

法国前总理 拉法兰 [*Jean Pierre Raffarin*]

《时尚·COSMOPOLITAN》主编 徐巍

特别推荐

浪漫

最好的心灵礼物

王云 著 / 插画

Romantic



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

浪漫

最好的心灵礼物

王云 著/插画



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

浪漫：最好的心灵礼物/王云著. —北京：北京大学出版社，2015.2

ISBN 978-7-301-25028-0

I. ①浪… II. ①王… III. ①人生哲学—研究 IV. ①B821

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第245726号

- | | | | |
|-------|-------------------------------------|---------------|--|
| 书 名 | 浪漫：最好的心灵礼物 | | |
| 著作责任者 | 王 云 著 | | |
| 责任编辑 | 郝 静(haojing_mail@163.com) | | |
| 标准书号 | ISBN 978-7-301-25028-0 | | |
| 出版发行 | 北京大学出版社 | | |
| 地 址 | 北京市海淀区成府路205号 100871 | | |
| 网 址 | http://www.pup.cn | 新浪微博：@北京大学出版社 | |
| 电子信箱 | zpup@pup.cn | | |
| 电 话 | 邮购部62752015 发行部62750672 编辑部62756923 | | |
| 印 刷 者 | 北京中科印刷有限公司 | | |
| 经 销 者 | 新华书店 | | |
| | 880毫米×1230毫米 32开本 9.5印张 250千字 | | |
| | 2015年2月第1版 2015年2月第1次印刷 | | |
| 定 价 | 42.00元 | | |

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有，侵权必究

举报电话：010-62752024 电子信箱：fd@pup.pku.edu.cn

图书如有印装质量问题，请与出版部联系，电话：010-62756370

创新，是情感与理性、浪漫与科学的结合。

——法国前总理 拉法兰（Jean-Pierre Raffarin）

自序

浪漫，是梦想成真的节奏

我在时尚界与形象界多年，一向认为任何视觉的表象都无法脱离精神和心灵的底蕴。我不一定是个浪漫的人，但我是欣赏和洞察浪漫的人。

我曾浮想联翩，时常自问哪一种特质格调令人心潮澎湃、神情激荡，却又可以不分男女老少、高矮胖瘦、贫富美丑，不受限于人的动静表里呢？于是我想到了“浪漫”，我发现，浪漫是个如此宽泛又包容的字眼，她既可以是18世纪以强烈的情感为源头的美学体验，也可以是中国古诗中纵情使用的逍遥；既可以是恋人间的柔情蜜意，也可以是每个人心中的那片温柔的沃土；既可以是令人神往的意外惊喜，也可以是重复的平凡与平常；既可以是恢弘豪迈的激情，也可以是心静如水的婉约；既可以是妩媚动人的外表，也可以是内在心灵的释放……

每个人心中的浪漫是不同的，浪漫，可以是光彩照人的字眼，比如性感、妩媚、激情四射；也可以是朴实内敛的字眼，比如静谧、心如止水，润物细无声……

浪漫是什么？或许只是一句话，一个眼神，一个微笑或是一段重复着平常的时光，也许，它什么也不是？

其实浪漫是什么并不重要，你只需去体会、品味、感受这个有真、有善、有美、有爱的世界，那一目了然的五彩缤纷固然让人心花怒放，而那些孕育在你心中的梦幻与向往，无论是否变成现实，只要有爱有梦曾追寻过，谁又能说这不是一种浪漫呢？

每个人心中的浪漫表达形式不同，但每个人心中都有那浪漫的一角，那似乎是你内心最柔软的至善至美的部分。带着对自然、对人、对事的深情投入，那质朴清纯的心境与情怀，就能让浪漫浮现出令人怦然心动的灵性的光辉！

我理解的浪漫，是一种生活态度，一种洋溢着灵性力量的精神食粮，一种内心永不褪色的人生活力！

本书的出版，有幸得到了法国前总理拉法兰先生的支持，在此深表感谢！

我一边写文字，一边画插画，是希望奉献给我的读者们一份用心谱写和绘制的爱，你就是爱，希望你和你爱的人能喜欢这本书，感谢各位亲！



目录

Contents



001 / 自序 浪漫，是梦想成真的节奏

Chapter ①

你的心灵永远自由



003 / 源于内在的浪漫相对论

009 / 心门还需自己打开

013 / 不浪漫，是另一种浪漫

016 / 让蝴蝶飞，你就赢了

020 / 谁是你最好的朋友

023 / 意外的惊喜，你准备好了吗

026 / 谁没纠结过

031 / 构建你的塔莎花园

035 / 心灵留白才能洒脱

039 / 聆听水的自由宣言

044 / 让心飞翔，你“二”过吗

Chapter 2

谁能读懂你的情思



- 051 / 你是哪朵玫瑰
- 058 / 戒指的神秘心语
- 065 / 镜子是不会说谎的朋友
- 071 / 最想忘记的是最深的记忆
- 074 / 用好你的浪漫武器
- 079 / 不能说的秘密在雨中
- 082 / 男人是浪漫的CEO
- 088 / 谁是首席女人
- 092 / 找到你的独特味道
- 098 / 读你，先读名字
- 101 / 氛围，靠你营造
- 105 / 为粽子宽衣解带

