आज़ाद फाउण्डेशन

आज़ाद परिंदे

न्यूज़लेटर (सीमित वितरण हेतु) आज़ाद फाउण्डेशन, वर्ष 2025 अंक 23

हमारी पहचानों का ताना-बाना

मैं चाहती हूँ
मैं बेख़ौफ जीना चाहती हूँ,
मैं बिना पर्दा जीना चाहती हूँ,
मैं लड़का-लड़की में भेदभाव नहीं चाहती,
मैं ऊँची उड़ान भरना चाहती हूँ,
मैं पढ़ना चाहती हूँ, आगे बढ़ना चाहती हूँ।
मैं आज़ादी चाहती हूँ।

–सुलक्षणा, फेमिनिस्ट लीडर, दिल्ली

संपादकीय

नमस्ते, आज़ाद परिंदे के पाठकों!

क्या चीज़ आपको "आप" बनाती है? क्या यह वह परिवार है जिसमें आप पैदा हुए? या वह भाषा जिसे आप बोलते हैं? आपके विचार, आपका शरीर, या वह विश्वास जो आप रखते हैं? आज़ाद परिंदे के इस 23वें अंक में, हम तीनों ने मिलकर "पहचान" जैसे गहरे और परिवर्तनशील विषय को केंद्र में रखा है। हमारी पहचानें एक 'मोज़ेक' की तरह हैं। व्यक्तिगत यात्राओं, और उन सामाजिक ढांचों से निर्मित, जो जाति, धर्म, लिंग, परिवार, यौनिकता आदि में गहराई से जड़े हैं। ये पहचानें कभी शक्ति और अपनापन देती हैं, तो कभी असुरक्षा और संघर्ष का कारण बनती हैं।

यहाँ हम अपनी कहानियाँ साझा कर रहे हैं–

राजेश्वरी: विशेषाधिकार की आवाज़

एक उच्च जाति की हिंदू महिला और अप्रवासी तमिल होने के नाते, मैं लंबे समय तक अपने विशेषाधिकार के सुरक्षित घेरे में रही। जाति मेरे लिए सिर्फ एक अवधारणा थी, कठोर वास्तविकता नहीं। मेरा सचेत होना किसी किताब से नहीं, बल्कि उन लोगों की कहानियाँ सुनने से शुरू हुआ जो रोज़ भेदभाव झेलते हैं।

विश्वविद्यालय में प्रवेश करने पर मेरे लिए यह एहसास आश्चर्यजनक था कि मेरी मातृभाषा बोलने का तरीका ही मेरे जातिगत पृष्ठभूमि को उजागर करता है और यह दूसरों की धारणा को आकार देता है। बचपन का मेरा सीमित सामाजिक दायरा उस समय टूट गया जब मैंने सामाजिक क्षेत्र में काम करना शुरू किया। यह अनुभव मुझे बार–बार अपने विशेषाधिकार और उसके प्रभाव पर सोचने को मजबूर करता रहा। आज भी यह एक सतत यात्रा है– नम्रता, आत्मचिंतन और सीख की।

कनिका: पूर्वाग्रहों को तोड़ने की यात्रा

जब मुझे जामिया में दाखिला मिला, तो मेरे मन में उत्साह नहीं, बल्कि डर था। मैं बदरपुर से थी और मुसलमानों के प्रति मेरे मन में कई नकारात्मक धारणाएँ थीं। उन्हें "खतरनाक" मानती थी। जामिया ने इन्हें एक–एक व्यक्ति के माध्यम से तोड़ा।

मेरे प्रोफेसर और सहपाठी खुलेपन से मुझे अपनाते गए। उन्होंने मुझे अपने घर बुलाया। हमने साथ में खाना खाया। यह एक साधारण, फिर भी गहरा अनुभव था। यह बदलाव मुझे आज़ाद तक लाया, जहाँ एक नारीवादी लीडर के रूप में हर साझा कहानी ने मेरी दुनिया को और व्यापक बनाया। मैंने सीखा कि परिवार, स्कूल और विश्वविद्यालय केवल संस्थान नहीं हैं। यही वह जगहें हैं जहाँ स्वीकृति की जड़ें बोई जाती हैं और समावेशिता पनपती है।

रानी: वे खांचे जिनमें हमें बाँधा जाता है

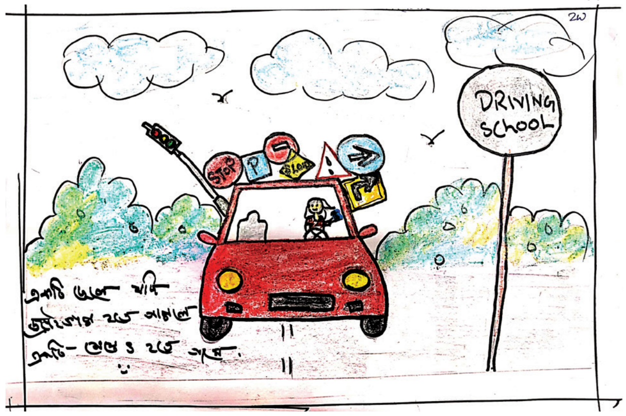
मेरा अपनी पहचान से जूझना बचपन से शुरू हुआ। मुझे पैंट और टी–शर्ट पहनना पसंद था, पर हमेशा कहा जाता– "लड़की की तरह कपड़े पहनो।" शादी के बाद का झटका और गहरा था। मेरी पूरी ज़िंदगी, मेरी आवाजाही, जिम्मेदारियाँ, आज़ादी सब लिंग के आधार पर तय कर दी गईं।

