

## مطالعه انسان‌شناسی زندگی زنان و تابوی قاعدگی

### نسترن رسایی

کارشناس انسان‌شناسی دانشکده علوم اجتماعی دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران مرکزی.

نام نویسنده مسئول:

نسترن رسایی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۴/۰۹

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۶/۱۵

### چکیده

تابوی قاعدگی از دیرباز تاکنون زندگی زنان را تحت تاثیر خود قرار داده است. در بهترین حالت زنان احساس شرم از قاعدگی را در طول زندگی خود به دوش می‌کشند و در بدترین حالت به سبب این شرم مورد خشونت واقع می‌شوند تا جایی که دست به خودکشی می‌زنند. به طور کلی رعایت تابو هنگامی ضروری تلقی می‌شود که به محافظت در برابر خطر منجر شود. پیشینه این تابو میان قبایل ابتدایی و ادیان بیان می‌کند که رفتار با زنان قاعده همواره از موضعی نادرست صورت گرفته است. امروزه ثابت شده است که یک زن قاعده خطرناک نیست. قاعدگی یک پدیده طبیعی است که دچار برداشت‌های نادرست فرهنگی شده است. به عقیده انسان‌شناسان فمینیست باید میان مشخصات بیولوژیک جنس‌ها و ویژگی‌های فرهنگی، که به عنوان جنسیت مطرح است، فاصله‌گذاری شود. آنها بیشترین تاکید را بر فرآیند آموزش یا اجتماعی کردن می‌گذارند. این پژوهش با هدف ایجاد تغییر در نگرش نسبت به این تابو با جامعه آماری ۳۰ زن از دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی به گفتگو پرداخته و از آن‌ها در مورد تاثیرات تابوی قاعدگی در زندگیشان پرسیده و با خواسته‌های آن‌ها آشنا شده است. مصاحبه‌ها براساس چارچوب نظری انسان‌شناسی جنسیت و پزشکی تحلیل شده است و به نتایجی از جمله لزوم عدم قضاوت در مورد توانایی زنان تنها با توجه به ویژگی‌های جسمانی آن‌ها و همچنین تغییر برخورد جامعه نسبت به قاعدگی به عنوان یک پدیده صرفاً طبیعی فاقد هرگونه ارزش‌گذاری دست یافته است.

**واژگان کلیدی:** انسان‌شناسی؛ تابو؛ جنسیت؛ فرهنگ؛ فمینیست.

## بیان مسئله

اندیشه و رفتار ما مجموعه‌ای است عبور کرده از فیلترهای مختلف زیستی، فرهنگی و اجتماعی. هر کدام از اعضای این مجموعه دربرگیرنده‌ی آداب ویژه‌ای هستند. آداب، واژه‌ای است که مستقیم از دل فرهنگ زاده شده و تأکیدی بر حضور دائم فرهنگ در همه زمان‌ها و مکان‌های زندگی انسان دارد. طبق تعریف ادوارد تایلر: «فرهنگ مجموعه پیچیده‌ای است که شامل آداب، معتقدات، هنرها، صنایع، فنون، اخلاق، قوانین، سنن و بالاخره تمام عادات و رفتار و ضوابطی است که فرد به عنوان عضو جامعه از جامعه خود فرا می‌گیرد» (روح‌الامینی، ۱۳۹۴: ۱۷). قواعدی که بعضاً بر مبنای برداشت اغراق‌آمیزی از طبیعت استوار شده و قدرت گرفتند. شاخه‌ای از این قواعد تحت عنوان تابوها<sup>۱</sup> معرفی شدند. از دیدگاه انسان‌شناسان ویژگی مشترکی که نسبت به آن در تعریف تابو اتفاق نظر وجود دارد قائل شدن یک نظام سازماندهی شده برای تابو بر اساس اشکال مختلفی از ترس است. عنصر ترس یکی از تاثیرگذارترین عناصر در شکل‌گیری قوانین زندگی اجتماعی انسان‌هاست. یکی از قدیمی‌ترین شاخص‌های اجتماعی نیازهای انسان نظام توتمیسم و تابو است (رید، ۱۳۸۷: ۸۷). بشر با تابوسازی از خود در مقابل ناشناخته‌ها محافظت می‌نمود. بسیاری از این تابوها در ابتدا به صورت نوعی حرمت‌گزاردن شناخته می‌شد و عاری از خشونت بود. قواعدی که در ابتدا تفاوت زیادی میان اعضای مختلف جامعه قائل نمی‌شد، برای نمونه قواعد پاکیزگی برای شاهان، سران و کاهنان خداگونه، زنان در دوران زایمان، دختران به هنگام بلوغ، شکارچیان و ماهیگیران طی آیینی مشابه اجرا می‌شد (فریزر، ۱۳۸۷: ۲۵۶). رفته‌رفته با شکل‌گیری قبایل و گسترش مردسالاری گروه‌ها شکل سلسله مراتبی به خود گرفتند و اعضای گروه دارای جایگاه ارزشی شدند. زنان از جمله اعضای بودند که در سلسله مراتب جایگاه خردی داشتند. خشونت بر سر موضوع قدرت افزایش یافت و تابوهای جنسیتی بیشتر از گذشته مطرح شد. ویژگی‌های بیولوژیکی با برداشت‌های نادرست فرهنگی مبنای ارزش‌گذاری قرار گرفتند و مردان به عنوان تنها دارنده سلطه قاطع در تمام موارد شناخته شدند و زنان به سبب فرزندآوری و شرایط بیولوژیک به موقعیتی وابسته و محدود تنزل پیدا کردند (رید، ۱۳۸۷: ۸۸). موقعیتی که در زمان کوتاهی برای زنان تثبیت شد. تبعیض‌های جنسیتی در قالب تابوها آغاز گردید. زنان به یکی از موضوعات اصلی در مبادلات تبدیل شدند. عبارتی تحت عنوان «وسيله تامين پيوند» میان قبایل و گروه‌ها به زنان تعلق داشت. موقعیتی که با یکجانشینی انسان تشدید شد. به عقیده مردم‌شناسان نابرابری‌های جنسیتی به ترتیب در جوامع شکارچی و خوشه‌چینی کمتر از جوامع کشاورز روستا نشین مطرح بود (آبوت و والاس، ۱۳۹۸: ۷۲). با گذشت زمان و عبور انسان از اعصار مختلف و رسیدن او به عصر حاضر، یعنی عصر اطلاعات و پیشرفت‌های ساعتی در زمینه تکنولوژی، انسان با پدیده‌های شگفت‌انگیز زیادی مواجه شد و توانست با دانشی که در طول زمان کسب کرده پدیده‌های ناشناخته را به درستی تفسیر و توجیه نماید و جایگاه مناسبی برای آن‌ها در زندگی برگزیند. به همین ترتیب تابوهای زیادی دچار تغییر ماهیت شده و امروزه به صورت امری عادی در زندگی انسان‌ها جریان دارد.

