

原度 著



匆匆了岁月 幸福了年华

林徽因给女人的智慧书

她的容貌超凡脱俗
她的气质优雅迷人
她的才情横溢民国
她的成就不逊男人
她令朋友如沐春风
她更与丈夫甘苦患难
她的一生近乎完美
她是当下女性最倾慕的女人
民国女神林徽因

中国商业出版社

匆匆了岁月 幸福了年华

林徽因给女人的智慧书

原度 著



中国商业出版社

图书在版编目(CIP)数据

匆匆了岁月 幸福了年华 / 原度著. — 北京 :

中国商业出版社, 2016.2

ISBN 978-7-5044-9289-0

I. ①匆… II. ①原… III. ①林徽因(1904~1955)

-传记 IV. ①K826.16

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 021115 号

责任编辑:姜丽君

中国商业出版社出版发行

(100053 北京广安门内报国寺1号)

010-63180647 www.c-cbook.com

新华书店总店北京发行所经销

三河市三佳印刷装订有限公司印刷

*

640×960 毫米 1/16 开 18.5 印张 210 千字

2016 年 5 月第 1 版 2016 年 5 月第 1 次印刷

定价:36.00 元

* * * *

(如有印装质量问题可更换)

女子当如林徽因

一个女人，该有多聪慧才能做到像林徽因那样。

徽因 1904 年降临人世，1955 年悄然离去，匆匆走完了不平凡的人生。她的过早离世可以说是一种不幸，也可以说是一种大幸。

出身名门的徽因，既秉承了大家闺秀的风度，又兼具现代女性特有的独立精神和自强气质。作为一个优雅的知性女人，她既是名扬中外的建筑学家，又是清华大学的教授、文思泉涌的优秀作家，还是文化沙龙的女主人，这得该有多大的精力和多强的毅力才能将这一众角色融会贯通，并演绎得淋漓尽致。

才貌双全的女人不常见，才貌双全且理智行事的女人，更是凤毛麟角。而徽因完全当得起这样的女人，她曾是三个爱情故事里的第一女主。建筑大师梁思成、浪漫诗人徐志摩、哲学泰斗金岳霖，这三位精英男都是她的忠实追求者。

然而，徽因并没有因为这些青年才俊的出现就凌乱得一塌糊涂。相反，在她多情而丰盈的年华里，做出了最理智、最正确的选择，和志趣相投的那个男人相守了一生，并且在



婚姻之外还保留了一份纯美的友情。

在朋友们中间，徽因总是被众星捧月，这不仅因为她脱俗的形貌与独到的见解，更是因为她的温暖，她的柔软。假如，没有徽因的悉心照料，梁思成很难从那场车祸中重拾信心；假如，没有徽因的的爱心抚慰，沈从文很难走出阴霾，并驰骋文坛；假如，没有徽因的无私引导，文艺青年萧乾、林洙等人多半会与文学擦肩而过。

在那个不缺大师的年代，多少女子视她为情敌，多人男子倾慕于她的裙下。文学大师胡适对徽因刮目相看，敬若上宾，盛赞她是一代才女；浪漫诗人徐志摩如痴如狂，为徽因写下无数绝美的诗篇；大哲学家金岳霖更是为徽因终生不娶，只愿在静处默默地注视着心中的女神；建筑学家梁思成视徽因如稀世珍宝，两人相濡以沫，不离不弃。

被徐志摩奉为女神，并得到这位痴情才子无比温柔的爱。对于一个女人来说，夫复何求？然而，徽因的回答是，不想被当作女神，不想被夸大，也不想被否定，只想做自己。

徽因的智慧不仅在爱情和友情方面，她对事业与梦想的追求，也是一般女人所不能及的。建筑是徽因一生追求的事业，为此，她毫不犹豫地付出了自己的青春年华。从1930年到1945年，徽因走遍了15个省200多个县，考察了200多处古物建筑，很多古老的建筑都是因为她的踏访才被世界所关注的。

这就是真实的林徽因，很少表现出三从四德的温顺，体现在她身上更多的是人格的独立与自由。她虽然没有高喊过激进的女权口号，却时时刻刻把女性的独立与进取当作一件

理所当然的事，用和男性平等的心态处理感情、家庭和学术问题，甚至在必要的时候还会和男人们分庭抗礼，据理力争。正是由于这种气质，使得徽因的作品在中国文坛宛若四月春风，别具一格。