मेरी ज़िन्दगी में नया मोड़ तब आया जब नोएडा में मैंने एक महिला ड्राइवर को बस चलाते देखा। वह आज़ाद फाउंडेशन की प्रशिक्षित ड्राइवर थी। उसका आत्मविश्वास मेरे लिए प्रेरणा बना। पति की झिझक के बावजूद, मैंने भी आज़ाद से ड्राइविंग ट्रेनिंग ली। यहाँ आकर मैंने जाना कि "लिंग" कभी भी पेशे का निर्धारक नहीं होना चाहिए। इसी सफर ने मुझे अपने अतीत से भी सामना कराया। बचपन में मैंने एक लड़के का मज़ाक उड़ाया था क्योंकि वह "फेमिनिन" था। हाल ही में मैंने उसे ढूंढकर माफी मांगी। अपनी पहचान को समझने ने मुझे उसकी पहचान को स्वीकारने और सम्मान देने का साहस दिया।

इस अंक में, हम ऐसी और भी कहानियाँ लेकर आए हैं जो विचारों को झकझोरती हैं, दृष्टिकोण को विस्तृत करती हैं, और परिवर्तन की शक्ति का एहसास कराती हैं। इन अनुभवों और यात्राओं के ज़रिये, हम हर पहचान की विशिष्टता का उत्सव मनाते हैं और इस बात को पुष्ट करते हैं कि हर पहचान सम्मान और स्वीकृति की हकदार है।

आइए, मिलकर दुनिया को एक समावेशी दृष्टि से देखें!

– राजेश्वरी, थीमैटिक लीड: रिसर्च, पॉलिसी एनालिसिस और कम्युनिकेशन
– कनिका, फेमिनिस्ट लीडर
– रानी, विमेन विद व्हील्स ट्रेनी



–रौशनी परवीन, वीमेन विद व्हील्स, साउथ कोलकाता

हमारी पहचान किन रंगों से बनी है?

पहचान की तलाश

कुछ चेहरे याद रहते हैं, भीड़ में खो जाने के बाद
कुछ नाम ज़िंदा रहते हैं, वक्त गुज़र जाने के बाद।
हर कोई पूछता है मेरी पहचान क्या है
मैं खुद ही सोचती हूँ मेरी उड़ान कहाँ है।
शब्दों से नहीं, कर्मों से बनेगी मेरी पहचान,
ये दुनिया देखेगी, होगी अलग ही मेरी शान।
कांच नहीं, मैं आइना बन जाउंगी
जो भी देखेगा, खुद को मेरी पहचान में पाएगा।

–सीमा, वीमेन विद व्हील्स, साउथ दिल्ली

पहचानों के अनेक रंग

ट्रांसजेंडर होना उस व्यक्ति की अपनी मर्ज़ी पर निर्भर नहीं करता, यह तो एक कुदरती फीलिंग होती है। मैं खुद ट्रांसजेंडर लोगों से मिली हूँ, जानती हूँ, वो भी हमारी तरह ही होते हैं। लेकिन मैंने खुद यह भेदभाव देखा है कि लोग उनसे घृणा करते हैं, हंसते हैं, और तो और उन्हें घर से भी निकाल देते हैं, रिश्ते तोड़ देते हैं। लेकिन, हमें यह याद रखना चाहिए कि हमारी ही तरह वो भी एक इन्सान हैं। वो भी बहुत कुछ कर सकते हैं और हमारी सोच ही उन्हें कमजोर बना देती है। हमें अपनी और समाज की सोच को बदलना होगा।

–अंजू, वीमेन विद व्हील्स, ईस्ट दिल्ली

मैं अपनी पहचान हूँ

ना पूछे मुझसे मेरी जात क्या है,
मैं इंसान हूँ, मेरी बात ये है।
कभी किताबों में, कभी ख्वाबों में,
मैं ढूँढ़ती रही खुद को जवाबों में।
ना नाम से, ना वेशभूषा से,
मेरी पहचान बनती है मेरी सूझ-बूझ से।
मैं वो चिंगारी हूँ जो खुद ही जली,
अंधेरों में भी रोशनी सी चली।
कभी हारी नहीं, कभी झुकी नहीं,
मैं अपनी सोच से बड़ी बनी।
अब जो भी हूँ, खुद की मिसाल हूँ,
मैं अपनी पहचान हूँ - मैं कमाल हूँ।

– ऐश्वर्या, वीमेन विद व्हील्स, साउथ दिल्ली

–अमरीन,
आज़ाद किशोरी, दिल्ली

हमारी पहचान किन रंगों से बनी है?

मेरी ज़िन्दगी की कहानी

10वीं की पढ़ाई पूरा करते ही मेरे घरवालों ने मेरी शादी करने की बात शुरू कर दी। लेकिन मेरे पापा ने मेरा समर्थन किया और मुझे B.A. की पढ़ाई पूरी करवाई। शादी के बाद भी मैं पढ़ना चाहती थी लेकिन मेरे ससुराल वालों ने इसकी इजाज़त नहीं दी। शादी के 6 साल बाद मेरे जीवन में बदलाव आया जब मैं एक NGO में काम करने लगी। उसके बाद फेमिनिस्ट लीडर बनने से मेरी ज़िन्दगी बदल गयी, जहाँ मैंने बहुत कुछ सीखा और सिखाया। अब मैं जब गांव जाती हूँ तो और भी लड़कियों को पढ़ते हुए देखती हूँ। वो मुझसे भी मेरे काम के बारे में पूछती हैं, जो देखकर मुझे बहुत अच्छा महसूस होता है।

