

2016

ལྗོངས་ཁམས་སྐྱབས་བཅོལ་གི་ཤུགས་རྒྱུན་དང་ འཇུག་འབྲས།



འཕྲིན་ལས་འོད་ཟེར་གྱིས་བརྒྱུ་བསྐྱེད།



བོད་ཡུལ་སྐྱེ་ཁམས་ཐོབ་སྐྱོད་ཚུ་ཚོགས་པས་སྐྱེས།

Tibetan Ecology Foundation

www.khoryug.org

རླུང་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གི་ཤུགས་རྒྱན་དང་དེའི་མཇུག་འབྲས་ལ་དབྱེད་པ།

༡༩ ཐོག་མའི་རྒྱུ་རྐྱེན་ཆ།

འགོ་བ་མའི་རིགས་ཀྱི་སྲིད་པ་ཆགས་ནས་བཟུང་མི་རྣམས་འདོད་རྒྱུ་དང་སྲིད་ཞེན་གྱི་དུག་ཆུས་རབ་ཏུ་དང་
ཤིན་ཏུ་སྐྱོས་ཏེ། ཆེས་མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་གི་བཀོད་པར་གཏོར་བཅོམ་དང་ཆག་འཇིག་སྐྱ་ཚོགས་
བཅོས་པས་མ་ཚད། བསྐྱེད་མར་འཇིགས་ཤིང་སྐྱེ་གཡའ་བའི་བྱ་བ་མ་རུང་བ་ཅི་རིགས་ཤིག་བྱེད་མཁས་འདིར་ཅེས་ཀྱང་སེམས་
འཚབ་སྐྱེ་འོས་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། ཡིན་ན་ཡང་དང་གི་ཚན་ཅུལ་རིག་གནས་ཀྱི་གོམ་སྐབས་གསར་བ་འདི་དབང་བཅོན་པས།
མི་རྣམས་རང་རང་གི་འདོད་མོས་དང་སྐྱེར་དོན་ཁོ་ནར་སེམས་པ་གཡེང་སྟེ། འཇིག་རྟེན་གྱི་སྐྱེན་གྱི་བསམ་སློབ་ཞིག་ལྟ་ཞོག་ཐ་
ན་རང་རང་གི་ཁོར་ཁོར་ཡུག་གཅིག་པོ་ལ་ཡང་རྟོག་ཞིབ་བྱེད་མི་བཏུབ་པའི་གནས་སུ་སྐྱེད་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་ཆེས་ཉེན་
འཚབ་ཆེ་བའི་རླུང་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གི་ཤུགས་འདི་གྱི་སྐྱེར་གཉིས་ལ་འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། ད་
རགས་བར་འདིའི་སྐོར་བོད་ཡིག་བོད་སྐད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཞིབ་པའི་དབྱེད་བཅོང་དང་ཚོམ་ཡིག་རྒྱས་འབྲི་གནང་མཁན་ཉ་ལམ་
མེད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད། རྒྱ་ཆེན་གྱི་རླུང་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གི་གནས་སྐྱོངས་འདི་འེ་ཅག་གི་ཉེན་རེའི་འཚོ་བར་ཐད་ཀར་
འབྲེལ་བ་ཆགས་ཡོད་ཅང་། དེས་པར་དུ་གནད་དོན་འདིའི་སྐོར་ནས་མང་ཙམ་སྐྱོང་སྐྱོང་བྱེད་རྒྱ་དང་། ཡུལ་ལུང་དང་ས་ཁུལ་
བྱེད་བྲག་པ་གཅིག་གི་གནས་སྐྱོངས་ལ་མི་གཟིགས་པར་ཁྱོད་ནས་རླུང་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གི་རྒྱ་ཆེན་འདི་རང་བཞིན་ཤེས་སུ་
འཇུག་རྒྱ་ཆེས་གལ་ཆེ་བར་མཐོང་།

རླུང་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གི་རྒྱན་གྱིས་ལོ་རེར་འཛམ་གླིང་ཆ་སྟོམས་ཀྱི་མི་ས་ཡ་བདུན་ལྷག་དུས་མིན་རྒྱུ་འདས་སུ་
འགོ་བཞེན་པའི་ཁྲོད། ཆེས་ཉེན་ཚབས་ཆེ་བའི་འཚོ་བའི་མངའ་སྡེ་ཤོས་ཀྱི་ཡུལ་ལུང་དེ་ཤར་གླིང་ཨེ་ཤ་ཡ་ཡིན་པ་དང་། དེའི་ནང་
ནས་ཀྱང་བོད་ཀྱི་ཉེ་འདབས་སུ་ཆགས་པའི་འབྲེལ་རྒྱས་སུ་འགོ་བཞེན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ཆགས་ཡོད། གནད་དོན་འདིས་ཅི་
ཞིག་ར་སྐྱོད་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་ཟེར་ན་འེ་ཅག་གངས་ཚན་པའི་གཞོན་བཅུད་གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་ཆེས་བྱུང་སྐྱོང་མེད་པའི་གོད་ཆག་
ཆེན་པོ་ཞིག་འབྱུང་བའི་ཉེན་བདེ་བཏང་ཡོད་པ་དང་། རྒྱལ་གར་གྱི་རྒྱལ་ས་ལྷ་ཡི་གཅིག་པོར་ལོ་རེར་མི་སྡོད་ཕྱག་སྐྱེས་ལྷག་
རླུང་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གིས་གོངས་བཞེན་ཡོད་པ་ལྟར། འཛམ་གླིང་གི་ཆེས་སྐྱགས་བཅོག་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་གོང་ཁྲེར་ཞིག་ཏུ་དོས་
འཛིན་གནང་མཁས་དང་། དེ་བཞིན་དུ་བོད་ཀྱི་ཁྲིམ་མཚོས་རྒྱ་ནག་ལྷ་ལྷ་མཚོན་ན་ཡང་རླུང་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གི་རྒྱན་
གྱིས་མི་ས་ཡ་གཅིག་དང་འབྲེལ་བཞི་རྒྱུན་ལམ་དུ་སོང་བ་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་ཡོད་པ་མ་ཟད། འཚོ་འབོར་གྱི་གངས་ཀ་ཡང་ཉེན་
རེ་ནས་ཇེ་མང་དུ་འགོ་སྐྱེས་ཡིན་པ་དང་གི་དབྱེད་བཅོང་དང་ཆེད་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱོམས་ཚིག་བཀོད་པ་ལས་གསལ་
ལ། པེ་ཅན་ལྷ་ལྷའི་རྒྱའི་གོང་ཁྲེར་ཁག་གི་དངོས་ཡོད་ཀྱི་རླུང་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གི་གནས་སྐྱོངས་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཆེ་དེ་ལས་ཀྱང་
གསལ་བོར་ཤེས་སྟེ། དེ་ཡང་ཨ་རིའི་ཆབ་སྲིད་པ་གྲགས་ཅན་ཇོ་ཉིན་(Joe Biden)ལགས་ཀྱིས་ “རྒྱ་ནག་གིས་ཁོང་ཚོར་
ཁོར་ཡུག་གི་དཀའ་ངལ་ཚད་ལས་བརྒལ་བ་ཞིག་འཕྲད་ཡོད་པ་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་ཡོད་པ་ལྟར། རྣམ་ཞིག་པེ་ཅན་གོང་ཁྲེར་གྱི་
མི་མང་རྣམས་ཀྱིས་དབྱུགས་འབྲིན་རྒྱབ་བྱེད་བྱེད་མ་རེད། ལོ་རེར་རྒྱ་མི་ས་ཡ་ལས་མས་རེ་དུས་མེད་རྒྱུན་འདས་སུ་འགོས་
སྐྱེས་འདི་ཡང་རླུང་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གི་གནད་དོན་ལ་ཐུག་ཡོད།” ཅེས་ནན་གྱིས་གསུངས། མདོར་ན་རླུང་ཁམས་སྐྱགས་

¹ Joe Biden ལགས་ནི་རྒྱན་གྲགས་ཆེ་བའི་ཨ་རིའི་ཆབ་སྲིད་པ་ཞིག་ཡིན། ཞིབ་པའི་ཁོང་གི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་ཚོགས་ www.biography.com/people/joe-biden-39995འདི་ནས་གཟིགས་ཐུབ།

