



林徽因的 女人哲学

林徽因写给女人的一生幸福忠告

拱瑞 编著

风华绝代，一代红颜，唯有林徽因

生得漂亮，活得精彩，懂得爱与被爱
优雅淡然，做林徽因一样的女人，做最美的自己



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

林徽因的女人哲学

林徽因写给女人的一生幸福忠告

拱瑞 | Lin Huiyin's
编著 | Philosophy of Woman

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

图书在版编目 (CIP) 数据

林徽因的女人哲学：林徽因写给女人的一生幸福忠告 / 拱瑞编著. — 北京：
北京联合出版公司， 2015.10
ISBN978-7-5502-5229-5

I . ①林… II . ①拱… III . ①林徽因 (1904 ~ 1955) — 人物研究②女性—
人生哲学—通俗读物 IV . ① K826.16 ② B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 087344 号

林徽因的女人哲学： 林徽因写给女人的一生幸福忠告

编 著：拱 瑞

责任编辑：牛炜征

封面设计：李艾红

责任校对：黎 娜

美术编辑：潘 松

图片提供：www.quanjing.com

www.icpress.com

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)

北京市松源印刷有限公司印刷 新华书店经销

字数368千字 880毫米×1230毫米 1/32 12印张

2015年10月第1版 2015年10月第1次印刷

ISBN 978-7-5502-5229-5

定价：29.80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) 58815825



林徽因一生充满诗情画意，
不知承载着凡尘里多少女子的美梦。
她的脱俗气质令人赞叹，
她的女人哲学更值得学习。



纵使夏花灿烂，
仓皇美好不过一季。
做女人当如林徽因，
捧兰心蕙质，
成就永恒美丽。

前言

P r e f a c e



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。”

