

一生的辉煌
成就一段
传奇

人生在世，
不就是为了一场
盛开吗？
做更好的自己，
才能遇到更好的人和岁月。

你若盛开， 蝴蝶自来 像林徽因一样做女人

拱瑞◎编著

你若盛开，
蝴蝶自来
像林徽因一样做女人

拱瑞
编著



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

图书在版编目 (CIP) 数据

你若盛开, 蝴蝶自来: 像林徽因一样做女人 / 拱瑞编著. — 北京: 北京联合出版公司, 2017.2

ISBN 978-7-5502-8992-5

I. ①你… II. ①拱… III. ①女性—修养—通俗读物 IV. ①B825.5-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 262731 号

你若盛开, 蝴蝶自来: 像林徽因一样做女人

编 著: 拱 瑞

责任编辑: 李 征

封面设计: 韩立强

责任校对: 贾 娟

美术编辑: 潘 松

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街83号楼9层 100088)

北京德富泰印务有限公司印刷 新华书店经销

字数 365 千字 720 毫米 × 1020 毫米 1/16 24 印张

2017 年 2 月第 1 版 2017 年 2 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5502-8992-5

定价: 59.00 元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容

版权所有, 侵权必究

本书若有质量问题, 请与本公司图书销售中心联系调换。电话: (010) 65418761

前言



在馨香如诗的六月，空气中蔓延着夏日的湿润与清新，执一笺朴素的光阴，走近一个美与智慧交织的灵魂——绝代风华、旷世才情林徽因。

萧乾先生的夫人文洁若女士在《林徽因印象》中说：“林徽因是我平生见过的最令人神往的东方美人。”她还说：“按说经过抗日期间岁月的磨难，她的健康已受严重损害，但她那俊秀端丽的面容、姣好苗条的身材，尤其是那双深邃明亮的大眼睛，依然充满了美感。”

中西方文化的共同滋养，使她既具有东方传统古典的节制与宁静，又有着西方浪漫洒脱的热情和飘逸，她成就一个时代女性的传奇。尽管世事纷扰她却从未迷失，她从不承担如流岁月带来的沧桑，云淡风轻地看穿起落沉浮，安静素然，优雅如初。

她的身上折射出许多优秀男人的光芒，她斐然的才情与绝代风华让徐志摩魂牵一生，让梁思成宠爱了一生，让金岳霖仰慕了一生。她柔婉诗意的存放好这一段段生命难以承受之重的深情，不沉迷、不背叛、不辜负。当爱入迷途时，她决绝知返斩断情丝；当缘定终身时，她心如蒲苇韧如丝，坚定守

候；当柏拉图式爱情降临时，她心虽两难却真实坦诚。她洋溢着迷人的魅力，让仰慕者的目光无法移开。

当然，爱情并非她生活的全部。知识女性的智慧张扬着自我的独立品格，在她家著名的“太太的客厅”里有文化气息浓郁的艺术沙龙茶会，这是精神领域的饕餮盛宴，聚集着包括朱光潜、沈从文、巴金、萧乾在内的一批文坛名流巨子，他们谈文学、说艺术、读诗、辩论，而林徽因总是灵魂人物。她用英语探讨英国古典文学和中国新诗创作，那由天马行空般的灵感而迸发出的精彩评述赋予沙龙强烈的个人魅力，使她成为一颗不夜的明珠，光芒四射、熠熠生辉。

她是建筑师，参与国徽设计、改造传统景泰蓝、参与天安门人民英雄纪念碑设计，伴随她的丈夫梁思成考察不计数的荒郊野地里的民宅古寺。梁思成曾经对学生说，自己著作中的那些点睛之笔，都是林徽因给画上去的；她是文人，一生写过几十首诗，诗中暖和爱的回响至今传唱。

作为女人，她还是一个温柔的妈妈，1932年儿子梁从诫的响亮的啼哭给梁家上下带来了喜悦与满足，当林徽因抱着这个生命的时候，心中涌动起浓浓的爱意，如四月的春风，抚慰着她身心，她把这人间的情爱和暖意用诗写了下来。

