

编者按

法国历史学家玛蒂尔德·拉雷尔和日本社会历史学者田中光同时将目光投向了女性物品及与女性相关的物品上。尽管当前对“物”的研究已进入学科领域，但把物用在女性研究中，还是会让人稍感不适，比如月经与卫生巾、避孕与生育环等。

法国历史学家玛蒂尔德·拉雷尔和日本社会历史学者田中光同时将目光投向了女性物品及与女性相关的物品上。尽管当前对“物”的研究已进入学科领域，但把物用在女性研究中，还是会让人稍感不适，比如月经与卫生巾、避孕与生育环等。

当然这会带来新的思考，比如越来越多的小家电诞生了，看似帮助女性摆脱了繁重的家务，但其背后是真正为了帮助女性吗？

从禁忌到文明：一片卫生巾推动的进步

■端木异

一位女性，从初潮到绝经，要经历至少400次月经，用掉1万多片卫生巾。在中国，卫生巾更是4亿人都在使用的必需品。然而，近年来发生的卫生巾长度“缺斤少两”的问题、围绕“高铁是否该售卖卫生巾”产生的争论等，暴露出卫生巾作为基本女性物资需求却长期遭遇忽视的处境。

传统月经处理方法遭到了接受过西式教育的日本知识分子的批评，认为有损女性健康。同时，做性教育的教师和产科医生等开始对传统置入法污名化，甚至把月经产品和女性传统贞洁观加以绑定。

化体现在我们无法清楚、安心地讨论自己的身体。比如我们会躲起来讨论月经，小声借卫生巾，而不像借可贴一样坦荡公开。

在日记里把月经描写成“甜美的秘密”，正好符合坂井泰子想要的积极向上的月经观，于是产品被命名为“安妮”——她要扭转当时人们对月经那种充满历史晦暗和不洁的感觉，并最终决定把产品称之为“卫生巾”，其对应的英文napkin，本义在日语里指的是“餐巾”。

一开始并不在乎女性的使用感受

虽然本书讲的是卫生巾在日本社会的发展，但日本和中国近些年的情况非常相近，值得借鉴参考。卫生巾在中国普及，其实才30多年——上世纪80年代初我国第一条卫生巾生产线，就是从日本瑞光株式会社引进的。

借卫生巾，不像借可贴一样坦荡公开

全世界都有各种形式的月经禁忌，比如中国很多地方至今还保留着不允许经期女性进入寺庙、祠堂或出海的旧俗，装卫生巾的袋子通常用不显眼的深色。古代日本尤为“露骨”，经期和怀孕生产时的女性均被视为污秽和低人一等，却不妨碍女性在经期做饭干活。

带动了婴儿纸尿裤和成人失禁用品的开发

安妮卫生巾作为日本一次性卫生巾的“鼻祖”，在推广过程中春风化雨般改变了日本社会对月经的看法——很多地方的做法在今天看来非常超前。这是本书作者写得最好、最费心力的一部分，采访和挖掘了非常多一手资料。

在日记里把月经描写成“甜美的秘密”

安妮卫生巾的广告词成为了一代经典广告语，“40年，久等了！”——40年前欧美国家就在研发的产品。安妮这个名字，配上坂井泰子清新优雅的女社长形象，产品上市当天就被抢购一空。

月经在日本成为公共话题，最早是在19世纪末20世纪初的明治时期，知识分子和精英阶层运用西方医学知识对待女性“月经”，带来了日本女性月经观的第一次改变。当时人们对月经的关注是为了“培养健康的母体”，即为了国家孕育繁衍健康的后代做准备，开始推崇一些经期静养的观念。这和中国清末民初知识界的观点如出一辙。

有些不一样的，日本女性传统上处理月经常用的是“置入法”，有点类似今天的卫生棉条。1937年“七七事变”后，日本由于无法从中国进口棉花，脱脂棉只能按配给制优先供给军队，致使女性不得不寻找替代品。这种

之所以用“安妮”这个名字，是因为当年《安妮日记》一书改编成电影后大火，其中少女

综观全世界，月经禁忌的打破是从20世纪60年代末到70年代的第二性浪潮开始的，即认为月经并不肮脏也不羞耻，没有必要为此忍受痛苦。女性很晚才慢慢建立起自己对身体和月经的正面认知，而卫生巾只是第一步，对于痛经和子宫内膜异位症的研究，进入21世纪以后才开始慢慢获得关注。

