

夏日弄堂剥毛豆的场景至今难难忘。

毛豆无非是黄豆的幼齿版。它的昵称是“毛豆子”，沪语称谓中是含有一份亲切的，因此被广泛用于小名，我们弄堂当年叫“毛豆子”的至少有三个。我小学同学“六毛豆”，家中排行第六，往上居然全部顺着次序叫“毛豆”。

大热天的上午八九点开始，天色还凉，老头老太，前楼阿姐，厢房嫂嫂就纷纷搬出凳子，围着小桌或两只方凳一拼，阴凉处剥毛豆了，通常是边剥边聊，亭子间囫圇的皮鞋不凭票，前客堂夫妻的鞋布式蹒跚，谁谁谁“花擦擦”，谁谁谁“嘞擦擦”。谁谁谁“嘞擦擦”。

剥毛豆时大抵视线向下，不与人接，故而平时不说的都说了。

其实剥毛豆是可以见人、见心、见性情的。有人手势急，飞快地将着豆荚抢活头，这类人心直口快，火烧火燎，常常毛豆虫与蛀毛豆统统撵进，行事多半马大哈；有人喜欢攥着大把的毛豆不断捋，盈盈满握地快崩溃了，才放入容器，这类人好妒忌，赌性重，恋战恋槽贪利，上海人所谓“吃心”

过尽千帆观影无数，萦留在脑海心头的不只是经典人物形象和跌宕的故事情节，最窝心抓人、矢志不忘的还是电影中的人性之美，这是所有片子里唯一不变的主题，也当为照耀现实生活的高光时刻，更是每个鲜活生命的至高追求。

一向是央视六套电影频道的铁粉，在这个平台看了不少好电影。前些天不经意间观赏了一部《动物世界》，意外惊喜。这是根据日本长漫画《赌博默示录》改编的国产故事片，韩延导演，李易峰、迈克尔·道格拉斯和周冬雨、曹炳琨等出演。讲述一个年轻人郑开司因偿还借款，被迫参加邮轮上的神秘游戏并生存下来的故事。紧凑紧张的情节，个性鲜明的人物，男主角被逼无奈的低点人生境遇，植物人妈妈医院卧床，无法结婚的恋人，自己一塌糊涂的事业，再加上无良发小的设计和背叛，这一切把他推到“命运号”邮轮上，去面对狼戾无情的游戏角逐，挑战人性的底线。为了生存下来顺利下船，他只能遵守游戏规则——“没有规则”，用石头剪刀布和数学思维来推演思考，力争赢得对手更多的星牌。用游戏操控者小道格拉斯的话来说：“在这里，没有国别，没有道德，没有任何社会属性束缚你们，你只需要带着动物的本能，去做你想做的事。”这段话点题了动物世界的片名，船上的亡命徒们尔虞我诈、欺骗卖惨，都想绝境中求生，到处是意想不到的冷酷背叛、自私排他，令人齿冷心寒却又无法后退。在这样严苛残忍充满黑暗的环境之下，男主角为了坚守他自己的道德底线和善良本性，运用出色的数学能力和超强智慧，见招拆招过关斩将，先后战胜了红衣服、小胖、发小和刀疤脸等对手和伙伴的重重对决，美满又留悬念的结局，给粉丝们再拍续集的希望以无穷想象。

据观影片上映后评论毁誉参半，可能观影时需要紧跟故事情节，保持高能思考并有数学概率等相关知识做背景，感觉十分烧脑的因素吧。电影中的科技亮点还在于特效的运用，男主挂在嘴边“我脑子有病”的口禅，会相应地出现大脑短路的神奇景象，以及命运号邮轮上游戏失败者的小白鼠遭遇呈现，如同AI效果非常玄妙震撼。这也是拥趸们最喜欢此片的重要原因！而我还是深深被男主所坚持的本真善良、纯洁同理的道德底线，坚决不同流合污的铮铮傲骨而感动。当他的发小无耻地二次背叛，手捧大包钞票叫嚣着：人为财死鸟为食亡，这就是人性！男主的宣言则是：该打的仗我都打了，该走的路都走到尽头了，老子信的道老子自己守！内心的强大和坚忍支撑他摆脱了一个个困境，最终完成了自我救赎。人性的光辉永远会照亮每个至暗角落，这才是影片的主旨所在。