她说：我们要在安静中，不慌不忙地坚强。萧乾在《才女林徽因》中写道：“听说徽因得了很严重的肺病，还经常得卧床休息。可她哪像个病人，穿了一身骑马装……她说起话来，别人几乎插不上嘴。徽因的健谈绝不是结了婚的妇人的那种闲言碎语，而常是有学识、有见地，犀利敏捷的批评……在她生命的最后岁月，即使要承受病痛的折磨，依旧优雅如初。”

做女人当如林徽因，如她淡定素然，如她聪慧独立，如她率真坦诚，如她执着坚韧，如她一样为自己谱写一个如夏花般绚烂的人生！



在喧嚣的尘世，她如
岁月长河里一朵不败的清
莲，温存如璞玉般镶嵌在
人们记忆的琥珀中。悉心
的美丽，婉约的知性，没
有不甘的求索，没有逼仄
的眼泪和无奈，『最是那一
低头的温柔，像水莲花
不胜凉风的娇羞。』岁月
依旧静好，你优雅如初。

目录

第一章

江南有佳人，倾城醉未苏——精致女人成就永恒美丽

在喧嚣的尘世，她如岁月长河里一朵不败的清莲，温存如璞玉般镶嵌在人们记忆的琥珀中。悉心的美丽，婉约的知性，没有不甘的求索，没有逼仄的眼泪和无奈，“最是那一低头的温柔，像水莲花不胜凉风的娇羞。”岁月依旧静好，你优雅如初。

- 2... 用优雅拂去岁月的轻尘
- 2... 尘俗中的优雅舞者
- 3... 女孩需要富养出来的优雅
- 5... 优雅的气质使女人成为一道鲜活、亮丽的风景
- 7... 用浪漫诠释人生
- 7... 浪漫打败生命的乏味
- 8... 一个浪漫可爱的灵魂，才是最美的愉悦
- 10... 如何变成一个浪漫的女人
- 12... 气质如兰，卷舒开合任天真
- 12... 率真坦诚，找到幸福
- 14... 敞开心扉，做爱人最美的公主
- 16... 让率真的花期延伸到人生的每一个春夏秋冬
- 18... 认真的女人最美丽
- 18... 用认真成就自己的传奇
- 20... 让认真成为一种习惯

- 21... 对生活也要认真经营
- 24... 别丢掉，这一把过往的热情
- 25... 热情是一个女人拥有无穷魅力的源泉
- 27... 别吝啬自己的热情
- 29... 懂得这个时代的交际箴言
- 31... 把苦难婉约成一抹诗意
- 31... 在逆境中欣赏风景
- 32... 尘埃中开出花朵，苦难中享受人生
- 34... 学会苦中作乐
- 36... 刚柔相济女人香
- 36... 莲开馨香的六月
- 38... 做“我”自己
- 40... 用温柔和刚毅骄傲地捧出辉煌
- 43... 淡化别人的评论，活出精彩的自己
- 43... 不因别人的眼光而改变自己
- 45... 别只用赞美来肯定自己
- 46... 让生命之花按照自己的方式开放



第二章

捧兰心蕙质，驻书香悠长——女人的修养成就生命的丰盈

伫立在红尘彼岸，回望年轮更迭中的半生痕迹，她曾用心灵的纯美和庄严去寻找生活中恒长的宁静，于生命哲学之光照耀下迸发出智慧的火花，用丰厚的学识与智者并肩，任时光从身边悄无声息地流淌，让那瓣瓣莲花飘散于书香，她守一窗娴静的淡月。

她也曾轻品一杯淡雅的清茶，在午后温暖的客厅，天马行空般的灵感迸发出的精彩评述，让她坚韧的眼神在黑白分明中透露她隐隐的锋芒，在奔流不息的生命长河里保持一如既往的热情。