དེ་ཡང་རྒྱ་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གི་འབྲུང་ཁྲུངས་གཙོ་བོ་ཞིག་ནི་ནག་རྫས་འབར་རྒྱངས་ཟེར་བ་སྟེ་དབྱིན་སྐད་དུ་
(carbon dioxide) ² ཟེར་བ་འདི་ཡིན་ལ། འབར་རྒྱངས་འདིས་གཙོ་བོ་ལའི་ཚད་དྲིད་ཀྱི་འཕེལ་ཚད་ལྷུར་བར་གཏོང་བར་
བཤད། རྒྱ་མཚན་དོ་སྙམ་མཁོ་འདོན་བྱེད་པའི་རྒྱངས་འཁོར་དང་། གནམ་གྲུ་བཟོ་སྐྱུ་བསྟེ་གནས། སོགས་ཚད་ལས་བཟུལ་
བའི་བཀོལ་སྤྱོད་ལ་བརྟེན་ནས་འབར་རྒྱངས་གང་དེ་འབག་བཅོག་ཅན་ཏུ་སྐྱུར་བཞིན་ཡོད་པས་སོ། དེ་ཡང་འཛམ་གླིང་བདེ་
ཐང་སྐྱུག་འཕྲོགས་(World Health Organization)ཀྱིས་རྟེན་འཛམ་གླིང་ནང་གི་ཚེས་སྐྱགས་བཅོག་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་གྲོང་
ཁྲུང་རེད་ཅེས་བསྟུགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་། གཅིག་ནས་གོང་ཁྲུང་དེ་རྒྱ་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་བྱེད་པའི་བཟོ་གྲུ་སྐྱ་ཚོགས་ཀྱི་
ཐོན་ཁྲུངས་ལྟ་བུར་ཆགས་པ་དང་། གཉིས་ནས་ཚད་བཀག་མི་བཏུབ་པའི་རྒྱངས་འཁོར་བཀོལ་སྤྱོད་ཀྱི་ གངས་ཚད་ཉ་ཅང་
མཐོ་བོ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་ལྟར་བཏགས་པ་ཞིག་རེད། ལྷོ་ལོ་2015་ལོ་11་ཚེས་3་ཉིན་ དབྱིན་ལམ་གྱི་ “ཁོར་
ཡུག་སྤང་སྟོབ་” ³ རྟེན་འཛམ་(Theguardian)ཞེས་པའི་གསལ་ཁང་གིས་ཁྲུངས་སྐབ་གནས་ཚུལ་སྟེ་བ་གཞིགས་ན་རྒྱ་ཏུ་
རྒྱལ་ས་རྟེན་ལི་ན་རྒྱངས་འཁོར་ས་ཡ་བརྒྱད་བསྟུང་མར་གཞུང་ལམ་དུ་སྤོང་གིན་ཡོད་ལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་རྒྱངས་འཁོར་གསར་
བ་ཚེས་སྟོང་བཞི་བརྒྱ་1400་ཅམ་ཉེན་རེ་ལ་སྟོན་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་ཅེས་འཁོར་ཡོད། ³ རྒྱངས་འཁོར་གྱི་གངས་ཚད་འདི་རྒྱལ་ས་
རྟེན་ལི་ཡི་2014་ལོའི་མི་གངས་ཞིབ་གཤེར་གྱི་གངས་ཚད་དང་གཞུང་ལ་མི་གཉིས་རེ་ལ་ཉ་ལམ་རྒྱངས་འཁོར་རེ་རེ་འཐོབ་པ་ལྟ་
བུ་ཞིག་རེད། ཅི་ཅམ་རྒྱངས་འཁོར་མང་བ་དེའི་ཚོད་ཀྱིས་རྒྱ་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གི་ཉེན་ཚབས་རྗེ་ཆེར་ཡིན་ཏེ། རྒྱངས་
འཁོར་རིགས་བཀོལ་སྤྱོད་ཀྱིས་བར་སྐྱང་དུ་ནོ་འོ་ཇེན་ (Nitrogen) ཀྱིས་ཁྲུང་པར་བྱེད་ཅིང་དེས་རྒྱ་དང་བར་སྐྱང་འབག་
བཅོག་ཅན་གྱི་སྐྱུར་བར་བྱེད།

དེ་བཞིན་དུ་དོ་སྙམ་དང་དོ་སོལ་འབྲུད་གཏོང་གིས་བར་སྐྱང་རྫས་ འཇུར་དུ་ཞགས་ཀྱིས་ཁྲུང་པར་བྱེད་ལ། དྲོད་
རྒྱངས་དེས་ནམ་གཤིས་ཚད་དྲིད་ཀྱི་འཕེལ་ཚད་སྐབ་འཇུར་གྱིས་ལྷུར་བར་གཏོང་ བར་བརྟེན། ཆེ་སྟོག་བགང་གིས་མི་ལངས་པ་
ཞིག་དུས་མིན་རྒྱུ་འདས་སུ་འགོ་སྐྱེས་དང་དེ་མཚུངས་ནད་མནར་གྱི་གངས་ཚད་ ཀྱང་ཉེན་རེ་ནས་མང་དུ་འགོ་བཞེན་པ་
རེད། ལྷག་ཏུ་རྒྱ་ནག་གི་གོང་ཁྲུང་ལོ་ཅན་ལྟར་མཚན་ན་རྫས་འཇུར་དུ་ཞགས་ཀྱིས་ ཡོངས་སུ་བཏུམ་སྟེ། དེ་གའི་འཕྲོད་ཉེན་
ལ་དང་འདོད་ཆེ་བའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱུན་པར་གོང་ཁྲུང་དུ་སྤོང་དུས་དུ་ཞགས་ཉེན་ སྟོབས་ཀྱི་ལ་རེ་གྲོན་པ་དང་དུག་རྫས་
རང་བཞིན་ཅན་གྱི་དུ་ཞགས་ཀྱིས་ཐོག་ཕྱོགས་ཀྱི་ཤུགས་རྒྱུན་མི་ཐབས་པར་འབད་མུས་དེ་རེད། རྒྱའི་ལོ་རྒྱུས་ཁྲོད་བྱུང་
མེད་པའི་དུ་ཞགས་དམར་པོའི་ཉེན་བརྒྱུད་(Smog Red Alert) ཟེར་བ་ཞིག་ཐེངས་དང་པོ་བྱུང་ཡོད་ལ། དེས་ཅི་ཞིག་མཚན་
གྱིན་ཡོད་ཅེས་ན། རྒྱའི་གོང་ཁྲུང་ལོ་ཅན་ནི་རྒྱ་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གི་བསྟེ་གནས་ལྟ་བུར་ཆགས་པ་དང་དེའི་འབྲུང་ཁྲུངས་
ཀྱང་གོང་དུ་བཤད་པ་བཞིན་དོ་སྙམ་འབར་སྤོང་དང་། དོ་སོལ་འབྲུད་གཏོང་། འཕུལ་ལས་བསྟེ་གནས། ཚད་ལས་བཟུལ་བའི་
རྒྱངས་འཁོར་བཀོལ་སྤྱོད། བཟོ་གྲུ་སྐྱ་ཚོགས་མཁོ་འདོན་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

དེ་ཡང་ལྷོ་ལོ་ 2015་ལོ་12་ཚེས་8་ཉིན་དབྱིན་ལམ་ཁོར་ཡུག་སྤང་སྟོབ་གསལ་ཁང་གིས་གནས་ཚུལ་སྟེ་བ་གཞིགས་
ན་ལོ་ཅང་དུ་རྗོད་གཞི་དུ་ཞགས་དམར་པོའི་ཉེན་བརྒྱུད་བའི་རྗེས་འབྲས་སུ་སྟོབ་གྲ་དང་བུ་བཅོལ་ཁང་མང་པོའི་སྟོ་རྒྱག་
དགོས་ལུག་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་བཟོ་གྲུ་ཞག་དང་རྒྱངས་འཁོར་རིགས་གནས་སྐབས་སྤོང་འཛམ་དགོས་པའི་བཀའ་ཁྲུབ་

² Carbon Dioxide ཟེར་བ་དེ་མི་འབར་ཞིང་དངོས་པོ་མེ་སྟེག་སྐབས་དང་དཔྱགས་འཕྱིན་སྐབས་ལྷུང་བའི་རྒྱང་རྫས་ཤིག་ཡིན་ལ། མི་གསོད་འབྲུལ་ཆས་(fire extinguisher) ལ་ཉ་ཅང་སྤོང་སྟོ་ཆེ་བ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན།
³ ལྷོ་ལོ་2014་ལོའི་རྒྱལ་ས་རྟེན་ལི་ཡི་མི་གངས་ཞིབ་གཤེར་གྱི་གངས་ཚད་སྐབ་ལ་བཟུ་བཏུན་དང་འབྲུལ་བརྒྱུད་ཁྲི་དུག་ཉེས་སྟོང་བཞི་བརྒྱ་དུག་ཅུ་རེ་གཅིག(17,862,461) ཡིན་པར་བཤད། ཞིབ་པར་གནས་འདིར་གཞིགས་སྐབས་
<http://www.indiaonlinepages.com/population/delhi-population.html>
ནོ་འོ་ཇེན་(Nitrogen)ནི་བར་སྐྱང་དུ་ཁྲུང་པར་ལ་དོག་དང་དྲི་རོ་མེད་པའི་རྫས་སྤོར་གྱིས་ཁྲུང་པར་བྱེད་ཅིང་དེས་འདི་སའི་གོ་ལའི་བར་སྐྱང་གི་བརྒྱ་ཆ་ 78% ཅམ་ཉེན་ཡོད་པར་བཤད།

