

تنها به خودشان و درباره خودشان فکر می‌کنند. فکر می‌کنند: «این مورد را درباره خودم تغییر می‌دهم زیرا چیزی است که می‌خواهم.» همین که محیط زیست‌تان را توصیف می‌کنید و به رابطه خود با هرکس و هرچه در آن است می‌نگرید، احتمالاً به تغییراتی که می‌توانید به وجود آورید فکر خواهید کرد زیرا این تغییر همان چیزی است که محیط زیست می‌خواهد، یا آن چیزی است که برای دنیای پیرامونتان مفید خواهد بود.

۵. فهرستی از گوشت خواران درست کنید

گوشت خواران، جانورانی‌اند که گوشت می‌خورند. گوشت خواران را می‌توان راسته‌ای از پستانداران، شامل خرس‌ها، گرگ‌ها، گربه‌سانان، خانواده راسوها، فک‌ها، و جز آن‌ها، در نظر گرفت. می‌توانید حیوانات دیگری را به یاد بیاورید که گوشت می‌خورند؟ آدمی در قلمرو حیوانات موجودی بسیار خاص است زیرا می‌تواند انتخاب کند که چقدر گوشت بخورد، و حتی می‌تواند اصلاً گوشت نخورد. کسانی را که گوشت نمی‌خورند گیاهخوار می‌نامند. بعداً درباره گیاه‌خواران و خوراک‌هایشان مطالب بیشتری خواهیم آموخت. شرکت‌هایی که برای خوراک انسان‌ها گوشت تولید و بسته‌بندی می‌کنند، دست به اقدام‌هایی می‌زنند تا اطمینان یابند این گوشت برای خوردن سالم، و بدون باکتری‌های زیانبار و خطرناک است. هرچند که گاهی با تمام تلاشی که می‌کنند نمی‌توانند از فاسد شدن و «گندیدگی» گوشت، یا تأثیر باکتری‌ها و موجودات زنده زیانبار بر آن، جلوگیری کنند. وقتی مواد غذایی یا غذایی فاسد کشف می‌شود، این شرکت‌ها در کنار یکدیگر و با صاحبان کسب‌وکار و مقام‌ها و نهادهای دولتی محلی همکاری می‌کنند تا اطمینان حاصل کنند هیچ ماده غذایی زیانبار یا خطرناکی به فروش گذاشته نمی‌شود. این مواد غذایی فاسد از فروشگاه‌ها جمع‌آوری و به مبدأ تولید برگردانده می‌شود تا به نحو صحیحی آن‌ها را دفع و از چرخه فروش خارج کنند: این عمل را «فراخوانی یا جمع‌آوری کالای فاسد» می‌نامند.

اطلاع‌رسانی به مردم در مورد جمع‌آوری مواد غذایی نیز کار رسانه‌هاست.

۶. فهرستی از علف خواران تهیه کنید

علف خواران جانورانی هستند که گیاه می‌خورند، اگر گیاه خوارید یا کسی را می‌شناسید که گیاه‌خوار است، پس از جمله علف خواران به‌شمار می‌آید! فهرستی از علف خواران تهیه کنید. از کتابخانه پارک محله، یا کتابخانه مدرسه‌تان، برای این کار کمک بگیرید.

و این آدم‌های گیاه‌خوار مواد غذایی خود را از کجا تهیه می‌کنند؟ چند رستوران و فروشگاه مخصوص ممکن است در جاهایی از شهر باشند؛ اما فعلاً باید خودشان مطابق برنامه غذایی و خورد و خوراکشان مواد اولیه غذای خود را تهیه کنند.

در روند این جست‌وجوی خود در پی علف‌خواران، ممکن است حیرت کنید که بسیاری از انواع گیاه را می‌توان خورد، یا به بیان دیگر این گیاهان «خوردنی» اند. در واقع، در روند به‌دست آوردن اطلاعات درباره گیاهان و سبزیجات، می‌توانید اطلاعات زیادی هم درباره کشورها، فرهنگ‌ها، و به‌طور کلی، پیشینه آدمیان کسب کنید. مثلاً، باکتری‌ها که محصولات سیب‌زمینی را در قرن نوزدهم در ایرلند نابود می‌کردند، مردم ایرلند در یافتن خوردنی‌های گیاهی که برای بقای حیاتشان نقش اساسی داشت به تنگنا افتادند. ده‌ها هزار ایرلندی ناگزیر شدند این سرزمین را در جست‌وجوی غذا و کار ترک کنند. برخی از آن‌ها حتی ممکن است از نیاکان شما بوده باشند!

