

韧性的力量

□杨力

“韧性”一词，人选了《咬文嚼字》编辑部发布的“2025年十大流行语”。它原指物体受外力时，变形而不易折损的特性。国家发展需要这样的韧性，个人和家庭亦然。而这个词，也恰恰成了我2025年最深的感触。

2025年的开端，于我是内心失意。元旦刚过，办完退休手续的我，最后一次走过办公室。新来的年轻人桌上，已摆满绿植和卡通摆件。楼道里脚步声依然熟悉，却不再有一个是属于我的。回家路上，我特意绕去常吃的那家小面馆，发现它已变成连锁奶茶店。那一刻的失意，就像突然失重，心头空落落的。

2025年春天，更多的困扰悄然而至。三月体检报告出来，好几项指标悄悄偏出了格子。医生平静地说“年龄到了”，却让我失眠了好几夜。更令人低落的是，妻子也查出了高血压。我们开始在餐桌上互相扮演“没事人”，比赛似的说着“今天精神不错”，

转身却对着镜子数新增的白发。最沮丧的那个雨夜，我膝盖旧伤发作，起身倒水时差点摔倒，妻冲过来扶住我，两人在昏暗的客厅里沉默着，听雨敲打窗棂，像在敲打我们不复年轻的躯体。

到了夏天，忧虑接踵而至，这一次是关于儿子。

他的创业项目在六月遭遇重创。那个深夜，他打来电话，声音里的疲惫穿透电波：“爸，可能撑不下去了。”我握着手机，想说“撑不下就回来吧”，出口却变成“再想想办法”。

而更深的忧虑还在后面，亲戚介绍的姑娘，我们看了照片，模样温婉，可儿子只见面就说“不合适”。妻偷偷问我：“是不是我们当年太忙，没教他怎么去爱一个人？”我们开始怀疑自己，是不是把太多生存的艰辛传递给了他，却忘了教他如何柔软地生活。之后的许多个深夜，我们都把手机放在枕边，

怕响起，又怕一直不响。

2025年的日子，的确有诸多不易，但我们始终没有倒下。骨子里的韧性，推着我们在失意与困境中不断寻找转机，等待微光。

五月那个清晨，我突然想通，退休不是终点，只是换乘。我开始学着侍弄阳台上的花草。当第一株栀子开出洁白的花，妻惊喜的表情让我想起三十年前，她收到我第一支发卡时的模样。

八月酷暑，我们不顾炎热，坐公交车去郊外看荷花。树荫下，两人分食一牙西瓜，汗水浸湿衬衫，却笑得像逃课成功的少年。她指着远处说：“你看，那朵开得最艳。”我说：“再艳，都不及你当年辫子上的红头绳。”时光仿佛倒流，我们还是那对只要在一起，就不怕累的年轻人。

希望，更在绝处逢生。九月，儿子突然回家，胡子拉碴，却眼睛发亮：“爸，妈，项目有

转机了，找到了新投资。”那晚他吃了三碗米饭，睡得像回到童年。

冬至，按老家习俗该吃饺子。我和妻在厨房忙碌，她擀皮，我调馅。面粉白了她鬓角，我伸手去拂，却抹了自己一脸。两人笑作一团。就在这一刻，门铃响了。

儿子站在门外，身后跟着照片上那位姑娘，手里提着水果糕点。“爸，妈，”儿子声音有些紧，“小琳说……想学学怎么包饺子。”

妻激动得在围裙反复搓手，搓着搓着，忽然转身去擦眼角。我则愣着忘了让人进门。那顿饺子，有的咸了，有的破了，却是记忆里最圆满的一餐。

转眼，日历翻过2025年最后一页。未来的日子必然仍有失意与艰难，但我们不会退缩。因为韧性已在岁月中淬成一股沉静的力量，它让我们不惧前路崎岖，亦能在平凡的烟火里，始终看见希望的曙光。



诗二首

□陈方剑

五律·2025年末迎新有感

岁月催人老，时光又跨年。
山茶花正盛，冬雪影犹延。
节序循环速，心情辗转煎。
莫愁华发早，春意已嫣然。

五律·2026年元旦感怀

清辉元旦光，瑞霭罩穹苍。
绿树莺歌舞，琼楼鹤起翔。
梅兰馨溢远，松竹气盈芳。
银发妻陪伴，诗心春意扬。

望云

(外一首)

□姜义华

站在窗前
与那朵云凝视
我的目光执着
那朵云受不了我的固执
于是改变了各种形态
直至消失
而我，也在坚持中
变成了母亲的样子

今夜，我看清了自己

今夜，月色只为我而来
不是因为风在夜中抽泣
是血液里的躁动
把喷溢的思绪堵在了夏炎中

有一秒，所有的遗憾
都奔向欲裂的城墙
我不得不用三尺白云
无情地拴住，打结

我就这样在云前
剖开自己
一半，像悬崖边的野草
一半，像小溪中的落叶

守静

□晚成

我总是一个
一个人听风
一个人仰月
一个人看花拾叶

我从不把“一个人”
命名为孤独

形单影只里伴着山友鸟朋
孤灯独榻时对饮春夏秋冬

试问知己有谁？
诗书一摞，琴一床
风月一帘，雨三更



蔡风

小寒笺上花初绽(剪纸)

