



# تجمعی با یک درخواست مشخص

مخالفان این ماجرا دو نکته را حائز اهمیت می دانند؛ خطر اتمام استقلال کانون و بی‌معنایی قرارگرفتن نظام حقوقی کشور در ذیل نظام اقتصادی.
باین حال، وکلا تنها امکان تجمع در مقابل ساختمان شورای نگهبان را پیدا کردند که جعفر کوشا، رئیس اسکودا، در بخشی از آن طی سخنرانی بیان کرد: «ما بر اساس اصول راهبردی قانون اساسی که در فصل سوم وکالت را به‌عنوان حقوق ملت تبیین کرده است، عقیده داریم که چون در حال حاضر مصوبات مجلس (درباره نهاد وکالت) با محوریت اقتصاددانان انجام می‌شود و نگاه آنان به فصل چهارم قانون اساسی (اقتصاد و امور مالی) است، می‌خواهند نظارت بر وکلا را که جزء حقوق ملت ذیل فصل سوم است، به قوه مجریه

شرق؛ مسئولان کانون وکلای دادگستری ایران و اتحادیه سراسری این کانون، روز گذشته در اعتراض به طرح‌های اخیر مجلس که اثر مستقیم بر استقلال این نهاد دارد، در محل شورای نگهبان تجمع کردند.

در ماه‌های اخیر، مصوبه و لوایح مختلفی در مجلس مرکز توجه قرار گرفته که به شکل مستقیم بر کاهش یا حذف استقلال این نهاد تأثیر خواهد داشت. روز قبل هم «شرق» در گزارشی به این موضوع اشاره کرده بود که در حال حاضر کانون‌های وکلا باید صدور و ابطال پروانه وکالت را از طریق درگاه ملی مجوزهای وزارت اقتصاد انجام دهند. به این معنا که این نهاد باید در زیرمجموعه وزارت اقتصاد و دارایی قرار گیرد.

## کمبود وسایل اطفای حریق، جنگل‌های ایران را گرفتار شراره‌های آتش می کند زاگرس در آتش گرما و شعله‌های بی‌مسئولیتی

**ننگار باقری‌نقره‌ای:** امسال اولین سال سل سوختن جنگل‌های زاگرس در آتش نیست و در صورت تجهیزنگردن این مناطق به سیستم‌های اطفای حریق و مستقرنگردن نیروهای آتش‌نشانی کافی، متاسب با مساحت منطقه، خسارت‌ها همچنان ادامه خواهد داشت.
شاید اگر به همین منوال باشد در سال‌های آینده و دقیقاً در همین ماه‌های گرم تابستانی باید در انتظار به خاکستر نشستن دوباره این مناطق باشیم؛ چراکه ما با بحران آتش‌سوزی مواجه هستیم، پایه‌ها و شواهد این گزاره نیز؛ گزارش‌های موجود از آتش‌سوزهای سالانه است. طبق گزارش ایسنا، در سال ۱۴۰۰، سالانه ۲۱ هکتار از جنگل‌ها و مراتع ایران در آتش می‌سوزد. تاکنون یک ششم جنگل‌های زاگرس به دلایل گوناگون از بین رفته‌اند. طبق گزارش‌ها ۷۵ فقره آتش‌سوزی در سال ۹۵ در استان‌های کهگیلویه و بویراحمد رخ داد که باعث سوختن ۷۰۰ هکتار از جنگل‌های زاگرس شده است. سال ۱۴۰۱ نیز جنگل‌های قه‌لای مهریوان در کردستان آتش گرفت. امسال اما، بحران همان بحران همیشگی بود؛ ولی خسارتی عمیق‌تر بر جای گذاشت. تاوان این حرات، سوختن دو هزار هکتار از جنگل‌های میروان است. جنگل‌هایی که شاید افسانه‌های قومی خاص خود را داشته باشد و در میان مردمانش، پیچش باد لابه‌لای برگ درختان، احساس عمیق سیززندگی را بیدار کند. در تاریخ ۱۲ مرداد ماه، آتش، جنگل‌های زاگرس واقع در کردستان را در برگرفت. مردم روستاهای هنجیران، دروران، میرگ، دریز، نجی، گمارلنگ، کولیت، ماسیدر، آسن‌آباد، سربان لیو، مرانه بایوه، واقع در آذربایجان غربی در طی پنج شبانه‌روزی یعنی از ۱۲ تا ۱۷ مرداد امسال، سوختن زنده زنده طبیعت خود را به چشم دیدند.

