



(台湾)江映瑶 著



熟女私日记

SHU NV SI RI JI / JIANG YING YAO

做一个美丽的、知性的、成熟的、
优雅的幸福女人



武汉出版社
WUHAN PUBLISHING HOUSE



熟女私日记

SHU NV SI RI JI / JIANG YING YAO

(台湾) 江映瑶 著



武汉出版社
WUHAN PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP) 数据

熟女私日记 / (台湾) 江映瑶著. —武汉: 武汉出版社,
2012.4

ISBN 978-7-5430-6602-1

I. ①熟… II. ①江… III. ①随笔—作品集—中国—
当代 IV. ①I267.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第012677号

本著作物经外图(厦门)文化传播有限公司代理, 由印刻文学生
活杂志出版有限公司授权, 在中国大陆出版、发行中文简体字版本。

熟女私日记

著 者: (台湾) 江映瑶

本书策划: 亨通堂张思伟

特约编辑: 张思伟

责任编辑: 王冠含

封面设计: 九 一

出 版: 武汉出版社

社 址: 武汉市江汉区新华下路103号 邮 编: 430015

电 话: (027) 85606403 85600625

<http://www.whcbs.com> E-mail: zbs@whcbs.com

印 刷: 三河市南阳印刷有限公司 经 销: 新华书店

开 本: 880mm × 1230mm 1/32

印 张: 6.5 字数: 100千字

版 次: 2012年4月第1版 2012年4月第1次印刷

定 价: 25.00元

版权所有·侵权必究

如有质量问题, 由承印厂负责调换。



自序

“怎么那么勇敢，把自己的事情说出来呢？”

有些看了我文章或谈话性节目的朋友这样问我，语气中带着“你是想红才消费自己吧？”的质疑。

其实我是个注重隐私的人，最讨厌人家问我：“现在有没有男朋友？为什么还不结婚？”以前为杂志撰写两性交战守则类的文章，也都以理论为主，直到愈来愈多的读者和观众发出质疑，连洗衣店老板娘都说：“你一个没结过婚的年轻女孩子，怎么会懂什么两性问题？”我才开始通过博客的“熟女私日记”，和大家分享自己的经历。出发点有二：一、我

不年轻了！并非不知天高地厚的娇娇女在大发议论；二、我所犯过的错、吃过的苦、跌过的跤比谁都严重，如果我能够走出来，又有谁不能呢？没想到亲身经历的说服力如此强效，得到了许多回应和交流，于是我不再介意分享过往的疮疤，也因此更乐观地看待自己的失败。

开始全职写作，始于2003年冬季，我被最信任的生意伙伴背叛后，反而抛开了束缚，什么都不管，只想写作，至于写作以外的事，就全交给了新伙伴“长毛”帮我承担。他说一定要成立网站，我们一起想网站名称。当时有位胸围36G的日本AV女优来台，看着电视新闻，我玩笑地说：“那就叫熟女36G吧！”没想到，“长毛”竟认真地同意了。曾任*Playboy*中文版主编及副总编的他，自有他独到的网络经营手法，没多久，我的网站就招来了可观的点阅率，红到连杂志都来专访，而且还为我赢得了许



多专栏邀稿。接着，中断了几年的电视通告也来了，安排演讲的经纪公司也自动报到，我就这样从一个执笔二十年的专栏作家，反过来重新由网络出发，成功被“长毛”经营了起来。

在网络上，我以“熟女私日记”来与喜爱我的朋友们交流，所以这本书，我也以同样的心情，要和读者分享我这熟女的悲欢喜忧。成长往往是在伤痛的夹缝中萌芽，而成熟后的我们，也才能笑看自己的伤痛，并且在纯熟的人生招数中，找寻到最纯净的初心，就此招数尽抛，随心所欲而不逾矩地自在生活。



自序	1
----------	---

第一章 熟女告白

熟女告白	3
水漾熟女	8
熟女 36G	14
猫腻	25
被打的女人	34
伟人克林顿	43

第二章 熟女不寂寞

一个人的寂寞	53
迷路的快乐	60
自找的快乐	68
如果没了性骚扰	76
为伟大的性事干杯	85
我的北京下巴	90

Contents

目录



第三章 调戏男人

调戏男人	103
五种床上拒往的男人	113
今年的男人会更好	121
Let's go party!	126
那根所有权	132
偷情之必要	140

第四章 把男人看穿

他怎么都不碰我了?	153
最棒的老二	162
男人的梦想	166
男人的谎言	173
男人的被虐狂	179
为什么男人要有情妇?	183
讨个老婆好过年	190



第一章

熟女告白



熟女告白

我是熟女，是饱胀着四溢甜香的诱人果实，令人垂涎得只想立刻咬一口；是切割精准光芒潋潋的美钻，凡行家都能辨识我的独一无二；是令人徜徉流连的如茵草原，但愿换一生为小憩的阳光午后。

因为成熟，我有了谦虚的资格，平和的优势，像春风一般地服众；由于成熟，我甘于分享，乐于提携后进，明白自己所拥有的；本着成熟，我包容却不纵容，据理力争又得理饶人，运筹着分寸的掌握。

