

جمعية التراث الماسونية

دليل التيسير



على ممارسة فن أسرارنا

دليل تسهيل التدريب

على ممارسة فن أسرارنا

دليل التيسير



فهرس المحتويات

الصفحة

1. الغرض من الدليل

3

2. صيغة التوجيه الذاتي

5

3. صيغة توجيه تسهيل التدريب الجماعي

7

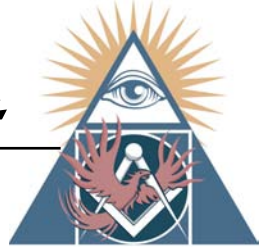
4. صيغة التوجيه الخاص بتدريب منسقي
التدريب الطموحين

18

5. المستندات الداعمة

20

على ممارسة فن أسرارنا



1. الغرض من الدليل

تم تصميم هذا الدليل لمساعدة الشخص على الاستفادة بشكل أفضل من ممارسة فن أسرارنا في ثلاثة صيغات مختلفة:

صيغة التوجيه الذاتي

إن التزامك الشخصي بمغامرتك في البحث عن النور الماسوني وتطبيقه هو دليل على الاستقامة. وقد تم تصميم هذه الصيغة لمساعدتك في هذا المسعى بينما تقوم بتطوير ممارساتك الفردية والروتينية ضمن خصوصية المساحة التي تختارها.

صيغة توجيه تسهيل التدريب الجماعي

إذا كنت تفكر في أن تصبح منسق تدريب لممارسة فن أسرارنا، فهذا يشير إلى عدد من الأشياء الإيجابية عنك. أولاً، إن هذا بالتأكيد يعبر عن تقديرك للقيمة الشخصية التي يوفرها المستند. ثانياً، يكشف هذا عن حبك لصناعتنا ولغيرنا من البشر. وتصف هاتان الصفتان الأساسيات التي يجب أن تستند عليها عندما ترسي عملك كمنسق. إن التزامك الشخصي برحلتك الماسونية والسعي للحصول على مزيد من النور يمنحك رؤية عملية دائمة التطور حول كيفية مساعدة الآخرين في القيام بالمثل. علاوة على ذلك، فإن اهتمامك العميق ومراعاتك للآخرين يجعل قلبك وعقلك يركزان على خدمة أفضل مصالحها. ويوضح هذا الوضع العديد من التفاصيل المهمة حول كيفية أداء هذه الخدمة بفعالية.

صيغة التوجيه الخاص بتدريب المنسقين

إذا كنت مهتماً بتدريب الماسونيين الذين يرغبون في أن يصبحوا منسقي التدريب لممارسة فن أسرارنا داخل دوائرهم المعنية، فإن هذه الصيغة توفر أدوات وإرشادات إضافية لما هو موصوف في صيغة توجيه تسهيل التدريب الجماعي.

الوثائق الداعمة

يوفر القسم الأخير من هذا الدليل مواد إرشادية داعمة قد تجدها مفيدة للغاية في ممارسة فن أسرارنا.



على ممارسة فن أسرارنا

1. الغرض من الدليل

ملاحظة: أثناء قيامنا بوضع هذا الدليل، كانت هناك العديد من المناقشات بين الإخوة حول الطريقة الأفضل - توفير هيكل واضح لتسهيل ممارسة فن أسرارنا أو تركه مفتوحًا إلى حد ما مما يتيح للمنسقين حرية القيام بما يودون بشدة. في حين أن النهج الأخير له قيمة في إعدادات معينة ويمكن اتباعه في بعض الحالات، فيبدو أن توفير بنية واضحة في البداية للمنسقين، الذين يساعدون المشاركين في الاقتراب من محافلهم الماسونية وتقديرها والانتقال إليها على نحو واضح وموجه، من أكثر الأمور حكمة.

ولا يختلف عن العديد من الأنماط التأملية ذات التقاليد والتاريخ الطويل، وفي بعض الحالات، الأبحاث الكبيرة التي تمت مراجعتها من قبل الأقران (الزن Zen، والتركيز الكامل للذهن Mindfulness، والتأمل التجاوزي Transcendental Meditation® وما إلى ذلك)، ودورات تدريبية داخلية تستغرق عدة أشهر لفهم التقاليد المرتبطة بها والهيكل الخاص بتسهيل تجربة ناجحة لأولئك الذين يسعون إلى تعلم الأسلوب المذكور بشكل فعال، تصبح فوائد توفير هيكل جلي لممارسة فن أسرارنا واضحة. باختصار، ضع في اعتبارك النظر في هذا الدليل بهيكله المصاحب والأمثلة كصندوق أدوات يمكن من خلالها استخلاص الأداة اللازمة في الوقت الحالي. ولا يعني امتلاك جميع الأدوات الموجودة داخل صندوق الأدوات المذكور أن كل أداة سيتم استخدامها في كل حالة؛ فإن الأمر ببساطة هو مجرد توفر الأداة المطلوبة في حالة ما إذا كانت المناسبة تستدعي استخدامها. وعليه، فإنه عن طريق توفير الهيكل اللازم للمنسقين للاستفادة منه، فإن ذلك من شأنه أن يسمح لكل منهم أن يكون في وضع يتيح له جلب قيمة تعليمية كبيرة للمشاركين. ناهيك عن القيمة التي يمكن أن يستمدوها المنسقون للدليل كآلية للدراسة الذاتية وحدها.

ونحن نعتقد أن هذا النهج ضروري لمساعدة الإخوان في تبني هذه الطريقة، ليس فقط على المدى القصير، ولكن طيها في حياتهم بنجاح على المدى الطويل لخدمة مجتمعاتهم. وجميع المجالات الاجتماعية التي يسافرون فيها.



على ممارسة فن أسرارنا

2. نسق التوجيه الذاتي

يعد حضور الاجتماعات الخاصة بمحفلك (المحفل الخارجي) والمشاركة فيها، سواء كانت نشطة أو غير نشطة، أثناء احتفالات المحافل والبرامج التعليمية، أمراً ضرورياً لقدرتك على الحصول على مزيد من المعرفة من بئر الماسونية، وذلك لإعادة شحن طاقتك بالإيمان والأمل، والمساهمة في بناء أواصر الإخاء المقدسة مع أخوانك الماسونيين.

ومع ذلك، نظراً لأن معظم وقتك لن يتم قضاؤه في المحفل الخارجي، فإنك ستجد ممارسة فن أسرارنا مفيداً للغاية لدراستك الفردية وتأملاتك في اتجاه تحويل نفسك من حجر غشيم إلى حجر مصقول مما يتم بمقتضاه بناء المحفل الداخلي الخاص بك.

يوجد بأسفل نموذج مقترح مكون من 7 خطوات والذي قد يكون بمثابة دليل للاستخدام الفردي الخاص بك:

1. استخدم أداة الذراع 24 بوصة

خصص بعض الوقت للتحسين الذاتي الماسوني الخاص بك بشكل منتظم وذلك في روتينك اليومي و / أو الأسبوعي.

2. احمي نفسك من "الخارج"

حدد المساحة الخاصة التي ستطبق فيها الممارسة دون تدخل من عالم الدناسة وانشغالاتها.

3. احم نفسك من "من الداخل"

ضع نفسك في حالة من الصمت الداخلي لتكون أكثر تقبلاً للانتقال إلى الضياء الماسوني. اتبع هذه الخطوات المفيدة:

أ) اجعل نفسك في حالة سكون إما بالجلوس أو الاستلقاء والاسترخاء والتنفس بسلام والهدوء.

ب) استعن بمعونة الإله بأي طريقة كانت ذات معنى بالنسبة لك.

ج) انتظر في صمت لفترة من الوقت، مع التركيز ببساطة على الجانب الذي اخترته من الطقوس، وإعطاء قلبك وعقلك فرصة للرد بشكل حدسي. وبينما تقوم بالتأمل في صمت، فإنك قد تجد أن استجابة القلب قد تختلف عن تلك التي تخطر على بالك. وعندما تتوافق ردود القلب والعقل وتتناغم مع بعضهما البعض، يتطور حدس الماسونية داخل الذات.