**مخاطرات آینده در نتیجه از دست دادن جنگل‌های زاگرس**

برای پیگیری جزئی‌تر اخبار، با سازمان سبزچیا تماس می‌گیرم؛ سازمانی مردم‌نهاد که در سال ۱۳۷۸ با گرایش فعالیت‌های محیط‌زیستی تأسیس شد. در ابتدا که با شماره اعضای دیگر این سازمان تماس می‌گیرم، می‌گویند که تنها آقای فرهاد مولودی است که می‌تواند با روزنامه‌نگاران صحبت کند و این نوع از مدیریت اطلاعات که طبق آن، تنها سخن‌گوی سازمان می‌تواند اطلاعات را انتشار دهد اولین نکته جالب در مورد نظم و انسجام این سازمان است. آقای مولودی که برای روزهای آینده حسرت می‌خورد، با آرامش تمام، تکتک دغدغه‌ها و صائبت آینده در رابطه با جنگل‌های زاگرس را توضیح می‌دهد تا شاید بتوانیم ارزش این مناطق از دست رفته را بیشتر از پیش بدانیم. به نظر او این آتش‌سوزی یک «فاجعه» بود. علش را که جویا می‌شوم، به میزان خسارت این حادثه و اهمیت جنگل‌ها اشاره می‌کند.

اولین گزاره موجود برای دفاع از حیاتی‌بودن وجود این درختان، ضرورت آتش در تأمین آب شرب است. به گفته آقای مولودی: «بیشتر از ۵۰ درصد از آب شرب کشور را همین جنگل‌ها تأمین

می‌کنند». از سمت دیگر وجود درختان باعث تثبیت آب در خاک و نفوذ آن به درون سرچشمه‌های آب زیرزمینی است.

دغدغه اصلی آقای مولودی این است که روزی برسد که سازمان منابع طبیعی و آبخیزداری مجبور به پرداخت میلیاردها تومان برای جبران خسارت‌های ناشی از سیلاب و آبروان در منطقه شود در حالی که همین جنگل‌ها بدون هیچ سروصدا و یا جاروجنگالی، بستری برای حفظ و جذب آب‌های روان و باران‌های سیل‌آسا ایجاد می‌کنند. همین درختان هستند که سبب می‌شوند آب‌ها در جای خود بمانند و سر به شورش نگذارند.

علاوه بر این، آسیب‌های حاصل از این رخداد، محدود به گونه‌های خاص پش‌ر نمی‌شود بلکه حیوانات و گیاهان نیز در معرض خطر قرار دارند. سخن‌گوی سازمان سبزچیا نگران گونه‌های جانوری است که در این سانحه جان باختند. از قول او «سمندر کردستانی، تنها در اکوسیستم این منطقه قابلیت رشد دارد» که گیرکردن او در بین شعله‌های آتش، بدون هیچ راه فراری، به معنای نابودی اوست. در صورت نابودی این مناطق، قطعاً شکل کاسبی و شیوه زندگی مردم منطقه میروان تغییر خواهد کرد. برای مثال ممکن است همه دامداران، نتوانند مانند قبل به فعالیت اقتصادی قبلی خود ادامه دهند و مجبور به ترک پیشه قبلی خود و روی آوردن به شیوه جدیدی از کسب درآمد شوند.

**شیوه اطفای حریق**

از قول آقای مولودی، پنجشنبه، یعنی همان روز اول حادثه، کمپ‌هایی در نقاط مختلف حادثه احداث می‌شود تا نیروی داوطلبانه آموزش ببینند و آماده اطفای حریق شوند. ابزارهای در

و وزارت اقتصاد محول کنند. بنابراین ما از قوه قضائیه خواهش می‌کنیم که در این

زمینه مداخله بفرمایند و به آقای رئیسی به‌عنوان رئیس هیئت نظارت بر اجرای قانون اساسی گوشزد بکنند که اجازه ندهند تفکیک قوا به‌عنوان یک اصل راهبردی مخدوش بشود و امیدواریم که حقوق‌دانان و فقهای شورای نگهبان هم این موضوع را مدنظر قرار بدهند.»

