



تجزیه‌طلبی راه گفت‌وگو ندارد

تحلیل معاون سیاسی حزب مؤتلفه اسلامی از بیانیه اخیر اصلاح‌طلبان در مورد وقایع اخیر کشور

۱۰



جهش علمی ایران با ژن‌درمانی سرطان خون

درمان پیچیده سرطان‌های سیال به‌نام ژن‌درمانی با تلاش دانشمندان ایرانی کلید خورده‌است

۱۱



حرکت اتوبوس سه‌کابین از آلمان به تهران

اعضای پارلمان شهری به دستگاه‌های متولی در حوزه کاهش آلودگی هوا و ترافیک پایتخت کارت زرد دادند

۱۲

هلمشهر یک جامعه



فیلم گزارش را بااسکن این کد ببینید

گزارش مهلادارین روزنامه‌نگار

انباشت زیاله و تولید شیرابه‌های آن تبدیل به یک بحران زیست‌محیطی خاموش شده و این شیرابه‌ها راه خود را به سمت سفره‌های زیرزمینی بساز کرده‌اند. در این میسان اما موجودات شگفت‌انگیزی در دنیای تاریک زیر زمین مشغول خوردن زیاله‌هایی هستند که ما تولید می‌کنیم. البته آنها به‌شدت وسواسی هستند و هر چیزی را نمی‌ریزیم، ولی نه هر غذایی؛ آنها گیاهخوارند، روغن، پروتئین، لبنیات، فضلات حیوانات گاوشتخوار، پلاستیک و مواد سمی را دوست ندارند، اما عاشق چوب و برگ و پوست میوه‌جات و انواع و اقسام خوراکی‌های ارگانیک هستند. این موجودات بی‌آزار برای ماهیگیران طعمه شکار می‌شوند و حتی از یکی از اصلی‌ترین مواد برای تهیه محصولات زیبایی هستند.

یکی از شاخه‌های بارز سلامت خاک، وجود کرم‌های خاکی در آن است که بدون کوچک‌ترین مزاحمتی مشغول شخم‌زدن خاک و تولید مواد مغذی برای بقای انسان‌ها هستند. آنها با اینکه ظاهری دوست‌داشتنی ندارند و خیلی به چشم نمی‌آیند، ولی یکی از مهم‌ترین موجودات در اکوسیستم طبیعی جهان به شمار می‌روند. کرم‌های خاکی با تغذیه از مواد آلی در حال تجزیه و بر گرداندن این مواد یا مدفوع خود به خاک، کودی طبیعی باخواب بسیار تولید می‌کنند. بعضی مطالعات نشان داده‌اند غنای نیتروژن خاکی که توسط کرم‌های خاکی هضم و دفع شده، برابر خاک هضم‌نشده است، اما جالب اینجاست که این کرم‌ها از ریشه‌های زنده گیاهان تغذیه نمی‌کنند؛ بنابراین تهدیدی برای گیاهان زنده محسوب نمی‌شوند.

کرم‌های خاکی بسا ایجاد حفره و باز کردن فضاهایی داخل خاک، ساختار خاک را بهبود می‌دهند. این تغییر فیزیکی به این معناست که آب و مواد مغذی در انحلال پذیری می‌توانند راحت‌تر به سمت ریشه گیاه حرکت کنند. تحقیقات نشان داده است که حرکت کرم در داخل خاک، میزان تصفیه آب را تا ۱۰ برابر افزایش می‌دهد؛ به همین دلیل، احتمال وقوع سیل بر خاکی که در آن کرم زندگی می‌کند بسیار کمتر از خاک بدون کرم است. این حفره‌های ساخته شده توسط کرم‌ها که مخکن است تا عمق خاک بروند، زهکشی خاک را بسیار بهبود می‌دهند که به محافظت از ریشه‌های گیاه در برابر پوسیدگی کمک می‌کند. حفره‌ها نتنها به زهکشی و تصفیه آب

تولید ورمی کمپوست در خانه‌هایی که باغچه دارند یا خانه‌های ویلایی بسیار آسان است ولی در آپارتمان‌ها که کمبود جا دارند، می‌توان از فضای بالکن و راه‌پله استفاده کرد. در این صورت باید کرم‌ها را همراه با مواد لازم داخل جعبه‌ای که ارتفاعش از ۳۰سانت