对于家人，熟女给予无怨无悔的理解和资助，是父慈子孝、兄友弟恭的实践者；但若天不从人愿，也能接受“家家有本难念的经”，尽力纾解家人之间的困境，珍惜血脉相连的缘分，并且感恩、惜情、不忘本。

对于朋友，熟女善尽“友直、友谅、友多闻”的功能，互相切磋，彼此成长，却又充分发挥 IQ、EQ，勇于判断是非。倘若朋友误入歧途，熟女绝不盲从也不包庇，循循善诱若未果，也只能敬而远之，以免狼狈为奸。熟女相信每个人都该为自己的人生负责，朋友只能在路途中喝彩或鼓舞。

在熟女的情感世界里，“快乐”是第一个坚持，但要顾及的不只是自身的快乐，还有对方，以及确定在快乐的背后并没有人被无辜伤及。“幽默风趣”则是第二个坚持，不只是发自本心，也要感染爱人，共度轻松愉悦的每个有缘日子。“同理心”正是熟女



的第三个坚持，互相体谅、将心比心，在纷争来临之前，先试图了解原因；若能接受就包容，省去怨尤，若感到痛苦，也绝不强求，好聚好散不结仇。熟女的第四个坚持是“信任”，不去试验爱情，因为在试验的同时，已然失去忠贞不疑的爱情醇度，也失去被信任的资格；即使爱人犯下什么错，在错误被确定之前，他仍是无罪之身，并不需要为“可能犯下的错”彼此伤神，更不值得剥夺原有的快乐。“不苟且”是熟女的第五个坚持，即使利益当前，或是贪、嗔、痴等勘不破的欲念纠缠心头，熟女也不为任何目的隐忍妥协；忠于心底的呼唤，诚实面对爱情的去留，才是熟女坦荡荡的诉求。

在熟女的事业版图中，力争上游不退缩，掌权握势不骄纵，不拿性别当借口，不以身体当报酬，才是熟女赢得掌声与尊重的真正光荣。

在熟女的价值观上，钱财只是建构理想的手段，

而非人生努力的最终目标。熟女运用智慧赚取应得的报偿，以便实践没有钱就办不到的事项；但是在实现理想的过程中，熟女绝不忽略再多钱也买不到的人性尊严，以及纯真的良善。

熟女的生活品味不马虎，但是盲从于时尚的追求为熟女所不屑，追逐于人云亦云的虚荣也非熟女所赞同。熟女以舒适健康的生活为目标，更以维护仅有的地球环境为潮流；爱护动物是熟女发自内心的呼喊，崇尚自然回归大地更是熟女热切的渴望。

熟女的胸襟并不狭小，在社会责任与公义的探讨中，熟女是从不缺席的主角。但凡关怀弱势、声援贫孤、赈灾救急、伸张正义，熟女从不妄自菲薄于一己之孤，即使奉献绵薄之力，熟女也不以善小而不为。当熟女在家中为人妻母，更不忘循循善诱教育家人，建立潜移默化的公义概念。

在面对自我世界时，无论身边有伴无伴，熟女



懂得享受与自己相处，而不害怕孤独。熟女明白人本就生而孤单，死时独自，人类群居是为以爱相互取暖；所以熟女必须能与完整独立的自我独处，而后才可能与任何其他完整独立的个体愉悦相处。人类的孤独是必然，相爱是福分，群聚是缘深，失落也不过是缘灭。熟女挚情一生，却看淡一切，缘起缘又灭，只盼不枉走此一回。

水漾熟女

之一：泡澡

我喜欢泡澡，在那种脚丫子刚好可以顶到边缘的浴缸里。可能是蒸气让呼吸道舒畅，我会不由自主地唱起歌来，并一边玩着游戏。譬如说：快速摇摆着自己的身体，溅起哗啦哗啦的水声，感觉好像在一叶扁舟中航行，但安全的是水在船里，不在不可掌控的周遭。又譬如用优美的脚趾动作去关掉水龙头，不晓得为什么，这动作就是会让我觉得自己



像是泡在欧式独立浴缸中的好莱坞巨星。

不晓得你们有没有仔细看过自己泡在热水中的身体？我皮肤白，泡在水中更白，但热度又让底下的血液在白肤里透出了粉嫩的红色，没有任何时刻，会比此时的皮肤好看。由于被水包围着，形成另一种奇异的膜，像魔幻写实风格那般细致到很不可信的真实，十分有趣。我曾尝试要拍下那景象，但是摄影镜头一下就起雾。也曾想画下来，但是难度太高，即使现场写生，水也会冷掉。

常有人问我：“怎么想得出那么多东西来写？”这问题对我来说很奇怪，不晓得怎么回答，只能说：那它就是一直有啊！又有人问：“难道不会有灵感短缺的时候吗？”仔细想想，好像也不会，顶多一边思索着该如何破题切入，一边泡进浴缸里，只是这么泡一下，一排排的字就在眼前的隐形屏幕里打出来了。不骗你！真的字会自动跑出来，而不是抽象的