

冷靜的腦、溫暖的心 彭懷真連結閱讀與實踐

從輸入到輸出
以行動耕耘社工路

文／李墨、圖／彭懷真提供

閱讀是一面鏡子，也是一扇窗戶。面對社會工作，彭懷真在閱讀中向內檢視自己，以行動向外實踐閱讀的價值。



▲ 彭懷真談閱讀，強調閱讀除了知，還要能有助於行動。

對許多人來說，閱讀專屬於閒暇的時光，但對一位社會工作者而言，閱讀是實踐的重要燃料。身兼社工、教職、作家、廣播節目主持人、學校主管的彭懷真，強調閱讀包含了輸入與輸出，關注的是如何用行動體現閱讀的價值。

「但願能比孩子多活一天」 個案衝擊激發行動

因為工廠倒閉而流落街頭的前老闆、年華不再無家可歸的老年娼妓，社會工作面對的是從龐大人類集體中摔出社會網絡的悲傷群像。彭懷真

回憶起個案帶給他一次又一次的強烈衝擊，「有回跟三個高中身心障礙學生的父母吃便當，他們說自己的希望，是能比孩子多活一天，希望能幫孩子做喪事。」這段話觸動他的內心，「孩子才高中耶，他們就已經在想死亡的問題。」

面對這樣的衝擊，彭懷真開始思索解方，他認為這樣的狀況，牽涉到法律、經濟與醫學，於是與法律專家、精神科醫師、照護專家、銀行界人士等合作，透過信託方式，讓銀行協助這些父母存錢，並請律師管理，讓父母不用擔心自己先走了小孩卻無以為繼。彭懷真強調，「不能只停在接觸個案，要進行廣泛性的思考。」

除了信託，彭懷真也曾帶領臺中市街友輔導方案，他研究相關資料，勾勒街友人口樣貌，聘請背景不同的訪查員，以因應不同的情境。「聘的訪查員有很多種，像是曾經的街友，才有網絡，也聘教官，比較能處理龍蛇雜處的狀況，還聘請原住民，因為原住民街友很多」，希望藉此協助街友進入社會網絡。



▲ 彭懷真認為，透過閱讀，能讓從事社會工作者深刻理解案主的感受。

冷靜、溫暖兼具 閱讀是行動的燃料

如何在面對個案衝擊時，能夠保持理性，構思出具有普遍操作可能的方案，彭懷真引用高希均教授的說法：「冷靜的腦、溫暖的心。」並基於自己在社會工作上的經驗，補充還要有「實作的手、實走的腳，以及挺直的腰」，在實際行動的背後，必須有足夠自信才能面對各種不同的人。他認為，冷靜的腦屬於社會學，局限其中難免苦悶，溫暖的心屬於社工，過度沉浸會導致濫情，把個案擴大化。



► 16歲時在教會擔任小圖書館館員，如今又在東海大學負責圖書館業務，彭懷真笑說「沒想到60歲又當了圖書館館長」。



▲ 彭懷真說：「讀書像吃魚，不要為了刺和骨就停下來。」

因此，廣泛、跨領域的閱讀能讓社工深刻理解案主的感受，並對事件有全面性的理解。彭懷真曾撰文介紹陳玉慧的作品《海神家族》，他說自己睡前閱讀這本書，有許多次都是半夜又起來多翻幾頁，為了書中每位人物的傷痕幾乎掉淚。他也在閱讀過程中，反思自己的過往，並思索許多案主是在多重問題的家庭中長大，失去一般人視為理所當然的快樂，在長期傷害中走不出來。在閱讀中，社會工作者可以有勇氣檢視自己，以及案主的家庭，正面面對各種家庭的不幸，做出改變。

從小就愛看書 閱讀要像在「吃魚」

笑說家裡因為大量藏書「亂的很恐怖」，彭懷真從小就愛看書，也與閱讀有深刻淵源，小時

候曾拿過全國速讀賽的冠軍，他謙稱自己「不見得讀得深，但讀得很快」，16歲時則在教會擔任小圖書館館員，肩負介紹新書的重任，如今在東海大學負責圖書館業務，致力推廣閱讀，「沒想到60歲又當了圖書館館長。」

談起鍾愛的閱讀，彭懷真大讚有千萬個好處，閱讀是鏡子也是窗戶，一個向內看，一個向外看。他說，我們終究要面對世界，學習如何生存，如何跟別人相處，向內則是跟自己相處，閱讀有一個很重要的特點，就是跟自己獨處的份量很重。也因此，彭懷真說他不熱衷參加讀書會，認為與其聽人講解，不如多聽聽作者藉由文字，想跟讀者說些什麼。

至於閱讀的方式，彭懷真也有自己的小撇步，他用吃魚來比喻，「讀書像吃魚，一定有魚刺、魚骨，但不要為了刺和骨就停下來，不然讀不快，只要把魚肉挑出來就好，所以我讀書量很大，很快就能抓出來魚肉在哪裡」，當然，這也建立在他累積已久、龐大的閱讀量，才能準確掌握每本書的精華。



▲ 彭懷真與年輕人分享閱讀。



▲ 彭懷真身兼社工、教職、作家、廣播節目主持人、學校主管多重身分。

高希均曾建議，中年以前，閱讀三分之二是專業、三分之一讀其它，年紀大了，變成三分之一讀專業，三分之二在其它書本中享受，彭懷真相當贊同此說法，認為年輕時為了在本行立足，應該大量閱讀專業相關書籍，但年長後，只困在專業會太狹隘，他笑稱自己現在年紀大了，可以多念閒書，「週末下午累了，再念學術期刊也太殘忍。」