–कृष्णा, फेमिनिस्ट लीडर, जयपुर

मेरी पहचान, मेरी शक्ति

मैं अपने नाम से खुद को पहचानती हूँ। सामाजिक कार्यों के माध्यम से मैं दूसरों से जुड़ती हूँ, कभी उनकी भाषा में बात करके उन्हें समझाती हूँ, तो कभी अपने उदाहरण से। मेरे लिए सुरक्षित जगह वह है जहाँ मुझे एक समान इंसान की तरह देखा जाए, जहाँ मेरे शरीर, मेरे मन और मेरे विचारों की गरिमा बनी रहे। ऐसी जगह मुझे सचमुच अपनापन और सुरक्षा का अनुभव देती है।

मुझे गर्व है अपने समाज में अपनी जगह बनाने पर, दूसरों को साहसपूर्वक उनकी गलतियों से अवगत कराने पर, और उस आत्मविश्वास पर कि मैं किसी भी जगह अपने आप को सुरक्षित रख सकती हूँ।

– टी. आर. सेल्वी, फेमिनिस्ट लीडर, चेन्नई

मेरी पेहचान मेरा अभिमान

मैं खुद में हूँ गौरवता की मिसाल।

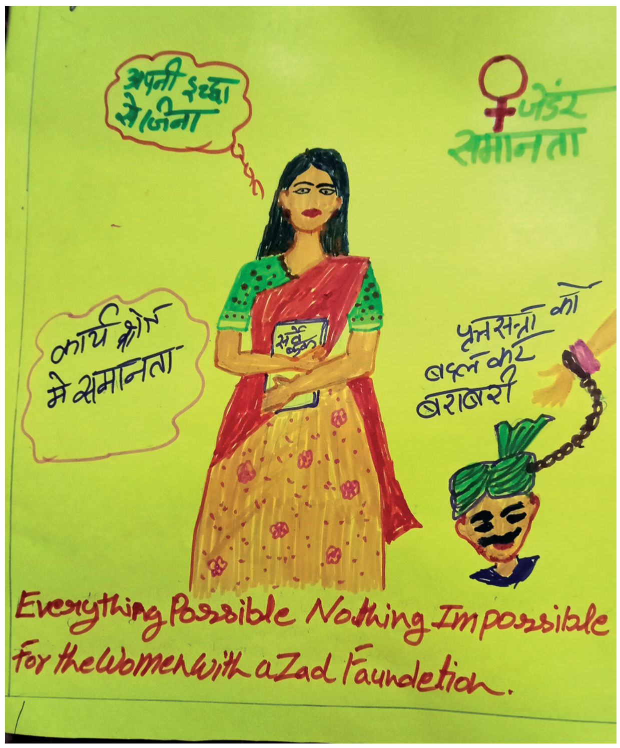
–अनुष्का, वीमेन विद व्हील्स, साउथ दिल्ली

हम लड़कियां कम नहीं

हमारी पहचान हमारे काम से है।

–अमरीन, आज़ाद किशोरी, दिल्ली

–कीर्ति, आज़ाद किशोरी, दिल्ली



–रंजीता, फेमिनिस्ट लीडर, दिल्ली

पहचान और पूर्वाग्रह

पूर्वाग्रहों से आगे बढ़ी

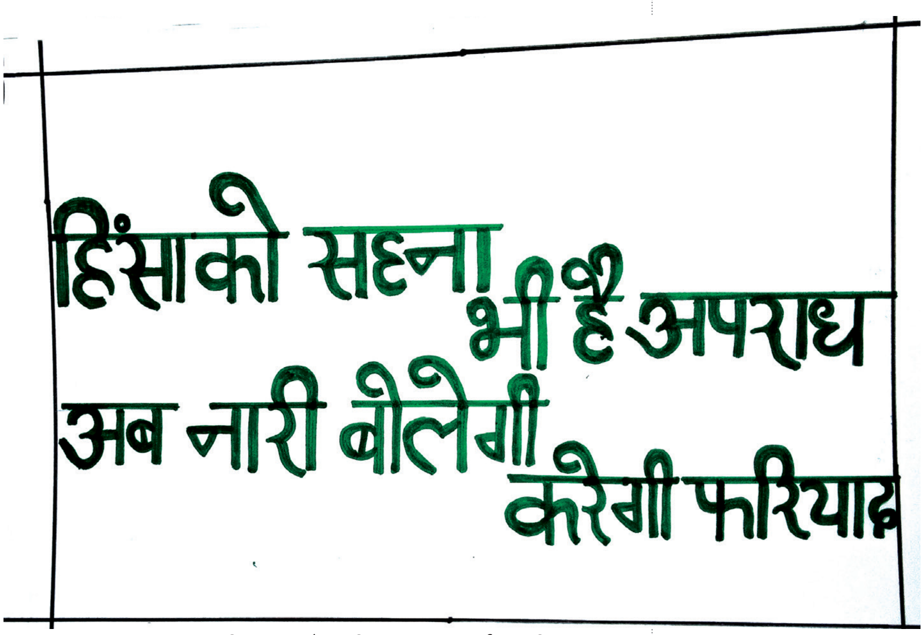
मेरे घर का माहौल ऐसा है कि लड़कियों को पढ़ाया नहीं जाता। मुझे भी 10वीं में ही पढ़ाई छोड़नी पड़ी। पर आज़ाद किशोरी में जुड़ने के बाद मैंने 12वीं पास कर ली है और मुझे बहुत खुशी है कि मेरे परिवार में मैने ही 12वीं पास की और आगे भी कोशिश कर रही हूँ पढ़ने की। मैं चाहती हूँ कि आगे भी लड़कियाँ अपनी पढ़ाई जारी रखें।