بیشتر نباشد و زهکشی مناسب داشته باشد قرار داد و اقدام به تهیه کمپوست کرد

کمک می‌کنند، بلکه راه‌هایی برای هوا ایجاد می‌کنند که به تهویه خاک کمک می‌کنند. اگر چه زنده نگه‌داشتن جمعیت کرم‌ها برای خاک و گیاهان عالی است، اما باید این راه در نظر گرفت که کرم‌ها منبع غذایی مهمی برای بسیاری از حیوانات شکارچی مانند پرندگان هستند و ارزش این کرم‌ها در حیات زیست کره بسیار حائز اهمیت است. در دنیای مدرن امروزی با سبز شدن ساختمان‌ها به جای درختان، استفاده از گیاهان آپارتمانی بسیار رایج شده و داشتن خاک خوب و باکیفیت در داخل گلدان‌های خانگی از اهمیت زیادی برخوردار است، چراکه خاک در کنار حیات بخشیدن به گیاهان می‌تواند منبع آلودگی نیز باشد. این کرم‌های کوچک اینجا هم حرفی برای گفتن دارند. با استفاده یک کیلوگرم از آنها، هم می‌توانید خاک مرغوب گلدان‌هایتان را خودتان تولید کنید و هم به محیط‌زیست و کاهش زیاله‌ها کمک می‌کنید و هم در ابعاد بزرگ‌تر صاحب یک شغل پردرآمد شوید. زیاله‌های پاک خانگی منبع غذایی خوبی برای این موجودات گرانبها هستند و به راحتی می‌توان در خانه کود مورد نیاز گلدان‌ها را تنها در یک بالکن کوچک یا حتی در راه‌پله و پارکینگ تهیه کرد. رضا سرلک، مولف کتاب صنعت پرورش کرم خاکی و کارآفرین تولید ورمی کمپوست می‌گوید: «ضایعات کشاورزی و شهری در حال افزایش است که بخش زیادی از آن مواد آلی هستند. در بخش کشاورزی سالانه چند میلیون تن ضایعات کشاورزی مانند کاه و کلش تولید می‌شود که مقدار قابل توجهی از آن سوزانده می‌شود که نتیجه آن آلودگی هوا و کاهش توان تولید اراضی کشاورزی و در نهایت مرگ میلیون‌ها میکروارگانیزم و موجوداتی است که برای خاک مفید هستند.

یکی از روش‌هایی که بسیار کاربردی و کارآمد است، تهیه ورمی کمپوست از این ضایعات است که هم‌اکنون بسیاری از کشاورزان با این امکان آشنا شده‌اند و از آن استفاده می‌کنند، ولی هنوز کافی نیست.»

ورمی کمپوست را از زیاله خانگی هم می‌توان تولید کرد، ولی زیاله شهری به درد نمی‌خورد؛ چون کرم‌ها از نمک، مواد سمی، صنعتی و روغن بیزراند و اگر در معرض این مواد قرار بگیرند، می‌میرند. تولید ورمی کمپوست در خانه‌هایی که باغچه دارند یا خانه‌های ویلایی بسیار آسان است، ولی در آپارتمان‌ها که کمبود جا دارند، می‌توان از فضای بالکن و راه‌پله برای این منظور استفاده کرد. در این صورت باید کرم‌ها را همراه با مواد لازم داخل جعبه‌ای که ارتفاعش از ۳۰سانت بیشتر نباشد و زهکشی مناسب داشته باشد، قرار داد و اقدام به تهیه کمپوست کرد. در باقیمانده میوه‌جات و سبزیجاتی که در خانه دور ریخته می‌شوند می‌توان کمپوست تهیه کرد و حتی از کرم‌هایی که ممکن است در فرایند تولید ورمی کمپوست بمریزند هم می‌شود برای تغذیه ماهی‌های آکواریومی استفاده کرد که غذایی بسیار مناسب برای ماهی‌ها محسوب می‌شود. حتی با توجه به گرانی تخم‌مرغ، اگر کسی در حیاط خانه‌اش مرغ دارد، می‌تواند از کرم‌های خاکی برای تغذیه آنها استفاده کند که منجر به تولید تخم‌مرغ‌هایی بسیار باکیفیت می‌شود.