輸入也要輸出 讓讀和聽轉化成寫和說

身為社會學家，社工是實踐的場域，寫作、廣播則是推廣理念更為有效的手段，至今已撰寫超過 60 本著作，內容涵蓋社會學、社工、家庭關係，甚至談閱讀、談電影。彭懷真回憶，自己大學時參加學校的寫作社團，大四就去雜誌社兼職編輯工作，碩士班則進了報社，在過程中大量閱讀、大量書寫，念完博士之後，角色翻轉，從訪問別人的人變成評論者，寫評論、寫各種專欄，出各類型的書，直到現在。

彭懷真常反覆思考「什麼是自己最喜歡的事呢？」寫作於是浮現心頭。每天早上，他通常會寫文章。一天當中有完整空檔，也拿來寫稿。晚上要睡覺了，更要寫個幾百字。看報、看雜誌、



▲ 彭懷真在圖書館舉辦各種活動，希望能引發師生閱讀興趣。

讀書、欣賞電影，常想到哪些是可以寫作的體裁議題。連開會、聽演講、搭車外出時，想的也是有哪些經驗可以放在文章裡。

如同許多著名作家，對於寫作，彭懷真強調練習的重要性，他認為寫作不是靠靈感，必須多讀多寫，寫多了靈感才來，他說就像教課，一定要平時準備大量內容，「不然站上臺一定完蛋。」此外，他也引用「與成功有約」一書的說法，寫作可以「以終為始」，依據刊登媒材、讀者受眾決定寫作的方式，像是在報紙上寫專欄，多半會分成事實、原因分析、實際面對三部分，加上一些自身經驗，並用感性語句修飾。

除了寫作，彭懷真也主持廣播節目 20 多年，以推廣閱讀為主軸，他在節目中推薦大師原典，像是佛洛伊德、榮格等，除了艱澀學說，也介紹作者生平。對彭懷真來說，「讀和寫，一個是輸入，一個是輸出，語言的輸入輸出則是聽和說，因此聽說讀寫要扣在一起，我做廣播，說的內容從哪裡來？就從讀的和聽的來。」

為何有這麼大的動力，在繁重的教學工作外還動筆不輟，彭懷真掛念的還是行動，他說自己近年寫書、寫期刊，多是把自身實作的經驗記錄下來，像是身障信託、自立家庭脫貧、街友輔導



▲ 秉持「實作的手」的精神，彭懷真親自導覽。



▲ 推廣閱讀是彭懷真最注重的事。

等的推動。彭懷真剖析，書寫中難免有作家個人的自言自語，這可以讓作品閱讀起來比較軟性，但過多了會失去與外界的連結。

對他來說，寫作的目的之一是讓更多人投身他所熱愛的社會工作、能夠從書中得到實作的指引。彭懷真笑說，很多來自中國的學生跟他說沒看過這種社工書籍，因為中國學者較偏理論，很少寫實踐的部分，「我的則是告訴你一步一步怎麼做，目的是理性上能知，行動上能做。」

談愛書 最崇拜林語堂生活態度

回想大學時期，彭懷真說自己曾相當著迷於佛洛伊德、佛洛姆的著作，甚至因而兩度前往精神科實習，他建議大學生，求學時期要多念大師的作品，讓大師帶領自己走進學術殿堂。此外，他除了念本科系的社會學，也念了經濟、心理、政治、人類學的相關經典。彭懷真強調，閱讀要跨領域，有時候會發現，困擾已久的問題其實可以在不同領域中得到解答，像是他在經濟學中得到貧窮結構性問題的啟發。

在閱讀書本的選擇上，彭懷真偏好有歷史脈絡，較為「真實」的作品，像是《海神家族》、



◀ 彭懷真推動圖書館購買電影，讓學生有多元管道吸收知識。

《耶路撒冷三千年》，他也推薦白先勇的名作《臺北人》，臺北是彭懷真的故鄉，他認為《臺北人》是描述臺北相當優秀的作品，艾茵·蘭德的巨作《源泉》則鼓舞他堅持信念。

說起對自己生命歷程影響最深刻的書，身為基督徒的彭懷真，聖經是每天必讀，此外他特別提到林語堂的作品，幾乎每本都看，最佩服的是林語堂「瀟灑、能力大慾望小」的生活態度。除此，他也透露閱讀和背誦是追到太太的關鍵，「她

是中文系，為了追求她，我就開始讀詩經、背詩經」，彭懷真笑說：「這說起來有點目的性，但你總需要有動能嘛。」

推廣閱讀 盼能分享對書的愛

從社會學專家，到社會工作的實踐者，熱愛讀書，轉化為書寫與講述的輸出，問起現階段最關注什麼事，身兼東海大學圖書館館長的彭懷真，毫不猶豫地回答：「如何讓老師、學生重新喜歡走進圖書館。」為了推廣閱讀，他舉辦大量活動，甚至與最新科技 VR/AR 結合，基於電影與閱讀的共通處，他也推動圖書館多購買紀錄片。

諸多在圖書館所推動的努力，為的就是讓身處多重感光刺激的年輕一代能夠回頭再翻翻書。彭懷真再度成為那個捲袖子實作的人，一如在社工路上的漫長耕耘，「我會親自導覽，面對面口說，不知道效果如何，但總是要做。」◎



▲ 問起現階段最關注什麼事，彭懷真毫不猶豫地回答：「如何讓老師、學生重新喜歡走進圖書館。」