བཏང་དགོས་ལྷན་བཅས་འཁོད་འདུག⁵ འདིའི་ཐོག་ནས་བསྟུན་པ་ཡིན་ན་རླང་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གི་འབྲུང་ཁུངས་
གཙོ་བོ་ཞིག་གང་ལ་ཐུག་ཡོད་མེད་གསལ་བོ་རྟོགས་སྒྲིག་གནས་སྤངས་འདི་རིམ་གྱིས་བོད་ལུང་དུ་ཡང་འབྲུང་བ་ལ་མངོན་དུ་
ཕྱོགས་ཡོད་དེ། དེར་སྐབས་བོད་ཀྱི་ས་ཁུལ་ཁག་ཏུ་རྣམས་པ་གསལ་བའི་འཕྲུགས་སྐྱུན་ལ་སྤྲོད་དེ་འཕྲུལ་ལས་ཀྱི་བྱ་བ་མང་བོ་
གཉེས་བཞིན་འདུག་ལ། གྲོང་ཁྱེར་འཕྲུགས་སྐྱུན་གྱི་ལས་གཞི་ཡང་གང་མང་སྤེལ་བཞིན་ཡོད་པས་རྣམས་ཞིག་བོད་ཀྱི་ས་ཁུལ་ལ་
ཡང་རླང་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གི་གནས་སྤངས་ཡོང་ངེས་ཅན་ཞིག་རེད། བོད་ལ་མཚོན་ན་འདི་ལྟར་ཉེན་ཚབས་ཆེ་སྤེལ་
ཅག་ལ་གཅིག་ནས་འཕྲོད་སྟེན་ཤེས་བྱ་ལ་དོ་སྲུང་བྱེད་པའི་སྲོལ་རྒྱུན་གྱི་འདུ་ཤེས་མེད་ལ།

གཉེས་ནས་འདིའི་ཐད་ཤེས་བྱ་དྲིལ་བསྐྱགས་བྱེད་པའི་ཆེད་མཁས་ལས་འགུལ་བ་མེད་པས་ཡིན། ཡིན་ན་ཡང་
“གནམ་སྐྱེན་བོ་སྤྱད་ན་ས་དོག་མིས་མི་སྐྱུག་ཁག་མེད།” ཅས་པའི་དབུ་ལྗང་སྤྱད་ཆུ་ལས་དམིགས་བསལ་གནད་དོན་འདིར་
འེ་ཅག་ལ་བྱེད་རྒྱུ་ཆེན་པོ་ཞིག་མེད་པ་འདྲ། རེད་དེ་སྐྱེར་དང་སྐྱེག་འཕྲུགས་སྤྱི་ཡོན་རྩལ་གནད་དོན་འདི་དང་འབྲེལ་བའི་
ལས་འགུལ་སྤེལ་རྒྱུ་མེད་པ་ཞིག་རྒྱུ་དུ་ནས་མིན་པས་ཞིབ་ཤེད་གཤམ་ནས་འཆད་ཚོག་

འེ་ཅག་བོད་པ་རྣམས་ལ་ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཡོད་པའི་རླང་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གི་འབྲུང་ཁུངས་གཞན་ཞིག་
ནི་ཁྱིམ་དུ་རླང་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་སྟེ་དབྱེན་སྐད་དུ་(indoor air pollution)ཟེར་བ་དེ་ཡིན། ཆོ་སྲོག་གི་གཤེད་མ་ལྟར་
བྱར་གུར་བའི་རླང་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་འདིས་ཆ་སྟོམས་འཛུལ་གྲིང་མི་འབོར་གྱི་འཆི་གངས་ས་ལ་བཞི་ལྟར་ཡིན་པར་བཤད་
ལ། ཁྱིམ་དུ་རླང་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གི་འབྲུང་རྒྱུ་གཙོ་བོ་ཁྱིམ་ཐབས་ཏུ་བཀོལ་བའི་རྩྭ་སྲོལ་དང་། རླུ་ཕྱན་རྩལ་གཟུགས་ཏེ་
དབྱེན་སྐད་དུ་(biomass) ཟེར་བ་གཉེས་ནས་བྱུང་བར་བཤད་ལ། རླུ་ཕྱན་རྩལ་གཟུགས་སྤྱི་བྱུང་ཤིང་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་
བྱུན་སྲོགས་ཚུད་ཡོད་ལ།འདི་དག་འབྲུང་གཏོང་ལ་བརྟེན་ནས་ཁྱིམ་དུ་རླང་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གི་གནས་ཚུལ་རྒྱ་བོ་ཆེ་
བྱུང་བར་བཤད།

‘ཉེ་ཆར་[2016]ཟ࿃་ཟ࿃་གཉེས་པའི་ནང་འཛུལ་གྲིང་བདེ་ཐང་སྐྱེག་འཕྲུགས་ཀྱིས་ཞིབ་ཤིང་གནས་ཚུལ་ཁྱབ་སྤེལ་
གནང་ཏེ་ཁྱིམ་དུ་རླང་ཁམས་འབག་བཅོག་གི་འབྲུང་ཁུངས་གཙོ་བོ་དོས་བཟུང་ཞིང་། འཛུལ་གྲིང་གི་མི་ཐེར་འབྲུམ་གསུམ་
ཅམ་གྱིས་རྒྱུན་དུ་རྩྭ་སྲོལ་དང་རླུ་ཕྱན་རྩལ་གཟུགས་ཀྱི་ཐབས་ཀོལ་སྤྱོད་གནང་བཞིན་ཡོད་ཅེས་བཤད། འདིས་ཅི་ཞིག་
གསལ་འབྲེལ་བྱས་པ་རེད་ཅེས་ན། ཁྱིམ་དུ་རླང་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གིས་རྒྱུན་བྱས་ཏེ་མི་རྣམས་ཀྱི་བདེ་ཐང་ལ་ཕྱོག་ཕྱོགས་
ཀྱི་ཤུགས་རྒྱུན་སྤོང་གི་ཡོད་པ་དང་། ཤུགས་རྒྱུན་སྤོང་ལུས་དེ་ཡང་མི་རེ་བྱུང་ཅམ་མིན་པར་འཛུལ་གྲིང་གི་མིའི་རིགས་ཀྱི་
བརྒྱ་ཆ་མཐོ་བོ་ཟེན་ཡོད་པ་གསལ་འབྲེལ་བྱས། གུས་ཀྱིས་གནད་དོན་འདི་བོད་རྣམས་ལ་འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་ཅིག་འདུག་ཅེས་
བརྗོད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་། བོད་ཀྱི་ཞིང་འབྲོག་གཉེས་ཀྱིས་རྩྭ་སྲོལ་འབྲུང་བ་ཏུ་ཅང་ཁྱབ་རྒྱ་དེ་ཅམ་མི་ཆེ་ཡང་། གྲོང་
ཁྱེར་དང་དགོན་སྡེ་ཁག་གི་བོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྩྭ་སྲོལ་བཀོལ་སྤྱོད་ཀྱི་ཚད་གཞི་ཏུ་ཅང་མཐོ་བོ་ཡིན་ཡིན་སྐབས་ཅེས་ཀྱང་
གཟུབ་ནན་གྱིས་དོ་སྲུང་གནང་གལ་ཆེ། གོང་ནས་རླང་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་དང་འབྲེལ་ནས་གང་བཤད་པ་དེ་རླང་ཁམས་
སྐྱགས་བཅོག་གི་འབྲུང་ཁུངས་གཙོ་བོ་འགའ་བཀོད་ནས་བཤད་པ་ལས་འདི་ཅམ་གྱིས་འབྲུམ་པར་ནམ་ཡང་གནང་མི་རིག་སོ།།

⁵ ཞིབ་འཕྲིམ་གནས་ཚུལ་ཟ࿃་ལོ་2015་ཟ࿃་12་ཚེས་8་ཀྱི་གཟུང་མིག་དམར་ཉེན་དབྱེན་ལན་གྱི་གསལ་ཁང་(Thguardia) འདི་ལས་གཟུགས་ཐུབ།

⁶ ཁྱིམ་དུ་རླང་ཁམས་འབག་བཅོག་དང་བདེ་ཐང་(Household air pollution and health(WHO)ཞེས་པའི་མགོ་བརྗོད་འོག་(Fact sheet N 292 updated February 2016་བཀོད།

ཉེ་ལོ་ཤུགས་རྒྱུ་ལ་དབྱེད་པ།

སྤྱིར་རྒྱ་འབྲས་ལྷོ་མ་གྲུབ་ཀྱིས་བཤད་ན་གང་དུ་རླང་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་བཟོས་པ་དེར་དེའི་འབྲས་བུར་གྱུར་བའི་
ཚོགས་ཚུབ་ཀྱི་ཤུགས་རྒྱུ་ཡོད་པ་སློབ་མ་དགོས་ལ། དེང་གི་ཡུལ་ལུང་སྐྱ་ཚོགས་ན་ཁོར་ཡུག་སྤང་སྦྱོར་དང་འབྲེལ་བའི་ལབ་
སླང་ཅི་རིགས་ཤིག་བྱེད་མཁས་འདིས་ཀྱང་། གོ་ལ་འདིར་གཞོན་སྦྱོར་བཟོས་པའི་འཇུག་འབྲས་དེས་ཅན་ཞིག་འེ་ཅག་གི་མིག་
ལམ་དུ་ཉེན་རེ་ནས་ཇེ་མང་དུ་འགྲོ་བཞིན་པ་མཚོན་ཡོད། རླང་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གི་ཤུགས་རྒྱུ་ཟེར་བ་དེ་ཡང་རླང་ཁམས་
སྐྱགས་བཅོག་བྱས་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་སྤྱོད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་དང་ནང་བཅུད་ཀྱི་སེམས་ཅན་ལ་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་ཆག་འཛིག་སྐྱ་
ཚོགས་ཤིག་བཟོ་མཁས་ལ་ཟེར།

