

Full/Abbreviated version of the Universal Declaration of Human Rights

Amnesty International,
Speak Truth to Power,
2000

Universal Declaration of Human Rights

Preamble

Whereas recognition of the inherent dignity and of the equal and inalienable rights of all members of the human family is the foundation of freedom, justice and peace in the world,

Whereas disregard and contempt for human rights have resulted in barbarous acts which have outraged the conscience of mankind, and the advent of a world in which human beings shall enjoy freedom of speech and belief and freedom from fear and want has been proclaimed as the highest aspiration of the common people,

Whereas it is essential, if man is not to be compelled to have recourse, as a last resort, to rebellion against tyranny and oppression, that human rights should be protected by the rule of law,
Whereas it is essential to promote the development of friendly relations between nations,

Whereas the peoples of the United Nations have in the Charter reaffirmed their faith in fundamental human rights, in the dignity and worth of the human person and in the equal rights of men and women and have determined to promote social progress and better standards of life in larger freedom,

Whereas Member States have pledged themselves to achieve, in cooperation with the United Nations, the promotion of universal respect for and observance of human rights and fundamental freedoms,

Whereas a common understanding of these rights and freedoms is of the greatest importance for the full realization of this pledge,

Now, therefore,

The General Assembly,

Proclaims this Universal Declaration of Human Rights as a common standard of achievement for all peoples and all nations, to the end that every individual and every organ of society, keeping this Declaration constantly in mind, shall strive by teaching and education to promote respect for these rights and freedoms and by progressive measures, national and international, to secure their universal and effective recognition and observance, both among the peoples of Member States themselves and among the peoples of territories under their jurisdiction.

از آنجا که شناسایی حیثیت و کرامت ذاتی تمام اعضای خانواده بشری و حقوق برابر و سلب ناپذیر آنان اساس آزادی، عدالت و صلح در جهان است؛ از آن جا که نادیده گرفتن و تحقیر حقوق بشر به اقدامات و حسیانه ای انجامیده که وجدان بشر را بر آشفته اند و پیدایش جهانی که در آن افراد بشر در بیان و عقیده آزاد، و از ترس و فقر فارغ باشند، عالی ترین آرزوی بشر اعلام شده است؛

از آن جا که ضروری است که از حقوق بشر با کفایت قانون حمایت شود تا انسان به عنوان آخرین چاره به طغیان بر ضد یاد و تسم مجبور نگردد؛

از آن جا که گسترش روابط دوستانه میان ملت باید تشویق شود؛

از آن جا که مردمان ملل متحد، ایمان خود را به حقوق اساسی بشر و حیثیت و کرامت و ارزش فرد انسان و برابری حقوق مردان و زنان، دوباره در منشور ملل متحد اعلام و عزم خود را جزم کرده اند که به پیشرفت اجتماعی یاری رسانند و بهترین اوضاع زندگی را در پرتو آزادی فزاینده به وجود آورند؛

از آن جا که دولت های عضو متعهد شده اند که رعایت جهانی و مؤثر حقوق بشر و آزادی های اساسی را با همکاری سازمان ملل متحد تضمین کنند؛

از آن جا که برداشت مشترک در مورد این حقوق و آزادی ها برای اجرای کامل این تعهد کمال اهمیت را دارد؛

مجمع عمومی این اعلامیه جهانی حقوق بشر را آرمان مشترک تمام مردمان و ملت ها اعلام می کند تا همه ی افراد و تمام نهاد های جامعه این اعلامیه را به موازات نظر داشته باشند و بگویند که به یاری آموزش و پرورش، رعایت این حقوق و آزادی ها را گسترش دهند و با تدبیر فزاینده ی ملی و بین المللی، شناسایی و اجرای جهانی و مؤثر آن ها را، چه در میان خود مردمان کشور های عضو و چه در میان مردم سرزمین هایی که در قلمرو آن ها هستند، تأمین کنند.

Article 1: Right to Equality

All human beings are born free and equal in dignity and rights. They are endowed with reason and conscience and should act towards one another in a spirit of brotherhood.