«تابو فقط تنفیذ خاص یک قاعده کلی است. به عبارت دیگر، رعایت آن در مواردی که به کارگیری‌اش حیاتی و اضطراری به نظر می‌رسد اهمیت خاصی دارد، اما غیر از چنین مواردی ممنوعیت، هر چند با سخت‌گیری کمتری، به عنوان یکی از اصول زندگی همچنان رعایت می‌شود» (فریزر، ۱۳۸۷: ۲۵۸).

برخی از تابوها دارای چنان قدرتی هستند که حتی در عصر حاضر که نظریاتی مانند مدرنیسم و پست‌مدرنیسم بر زندگی انسان امروزی سایه افکنده و به نفی گسترده تابوها پرداخته است، این تابوها توانسته‌اند با همان قدرت ابتدایی به زیست خود در جوامع انسانی ادامه دهند. یکی از این تابوهای قدرتمند قاعدگی<sup>۲</sup> است.

«یک سیاه استرالیایی وقتی فهمید که زنش در دوران قاعدگی روی پتوی او نشسته بود زنش را کشت و در عرض دو هفته خود نیز از ترس مرد. از این رو زنان استرالیایی در این دوران حق ندارند به انشیایی که مردان به کار می‌برند دست بزنند یا حتی از راهی بگذرند که مردی از آن عبور می‌کند وگرنه کشته می‌شوند» (فریزر، ۱۳۸۷: ۲۵۱).

شرحی از تابوی قاعدگی که آشکار می‌نماید این تابو از همان ابتدا و در اکثر سرزمین‌ها و قبایل در زندگی دختران و زنان و حتی گاهی مردان، مایه وحشت بوده است. و در بسیاری موارد خشونت آشکاری بر آن‌ها اعمال کرده است. اما محوریت اصلی این

<sup>1</sup> Taboos

<sup>2</sup> Menstruation

نوشتار انسان عصر حاضر است. انسان امروزی که آگاهانه یا ناآگاهانه، خواسته یا ناخواسته همچنان قاعدگی را به عنوان یک تابو می‌شناسد. دختران و زنانی که احساس شرم را از اولین روزهای قاعدگی تا پایان این دوران در طول عمر خود به دوش می‌کشند و به تمامی محرومیت‌های اجباری این تابو تن می‌دهند. دانستن اینکه، تابوهایی که زنان بر بدن خودشان اعمال می‌کنند توسط خودشان برای صیانت بنا نهاده شده است یا مردان بر آن‌ها تحمیل نمودند نقش مهمی در ایجاد تغییر در این مسیر ایفا می‌کند. اصلا زنان و دختران تا چه میزان نسبت به بدن خود آشنایی و شناخت دارند. البته باید اذعان داشت تغییراتی هم صورت گرفته که عمدتاً در کشورهای توسعه یافته و صنعتی رخ داده است. تغییراتی که نه یک مرتبه بلکه به مرور و در نتیجه شناخت بیشتر و بهتر از قاعدگی به عنوان یک پدیده طبیعی و آموزش در مواجهه با آن در سطح گسترده اتفاق افتاد. تغییری که هنوز سیاست‌های کشورهای در حال توسعه به ضرورت آن پی نبرده‌اند و منجر به این شده است که با موضوع قاعدگی همچنان به صورت یک تابو برخورد شود.

در ایران به عنوان کشوری در حال توسعه که در قلب خاورمیانه با باورهای مذهبی قوی جای گرفته است، قاعدگی همچنان تابوست. ممنوعیت‌ها و محدودیت‌هایی که کمترین اثر آن احساس شکنندگی و موقعیت فرودستی در جامعه است. افزایش آگاهی زنان نسبت به این موضوع و درک حسی مشترک از آن، منجر به تغییر در نگرش و شیوه زندگی‌شان خواهد شد. هدف این پژوهش سنجش میزان آشنایی و آگاهی نسبت به این موضوع و تاثیراتش در زندگی زنان است. میدان پژوهش دانشجویان دختر دانشگاه آزاد در شهر تهران است. با رویکردی مردم‌شناسانه و روش‌های پژوهشی این حوزه پیش می‌رود. مسیر اصلی حرکت مبتنی بر نظریات انسان‌شناسی جنسیت و انسان‌شناسی پزشکی است. مشخص است امکان بررسی این موضوع از سایر رویکردهای علمی نیز ممکن است و البته کمک شایانی در رسیدن به نتیجه جامع در شناخت سبک زندگی متأثر از این تابو خواهد بود.