书摘

小家电解放了女性吗

■玛蒂尔德·拉雷尔

法国历史学家玛蒂尔德·拉雷尔是一位致力于研究19世纪法国历史、女性史学者，其代表作《去他的父权制》在世界有广泛的影响。《从卫生巾到生育环：20个物品见证女性主义200年》一书中，她聚焦卫生巾、避孕环、长裤、衣服口袋、银行卡等20个具象的物品，呈现了与这些物品有关的人物、事件以及背后的历史脉络，讲述了200年来法国女性争取权利平等、经济独立、身体自由的历史。以下是该书《“机械玛丽”“温顺的家庭主妇”和机器人夏洛特》一章的书摘，有删减，标题为编者所加。

这是1975年3月30日的一个上午，天气晴朗，您正在巴黎拉德芳斯的新兴产业与技术中心参加家政艺术博览会，欣喜地发现了最新款的切碎一烹饪一搅拌一体机，还有最新款的燃气灶，以及连猫毛都能完全吸干净的吸尘器。忽然，传来一阵喧哗，接着是呼喊声，一大群女人蜂拥而至：“拒绝家用电器！加强社区设施建设！家政艺术，只不过是美化女性双重工作的艺术。”

博览会抗议的大约有200位女性主义者，她们遭到了参展商的辱骂，甚至有人朝她们扔杂物，比如水盆、石头和鸡蛋。她们才不管呢，她们聚在一起，团结一致。她们发传单，上面写着“不，万能牌小家电没有解放女人”，她们抨击“对女人的规训和贬低”、双重工作等问题，要求同工同酬、男女家务分工、加强社区公共设施建设等；在此基础上批判消费社会，捍卫家用电器行业的女性权益。

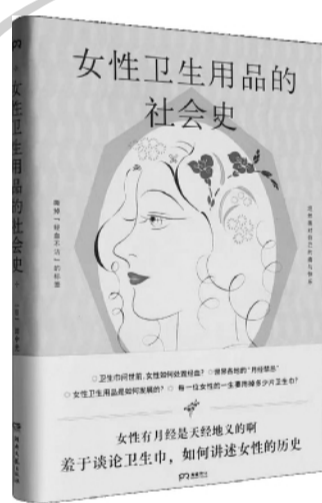
1923年以来，大家总是会用博览会这种形式展示最新的“家政艺术”产品——所谓“家政艺术”听起来好听，其实是用来指代我们不愿称之为“工作”的家务劳动，即所有由女性负责的家务活儿。虽然性别分工已经有了好几百年的历史，但是在19世纪，家务活儿的负担变得更重了。因为巴斯德在显微镜中发现了微生物，所以做家务变成了卫生清洁工作！女性不仅要保持家里环境的整洁，而且要彻底清除细菌、微生物和霉菌！此外，多数中产阶级家庭保持着根深蒂固的传统，即根据性别区分公共事务和私人事务：中产家庭的妻子是不工

作的。但是这绝不意味着她可以很清闲。中产家庭的女性，要忙的事情太多了。从早到晚打扫房间，就是一个大工程。通常大家都觉得女性是被关在家里做家务，但实际上恰恰相反：家务活儿实在太多了，迫使女性不得不留在家中。

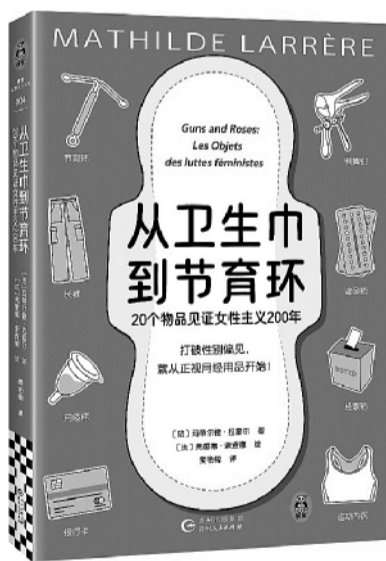
要知道，在20世纪中期以前，家务活儿非常繁重，累人又费时：要把数千克的衣物放到洗衣池里，搓洗好几个小时；没有自来水的时候还要拎水；要准备一日三餐；要缝补衣服。经济富裕的家庭有女佣帮忙做事，比如洗衣工、熨烫工、缝补工——依然是女性。20世纪20年代，许多妇女开始抨击家务劳动造成的沉重负担。但是，她们并没有因此而提出夫妻共同分担家务，而是思考如何减轻家务负担。这就是波莱特·贝内特所做的工作——这位法国女记者常常谈论的话题之一是如何改善家务劳动环境。

她的理念是：在家庭实施F.W.泰勒的科学管理理论，改善女性的工作空间，也就是厨房、洗漱间的设施；完善工具，以避免无用的动作；节约劳动力；努力避免浪费时间和无效的移动。这其实是一种家庭式泰勒制，只不过工作的只有一个女人，那就是妻子。总而言之，所有这些活动的核心并不是质疑家务的性别分工，而是降低其繁重程度，只是家电制造商抓住了这一机遇。家政艺术博览会的理念是，家务活儿都应该由家庭主妇承担。但是，可以提高她工作的效率，为此需要一些新型小家电帮助她。1930年，家政艺术博览会有了自己的吉祥物，