Chapter 3

活得漂亮，你就精彩



- 111 / 浪漫风格知多少
- 117 / 赫本与梦露无须PK
- 123 / 你的“好色”密码
- 129 / 只有服装是真实的
- 135 / 让项链与你相恋
- 140 / 领口对衣服的领导力
- 144 / 丝巾，给你灵动的节奏
- 150 / 男人的衣橱永远缺一条领带

- 155 / 太阳镜背后有双神秘的眼
- 159 / 天真不能无鞋
- 166 / 情侣装，搭配出浪漫
- 171 / 时尚达人：别和潮流马拉松

Chapter 4

忙里偷闲，转身绽放



- 177 / 你是浪漫的光
- 181 / 不刻意的自在
- 188 / 向日葵也懂夜的黑
- 193 / 汉堡族的定力
- 196 / 掉价，源于攀比
- 200 / 压力面前浪漫有招
- 203 / 巧克力就是巧妙克服压力
- 208 / 红酒摇曳的神秘灵动
- 213 / 品味蕙质兰心的茶香
- 218 / 体味咖啡的低调诱惑
- 223 / 聆听震撼与感动的乐章

Chapter 5

真善美，世界通用的浪漫语言



- 231 / 旅行：身未动，心已远
- 236 / 中国式浪漫你懂多少
- 244 / 最难放下的是筷子
- 251 / 骨子里的浪漫是永恒
- 257 / 地球村的浪漫传说

262 / 风花雪月的慷慨馈赠

268 / 创意是你心灵的花园

271 / 圣诞节的浪漫语言

275 / 细节，滋养你的心灵

280 / 减点你的猫性和兽性

284 / 幸福是灵魂的香味

288 / 后记 浪漫，是你心灵的力量

291 / 浪漫梦想测试

Chapter 1

你 的 心 灵 永 远 自 由

Sunny

浪漫观点



“你在白天的太阳前面是自由的，在黑夜的星辰前面也是自由的；在没有太阳、没有月亮、没有星辰的时候，你也是自由的。就是在你对世上一切闭起眼睛的时候，你也是自由的。但是你是你所爱的人的奴隶，因为你爱了他。你也是爱你的人的奴隶，因为他爱了你。”纪伯伦在《沙与沫》中的这段话，道出了浪漫的自由，也道出了爱的纠结。

其实，每个人都可以是塑造自己的工程师，做自己心灵王国的主人，这正如梭罗所言：“一个有时间增加他灵魂的财富的人才能真正享受闲暇。”

尊重自己与他人心灵自由是爱的体现，静下心来，点亮你心中的光，体悟自己的内心，与自己对话，和自己做朋友，找寻自己独一无二的特质，聆听自己内心的呼声，你的心灵也将获得净化与超脱。



源于内在的浪漫相对论

浪漫是什么？

“好浪漫啊！”女人通常这样说。

“我怎么没看出来？”有些男人笑而不语。

男女大不同。

“天上到底有多少颗星星呀？”天真烂漫的孩子经常这样问。

“这是你爷爷当年给我的定情礼物！”老奶奶兴致勃勃地这样回忆着。

老少也不同。

浪漫是一种令人心情愉悦的情怀体验，男女老少都有浪漫基因。

儿童的浪漫：童言无忌，相信童话里的奇迹。

少男少女的浪漫：活力四射，在花季里编织青春的璎珞。

青年人的浪漫：蓬勃奋发，在磨砺中散发激情。

中年人的浪漫：点亮心灯，在成熟中神情激荡。

老年人的浪漫：硕果分享，在祥和中挥洒自如。

浪漫本身就是万种风情，像一个色彩丰富的万花筒。

女人和孩子往往是外露的浪漫，

男人和老人经常是内敛的浪漫；

外向的人表达显性的浪漫，

内向的人表达隐性的浪漫。

浪漫，Romantic，罗曼蒂克，可以说是最感性、最令人心怦然心动浮想联翩的感动，中国人的舶来词，富有诗意、充满幻想。浪漫是哭泣的时候最想依靠的肩，是相互安慰的拥抱，是默默鼓励的眼神，是细致的关心，无语的体贴……是欣赏，是了解，是默契……

