

# 高原菜摊32载，帐篷变高楼、菜种涨到80样——

## 一对夫妻“菜篮子”里的乡愁

本报记者 谭瑞华



凌晨四点的拉萨市堆龙德庆区还沉浸在夜色里，55岁的陈静已借着灯光挑选起蔬菜，丈夫李明良在一旁动作娴熟地搬运货物。这是李明良夫妇在拉萨做蔬菜生意的第32个年头。从药王山脚下的帐篷摊位到贡布堂农贸市场的固定摊位，从20种蔬菜到80种品类，这对卖菜夫妻用布满老茧的双手，经历了32年的风霜雪雨，把异乡的土壤踩成了故乡般的田垄。

当被问及“在拉萨过得咋样”，陈静拂过菜叶的手顿了顿：“挺好的，这里的泥土能生根，人心能暖人。”

### 嵌进高原的创业年轮

1993年，23岁的陈静攥着皱巴巴的车票，跟着李明良登上了成都发往拉萨的长途客车。那时的川藏线，远非如今平坦的柏油路，土石路面在雨季泥泞不堪，旱季又扬起漫天黄沙，客车常常还需要绕道避让塌方路段。

老旧的客车载着二十余名乘客，在颠簸中缓缓启程。经过六天五夜的艰难旅程终于抵达拉萨。“那时全身沾满泥浆与灰尘，双腿肿得连鞋子都脱不下来。嘴唇青紫干裂，喘气也觉得困难，真的特别难受。”陈静回忆道。

那些年的艰辛，藏在夫妇俩分食的馒头里，藏在连续三年没有添新衣的拮

据里，更藏在暴雨冲毁菜摊时的眼泪里。“最苦的时候，我们俩就着榨菜啃干馒头，喝白开水填肚子。”陈静摩挲着摊位边缘的木纹，那是早年用木板搭桌时留下的痕迹，“但想着能让儿女上学念书，咬咬牙也就挺过去了。”为了给孩子凑学费，夫妻俩凌晨4点蹲守批发市场被拒，厚着脸皮向老乡借钱，却从未动过让孩子放弃读书的念头。在高原的深夜里，帐篷上凝结的霜花映着微弱的灯光，仿佛是他们艰辛生活的见证，而那一条条在高原土地上留下的车辙印，承载着他们为生活奔波的身影。

每天凌晨3点起床、6点摆好菜品、晚上8点收摊，32年来，他们的生物钟早已与拉萨的晨光暮色同步。“有好几次累得想放弃，第二天老顾客堵在摊位前问‘今天咋来晚了’，那一刻突然就舍不得了。”李明良的语气里，带着“劫后余生”的释然。那些曾经觉得熬不过去的日子，在老顾客的关心和信任中，都化为了继续坚持的动力。而帐篷霜花与车辙印，早已深深嵌进他们在高原的创业年轮里，成为人生中最珍贵的记忆。

### 双重牵挂里的“家”

午间找到空隙，陈静总会拨通母亲的电话：“喂，妈，今天吃了啥？”84岁的母亲住在广州弟弟家，85岁的婆婆由老家姐姐照料。提到母亲，她眼角泛红：“看到她头发全白了，背也佝偻了，心里特别不是滋味……”32年来，夫妻俩仅回过家十几趟，近四年春节都守着摊

### 老顾客眼里的“放心摊”

“陈姨娘，给我称两斤本地茄子，再来点空心菜。”下午2点，熟客王女士准时来到摊位前。在贡布堂农贸市场，夫妻俩的摊位总围着老面孔。“菜新鲜，价格实在，买了很多次了。”王女士边挑菜边说，“有次忘带钱了，陈姨娘说‘下次来给就行’，这份信任太难得了。”

有时候面对蔬菜的价格浮动，李明良始终坚持：“能不涨就不涨。”这份坚守，让他们成了市民口中的“民生保障员”。退休教师德吉挑着西红柿接过话：“看到她头发全白了，背也佝偻了，心里特别不是滋味……”32年来，夫妻俩仅回过家十几趟，近四年春节都守着摊

暮色中，夫妻俩整理着最后几捆蔬

菜。远处，布达拉宫的金顶在晚霞中闪烁。“等干不动了，回老家盖个小楼房，院子里种点辣椒和空心菜。”陈静望着拉萨街头的灯火，嘴角扬起笑纹，“现在就盼着儿子能早点成家，等有了孙辈，带他们来看布达拉宫，讲讲爷爷奶奶卖菜的故事。”李明良往三轮车上堆菜筐的手顿了顿：“也希望拉萨越来越好，我们还想多见证几年拉萨的变化呢。”

