

林徽因 最遗憾的是
比你“女神”的
人比你还努力

喜欢就会放肆
但爱就是克制 陆小曼

张幼仪 最彻底的伤害
是最有力的成长

黄素琼
有些爱，你不说，没人会懂

张爱玲 哪个姑娘
不是踩着渣男
成长起来的

王昭君 重要的不是
讨好别人
而是活出自己

唐婉 萧红 把希望寄托
在别人身上
迟早要失望
唯有不念过去
才能不畏将来

若你懂我，
该有多好

每个女神灵魂皆有香气



林宛央 作品

不论命运给了她们什么样的际遇，
内心坚强的女子总会笑到最后。

换个令人惊醒的角度了解她们。
爱得明白不如活得明白，醒醒吧！

If you understand me

作家出版社

若你懂我， 该有多好

林宛央 作品



作家出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

若你懂我，该有多好/ 林宛央著. -- 北京：作家出版社，2015.4

ISBN 978-7-5063-7813-0

I. ①若… II. ①林… III. ①散文集 - 中国 - 当代
IV. ①I267

中国版本图书馆CIP数据核字 (2015) 第026624号

若你懂我，该有多好

作 者：林宛央

责任编辑：王 炘 翟婧婧

装帧设计：嫁衣工舍

出版发行：作家出版社

社 址：北京农展馆南里10号 邮 编：100125

电话传真：86-10-65930756（出版发行部）

86-10-65004079（总编室）

86-10-65015116（邮购部）

E-mail: zuoja@zuoja.net.cn

<http://www.haozuoja.com>（作家在线）

印 刷：北京凯达印务有限公司

成品尺寸：143×208

字 数：169千

印 张：8

版 次：2015年4月第1版

印 次：2015年4月第1次印刷

ISBN 978-7-5063-7813-0

定 价：32.80元

作家版图书，版权所有，侵权必究。
作家版图书，印装错误可随时退换。

- 《若你懂我，该有多好》是一本揭穿人生真相的启示录。

这是24个女神的故事，每个女神的灵魂皆有香气。

- **张幼仪、林徽因、陆小曼、张爱玲、黄素琼、萧红……**

- 那些站在时代顶端的女子，她们没有你们想象的那么幸福。

一段过于完美的感情，只发生在童话故事里。

- 现实生活中的常态，除了幸福、平淡，

还会有黯然神伤与劫后重生。

因此，所有的幸福都或多或少地存在着善意或无奈的表演成分，

所有的爱情也都掺杂着小小的、不可告人的私心。

所有的婚姻都包容着细枝末节中的不堪和不得已，

甚至，所有的传奇都隐藏着不和谐的画外音。

- **但是，这些女神却用自己的坚强让你忘记了她们的不幸。**

>>>

- 作者剥去她们的层层光环，不光写她们风光的一面，
更写出了风光背后的心酸与沧桑。
原来这些看上去得到了一切的传奇人物，只不过是活得很努力的普通人。
- 愿这一句“若你懂我，该有多好”，
愿这一本字字犀利、坦率直言的不好听的真话，
能一棒子打醒所有活在想象中的女子。
- **拥有真爱的人，不是有多深情，而是愿意面对现实。**
- 作者用“懂”为天下女子把脉，
帮助找寻爱情的你建立强大的治愈防护系统，
让你敢于直面惨淡的人生。
- **最终找到懂你、爱你、与你长相厮守的人。**
- 愿这本书成为女孩最靠谱的人间指南。

>>>

- 001 张爱玲
/ 哪个好姑娘不是踩着渣男成长起来的
- 010 黄素琼
/ 有些爱，你不说，没人会懂
- 024 陆小曼
/ 喜欢就会放肆，但爱就是克制
- 040 张幼仪
/ 最彻底的伤害，是最有力的成长
- 052 萧红
/ 把希望全盘寄托给别人，迟早要失望
- 065 林徽因
/ 最可怕的是，比你“女神”的人比你还努力

- 074 **宋庆龄**
/ 不怕万人阻挡，只怕自己投降
- 081 **班婕妤**
/ 没有拆不散的情侣，只有不合格的小三
- 091 **李清照**
/ 命运，总是给你一颗糖，再给你一巴掌
- 098 **唐婉**
/ 唯有不念过去，才能不畏将来
- 109 **卓文君**
/ 上得了厅堂，下得了厨房，斗得过小三
- 115 **陈圆圆**
/ 我捧你时，你是个杯子，我松手时，你就是玻璃
碴子
- 126 **董小宛**
/ 生活给我一万种理由哭，我给自己一个理由笑
- 142 **白素贞**
/ 打败爱情的不是法海，而是不信任