4. التأمل في الجانب المحدد من الطقوس

عندما تكون مستعداً، قم بتطبيق الأسئلة التالية على الجانب المحدد من الطقوس في سياق المحفل الداخلي الخاص بك:

ما هي التطبيقات ذات المغزى (طقوس، علامة، رمز، إلخ)؟

أ) كيف تم تطبيق هذا، أو ما معنى هذا الأمر عندما أصبحت ماسوني لأول مرة؟

ب) كيف يتم تطبيق هذا، أو ما معنى هذا وأنا أتطلع إلى المرحلة التالية من حياتي؟

ج) ما هو التوجيه الداخلي الذي أتلقيه الآن، أو ما الذي يُطلب مني في تعليمي المستمر كماسوني؟

على ممارسة فن أسرارنا

2. نسق التوجيه الذاتي



5 . تحديد مجالات التحسين في محفك الداخلي

بعد التأمل في المعاني الأعمق لجانب من الطقوس والتطبيقات المحتملة لتحسين نفسك داخل المحفل الداخل الخاص بك، قم بالتأمل بصدق في أوجه القصور أو نقاط الضعف في تطبيق هذا الامر على بناء محفك الداخلي. على سبيل المثال، نظراً لأن الجمال هو أحد الأعمدة الثلاث للمحفل الداخلي للمرء، قم بالتأمل من خلال طرح الأسئلة التالية:

أ) هل أفكاري وكلماتي وأفعالي تتماشى حقاً مع عامود الجمال؟

ب) لماذا لا تتوافق بعض الأفكار والكلمات والأفعال مع عامود الجمال؟

ج) قم بتوثيق نتائجك وتفسيراتك الداخلية

6 . ارسم محفك الداخلي " اللوحة"

بعد تحديد مجالات التحسين الخاصة بك فيما يتعلق بتطبيقاتك لأحد جوانب الطقوس، فإن الخطوة التالية هي تصميم لوحة خاصة بك. اللوحة الداخلية هي التصميم المعماري الذي ترسمه لتحويل نفسك من خلال الماسونية من الحجر الغشيم إلى حجر مصقول باستخدام الأدوات المختلفة والتطبيقات ورموز الحرفة. بعبارة أخرى، إنها خطة العمل الخاصة بك لتحسين نفسك في الماسونية. على سبيل المثال، إذا كان هناك مجال للتحسين في تطبيق المعاني العميقة لعامود الجمال على أفكار الفرد أو كلماته أو أفعاله، فإن ذلك يتعلق بالحفاظ على عواطف الفرد ضمن الحدود الواجبة، ويقوم المرء بالتأمل في مثل هذه الأسئلة:

أ) كيف سيبدو الأمر إذا كنت أدير مشاعري بطريقة أكثر فاعلية؟

ب) ما هي بعض الطرق الملموسة التي من شأنها أن تجعل حياتي أفضل؟ "

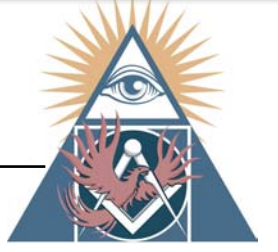
ج) كيف يمكنني القيام بذلك؟

ستكون خطواتك التالية هي تطوير أهدافك (المحددة، القابلة للقياس، القابلة للتحقيق، الواقعية، المحددة زمنياً) الذكية للتغلب على هذا القصور وتحويل هذا الضعف إلى قوة.

7 . تتبع التحسن الذاتي في الماسونية الخاص بك

قم بتوثيق التقدم المحرز الخاص بك على أساس منتظم والتأمل بصدق في تقرير التقدم المحرز الخاص بك.

ملاحظة: بمجرد الانتهاء من عملك على المحفل الداخلي، كرر نفس العملية المكونة من 7 خطوات في سياق المحفلين الآخرين (خارجي وعالمي).



على ممارسة فن أسرارنا

3. صيغة توجيه تسهيل التدريب الجماعي

إذا كنت تفكر في أن تصبح منسقا ممارسة فن أسرارنا، فإن هذه الصيغة توضح العديد من التفاصيل المهمة حول كيفية أداء هذه الخدمة بفعالية. هذه الصيغة تصف الطبيعة الأساسية للتسهيل والمهارات الأساسية والاعتبارات المتعلقة بالعمل مع جماهير مختلفة؛ كما توفر مخططاً عاماً لورشات العمل والعروض التقديمية، بالإضافة إلى برنامج نصي موجه للتأمل.

أ. مهمة المنسق

تتمثل المهمة الرئيسية لك كمنسق في توفير الفرص التجريبية للأفراد والمجموعات لانخراط إطار وعملية ممارسة فن أسرارنا. وفي حين أنه من الضروري في بعض الأحيان توجيه تعليمات حول خلفية ومحتويات تلك الوثيقة، فإن دور المنسق لا يتمثل في إلقاء محاضرة حول رمزية الماسونية أو فلسفتها أو تاريخها. بل يقوم المنسق بالترحيب بفضول الآخرين وتشجيعها، ويساعدهم كلما أمكن ذلك في احتضان أسرار الماسونية من خلال إجراء تجارب تأملية. وعليه، فإن المنسق يساعد الآخرين على فهم طريقة للاستمتاع بحكمتهم الداخلية وقوتهم وجمالهم والتمتع بها وصقلها، وبالتالي تكوين رؤى خاصة بهم بحرية حول الرموز والمعلومات المقدمة من الطقوس.

ب. المهارات الأساسية

من أجل تقديم الخدمات بأكبر قدر ممكن من الفعالية، يلتزم المنسقون ببناء وتوظيف المهارات التالية: الترحيب والتوجيه والتأمل والاستماع الفعال وإدارة الوقت.

أ. الترحيب

سواء بمساعدة فرد ما أو مجموعة ما، فإن المنسقين يعملون على توفير جو يشعر فيه الآخرون بالترحيب لتبادل خبراتهم الجسدية والعاطفية والفكرية والروحية. كما أنهم يبحثون على النظر في المعاني والتطبيقات عبر المحافل الثلاث - الداخلية والخارجية والعالمية. إن تفهم ما يبدو بسيطاً أو واضحاً لشخص ما قد يكون كشفاً عميقاً لآخر، وعليه فإن المنسقين ينقلون باستمرار احترامهم وامتنانهم لآراء الآخرين وأسئلتهم. وأثناء المناقشات الجماعية، يدعو المنسقون على الحصول على آراء أولئك الأقل صراحة، ويشجعون الجميع على التحدث مباشرة مع بعضهم البعض بدلاً من قصر المناقشة على سلسلة من التبادلات مع المنسق.

ب. توجيه التأمل

كما لوحظ بوضوح في نهاية وثيقة ممارسة فن أسرارنا، فإن الوثيقة تقدر للغاية المعاني الموجودة في القلب. بهذا المعنى، لا ينبغي أن يساء فهم القلب لأنه يشير فقط إلى المشاعر. لكنه يكون بالأحرى الأساس العميق لكيونتنا وما نحن عليه؛ إنه مكان قدس الأقداس الهادئ الخاص بالمحفل الداخلي حيث نحن منفتحون أكثر على التواصل مع النور الذي هو رباطنا الصوفي مع الإله وإخواننا وغيرهم. ويستجيب العقل بعد ذلك للخطوات التي لا يمكن التغلب عليها والتي تنشأ من القلب، والتي تشكل رؤى وأسئلة يمكن أن تساعد في زيادة الحكمة والقوة والجمال في حياة الفرد.



على ممارسة فن أسرارنا

3. صيغة توجيه تسهيل التدريب الجماعي

إن توجيه الآخرين خلال هذا الجزء من العملية يعد من مهارات المنسق الأكثر تخصصاً. لذلك ينبغي على المرء أن يسعى جاهداً لكي يصبح بارعاً في الخطوات الأربع لخلق وفتح المحفل الداخلي

1. جعل أنفسنا في حالة سكون والاسترخاء والتنفس بسلام والهدوء
2. استحضار مساعدة الإله
- 3 الانتظار في صمت لاستجابة القلب والعقل بشكل حدسي
4. استكشاف بهدوء أسئلة حول النقطة المحورية للتأمل

من أجل أن تكون هذه الخطوات فعالة على النحو الأمثل، يقوم المنسقون بضبط مستوى الصوت والنبرة والسرعة التي يتحدثون بها بعناية. إن الخطاب البطيء والثابت والمهدئ يساعد الآخرين بشكل طبيعي على أن يصبحوا في حالة سكون واسترخاء وسلام وهدوء. يتم تقديم برنامج نصي لتلك التعليمات المحددة خلال هذه الخطوات في نهاية هذا المستند. وفي حين أن استخدام البرنامج النصي مع المبتدئين يوفر الاتساق بين المنسقين، قد يستفيد الممارسون ذوو الخبرة الأكبر عندما يستخدم المنسقون تعليمات أخرى قادرة على تحقيق نفس الغايات. على أي حال، يجب أن يكون لدى المنسقين إلماماً وممارسة كافيين لتعليماتهم بحيث تتدفق الكلمات بسلاسة مع نطق واضح ومناسب.