### پیشینه پژوهش

در جامعه ایران به علت حساسیت نسبت به این موضوع از جانب عامه مردم و برخی آداب و رسوم، جامعه دانشگاهی و نخبگان ضرورت یا فرصت انجام مطالعات کامل و تاثیرگذار در این مبحث را نیافتند. البته بسیار جای خرسندی است که اخیراً تحت تاثیر اهمیتی که جامعه جهانی برای این موضوع قائل شده است در ایران نیز بررسی‌های کوتاه و مقطعی صورت گرفته است. طبق فرهنگ واژگان بریتانیکا<sup>۳</sup> تابو اینطور معرفی شده است؛ در زبان مائوری<sup>۴</sup>، بر طبق یک باور، ممنوعیت عمل یا رفتاری است که برای افراد معمولی، بسیار تقدیس شده یا خطرناک و نفرین شده می‌باشد. منشاء واژه تابو پولینزی<sup>۵</sup> است و برای اولین بار توسط کاپیتان جیمز کوک<sup>۶</sup> در جریان ملاقاتش در تونگا<sup>۷</sup> در سال ۱۷۷۱ به آن اشاره شد. وی این واژه را وارد زبان انگلیسی نمود و پس از آن به طور گسترده رواج پیدا کرد. اگرچه تابوها اغلب مرتبط با فرهنگ‌های پولینزی‌های اقیانوس آرام جنوبی هستند اما آن‌ها ثابت کرده‌اند که تقریباً در تمام جوامع گذشته و حال حضور دارند. به طور کلی ممنوعیت ذاتی که در یک تابو وجود دارد شامل اندیشه‌ای است که نقض یا سرپیچی از آن برای متخلف مشکلاتی به دنبال خواهد داشت؛ مثل: عدم موفقیت در شکار یا ماهیگیری، بیماری، سقط جنین یا مرگ. در برخی موارد تبعید تنها راه دوری از این خطر است. موارد دیگر شامل قوانینی علیه ماهیگیری یا چیدن میوه در فصول مشخص و راه رفتن یا سفر کردن در نواحی مشخص است. محدودیت‌های غذایی نیز به عنوان قوانین رایج هستند. همچنین قوانینی برای مواجهه با وقایع مهم زندگی؛ مثل: زایمان، ازدواج، مرگ و مناسک گذار. در سایر موارد، خطری که توسط تابو نمایندگی می‌شود می‌تواند از طریق مناسک برطرف گردد. اغلب برای تابوها محافظت جوامع و افراد از موجودات یا موقعیت‌هایی است که هم زمان بسیار پر قدرت و به طور ذاتی خطرناک و رایج و اجتناب ناپذیر هستند. برای مثال بسیاری فرهنگ‌ها نیازمند افرادی بودند که جهت انجام شدن یک مناسک پاکسازی با جسم یک مرده در ارتباط باشند. همچنین بسیاری از فرهنگ‌ها ارتباط فیزیکی با یک زن قاعده را محدود کرده یا به حداقل رساندند، همچنان که برای یک زن حامله، زیرا او برای نیروهای تولید مثل مکان بسیار قدرتمندی است. شاید آشکارترین رفتار نسبت به این تابو عمل آیین یهود است یعنی

<sup>3</sup> Britannica

<sup>4</sup> Maori

<sup>5</sup> Polynesian

<sup>6</sup> James Cook

<sup>7</sup> Tonga

حمام در یک میکواه<sup>۹</sup> بعد از قاعدگی یا زایمان. طبق مقاله گوترمن، متها و گبیس که به بررسی تابوی قاعدگی میان ادیان رسمی پرداخته‌اند اینطور گفته شده است؛ در دین یهود به طور دقیق‌تر قانون یهودی هالاخا<sup>۱۰</sup>، قوانینی با جزئیات سختگیرانه است که بر تمام جنبه‌های زندگی روزمره یهودیان از جمله زندگی جنسی آن‌ها حکم می‌کند. قانون یهود صریحا هرگونه ارتباط فیزیکی میان مردان و زنان در روزهای قاعدگی زنان و حتی یک هفته پس از آن را ممنوع کرده است. این ممنوعیت شامل رد و بدل کردن اشیا میان آن‌ها، اشتراک رختخواب، نشستن در کنار هم روی تشک یک مبل، خوردن باقی‌مانده غذای زن، استشمام عطر زن، خیره شدن به لباس زن (حتی اگر آن لباس پوشیده نشده باشد)، یا گوش دادن به آواز زن می‌باشد. با توجه به آیین مقرر، همسر یک ارتودوکس یهودی در طول این ۲ هفته باید در میکواه غسل انجام دهد. کل این دوره یعنی از روز اول خون‌ریزی تا پایان روز هفتم، روز پاکی، که زن در حمام آیینی غسل می‌نماید، «دوره نیده»<sup>۱۱</sup> خوانده می‌شود. دلیل پشت این قوانین که تحت عنوان «خلوص خانواده» شناخته می‌شود این هست که خون قاعدگی (محدود در جداره رحم) از نظر آیینی ناپاک (نجس) تلقی می‌شود. خطر جسمی و انزجار به عنوان مکانیزمی برای قبول این قوانین در میان یهودیان قرون وسطی بود. هنگامی که یک زن قاعده بود به عنوان یک خطر جسمی و روحی برای مردان در نظر گرفته می‌شد. ناهمانیدس<sup>۱۱</sup> می‌گوید نفس زن قاعده خطرناک است و همچنین نگاه خیره او مضر است. یک زن آموزش می‌بیند که در طول ایام قاعدگی میان دو مرد راه نرود زیرا اگر این کار را در پایان دوره قاعدگی خود انجام دهد موجب نزاع میان آن دو مرد خواهد شد و اگر در روزهای آغازین قاعدگی خود میان آن دو راه برود ممکن است دلیل مرگ آن‌ها شود. این موضوع نشان می‌دهد که خطر زن قاعده تنها خون او نیست بلکه فضای اطراف وی نیز خطرناک تلقی می‌شود. به علاوه اینکه یک زن آموزش می‌بیند مراقب بریده ناخن پای خود باشد زیرا ترس از آن وجود دارد که بریده ناخن پای وی موجب انتشار عفونت برای فردی می‌شود که روی آن قدم می‌گذارد.

از طرف دیگر، دیدگاه‌های امروزی، قاعدگی و قوانین پیرامون آن را به عنوان یک برکت نگاه می‌کنند. ارتودوکس‌های مدرن بر «توجه، محبت و همراهی» میان زوجها تاکید دارند. تصور می‌شود که پیروی از این قوانین موجب خواهد شد که شوهر به همسر خویش به عنوان یک انسان برابر نگاه کند، نه صرفا یک ابزار جنسی. بررسی تابوی قاعدگی میان مسیحیان نیز نشان داده است که، تمدن غربی غالبا مسیحی، در تابوهای قاعدگی دارای تاریخچه هستند. در فرهنگ‌های غربی ابتدایی، اعتقاد بر این بود که زن قاعده خطرناک است و محدودیت‌های اجتماعی برای او در نظر گرفته می‌شد. در واقع، طبق ادعای مجله پزشکی بریتانیا در سال ۱۸۷۸، دلیل فاسد شدن گوشت بیکن یک زن قاعده بود. یکی از دلایل اصلی دور نگهداشتن زنان از موقعیت‌های قدرت، ریشه در تاریخ تابوی قاعدگی دارد. همچنین برخی فرقه‌های مسیحیت از جمله قدرت‌های کلیسای ارتودوکس اجازه نمی‌دهد زنان در دوران قاعدگی آیین ادای احترام را انجام دهند. علت اعتقاد بسیاری از کاتولیک‌ها به اینکه یک زن نباید در طول دوران قاعدگی‌اش نزدیکی داشته باشد تابوهای قاعدگی هستند. حکم قانون کاتولیک از دادن اجازه به زنان و دختران برای داشتن هرگونه نقش مقدس از جمله خدمت‌گذار محراب کلیسا بودن امتناع می‌ورزد. مسیحیان کاتولیک روس نیز به تابوهای قاعدگی اعتقاد دارند. زنان قاعده باید در طول قاعدگی به طور تنها در یک کلبه کوچک زندگی کنند. هیچ خدمتی از کلیسا دریافت نخواهند کرد و نباید هیچگونه ارتباطی با مردان داشته باشند و همچنین نباید تماسی با گوشت خام غذا داشته باشند. این پندار نسبت به زنان قاعده وجود دارد که آن‌ها نوعی توهین به ماهی در حین ماهیگیری و اخلاص در شکار ایجاد می‌کردند. این باور وجود دارد که هوای اطراف زنان قاعده برای شکارچیان جوان آلوده است. اگر یک شکارچی به زن نزدیک شود در حدی که بتواند او را لمس نماید آنگاه تمام حیوانات او را خواهند دید و شکارچی نمی‌تواند آن‌ها را شکار نماید. نگاه خیره یک زن قاعده حتی باعث تغییرات ناخوشایند هوا می‌شود.

