

شہلا زریلگی

زنان، دشتان وجنون ماہانہ

پژوہشی اسطوره شناختی و تاریخی
در بارہی قاعدگی و نشانگان پیش از آن



تسرخ

فصل اول: ۱-۲۵

فصل دوم: ۲۶-۳۷

فصل سوم: ۳۸-۴۹

فصل چہم: ۵۰-۶۱

فصل ششم: ۶۲-۷۳

فصل ہفتم: ۷۴-۸۵

فصل ہشتم: ۸۶-۹۷

فصل نہم: ۹۸-۱۰۹

فصل دہم: ۱۱۰-۱۲۱

فصل ہفتم: ۱۲۲-۱۳۳

فصل نہم: ۱۳۴-۱۴۵

فصل دہم: ۱۴۶-۱۵۷

فصل ہفتم: ۱۵۸-۱۶۹

فصل نہم: ۱۷۰-۱۸۱

فصل دہم: ۱۸۲-۱۹۳

فصل ہفتم: ۱۹۴-۲۰۵

فصل نہم: ۲۰۶-۲۱۷

فصل دہم: ۲۱۸-۲۲۹

فصل ہفتم: ۲۳۰-۲۴۱

فصل نہم: ۲۴۲-۲۵۳

فصل دہم: ۲۵۴-۲۶۵

فصل ہفتم: ۲۶۶-۲۷۷

فصل نہم: ۲۷۸-۲۸۹

فصل دہم: ۲۹۰-۳۰۱

فصل ہفتم: ۳۰۲-۳۱۳

فصل نہم: ۳۱۴-۳۲۵

فصل دہم: ۳۲۶-۳۳۷

فصل ہفتم: ۳۳۸-۳۴۹

فصل نہم: ۳۵۰-۳۶۱

فصل دہم: ۳۶۲-۳۷۳

فصل ہفتم: ۳۷۴-۳۸۵

فصل نہم: ۳۸۶-۳۹۷

فصل دہم: ۳۹۸-۴۰۹

فصل ہفتم: ۴۱۰-۴۲۱

فصل نہم: ۴۲۲-۴۳۳

فصل دہم: ۴۳۴-۴۴۵

فصل ہفتم: ۴۴۶-۴۵۷

فصل نہم: ۴۵۸-۴۶۹

فصل دہم: ۴۷۰-۴۸۱

فصل ہفتم: ۴۸۲-۴۹۳

فصل نہم: ۴۹۴-۵۰۵

فصل دہم: ۵۰۶-۵۱۷

فصل ہفتم: ۵۱۸-۵۲۹

فصل نہم: ۵۳۰-۵۴۱

فصل دہم: ۵۴۲-۵۵۳

فصل ہفتم: ۵۵۴-۵۶۵

فصل نہم: ۵۶۶-۵۷۷

فصل دہم: ۵۷۸-۵۸۹

فصل ہفتم: ۵۹۰-۶۰۱

فصل نہم: ۶۰۲-۶۱۳

فصل دہم: ۶۱۴-۶۲۵

فصل ہفتم: ۶۲۶-۶۳۷

فصل نہم: ۶۳۸-۶۴۹

فصل دہم: ۶۵۰-۶۶۱

فصل ہفتم: ۶۶۲-۶۷۳

فصل نہم: ۶۷۴-۶۸۵

فصل دہم: ۶۸۶-۶۹۷

فصل ہفتم: ۶۹۸-۷۰۹

فصل نہم: ۷۱۰-۷۲۱

فصل دہم: ۷۲۲-۷۳۳

فصل ہفتم: ۷۳۴-۷۴۵

فصل نہم: ۷۴۶-۷۵۷

فصل دہم: ۷۵۸-۷۶۹

فصل ہفتم: ۷۷۰-۷۸۱

فصل نہم: ۷۸۲-۷۹۳

فصل دہم: ۷۹۴-۸۰۵

فصل ہفتم: ۸۰۶-۸۱۷

فصل نہم: ۸۱۸-۸۲۹

فصل دہم: ۸۳۰-۸۴۱

فصل ہفتم: ۸۴۲-۸۵۳

فصل نہم: ۸۵۴-۸۶۵

فصل دہم: ۸۶۶-۸۷۷

فصل ہفتم: ۸۷۸-۸۸۹

فصل نہم: ۸۹۰-۹۰۱

فصل دہم: ۹۰۲-۹۱۳

فصل ہفتم: ۹۱۴-۹۲۵

فصل نہم: ۹۲۶-۹۳۷

فصل دہم: ۹۳۸-۹۴۹

فصل ہفتم: ۹۵۰-۹۶۱

فصل نہم: ۹۶۲-۹۷۳

فصل دہم: ۹۷۴-۹۸۵

فصل ہفتم: ۹۸۶-۹۹۷

فصل نہم: ۹۹۸-۱۰۰۹

فهرست

۷	پیش‌نوشت
۱۳	فصل اول. دشتان و پیش‌دشتان
۱۵	دشتان: تعریف‌های پزشکی
۳۱	دشتان در طب سنتی ایران
۳۵	فصل دوم. دین و دشتان
۳۷	دیو دشتان
۴۹	جریان نجس
۵۷	قرآن
۷۵	فصل سوم. اسطوره و دشتان
۷۷	بوسه‌ی اهریمن
۸۳	ادب و دشتان
۹۷	ماه، مار و اسطوره‌های دیگر
۱۰۳	مار؛ مار بزرگ
