

女儿小圆子，八岁开始迷上了拆盲盒。每次带她去书店，我还没站稳脚跟，她已把一个个神秘的小盒子捧到了我的面前，每个盒子上面都印着萌萌哒的卡通形象。

我故意问她：“为什么喜欢盲盒？如果你喜欢里面的玩偶，我们就直接买一个呗？”

圆子说：“不好，直接买就没有惊喜了！”

我又说：“可是，如果没有拆到你想要的怎么办呢？”

圆子想也不想就回答我：“没关系，虽然没拆到，但是我‘拆’过了呀，‘拆过’和‘拆到’一样好玩！”

我心里暗暗地竖起大拇指，嘴上却穷追不舍继续问：“那你会不会失望呢？”

圆子像个哲学家似的说：“也会、也不会。这是你自己要拆的，反正不管拆到什么，都是你自己选的嘛。”

圆子的话，让我想起了日本的“福袋文化”——每逢新年，商家们就纷纷将不同的商品加以组合、装入布袋或纸盒中封好，进行搭配销售。虽然顾客付款的时候，并不确定自己究竟会买到什么，

但人们对这样的“不确定”不但不反感和排斥，反而还总是趋之若鹜、摩拳擦掌，甚至不惜通宵排队抢购。或许，拆福袋的成人就像拆盲盒的孩子一样，即使结果没有满愿，也不妨碍对下一个“不确定”的期待。

同样是不确定，当被装进生活的“盲盒”里时，人们的心情似乎就没有这么轻松了——

一早起来，本来下决心要孝顺母亲的妈妈，拆开孩子递过来的“盲盒”，却发现里面装着顽皮、拖延、顶嘴、耍赖……于是，又一次鸡飞狗跳地度过一天。

进入职场，本来下决心要大施拳脚的新人，拆开老板递过来的“盲盒”，却发现里面装着打印、接线、端茶送水……于是，又一次怀疑起人生来。

新婚燕尔，本来下决心要幸福一生的夫妻，拆开伴侣递过来的“盲盒”，却发现里面装着争吵、谎言、移情别恋……于是，从此再也不相信爱情……

不仅如此，生活似乎还总爱捉弄人：总在我们以为拆到幸福的时候，冷不防搭配一堆的意外；在

太太兴冲冲地网购了一箱百香果，不承想，到手一尝，顿时凝目蹙眉：太酸了！

怎么办？她关照我：“下班后顺路到超市里买几块中冰砖吧。”她盘算着：倘若百香果与中冰砖搅和在一起，说不定能够催生出令人愉快的味道。

我虽然对她的奇思妙想真心有点佩服，不过好几个疑问奔涌心头：现在还有冰砖吗？超市里的员工要么新上海人，要么年纪不大，他们知道冰砖是什么东西吗？冰砖的模样变了没有？

说实在的，我至少二三十年没碰过冰砖了。

幸运的是，走进寒舍附近的一家超市，中冰砖居然有（只有两枚），而且完全老包装，光明牌冰砖的标准色（蓝色），只不过缩在角落，几只角瘪了，不够挺括，与和路雪、八喜、雀巢等并陈冷柜之中，寒碜得很——想不到过了几十年，这款冰砖“少年壮志不言愁”，啥都没变，变的只是价格，翻了正好十倍，4元。

既然叫冰砖，那得有砖块的模样。一点不错，四五十年前，真有一块像砌墙的砖头大小的“冰淇淋”——大冰砖，其“光辉形象”家喻户晓，想必如今的小年轻根本没见过吧。

有大冰砖，必定有小冰砖。那么中冰砖算什么级别？正是介

我们以为拆到了真理的时候，又双叒双搭配一堆的打脸事件。

于是，焦虑、恐惧、抑郁，一堆堆的心理问题接踵而来。怎么“破”？用圆子的话来说：“盲盒是

于大小之间。

当年，小冰砖，2角；中冰砖4角；大冰砖7角。小冰砖的体积是中冰砖的一半；中冰砖的体积是大冰砖的一半。照理说，既然大冰砖比中冰砖大了一倍，定价8角才对，须知那时一般家庭舍不得买大冰砖的极少，商家显然鼓励买大的，少一角钱，饶大不饶小。一旦隔壁邻居看到你用一条毛巾包着一块大冰砖匆匆踏入客堂间，就能猜到你家来了客人，而且不止一个。是啊，如果不是因为客人到访，绝大多数人想方设法去买1角9分的筒装小冰砖还来不及哩！为了节省区区1分钱，他们跟烟纸店的营业员要套好多近乎才能得逞。

