

5年后或10年后，
你是什么档次的女人？
你能活成自己期待的那个样子吗？



从容优雅
内心强大

林徽因的 女人哲学课

6堂优质女性成长课

陈三霞 吴玲
著

愿你也像林徽因一样：
在认清生活真相之后，
依然认真地努力地生活。

江西人民出版社
Jiangxi People's Publishing House
JXPH

林徽因的 女人哲学课

6 堂优质女性成长课

陈三霞 吴玲

著



江西人民出版社
Jiangxi People's Publishing House
[全 | 国 | 开 | 业 | 出 | 版 | 社]

图书在版编目(CIP)数据

林徽因的女人哲学课 / 陈三霞, 吴玲著. — 南昌:

江西人民出版社, 2018.2

ISBN 978-7-210-09983-3

I. ①林… II. ①陈… ②吴… III. ①林徽因(1904-1955)

—人物研究②女性—人生哲学—通俗读物

IV. ①K826.16②B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第305238号

林徽因的女人哲学课

陈三霞 吴玲 / 著

责任编辑 / 冯雪松 胡小丽

出版发行 / 江西人民出版社

印刷 / 天津嘉杰印务有限公司

版次 / 2018年2月第1版

2018年2月第1次印刷

880毫米×1280毫米 1/32 7印张

字数 / 162千字

ISBN 978-7-210-09983-3

定价 / 26.80元

赣版权登字-01-2017-966

版权所有 侵权必究

如有质量问题, 请寄回印厂调换。联系电话: 010-64926437

序 我的心是一朵莲花

浙江杭州，江南水乡之地，秀水绕着青山而来，款款深情，绵绵情意。自古人杰地灵，才子佳人层出不穷。

林徽因便出生在这里，呼吸着温润的空气，感受着雨露的滋养。

她的父亲林长民，是民国初年闻名士林的大才子，又是倡言宪政、推进民主政治的革命先行者，声名显赫，在风云乍起的年代，有着举足轻重的地位，其灵活的头脑和开放的思想，使其能够走在时代的前沿，抓住隐藏在动乱之下的契机，扬起新时代的风帆。

1904年6月10日，林徽因呱呱落地，发出清脆而响亮的啼哭声。开始了她的执拗与倔强，她的优雅与精致，也开始了她波澜美丽的一生。

她原名林徽音，出自《诗·大雅·思齐》：“大姒嗣徽音，则百斯男。”承载着父辈对女儿的殷切期望，或许也未曾预料到，她的名字将成为一种信仰，成为一个无可取代的符号，成为几位男子的蜜糖或砒霜。

她璀璨的未来由他的父亲为其开启了第一道大门，少年时，父亲带着她出国游历，扩展胸襟，给她的生命里注入了独立、平等、自由的意识源泉，成为她一生奉行的准则。

她属于那个时代，却又独立于那个时代，她不甘心只是洗手作羹汤，只做相夫教子的家庭主妇，正如她的诗：“如果我的心是一朵莲花，正中擎出一支点亮的蜡，荧荧虽则单是那一剪光，我也要它骄傲的捧出辉煌。”

16岁的她就已经明确了人生的方向，比起30岁还左摇右摆、不知所终的女人来说，她实在令人钦佩。她不只是说说而已，更不是三分钟的热度，为了自己的目标，她追寻着自己的意义。

人生的玄机在此刻彰显无遗，冥冥之中，命运指引她走向预定的轨道，却又驶向不同的道路，欣赏另一种风景。

她是建筑学家，她也是诗人，是作家，她的灵动与锐气是不可多得的宝藏，引得无数精英为之倾倒。

她读过的书，成为她攀爬的阶梯，使得她站在比寻常人更高的位置，去重新审视自己的人生、审视这个社会。在无数次的冥思之后，她终于知道自己该何去何从，该为何而奋斗，又该如何去奋斗。

