

معرفی کتاب زندگی پسماند صفر در سی روز

سیده تارا زرین^۱

۱. دانشجوی کارشناسی، رشته علوم و مهندسی محیط زیست،
دانشکده منابع طبیعی، دانشگاه تهران
tarazarrin2@gmail.com

کتاب زندگی پسماند صفر در سی روز به نویسندگی آنیتا واندیک و ترجمه نوشین کرمان نسب می باشد که در انتشارات سبزان قابل دسترس است.

نویسنده یک وبلاگ شخصی و صفحه اینستاگرام دارد که در آن ها زندگی سبز، مینیمالیسم، روی آوردن به پسماند صفر و از این قبیل را تبلیغ می کند.

همان طور که می دانید تجزیه بسیاری از پسماندهای ما سالیان سال زمان لازم دارد و زباله هایی که سر از محل های دفن زباله در می آورند، شروع به تجزیه بی هوازی و تولید گاز متان می کنند، در نتیجه این عمل اثر گلخانه ای تشدید و موجب گرم تر شدن زمین می شود.

این کتاب با دادن راهکارهای عملی به افراد علاقه مند به سبک زندگی پایدار و دوستدار طبیعت کمک می کند تا به مقدار زیادی زباله های خود را کاهش دهند.

برای مثال در کتاب توضیح داده شده که هرکس باید از جایی که ایستاده شروع کند و بررسی سطل زباله می تواند نقطه شروع مناسبی برای هر فرد باشد.

از جمله راهکارهای کتاب برای رسیدن به پسماند صفر می توان به درست کردن کمپوست، جلوگیری از دورریز غذایی، خرید اجناس دست دوم و پایبندی به مینیمالیسم اشاره کرد.

لازم به ذکر است به گفته نویسنده برای انجام این کار، به پشتوانه اعتقادی نیاز است و بدون پشتوانه اعتقادی راهکارها به فراموشی سپرده خواهند شد.

به باور نویسنده اقدامات کوچک اما مستمر تغییرات قابل ملاحظه ای ایجاد می کنند و این گونه ما تبدیل به یک کنشگر محیط زیست در زندگی روزمره خواهیم شد. مسیر کتاب به دو بخش «تفکر و کنش» و «تأمل و

بررسی» در مدت زمان ۳۰ روز تقسیم شده است و برای عموم مردم قابل فهم می باشد.

آنیتا واندیک بر این اعتقاد است که ما فارغ از حزب سیاسی مورد علاقه مان و بدون گذشت از خواسته ها و محروم کردن خود می توانیم حامی محیط زیست باشیم چراکه تا به امروز تنها یک سیاره قابل زیست برای ما وجود دارد و آن «زمین» است.

نظر من درباره ی کتاب زندگی پسماند صفر در سی روز این است که تمامی راهکارها در سی روز و برای همه اقشار جامعه قابل اجرا نمی باشد و کاهش ۸۰ درصدی پسماندها در سی روز چیزی جز یک شعار زیبا نیست. ترک عادت ها برای انسان یکی از سخت ترین کارها است؛ برای مثال عموم مردم نمی توانند در مدت زمان کم زباله های پلاستیکی خود را به طور چشم گیری کاهش دهند یا استفاده از لوازم آرایشی و بهداشتی خود را قطع و آن ها را به صورت دست ساز آماده کنند. در مقابل مطالب کتاب به صورت ساده و روان، مشکلات کلی محیط زیستی را مطرح و مخاطبان آگاه را به تفکر وادار می دارد و همان طور که نویسنده می گوید با پشتوانه اعتقادی و ایجاد تغییرات کوچک در زندگی خود می توانیم تغییرات بزرگی در سرنوشت کره زمین ایجاد کنیم و این یک وظیفه همگانی می باشد چون این کره آبی رنگ تنها خانه همه ی ما است.

زیاله‌های خود را
تا ۸۰ درصد
کاهش دهید

زندگی پسماند صفر در سی روز

نویسنده: آئیتا وان‌دیک

مترجم: نوشین کرمان‌نسب

مصاحبه با نوشین کرمان نسب، مترجم کتاب «پسماند صفر»

مریم طلائی^۱

۱. دانشجوی کارشناسی علوم و مهندسی محیط زیست،
دانشکده منابع طبیعی، دانشگاه تهران
Maryam.Talaie@ut.ac.ir

مصاحبه با نوشین کرمان نسب، مترجم کتاب «پسماند صفر»

مصاحبه کننده: مریم طلائی
دانشجوی کارشناسی علوم و مهندسی محیط زیست،
دانشکده منابع طبیعی، دانشگاه تهران

بودم و به‌طور اتفاقی با کتاب زندگی پسماند صفر در سی روز آشنا شدم و به نظرم دارای مطالب مفیدی بود و میتوانست به افراد علاقه‌مند این حوزه کمک کند در این مسیر، جهت پیدا کنند. این کتاب به‌طور خلاصه وار اصول پایه را معرفی می‌کند، به‌همین خاطر انتخاب مناسبی برای ترجمه بود و خوشبختانه ناشر هم کتاب را برای چاپ از من پذیرفت.

