

老步行街 著

三十岁女人的内心独白

醉花吟

一个真诚的眼神，一句暖人的话语，一杯香醇的红酒，一支缠绵的乐曲……都会让人感觉到一种浓浓的情谊。这是一种来自于心底的温柔与满足，不能言说，亦无法忘记。

★ 网络超人气心理读物

编辑推荐：● 送给妻子、女友、女同事、女下属的 特别礼物

● 好丈夫，好领导，好男人的 必读书

● 幸福女人的 贴心秘笈

中国国际广播出版社

老步行街 著

醉花吟

三十岁女人的内心独白

中国国际广播出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

醉花吟：三十岁女人的内心独白 / 老步行街著.

—北京：中国国际广播出版社，2007.8

ISBN 978-7-5078-2834-4

I. 醉... II. 老... III. 散文 - 作品集 - 中国 - 当代

IV. I267

中国版本图书馆CIP数据核字 (2007) 第092146号

醉花吟：三十岁女人的内心独白

著 者	老步行街
责任编辑	凭 林
版式设计	国广设计室
责任校对	徐秀英
出版发行 社 址	中国国际广播出版社 (83139469 83139489[传真]) 北京复兴门外大街2号 (国家广电总局内) 邮编：100866
网 址	www.chirp.com.cn
经 销	新华书店
印 刷	三河市鑫利来印装有限公司
开 本	640 × 940 1/16
字 数	161 千字
印 张	14
印 数	6000 册
版 次	2007 年 8 月 北京第一版
印 次	2007 年 8 月 第一次印刷
书 号	ISBN 978-7-5078-2834-4 / C · 197
定 价	22.00元

国际广播版图书 版权所有 盗版必究
(如果发现印装质量问题, 本社负责调换)

作者简介

老步行街，本名盛云霞，黑龙江虎林市人。自由撰稿人、婚姻心理咨询网版主。长期从事婚姻、爱情专栏写作，视文字为感情的最终出口。

邮箱：shengyunxia302@163.com

QQ：[597569915](https://www.qq.com/)



责任编辑：凭 林
美术编辑：田荣荣

欢迎登陆本社网站
www.chirp.com.cn



女人三十，若花常开长香

我家冰儿

已经是夜里两点过了，写了点很是抒情的文字。想上网到博客里发了，可是进不去。于是，进到《散文天下》，查看前些日子发的文章里的留言。

在《酒中自有黄金屋，酒中自有颜如玉》的帖里，看到老步行街的留言，笑掉了大牙。还好，反正我的牙没一颗是真的，满地找牙后拾起来，重新安上。

老街的留言全文如下：“看冰儿这顿‘干’！虽然没有轮到和老街干一杯，不过也是看得心里热乎乎的。我想我应该是那后几十个中的一个吧？也算冰儿她冰雪聪明！俺们东北这 gada 的女人都能喝，冰儿不先跟俺喝这就对了。冰儿你那天的状态我想得出，一定是：举杯杯醉你不醉，扶墙墙走你不走！”

那天是我自说自话自饮自醉，现在看老街想我的样子，“举杯杯醉你不醉，扶墙墙走你不走”，真是形象得很。说实话，我已经不记得我醉过多少次了，而我偏巧又极喜欢酒醉的感觉。

而每次酒醉我都不觉得自己醉，一杯杯的来，我哪有醉？当然是那杯醉哦。即使是我醉，也都是心醉。酒杯和我拼，我情深似海，它哪拼得过我？心醉了，人当然就飘飘然，扶一把墙，墙比我飘得还厉害呢。我情坚如山，墙才多厚？当然我是稳如泰山，墙见了就只好在我眼前晃了哦。

