

# 小花的味噌湯



[小花的味噌湯 下载链接1](#)

著者:安武信吾

出版者:如何出版社有限公司

出版时间:2012-11-26

装帧:

isbn:9789861363431

日本佳評如潮，在淚水與歡笑中看見生命的價值

罹癌媽媽和丈夫、5歲女兒間互動的感人故事

最難熬的時光，一家三口的手，握得更緊密……

味噌湯——媽媽留給5歲女兒一生最珍貴的禮物，也是小花和天國媽媽的約定——

透過安武一家人的故事、千惠對女兒的期待，讓人由衷地更認真生活，更認真看待生命

小花就像天使般，來到了安武家。

可惜懷了小花沒多久，母親千惠的癌症竟然復發了。在和先生攜手對抗病魔的同時，千

惠不免做了最壞的打算，想到必須為小花留下什麼。

小花五歲，同時也是千惠發現乳癌轉移至肺部的那年，小花收到了媽媽生日禮物：一條圍裙。從那天起，她就跟著媽媽學做菜，尤其是防癌的味噌湯和糙米飯。

「一想到我不在，家裡還有個會做飯的老公，我就安心了。

我之所以會這麼想，是因為飲食攸關性命。

我也要教女兒做菜以及做家事；念書是其次，隨緣就好。

只要身體健康，擁有活下去的能力，將來不管去哪裡或是做什麼，都能好好生活。」

至今小花仍恪守與在天國的媽媽的約定，每天早上都自己煮味噌湯，認真努力地過生活……

藉著千惠的部落格、小花寫的信、信吾的陳述，本書帶來「飲食」與「生命」的訊息，鼓舞每個人都能更積極的面對人生，並充滿力量。

安武信吾：在與病魔對抗的過程中，千惠逐漸地脫胎換骨，她不再懊悔過去，也不懼怕面對未來，開始盡情享受當下的人生。

她想讓獨生女小花明白，心靈的富足比物質的充沛還重要的道理。希望小花懂得質疑過度消費的行為，過著不仰賴便利事物的生活，還要培養出堅強的生命力。

千惠用自己的雙手寫下自己曾經活在這個世界上的證明，以及自己想對女兒說的話，這是媽媽送給女兒最珍貴的寶藏。

安武花：小花不會說別人的壞話，也不會忘記微笑。因為這些都是媽媽教我的事情。

無論遇到多困難、多討厭或是多麻煩的事情，總會有辦法解決，就像媽媽常說的「換個想法」。

小花再也不會哭了，小花會更努力的。

安武千惠：我沒錢、沒權、沒地位也沒財產，什麼都沒有。

完全不知道該留下什麼給女兒。

我想，認真過每一天，好好地活下去，才是最好的選擇。

作者介绍:

安武信吾

一九六三年九月十一日生。福岡縣宮若市人。下關市立大學畢業後，進入西日本新聞社擔任記者，先後服務於久留米總局、宗像支局與體育部，現任職於企劃事業局公關事業部，負責地域創造專案「NEWS cafe」。興趣是書法、劍道與打鼓。

安武千惠

一九七五年一月二十八日生。長崎縣大村市人。修完福岡教育大學研究所（聲樂科）課程後，於北九州市明治學園小學擔任音樂老師。罹癌期間成立部落格「早睡早起糙米生

活」，廣受歡迎。曾為Takako Nakamura Whole Food School福岡分校的首任事務局長。二〇〇八年七月十一日與世長辭。

安武花

二〇〇三年二月二十日生。福岡縣福岡市人。畢業於以供應糙米和食營養午餐聞名的高取保育園。現就讀福岡市立草江小學，二〇一二年四月升上四年級。擅長科目為音樂。興趣是彈鋼琴、唱卡拉OK與烹飪。

譯者簡介

游韻馨

熱愛翻譯、追求夢想的全職譯者。譯有《便活》《影音直授．美胸女王》《1分鐘骨盤瘦身術》《3分鐘成熟魅力眼妝術》《關於愛情，Gay女王老實跟妳說》等。

目录:

[小花的味噌湯\\_下载链接1](#)

标签

小花的味噌汤

日本

温情

温暖

情怀、坚守、执着

家庭

日本文学

爱

## 评论

作为在豆瓣第一个标记读过的人，我必须说点负责任的话。那就是，书的最后1/5部分，完全是泡在眼泪中看完的。以无条件的爱长到六岁的安武花，以感受到成长喜悦的父母之爱灌溉扮演妈妈的小花，唯有“获得满满的爱的孩子才能成长为了了不起的大人”，我们的生命要怎样被珍惜，怎样珍惜地过好每一天，都不为过。