**در تجمع دیروز وکلا چه اتفاقی افتاد؟**

صبح روز گذشته، چهارم شهریور، جمعی از مدیران کانون وکلا و اسکودا برای مذاکره درباره مصوبه‌های اخیر مجلس، عازم محل شورای نگهبان شدند. این افراد با در دست داشتن بنرهای اعتراضی، خواستار پاسخ‌گویی مدیران مربوطه به این موضوع بودند. البته گوش‌ی همراه بعضی وکلا که در حال تصویربرداری بودند، ضبط شد، اما بعد از مدتی با حذف تصاویر، گوش‌ی همراه به آنها مسترد شد. طبق اطلاعات منبع آگاه، با تجمع این گروه در مقابل مجلس مخالفت شده و مسئولان اسکودا منتظر اخذ مجوز برای تجمع در روزهای آینده هستند. طبق آنچه اتحادیه سراسری کانون‌های وکلای دادگستری ایران (اسکودا) در بیانیه خود منتشر کرده، این تجمع در اعتراض به مصوبه اخیر مجلس در نقض استقلال نهاد وکالت صورت گرفت. وکلای دادگستری به این مصوبه اعتراض داشتند و خواستار رد این مصوبه از سوی شورای نگهبان شدند. وکلای دادگستری در تجمع مسالمت‌آمیز خود با در دست داشتن پلاکاردهایی، توجه مسئولان کشور را به اهمیت استقلال کانون وکلا در دادری منصفانه و عادلانه جلب کردند.

گفتنی است تصمیم به برگزاری این تجمع اعتراضی در نشست هیئت عمومی اتحادیه سراسری کانون‌های وکلای دادگستری ایران به تصویب رسیده بود. مطابق مصوبه اخیر مجلس، کانون‌های وکلای دادگستری ایران از صدور و تمدید پروانه وکالت محروم شده‌اند و این امر به هیئت مقررات‌زدایی (زیر نظر وزارت اقتصاد) واگذار شده است. پیش‌تر نیز تصویب طرح‌هایی همچون قانون تسهیل صدور مجوزهای کسب‌وکار و نیز اجازه حضور نمایندگان حقوقی مؤسسات و شرکت‌های خصوصی در محاکم به جای وکیل دادگستری و نیز طرح تحقیق و تفحص از کانون‌های وکلای دادگستری مورد اعتراض و انتقاد شدید کانون‌های وکلا قرار گرفته بود.

همچنین عضو هیئت‌مدیره کانون وکلای مرکز نیز در گفت‌وگویی که با وکلایرس داشته، اعلام کرده است: مدیران کانون‌های وکلای سراسر کشور و فعالان صنفی در این تجمع حاضر شدند و به‌هیچ‌وجه برخورد بدی صورت نگرفت. وکلا به صورت مسالمت‌آمیز و محترمانه اعتراض خود را به وسیله بنرها به مسئولان رساندند و افرادی به داخل رفتند تا با مسئولان صحبت کنند و اعتراض وکلا را به گوش آنها رساندند. خوشبختانه اجتماعی از همه مدیران و فعالان صنفی شکل گرفته بود و امیدواریم مسئولان شورای نگهبان و هیئت عالی نظارت مجمع تشخیص مصلحت نظام صدای بحق وکلای ملت را بشنوند و نسبت به رد این مصوبات اقدام کنند.

