

幸福来敲门

—— 女性，阳光工作与积极人生 ——

尹雪帆◎著

闺蜜联盟写序，MBA同学友情手绘，企业CHRO兼才情女子，用她积极、阳光的人生态度，用自信而又美丽的文字，与你分享精彩独立的生活方式、聪明爱人相处之道、朴实又不乏温情的生活感悟……

生活或职场，每个人都可以敲开幸福之门，做最好的自己！



线装书局

幸福来敲门

—— 女性，阳光工作与积极人生 ——

尹雪帆◎著



图书在版编目 (CIP) 数据

幸福来敲门 / 尹雪帆著. —北京: 线装书局, 2016. 7
ISBN 978 - 7 - 5120 - 2347 - 5

I. ①幸… II. ①尹… III. ①幸福 - 通俗读物 IV. ①B82 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 171935 号

幸福来敲门

作 者: 尹雪帆

责任编辑: 曹胜利

特约编辑: 刘嘉杰

友情插画: 罗江莉

装帧设计: 韩 陆 刘家宁

出版发行: 线装书局

地 址: 北京市西城区鼓楼西大街 41 号 (100009)

电 话: 010 - 64045283 (发行部) 64045583 (总编室)

网 址: www.zgxsj.com

经 销: 新华书店

印 制: 三河市龙大印装有限公司

开 本: 880mm × 1230mm 1/32

印 张: 9.5

字 数: 200 千字

版 次: 2016 年 7 月第 1 版第 1 次印刷

印 数: 0001—2000 册

定 价: 39.00 元



更多资讯请访问官网

内 容 提 要

闺蜜联盟写序，MBA 同学友情手绘，企业 CHRO 兼才情女子，用她积极、阳光的人生态度，用自信而又美丽的文字，与你分享精彩独立的生活方式、聪明爱人相处之道、朴实又不乏温情的生活感悟……

生活或职场，每个人都可以敲开幸福之门，做最好的自己！

序 言

有一类高段位的文艺女青年，从其自信洋溢的字里行间，你就能触摸到她骨子里的那份厚重和历练。工作之余浅喜文字，闲暇之隙素手羹汤；职业规划有节有序，于生活有松有驰，于爱情不卑不亢；落花中闻香，冷月下赏雪，洞透岁月变迁，她却可以在人间烟火中活色生香，我说的就是雪帆这式女子。

听闻雪帆的散文《幸福来敲门》结集出版，欣喜又感叹，难得她一路走来未曾荒芜文学这片乐土。十几年的交情，给她写序是义不容辞的事情！

读她云淡风轻的文字，知伊冰雪聪明地《在婚姻里单身》着，明了世上最好的爱情就是《他活着就好》，忙碌中仍惦记着《我的女友们》，只因这些都是她《生命中最重要的人》，她人生回眸里的《最生活》，墨香深处一朵朵绽放的梨白，那是爱的馨香。

幸福是一树树花开，有繁华也有寂寞，而伊人却有着温婉的文字和心境，繁花不惊银碗盛雪，红尘陌上含笑而行。

企业家/诗人：江烟



幸福来敲门

与雪帆同窗二载，结下了深厚的友情。此次有幸邀约为她的散文集写序，不禁有些惶恐，深怕自己粗浅的文字无法真切表达其文章美。在她的再三鼓励下，还是提笔，写下了她及她的文字感受。因为，真实的便是最好的。

雪帆的幸福感，我感受的是“活在当下，活出精彩”。在职场，她是“白骨精”——白领、骨干、精英，是企业发展的中坚力量。在家庭，她与婆婆同住一屋檐却如同母女般相处，对待孩子细腻有加又孜孜不倦；作为一名妻子，又能让爱人脸上时时洋溢信任与温暖。在生活中，她更是乐于助人，让友谊之花常伴。

书中无论《聪明爱人》，还是《我的生活方式》，抑或《人在旅途》……文章大量以叙事作为开端，将日常生活之点滴娓娓道来，文风朴实、真切、感人，同时还透着她的风趣优雅情怀。例如《在婚姻里单身》一文描写“每次与爱人同乘飞机，空姐过来问：黄先生，黄太太？我说：不，我是尹小姐！”，我们看到的是独立、自信女子散发出来的那份美丽。再比如《最人生》结尾“假如人生可以重来，我依然会选择努力过程中的曲折疲惫与欢乐……”画龙点睛式的描写，是她对幸福生活的诠释和定义。

期待雪帆能写出更多的美文，并激励幸福来敲每个人的门。期待那动听的“咚咚咚”敲开每个人心门的幸福之音，让更多的真善美和正能量传递与延续。

香港公开大学 MBA2014 秋季班代表：施建芳

与雪帆的渊源可追溯到十多年前。那时在厦门，我俩以文会友，加上是老乡，更有惺惺相惜之情。雪帆的文字，有温度，有深情，也有灵气。至今我还记得那篇《故乡的腊肉》，字里行间除了流露对故乡的深深怀念，更有与父母在一起的旧日温情与感怀，思乡的情愫是那么蹙窄细微，犹如冬日炉膛中木柴燃烧的毕剥声，不动声色地传达着被岁月忽略了的诸多美好。

