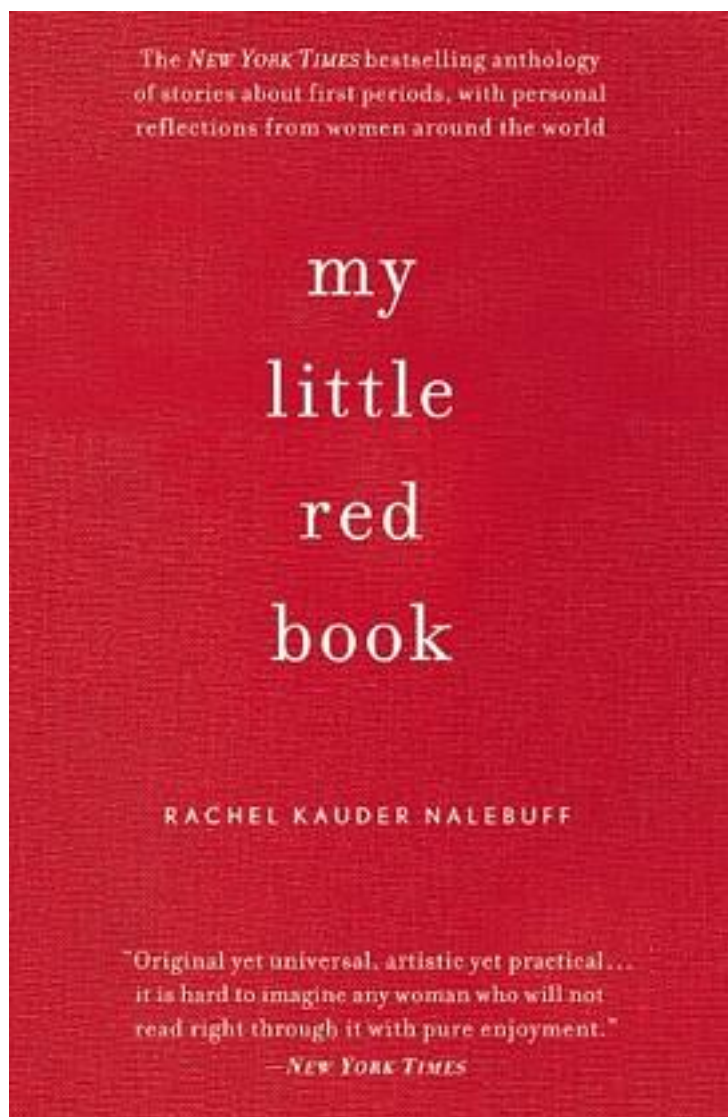


My Little Red Book



[My Little Red Book_下载链接1](#)

著者:Rachel Kauder Nalebuff

出版者:Twelve

出版时间:2009-02-26

装帧:Hardcover

isbn:9780446546362

MY LITTLE RED BOOK is an anthology of stories about first periods, collected from women of all ages from around the world. The accounts range from light-hearted (the editor got hers while water skiing in a yellow bathing suit) to heart-stopping (a first period discovered just as one girl was about to be strip-searched by the Nazis). The contributors include well-known women writers (Meg Cabot, Erica Jong, Gloria Steinem, Cecily von Ziegesar), alongside today's teens. And while the authors differ in race, faith, or cultural background, their stories share a common bond: they are all accessible, deeply honest, and highly informative. Whatever a girl experiences or expects, she'll find stories that speak to her thoughts and feelings.

Ultimately, MY LITTLE RED BOOK is more than a collection of stories. It is a call for a change in attitude, for a new way of seeing periods. In a time when the taboo around menstruation seems to be one of the few left standing, it makes a difficult subject easier to talk about, and helps girls feel proud instead of embarrassed or ashamed. By revealing what it feels like to undergo this experience first hand, and giving women the chance to explain their feelings in their own words, it aims to provide support, entertainment, and a starting point for discussion for mothers and daughters everywhere. It is a book every girl should have. Period.

