

### سبک مراقبت



### حال محیط‌زیست خوب نیست

# نجات زمین از سطل زباله‌هایمان آغاز می‌شود

### ■مرضیه‌بامیری

حالت زمین خوب نیست. بیابید به دادم برسیم. صدای فریادش را می‌شنوم که دست یاری به سویمان گشوده است. کره زمین خانه ماست. عجیب است که برای نگهداری‌اش دل نمی‌سوزانیم. عجیب است که بیرون چهار دیواری خانه‌مان را حریم شخصی نمی‌دانیم. آسوده زباله می‌ریزیم. توی خانه وسواس عجیبی برای تمیزی داریم. همه جا برق می‌زند و کسبی

### ■دوچرخه‌ها را به کوچه و خیابان بیآوریم

اگر شمارهای محیط‌زستی را جدی نگیریم، دودش توی چشم خودمان می‌رود. اگر رها کردن پلاستیک در طبیعت را ادامه دهیم، آلودگی کلر از طریق آبیاری زمین‌ها وارد سفره‌های زیرزمینی می‌شود و آب را هم آلوده می‌کند و این همان راهی است برای زنده به گور شدن و مرگ تدریجی توسط خطرناک‌ترین کشف علمی.

هر روز خودرها را بیشتر کنید. اصلا تمام پول‌هایتان را بریزید توی پاک ماشین‌ها. با خودتان لج کنید، با دیگران لج کنید و بدون فکر به آینده و از سر خودخواهی تک‌سر نشین توی خیابان‌ها پرسه بزنید. اصلا هر وقت دلتان گرفت به قول امروزی‌ها بروید دوردر توی جاده‌ها و بزگر راه‌ها. همچنان فکر کنید چون پول دارید پس حق دارید طرح روزانه بخرید اما کفایت چند صیاح دیگر به این روزها برگرديد و افسوس بخورید که ای کاش دست از خودخواهی و راحت‌طلبی برمی‌داشتیم.ای کاش غیر از خودم به رفاه اجتماعی و آینده بدون سرب کودکانم فکر می‌کردم. وقت آن است که دوباره پای دوچرخه‌هایمان را به کوچه و خیابان بکشیم. هم با دود و آلاننده‌ها خداحافظی کنیم و هم نشاط و سرزندگی ناشی از ورزش را به میان بیاوریم. برای کسل کننده و یکنواخت بازگر داریم. دیدن عده‌ای که با دوچرخه مسیر خانه تا محل کار را رکاب می‌زنند، تصویر خوشایندستی که دیدنتان اول هر صبح حال بقیه را هم خوب می‌کند و سر شوق می‌آورد. نه اینگونه که فقط در روز هوای پاک کارمندان ادارا را به میان مجبور باشند پیاده‌روی کنند و در فراخوان‌های پیاده‌روی هگانگی جز چند نفر مسئول برگزار کسی حاضر نشود. هر روز به هوای پاک نیاز است. یک روز را خوب زیستن دردی از ده‌های زمین و حال بد هوا، کم نمی‌کند.

### ■مراقب حیات وحش باشیم

اصلا شکار غیرقانونی و انقض‌ا گونه‌های کمیاب به ما چه؟! باین همه دغدغه همین‌مان مانده که نگران ببر میوز و جانوران وحشی باشیم. شکارچی‌ها را ببینید، مبارزه و شهادت مظلومانه محیط‌بسان و جنگلیان‌های