我怀疑“冰砖”的称呼，从前仅限于上海流行。像这样带着浓郁奶油芬芳且体量那么大的冷饮，在外地很难吃到。上世纪七十年代初我随父母到杭州游玩，吃过3分钱的冰棒（外地习惯的称法）、5分钱的雪糕，生出一肚子怨气：那个冰棒啊，就是一块冰；那个雪糕啊，比冰棒稍软，纯粹是掺了一点点奶油香精的冰屑粒凝结体。八十年代初我到兰州，吃到标榜“冰淇淋”的冷饮，实在没有什么奶油

自己选的，它不‘香’吗？不香就自己做一个嘛！”

于是，有了野餐盲盒、文具盲盒、诗词盲盒，就连困难、都可以做成盲盒——拆到哪个解决哪个，解决不了就接纳它。如此一来，困难也不那么可怕了，反正都是自己选择，甚至还会变成小确幸：幸好没有拆到那个更困难的呢！

进一步想来，既然生活充满不确定，与其被不确定的盲盒击垮，不如将它们定义成一个个“福袋”：虽然“人生哪能多如意”，但可以教会我们调整预期、练习“万事只求半称心”；虽然“而今识尽愁滋味”，但可以教会我们升华情绪、练习

母亲侍候。为了不受蒙蔽，他不许太監代批奏章。朱祐樞广开言路，让大臣们痛陈时弊，广进良策。他把敢于直言的王恕请来当吏部尚书，又任命能力很强的马文升当兵部尚书，继而请刘健、李东阳、谢迁三人进入内阁，一时人才济济。朱祐樞还轻徭薄赋、兴修水利、取消上贡、重视百姓疾苦。他在位18年，是明朝历史上经济繁荣、百姓安居乐业的盛世，史称“弘治中兴”。

从小尝尽世间悲苦的朱祐樞，一生躬行节俭，禁止大兴土木。尤其难得的是，明孝宗朱祐樞一生只有一个妻子，即张皇后。两人婚后同起同卧，同甘共苦。朱祐樞亦是中国古代皇帝中唯一没有嫔妃的天子。

体弱多病的朱祐樞在位期间，几乎把所有的精力都用在政事上。这样密集的日程，他的工作强度在历代皇帝生活中极为罕见。

由于明孝宗是勤于政事的楷模，他手下大臣也不敢偷懒，王恕、刘大夏、戴珊、刘健、李东阳、谢迁都成为明孝宗的得力干将。但过大的工作量终于累垮了朱祐樞，他于36岁驾崩，临终时对顾命大臣刘健、李东阳、谢迁叮嘱：“太子聪明，但年龄尚小，又好逸乐，诸卿要好好辅佑他，使他担当起大任，朕死也瞑目了。”

万历首辅朱国桢评曰：“三代以下，称贤主者，汉文帝、宋仁宗与我明之孝宗皇帝。”

味，只相当于上海的冰霜而已。那么，是不是冰砖站在了鄙视链的最顶端了？倒不尽然。七十年代的上海，咖啡馆并没有被“赶尽杀绝”，冰淇淋蛋筒、咖啡加冰淇淋球都有售，但一般人不会去吃那些价格不亲民、冰砖才是最佳选项。

改革开放之后，各色冰淇淋逐渐被人接受，冰砖似乎不再让人惦记，淘汰了。奇怪的，作为典型的甜品，冰淇淋并没有成为大部分餐馆宴请的压轴节目——可能顾客以为中餐不该配置这样的冷饮，或者以为如此安排让饭

局过多地平添邮轮上自助餐的意味而跌分。大概四五年前，淮海路一带上档次次的餐馆都在推一种叫冰糕的甜品，其大小相当于一块臭豆腐干，厚度是两块臭豆腐干的叠加；体量约等于小冰砖的一半。在许多人看来，它不就是冰淇淋吗？其实是有区别的：冰淇淋的含水量比例要低于冰糕，才能有又清爽又柔软又细腻的口感，而冰糕相对比较粗硬。也许有人要问：为何不把冰糕的含水量也降低些？仔细观察，你会发现：几乎所有冰淇淋都用蛋筒或杯子盛放，而冰糕塑形容易，故只需一只托碟



“知道天凉好个秋”；虽然处处“穿林打叶声”，但可以教会我们正念减压、练习“何妨吟啸且徐行”。所以，反正都是福袋，拆到什么是什么，不确定又怎样呢？——“竹杖芒鞋轻胜马，谁怕？”

长长的一生，想要收获稳稳的幸福，我们不妨像个孩子那样：把确定的日常琐碎装入盲盒，让无聊变成惊喜；把不确定的困难挑战装入福袋，让恐惧变成好奇；然后，所有生活的搭配和组合，就都可以用来修炼心性，让我们慢慢地、稳稳地接近幸福的目的地。