徽因之于民国就是一个传奇，她的出身，她的容颜，她的才情，她的气质，她的阅历，她的生活，无不让人着迷，令人陶醉，宛若强力磁石吸引着后人。现在，就让我们一起走进徽因的世界，探寻这位民国女神智慧的源泉，探讨如何做个聪慧、幸福的女人吧。

原 度

2015年12月5日

于海淀上庄筑心斋



目 录

CONTENTS

第一辑

你可以像林徽因一样精彩

做有气质的女人 002

用爱点亮人生 005

聪明女人能胜任多种角色 009

善待那些爱我们的人 012

为生命唱首歌 015

即便回头也不后悔 019

为自己留一块『禁地』 022

第二辑

淡定的女人最幸福

冷静处理生活中的『惊喜』 028

笑对生活中的『不公平』 031

路是自己的，让别人说去 034

别纠结得与失 037

不要让别人的眼光束缚了自己 041

善良的女人最美丽 044

不要做女强人，要做强女人 048



第三辑

女人应是最亮丽的风景

让自己成为最受欢迎的人 052

自信让你拥有一切 056

服饰是你的另一张脸 059

练就好口才，做谈话的主宰者 062

恰当的幽默让你更可爱 065

培养几样能与别人分享的兴趣 069

第四辑

有事业的女人最性感

一定要有自己的事业 074

做自己领域的专家 077

一生专注一项事业 080

工作需要一种使命感 084

在工作中焕发女人的热情 087

热爱自己的工作 090

别为了谁而改变 096

志同道合的朋友很重要 099

勤奋是最聪明的做事方法 103

女人一定要有闺蜜 106

练就一种属于你的独特魅力 110

健康是一切美丽的前提 113

第五辑

独立的女人最美丽

永远做最爱自己的那个人 118

『拿得起』，也要『放得下』 122

永远不要停止为自己充电 125

读万卷书，行万里路 129

笑对生活 132

活在当下 136

第六辑

知性的女人最优雅



第七辑

爱，是一场修行

- 爱，只不过是一种感觉 142
- 切莫做爱情里的『小三』 145
- 姑娘，谈一场『以结婚为目的』的恋爱吧 149
- 只有适合的人，才能相伴一生 152
- 遇见适可而止的爱情是你的幸运 155
- 有一种爱情叫放手 158
- 穿山越岭来爱你 162

第八辑

婚姻需要经营，更需要用心

- 懂得珍惜，才能营造幸福婚姻 168
- 柴米油盐中自有幸福 171
- 谨慎对待婚外情 175
- 切记莫把家庭变成法庭 178
- 美好的婚姻需要宽容 181
- 婚姻是一场无悔的坚守 184
- 相信你的爱人并没有那么难 187

爱，发自内心的味道 192

做家人心中的一缕阳光 195

尽孝要趁早 199

追求值得追求的事 202

我们无法选择家人，但可以选择爱 206

真正的爱不是捆绑 209

经得起繁华，守得住平淡 213

第九辑

家人才是我人间的四月天

一定要记得绽放你的笑容 218

要求少了，幸福就多了 221

别忘了对自己说声谢谢 225

解读友情中的永恒 228

用最好的自己迎接明天 232

学会包容，你将呼吸到更多美好 235

带上好心情，出去散个步 238

有一种幸福叫放下 242

第十辑

做一缕阳光，温暖彼此



匆匆了岁月 幸福了年华

林黛玉给女人的智慧书

附录

林黛玉美诗选 246

志摩写给黛玉的诗 261

林黛玉芳华谱 266

第一辑

你可以像林徽因一样精彩

林徽因学贯中西，兼通文理，
游走在理性与感性之间，
无论事业还是感情，
从来不让自己的人生失控。

她的别样才情，她的独特气质，
吸引了一大批精英围绕在她的周围。

作为一名女性，
她的一生可以说是完美而精彩的。



做有气质的女人

这是一个美女辈出的时代。

随着科技的发展，人们生活水准越来越高。科技在改变我们生活的同时，也创造了越来越多的美女，在那小小的手术刀下，女人的容貌变得越发美丽动人。

然而，当这些美女充斥我们眼帘的时候，除了惊艳之外，很少想有深层次的了解。这样的美，让我们熟悉又陌生。诚然，容貌的美丽可以吸引人的眼球，但是再美的容颜也有衰老的一天。

真正懂得美的人不单单注重外表，她们更注重修炼内在，更懂得把握美的实质——气质。在她们看来，气质才是美的根本，这份美不会随着岁月的流逝而消失，也不会受到外在因素的影响，就像是一坛老酒，随着时间的沉淀越发芳香醇厚。