-----  
一饭一蔬都是对生命的热爱。再困顿的年代 也要懂得吃。

-----  
所谓大爱，是为孩子想得更远。教会了孩子什么才是最重要的。

-----  
日本电影，已经可以安静、沉入了

-----  
加油孩子，生活会善待认真努力自律的人。

-----  
教给孩子为生的能力

-----  
没有过分卖弄，许多抉择都很真实，当家里有人罹患癌症的时候要考虑的问题现实得多

-----  
认真过好每一天，很重要！

-----  
太治愈了，有这么一个温暖家庭是她坚强那么久的原因

-----  
没看过书，正在看电影，平静的感动，千惠的坚持，阿信的负责，小花的懂事，一碗味噌汤把我一个大男人感动了，我也要做负责任的老公将来！

-----  
认真生活，认真做饭，认真吃饭

-----  
好暖

-----  
泪奔T\_\_T

-----  
感動於這樣罹癌媽媽的一家三口對抗病魔與積極生活的故事，堅強的媽媽，溫柔、不離不棄、悉心呵護妻子的爸爸，可愛懂事的小花，飽含溫情的故事，讀完後對生命與病痛有了更深刻的理解。

-----  
她教会五岁的女儿做味增汤，教会她做饭，即使她不在，小花也能照顾好自己。饮食是生存的根本，看完电影真的真的很感动...

-----  
会做饭的孩子我走到哪里都能过得下去

-----  
日子平平淡淡就太美好了

-----  
读完感觉没有达到自己的预期效果，总得来说整本书平平淡淡，叙述完自己的一生及教自己女儿的本领，适合一部分的人阅读。

-----  
还行，看哭了

-----  
#平平淡淡真好

-----  
[小花的味噌湯 下载链接1](#)

## 书评

千惠和阿花的故事给了我极大的触动，让我思考了许多：  
首先是，教孩子什么东西最重要？  
好多爸爸妈妈都希望孩子多才多艺，学钢琴、学画画，各种培训班从周一上到周日。但是，对孩子来说，什么才是最重要的呢？  
父母比孩子先来到这个世上，同样也会比孩子先离开这个世...

-----  
2013.09.02 体检时肺部发现阴影 视线聚焦到X光片子上时，呼吸瞬间停止了。  
左肺上清晰地映出一个小小的阴影。医生久久盯着电脑画面，也不看我，神情严峻。  
“保险起见，去呼吸道内科门诊看一下，再做一下CT吧。” “是囊肿吗？”  
“不清楚。不排除这种可能。” 护士马上帮忙...

-----  
花费不到两天的时间读完《会做饭的孩子，走到哪里都能活下去》。我承认：读完之后，有一种被书名欺骗的感觉，但即使如此，我还是非常愿意给这本书5分好评。  
整本书不算厚，文字描述属于非常易读的模式。内容阐述一个故事：身患癌症的年轻妈妈顽强生存的故事。书中的全部情节源...

-----  
看完书的时候，觉得有种被欺骗的错觉，内容和书名完全就不太符合，并没有讲以患癌的妈妈是怎样教会4岁多女儿做饭做家务之类。贯穿全书的主线是爸爸信吾和妈妈千惠从相识到相知，千惠检查出癌症，二人步入婚姻殿堂，共御癌症，冒着失去生命的危险迎来阿花，一家人继续...

-----  
(《父母必读》杂志主编 恽梅)  
这是一本由一家三口共同完成的书，由丈夫信吾、妻子千惠和年幼的女儿阿花一起写就。  
每个人从自己的角度，用自己的方式，平静而轻柔地讲述着年轻妈妈千惠身患癌症给这个家庭带来的震动，以及对那些曾经被“现代生活”摒弃的朴素生活价...

-----

刚开始随便翻了下这本书，粉红色的封面，夹着一小本花花绿绿的菜谱，还以为是教小孩子怎么做菜的书呢。看到前言《那被遗忘的生活价值》里说，“学会生活是第一位的，学习可以放在第二位”，不禁反省了下自己最近一塌糊涂勉强应付的生活模式，觉得不妨一读。看着看着，才...

读《会做饭的孩子走到哪里都能活下去》，让人联想韩国催泪大片《婚纱》的剧情，电影讲述了幼儿园中班的小女孩少拉，在得知做婚纱设计师的母亲得了绝症后，默默地学习独立，改变自己倔强的性格，一点一滴地替她完成心愿的故事。而这本书，则是站在父母的角度，记录着一个普通的...