در حالی که فرقه‌های مسیحیت غربی کمتر سخت‌گیرانه هستند، برخی آثار به جای مانده از نگرش‌هایی نسبت به زنان قاعده در آن‌ها مشاهده می‌شود.

<sup>۹</sup> استخری پر شده از آب طبیعی.<sup>۹</sup> Halakha<sup>۱۰</sup> Niddah period<sup>۱۱</sup> Nahmanides

یک دختر مسیحی از نحوه‌ی آشنایی خود با پدیده قاعدگی اینچنین می‌گوید: «من در یک خانواده آمریکایی مسیحی بزرگ شدم که تا زمان بلوغ من هیچ نشانه‌ای از مذهب و خدمات مذهبی در آن نبود. با توجه به نبود حس مذهبی، مادر من قاعدگی را یک نفرین می‌نامید، مثل بسیاری از دوستانم و مادرانشان. آنجا هیچ نشانی از اینکه قاعدگی یک عمل طبیعی است نبود و مادر من متوسل به جزوه‌ای شد که به من در مورد این فرآیند آموزش دهد. درحالی که هیچگونه فعالیتی در قالب تابو به خصوص مرتبط با نفرین یا ناپاکی شناخته نمی‌شد، دانش آموزان قاعده دبیرستانی اغلب تحت درمان بودند زیرا که تصور می‌کردند بیمارند. آن‌ها به کلاس‌های ورزشی نمی‌رفتند و غیبتشان از مدرسه در آن روزها مورد پذیرش بود».

در فرهنگ‌های مسلمان زنان قاعده ناپاک شناخته می‌شوند و مورد اجتناب مردان هستند. این قوانین برداشت شده از قرآن است که می‌گوید: «آن‌ها می‌پرسند از پیامبر در باب قاعدگی. می‌گویند این یک بیماری است بنابراین زنان را در آن روزها تنها می‌گذارند تا از بیماری پاک شوند. و هنگامی که آن‌ها (زنان) خود را پاک کردند به سمتشان بروید همانطور که خداوند به شما فرمان داده است». اسلام قاعدگی یک زن را به صورت یک ناپاکی مسری در نظر نمی‌گیرد. قانون اسلام قاعدگی را به عنوان یک ناپاکی فقط برای فعالیت‌های مذهبی می‌شناسد.

در آیین اسلام دو ممنوعیت اصلی برای زنان قاعده در نظر گرفته شده است. اول، او اجازه ندارد به هیچ مسجد یا مکان مقدس وارد شود. در واقع، در دوران قاعدگی نباید عبادت کند و نباید در ماه رمضان روزه بگیرد. همچنین نباید آیات قرآن را لمس نماید یا حتی محتویات آن را از حفظ بخواند. به علاوه اینکه، زن قاعده باید یک غسل آیینی انجام دهد تا پاک خوانده شود. پس از این غسل وی می‌تواند عبادت نماید، روزه بگیرد و اجازه دارد وارد مسجد شود.

شباهت‌های موجود میان مذاهب اصلی با توجه به عقایدشان در مورد قاعدگی قابل توجه است. مسیحیت و اسلام متأثر از یهودیت هستند. در واقع بسیاری از مذاهب ابتدایی بر مذاهب متاخر و معاصر تأثیرگذار بودند. با این وجود شگفت‌آور است که این تابوهای مشابه در بین مذاهب و فرهنگ‌ها وجود دارد. بعضی در ممنوعیت‌ها و محرومیت‌ها از خدمات مذهبی و پرهیز از روابط جنسی بسیار جدی هستند. مفهوم «کلبه قاعدگی» می‌تواند در بسیاری از مذاهب قبیله‌ای مشاهده شود. بسیاری از مذاهب به اصطلاح مدرن هنوز ورود زنان قاعده را به معابد برای عبادت ممنوع می‌کنند. زنان قاعده در این دوران به علت موقعیت ناپاکشان ممکن است احساس جدا بودن از سایرین داشته باشند. در طول این مدت، بسیاری از آن‌ها می‌خواهند به مذاهب خود برگردند. اما نداشتن اجازه ورود به معابد باعث می‌شود زنان بیشتر احساس تنهایی و جدا بودن نمایند. دومین موضوع مرتبط میان مذاهب تفکر ناپاکی است. هر کدام از مذاهب اصلی زنان قاعده را ناپاک (نجس) می‌بینند، با وجود اینکه در حقیقت هیچ نجاستی ذاتا در مورد این فرآیند وجود ندارد. بعضی مذاهب نجاست را قاطعانه از روح می‌دانند و برخی دیگر از آسیب فیزیکی و جراحت هراس دارند.

تاریخچه تابوی قاعدگی فقط به حضورش میان ادیان خلاصه نمی‌گردد هر چند که عامل مذهب از سالیان دور تا امروز بسیار تأثیرگذار بوده است. این تابو در زندگی‌های ابتدایی و قبیله‌ای نیز وجود داشته است. در آن دوران رفتار با زنان قاعده آداب ویژه‌ای داشت. فریزر در کتاب شاخه زرین اشاره بر برخی رسوم دارد که میان قبایل بومی آمریکای شمالی نسبت به نخستین قاعدگی دختران وجود داشت این رسوم شامل: ظرف غذا یا آب این دختران بود که نباید توسط هیچ فرد دیگری مورد استفاده قرار می‌گرفت. همچنین آن‌ها در صورت داشتن احساس خارش در هر قسمتی از بدن خود نباید مستقیماً با دست‌هایشان عمل خاراندن را انجام می‌دادند و باید از ابزاری به عنوان واسطه میان بدن خود و دست‌ها استفاده می‌کردند. مفهوم این رسم این بود که فردی که به عنوان «تابو شده» شناخته می‌شود نباید خود را با دست لمس کند، برای این عمل دو دلیل وجود داشته، قداست یا نجاست (فریزر، ۱۳۸۷: ۲۵۲). جوامع ابتدایی با هدف حفاظت از خویش در مقابل ناشناخته‌ها، به این رسوم پایبند بودند، به عبارتی قداست یا نجاست از اهمیت یکسانی برخوردار بود.

