玉苒厦国际协会
URANTIA ASSOCIATION INTERNATIONAL



学习小组指南

开始、主办、促进新的和现存的面对面和线上《玉苒厦之书》学习小组的指南

由玉苒厦国际协会学习小组委员会 2023 年 1 月制作

封面图片由来自 iStock.com/FatCamera

中央办公室行政部门
玉苒厦国际协会
西蒙特罗斯大道4000 号 #606
芝加哥，伊利诺伊州60641

电话：1-773-572-1180

电子邮件： centraloffice@urantia-association.org

致谢

感谢玉苒厦基金会允许我们根据玉苒厦国际协会和玉苒厦基金会的许可协议复制有关学习小组的材料。我们还要感谢所有提供了宝贵材料和帮助的人。

引言

亲爱的*《玉苒厦之书》*的朋友们，

这份指南是由那些希望完成创建成千上万个学习小组这一使命的人们精心制作的。学习小组是这份启示完成其"...扩展宇宙意识和提高灵性感知..."（0:0.2）的全球使命之基础。学习小组还有助于培养新的领袖和教师。

学习小组是灵性社区扎根的地方，也是鼓励智性和灵性成长的地方。虽然学习小组是自主的，但它们与其他学习小组以及支持和培养它们的组织之间的互动，也会使它们受益匪浅。由于它们的自主性对促进灵性合一是必要的，因此它们要避免受到政治、社会或宗派的影响。

学习小组应始终专注于*《玉苒厦之书》*的教导，以及如何将其融入日常生活，因为只有当真理在我们的内心深处生机勃勃时，它才会成为在我们家庭、工作和整个社会中传播的有效工具。学习小组是其参与者的反映，也是带领这些参与者走上灵性和智性发现之路的主办者的反映。

学习小组的目标和宗旨是逐人逐次地转化世界。仔细阅读本指南，你将从他人的经验中获益--它将帮助你建立或改善自己的学习小组。

> 当人与神合作时，伟大的事情可能会发生，而且确实会发生。
> 132:7.9 (1467.5)

建立一个灵性社区。。。一次一个学习小组。

谨启，

玉苒厦国际协会学习小组委员会

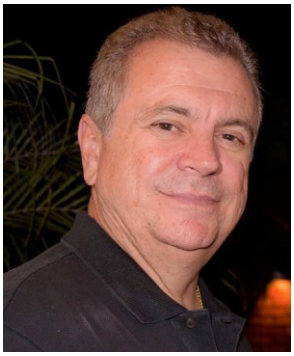
每个引文后的索引包括篇号、节号、段号，然后是页码和段落。例如，132:7.9 (1467.5) 表示：

- 第132篇 第 7 节及该节第 9 段
- 第 1467 页，该页第 5 段

行内引用仅包括篇号、节号和段号，例如 (132:7.9)

根据版次/翻译/印刷/版本的不同，页码可能略有不同。

特别的欢迎



自 1955 年《*玉苒厦之书*》出版以来，志愿者组织一直在努力传播其教导。其中一个最有效的方法就是协助在世界各地建立新的学习小组。满怀感谢的是，目前已经有数百个小组存在。

当你第一次决定引领一个小组时，你就进入了这个不断壮大的全球学习小组社区，这个社区正在慢慢转化我们的星球。你和你的新学习小组加入了一个鼓舞人心的、世界性的真理寻求者团队，他们正在学习和活出这份第五纪元的启示。

我们向所有学习《*玉苒厦之书*》的人提供热忱的帮助，无论其宗教、民族、政治或读者协会如何。学习小组不受玉苒厦基金会或玉苒厦国际协会的许可、批准或控制；学习小组不受任何组织的控制。根据由三个《玉苒厦之书》的组织合作开展的互联网项目《玉苒厦之书学习小组名录》，"学习小组是《玉苒厦之书》读者的自主聚会，与任何组织都没有关系，尽管赞助这一互联网资源的组织促进并支持它们"。[2]

成立学习小组没有任何要求，只需几个人愿意分享他们对教导的思考和研究。本指南是帮助你建立小组或改善现有小组的工具，它将会解答你在一路上可能遇到的问题。如果你选择创建一个小组，你就会加入数以百计的小组的行列，他们通过这样做而获得了极大的灵性满足。此外，你还会发现，与小组一起进行虔诚学习，可以增强和阐明《*玉苒厦之书*》中所发现概念的意义。