夏天毛豆子

胡展奋

炒，炒股容易输，为人缘差；也有人悠悠地剥着，八九粒一定放下，多半性情淡定，自控力强，操办事情有理有节，弄堂的意见领袖；更有人每打开一个豆荚就将光毛豆归入器皿，掌心从不积攒毛豆，此君很主观，多半有洁癖，做人一板一眼，行事锱铢必较，凡事强调“桥归桥路归路”。

剥完毛豆，各归厨下。而夏天的餐桌怎么可以没有毛豆子呢？这毛豆也是“百搭”，好比腊月里的冬笋丁，相声里的捧哏，和谁搭档都得为对方增色，天生就是个“撬边”的，你能想象一盆咸菜炒肉丝能没有毛豆子吗？除了释放自己的鲜香，毛豆往往吸取他人的精华，特别是隔了一夜的毛豆子每每因为渍透了肉丝咸菜的汤汁而导致馒头像雨点一样奔向它。

我们小时候常吃的咸菜蒸毛豆，以及臭豆腐蒸毛豆，如今不多见了，其实先人如此的搭配自有奥妙，盖毛豆子既“吸咸”，又“除臭”，实乃两者的“共享基金”，无论味道太咸还是太“熏”都可以多吃几粒毛豆子带带节奏。

面拖梭子蟹听上去太没诗气了，十足的市侩嘴脸，但只要毛豆子一加入便立刻碧绿生青，立马就是“遥望洞庭山水翠，白银盘里教青螺”的意境了。况且毛豆吸足蟹鲜，茨汁又拥抱毛豆，整个中凉妙味惟食者自知矣。

茭白炒肉丝若没有毛豆力挺，那整个菜就软得趴下。而丝瓜炒扁尖一旦缺少毛豆，那就等同于炒“萧山萝卜干丁”而不放毛豆”，老上海人不会这么做。你难道不曾有过这样的观察吗，那几个菜总是吃到一半而毛豆子早掠光了。

夏日的毛豆子是如此地吃香，而且还不要忘了它的另一胜场——烤毛豆。那也是它唯一担纲主角的一场戏。烈日炎炎如果不耐烦剥毛豆，不妨手持剪刀一把，嚓嚓两记把毛豆荚的两个尖角剪去，放盐水里一煮，那味道同样美之如酪，丢下筷子，直接手捞，并且“刹不牢车”地一口气捞下去，饭都不碰，一直捞到釜底朝天。不过，烤毛豆最好吃的要算晚熟的“牛踏扁”了。毛豆品种很多，著名的有成都白水豆，南京大青豆，上海慈菇青以及“紫香毛豆”，但只有“牛踏扁”最适合做烤毛豆。老上海都知道，上世纪七十年代前后，上海郊区特产一种豆形像牛脚掌那样扁圆形的“牛踏扁”毛豆，中秋以后上市，因其糯、酥、微甜且颗粒大被誉为最好吃、最正宗的上海毛豆。不过，由于荚壳厚，出肉率低，每公斤毛豆剥壳后只有300-400克，而且易倒伏，台风一吹就碎了一地，近年来的种植量日渐减少。它的体魄明显大于寻常毛豆，扁

圆且浑身金毛——注意，一定是浑身裹满密密的金色毫毛，入口酥香无渣，且回味无穷，能够与其媲美则是“紫香毛豆”，此种佳品近年亦不多见，上市当在每年的10月初，外观与普通毛豆无异，但开荚之后令人眼睛一亮：饱满，椭圆，老翠色的球面但见缕缕紫线，丝丝经脉，蜿蜒明灭冰裂状，粒粒都是艺术品，外观如珠如釉，入口糯香两全，你都不忍心直送刀镰庖厨了。

不过，毛豆毕竟只是毛豆而已，说了半天还是离不开“吃”，一如青菜的幼年期就是“鸡毛菜”，大豆的少年即毛豆，古称“菽”，汉代以后才叫“豆”。

遗憾的是，近郊眼下还有多少毛豆地呢？就像弄堂里剥毛豆的乐趣正日渐消失，超市内、菜场里如今触目都是剥好的裸豆，像开了膛的什么一样，你称了分量，包好就走人，哪里还有昔日的弄堂情趣呢？“夏天剥毛豆”，不再了。

夏日的毛豆子是如此地吃香，而且还不要忘了它的另一胜场——烤毛豆。那也是它唯一担纲主角的一场戏。

烈日炎炎如果不耐烦剥毛豆，不妨手持剪刀一把，嚓嚓两记把毛豆荚的两个尖角剪去，放盐水里一煮，那味道同样美之如酪，丢下筷子，直接手捞，并且“刹不牢车”地一口气捞下去，饭都不碰，一直捞到釜底朝天。