### نگاه

### اینجا کوه‌های سر به فلک کشیده کرکس است. کوهی

به وسعت تمدن و فرهنگ غنی شهر نطنز. جایی که این روزها سال‌ها تنبدری دارد و طلب یساری می‌کند از حامیان محیط‌زیست. از کسانی که دغدغه شهر دارند و محیط‌زیست. دلش‌ان می‌تپد برای هر وجب از خاکشان که هر روز بار کامیون‌ها و تریلی‌ها می‌شود و با عظمت تکه سنگ‌های قیمتی، از شهر به بیرون فرستاده می‌شود. صدای تریلی‌هایی که جنازه کوه‌ها را می‌برند برای گوش‌های مردم این شهر شناسنت. آن همه جا شب‌ها پلیس‌ها بیدارند و موجب آرامش می‌شوند، اینجا راننده‌های تریلی تا سحر بیدارند و تکه‌های کرم کرکس را برای کسب لقمه نانی از شهر بیرون می‌برند. از شهری که قرار است پایلوت باغشهر‌های ایران باشد. شهری که به خنکی هوا و باغ‌های سرسبز معروف است. شهری که اگر کسی ندیده باشد حتماً گذش توی جدول به تحفه‌اش افتاده و می‌داند که گلابی‌ست. اینجا نطنز است، باغشهر تاریخی با مردمانی سختکوش!

روستاهایی زب و آب‌هایی روان.

اما چند سالی است که طمع معدنکاران به جان کوه‌هایش افتاده و دست‌از جاننش برداشته‌اند. معدن‌هایی که با برداشت‌های بی‌رویه اکوسیستم منظره را نابود کرده و رشد گیاهان دارویی و جانوران حیات وحش را به خطر انداخته است. شهری که فراد بود منطقه نمونه چشم‌انداز



### ■مرضیه‌بامیری

حق بر هم ریختن نظام را ندارد اما همین که با یمان به کوچه می‌رسد بی‌رحم می‌شویم. انگار آدم این کره خاکی نیستیم. پاکت‌های زباله را توی کوچه و جوی آب رها می‌کنیم و فکر هم نمی‌کنیم این رفتار غیرفرهنگی چه بلایی سر خانه اصلی‌مان می‌آورد. با صنعتی شدن زندگی بشر و پیشسرت تکنولوژی در قرن‌های اخیر، بحران‌های زیست‌محیطی زیادی توسط انسان‌ها صورت گرفته است. سوخت‌های فسیلی، افزایش تولیدات صنعتی،

دلسوز را ببینید و دم‌زنید، فقط بدانید که در درازمدت خودمان آسیب می‌بینیم. اگر ببرها کشته شوند، جمعیت گیاهخواران زیاد می‌شود و باعث تضعیف پوشش گیاهی شده و در نهایت تعادل زنجیره غذایی به هم می‌ریزد. توی حق نداری برای اهداف سودجویانه‌ت کمر به قتل حیات‌وحش ببندی. بروی سراغ لانه‌های خفاش. آنها را از زیستگاه مظلومانه‌شان که اغلب توی غارها و مکان تاریک هستند ویران کنی فقط به این دلیل که عده‌ای گوش تو را پر کرده‌اند که «لانه خفاش حاوی جیوه، یک ماده درمایتیت و هر کدام از لانه‌ها بین ۲۰ تا ۵۰ میلیون ارزش مادی دارد.» با صحت و سقمش کاری ندارم. اما نفس خودخواهی‌تان شرم‌آور است. اگر شما خسته از کار به منزل بازگردید و خانه‌تان را ویران شده ببینید چه حالی پیدا خواهید زمین را گرم‌تر می‌کنید. فرسایش خاک ناشی