你为开始、主办或培养学习小组所做的努力，将在永恒中为所有在玉苒厦开始灵性之旅的人敲响钟声。

愿我们的天父保佑你，以及那些与你一起参与这项重要努力的人们。

恩里克 • 特拉弗尔
玉苒厦国际协会主席

2 https://www.urantiastudygroup.org/

目录

引言 iii
特别的欢迎 iv

I. 对玉苒厦启示的小组学习 1
主办小组学习：概述 1
为何要开始学习小组？ 2
小组学习的灵性层面 2
学习小组与真理传播 3

II. 如何发起学习小组 4
决定主办学习小组 4
最初会议 5
召开小组首次会议 6

III. 主办和促进 8
成功学习小组的要素 8
线上学习小组 9
小组成功的社会要素 10
学习小组的有效促进 12
给学习小组促进者的建议 12
小组学习的方法 14
使用学习辅助材料 16
按顺序阅读小组剖析 17
个人的促进哲学 18
学习小组成员资格的各个方面 18
祈祷、崇拜和歌唱 21

插曲：学习小组体验 22
耶稣的故事 德克萨斯州沃斯堡灯塔学习小组 22

IV. 学习小组的其他问题 25
应对干扰者和怀有个人议程者 25
处理争议 25
创造灵性合一 26
参与服务项目 26

后记：建立全球学习小组社区 27
社区 27
学习小组名录 27

附录 28
附录 A：发起首次会议的清单 28
附录 B：学习小组援助联系人名单 29
附录 C：通讯文章的提交 29



澳大利亚



哥伦比亚



哥伦比亚

I.对玉苒厦启示的小组学习

主办小组学习：概述

开始一个《玉苒厦之书》学习小组可能比你想象的要容易得多。你所需要的只是确定聚会（面对面或线上）时间和地点的愿望、几位候选人的名单以及邀请他们的勇气。虽然小组参与是学习小组的宗旨，但成功与否通常取决于一个有奉献精神的人，这个人可能就是你！这份指南就是为心中怀有这样一个愿景的人而写的。

起初，你可能会觉得向认识或不认识的人发送邀请很尴尬。但长期的经验表明，大多数地方都有很多潜在或现存的读者，而且很多人都很高兴被邀请参加学习。即使他们没有立即成为小组的一员，大多数人也会欢迎你的邀请。

每个学习小组都不可避免地会形成自己独特的个性。小组个性的形成取决于主办者、参加者以及你们的学习方法和友伴关系。请记住：有无数种方法可以一起学习并享受小组体验。

在本指南中，我们会解释组织第一次会议--最重要的一次会议--所涉及的步骤。此外，我们还会介绍我们认为成功主办小组会议，以及促进学习和社交互动的理想条件。如果你已经是学习小组的主办者，本指南中的建议也会让你受益匪浅。

在最初的几次会议之后，哪些学习和社交技巧适合小组的新兴个性将会变得更加明显，你可能需要做出相应的调整。

随着你的小组在以后的岁月中不断发展壮大，我们鼓励你通过偶尔改变形式或学习方法来提供多样性。同样，让你的小组以适合你和你的成员的方式发展。我们将在本指南的后面提供一份学习方法清单。

我们总是建议你--作为主办者或组织者--始终明确你的目的是对《*玉苒厦之书*》的学习。这并不排除对与讨论主题相关的其他有价值著作或观点的讨论。然而，要把重点放在这份启示的独特文本上，这是一项足以对任何小组提出严峻挑战的任务！

我们还建议，一个小组定期参加活动的人数最好不要超过10人。超过这个人数，每个人都很难参与进来，而参与是实现收益的关键所在。如果出现参加人数过多的情况，可以想办法将小组分成两组。记住，小组学习的目的之一是创建更多的学习小组，从而为培训教师和领导者提供更多的机会。

从最一般的意义上讲，让你的小组专注于《*玉苒厦之书*》的教导固然重要，但为小组成员提供一个良好的学习环境以及满足他们的社交和灵性需求也同样重要。一个成功的小组最重要的因素包括：

- 一位或多位创始人对小组成功的承诺。

- 会议时间和地点的一致性、以及适宜的学习环境。
- 有足够数量的读者（通常为 3 至 10 人），并愿意筛选新成员。
- 适合小组的学习方法和自我管理技巧。
- 娴熟、温和、有效的促进。
- 深入学习、真诚分享、祈祷和崇拜带来的灵性成长。
- 与《玉苒厦之书》的学员们交往时自然而然产生的爱。
- 在安全、开放的氛围中进行提问、评论以及对教导的个人解读。

注解：请注意，我们使用了两个不同的术语：**主办**和**促进**。所谓主办，是指提供会议场所或为线上小组提供软件、寻找初始成员、组织后勤细节等任务。所谓促进，是指领导和指导学习小组会议等任务。同一人或多人可以完成这些任务。