– शीबा, आज़ाद किशोरी, दिल्ली

औरत हूँ मैं

औरत हूँ मैं, चुप रहूँ मैं, सहूँ मैं,
बोलूं तो बद्तमीज हूँ मैं,
क्योंकि एक औरत हूँ मैं।
पराये घर से हूँ मैं,
घर से बेघर हूँ मैं,
क्योंकि एक औरत हूँ मैं।
घूँघट करूं मैं, सर झुकाऊं मैं,
क्योंकि एक औरत हूँ मैं।
बात जब हक की आए, तो सिर्फ और सिर्फ एक
औरत हूँ मैं।

– फरहाना, फेमिनिस्ट लीडर, दिल्ली



–कामिनी, वीमेन विद व्हील्स, ईस्ट दिल्ली

भेदभाव से परे, पहचान की ओर

मैं अपने परिवार की मर्ज़ी के खिलाफ जाकर ड्राइविंग सीख रही हूँ क्यूंकि मैं अपनी एक अलग पहचान बनाना चाहती हूँ। मैं दलित परिवार से हूँ और मैंने अपने गांव में जाति–आधारित भेदभाव का सामना किया है। मैं एक दिन कृष्ण भगवान की पूजा करने के लिए मंदिर चली गयी और जब मंदिर से लौटी तो गांव के लोगों ने मुझसे पूछा कि मैं मंदिर क्यों गयी। ये बात पूरे गांव में होने लगी और मुझसे और मेरे परिवार से पंचायत में माफी मंगवाई गयी और दुबारा ऐसा न करने की धमकी दी गयी। मैं आज भी उस मंदिर में नहीं जा सकती। मैं चाहती हूँ जाति के नाम पर ऐसा भेदभाव न हो।

मैं ड्राइवर बनकर एक अलग पहचान बनाउंगी और अपनी गाडी लेकर उसी गांव में जाउंगी।

–दीक्षा, वीमेन विद व्हील्स, जयपुर

बेटी क्या इंसान नहीं है?

बेटे का सम्मान है घर में,
बेटी का कोई मान नहीं है
प्यारे इंसान बता दे तू, बेटी
क्या इंसान नहीं है?
बेटा हुआ तो खुशियां आईं,
बेटी का यश-गान नहीं है
प्यारे इंसान बता दे तू, बेटी
क्या इंसान नहीं है?
बेटा तो पढ़ने भी जाए, बेटी
अंगूठा-छाप सही है
प्यारे इंसान बता दे तू, बेटी
क्या इंसान नहीं है?

–प्रीति, वीमेन विद व्हील्स, जयपुर

पहचान और पूर्वाग्रह

सीख और सच्चाई के बीच की खाई

बस कल ही की तो बात है,
जब मुझे सिखाया गया था
कि हमें अपनी ज़िंदगी अपनी तरह जीने का अधिकार है।
चाहे बड़े शहरों के मशहूर स्कूल हों या छोटे कस्बों के क्लब ...

लेकिन आज,
कॉलेज में पढ़ने की मेरी इच्छा
या अपने मनपसंद कपड़े पहनने की आज़ादी
ये ही मेरे लिए सजा का कारण बन गए।

क्यों जब मैं एक छोटा-सा दुपट्टा लेना भूल जाती हूँ,
तो मेरे अपने ही मुझे गंदी नज़रों से देखते हैं?
तो क्या फिर, जो कुछ मुझे सिखाया गया था-
वह सब गलत था?
क्या सच में हमें अपनी पसंद की ज़िंदगी जीने की कोई आज़ादी नहीं है?

– तस्लीमा बेगम, आज़ाद किशोरी, कोलकाता

–अतीफा, आज़ाद किशोरी, कोलकाता

पहचान का मज़ाक नहीं, सम्मान ज़रूरी है

मेरे चार साल के भांजे को नाचना बहुत पसंद है। एक दिन वह पूजा पंडाल में खुशी से नाच रहा था। तभी एक महिला ने उसे रोकते हुए कहा, "ऐसे क्यों नाच रहे हो? क्या तुम लड़की हो?" यह सुनकर वह बहुत दुखी हो गया और अपनी माँ के पास रोते हुए चला आया। इसलिए मुझे लगता है छोटे बच्चों की खुशियों और पसंद का मज़ाक नहीं उड़ाना चाहिए।

–डॉली शॉ, फेमिनिस्ट लीडर, कोलकाता

पहचान की स्वीकृति की ओर

पिछले कुछ दिनों से मेरे परिवार में एक घटना ने सभी को व्याकुल कर दिया है। हमारे परिवार की एक युवा सदस्य, जो पढ़ाई–लिखाई में हमेशा आगे रही और बहुत संयमी व शांत स्वभाव की थी, धीरे–धीरे अपने आप को उस रूप में ढालने लगी जो उसकी आंतरिक पहचान से मेल खाता है। उसकी वेशभूषा, बाल, चलने–फिरने का तरीका सब बदल गया।

कुछ दिन पहले उसने अपनी साथी के साथ रहने का निर्णय भी परिवार के सामने रख दिया। इससे घर में काफी उथल–पुथल मच गई, क्योंकि हम सभी एक ऐसे माहौल में पले–बढ़े हैं जहाँ हमें सिर्फ यही सिखाया गया कि लड़की की शादी लड़के से ही होती है। लेकिन इस उथल–पुथल के बीच एक बात साफ समझ में आई।

हम सारी ज़िंदगी "सही" और "गलत" जैसी धारणाओं को पकड़े रहते हैं, पर उस व्यक्ति की भावनाओं, उसके संघर्ष, उसकी पहचान इनके बारे में सोच ही नहीं पाते।

मैं भी असमंजस में हूँ, लेकिन मैं बदलना चाहती हूँ। और अपने परिवार को भी बदलने के लिए तैयार कर रही हूँ। मुझे विश्वास है कि समय लगेगा, पर एक दिन हमारा समाज वह जगह बनेगा जहाँ किसी की पहचान पर सवाल नहीं, केवल स्वीकृति होगी।

