

也許你現在正在人生的低潮，也許你現在正在迷惘的階段，

也許你很不滿意現在的生活，恭喜你！享受這一刻吧！

你一定要看的十部電影！

林君育

人生的出



博客思出版社

人生的出口：

你一定要看的 **十部電影**！

林君宵 著



博客思出版社

國家圖書館出版品預行編目資料

人生的出口：你一定要看的十部電影！／林君育 初版-

臺北市：博客思出版社 2011.9

15*21公分 含參考書目

ISBN：978-986-6589-37-9（平裝）

1.電影片 2.影評

987.83

100011605

心靈勵志 10

人生的出口：你一定要看的十部電影！

作 者：林君育 著

執行美編：康美珠

封面設計：J・S

出 版 者：博客思出版社

地 址：臺北市中正區重慶南路1段121號8樓之14

電 話：(02)2331-1675 傳真：(02)2382-6225

劃撥帳號：18995335 戶名：蘭臺出版社

網路書店：<http://store.pchome.com.tw/yesbooks/>

博客來網路書店、華文網路書店、三民書局

E-mail：books5w@gmail.com 或 books5w@yahoo.com.tw

總 經 銷：成信文化事業股份有限公司

香港總代理：香港聯合零售有限公司

地 址：香港新界大蒲汀麗路36號中華商務印書館大樓

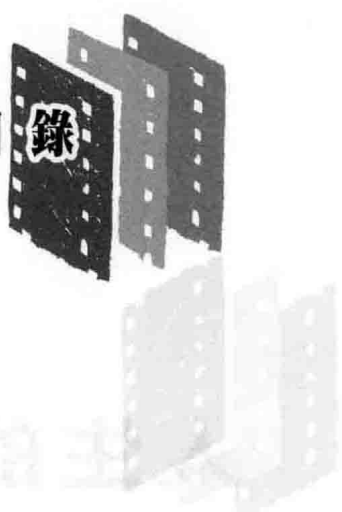
電 話：(852)2150-2100 傳真：(852)2356-0735

出版日期：2011年9月初版

定 價：新台幣280元

ISBN：978-986-6589-37-9

版權所有 翻印必究



目 錄



004 序言

人生快轉：

019 一路玩到掛

037 班傑明的奇幻旅程

057 扭轉奇蹟



停下腳步：

077 心靈捕手

097 真愛旅程

129 海角七號

心的方向：

139 當幸福來敲門

159 型男飛行日誌

179 浩劫重生

199 沒問題先生

208 後記



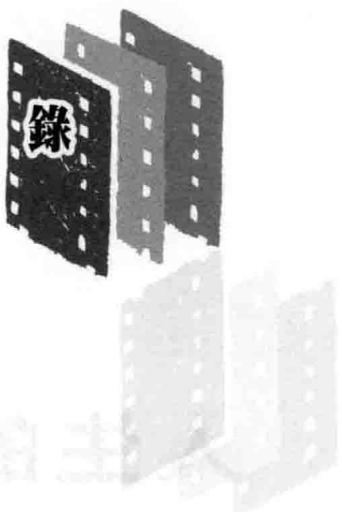
人生的出口：

你一定要看的 **十部電影**！

林君宵 著



博客思出版社



目錄



004 序言

人生快轉：

019 一路玩到掛

037 班傑明的奇幻旅程

057 扭轉奇蹟



停下腳步：

077 心靈捕手

097 真愛旅程

129 海角七號

心的方向：

139 當幸福來敲門

159 型男飛行日誌

179 浩劫重生

199 沒問題先生

208 後記



● 序言

請問你想過什麼樣的生活？

請問你現在過的是什麼樣的生活？

愛因斯坦說過：

「想像力就是一切，把生命中將要發生的事預演。」

如果你想要過某種生活，請從現在就開始運用想像力，想像要怎麼做，你才能過你要的生活，這樣你才會慢慢地到達當初想像的目的地。

如果你沒有想過未來，那麼你將來就可能走到你不想去的地方，因為你沒有安排好自己的生命中的旅程，所以你過的生活也不是你想要的。

這本書的內容，是希望能夠讓大家重新思考人生的方向和生命的意義，使大家過自己想要的生活，為了讓人生能夠變得更好，我們必須重新學習三件事：

1.人生觀

2.情緒管理

3.財務知識

這些是我們在學校裡學不到，但卻是人生中最重要三件事，我將結合電影中的內容和大家一起探討「人生觀」、「情緒管理」、「財務知識」，讓大家透過這本書能學習到這些學校裡學不到的東西。