۱۱۹	نمونه‌هایی از چگونگی مواجهه با دشتان در برخی جوامع باستانی
۱۲۹	ماه می‌میرد
۱۳۵	پیش‌نوشت
۱۳۹	منابع

پیش‌نوشت

نخستین بهانه‌ی نوشتن این کتاب، مقاله‌ای است که چندی پیش نوشته بودم؛ مقاله‌ای پژوهشی با عنوان «جنون ماهانه و زنان نویسنده». موضوع محوری آن، بررسی نشانگان اختلالات پیش از عادت ماهانه (پی‌ام‌اس)^۱ در زنان نویسنده بود. با توجه به زمینه‌ی کاری‌ام یعنی نقد ادبی، در آن مقاله کوشیده بودم به این سؤال پاسخ دهم که چرا در آثار داستانی زنان نویسنده، عادت ماهانه و نشانگان فراگیر پیش از آن، به عنوان یک ویژگی زیستی روزمره، در توصیفات زنانه‌ی شخصیت‌های داستانی به کار نمی‌آید؟ نتایج آماری مقاله‌ی مذکور نشان داد که اکثریت زنان نویسنده‌ی ایرانی با سندرم پی‌ام‌اس آشنایی دارند و بیش از ۹۲ درصد آنان — با درجات مختلف شدت و ضعف — با این مسئله درگیرند. بسیاری هم معتقد بودند که این نشانگان با همه‌ی نشانه‌های ناخوشایند جسمی و روحی‌اش بر نوشتن تأثیرگذار (مثبت یا منفی) است. فزونی این درصدها برایم قابل تأمل بود؛ و البته بیش از همه، جای خالی این عادت زیستی در داستان‌های زنان، باید برای این جای خالی دلیل توجیه‌کننده‌ای می‌یافتم. چرایی پرداختن به این موضوع را حتا به صورت گذرا می‌توان در الگوهای تربیت فرهنگی و سنتی ردیابی کرد. در اصل عادت ماهانه و هر چیز مربوط به آن در فرهنگ نویسندگان ایرانی جزء

مقولات ناگفتنی و فراموش شده است. گونه‌ای انکار ناخودآگاه در این «فراموش‌کاری تاریخی» دیده می‌شود. «تاریخی» واژه‌ی مؤکدی است در این جمله. در مسیر یافتن ردپای این انکار، از آموزه‌های سنتی و دینی سر در آوردم. برای پرسشی که در آن مقاله به بحث گذاشته بودم، به یک جواب ساده رسیدم. در واقع چرای من، پاسخ روشنی داشت که آن را در متون اعتقادی و حتا اسطوره‌های جهانی یافتم. راز جای خالی این ویژگی زیستی در نوشته‌ها و گفته‌ها، ریشه در فرهنگی چند هزارساله دارد. نگاه منفی نسبت به این پدیده و طبعاً نادیده گرفتن آن، وجه مشترک بسیاری از فرهنگ‌ها و سنت‌هاست. به قول نیلز لارسن^۱: سندرم پیش از عادت ماهانه به افسانه‌های عادت ماهانه گرفتار آمده است، که سرچشمه‌ی آن باور و آیین‌های مذهبی است که کهن‌تر از اهرام عظیم مصر است.