དེ་ཡང་རླང་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གིས་ཤུགས་རྒྱུ་སྦྱོད་ཡུལ་རྩ་བའི་གངས་གཉིས་ཏེ་གོ་ལའི་ཚ་དྲོད་མི་སྟོམས་པ་
དང་མའི་རིགས་ཀྱི་བདེ་ཐང་ལ་གཞོན་ཚབས་བཟོ་བ། དྲོད་རྒྱངས་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་བཟོ་བྱ་རིགས་དང་དེས་མཁོ་འདོན་བྱས་
པའི་ཡོ་ཆས་རིགས་ཀྱིས་གོ་ལའི་ཚ་དྲོད་ཀྱི་འཕེལ་ཚད་སྐྱར་བར་བཏང་བར་བརྟེན། དེང་གི་ས་ཕྱོགས་གང་སར་རྒྱུན་ལྡན་མ་
ཡིན་པའི་ཐན་བ་ཡོང་བ། འཕྱུང་ཚུ་མི་རྟེན་པའི་དཀའ་ཚོགས་ཇེ་མང་ཡིན་པ། འཇུག་རོམ་གྱི་ལྷ་ཚད་ཇེ་མཉོགས་ཡིན་པའི་
དངོས་བྱུང་གི་གནས་ཚུལ་འདི་དག་གིས་གོ་ལའི་ཚ་དྲོད་ལ་རླང་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གིས་འགྱུར་བ་ཅི་ལྟར་སྦྱོད་ཀྱིན་ཡོད་པ་
ར་སྦྱོད་བྱས་ཡོད།

དཔེར་ན། སྤྱི་ལོ་2015ལོའི་ཟླ་བ་8ཚེས་5ཉེན་སྦྱོད་བཅུད་སྤྱི་ཁམས་འཚོལ་ཞིབ་(Ecowatch)ཅེས་པའི་དྲ་
ཚོགས་ཏུ་གནས་ཚུལ་སྤེལ་བར་གཞིགས་ན་ཡོ་རོབ་སྤོང་གི་འཇུག་རོམ་བརྒྱ་ཆ་ལྔ་བཅུ་ལྷ་ཟེན་པར་བཤད་ཡོད་ལ།⁷ དེ་བཞིན་
དུ་ཨ་རིའི་རྒྱལ་ཡོངས་ས་དབྱེད་རིག་པའི་དུས་དེབ་(National Geographic Magazine)ཅིག་ཏུ་འཁོད་པ་ལྟར་ན་སྤྱི་ལོ་
1912ནས་ཁི་ལི་མན་ཇོ་རོ་(Kilimanjoro)ཟེར་བའི་ཨ་སྤེ་རི་ཁོང་རི་བོ་མཐོ་ཤོས་(མཐོ་ཚད་ལ་19,340 ft ཡོད) ཀྱི་འཇུག་རོམ་
གྱི་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱུ་ཅུ་ཡང་ལྷ་ཟེན་པ་འགྲེལ་བཞེད་བྱས་ཡོད། དེ་མཚུངས་འབྲུང་འགྱུར་ 2035[ལོའི་]ནང་རྒྱུན་ལ་ཉི་མ་ལ་ཡའི་
དབྱས་མང་ཕྱོགས་དང་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་འཇུག་རོམ་རྣམས་མེད་པར་འགྱུར་རྒྱ་ཡིན་པ་ཉམས་ཞིབ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ ཡིད་ཆེས་བྱེད་
ཀྱིན་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་བཤད་ཡོད།⁸ ད་དུང་བོད་ཀྱི་འཇུག་རོམ་ལྷ་ཚད་ལ་བསམ་སྟོན་བཏང་ན་སྟོ་ཡུལ་ལ་ཤོང་དཀའ་བའི་
གནས་ཚུལ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་དེ། ཉེ་ཆར་ཟླ་6ཚེས་17ཉེན་རྒྱ་གར་དེ་ར་རུན་གྱི་རྒྱ་གར་རི་སྐྱེས་དངོས་ཁམས་ལྷེ་གནས་ཁང་
དུ་ཁོར་ཡུག་སྐྱོར་གྱི་བཟོ་སླང་ཞིག་འཚོགས་པ་ཡོད་པ་དང་། སྐབས་དེའི་བཟོ་སླང་བ་སྐྱེས་དངོས་ཚན་རིག་པ་སྤྱི་ལོ་ལོ་ནས་
ཏ་ཤུ་ལགས་ཀྱིས་བོད་མཐོ་སྐང་གི་ཚ་ཚད་ལོ་བཅུའི་མཚམས་ལ་0.3འཕར་བཞིན་ཡོད་ལུགས་དང་། མཐོ་སྐང་གི་འཇུག་རོམ་
བརྒྱ་ཆ་95%ལྷ་ཟེན་པར་འགྲེལ་བཞེད་བྱས་ཡོད།⁹

མདོར་ན་རླང་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གི་ཤུགས་རྒྱུ་ ལ་བརྟེན་ནས་གོ་ལའི་ཚ་དྲོད་ལོ་རེ་ནས་ཇེ་ཆེར་འགྲོ་བཞིན་པ་
གོང་གི་གནས་ཚུལ་ཁག་ལས་ར་སྦྱོད་གསལ་བོ་བྱས་ཡོད། དེ་བཞིན་དུ་རླང་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་ལ་བརྟེན་ནས་མའི་བདེ་ཐང་
ལ་ཐང་ཀར་གཞོན་ཚབས་བྱས་ཏེ་ལོ་རེར་འཛམ་སྤོང་གི་མི་སྲུ་ལ་བདུན་ལྷག་དུས་མིན་རྒྱུ་འདས་སུ་འགྲོ་བཞིན་པ་དེ་རེད།

⁷ ཚོགས་འདི(Ecowatch)ཚེད་དུ་ཁོར་ཡུག་སྤང་སྦྱོར་ལ་དམིགས་ནས་བརྒྱུན་པའི་སྤོང་གཉེར་གྱི་དྲ་ཚོགས་ཤིག་དང་། འཛམ་སྤོང་གི་ཚོགས་པ་སྤྱི་ལོ་འཇུགས་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོའི་གནས་ཚུལ་གཅིག་ཏུ་སྤངས་ས་ཞིག་གོ།
⁸ National Geographic Magazine ཨ་རིའི་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ཟླ་རེ་དུས་དེབ་ཤུགས་ཅན་དང་། རྒྱལ་ཡོངས་ས་དབྱེད་རིག་པའི་དྲ་ཚོགས་སུ་(Signs From Earth: The Big Thaw) གཞིགས་བྱས།
⁹ གོང་གི་ཚོགས་འདིའི་གནས་ཚུལ་རྒྱལ་བ་སྤྱི་ལོ་2016 ཟླ་6 ཚེས་20ཉེན་ཨེ་ཤ་རང་དབང་རླང་འཕྲིན་ཁང་གིས་གསལ་འགྱུར་ནས་གཞིགས་བྱས། གོང་གི་ཚན་རིག་པ་དེའི་མཚན་དངོས་དབྱིན་ཡིག་ཏུ་བྲིས་མི་འདུག།

དེ་ཡང་འཇམ་སྒྲིབ་འཕྲོད་བསྟེན་སྒྲིག་འཇུགས་ཀྱིས་རྒྱུ་ཁམས་སྐྱུགས་བཅོལ་བྱས་པའི་རྒྱུ་དང་། ལྷག་པར་དུ་བྱིས་
དུད་རྒྱུ་ཁམས་སྐྱུགས་བཅོལ་ལ་བརྟེན་ནས་ལོ་རེར་མི་ས་ཡ་བཞི་དང་འབུམ་གསུམ་ནད་མནར་གྱིས་གོངས་བཞིན་ཡོད་ལ།
འཆི་རྒྱུ་གི་ནད་རིགས་དེ་དག་ཀྱང་རྒྱུ་ཁམས་སྐྱུགས་བཅོལ་བྱས་ཉེས་ཁོ་ན་ཡིན་པར་བརྟེན་ཡོད། གསར་ཁང་གིས་འཆི་
གངས་སྒྲིབ་བཀོད་གནང་བ་ལྟར་ན།¹⁰ འཆི་རྒྱུ་གི་བརྒྱ་ཆ་12% སློ་ཚད་(pneumonia)ཤོག་སྟེ་གོངས་བཞིན་ཡོད་པ་དང་།
སློ་ཚད་ཀྱི་བྱུང་རྒྱུ་ཡང་གཙོ་བོ་བྱིས་དུད་རྒྱུའི་ཁམས་སྐྱུགས་བཅོལ་སྟེ་ས་སྐྱུམ་དཔལ་བ་ལ་བརྟེན་འབྱུང་གི་ཡོད་པའི་ཁྲོད།
འཆི་གངས་ཀྱི་བརྒྱ་ཆ་བྱེད་ཀ་ལོ་ན་ལྷ་མཚན་གྱི་སྐྱ་སྐྱ་རྣམས་ཡིན་པ་དང་། འཆི་གངས་བརྒྱ་34%གཟུང་གི་བྱེད་(stroke)ཤོག་སྟེ་
གོངས་བཞིན་ཡོད། དེའི་རྒྱུ་གིས་མི་ས་ཡ་གཅིག་དང་འབུམ་བཞི་ལྷག་གོངས་བཞིན་པའི་ཁྲོད་ནས་བརྒྱ་ཆ་བྱེད་ཀ་བྱུང་མེད་
ཀྱི་རིགས་ཡིན་ལ། གཙོ་བོ་ཟ་མ་བཟོ་སྐབས་ས་སྐྱུམ་བཀོལ་སྦྱོད་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་། བརྒྱ་ཆ་26%སྟེ་གི་ཁྲག་རྩ་འགག་
(ischemic heart disease)སྟེ་གོངས་བཞིན་ཡོད། འཆི་གངས་བརྒྱ་ཆ་22%སྟེ་བ་དང་འབྲེལ་བའི་ཉེན་ཚབས་ཅན་གྱི་
ནད་(COPD-chronic obstructive pulmonary disease)དེ་འབྱུང་གིན་ཡོད་ལ། འདི་ཡང་གཙོ་བོ་བྱིས་དུད་དང་
འབྲེལ་བའི་དུ་བ་མཁོ་འདོན་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བར་བཤད། རྒྱུ་ཁམས་སྐྱུགས་བཅོལ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱི་ལོ་༢༠༠༥ལོར་སྟེ་བ་
འབྲས་ནད་ཤོགས་པའི་འཆི་གངས་165000ལྷག་བྱུང་ཡོད་པ་དང་། དེའི་ཁྲོད་ནས་ཆེག་འབུམ་སྟོང་མེད་རྒྱུ་སྟོང་ཕྱིའི་རྒྱུ་
ཁམས་སྐྱུགས་བཅོལ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་འགྲེལ་བརྟེན་བྱས་ཡོད་ལ། རྒྱུ་ཁམས་སྐྱུགས་བཅོལ་གི་གནས་སྟངས་འདི་བཞིན་
བསྟུང་མར་ད་ལྟ་བཞིན་བྱུང་བ་ཡིན་ན།