از استقبال و فروش کتاب راضی بودید؟

آن چنان که باید از این کتاب استقبال نشد و علی‌رغم تلاشهای من برای شناساندن کتاب به جامعه هدف و افراد علاقه‌مند، متأسفانه از طریق هیچ نهادی، حمایتی دریافت نکردم. خیلی علاقه‌مند بودم که مطالب این کتاب در سطح عمومی عرضه شود اما نهادهای مرتبط مثل شهرداری و مرکز آموزش‌های همگانی برای پسماند، استقبالی نکردند. یک سری صحبت‌ها شد و به‌صورت کلامی ابراز علاقه‌مندی کردند، منتها در عمل اتفاقی نیفتاد.

درباره ی کتاب‌هایی که در گذشته در زمینه محیط‌زیست ترجمه کردید و کتاب‌هایی که قرار هست در آینده ترجمه بفرمایید، توضیح دهید.

همان‌طور که گفتم، یکی از حوزه‌های مورد علاقه من بحث پایداری است و همیشه تلاش کردم کتاب‌هایی را که انتخاب میکنم در همین راستا باشد. یکی از سبک‌های زندگی پایدار، سبک مینیمالیسم هست و پیش از شروع ترجمه این کتاب، کتاب "کمتر، راهنمای مصور مینیمالیسم" را ترجمه کرده بودم و آن هم از لحاظ زیادی با موضوع پسماند صفر همپوشانی دارد، در واقع افراد را با مفاهیم مینیمالیسم آشنا میکند. علاوه بر این یک کتاب، "راهنمای لذت بردن از طبیعت برای کودکان" را ترجمه کردم که یک کتاب فلسفی - عرفانی است و به آموزش اکولوژی می‌پردازد؛ به این شرح که ابتدا یک درسی از طبیعت و یک آشنایی مختصر با آن را به کودکان آموزش میدهد سپس به اینکه چه درسی میتوان از این جانور با از این رویداد و پدیده طبیعی گرفت، می‌پردازد؛ این کتاب یکی از شیرین‌ترین کتاب‌هایی است که تا به حال خوانده‌ام، نه به‌خاطر اینکه خودم ترجمه‌اش کرده‌ام بلکه از لحاظ محتوایی بسیار کتاب شیرینی هست.

در حال حاضر کتابی با عنوان "نجات زمین، راهکارهایی برای کاهش تغییرات اقلیمی" در دست انتشار است و یکی از کتاب‌های بسیار مفید در بحث آموزش همگانی برای کاهش تغییرات اقلیمی به شمار میرود. اکثر کتاب‌های موجود در بازار در زمینه بحث‌های تخصصی و زیرساختی هستند که باید توسط سیاست‌های کلانی که سیاست‌مداران پایه‌گذاری و اعمال میکنند، صورت بگیرد اما در زمینه آموزش در سطح فردی آن هم در بحث

ضمن تشکر از وقتی که در اختیار من قرار دادید، لطفاً یک بیوگرافی از خودتون بفرمایید.

با سلام و عرض ادب، نوشین کرمان نسب هستم، دانش‌آموخته رشته مترجمی زبان در مقطع ارشد از دانشگاه علامه طباطبائی.

چطور به حوزه محیط‌زیست علاقه‌مند شدید؟

خب علاقه‌مندی من به محیط‌زیست برمی‌گردد به دورانی که تصمیم گرفتم دوره راهنمایان اکوتوریسم را بگذرانم؛ در آن دوره یک سری دروس در رابطه با اکوتوریسم بخش‌های مختلف محیط‌زیست ایران، آشنایی با حیات وحش ایران و همین‌طور یک سری سفرهای آموزشی گذراندم و من متوجه شدم این راهی است که می‌خواهم ادامه بدهم و هیچ چیز دیگری مثل محیط‌زیست و طبیعت به من آرامش نمی‌دهد.

از چه طریقی با کتاب زندگی پسماند صفر در سی روز آشنا شدید؟ چه چیز باعث شد که این کتاب را ترجمه کنید؟

علاقه مندی من به محیط زیست باعث شد در این حوزه به کار ترجمه مشغول شوم، چون رشته تحصیلی من مترجمی بود. پس از جست‌وجوهای فراوان متوجه شدم، کتاب‌های آموزشی زیادی در سطح عام و برای آموزش همگانی در حوزه محیط‌زیست وجود ندارد و اکثر کتاب‌ها، کتاب‌های تخصصی دانشگاهی هستند. به همین خاطر در منابع انگلیسی جست‌وجو کردم.