### 把异乡的月光酿成乡愁

从青春年少到鬓角染霜，夫妻俩的菜篮里，装着创业的艰辛——帐篷里的冰花，三轮车的车辙，冻裂的手掌；装着对亲人的牵挂——电话里的乡音、全家福里的笑容、视频时母亲的白发；更装着对拉萨的深情——老顾客的信任、柏油路上的车流、布宫广场的朝阳。

“有人问苦不苦？咋不苦？”陈静捆扎最后一把小葱，说道：“你看，拉萨有了高楼，我们有了固定摊位，儿女都出息了，这不是苦尽甘来嘛。”晚间灯光落在菜叶上，像极了32年前那个在帐篷里数星星的夜晚。不同的是，如今的他们早已明白：所谓“第二故乡”，不是替代，而是把异乡的月光，酿成了属于自己的乡愁。

32年，足够让帐篷变成高楼，让菜种从20样涨到80样，让异乡话变成半口藏语，并掺杂着两句四川方言的“拉萨普通话”。当陈静用藏语向藏族阿佳说着“明天见”，当李明良能精准辨认出墨竹工卡县与曲水县土豆的区别，他们早已在高原的土壤里，长出了新的根系。

## 人人讲安全 个个会应急



近日，国网定日县供电公司深入定日县灾区安置点开展“安全生产月”宣传咨询日系列活动，以实际行动筑牢安全防线。

活动期间，国网定日县供电公司组织专业技术人员对安置点高低压线路、配电箱等电力设施进行“地毯式”排查。重点检查线路是否存在老化、破损、私拉乱接现象，设备运行状态是否正常，及时发现并处理线路接触不良、绝缘层破损等隐患，确保安置点安全稳定供电，为居民讲解家电安全使用注意事项，解决居民用电难题，获得了群众的一致好评。

上图:国网定日县供电公司员工深入定日县灾区安置点向群众宣传用电安全知识。

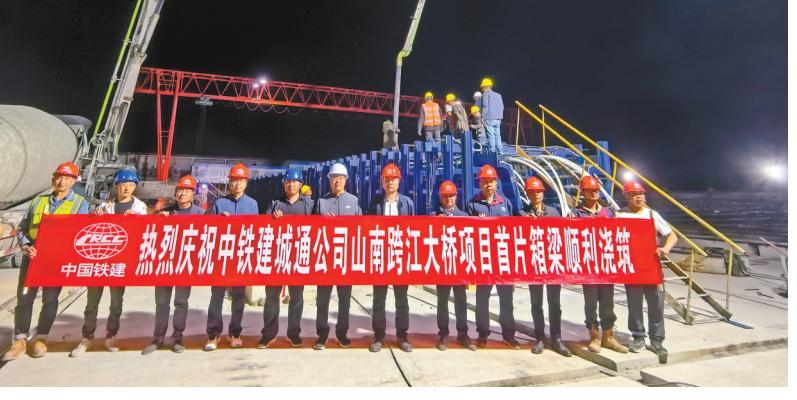
左图:“安全生产月”宣传咨询日，国网定日县供电公司员工深入灾区安置点开展线路隐患排查工作。

本报通讯员 索朗次仁 本报记者 袁海霞 摄

## 灯火通明战长夜 争分夺秒保工期

### ——山南市萨热路跨江大桥首片箱梁浇筑圆满收官

文/图 本报记者 武沛涛



▲中铁建城通公司山南跨江大桥项目首片箱梁顺利浇筑合影。

暮色四合时，雅鲁藏布江在海拔3547米的山南市乃东区雅砻河谷处铺开墨蓝绸缎，中铁建城通公司承建的山南市萨热路跨江大桥施工现场，依然如白昼般通明。

龙门吊的臂杆划破夜空，混凝土泵车的管道如银色血管蜿蜒，一场与星辰

队反复核对施工图纸，对混凝土配合比、浇筑顺序等技术参数进行再次确认。物资仓库内，钢筋如丛林肃立，模板在射灯照耀下泛着冷光，装载机往来于车辙在大地上留下备战印记。安全人员攀着脚手架，对起吊设备、混凝土泵车、振捣棒等设施进行全面检修调试，每一颗螺栓的松紧，都在力矩扳手的“咔嗒”声中得到安全确认。

随着暮色渐浓，首片箱梁浇筑正式启动。混凝土罐车驶过的声响惊起江滩水鸟，首车混凝土如熔岩般倾泻入模板后，现场人员迅速进入“战斗状态”。试验员蹲在料斗旁，目光如尺丈量着坍落度的每毫米变化。技术员手持工具，实时监测钢筋保护层厚度与模板尺寸。振捣工人手持器械沉入混凝土，臂膀随机械韵律起伏，确保混凝土密实成型。此起彼伏的声响，构成高原深夜里最动人的劳动交响曲。