أ. الاستماع الفعال

في فترات النقاش، يستمع المنسقون بعناية لأنهم يفهمون أن سماع الآخرين وفهمهم بوضوح أكثر أهمية من التفكير فيما يقولونه. وبالمثل يتجنب المنسقون تقديم الافتراضات، ويطلبون بحرية التوضيح والاسهاب. إنهم يعلمون كذلك أن المعاني العميقة للأشياء غالباً ما يتم الكشف عنها من خلال المشاعر، وبالتالي يستمعون بحماس للكلمات العاطفية ونغمات الصوت، ويبحثون عن إشارات غير لفظية مثل تعبيرات الوجه وحركات الجسم الأخرى. وبوصفهم مستمعين نشطين، يقوم المنسقون بإعادة صياغة وتلخيص ما يعتقدون أنه أفكار ومشاعر للآخرين، ويدعون إما إلى تأكيد أو تعديل فهمهم. وعند العمل مع المجموعات، يستمع المنسقون للجميع، ويسلطون الضوء على أوجه التشابه والتمييز بين الأشياء التي يعبر عنها المشاركون المختلفون.

ب. إدارة الوقت

يهتم المنسقون بالوقت من أجل السماح بتدفق معقول، من خلال مختلف الخطوات والمراحل الخاصة بالخبرات التي يقدمونها. ويضمن المنسقون، مع أي من المجموعات أو الأفراد، إبلاغ الجميع بأي قيود زمنية، ويشجعون الآخرين على إدراك الوقت والمساعدة في ضمان استخدامه الفعال. على سبيل المثال، لا ينبغي السماح للوقت الذي يقضيه في التدريس والمناقشة بتجاوز الوقت المخصص للتأمل الصامت. وبالمثل، أثناء المناقشات الجماعية، يتدخل المنسقون بلباقة كلما اقتضت الضرورة لضمان عدم احتكار المزيد من الأفراد الصريحين للوقت ومنع الآخرين من سماع صوتهم.



على ممارسة فن أسرارنا

3. صيغة توجيه تسهيل التدريب الجماعي

اعتبارات الجمهور

يجب أن يكون المنسقون على استعداد لتوظيف مهاراتهم بطرق تتناسب مع كل من الجماهير الأساسية الثلاثة:-
الفضوليون: هم الماسونيون و / أو غير الماسونيون الذين لديهم مصلحة مبدئية في ممارسة فن أسرارنا- **المبتدئين:** هم الماسونيون الذين هم على استعداد للانخراط في العملية لأول مرة- **الممارسون:** هم الماسونيون الذين يقومون بممارسة هذه العملية بالفعل

قبل دراسة الاعتبارات المحددة لكل جمهور معين، تجدر الإشارة إلى أن المجموعات قد تتألف غالباً من أعضاء من أكثر من جمهور واحد. لذلك يجب على المنسقين التأكد من النوع السائد من الجمهور الحاضرين في مجموعة معينة. في حين أن هذا التقييم يحدد الأهداف والغايات الأساسية للمجموعة ككل، يجب على المنسق أيضاً إجراء تعديلات لخدمة أعضاء المجموعة من الجماهير الأخرى. على سبيل المثال، قد لا يحتاج الممارسون ذوو الخبرة إلى شرح للإطار والعملية في ممارسة فن أسرارنا، ولكن إذا كان هناك أيضاً أشخاص حاضرون مبتدئين أو مجرد فضوليين، فيجب على المنسق أن يعطي وقتاً كافياً لمثل هذه التفسيرات.

1. الفضوليون

لا يريد بعض الأشخاص سوى مزيد من المعلومات حول ممارسة فن أسرارنا. قد يواجه المنسقون هذا الجمهور في محادثات عادية عفوية مع أي من الأفراد أو المجموعات، ولكن يجب أن يكونوا أيضاً على استعداد لتقديم عروض تقديمية رسمية. من المحتمل أن تكون الاهتمامات الأساسية لهذا الجمهور هي التعرف على محتويات المستند، وكيف تمت كتابته، ومن شارك فيه، وما الذي دفعهم إلى ذلك. لذلك يجب أن يكون المنسقون على اطلاع جيد بكل هذه الأمور. وقد لا يكون أعضاء هذا الجمهور على دراية تامة بالممارسات التأملية أو صلتها بالماسونية، ومع ذلك يسألون عن كيفية الاستفادة منها بصفة شخصية. لذلك يجب أن يكون المنسقون على استعداد لملاحظة الطرق الكثيرة المختلفة التي يتم فيها تشجيع الممارسات التأملية بشكل صريح وضمني. ويمكن للحكايات ذات الصلة حول تجارب الآخرين وتجاربهم الشخصية أن تكون مفيدة للغاية. وأخيراً، قد يرغب بعض أعضاء هذا الجمهور في الحصول على مقدمة تجريبية موجزة لهذه العملية، وبالتالي ينبغي على المنسقين تقديم هذا الخيار مع تجنب فرضه على أي شخص.

ب. المبتدئون

في حين أن الجميع مدعوون لتعليم أنفسهم إطار وعملية ممارسة فن أسرارنا، يمكن للمنسقين تقديم مساعدة كبيرة في هذا الصدد. نظراً لزيادة معرفتهم وخبرتهم، يقوم المنسقون بالرد على الأسئلة، ويقدمون توضيحات ويتحدثون بتعمق وتفصيل أكبر عن الأفكار والأساليب المقدمة في تلك الوثيقة. وقد يساعدون أيضاً في تبديد الأساطير وسوء الفهم حول الممارسة الداخلية والتأملية. ويقوم المنسقون بطمأنة المبتدئين حول حريتهم في البحث عن وجهات نظرهم الخاصة، وطرح الأسئلة المتعمقة، وعمل التفسيرات، ووضع تطبيقات ذات معنى شخصي. والأهم من ذلك، قد يساعد المنسقون بشكل كبير على تعلم الخطوات الأربع لخلق وفتح المحفل الداخلي. ويتوجههم، ويمكن للمبتدئين التركيز على الانخراط بشكل مباشر في التحولات المطلوبة في الوعي بشكل مباشر، والتحرر من الانحرافات مع تذكر الخطوات أو التساؤل عما إذا كانوا قد أعطوا كل وقت واهتمام كافي.



على ممارسة فن أسرارنا

3. صيغة توجيه تسهيل التدريب الجماعي

5. الممارسون

هم الأفراد أو المجموعات التي تستخدم العملية بالفعل ويتطلبون تعليمات أقل. لذلك قد يخدم المنسقون هؤلاء الإخوان في فرص منظمة من أجل تقضية فترات أطول من التفكير العميق والمناقشة. علاوة على ذلك، قد يتيح المنسقون مزيداً من الوقت للاستماع بينما يفكر الممارسون في تجربتهم التأملية، ثم يقدمون تعليقات واقتراحات إيجابية لإجراء التحسين. يجب على المنسقين إعادة التأكيد على أهمية وضع الأفكار المعمول بها في التطبيق العملي، وتشجيع الممارسين على مشاركة فوائد أنشطتهم التأملية على نطاق أوسع.

د. مخطط عام لورش العمل والعروض التقديمية

يكون المخطط التالي قابلاً للتكيف مع العمل مع مجموعات أو أفراد من معظم الجماهير، ولكن تم تصميمه مع وضع مجموعات المبتدئين في الاعتبار من أجل توفير قائمة مرجعية شاملة للعناصر والأنشطة. وهذا المخطط يوفر تفاصيل كافية لمساعدة المنسقين ذوي الخبرة القليلة أو المبدئية في تنظيم مثل هذه المحافل. وبعد الوصول لقرار حول أي من التعديلات، يبدأ في توضيح من المسؤول عن كل عنصر. وينبغي استخدام المنسقين الطامحين، تحت الاشراف، طبقاً لقدراتهم المختلفة كجزء من تدريبهم.