### ■یک بار مصرف‌ها را مصرف نکنیم

شما که مهمانی می‌دهی، شما که برای راحتی خودت تمام مهمانی را با ظرف یک بار مصرف می‌گذرانی، شما که پذیرایی تولد دخترت را توی بمب‌های رنگی نامرئی می‌ریزی یا شما که طرفدار محیط‌زیست هستی اما هم‌ایش‌ها و مجالس ادارات را با انبوهی از ظرف‌های یک بار مصرف پر گزار می‌کنی و با حذف پارچ‌های آب‌برای مهمان‌ها بطری‌های آب معدنی به وفور سرو می‌کنی، حتی شما که به جای گذاشتن یک بطری توی کیف‌هر روز از سر راحتی بطری‌های ریز و درشت آب معدنی می‌خری، شما که حتی سفره‌ها را به یک بار مصرف تغییر دادی و نه فکر سلامتی خانوادات هستی و نه آسیب‌به زمین! شما که خانواده‌ات را به گردش توی کوه و جنگل می‌بری اما زباله‌ها را خودخواهانه در طبیعت رها می‌کنی، شما که باعث مسدود شدن جوی‌ها و آلودگی دریا و رودخانه می‌شوی، شما که مواد شیمیایی مضر را به خورد زمین می‌دهی، شما که پسماند کارخانه‌ات سر از چشمه و جوی‌ها درمی‌آورد، بی خود شما محکومید به نابودی زمین. محکومید به گرفتن جان انسان‌های بعداز خودتان. شما قاتلان خاموش زمین هستید.

### ■بیابید محافظ زمین باشیم

آقایان مدیر، تورا به خدا دوره کافذبزاری را تمام کنید. رحم کنید به جان طبیعت. کمک کنید به گروه‌های فعال مردمی که سعی دارند نتاجگاز زمین باشند. منتظر قانون ولایحه و تبصره نباشید. این یک فراخوان عمومی و کاملاً همدلانه است برای نجات خانه بزرگ مشترک‌مان. هر گلی دیدید به سر خودتان دیدید و بس. مالیات به مردم شهر بدهی و ساکتشان کنی! نه! تو با

# سبک زندگی

سبک زندگی ۸۸۴۹۴۷۱

## دید

بیابید بعد از این به کودکان بیاموزیم که مراقب زمین باشند و زباله‌هایشان را در کوی و جوی و خیابان رها نکنند. تمرین کنیم توی خانه‌زباله‌ها را خودمان تفکیک کنیم. در بطری‌ها را توی یک سبب کنار سینک ظرفشویی جمع‌آوری کنیم و آنها را به مؤسسات حامی محیط‌زیست هستندت تشویقی بدهیم. نجات زمین از همین تحویل بدهیم. نجات زمین از همین سطل زباله خانه‌های ما آغاز می‌شود



تبدیل جنگل‌ها به مزارع زراعتی، نابودی کوه‌ها، تغییر مسیر رودخانه‌ها. قطع بی‌رویه درخت‌ات جنگل، روش‌های نادرست استفاده از خاک و ده‌ها تغییر دیگر از دسته‌های بشر امروز است. متأسفانه ما فکر نمی‌کنیم که اگر حال زمین بد باشد، خانه‌ها هم دیگر جای امنی برای نفس کشیدن نیست. نگهداری از زمین تأمین امنیت خودمان و بچه‌های نسل بعدمان است. هر کاری می‌کنیم و باید یکتیمی بی‌منت است و از سر وظیفه. برای نجات زندگی است!

منتظر جرمه و تهدید نباشید برای ممنوعیت بعضی رفتارهای مخاطره‌آمیز.

بیابید از امروز حافظ زمین باشیم. از خودمان شروع و رها کنیم این شرب‌المثل تلخ را که با یک گل بهار نمی‌شود. اگر هر کس به همین بهانه عقب بنشیند اوضاع از این هم بدتر می‌شود.

بیابید از امروز با یک کیسه پارچه‌ای به نانوبی‌ی‌ای خرید برویم. پارور کنید حال خودتان بهتر می‌شود از اینکه قدمی برداشت‌ماید. بیابید به فروشگاه‌ها که می‌رویم با حرس و ولع درخواست نایلون بیشتر نمی‌دهی در کاهش اثرات مخرب داشته باشد. قدیمی‌ها این کار را آشپزخانه استفاده کنیم. برای مریا و ترشی و شورهایمان از ظرف‌های شیشه‌ای استفاده کنیم. آب معدنی را تا حد امکان از زندگی‌هایمان حذف کنیم. هر سلطان را از جفانم دور کرده‌ایم، بیابید بچش بیشتر شدن حال زمین برداشت‌ماید. بیابید بچش بندنید در مصرف انرژی‌ها محتاطانه و مسئولانه رفتار کنیم. بیابید به این فکر کنیم که مصرف زیاد برق می‌تواند باعث گرمای غیر معمول لایه ازن شود و فاجعه در امتدادش را همه می‌دانیم.