شاید خیال می‌کردید که سیب‌زمینی غذای کسالت‌باری است اما درباره گیاهان و علف‌خواران کاوش و تحقیق کنید، و با شگفتی ببینید که چقدر چیز زیاد می‌گیرید!

۷. وظیفه تمامی حشره‌خواران

گیاهان حشره‌خوار آن‌هایی هستند که حشرات را گیر می‌اندازند و به‌عنوان ماده غذایی اضافی یا مکمل نوش جان می‌کنند.

می‌دانید که آدم‌هایی هم یافت می‌شوند که حشرات را می‌خورند؟ در بعضی فرهنگ‌ها و کشورها انواعی از حشرات منبع خوبی برای تأمین پروتئین به شمار می‌آید؛ در جاهایی دیگر، حشرات کوچکی چون مورچه، ملخ، و زنبور عسل اگر به روش خاصی آماده شده باشند، غذای کمیاب و گرانی به شمار می‌آیند. در فرهنگ‌هایی دیگر ممکن است حشرات را برشته کنند یا حتی به آن‌ها شکلات بزنند و بخورند. پیش از این‌که راجع به این چیزها بگویید «چه چیزهای مزخرفی»، در ذهن خود بیاورید که: پیش از این‌که دست به این جست‌وجو بزنم، هرگز این چیزها را نمی‌دانستم!

۸. درباره گیاهان حشره‌خوار

گیاهان کوزه‌ای شکل با متساعد کردن بویی شیرین و داشتن خطوطی قرمز که شبیه باند پرواز به درونشان می‌رود، حشرات را به دام می‌اندازند. حشرات این خطوط را تعقیب

می‌کنند و به امید یافتن شهد به آن کوزه وارد می‌شوند. وقتی می‌خواهند بیرون آیند، پی می‌برند که پُزه‌های سفت و سخت رو به پایینی راه گریزشان را مسدود کرده‌اند. پس از مدت کوتاهی از تقلاي فرار خسته می‌شوند و به داخل مایعی اسیدی در ته کوزه فرو می‌افتند و در آن جا به تدریج حل می‌شوند.

برگ پرزدار گیاهان حشره‌خوار مایعی چسبناک دارد که حشرات آن را با شهد اشتباه می‌گیرند. وقتی حشره‌ای روی برگ چنین گیاهی می‌نشیند به آن می‌چسبد. برگ لوله می‌شود و حشره داخل خود را حل می‌کند.

گیاهان مگس‌گیر نیز برای حشره‌گیری از سازگاری فوق‌العاده‌ای برخوردارند. در انتهای هر ساقه برگ این گیاهان برگي به شکل کفه صدف وجود دارد که با درون قرمزنگی برای جذب کردن حشره، باز می‌شود. حشره‌ای که در قسمت داخلی برگ می‌نشیند به پُرز تحریک‌کننده یا راه‌انداز گیر می‌کند که کفه‌های صدف را می‌بندد و حشره در داخل آن گیر می‌افتد. این حشره، که اکنون در داخل برگ صدفی شکل گیر افتاده، به وسیله این گیاه حل و به‌عنوان ماده غذایی جذب می‌شود.

۹. چند جانور همه‌چیزخوار را برشمرد

همه چیزخواران عبارت‌اند از جانورانی که هم ماده گوشتی و هم گیاهی می‌خورند. برشمردن همه همه چیزخواران به فهرستی طول و دراز منجر می‌شود! اگر گوشت و سبزیجات می‌خورید، حدس بزنید از چه چیزی ساخته شده‌اید! تحقیق کنید و سایر همه چیزخواران را برشمرد، و ببینید اگر این موجودات همه چیز را می‌خورند، بین آن‌ها و محیط زیستشان چه رابطه‌ای برقرار است!

۱۰. بررسی برنامه (رژیم) غذایی انسان

درباره تمام انواع مختلف خوراکی‌ها و آشامیدنی‌ها تحقیق کنید. پژوهش و بررسی درباره سایر فرهنگ‌ها و پی بردن به برنامه غذایی آن‌ها، بسیار جالب است. درباره مردم چین، آفریقا، یا امریکای شمالی بررسی کنید، آن‌ها را برابر هم قرار دهید و مقایسه کنید. از برنامه‌های غذایی راجع به آن مردم چه اطلاعاتی به دست می‌آوریم؟ در کدام کشورها در ارتباط با برنامه غذایی‌شان مشکلاتی وجود دارد؟ این موضوع زیست محیطی مهمی است، زیرا موجودات زنده جزئی از محیط زیست به‌شمار می‌آیند، و برنامه غذایی مردم بر کره زمین، گیاهان و جانوران تأثیر ژرفی می‌گذارند.