारे सम्बन्धों जैसे वैवाहिक दंपतियों, सिविल यूनियनों में दंपतियों, समलैंगिक पुरुष व स्त्री जोड़ियों, भूतपूर्व साथियों (पार्टनर्स), बॉय-फ्रेंड्स एवं गर्ल-फ्रेंड्स, बच्चों व युवाओं, फ़्लैट में साथ रहने वालों तथा अन्य लोग जो एक घर को सांझा करते हैं, को सुरक्षा प्रदान करता है।

पुलिस एवं अन्य एजेंसियां पारिवारिक हिंसा को गंभीरता से लेती हैं। उनके पास सहायता करने वाले लोग होते हैं। वे आपके लिए किसी ऐसे दुभाषिण की व्यवस्था कर सकते हैं जो आपकी भाषा बोलता हो। आपको सहायता प्राप्त करने हेतु अपना परिवार छोड़ कर जाने की आवश्यकता नहीं है।



हमें एक दूसरे
की कद्र करने की
आवश्यकता है,
इस बात से कोई
लेना-देना नहीं है
कि हम किस देश
से हैं।

संस्कृति कभी किसी दुर्व्यवहार का कोई बहाना नहीं हो सकती

यह कुछ बातें हैं जो लोग प्रायः हिंसा को सही ठहराने हेतु कहते हैं:

- तुमने हमारे परिवार को शर्मसार करके रख दिया।
- तुमने हमारे परिवार की प्रतिष्ठा गंवा दी।
- युवाओं को अपने बड़ों का कहना मानना चाहिए।
- तुम तो बहुत अधिक न्यूजीलैंड के निवासियों जैसे हो। तुम्हें पुरानी रीतियों का सम्मान करना चाहिए।
- हम ऐसे ही सब करते हैं।
- हमारी संस्कृति के अनुसार सभी महिलाओं/पुरुषों/बच्चों को यह करना चाहिए।

जहां कहीं भी पारिवारिक हिंसा घटित होती है, लोग उसे सही ठहराने के कोई न कोई ढंग ढूंढ ही लेते हैं। परन्तु पारिवारिक हिंसा को किसी भी संस्कृति में सही नहीं कहा जा सकता।



**“सांस्कृतिक मूल्य
अच्छे होते हैं परन्तु
उन्हें तोड़-मरोड़ा जा
सकता है।”**



किसी को भी अपनी
गरिमा की भावना को
ठेस पहुंचाने व अपने
मन की बात कहने की
स्वतंत्रता छीनने का
अधिकार न लेने दें।

आप क्या कर सकते हैं?

हम सभी परिवारों को सुरक्षित एवं प्रसन्न देखना चाहते हैं। यदि कोई खतरे में है, तो पुलिस को बुलाने हेतु 111 पर कॉल करें, चाहे आप इस संबंधी निश्चित न भी हों।

यदि आप दुर्व्यवहार का सामना कर रहे हैं

यह आपका कसूर नहीं है। आपको शर्मसार अथवा लज्जित होने की आवश्यकता नहीं है। सहायता उपलब्ध है।

ऐसी कुछ बातें हैं, जिनको करके आप स्वयं तथा अपने परिवार को सुरक्षित बना सकते हैं।

प्रत्येक व्यक्ति दूसरे लोगों को ठेस पहुंचाए बगैर भी अपनी भावनाएं प्रकट करने व उन्हें व्यवस्थित करना सीख सकता है। समस्त न्यूजीलैंड में ऐसी सेवाएं उपलब्ध हैं जो आपके पारिवारिक सम्बन्धों को स्वस्थ एवं सुरक्षित रखने हेतु सहायक सिद्ध हो सकती हैं।

जिन लोगों पर आपको भरोसा है, उनसे बात करें तथा सहायता मांगें। आप किसी मित्र, पारिवारिक सदस्य, कामकाज वाले स्थान पर साथ काम करने वाले व्यक्ति, अध्यापक अथवा देख-रेख करने वाले व्यक्ति (केयरर), नियोक्ता, स्वास्थ्य कर्मचारी अथवा पारिवारिक हिंसा संबंधी मामलों में सहायता करने वाली सेवा से अपनी समस्या संबंधी बात कर सकते हैं।

सहायता निःशुल्क एवं गोपनीय है तथा आप अपना नाम बताए बगैर किसी हैल्पलाइन अथवा सेवा को कॉल कर सकते हैं। आप किसी महिला चिकित्सक अथवा पुलिस अधिकारी से बात करने को भी कह सकते हैं।

कौन सी सेवाएं उपलब्ध हैं, पृष्ठ 18 पर ढूंढें।

सहायता मांगना पूर्णतया सही कदम (OK) है।

यदि आप हिंसा करते हैं

प्रत्येक व्यक्ति दूसरे लोगों को ठेस पहुंचाए बगैर भी अपनी भावनाएं प्रकट करने व उन्हें व्यवस्थित करना सीख सकता है।

ऐसे लोगों हेतु सहायता उपलब्ध है जो स्वयं को हिंसा अथवा दुर्यवहार से रोकना चाहते हैं।