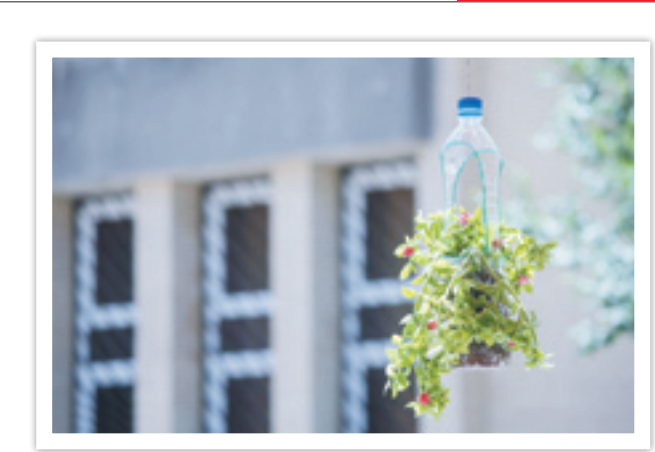
بیابید بعد از این به کودکان بیاموزیم که مراقب زمین باشند و زباله‌هایشان را در کوی و جوی و خیابان رها نکنند. بیابید در صنعت غذایی از بردنهایی حمایت کنیم که تمرین کنیم توی خانه زباله‌ها را خودمان تفکیک کنیم. در بطری‌ها را توی یک سبب کنار سینک ظرفشویی جمع‌آوری کنیم و آنها را به مؤسسات خیریه‌ای که با طرح‌های تشویقی حامی محیط‌زیست هستند تحویل بدهیم. نجات زمین از همین سطل زباله خانه‌های ما آغاز می‌شود.

بیابید به ازای هر اشتباهمان یک نهال بکاریم. برای تشویق خودمان در گوشه حیاطمان درخت بکاریم، برای یادبود تولد‌هایمان درخت بکاریم. بیابید نجات زمین را از بالکن‌های کوچک آغاز کنیم. گیاهان سبزی بکاریم و هر کدام به اندازه خودمان در کاهش گاز‌های خطرناک گلخانه‌ها سهیم باشیم.

## دید

کشاورزها آب برای کشت و کارشان ندارند و آمار مهاجرت ندارند و آمار مهاجرت از شهر و روستا هر روز رو به افزایش است. اینجا صدای مردم به گوش کسی نمی‌رسد. نامه‌هایشان اغلب راه به جایی نمی‌برد و ظاهرأ قدرت پول از قانون بیشتر و کارسازتر است. شما هم دعوتید به این تشییع دردناک و بی‌صدای کرکس. به شنیدن صدای غرش‌هایی که چونان زلزله آتش می‌اندازد به جان روستایی‌های اطراف. دعوتید به تماشا‌ی روستاهای بکر و سراسر سبز که معدن‌ها قرار است تخته حیاتشان را هم بگیرند.