萨热路跨江大桥，这座横跨雅江两岸的雪域长虹，作为山南市“十四五”重大市政基础设施项目，是我区“三屏四

区，一核多点”国土空间开发保护格局的重要组成部分。大桥全长1457米，包含一座1366米的特大桥，88片40m简支箱梁统一在梁场预制后架设，连续刚构采用挂篮悬浇施工，技术难度与施工强度兼具。

在海拔3500米以上的高原施工，每一个环节都充满挑战。面对昼夜温差大、空气含氧量低等现实因素，项目团队实行24小时轮班作业，保障人、机高效运转。领导班子始终坚守一线，后勤部门及时补充给养，为奋战者们保驾护航。

当东方泛起鱼肚白，最后一方混凝土精准入模的一刻，江风将建设者们压抑不住的欢呼声吹得更远。晨光掠过箱梁表面的收光纹路，如轻抚新生儿的脊梁。经检测，箱梁各项指标均达优质标准。

据介绍，未来，待大桥通车之日，这条对接拉萨的经济纽带，将如动脉般贯通两地，让江北新区的产业蓝图与江南沃土的资源禀赋彼此相拥。同时，大桥作为战时运输的钢铁通道、区域协调的发展轴线，拉萨山南一体化的黄金走廊，将进一步强化区域产业互补，助力打造高原经济高质量发展先行区的新增长极。

星夜鏖战的印记仍在安全帽上闪烁，中铁建城通的建设者们已迈向下一阶段征程。雅江之水缓缓奔流，这片土地会时刻铭记建设者们用匠心在雪域高原上铸造的中国精品工程。

尼木县素有“藏文鼻祖之乡、水磨藏香之源”的美称。其实，这两份荣耀都源自吞巴镇。吞巴村距离吞巴镇10公里，地势较高，山路陡峭，四周被大山包围，只有仰头才能看到些许蓝天。

吞巴村的4个组，除雍组外，其余三组都生产藏香，总共112户，约310人从事藏香生产制作。据尼木藏香协会副会长、尼木甘丹宗制香厂厂长旦布介绍，藏香制作配方在《四部医典》中有记载，每家都严格遵循这个规矩，所用原料也大同小异，但各家自有不同秘方，所以藏香品种琳琅满目。这里的人们都以生产藏香为荣，把大片的时间都花在了藏香上，取得了丰厚的回报。“以前都是手工制香，产量极小，随着市场的逐步扩大，现在都是机械生产，量大品优质好。”吞巴村民白玛江才说。

据吞巴镇今年5月藏香收入情况统计，2024年12月至2025年5月，藏香制作户189户，588人，总产值1426.88万元，总销售收入1019.2万元，户均增收21570.37元。目前，吞巴镇重点打造的藏香品牌有4个。现有自治区级传承人1名，市级2名，县级7名。

扎西尼玛是村里应用电商平台特别突出的年轻一代，就在参观他的藏香生产车间时，就不时有来自成都、武汉、上海等地的订单发过来。“现在年销售量的一半都是网络订单。”扎西尼玛告诉记者。

吞巴镇远近闻名的“肖叔叔”是广州人，真名叫肖广胜，曾经是阿里巴巴和网易品牌总监，也做过顾家家具市场品牌总监。2017年自驾游进藏路过云南时遇到雪崩，徒步行走34小时，因为太累差点失去知觉，是当地藏族群众用藏药救了他，从此，肖广胜对藏文化产生了好奇，整整3年研读《四部医典》，并结合《黄帝内经》对比学习，2023年，在吞巴村注册公司，直播销售吞巴藏香品牌，取得了可观收入，成为该村第一个开通网络直播藏香的汉族人。

据粗略统计，今年，仅吞巴村2组就有6户正在建房，去年新建了7户。新建的藏式二层楼房面积基本都在400至500平方米之间，1组的一户人家在建面积达到了800平方米。在吞巴村，一般家庭的一楼用于制作藏香，有生产车间、原料储藏室、晾晒室、分包室、成品储藏室。二楼住人，按每人一个单间设置，还配有客厅、厨房、浴室等。吞巴村新建的房子颜色特别艳丽，环境十分幽雅，与湛蓝天空遥相辉映，和白云苍狗齐逐光明，显得极为和谐。

“现在住着的房子是2008年修的，当时是全村最漂亮的房子，还享受了政府10000元补贴。”村民强巴平措说。他家是二层藏式小楼，人畜分离，一楼东边整整齐齐堆放着装满青稞的袋子，西边摆放着约2000个晾晒藏香的架子。“比起村里新建的房子，我家看着有些低矮，我准备明年扩建房子，要弄得比现在更大一些。这些年已经攒下了30万元，下半年，再通过跑运输多挣一些，到时钱应该就够了。”