ماده ی ۱

تمام افراد بشر آزاد زاده می شوند و از لحاظ حیثیت و کرامت و حقوق با هم برابرند. هکلی دارای عقل و وجدان هستند و باید با یکدیگر با روحیه ای برادرانه رفتار کنند.

Article 2: Freedom from Discrimination

Everyone is entitled to all the rights and freedoms set forth in this Declaration, without distinction of any kind, such as race, color, sex, language, religion, political or other opinion, national or social origin, property, birth or other status. Furthermore, no distinction shall be made on the basis of the political, jurisdictional or international status of the country or territory to which a person belongs, whether it be independent, trust, non-self-governing or under any other limitation of sovereignty.

ماده ۲

هر کس می تواند بی هیچ گونه تمایزی، به ویژه از حیث نژاد، رنگ، جنس، زبان، دین، عقیده ی سیاسی یا هر عقیده ی دیگر، و همچنین نشاء ملی یا اجتماعی، ثروت، ولادت یا هر وضعیت دیگر، از تمام حقوق و همه ی آزادی های ذکر شده در این اعلامیه بهره مند گردد. به علاوه نباید هیچ تبعیضی به علل آید که مبتنی بر وضع سیاسی، تهنایی یا مین المللی کشور یا سرزمینی باشد که شخص به آن تعلق دارد، خواه این کشور یا سرزمین مستقل، تحت قیمومیت یا غیر خود مختار باشد، یا حاکمیت آن به شکلی محدود شده باشد.

Article 3: Right to Life, Liberty, and Personal Security

Everyone has the right to life, liberty and security of person.

ماده ۳

هر فردی حق زندگی، آزادی و امنیت شخصی دارد.

Article 4: Freedom from Slavery

No one shall be held in slavery or servitude; slavery and the slave trade shall be prohibited in all their forms.

ماده ۴

هیچ کس را نباید در بردگی یا بندگی نگاه داشت: بردگی و داد و ستد بردگان به هر شکلی که باشد، ممنوع است.

Article 5: Freedom from Torture and Degrading Treatment

No one shall be subjected to torture or to cruel, inhuman or degrading treatment or punishment.

ماده ۵

هیچ کس نباید شکنجه شود یا تحت مجازات یا رفتاری ظالمانه، ضد انسانی یا تحقیر آمیز قرار گیرد.

Article 6: Right to Recognition as a Person before the Law

Everyone has the right to recognition everywhere as a person before the law.

ماده ۶

هر کس حق دارد که شخصیت حقوقی اش در همه جا به رسمیت شناخته شود.

Article 7: Right to Equality before the Law

All are equal before the law and are entitled without any discrimination to equal protection of the law. All are entitled to equal protection against any discrimination in violation of this Declaration and against any incitement to such discrimination.

ماده ۷

همه در برابر قانون مساوی هستند و حق دارند بی هیچ تبعیضی از حمایت یکسان قانون برخوردار شوند. همه حق دارند در مقابل هر تبعیضی که ناقض اعلامیه‌ی حاضر باشد، و بر ضد حرکتی که برای چنین تبعیضی به عمل آید، از حمایت یکسان قانون بهره‌مند گردند.

Article 8: Right to Remedy by Competent Tribunal

Everyone has the right to an effective remedy by the competent national tribunals for acts violating the fundamental rights granted him by the constitution or by law.

ماده ۸

در برابر اعلالی که به حقوق اساسی فرد تجاوز کنند حقوقی که قانون اساسی یا قوانین دیگر برای او به رسمیت شناخته است هر شخصی حق مراجعه می مؤثر به دادگاه های ملی صالح را دارد.

Article 9: Freedom from Arbitrary Arrest and Exile

No one shall be subjected to arbitrary arrest, detention or exile.

ماده ۹

هیچ کس را نباید خودسرانه توقیف، حبس یا تبعید کرد.