– सोमा नस्कर, फेमिनिस्ट लीडर, कोलकाता

पहचान और पूर्वाग्रह

एक नयी पीढ़ी, बिना जाति

अपने देश को देखते हुए, मैंने गर्व से अधिक पीड़ा ही महसूस की है।
गलतियाँ करने वालों को सजा नहीं मिलती...
और मेरा देश कहता है - "हम आज़ाद हैं।"
पर मैंने वह आज़ादी कभी देखी ही नहीं।
छः साल की बच्ची से लेकर साठ साल की बुज़ुर्ग महिला तक,
हर उम्र की देह पर बलात्कार की क्रूरता ढाही जाती है।
एक समाज जो कपड़ों में गलती खोज लेता है,
उसे क्या पता गलती पहनावे में नहीं-
उस नजर में है जो गंदी सोच से भरी हो।
मुझे एक ऐसा समाज चाहिए जहाँ जाति न हो।
मुझे ऐसे लोग चाहिए जो इसके खिलाफ लड़ सकें।
हर किसी को यह सोचना चाहिए
कि अगली पीढ़ी जाति से मुक्त होनी चाहिए।

–एच. शालिनी, वीमेन विद व्हील्स, चेन्नई

एक न्यायसंगत और समान समाज की आवश्यकता

ऐसा समाज चाहिए जहाँ धार्मिक बाधाएँ न हों।
ऐसा समाज चाहिए जहाँ लिंग के आधार पर भेदभाव न हो।
ऐसा समाज चाहिए जहाँ भूख अस्वीकार्य हो,
और बलात्कार क्षम्य न हो।
ऐसा समाज चाहिए जहाँ पक्षपात न हो,
और समान अवसर सभी को मिलें।
ताकि हर कोई अपने अधिकार और गरिमा के साथ जीवन जी सके।

– श्राबोनी हलदर, वीमेन विद व्हील्स, साउथ कोलकाता

–स्वीटी, आज़ाद किशोरी, कोलकाता

सीखने का हक

मैं आने वाले दिनों में अपने मोहल्ले में ऐसा चाहती हूँ कि जैसे बच्चे स्कूल में पढ़ने जाते हैं, वैसे ही जो महिलाएँ नहीं पढ़ी–लिखी हैं उनके लिए भी ऐसी जगह बने, जहाँ वे पढ़ना–लिखना सीख सकें। ताकि जब कोई पढ़ी–लिखी महिला उनसे हिंदी या इंग्लिश में बात करे, तो वे बिना सोचे समझदारी से जवाब दे सकें हिंदी में भी और इंग्लिश में भी।

मैं खुद भी ऐसा ही चाहती हूँ। जैसे मैं हिंदी पढ़ लेती हूँ, लेकिन बोलना नहीं आता। मैं चाहती हूँ कि मैं भी हिंदी अच्छी तरह बोल सकूँ और इंग्लिश भी सीख सकूँ।

– नेहा परवीन, आज़ाद किशोरी, नॉर्थ दिल्ली

पुरुष, महिला, ट्रांसजेंडर
सभी को मिले समान अधिकार और अवसर।

– स्मृति दास, वीमेन विद व्हील्स, नार्थ कोलकाता

जहाँ हर पहचान सुरक्षित और सम्मानित हो

एक अनकही आवाज़

अगर आस पास देखूं तो यहाँ बहुत सी चीजें है जो मैं बदलना चाहती हूँ जैसे लड़कियों का बाहर न जाना, बाईक न चलाना या लड़कों का न रोना, अपनी भावनाएं न दिखाना, खाना न बनाना। पर क्या कभी सोचा है ये धारणा आती कहाँ से है? हमें ये सिखाता कौन है? देखा जाए तो ये हमारे माता पिता और समाज ही हैं जो हमें ये सब सिखाते हैं। बेटी को सब कहते हैं कि तू बड़ी भावुक है पर क्या कोई लड़के से पूछता है कि तूझे क्या महसूस हो रहा है?

हमें इन धारणाओं को बदलना पड़ेगा नहीं तो हमारे आसपास की चीज़ों को बदलना मुश्किल है। इसका मतलब ये नहीं कि अपने परिवार से लड़ने लगना। ये धारणाएं लंबे समय से चल रही हैं इन्हें तोड़ना आसान नहीं पर हमें बात करके उन्हें समझाना होगा। धीरे–धीरे इन चिजों में दरार डालनी होगी।

सच कहूं तो मेरा भी सपना है – कि एक ऐसा स्कूल खड़ा कर सकूं जहाँ माता–पिता डिगरी लें कि बच्चों को कैसे पालना चाहिए।

–अलीशा फिरदोश, आज़ाद किशोरी, दिल्ली

एक सुरक्षित जहां है बनाना

महिलाओं को सुरक्षित है बनाना
जो लोग करते हैं अत्याचार उन्हें है गिराना,
महिलाओं को आवाज़ है उठाने देना और हो रहे भेदभाव को है रोकना
लड़कियों के पहनावे को लेकर लोगों की सोच को बदलना,
लड़कियाँ डरती महावारी के दर्द को बताने में,
उन लड़कियों को समझना,
लड़कियों को वो पूरा करने नहीं देते सपना,
उन्हें है जगाना,
हम भी जी सकते हैं एक खुशहाल ज़िन्दगी यह है हमें लोगों को बताना।