任岁月的轻霜爬上脸颊，她用浅笑绿了荒野、晴了雨天。

- 50... 于三千世界，智当凌驾于事
50... 经历成长风雨，画出智慧彩虹
52... 没有智慧的人生，是对生命的辜负
54... 用智慧找到真爱
56... 最是书香能致远
56... 闻书香，识女人
60... 做个书香型的母亲
61... 腹有诗书气自华
63... 学识是滋润女人心田的甘泉
63... 学识沉淀女人香
64... 未若柳絮因风起
66... 装点生命之美
68... 面带微笑赶赴生活的行程
70... 微笑书写人生最美的诗行
71... 用微笑，让世界低头
72... 懂得对爱人微笑
74... 展露万种风情
74... 有时候你需要一点小放纵
75... 风情万种是女人的天赋人权
76... 打造风情万种的自己
79... 在安静中，不慌不忙地坚强
79... 坚强，给予了生命翱翔的力量
80... 你若不勇敢，谁替你坚强
81... 用坚强完美生命
84... 悦纳自己的不完美
84... 找一个乐于包容自己的人
85... 幸福源于看到生活的不完美
87... 宽容别人的不完美



- 90... 可以强大，却不能强势
90... 不为流言蜚语所困惑
92... 守住生命的绿意
94... 不做强势的女人
96... 谈吐，舌绽春蕾
96... 笑对群儒的智慧
97... 言谈显出女人的纤纤神韵
98... 优雅的言谈浇灌心灵之土

第三章

人生乐在相知，有情不必终老——有你是最好的时光

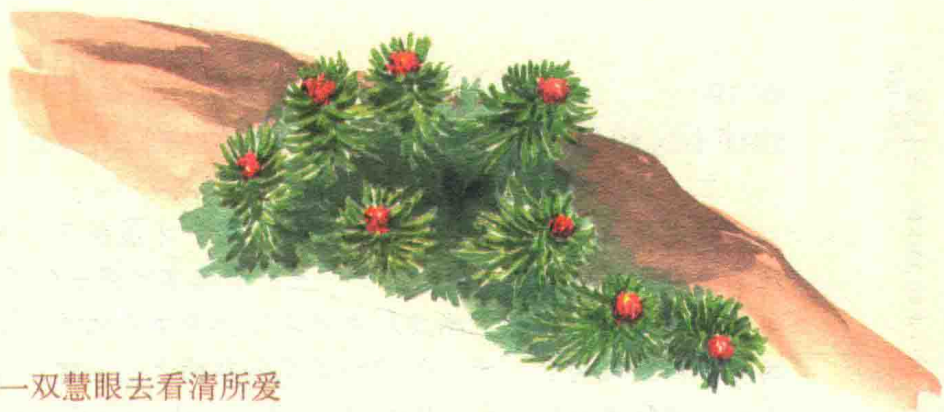
浩如烟海的光阴里，那些走过的风景，路过的记忆，经历的成长，轻随过往远去。你曾倚着岁月的门扉莞然浅笑，温婉多情描绘出素年锦时的美好，也曾想要冲破层层羁绊将灵魂的寂寞搁浅。微醺的晚风浮动暮霭中的淡淡哀愁，那一夜的月色旖旎，你决定悄然离去。

也许每一段悲伤都是幸福的预演，告别一次不被祝福的爱情，好过无事人痛苦的成全。于是，那一季花开得灿烂，仓皇美好不过一瞬间。就把那些遗憾留在昨天，把一切的执念都交付给时间。

爱过，就是成长。

- 102... 你在最美的时光中遇见了谁
103... 寻梦，康桥
105... 你我相逢在黑夜的海上
107... 爱，让女人在最美的年纪绽放
111... 宁愿此爱，淡如绿茶
111... 甜蜜的负担
112... 不要被太浓烈的爱灼伤
114... 平淡的爱才隽永