به نابودی جنگل‌ها می‌زنند وجود ندارد اما طبق گزارش‌های موجود از سمت انجمن سبزچیا، پس از حادثه آتش‌سوزی و در هنگام بازدید دوباره از مناطقی که در دام آتش افتادند، کوره‌های زیاد زغال‌گیری در منطقه دیده شد که ایمنی منطقه را به خطر می‌اندازند چراکه می‌توانند منجر به آتش‌سوزی جدید دیگری شوند و خسارت بزرگ جدیدی را بر جای بگذارند. اما دیده‌شدن این کوره‌های زغال را نمی‌توان بدین معنا گرفت که حتماً آتش‌سوزی‌ها عمدی بوده است چراکه شاید تصمیم به جمع‌آوری این کوره‌های زغال پس از حادثه بوده و تصمیمی در لحظه وارد باشد.

**امید برای آینده**

آقای مولودی با توجه به سوختن بیش از دو هزار هکتار در این آتش‌سوزی، این اتفاق را یک فاجعه خواند و مانند تک‌تک مردم کردستان و مردمان سایر بخش‌های ایران، امیدوار بود تا روزی برسد که این فاجعه خسارت بسیار کمتری به جنگل‌های

این منطقه وارد کند.

**محمد داسمه ورتک فعل**

محمد داسمه، وکیلی اهل زاگرس است. بر اساس گفته‌های وی، ما با کمبود اساسی نیروهای آموزش دیده و تجهیزات مواجه هستیم.

هنگامی که موضوع ۲۰ عدد دمنده‌ای که طبق گزارش سازمان سبزچیا از آن در اطفای حریق جنگل‌های میروان استفاده شده است را به میان می‌آورم، می‌گویند: «این دمنده‌ها، دمنده اصلی

نیستند و تنها سم‌پاش هستند که قیمت آنها حدود یک الی دو میلیون است اما دمنده‌های اصلی که مخصوص اطفای حریق ساخته شده‌اند ۱۵ الی ۲۰ میلیون هستند که یا در دسترس نیستند یا تعداد خیلی محدودی از آنها به دست نیروهای مهار آتش در جنگل‌های میروان می‌رسد.» او با تأکید بر این مسئله که اطفای حریق باید در همان ساعت‌های اولیه صورت بگیرد، معتقد است که هرچه زمان بگذرد، کار سخت‌تر خواهد شد و اطفای حریق دیگر مؤثر نیست. از او در مورد تعاریف حقوقی عدم انجام به‌موقع مسئولیت اطفای حریق می‌پرسم و نکته قابل توجه این است که در مواد حقوقی، مفهومی تحت عنوان ترک فعل وجود دارد. ترک فعلی که تا پیش از این بیشتر در اخبار عدم پیگیری وضعیت آلودگی هوا استفاده می‌شد؛ در معنای عام و بدون هیچ پیچیدگی، یک رفتارهایی اشاره دارد که ما در فرهنگ عادی به آن «شانه‌خالی کردن» از انجام مسئولیت‌های معوقه می‌گوییم.

در قانون حفاظت و بهره‌برداری از جنگل‌ها و مراتع در ذیل ماده ۴۷ در تبصره اول نوشته شده است: در موقع آتش‌سوزی در جنگل‌ها کلیه مأمورین دولتی عام از تسکری و کشوری و شهرداری‌ها که در نزدیکی آن محل باشند در مقابل تقاضای مأمورین جنگل‌بانی یا زاندارمری یا بخشداری موظفند با کلیه وسایل ممکنه دولتی و شهرداری که در اختیار دارند در آتش‌نشانی کمک نمایند. مأمورین کشوری و شهرداری که در ایفای این وظیفه مسامحه و قصور نمایند بر حسب مورد طبق مقررات مواد ۵۸ و ۵۹ قانون استخدام کشوری مجازات می‌شوند. در مورد مأمورین لشکری تعقیب و مجازات آنان طبق مقررات و قوانین نظامی خواهد بود.