- 151 **苏小妹**
/ 人人喜欢听好话，但不好听的才是真话
- 160 **林黛玉**
/ 若想过得好，就别在一棵树上吊死
- 169 **薛宝钗**
/ 真爱永远是接地气的，他端着，是因为他不爱你
- 178 **祝英台**
/ 来得早，不如来得刚刚好
- 189 **王昭君**
/ 重要的不是讨好别人，而是活出自己
- 203 **杨玉环**
/ 在男人的世界，做得了天使，当得了妖精
- 214 **卫子夫**
/ 从资深女屌丝到专业白富美的逆袭
- 225 **奥黛丽·凯瑟琳·赫本**
/ 珍爱自己的女子，才是一辈子的美人

230 **大周后**

/ 最可怕的背叛，是你爱的人爱上了你的姐妹

240 **小周后**

/ 我们的人生出不了什么大故事，撑死了不过
是一段段睡前小故事

张爱玲：哪个好姑娘不是 踩着渣男成长起来的

无情与深情——感情，不能听，不能看，要用心去感受，有时候，你看到的是无情，得到的是深情，反之亦然。

她一生写尽了传奇，唯独自己的故事怎样都写不好。

1995年9月，她独自一人逝于洛杉矶。生命的最后一刻，在异国他乡，回望满天月色，想起此生沉浮，不知她是否还会说那一句：“长的是磨难，短的是人生。”

说民国，写民国，唱传奇，听传奇，怎样都不能跳过的一个人便是张爱玲。胡兰成说她是民国时代的“临水照花人”，白先勇说她是不世出的天才。太多人关注她的文字、情事多过她本身，鬼斧神工的文字，一段风月往事，将她酬唱为传奇。但，其实，摒弃一切浮云，她亦不过是一个活得很努力的普通人，人人都仿佛张爱玲。

如果说林徽因出身世家，那么张爱玲则是真正的贵族。她的祖父张佩纶，曾外祖父李鸿章，都是清朝末期赫赫有名的朝臣。后来，她父母离异，父亲续弦，续的尚是北洋政府总理的女儿孙用蕃，和陆小曼是极好的闺密。当年，她祖母出嫁，李鸿章给女儿的陪嫁，无人企及，令张家三代人衣食无忧。

她是货真价实的大小姐，9岁穿高跟鞋，梳爱司头，学钢琴，家里数处豪宅，出入有香车，左右皆用人，她的姑姑和妈妈是第一代留学西洋的女子，家里几册古书，便已价值连城。即使后来她和父亲闹翻，离家出走，她的母亲依然悉心调教，以国外名媛的标准培养她，而那时民国名媛陆小曼、唐瑛之类，引领的还不过只是大上海的风潮，她超越她们数十年。

14岁，凭借一手好文字，崭露头角；22岁，凭借《传奇》《流言》，红透上海滩。别人穿衣服，她却品衣服，谈古论今，另辟蹊径，典故名言，信手拈来。能将衣服写成人生，说“人生是一袭华美的袍，爬满了虱子”，写出艺术，说“对于不会说话的人，衣服是一种语言，随身带着的是袖珍戏剧”的，唯有一个张爱玲。

这样锦心绣口的女子，自然无数有心人觊觎。只是张爱玲天生孤高清绝，排斥与外人相处，若不然，以她的玲珑心窍，满腹才学，风靡于上海滩，成为一代名媛，不在话下。

可她的志向，不在于此。她曾说：“出名要趁早！”只是她要的名是才名，成为冠绝上海滩的文学天才，那才是张大小姐的志向。

她当然没有让人失望。年仅22岁，便出版了几部皇皇巨著，且每一部都经得起时间的沉淀，成为一代经典。英文也奇好，晚年用英文写小说，在外国文坛也能立足。

偏偏这样一个人，遇到了伪君子，真渣男。

胡兰成被张爱玲的《封锁》惊艳，好奇之下，想见一见这个女子。

不见尚可，这一见便是张爱玲一生的磨难。他被她所住公寓摩登、明媚的贵族品位所折服，更被她优越的家世所震慑，顷刻之间，心便倾倒在张爱玲这边。

胡兰成是从底层苦苦挣扎上来的男子，俗称“凤凰男”，张爱玲通身的“贵族气”他一辈子也无法企及。试想一个凤凰男征服一个大小姐，该是胡兰成一生多么值得炫耀的资本啊！

他当然也是调情的高手，见过的女人比张爱玲一生认识的人只多不少。张爱玲却一直深居简出，智商虽高，情商却差。**这是无可奈何的事情，纵使你智商高达150，堪比爱因斯坦，但涉世太浅，对感情之事，便没法见招拆招。**