– अंजली, आज़ाद किशोरी, दिल्ली

फैसलों में महिलाओं की हिस्सेदारी

मैं अपने समाज में बदलाव चाहती हूँ कि घरों के अंदर जो निर्णय पुरुष खुद ले लेते हैं और स्त्रियों को उन निर्णयों से दूर रखा जाता है तो मैं चाहती हूँ कि उन निर्णयों में औरतों को भी शामिल किया जाए। और उनके निर्णयों को समझा जाए और उनका सम्मान किया जाए। इससे औरतों और लड़कियों को अपना मत रखने का अधिकार मिलेगा।

– मीना रानी, फेमिनिस्ट लीडर, दिल्ली

–अल्विया, आज़ाद किशोरी, दिल्ली

महिला का हो खुद का घर

जैसे हमारे समाज में लड़कियों को पढ़ाने पर कोई ध्यान नहीं देता, और उन्हें केवल खाना बनाने, सफाई करने, बर्तन धोने के लिए समझा जाता है। मैं चाहती हूँ उन लड़कियों को पढाई की तरफ अग्रसर करके उन्हें रोज़गार से जोड़ सकूँ। और जो आज भी महिलाओं को मायके में बोला जाता है कि ससुराल तेरा घर है और ससुराल में बोला जाता है

जहाँ हर पहचान सुरक्षित और सम्मानित हो

कि अपने घर जा, मैं चाहती हूँ कि औरतों को अपना घर बनाने के लिए प्रेरित करूँ। इसी सोच के साथ मैंने शुरुवात खुद से की, अपना घर खुद बना कर।

– रजना, फेमिनिस्ट लीडर, दिल्ली

नयी सोच, नयी राह

मैं अपने समाज से भेदभाव को हटाना चाहता हूँ। मैं चाहता हूँ कि समाज की उस परंपरा को बदला जाए जिसने लड़कियों को उनके अधिकारों से सालों तक वंचित रखा है। मैं अपने मोहल्ले की महिलाओं और लड़कियों को प्रेरित करना चाहता हूँ कि वो पढ़ें। और लड़कों को व्यक्तिगत जीवन में बदलाव लाने के लिए प्रेरित करना चाहता हूँ ताकि वे गाली–गलौज, लड़कियों को परेशान करने जैसी आदतों को बदलें।

– दानिश, मेन फॉर जेंडर जस्टिस, दिल्ली

मैं बदलाव की शुरूआत हूँ

मैं महिला हूँ, मैं बदलाव चाहती हूँ
मैंने भी सपने देखे थे, पर हर बार कहा गया -
तू तो बस लड़की है।
कभी खेलने से रोका गया, तो कभी चुप रहने
को कहा गया।
कभी कपड़ों पर सवाल हुए कभी आवाज़ को
दबाया गया।
डर, ताने, बंदिशें-सब कुछ चुपचाप सहना पड़ा,
पर मैं टूटी नहीं, हर बार खुद को उठाया।
एक दिन ऐसा आएगा
जब लड़की होना डर नहीं, गर्व होगा।
जब लकड़ी खुलकर जी पाएगी।
ना कोई उसे टोके, ना कोई उसके सपनों को रोके।
जहाँ ना रातों की राहों का डर हो, जहाँ 'ना' को
'ना' माना जाए
ये घर की दीवारों से लेकर समाज की सोच तक
पोहचाऊंगी
क्योंकि मैं सिर्फ महिला नहीं, मैं बदलाव की
शुरूआत हूँ।

–खुशबू, वीमेन विद व्हील्स, ईस्ट दिल्ली

खुले आसमान का सपना

जहाँ हो विश्वास, वहीं हो विकास
सुरक्षित माहौल है सबका अधिकार खास
न हो डर, न हो अन्याय
हर बच्चा खेले खुले आसमान में।
प्यार से बोलो, सहारा बनो
समझो और सुनो।
एक साथ चलो, एक माहौल रचो
जहाँ हर दिल हो खुश ऐसा जहाँ बनाओ।

–समीम, वीमेन विद व्हील्स, साउथ दिल्ली

समाज बिना भेदभाव के

हमारा समाज वर्ग और जाति के आधार पर बंटा हुआ है। मैं एक ऐसा समाज चाहता हूँ जो इन सभी पूर्वाग्रहों से मुक्त हो। हर नागरिक बिना भय के, गरिमा और समानता के साथ जीवन जी सके। धार्मिक दंगे तुरंत बंद होने चाहिए।

मैं मुस्लिम समुदाय से हूँ, लेकिन मुझे अपने हिंदू मित्रों के साथ मिलकर पढ़ाई करने या खेलकूद में कोई समस्या नहीं होती। मेरे दोस्त हमारे त्योहारों में भाग लेते हैं और मैं उनके त्योहारों में। वे कई अवसरों पर हमारे घर आते हैं, और इसमें मुझे कोई संकोच नहीं है। मैं केवल यह मानता हूँ कि मैं एक इंसान हूँ, और यही मेरी सबसे बड़ी पहचान है।

– सफुकुल गायेन, मेन फॉर जेंडर जस्टिस, कोलकाता

– शाइस्ता, वीमेन विद व्हील्स, नार्थ कोलकाता

जहाँ हर पहचान सुरक्षित और सम्मानित हो

मन की बात

लड़कियों की हत्या न करें
उन्हें भी बराबर का हक दें।
लैंगिक समानता का अर्थ है
की सभी को मिले समान अधिकार,
हो समान अवसर और संसाधन प्राप्त
न लड़का ऊपर है, न लड़की है कम,
दोनों में ही है कुछ कर दिखाने का दम।

