

برگ تازه‌ات رارو کن

چند پیشنهاد ساده برای گذری سبز از این روزهای غم‌آلود

هریم محبی | پیوند با طبیعت، در هر اندازه و با هر شکل و شمایل، می‌تواند تأثیر شگفت‌انگیزی بر روح و روانمان بگذارد. همیشه تسکین است و مفرح ذات حتی اگر صرفاً بوییدن گلی باشد و تماشای منظره. شاید این روزها که بهاری دیگر در راه است، بد نباشد دوباره، با همه توش و توان، این هم‌زیستی را غنیمت بشماریم. مخصوصاً که روزهای خوبی را از سر نمی‌گذرانیم. خاکمان، طبیعتمان، اقصی نقاط کشورمان، شب و روزهای تب‌داری را سپری می‌کنند و خودمان هم در انبوه خبرهای مرتبط با جنگ غرق شده‌ایم. اما از آنجایی که زور زندگی همیشه بیشتر است، باید تلاش کنیم تا روزه‌های امید و روشنائی و حال خوب را برای خودمان زنده نگاه داریم. اما چگونه؟ بدون شک یک راه آن هم جواری با طبیعت است و دم‌خور بودن با گل‌ها و گیاهان، آن هم به شیوه‌هایی کاملاً ساده و کاربردی.

یک قدم برای جبران دوری از طبیعت

درست است که زندگی آپارتمان‌نشین امروز ما را از هم‌جواری بیشتر با نور آفتاب و نسیم ملایم و دارودرخت‌ها دور کرده است. اما راه چاره چیست؟ راه اندازه‌ی باغ یا باغ‌ها می‌تواند ایده خوبی باشد. با مدیر ساختمان و همسایه‌ها شور کنید و یک محیط سبز طبیعی اشتراکی در پشت بام خود راه بیندازید تا هر کس، بسته به ذوق و علاقه خود، گوشه‌ای از کار را بگیرد. تراس‌های کوچک منازل نیز می‌تواند محل خوبی برای منفعت‌های حداقلی باشد. مثلاً، جعبه‌های کوچک مخصوصی را به کاشت بذر سبزی‌ها و حتی فلفل و گوجه‌فرنگی اختصاص دهید. وقتی از حاصل دست‌رنجتان استفاده کنید لذتش چندین برابر می‌شود.

نکته: باغ بام‌ها انواع مختلفی دارند. گیاهان مخصوص به فضای خودشان را می‌طلبند و ویژگی‌های ساختمان نظیر عرصه یا تعداد طبقات نیز مؤثر است. پس اگر برای ایجاد یک باغ بام جدی هستید، پیش از هر اقدامی با اهل فن مشورت کنید.

چند گل‌دان در خانه دارید؟

بهبود خلق و خو، افزایش حس آرامش و نشاط و احساسات مثبت، تنظیم خواب، تصفیه هوا، پاک‌یزگی فضای خانه و زیبایی محیط، همگی از فواید هم‌زیستی با گیاهان است. شما در خانه خود چند گل‌دان دارید؟ یک نگاه به نام این گل‌ها بیندازید و ببینید جای خالی کدام یک در منزلتان حس می‌شود.



پتوس

این گیاه سمومی مانند فرمالدئید، تولوئن، زایلن و بنزن را پاک می‌کند. به همین دلیل برای اتاق خواب بسیار مناسب است.



اسپاتی فیلوم

به این گیاه گل چمچه‌ای یا برگ قاشقی هم می‌گویند که به تنهایی تا ۶۰ درصد هوای خانه را تصفیه می‌کند.



داوودی

این گیاه آلودگی‌های هوا مانند بنزن و بوی ناشی از رنگ، مواد شوینده و... را جذب می‌کند.



آگلونما

این گیاه از بهترین گل‌ها برای تصفیه هواست. به دلیل تأثیر بسیار مثبت آن در تصفیه هوای خانه، به آگلونما فیلتر هوایی می‌گویند.



زنبق

به این گیاه به دلیل اینکه ترکیب‌های خطرناکی مانند تری‌کلروآتیلن، فرمالدئید و بنزن را جذب می‌کند، جاروبرقی هوایی می‌گویند.