## مبانی نظری

در این پژوهش انسان‌شناسی پزشکی<sup>۱۲</sup> با نگاه بر نظریات پدیدارشناسی بدن مطرح است. بنا بر نظر پدیدارشناسان پدیده‌های فیزیکی یا طبیعی برخلاف پدیده‌های اجتماعی فاقد هرگونه معنای درونی یا ذاتی هستند. این بدان معناست که عالم پدیده‌های فیزیکی و طبیعی این امکان را دارد که پدیده‌های طبیعی را آزادانه مشاهده و توضیحی کاملاً مستقل برای آنها ارائه کند. علت تمایز در پدیده‌های اجتماعی، معنایی است که براساس ساختار و موقعیت‌های متفاوت در افراد ایجاد می‌شود. در واقع هنگام مطالعه پدیده‌های اجتماعی باید به ساخت آنها توجه شود. در حالی که در عالم طبیعی برای تحلیل پدیده‌ها لزومی به شناخت ساخت نیست، چرا که در پدیده‌های طبیعی هیچ معنی و نیت نهفته‌ای وجود ندارد (ادیبی و انصاری، ۱۳۹۳: ۲۸۲). به اعتقاد هوسرل: «آدم‌ها عموماً به شیوه‌ای بسیار سامان یافته با جهان برخورد می‌کنند» (ریترز، ۱۳۹۳: ۳۲۶).

طبق دیدگاه پدیدارشناسی، بدن دارای نقش محوری است. اینکه مردم در طول زندگی خود چگونه بدن‌هایشان را تجربه می‌کنند و چگونه این تجربه‌ها را بیان می‌نمایند از اهمیت فراوانی برخوردار است. بدن زیسته مفهوم اصلی در این رویکرد است. به این معنا که بودن در جهان و آگاهی انسان تا حد زیادی توسط بدن معین می‌شود. انسان نوعی عامل اجتماعی جسم‌مند است (موسوی، ۱۳۹۸: ۲۳). در شناخت بدن از دیدگاه پدیدارشناسی آشنایی با دو مفهوم **کورپر**<sup>۱۳</sup> و **لایپ**<sup>۱۴</sup> ضرورت دارد. کورپر به بدن فیزیکی فرد اطلاق می‌گردد در واقع به موجودی که با چشم دیده و با دست لمس می‌شود. و اما لایپ تجربه فرد از آن بدن فیزیکی است. تجربه خاص هر فرد. بر طبق نظر هایدگر: «حسی که از تمام چیزها داریم، از جمله بدن خودمان، فقط بر مبنای یک جهان پیش‌داده میسر شده است که تاکنون مستقراً درگیر آن بوده‌ایم. این بازتاب دهنده طبقه اجتماعی، نژاد، جنسیت، ملیت، دوران تاریخی، موقعیت جغرافیایی ما و عوامل بی‌شمار دیگری است» (آهو و آهو، ۱۳۹۸: ۲۶). به نوعی تجربه و شناختی که هر فرد در طول زندگی‌اش از بدن خود کسب می‌کند نه فقط تحت تاثیر تجربه زیسته خودش که این تجربه زیسته، خود تحت تاثیر بستر تولد، تربیت و حیات است. بهتر است گفته شود تجربه زیسته هر فرد یا به عبارتی بدن زیسته هر فرد با ساختار جامعه، تاریخ و فرهنگ درهم تنیده است. همچنین نحوه‌ی تفسیر هر فرد از دردهای بدنش نیز با توجه به شرایط اجتماعی و تاریخی افراد متفاوت است. برای نمونه احساس درد در بدن یک هندو به شکل عواقب خودبه‌خود کارمای بد تفسیر می‌شود، یعنی نتایج گریزناپذیر اعمال و افکار ناشایست قبلی خودش. برای یک دهقان در هائیتی احساس درد به نفرین‌های جادوگر محلی نسبت داده می‌شود. یک فرد دینی درد را مجازات الهی می‌داند. و یک فرد غیر دینی درد را به سرنوشت فاقد شعور نسبت می‌دهد. اگر واژه‌های تعریف‌کننده‌ی درد تغییر کنند تجربه درد نیز دچار تغییر می‌شود به نوعی، درد براساس شیوه‌هایی که تجسم می‌یابد تغییر می‌کند. زیرا درد تنها یک احساس نیست، درد نوعی نمایش رنج به واسطه‌ی فرهنگ است. باید درد عمیق را با شیوه نگرش در ارتباط دانست که زاینده‌ی فرهنگ است. احتمالاً بیشترین چیزی که انسان را به بدنش آگاه می‌کند احساس درد است. بدن انسان مانند مجموعه از ابزارها در نظر گرفته می‌شود.

در طول تاریخ شناخت زنان از بدن خودشان در مقایسه با مردان، کاری دشوارتر و یا حتی غیرضروری تلقی می‌شده است در آغاز زنان بدن خود را به واسطه مردان می‌شناختند. به همین سبب بیماری‌ها و ناخوشی‌های بدن خود را نیز با معیارهای جهان مردانه تفسیر می‌کردند. برای فلاسفه، حقوقدانان، پزشک‌ها و روحانیان که به طور غالب از جامعه مردان بودند بدن زن همواره هدف بدگمانی قرار می‌گرفته است. به ویژه اندامی همچون رحم که همیشه مورد بحث بوده است. رحم هم به عنوان درگاه زندگی و هم به عنوان تهدیدی برای مردان از طریق خون قاعدگی به نوعی درگاه مرگ شناخته می‌شده است. به عبارتی این عضو از بدن زنان همواره موجب ترکیبی از شیفتگی و وحشت در مردان شده است. طبق ادعای مراجع مردانه سرمنشاء رنج زنان چیزی جز جوهر جسمانی آنان نیست. رفتار کلیسا در مقابل پزشکانی که تلاش برای عادی سازی رفتارها و دردهای زنانه داشتند، همواره محکوم کردن و حتی مجرم شناختن آنها بود. «بی‌ایمانی به سحر و جادو بزرگ‌ترین ارتدادها است». یکی از متهمان کلیسا دکتر ادوارد جردن، اینطور پاسخ می‌دهد: «نشانه‌ی دیگر یک قدرت فوق طبیعی که آنها ارائه می‌دهند عود منظم و سر وقت حملات است، که روز و ساعت دقیق آن‌ها را نگه می‌دارند. و این چیزی است که ما دوره‌ها می‌نامیم. دیگر استدلال آنها حمله در حین