这老街还真是懂酒，看来，我非得要和她好好喝上一台。我

要会会这号称东北能喝酒的女人中最能喝的女人，看看老街是不是一个纸上谈兵的家伙。

酒没喝成，老街的文字倒是让我先醉了。这《醉花吟》，如花如酒呢！字字认真看完，便是像和老街大醉了一场。花开花落无间断，春来春去不相关！

以我的性格，能让我醉的文字，不写点什么是不行的。于是，提笔。

不料提笔就是这写月季的诗。

静想，许是近些日子一直在写花，寻思女人就是如花，只要有心得用心，看千遍不厌，读万遍不倦。

看花的人有心，不着仔细，收入眼就是美。读花的人用心，细细品味，就更是润了几多心绪。

要得这样的有心和用心，也需得女人有心和用心。

这份有心和用心是走过强说愁的年少时期，女人张扬的美丽和梦想收敛了，轻悠了心思，把曾经不经意而漫散的岁月回望成了天边的云彩，不用闪亮已见美丽，无须招摇已成魅力。

于是，这份有心和用心，在写文字的女人的笔下，便有了不做作的优雅。此时看，彼时读，轻松而愉悦。于是，管它春来春去，花开花落无间断。

这种感知是看完老街的《醉花吟》后有的，于是就想拿了月季来形容老街和她的文字。

认真说来，是除了月季，我找不到其他的花来形容老街。因为月季花着实不如牡丹的耀艳，不若兰花的幽雅，不若腊梅的傲雪。她就是平淡着，从容着，四季常开，无须过多呵护。冷着暖着，室内室外，她都会含香自放。

若一个女人在从女孩长大成女人的过程里，明白了过往，也知晓了如今。看明天，有希望，不是奢望；着悲喜，处之泰然；



知荣辱，无意沽名。

所以，这样的女人随心而行的文字，真切而悠然，这样的女人若花，常开四季。

识得老街是从文字开始，然后是她的摄影，然后才是她的人。

她的《三十岁女人的内心独白》，在天涯，被人称作《心灵热线》之强帖。应该是在排行榜上的前几位吧，我没细查过，不敢断言。

我是做文字的，我很清楚，就凭散文天下号称网络第一散文，其高手之如云，能得如此点击率，而标题又完全不哗众取宠，文字功底和心性是想而知的了。

写文字的人都知道，散文和随笔好写也不好写，太能体现笔者的生活姿态和心性。

所以，就我个人的认知而言，笔者行文间的挥洒只能是随意随性的，所有的刻意一旦入笔成文就有了东施效颦般的别扭。

看老街的文字，像是一场惬意的散步，或是在清晨的公园里可以听那小鸟与风欢畅，或是午后踱向咖啡屋的路上可以做一次肠胃的消化，或是黄昏数数老巷子还留下了多少青石板可以把记忆封存。

这一场散步，你大可由着老街的文字把你带到她去的地方。

那里，有小女人的零琐家常，有女人三十望天看海的思考；有小女人儿时的梦想，有女人三十入俗而不俗的自说自话；有小女人悄悄自个儿的心思发酸，有女人三十看什么都了然的美丽甜蜜。

那里，一切都可以慢慢看，慢慢品。

那里，你走过，你就知道，无论阴天、雨天、艳阳天，那里的三十女人和那女人三十以后的文字，都有如月季花，常开长香。

我家冰儿：本名罗斌冰，曾任记者和编辑，发表各类作品近100万字。《视线》DM杂志创办人及总编，其刊物是成都目前最具文化内涵的纯文学杂志之一。

现代女性意识的睿智书写

眉山周闻道

看见老步行街这个名字，是在天涯社区的《散文天下》。第一感觉是，眼前浮现出了一席沉静闲适的景象：一位颇有些古典气息的斯文男人，身着长衫，手执拐杖，戴一副老光眼镜，在某个古镇的一条青石板路上悠走。也许是已走过了漫长的沧桑，他的行走显得气定神闲。于是称兄道弟。闹笑话是难免的。强烈反差之下，先是出于好奇，开始关注这位“另类”女子的文字，竟一下被一种睿智的优雅之美所吸引。

30 岁的女人写，写 30 岁的女人。老街的书写，无论从哪个角度，大概都属于所谓女性文学的范畴。但老街显然不是在为文而文，不是在写什么遵命文学，没想到有什么样的承担，没有刻意套近什么风格或流派。她只是随心所欲，信马由缰，用结绳记事般的本真，书写自己此时此刻的心灵史。越是个性的，才越是共性的。殊不知，正是这种心无旁羁无拘无束，才远离了尘世中的许多掩饰与虚伪，更贴近人的心灵，使这些原本僵硬枯燥的方块字，拥有了更多的烟火味和本我在场的真切。不知女士们读着这些文字是什么感觉，至少于我，有一种令人心智开启之感，读之品之，如饮醇醪。天涯近十万的点击便是明证。无可否认，老街以自己的真诚真切和自在方式，于无心插柳中，成功进行了一次现代女性意识的睿智书写。这是难能可贵的。



