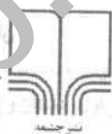


شہلا زرا لگی

زنان، دشتان و جنون ماہانہ

از و ہشی اسطوره شناختی و تاریخی
دربارہی قاعدگی و نشانگان پیش از آن



www.ketab.ir

مطالعات و پژوهش‌های علمی

www.ketab.ir

سرشناسه: زرلکی، شهلا، ۱۳۵۵
 عنوان و نام پدیدآور: زنان، دشتان و جنتون ماهانه (پژوهشی اسطوره‌شناختی) / زرلکی، پیرامون
 قاعدگی و نشانگان پیش از آن / شهلا زرلکی
 مشخصات نشر: تهران، نشر چرخ، ۱۳۹۳
 مشخصات ظاهری: ۱۲۱ ص.
 شابک: 978-600-7405-31-4
 وضعیت فهرست‌نویسی: فیبا
 موضوع: اختلالات پیش از قاعدگی
 موضوع: قاعدگی -- اختلالات
 رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۳ / ۴۹۶ / ۱۶۵ PG
 رده‌بندی دیویی: ۱۷۲ / ۶۱۸
 شماره‌ی کتاب‌شناسی ملی: ۳۶۶۵۷۲۸



cheshmehpublication



telegram.me/cheshmehpublication

www.cheshmeh.ir

رده‌بندی: علوم انسانی

زنان، دستان و جنون ماهانه
مجله‌ی اسطوره‌شناختی و تاریخی درباره‌ی قاعدگی و نشانگان پیش از آن
شهرلا زرنکی

ویراستار: مجتبی پورمحسن

آماده‌سازی: نشر چشمه

مدیر هنری: مجید عباسی

لیتر رالی: هماگرافیک

چاپ: دالاهو

تیراژ: ۱۰۰۰

چاپ اول: ۱۳۹۸، تهران

ناظر فنی چاپ: یوسف امیرکیان

حق چاپ و انتشار محفوظ و مخصوص نشر چشمه است.

هرگونه اقتباس و استفاده از این اثر، مشروط به دریافت اجازه‌ی کتبی ناشر است.

شابک: ۹۸۰-۶۰۰-۷۴۰۵-۳۱-۴

دفتر مرکزی و فروش نشر چشمه:

تهران، خیابان انقلاب، خیابان ابوورحان، خیابان وحید نظری، پلاک ۳۵

تلفن: ۶۶۴۹۲۵۲۴

کتاب‌فروشی نشر چشمه‌ی مرکزی:

تهران، خیابان کریم‌خان زند، نبش میرزای شیرازی، شماره‌ی ۱۰۷

تلفن: ۸۸۹۰۷۷۶۶

کتاب‌فروشی نشر چشمه‌ی کورش:

تهران، بزرگراه ستاری شمال، نبش خیابان پیامبر مرکزی، مجتمع تجاری کورش، طبقه‌ی پنجم، واحد ۱۰۱

تلفن: ۴۴۹۷۱۹۸۸-۹۰

کتاب‌فروشی نشر چشمه‌ی آرن:

تهران، شهرک قدس (غرب)، بلوار فرحزادی، نرسیده به اتوبان نیاش، خیابان حافظی، نبش خیابان فخر مقدم

مجتمع تجاری آرن، طبقه‌ی ۲

فهرست

۷	پیش‌نوشت
۱۳	فصل اول. دشتان و پیش‌دشتان
۱۵	دشتان: تعریف‌های پژوهشی
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
۱۱۱	نمونه‌هایی از چگونگی مواجهه با دشتان در برخی جوامع باستانی
۱۱۹	ماه می میرد
۱۳۵	پی‌نوشت
۱۳۹	منابع

پیش نوشت

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 (پری‌ام‌اس) در زنان نویسنده بود. با توجه به زمینه‌ی کاری‌ام یعنی نقد ادبی، در آن مقاله به بحث به‌بوم به این سؤال پاسخ دهم که چرا در آثار داستانی زنان نویسنده، عادت ماهانه و سندرم پراگیر 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 نویسنده ایرانی با سندرم پری‌ام‌اس آشنایی دارند و بیش از ۹۲ درصد آنان با درجات مختلف شدت رنج می‌برند. با این مسئله درگیرند. بسیاری هم معتقد بودند که این نشانگان با همه‌ی نشانه‌ی جسمی و روحی‌اش بر نوشتن تأثیرگذار (مثبت یا منفی) است. فزون‌تر از این، سدها برآیم 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 نپرداختن 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 درآوردم. 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 یافتیم. 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: «سندرم پیش از عادت ماهانه به افسانه‌های عادت ماهانه افتار آلوده 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 سوم این کتاب را به ریشه‌های تاریخی و اعتقادی این مقوله اختصاص داده‌ام تا از یک‌سو تصاویری 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 همین کتاب منتهی می‌شود، مربوط است و بازتاب‌های غافلگیرکننده‌ای داشت؛ زنان نویسنده در نامه‌ها، مجله‌ی 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 و علمی-معطرح می‌شد و فرصت غنیمتی پیدا کرده بودند تا درباره‌ی چندوچون آن صحبت کنند). خیرشان 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

