

讀書會的春天

何淑津(中華民國讀書會發展協會)

不瞭解「讀書會」或對「讀書會」有錯誤認知的人，一聽到「讀書會」很容易退避三舍或不屑一顧；但是，真正認識「讀書會」的人，爲什麼都發自內心地喜愛上它呢？

讀書會真好

抱著聽專家演講心態參加讀書會的人勢必要失望；有害怕看書的壓力，或開口說話的擔心，或質疑讀書會能否讓人有所成長而裹足不前的人，已平白喪失機會。其實，讀書會的「書」，包括文字與非文字：一本書、一篇短文或漫畫、一首詩、一張圖片等，凡具有討論空間的題材都可做爲讀書會的「書」。無論識字或不識字，只要有興趣、有意願與人接觸，人人都可以是「讀書會」的成員。

什麼是「讀書會」呢？「讀書會」就是一群人在帶領人的引導及帶領下，透過共同材料的閱讀，進行分享與討論的學習活動。其最大的意義是，藉著成員之間的「分享、討論」，激發參與者打開自己的思考空間，增加自己的思考模式。讀書會營造一個可以自由接納與

自主反應的寬廣空間，參與者能順其本性、發揮所長，不會毫無選擇地遷就與配合他人，這是一種快樂，在這快樂時光裡，成員可以學習到什麼呢？

參與讀書會的收穫因人而異。讀書會的學習內容，是透過成員腦力激盪而呈現，成員主動地、自由地擷取自己所需、自己所愛；非被動地接受強硬灌輸。透過讀書會的對話，有人跳開了自己的閱讀慣性；有人開拓了自己的閱讀視野；有人回家後再翻閱書本，回想著讀書會的互動過程，竟然安然地度過焦慮，不必再依賴藥物；有人學會勇敢說出內心的聲音，從此不必再獨自承受孤寂；…。成員美蘭認爲，讀書會好似生命中自我實踐的前奏曲，參加讀書會不但勇於接受新知的挑戰，也正是另一篇生命樂章舞動的開始。

人很容易太適應環境，以致於停止覺察；讀書會過程中，有時會激起一點漣漪，有時會引發一些撞擊。有人因而退縮，有人從中得到鬆綁和智慧；有人慢慢地可以卸下不必要的偽裝或壓抑；有人專注於詢問自己存在的意義；有人試著讓真實自我一點一點地呈現；有人只是享受感官上的寧靜或慰藉；有人則

沉浸在閱讀境界的提昇。

容易不容易

《讀書會專業手冊》將讀書會成員大致區分為三種角色：組織者、領導人和參與者。組織者，也就是團體召集人或活動主辦者；一個讀書會能否成立，組織者是決定性的關鍵。

台北市關稅總局的同仁都很忙，彼此的閱讀興趣也不相同，要組織一個讀書會？大家異口同聲地認為不可能。但是在賴愛華的多方奔走與熱情邀約，經過多次的問卷調查與表決，「螢火蟲讀書會」誕生；並決定十次聚會共讀兩本書；《與成功有約》和《別為小事抓狂 I》。

台北縣三峽成福國小，在訓導處游宏名主任的「半鼓勵半規定」下，「親師成長讀書會」成立。台北縣三重興毅國小，在輔導室郭姮娥主任的熱情鼓吹下，「媽媽成長讀書會」有三十九位的成員。只要有一個人真正對讀書會有信心、有興趣，就足以點燃一個團體的火花，成立讀書會很容易。

團體能否持續運作？成員能否繼續參與？決定於成員的內心意願；因為出自內心的意願絕對勝過外力的影響。組織者的熱情邀約或逼迫利誘，讓讀書會熱熱鬧鬧登場；也讓團體進入了「盤整期」。盤整期，有如混亂期，無論當初的參與動機為何，有人發現讀書會是「最

愛」；有人只是瀟灑走一回；也有人閒著時才來逛逛。

台北市新光吳氏基金會採開放式招生，比較不會有人數不足的擔憂，讓「溝通與成長讀書會」每一期都順利開班；卻也讓團體反覆地重新開始，重新開始…。兩年間在各方面都做了無數次「彈性應變」的努力，才有了五成的續班率。經營讀書會可真不容易！