在我既往的印象里，青春年少时的女人属于唯美主义者，30岁的女人则属于怀疑主义者。这种怀疑，不属于哲学家们形而上式的范畴，而是婚姻、家庭、爱情、事业、儿女、友情，等等，这些时时纠缠于心的凡人琐事。女人们刚从青春年少的唯美中走来，走入这个围城，仿佛一下闯入了一个卡夫卡式的城堡，一切都渐感疏远、陌生、迷惘、疲惫、无所适从。发之于行，便表现出一种莫名其妙的厌倦、烦躁、心神不定，整个人都是飘的。近几年来，一些所谓“美女作家”的“身体书写”、“下半身写作”，就属于这一类。她们一方面涂抹着污浊的文化泥潭，一方面让自己的灵魂曝尸，向社会展示着丑陋与低级趣味。看了老街的文字，却一下颠覆了我长期形成的这种浅表印象，令人耳目一新中，看到了一种现代女性意识的睿智、从容、优雅之美。

走进老街的世界，你会感受到一种智慧的沉静。心扉是慢慢敞开的，面朝大海，从容，自信，淡定。“偶尔一阵海风吹过，轻轻地将我的长发吹起，拂在脸上，颈间。如同记忆里那双温暖的手，轻轻地抚着，便有泪轻轻地落下。这样的早晨，这样的情景，一个人独处的那份恬淡绵绵地缠绕上来，整个人都是惬意的，放松得要往地上掉”。老街自己也说，“总喜欢静静地坐在窗前，看着这不大的一片天的变化。”不要以为，有泪轻轻地落下，就在渲染一种忧郁，一种小女人式的强说愁苦；不是喜欢静，就是对外面的世界漠不关心。老街不是。

当你循着这些美丽文字洞开的心灵小径缓缓而行，你会发现，老街不愧为一个优秀的现代女性意识的解构与构建主义者。她的沉静，不是心如止水，而是静水流深；她此刻的眼泪，是一种艾青式的深情表达。“美丽和睿智是女人的天敌，有一样已是不幸，两样都有则为大不幸”；“男人和老公，男人就好比是阵地，老公

好比是江山。俗话说打江山容易守江山难”；“把你爱的放在心里，天下太平。把爱你的放在梦里，梦不荒凉”；“好好爱自己的老公吧，他是你的江山。有他在，你才是女王”。真是语不惊人誓不休。这样的句子，在老街的文字中比比皆是。这哪里是在写文章，分明是在熬制心灵的鸡汤。

这样说，并不是说老街在女性意识上，已超凡脱俗，远离烟火尘土。有位作家说过，女人只有母性与女儿性，妻性是逼出来的。老街也不例外。事实上，作为受现代社会语境熏染成长的女性，从老街从容的字里行间并不难看出，作为女人，30岁的女人，她是一个有心人，时刻都在从两性文化的角度，用心关照这个类族的生存状态。同时，她也与许多同龄现代女性一样，有儿女情长，有家长里短；也有怨，有忧，有烦；也有彷徨，有苦恼，有寂寞孤独，也曾被流言蜚语困扰。有些方面，她人生的承载，甚至超过了许多同龄人。

比如父亲在部队落下疾病而丧失劳动能力，母亲因为照顾病中的父亲心力交瘁，年幼的她便常常因为监护人的改变而四处投学；首次高考的失败；初为人母的喜悦过后，跟随而来的深深落寞；一个人无聊时，也很想找个人倾诉；不知从什么时候起，和老公会因为一点小事而争执不休；因喜欢一个人在雨中疯跑，在黑夜里唱歌而不被人理解；等等。只是，由于特殊的人生际遇，更由于自身的历练与坚韧，她能更好地及时调适自己，在自己内心深处，比其他女性多了几分消解苦恼与浮躁的本领。

当面对步入中年的生活枯燥，感情麻木时，她会自觉地思考究竟是哪里出了问题，然后，智慧地制造一些保持两性世界引力与激情的小魔术；面对人际交往中的种种不合，不解，不悦，她会冷静地做出自己的删除或收藏；面对社会人生中的种种陋习劣



