



你若盛开 蝴蝶自来

内外兼修
谱写一个如夏花般绚烂的人生

拱瑞 编著

做个像林徽因一样的女人



浙江工商大学出版社
ZHEJIANG GONGSHANG UNIVERSITY PRESS



你若盛开

做个像林徽因一样的女人

蝴蝶自来

拱瑞 编著



浙江工商大学出版社
ZHEJIANG GONGSHANG UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

你若盛开,蝴蝶自来:做个像林徽因一样的女人/
拱瑞编著. — 杭州:浙江工商大学出版社,2017.9
ISBN 978-7-5178-2193-9

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(2017)第114891号

你若盛开,蝴蝶自来——做个像林徽因一样的女人

拱瑞 编著

责任编辑 谷树新

封面设计 思梵星尚

责任印制 包建辉

出版发行 浙江工商大学出版社

(杭州市教工路198号 邮政编码310012)

(E-mail: zjgsupress@163.com)

(网址: <http://www.zjgsupress.com>)

电话: 0571-88904980, 88831806 (传真)

排 版 北京东方视点数据技术有限公司

印 刷 北京德富泰印务有限公司

开 本 710mm × 1000mm 1/16

印 张 20

字 数 285千

版 次 2017年9月第1版 2017年9月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5178-2193-9

定 价 48.00元

版权所有 翻印必究 印装差错 负责调换

浙江工商大学出版社营销部邮购电话 0571-88904970

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。她柔婉诗意地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；当缘定终生时，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可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，抚慰着她的身心，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！

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。

用优雅拂去岁月的轻尘 / 3

尘俗中的优雅舞者 / 3

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 / 13

气质如兰，卷舒开合任天真 / 16

率真坦诚，找到幸福 / 16

敞开心扉，做爱人最美的公主 / 18

让率真的花期延伸到人生的每一个春夏秋冬 / 20

别丢掉，这一把过往的热情 / 23

热情是一个女人拥有无穷魅力的源泉 / 24

别吝啬自己的热情 / 26

懂得这个时代的交际箴言 / 28

把苦难婉约成一抹诗意 / 31

在逆境中欣赏风景 / 31

尘埃中开出花朵，苦难中享受人生 / 33

学会苦中作乐 / 35

刚柔相济女人香 / 37

莲开馨香的六月 / 37

做“我”自己 / 40

用温柔和刚毅骄傲地捧出辉煌 / 42

淡化别人的评论，活出精彩的自己 / 45

不因别人的眼光而改变自己 / 45

别只用赞美来肯定自己 / 47

让生命之花按照自己的方式开放 / 49

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。

于三千世界，智当凌驾于事 / 53

经历成长风雨，画出智慧彩虹 / 53

没有智慧的人生，是对生命的辜负 / 55

用智慧找到真爱 / 58

学识是滋润女人心田的甘泉 / 61

学识沉淀女人香 / 61

未若柳絮因风起 / 63

装点生命之美 / 64

面带微笑赶赴生活的行程 / 67

微笑书写人生最美的诗行 / 69

用微笑，让世界低头 / 70

懂得对爱人微笑 / 72

展露万种风情 / 74

有时候你需要一点小放纵 / 74

风情万种是女人的天赋人权 / 76

打造风情万种的自己 / 77

在安静中，不慌不忙地坚强 / 79

坚强，给予了生命翱翔的力量 / 79

你若不勇敢，谁替你坚强 / 81

用坚强完美生命 / 82

悦纳自己的不完美 / 86

找一个乐于包容自己的人 / 86

幸福源于看到生活的不完美 / 88

宽容别人的不完美 / 90

可以强大，却不能强势 / 93

不为流言蜚语所困惑 / 93

守住生命的绿意 / 95

不做强势的女人 / 96

谈吐，舌绽春蕾 / 99

笑对群儒的智慧 / 99

言谈显出女人的纤纤神韵 / 101

优雅的言谈浇灌心灵之土 / 102

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，告别一份不被祝福的爱情，好过无辜人痛苦的成全。于是，那一季花开得灿烂，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。