□简贵莲

路过的每一天

□陈国庆

不觉间，这一年的晨昏朝暮，都化作了身后温柔的风景。站在岁末的渡口回望，那些匆匆路过的日子，没有惊天动地的波澜，却藏着岁岁安然的温暖；那些走过的朝暮、遇见的人事、经历的悲欢，都成了生命里最珍贵的印记，值得我郑重地躬身，深情致敬。

这一年，我们路过的每一个日子，都是独一无二的馈赠。没有哪一个清晨是复刻的模样，也没有哪一个黄昏是雷同的景致。春日里，迎着料峭的风，看抽芽的新绿染了枝头，听归燕的呢喃掠过晴空，心也跟着变得柔软明亮；夏日的午后，蝉鸣声声，阳光热烈，汗水浸湿衣衫，却也在晚风拂面时，收获满心的清凉与释然；秋深时节，叶落无声，桂香盈袖，看岁月染成金黄的模样，于沉静中懂得沉淀，于萧瑟中学会珍藏；冬日的寒凉里，一杯热茶，一方暖阳，一份心安，便足以抵御世间风霜，守得内心的澄澈与滚烫。

这一年，我们路过朝暮，与平凡温柔相拥。在回望的路上，我们路过花开半夏的温柔，也走过叶落深秋的静美；看过晴空万里的明朗，也淋过突如其来风雨。或许有过步履匆匆的慌张，有过事

与愿违的遗憾，有过深夜难眠的惆怅，也有过全力以赴后的释然。那些磕磕绊绊的瞬间，那些辗转反侧的时刻，终究都在时光的打磨里，成了成长的蜕变。

这一年，我们路过风雨，也遇见晴空万里。生活从不会一路坦途，总有突如其来的坎坷、猝不及防的难题。那些辗转难眠的夜晚，那些手足无措的时刻，那些咬牙坚持的瞬间，都曾让我们觉得步履维艰。可时光从不会辜负坚持的人，熬过了风雨，便会看见彩虹；跨过了荆棘，便会踏上坦途。那些曾以为跨不过的沟壑，回头再看，不过是成长路上的浅浅洼塘；那些曾让我们泪流满面的遗憾，慢慢释怀，都成了磨砺心性的勋章。风来不惧，雨落不惊，心有暖阳，便不惧岁月寒凉，这一路的披荆斩棘，都是为了遇见更好的自己。

这一年，我们路过朝暮，与平凡温柔相拥。在回望的路上，我们路过花开半夏的温柔，也走过叶落深秋的静美；看过晴空万里的明朗，也淋过突如其来风雨。或许有过步履匆匆的慌张，有过事

求完美，接纳自己的不圆满，才是真正的通透；不必处处迎合他人，取悦自己的内心，才是最好的活法。

我们也在这一年的日子里，与自己温柔和解。我们都知道，人生没有完美的答卷，不必执着于事事圆满；岁月没有永远的晴空，风雨亦是生命的馈赠。那些走过的弯路，教会我们沉稳；那些经历的坎坷，让我们学会坚强；那些失去的遗憾，让我们懂得珍惜。时光不语，却回答了所有的问题；岁月不言，却沉淀了所有的过往。我们在时光里慢慢沉淀，在经历中慢慢成长，褪去了青涩与浮躁，多了一份从容与淡然。

致敬，这一年路过的每一天。致敬那些向阳而生的勇气，致敬那些不言放弃的坚持，致敬那些藏在烟火里的温暖，也致敬那个在岁月里慢慢沉淀、慢慢变好的自己。同时，感谢每一个清晨的阳光，照亮前行的路；感谢每一个黄昏的温柔，抚慰奔波的疲惫；感谢岁月里的遇见与陪伴，感谢生命中的坚持与成长。愿往后岁月，心怀暖阳，不负时光，不负自己；以温柔之心，敬来日方长，在往后的每一天里，继续奔赴，继续热爱，继续遇见世间所有的美好。

负重之时，身能安，心能静。身心的不适会在暖阳中慢慢消融消散，身体舒展放松，精神也随之步入舒适、愉悦之境。负重之乐，乐在身，更乐在心；唯有身心交泰，才算得上人生康宁。

唐朝诗人李颀在《野老曝背》中写道：“百岁老翁不种田，惟知曝背乐残年。”这写的，正是所有像村口两位老人这样，负重曝背、享受冬日暖阳的老者，他们在淡然与豁达中藏着一丝幽默，早已把死亡看作某一天必然会遇见的老朋友。