این 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 قابل استناد 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 منتشر شده 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 به خوبی نشان‌دهنده‌ی نیاز جامعه به کتاب‌هایی درباره‌ی این موضوع است. از طرفی طی مطالعاتم، به کتاب‌ها برخورد کردم که به زمینه‌های فرهنگی و اعتقادی قاعدگی پرداخته‌اند. غالباً کتاب‌هایی که با این موضوع سرگشته شده‌اند، در محدوده‌ی تعاریف و راهکارهای پزشکی‌اند. درست به همین دلیل، دیگر کتاب بیش‌روی 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 منتشر شده‌ی مرتبط با این موضوع در ایران، نسبت به کشورهای دیگر بسیار اندک است اما برای آگاهی عمومی از این نشانگان و شیوه‌های روبه‌رویی با آن، رجوع به همان منابع اندک کفایت می‌کند. از طرفی این روزها مجلات حوزه‌ی خانواده و زنان و نشریات و سایت‌های تخصصی و غیر تخصصی 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

مغفول مانندن قاعدگی و اختلالات پیش از آن، باورهای کهنی است که در پس زمینه‌ی ذهن انسان امروزی وجود دارد. به همین دلیل در دو بخش مجزا به موضوع دین و اسطوره و باورهای بومی پرداخته‌ام. اما در بخش اول این کتاب ناگزیر بودم ابتدا تعریفی کلی از قاعدگی و نشانگان پیش از آن بیاورم. در واقع در پایان این کندوکاو شاید به این نتیجه برسیم که دلیل نگرش منفی غالب فرهنگ‌ها به فرایند قاعدگی، اختلالات عصبی و جسمانی پیش از این دوره و آغاز آن بوده است. زن عصبی، افسرده، خسته، منقلب و آشفته تأثیر خوبی بر جهان پیرامون خود نمی‌گذارد. شاید بتوان در پایان به این نتیجه رسید که ریشه‌ی نگرش منفی به قاعدگی، همین ویژگی‌های ناخوشایند ماهها بوده است.

بهانه‌ی مردم ایران از قاعدگی، از سی سالگی هر ماه با تعدادی از نشانه‌های روحی و جسمی بی‌امان درگیر بوده‌ام. به همین دلیل همواره این نشانگان را زودتر از دیگران در همجنسانم شناسایی کرده‌ام. در پنج سال اخیر، این نشانگان و مسائل پیرامون آن را در منابع بسیاری جستجو کردم. تجربه نشان داده معمولاً دغدغه‌های شخصی، انگیزه و بهانه‌ی مؤثرتر و کاراتر برای بحث و تفحص درباره‌ی یک موضوع هستند. از طرفی پی گرفتن این موضوع در کتاب‌های تاریخی و اعتقادی برایم سیروسفری لذت‌بخش بود. لذت ورق زدن کتاب‌های تاریخی و سفر کردن در دریای افسانه‌ها و اسطوره‌ها. یادم نمی‌آید کدام اندیشمند این کلام زیبا را گفته «دانش نیکوست، جستن نیکوتر است.» این جمله تمام کندوکاو و رنج لذت‌بخش مطالعات پروفسور را توصیف می‌کند. مقصود، یافتن پاسخ و نتیجه‌ای محتوم و مطلق نیست، بلکه لذت یافتن به لذت جست‌وجوست که گهر وجودی همه‌ی دانش‌ها و هنرهاست.

بهانه‌ی پنجم به فرهنگ ایران باستان و زبان پهلوی مربوط است. مفصل‌ترین مطالب درباره‌ی قاعدگی را در وندیداد اوستا یافتم و همچنین این واژه‌ی فارسی پهلوی را «دشتان»^۱. دشتان واژه‌ای است که در ایران باستان برای خونریزی ماهانه‌ی زنان به

کار می‌رفته است. به همین دلیل و برای گریز از سرگردانی میان استفاده از معادل‌هایی نظیر عادت ماهانه، قاعدگی، پریدود، حیض، رگل، خون‌روش و... در این کتاب از معادل فارسی آن یعنی دشتان استفاده کرده‌ام. نویسنده و خواننده‌ی این کتاب، در وهله‌ی اول ایرانی است و در کتاب فقهی ایرانیان باستان یعنی شایست ناشایست فصل عمده‌ای در رابطه با این موضوع نوشته شده است. فصل مبسوط و قابل توجهی که خواننده‌ی ایرانی را وادار می‌دارد تا در چیهستی باید‌ها و نباید‌های اقوام کهن ایرانی اندیشه کند. در مسیر جست‌وجو، باورهای دامنه‌دار ضد‌دشتان را ابتدا در فرهنگ ایرانی یافتیم. تمرکز بسیار این فرهنگ بر مسئله زنانه‌ای به نام دشتان کنجکاوی‌ام را برانگیخت. از این‌رو، در کار نگارش و تدوین کتاب، درباره‌ی نگرش فرهنگ‌ها به دشتان، مصمم‌تر شدم. به دلیل فارسی بودن زبان این کتاب، به دلیل پرهیز از همان تفرق و سرگردانی واژگانی که پیش از این گفتم، واژه‌ی دشتان را به جای کلمه‌ها ترجیح دادم و از این پس در این کتاب از این واژه استفاده می‌کنم. نکته‌ی مهمی است که در نقل قول‌های مستقیم، مجاز به این جایگزینی نبوده‌ام.

و بهانه‌ی آخر؛ که باید اول می‌آمد. چرا که اول در ذهن دوستم سعید طباطبایی، نویسنده و منتقد، زده شد. استدلال‌هایش مبنی بر خالی‌چنین پژوهشی در آثار ایرانی مرا به نگارش این کتاب مجاب کرد. سپاس از او که مرا به مخاطب ایده‌های خوبش بوده‌ام.