### گزارش روز

### مداخله‌انسان؛

### عامل ۹۰ درصد آتش‌سوزی‌های مراتع

روز گذشته فرهاد زندی، فرمانده یگان حفاظت محیط زیست استان تهران، از وقوع آتش‌سوزی در ۲۵ هکتار از اراضی چهارگانه استان تهران در سال جاری خبر داد. او به ایسنا گفته بود: آمار آتش‌سوزی در مناطق چهارگانه استان تهران از سال ۹۸ کاهش چشمگیری پیدا کرده است. علت آن در کنار کم‌بارشی و عدم رشد پوشش گیاهی، انجام اقدامات پیشگیرانه در مناطق مستعد حریق است. در حالی‌از «ابتدای امسال تا پایان مردادماه» ۲۵ هکتار از اراضی مناطق چهارگانه تهران دچار آتش‌سوزی شدند که این آمار برای سال ۱۴۰۱، ۱۵ هکتار بود. در پنج ماه ابتدایی سال ۱۴۰۰، ۱۹ هکتار، سال ۹۹، ۹۰۰ هکتار و سال ۹۸، هزارو ۸۰۰ هکتار طعمه حریق شدند. به گفته فرمانده یگان حفاظت محیط زیست استان تهران، بیشتر علت آتش‌سوزی در این مناطق عوامل انسانی غیرعمدی بوده است. برای نمونه، افراد آتشی را که در طبیعت روشن کرده بودند، به‌درستی خاموش نکردند. علاوه بر آن برخی زباله‌های به‌جامانده در طبیعت، مستعد ایجاد آتش‌سوزی هستند. او درباره اقدامات انجام‌شده برای تأمین تجهیزات اطفای حریق در مناطق چهارگانه گفت: در دو سال اخیر، به‌ویژه سال جاری، کارهای بسیار خوبی در این زمینه انجام و با توجه به پیگیری و جذب اعتبارات، تجهیزات خوبی برای اطفای حریق خریداری شده است که از جمله این تجهیزات می‌توان به دمنده، کپسول آتش‌نشانی، آتش‌کوب، کلاه، لباس ضدحریق، دستکش، کفش مخصوص کوه و فلکسی‌پک اشاره کرد. فرمانده یگان حفاظت محیط زیست استان تهران اضافه کرد: تجهیزات اطفای حریق به همه مناطق چهارگانه تهران ارسال شده است و حتی به دهیاران و جوامع محلی که در مناطق مستعد آتش‌سوزی حضور دارند، استفاده از این تجهیزات را آموزش دادیم و تجهیزات را در اختیار آنها هم قرار دادیم.

او با اشاره به آموزش جوامع محلی اظهار کرد: آموزش‌های لازم را به جوامع محلی مانند دهیاران، شوراها و همیاران دادیم. علاوه بر آن، با دستگاه‌های اجرایی مانند منابع طبیعی و همچنین سازمان آتش‌نشانی تعامل داریم، حتی پنج نفر را به‌صورت فصلی و ماهانه برای کمک به آتش‌نشازان از محل اعتبارات اطفای حریق جذب کردیم. زندی از دیگر اقدامات پیشگیرانه آتش‌سوزی به احداث آتش‌بُر، مسدودکردن راه‌های دسترسی به نقاط مستعد آتش‌سوزی و تشکیل تیم‌های واکنش سریع اشاره و اظهار کرد: ازجمله این تیم‌ها می‌توان به تیم‌های واکنش سریع در خجیر و سرخ‌حصار اشاره کرد که ۱۰ نفر هستند و در قالب سه تیم سه‌نفره و یک فرمانده فعالیت می‌کنند. البته فقط استان تهران نیست که در ماه‌های گذشته شاهد بروز آتش‌سوزی در آن بودیم و عملاً به نظر می‌رسد این استان وضعیت بهتری نسبت به سایر استان‌ها دارد. ۱۵ مرداد امسال، رئیس سازمان منابع طبیعی و آبخیزداری کشور به ایرنا گفته بود از ابتدای امسال تا پایان تیرماه، ۶۴۳ فقره آتش‌سوزی در سطح مراتع و جنگل‌های کشور روی داد که نسبت به مدت مشابه سال گذشته ۱۳۵ درصد بیشتر است. همچنین در این مدت، چهارهزارو ۱۲۲ هکتار از جنگل‌ها و مراتع دچار حریق شدند که از لحاظ سطح، نسبت به مدت مشابه سال گذشته ۳۶۱ درصد افزایش نشان می‌دهد. او افزوده بود: از این سطح آتش‌سوزی، دوهزارو ۴۱۱ هکتار مربوط به جنگل‌های طبیعی و دست‌کاشت بود. اراضی جنگلی هم ۳۳۳ فقره بوده است، ضمن اینکه آتش‌سوزی در مراتع نیز ۳۱۰ فقره در سطح هزارو ۷۲۱ هکتار بود. امسال از محل صیانت از منابع طبیعی، ۳۰ میلیارد ریال و از محل تأمین و تجهیزات ۲۰۰ میلیارد ریال در قالب اعتبارات ملی پیش‌بینی شده است. نوبخت ادامه داد: با توجه به اینکه بیشترین میزان آتش‌سوزی جنگل‌ها و مراتع را در مناطق زاگرسی داشتیم، افزایش اعتبارات در این مناطق در دستور کار قرار گرفت. اعتبار مقابله با حریق در زاگرس در سال گذشته حدود ۱۲۰ میلیارد ریال بود که سهم کردستان ۱۸ میلیارد ریال از محل اعتبارات ملی بود.