不过，烤毛豆最好吃的要算晚熟的“牛踏扁”了。毛豆品种很多，著名的有成都白水豆，南京大青豆，上海慈菇青以及“紫香毛豆”，但只有“牛踏扁”最适合做烤毛豆。老上海都知道，上世纪七十年代前后，上海郊区特产一种豆形像牛脚掌那样扁圆形的“牛踏扁”毛豆，中秋以后上市，因其糯、酥、微甜且颗粒大被誉为最好吃、最正宗的上海毛豆。不过，由于荚壳厚，出肉率低，每公斤毛豆剥壳后只有300-400克，而且易倒伏，台风一吹就碎了一地，近年来的种植量日渐减少。它的体魄明显大于寻常毛豆，扁

“冷冷七弦上，静听松风寒。古调虽自爱，今人多不弹。”这首古诗出自唐代诗人刘长卿的《听弹琴》，意思是七弦琴上弹奏出清幽的琴声，静静地听就像寒风吹入松林那样凄清，虽然我非非常喜爱古老的曲调，但如今的人弹奏不多了。这首诗的前两句描写了清幽的音乐境界，后两句抒发了作者的情怀。全诗对对琴声的赞美转而对时尚的感叹，流露出诗人怀才不遇，知音难觅和孤芳自赏的情操。

小诗中的“七弦”指的是古琴。古琴，又称瑶琴、玉琴、丝桐和“文武七弦琴”，是一种全身上下都充满了文化内涵的乐器。中国的传统文化认为，天上有五星，地上有五

行，世上的声响有五音，因此在原始时代神农氏“削桐为琴、绳丝为弦”，创造了最初的琴。当时只有宫、商、角、徵、羽五弦，象征着金、木、水、火、土。后来，周文王为悼念死去的儿子伯邑考而增加了一根弦，是谓“文弦”；武王伐纣时，为增加士气又增添了一根弦，是谓“武弦”，古琴也由此产生。2003年11月7日，联合国教科文组织宣布第二批“人类口头和非物质文化遗产代表作”，中国的古琴艺术名列其中。2018年6月上海合作组织峰会在青岛举行，国家主席习近平将古琴作为国礼赠送给俄罗斯总统普京。这既是对传统文化的重视，也是古琴上升为新时期人文精神寄托的重要标志。业余时间，练习古琴的人越



农家鲜（中国画） 梁文尧

据说未伏的太阳是阳气最足的，可以逼走积存的寒气，打通平时不通的气血，甚至可以驱逐抑郁，所以未伏第一天下午，我决定去家附近的公园走走。再不抓住“三伏”的尾巴，一年补阳气的大好时光就溜走了。说实话，疫情以来已经放弃了各种散步的机会，伏天“孵”在家里更是理直气壮，入夏以来还是第一次狠下决心。出门前，我习惯性地戴上了口罩。已经戴习惯了，五官似乎多了一“官”，嘴上没个“把门”的就觉得少了什么。有次上班偶尔忘了一次，竟然还来了一次加速折返跑。

我心愉快地走进公园，但见树木葱郁，湖水平静，和前一进门就是各种乐声歌声人声混杂的喧闹迥异，感觉真正正好。除了几个像我这样专程前来散步的，还有就是公园工作人员了。人实在少，又在空旷的公园，走了不久我就摘下了口罩。一圈兜下来，被一种声音（应该是某种运动）吸引，停了脚步。走近一看，是一个叫做“石锁协会”的活动点。进得里面，煞是闹猛。目测二十几平方米内，十几条热汗淋漓的汉子，年多花甲，集体赤膊，肌肉饱满，一边拎石锁，一边从中美关系讲到节约粮食，有人嗓门很大地回忆小时候吃不饱。我习惯性地注意到，没有一个戴口罩的，看来有点“触目惊心”。是不是

他们身还结棍，病毒不易侵入呢。进入盛夏，疫情一点没有收敛的样子。专家早就纠正了高温抑制病毒的说法，但人们已经不约而同不戴口罩了。除了地铁、医院、影院等场所的硬性规定，公交、超市、小菜场这些小范围人群聚集的地方，像我这种“一本正经”的属于少数派，甚至绝对少数。即便硬性规定的所在，进了门就摘下的也不鲜见。我观察了一下，马路上和公共场合戴口罩的多是年轻人，多了点年纪的大多“口无遮拦”。这个观察让我颇感欣慰，我的认知大概可以混迹年轻群体中。是不是年长者无畏，年轻者谨慎呢？其中的道理还是由公共卫生专家去探究吧。还有更小的谨慎者，我三岁的孙女遇大人带她出门，就会习惯性地问我的口罩呢？然后还要检查大人是不是戴了。那天爸爸逗她说没戴了，她很认真地回应，爸爸你要戴的，外面有感染病（这是年初给她戴口罩时跟她说的）。前几天看到国家卫健委专家说，按规律，入秋后就是传染病和流行病的高发期，如果叠加境外输入和国内本土疫情，风险和严峻程度令人担忧。看来，这口罩还真不能早早摘下的，虽然它并不万能，就当它是阻挡病毒的防身“盔甲”吧。