1. الاستعدادات

أ. شؤون الموظفين

1. الجمهور - من وكم سيكون من الحضور؟
2. المنسقون - مع وجود المجموعات المثلى المكونة من 6 إلى 10 من الأعضاء لكل منسق، ما هو عدد المنسقون المطلوبين، وكيف يتم تعيينهم، وكيف يتم التواصل معهم؟ (عند التعامل مع مجموعة من الفضوليين، يكون من الضروري أن يكون هناك منسق واحد فقط حتى مع أكبر مجموعة)
3. المساعدون - كيف يمكن أن تستفيد ورشة العمل من تعيين أشخاص لإدارة المسائل اللوجستية على وجه التحديد؟ كم يمكن استخدامها، وما هي الأدوار المحددة التي سيؤدونها؟ كيف يتم التعامل مع توظيفهم وإدارتهم وتواصلهم؟
4. أمور أخرى - من هم الأشخاص الذين يمكن الاتصال بشأن المكان وأي خدمات أخرى قد يتم ترتيبها؟

ب. المكان

1. الملاءمة - كما مدى نظافة وقبول مساحة ورشة العمل؟ ما مدى أمانها من حيث الاختراقات والالهاءات الأخرى مع إتاحة الحرية للحاضرين للذهاب من وإلى المراحيض؟
2. الجلوس - ما مدى ملاءمة المقعد للجلوس في حالة تأمل صامت؟ ما مدى سهولة إعادة ترتيب المقاعد لتلائم أنواع مختلفة من الأنشطة؟
3. الجدولة - ما هي التحفظات التي يجب إجراؤها وإلى أي مدى مقدما؟ ما هي أوجه التعارض مع الجدول الزمني التي يمكن توقعها وتجنبها؟
4. المعدات السمعية / البصرية - ما هي المعدات السمعية / البصرية المتاحة أو اللازمة؟



على ممارسة فن أسرارنا

3. صيغة توجيه تسهيل التدريب الجماعي

د

1. النسخ المطبوعة - ما هي النشرات المطلوبة؟ متى وكيف ينبغي توزيعها؟
2. المعدات السمعية / البصرية - ما هي الوسائط الإلكترونية اللازمة؟
3. الطعام والشراب - إذا تم توفيره، ما الذي يتم تضمينه ومتى وكيف يتم تقديمه؟
- ج. الدعوات - كيف يتم دعوة المشاركين المحتملين وتسجيلهم وإطلاعهم على ذلك؟
- د. استبيان قبل ورشة العمل - فيما يتعلق بأهداف ورشة العمل المحددة، ما مدى فائدة تقييم معارف وخبرات المشاركين أو توقعاتهم في ورشة العمل؟ إذا كان يجب إجراء الاستبيان، متى وكيف يتم إدارته ومعالجة النتائج؟ (لا ينصح بهذه الخطوة لمجموعة من الفضوليين).
- ه. المالية - ماذا لو كان هناك أية نفقات ضرورية لورشة العمل، وما هي خيارات التمويل؟ ما هي عملية الحصول على الأموال والمحاسبة للنفقات؟

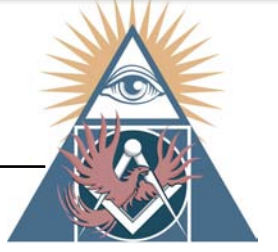
2. أنشطة ورشة العمل

أ. التسجيل

ما هي العملية المستخدمة لتسجيل حضور المشاركين؟ إذا تم استخدامها، متى وأين تحدث عملية التسجيل؟ ما هي مواد ورشة العمل التي يتم تسليمها عند تسجيل الوصول؟

ب. الافتتاح

1. الترحيب - تأكد من شكر المجموعة والثناء عليهم على اهتمامهم بالسعي إلى المزيد من النور. أطلب من المجموعة إسكات الهواتف المحمولة والتخلص من أي الهاءات أخرى مماثلة.
2. الصلوات
3. التقديمات - يجب على المنسقين والمساعدين والحاضرين تقديم أنفسهم والإبلاغ عن اهتماماتهم الشخصية أو مشاركتهم في إطار وعملية ممارسة فن أسرارنا والتحدث عن هدف شخصي واحد على الأقل في ورشة العمل.
4. شرح الأهداف البرمجية - حدد بإيجاز الأهداف العامة وكذلك الهدف الخاص بالجمهور في ورشة العمل.
5. مراجعة المواد - توزيع أي مواد غير متوفرة عند تسجيل الوصول. قم بتعريف المشاركين بالمواد حتى يتمكنوا من متابعة أي إشارات مرجعية بسهولة خلال ورشة العمل.
6. وضع مبادئ توجيهية - اشرح أهمية الترحيب ببعضهم البعض، ومشاركة آرائهم حول تجاربهم الجسدية والعاطفية والفكرية والروحية، والرؤى، والأسئلة. بلغهم أن التحدث عن المعتقدات والممارسات الروحية أو الدينية الخاصة هو أمر مناسب تماماً. ضع في اعتبارك إشراك الممارسين في توليد الأفكار حول المبادئ التوجيهية التي يمكن أن تدعم تلك الأهداف والحفاظ على السلام والوثام في المجموعة. قد يكون من المفيد أيضاً تسجيل ونشر هذه الأفكار ليراها الجميع خلال ورشة العمل. (هذه الخطوة ليست ضرورية لتقديمها إلى مجموعة من الفضوليين).



على ممارسة فن أسرارنا

3. صيغة توجيه تسهيل التدريب الجماعي

ب. دمج أهمية الجوانب الأربعة مع المحافل الثلاث من خلال النظر في كيفية تفاعلها مع بعضها البعض داخل أنفسنا وفي علاقاتنا المختلفة مع الآخرين.

سادسا: ما هي العملية؟

1. تجربة شخصية مع حرية متابعة التوقعات والتأملات الشخصية أينما كانوا.
2. احتضان تأملي من الغموض والفضول.
3. تقييم الأسئلة، وكيف يمكن أن تؤدي إلى مزيد من الأسئلة، وكيف يمكن أن تتغير إجاباتنا بمرور الوقت، وكيف يمكن لإجاباتنا أحيانا التملص من قدرتنا على التعبير عنها تماما بالكلمات.
4. بعد اختيار أحد جوانب الطقوس، تنخرط العملية في أربع خطوات أساسية:
 1. اجعل نفسك في وضع السكون خلال الجلوس أو الاستلقاء والاسترخاء والتنفس بسلام وهدوء
 2. ابتهاج مساعدة الإله بأي طريقة ذات معنى بالنسبة لك.
 3. ج. انتظر في صمت لفترة من الوقت، مع التركيز ببساطة على الجانب الذي اخترته من الطقوس، وإعطاء قلبك وعقلك فرصة للرد بشكل حدسي.
 4. د. عندما تكون مستعدا، قم بتطبيق الأسئلة التالية في سياق كل من المحافل الثلاث (لاحظ التركيز على التطبيق، وابحث عن طرق لجعل رؤانا مفيدة بالفعل):

أولا: ما هي التطبيقات ذات المغزى لهذا الجانب من الطقوس؟

ثانيا: كيف تم تطبيقه، أو ما معنى ذلك عندما أصبحت ماسوني لأول مرة؟

ثالثا. كيف يتم تطبيقه، أو ما معنى ذلك عندما أتطلع إلى المرحلة التالية من حياتي؟

رابعا: ما التوجيه الداخلي الذي أتلقاه الآن، أو ما الذي يُطلب مني في تعليمي المستمر بصفتي ماسوني؟

خامسا: كيف يمكنني جلب العناصر الرئيسية في تعليمي الماسونية في المجتمع الأكبر؟

هـ. استند من الأسئلة الأخرى الواردة في "القسم 3: أمثلة على التطبيق".

يمكن تكرار هذا القسم بتركيز مختلف في كل مرة. ضع في اعتبارك أخذ فترات راحة بين التكرار. (مع جمهور من الفضوليين، يمكن استبدال هذا القسم والمقاطع التالية بفترة من طرح الأسئلة والأجوبة حول وثيقة ممارسة فن أسرارنا وجمعية التراث الماسونية).

أولا: حدد نقطة التركيز - إذا كان عليك التركيز، على سبيل المثال، على "إرادتي الحرة وموافقتي"، قم بتشجيع المجموعة على حفظ الكلمات أو تطوير صورة واضحة لاستخدامها أثناء التأمل.

ثانيا. التأمل - بالنسبة إلى جمهور المبتدئين، يوصى بشدة باستخدام البرنامج النصي في نهاية هذا المستند.



على ممارسة فن أسرارنا

3. صيغة توجيه تسهيل التدريب الجماعي

وقت كافٍ من التأمل الصامت، قم بالتقسيم إلى مجموعات صغيرة حسب الحاجة. قم بتشجيع أعضاء المجموعة على مشاركة أي تجارب أو رؤى أو أسئلة خطرت لهم. تذكر استخدام كل مهارات الترحيب والاستماع وإدارة الوقت الموضحة أعلاه. قم بإعادة النظر في الأسئلة الخمسة الأساسية للعملية كلما اقتضت الضرورة. وقم باختتام الحوار عن طريق مطالبة أعضاء المجموعة بالتشارك بأي يودون بها البدء في تطبيق النور الذي تلقوه للتو.