Article 10: Right to Fair Public Hearing

Everyone is entitled in full equality to a fair and public hearing by an independent and impartial tribunal, in the determination of his rights and obligations and of any criminal charge against him.

ماده ۱۰

هر شخص با مساوات کامل حق دارد که دعوائش در دادگاهی مستقل و بی طرف، منصفانه و علنی رسیدگی شود و چنین دادگاهی درباره حقوق و الزامات وی، یا حر اتمام جزایی که به او زده شده باشد، تصمیم بگیرد.

Article 11: Right to be Considered Innocent until Proven Guilty

1. Everyone charged with a penal offence has the right to be presumed innocent until proved guilty according to law in a public trial at which he has had all the guarantees necessary for his defense.
2. No one shall be held guilty of any penal offence on account of any act or omission which did not constitute a penal offence, under national or international law, at the time when it was committed. Nor shall a heavier penalty be imposed than the one that was applicable at the time the penal offence was committed.

ماده ۱۱

۱. هر شخصی که بزه کاری متهم شده باشد، بی گناه محسوب می شود تا هنگامی که در جریان محاکمه اسی علنی که در آن تمام تضمین های لازم برای دفاع او تأمین شده باشد، مجرم بودن وی به طور قانونی محرز گردد.

۲. هیچ کس نباید برای انجام دادن یا انجام ندادن عملی که در موقع ارتکاب آن، به موجب حقوق ملی یا بین المللی جرم شناخته نمی شده است، محکوم نخواهد شد. همچنین هیچ مجازاتی شدیدتر از مجازاتی که در موقع ارتکاب جرم به آن تعلق می گرفت، درباره ی کسی اعمال نخواهد شد.

Article 12: Freedom from Interference with Privacy, Family, Home, and Correspondence

No one shall be subjected to arbitrary interference with his privacy, family, home or correspondence, nor to attacks upon his honor and reputation. Everyone has the right to the protection of the law against such interference or attacks.

ماده ۱۲

نباید در زندگی خصوصی، امور خانوادگی، اقامت گاه یا مکاتبات هیچ کس مداخله های خودسرانه صورت گیرد یا به شرافت و آبرو و شهرت کسی حمله شود. در برابر چنین مداخله ها و حمله های، برخورداری از حمایت قانون حق هر شخصی است.

Article 13: Right to Free Movement in and out of the Country

1. Everyone has the right to freedom of movement and residence within the borders of each State.
2. Everyone has the right to leave any country, including his own, and to return to his country.

ماده ۱۳

۱. هر شخصی حق دارد داخل هر کشور آزادانه رفت و آمد کند و اقامت گاه خود را برگزیند.

۲. هر شخصی حق دارد هر کشوری، از جمله کشور خود را ترک کند یا به کشور خویش بازگردد.

Article 14: Right to Asylum in other Countries from Persecution

1. Everyone has the right to seek and to enjoy in other countries asylum from persecution.
2. This right may not be invoked in the case of prosecutions genuinely arising from non-political crimes or from acts contrary to the purposes and principles of the United Nations.

ماده ۱۴

۱. در برابر شکنجه، تعقیب و آزار، هر شخصی حق درخواست پناهندگی و بر خوداری از پناهندگی در کشورهای دیگر را دارد.

۲. در موردی که تعقیب و اعدام اثر جرم عمومی و غیرسیاسی یا در اثر اعمالی مخالف با هدف و اصول ملل متحد باشد، نمی توان به این حق استناد کرد.

Article 15: Right to a Nationality and the Freedom to Change It

1. Everyone has the right to a nationality.
2. No one shall be arbitrarily deprived of his nationality nor denied the right to change his nationality.

ماده ۱۵

۱. هر فردی حق دارد که تابعیتی داشته باشد.

۲. هیچ کس را نباید خودسرانه از تابعیت خویش، یا از حق تغییر تابعیت محروم کرد.

