

Asian Task Force Against  
Domestic Violence

किसी को भी  
हिंसा या भय  
के साथ जीने  
की जरूरत  
नहीं है ।

लाखों महिलाये अपने ही घर में हिंसा का सामना कर रही है। दुर्भाग्य से घरेलु हिंसा पर परदा डाला जाता है या मानने से इन्कार किया जाता है। घरेलु हिंसा सिर्फ शारीरिक अत्याचार ही नहीं है बल्की मानसिक भौतिक शब्दिक और आर्थिक अत्याचार द्वारा किये हुए नियंत्रण को भी हिंसा के नाम से जाना जाता है। इस प्रकार की हिंसा पति पत्नी दो प्रेमी भी या परिवार के कोई भी सदस्य के बीच हो सकती है।

थप्पड़ मारना धूसा मारना लात मारना धकेल देना जला देना आदि को शारीरिक अत्याचार के प्रर्याय से माना जाता है।

अपमानजनक भाषा में बात करना जैसे कि तुम मोटी हो अथवा बहुत पतली हो अथवा अपने बच्चों की परवर्षि नहीं करती हो। लोगों के सामने नीचा दिखाना और आपको धमकाना आदि को मानसिक अत्याचार के प्रर्याय से माना जाता है।

आपको इच्छा के विरूध यौन या यौन संबध में भाग लेने पर मजबूर किये जाने को भौतिक अत्याचार के प्रर्याय से माना जाता है।

अश्लील कहना चिल्लाना गाली देना आदि को शब्दिक अत्याचार के प्रयाय से माना जाता है।

हाथमे पैसे न देना आपकी अपनी कमाई छीन लेना और घरेलु जरूरतों के लिये जैसे खाना किराया इत्यादि के लिये खर्चा करने से इन्कार करना आदि को आर्थिक अत्याचार के प्रयाय से माना जाता है।

इन कारणों के अलावा घरेलु हिंसा का सामना करनेवाली कई महिलाओं को अक्सर अपनी इच्छा अनुसार जीने से और अपने मित्रों या परिवार से मिलने या बात करने से रोका जाता है। इस तरह से उन्हें अपने आत्मिये व्यक्तियों से दूर करके उन्हें बेसहारा किया जाता है।

घरेलु हिंसा अपने आप खत्म नहीं होती। वो अक्सर बढ़ती जाती है और बच्चों के लिये भी हानिकारक होती है। हिंसा कोई भी समस्या का समाधान नहीं है। किसी को भी आपके उपर अत्याचार करने का अधिकार नहीं है। आप मदद लेकर अपने साथ होते हुए अत्याचार को रोक सकते हैं।

## हिंसक संबंधों के लक्षण

अगर आपसे परिचित व्यक्ति

- लगातार आपकी टीका ही करते हो आपसे चिल्लाते हो या आपका अपमान करते हो जैसे खाना ठीक नहीं बना अथवा तुम कुछ भी कभी ठीक नहीं कर सकती आदि।
- आपसे सहमति के बिना आपके पैसे खर्च करते हो।
- आपको नौकरी करने से या अपनी जिन्दगी जीने से रोकते हो।
- आपकी जान जोखे में डालते हो जैसे लापरवाही से गाड़ी चलाना या धकेलना या मारना।
- आपके या आपके बच्चों के लिये घरेलु जरूरतों के लिये जैसे खाना किराया आदि के लिये खर्च करने से इन्कार करते हो।
- इमिग्रेशन एन्ड नेचुरलाइजेशन सर्विसेस में आपके बारे में रिपोर्ट कराने की धमकी देते हो या आपके इमिग्रेशन कागजात दाखिल करने से इन्कार करते हो।

यदि ऐसा होता हो तो आप  
हिंसक संबंधों में जी रही हो।

## घरेलु हिंसा गैरकानूनी है

यदि आपकी मारपीट हो रही हो या आप इस भय के साथ अपना जीवन बिता रही हो तो आपको मदद मिल सकती है। अगर आप अमेरिका की नागरिक या स्थाई निवासी न हो तो भी आपको सही मदद मिल सकती है। आप एंथोन टास्क फोर्स अगेन्स्ट डोमेस्टिक वायोलेंस को इस नम्बर पर फोन कीजिये 617 338 2355 हम आपको निम्नलिखित प्रकार की मदद दे सकते हैं।

- आपकी बात सुनके इस परिस्थिति का हल ढूँढने में सहायता करना
- आपको अपने अधिकारों की और अन्य मदद के रास्तोंकी जानकारी देना
- आपको रहने की सुविधा पुलिस कोर्ट हस्पताल वेलफेयर आदिकी मदद उपलब्ध करना

मुसीबत के वक़्त पुलिस को 911 पे फोन करे। अगर आप अंग्रेज़ी नहीं बोलते तो फिक न करे - पुलिस फिर भी आपकी मदद करने आयेगी। वह आपको हस्पताल जाने में और सुरक्षित स्थान ढूँढने में मदद करेगे।

## मदद के लिये

आप इनमे से किसी भी सर्विसेस को फोन कर सकते हैं

पुलीस 911

एँयिन टास्क फोर्स अगेन्स्ट  
डोमेस्टिक वायोलैन्स 617-338-2355  
[www.atask.org](http://www.atask.org)

सहेली 1-866-2 SAHELI

सखी 1-212-868-6741  
[www.sakhi.org](http://www.sakhi.org)

मानवी 1-908-687-2662  
[www.manvi.com](http://www.manvi.com)

हारबर कोव 617-884-9909

साउथ एँयिन क्लिनिक 617-591-6420