<sup>12</sup> Medical Anthropology

<sup>13</sup> Korper

<sup>14</sup>Leib

خوردن یا آشامیدن است، انگار که شیطان قصد دارد بدین وسیله آن‌ها را خفه کند، این نشانه در مورد واکنش‌های رحمی نیز معمول است» (آهو و آهو، ۱۳۹۸: ۹۰-۹۲).

دکتر انگلن، ریاست انجمن متخصصان زنان آمریکا می‌گوید: «زنان بسیاری هستند که با امواج سهمگین بلوغ خرد شدند و برای همیشه از پای درآمدند. اگر آنها بی‌آنکه آسیب ببینند از اینها عبور کنند و در اثر کوبانده شدن به صخره‌ی زایمان خرد نشده باشند، پیش از اینکه امنیت را در آب‌های آرام بندری به دور از دسترس طوفان‌های جنسی بیابند، شاید بر جزایر مکرر قاعدگی به گل بنشینند و سرانجام بر مانع نهایی یائسگی».

انسان‌شناسی جنسیت<sup>۱۵</sup> بر ستون‌های انسان‌شناسی فمینیستی استوار شده است. انسان‌شناسی فمینیستی یکی از شاخه‌های انسان‌شناسی فرهنگی است که از دهه ۷۰ قرن بیستم برجستگی زیادی یافته و ادبیات گسترده‌ای را به خود اختصاص داده است (فکوهی، ۱۳۹۷: ۲۳۰). با تولد علم مردم‌شناسی و پژوهش‌های آن، زنان انسان‌شناس همراه مردان وارد عرصه‌های تحقیقاتی شدند. نسل نخست انسان‌شناسان فمینیست، زنانی بودند متأثر از فمینیسم قرن نوزدهم؛ جنبشی که پس از انقلاب صنعتی همزمان با ورود گسترده زنان به عرصه‌های اقتصادی با هدف دفاع از برابری حقوق زنان با مردان آغاز شد. نسل دوم انسان‌شناسان فمینیست معروف‌ترین آن‌ها هستند. اصلی‌ترین خصوصیت باورهای این گروه این بود که باید میان مشخصات بیولوژیک جنس‌ها و خصوصیات فرهنگی، که تحت عنوان جنسیت مطرح است، فاصله‌گذاری کرد. به باور این گروه، «زنانگی» نه یک موقعیت بیولوژیک، بلکه پیش از آن یک موقعیت اجتماعی - فرهنگی است.

انسان‌شناسی فمینیستی به این ترتیب بیشترین تاکید را بر فرآیند آموزش یا اجتماعی کردن می‌گذاشت، زیرا به دلیل محتوای فرهنگی انتقال یافته در این فرآیند است که جنسیت فرهنگی بر جنسیت بیولوژیک انطباق می‌یابد. نسل بعد انسان‌شناسان فمینیستی از دهه ۸۰ قرن بیستم آغاز شده و تا امروز ادامه دارد (فکوهی، ۱۳۹۷: ۲۳۲).

## یافته‌ها و بحث

مسیر اصلی حرکت این پژوهش بر اساس مصاحبه با دختران و زنان دانشجوی است. جامعه آماری این پژوهش در جدول یک شرح داده شده است.

مجموع مصاحبه شوندهگان	سن ۲۰ تا ۳۰ سال	سن ۳۰ تا ۴۰ سال	شاغل بیرون از منزل	شاغل در منزل
۳۰ نفر	۲۰ نفر	۱۰ نفر	۱۰ نفر	۲۰ نفر

## جدول یک

مصاحبه با پرسشی از میزان تمایل و راحتی دانشجویان در مورد موضوع مصاحبه آغاز شد که □ □ درصد افراد اگر مصاحبه کننده یک آقا بود حاضر به انجام مصاحبه نمی‌شدند و علت این عدم راحتی را احساس شرم و خجالت می‌دانستند. ۶۷ درصد جنسیت مصاحبه کننده برایشان تفاوتی نداشت. پرسش بعدی در مورد نحوه آشنایی با پدیده قاعدگی و اولین تجربه دختران بود. تمرکز این پرسش بر این موضوع بود که چه درصدی از دختران و زنان آموزش‌های علمی و به دور از کلیشه‌های جنسیتی و تابویی دریافت کردند و به چه درصدی از آن‌ها آموزه‌های صرفاً اسطوره‌ای، اعتقادی و تابویی داده شده است. ۵۰ درصد آموزش علمی دریافت کرده بودند و ۵۰ درصد صرفاً به صورت اسطوره‌ای، اعتقادی و تابویی با این پدیده آشنا شده‌اند. نکته جالب در پاسخ‌های این پرسش دریافت چند پاسخ مشابه یا در واقع چند خاطره مشابه بود. خاطره‌ای مربوط به سیلی خوردن دختران از مادران یا خانم‌های بزرگ فامیل هنگامی که اولین قاعدگی برای دختران اتفاق افتاده بود. علت این سیلی اعتقاد بر این بوده است که از دست دادن خون سبب رنگ پریدگی صورت دختر می‌شود و برای اینکه این حالت در صورت وی نمایش داده نشود به او سیلی می‌زنند تا صورتش سرخ شود و دیگران به خصوص مردان متوجه وضعیت وی نشوند. این سیلی برای همه دختران با گریه همراه بوده است و این پرسش را در ذهنشان ایجاد کرده که به چه گناهی سیلی خورده‌اند؟

<sup>15</sup> Anthropology of Gender

این فرآیند کنترل و مراقبت نقش مهمی در ایجاد انفعال و فرمان برداری دختران ایفا می‌کند که منجر به ارتباط بیگانه‌وار دختر نوجوان با بدنش خواهد شد. دیورا لوتین: «تصویری که هر فرد از بدن خود دارد بر نحوه درک و تجربه احساسات جسمانی‌اش تاثیر می‌گذارد» (موسوی، ۱۳۹۸: ۴۴). آموزه‌هایی که دختران دریافت می‌کنند در جهت آشنا کردن آن‌ها با بدنشان به عنوان یک پدیده مستقل و مرز ارتباط با جهان بیرون نیست. مرلو پونتی: «یک بدن بودن به معنای گره خوردن به یک جهان است». اسطوره‌های مربوط به جنسیت زنانه همچنان بخشی از آموزشی است که دختران دریافت می‌کنند در حالی که امروزه افسانه بودن آن‌ها به اثبات رسیده است.