यह पता लगाने के लिए कि कौन सी सेवाएं उपलब्ध हैं, पृष्ठ 18 पर जाएं।

यदि आप किसी अन्य व्यक्ति की सहायता करना चाहते हैं

यदि आप किसी ऐसे अन्य व्यक्ति को जानते हैं जिसे पारिवारिक हिंसा का सामना करना पड़ रहा है, तो उनकी सहायता करने में कोई शर्म नहीं होनी चाहिए।

आप यह कर सकते हैं:

- उन्हें बताएं कि परिवार में हिंसा ठीक नहीं है, परन्तु हमसे सहायता मांगना पूर्णतया सही है
- उपलब्ध सेवाओं तथा उनसे संपर्क स्थापित करने संबंधी बातचीत करें।
- सेवाओं से संपर्क करने में उनकी सहायता करें तथा ऐसा करने हेतु उन्हें प्रोत्साहित करें।

आप जो कुछ करते व कहते हैं, उससे फ़र्क पड़ सकता है।

प्रयत्न करने हेतु बातें: हिंसा, दुर्यवहार एवं व्यावहारिक सहायता संबंधी सुनना, बातचीत करना, बच्चों की देखभाल करना, वहां पर मौजूद रहना, जानकारी प्राप्त करना।

यदि बच्चों को ठेस पहुंच रही है तो उन्हें सहायता हेतु बड़ों की आवश्यकता होती है। किसी बच्चे को सुरक्षित रखने हेतु किसी व्यस्क अर्थात् बड़े व्यक्ति को रोकने से डरें नहीं।

हिंसा के साथ जी रहे व्यस्कों को अपने समयानुसार निर्णय लेने में सहायता की आवश्यकता होती है, जब भी वे तैयार हों। यह बात महत्वपूर्ण होती है कि वे अपनी गति के अनुसार ही आगे बढ़ें। परिवर्तन होने में कुछ लम्बा समय लग सकता है। हार नहीं मानें।





सब कुछ
बेहतर हो
सकता है



यदि आप अपने समुदाय को बदलना चाहते हैं

यदि हमने पारिवारिक हिंसा रोकनी है, तो हम सब को कार्यवाही करनी होगी-इस संबंधी बात करने को सही (OK) करार देने सहित। हमें सभी संस्कृतियों के सामुदायिक एवं धार्मिक नेताओं की आवश्यकता है जो नेतृत्व करें। प्रत्येक समुदाय को इस बात की जानकारी होती है कि उनके लिए कौन सी बात सहायक सिद्ध हो सकती है। समस्त न्यूजीलैंड के सभी नगर, आस-पड़ोस, काम-काज वाले स्थान, विद्यालय, धर्म व खेल क्लबों को पारिवारिक हिंसा रोकने तथा सुरक्षित व स्वस्थ परिवारों को प्रोत्साहित करने हेतु कार्यवाही कर रहे हैं।

आप यह कर सकते हैं:

- पारिवारिक हिंसा पर जानकारी एकत्र करना व उसका वितरण करना
- पुरुषों से कहें कि वे पारिवारिक हिंसा के विरुद्ध बोलें
- अपने समूह के साथ बात करने हेतु किसी को निमंत्रण भेजें
- पारिवारिक हिंसा संबंधी प्रशिक्षण हेतु पूछें
- अपने न्यूज-लैटर्स में अथवा अपने समुदाय की सूचना-पट्टी पर सूचना दें
- प्रदर्शन हेतु पोस्टर तैयार करें
- अपने स्वयं के प्रचार-वाक्य (नारे) बनाएं तथा उन्हें अपने लैटरहेड पर भी प्रकाशित करें
- पारिवारिक मनोरंजन दिवस अथवा खुले दिवस पर “सुरक्षित परिवार” स्टाल लगाएं
- पता लगाएं कि सहायता हेतु कौन-कौन सी सेवाएं उपलब्ध हैं

संपर्क

तथा अन्य जानकारी

यदि आपको सहायता, परामर्श की आवश्यकता है अथवा आपको किसी से बात करने की आवश्यकता है, तो ये संगठन आपकी सहायता कर सकते हैं:

आपातकालीन स्थिति में पुलिस को **111** पर कॉल करें

1995 में सुसंस्थापित **Shakti** (शक्ति) एशियाई, अफ्रीकी एवं मध्य पूर्वी देशों की महिलाओं, बच्चों, युवाओं व परिवारों के साथ काम करती है।

0800 742 584 (0800 SHAKTI)

24-hour crisis line

(24-घंटे संकट लाईन)

Women's Refuge

(महिला की शरण) **0800 733 843**

Child, Youth and Family Services

(बाल, युवा एवं परिवार सेवाएं)

0508 326 459

It's not OK ('इट इज़ नॉट ओके')

जानकारी लाईन **0800 456 450**

HELP sexual abuse services

(सहायता मैथुनिक दुर्व्यवहार सेवाएं)

09 623 1700

और अधिक जानकारी यहां प्राप्त करें:

www.shakti.org.nz

www.areyouok.org.nz





SHAKTI

www.shakti.org.nz | 0800 742 584



IT IS
OK TO ASK
FOR
HELP

www.areyouok.org.nz | 0800 456 450

New Zealand Government

IBN: 978-0-947513-20-7