世人仰望她的才情，将诗人、作家的名号赠予她，捧起她的诗歌、散文细细品味。一字一句，一段一章，费尽心思、绞尽脑汁去琢磨她的情感，去描述她的世界。

自以为愈是接近她的文字，就愈是接近她的灵魂。殊不知，她正如浩渺无边的宇宙，既神秘又复杂。

世间凡人百态，皆不是她。时钟的指针一圈圈走了这么久，昼夜交替，春秋变换，却再未能有一个她出现，用智慧眸子审视大地万物，用哲人的思维盘点风云变幻，用热情的文字赞美生命，思索万物。

她用短暂而又永恒的一生，神圣而庄严地诠释了对自由、爱与美的向往与追求，淡雅却不冷艳，知人情却不世故，竭尽所能却不急功近利。

我们不去评断她的是与非、对与错，只是将她视为我们的姐妹或是朋友，一个有着七情六欲的普通人。抛开近百年的隔阂，将时间缩短，再缩短，毫无偏见地走近她。

读一读她的文字，听一听她的故事。她不再是神坛之上不食人间烟火、不可触碰的神。再没有人能如她这般，惊艳这世界，温柔这岁月。

目 录

Lesson 1	你若安好，便是晴天——做一个淡定的女子	
	淡定的女人最优雅	3
	矜持，矜持，再矜持	9
	面对“仇敌”，也要平和	15
	理智是场及时雨	20
	独立是长矛和盔甲	25
	苦滋味教人成长	31
Lesson 2	你若盛开，蝴蝶自来——做一个刚刚好的女子	
	用慧眼识生活	39
	走出去，看真实的世界	46
	坚定值得冒险的选择	51
	独处是一门学问	57
	是是非非，但求问心无愧	63
	永葆生命的鲜活	69

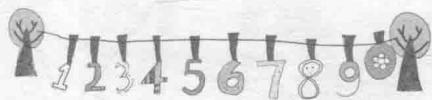
Lesson 3 你当温柔，且有力量——做一个优雅的女子

驱走心魔，主宰情绪	77
真正的朋友不用刻意逢迎	82
凡事真心，凡事包容	87
做自己，最简单也最困难	93
自信，让内心强大	98
真性情，让是非口舌退散	104

Lesson 4 你当善良，且有锋芒——做一个魅力的女子

三分柔情，七分精致	113
内心丰沛着诗意	118
自由是阵风	124
坦诚打破心墙	130
真爱是无我	136

Lesson 5	不忘初心，方得始终——做一个独立的女子	
	用自己的骄傲捧出辉煌	145
	工作的女人是美丽的	151
	奋斗，是对自己的忠诚	156
	理性不刻板，感性不矫情	163
	不求光环，只求心安	167
Lesson 6	不畏将来，不念过去——做一个有格局的女子	
	心中有根才站得稳	175
	人生多少次奔赴离别	181
	为他人着想的善良	186
	母爱是永远的风景	193
	将好坏看开	198
后记	万古人间四月天	205



Lesson 1

你若安好，便是晴天
——做一个淡定的女子



1941年，林徽因病中在四川南溪李庄



▲ 1946年，林徽因于昆明

淡定的女人最优雅

人都有着复杂多变的情绪，喜怒哀乐不足以道尽人生。

从容应对生活，以平和的心态看待大苦大悲、大欢大喜，独留一份自在于心间，再痛苦的经历，都浇不息心中的希望之火。

最昂扬的人生姿态是乐观豁达，达观者得之坦然、失之淡然。

女人若习得“淡定”二字，面对俗世纷扰，不缓不急、不卑不亢，即使不施水粉，不描眉黛，那股优雅脱俗的气质浑然天成，如池畔的莲花，等待风来，静静盛开。

肺病折磨了林徽因很久，它摧残着她，她忍受着它，总是不顾身体忘我地投入到工作中。

为了求个心安，梁思成特意找了一家比较好的教会医院，带林徽因做了一个全面细致的身体检查。X光检查结果出来之后，医生把梁思成叫进治疗室，严肃、慎重地向他宣布了林徽因的病情，她的肺部已经形成空洞，怕是华佗再世也无力回天了。