در حالی که آمار نشان می‌دهد همچنان دختران و زنان بسیاری هستند که به دلیل قاعدگی مورد خشونت و تبعیض واقع می‌شوند اما متأسفانه این اخبار مورد توجه رسانه‌های مورد استقبال مردم واقع نمی‌شود و حتی گاهی خود زنان وجود این اخبار را انکار می‌کنند.

یکی از دختران به اینکه چرا در طول قاعدگی اجازه حضور در بسیاری از مکان‌ها و انجام بسیاری فعالیت‌ها را ندارد اعتراض داشت و اینگونه می‌گفت که در گذشته به علت کمبود امکانات بهداشتی این محدودیت‌ها برای جلوگیری از بیماری منطقی به نظر می‌آمده است اما امروزه که امکانات بهداشتی به طور کامل این پدیده را پوشش می‌دهد و هیچ خطر بهداشتی و سلامتی وجود ندارد چرا دختران همچنان باید در طول قاعدگی احساس محرومیت و انزوا داشته باشند؟

دختر دیگری این موضوع را مطرح کرد که باید در دلیل دوری از زنان قاعده به علت نجاست تجدید نظر کنیم. به عقیده وی دلیل این دوری باید اول به خواست خود دختر قاعده و احترام به او در جهت تامین آسایش وی باشد و نگاهی از روی نجاست و آلودگی غلط، تحقیر آمیز و آزار دهنده است.

در پاسخ به پرسش داشتن احساس شرم از قاعدگی ۹۰ درصد پاسخ مثبت دادند در حالی که توضیح مشخصی برای علت این شرم نداشتند و تنها به آموزه‌هایی که دریافت کرده بودند اشاره می‌کردند در واقع یاد گرفته بودند که باید احساس شرم داشته باشند. به اعتقاد گیدنز زنان بر اساس ویژگی‌های جسمانی‌شان مورد قضاوت قرار می‌گیرند و این احساس شرمساری نسبت به بدن با انتظارات اجتماعی رابطه‌ای نزدیک دارد. به نوعی برداشت از بدن زن محدود به بدنی بیمار، رنجور یا بدنی صرفاً برای باروری و روابط جنسی مشروع است. همین شرم بی‌دلیل موجب شده است تا ۱۰۰ درصد مصاحبه شوندگان در مورد پدیده قاعدگی و مسائل پیرامون آن با مردان اولیه زندگی خود یعنی پدران و برادران صحبت نکرده و نمی‌کنند. ۶۷ درصد تمایل داشتند که فرزندان پسر خود را با پدیده قاعدگی آشنا نمایند و ۳۳ درصد باقی اشاره کردند به عقیده آن‌ها نیازی نیست فرزندان پسر از جانب مادران با این پدیده آشنا شوند زیرا که در دنیای امروز پسران خود با این پدیده آشنا خواهند شد. شدت این شرم و خجالت به حدی است که ۴۰ درصد از دختران در دوران تحصیل ابتدایی و راهنمایی خود در مورد قاعدگی با هم‌کلاسی‌هایشان صحبت نمی‌کردند.

خرید ملزومات بهداشتی قاعدگی یکی از محورهای اصلی مصاحبه بود. از دختران پرسیده شد خرید این محصولات برای آن‌ها به آسانی انجام می‌شود یا خیر؟ خرید از فروشگاه‌های بزرگ که گفتگوی پیرامون خرید با فروشنده صورت نمی‌گیرد یا خرید به صورت اینترنتی انتخاب اکثر دختران بود. کلیشه‌ی کیسه پلاستیکی مشکی رنگ برای همه دختران یادآور شرم ناشی از قاعدگی است که هنگام خرید محصولات بهداشتی قاعدگی همراهی‌شان می‌کند. حتی گاهی هنگام خرید بسته‌های نوار بهداشتی فروشنده آن‌ها را در روزنامه می‌پیچید. به تازگی یک برند تولید نوار بهداشتی در کشور ترکیه با نگاهی انتقادی به این موضوع پرداخته است و بسته‌بندی محصولاتش را با طراحی به شکل روزنامه که به اخبار خشونت علیه زنان اختصاص دارد، تغییر داده است. هدف از این کار جلب توجه عموم مردم به تبعیض‌ها و خشونت‌هایی است که زنان در طول زندگی‌شان تجربه می‌کنند و جامعه نسبت به آن‌ها سکوت می‌کند و به جای آن پدیده‌ی طبیعی قاعدگی را به عنوان شرم زندگی زنان می‌شناسد و در مخفی ماندن آن تلاش می‌کند.

مصاحبه‌ها با دانستن تجربه‌های تلخ و سخت دختران از قاعدگی ادامه پیدا کرد. هیچ کدام از دختران از تجربه این پدیده طبیعی با خوشحالی یا رضایت یاد نکردند. وقتی از میزان شناختشان از بدنشان و برقراری ارتباط با آن پرسیده شد پاسخی که امیدوار کننده باشد دریافت نشد. دختران بدنشان را به طور مستقل نمی‌شناختند و شناختشان وابسته به جنسیت و کلیشه‌های ناشی از فرهنگ در جامعه بود. اصلی‌ترین نگاه به بدن زن با رابطه جنسی مشروع و ایدئولوژی تشکیل خانواده پیوند خورده است.



آشنایی با تغییرات بدنی و نقش‌هایی از قبل تعیین شده که به جای شور و خلاقیت، انفعال را از دختر می‌طلبد. نقش‌هایی برخاسته از فیزیولوژی و جنسیت او و نه سایر توانایی‌های او از جمله توانایی‌های اجتماعی، اقتصادی، آموزشی و سیاسی. از جمله ویژگی‌های برجسته فرهنگ مدرن این است که شرایطی را به لحاظ پزشکی یک آسیب بداند که تا همین اواخر کاملاً طبیعی شناخته می‌شدند. از جمله کل مجموعه «شرایط زنانه» است. سندروم پیشا قاعدگی، یائسگی، ناباروری، زاد و ولد و ... (آهو و آهو، ۱۳۹۸: ۱۸).