Article 16: Right to Marriage and Family

1. Men and women of full age, without any limitation due to race, nationality or religion, have the right to marry and to found a family. They are entitled to equal rights as to marriage, during marriage and at its dissolution.
2. Marriage shall be entered into only with the free and full consent of the intending spouses.
3. The family is the natural and fundamental group unit of society and is entitled to protection by society and the State.

ماده ۱۶

۱. هر مرد و زن بالغی حق دارند بی هیچ محدودیتی از حیث نژاد، ملیت، یا دین با هم دیگر زناشویی کنند و تشکیل خانواده بدهند. در تمام مدت زناشویی و هنگام انحلال آن، زن و شوهر در امور مربوط به ازدواج حقوق برابر دارند.

۲. ازدواج تنها باید با رضایت کامل و آزادانه‌ی زن و مرد صورت گیرد.

۳. خانواده رکن طبیعی و اساسی جامعه است و باید از حمایت جامعه و دولت بهره‌مند شود.

Article 17: Right to Own Property

1. Everyone has the right to own property alone as well as in association with others.
2. No one shall be arbitrarily deprived of his property.

ماده ۱۷

۱. هر شخص به تنهایی یا به صورت جمعی حق مالکیت دارد.

۲. هیچ کس را نباید خودسرانه از حق مالکیت محروم کرد.

Article 18: Freedom of Belief and Religion

Everyone has the right to freedom of thought, conscience and religion; this right includes freedom to change his religion or belief, and freedom, either alone or in community with others and in public or private, to manifest his religion or belief in teaching, practice, worship and observance.

ماده ۱۸

هر شخصی حق دارد از آزادی اندیشه، وجدان و دین بهره مند شود. این حق مستلزم آزادی تفسیر دین یا اعتقاد، همچنین آزادی اظهار دین یا اعتقاد، در قالب آموزش دینی، عبادت و اجرای آیین ها و مراسم دینی به تنهایی یا به صورت جمعی، به طور خصوصی یا عمومی است.

Article 19: Freedom of Opinion and Information

Everyone has the right to freedom of opinion and expression; this right includes freedom to hold opinions without interference and to seek, receive and impart information and ideas through any media and regardless of frontiers.

ماده ۱۹

هر فردی حق آزادی عقیده و بیان دارد و این حق مستلزم آن است که کسی از داشتن عقاید خود بیم و نگرانی نداشته باشد و در کسب و دریافت و انتشار اطلاعات و افکار، به تمام وسایل ممکن بیان و بدون ملاحظات مرزی آزاد باشد.

Article 20: Right of Peaceful Assembly and Association

1. Everyone has the right to freedom of peaceful assembly and association.
2. No one may be compelled to belong to an association.

ماده ۲۰

۱. هر شخصی حق دارد از آزادی تشکیل اجتماعات، مجامع و انجمن های مسالمت آمیز بهره مند گردد.
۲. هیچ کس را نباید به شرکت در هیچ اجتماع مجبور کرد.

Article 21: Right to Participate in Government and in Free Elections

1. Everyone has the right to take part in the government of his country, directly or through freely chosen representatives.
2. Everyone has the right to equal access to public service in his country.
3. The will of the people shall be the basis of the authority of government; this will shall be expressed in periodic and genuine elections which shall be by universal and equal suffrage and shall be held by secret vote or by equivalent free voting procedures.

ماده ۲۱

۱. هر شخصی حق دارد که در اداره امور عمومی کشور خود، مستقیماً یا به وساطت نمایندگان که آزادانه انتخاب شده باشند، شرکت جوید.
۲. هر شخصی حق دارد با شرایط برابر به مشاغل عمومی کشور خود دست یابد.
۳. اراده‌ی مردم، اساس قدرت حکومت است: این اراده باید در انتخاباتی سالم ابراز شود که به طور ادواری صورت می‌پذیرد. انتخابات باید عمومی، با رعایت مساوات و بارایی شخصی یا به طریقه‌ای مشابه برگزار شود که آزادی رأی را تأمین کند.

Article 22: Right to Social Security

Everyone, as a member of society, has the right to social security and is entitled to realization, through national effort and international co-operation and in accordance with the organization and resources of each State, of the economic, social and cultural rights indispensable for his dignity and the free development of his personality.