林徽因的女人哲学，教你如她淡定素然，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！



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。



心中有花开，
幸福就在。
无论顺境逆境，
皆是风景。

目录

C o n t e n t s

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。



用优雅拂去岁月的轻尘 / 2

尘俗中的优雅舞者 / 2

女孩需要富养出来的优雅 / 4

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 / 10

浪漫打败生命的乏味 / 10

一个浪漫可爱的灵魂，才是最美的愉悦 / 12

如何变成一个浪漫的女人 / 14

气质如兰，卷舒开合任天真 / 17

率真坦诚，找到幸福 / 17

敞开心扉，做爱人最美的公主 / 20

让率真的花期延伸到人生的每一个春夏秋冬 / 23

认真的女人最美丽 / 26

用认真成就自己的传奇 / 26

让认真成为一种习惯 / 30

对生活也要认真经营 / 32

别丢掉，这一把过往的热情 / 35

热情是一个女人拥有无穷魅力的源泉 / 35

别吝啬自己的热情 / 38

懂得这个时代的交际箴言 / 40

把苦难婉约成一抹诗意 / 43

在逆境中欣赏风景 / 43

尘埃中开出花朵，苦难中享受人生 / 46

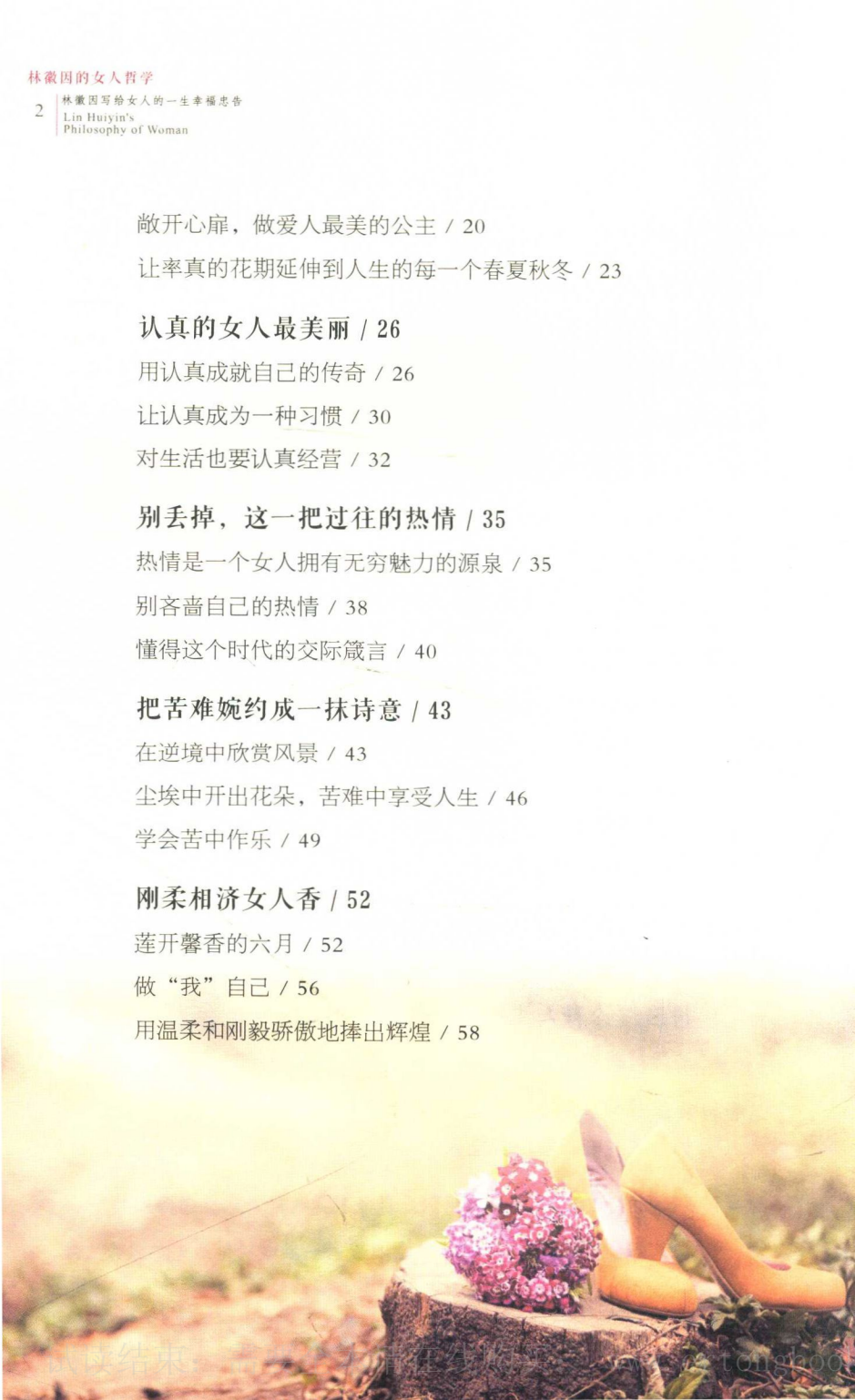
学会苦中作乐 / 49

刚柔相济女人香 / 52

莲开馨香的六月 / 52

做“我”自己 / 56

用温柔和刚毅骄傲地捧出辉煌 / 58



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

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。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。任岁月的轻霜爬上脸颊，她用浅笑绿了荒野、晴了雨天。