འབྱུང་འགྲུར་མིའི་རིགས་ཀྱི་འཆི་འཕོར་གྱི་གངས་ཀ་ཇེ་མང་འགྲོ་རྒྱུ་ཡིན་པ་སྟོན་དཔག་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། དེར་གི་རུབ་
ཕྱོགས་སུ་ཆེས་གཤམ་ཆེ་བའི་ནད་རིགས་ཤིག་སྟེ་མ་ལཱ་ལོ་ཡ་(Malaria)ཟེར་བ་འདི་ཡང་རྒྱུ་ཁམས་སྐྱུགས་བཅོལ་དང་
འབྲེལ་བའི་གོ་ལའི་ཆ་དོད་འགྲུར་སྒྲིག་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་ཆེས་རྒྱ་ཆེན་གྱི་ནད་ཅིག་ཡིན་ལ། ཆ་སྟོམས་ཀྱིས་འཇམ་སྒྲིབ་
གི་མི་འབུམ་དུག་ལྷག་དུས་མིན་རྒྱུ་འདས་སུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། དེ་ཡང་འཇམ་སྒྲིབ་འཕྲོད་བསྟེན་སྒྲིག་འཇུགས་ཀྱིས་
བརྟེན་པར་གཞིགས་ན་གལ་སྲིད་གནམ་གཤིས་ཆ་དོད་དང་། དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་རྒྱས་སོགས་ད་ལྟ་བཞིན་བསྟུང་མར་འགྲོ་བ་
ཡིན་ན་སྤྱི་ལོ་2030ནས་2050 བར་ནད་རིགས་འདིས་སྐྱེད་པས་འཆི་གངས་ཉེས་འབུམ་ལྡེ་ཁྲི་ལྷག་ཡར་འཕར་རྒྱུ་ཡིན་པ་
དཔྱད་ཞིབ་བྱས་ཡོད།

ཐབས་ལམ་ལ་དབྱེད་པ།

རྒྱུ་ཁམས་སྐྱུགས་བཅོལ་གི་ཤུགས་རྒྱུ་ལ་བརྟེན་ནས་གོ་ལའི་སྟོད་བརྒྱུད་གཞིས་ཀར་སྐར་གསོ་མི་བཟུང་བའི་གས་
ཆག་རྒྱ་ཆེན་བྱུང་ཡོད་པ་གོང་ནས་སྟོན་ཟེར་བ་ལྟར་དང་། འོ་ན་ཐབས་ཚུལ་ཅི་ཞིག་སྐྱུང་དེ་དག་ཟོད་རྒྱུ་ཁམས་སྐྱུགས་
བཅོལ་གི་ཉེན་ཚབས་སྟོན་འགོག་བྱེད་སྐབས་ཅི་ན། དེ་ལ་ཆེས་སྒྲིབ་མེད་པའི་ཆ་རྒྱུ་དང་པོ་དེའི་ཅག་མིའི་རིགས་ལ་འཇིག་
རྟེན་སྟེ་སྟེན་གྱི་བསམ་སྟོང་འགན་འཁུར་བསམ་སྟོན་ཟེར་བ་དེ་ཅས་ཀྱང་ལྡན་དགོས་པ་ཞིག་སྟེ། དེ་མིན་རང་རང་གི་ཁེ་སར་
ཉེ་ཆེ་བ་གལ་གནད་དུ་བརྟེན་ཏེ་སྐྱུགས་ཀྱི་བདེ་དོན་སྟོན་བཏང་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་འདུག་པས་འཇིག་རྟེན་སྟེ་ཡོངས་ཀྱི་འགན་
འཁུར་ཟེར་བ་དེ་སེམས་སུ་ཅས་ཀྱང་བདོག་དགོས་པ་ཞིག་འདུག་སྟེ། སྤྱི་ལོར་ལོ་གོང་ས་སྐྱུགས་མགོན་ཆེན་པོ་ཆོག་གིས་སྤྱི་ལོ་
1990 ལྷ་6 ཆེས་7 ཉེན་མར་ཏ་དུས་འཁོར་དབང་ཆེན་སྐབས་བསྐྱེལ་བའི་བཀའ་སྟོན་ལས། “འགོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་འཇིག་

¹⁰ འཇམ་སྐྱུགས་འཕྲོད་བསྟེན་སྒྲིག་འཇུགས་(World Health Organization)ཀྱི་ཡིག་ཆ་མང་292 པ་ཟུགས་ལ། དྲ་ལྗོངས་ <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs292/en/>

རྟེན་སྲིད་ཡོངས་ཀྱི་རྒྱབས་ཆེན་གྱི་འགན་འཁུར་འདྲིའི་འདུ་ཤེས་ངེས་པར་དུ་གོང་མཐོར་གཏོང་དགོས” ཞེས་དང་ཡང་ཁོང་གིས་ “འཛིག་རྟེན་སྲིད་ཡོངས་ཀྱི་འགན་འཁུར་འདྲི་ནི་མིའི་རིགས་ཀྱི་འཚོ་གནས་ཀྱི་ལྗོངས་མིག་སྒྲ་བུ་ཞིག་ཡིན” ¹¹ ཞེས་བཀའ་སློབ་ནན་མོ་གནང་བ་མ་ཟད། གོ་ལ་འདི་འདྲི་ཅག་གི་མ་ཡུམ་དང་། འདྲི་ཅག་གོ་ལ་འདིའི་ཕྱ་གུ་ལྟ་བུར་ཡིན་པས་ཕན་ཚུན་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཚོས་ཉིད་ཅིག་ཆགས་ཡོད་པའི་བཀའ་སློབ་ཀྱང་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱེད་ཡོད། དེ་འདྲི་སོང་ཙམ་གོ་ལ་འདིའི་ཆེད་དམ་ཡང་ན་གོ་ལ་འདིར་འཚོ་སྤོང་བྱེད་མཁན་གྱི་འགོ་བོ་ཡོངས་ཀྱི་སྤྲོད་རླུང་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གི་ཐབས་ལམ་ལ་རྣམ་དཔྱད་ཡོད་དགུ་རྩལ་སྤྲུག་འདོན་རྒྱ་ཅེས་གསུངས་ཆེ་བར་མཐོང་།