你在最美的时光中遇见了谁 / 107

寻梦，康桥 / 108

你我相逢在黑夜的海上 / 111

爱，让女人在最美的年纪绽放 / 113

宁愿此爱，淡如绿茶 / 116

甜蜜的负担 / 116

不要被太浓烈的爱灼伤 / 118

平淡的爱才隽永 / 119

借一双慧眼去看清所爱 / 122

要真正了解所爱 / 122

早一点看清，早一点放弃 / 123

在热恋中也要看清方向 / 126

告别过去，踏着今天赶赴明天 / 128

一个转身的潇洒 / 129

时间是世上最好的良药 / 131

挥别过去，为了更好的未来 / 133

做知己，不做红颜 / 136

作为知己存在 / 136

拒绝危险的感情游戏 / 138

不做俗世的情人 / 141

爱的境界是从容，而非拼命 / 143

爱得执着，却把真情变作绝情 / 143

没有束缚，才能爱得从容 / 146

你开始从容，他才开始深陷 / 148

优雅地爱，优雅地被爱 / 151

岁月彼岸的守候 / 151

让人缄默的艺术 / 154

做让人疼惜的女人 / 156

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，曾经为爱不顾一切地勇敢，曾经说好的一生，相依相伴。岁月依旧静好，你优雅如初。