于三千世界，智当凌驾于事 / 62

经历成长风雨，画出智慧彩虹 / 62

没有智慧的人生，是对生命的辜负 / 65

用智慧找到真爱 / 68

学识是滋润女人心田的甘泉 / 71

学识沉淀女人香 / 71

未若柳絮因风起 / 73

装点生命之美 / 75

面带微笑赶赴生活的行程 / 77

微笑书写人生最美的诗行 / 77

用微笑，让世界低头 / 80

懂得对爱人微笑 / 82

展露万种风情 / 85

有时候你需要一点小放纵 / 85

风情万种是女人的天赋人权 / 87

打造风情万种的自己 / 89

在安静中，不慌不忙地坚强 / 92

坚强，给予了生命翱翔的力量 / 92

你若不勇敢，谁替你坚强 / 94

用坚强完美生命 / 97

悦纳自己的不完美 / 100

找一个乐于包容自己的人 / 100

幸福源于看到生活的不完美 / 103

宽容别人的不完美 / 104

可以强大，却不能强势 / 106

不为流言蜚语所困惑 / 106

不做强势的女人 / 108

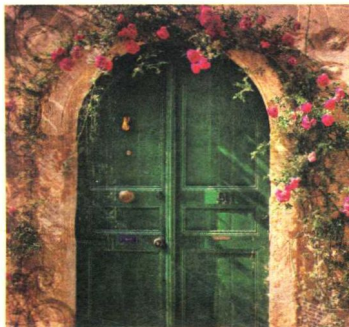
守住生命的绿意 / 110



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。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，好过无辜人痛苦的成全。于是，那一季花开得灿烂，仓皇美好不过一瞬间。把一切的执念都交付给时间，爱过，就是成长。



你在最美的时光中遇见了谁 / 114

寻梦，康桥 / 114

爱，让女人在最美的年纪绽放 / 118

你我相逢在黑夜的海上 / 120

宁愿此爱，淡如绿茶 / 125

甜蜜的负担 / 125

不要被太浓烈的爱灼伤 / 128

平淡的爱才隽永 / 130

借一双慧眼去看清所爱 / 132

要真正了解所爱 / 132

早一点看清，早一点放弃 / 134

在热恋中也要看清方向 / 138

告别过去，踏着今天赶赴明天 / 140

一个转身的潇洒 / 140

时间是世上最好的良药 / 144

挥别过去，为了更好的未来 / 145

爱的境界是从容，而非拼命 / 148

爱得执着，却把真情变作绝情 / 148

没有束缚，才能爱得从容 / 152

你开始从容，他才开始深陷 / 156

优雅地爱，优雅地被爱 / 158

岁月彼岸的守候 / 158

让人缄默的艺术 / 162

做让人疼惜的女人 / 164

诗意并理性地生活 / 166

诗意地行走世间 / 166

理性可以带来一份生活的圆满 / 169

理性共感性一生 / 171

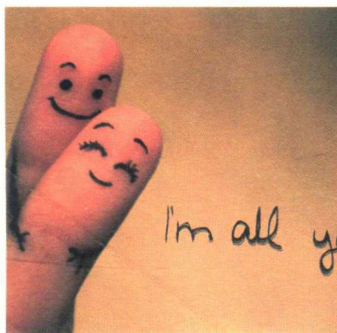


第四章

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，注定要有柴米油盐的平淡，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。



相知相守，不忘初心 / 174

生命中最长久的相伴 / 174

爱如饮水，冷暖自知 / 180

找到对的那个人，才能幸福 / 181

在未知中相爱，在懂得后相守 / 185

长相守才能长相知 / 185

长相知才能不相疑 / 188

有了信任，一段感情才能长久 / 191

爱是天时地利的迷信 / 195

每一次恋爱，都是一次成长 / 195

没有坏的恋爱，只有不肯成长的女人 / 197

爱情是两个人的，婚姻是两家人的 / 198

美好的婚姻是两人同视一个方向 / 202

做丈夫的好帮手 / 202

不让工作抢走他，就同他一起工作 / 205

美好的婚姻是两个人朝着同一个方向努力 / 206

吵架，婚姻里的“战争与和平” / 209

既然控制不了脾气，就找个脾气好的老公 / 209

吵架时，女人要尽量保持理智 / 212

越吵越亲密的“吵架秘籍” / 214

和爱人相处的艺术 / 219

经营好自己，是你爱他最好的方式 / 219

把握好两个人相处的距离 / 222

有些事和闺蜜去做 / 225

让婚姻经得起平淡的流年 / 228

婚姻需要浪漫去点缀 / 228

人生需要浪漫，也需要现实 / 231

别让沉默“断送”婚姻 / 235

事若求全何所乐 / 238

婚姻追求的是幸福而非完美 / 238

放爱一条生路 / 240

包容那些无伤大雅的小缺点 / 243