### 从“一事跑多窗”到“一窗办多事”

## 林芝市打造二手房交易综合服务窗口

本报巴宜电(记者 王珊 谢筱纯)

“现在办二手房过户太方便了！”近日，在林芝市政务服务大厅二手房交易综合服务窗口，市民喻小芳仅用半小时便完成全部资料上传，顺利办结过户手续。回想起以往的办事经历，她感慨颇深：“以前办二手房交易，要辗转市住建、税务、巴宜区住建和不动产等多个窗口，反复取号排队，同一份材料还得交好几遍。现在，取一次号、到一个窗口、交一套材料，就能办完所有手续。”

今年以来，林芝市行政审批局和便民服务局紧扣林芝市委2025年“大综窗”改革部署，以“高效办成一件事”为突破口，联合市区两级住房和城乡建设局、自然资源局、巴宜区税务局等5家单位，对二手房交易全流程进行优

化革新，通过整合网签备案、确权登记、税费申报、不动产登记等核心业务，打通部门间数据壁垒，创新设立二手房交易综合服务窗口。自今年5月8日运行以来，该窗口已累计高效办结业务147件。

二手房交易综窗的设立，是林芝市深化综窗改革的一个缩影。林芝市行政审批局和便民服务局坚持从细微处发力，从群众实际需求出发，扎实推进政务服务标准化、规范化、便利化建设。推行综窗改革以来，已实现27个部门、156个事项的无差别受理，同时，完成市监、医保、公安、交运、公积金等重点领域窗口的综合受理升级，推动政务服务从“一事跑多窗”向“一窗办多事”转变，让群众办事更省心、更快捷。

## 日喀则市萨迦县麻布加乡

### 稳步推进灾后恢复重建工作

本报定日电(记者 杨子彦)

“6.8级地震发生以来，日喀则市萨迦县麻布加乡党委团结带领全乡4500余名干部群众，全力做好灾后恢复重建政策宣讲、数据统计、隐患排查、纠纷调解、质量监督等工作，稳步推进灾后恢复重建各项工作。

麻布加乡党委坚决扛起主体责任，在团结群众、组织群众、宣传群众、凝聚群众、服务群众中发挥“领头雁”和“火车头”作用，构建以党组织为核心、党员干部为骨干，动员支援干部、群众、志愿者等多方力量，大力宣传灾后恢复重建政策，确保重建政策家喻户晓、人尽皆知。

同时，按照“以灾定损、以损定鉴”要求，精准统计上报受灾群众财产损失、人员受伤、房屋倒塌等情况，应赔尽赔，争取兑现保险理赔资金261.65万元；认真统计受灾群众家庭人口、民房

建设等情况，确定统规统建150户、统规分建388户、维修加固341户，坚决做到统计数据不漏一人一户。

此外，始终把保障人民群众生命财产安全放在首位，乡党委班子成员坚持率先垂范、靠前指挥，300余名党员干部主动亮身份、当先锋，逐户走访，畅通渠道，倾听群众建议、意见和要求，明确特事特办、快转快办，定期组织开展回头看，确保群众问题有处诉、矛盾有人管、事情有人办。在此基础上，麻布加乡成立由基层党员干部、村民代表组成的民房建设项目建设理事会，对项目选址、质量、建材等全

## 林芝市巴宜区公众村

### 开展廉洁警示教育主题活动

本报巴宜电(记者 刘枫 谢筱纯 王

珊 通讯员 格桑拉姆)

为筑牢基层党员干部拒腐防变思想防线，近日，林芝市巴宜区公众村驻村工作队组织村“三委”班子成员及村党员代表赴巴宜区检察院“身边事教育身边人”警示教育展览馆，开展了“深悟中央八项规定 拒坚洁阀门”主题活动。

活动中，全体人员走进警示教育展览馆，在讲解员的带领下，通过一个

个鲜活的典型案例、一幅幅触目惊心的图片、一段段发人深省的忏悔录，深入了解了违纪违法人员因理想信念缺失、纪律意识淡薄而走向腐败堕落的过程。展馆以图文并茂和短片视频的方式，用“身边事”敲响“警示钟”，让参观人员全方位了解了腐败行为的危害性，直观感受到党纪国法的威严。

大家纷纷表示，此次警示教育直击心灵，将以案为鉴，时刻绷紧廉洁自律之弦，在今后工作和生活中严守纪律红线，永葆共产党员清正廉洁的政治本色。

## 这里的 变化『静悄悄』

本报  
通  
讯  
员  
马  
可  
尼

西藏日报