專業不專業

開放式招生使得團體不斷湧現新的變化與考驗。彈性應變的尺度如何拿捏？面對困境時，如何化阻力為助力？在不斷地矛盾衝擊下，如何避免失去判斷能力。我認為，帶領人必須：

- 一、堅守團體的定位。
- 二、瞭解帶領人的角色定位。

中華民國讀書會發展協會理事長邱天助博士主張：「讀書會宜以專業化發展為意圖，提高讀書會的專業水平，讀書會有專業的帶動模式。」

「一位適任的讀書會帶領人必須具備一些專業素養與技巧。」

其首要條件就是理解讀書會的本質——「讀書會是一個自主、自助、自由、自願的非正規學習團體，透過成員閱讀共同的材料、分享心得與討論觀點，以吸收新的知識，激發新的思考，進而擴大生命的空間。」

理解讀書會的本質有助於團體的定

位，不會因為定位不清而運作失當，讓帶領人陷入持續經營的迷惑；讓讀書會變成只注重情感交流，卻忽視知識吸收、思想啟發的聯誼團體；或偏重心理撫慰、情緒紓解、社會調適的諮商團體；或知識解答的教學團體，使得成員養成以帶領人為中心的依賴，反而失去自我思考的能力。

邱天助認為：讀書會帶領人不是教師，不是解決問題的專家，也不是掌控團體的指揮者。讀書會帶領人宜努力扮演促進者、中立者、傾聽者、媒介者、引路者和解讀者。在帶領前，應多儲備材料解讀能力，熟悉各種不同材料的解讀技巧，做好「方案設計」，以提供成員不同的思考模式。在帶領時：

1. 力求保持意見、價值觀的中立，避免影響成員的思考。
2. 積極傾聽成員的發言內容和情緒。
3. 提供有關訊息，增進成員彼此意見的交流。
4. 營造團體氣氛，促進團體進行有建設性的討論。
5. 熟悉團體動力，隨時注意團體是否偏離原定的方向；談話內容是否偏離主題。

幫助帶領人明白：團體中發生了什麼事情，團體走到了那裡，該怎麼樣來帶領這個團體，如何使團體避免不必要的干擾，有能力處理團體裏產生的問題，使每一位成員都發揮出力量，使團

體運作得更好。

讀書會在平等、民主原則運作下，需要一個帶領人幫助團體、激勵成員，以達到團體目標。「對話」是讀書會的根本精神，帶領人的功能就是使「對話」生動活潑、有焦點，並透過熱烈討論而激盪出智慧的火花。瞭解讀書會帶領人的角色定位，有助於帶領人功能的發揮。

堅持與妥協

成員的組合決定了整個讀書會活動的進行。有特定條件且團體成立後即不再招生的同質性團體，容易達成共識，卻有成員流失終至解散之危。不特定條件的開放式招生易形成異質性團體，其不同的參與動機和團體期待，影響著團體目標的設定和閱讀材料的選擇，也增加帶領的複雜和困難。

參與者的付出和興趣是讀書會成功與否的關鍵。閱讀材料的選擇，必須顧及成員的能力、興趣與時間。能力可以慢慢累積，時間是由人操控的；而興趣是廣泛的、是因人而異的，無論如何完美的做法，也不能滿足每一位成員。我鼓勵成員在未做決定前，不要放棄推薦自己的最愛，在表決之後，則要學習「試著品嚐」的風度。成員麗麗的瀟灑贏得大家的會心一笑：「在表決時，我最不想閱讀的就是這本《別跟自己過不去》，看來，我只好『跟自己過不去』了。」

當成員要求不必看書、不必開口說話，要如何帶領呢？當成員希望由帶領人替他們看書；爲了團體的持續經營，需要討好成員的不當期待嗎？當成員人數驟減時；當成員越來越少，甚至只剩下一位時，團體要如何進行？當新、舊生組合的團體相互產生負面的團體動力時；當一個團體存著兩種對立的團體期待時，帶領人又該如何？

我試著將每一次困境視爲帶領人的磨練，是絕佳的學習機會。熟讀《讀書會專業手冊》，讓我對讀書會有了立場，有了重心；有讀書會專業理論做架構，配合客觀條件做適度地妥協，但絕不放棄理念的堅持。看似佈滿陷阱的道路，其實也充滿希望。

當多數成員強烈反應：「我們很忙、沒有時間看書，如果不是『由帶領人每週一書的摘要講述』，我們會選擇退出。」讀書會需要永續經營，長時間經營增加帶領人與成員，成員與成員之間的熟識度，有助於建立彼此的信任感，讓對話可以往更深層次提昇；但配合成員需求以招攬而沒有立場，必將失去或得不到成員的認同、尊重與信任。我決定以推廣讀書會爲要，除了委婉簡介「讀書會」，並強調可採現場閱讀方式進行，卻慘遭成員人數驟減，只剩三位成員。