五岁的小女孩拿着一把明晃晃的菜刀在案板前气定神闲地切菜，若你看到这番景象会作何感想？

作为妈妈的我，看到出现在《会做饭的孩子走到哪里都能活下去》腰封上的这幅图，心立刻被紧紧地揪住。是又一个虎妈？还是流行的亲子厨房？再看图片旁的大黑体字“爱孩子就是要教会孩子...

《会做饭的孩子走到哪里都能活下去》是一本一天就能读完，却要用一生去实践的书，朴实无华，款款道来，却令人深受震撼。一位已经定下婚期却发现身患乳腺癌的新娘，一位得知伴侣身患绝症却依然不改初衷的新郎，一副拼却性命也要生下女儿的母亲胸怀，一个在拳拳爱心呵护...

我喜欢的书，不是能颠覆我信念的书，而是能强化我信念的书，对于前者唯恐避之来不及，对于后者，如逢甘霖。信念是个太容易颠覆的东西，需要好好保护。书中的妈妈罹患很严重的乳腺癌，但是她顽强地生活了八年。这本书的作者是她、老公和孩子三人。生病，并不是会改变生活，而...

《会做饭的孩子走到哪里都能活下去》读完蛮心酸的，勇敢和癌症抗争，几次从死神手里幸运逃掉的千惠这次撒手人寰了，留下才四五岁的女儿小阿花，病痛带来最大的折磨就是分离，那么坚强的丈夫和懂事的女儿，尽管英年早逝，但仍觉得千惠是个幸福的女人。对书中提到的日本幼儿园贯...

P.56就算辛苦，我们也要亲手把孩子抚养大，这是最重要的。如果只图轻松，那就有问题了。方便是一把双刃剑，以后可要由孩子来买单。  
P.63她（中村孝子老师）认为，不要盛气凌人，不要只在吃肉时才有所顾忌，也要爱护那些辛苦劳作的生产者；不要只是执着于自然粗食，还要为了地...

-----  
本来以为是讲做饭的，没想到却是讲生死的，读了开头就忍不住继续读下去，读到黑暗，也读到光明，她说女儿就是她活着的目的，所以我以后一定要好好活着，谢谢你，妈妈。书摘：只要活着，就一定会有高兴的事。  
不说别人的坏话。不忘记微笑。这些都是妈妈教给我的。人生...

-----  
拿到书以后，才发现记录阿花妈妈与癌症的斗争远远多过阿花做饭的事情。但是非常钦佩阿花妈妈教阿花做饭这件事情，也许是知道自己不能长时间的陪着孩子吧，阿花这么小就学会了做饭。但也正如书中说话，不论早晚，孩子都是要离开父母生活的，那些生存本领、技能晚教不如早教。反...

-----  
看这本书的时候，是在一个很嘈杂的工作现场，书中的文字平平淡淡，可是我竟然几次想要掉眼泪，用很大的力气深呼吸把眼泪给压了下去。  
书的序言里，总结了这本书的精华，好好吃饭，健康的生活方式，积极的心态。活着，是世界上最最美好的事情，只要活着就能有机会遇见好...

-----  
这本书的独特之处在于他的真实，种种的困境，放弃与坚持，对于病魔折磨下人的无助、愤怒与绝望。和之前微信里和想像的完全不同，不是简单的温情和治愈系，有抗争有绝望，笑里带泪的，感染力很强！“不发言，不帮忙，最重要的就是尽量让孩子独立思考 and 体会，自己把事情做完”。...

-----  
《会做饭的孩子走到哪儿都能活下去》这本书在刚引进中国那年便听说了，也一直想要读读看。至今仍然记得当时这本书的宣传：一位身患癌症将不久于世的妈妈在离别前教会了不到4岁的孩子如何做饭。在当时可能引起了“什么才是孩子最该学会的东西”类似的讨论吧。直到几年后的今天...

-----  
《会做饭的孩子走到哪里都能活下去》一书的作者是日本的一家三口。妈妈千惠（安武千惠）是声乐专业的研究生，曾在一所小学担任音乐教师。她的丈夫信吾（安武信吾），是西日本新闻社的一名记者。他们的女儿阿花（安武花）出生于2003年，擅长家务，爱好钢琴。这本书由信吾主笔，...

-----  
刚看的时候感动于信吾对千惠的真爱，在明知对方患有癌症并不能生娃的情况下仍坚持与其结婚，这个男人是令人钦佩的，随着剧情发展癌症康复，生娃，癌症恶化，高昂的治疗费用，这些都没有击跨这个小家庭，满满的都是对生活的爱，看到千惠教小花做味噌汤时，泪水不自禁的往下流， ...

-----  
[小花的味噌湯 下载链接1](#)