ماده ۲۲

- هر شخصی به عنوان عضو جامعه حق امنیت اجتماعی دارد و مجاز است به یاری مساعی ملی و بهکاری بین المللی، حقوق اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی ضروری برای حفظ حیثیت و کرامت و رشد آزادانه‌ی شخصیت خود را، با توجه به تسهیلات و منابع هر کشور، به دست آورد.

Article 23: Right to Desirable Work and to Join Trade Unions

1. Everyone has the right to work, to free choice of employment, to just and favorable conditions of work and to protection against unemployment.
2. Everyone, without any discrimination, has the right to equal pay for equal work.
3. Everyone who works has the right to just and favorable remuneration ensuring for himself and his family an existence worthy of human dignity, and supplemented, if necessary, by other means of social protection.
4. Everyone has the right to form and to join trade unions for the protection of his interests.

ماده ۲۳

۱. هر شخصی حق دارد کار کند، کار خود را آزادانه برگزیند، شرایط منصفانه و رضایت بخشی برای کار خواستار باشد و در برابر بی کاری حمایت شود.
۲. همه حق دارند که بی تبعیضی، در مقابل کار مساوی، مزد مساوی بگیرند.
۳. هر کسی که کار می کند حق دارد مزد منصفانه و رضایت بخشی دریافت دارد که زندگی او و خانواده اش را موافق حیثیت و کرامت انسانی تأمین کند و در صورت لزوم باید که وسایل حمایت اجتماعی کامل شود.
۴. هر شخصی حق دارد که برای دفاع از منافع خود با دیگران اتحادیه تشکیل دهد و یا به اتحادیه های موجود بپیوندد.

Article 24: Right to Rest and Leisure

Everyone has the right to rest and leisure, including reasonable limitation of working hours and periodic holidays with pay.

ماده ۲۴

هر شخصی حق استراحت، فراغت و تفریح دارد و به ویژه باید از محدودیت معقول ساعات کار و مرخصی ها و تعطیلات ادواری با دریافت حقوق بهره مند شود.

Article 25: Right to Adequate Living Standard

1. Everyone has the right to a standard of living adequate for the health and well-being of himself and of his family, including food, clothing, housing and medical care and necessary social services, and the right to security in the event of unemployment, sickness, disability, widowhood, old age or other lack of livelihood in circumstances beyond his control.
2. Motherhood and childhood are entitled to special care and assistance. All children, whether born in or out of wedlock, shall enjoy the same social protection.

ماده ۲۵

۱. هر شخصی حق دارد که از سطح زندگی مناسب برای تأمین سلامتی و رفاه خود و خانواده اش، به ویژه از حیث خوراک، پوشاک، مسکن، مراقبت های پزشکی و خدمات اجتماعی ضروری برخوردار شود؛ همچنین حق دارد که در مواقع بی کاری، بیماری، نقض عضو، یوگی، سیری یا در تمام موارد دیگری که به عللی مستقل از اراده می خویش وسایل امر معاش را از دست داده باشد، از تأمین اجتماعی بهره مند گردد.
۲. مادران و کودکان حق دارند که از نگاه و مراقبت ویژه برخوردار شوند. همه ی کودکان، اعم از آن که در پی ازدواج یا بی ازدواج زاده شده باشند، حق دارند که از حمایت اجتماعی یکسان بهره مند گردند.

Article 26: Right to Education

1. Everyone has the right to education. Education shall be free, at least in the elementary and fundamental stages. Elementary education shall be compulsory. Technical and professional education shall be made generally available and higher education shall be equally accessible to all on the basis of merit.
2. Education shall be directed to the full development of the human personality and to the strengthening of respect for human rights and fundamental freedoms. It shall promote understanding, tolerance and friendship among all nations, racial or religious groups, and shall further the activities of the United Nations for the maintenance of peace.
3. Parents have a prior right to choose the kind of education that shall be given to their children.

