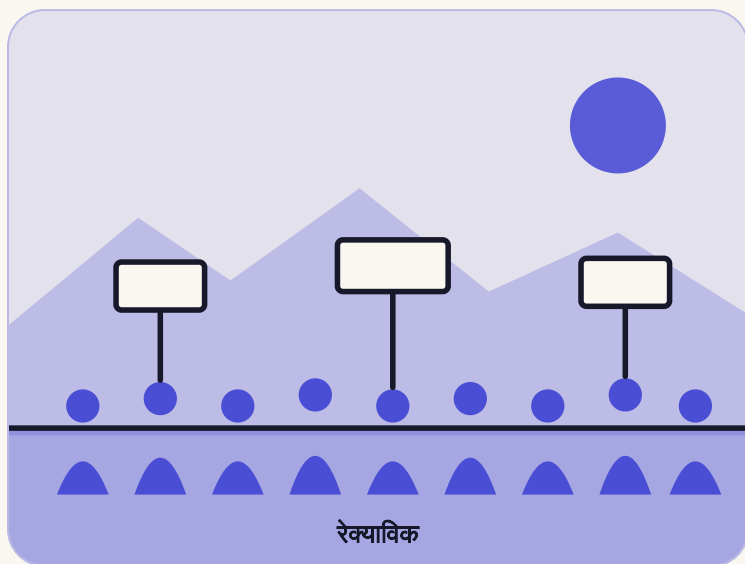




आइसलैंड

जिस दिन आइसलैंड की महिलाएँ घर पर रहीं

1975 में आइसलैंड की हर दस में से नौ महिलाओं ने एक दिन काम बंद रखा। पूरा देश थम गया।

कहाँ रेक्याविक

कौन आइसलैंड की महिलाएँ और वे महिला समूह, जिन्होंने “महिला अवकाश दिवस” की योजना बनाई

कब 1975 से 2025

4 मिनट में पढ़ें

कहानी

शुक्रवार, 24 अक्टूबर 1975 की सुबह आइसलैंड की ज़्यादातर महिलाएँ काम पर नहीं गईं। उन्होंने खाना भी नहीं बनाया, सफ़ाई भी नहीं की। बच्चे पुरुषों के पास रहे।

आइसलैंड उत्तरी अटलांटिक का एक छोटा द्वीप-देश है। वहाँ लगभग 220,000 लोग रहते थे। महिलाओं ने 1915 में वोट देने का हक़ पा लिया था। पर 60 साल बाद भी वे पुरुषों से बहुत कम कमाती थीं। संसद, यानी देश के क़ानून बनाने वाले समूह, की सिर्फ़ 5 प्रतिशत सीटें उनके पास थीं।

संयुक्त राष्ट्र ने 1975 को अंतरराष्ट्रीय महिला वर्ष घोषित किया था। जून में महिला समूह राजधानी रेक्याविक में मिले, ताकि तय करें कि इसे कैसे मनाया जाए। एक समूह, रेड स्टॉकिंग्स, 1970 से महिलाओं की हड़ताल चाहता था। हड़ताल वह होती है, जब कामगार अपनी बात रखने के लिए काम रोक देते हैं। उन्होंने यह विचार सभा के सामने रखा।

हड़ताल नहीं, एक दिन की छुट्टी

कुछ महिलाएँ इस शब्द से डरती थीं। मज़दूर संघों के बाहर की हड़तालों क़ानून के खिलाफ़ थीं। तभी एक दूसरे महिला समूह की वैलबोर्ग बेंट्सडोटिर बोल उठीं।

हड़ताल? क्या आपको यही शब्द पसंद नहीं? तो इसे बस एक दिन की छुट्टी क्यों न कहें?

वैलबोर्ग बेंट्सडोटिर, नेशनल जियोग्राफ़िक के हवाले से, 2025

नया नाम काम कर गया। हर उम्र की और हर पार्टी की महिलाएँ जुड़ गईं। उन्होंने पोस्टकार्ड भेजे, दरवाज़े खटखटाए और फ़ोन किए। उन्होंने पोस्टर और स्टिकर बेचे। वे दिखाना चाहती थीं कि उनके काम की कितनी क़ीमत है।

90%

आयोजकों के मुताबिक
महिलाओं ने हिस्सा लिया

25,000

रेक्याविक की रैली में
महिलाएँ

46%

संसद की सीटें अब
महिलाओं के पास

जिस दिन देश थम गया

उस दिन बच्चों के देखभाल-केंद्र और स्कूल बंद रहे। बड़ी दुकानें, थिएटर और मछली के कारखाने भी बंद रहे। पिता अपने बच्चों को दफ्तर ले गए। शाम तक आसानी से बनने वाले सॉसेज बिक गए। कुछ पुरुषों ने उसे “लंबा शुक्रवार” कहा।

देश भर में 20 से ज़्यादा रैलियाँ हुईं। सबसे बड़ी रैली रेक्याविक के मुख्य चौक में हुई। लगभग 25,000 महिलाएँ आईं। मौसम नरम और धूप वाला था। कई महिलाओं के हाथों में तख्तियाँ थीं, जिन पर लिखा था “बराबरी अभी।”

अखबार मॉर्गुनब्लाडिड को छपाई के लिए तैयार करने वाली महिलाएँ आधी रात के बाद काम पर आईं। इस तरह अखबार उस दिन की खबर पहले पन्ने पर छाप सका।