དེ་ཡང་ཐོག་མར་གཞུང་དང་སློབ་འཁུགས་ཀྱི་ངོས་ནས་རླུང་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གི་གནས་སྟངས་ཡག་ཏུ་ཡོང་ཆེད་དམ་སྲུང་གནས་ཚུལ་རྒྱབ་ཆེན་འདི་མི་ཡོང་བའི་ཁ་ཞེ་གཉིས་མཚུངས་ཀྱི་ཡང་དག་པའི་སྲིད་ཇུས་གཏན་འབེབ་གནང་དགོས། གསུང་ཡོད་ཀྱི་གཞུང་ངོས་ནས་རླུང་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གི་གནས་སྟངས་བསྟུན་མར་མི་འབྱུང་བའི་གནད་ལ་སྤྲོད་པའི་ལག་ལེན་རང་བཞིན་གྱི་ལས་འཆར་བསྐྱོད་པ་ཡིན་ན་མཐོང་ཚོས་སུ་ཡོད་པའི་གྲུབ་འབྲས་མི་སྤྲོད་པ་ཞིག་འབྱུང་རེ་ཡོད་པ་འདས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་འགའི་གཞི་རྒྱུ་སྤོང་སྤྱོད་ཐོན་པའི་གྲུབ་འབྲས་ལས་ཤེས་སྤྲོད་དཔེར་ན་སྤྱི་ལོ་1970ལོར་ཨ་རི་གཞུང་གིས་རླུང་ཁམས་དྲུངས་གཙང་ཡོང་ཐབས་ཀྱི་བྲིམ་ཚིག་(Cleaner Air Act) གསར་པ་ཞིག་གཏན་འབེབས་གནང་བར་བརྟེན་ཡུལ་དེའི་འཕྲོད་བསྟེན་དང་རླུང་ཁམས་ཇི་གཙང་དུ་སོང་བའི་གནས་ཚུལ་བྱུང་ཡོད། ¹² གཞུང་ངོས་ཀྱིས་བྲིམ་ཚིག་ལག་ལེན་བསྟུན་ལ་བརྟེན་ནས་དུག་རྫས་ཐོན་ཕྱིར་འདོན་ལས་སམ་དེའི་རྒྱུ་སྤོང་སྤྱོད་(Emission of toxic)ཀྱི་98% མར་ཆགས་ཡོད་པ་དང་། མི་བྱ་སྤོང་སྤྱོད་གཉིས་ལྡན་ཕྱིར་འདོན་ནམ་དེའི་རྒྱུ་སྤོང་སྤྱོད་(Emission of sulfur dioxide)ཟེར་བའི་བརྒྱ་ཆ་སུམ་བཅུ་སོ་ལྔ་མར་ཆགས་ཡོད། དེ་བཞིན་དུ་དུག་རྫས་སྤོང་སྤྱོད་ཕྱིར་འདོན་ནམ་དེའི་རྒྱུ་སྤོང་སྤྱོད་(Emission of carbon monoxide)ཀྱི་32% མར་ཆགས་ཡོད་པའི་ཁྲུངས་སྤོང་སྤྱོད་རྒྱུ་སྤོང་སྤྱོད་ལྡན་ཕྱིར་འདོན་ནམ་དེའི་འཕྲག་སྤྲུང་སྐྱོབ་ལྷན་ཁང་ (Environmental Protection Agency) ལས་གཞིགས་ཐུབ། འདི་ནི་གཞུང་ངོས་ནས་བྲིམ་ཚིག་ལག་ལེན་བྱས་པའི་གྲུབ་འབྲས་ལེགས་སོན་བྱུང་བའི་དཔེ་དཔང་རྟེན་ཤིག་ཡིན་པས་རླུང་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གི་རྟེན་ཆ་བས་སྤོང་འགོག་དང་གནས་སྟངས་ཡག་ཏུ་གཏོང་བའི་ཐབས་ལམ་ལྟོན་ནས་མེད་པ་ཞིག་མིན་པས་ཡར་ཐོན་ཅན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཨ་རི་ལྟ་བུའི་མིག་དཔེ་བཟང་པོ་ལ་ཅེས་ཀྱང་སློབ་སྦྱོང་གནང་དགོས་པ་གསུངས། གཞུང་ངོས་ནས་ལག་ལེན་བསྟུན་བྱ་དེ་ཡང་གཙོ་བོ་དུག་རྫས་སྤོང་སྤྱོད་ཕྱིར་འདོན་ལས་སམ་དེའི་རྒྱུ་སྤོང་སྤྱོད་ཀྱི་དུག་རྫས་མཐོ་འདོན་སོགས་ཇི་ཉུང་དུ་གཏང་རྒྱ་དང་། དུག་རྫས་དེ་དག་བཞག་ལ་ཚབ་དུ་རང་བྱུང་ཁོར་ལུག་དང་མིའི་རིགས་ཀྱི་བདེ་ཐང་ལ་གཞོན་པ་ཉུང་བའི་ཕན་ལུས་ལྡན་པའི་ལུས་ཤུགས་ཉེ་དཔྱིན་སྤོང་སྤྱོད་(Energy Efficiency) གོང་མཐོར་གཏོང་བ་དང་། བསྐྱར་གསོ་བྱེད་ཅུང་བའི་ལུས་ཤུགས་གསར་པ་ཉེ་སྐྱབ་གནང་བ་སོགས་གཞུང་ངོས་ནས་བསྐྱབ་དགོས་པའི་ལས་དོན་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

དེ་བཞིན་དུ་གཞུང་འབྲེམ་མ་ཡིན་པའི་ཚོགས་པ་སློབ་འཁུགས་ཁག་ལ་མཚོན་ན་ཡང་ཁོར་ལུག་སྤྲུང་སྐྱོབ་བམ་རླུང་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གི་རྟེན་ཆ་བས་སྤོང་འགོག་ཡོང་སྤྲོད་ཀྱི་ལས་གཞི་འདྲི་མེན་སྤོང་སྤྱོད་ཡོད་པའི་ཁོང་། ཚོགས་པའི་སློབ་གཞི་

¹¹ ལུང་ཁྲུངས་མཐོག་གི་མཚོན་གྱི་དཔྱིན་ཡིག་དང་སྤོང་སྤྱོད་འདྲི (<http://www.dalailama.com/messages/environment/global-environment>)

¹² གོང་གི་ཆགས་རིམ་དེ་སྤྱི་ལོ་1980 ལོར་2014 ལོར་གྱི་ཚད་ཐིག་ལ་བྱེད་ཅིང་། ཐོན་ཚད་སྤྱི་ལོ་1991ལོར་ཨ་རིའི་ས་ཁུལ་ཞེ་གཉིས་ཙམ་ལ་མིའི་བདེ་ཐང་ལ་གཞོན་ཆེ་བའི་དུག་རྫས་སྤོང་སྤྱོད་ཕྱིར་འདོན་གྱི་རྟེན་ཆ་བས་གང་དེ་གཞུང་གིས་གཏན་འབེབས་རང་བཞིན་གྱིས་སྤོང་སྤྱོད་ལ་བརྟེན་ནས་ས་ཁུལ་དེ་ཡོངས་སུ་བདེ་ཐང་གི་ས་ཁུལ་དག་ཏུ་གྱུར་ཡོད་པ་ཨ་རིའི་ཁོར་ལུག་སྤོང་སྤྱོད་ཚན་ཁག་གིས་དྲ་ཚོགས་ (<https://www.epa.gov/clean-air-act-overview/progress-cleaning-air-and-improving-peoples-health#pollution>) འདི་ལས་ཞིབ་ཐོག་སྤོང་སྤྱོད་གནངས་ཡོད།