目的地里，说到底，没有别人、只有一个你。



即可——主要是含水量的作用。事实上，冰糕更接近于雪糕，但它们最大的差异在于，冰糕不能边走边尝，而雪糕没有这个问题；冰糕大多为餐馆自己制作，在配料及工艺上明显带有个性色彩，雪糕则完全是标准作业的产物；冰糕的含水量小于雪糕。因此，开发出兼容两者优点的产品来满足嘴巴刁钻的吃货，成为冷饮制造商想象力的比拼。以鲜奶小方为傲的“红宝石”，推出鲜奶小方的冰淇淋版“乳贝”，号称稀奶油的含量与鲜奶小方等量齐观。其中最吸人眼球的是——不加水。不加水，意味着达到相当级别的冰淇淋了；而且还能像雪糕那样在行走时吃；再加上冰糕的个性化表达，那就有意思了。多种元素的交叉、融合，必然造就一种新体验，这是吃货们所乐见的。须知“红宝石”店堂内就有卖各色高级冰淇淋，力推“乳贝”不是跟自己过不去嘛！可见他们对此有足够的自信。

虽然“小冰砖”“大冰砖”似乎被时代的潮流冲刷得不留痕迹，但中冰砖并没有退出历史舞台，因为喜欢做冰淇淋草莓、冰淇淋番茄的人不会指望DQ、哈根达斯、爱茜茜里或者梦龙、可爱多、东北大板，中冰砖还有它的不可替代性——假如家庭冰淇淋机未来几年内还未普及的话。

“老人住院期间，同病室的人都说她有四个孩子：两儿两女……”那两个“女儿”其实是媳妇，这是其中的一个媳妇在一次公开课中讲到的。她说，当时知道被误以为是母女关系了，但是她和婆婆谁都没有说出真相，只是满怀喜悦，笑纳了这份甜蜜的误会。听到这里，我不由眼眶湿润，感觉到她们都在安享这份彼此间亲密的融入，又懂得照顾听者的感受，怕对方得知真相除了羡慕和感叹，还可能为自己没有这样的福分而心生失落，甚至酸楚。

没有血缘关系而胜似亲人，常被称为“后天亲人”。

血缘关系是我们来到这个世界建立的最初的人际关系，无论亲密还是生疏、近在咫尺抑或远隔天涯，都是无法选择且不能改变的。随着历事的增多，从同学、老师、同事、朋友、爱人的家族……中筛选出来的与我们心灵有链接、曾经一起流过泪、共患难的那部分人，会成为我们今生难以割舍甚至无法替代的后天亲人。理想中的爱人、理想中的朋友都是。

与生俱来的血缘关系，和后天可遇不可求的互相懂得，有时候难分孰轻孰重。有血缘，未必无间，但每一个后天亲人，都是由陌生到熟悉，再到相知。前者，因为血浓于水，多了些责任；后者，因为情义无价，更值得倾尽余生去珍惜，如同珍惜另一个自己。

每一份人间大爱里，都可以照见后天亲人的影子，那份感同身受的关切与付出，并不喧哗，甚至静默无声，影响却如黄钟大吕，震撼心灵；又如巍巍泰山，演绎着人间绝美的风景，值得我们仰视终生……

豁达，说来容易，但真要做到，靠的是时间的沉淀、阅历的积累。豁达是一种开放的心态，是一种对人对事宽容大度。中老年人在遇到疾病侵袭后，尤其要学会豁达，试着拥有平稳而又从容的心态。

人到中老年，人们对生活有了更多的感悟和理解，他们开始明白，安稳生活是一生的事业。面对疾病的侵袭，过度的忧虑是没必要的，有病治病，无病预防；配合检查、配合医生进行治疗，往往能找回从前的健康。

人到中老年，“戒之在得”很重要。放下得失心，让心胸更开阔、让自己更从容放松，享受生活的乐趣，这些对于身心的健康都大有裨益。很多人到了中年开始明白，要善待真实的人生，冷静地去看待婚姻和家庭。

世界上没有完全合乎心境的伴侣，最理想的状态是懂得宽慰自己、包容家人，并且学会为自己点一盏希望的灯。

态是懂得宽慰自己、包容家人，并且学会为自己点一盏希望的灯。中老年人常爱回忆往事，这时，就更应生出一份豁达和开明。怀着乐观的态度面对生活，生活会给你以宽慰的微笑。该放下的是烦恼，该记住的是欢乐。不妨在晚年热衷于一些爱好，让时间慢下来，体会“从前慢”的悠闲感觉：种一些花草、唱一曲昆曲、烹一壶好茶，让自己的日子变得闲适自然，拥有“久在樊笼里，复得返自然”的心境，而不是被失望、沮丧打击了乐观主义。

中老年人，需要自我调节身心，让家人开心，让自己舒心，让每个余年时光都值得纪念和回味。利用时间来调节身心，不浪费那宝贵的金色晚年，珍惜与自己独处的时光，让宅在家的时光变得温润而又自在，拥有悠长而又健康的晚年。