–कविता, वीमेन विद व्हील्स, जयपुर

एक सपना

आसमान छूने के सपने थे, पर राह में कई रुकावटें थीं।
अकेले ही लड़की से औरत बनती गई।
उड़ना चाहती थी, पर समाज ने घर-बर्तन थमा दिए।
फिर भी यकीन है, मैं भी नीले आसमान में उडूंगी,
कोलकाता से लेकर इंग्लैंड तक।

– मोनालीशा मिड्डे, फेमिनिस्ट लीडर, कोलकाता

– मुस्कान, वीमेन विद व्हील्स, नार्थ कोलकाता

एक आवाज़ बराबरी की

जाति के नाम पर क्यों बँटी है ज़िंदगी,
इंसान को इंसान से दूर करे ये बंदगी।
रंग-रूप, नाम, कुल, जन्म का क्या मेल है?
दिल में जो इंसानियत, वही असली खेल है।
ऊँच-नीच के खेल में कब तक उलझे रहेंगे,
किसी के सपनों को हम क्यों कुचलते रहेंगे?
क्या दोष था उसका जो नीचे मानी गई जात,
सदियों से सहती आई वह हर ज़ुल्म की बात।
ना कोई छोटा, ना कोई बड़ा कहलाए,
इंसानियत के गीत हर गली गुनगुनाए।
जात नहीं, कर्मों से है पहचान हमारी,
आओ रचें हम एक नई दुनिया प्यारी।
चलो उठाएं हम सब आवाज़, हर दिल कहे
'हम सब एक हैं', अब कोई ना सहे।
बदलाव की मशाल जलानी है हमें,
जाति के इस अँधेरे को मिटाना है हमें।

– आयुषी, आज़ाद किशोरी, जयपुर

भरोसे की उड़ान

सपने भले ही बहुत दूर लगें,
पर उन्हें छू पाना संभव है-
बस भरोसा होना चाहिए...
वही भरोसा
जिसके साथ कदम बढ़ाए जाते हैं,
और असंभव भी संभव होने लगता है।

–प्रभावती, वीमेन विद व्हील्स, चेन्नई

एक समावेशी समाज की उम्मीद

हम ऐसे देश की कामना करते हैं जहाँ झगड़ा न हो और समाज में लिंग आधारित भेदभाव खत्म हो सके। पुरुष और महिलाओं के साथ समानता का व्यवहार हो। तभी हमारा देश और समाज सचमुच एकजुट रह सकेगा।

– सुमित्रा बिस्वास, वीमेन विद व्हील्स, नार्थ कोलकाता

जहाँ हर पहचान सुरक्षित और सम्मानित हो

नया मर्द

रो मत, तू मर्द है!
लोहे का लिबास पहन, मैं खड़ा था।
आँसू थे भीतर ही जमा, झूठे गर्व में बस अड़ा था।

माँ थकी, मैंने ना देखा।
बहन चुप रही, ना कुछ पूछा।
बीवी बोली, डर लगता है!
मेरे मर्द होने का गर्व तब टूटा।

तब सोचा क्या यही मर्दानगी है? औरों को
दबाना, यही सही है?
आज बेटे से कहा, तू रो सकता है।
बेटी को, तू उड़ सकती है।

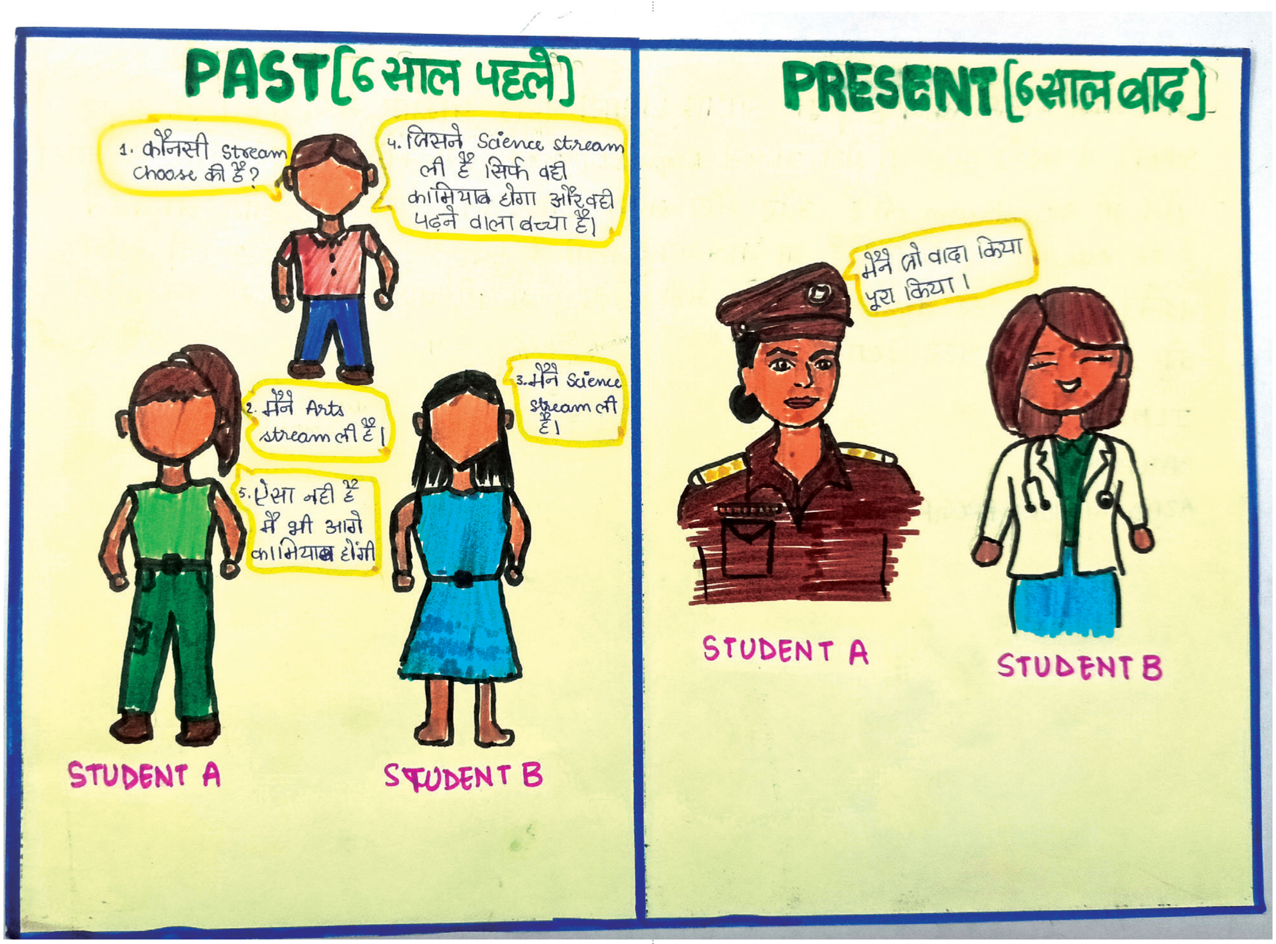
माँ की थकान, बीवी की बात,
अब हर रिश्ता सुन सकता है।