و. استخلاص المعلومات من المشاركين

عندما ينتهي الحوار التأملي، اطلب من المشاركين أن يتذكروا أهدافهم الشخصية في ورشة العمل ومراجعة خبراتهم. وتتمثل الأسئلة المفيدة فيما يلي:
أولاً: ما الذي سار بشكل جيد؟
ثانياً: ما الذي كان أكثر فائدة؟
ثالثاً: ما كان التحدي؟
رابعاً: كيف كان يمكن أن يتم عقد ورشة العمل هذه بشكل أفضل؟

ز. الاختتام

تأكد من شكر الجميع على مشاركتهم، وشجعهم على الاستمرار في الاستفادة من الإطار والعملية وقم بدعوتهم للاستفسار عن إمكانيات ورشة العمل المستقبلية. ماذا لو تم جمع أي مواد ورشة العمل في الختام؟ ضع في اعتبارك إدراج منح البركات.

ح. استبيان ما بعد ورشة العمل

فيما يتعلق بالأهداف المحددة لورشة العمل وأي استبيان لما قبل ورشة العمل، ما مدى فائدة تقييم أي تغييرات في معارف وخبرات المشاركين أو جمع تقييماتهم لورشة العمل؟ إذا كان يجب إجراء الاستبيان، متى وكيف يتم إدارته ومعالجة النتائج؟

ط. المغادرة

ماذا لو استخدمت أي عملية لتسجيل إتمام المشاركين لورشة العمل؟ إذا تم استخدامها، متى وأين يحدث هذا الأمر؟ ماذا لو تم جمع أي مواد ورشة عمل عند تسجيل المغادرة؟

3. استخلاص المعلومات من المنسقين والمساعدين

قم، في أقرب وقت ممكن بعد الانتهاء من ورشة العمل، بجمع أو الاتصال بالمنسقين والمساعدين للرد على هذه الأسئلة:

1. ما الذي سار بشكل جيد؟

2. ما الذي كان أكثر فائدة؟

ج. ما كان التحدي؟

د. كيف كان يمكن أن يتم عقد ورشة العمل هذه بشكل أفضل؟

نص التأمل الموجهة

التعليمات الموجهة لمنسق التدريب مكتوبة بخط مائل. يجب توجيه كل شيء آخر بصوت عالٍ وببطء ونبرة مريحة. تشير فواصل الأسطر إلى توقف مؤقت. يجب أن تتحقق المعرفة المتعمقة والممارسة الشاملة لهذا البرنامج النصي قبل استخدامه فعلياً مع مجموعة أو فرد ما.

نحن على وشك أن نبدأ عملية ثبات أنفسنا، والاسترخاء، والتنفس بهدوء، الجلوس بهدوء، لذا يرجى اتخاذ موقف يمكنك فيه أن تشعر بالراحة دون التحرك لعدة دقائق تالية. يكون من المستحسن، إذا كنت لم تمارس وضعا ما من التأمل على الأرض، أن تكون



على ممارسة فن أسرارنا

3. صيغة توجيه تسهيل التدريب الجماعي

نحن على وشك أن نبدأ عملية ثبات أنفسنا، والاسترخاء، والتنفس بهدوء، والجلوس بهدوء، لذا يرجى اتخاذ موقف يمكنك فيه أن تشعر بالراحة دون التحرك لعدة دقائق تالية. يكون من المستحسن، إذا كنت لم تمارس وضعا ما من التأمل على الأرض، أن تكون قدميك على الأرض ولا تجلس واضعا ساقا على الأخرى. وبالمثل، يمكنك وضع يديك في أي موضع ترغب فيه، ومن المريح لمعظم الناس أن يضعوهم على فخذيهما. يمكنك أن تغمض عينيك الآن، ولكن إذا كنت تفضل عدم القيام بذلك، فبإمكانك ببساطة السماح لهما بالنظر في نقطة معينة أمامك.

ابدأ في الاسترخاء وحاول أن تركز أكثر من خلال الشعور بجاذبية الأرض تتغلل في جسدك وتجذبك لأسفل. أشعر بالجاذبية تسحب قدميك على الأرض. اشعر بالجاذبية تتغلل في عضلات ساقيك وتسحبك إلى مقعدك. قد تلاحظ بعض التوتر غير الضروري في تلك العضلات، وأنت لا تريد هذا التوتر حتى تستطيع أن تبقى جالسا في وضع صحي. إذا كان الأمر كذلك، قم بالتخلص من هذا التوتر واسمح للجاذبية بسحبك إلى حالة أعمق من الهدوء والاسترخاء السلمي.

أشعر بالجاذبية في عضلات بطنك وأسفل الظهر. قد تلاحظ بعض التوتر غير الضروري في تلك العضلات، وأنت لا تريد هذا التوتر حتى تستطيع أن تبقى جالسا في وضع صحي. إذا كان الأمر كذلك، قم بالتخلص من هذا التوتر واسمح للجاذبية بسحبك إلى حالة أعمق من الهدوء والاسترخاء السلمي.

اشعر بالجاذبية تسحبك من خلال عضلات الصدر والظهر والكتفين. قد تلاحظ بعض التوتر غير الضروري في تلك العضلات، وأنت لا تريد هذا التوتر حتى تستطيع أن تبقى جالسا في وضع صحي. إذا كان الأمر كذلك، قم بالتخلص من هذا التوتر واسمح للجاذبية بسحبك إلى حالة أعمق من الهدوء والاسترخاء السلمي.

اشعر بالجاذبية تسحبك من خلال عضلات ذراعيك العلويين والساعدين واليدين. قد تلاحظ بعض التوتر غير الضروري في تلك العضلات، وأنت لا تريد هذا التوتر حتى تستطيع أن تبقى جالسا في وضع صحي. إذا كان الأمر كذلك، قم بالتخلص من هذا التوتر واسمح للجاذبية بسحبك إلى حالة أعمق من الهدوء والاسترخاء السلمي.

اشعر بالجاذبية عبر العضلات في عنقك وفكك ولسانك وحول فمك وفي خديك وحول عينيك وفي جبينك وفروة رأسك. قد تلاحظ بعض التوتر غير الضروري في تلك العضلات، وأنت لا تريد هذا التوتر حتى تستطيع أن تبقى جالسا في وضع صحي. إذا كان الأمر كذلك، قم بالتخلص من هذا التوتر واسمح للجاذبية بسحبك إلى حالة أعمق من الهدوء والاسترخاء السلمي.

والآن، ركز انتباهك على أنفاسك، حيث تتدفق وتخرج في إيقاعها الطبيعي الهادئ. ما عليك سوى السماح لجسمك بالتنفس دون توجيهه بأي شكل من الأشكال، ومع كل نفس يمكنك أن تشعر بأنك أكثر راحة وتركيزاً. يمكنك زيادة تركيزك على التنفس عن طريق تكرار الكلمات عقلياً أثناء استنشاقك والخروج أثناء الزفير. مع كل نفس، يمكنك الشعور بأنك ستصبح أكثر استرخاءً وتركيزاً.

كرر الكلمات للداخل وللخارج عدة مرات، وقم بمد أصواتها لتقريب مدة الاستنشاق والزفير. توقف لعدة أنفاس قبل المتابعة.

الآن يمكنك التخلي عن الكلمات والتركيز على أنفاسك لتشعر ببساطة بالمساحة الأكثر هدوءاً داخلك.

وأنت الآن يمكنك، في قدس الأقداس داخل المحفل الداخلي الخاص بك، أن تستحضر مساعدة الإله بصمت بأي طريقة كانت ذات معنى بالنسبة لك.



على ممارسة فن أسرارنا

3. صيغة توجيه تسهيل التدريب الجماعي

ردد الكلمات التالية من الكتاب المقدس لطقوس المبتدئ. "في البداية، خلق الإله السماوات والأرض، وكانت الأرض بلا شكل وخواوية، والظلام كان على وجه كل ما هو عميق."
تخيل نفسك كأنك في هذا العمق والظلام والخواء.

"وانتقلت روح الإله على وجه المياه ، وقال الإله ، " فليكن هناك نور، وكان هناك نور ".
تخيل أن النور الإلهي يتلألأ من السماء عليك. حاول أن ترى وتشعر بتلك الأشعة تخترق رأسك وتشع لأسفل عبر عقلك وعنقك وتتوغل قلبك. توقف لحظة لتجربة تعاونك الكامل مع النور.

توقف لالتقاط بعض الأنفاس.