残忍的消息飘入耳朵，扎得人心生疼痛。梁思成不敢相信这个事实，也不知道该如何同妻子说这件事。如果疾病可以代替，那么他愿意为她分担。

出乎意料的是，病人自己却很坦然，如同看透了生死的界限，知道事已至此便无须再挣扎，甚至宽慰起丈夫来，似乎病重的人不是她

一样。

她越是云淡风轻，梁思成就越是心痛。

后来他们商定，梁思成先返回李庄处理北返的事宜，费正清陪林徽因直奔昆明。在昆明落脚的地方是唐继尧的祖宅，有一个宽敞豪华的大花园，非常适合安心静养。

恰逢此时，张奚若、钱端升夫妇、老金等一帮老朋友经过长时间的分离终于又聚集在她的周围，将欢声笑语又带到了她的身边，和她一起消磨了大把的时间。

闲暇之余，林徽因便给远在美国的费慰梅写信以寄相思：

我终于又来到了昆明！我来这里是为三件事，至少有一桩总算彻底实现了。你知道，我是为了把病治好而来的。其次，是来看看这个天朗气清、惠风和畅、遍地鲜花、五光十色的城市。最后并非最无关紧要的，是同我的老朋友们相聚，好好聊聊。

前两个目的还未实现，因为我的病情并未好转，甚至比在重庆时更厉害了——一到昆明我就卧床不起。但最后一桩我享受到的远远超过我的预想。几天来我所过的是真正舒畅而愉快的日子，是我独自住李庄时所不敢奢望的。

……

我们用两天时间交谈了各人的生活状况、情操和思想，也畅叙了各自对国家大事的看法，还谈了各人家庭经济，以及前后方个人和社会状况。尽管谈得漫无边际，我们几个人（张奚若、钱端升、老金和我）之间，也总有着一股相互信任和关切的暖流。更不用说，忽然能重聚的难忘的时刻，所给予我们每个人的喜悦和激奋。

病魔不断侵蚀着林徽因的健康，然而，她却没有在意，既然不能与病魔握手言和，不如笑对生活。贴心的家人朋友，热爱的建筑事业和美学追求，是她的“忘忧草”，帮她忘记烦恼和无奈。

携一份从容，装点残缺的梦。

时不时地，会看到暴跳如雷的女人，涨红的脸颊、狰狞的表情以及堪比女高音的声调。也许只是因为人与人之间的一点小摩擦，宁可形象尽毁，也不愿意一笑了之。

许多女人往往就毁在易焦易躁的脾气上，这是再精致的妆容，再得体大方的衣着也掩盖不了的。为了点小事就不依不饶的女人，又岂会在大事上有所收敛。

过日子就如海上行船，难免会遇上大风大浪，若只是慌乱不安，迟早是要翻船的。

月有阴晴圆缺，人有悲欢离合，此事古难全。

昆明地处云贵高原中部，海拔明显高于内陆平原，这对林徽因的呼吸和脉搏都会产生不良影响，肺部的病痛每天都在折磨着她。

纵然如此，她还是找到了丝丝惬意。

围绕在她身边，与她做伴的老朋友们，常使她忘记了自己是个重病患者。那些看不完的书籍，像一汪清泉滋润着她的心扉，对抗着生命的日渐枯竭。

尚且生存一天，她就不允许悲观的入侵。

在写给费慰梅的信中，她用轻快的文字叙述了住在“梦幻般”别墅的感受：

一切最美好的东西都到花园周围来值班，那明亮的蓝天，峭壁下和小山外的一切……房间这么宽敞，窗户这么大，它具有戈登·克莱格早

期舞会设计的效果。就是下午的阳光也好像按照他的指令以一种梦幻般的方式射进窗户里来，由外面摇曳的桉树枝条把缓缓移动的影子泼到天花板上来。

不管是晴天或者下雨，昆明永远是那样的美丽，天黑下来时，我房间里的气氛之浪漫简直无法形容——当一个人独处在静静的大花园中的寂寞房子里时，忽然天空和大地一齐都黑了下來。这是一个人一辈子都忘不了的。