نکته قابل تاملی که در طی مصاحبه‌ها دریافت شد موضوع تغییر نسبی رویکرد فضاهای آموزشی ابتدایی در آشنا کردن دختران با پدیده قاعدگی است یعنی دخترانی که در اواخر دهه ۷۰ و اوایل دهه ۸۰ متولد شده‌اند آموزش بهتری نسبت به سایرین که قبل از این تاریخ متولد شده‌اند دریافت کرده‌اند اما همچنان برخوردهای تابویی نسبت به این موضوع را در خانواده و جامعه احساس می‌کنند.

### نتیجه

دختران نوجوان و جوان نسبت به مادرانشان به سبب افزایش سطح سواد مادران نسبت به نسل‌های قبل از خود و همچنین حضور پررنگ رسانه‌ها و فضاهای مجازی در زندگی امروز، دیدگاه‌های روشن‌تری نسبت به حقوق اولیه خود دارند اما طبق تحلیل‌های پدیدارشناسانه هنوز شناخت دختران و زنان از بدن خودشان کافی نیست و این عدم شناخت کافی منجر به عدم کنترل بدن در مواقع حساس زندگیشان می‌شود. زنان شاغل در منزل شناخت درستی از مصائب زنان شاغل بیرون از منزل در روزهای قاعدگی نداشتند و گاهی مشکلات موجود را انکار می‌کردند که البته ناشی از ناآگاهی آنان بود. درست است که افراد دارای عقاید و سلیقه متفاوتی هستند اما در جایگاهی که تبعیض و ظلم رخ می‌دهد کسب آگاهی با هدف برقراری برابری وظیفه همه زنان و حتی مردان است. نادیده انگاشتن مشکلات یک زن توسط زنی دیگر راه رسیدن به برابری را دو چندان دشوار می‌نماید. امید است دختران تحصیل کرده امروز در شناخت حقوق مدنی و ویژگی‌های زیستی و شخصیتی خودشان کوشا تر عمل نمایند تا آینده‌ی بهتری برای خودشان و دختران نسل‌های بعد از خود رقم بزنند. این مهم بدون حمایت مردان از زنان و همراهی با آنان در جنبش‌های آگاهی بخش میسر نخواهد شد.

فمینیست‌ها معتقدند جنسیت دست پرورده اجتماع است. به عبارتی نقش‌هایی که مرد و زن در جامعه برعهده می‌گیرند زاییده‌ی طبیعت آن‌ها نیست. در اینکه جنس مبنای زیست شناختی دارد یعنی در تفاوت پیکر پسر و دختر تردیدی وجود ندارد، اما شیوه تعبیر این تفاوت‌ها اهمیت دارد. شیوه تربیت پسران و دختران که چه رفتاری را متناسب با جنسیت خود بدانند و چه رفتاری را با ارزش تلقی کنند. در نتیجه، این ساخت‌ها تغییرپذیر است. به گفته فمینیست‌ها همه امور شخصی سیاسی است یعنی عاقلانی مرتکب ستم کاری می‌شوند که اختیار این کار به ایشان تفویض شده است که باید برای تجربیات عینی زنان از این ستم خواه در برخوردهای روزمره‌ی شخصی یا در روابط جمعی و مرسوم اعتبار قائل شد. با اینکه خانواده محل اصلی ستم بر زنان است اما نباید آن را جدا از شبکه‌ی گسترده‌تری در نظر گرفت که از ارتباط میان کار، اوقات فراغت و زندگی عمومی تشکیل می‌شود (فکوهی، ۱۳۹۷: ۳۳).

آنچه امروز به عنوان خصلت‌های زنانه و مردانه به عنوان عناصر غریزی طبیعت می‌شناسیم ناشی از پدیده‌های ریشه داری در تاریخ است که محیط اجتماعی انسان‌ها نقش عمده‌ای را در ایجاد آن ایفا کرده است (موسوی، ۱۳۹۸: ۳۶) بازنگری در پیش فرض‌های پزشکی و ایستادگی در مقابل کلیشه‌های جنسیتی از جمله نیازهای اساسی دختران و زنان جامعه است. دختران به تربیتی فارغ از پیش داوری‌های جنسیتی نیاز دارند تا توانا تر و شادتر از گذشته نه تنها به عنوان یک مادر، یک همسر و یا یک فرزند بلکه به عنوان یک زن در جامعه ایفای نقش نمایند.

## منابع و مراجع

- [۱] آبوت، پاملا و کلر والاس (۱۳۹۸)، جامعه‌شناسی زنان، ترجمه منیژه نجم عراقی، تهران: نی.
- [۲] آهو، جیمز آلفرد و کوین آهو (۱۳۹۸)، مصائب بدن، ترجمه محمدرضا اخلاقی منش، تهران: فرهامه.
- [۳] ادیبی، حسین و عبدالمعبود انصاری (۱۳۹۳)، نظریه های جامعه شناسی، تهران: دانژه.
- [۴] روح‌الامینی، محمود (۱۳۹۴)، زمینه فرهنگ شناسی، تهران: عطار.
- [۵] ریتزر، جورج (۱۳۹۳)، نظریه جامعه شناسی در دوران معاصر، ترجمه محسن ثلاثی، تهران: علمی.
- [۶] رید، اولین (۱۳۸۷)، انسان در عصر توحش، ترجمه محمود عنایت، تهران: هاشمی.
- [۷] زرلکی، شهلا (۱۳۹۸)، زنان دشتان و جنون ماهیانه، تهران: چرخ.
- [۸] فریزر، جرج جیمز (۱۳۸۷)، شاخه زرین، ترجمه کاظم فیروزمند، تهران: آگاه.
- [۹] فکوهی، ناصر (۱۳۹۷)، تاریخ اندیشه و نظریه های انسان شناسی، تهران: نی.
- [۱۰] موسوی، منصوره (۱۳۹۸)، زنانگی و بدن، تهران: فیروزه.
- [۱۱] وازيمن، بوریس و جودی گووز (۱۳۹۲)، لوی استروس، ترجمه نورالدین رحمانیان، تهران: پردیس دانش.
- [12] <https://www.britannica.com/topic/taboo-sociology>
- [13] M Guterman, P Mehta, M Gibbs. *Menstrual Taboos Among Major Religions*. The Internet Journal of World Health and Societal Politics. 2007 Volume 5 Number 2