口罩，还戴不戴

孙建伟

我的外婆，她戴着一副眼镜，短发，额头中心有一个不大不小的痣，时常穿着围裙。妈妈曾经告诉过我，外婆年轻时十分漂亮。外婆的特点太鲜明了，所有和她见过面的人都会说：“她有洁癖！”这次的新冠疫情可把外婆这个洁癖害惨了。“叮咚”一响，快递到了！外婆隔着门叫快递员把快递放门口，然后把耳朵贴在门上，静静地听着电梯门关上。紧接着，她拿出酒精，对着门口的快递喷了又喷，然后赶紧去洗手。快递放在外面晾了大约两三个小时，外婆再次跑到门口，用剪刀打开快递盒，然后把盒子里的东西放到阳台上继续晒，接着再去洗手。两个小时又过去了，外婆这才放心地把晒过的快递从阳台收回来，当然，再次洗手是肯定的！有一次，我无意间看到了外婆的手，因为洗得太频繁，皮都皱了，上面还有许多因为酒精而刺激出的伤口。外婆告诉我，她现在再怎么涂护手霜都无济于事了。

我的外婆

陈诺

外婆特别爱我。由于我天生对海鲜过敏，所以不能吃海鲜。为了给我补充营养，外婆每天都苦思冥想，有时想得连觉都睡不着！海参和扇贝是我唯一能吃的海鲜（我也不知道为什么），于是，外婆每天早上坚持让我吃一块海参。有好几次，我觉得海参太难吃了，想要吐出来，但是外婆总是苦口婆心对我说，海参多有营养，让我一定坚持每天吃一点。看着外婆这样不厌其烦的样子，我很感动。外婆还是一个嘴硬心软的人。她看上去特别严肃，但其实，外婆的内心是非常善良的。在我三岁的时候，我们以前老邻居的女儿得了尿毒症，外婆很同情她，每个月初都给她寄一千块钱。一直到现在，七年过去了，外婆从来没有一个月间断过寄钱，她总是说，能帮人家一点是一点。有一次外公发了一条有外婆照片的朋友圈，很多人都夸外婆看上去年轻好看。妈妈跟我说，其实她很羡慕我，她小的时候，外婆对她非常非常严格，而且外婆一直忙工作，她曾是大公司的财务总监，市人大代表。在妈妈的回忆里，外婆很少拥抱她，亲她。后来有了我，她才明白，原来外婆是积攒着，把她“毕生的柔情”都留给了我，现在还有我的妹妹。我离不开外婆，外婆也离不开我。

七夕会

不能有人偷听，否则弦就会断。这也让我们意识到，生命中最美的东西，常常是跟自己对话的，不是表演的。因为只要有对象，艺术就会有趋附性、会做作。”

在我们的诸多练习曲中，很多琴曲是名人诗赋，蕴含了丰富的社会内容和情感世界，有的表现美丽曲折的爱情故事，有的表现大自然的景物并抒发人的内心感情，有的表现军人的羁旅生活，有的表现不同人的遭遇所产生的复杂情感。潜心研习，轻抚古琴，以古人的方式进入生活的另一空间，让手指在一抹一挑、一勾一踢、一绰一注中，在散音、泛音和按音间轻灵地舞蹈，让心灵插上琴声的翅膀。

现代的空间，古典的情怀，抒发。一个最好的琴家弹琴时，多么好。

古琴新风

孟红娟

作为一种古老的弹拨乐器，古琴位列中国传统文化“琴棋书画”之首，被视为高雅艺术的代表，也是文人雅士和贵族士大夫们吟唱时的伴奏乐器。古琴是乐器，但不完全是乐器。蒋勋在《知识分子的美学修养》里谈道：“中国的琴，是一种生命情怀，因为他喜悦、郁闷的时候，会借着琴作一种生命情怀的抒发。一个最好的琴家弹琴时，多么好。”