在這個世界上，我們每個人都有自己的生活圈，我不知道你現在過著什麼樣的生活，我也不知道你想要過什麼樣的生活，但可以肯定的是，我們大部分的人都想要過跟現在不一樣的生活，可是有些人卻僅止於「想」而已。沒有真正的去做，原因有很多種，不過也有些人正在努力當中，努力的一步一步實現自己的夢想，追求自己想要的生活，兩者的最大不同就是一個停在原地、一個付諸行動。

我們都知道生命其實是很短暫的，既然如此，我們更應該找到自己生命的意義，否則我們豈不是白走這一遭？關於實現夢想這個部份，每個人的答案都不盡相同，但問題的癥結點卻大同小異，諸如沒有明確的目標、沒有一個完整的計劃、沒有下定決心、沒有勇氣付出行動……等種種原因。

所以我想讓大家藉由十部電影中，找出自己的答案，你可以從這本書看到電影裡一些值得思考的方向，也可以透過這本書的重點整理，在看電影時好好感受其中的氛圍，而且不論你現在是年輕或年老、成就非凡或一事無

成，可以說在人生中的任何階段，你都可以在書中提供的電影，找到你自己想要的答案。

這不是一本影評書

這不是影評書，也不是討論電影的書。

因為這本書所探討的，不只是電影，而是真實的人生！

這本書介紹了十部人生當中必看的電影，電影的內容都是對思考人生的方向、尋找生命的意義有所幫助，這也是本書選擇電影的依據。

所以並不是以得過最佳劇情、最佳編劇、最佳導演或是影評為推薦方向，也不是以電影票房、卡司陣容、特效等等做為參考，當然這本書的內容，更不是寫影評般的在評論劇本、演員、服裝、攝影、剪接、音樂等諸如此類的東西，而是將電影中值得我們深思的內容抽出，和真實的現實人生做結合與比較，並進一步去探討可以為我們現實中的人生，得到啟發和對我們生活有所幫助的想法有哪些。

電影中有很多橋段是文字很難表達的意境，需要大家真的將電影看過一遍，才能有比較深刻的理解，而本書也

會收錄電影中的經典對白，讓大家能夠進入電影中的場景與氛圍，但畢竟文字和影音所傳達的感受各有千秋，我著重在於讓還沒看過的人有明確完整的輪廓，讓已經看過的人可以藉由本書有更完整的重點收錄，也讓大家對於這些電影中值得我們反覆思考的問題，有更深一層的探索方向，如果你也能深刻的感受這些電影的價值，請將本書介紹給身邊更多的人。

當然，每個人的人生經歷和想法都有所差異，不會介紹的每一部電影都獲得大家認同，但可以肯定的是，每個人都能從這些電影裡，找到適合自己的影片，並且從中獲得許多啟發。

每部電影的方向都有它的獨特之處，有的可以幫助你想像未來的人生，有的可以讓你回顧過去的生活，也有可以幫你思考這是不是你想要的人生？或者適時的停下腳步來靜靜思考，讓我們更加誠實的面對自己，然後在人生低潮的時候得到安慰和抒發，讓你再進一步的了解自己，在電影裡獲得改變的力量，調整方向鼓起勇氣再出發。

戲如人生，人生如戲，真正好的電影可以讓人收獲良多、受益匪淺，不再只是一個日常生活中的娛樂，看完沒多久就忘得一乾二淨，我必須再一次誠摯的推薦你實際將本書介紹的電影看一遍，並且用心體會，你會發現其中值

得學習的地方，還有不同的思考方式，這都能使你未來的人生視野更加寬廣，在生命關鍵的轉捩點做出符合自己理想的決定。

這十部電影裡沒有過多的宗教色彩，迫使你和本來的信仰衝突，也沒有和一般人生活格格不入的情節，反到十分貼近許多人的生活困境，片中隨處可以看見現實人生的倒影，而書裡頭也沒有置入性的行銷，需要你再花更多沒必要的費用，電影中值得我們思考的方向，多半都不是什麼令人難以理解的高深哲學，需要你閉關三天想破頭才能頓悟，大多都是一針見血、簡單明瞭，生活中隨處可見的道理，只要找一個沒有瑣事的日子、一張舒服的沙發、一杯清涼的飲料和一顆放鬆的心情慢慢觀賞就可以了。