民国时期就涌现了一批这样的气质女人。在这个政权更迭、各种思想激烈碰撞的时代，一批杰出的女性应运而生，



她们不再是社会的附属，也不再是男人的陪衬，而是真真正正走到了社会的前沿。在这些优秀的女性当中，林徽因则是她们的代表人物，是那个时代的标杆。她的才情，她的样貌，她的情感，无一不被人们津津乐道，大学者胡适更称她为“中国一代才女”。

林徽因之所以能受到如此追捧，除了她的才情之外，她的气质也是一众精英仰慕的重要原因。

林徽因生于官宦之家，自幼受到传统文化的熏陶，身上流露着浓浓的典雅韵味。成长于书香门第的林徽因自幼饱读诗书，有着诗人的灵动。早年跟随父亲游历欧洲，开阔了她的视野，让林徽因的心智更加成熟，她的身上增添了另一种气度——大气。除了这些，林徽因还具有江南女子特有的秀气。女孩子但凡拥有其中一种气质就会引人侧目，更何况林徽因兼具多种不同气质。

林徽因身上不单单拥有上面所说的几种气质，在她身上我们还可以看到她的坚强，她的执着，她的理性。正是这些气质造就了这个非凡的女子，造就了民国那一道最美的风景。

林徽因的气质不是那种不食人间烟火、高高在上，也不是那种令人捉摸不透的冷傲。她是亲切的，柔软的，让人不由自主想要亲近她，欣赏她，倾听她。她就像一朵白莲花，从内到外透着高洁典雅，但是她自己偏偏将这份美忘得一干二净。也正因为



少女林徽因



这样，林徽因才让人更加心驰神往。

所以，作为女人，在注重外表的同时，切不可忽略内在的修养。容貌对于一个女人固然很重要，但是随着岁月的流逝，容颜终会老去，而气质却不受时光的叨扰。随着时间的沉淀，气质的韵味反而会更加悠长，更加让人向往和留恋。

气质是一个人内在修养的外在表现，虽然看不到、摸不着，但可以触及人们的内心。一个女人要想展现自己的气质，首先要做到自尊、自爱、自信、自强。拥有了这些品质的女人才会受到人们的尊重，魅力才能持久，美丽才会沁人心脾。

气质女人是高雅的，谈吐是优美的，是触及异性心灵的。同时，气质女人又是亲和的，她们能很好地融入世俗生活当中。就像林徽因一样，她可以在“太太的客厅”里口吐莲花，激扬文字，也可以在困顿的岁月中拎着酱油瓶子为生计操劳；她可以提笔撰写优美的诗篇，也可以和丈夫携手奔波于荒野之中，探索中国古建筑的奥妙。所以，但凡有气质的女人往往可以将风花雪月和柴米油盐完美结合，她们不但可以远观，也可以亲近。

女人切忌做那种徒有虚表的花瓶，要知道，那些外表美丽内在无知的女子虽能引起他人一时的注意，但终究不会长远，在人们了解了其内在之后，恐怕对其也只能留下“金玉其外，败絮其中”的印象。所以，女人在注重外在形象的同时，也应该注重内在涵养的修炼，做一个内外兼修的气质女人。

而提升一个人的内在修养，书和音乐是必不可少的神器。古语有云“腹有诗书气自华”，经过书籍浸润的女子，身上会透露出一种典雅温馨的气息。她们就像一株芝兰，芳香弥久，可以荡涤人们内心深处的疲惫，让人感到轻松心安。有气质的女人就像一本有内涵的书，让人爱不释手。当然，也并非所有人都能读懂这本书的。

音乐被称为人们灵魂深处的声音，表达的是人们心灵深处的感受，不仅可以陶冶情操，还可以培养一个人的文化素养。接受音乐熏陶的女子，总会透露出一股特有的灵动。她们的言语及仪态就像是一个个音符，直击人的内心，叩动人的灵魂。

总之，有气质的女人，就像是一曲优美的乐章，引人驻足，流连忘返。



静悟

心语

只注重外表的女子就像一只花瓶，简单而又易碎。随着时间的流逝，当花瓶表面那层耀眼的釉色出现斑驳的时候，其光彩也将荡然无存。有气质的女子，就像一块温玉，岁月的浸润会变得越发细腻柔和，越发引人留恋。一个女人若想美得长久，气质的修炼必不可少。

用爱点亮人生

郭沫若曾说过这么一句话：“如果春天没有百花，人生没有爱，那还成什么世界？”的确，无论贩夫走卒，还是达官