استرجع (حدد الكلمات و / أو الصورة للجانب المختار من الطقوس) كمحور تركيزنا على هذا التأمل. ببساطة ضعها في مركز انتباهك في الفضاء المقدس بداخلك. قد تنشأ الأفكار والمشاعر حول هذا الموضوع، ولكن دعهم يذهبون ويعيدوا توجيهك بلطف إلى التركيز بهدوء وسلم على التركيز (حدد الكلمة و / أو الصورة للجانب الذي تم اختياره من الطقوس). قد تشتت انتباهك بشكل مؤقت لحظات معينة أو تفقد التركيز لسبب آخر. في أي حال، من الممارسات الجيدة إعادة توجيه نفسك بلطف إلى التركيز بهدوء وسلامة على التركيز (حدد الكلمة و / أو الصورة للجانب الذي تم اختياره من الطقوس). سوف أكون صامتاً لفترة من الوقت حتى تتمكن من الغرق بعمق أكبر في التركيز الهادئ والسلمي على (ذكر الكلمات و / أو الصورة للجانب المختار من الطقوس).

توقف لالتقاط بعض الأنفاس.

الآن تذكر جسدك، يجلس هنا في هذه الغرفة. يشعر بدرجة حرارة الهواء. اسمع ما تسمع. شم رائحة ما شممت. تذوق ما تقوم بتذوقه، وعندما تكون مستعداً، افتح عينيك لترى ما تراه، ولا تتردد في التمدد والتحرك
توقف بما يكفي حتى يتمكن الجميع من الخروج من التأمل.

ابدأ في التوقع بنشاط (حدد الكلمات و / أو الصورة للجانب الذي تم اختياره من الطقوس). يمكنك أن تقوم بتدوين الملاحظات أثناء تفكيرك بحرية في أي احتمالات أو أسئلة تتبادر إلى الذهن وتحليلها وربطها وقم بهيكلتها بأي طريقة تبدو مناسبة. أثناء قيامك بذلك، ضع في اعتبارك أيضاً هذه الأسئلة الخمسة:

- ¥ ما هي التطبيقات ذات المغزى المتوفرة لدى هذا الجانب من الطقوس؟
- ¥ كيف تم تطبيقها، أو ما معنى ذلك عندما أصبحت ماسوني لأول مرة؟
- ¥ كيف يتم تطبيقها، أو ما معنى ذلك وأنا أتطلع إلى المرحلة التالية من حياتي؟
- ¥ ما التوجيه الداخلي الذي أتلقاه الآن، أو ما الذي يُطلب مني في تعليمي المستمر باعتباره ماسوني؟
- ¥ كيف يمكنني جلب العناصر الرئيسية في تعليمي الماسونية في المجتمع الأكبر؟

يمكنك أيضاً الاستفادة من الأسئلة الواردة في "القسم 3: أمثلة على التطبيق".

بعد قضاء بعض الوقت في استجماع أفكارك، سننضم سوياً في حوار حول تجاربنا وأرائنا وأسئلتنا والتطبيقات الممكنة.

توقف مؤقتاً لبضع دقائق قبل دعوة المجموعة لبدء حوار تأملي



على ممارسة فن أسرارنا

4. نسق التوجيه الخاص بتدريب منسقي

زمن حقًا بالعمل التأملية ويكونوا متحمسين بشأن احتمال مساعدة الآخرين على معرفة ماهية هذا الأمر وكيفية القيام به.

إن تقدير مثل هؤلاء الإخوة وتوجيههم وتدريبهم يحقق السعادة. إنه أيضًا واجب رسمي يستلزم مسؤوليات لمساعدتهم على تطوير المواقف والمهارات الأكثر ملاءمة للتسهيل التدريب الجيد. لذلك يتوقع من منسقي التدريب الطموحين إكمال التدريب بصورة مرضية تحت وصاية إخوانهم الأكثر خبرة. ويجب أن يكونوا على دراية تامة بهذا الدليل عند القيام بذلك، ودراسة أداء المنسقين الآخرين، وإثبات كفاءتهم الخاصة بالمهارات الأساسية الموضحة أعلاه.

يجب إعطاء المنسقين الطامحين فرصًا خاضعة للإشراف لتوجيه الآخرين من خلال التأمل والحوار التأملية. وينبغي على منسقي التدريب الذين يقومون بدور المدربين، في التزامهم بخدمة أخلاقيات المصالح الفضلى للمنسقين الطامحين والأشخاص الذين قد يخدمونهم في نهاية المطاف، أن يلتزموا بضمان الوفاء بجميع هذه التوقعات.

وبالإضافة إلى استخدام نسق توجيه تسهيل التدريب الجماعي (القسم الثالث من هذا الدليل)، فيما يلي بعض المعايير الإضافية المهمة التي يجب مراعاتها فيما يتعلق بعملية اختيار المنسقين الطموحين:

المهارات الشخصية لمنسق التدريب الطموح

- ✘ أن تكون لديه مهارات استماع جيدة، ويقوم بالتوضيح يوضح والتحقق من التفهم
- ✘ أن يكون قادرًا على استخدام مجموعة متنوعة من الوسائط لتوصيل المعلومات
- ✘ أن يشعر بالارتياح ويتكلم بوضوح أمام المجموعات
- ✘ أن يرد بشكل غير دفاعي على التحديات
- ✘ أن يجعل الأفراد يشعرون بالارتياح ويخلق بيئة تعليمية مريحة
- ✘ أن يُظهر الاحترام لأفكار وآراء الآخرين
- ✘ أن يكون قادرًا على التواصل والتعبير عن أفكار الفرد وأفكار الآخرين
- ✘ أن يكون قادرًا على التفكير بسرعة، والارتجال، والتكيف مع احتياجات الآخرين
- ✘ ألا يكون متسرعا في الحكم

المهارات الإدارية لمنسق التدريب الطموح

- ✘ أن يحدد المواعيد النهائية ويحافظ عليها (إدارة الوقت)
- ✘ أن يقوم بتفويض المسؤوليات / المهام
- ✘ أن يحدد ويلتقي الأهداف
- ✘ أن يجيد إدارة الفريق
- ✘ أن تكون لديه تجربة في إدارة المشاريع
- ✘ أن تتوافر لديه مهارات حل المشكلات

العلاقات والالتزام المؤسسي لمنسق التدريب الطموح

- أن يدعم مبادرة التدريب ويفهم أهميتها لنجاح مؤسسة الماسونية (المحفل، المحفل الأكبر، الأخوية الماسونية الأخوة بشكل شامل)
- أن يكون على استعداد لتكريس الوقت اللازم للإعداد للتدري
- أن يكون على استعداد لتقديم التوجيه المستمر / التدريب والدعم للماسونيين المشاركين بعد انتهاء تدريبهم
- أن يكون قد أظهر نجاحًا في العمل مع المجموعات كموجه أو منسق
- أن يكون موثوق به ومحترم داخل المؤسسة الماسونية المستهدفة
- أن يعتبر نموذجًا إيجابيًا للقيم التي يتم تدريسها، داخل وخارج الدورات

على ممارسة فن أسرارنا

5. المستندات الداعمة



5. المستندات الداعمة

المنهجية الماسونية في التعليم والحوكمة

القيادة الماسونية: ثلاث قواعد / أدلة للاحترام و/أو بناء الفريق

نموذج توضيحي لورشة العمل (فتح المحفل)



على ممارسة فن أسرارنا

5. المستندات الداعمة

المنهجية الماسونية في التعليم والحوكمة

غالبًا ما يكون هناك إغراء في البحث عن الابتدال في إجابات الأسئلة المتعمقة أو تحديات الماسونية. كتوضيح على هذا، يوجد هنا سيناريوان نموذجيان يقدمان في الغالب في هذا الصدد:

قد يميل المرء إلى التفكير في تطبيق أساليب المساعدة الذاتية أو أدلة التعليم الماسوني عندما يتعلق الأمر بتحسين الذات. وفي حين قد يجد المرء مثل هذه التقنيات أو الأدلة مفيدة للغاية، فإن الماسوني سيحتاج إلى تكييفها لتتماشى تمامًا مع تعاليم الماسونية قبل تطبيقها على تعليم الماسونية.

ب) يمكن للمحفل الماسوني أو المحفل الأكبر أن يتعلم الكثير من الخبرة الواسعة لعالم الابتدال في مجال الحوكمة الرشيدة. ومن المهم على حد سواء مواءمة مثل هذه الممارسات المبتدلة مع تعاليم الماسونية.

تساعد هذه المنهجية البسيطة المتمثلة في "مشاهدة البوابة الغربية" في الحفاظ على سلامة الماسونية.

1. التعليم الماسوني لغرض تحسين الذات:

الدراسة: تكون طقوس واحتفالات الماسونية هي المنجم الذي يكمن فيه الكنز

الاستيعاب: تعلم التركيز باستخدام التأمل على أدوات محددة ومجموعاتها الديناميكية؛ الجوانب المعينة من كل المراسم؛ التصورات لجزء ولأجزاء من كل درجة؛ وما إلى ذلك لغرض استيعاب تلك المعرفة وجعلها جزءًا لا يتجزأ على ما ستصبح أنت عليه.