他与她谈文说书，欣赏她孤标傲世的才情，赞美她评书写说，独树一帜，一眼就能看透其中深意，马屁拍得头头是道。

他极其有耐心，听张爱玲绵绵不休地在他耳旁唠叨，亦能不露出丝毫她所厌极的不耐烦。

他在她面前放低自己的姿态，将自己还原成一面特殊的镜子，照出她通身的优点。

凡此种种，她当然甘之如饴。

年轻时候的张爱玲，虽然孤绝，但骄傲、敏感得要命，不落俗套的夸奖和不打断的倾听，对她是致命的诱惑。童年时代和少女时代，从母亲和姑姑那里听到的批评已经太多太多了，她喜欢别人言语之间传递给她们的欣赏。

她同时又是自卑的，深知自己在生活上不过是一个白痴，且话唠，连姑姑都觉得她笨而啰唆，她对别人更没有信心。

所以，他来了，并对她表现出无限的热情，那么便是他了。她被征服了，交出了自己所有的爱情、尊严和难得的纠结、忧伤。他当然也娶了她，甚至，我想，如果不是张爱玲一心要和他决断，即使胡兰成再怎么折腾，也断不会主动和张爱玲离婚。

胡兰成是典型的凤凰男，这一类男子有一个共性，那就是获取了小小的成功之后，便自鸣得意，处处炫耀，逢人便讲述自己的不易，塑造自己成功、多金、能屈能伸的好男人形象。或许他们的确成功，但离好男人却是一步之遥，差的那一步便是良善与尊重。好男人的梦想是事业、家庭以及自身的修养，靠的是奋斗。凤凰男的期盼却是婚姻和翻身，而至于这翻身靠的是女人，抑或其他更卑劣的手段，他们并不在乎。

所以，他并不会和张爱玲离婚。倚靠着一个名门望族的大小姐，一个文坛的天才女子，他得到的远远超出他的预期。

只是江山易改，禀性难移。文艺天才的张爱玲却留不住胡兰成滥情的心。他开始一而再，再而三地踩踏张爱玲在爱里仅剩的那点尊严。先是勾搭村妇范秀美，再是和护士小周夹缠不清，他一次又一次地伤透她的心，又一次又一次地让她尾随其后收拾他留下的烂摊子。再宏大的爱情，也会燃烧殆尽，再无限的耐心与恩情也有被用完的一天。

张爱玲对爱情最初、最真的幻想，如泡沫般，脆弱地破碎了。

她说：“爱一个人，爱到管他要零用钱的程度，是一个严格的考验。”她曾经欢喜地用他给的钱买新衣，添新装，现在她将自己积攒多年的稿费送给他，是要和他两清。她不喜欢他了，便不想再和他有任何的交集，连钱也算得清清楚楚，决绝而利落。

是的，她是在告诉他：他没有经受得住那个考验。

随钱一起到胡兰成手里的，还有一封信。张爱玲写道：“我已经不喜欢你了。你是早已不喜欢我了的。这次的决心，我是经过一年半的长时间考虑的，彼惟时以小吉故，不愿增加你的困难。你不要来寻我，即或写信来，我亦是不看了的。”

她还是心存感念、内质良善的女子。记着他之前的好，不愿在他最落魄的时候，以分手对其打击。人人都说，张爱玲凉薄，其实她是真正有爱的人，只是太过精神洁癖，越在意的人，越不能有任何瑕疵，对父亲、对母亲、对爱人皆是如此。

人世间的情感纠葛、人性的自私复杂，她看得清醒，却无力承受。如果说林徽因是大观园里的薛宝钗，可以将人生的百炼钢都化成绕指柔，那么张爱玲则更像潇湘馆里的林妹妹，生活给她抛出了无数难题，她看得明明白白，想得明明白白，却无力招架抑或不屑招架。

林徽因游刃于生活，张爱玲则学不会和这个世界妥协。

或许，这是她注定孤独的根本。

直到人生将暮，她才学会了柔和。

胡兰成之后，另一个男人——赖雅，走进了张爱玲的生命。穷困的赖雅，病弱的赖雅，大了张爱玲整整29年的赖雅，卧床数年、令张爱玲心力交瘁的赖雅，让这段爱情显得并不美好。但，我想，足够赤诚和温暖。