成員人數驟減，對帶領人和其他成員的心情都有影響。我努力穩住自己、提醒自己，要以「出席者」爲重。一旦你非常清楚自己要做什麼，很多善的事

情就會發生，一切都如願。感謝那三位成員「有始有終」、「堅持到底」，更感謝新光吳氏基金會的尊重與支持，讓我有再接再勵的勇氣。

新舊生的組合產生相互的學習干擾；相對的，也提供更多的學習機會。內向或羞於表達的新生會因爲舊生的口若懸河、勇於發言而備感壓力；有些舊生會因爲新生的生疏而覺得受到牽絆。「讀書會」是一種團體學習活動，成員之間的互動也是學習重點，成員彼此相互地包容、接納與支持，正是其學習特色。

成員對「讀書會」認知不明，容易有戒心；參加讀書會可以是輕鬆的。在讀書會裡，成員可以並被鼓勵表達自己的聲音；最好是事先閱讀，把握機會發言，享受深入討論的樂趣；有時候也可以選擇不發言，學習當個傾聽者；傾聽自己的內心聲音，也傾聽別人不同的聲音。

三十九位成員中，有二十人左右是第一次走出廚房，她們嚷著：「不要叫我們看書，不要叫我們開口說話。」已參加團體學習多年的其他成員卻期待深度深討。團體學習活動，如果不是每一個參與者都全心投入，是激盪不出火花來的。如何讓每一位成員都開口說話？如何兼顧落差極大的不同需求？

我將整本書《P.E.T 父母效能訓練》均分爲八個單元，或做成講義、或設計爲討論議題、或擬爲是非問卷，先以小

組分享方式做暖身，再進行大團體討論。有時候，就從日常生活瑣事分享做開場，有人因而產生感想，有了興趣，於是不吐不快。發覺有人願意不批判地傾聽，感受到自己是安全的、是被接納的，大部分的人都願意敞開心胸、暢所欲言。藉著共同生活經驗引起共鳴，讓參與的每一位成員都能產生聯結感，進而分享自己的看法；再透過不同成長歷練的相互激盪或交換意見而發揮互補作用。

台北市忠孝國中曾為「恐遭退學的學生」家長辦讀書會，希望透過讀書會引導父母如何幫助孩子，有八位媽媽參加。我設計「親子之間的真實互動過程」為閱讀材料，對照彼此之間的相同或相異處，試圖激盪出不同的、可行的方法；期待由父母的改變引導孩子不再違規而順利畢業。但是心急的家長要的是「能夠馬上起死回生」的特效藥，並無心嘗試不一樣的做法。

第五次只剩一位，她表示她要堅持到底。在一次的傾訴中，她嚎啕大哭起來；「我冤枉她了，我冤枉她了，我錯了！」瞭解始於自己的懺悔，這一聲的吶喊，讓她認錯而得到釋放，也明白自己最擔心的，不是女兒能不能畢業而是她不能失去這個女兒。漸漸地，女兒願意讓她騎車送著上學，女兒與她在廚房邊做家事邊聊天等。結束時，她雙手緊緊握住我的雙手，含著淚水頻頻點頭。我情不自禁地抱住她，也提醒自己：「千

萬不要讓『愛』變成了『傷害』。」

帶領亦學習

對「讀書會」的摯愛，讓我遭困境仍勇敢地站在必須站的地方。是什麼吸引著我？是什麼讓我有如此的動力？居禮夫人說：「心中隨時存有很多問題，才能設法去解決問題。雖然每一個問題解決之後，又會帶來更多的問題，但這就是進步的動力。」

有人認為，講課只是重複早已完成的思維。然而，帶領讀書會每一次都是不可知的嶄新，無數的未知保留帶領的樂趣，也增加帶領的困難。決定每次帶領的重心和題材都要有主見，才不會流於空談，才言之有物；但主觀易限制更寬廣的空間，如果成員覺得勉強、有壓力就難以達成效果。究竟該運用結構式或非結構式帶領？堅持用預設主題並緊抓著不放，還是提醒自己保持彈性隨時改變方向？

朱熹認為：「學習就像煉丹，先要用猛火炸，再用文火慢慢養。」我學著說，帶領讀書最好先理解讀書會專業理論，再藉著實際帶領來煉火候。帶領前的準備，帶領中的過程，就是一種學習，就是一種收穫。沒有親臨其境，再有悟性的人也揣摩不出的；必須從參與中才能領會其真實與價值意義。