为什么要开始学习小组？

你可能听说过，玉苒厦运动的早期领导人奉命在全世界组建成千上万个学习小组。我们相信，启示者们之所以提出这个建议，是因为他们知道，小组学习环境比个人化的单独学习有很多优势。

当然，几乎每个人都是以个人方式发现这份启示， 并首先开始自学。但经过一段时间后，大多数人都会寻求与这份文本的意义和价值建立更深层次的关系，这会通过与他人分享这些意义和价值而找到。

经过近七十年的发展，学习小组成员已经明显感受到小组环境所带来的许多独特益处：

- 通过分享解读增强对文本的智性认知。
- 对意义的指数级扩展；两个人的发现远远超过一个人的发现。
- 社交性联谊、真正的友伴关系和持久的友谊。
- 开阔的视野--在宇宙感知上的成长。
- 通过分享、祈祷和崇拜实现个人灵性成长。

无论你是主办者还是参加者，学习小组都能为你带来诸多益处。参加几次学习小组后，大多数人都会发现，当他们不能参加时，就会由衷地怀念这种经历。小组学习并不是学习教导的唯一方式，但似乎是最好的方式。

对一份伟大启示的私下学习本身就是一件有益的事情，但这个世界需要更多的学习小组，需要它们为人类带来更多的益处。因此，如果你真的希望主办一个小组，就从你所在的地方开始--但要从今天开始！

小组学习的灵性层面

人与人之间的交往和相互关爱是防止有害隔离的有效确保。

> 你为他人的福祉而活，而他人也同样为你的福祉和提升而活，这种认识具有积极的力量。人在孤立中会变得衰弱。160:2.9 (1776.3)

多年来一直独自学习的人经常会汇报一个奇怪的事情：当他们开始与他人一起阅读时，他们会觉得自己读的是同一本书的扩充版。

小组对文字的考虑可以阐明意义和概念，因为小组的设置提供了丰富的多种观点。

其结果是对个人观点的形成起到平衡和纠正的影响，更不用说群体参与在情感和精神上的强化作用了。

这份启示告诉我们，我们不仅可以通过神之灵的直接教导找到神，还可以通过与同伴的密切交往获得灵性的成长。亚历山大的罗丹详细讲述了团体交往的益处。

> 许多高尚的人类冲动消失了，因为没有人倾听它们的表达。确实，人类独处并无益处。160:2.6 (1775.7)

罗丹还说，通过交往，我们可以汇集各自的灵性财富，从而丰富我们的灵魂，避免成为视野扭曲、观点偏狭和判断狭隘之牺牲品的常存倾向。

其他益处还包括，我们认识到自己是一个巨大的宇宙社区的成员，并由此推论，学习小组就是神的这个大家庭的一个缩影。参加学习小组可以给我们的灵性电池充电，提升我们的智力，激励我们服务和关爱他人。归根结底，参加对这份启示的小组学习能让每个人更加了解上父和他为我们所有人制定的扬升计划。

学习小组和真理传播

学习小组是传播《*玉苒厦之书*》教导计划的重要组成部分，包括在全世界宣传神的父亲身份和人类的兄弟情谊。这些小组为未来的教师和领导者提供了在开放和富有同情心的氛围中发展技能的机会。他们让我们在友好的环境中尝试创造性的、有时是高度个人化的诠释。

学习小组帮助我们通过与寻求真理的同道和志同道合的人交往来寻求自己的信念，他们都有同样的愿望，希望在灵性上成长，并分享自己的信仰。这些读者团体对于每一种真理传播者-- 从试图在日常对话中注入新观念的人，到渴望成为王国使者的人--都是强大的信心构建者。

> 当一位极好的真理寻求者和一位极好的真理给予者相遇时，结果就是一种出于对崭新真理之体验的极好而又自由的启蒙。130:1.1 (1428.1)



II. 如何发起学习小组

决定主办学习小组

主办学习小组需要决心；真正的成功需要持续投入时间和努力。召集一次会议可能只需要花费你几个小时的时间，但你必须在这几个小时内持续承诺 "坚守阵地"，即使在出席率低或出现问题时也必须这样做。如果小组要生存下去，你数月甚至数年的奉献精神至关重要。

通过长期观察，我们知道有些学习小组举步维艰，而有些学习小组却蒸蒸日上。经验表明，成功的小组都有一个主办者（或几个共同主办者），定期在预定地点举行会议，而且这些会议都是以耐心、理解、爱心和真诚的努力主办的。