### سبک رفتار



سبز ماندن عزم ملی می‌خواهد

## تولد باز یافت در محل تولد زباله‌ها

به همه محیط‌هایی که در آنها زندگی جریان دارد محیط‌زیست گفته می‌شود؛ مانند خانه، خیابان، شهر، دریا، جنگل و… . مجموعه‌ای از عوامل فیزیکی خارجی و موجودات زنده که با هم در کنش هستند، محیط‌زیست را تشکیل می‌دهند و بر رشد و نمو و رفتار موجودات تأثیر می‌گذارند.
حفاظت از محیط‌زیست در قرن بیست‌ویکم به عنوان یکی از هشت هدف توسعه هزاره و یکی از سه پایه توسعه پایدار شناخته می‌شود.
زیستگاه‌های جهان شامل آب، خاک، دریا و هواست که انسان امروزی به سرعت در تخریب و و خاست اوضاع طبیعی آنها مؤثر است. گاز‌های گلخانه‌ای در حال گسترش است و پیمان کیوتو در سال ۱۹۹۷ کشورهای صنعتی را متعهد کرد که ظرف ۱۰ سال نسبت به کاهش پنج درصدی گاز‌های گلخانه‌ای اقدام کنند.
محیط‌زیست و تمام بحث‌های وابسته به آن جدی و تخصصی‌تر از آن است که بتوان در سبک زندگی به آن پرداخت. آدم خودش را می‌خواهد و کارشناس متبحری که به تمام علوم‌زیستنی واقف باشد. بهانه طرح این بحث این است که با توجه به تغییرات جدی زیست محیطی که در جهان در حال وقوع است، ما به عنوان یک شهروند چگونه می‌توانیم در کاهش این خسرات مؤثر باشیم؟ چگونه می‌توانیم پس تغییر در رفتارهای اجتماعی و شخصی، حال زمین و محیط پیرامون را بهتر کنیم. کفایت در رفتار‌ها یمان تجدیدنظر کنیم و مهم‌ترین دغدغه زیستی این روزها، مسئله باز یافت است.

### ■قدیمی‌ها استاد قناعت و باز یافت بودند

زباله‌ها هر روز به حجمشان افزوده و تهدیدشان می‌دارد. با آن کیسه‌هایی برای انگورها می‌دوزد و آن را روی داربست‌ها به تن انگورها درختان می‌پوشاند. شب چله انگور توی سفره پلدا خوردن دارد. حتماً حال طبیعت کنار او خوب است که درخت‌هایش انجیرهای خوشمزه دارد و گل‌هایش بهار و زمستان شاداب است. آیا حال طبیعت در کنار شما خوب است؟

### ■هنرهایمان را برای حفظ محیط‌زیست رو کنیم

هر سال در مدارس طرح برگزاری نمایشگاه با وسایل دورریختنی اجرا می‌شود و دانش‌آموزان یاد می‌گیرند وسایل دورریختنی و بلااستفاده را تغییر رنگ بدهند و دوستی با طبیعت را بیاموزند. رقابت سبب شد تا آنها بتوانند خلافتنه شیشه‌های نوبنی را ایجاد کنند. گاهی این ابداع‌ها می‌تواند سیمای شهر را دگرگون کند. به عنوان مثال کاهش گل در لاستیک‌های خودروها که اگر رنگ و گل‌های زیبایی در آن کاشته شود می‌تواند به جای ضرر به طبیعت، معکوس عمل کند. اگر قوطی‌های نوشابه به دیوار آویخته و در آن گل‌های آویز کاشته شود می‌تواند دیوارهای سنگی و بتنی شهر را دیدنی‌تر کند. بانوان راه‌های جذابی برای دورریختنی‌ها دارند و تا پارچه و کاغذ و خرت و پرت داشته باشند، هنر‌های جدید برای استفاده از آنها رو می‌کنند.