الاستكشاف: عندما يكون ذلك مناسبًا، ابحث عن المعرفة حول أفضل ممارسات تحسين الذات الموجودة في العالم المبتدل. لماذا؟ لأن "الماسونية تعيش في هذا العالم..."

المواءمة: قم بمواءمة الممارسات المبتدلة المناسبة مع تعاليمنا الماسونية؛ لا تقم بتكييف الممارسات الماسونية مع تعاليم المبتدلة.

لماذا؟ لأن "الماسونية تعيش في هذا العالم، وليس من هذا العالم".

التطبيق: قم بتطبيق المعرفة الماسونية في حياتك اليومية.

2. نهج الماسونية للحوكمة الأفضل لمؤسسات المحافل/المحافل الكبرى

استكشاف: ابحث عن أفضل الممارسات الموجودة في العالم المبتدل خارج الماسونية. لماذا؟ لأن "الماسونية تعيش في هذا العالم..."

قم بالمواءمة: حدد بعض الممارسات المبتدلة المناسبة التي قد تعزز الحكم الماسوني وقم بتكييفها مع السياق الماسوني من خلال مواءمة تلك الممارسات مع تعاليمنا الماسونية؛ لا تقم بتكييف الممارسات الماسونية مع التعاليم المبتدلة.

لماذا؟ لأن "الماسونية تعيش في هذا العالم، وليس من هذا العالم".

قم بالتطبيق: قم بتطبيق أفضل الممارسات المتوائمة لتحقيق الحوكمة الأفضل في مؤسسات الماسونية.



على ممارسة فن أسرارنا

5. المستندات الداعمة

القيادة الماسونية: ثلاث قواعد / أدلة للاحترام و/أو بناء الفريق

ملاحظة: لكل خطوة في كل من القواعد الثلاث، قم بوضع الممارسة الخاصة بتصوير أداة أو رمز أو كلمة أو لغة من طقوس الماسونية. وبغرض التوضيح، على سبيل المثال، في القاعدة 1 (ج)، يمكنك أن تتصور المستوى باعتباره تذكيراً لكيفية تفكيرك والتحدث والتصرف كماسوني. ويمكن وضع ممارسة استيعاب الأدوات والرموز وتعاليم الصنعة الماسونية من خلال استخدام مستند ممارسة فن أسرارنا.

1. القاعدة / الدليل لتجنب الصراع الشخصي مع الأخ أو الزميل

- (أ) لا تأخذ أي رد فعل إطلاقاً على الفور، خاصة عندما تشعر بالإهانة
- (ب) خذ نفساً عميقاً، احتفظ به لمدة 10-15 ثانية تقريباً لتمكين تدفق المزيد من الأوكسجين إلى المخ، ثم ابدأ في الزفير؛ وهذا له تأثير مهدئ فوري.
- (ج) في الوقت المناسب، وبعيداً عن توتر اللحظة، أطلب من زميلك بأدب واحترام التفسير اللازم لما حدث.
- (د) لا تصدر أي حكم في هذا الوقت.
- (هـ) التعبير عن التعاطف باستخدام التعبيرات المناسبة للوضع؛ أمثلة: "أنا الآن أفهم" أو "لم أكن على دراية" أو "شكراً لك على مشاركة أفكارك معي"
- (و) اشرح وجهة نظرك

(ز) قم بالتصالح واتركه على أساس تفاهم أو شروط جيدة

2. القاعدة / الدليل بشأن تجنب إهانة أخ أو زميل أو إحراجه علانية

- (أ) لا تقاطع الأخ أو الزميل عند التحدث
- (ب) عندما يقول أي أخ أو زميل شيئاً غير واضحاً أو مفهوم لك، لا تخبرهم أن يتحدثوا بشكل أفضل أو أكثر وضوحاً. بدلاً من ذلك، اطلب باحترام التوضيح باستخدام تعبيرات مثل:
- اعتذر؛ أنا لم أفهم؛ أرجو أن تشرح لي ذلك مجدداً؟
 - فهمي لما سمعته هو ما يلي؛ هل من الممكن تصحيحه من أجلي إذا كان غير دقيق؟ شكراً لكم
 - (ج) لا تصدر أحكاماً قيمة مثل:



على ممارسة فن أسرارنا

5. المستندات الداعمة

- "فكرتك لا معنى لها"
- "هذا ليس له صلة بمناقشتنا"
- د) تجنب استخدام "أنت قلت هذا" و "أنت قلت ذلك"؛ بدلاً من ذلك، ركز على موضوع المناقشة وما قد تكون فهمته أو أسأت فهمه لتجنب أخذ الأمر بصفة شخصية.
- ه) تجنب الإدلاء ببيانات مثل "أنا لا أتفق معك" أو "أنا أعارض ما قلته"؛ بدلاً من ذلك، خذ جزءاً واحداً من بيان زميلك، واذكر أنه مثير جداً، ثم قم بالبناء عليه لتوضيح وجهة نظرك، حتى لو كان مختلفاً.

3. القاعدة / دليل الاستماع النشط

- أ) حافظ على اتصال العين لإظهار الاحترام ولكن تجنب جعل الأخ أو الزميل يشعر بعدم الارتياح
- ب) لا تقاطع الأخ أو الزميل أثناء الحديث
- ج) التركيز على تذكر ما يقوله الأخ أو الزميل؛ لا تركز على ما سيكون عليه ردك
- د) من حين لآخر قم بعمل إيماءة برأسك كوسيلة للتأكيد للأخ أو الزميل أنك تركز على ما يقوله
- هـ) قم بتدوين ملاحظات من وقت لآخر، حسب الحالة
- و) استناداً إلى الموقف، استخدم تعبيرات الوجه لإظهار التعاطف إذا لزم الأمر
- ز) عندما ينتهي الأخ أو الزميل من التحدث لا ترد على الفور. بدلاً من ذلك، عبر عن الاحترام بقول شيء مثل "شكراً" أو "هذا أمر مثير جداً للاهتمام"
- ح) تابع الحديث باحترام:
 - أ. لا تصدر أحكاماً قيمة
 - ب. ابدأ بكلمات قليلة مبنية على شيء قاله الأخ أو الزميل



على ممارسة فن أسرارنا 5. المستندات الداعمة

عينة من التطبيق المنظم للمبتدئين باستخدام عملية "فتح المحفل" كنوع من التوضيح

ما يلي هو مجرد مثال واحد لورشة عمل لمدة يومين ركزت على افتتاح المحفل. وليس المقصود أن يكون توجيهها ولا أن يكون الطريقة الوحيدة. إنه ببساطة طريقة واحدة قد تجدها مفيدة في تطوير أسلوبك الخاص. يعد استخدام نص التأمل التوجيهي المشار إليه في القسم الثالث (هـ) ضرورياً لمنح قلبك وعقلك فرصة للاستجابة بشكل حدسي. ملاحظة: إذا لم تكن ورشة العمل لمدة يومين ممكنة، يمكنك تقسيم هذه الورشة إلى ثلاثة أجزاء مختلفة، كل منها مقدم في ورشة عمل تستغرق مدة أقصر (3-4 ساعات).

التدريب العملي لهيكلي (المحفل الداخلي)

هذه مناقشة عامة حول الهيكل (المحفل الداخلي). يرمز كل موظف في المحفل إلى جوانب المحفل الداخلي للفرد وكيف يحكم المرء نفسه داخليا أولاً وقبل كل شيء.