如果你正在考虑主办一个学习小组，我们建议你参考以下清单。请注意，附录 A 中提供了更全面的清单。

- 在未来的岁月里，你是否愿意将学习小组作为你生活中的一项优先内容？
- 你是否有必要全心全意地培养一个新的社会实体，将你不认识的人纳入其中？
- 你是否愿意每周抽出几个小时来召集你的小组？
- 你是否有能力为会议提供便利，或将那一职责委托给具备所需技能和承诺的其他个人？
- 你是否能够灵活应对小组进程的展开，最终允许学习小组发展和演变出自己的小组个性和方法？
- 考虑是否想要线上小组、面对面的小组或混合形式的小组。

也许你想享受在自己家里举行灵性聚会的经历，这可能会对家里的人 / 住户产生有益的影响。如果你有家庭，如果小组在你家聚会，你的家庭成员会参加聚会吗？如果不愿意，他们是否愿意在不影响小组活动或感到不便或被忽视的情况下容忍小组的存在？

希望你的家人或室友能够支持你的努力。如果不能，那么最好在你家以外的地方，如图书馆或宗教设施中举办小组活动，或者与另一位有积极性的人合作，让其担任主办者的角色。即使你不实际主办小组或者直接管理其后勤工作，也要记住，学习小组促进者的角色为你提供了一个服务的机会。学习环境这一主题将在第三部分中进一步讨论。

作为小组的创始人，小组成员将会把你视为他们的领导者。人们通常会将其称为"你的小组"。这意味着，举例来说，如果小组在做决定时遇到困难，你应该首先提供备选方案或者直接做出决定。之后，在某种形式的小组管理工

作开始后，你可以放松并让整个小组来管理自己的事务。

最后，一定要记得祈祷以寻求指引，并敞开心扉接受属灵的帮助。我们推荐你在决定主办一个小组后，首先要做的就是把你的决定交托给你内心和周围的属灵影响。请记住，我们周围有属灵帮助者，只要我们愿意接受他们的指引，他们就会帮助我们。

> 当人与神合作时，伟大之事就会发生，而且确实会发生。132:7.9 (1467.5)

最初会议

找到感兴趣的人

作为新的主办者，你的首要任务是找到潜在成员，对他们进行筛选，然后把名单上的每个人召集起来，召开最初会议，并组织学习小组。在所有可能的招募方式中，直接的个人接触通常是邀请他人加入小组的最佳方式。

这里总结了一些屡试不爽的招募方法：

- 邀请最亲密的同伴。应邀请你的家人、朋友和对这本书感兴趣的熟人。这些人通常会成为学习小组的核心。
- 利用官方组织的数据库，例如玉苒厦基金会、玉苒厦国际协会和其他《玉苒厦之书》的组织，这些组织都有允许其他读者与他们联系的读者数据库（见附录 B）。
- 尝试在当地做广告。在当地报纸、网站列表或当地书店和灵性中心刊登小型展示广告，可以吸引更多的人。
- 你也可以在*《玉苒厦之书》*学习小组名录上注册你的小组，并说明你正在寻找新的参与者来开始小组活动。也可以利用玉苒厦国际协会的《*Tidings消息*》等通讯或出版物来宣传你的小组。联系《玉苒厦之书》协会或组织，来帮助培养和推广你的学习小组。

以下是找到小组潜在成员的更多建议：

广告中的真相

在邀请潜在成员造访小组之前，一定要确保他们完全了解聚会的灵性本质。你不希望因为新人误解了聚会的目的和内容，而让新参加者或小组的其他成员感到不舒服。不要试图欺骗任何人参加你的小组。

一定要告知小组新成员的到来。第一次接触和问候可能是留住新成员的关键。如果是线上小组，应与新成员会面，向其解释相关的软件。

把重点放在启示上

如前所述，一定要让潜在成员明白，你们的小组学习*《玉苒厦之书》*，而且只学习《*玉苒厦之书》*，当然你们也可以使用《圣经》、地图等学习辅助材料。一些新时代有争议的做法（如占卜、通灵、魔法）会分散你们学习这本书的注意力，更有可能会造成分裂，损害你的小组。玉苒厦国际协会不支持这些做法。当然，人们可以拥有他们想要的任何类型的学习小组，但是不支持或不鼓励进行此类活动或要求加入其他组织（政治或宗教）的会员，也不推荐它们或将其列入*《玉苒厦之书》*学习小组名录。