透過帶領後的評鑑，每帶領過一次，就是一次修身養性。評鑑，就昨

天的事件，透過今天的沉澱，產生明天的意義。曾經在歷經挫敗後死不認錯、不願反省，讓自己陷入如飛蛾投於燭火之盲目而不自知，像羝羊觸藩角被倒掛而進退不得。全知的姿態易造成壓力；其實，無需喧嚷什麼大道理做為包裝，就抱著未知的、學習的心態與好朋友共度一段時光，對自己有信心，對別人發生興趣。學習將目光放遠，練就不理會成功或失敗之自在，終於體會卸下重擔的喜悅。

有人滿意，就有人不滿意。讓流言亂了方寸便是上了大當。學習讓流言似雨滴灑落在玻璃窗，隨灑隨溜。在全力以赴之後，回想過程，令人滿意的部分，別忘記給自己掌聲；讓人不滿意的，某些痛苦的，難以坦誠的或自覺丟臉困窘的，找個時間好好地反芻一下，正視這些活生生的真實過程，抽絲剝繭，找出癥結所在並從中學習。

岡察洛夫說：「將觀察與經驗和諧地用在生活上，就是智慧。」學習將「評鑑」做為增進自我評價的訓練。每一次的帶領都是學習機會，為什麼要花時間去凝視不如意？去在意失去的？成功或失敗，也不過是不同的過程漂動在時間的流水中，重要的是，在這次帶領中你體悟了什麼。不論多麼糟的情況到來，學著自在地以笑、以積極的態度去面對，以寬廣、包容的心去看待，讓自己永遠有著一種學習的愉悅心情。

有一篇短文〈人生觀〉如此寫著：

「人生有如探險，應該充滿好奇心與挑戰力，不斷地摸索、研究、努力、克服障礙。……終因不斷地發現而欣喜，因不斷地收穫而滿足，因不斷地領悟而成長，因不斷地登臨新的里程而擴展生命的領域。……」就是這份不斷發現的欣喜，不斷地收穫而滿足，因不斷地領悟而成長，因不斷地登臨新的里程而擴展生命的領域。……」就是這份不斷發現的欣喜，不斷收穫的滿足，不斷領悟的成長，讓我堅定信念、奮勇向前。帶領讀書會也是另一種的人生，其樂趣與意義就在此。

讓繁花怒放

余秋雨說：「生命的質量需要鍛鑄，而閱讀是鍛鑄重要的一環。」他又說：「人世間最有吸引力的，莫過於一群活得很自在的人發出的生命信號。」「讀書會」就具有這股吸引力，讓參與者藉著閱讀很自在地鍛鑄自己的生命質量。

「讀書會」被廣泛的認同與接受，藉著讀書會的參與，懂得在書的世界裡認識自己，成長自己。讀書會與成長團體結合，成了許多人的共同需要；每個人的需求不同，好似拿著焦距不一的鏡頭，從擁抱自己開始，選擇著自己所需要的。

有人重新釐定人際的和諧，有人被鼓舞了向上的意志，有人學會包容異己…。

哲學家威廉：「悲觀主義者，抱怨風向；樂觀主意者，等候風的轉向；實際主義者，調整帆的方向。」讀書會的發展有階段性，是循序漸進的。在推廣讀書會過程中，我學習當個樂觀的實際主義者：不抱怨地等候中隨時調整方向。不忙著掛招牌、分地盤；學習劉墉的「先只問耕耘，不問收穫；接著，再既問耕耘，又問收穫」。

有金融機構將「讀書會領導員培訓」列入幹部進修總課程 1/3 強；台北市忠孝國中、永樂國小、信義國中以及淡水關渡國中的家長們，不惜自費組織讀書會；台北縣家庭教育中心以「讀書會」做為諮商志工的在職進修；台北市張老師基金會每一季開辦的「讀書會領導員培訓課」，都獲得各行各業的熱烈迴響。各行各業參與了讀書會的舞台，讓「讀書會」洋溢著鮮活而生動的多樣化，讓「讀書會」的園地更為壯闊和繽紛燦爛；讀書會有如無數的花朵，正向著雨滴盡情綻放。

「讀書會」的發展是樂觀的，它必定繼續發展下去；這就像在播種，將來必有所成。最終，「讀書會」還是要回歸文字閱讀，進而以「精典精讀」為努力目標。在朝著目標的一路上，在這讀書會的春天裏，讓我們欣賞繁花的怒放。