拉萨每年平均日照总时数多达3005.3小时，平均每天有8小时15分钟的太阳。比在同纬度上的东部地区几乎多了一半，比四川盆地多了2倍。这样多的日照，称它为“日光城”并不过分。

日光城拉萨

“日光城”的雨水并不少，它的年雨量是453.9毫米，年雨日为87.8天，比东部地区的内蒙古南部、陕西、山西和河北北部、吉林、辽宁西部还要多些，但是它的日照时间反而更长些。这是因为拉萨下雨时间80%以上是在当天晚上8点到第二天早上8点之间，夜雨多，而第二天仍是太阳高照，天气晴朗。

拉萨海拔3658米，大气层薄而空气密度稀，水汽含量少，加上空气中不像西北地区含尘量大，大气透明度十分良好，因此阳光透过大气照射到拉萨，在大气层中被吸收、散射的量也就特别少。拉萨的天空晴朗，阳光特别灿烂而明亮，眺望远处的雪峰，清晰异常。由于大气稀薄，空气分子散射的蓝色光线已大大减弱，暗蓝色或蓝黑色的天空更加衬托出耀眼的太阳。

正因为拉萨太阳既强，日照又长，所以每年的太阳总辐射量高达846千焦耳（202.4千卡）。不仅比东部同纬度上的地区多70-150%，而且也普遍比西北干旱地区多。

拉萨是西藏自治区的首府，是自治区政治、经济、文化、教育、金融、信息中心和历史名城。拉萨，藏语为“神佛居住的地方”，意为“圣地”。

拉萨位于雅鲁藏布江支流拉萨河北岸，海拔３６５０米。经过４０多年的建设，拉萨城市面积已发展到约５０平方公里（柑当于旧拉萨的１５倍），城区人口１９９０年已发展到１２．３２万人，主要居民是藏族。

拉萨是一座具有１３００多年历史的高原古城，拉萨初具规模的建设，是从文成公主入藏后开始的。在文成公主亲自选址和筹划下，首先建成了驰名中外的拉萨大昭寺，后又建小昭寺，在红山上建起了布达拉宫等寺庙。其中布达拉宫已被联合国教科文组织列入“世界文化遗产名录”，标志着古城拉萨已跃升为世界级的文化名城。

**拉萨市最繁华的是八角街。**它是围绕着大昭寺的商业区，这里商店、货摊鳞次栉比，这里不仅有各种民族手工艺品，也有最入时的服装、电器，各种商品应有尽有，来自国内外的大批客商每天多达数万人，难怪有人把拉萨的八角街比喻为北京的王府井、上海的城隍庙。

拉萨已拥有电力、采掘、食品加工、纺织、建材、印刷、工艺美术等现代化企业、其中，地毯、卡垫等产品畅销北美、西欧、东南亚等地区。帐篷、腰刀、木碗、金银首饰等独具特色的工艺品也深受国内外消费者的欢迎。每年在拉萨举行的经贸洽谈会都是以经贸洽谈为主题，融民族文化、科技人才交流、旅游观光为一体的盛会。

拉萨是西藏的交通运输枢纽，以拉萨为中心的公路交通运输网已经形成，还有拉萨至成都、西宁、北京的航空线与内地相连。拉萨至加德满都航线也早已开通。

“名城效应”吸引着海内外众多的旅游观光者。拉萨市旅游资源十分丰富，现已开辟的旅游景点多达２００余处，旅游业已成为拉萨的支柱产业。这里现代化建筑如雨后春笋般拔地而起，城市基础设施较为先进，城市功能也较为齐全，全市绿化覆盖率已达１７．６％，人均占有绿化面积为１２平方米，居全国省会城市前五名。

拉萨，这座古老而又年轻的城市正在发挥着中心城市特有的龙头和辐射作甩，这座全年日照时间长达三千小时以上的“日光城”，会更加妩媚动人，欣欣向荣。