安全第一

在添加新成员之前，一定要将小组的安全放在首位。在与某人相处融洽之前，请注意不要透露自己的住址。并非每个人都在为这一启示的成功而努力。有些人可能会试图利用你的小组来达到他们自己的目的，或者试图用*《玉苒厦之书》*以外的材料来影响你的小组。

会见和筛选新的潜在成员。

在邀请你不认识的潜在新成员参加学习小组会议之前，对他们进行筛选。要求他们先在公共场所或学习小组以外的非正式聚会上与你见面。当然，要有礼貌，但不要犹豫，直接询问他们对*《玉苒厦之书》*的信念和想法。记住，主办者的一个重要职责是保护小组的完整性。你不想假定最好的结果，却在一个没有经过严格筛选的陌生人开始参加你的小组后发现最坏的结果。虽然这份启示的教导确实是为全人类而设，但加入与小组信念不相容的人也是不明智的。

对于线上小组，应在下次会议之前与申请人进行讨论。你必须考虑是要公开发布线上会议的信息，还是只有在与新成员会面后才提供这些信息。如果新成员不知道如何使用软件或应用程序，他们可能会干扰会议。也许有一份以前会议的录音可以帮助新成员了解线上学习小组是如何运作的。

留意个人议程

许多人在宗教、灵性或政治方面有着狂热的个人议程。大多数人都是怀有善意的好人。尽管如此，你应该明白，想要接触受众的愿望可能隐藏着动机。在玉苒厦运动的历史上，有许多关于一些成员如何破坏学习小组的故事。熟练的促进者可以帮助他们把问题抛在门外，让他们成为对小组有贡献的成员。

召开小组首次会议

一旦你有了一份潜在成员名单，我们建议你邀请名单上的每个人都来参加学习小组。社交媒体是让成员保持联系并了解小组最新动态的好方法。以下是一些推荐步骤：

祈祷成功

考虑请求上天支持这一努力。请求这份启示的学生受引导来到你们的新小组，并使第一次聚会有效。

创建并发送邀请函

找到合适的地点，并确定会面的时间和日期。发送一封电子邮件或讯息，其中包含会面的详细信息以及你的联系方式。如果你喜欢，可以使用即时讯息应用程序。请记住，2 到 10 人的小组通常被认为是理想的规模，但所有小组都是从你一个人开始的。我们鼓励你让你的地方和/或国家协会以及*《玉苒厦之书》*学习小组名录了解你的小组，以便获得可得的支持和益处。

与所有人确认

在会议召开前几天，通过电子邮件、即时讯息或电话提醒，强化会议重要性。此外，提前一两天确定所有会议安排，这样最后一刻的

问题更少可能会发生。会议当天的另一个提醒可能有助于提醒大家会议时间和其他细节。

召开有目的的会议

提前到达，以便向大家问好。迅速开始。自我介绍后，就会面的地点、时间和频率提出建议。就学习方法提出建议。如果你能以基本计划的形式发挥领导作用，会议将会进行得更顺利，但一定要让你的计划适应小组大多数人的需要。给每个人充分的时间介绍他们自己，然后就什么能吸引大家的想法和意见去展开讨论。

在做出具体承诺后结束

虽然小组的决定可能会受到很多突发事件的影响，但一定要做出明确的安排。在大家离开之前，确保每个人都知道下次会议的时间、日期和地点以及要学习的主题。在举行首次学习会议的前几天提醒大家，并将你们的决定记录在案。







III. 主办和促进

成功学习小组的要素

希望你的新学习小组能成为使每个人都能感到愉快和有启迪作用的体验。为了达到这种愉悦的结果，我们建议主办者在社交和学习之间寻求平衡，并在适合参与者的智性和灵性类型的学习之间取得平衡。此外，为小组提供舒适的设施、合理的聚会时间安排以及多种多样的学习方式和活动也很有帮助。

让我们再仔细研究一下这些及其他成功的要素：

坚定不移，始终如一

正如我们前面所说的，要保持一个小组的活力，需要一个或多个忠诚拥护者的可靠和始终如一。如果没有这个坚定的核心，就很难经受住形势的变化，比如出席率下降或出现困难的时期。

最重要的是，要培养一批致力于在固定时间和地点聚会的核心参与者。这对于那些有一段时间未能参加活动的人来说尤为重要。可预测的时间和地点是成功的关键。

有些小组在成员家中轮流主持。虽然这种方法分散了主办者的责任，并让这些额外的主办者有了成长的经历，但它也会带来其他的问题。虽然轮流聚会看似减轻了作为主要主办者的你的工作量，但事实未必如此，因为它也会给成员造成更多的工作和更大的困惑。