■**تولد بازیافت در محل تولد زباله‌ها**
اولین چرخه بازیافت در خانه‌ها شکل می‌گیرد. محل تولد زباله‌ها باید زباله‌های تر و خشک را تفکیک کنید. هر کدام از آنها را در نایلون جدا قرار دهید. بیشتر زباله‌های خانگی در دسته‌بندی خشک قرار می‌گیرد. کاغذ و مقوا یکی از موارد خشک است که قابلیت بازیافت دارد؛ کاغذ و مقوا یکی از موارد خشک است که قابلیت بازیافت دارد. انواع روزنامه، مجله، کتاب، کاغذی، عکس، بسته‌های کاغذی شیر و آمیوه و…

کامل یک سمساری بود و همه چیز از شیر مرغ تا جان آدمیزاد در آن پیدا می‌شد. هیچ لباسی را تا مجبور نبودند در کیسه زباله نمی‌ریختند.
■**آیا حال طبیعت مناظر شما خوب است؟**
زنی را می‌شناسم که تمام پی‌های روغن نباتی را به جای گلدان در حیاط‌خانه‌اش استفاده می‌کند و اعتقادش بر این است که املاح پیت باعث رشد بهتر گیاه می‌شود. دورش را کاغذ کادو می‌پیچد و فضای حیاط را بسا کمترین امکانات زیبا می‌کند. او بر گه‌های باغچه را به جای کود استفاده می‌کند و ته‌مانده‌های موز و چای را پودر و پسی گلدان‌ها می‌ریزد. این شیوه‌های ساده او را تبدیل به قسب اصلی تولید و پرورش گل در فامیل کرده است. او حتی توی لپ‌لپ‌های بزرگ نوه‌هایش که شکل جوجه هستند گل کاشته و توی سبدهای پلاستیکی میوه بذر بنفشه می‌کارد. فکرش را یکتند زباله‌ها را محکوم به زیبایی می‌کند و

## دید

کشاورزها آب برای کشت و کارشان ندارند و آمار مهاجرت ندارند و آمار مهاجرت از شهر و روستا هر روز رو به افزایش است. اینجا صدای مردم به گوش کسی نمی‌رسد. نامه‌هایشان اغلب راه به جایی نمی‌برد و ظاهرأ قدرت پول از قانون بیشتر و کارسازتر است. شما هم دعوتید به این تشییع دردناک و بی‌صدای کرکس. به شنیدن صدای غرش‌هایی که چونان زلزله آتش می‌اندازد به جان روستایی‌های اطراف. دعوتید به تماشا‌ی روستاهای بکر و سراسر سبز که معدن‌ها قرار است تخته حیاتشان را هم بگیرند.

## دید

به زحمت به ۳۰۰ متر و حتی کمتر می‌رسد و در حالی که کرکس آب سفره‌های زیرزمینی ۱۴ روستا را تأمین می‌کند، اکنون فاصله بعضی از این معادن تا نخستین چاه قنات به ۱۰۰۰ متر هم نمی‌رسد.
کشاورزها آب برای کشت و کارشان ندارند و آمار مهاجرت از شهر و روستا هر روز رو به افزایش است. اینجا صدای مردم به گوش کسی نمی‌رسد. نامه‌هایشان اغلب راه به جایی نمی‌برد و ظاهرأ قدرت پول از قانون بیشتر و کارسازتر است. شما هم دعوتید به این تشییع دردناک و بی‌صدای کرکس. به شنیدن صدای غرش‌هایی که چونان زلزله آتش می‌اندازد به جان روستایی‌های اطراف. دعوتید به تماشا‌ی روستاهای بکر و سراسر سبز که معدن‌ها قرار است تخته حیاتشان را هم بگیرند.

کشاورزها آب برای کشت و کارشان ندارند و آمار مهاجرت ندارند و آمار مهاجرت از شهر و روستا هر روز رو به افزایش است. اینجا صدای مردم به گوش کسی نمی‌رسد. نامه‌هایشان اغلب راه به جایی نمی‌برد و ظاهرأ قدرت پول از قانون بیشتر و کارسازتر است. شما هم دعوتید به این تشییع دردناک و بی‌صدای کرکس. به شنیدن صدای غرش‌هایی که چونان زلزله آتش می‌اندازد به جان روستایی‌های اطراف. دعوتید به تماشا‌ی روستاهای بکر و سراسر سبز که معدن‌ها قرار است تخته حیاتشان را هم بگیرند.