رضا سرلک می‌گوید کارش را تنها با ۳۰هزار تومان در سال ۱۳۸۸شروع کرده و خانه و گاوداری و بسیاری از دارایی‌های دیگر زندگی‌اش را به توجیه هم گرانی تخم‌مرغ، از به‌دست آورده است.او توضیح می‌دهد: «بعد از پایان تحصیل در رشته مهندسی کشاورزی از دانشگاه تهران، می‌دانستم که شغلی نخواهم داشت؛ بنابراین به مشاغل مختلفی فکر کردم و حتی در ابتدا کار پرورش قارچ را هم انجام دادم، ولی به‌طور اتفاقی در کلاس‌هایی که خود دانشگاه برای پرورش کرم خاکی برگزار کرده بود، شرکت کردم و همانجا فهمیدم به این کار علاقه دارم؛ چون برای شروع به سرمایه کمی نیاز داشت. کم‌کم که کار را گسترش دادم به فکر افتادم کتابی آموزشی هم برای کمک به افراد علاقه‌مند بنویسم که با تالیف این کتاب کاربردی هم درآمد خیلی بهتر شد و هم اینکه این کتاب را در اینترنت قرار دادم و باعث شد بسیاری دیگر از افراد که علاقه‌مند به راه‌اندازی این شغل هستند از تجربیات علمی و عملی‌ام طی این سال‌ها بهره‌مند شوند. این هم تبلیغ خوبی برای کارم شد.» او با توجه به هزینه کم راه‌اندازی کارگاه تولید ورمی کمپوست می‌گوید: «هم‌اکنون می‌توان در ابتدا با یک‌میلیون تومان کار شروع کرد. یک کیلوگرم کرم خاکی را می‌شود با قیمتی حدود

اینکه در بسیاری از سایت‌ها و فضای مجازی برای کرم‌ها انواع مختلفی درنظر می‌گیرند درست نیست و جنبه بازار یایی دارد. از طرفی چون ما در ایران آزمایشگاهی نداریم که بشود تشخیص داد کرم‌های خاکی از چه نوعی هستند، بسیاری از افراد تصور می‌کنند برای شروع می‌توانند بروند و خودشان از طبیعت کرم‌های خاکی را تهیه کنند که این هم درست نیست

کسب‌وکار توضیح می‌دهد: اینکه در بسیاری از سایت‌ها و فضای مجازی برای کرم‌ها انواع مختلفی درنظر می‌گیرند، درست نیست و جنبه بازاریابی دارد. از طرفی چون ما در ایران آزمایشگاهی نداریم که بشود تشخیص داد کرم‌های خاکی از چه نوعی هستند، بسیاری از افراد تصور می‌کنند برای شروع می‌توانند بروند و خودشان از طبیعت کرم‌های خاکی را تهیه کنند که این هم درست نیست. کرم‌های خاکی که من تولید کردم هم‌اکنون نسل چهارم محسوب می‌شوند و با ترکیب چند گونه به‌دست آمده‌اند و تکثیرشان هم بسیار سریع و خوب است. پس برای راه‌اندازی بهتر است کرم‌ها را خریداری کرد تا سریع‌تر به نتیجه مطلوب رسید.» او می‌گوید: «پرورش کرم خاکی و تولید کمپوست مثل کاه و گندم است که به شیوه‌های متفاوت سرمایه‌را به برمی‌گردانند. این کسب‌وکار هم از فروش کرم‌ها می‌شود در آمد به‌دست آورد و هم کمپوست تولیدی در آمدی جداگانه دارد. برای شروع هر کاری در ابتدا علاقه و سپس استمرار در آن کار لازم است تا کار به درآمدزایی برسد. اینکه کسی بخواهد این شاخه و آن شاخه کند راه به جایی نمی‌برد. این کار هم سختی‌های خودش را دارد، ولی در کل کرم‌های خاکی بسیار کاربردی هستند؛ از فروش و پرورش آن برای تولید غذای دام و طیور و آبیزان که هم به‌صورت خشک شده و هم منجمد به فروش می‌رسد، بگیرد تا استفاده از آنها در مصارف زیبایی که یکی از آنها روغن خراطین است که برای رشد موها و پوست بسیار مفید است و خاصیت حجج‌دهندگی دارد.»

او درباره اینکه چگونه ممکن است پرورش کرم خاکی در ایران رونق بگیرد، توضیح می‌دهد: فرهنگسازی و تبلیغات از سوی دولت برای این کار بسیار ضروری است. دولت می‌تواند برای حل قسمتی از مشکل پسماندها با اطلاع‌رسانی مردم و هم تشویق به جداسازی زباله در این صنعت به نیروی کاری کمی نیاز دارد و همچنین کرم‌ها به مراقبت دائمی نیاز ندارند و کارهای مربوط به آن نسبتاً آسان است. البته محدودیت‌هایی هم دارد که باید در نظر گرفت که ازجمله نبود بازار فروش منسجم و قیمت ثابت و حمایت نکردن دولت از بخش خصوصی برای خرید تضمینی از جمله مشکلات این کسب‌وکار است. سرلک با اشاره به اینکه ۴۰درصد مشتری‌هایش خانم‌ها هستند، می‌گوید: «بسیاری از خانم‌های خانه‌دار برای خرید و راه‌اندازی این کار به من مراجعه می‌کنند و بسیاری دیگر هم گلخانه‌هایی دارند و می‌خواهند برای مصرف شخصی ورمی کمپوست تولید کنند و به کار پرورش کرم خاکی روی آورده‌اند، ولی راه‌اندازی این کار در ابعاد کوچک جنبه تجاری ندارد و فقط کمک به محیط‌زیست است.»