–सूरज, मेन फॉर जेंडर जस्टिस, दिल्ली

अब मैं मिट्टी हूँ, जो उगाता है।
डराता नहीं, सहारा देता है।

मैं मर्द हूँ,जो अब इंसान भी है।
सच सुनना, बराबरी देना, ये मेरी पहचान भी है।

– राजकुमार, मेन फॉर जेंडर जस्टिस, जयपुर



– इल्मा, आज़ाद किशोरी, दिल्ली

घरेलु हिंसा और उसकी रोकथाम

घरेलू हिंसा क्या है?

पारिवारिक संबंधों के भीतर महिलाओं के खिलाफ की गई हिंसा या अत्याचार को घरेलू हिंसा कहा जाता है। घरेलू हिंसा एक महिला के जीवन के किसी भी चरण में हो सकती है। चाहे वह पति/ससुराल पक्ष द्वारा किया जा रहा हो या फिर मायके में माता–पिता/भाई या अन्य संबंधियों द्वारा।

घरेलू हिंसा के प्रकारः

- शारीरिक हिंसा– मारना, पीटना, धक्का देना, जलाना या किसी भी प्रकार की शारीरिक चोट पहुँचाना।
- भावनात्मक/मौखिक हिंसा– लगातार अपमान करना, नीचा दिखाने वाली बातें कहना, गाली–गलौज करना, धमकाना या किसी महिला के आत्मसम्मान को ठेस पहुँचाना।
- यौन हिंसा– किसी महिला को उसकी इच्छा के विरुद्ध शारीरिक संबंध बनाने के लिए मजबूर करना, या उसकी सहमति के बिना यौन गतिविधियों के लिए बाध्य करना।
- आर्थिक हिंसा– किसी महिला को पैसे कमाने से रोकना, उसकी कमाई छीन लेना, या आवश्यक जरूरतों के लिए पैसे न देना।

जब आप घरेलू हिंसा का सामना करें तो आप क्या कर सकते हैं?

- परिवार/मित्रों को बताएं
- स्थानीय महिला समूहों को सूचित करें
- हेल्पलाइन पर कॉल करें (इस दस्तावेज में नीचे दिए गए नंबर उपलब्ध हैं)
- अस्पताल/निजी डॉक्टर के पास जाएं
- पुलिस को सूचित करें
- घरेलू हिंसा से महिलाओं का संरक्षण अधिनियम 2005 के लिए अपील करें
- अपनी मानसिक सेहत का ध्यान रखें।

चुप्पी तोड़ो।

- यह कोई निजी पारिवारिक मामला नहीं है।

– अन्नू, वीमेन विद व्हील्स, दिल्ली

पाठकों के लिए विशेष सूचनाः आप में से जो भी इस न्यूज़लेटर के लिए लिखना चाहते हैं, अपनी कहानी, कोई रोचक अनुभव, सन्देश या ख़ास खबर, चित्र, फोटो, शेर–ओ–शायरी, गीत–चुटकुला, विचार या चिंताएं सबके साथ बांटना चाहते हैं तो नीचे दिए पते पर संपर्क करें।

संपादकः शिखा डिमरी
अन्य सहयोगीः रम्या गोपालकृष्णन, अनामित्रा मुख़र्जी
आर–10, फ्लैट नं. 7, दूसरी मंज़िल, नेहरू एन्क्लेव, कालका जी, नई दिल्ली–110019
फोनः 011.49053796 • वेबसाइटः www.azadfoundation.com

आपातकालीन हेल्पलाइन नंबर

पुलिस (आपातकालीन) फोन नंबर	–	100/ 112
महिला हेल्पलाइन फोन नंबर	–	1090
बाल हेल्पलाइन फोन नंबर	–	1098
एंटी स्टाकिंग (पीछा करने पर)	–	1096
अग्निशामक (फायर ब्रिगेड) फोन नंबर	–	101
एम्बुलेंस फोन नंबर	–	102
महिला और बाल विकास मंत्रालय फोन नंबर	–	1091

–: डिस्क्लेमर :–
आज़ाद फाउण्डेशन और सखा दो अलग-अलग संस्थाएँ हैं।
आज़ाद एक एन.जी.ओ. है और सखा एक प्राइवेट लिमिटेड कंपनी।

www.azadfoundation.com
@azadfoundationIndia
@azadfoundationIndia
@FoundationAzad