དང་ལས་འཆར་གྱི་ཁྱབ་ཁུངས་སུ་རྒྱུ་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གི་ཉེན་ཚབས་སྡོན་འགོག་ཡོང་སྲིད་ཀྱི་བྱ་འགུལ་འདྲ་མིན་སྤོལ་
རྒྱུའི་ལེའུ་ཚན་ཞིག་དེས་པར་དུ་ལོགས་སུ་འཛོག་དགོས། དེ་ལྟར་ཡོད་པས་སྐྱིག་འཇུགས་ཀྱི་བཞོན་ཁྱབ་འོག་ནས་མི་མང་བསུ་
སྐོང་གནང་སྟེ་ཁོར་ཡུག་སྲུང་སྐྱོབ་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་བྱ་དེའི་བསྐྱགས་དང་། ལུས་པ་ལྡན་པའི་ལག་ལེན་དངོས་ཀྱི་བྱ་འགུལ་
སྐྱ་ཚོགས་ཤིག་སྤོལ་ཚོགས་པས། ཚོགས་པ་སྐྱིག་འཇུགས་ནི་རྒྱུངས་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གི་ཉེན་ཚབས་སྡོན་འགོག་ཡོང་ཐབས་ཀྱི་
བརྒྱུད་ལམ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཆགས་ཡོད། ཡིན་ན་ཡང་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ལྟ་བུར་མཚོན་ན་ཚོགས་པ་སྐྱིག་འཇུགས་མང་ཆེ་བ་
དངུལ་གྱི་ཆེད་དུ་བཅུགས་པའི་ཞལ་འདེབས་བསུ་སྐོང་གནང་མཁན་ལྟ་བུ་ཞིག་ལས་ཉེན་ལྡན་ཁོར་ཡུག་གི་གནས་ཚུལ་དང་
འབྲེལ་བའི་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་ཉ་ལམ་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད། མི་སྦྱོར་བ་ལྟ་བུར་མཚོན་ན་གཞུང་དང་སྐྱིག་འཇུགས་ལྟ་བུའི་
ལུས་པ་མེད་ཀྱང་། རང་རང་གིས་སྡོགས་ཚོད་ཀྱི་བྱ་འགུལ་སྐྱ་ཚོགས་ཤིག་སྤོལ་རྒྱ་ཡོད་དེ། ¹³ ཨ་རིའི་ཁོར་ཡུག་རིག་པ་བ་སྐུ་
ཞབས་ཚོན་སྤྱི་རན་ས་སི(John Francis)ལགས་ཀྱིས་རྒྱུ་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གིས་གནས་སྤངས་རྒྱུ་ཆེན་དང་། གནས་
ཚུལ་དེ་མིའི་རིགས་ཀྱི་བྱས་ཉེས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཤས་ཆེ་བར་མཐོང་ནས་འདྲ་བའི་ཅག་གི་བྱས་ཉེས་ལ་ངོ་རྒོལ་གྱི་རྣམ་པས་མི་
ལོ་བཅུ་བདུན་གྱི་ཡུན་ལ་ངག་བཅད་ངོ་རྒོལ་བྱས་པས་མ་ཚད། ལོ་ཉེར་གཉིས་རིང་རྒྱངས་འཁོར་རིགས་ནས་འགུལ་བཞུད་མི་
བྱེད་པའི་དམ་བཅའ་བཞག་སྟེ། ཨ་རིའི་གྲོང་ཁྲེང་ཞེ་བརྒྱུད་ཅམ་ལ་རྒྱངས་འཁོར་བཞོན་མ་བྱས་པར་གོམ་བཞོན་འགུལ་
བཞུད་ཀྱི་ལས་འགུལ་སྤོལ་བ་རེད། འདི་ལྟ་བུའི་རྒྱུ་ཚབས་ཆེན་གྱི་ལས་འགུལ་ཞིག་འདྲ་བའི་ཅག་སྦྱོར་ངོས་ནས་སྤོལ་མི་བཞུབ་ཀྱང་ཁོང་
གིས་རང་བྱུང་ཁམས་ལ་བཅངས་པའི་བརྗེ་སེམས་དེར་ཅིས་ཀྱང་ཡིད་སྤོན་སྦྱོང་དགོས་པ་རེད། འདྲ་བའི་ལུང་རྒྱུ་ཁམས་
སྐྱགས་བཅོག་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་འགུལ་སྤོལ་རྒྱུ་མེད་པ་མིན་ཏེ། རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་ལ་གཞོན་ཚབས་ཆེ་བའི་འཇུག་ལས་
རིགས་ཏེ། དཔེར་ན། བརྟན་འཕྲིན་དང་། ཚིས་འཁོར་ཚ་སྟོག་གིས་ལུས་ཁང་། བྱིས་སྟོག་སོགས་བཞོན་སྦྱོང་འཚམ་པོ་བྱེད་
ཐབས་ལ་གོམས་འདྲིས་བྱེད་རྒྱུ་དང་། ལྷག་པར་དུ་རྒྱུ་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གི་འབྱུང་ཁུངས་ལྟ་བུའི་རྒྱངས་འཁོར་རིགས་བེད་
སྦྱོང་ལྷུང་དུ་གཏང་རྒྱུ། རབ་བྱུང་ན་ཡར་མར་ཕེབས་དགོས་རིགས་ལ་རྒྱང་ཐང་དུ་ཕེབས་ཐབས་གནང་རྒྱུ། དེ་ལྟར་མ་བྱུང་ན་
ཡང་སྤྱི་སྦྱོང་རྒྱངས་འཁོར་སོགས་མི་མང་སྤྱིས་མཉམ་སྦྱོང་གྱི་མང་ཚོགས་སྤོལ་འདྲེན་རྒྱངས་འཁོར་རམ་མི་འཁོར་སོགས་ཅི་
ལུས་ཀྱིས་སྦྱོང་ཐབས་གནང་རྒྱུ་ཆེས་གལ་ཆེ་བར་སེམས། ¹⁴ རྒྱ་མཚན་རྒྱངས་འཁོར་རིགས་ཀྱི་བརྒྱ་ 25%ལྷག་གིས་རྒྱུ་ཁམས་
སྐྱགས་བཅོག་གི་བརྒྱ་ཆ་90%མཁོ་འདོན་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་པས་ཅི་ཅམ་རྒྱངས་འཁོར་རིགས་བཞོན་སྦྱོང་ལྷུང་བ་དེའི་ཚོད་ཀྱིས་
རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་དང་ལྷག་པར་དུ་རྒྱུ་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གི་གནས་སྤངས་ལ་བཟང་ཕྱོགས་ནས་ཤུགས་རྒྱུན་དེས་ཅན་
ཞིག་སྦྱོང་དེས་རེད། ད་དུང་སྦྱོར་ངོས་ནས་ཉེན་ལྡན་རྒྱུ་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་སྡོན་འགོག་གི་ལས་ཀ་རྒྱ་ཆེར་བྱེད་རྒྱ་ཡོད་
ཀྱང་ཡིག་ཚོགས་ལ་འཇིགས་ནས་དེ་དག་རེ་རེ་བཞེན་མ་བྱིས་སོ།།

ཤེས་སྤྲོད་པོ་གི་ལ་ནས་མཇུག་བསྡུ་བ།

མདོར་ན་གོང་ནས་བཤད་པའི་སྐད་ཆའི་སྤྲོད་པོ་གཅིག་ཏུ་གི་ལ་ན་འབྱུང་འགྱུར་རྒྱུ་ཁམས་སྐྱགས་བཅོག་གི་གནས་
སྤངས་སྡོན་འགོག་ཡོང་ཐབས་ལ་ཅི་ཞིག་བྱེད་ཅེས་པའི་དྲི་བ་འདི་རེད། དྲི་བ་འདིར་དོན་དངོས་ཀྱི་ལན་འདེབས་གསལ་པོ་

¹³ ལྷ་ཞབས་ཚོན་སྤྱི་རན་ས་སི་ལགས་ནི་ཨ་རི་ཁོ་ལི་ལོ་ལོ་ལོ་ (California) ལས་ཡིན་པ་དང་། ཁོང་ནི་ (The Planet Walker)ཀྱི་དཔེ་དེབ་ཚོམ་པ་པོ། ངག་བཅད་ལས་འགུལ་སྐྱབས་སུ་འབྲེལ་རིམ་པའི་ལྷག་འཁྲེང་ཐོབ་
པའི་སྦྱོར་བ་ལས་འགུལ་གོམ་བཞོན་པ་ཞིག་ཡིན། ཞིབ་བྲའི་གནས་ཚུལ་ཁོང་གི་དཔེ་དེབ་གོ་ཡིའི་གོམ་བཞོན་པ་དེའི་སྐད་དུ་ (The Planet Walker) ཟེར་བ་དང་། མི་ཚོའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟ་ཚོགས་
(<http://www.nationalgeographic.com/explorers/bios/john-francis/>) ལས་གཟིགས་ཐུབ།
¹⁴ ལ་ན་ཁའི་རང་དབང་གསར་འགོད་པ་དང་ཁོར་ཡུག་ཉམས་ཞིབ་པ་སྐུ་ཞབས་མེ་ལལ་གྱུ་རམ་རིས་ཆར་(Michael-Graham-Richard) ལགས་ཀྱི་སྦྱོར་གཉེར་དུ་ཚོགས་(treehugger.com) ཀྱི་དུ་ངོས་
(<http://www.treehugger.com/cars/25-cars-are-causing-90-air-pollution-we-breathe-new-study-finds.html>) འདི་ལས་ཞིབ་བྲ་གཟིགས་ཐུབ།

ཞིག་ཡོང་མེན་དེ་ཡང་གནས་ཚུལ་འདྲིའི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་ལ་རྒྱས་ལོན་གཙང་མ་བྱས་ཏེ། ལག་ལེན་དོན་འཁྲོང་ཡོང་བའི་བྱ་འགུལ་གནད་སྐྱོན་ཞིག་སྟེ་རྒྱ་དེ་རེད། ཡིན་ན་ཡང་རེ་བུངས་མ་གཏོགས་སྤྱི་སྤེར་གཉིས་ཀྱིས་ཁ་ཞེ་གཉིས་མེད་དང་སྐྱུག་བསམ་ནམ་དག་གིས་ལག་ལེན་དོན་འཁྲོང་ཞིག་གནད་གི་ཡོང་ཚོད་མི་འདུག་སྟེ།¹⁵ དཔེར་ན། རྒྱ་ནག་ལྷ་ལུར་མཚོན་ན་རྒྱ་ཁམས་སྐྱུག་གི་གནས་སྐྱེད་སྤྱོད་ཚུལ་ལྟར་བྱུང་སྐབས། གནས་ཚུལ་དེ་ཕྱིར་མི་ཁྱབ་པའི་ཐབས་ཤས་སམ་གནས་ཚུལ་གང་དེ་གསང་བྱ་བའི་ཐབས་བྱེད་རྒྱ་ལས། དོན་དངོས་རྒྱ་ཚུལ་གྱི་གནས་ཚུལ་དེའི་འཇུག་འབྲས་དང་མ་འོངས་པར་བསྐྱར་དུ་གནས་ཚུལ་དེ་འདྲ་མི་ཡོང་བའི་ཐབས་ཚུལ་ལ་གོས་བསྐྱར་དེ་ཅམ་བྱེད་ཀྱི་མི་འདུག་པ་ལྟ་བུ་རེད།