作者介绍:

蕾切尔·考德·纳尔布芙 (Rachel Kauder Nalebuff) 在水上经历了自己人生的第一次——穿着泳衣在水上滑翔时，忽然“见红”。尴尬之后，她母亲为她举行了“成人礼”的家庭聚会。

聚会上，阿姨悄悄把她拉到一旁，给她讲了自己50年前初潮经历：当时途经德国边境，纳粹士兵拦下列车，勒令所有人脱衣接受检查，恰逢此时，例假光临。而阿姨则独守这个秘密50年。

也正是由这段故事，让13岁的蕾切尔就开始搜集身边“第一次”的故事，并大胆成文。而在她18岁高中毕业时，创办了一本杂志书《我的小红本》，内容就是在全世界范围内寻找愿意分享初潮故事的女性。

作为全球第一本“月经书”的主编，蕾切尔·考德·纳尔布芙已就读耶鲁大学。

目录:

[My Little Red Book_下载链接1](#)

标签

女性

诗性

月经关怀

月经

文化

内裤中的女性主义

健康

waiting

评论

大姨妈的时候看能起到舒缓安定作用=.=

尴尬小红书....

推薦給女士們・・

[My Little Red Book_下载链接1](#)

书评

关于小红书和小红事儿 ——为全球第一本月经书《我的小红书》写的 1
关于月经的说法中，我最喜欢的一条是一个雌雄难辨的小朋友说的：“我变小女孩了。”我不喜欢月经这个说法，太正式。例假，有点婆婆妈妈。来好事了，我妈妈总是这么说，这个说法仅仅强于“倒霉了”。大姨妈来...

我初潮的记忆发生在小学五年级。
那时候还没有身体健康课，更没有像小红书这样的书，对于月经我唯有的记忆就是恐惧。在学校的厕所里呆呆的蹲了一节课，眼泪汪汪的不敢出声。
T就是在那个时候过来敲厕所的门的。在那之前，当然也有人试图来开过门了，我在厕所里...

像我这样一个卫生棉爱好者，不好意思，确切地说是“嗜好购买卫生棉者”（家中储备量要超过一定额度，否则就心跳加速，坐立不安……）可是你不觉得吗？那么多可爱的包装，嫩粉的，淡绿的，天蓝的，摸上去滑滑的，还很有质感，不想把它们带回家吗？不能算败家，反正总会派上...

只是为了让自己的阅读不要局限于一些忧郁系的书籍 买了这本好似很前卫的书 扩充一些眼界 读完第71页 也就是“请别为我流血 1979” 我终于完全回忆起我的第一次 六年级的时候 老师叫男生全部离开教室，独留下女生的时候，就怪怪的 问，班上现在有哪些女生来了月经 有一大半的...

很多年前在小摊上淘到过一本旧书——山口百惠的自传《苍茫时分》，1982年出版，比我的年龄还大好几岁。里面有这样一段记录初潮来临的文字：“快满11岁的那年1月5日，我见到了初潮。在一条看起来很开阔的路边上，我和母亲出去拜年回来，并排站着等候公共汽车。天气很冷，黄昏已...

那是预备班的一个下午，坐在前排的女生，突然拿抹布擦自己的椅子，还问我看到什么？我觉得很莫名……然后她就跟同桌的女生不知去哪里了，之后她同桌回来过一次，直到放学她们才回到教室。我当时什么都不懂，只看到同桌的男生一直很猥琐在笑，说那个什么来了。等她回来，我偶然...

十分赞同书中米歇尔·杰夫的观点：“一个人的初潮经历和她未来的性格发展息息相关。从她对初潮的反应，就能看出这个人未来的行为方式和生活态度。”
我清楚记得我的初潮发生在9月22日，但突然怎么也想不起来是在2000年还是2001年。于是我查了一下万年历，发现2000年...

星期天的早晨懒洋洋的躺在被窝里看完了《我的小红书》，若不是看这本书我估计我一

辈子也不会去想卫生棉条到底是什么东西。
记得上高二时，前排坐着一个长的白白净净喜欢叼着棒棒糖的男生提起过这样东西。他总是在上自习的时候转过身和我的同桌毫无忌惮的谈论着敏感话题。 ...

这本书里写的是世界 各地的女孩或者女人的第一次月经描述 193个月经经历
太喜欢这本书的封皮啦 可爱

这是一本很特别的书，整本书可以说是一个女孩子们亦或是女人们的初潮经历分享集。我觉得这本书在内容方面可以说是“前无古书，后无来者”。“大姨妈”、“月经”、“例假”等词在这本书里频频出现，是绝对的主角。光凭这点就够革命性的了。世界各地、各个年龄阶段的女性都把自...

记不得我的第一次具体怎么样了，一切就是那样自然的来了，或许因为上面有2个姐姐的缘故，所以虽然是第一次来例假，却全然没有无措的感觉！现在只记得第一次来，量特别的大，每节课下都得跑厕所还多的不得了，并且第一次时间也比较长，记得是12天才完的吧！

[My Little Red Book_下载链接1](#)