ممارسة الإعداد (الواجب الأول للرئيس قبل فتح المحفل): الإغلاق

- لا يجوز السماح بالهواتف المحمولة أو الأجهزة الذكية.
- التأمل الجماعي لمدة 10 دقائق على الحارس الخارجي والسيف؛ التركيز على الأفكار والكلمات والمشاعر التي تدخل وتخرج من المحفل الداخلي للحفاظ عليها "مكان آمن ومقدس"

الممارسة الافتتاحية: افتتاح المحفل

الجزء الأول: التأمل الموجه

- التركيز على اعمدة الموظفين الثلاث كل على حدة (ديناميكية فردية)
 - تأمل في الرئيس (الحكمة)، الجوهرة (الزاوية)، والأداة (المطرقة)
 - التأمل في المنبه (المحافظ) الأول (القوة)، الجوهرة (الفادن)، والأداة (المطرقة أو ما شابه)
 - التأمل في المنبه (المحافظ) الثاني (الجمال)، الجوهرة (الشاقول)، والأداة (المطرقة أو ما شابه)

- ركز على الأعمدة الثلاث مجتمعة (مجموعة ديناميكية)

- التأمل في الجوانب المختلفة لديناميكيات المجموعة بين الموظفين الثلاثة أثناء فتح المحفل



على ممارسة فن أسرارنا 5. المستندات الداعمة

الجزء الثاني: الحوار التأملي في مجموعات صغيرة من الإخوة (6-10)

- مشاركة مجموعة صغيرة من الأفكار حول الديناميكيات الفردية كما هو موضح أعلاه
- مشاركة مجموعة صغيرة من الأفكار حول الديناميكيات الجماعية كما هو موضح أعلاه

الجزء الثالث: التأمل الموجه الخاص بالحجر الغشيم للفرد

- حدد الخصائص "الغشيم" لحجر المرء لكل من الحارس الخارجي وكل من الأعمدة الثلاث، وجواهرهم، وأدواتهم: أين يكمن الضعف؟ وما هي الحواف الغشيمة التي تحتاج إلى صقل؟
- ارسـم "اللوحة" للمساعدة في الانتقال من كونك حجرا "غشيمًا" إلى "أملس": ما هي الممارسات اليومية التي يجب على المرء أن يفرسها في روتينه لتحقيق هذا "التحسين الذاتي في الماسونية؟"
- وضع "قوائم المراجعة الخاصة" باللوحة
- تصميم خطة عمل للوحة

الجزء الرابع: حوار تأملي حول حجر الفرد في مجموعات صغيرة من الإخوة (6-10)

- تشارك مجموعة صغيرة في الأفكار بشأن الجوانب "الخشنة"
- تشارك مجموعة صغيرة من الأفكار حول "لوحات الدرجات" وقوائم المراجعة والممارسات والروتين

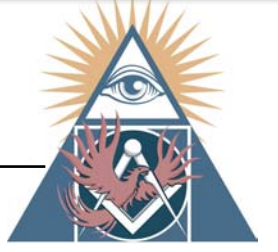
التدريب العملي للمحفل الخاص بي/بهم (المحفل الخارجي)

مناقشة عامة حول محفل الأخوة (محفل خارجي) وشكله الخاص بالحوكمة.

ممارسة الإعداد (الواجب الأول للرئيس قبل فتح المحفل): الاغلاق

- لا يجوز السماح بالهواتف المحمولة أو الأجهزة الذكية.
- التأمل الجماعي لمدة 10 دقائق على الحارس الخارجي والسييف؛ ركز على الأفكار والكلمات والمشاعر التي تدخل وتخرج من ذاتك والتي قد تؤثر على غرفة المحفل من أجل الحفاظ على "فرقة الإخوة المقدسة" وتغذية "الرابط الصوفي" للإخوان.

الممارسة الافتتاحية الأولى: افتتاح المحفل



على ممارسة فن أسرارنا 5. المستندات الداعمة

الجزء الأول: التأمل الموجه

- التأمل فيما قد يفعله المحفل قبل الافتتاح من أجل تسهيل التأمل في أهمية فتح المحفل.
- التأمل فيما قد يفعله المحفل خلال الفتح من أجل تسهيل التأمل في أهمية فتح المحفل.
- تأمل في الرئيس (الحكمة)، الجوهرة (الزاوية)، والأداة (المطرقة)
- التأمل في المنبه (المحافظ) الأول (القوة)، الجوهرة (الفادن)، والأداة (المطرقة أو ما شابه)
- التأمل في المنبه (المحافظ) الثاني (الجمال)، الجوهرة (الشاقول)، والأداة (المطرقة أو ما شابه)
- التأمل في الوضع، الاحشام، واستخدام الموسيقى والضياء

الجزء الثاني: الحوار التأملي في مجموعات صغيرة من الإخوة (6-10)

- مشاركة مجموعة صغيرة من الأفكار حول كل ما هو موضح في الجزء الأول
- حوار مع بعضهم البعض حول ما يمكن أن يفعله المحفل بعد الفتح (أثناء عمل المحفل وقبل إغلاقه) من أجل تغذية "الرابط الصوفي للإخوان"
- وضع قوائم مراجعة جديدة
- ارسـم قائمة بالأفكار لبرامج و / أو أنشطة المحفل المحتملة لتكون جزءاً من عمله



على ممارسة فن أسرارنا

5. المستندات الداعمة

التدريب العملي الخاص بمجتمعي/مجتمعنا، عالمي/ عالمنا (المحفل الكوني)

مناقشة عامة حول الدور المحتمل للأخ باعتباره "بناء حراً" في مكان العمل والمجتمع والأمة.

ممارسة الإعداد (الواجب الأول للرئيس قبل فتح المحفل): الإغلاق

- لا يجوز السماح بالهواتف المحمولة أو الأجهزة الذكية.
- التأمل الجماعي لمدة عشر دقائق على التغطية الحارس الخارجي والسيف؛ ركز على الأفكار والكلمات والمشاعر التي تدخل وتخرج عن النفس والتي قد تؤثر على دوائر نفوذ الفرد - الأسرة، العمل، الانتماءات الجماعية، المجتمع، والأمة (المحفل الكوني) - من أجل المساهمة في بناء بيئات أقوى وأكثر جمالا وحكمة داخل كل فرد.

الممارسة الافتتاحية الأولى: فتح المحفل

الجزء الأول: التأمل الموجه

- التأمل في كيف يمكن للمرء أن يقوم "بفتح" دوائر النفوذ الخاصة به بطريقة ماسونية
- التأمل فيما قد يفعله المرء أثناء الافتتاح
- تأمل في الرئيس (الحكمة)، الجوهرة (الزاوية)، والأداة (المطرقة)
- التأمل في المنبه (المحافظ) الأول (القوة)، الجوهرة (الفادن)، والأداة (المطرقة أو ما شابه)
- التأمل في المنبه (المحافظ) الثاني (الجمال)، الجوهرة (الشاقول)، والأداة (المطرقة أو ما شابه)
- التأمل في التواصل غير اللفظي

الجزء الثاني: الحوار التأملي في مجموعات صغيرة من الإخوة (6-10)

- مشاركة مجموعة صغيرة من الأفكار حول كل ما هو موضح في الجزء الأول
- التحاور مع بعضهم البعض حول "التحديات" أو "التحديات" التي قد يواجهها المرء عند الانفتاح على العوالم المحيطة
- تبادل الأفكار حول طرق تخفيف أو تحييد تلك التحديات
- تبادل الأفكار حول كيفية ظهور الفضائل الأساسية الأربعة: الحكمة، الاعتدال، الثبات، والعدل
- ارسم قائمة بالأفكار لبرامج و/أو أنشطة المحفل المحتملة لتكون جزءاً من عمل الحفل الذي يساعد على بناء قدرات المرء من أجل مشاركة أقوى وأكثر جمالا وحكمة من محيط العالم الخاص بالمرء.



على ممارسة فن أسرارنا

5. المستندات الداعمة

المبادئ التوجيهية

المبدأ التوجيهي الأول: يعتبر المحفل (المحفل الخارجي) هو أولاً وقبل كل شيء **الحضانة** التي تنتج الماسونية الحرة (البنائون) للذات. لذلك ينبغي على المرء أن يركز على هيكل المحفل، والمراسم والطقوس، من أجل، **أولاً وقبل كل شيء**، استخلاص المعرفة التي يمكن للمرء بمقتضاها أن يتأمل ليصبح بناءً حراً لهيكلة الخاص واحد (المحفل الداخلي).

المبدأ التوجيهي الثاني: يعتبر المحفل (المحفل الخارجي) هو أيضاً **المختبر** حيث يتعلم الاخوان أنه على الرغم من وجود فروق بينهم على أساس العرق والدين والأصل والرأي، فإن مثل هذه الفروق لا يجب أبداً أن تصبح اختلافات، بل بالأحرى يجب أن تكون تجسيداً لمفهوم (هناك واحد من بين الكثيرين). إن المحفل هو المكان الذي تصاغ فيه الروابط لبناء فرقة الإخوة المقدسة. وعليه، يجب ينبغي أن تسهم برامج/أنشطة المحفل الابداعي في بناء قدرة الفرد على تقدير التنوع داخل الوحدة عند انخراط العالم (المحفل الكوني).

المبدأ التوجيهي الثالث: إن تقييم تحسن الفرد في الماسونية يتطلب مجموعتين رئيسيتين من الأسئلة: تركز مجموعة واحدة على تحديد تحول ملموس في أفكار الفرد، والاتصالات، والأفعال؛ وترتكز المجموعة الأخرى على تطوير خطط العمل ذات الأهداف **الذكية**.