每周会议

经验表明，如果可能，每周都应该举行会议。会议次数少了，就很难保持势头。月度会议日期和复杂的会议时间表，如 "每月第一和第三个星期二"，可能很难安排或者记住。然而，虽然这样的时间安排可能更难维持，但总比没有学习小组要好。即时讯息应用程序可以是保持联系和提醒成员开会的一种方式。

保持联系

确保每个人都知道如何联系主办者（或共同主办者），并确保可以方便地联系到该联系人。同样，确保主办者或小组中的某个人知道如何在最后一刻取消活动时迅速与所有成员联系。

提供最佳学习环境

一个舒适合适的会议地点是必不可少的。下面是一些有用的提示：

- 大多数会议都是在主办者家里举行的，但家庭会议可能会带来一些问题。例如，主办者家的舒适和便利可能会因为缺少座位或充足的照明、缺少停车位或街道照明不足， 甚至因为有些人不喜欢在如此私密的环境中聚会而被抵消。尽管如此，在以下地点举行会议是不争的事实：家庭可以

提供更多的温暖、舒适和友善。

- 面对面学习是最佳方式，因为它能促进讨论和互动。可以考虑让小组成员在家中的餐桌旁或公共场所的会议室桌旁聚会，但要确保座位不会过于拥挤。
- 在图书馆、社区中心或教堂等公共场所举行会议也是不错的选择，尤其是对于较为严肃的学习而言。家庭的好处是给人一种更加非正式和友好的感觉，但公共设施可能会给参与者带来有益的课堂氛围感。几乎每个人都能接受在公共场所聚会，因为这些设施往往位于中心位置，停车条件也很好。作为主办者，在家庭以外举行小组学习对你来说有一个很大的好处，那就是减少了把陌生人带入家中的危险，也减少了对家人的一般干扰。如果你决定在公共场所学习，请务必询问是否涉及任何的费用、可能适用的规则以及你可以使用该设施的频率。要了解房间内是否允许摆放茶点。此外，还要询问附近是否有其他的聚会，以免打扰你的聚会。

线上学习小组

线上学习小组，也称为虚拟学习小组，近来变得越来越普遍，原因有很多。本指南中的大部分内容都适用于线上学习小组。其他一些注意事项不适合线上小组；以下是一些可能会有所帮助的提示：

- 为小组选择要使用的会议软件。理想情况下，它应该对与会者免费，不会太复杂，而且用户界面友好。软件应兼容不同类型的设备（如智能手机、电脑、平板电脑等）。玉苒厦国际协会可以免费提供一些付费软件。请与我们联系，了解是否有这种选择。
- 花一些时间学习软件、如何使用麦克风、摄像头、如何共享屏幕以及其他可用功能。花一些时间向与会者解释如何自己完成这些操作。如果他们将来要积极参与或创建新的小组，就必须对这些工具充满信心。
- 确保有电子版的*《玉苒厦之书》*。玉苒厦基金会网站提供多种格式和语言的免费电子版本。现在最常用的格式可能是 pdf 版本。你可以使用浏览器或Adobe Acrobat Reader等专用软件打开这种格式。但在智能手机上，普通的网页视图是最好的。
- 鼓励学员使用带麦克风的头戴式设备，以获得高质量的声音，并防止音频噪音或者回声。线上学习小组最常见的问题之一就是有人将麦克风和扬声器靠得太近，导致回音。人们往往没有意识到自己没有静音，他们的背景噪音（孩子玩耍、狗叫、家庭成员谈话）干扰了会议的音质。轻声提醒他们在不发言时静音。如有必要，主办者可以让与会者静音。作为主办者，请确保你精通所选软件的使用。
- 至关重要的是，主办者/促进者应具有稳定的互联网连接。

例如，你可以利用线上群组的一些优势：

- 通过屏幕与所有与会者分享文章和其他学习辅助材料。

- 在软件允许的情况下，不时将会议划分为多个分会场或工作组，开展小型研讨会。最后留出一些时间，让每个人都有机会分享自己的收获。
- 邀请有经验的读者就某一特定主题发表演讲或与小组分享经验。
- 观看对你正在学习的部分或任何你认为有启发的部分有帮助的影片/视频演示。
- 邀请全球其他各个地方的参与者。

小组成功的社交要素

当成员们喜欢相互陪伴时，小组就会取得最大的成功。如果没有时间进行社交，有些人可能会觉得小组过于死板和乏味。然而，如果社交时间过长，有些人会觉得时间被浪费了。为了提供适当的社交时间，许多小组会在开会前聚餐，或每月举行一次聚餐。