现在的雪帆，文字自然少了那时的忧伤，而多了一份从容与自信。也许只有经历过的岁月，才能抵达这种“温婉平和”的境界吧。她的《幸福来敲门》，所有婚后的生活感悟，一篇篇积极向上的温暖细节，带你我走进生活中每一个令人感动的柴米油盐中。

雪帆的文字，就像阳光下的向日葵，在清风中舒展愉悦的音乐。书中每一个字，读来如暖风轻拂。她告诉我们如何《在婚姻里单身》：“现在的男人跟过去不一样了，风趣大方、个性独立的女人对他们更有吸引力，他们喜欢女人撒娇，但不喜欢被黏太紧。”“尽管能自主安排钱包，但逢圣诞节、情人节、结婚周年庆这种特别日子，我依然会拉上老公一同逛商场，然后在柜台挑件他满意我也喜欢的礼物，带着幸福的表情对服务员说：请替我包起来，这位老板买单。”读后让人忍俊不禁，为聪明俏皮的小女子情怀叫好；在《妈妈，谢谢你来接我》一文里，我又读到了她的细语浓情。“在晚上临睡前，儿子突然走进来对我说：‘妈妈，谢谢你今天来接我！’一瞬间，我被孩子这种突如其来的感谢弄得有点不知



幸福来敲门

所措，缓过神后，又感动得泪眼盈眶。”短短数语，把母亲的心情表现得淋漓尽致……试想，若没有一颗慧质兰心，如何能写出这样圆润通达的文字！

《幸福来敲门》除了带给我们阅读的愉悦，更重要的是让我们懂得：珍惜亲情、爱情、友情，热爱生活。如果你有梦想，就要守护它；无论何种困窘，都不应该放弃对生活的热爱与追求；越努力越幸福；越努力，幸福才会来敲我们的门。

好友：张萍

被 Sherry 邀请写序，窃喜。

职场中的“女超人”。职场中的 Sherry 有些工作狂，比较没下班概念，工作严谨又要求时效，作为她的下属，我常常为了完成她交代的任务，默默加班到很晚而“吃了不少亏”；Sherry 行事更是雷厉风行，记得她刚来公司，因大刀阔斧进行制度变革，曾令很多人不适应，但后来她硬是凭借自己的真诚与韧劲，让公司的组织文化及人力资源系统快速步入正统，并促进大家从不适应到默默支持再到相互欣赏。

学习力的“好榜样”。这样一位敬业又专业的女子，越晋升发展她对自己的要求便越高。在周一至周五高节奏的工作之余，Sherry 经常被英语班、厦大研修班、香港公开大学 MBA 等充盈着。更难能可贵的是，忙碌之余她还能坚持阅读和写作。这种对知识的自我追求，往往令我油然而生畏，于是钦佩之余，只有跟着发奋图强才能跟得上她的步伐。

生活中的“小资女”。说到前面的职场“超人”，你可能想不到 Sherry 在生活中却是一位情怀女子。依稀记得，有一次我俩出差成都，工作忙累了一天，到晚上她会为了找一条心仪围巾而穿梭好几条街。会闺蜜、泡咖啡吧，Shopping、美容 SPA 或美甲，辅导部门姐妹们的着装如何搭配更靓丽，与孩子的细腻亲情对白，以及聪明爱人中点滴夫妻相处之道……别人看来甚感压力或枯燥无味的平常生活，在她眼里，尽是温暖和浪漫。这时的你，怎么也无法把她和工作中的“女超人”联系到一块。

搭档十年，突然听说 Sherry 要出书了，除了对她的钦佩之情又增几分，我似乎没有更好的语言可以表达，唯有祝福。就像她的文字和书名所寓意的——让我们一起做积极阳光的女子，幸福常伴！

同事：詹艳（Kelly）

若要我说雪帆是什么样子的，真不知道用什么词来形容好，就觉得她是我最好的闺蜜。好的闺蜜特质在她身上都能体现，信任、秘密花园、一起分享喜悦、一起分享成功、一起分享苦闷……

生活中的雪帆，特别有小资情怀，对待朋友也很真诚，也特别热爱生活。每次见面，我都能分享到她对生活的点滴发现与感悟，感受她积极乐观的人生态度。无论是作为妈妈角色、老婆角色、媳妇角色，她都特别特别好，家庭关系一直融洽无比。当然，最重要的是，作为我的闺蜜，因为她是



幸福来敲门

我特别信赖的，所以我心中的秘密，都会与她分享，而每次分享完，都能从她身上获取满满的正能量。也许在见她之前，我的心情还很郁闷，但见她之后，回到家我的心情又都好好的了。

工作中的雪帆，算得上是个能干之人，如果真要用一个词来形容，即真诚。真诚这个词，在现代职场上，已经是非常难得的一个品格，对于很多人来说也都比较匮乏，但在她身上却体现得淋漓尽致。因为我的工作性质，因为她的职务，我们曾有过业务接洽，但在这个过程当中，她表现出来的工作原则，让我深深理解的同时，对她的认识更深一层。因为，她说，正因为是朋友，所以我提供的产品和服务都必须是最好的，产品要和最好的公司比，价格又要最便宜。因为她说，在这个时候，她不能徇私，必须要从公司角度考虑问题。也许正因为此，我们才能成为闺蜜吧，因为于工作，我也是这般认真。所以，雪帆能帮我的，我感恩，不能帮的，我理解。因为她，我的生活有了更多更多的色彩。