او درباره تبلیغات فضای مجازی در این

خلاصه گزارش

یادداشت

زهرا شمس

کارشناس ارشد روانشناسی

چرا انسان‌ها یکدیگر را دوست ندارند؟

خیلی اوقات در اطراف مـان با افرادی روبه‌رو می‌شویم که مدام در حال بدگویی از دیگران هستند. اینطور به‌نظر می‌رسد که انگار ذره‌بینی در دست گرفته‌اند و دنبال عیب و ایراد می‌گردند و گاهی اوقات از اتفاق‌هایی ایراد می‌گیرند که اصلا ایراد نیستند. در واقع بهتر است بگوییم دیگران به هر شکلی رفتار کنند، باز هم این افراد اسـم آن را ایراد می‌گذارند و بزرگش می‌کنند. چرا بعضی‌ها مدام به دنبال پیدا کردن عیب و ایراد در رفتار دیگران هستند؟

انسان‌ها باهم متفاوتند

هیچ دوفتری شبیه یکدیگر نیستند. حتی فرزندان یک خانواده که تحت شرایط یکسانی بزرگ شده‌اند باهم تفاوت دارند. فرزندان یک خانواده برداشت‌های متفاوتی از رفتار یکسان والدین‌شان دارند و همین موضوع باعث می‌شود که آنها به شخصیت‌های کاملاً متفاوتی تبدیل شوند. مثلاً ممکن است در یک خانواده، ۲ برادر باشند که یکی از آنها بسیار منظم و دیگری بسیار بی‌نظم است. ممکن است پدر یا مادر آنها فردی بوده که بسیار به نظم اهمیت می‌داده و مثلاً تأکید داشته که شب‌ها تا تمامی وسایل را سر جای خودشان قرار ندهد به رختخواب نرود. یکی از این ۲ برادر با دیدن این رفتار در ضمیر ناخودآگاه خود تصمیم می‌گیرد که دقیقاً مثل والد رفتار کند و برای خودش والد درونی می‌سازد که مدام به کودک درونش می‌گوید «منظم باش و همه‌چیز را سر جای خودش قرار بده» ولی برادر دیگر کاملاً برعکس عمل می‌کند و چون از نظم زیاد خسته شده، تصمیم می‌گیرد هیچ چیزی را سر جای خودش قرار ندهد و کودک درونش را آزاد و رها بگذارد. این موضوع نشان می‌دهد، وقتی ۲ نفر که تحت شرایط یکسانی بزرگ شده‌اند هم می‌توانند باهم متفاوت باشند، پس تفاوت انسان‌هایی که در فرهنگ‌های مختلف بزرگ شده‌اند نباید عجیب باشد و ایراد تلقی شود.

تفاوت بودن بد نیست

مشکل از جایی شروع می‌شود که بعضی از خانواده‌ها به کودکانشان – که آینده جامعه را می‌سازند – آموزش نمی‌دهند و به آنها نمی‌گویند که انسان‌ها باهم متفاوتند و این تفاوت نشانه خوب یا بد بودن آنها نیست. این درست نیست که فکر کنیم هر کسسی که ظاهرش با ما متفاوت است یا شبیه ما رفتار نمی‌کند انسان بدی است.

به آنها آموزش نمی‌دهند که ما می‌توانیم فارغ از تفاوت‌هایی که با یکدیگر داریم، همدیگر را دوست داشته باشیم، به عقاید یکدیگر احترام بگذاریم و تفاوت‌ها را بپذیریم. اگر انسان‌ها با این شیوه تربیت شوند، علاوه بر اینکه در زندگی‌شان آرامش دارند، می‌توانند از یکدیگر چیزهای جدیدی بیاموزند و این مسئله باعث باز شدن ذهن آنها می‌شود و در نهایت جامعه‌ای پر از عشق و دوستی شکل می‌گیرد.