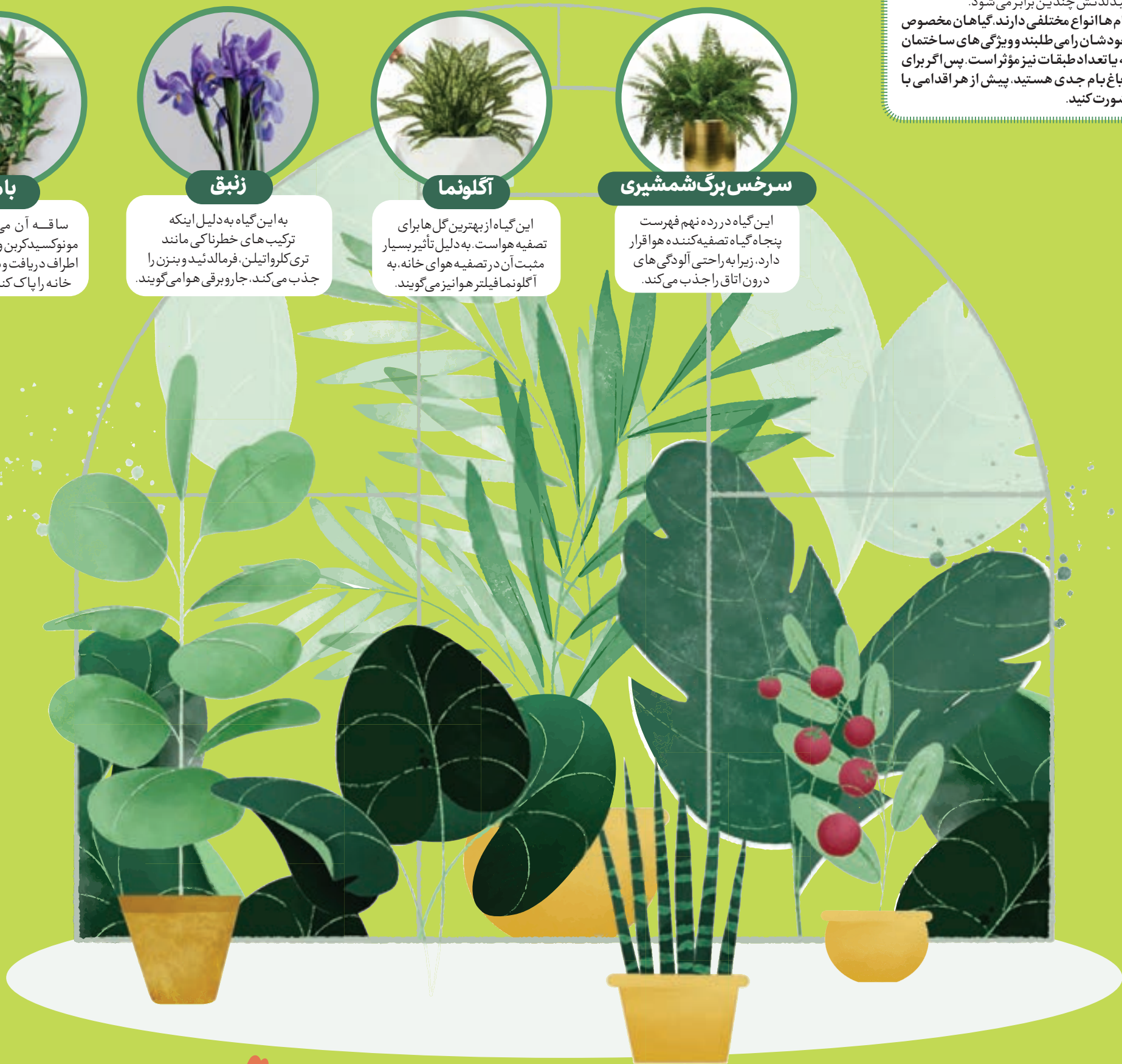
بامبو

ساقه آن می‌تواند بنزن، مونوکسیدکربن و کلروفرم را از هوای اطراف دریافت و به این ترتیب هوای خانه را پاک کند.



سرخس برگ‌شمشیری

این گیاه در دره نهم فهرست پنجاه گیاه تصفیه‌کننده هوا قرار دارد. زیرا به راحتی آلودگی‌های درون اتاق را جذب می‌کند.



هر روز روز درخت‌کاری است

۱۴ اسفند که روز درخت‌کاری نام دارد، امسال، زیر سایه روزهای جنگ زده و خبرهای ناراحت‌کننده آن قرار گرفت. اما مگر نمی‌توان در روزهای دیگر این سنت حسنه را یادآوری کرد؟ می‌توانید نهال کوچکی تهیه کنید، دست خانواده را بگیرید و ساعتی به طبیعت اطراف سری بزنید و نقش خودتان را در این میان ایفا کنید. حتی می‌توانید نهالی را به یاد افرادی که دوستانشان دارید تهیه کنید و بکارید و با هدیه آن به خودشان دیگران را هم به این کار ترغیب کنید. آمارها می‌گویند در سطح جهان هر سال حدود ۳ میلیارد و ۱۵ میلیون اصله درخت قطع می‌شود ولی فقط حدود ۱ میلیارد و ۸۰۰ میلیون اصله درخت کاشته می‌شود.