在为人方面，作为一名女生，难得有像雪帆这样大气有格局的。每一次见面，她给我的感觉都是热情洋溢。而且，也特别上进，十几年来，她的各种学习班就没停过。上进是她在我心目中另一个深刻的概念。因为我不想失去她这样好的一位闺蜜，可是要跟这样好的闺蜜能够一直成为闺蜜，我不得不跟上她的上进步伐，不断学习充电。

雪帆身上还有特别明显的一个特质，那就是分享。现在都说分享经济时代，但雪帆似乎很早以前就有了这种分享境

界。一路走来，无论她的生活阅历、人脉、学习体会，她都在无私分享。我作为她的闺蜜，自然分享了她许多人脉，并且从她的人脉圈可以发现，都是一群充满正能量的甚至未来可能成为我闺友的优质女子。

闺蜜如斯，甚好！

闺蜜：李 红

目 录

我的生活方式

跟自己说对不起	3
不与不幸福的人为伍	6
多和专业人士打交道	9
过没理想的生活	13
朋友是拿来“用”的	18
你是受欢迎的客人吗	22
骄傲的女人做不成闺蜜	24
家有书香气自华	26
让幸福来敲门	29
慢是一种生活能力	31

聪明爱人

在婚姻里单身	35
--------------	----



幸福来敲门

公主的手和侍女的脚	38
把老公做邻居试试	41
夫妻间的称呼	45
请不辞辛苦享用爱	49
浪漫的外遇	53
我的女友们	56
爱人眼里出佳肴	60
好女人就是要管好男人的胃	64
床，还是挤一点好	70
婚姻的苹果	73
做个弱势太太	75
婚姻是道算术题	79
好夫妻不般配	85
和老公一起吃早餐	89
老公做我的情人	93
拥有牵挂的幸福	97
过日子就是要请客吃饭	101
甜蜜的小病	107
老公，你来当家	111
我和老公的测试之战	114
国王老爸和公主妈	120
扮君衣装，扮吾靓装	123
老婆，你去读研吧	127
做年夜饭	131

婆婆的厨房	134
-------------	-----

婚姻悟语

心中的房子	139
幸福人生	141
牵手的女人	143
生命中最重要的人	145
爱在平常里	147
渗在早餐里的爱	149
他活着就好	153
不经意间的温暖	155
爱到随意最好	158
别让男人成为财奴	160
做男人的软肋骨	162
老夫老妻做的事	164

生活物语

裁缝时代	171
紫色情结	173
恋恋红嫁衣	175
恋恋女人香	178
恋恋花围巾	180



幸福来敲门

最人生	182
为自己的容颜买单	185
女为悦己者容	187
买彩票	189
儿子的兴趣班	191
信用卡惹的祸	193
外甥女的礼物	195
自酿葡萄酒	197
一小时生活圈	199
佬米酒	201
老街情歌	203
亲近自然	205
与爱相伴，与自由为舞	207

亲亲宝贝

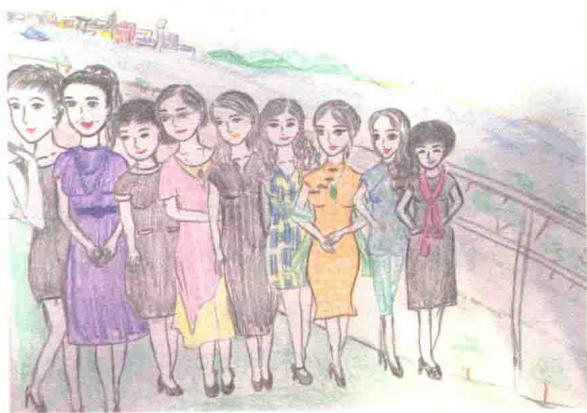
妈妈，谢谢你来接我	211
孩子，你爱我吗	214
给孩子的爱加分	217
孩子快乐的一天，从清晨开始	219
给孩子一个自主玩耍的空间	222
让孩子在破坏中成长	225
给孩子玩耍的机会	228
回家前，请记得将情绪卸在门外	231

给孩子爱的权力	234
小实验增长大知识	237
宝贝，你今天快乐吗	240
来自天使最温暖的爱	242

人在旅途

图书馆时光	247
谢谢你曾来过	249
出差前言	251
初遇三亚	253
丽人芹儿	256
村妇	258
父亲心中的那扇团圆门	261
故乡的碱粽	263
吃桑葚的季节	265
回家	267
乡村老家	270
母亲的冰糖银耳汤	272
常常想家	274
我与婆婆的今生约定	276

我的生活方式



因为向往幸福，才会努力与幸福生活的人相处，也因为与幸福生活的人相处，才会有这样或那样的机会，让自己成为一个幸福的人。