你的小组可以考虑在会议开始或结束时进行某种形式的祈祷。静默片刻往往能让人卸下一天的压力，更容易接受灵性的启发。找出你的小组喜欢和觉得舒适的方式。

社交有益于心灵，频繁的互动能增进集体友谊。集体生活和社区建设是学生情感、教育和长期灵性成长的一个重要因素。但切记要将社交时间和学习时间基本分开。

让人们分享他们对所学主题的个人经历往往很有价值 -- 他们是如何利用或者受益于教导的？真实的生活经历表明在行动中传授教导，并赋予意义和价值给它们。

平衡社交时间和学习时间

力求平衡。如果主办者不在会议期间提供一些社交互动，人们可能会感到无聊。但是，如果主办者不引导会议远离不必要的切入点和过多的闲聊，成员们可能会认为参加会议没有什么价值。学习小组主办者需要了解小组在任何特定会议中想要什么，也许可以通过留意每个人的肢体语言和行动来做到这一点。

避免 "集体治疗"

虽然小组可以成为人们袒露内心、寻求情感支持的场所，但学习小组不应变成任何成员的治疗会。这会打击想专注于书中内容的人的积极性。如果与学习主题相关，个人分享是有帮助的，但过分强调为了分享而透露私密想法和情感则是不明智的。如果某人的生活遇到困难，学习小组的家人可以给他很大的安慰和支持。然而，如果情况让小组不堪重负，可以提议在会后与该人私下交谈。

举行庆祝活动

共同庆祝节日、聚餐和其他社交活动对于培养彼此的信任和建立真正的社区至关重要。许多小组会在基督教节日举行圣餐会。耶稣设立的纪念晚餐可以是一个非常美好的场合。

引入多样性

偶尔改变学习方法，以提高学习效果。记住， 学习有多种形式：有些人通过朗读来学习，有些人通过聆听来学习，有些人通过讨论来学习、其他人通过看或做来学习。本部分后

面列出了学习方法。

选择促进者并进行轮换

应该让每个有意愿的人都参与其中。可以温和地鼓励那些不愿意的人，因为他们可能具有领导潜质，只是需要在一个友好的小组中进行一些练习。轮换促进者是提供更多多样性的另一种方法，还能给更多人领导的机会，这种经验可能会让他们有信心在将来建立自己的小组。

提供茶点

当然，任何小组都欢迎茶点。小点心可以简单地放在桌子上，也可以在会前、会后或休息时提供。会议期间提供茶点有时会分散注意力。一定要确保为那些因朗读而喉咙发干的人提供饮用水。

避免争议

作为个人，成员会加入自己选择的政治、经济、民事或宗教团体。虽然个人参加外部团体是件好事，也是明智之举，但应限制讨论任何可能造成分裂的话题。保持小组的专注力，将精力集中在学习*《五苓厦之书》*这一重要的心理和精神挑战上。

保持会议的合理长度

大多数小组发现，会议时间以两小时左右为宜。如果在工作日的晚上开会，那么开始的时间要足够晚，以便下班后参加，但也要足够早，以确保合理的结束时间。主办者或发起者不应该觉得不好意思示意大家何时应该离开，以免有人不经意间逗留太久。

促进小组管理

始终让固定参与者参与学习小组的进程和决策。尽量在*《五苓厦之书》*的范围内灵活行事。作为促进者，你的任务是鼓励灵性的成长，而不是管理结果。

做出集体决定

一旦你有了一个有凝聚力的小组，就让大家作为一个整体来决定如何学习、学习什么以及学习的时间和地点。为此，每隔几次会议，都要花点时间征求大家的意见和想法，看看大家是否满意，或是否希望以不同的方式行事。在做决定时，尽管有些小组努力达成共识，但还是应该以多数人的意见为准。决不允许一个人将自己的意愿强加给小组，尤其是你。

允许团体目的

学习小组作为一个团体，可以决定有一个或多个目的。例如，一个小组可以致力于促进以下几个方面：成员的灵性成长、对教导的智性学习、领导力和教学技能、通过增加成员和成立新的学习小组向更大的社区传播教导，以及服务项目、目标或这些方面的任何组合。

共同祈祷--如果小组同意

小组祈祷是在小组发展初期就会出现的一个话题。有些小组以祈祷开始，或以祈祷结束，祈祷可以是无声的，也可以是有声的，而有些小组则没有小组祈祷。无论如何，祈祷都应该由小组决定。小组祈祷是建立一个更加博爱的小组的好工具。祈祷（或静默片刻）可以帮助心智做好准备，将思想从物质转向灵性。请参阅"祈祷、崇拜和歌唱"部分。