- 117... 借一双慧眼去看清所爱
117... 要真正了解所爱
118... 早一点看清，早一点放弃
120... 在热恋中也要看清方向
122... 告别过去，踏着今天赶赴明天
122... 一个转身的潇洒
126... 时间是世上最好的良药
127... 挥别过去，为了更好的未来
129... 做知己，不做红颜
129... 作为知己存在
131... 拒绝危险的感情游戏
133... 不做俗世的情人
135... 爱的境界是从容，而非拼命
135... 爱得执着，却把真情变作绝情
138... 没有束缚，才能爱得从容
140... 你开始从容，他才开始深陷
142... 优雅地爱，优雅地被爱
142... 岁月彼岸的守候
145... 让人缄默的艺术
146... 做让人疼惜的女人
148... 诗意并理性地生活
149... 诗意地行走世间
151... 理性可以带来一份生活的圆满
152... 理性共感性一生

第四章

相伴不忘初心，守望婚姻麦田——相濡以沫的爱是婚姻的保护伞

一定是三生石畔曾默然颌首，这一世，才能执子之手。婚姻，也许注定要有柴米油盐的平淡，相伴一生，道路不可能永远是坦途，曾冷战、争吵，曾失望、徘徊，然后却更坚定地握紧彼此的手。不要让爱因岁月的冲刷而斑驳失色，为我们曾经风花雪月的浪漫，曾经为爱不顾一切的勇敢，曾经说好的一生，相依相伴。依旧静好，你优雅如初。

156... 相知相守，不忘初心

156... 生命中最长久的相伴

159... 找到对的那个人，才能幸福

161... 爱如饮水，冷暖自知

164... 在未知中相爱，在懂得后相守

164... 长相守才能长相知

166... 长相知才能不相疑

167... 有了信任，一段感情才能长久

170... 爱是天时地利的迷信

170... 每一次恋爱，都是一次成长

171... 没有坏的恋爱，只有不肯成长的女人

172... 爱情是两个人的，婚姻是两家人的

175... 美好的婚姻是两人同视一个方向

175... 做丈夫的好帮手

178... 不让工作抢走他，就同他一起工作

179... 美好的婚姻是两个人朝着同一个方向努力

181... 吵架，婚姻里的“战争与和平”

181... 既然控制不了脾气，就找个脾气好的老公

184... 吵架时，女人要尽量保持理智

185... 越吵越亲密的“吵架秘籍”

188... 和爱人相处的艺术



- 188... 经营好自己，是你爱他最好的方式
- 190... 把握好两个人相处的距离
- 192... 有些事和闺蜜去做
- 194... 让婚姻经得起平淡的流年
- 194... 婚姻需要浪漫去点缀
- 196... 人生需要浪漫，也需要现实
- 198... 别让沉默“断送”婚姻
- 200... 事若求全何所乐
- 200... 婚姻追求的是幸福而非完美
- 202... 放爱一条生路
- 204... 包容那些无伤大雅的小缺点

第五章

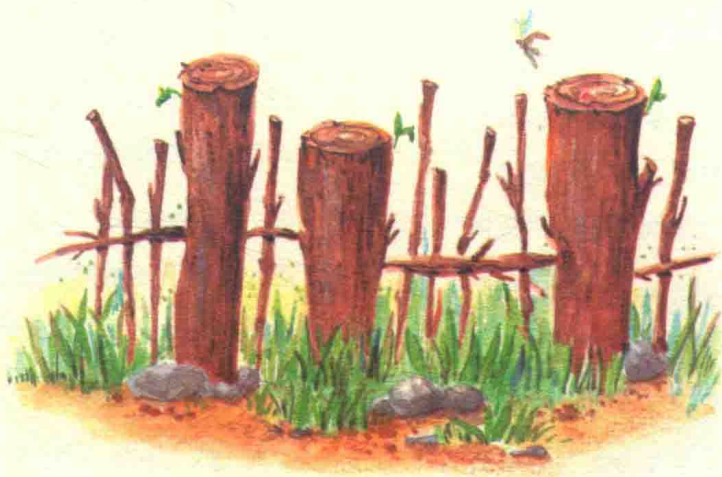
红颜不失志，梦想在心中流淌——在乐业中雕刻时光

世人总是津津乐道于她缠绵悱恻的爱情，于是不经意间就忽略了她傲骨博学的大家风范。她不仅是一个浪漫迤迤的女子，她还是写得一手音韵极美新诗的具有美感和想象力的诗人、一个从事开创工作的具有科学家的细致和踏实精神的建筑学家、一个学识渊博的治学严谨具有充沛热情的教育家……