俗，她会以宽厚之心包容，如此等等。这就使得她的文字，不仅
是她自己的心灵史，还具有了与现代女性精神对话的特点。

面对生存中的种种复杂局面，看不透，却自认为看破红尘，
停留于表面的怨艾与愤世嫉俗，是一种不幸；看透了，跳不出，
让精神世界步入人性丑陋的沼泽，是更大的不幸。老街是既看透
了，又跳出了，闲坐窗前看风景；她虽然不能改变一切，却可以
从容地面对一切。这正是老街文字彰显的现代女性意识。

当然，由于是随心所欲的书写，并最初以网络文字形式出现，
老街这些文字的一些不足之处也很明显。比如文本意识较弱，有
些地方说教色彩嫌浓，行文风格上也还有雷同之处，对两性世界
有些问题的认识与判断，也还有值得商榷之处，一些文字也有待
进一步打磨，等等。但是，这些并不影响它从容、睿智、优雅
的魅力。读着老街的文字，你的心里会浮现出类似这样的意境——

“远处是刚刚出海还是刚刚归来的渔船，男人开船，女人收
网，男人含笑看着自己的女人，女人含笑看着自己手中的网，静
静地感觉那一分温馨。一只海鸥在水面低低地飞，时而停在水面
上啄食，随波逐流；时而从我的头顶忽然掠过，一阵的微风……

眉山周闻道：本名周仲明，四川省作协会员、委员，天涯社区——《散文天
下》版主。发表各类作品 700 余篇，260 多万字。出版《主权回归前的香港》、《夏
天的感觉》、《悲剧，本可以避免》、《点击心灵》、《对岸》、《家的前世今生》等专
著 9 部。



目 录

女人三十，若花常开长香/我家冰儿 / 1

现代女性意识的睿智书写/眉山周闻道 / 4

三十而丽

三十岁的女人可以没有豪宅、跑车，但尽量要有个家庭、养育个孩子。女人三十不一定要事业有成，但一定要有事做。女人三十总是在心里有那么一点点骄傲，总是觉得现在的自己刚刚好。

1. 女人三十 / 1

三十岁的女人一般会经历这样三个男人：一个是你爱的、一个是爱你的、一个是和你结婚的。把你爱的放在心里，天下就会太平。把爱你的放在梦里，梦里就不再荒凉。和你结婚的，你一定要放在眼里，因为这么多男人只有他肯娶你。

三十岁的女人要经营好爱情就得先守住老公，要守住老公就得经营好自己。

2. 三十女人看男人三十 / 4

男人天生发育得慢，当女人为了年至三十而发愁时，男人的好时光才刚刚开始。三十岁的男人要尽量尝试不同的工作，但尽量不要尝试不同的女人。三十岁的男人送玫瑰不会再傻傻地捧上 999 朵。他知道女人更喜欢专情的“一枝独秀”。

