

# 一個人最好



[一個人最好 下载链接1](#)

著者:橋田壽賀子

出版者:天下雜誌股份有限公司

出版时间:2010

装帧:平裝

isbn:9789862411650

在經典戲劇《阿信》和《冷暖人間》中，她用筆鋒刻劃出無數悲喜交織的人生，讓影迷為之動容；

這次，她將用情感真摯的文字，娓娓道出自己的人生體悟……

日本國寶級劇作家橋田壽賀子的內心剖白，生命箴言滿載的肺腑之作，

獻給讀者「清爽人生」的生活秘訣！

一、沒有期待，更容易與人相處：緊守自己的生活步調，不輕易隨他人起舞、不過度在意外界眼光，不期待回報的人際關係，清爽無負擔；禁止以年齡當藉口杜絕一切新事物，好奇心就是青春永駐的最佳保養品。

二、夫婦不說話，生活一定不和樂：意見合不合與感情好壞無關，夫妻吵架也是一種溝通；時常把「都是託你的福」掛嘴邊，感恩和讚美就是夫妻關係的潤滑劑。

三、沒有另一半的晚年生活：作者以自身經驗為題現身說法。當伴侶先一步走到生命盡頭，從煎熬到釋懷的心情轉折真情流露；如何讓獨身的自己活得快樂？「動腦思考」和「出門運動」就是充實單身生活的處方。

四、人生只此一回，想去那就去吧：旅行不一定要完全照著行程表前進，看眼前什麼是最重要的，想清楚再做，事後才不會後悔，人生亦然。埋首工作之餘，別忘留意四周美景，活在當下才是旅行的意義。

五  
人生百態，戲裡都有：劇作家最大的樂趣，就是將現實中無法體驗的人生在舞台上實現。「冷暖人間」的誕生故事、作者欲藉由「阿信」傳達給觀眾的訊息……橋田壽賀子的創作心路歷程完整公開。

作者介绍：

橋田壽賀子

西元一九二五年生於韓國首爾。日本女子大學畢業後，就讀早稻田大學文學部藝術系，中途輟學並進入松竹公司，隨後成為自由編劇，現為橋田文化財團理事長。以「隔壁的草坪」、「女太閣記」為首，撰寫多齣連續劇的劇本。其中又以「阿信」博得廣泛的迴響，「冷暖人間」至今仍持續拍攝及播放。先後獲頒菊池寬賞、紫綬褒章、勳三等瑞寶章等。著書有《夫婦的格式》（天下雜誌出版）等。

目录：

[一個人最好\\_下載鏈接1](#)

标签

桥田寿贺子

一个人最好

人生

学会独处

旅遊

心灵深处

女性

杂

## 评论

非常喜欢桥田女士，她的生活有规律、有节奏、有乐趣、质朴健康，就是我想要的。这本书给我的启发很大。一些长久以来的困惑在读完这本书之后就烟消云散了。

她对人不报期望，只愿意接触愿意接触的友人，在人这一点上，她非常独立。她对生活有极大的热诚，比较排斥把精力用在无谓的人情交往上。

對親友不要有期待，就不會有得失心。  
獨立並不是孤僻，而是坦然地面對自己的內心，勇敢地拒絕，選擇想要結交的親友。

一开始看觉得这个人大丈夫==，后来慢慢回想却觉得好像其实很有道理

想要保有优质的老年生活就必须从现在开始锻炼身体+存钱。只有这样才能像桥田寿贺子一样，在八十五岁高龄依旧能说出“一个人，最好”的种种出来。

松浦弥太郎也一直在强调健康管理的重要性，拥有健康的身体才能不顾年龄去做自己想做的事情，有了经济基础至少能让晚年更舒适美好。

与丈夫的相处之道也是我所欣赏的，设身处地的为对方着想，了解沟通的重要性，“敢在对方的怀里孤独”这种状态是最让人羡慕的，在保有爱情的同时，也保有独立。

一個人最好\_下载链接1

书评

我不知道“活在当下”这个口号是什么时候开始流行、什么时候开始烂大街的。从前两年流行gap year开始，放弃工作、辞职旅行被当成了一种让人羡慕的生活方式。就算不那么极端，身边也有很多同事，有了一定的钱就去旅行。钱存着干什么？钱不是存出来的，钱是赚出来的。说不定哪...

---

好像是《30岁前别结婚》这本书提到了桥田寿贺子女士。她是日本有名的剧作家，40岁的时候才结婚，当时遇到她的丈夫还比她小五岁，她觉得这个男人是理想的老公形象，于是就跑过去跟他谈判：我们结婚好不好？后来，真的就结婚了。当时读到这段时内心肃然起敬，觉得这个女人太牛了...

---

---

在台北车站的地下街翻看了它。原来阿信的生活态度和我一样。  
如果这本书出了简体字版，我会买一本给妈妈。对阿信，妈妈们还是信的，呵呵

---

[一個人最好](#) [下载链接1](#)