她张扬着自我的独立品格，在乐业中雕刻出最美的时光。

- 208... 让梦想照进现实
- 208... 抓住梦想闪耀的瞬间
- 210... 梦想，让女人绽放
- 213... “想到”更要“做到”
- 215... 女人要有自己的事业
- 215... 青春易逝，工作的魅力日久弥香
- 217... 事业是女人自信最大的来源
- 219... 让事业为女人的婚姻加分

- 221... 不付出辛苦怎么收获幸福
- 221... 吃别人吃不了的苦
- 223... 不要在最能吃苦的年纪选择安逸
- 226... 苦从来都不是白吃的
- 228... 使命感，让灵魂丰盈
- 228... 使命，因无私而崇高
- 230... 真我的呼唤
- 231... 用使命感提升生活的满意度
- 234... 从文学中淘获情意深切的雅趣
- 234... 穿越岁月的灵性之光
- 237... 力透纸背的底蕴
- 239... 沉浸在笔墨清香中
- 241... 才艺，装点女人独有的风韵
- 241... 才貌是可以双全的
- 242... 才华，让生活变得多姿多彩
- 244... 用才艺取悦自己
- 245... 成为社交圈一道亮丽的风景线
- 245... 社交情商——平衡情绪的密码
- 247... 成为美和智慧的化身
- 250... 感染力：驾驭他人的缰绳



水滴涟漪终消散，木记轮回恋此生——享受生活，活出自我

为追寻那一抹美的灵光，她在纷呈世相中，步步生辉，寸寸皆是庄严。

岁月流转，她心若莲花，盛放过后还有暗香盈动，在你不经意间沁入心肺，而难以忘怀。当智慧的双眼看透了生命的终点是死和美的短暂性，她将半生的荣耀与流离演绎成绝代风华，仰止当世，光照来人。

254... 任命运风起云涌，一朵莲花独自香

254... 变幻，是生命中永恒的主题

256... 获得人生的金子，就必须淘尽生活中的沙砾

258... 坐看云起云落，以不变去应万变

261... 经得起繁华，归得起平淡

261... 繁华时不忘形，平淡时不消沉

262... 因为心无所恃，所以才能随遇而安

264... 繁华落尽，平淡为真

267... 清如秋水，心无惧亦不避

267... 坚强和高雅，在岁寒中依然绽放

268... 内心的强硬，是让人尊重的起点

269... 女人似水，柔弱中见刚强

272... 亲情，生命必须承受之重

272... 父亲对女儿的性格和气质有着不可忽视的影响

273... 宽容亲人对你的苛刻

275... 婆婆的认同

277... 女人，要扮演好母亲的角色

277... 为孩子营造一个轻松快乐的家庭氛围

278... 用书陶冶孩子的心灵

281... 用人格魅力去感染孩子

283... 许我一个承诺，我给你温暖的港湾

283... 艰难世事中，温柔的妻

- 284... 浪漫，给家增添一点温馨
- 286... 爱，要谨记承诺
- 288... 淡定是明亮而不刺眼的光辉
- 289... 淡定是一种醒悟和超脱
- 291... 云淡风轻是女人最深的味道
- 293... 淡定是一眼爱的清泉，浇灌幸福人生
- 295... 阴晴圆缺会有时，美景只是刚刚好
- 295... 行走中顿悟生命的纯美
- 297... 纵百般沧桑，做个天使爱自己
- 298... 心若安好，便是晴天
- 301... 附录一 林徽因作品选
- 351... 附录二 林徽因年表