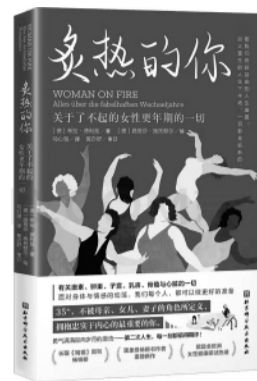
《女性卫生用品的社会史》，[日]田中光著，曹逸冰译，湖南文艺出版社2025年2月出版，定价：58元



《从卫生巾到生育环：20个物品见证女性主义200年》，[法]玛蒂尔德·拉雷尔著，[法]弗雷德·索查德译，樊艳梅译，贵州人民出版社2025年1月出版，定价：59.9元



荐书



《炙热的你：关于了不起的女性更年期的一切》，[德]希拉·德利兹著，[德]路易莎·施托默尔绘，马心湖译，北京科学技术出版社2023年6月出版，定价：79元

这部写给所有女性的健康启示书，出版后在欧洲获得一致好评，曾领衔各大健康图书榜单。

对更年期无知的不只有普通人，即便是医生，甚至是妇科医生，也很少接受与更年期相关的培训。作者是一名医学博士，有超过30年的科研及临床经验。她通过本书希望探讨的议题，是更年期这个女性终要抵达却总是不被看见的重要人生阶段。作者深度解析了有关荷尔蒙、卵巢、子宫、乳房、骨骼与心脏的一切，让我们了解到，面对身体与情感的动荡，女性并不一定要承受种种不适，每个人都可以做更好的自己。

更年期以及它所开启的人生下半场，绝非“生命的深秋”，而是人生的盛夏——当荷尔蒙的迷雾散去，女性将不再被母亲、妻子、女儿的角色所定义，真正拥抱忠实于内心的最重要的自己。



《她世界：一部独特的女性心灵成长图鉴》，[法]伊丽沙白·卡多赫·安娜·德·蒙塔洛洛著，刘惠芳译，人民邮电出版社2021年1月出版，定价：59.8元

当女性扮演学生、员工、女友、闺蜜、母亲、女儿等不同角色时，女性内心有什么样的情绪、冲突、自我怀疑与牵绊？性格、经历、情绪、观念、评判、他人、环境，如何影响一个女性作出人生的关键选择？想要了解女性复杂而奇妙的内在世界，没有比心理学更好的视角了。

本书从社会发展带来的女性角色变化、社会文化背景、存在主义哲学等角度出发，对女性一生中的关键时期将要面对的选择及挑战作出深度分析，揭示了现代社会女性的处境与内在成长的真相。

两位作者分别是记者和心理治疗师，希望通过本书，读者能打破内心限制，肯定自我效能，让自尊心和自信良性循环、学会管理自己的情绪与信念、学会处理家庭与亲密关系，活出自信、自在、独立、安稳、完整的自己。



《你就是你的荷尔蒙：关于避孕药如何影响女性思维、情绪和行为的惊人科学》，[美]萨拉·E·希尔著，万尘尘译，广东人民出版社2024年9月出版，定价：69元

口服避孕药是主流的现代避孕措施之一。美国得克萨斯克里斯汀大学心理学教授希尔长期关注女性与健康，研究激素、免疫系统与环境在人际关系和健康行为中的作用。她通过本书讲述了避孕药的主要成分雌性激素，包括雌激素和孕激素，如何影响女性的生理周期、免疫系统乃至大脑、思维、身体、情绪、行为等。本书向我们展示了女性服用避孕药后的改变，作者试图告诉我们，避孕药的影响远比我们想象的大。



《夙身之造：中国女性健身叙事》，熊欢等著，社会科学文献出版社2021年5月出版，定价：79元

一直以来，“健身”“减肥”似乎是大多数女生关注的话题。健身对女性意味着什么？或许每个人都有不同的看法。

女性拳击运动爱好者在拳击运动中对传统性别冲突的认识和对自身身体的反思；中年女性用健身后的肌肉酸痛感受自身的存在和强大，对抗社会对年龄和性别的刻板印象；老年退休女性通过广场舞寻找晚年生活的生命价值……本书讲述了12位中国女性的健身故事，从女性视角、微观的社会互动、个体的生活经历和主观感受层面，描绘了女性真实、鲜活的健身图景，讨论了节食、减肥、身材管理、孕期保健、产后恢复、广场舞、健身社交、身体刻板印象等热议话题。（伊一）