女人喜欢“无事生非”，本来不存在的事可以说成有，一丁点的小事可以说成是天大的事。稍微的不快也可以被无限制地放大，自编自演一出愤世嫉俗的戏剧，除了自己烦闷外，一无所获。

而林徽因将砸到她身上的苦难自我化解，她相信生命有其自己的轨迹，她要做的不是向上天苦苦追问，而是活在当下，珍惜这有限的属于她的时光。

豁达是一种境界，不为人所难，不为己所难，知道自己还有能力承受，便收敛棱角，与一切尖锐柔和处之；豁达，更是危难之中，心中尚存生的渴望，看淡一切，随遇而安。

声嘶力竭并不比沉默无语来得更有力量。

随着病情的加重，住院是避免不了了的了。

一眼望去，到处是冰凉的白色，无形的压迫感扑面而来，还没来得及缓过神，心就好像已经被揪住了。

林徽因没有怕，她以林徽因式的微笑迎接病房和治疗。

她写信给远在大洋彼岸的朋友费慰梅说：

我还是告诉你们我为什么来住院吧。别紧张。我是来这里做一次

大修。只是把各处零件补一补，用我们建筑业的行话来说，就是堵住几处屋漏或者安上几扇纱窗。昨天傍晚，一大队实习医生、年轻的护士住在院里，过来和我一起检查了我的病历，就像检阅两次大战的历史似的。

我们起草了各种计划（就像费正清时常做的那样），并就我的眼睛、牙齿、双肺、双肾、食谱、娱乐或哲学，建立了各种小组。事无巨细，包罗无遗，所以就得出了和所有关于当今世界形势的重大会议一样多的结论。同时，检查哪些部位以及什么部位有问题的大量工作已经开始，一切现代技术手段都要用上。

如果结核现在还不合作，它早晚是应该合作的。这就是事物的本来逻辑。

她不信命，她只相信科学和人性。

为防万一，林徽因给费慰梅写了诀别信：

再见，我最亲爱的慰梅。要是你忽然间降临，送给我一束鲜花，还带来一大套废话和欢笑该有多好。

在推上手术台之前，她淡淡地投给梁思成一个无言的微笑。

在这场与死神的博弈中，她赢了一次，顺利地完成了一次治疗。家人朋友为她感到高兴，她会心地笑着，感受着身体的温度。

她在诗中写道：

如果我的心是一朵莲花/正中擎出一支点亮的蜡/荧荧虽则单是那一剪光/我也要它骄傲的捧出辉煌。

算做一次过客在宇宙里/认识这玲珑的生从容的死/这飘忽的途程也就是个——/也就是个美丽的梦。

她生命的最后一程，是在北京同仁医院度过的。

死亡在向她靠近，她却沒有屈服。她认真对待每一次治疗，积极配合每一位医生和护士。纵然生命放弃了她，她却不能放弃自己。

她是拜伦的崇拜者，床头那本《拜伦诗选》陪她熬过了一天又一天，意志清醒时，她便自顾自地沉醉在文字里：

世间哪一种欢乐和它过去的相比，呵，那冥想的晨光已随着感情的枯凋萎靡；并不只是少年面颊的桃红迅速地褪色，还未等青春流逝，那心的花朵便已凋落。

于是有如死亡降临，灵魂罩上致命的阴冷，它无感于别人的悲哀，也不敢做自己的梦，一层厚冰冻结在我们泪之泉的泉口上，尽管眼睛还在闪耀，呵，那已是冰霜的寒光。

哦，但愿我所有从前的感觉，或者复归往昔，但愿我还能对许多一去不返的情景哭泣；沙漠中的泉水尽管苦涩，但仍极为甘美，呵，在生命的荒原上，让我流出那种眼泪。

字里行间都是她力量的源泉，在她没有力气翻动书页的时候，她也要将手放在书本上，默默汲取着继续斗争的力量。

何谓淡定，冷静镇定，从容平和，乐观豁达。

这是自古以来的人生真谛，只是很多人忙着匆匆向前，慌忙间挥霍着时光，却不曾停下脚步自省一番。