نکته

در خراسان، به دلیل اقلیم خشک تا نیمه خشک و تابستان‌های گرم و بارندگی کم، باید به گونه‌های مقاوم به خشکی و سازگار با کم‌آبی اولویت داد. شما می‌توانید با ورود به سامانه جامع فضای سبز شهرداری مشهد به آدرس gsmas.mashhad.ir برای درخواست کاشت نهال اقدام کنید.

سبزه‌نوروز را فراموش نکنید

حالا که نوروز نزدیک است ما یک پیشنهاد دیگر هم برای شما داریم. سبزه بکارید. بله، به رسم هر سال که می‌خواهیم طبیعت و طراوت را برای خودمان به ارمغان بیاوریم، می‌توانید از همین لحظه دست به کار شوید. شاید بگویید دیر شده است اما به یاد داشته باشید هدف ما پیش از هر چیز این است که از هر راه کوچک ممکن تلاش کنیم تا حال خوبی به خودمان و دیگران تزریق کنیم.

کودکان را شریک کنید

برای جانداختن اهمیت یک موضوع در دوران کودکی هیچ اقدامی همچون تماشای آن نزد والدین اهمیت ندارد. این خود بهترین راه فرهنگ‌سازی است. چه زمانی که پای فرهنگ کتاب‌خوانی در میان باشد، چه وقتی اهمیت به محیط زیست. پس لطفاً کودکان را در کارهای سبز دخیل کنید. با آن‌ها از اهمیت ارج نهادن به گل‌ها و گیاهان، به عنوان موجوداتی زنده، صحبت کنید. از تفاوت‌های آن‌ها بگویید و در عین حال از فوایدی که هر کدامشان می‌توانند در عین تفاوت‌ها داشته باشند، بگذارید با برگ‌ها و با خاک ارتباط بگیرند. به آن‌ها بدهند. با آن‌ها صحبت کنند، مجموع این رفتارها بسیار مؤثرتر از گوشزد کردن همین نکات در بزرگسالی است.

چه هدیه‌ای بهتر از گل و گیاه؟

سال ۱۴۰۴ هم دارد به پایان خودش نزدیک می‌شود و نوروز به زودی از راه می‌رسد. شاید بد نباشد هم‌زمان با پاسداشت این سنت دیرینه ایرانی، اگر قصد دارید تا با هدیه‌ای آرامش و لیختن را در این روزها به یکدیگر هدیه کنید، گلی تقدیم کنید و گل‌دانی، تا همراه آن بسته بزرگی از انرژی و امید و زیبایی را هم به طرفتان بدهید. مخصوصاً اگر در اطرافتان کودکی دارید، می‌توانید به یادگاری به او گل‌دان‌ها و درختچه‌های کوچکی را بدهید و راه و رسم مراقبت از آن‌ها را نیز به‌شان بیاموزید. هدیه کتاب‌هایی با موضوعات محیط زیستی، اهمیت فضای سبز و پرورش گل و گیاه نیز می‌تواند بسته به سببشان برایشان جذاب باشد و آن‌ها را به این موضوع علاقه‌مند کند.

برای یادآوری

درست انتخاب کنیم، قبل از اینکه پای گل‌دانی را به خانه خود باز کنید عوامل زیادی مثل متوسط طول عمر گیاه، میزان آبیاری آن، نیازمندی به نور آفتاب و... را در نظر بگیرید.

- شرایط محیطی مناسب را فراهم کنید: جانمایی درست، رطوبت فضا و گرما و سرمای محیط را در نظر داشته باشید.
- آگاه‌تر شوید: چه زمانی باید به گل‌دان کود بدهید؟ طرز صحیح قلمه زدن گیاهان مختلف چگونه است؟ چه وقت باید خاک گل‌دان عوض شود؟ از آفت‌کش‌ها چه زمانی باید استفاده کرد؟ پاسخ همه این سؤالات را می‌توانید در کتاب‌های راهنما پیدا کنید.

به آینده فکر کنید

حتماً شما هم تا به حال این جمله را شنیده‌اید که می‌گویند: فلانی دستش به گل و گیاه می‌رود. درست است، برخی دست‌ها انگار معجزه می‌کنند. آیا از این دست آدم‌ها در اطراف خود دیده‌اید؟ شاید خودتان یکی از همین آدم‌ها باشید. بسیار خب، حالا بگویید آیا تا به حال به کسب درآمد از این موضوع فکر کرده‌اید؟ شاید در ابتدا خیلی ایده بزرگ و وحشتناکی به نظر برسد، اما چه بسا کارهای بزرگ که از ایده‌های کوچک شکل گرفته‌اند. راه و رسمش را که بلدید. خود گل‌ها گواه‌اند. پس شاید بد نباشد با یکی دو متخصص در زمینه کشاورزی و باغبانی مشورت کنید، دانشتان را در این زمینه بالا ببرید و چند صباح دیگر یکی از پرورش‌دهندگان بزرگ گل و گیاه باشید.