

压力下的山区

千百年来，由于地壳板块碰撞挤压，山脉不断隆起，火山岩浆向上拥积，形成高耸入天的山峰。大地的不断抬升实际上是在压力作用下形成的。

自西向东，兴都库什喜马拉雅山脉横跨从阿富汗到缅甸的 8 个国家。兴都库什喜马拉雅被称为“年轻的褶皱山”，形成历史不过几百万年，是世界山脉中相对比较年轻的。今天，兴都库什喜马拉雅山区为超过 21 亿生活在亚洲中部及南部的人民提供资源。



回望历史，当它从地壳升起，兴都库什喜马拉雅就迅速成为一个重要的人类及众多动植物的栖息地。丰富的食物和水源使之成为理想的安身之处，为人类和动植物的繁衍和发展提供了保障，也孕育了可以与巴西热带雨林媲美的生物多样性。

兴都库什喜马拉雅不仅供养着居住在该地区富饶、青翠的丘陵和河谷地带的人们。生活在下游的社区也利用源自这里的河流进行灌溉，卫生保障和工业生产。这些河流起源自兴都库什喜马拉雅山脉巨大的积雪层和冰川，正因为如此该地区被称为世界的“第三极”。

然而，今天的兴都库什喜马拉雅承受着不同类型的压力，这些压力威胁着这里重要的生态系统的健康以及依靠这些资源生存的数十亿人的生产生活。这些压力给该地区带来了前所未有的挑战。

气候变化的影响正在增加极端天气事件的强度和频率。尼泊尔和印度在过去一年发生的灾难性洪灾表明：社区和政府不得不花很大的力气进行减灾防灾及灾后重建。

气候变化也扰乱了兴都库什喜马拉雅地区的天气和种植模式，给病虫害的传播和蔓延创造了机会，降低了农业生产的可预测性，由此导致了农产品价格波动，使农业生产成为更加困难的谋生手段。这些因素叠加，加剧了该地区的粮食安全问题。



在这种情况下，生活在山区的家庭被迫移徙。一方面是因为受到了更好的城市生活的吸引，另一方面是因为山区的灾害和贫困而不得不背井离乡。人口(主要是男性人口)移徙到城市和其他国家的现象大大减少了山区的劳动力，同时加重了留守妇女和老年人的工作负担。城市挣扎于如何安置这些增加的人口，而过剩的劳动力则意味着低水平的工资。

气候、粮食安全和移徙的三重压力以各种各样的方式相互作用，降低了兴都库什喜马拉雅地区人民的生活质量和环境质量。作为个人，我们可以修正自己的行为，但在更大的范围我们能够做些什么？

在国际山地综合发展中心，我们聚焦系统的韧性（复原能力）— 一种应对冲击、从打击中恢复以及在山地社区创造变革性变化的能力。

在兴都库什喜马拉雅的河川流域，我们与当地居民合作，安装洪水预警系统，积极应对即将来临的洪水和山体滑坡，争取宝贵的几分钟到几小时的准备时间，最大限度地减少灾害造成的财产和生命损失。在世界范围内，我们与各国政府、合作伙伴共同建立关注脆弱社区适应能力建设的机构。今年，我们举办了“提升兴都库什喜马拉雅社会生态系统韧性-为亚洲未来的可持续发展提供方案”国际会议，会议聚集了 200 多名专家，共同探讨如何提高山地社区应对生活和生计压力的能力。

我们期待着这样的未来:山地社区能够通过采取一系列的措施加强经济增长和改善人民生活。增值的山地产品，如蜂蜜和小豆蔻，能够售出较高的价格，产品的多样性也有助于缓冲经济冲击。为了推广这些产品，需要完善市场环节以确保快速有效地运输山区货物。低成本的技术，如 jholmal (一种有机肥料)、塑料大棚及雨水收集系统，使农民能够投入较少的土地和水资源生产出更多的农作物。

这些只是我们工作的几个例子。就像是压力抬升山脉形成惊人的物理奇迹，为了兴都库什喜马拉雅山区及全世界山区人民，我们渴望将当今由气候、粮食安全和移徙带来的压力转化为变革的动力。

在国际山地日，我们与喜马拉雅和世界各地的兄弟姐妹携手呼吁全世界对“山区”这一独特和宝贵资源的关注与重视。我们邀请您参与这一重要的任务，即认识山区的重要性，健康的山区意味着我们每个人美好的未来。