3. 我能想到最浪漫的事 / 8

三十岁的女人有着太多的梦想和渴望，但也有着太多的世故和原则。

4. “女红”点缀“女人味” / 11

女人特有的温柔和给人的安全感，是让女人工作和生活都游刃有余的不二法宝。

5. 海水正蓝 / 14

没有栖身的家，心注定要流浪，幸福和苦难一样不可预知，每迈一步，都成绝响……

6. 三十岁的那场雪 / 16

三十岁，无论从生理上还是心理上都是人生的一个分水岭。一切，似乎已经结束，一切，又似乎刚刚开始。结束的是青春时的少年轻狂，开始的是成年后的稳定和踏实。

三十岁，没有时间可以再用来蹉跎，没有机会可以再用来改过。三十岁的每一步路都走得倍加小心，藏着智慧，透着谨慎。

7. 女人的话 / 19

没有读过这个故事不是你的错，是因为它没有发表在化妆品说明书上！

8. 为你而来 / 22

我要的不多，我只想要一种心灵与心灵的交谈。不管日子过得多么不尽人意，只要想起你，心里就会充满淡淡的喜悦。

9. 美丽的理想 / 25

女人会在上一秒钟还在想着去东面，下一秒钟就能决定去西面。
这就是女人，永远地善变。

10. 想你的时候 / 27

我以为/我已经把你藏好了/藏在/那样深/那样冷/昔日的心底。
我以为/只要绝口不提/只要让日子继续地过去/你就终于/终于会变成
一个/古老的秘密。

可是/不眠的夜/仍然太长/而/早生的华发/又泄露了/我的悲伤。

11. 四个女人一台戏 / 30

老步行街的凡人名言：还忙着、还写着、还爱着、还活着。

小鱼有的时候会想，也许这世上真的有那么一种感情，比朋友近一点，比爱人远一点，发乎情，止乎礼，彼此牵挂又不给对方压力，忠诚于自己的家庭，又拥有一份内心的甜蜜。

如果你爱她，送她到商场，因为那里是天堂；如果你恨她，也送她到商场，因为那里是地狱。

等她老得不再让他担心时，她会去找到他，并且和他说：请你下辈子记得和我在一起。

围城内外

婚姻是一条空船，需要两样东西来压舱：一是感情，二是子女。世上没有长相厮守的爱情，只有长相厮守的夫妻。婚姻是男人和女人共同做的一个甜蜜的茧，我们在这个茧里或了此一生，或化蛹成蝶。

1. 家的概念 / 43

用彼此的真心和品德去营造一个坚固的婚姻，去缔造一个爱的帝

国，在那里，你就是永远的帝王。你就可以快乐、幸福、直到永远。

2. 一路走来 / 46

我真的有些后悔当年的年少轻狂，当年的义无反顾。我不知道这是不是我想要的生活，我常常想，是不是应该趁我还没被他激怒成泼妇之前离开他。

三十岁了，我还和他在一起。在三十岁这一年，我对自己说：有儿子真好！有他真好！

3. 男人和老公 / 49

打江山容易守江山难，男人相对于女人来说，经不起诱惑是不争的事实。婚姻中的男人往往要女人来操心守候。

好好爱自己的老公吧，他是你的江山。有他在，你才是女王。

4. 老王的恋爱进行时 / 52

每逢情人节，别人家又是玫瑰又是巧克力的，浪漫得让人眼热。只有我们家，照旧是青菜萝卜西红柿。我和老公彼此心照不宣地，固守着那一份难能可贵的矜持。

5. 聪明的女人可爱的家 / 55

男人和孩子一样，需要管制和镇压。有句话说得好，男人常常用拳头征服这个世界，而女人只要用眼泪就可以征服男人。

6. 男人与厨房无关 / 58

下辈子找老公，不要一米八的也行，不要长得帅的也可，只要会做饭做家务就好，我也好感受一下被人呵护的滋味。

7. 哪种男人让女人心痛？ / 61

大多数女人，都可以忍受男人的平凡，但很少有女人，可以忍受男人的琐碎。上帝创造了性别时就赋予了性别最根本的含义：男人要豪爽，女人要温柔。

8. 一句话成就的幸福 / 64

拥有一切的人不一定是幸福的，但对自己拥有的一切心存感激的人一定是幸福的。

9. 说说最不敢说的事 / 66

一个女人往咖啡里加了两块糖之后还不甜，就问身边的老公：这两块糖怎么回事？老公回答：可能因为这两块糖也结婚了吧。

10. 如果爱，请深爱 / 69

爱是一个心甘情愿去背负的责任，爱是当对方需要时自觉自愿地付出，爱是得不到回报时的无怨无悔。

11. 爱的分寸 / 71

世界上没有哪一桩幸福不是依靠糊涂得来的。那么，让我们尽量简单地活着吧，因为活得简单的人离幸福最近。

12. 最后一双高跟鞋 / 73

女人是天生的完美主义者，总是习惯对自己吹毛求疵，总是幻想自己能够尽善尽美。看着身边一天天在长大的儿子，心里忽然有种很想穿高跟鞋的冲动。

13. 你愿意做全职太太吗？ / 76

女人最心爱的事业是和心爱的人一起经营我们幸福的家，养育一个可爱的孩子。女人坚持工作，并不是为了证明自己有多么强势，我们只是想和爱的人一起共同承担这个家的一切，只是想享受那份同舟共济相依为命的感觉。

14. 婚姻是茧，我们是蝶 / 79

如果说“人”字是指两个人在相互支撑的话，我认为长的一撇是男人，短的一捺是女人。男人长长的盖过女人的头顶，撑起了女人的天空，也成就了女人的风光无限。但他倾斜的姿势注定是要有女人来