رئیس سازمان منابع طبیعی و آبخیزداری توضیح داده بود: امسال اعتبارات ملی پیش‌بینی‌شده برای زاگرس ۳۵۰ میلیارد ریال و سهم کردستان ۲۶ میلیارد ریال است. چند روز پیش نیز ۱۰ میلیارد ریال برای خرید تجهیزات اطفای حریق آتش‌سوزی در مناطق جنگلی کردستان تخصیص یافت. نیمه مرداد، زاگرس بی‌شابه به جهنمی سوخته نبود. عبارتی که «بیام ما» در گزارش خود از این مناطق به کار برده بود و به نقل از جمال قادری، عضو انجمن سبزچیا، نوشته بود: «از ابتدای سال جاری تا روز جمعه ۱۳ مرداد، بیش از ۱۲۰ مورد آتش‌سوزی در منطقه اتفاق افتاده، اما در دو هفته اخیر حجم آتش‌سوزی‌ها غیرقابل تصور» بوده است.» با وجود تعدد آتش‌سوزی‌ها، تاکنون برآورد دقیقی از وسعت جنگل‌های سوخته اعلام نشده است، اما به گفته عضو انجمن سبزچیا، بیش از این و در یک مورد از آتش‌سوزی‌ها، «۲۴۰ هکتار جنگل سوخت و در موردی دیگر ۱۸۸ هکتار.»

همان موقع نقی شعبانیان، معاون امور جنگل سازمان منابع طبیعی، درباره میزان آسیب‌دیدن جنگل‌های میروان از این آتش‌سوزی‌ها گفته بود: «بر اساس بررسی‌های به‌عمل‌آمده، بیش از ۹۰ درصد آتش‌سوزی منطقه سطحی بوده و به درختان آسیبی وارد نشده است. در آتش‌سوزی اخیر عمدتاً پوشش علفی سطح جنگل دچار آتش‌سوزی شده است. دلیل آتش‌سوزی جنگل‌های میروان دقیقاً مشخص نیست و اکنون نمی‌توانیم بگوییم که این آتش‌سوزی به صورت عمدی یا سهوی انجام شده، اما این دست آتش‌سوزی‌ها به‌طور معمول سهوی است.

شعبانیان با اشاره به اینکه هرگونه رهاسازی، هرگونه کبریت یا ته‌سیگار در جنگل می‌تواند منجر به آتش‌سوزی شود، گفت: امسال در فصل بهار بارندگی مناسبی داشتیم و پوشش علفی مترکمی از وسعت جنگل‌های سوخته اعلام نشده است. آتش‌سوزی در تابستان فراهم آمد؛ زیرا در فصل تابستان این علف‌ها خشک می‌شود و شرایط مناسبی برای آتش‌سوزی ایجاد می‌شود.

او هشدار داده بود که امکان آتش‌سوزی دوباره در جنگل‌های میروان و حتی سایر مناطق زاگرس وجود دارد؛ زیرا هوا بسیار گرم است و پوشش علفی خشک شده کف زمین بسیار غنی است، بنابراین ممکن است دوباره شاهد چنین آتش‌سوزی باشیم. به همین منظور نیروهای ما در منطقه در حالت آماده‌باش قرار دارند.