相知相守，不忘初心 / 161

生命中最长久的相伴 / 161

找到对的那个人，才能幸福 / 165

爱如饮水，冷暖自知 / 167

在未知中相爱，在懂得后相守 / 170

长相守才能长相知 / 170

长相知才能不相疑 / 173

有了信任，一段感情才能长久 / 174

爱是天时地利的迷信 / 177

每一次恋爱，都是一次成长 / 177

没有坏的恋爱，只有不肯成长的女人 / 178

爱情是两个人的，婚姻是两家人的 / 180

美好的婚姻是两人同视一个方向 / 183

做丈夫的好帮手 / 183

不让工作抢走他，就同他一起工作 / 187

美好的婚姻是两个人朝着同一个方向努力 / 188

吵架，婚姻里的“战争与和平” / 190

既然控制不了脾气，就找个脾气好的老公 / 190

吵架时，女人要尽量保持理智 / 192

越吵越亲密的“吵架秘籍” / 193

和爱人相处的艺术 / 197

经营好自己，是你爱他最好的方式 / 197

把握好两个人相处的距离 / 199

有些事和闺蜜去做 / 201

让婚姻经得起平淡的流年 / 204

婚姻需要浪漫去点缀 / 204

人生需要浪漫，也需要现实 / 206

别让沉默“断送”婚姻 / 209

事若求全何所乐 / 211

婚姻追求的是幸福而非完美 / 211

放爱一条生路 / 213

包容那些无伤大雅的小缺点 / 215

第五章

红颜不矢志，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。

让梦想照进现实 / 219

抓住梦想闪耀的瞬间 / 219

梦想，让女人绽放 / 221

“想到”更要“做到” / 224

女人要有自己的事业 / 227

青春易逝，工作的魅力日久弥香 / 227

事业是女人自信最大的来源 / 229

让事业为女人的婚姻加分 / 232

使命感，让灵魂丰盈 / 235

使命，因无私而崇高 / 235

真我的呼唤 / 237

用使命感提升生活的满意度 / 239

从文学中淘获情意深切的雅趣 / 243

穿越岁月的灵性之光 / 243

力透纸背的底蕴 / 246

沉浸在笔墨清香中 / 248

才艺，装点女人独有的风韵 / 251

才貌是可以双全的 / 251

才华，让生活变得多姿多彩 / 253

用才艺取悦自己 / 255

第六章

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。

任命运风起云涌，一朵莲花独自香 / 259

变幻，是生命中永恒的主题 / 259

获得人生的金子，就必须淘尽生活中的沙砾 / 262

坐看云起云落，以不变去应万变 / 263

经得起繁华，归得起平淡 / 267

繁华时不忘形，平淡时不消沉 / 267

因为心无所恃，所以才能随遇而安 / 269

繁华落尽，平淡为真 / 271

清如秋水，心无惧亦不避 / 274

坚强和高雅，在岁寒中依然绽放 / 274

内心的强硬，是让人尊重的起点 / 276

女人似水，柔弱中见刚强 / 277

亲情，生命必须承受之重 / 280

父亲对女儿的性格和气质有着不可忽视的影响 / 280

宽容亲人对你的苛刻 / 282

婆婆的认同 / 284

女人，要扮演好母亲的角色 / 287

为孩子营造一个轻松快乐的家庭氛围 / 287

用书陶冶孩子的心灵 / 289

用人格魅力去感染孩子 / 291

许我一个承诺，我给你温暖的港湾 / 294

艰难世事中，温柔的妻 / 294

浪漫，给家增添一点温馨 / 296

爱，要谨记承诺 / 298

阴晴圆缺会有时，美景只是刚刚好 / 300

行走中顿悟生命的纯美 / 300

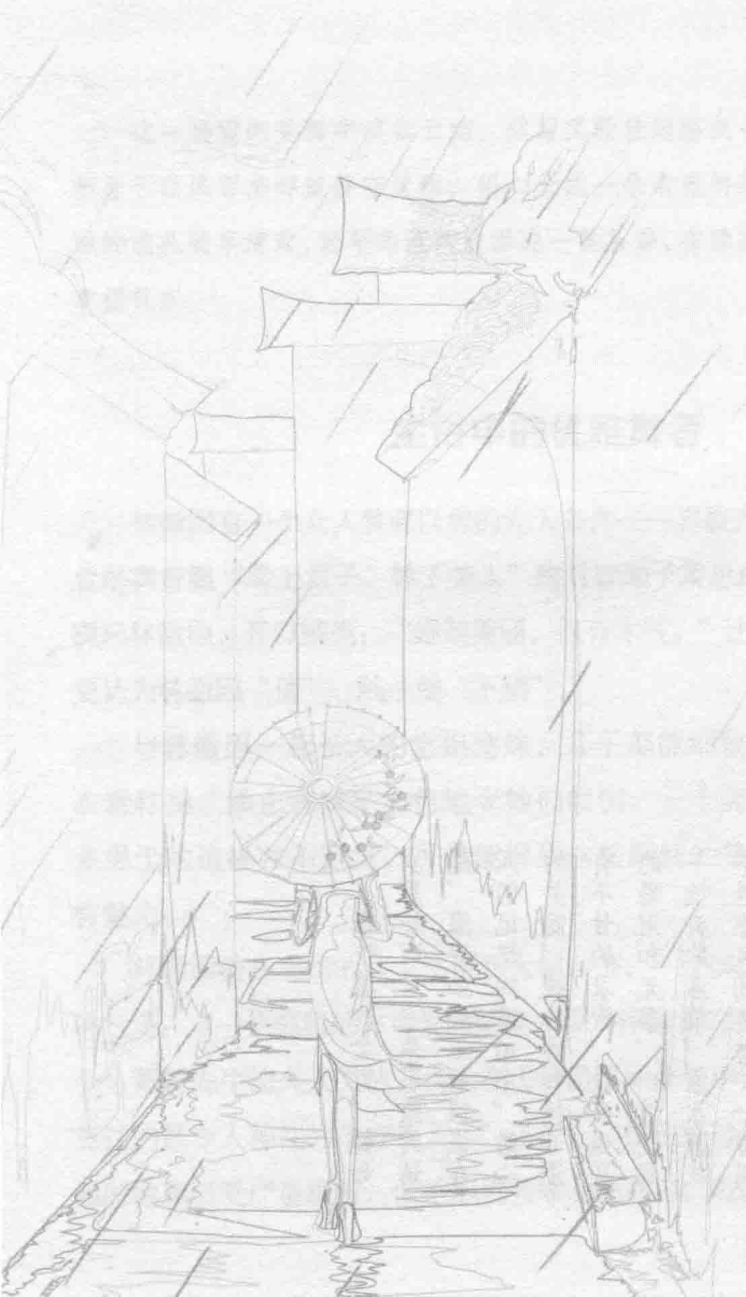
纵百般沧桑，做个天使爱自己 / 302

心若安好，便是晴天 / 304

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。