از قبل با زیرشاخه ی سبک های زندگی پایدار (Sustainable lifestyle) آشنایی داشتم. همان‌طور که می‌دانید پسماند صفر، یک سبک زندگی پایدار است. به‌همین خاطر دنبال کتابی که در این خصوص باشد

به نظر شما رعایت چه مواردی در خانواده‌ها برای حرکت جامعه به سمت پسماند صفر شدن مؤثر است؟
از نظر من مهم‌ترین چیز آگاهی دادن است زیرا خیلی وقت‌ها ما آشنایی نداریم؛ اصلاً نمیدانیم چه کاری درست یا غلط است. بحث آموزش بسیار مهم است که اصلاً در درجه اول بدانیم کار درست و غلط چه هست و این امر میتواند از طریق پلتفرم‌هایی مانند رسانه‌های جمعی یا حتی از طریق بیل‌بوردهای شهری به وقوع بپیوندد.

تغییرات اقلیمی و گرمایش جهانی مطالب زیادی وجود ندارد. این کتاب براساس پایان‌نامه دکتری نویسنده، گردآوری شده است. کتاب خلاصه‌وار به اصل مطلب می‌پردازد؛ آنچه که میتوانیم انجام بدهیم برای کاهش تغییرات اقلیمی، نه آن چیزی که در ظاهر به نظر خیلی بزرگ می‌آید اما اثرهای کمی دارد. بیشتر اوقات ما دست به کارهایی می‌زنیم که به نظر خیلی مهم می‌آید و فکر میکنیم خیلی اثرگذار است درحالی‌که کاملاً برعکس است! در مقابل، کارهایی وجود دارد که خیلی بی‌سروصدا است، ولی می‌بینیم می‌تواند اثرهای خوب و پایداری در بحث محیط‌زیست داشته باشد.

چقدر زندگی پسماند صفر در زندگی شخصی شما وجود دارد؟ در جهت پسماند صفر شدن چه کارهایی را خودتان در زندگی روزمره انجام می‌دهید؟

من همیشه سعی می‌کنم کتاب‌هایی را انتخاب کنم که در راستای ارزش‌های وجودی خودم و ارزش‌هایی که به آن پایبند هستم، باشد. بحث سبک‌های زندگی پائین‌تر هم دقیقاً همان چیزی است که همیشه به آن علاقه‌مند بودم چون اعتقاد دارم این زندگی فقط برای خودمان نیست و ما باید به قدری از این منابع برداشت و استفاده کنیم تا برای نسل‌های بعدی هم جایی برای استفاده بماند و آن‌ها هم بتوانند از لذتی که ما از طبیعت می‌بریم، بهره‌مند شوند. سعی میکنم کتاب‌هایی را که انتخاب می‌کنم هم در همین راستا باشد و خودم تاجایی که میتوانم به آن پایبند بمانم و بتوانم تا حدی که آسایش فردی خود و خانواده را خدشه‌دار نکنم در زندگی پیاده کنم. به‌طور مثال نمیتوان گفت که به‌صورت کاملاً سفت‌وسخت از ورود پلاستیک و استفاده از آن جلوگیری میکنم، گاهی کیسه‌های پلاستیکی وارد میشوند چون به‌هر حال من تنها نیستم یعنی سایر اعضا خانواده، بالأخره خریدی انجام میدهند که در پلاستیک گذاشته میشود اما سعی می‌کنم از کیسه‌های پلاستیکی چندین بار استفاده شود. برای خریدهایی مانند خرید تره‌بار و خریدهای خواربار، یک سری کیسه‌های چندین مصرف، کیسه‌های پارچه‌ای از جنس‌های مختلف دارم که برای خرید میوه یا خرید از سوپرمارکت استفاده میکنم. قبل‌ترها که فرصت بیشتری داشتم، زباله‌های تر و زباله‌های ارگانیک را خشک میکردم و برای مصرف دام به دست دامدار می‌رساندم و یا حتی بعد از خشک شدن به صورت کمپوست دفنش می‌کردم؛ البته بحث کمپوست فرق می‌کند چون نمیشود نیترات را وارد خاک کرد، باید یک مقدار کربن هم همراه با تیکه‌های کاغذ وارد شود. تاجایی که زمان اجازه میداد از این کارها انجام میدادم یا اگر فرصت بکنم انجام میدهم. همیشه دیگران را تشویق به بحث تفکیک میکنم. خودم هم تفکیک را هنوز انجام میدهم، برایم مهم هست و اعتقاد دارم که همیشه در هرم مصرف، چه چیز اولویت دارد و تاجایی که امکانش هست مجدداً از وسایل استفاده میکنم.