浪漫是任意，无拘束的。也叫烂漫，〔宋〕张镃《过湖至郭氏庵》诗：“山色稜层出，荷花浪漫开。”浪漫的“浪”字，右边是一个“良”，说明浪漫源于一切美好的事物。

浪漫，与外表、年龄、性别没有绝对必然的联系，也不限于气质举止，更关乎你的情怀、精神和心灵。不管你是国家元首还是平民百姓，不管你是青春少年还是沧桑老人，人人都有浪漫资格。

有人说，浪漫需要条件，需要时间，需要很多外在因素，不是所有人都能浪漫的。其实，广义的浪漫就是一种积极的生活态度，取决于你的心。

浪漫面前人人平等，浪漫，没有特权，这就好比贵族屈指可数，但贵族精神却是人人可以拥有的一样。

记得在电影《泰坦尼克号》中这样的镜头：船即将沉没之时，老船长请船上的小乐队到甲板上来演奏，以安抚大家的情绪。在演奏完毕之后，首席乐手向大家鞠了一躬，乐手们开始准备逃离。大船马上就要沉没了，船上一片混乱，首席乐手看见大家都走远了，他自己又回到了原来的位置，架起小提琴，拉起了一支新的曲子。已经走远的乐手们，听到音乐声，不约而同地回到首席乐手身边，重新开始演奏。船要沉没了，大家相互握手，互道珍重，首席乐手说：“今天晚上，能和大家一起合作，是我终身的荣幸。”

这样的场面，这种超越凡心、视死如常的浪漫情怀，带着尊贵与担当的坚持，何尝不是贵族精神的一种大无畏的浪漫呢？

浪漫无处不在，辐射到生活、文化、艺术、时尚、形象和情感等各个领域，只要你拥有一颗充满灵性的心灵，谁都可以浪漫！浪漫的形式是丰富多彩、多种多样的。1986年，查尔斯王子（Charles Philip Arthur George）在英国电视上承认，他常常对着花草树木说话。

爱因斯坦（Albert Einstein）创立的相对论，提示了时间

与空间的统一性和相对性，建立了新的时空观，让我悟出了浪漫的广度和深度。倘若用相对论来看浪漫，则时间在跑，地球在转，物换星移，没有两片相同的树叶，也没有两朵相同的花，每一天都是新的。同样，浪漫也是相对的，没有绝对的浪漫和不浪漫。

每个人心中都有一朵玫瑰，每个人心中都有一份浪漫，有人显露在浪漫的外表上，有人将浪漫含蓄地封存在心中，有人表现在细节行动上，有人流露在不经意的刹那间，有人孕育在平淡的生活中。春夏秋冬平平淡淡，物换星移岁月无伤，青春无悔就是浪漫。

有个叫西茜的女孩养了五条金鱼，每天晚上睡觉前，她总会看着艳丽灵动的金鱼儿在小小的玻璃缸里游来游去。有一天，她发现小鱼缸里的水看起来有点混浊，就准备清洗鱼缸。她把浴池放满冷水，把鱼缸放进去，等五条小鱼从污浊的鱼缸里游出来后，西茜把鱼缸刷得干干净净，她以为美妙的金鱼会在广阔的浴池里游来游去，却惊讶地发现它们仍然沿着原来鱼缸的位置，一条跟着一条，绕着小圈子游。西茜对妈妈说：“妈妈，看上去很靓丽的金鱼原来一点都不浪漫，我以为它们会快乐地摆脱了小鱼缸，会在浴缸里自在遨游呢？”妈妈却说：“你看金鱼的外表光彩照人，就以为它们很浪漫驿动，其实鱼和我们人一样，都不可貌相，它们有点墨守成规，愿意重复自己习惯了的小鱼缸空间。”

浪漫是相对的，表现形式千姿百态，有人长着一副浪漫的面容，有人抒发一种独特的浪漫心境，是一种高境界的灵性活动。

一对年逾花甲的老人，坐在藤椅上窃窃私语，阿婆拉着阿伯的手微微低下头说：“老伴儿呀，我以前有件事现在都觉得对不起你。有一年，我的前男友回来找我，他很英俊，想和我复合，我们见了面，我的心中也掀起了涟漪，就回家收拾行李准备离开你，可一进家门，看到正在厨房里聚精会神做饭的你，体贴地看着我，对我说：这些日子你看上去很疲惫，我给你熬点鸡汤补补身体。我哭了，当时就决定再也不离开你了。”阿伯听了露出神秘地微笑，说：“其实，那件事我已经看出来了，那天我想再给你做顿好吃的，怕以后没机会了。”阿婆热泪盈眶地依偎在阿伯身旁，说：“你是我这辈子最值得骄傲的选择！”

可见，浪漫不只是迷人外表的专利，不经意的浪漫心境和细腻的体贴行动更是其内涵所在，浪漫源于内在，心到哪里，你就在哪里；心，统帅着你的浪漫情思与意念！浪漫是一种心情，一种感觉，一串串意外的惊喜……

人生何处不浪漫？浪漫情怀无处不在！