सब कुछ एक साथ नहीं बदला। एक साल बाद आइसलैंड ने बराबर अधिकारों का क़ानून बनाया। 1980 में विगदीस फ़िन्नबोगादोतिर राष्ट्रपति चुनी गईं। वे जनता के वोट से यह पद जीतने वाली दुनिया की पहली महिला थीं। आज संसद की 46 प्रतिशत सीटें महिलाओं के पास हैं।

यह छुट्टी का दिन सात बार फिर मनाया जा चुका है, सबसे ताज़ा 2025 में। आइसलैंड अब भी पूरी तरह बराबर नहीं है। एक शोधकर्ता का कहना है कि वहाँ महिलाएँ अब भी घर का ज़्यादातर काम करती हैं।

कब क्या हुआ

- **1915** आइसलैंड की महिलाओं को वोट देने का हक मिला।
- **1970** रेड स्टॉकिंग्स ने महिलाओं की हड़ताल की माँग शुरू की।
- **1975** लगभग हर दस में से नौ महिलाओं ने एक दिन की छुट्टी ली।
- **1980** विगदीस फ़िन्नबोगादोतिर राष्ट्रपति चुनी गईं।
- **2025** 50 साल बाद यह छुट्टी का दिन फिर मनाया गया।

दूसरा अध्याय

यह कहानी खास क्यों है

ज़्यादातर विरोध-प्रदर्शन लोगों से कुछ नया करने को कहते हैं। इसने महिलाओं से वह करना बंद करने को कहा, जो वे हमेशा करती थीं। एक ही दिन में दिख गया कि रोज़ की ज़िंदगी उनके काम पर कितनी टिकी थी।

एक शब्द बदलने से भी मदद मिली। कुछ महिलाएँ हड़ताल से डरती थीं। “छुट्टी का दिन” कहने से हर पार्टी की महिलाएँ शामिल हो सकीं।

हमारी राय

सबने मिलकर कुछ न करके दिखाया कि उनके काम की कीमत क्या है।

तीसरा अध्याय

हम क्या सीख सकते हैं

1 ऐसे शब्द चुनिए जो लोगों को अंदर बुलाएँ

वैलबोर्ग बेंट्सडोत्तिर के सवाल ने “हड़ताल” को “छुट्टी का दिन” बना दिया। हर पार्टी की महिलाएँ हाँ कह सकीं।

यह आजमाएँ: अपने किसी एक अनुरोध के शब्द बदलिए, ताकि ज़्यादा लोग हाँ कह सकें।

2 लोगों को अपना हिस्सा अपना बनाने दीजिए

महिला समूहों ने योजना को देश भर में अपने सदस्यों तक पहुँचाया। एक आयोजक ने कहा कि यह “उनका अपना क़दम” था।

यह आज़माएँ: किसी एक व्यक्ति से कहिए कि साझा योजना का एक छोटा हिस्सा वह सँभाले।

3 अनदेखे काम की क़ीमत दिखाइए

एक दिन घर का काम और देखभाल रोककर महिलाओं ने दिखाया कि वे कितना बोझ उठाती हैं।

यह आज़माएँ: ऐसा एक अनदेखा काम चुनिए, जो आप या आपका कोई अपना करता है, और उसे धन्यवाद कहिए।

4 बड़े दिन के बाद सालों की मेहनत कीजिए

1976 में क़ानून आया और 1980 में महिला राष्ट्रपति। एक शोधकर्ता का कहना है कि एक दिन के प्रदर्शन के बाद सालों का काम चाहिए।

यह आज़माएँ: एक लक्ष्य चुनिए और हर महीने के लिए एक छोटा क़दम लिखिए।

साथ ले जाने वाली एक बात

एक दिन की छुट्टी ने दिखा दिया कि हर दिन की क़ीमत क्या है।

स्रोत (अंग्रेज़ी में)

National Geographic

[50 years ago, the women of Iceland took a day off—and inspired the world](#)

तथ्य-जाँच नोट: स्रोत तारीख, नाम और मुख्य घटनाओं पर एकमत हैं। 90 प्रतिशत का आँकड़ा आयोजकों का अनुमान है (महिला इतिहास अभिलेखागार; नेशनल जियोग्राफिक और UNRIC ने दोहराया), कोई गिनती नहीं। रैली में 25,000 महिलाएँ (नेशनल जियोग्राफिक) या 25,000 लोग (महिला इतिहास अभिलेखागार, अनुमान) बताए गए हैं, जबकि UNRIC 30,000 कहता है। कहानी में 25,000 लिया गया है। नेशनल जियोग्राफिक के अनुसार बराबर अधिकारों का क़ानून 1976 में आया और उसके बाद 1980 में विगदीस फ़िन्नबोगादोतिर चुनी गई; UNRIC सिर्फ़ इतना कहता है कि कई लोग मानते हैं कि छुट्टी के दिन ने रास्ता बनाया, इसलिए कहानी यह दावा नहीं करती कि उसी की वजह से चुनाव हुआ। संसद में महिलाओं का 46 प्रतिशत का आँकड़ा नेशनल जियोग्राफिक का है, 2025 से। “लंबा शुक्रवार” नाम और बिके हुए सॉसेज नेशनल जियोग्राफिक से हैं, और वैलबोर्ग बेंट्सडोत्तिर का कथन भी, जो उसने 2023 की Vox की एक रिपोर्ट से लिया है। “हमारी राय” वाली पंक्तियाँ हमारी अपनी व्याख्या हैं। बाकी सब ऊपर दिए स्रोतों से है।