這本書分成三個部分：

1.快轉人生

第一個部分「快轉人生」介紹的三部電影，著重在尋找生命的意義，體驗人生必經的過程和了解平凡的幸福。

2.停下腳步

第二個部分「停下腳步」，則是從釋放內心真正的自我，再到價值觀的衝突、重建和包容，以及懂得放下的勇氣。

3.心的方向

第三個部分「心的方向」，能幫助大家在面對困境時堅持下去，坦然的接受人生的低潮，在黑暗時期堅信黎明的曙光正在不遠處，並鼓起勇氣挑戰殘酷的現實，敞開心胸，盡情擁抱生命中美好的事物與理想。

● 快轉人生

也許你現在正在人生的低潮，

也許你現在正在迷惘的階段，

也許你很不滿意現在的生活，

恭喜你！享受這一刻吧～

因為現在就是你尋找人生新方向的最佳時刻！別懷疑，在你尋找人生方向的時候，我認為最好的方式就是：「將人生快轉」，這是一種用想像力的方式，直接穿越時空，到達人生的某一個時間點，你就有可能發現被你忽略的事情。

例如我所推薦的第一部人生必看電影《一路玩到掛》，由這部電影帶領你到就只剩幾個月的人生終點站前，提前感受一下我們大多數人的頭號殺手：癌症，讓大家近距離的面對即將結束的人生，死亡，原來不是想像中這麼容易面對，只有在這個時候，我們才會非常認真的思考一些問題：在死前我還有什麼事情想做？我還有什麼話想說？我還有什麼願望沒實現？我要怎麼安排自己的身後事？透過電影，感受其中的氛圍，一些沒想過而且難以回答的問題，會更容易有屬於自己的答案。

當然，我知道有些人可能會想：一定要一下子快轉到這麼後面嗎？那倒也不是，所以第二部電影《班傑明的奇幻旅程》，請大家再換一種「倒轉」的方式，來看看班傑明的一生，剛出生像個老頭子卻越來越年輕，看著身邊的親朋好友一個個變老，然後死去，才發現「時間是如此的公平」，沒有所謂得太早或太晚，身體上的年齡不再是一般人的藉口。

看完這兩部電影的快轉和倒轉之後，接下來請大家看看第三部電影《扭轉奇蹟》，透過電影來體驗「另外一個自己」，如果在人生某個時間點上，做出不同的選擇走不同的路，那麼人生會是怎麼樣的呢？是變得更好還是更壞？是不是找到原來自己需要的就在日常生活中？最後再

連同主角一起被拉回時空交錯的原點，我想你看完這三部電影後，已經可以了解到，從現在就開始好好思考人生方向是多麼重要的事，其實再也沒有任何比這更重要的事了，當你開始規劃的時候就會知道，原來，這就是你想要的生活，這就是你想要的人生～

在快轉人生這個部分，除了這三部電影之外，如果你還想再進一步的體驗這類型劇情，建議你可以看看《命運好好玩》，雖然和《一路玩到掛》的片名一樣好像都是搞笑的喜劇，但其實看到後來是部非常令人值得深思的影片，同樣類型另外延伸的電影《天外奇蹟》也非常棒，不要因為它是卡通片就覺得只適合小朋友看，反而有很多冒險橋段和好笑情節，增添了許多趣味性，正好可以滿足藏在我們每個人心中那個小孩子的好奇心，片中用旁敲側擊的方式，點綴出人生的大道理，讓人不會在思考的同時感到沉重的壓力。

● 停下腳步

你現在在忙什麼？

你已經忙多久了？

你打算再這樣忙多久呢？

「忙」=「盲」=「茫」

「忙」這個字，是一個「心」字再加上一個「亡」字，簡單來說，就是「心」已經「亡」了，你已經忙到讓你的心無法思考，再說明白點，就是你越忙的話，死的就越快，我們每隔一段時間，就會看到電視報導一些人因為過度疲勞而「過勞死」的新聞，這只是其中一小部份而已，還不包括那些沒有報導出來的。

在我們生活周遭也有許多人，從早到晚一直在忙，永遠停不下來，日復一日、年復一年，有多少人每天在忙的事情，是沒有未來的事，這樣的「忙碌」就跟「盲目」是一樣的，然後久而久之，「盲目」就成了「茫然」，每天忙碌了一整天卻不知道未來在哪裡？直到路越走越艱辛，才後悔不已，所以，

每個人都應該適時的做一件很重要的事：

「停下腳步！」