دردهای نپذیرفتن افراد متفاوت

وقتی پذیرش در جامعه وجود نداشته باشد، نتایجش این می‌شود که افراد مدام با کسانی که با آنها متفاوتند – چه از نظر ظاهری و چه از نظر رفتاری – درگیر می‌شوند. آنها یادگرفته‌اند افراد متفاوت با خود را دوست نداشته باشند، حضور آنها را خطری برای خود بدانند و نسبت به آنها بر از خشم و کینه و نفرت باشند. در نتیجه مدام با آنها در حل مشاخره هستند و حتی همین موضوع علت خیلی از دعواهاست. این مسئله هیچ انتهای ندارد و در نهایت این خشم و کینه‌ها روزی منجر به وقوع اتفاقی تلخ می‌شود؛ از انواع بیماری‌های روانی و جسمی تا وقایع تلخ اجتماعی. می‌دلیل نیست که محققان می‌گویند منشأ خیلی از بیماری‌های کشنده نفرت است. آنها می‌گویند احتمال ابتلا به بیماری‌های سخت در کسانی که دائماً در حال جمع کردن کینه و نفرت از دیگران هستند بیشتر است.

اعتماد به نفس پذیرش ندارند

خیلی از افرادی که نمی‌توانند انسان‌های متفاوت از خودشان را بپذیرند، ممکن است دچار کمبود اعتماد به نفس باشند و خود کم‌بینی داشته باشند. این افراد همیشه دیگران را از خودشان بالاتر می‌بینند. آنها چون این موضوع را بپذیرفته‌اند که تفاوت‌ها نشانه خوبی و بدی انسان‌ها هستند، در این اتفاقی است که به آن «عشق بی‌قید و شرط» می‌گویند. این اتفاق خوشایند تنها زمانی در جامعه رخ می‌دهد که تلاش کنیم که از ابتدا با کودکان مان به گونه‌ای رفتار کنیم که احساس کنند تحت هر شرایطی هم خودشان خوب هستند و هم اطرافیان‌شان. آنها باید بیاموزند که باید دیگران را همانطور که هستند بپذیریم و دوست داشته باشیم.

با خرید یک کیلوگرم از کرم‌های خاکی هم می‌توانید خاک مرغوب گلدان‌های‌تان را خودتان تولید کنید و هم به محیط‌زیست و کاهش زیاله‌ها کمک کنید و هم در ابعاد بزرگ‌تر به‌عنوان یک شغل پردرآمد به آن فکر کنید.

می‌توان ابتدا با یک میلیون تومان کار را شروع کرد.

یک کیلوگرم کرم خاکی را می‌شود با قیمتی در حدود ۲۵۰ تا ۱۰۰ هزار تومان برای پرورش داد و کسب تجربه کرد و بعد کم کم کار را گسترش داد.

در شهرستان‌ها و روستاها به‌علت وجود زمین مناسب، این کار کسب درآمد از هیچ محسوب می‌شود ولی در شهرهای بزرگی چون تهران باید به حاشیه شهر رفت تا هزینه زمین کمتر شود.

زیاله‌های پاک خانگی منبع غذایی خوبی برای این موجودات گرانبها هستند و به راحتی می‌توان در خانه کود مورد نیاز گلدان‌ها را تنها در یک بالکن کوچک تهیه کرد.

تولید کرم با فروش کیلویی ۲۵۰ هزار تومان، برای تولیدکننده ۲۰ هزار تومان تمام می‌شود و قیمت ورمی کمپوست هم در بازار ۳ هزار تومان است که برای تولیدکننده زیر هزار تومان، برای فروش کیلویی ۲۵۰ هزار تومان، برای تولیدکننده ۲۰ هزار تومان تمام می‌شود و قیمت هم در بازار ۳ هزار تومان است.

کلام آخر

اگر همه انسان‌ها با عمق جان این موضوع را بپذیرند که «من خوب هستم و توهم خوب هستی» دیگر هیچ‌یک از این مشکلات به‌وجود نمی‌آید و همه یکدیگر را همانگونه که هستند دوست دارند و به یکدیگر احترام می‌گذارند. در این شرایط از دیدن موفقیت‌های یکدیگر لذت می‌برند و حضور دیگران را تهدیدی برای موفقیت خودشان نمی‌دانند و این اتفاقی است که به آن «عشق بی‌قید و شرط» می‌گویند. این اتفاق خوشایند تنها زمانی در جامعه رخ می‌دهد که تلاش کنیم که از ابتدا با کودکان مان به گونه‌ای رفتار کنیم که احساس کنند تحت هر شرایطی هم خودشان خوب هستند و هم اطرافیان‌شان. آنها باید بیاموزند که باید دیگران را همانطور که هستند بپذیریم و دوست داشته باشیم.