موضوع افزایش آتش‌سوزی‌ها در تابستان مختص امسال نیست و سال گذشته هم محمد حیدری، کارشناس محیط زیست، در گفت‌وگو با پانا با اشاره به وضعیت بارش‌ها و احتمال آتش‌سوزی جنگل‌ها در فصل تابستان گفته بود: «سال گذشته بیش از ۱۵ هزار هکتار از عرصه‌های طبیعت دچار حریق شد و امسال نیز به دلیل بارندگی‌های کمتر از نرمالی که در بسیاری از استان‌ها داشته‌ایم، در فصل آینده مشکلات بیشتری به لحاظ حریق در مراتع و جنگل‌ها خواهیم داشت.» او همچنین تأکید کرده بود که حریق در عرصه‌های طبیعت به دو صورت طبیعی و عوامل انسانی اتفاق می‌افتد: «درواقع می‌توان گفت ۱۰ درصد آتش‌سوزی‌ها طبیعی و ۹۰ درصد آن انسانی است و به دو علت غیرعمدی نظیر آتش‌زدن زمین‌های زراعی پس از برداشت محصولات کشاورزی یا وجود آشیایی نظیر شیشه که به صورت عدسی عمل کرده و توسط گردشگران در محیط باقی مانده است، رخ می‌دهد.»



خواهید کرد.
ناگفته نماند که غلظت خون بدن انسان معمولاً بین ساعت دو تا شش صبح در بالاترین سطح قرار دارد که البته این مسئله، سطح انرژی و زمان واکنش را کاهش می‌دهد. ساعت بدن سنین مختلف افراد متفاوت است. فارغ از ساعت های بدن نوزادان، کودکان و بزرگسالان، ساعت‌های بدن نوجوانان (۱۰ تا ۱۹ سال)، دو تا سه ساعت دیرتر از سایر افراد تنظیم می‌شود.
حفظ و نگه‌داشتن سطوح مختلفی از انرژی و نیروی محرکه درونی، نوعی مهارت و موفقیت جسمی و روانی محسوب می‌شود. معمولاً افراد در فرایند تعیین ساعت بدن برون‌داده‌های والدین خود را مشاهده می‌کنند؛ یعنی همان تأثیر وراثت. هرکدام از افراد با به‌کارگیری برون‌داده‌های وراثتی خود نیز قادر خواهند بود کارهای روزانه خود را به بهترین شکل ممکن و بر اساس ریتم بیولوژیکی خود تنظیم کنند.
**برگرفته از کتاب:**

**Getting Things Done (Collins Business Secrets), Rus slater**



سلول در اطراف هیپوتالاموس کنترل می‌شود و ترشحات شیمیایی مختلف در بدن را کنترل می‌کنند. به‌طور عینی، اغلب مردم حدود ساعت هفت صبح، سطح پاپینی از سروتونین دارند که باعث می‌شود افراد تند و ترش‌روتر باشند. معمولاً حدود ساعت چهار بعدازظهر سطح آدرنالین خون به بالاترین حد می‌رسد؛ بنابراین در این ساعت آن دسته از فعالیت‌های بدنی و شغلی که نیاز بیشتر به هماهنگی و همکاری دست و چشم دارند، بیشترین احتمال موفقیت را خواهند داشت. بدن در ساعت هفت بعدازظهر با ترشح ملاتونین آماده خواب می‌شود و دلیل اینکه اغلب ما در این ساعت از روز احساس کسلی و خواب‌آلودگی بیشتری نسبت به ساعت‌های دیگر داریم، این است.

ساعت بدن هر انسانی برای روشنائی روز کوک شده است؛ اگر شما جزء کسانی هستید که به صورت شیفتی کار می‌کنند، می‌توانید با کوک متناسب ساعت بدن خود، با تعیین ساعت مطمئن خواب و تاریکی به خودتان کمک کنید. اگر در تعیین ساعت‌ها و برنامه‌ریزی زمان مناسب خواب و بازدهی سبک خود موفق شوید، نتیجه آن را در عملکردتان مشاهده