七夕会

学会豁达

隽秀



灼灼荷花瑞（摄影）方关通

朱祐樞一生应了一个“难”字，他一出生就历经磨难，当上太子屡涉险境，即位后又遭遇一连串棘手的难事。

其父明宪宗朱见深从小有恋母情结，宠爱长他17岁、抱他长大的宫女万贞儿，朱见深即位后封其为万贵妃，并将新婚的吴皇后废去。万贵妃生一子，1岁夭折。阴暗的心理让万贵妃见官妃怀孕，就强令其服药堕胎。朱见深一日在内库偶见瑶族美女纪氏，当晚留宿，纪氏怀孕。万贵妃即让宫女令纪氏堕胎，幸得纪氏人缘好，官女谎称纪氏非怀孕而是腹中生瘤，逃过一劫。万贵妃获悉纪氏生下一子，命太监张敏去溺死婴儿，张敏冒死秘密收养，被废的吴皇后与宪宗母亲周太后暗中相助。朱祐樞东躲西藏六年，胎毛也未剪。

明宪宗一日感叹无子，张敏跪下奏告内情，朱见深一见瘦弱的朱祐樞大喜过望：“此子似朕。”立为太子，封纪氏为淑妃。一月后，纪氏与张敏莫名自尽。周太后知万贵妃心狠手辣，将孙儿祐樞接入内宫抚养。万贵妃一日热情邀请6岁的太子朱祐樞，拿出许多美味食品让他吃，朱祐樞忍住口水说：“已饱”；万贵妃又和颜悦色骗他喝汤，朱祐樞憋红了脸，蹦出一句：“我怕有毒。”万贵妃当场大愕。

明宪宗后来又生诸多儿子，在万贵妃“枕头痛”中，几次欲废太子，掌印太监怀恩宁死不从，朱祐樞处

境危在旦夕。朱见深没杀怀恩，贬他去凤阳守灵。这时泰山突发地震，朱见深在惊恐中收回成命。公元1487年，万贵妃死，明宪宗卒。朱祐樞即位，为明孝宗。他深知是谁逼死了亲生母亲与恩人，也明白任太子时几次险遭不测，但他宽厚仁慈，当时朝臣上书要严惩已死的万贵妃

## 朱祐樞之难

米舒

及其党羽，大权在握的朱祐樞并未报复，反而取宽恕措施，只将万贵妃之弟锦衣卫都指挥使万喜、指挥军事万通赶走，说：“到此为止！”

软弱无能的明宪宗留下一副烂摊子，朝中是“纸糊三阁老”“泥塑六尚书”。朱祐樞为了扭转朝政腐败状况，决心勤于政事。当他已做起，他每日除早朝外，另设午朝，一天两次接受百官面陈国事，并在文华殿开设议政论坛，晚上则批阅奏章。他将朝中四品以上官员名单贴在墙上，对任用官吏的优劣调查得一清二楚。朱祐樞经过考察，将内阁首辅万安、太监头目梁芳、侍郎李孜省以及刘吉等一千余名奸人庸官全部革职，朱祐樞未开杀戒，但他不让这些佞人在朝廷有立足之地。

母亲侍候。为了不受蒙蔽，他不许太監代批奏章。朱祐樞广开言路，让大臣们痛陈时弊，广进良策。他把敢于直言的王恕请来当吏部尚书，又任命能力很强的马文升当兵部尚书，继而请刘健、李东阳、谢迁三人进入内阁，一时人才济济。朱祐樞还轻徭薄赋、兴修水利、取消上贡、重视百姓疾苦。他在位18年，是明朝历史上经济繁荣、百姓安居乐业的盛世，史称“弘治中兴”。

从小尝尽世间悲苦的朱祐樞，一生躬行节俭，禁止大兴土木。尤其难得的是，明孝宗朱祐樞一生只有一个妻子，即张皇后。两人婚后同起同卧，同甘共苦。朱祐樞亦是中国古代皇帝中唯一没有嫔妃的天子。

体弱多病的朱祐樞在位期间，几乎把所有的精力都用在政事上。这样密集的日程，他的工作强度在历代皇帝生活中极为罕见。

由于明孝宗是勤于政事的楷模，他手下大臣也不敢偷懒，王恕、刘大夏、戴珊、刘健、李东阳、谢迁都成为明孝宗的得力干将。但过大的工作量终于累垮了朱祐樞，他于36岁驾崩，临终时对顾命大臣刘健、李东阳、谢迁叮嘱：“太子聪明，但年龄尚小，又好逸乐，诸卿要好好辅佑他，使他担当起大任，朕死也瞑目了。”

万历首辅朱国桢评曰：“三代以下，称贤主者，汉文帝、宋仁宗与我明之孝宗皇帝。”



壶中书影

## 后天亲人

李云杰



灯花