ماده ۲۶

۱. هر شخصی حق دارد که از آموزش و پرورش بهره مند شود. آموزش و پرورش، و دست کم آموزش ابتدایی و پایه باید رایگان باشد. آموزش ابتدایی اجباری است. آموزش فنی و حرفه ای باید همگانی شود و دست یابی به آموزش عالی باید تاساوی کامل برای همه امکان پذیر باشد تا هر کس بتواند بنا به استعداد خود از آن بهره مند گردد.
۲. هدف آموزش و پرورش باید شکوفایی همه جانبه ی شخصیت انسان و تقویت رعایت حقوق بشر و آزادی های اساسی باشد. آموزش و پرورش باید به گسترش حس تقابلی، درک پذیری و دوستی میان تمام ملت ها و تمام گروه های نژادی یادینی و نیز به گسترش فعالیت های ملل متحد در راه حفظ صلح یاری رساند.
۳. پدر و مادر در انتخاب نوع آموزش و پرورش برای فرزندان خود، بر دیگران حق تقدم دارند.

Article 27: Right to Participate in the Cultural Life of Community

1. Everyone has the right freely to participate in the cultural life of the community, to enjoy the arts and to share in scientific advancement and its benefits.
2. Everyone has the right to the protection of the moral and material interests resulting from any scientific, literary or artistic production of which he is the author.

ماده ۲۷

۱. هر شخصی حق دارد آزادانه در زندگی فرهنگی اجتماع سهیم و شریک گردد و از هنر با بهره ویژه انبیا مشرفیت علمی و فواید آن بهره مند شود.
۲. هر کس حق دارد از حمایت منافع معنوی و مادی آثار علمی، ادبی یا هنری خود برخوردار گردد.

Article 28: Right to a Social Order that Articulates this Document

Everyone is entitled to a social and international order in which the rights and freedoms set forth in this Declaration can be fully realized.

ماده ۲۸

هر شخصی حق دارد خواستار برقراری نظم در عرصه‌ی اجتماعی و بین‌المللی باشد که حقوق و آزادی‌های ذکر شده در این اعلامیه را به تمامی تأمین و عملی سازد.

Article 29: Right to fulfill Community Duties Essential to Free and Full Development

1. Everyone has duties to the community in which alone the free and full development of his personality is possible.
2. In the exercise of his rights and freedoms, everyone shall be subject only to such limitations as are determined by law solely for the purpose of securing due recognition and respect for the rights and freedoms of others and of meeting the just requirements of morality, public order and the general welfare in a democratic society.
3. These rights and freedoms may in no case be exercised contrary to the purposes and principles of the United Nations.

ماده ۲۹

۱. هر فردی فقط در برابر آن جامعه‌ای وظایفی بر عهده دارد که رشد آزادانه و همه‌جانبه‌ی او را ممکن می‌سازد.

۲. هر کس در اعمال حقوق و بهره‌گیری از آزادی‌های خود فقط تابع محدودیت‌هایی قانونی است که صرفاً برای شناسایی و مراعات حقوق و آزادی‌های دیگران و برای رعایت

مقتضیات عدالت‌مندی اخلاقی و نظم عمومی و رفاه همگانی در جامعه‌ای دموکراتیک وضع شده‌اند.

۳. این حقوق و آزادی‌ها در هیچ موردی نباید برخلاف هدف‌ها و اصول ملل متحد اعمال شوند.

Article 30: Freedom from State or Personal Interference in the above Rights

Nothing in this Declaration may be interpreted as implying for any State, group or person any right to engage in any activity or to perform any act aimed at the destruction of any of the rights and freedoms set forth herein.

ماده ۳۰

هیچ یک از مقررات اعلامیه‌ی حاضر نباید چنان تفسیر شود که برای هیچ دولت، جمعیت یا فردی متضمن حقی باشد که به موجب آن برای از بین بردن حقوق و آزادی‌های مندرج در

این اعلامیه فعالیتی انجام دهد یا به عملی دست بزند.