در این کتاب، این نگاه منفی مشترک را از ادیان و فرهنگ‌های مختلف بیرون کشیده و کنار هم گذاشته‌ام. فصل دوم و سوم این کتاب را به ریشه‌های تاریخی و اعتقادی این مقوله اختصاص داده‌ام تا از یک‌سو تصویر روشنی از پیشینه‌ی تاریخی این پدیده داشته باشیم و از سوی دیگر راز پنهان و مکتوم ماندن آن روشن شود.

اما بهانه‌ی دوم که باز به جرقه‌ی همان مقاله مربوط است و بازتاب‌های غافلگیرکننده‌ی داشت؛ زنان نویسنده در نامه‌ها، پیام‌های اینترنتی و تماس‌های تلفنی، از درگیری‌شان با این پدیده با من حرف می‌زدند. انگار برای اولین بار ناگفته‌ترین مسئله‌ی زیستن‌شان در یک رسانه‌ی گروهی (سایت ادبی - فلسفی والس) مطرح می‌شد و فرصت غنیمتی پیدا کرده بودند تا درباره‌ی چندوچون آن صحبت کنند. بیشترشان مشتاق بودند جنبه‌های دیگر این مقوله به طور گسترده‌تر مورد بررسی قرار گیرد. پی‌ام‌اس برای اکثر آن‌ها دیوی آشنا بود که مجبور بودند ماهی یک‌بار ملاقاتش کنند.

بهانه‌ی سوم کمبود آثاری با موضوع پی‌ام‌اس به زبان فارسی است. در فهرست همه‌ی کتاب‌های منتشرشده در سی و پنج سال اخیر (یعنی تا سال ۱۳۹۱؛ زمان نگارش

کتاب) تنها بیست و نه عنوان کتاب با موضوع مستقل قاعدگی منتشر شده که از این تعداد تنها نه کتاب به طور مشخص به نشانگان پی‌ام‌اس پرداخته‌اند. از این نه کتاب، تنها دو کتاب به لحاظ غنای محتوا و علمی بودن، می‌توانند منبعی قابل‌استناد باشند؛ کتاب اختلالات پیش از عادت ماهانه نوشته‌ی نیلز لارسن و کتاب مشکلات پیش از عادت ماهانه ترجمه و گردآوری هومن حسینی و شاهین خزعلی که براساس مهم‌ترین کتاب پی‌ام‌اس نوشته شده‌اند؛ یعنی کتاب ماهی یک‌بار نوشته‌ی کاترینا دالتون^۱. باقی کتاب‌های منتشرشده به زبان فارسی در حد جزوه‌هایی کم‌حجم به معرفی مختصر این نشانگان و راهکارهای مواجهه با آن پرداخته‌اند. و جالب این‌که همین تعداد کتاب هم معمولاً تجدید چاپ شده و به چاپ‌های چهارم و پنجم رسیده‌اند. این تجدید چاپ‌ها بخوبی نشان‌دهنده‌ی نیاز جامعه به کتاب‌هایی درباره‌ی این موضوع است. از طرفی طی مطالعاتم، به کتابی برخورددم که به زمینه‌های فرهنگی و اعتقادی قاعدگی پرداخته‌اند. غالباً کتاب‌هایی که با این موضوع نوشته شده‌اند، در محدوده‌ی تعاریف و راهکارهای پزشکی‌اند. درست به همین دلیل، رویکرد کتاب پیش روی شما، پزشکی نیست و به‌جز اشارات موجز و مختصری به تعریف علمی قاعدگی و نشانگان پیش از آن، از پرداختن به جنبه‌های پزشکی این موضوع دوری گزیده‌ام. چرا که نه احاطه‌ی کاملی به علوم پزشکی دارم و نه هدف این کتاب تعریف جنبه‌های پزشکی این فرایند زیستی زنانه است. درست است که کتاب‌های منتشرشده‌ی مرتبط با این موضوع در ایران، نسبت به کشورهای دیگر بسیار اندک است اما برای آگاهی عمومی از این نشانگان و شیوه‌های روی‌رویی با آن، رجوع به همان منابع اندک کفایت می‌کند. از طرفی، این روزها مجلات حوزه‌ی خانواده و زنان و نشریات و سایت‌های تخصصی و غیرتخصصی به تعریف و تبیین این نشانگان می‌پردازند و کمتر زن امروزی تحصیل کرده‌ای با نام آن ناآشناست.

بخش‌های اصلی این کتاب از منظر فرهنگی به قاعدگی می‌پردازد. در واقع ریشه‌ی