ཡིན་ན་ཡང་དེ་རིང་སང་ཉིན་བར་འཕྲིན་གྱི་དུས་རབས་ཡིན་པས་རེ་འགའ་མ་གཏོགས་ཤར་ལུབ་ཀྱི་མི་ཚང་མར་རྒྱ་ཁམས་སྐྱུག་གི་གནས་སྐྱེད་སྤྱོད་ཚུལ་ལྟར་ཡོད་མེད་དང་། གནས་སྐྱེད་སྤྱོད་ཚུལ་འདྲིའི་འོག་ནས་མིའི་རིགས་ཀྱི་ཚོ་སྐྱོད་ཅི་ཅམ་འཕྲོག་ཟེན་པ་དང་། འཕྲོག་བཞིན་པ། འཕྲོག་པར་འབྱུང་བསོགས་པལ་ཆེར་གསལ་གསལ་ཐང་ཐང་ཞིག་ཆགས་ཡོད། རེད་དེའི་ཅག་བོད་པ་རྣམས་ལ་ཁོར་ཡུག་སྤྱད་སྐྱོབ་བྱེད་པའི་སྟེན་རྒྱ་གྱི་འདུ་ཤེས་མེད་པ་དང་། འདྲིའི་སྤྱོད་སྤོང་ལྟར་གནད་བའི་བརྒྱུད་ལམ་གང་འཚམས་ཡོད་ན་ཡང་གལ་ཆེད་རང་བཞིན་དོས་མ་ཟེན་པའི་གནས་སྐྱེད་སྤྱོད་ལྟར་དུང་རྒྱ་ཁམས་སྐྱུག་གི་ཚུལ་ཅེས་པའི་ཡོངས་ཁྱབ་ཀྱི་རྒྱ་ཆ་ལ་གོ་བ་མ་ལོན་པའི་ཚད་ན་ཡོད་པས། བོད་ཡིག་བོད་རྒྱ་གྱི་ལམ་ནས་རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་ཚུལ་མཁོ་སྤོང་དང་། སྐྱུག་པར་དུ་ཆེས་ཉེན་ཆེ་བའི་རྒྱ་ཁམས་སྐྱུག་གི་གནས་སྐྱེད་སྤྱོད་ཚུལ་འདྲི་བཞིན་བོད་ཁམས་ཡོངས་ལ་ཇ་དག་གི་ཉེན་བརྒྱུད་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་བོལ་གྱིས་སྤོང་བྱ་ཆེས་གལ་ཆེ་བར་མཐོང་བས། ད་ལམ་གུས་པས་ཀྱང་གཙུག་ལག་སློབ་གྲིའི་བྲེལ་འཇུག་གྱི་བར་གསེང་དག་ནས་དབྱེད་བརྒྱུད་འདྲི་ཆེད་དུ་བྲིས་པའི་ལུས་ཡིན། ཡིན་ན་ཡང་དབྱེད་བརྒྱུད་འདྲི་འབྲི་བར་བོད་ཡིག་གི་རྒྱ་ཆ་ཉ་ཅང་ཉུང་ཉུང་ཞིག་ལས་མེད་སྐབས་དབྱེད་བརྒྱུད་འདྲི་དབྱིན་ཡིག་གི་རྒྱ་ཆ་གཙོ་བོར་བྱས་ཏེ་བྲིས་ཡོད་པས། ཅིག་བྱས་ན་ཚོམ་ཡིག་འདྲི་དེ་ཅམ་འབྲས་སྤོང་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱུང་མེད་ཤས་ཆེ་བས་གལ་སྤོང་འགལ་འཛུལ་རིགས་བྱུང་ཡོད་ཆོ་གུས་པས་སྐྱོག་པ་བོ་རྣམས་ལ་དགོངས་སེལ་བྱ། ཡང་ཅིག་བྱས་ན་རྒྱ་ཁམས་སྐྱུག་གི་དང་འབྲེལ་བའི་དབྱེད་བརྒྱུད་འདྲི་བོད་ཡིག་གི་ལམ་ནས་མཇུག་པ་ཉ་ཅང་ཉུང་བས་ཚོམ་ཡིག་འདྲི་འབྲུང་འགྱུར་རྒྱ་ཁམས་སྐྱུག་གི་སྐོར་ལ་ཆེད་གཉེར་གྱི་ཕྱག་ལས་གནད་མཁུ་ཆོར་དབྱེད་གཞིའི་ས་བོན་ཅམ་དུ་སོང་ཡོད་ཤས་ཀྱང་ཆེ་བས། ཚོམ་ཡིག་འདྲིར་དུས་ཚོད་ལོགས་སུ་བཏང་བ་དེ་ཡང་དོན་ཕན་ལེན་པ་ཞིག་བྱུང་ཨང་སྐྱུག་པའི་སྤོང་བའི་བཅས་ཚོམ་ཡིག་འདྲི་རེ་ཞིག་ལོགས་པར་མཇུག་སྐྱིལ་བའི་དོད་དོ། །

སྤྱི་ལོ་ ༢༠༡༤ ཟླ་བ་ ༤ ཚེས་ ༢༥ ཉིན་འགྲུབ་པར་བྱས།
འཕྲིན་ལས་འོད་ཟེར་རམ་ལྗོས་སྐྱུག་པོས།

¹⁵ སྤྱི་ལོ་ 2008 ལོའི་རྒྱ་ནག་གི་རྒྱ་ཁམས་སྐྱུག་ཚོད་སྐོར་གྱི་དབྱེད་ཞིབ་ཡིག་ཆ་སྤྱི་ལོ་ 2013 བར་གསང་བྱ་བྱས་ཡིན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ནང་བྱུང་བའི་གནས་ཚུལ་གང་སར་ཁྱབ་དུས་གཞི་ནས་འབྲེལ་བའི་དབྱེད་བརྒྱུད་ལྟར་འདྲིའི་སྐོར་གྱི་ཞིབ་པའི་གནས་ཚུལ་རྟོག་ཞིབ་གསལ་འགྲུལ་དུ་སྤོང་ (<http://www.bbc.com/news/world-asia-china-35026363>) འདྲི་ནས་གཞིགས་བྲི།

དཔྱད་གཞིའི་རྒྱ་ཆ་ཁག་གི་མཚན་བྱང་།

- (1)“ཤ་གོང་ས་སྐབས་མགོན་ཚེན་པོ་མཚོག་གིས་ཁོར་ལུག་སྤང་སྐྱབ་སྐོར་བསྟེན་བའི་བྲང་དོར་བཀའ་སློབ།” བོད་གཞུང་གི་ཕྱི་ཕྱི་དྲིལ་སླངས་ནས་པར་འབྲེམས་ལྟན།
- (2)“The Planet Walker” author: John Francis
- (3)“Ecology and Economics” author: Ramprasad Sengukupta
- (4)“བོད་མཚོ་སྐང་གི་གནམ་གཤིས་འགྱུར་ཕྱོག་གི་ཤུགས་རྒྱུ” ཕྱི་དྲིལ་ཁོར་ལུག་ཕྱེ་ཚན་ནས་པར་འབྲེམས་ལྟན།
- (5)བོད་ཀྱི་གནམ་ཚུལ་རགས་བསྟན། ཚེས་པ་པོ། རྒྱལ་བཟང་དོན་འགྲུབ། རྒྱལ་སྤྱི་བོད་ཀྱི་འབྲས་ལྷན་ཁག་གིས་ཁོར་ལུག་པར་འབྲེམས་ལྟན།
- (6)གད་སྤྱོད་སྐྱོད་ལ། གཉན་པོ་གཤམ་ཚེ་སྐྱེ་ཁམས་ཁོར་ལུག་སྤང་སྐྱབ་ཚོགས་པས་པར་འབྲེམས་ལྟན།
- (7)“Climate Change” author: Sushil Kumar Dash
- (8)“wasted live: a critical analysis of China’s Campaign to End Tibetan Pastoral lifeways . བོད་ཀྱི་འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་ཐང་དང་མང་གཙོ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཁྲུག་གི་གནམ་ཁོར་ལུག་པར་འབྲེམས་ལྟན།
- (9)“Environmental studies” author: Dr. S.M. Anas Iqbal and Dr. Upendra Singh Panwar
- (10)Environmental Management “ author: C.J. Barrow
- (11)སྐྱེ་ཁམས་ཁོར་ལུག་སྤང་སྐྱབ་སྐོར་གྱི་གནམ་དོང་ཤེས་བྱ་དང་། རྒྱལ་སྤྱིའི་སྤོངས་ལ་ཉེ་བའི་རི་སྐྱེས་ཐོག་ཆགས་པོ་སྤོད། ཚེས་པ་པོ། འགྲུབ་པར་བྱས།
- (12)“Dire Prediction” understanding climate change. : Michael E. Manin and Lee R. Kump
- (13)https://dash.harvard.edu/bitstream/handle/1/3553961/Jacob_EffectClimate.pdf?sequence=2
- (14)<https://www.google.co.in/?espv=2#q=how+does+pollution+affect+climate+change>
- (15)<http://nsidc.org/greenland-today/>
- (16)<http://www.worldwatch.org/melting-earths-ice-cover-reaches-new-high>
- (17) <http://www.ecowatch.com/worlds-glaciers-melting-at-record-rate-1882082957.html>
- (18) <http://www.nejm.org/doi/full/10.1056/nejm199312093292401#t=article>
- (19)<http://environment.nationalgeographic.com/environment/global-warming/big-thaw/>
- (20)<http://www.who.int/en/>
- (21) <https://www.epa.gov/clean-air-act-overview/air-pollution-current-and-future-challenges>
- (22) <https://www.epa.gov/nutrientpollution/sources-and-solutions-fossil-fuels>
- (23) <http://www.gyalwangdrukpa.org/index.php/news/newsmenu-2012/139-giving-back-to-nature>
- (24)<https://www3.epa.gov/climatechange/wycd/home.html>
- (25)<http://www.bbc.com/news/world-asia-china-35026363>