她于困顿时遇见同样低谷的赖雅，然后结为夫妻，共患难十数年，相濡以沫。这段爱情遭到了无数张迷的抨击，更有甚者，直言张爱玲是一朵鲜花，漂洋过海插在了美国的牛粪上。他们忽略了赖雅年轻时候的风雅、机智、幽默、才情，直接将其打到最底层。其实，赖雅只是老了、病了，人人都会有这样的一天。时间站在了张爱玲这边，张爱玲胜之不武。

可即使老去，赖雅亦是温厚的男子。他待爱玲如至宝，一粥一饭、一言一语尽是关怀。张爱玲的好友炎樱说：“从没有见一个人那样痴爱另一个人。”赖雅的女儿说：“他是痴爱着她的。”

他们用的字眼儿是痴爱，赖雅担当得起。

看过他给张爱玲写的信，“我忘了爱玲，没有信心，忘了我已试过了”，绵绵情意，无处躲藏。亦看过爱玲的回信，“甜心，快乐些，吃好一点，健康点”，用了极为柔和且亲昵的字眼儿。最初结婚的那几年，赖雅陪她过中式新年，她陪赖雅看他新设计的房屋装饰图，巧笑嫣然地告诉他这才是她想象中的家。我想，那家一定不如她上海老家的宅子豪华，但却温馨干净，充满了粉红色的意义。

后来，赖雅病倒卧床，张爱玲不仅没有嫌弃，反而悉心照顾了他多年。久病床前，孝子尚无，她却如一个中国旧时的温良女子一样，真正做到

了不离不弃。甚至，在赖雅的劝慰下，她对母亲黄素琼亦开始流露出少有的愧疚，这和张爱玲年轻时一贯强硬的作风，颇有不同。

看过一张张爱玲和赖雅的合照，他笑得温暖儒雅，她亲密地立于他身侧，眼神里再无多年前的犀利和孤傲，嘴角微微向上翘起，淡淡的平和满足感。那是她成年后唯一一张能让人想起岁月静好的照片。赖雅过世后，她将自己的名字改成了爱玲·赖雅，孑然一身，过起了隐居的生活，不愿与人接触，将自己所剩的全部热情投入文学的创作中。

我想，对于赖雅究竟值不值得，张爱玲给出了最清晰的答案。对于赖雅的深情，她也毫不吝啬地回馈了她最好的爱。

张爱玲离开胡兰成多年后，胡兰成著书立说，在《今生今世》里得意扬扬地将那些和自己有过关系的女子一一拿出来炫耀。更在《民国女子》一篇里事无巨细地将张爱玲和他的往事置于大众面前。

她看到《今生今世》，不无愤慨地对夏志清说：“胡兰成书中讲我的部分夹缠得奇怪，他也不至于老到这样，我要是回信势必出恶声。”她真是太了解他了，以胡兰成的秉性，张爱玲若是回信，十之八九那封信也会被公之于众。

她自然没有回信，只是轻轻地如掸去一粒灰尘一样，将这个人从自己的生命里掸去。再没有给他出恶声，消费她名气的机会。

说到底，胡兰成还是不够了解张爱玲。她爱他时，心甘情愿地将自己

低到尘埃里，所以他总是赢，她一直输。现在，她早已不爱他，他道高一尺，她便魔高一丈，任他如何撩拨，她亦能目不斜视，骄傲地从他面前走过。

后来，胡兰成在一次讲课中，心脏病发猝死。张爱玲在大洋彼岸创作了自传体小说《小团圆》，真实而不留余地地记述了自己一生中或好或坏的时光，将她和胡兰成这一段是是非非交给时间、世人来评判，还原了一个最真实的张爱玲。

她的一生真像她出版过的著作，一生《传奇》，半世《流言》，片刻《小团圆》。但，自始至终，她都是那个心怀坦荡、真实磊落、坚韧清醒的女子，试图用自己喜欢的方式去和这个世界和平相处，尽管学不会妥协，尽管爱过一个渣男，有过一段不堪，但，那又如何？

我们这一生，谁能不遇到个把渣男？可怕的是，遇到了，你束手无策，而告别后，渣男防御能力仍然为零。

爱情的伤害，实在是司空见惯的东西，它最终会像时光一样，穿过我们的人生，带走所有的落寞、绝望和悲伤，归于洪荒。重要的是，我们能不能在这些伤害里，学会成长。谢谢你的无情教会我有情，谢谢你的残酷教会我温暖。一个渣男的杀伤力，其实没有那么巨大和恐怖，而一个坚强女子的力量却能扭转乾坤。

如果，你也遇到渣男，请像张爱玲一样，别客气，甩掉他，然后踩着渣男的肩膀迅速成长，而不是一忍再忍，退无可退。