



图①:拉萨滨河体育公园一角。

图②:在宗角禄康公园里,几只斑头雁缩着脖子在水面游弋。

图③:拉萨滨河体育公园人行步道一角。

图④:宗角禄康公园一角,宣讲员向群众宣讲党的二十大精神。

图⑤:拉萨滨河体育公园足球场上,参加寒假卓梦足球训练营的小朋友正在热身跑步。

图⑥:午后的拉萨街头。

图⑦:宗角禄康公园一角。



拉萨冬日:

## 暖阳里的烟火与生机

图文 本报记者 拉巴桑姆

民拉巴刚在老位置坐下,老板就熟练地端来一杯甜茶,杯子里飘着淡淡的奶香。“冬天就爱来甜茶馆坐一坐,喝杯甜茶,跟老伙计聊聊天,比在家烤火还舒服。”拉巴抿了一口甜茶,又指着桌上的青椒回锅肉盖饭笑着说,“这家的盖饭最合我胃口。”邻桌的游客正举着手机拍摄桌上的甜茶和藏面,拉巴主动搭话:“甜茶要慢慢喝,才能品出滋味儿来。甜茶配藏面,这正是我们拉萨人的日常。”

茶馆的老板一边续茶、结账,一边招呼客人:茶客们的交谈声与杯子碰撞的清脆声,织成拉萨最地道的市井小调。拉巴桌旁立着掉漆的老保温壶,“从家里带来的,一会儿给孙子打包甜茶,用了十几年,冬天装一壶,暖到太阳落山。”他摩挲着壶身,笑意像甜茶一样绵密。

宗角禄康公园里,龙王潭水面结了一层薄冰,几只斑头雁缩着脖子在未结冰的区域游弋,远处的布达拉宫在枯树的枝丫间露出巍峨的轮廓,湛蓝的湖水把白墙红顶的宫殿映得愈发庄严。公园一角,党的二十届四中全会精神宣讲活动正在这里举办。身着藏装的拉萨市城关区金牌宣讲员丹增,用通俗易懂的语言讲解道:“乡村振兴的政策会让咱们的日子更红火,孩子上学有保障,老人看病更方便!”他的声音洪亮、语气恳切,群众听得格外认真,时不时还跟身边的人低声交流:“政策越来越好,我们的生活肯定会更有奔头。”几位戴着厚绒帽的老人,眼神里满是专注;年轻的姑娘拿着手机记录宣讲内容,还不时在微信群里分享,让没能到场的朋友也能及时了解。冬日的阳光洒在每个人的身上,让这份政策宣讲多了几分温暖的底色。

午后的拉萨街头,车水马龙的道路两旁,高大的白杨树落尽了叶子,却依旧挺拔如卫士。白色玉兰造型的路灯沿着街道延伸,与远处的雪山遥相呼应,构成了一幅别致的城市图景。行驶的车辆穿梭其间,车窗里偶尔探出的脑袋,会忍不住对着雪山按下快门——在拉萨,雪山从来不是遥不可及的风景。市民尼玛开着车去接放学的孩子,路过拉萨河时,她放慢车速:“冬天的拉萨河最蓝,雪山倒映在水里,像画一样。”车窗外,风吹过河畔的芦苇荡,发出沙沙的声响,与车内的轻音乐交织,成了最惬意的冬日旋律。

拉萨的冬日,白昼总是格外短暂。当夕阳的余晖开始给云朵染上橘红与粉紫,拉萨河畔的水面便成了一块深蓝色的宝石,倒映着远处的山峦与建筑。街角的雪松直指天空,枝丫间还能看到半轮残月挂在湛蓝的天幕上,日月同框的奇景,是高原冬日独有的浪漫。仁庆结束了训练,背着球包走在回家的路上,脸上还带着运动后的红晕:“明天还要来练球,我要把球技练得更棒!”甜茶馆里的拉巴喝完

最后一杯甜茶,跟老板道别:“明天还来,老位置留着!”宗角禄康公园的游客渐渐散去,只有几位老人还在湖畔散步,身影在夕阳里拉得很长。

待到暮色渐浓,晚霞把藏式民居的屋顶染成金红色,建筑上的卫星天线与通信基站在霞光里静静伫立,传统与现代在此刻交融,勾勒出拉萨冬日傍晚的温柔轮廓。有人说,拉萨的冬日是安静的,但当你走进这座城市,会发现它的安静里藏着满满的生机:体育场上少年的奔跑、甜茶馆里的欢声笑语、公园里的政策宣讲、街头的车水马龙……这些细碎的片段,拼凑出拉萨冬日最鲜活的模样。暖阳下的烟火气,寒风中的生命力,让这座日光城的冬天,既有高原的凛冽,更有人间的温暖。而那些散落在城市各个角落的美好,正像拉萨的阳光一样,澄澈、明亮,也温暖人心。