保持合理的阅读速度

阅读速度没有对错之分。读多读少都是可以的，重要的是专注于教导，理解所读内容。不要让完成某篇文献的目标凌驾于学习质量和成功互动之上。如果你没有读完一篇文献，可以在下次会议上再读。保持合理的阅读节奏是你需要慢慢学习的。提前阅读材料有助于更好地理解材料。

保持互动

鼓励所有成员参与讨论和小组活动。做到这一点的最佳方法是要建立一个非对抗性的氛围，在这个氛围中，人们不会害怕说出自己的观点、检验自己的想法或寻求理解上的帮助。这个问题将在下一部分中详细讨论。



学习小组的有效促进

小组促进者的任务与主办者不同，不必是同一个人。促进者的快乐和特权在于带领小组踏上寻求真理和发现自我的双重道路。作为小组促进者，你的职责不是教导或说教，而是引导小组，激发他们对更高真理的渴望，即使你和主办者一起支持小组进行健康的社交互动，你也能发现对启示的更深入理解。一开始，让人们互动可能会很困难，但最终，许多人都会发现这些互动是最有价值的。询问人们的想法和意见，可以为一些有趣的讨论打开大门。

> 真正的教师要保持其智性的完备，就必须永远是一个学习者。
> 130:3.7 (1433.2)

给学习小组促进者的建议

快速总结

- 关注小组进程以及讨论的内容。
- 将讨论与问答相结合。
- 讨论成为一场辩论时转回正文。
- 在会议开始时强调一个具体要点。让小组在学习中有所收获；这可能会激发他们的兴趣，集中他们的注意力。
- 鼓励发现真理，以及如何在日常生活中将真理付诸行动。
- 保持会议的进展，以便小组能按时结束会议，同时又能涵盖令人满意的主题材料。
- 请注意，耶稣使用的是苏格拉底式的方法，即提出问题，引导人们思考，自己发现真理，而不是直接给出答案。
- 不要以为自己无所不知，要保持谦虚，永远以学生的身份不断学习。作为小组促进者，要对他人的想法和意见保持开放的态度。愿意接受反馈，并相应地调整自己的风格。

提前准备

提前阅读和复习材料。考虑向小组提出与阅读内容相关的问题，鼓励大家进行反思和讨论。准备好发表个人见解或简短评论，以促进他人分享经验。

紧扣主题

尽最大努力让小组围绕主题进行讨论，不要过于死板。如果讨论偏离了主题，小组的焦点也会随之转移。更糟糕的是，发散性的讨论很容易成为分歧甚至分裂的原因；它们往往变得具体化，缺乏对启示文本的具体参照。促进者必须不断做出价值判断，决定何时限制离题讨论。然而，旁枝末节的讨论是很自然的，如果是有趣的切入点，可以考虑设置一个不可见的计时器，让它流淌几分钟，然后再机智地回到阅读上来。始终牢记，一个友好而坚定的促进者会让小组受益匪浅，甚至会得到大家的赞赏。

以问题引导

学会提出措辞严谨、富有启发性问题的艺术。促进者提出的具体问题会产生出具体的答案，而不是含糊笼统的答案。提前为每个部分准备一到两个问题。请再次注意，耶稣在许多场合都用提问代替直接回答。记住，最好的促进者往往是说得最少的人。

留在后台

避免表达自己的观点或解释，因为这可能会妨碍新读者形成自己的解释。在似乎适合表达某种观点或解释的情况下，或者如果小组中有人提出要求，一定要在评论前加上免责声明，例如："我的个人经验、理解或解释是....."

必要时总结讨论

通过简要概括讨论的重要性或肯定他人的贡献，结束重要性逐渐减弱的讨论。最好提醒小组成员，问题的答案通常在下一段中。记住，经常可以愉快地说："让我们继续讨论*《五苒厦之书》*吧"。

支持适当的个人分享

鼓励成员简要分享与讨论主题相关的经历。不要让任何人在会议上滔滔不绝地讲述自己的人生故事，也不要把会议变成治疗会议。你可以询问其他人是否有类似的经历，或者直接说"让我们继续阅读吧"。

继续前进

如果有人变得啰嗦，你可以相信，小组中的其他人也会在内心希望促进者能够介入，让会议重新继续；温和坚定是促进者的理想品质。

如果你不完全理解非常困难的段落，也没关系。下面的段落通常会给出困难问题的答案。永远不要怀疑你的灵性助手、思想调整者和真理之灵正在指引你。

鼓励参与

观察所有成员的行动。如果你善于观察，很快 就会知道什么时候有人想说什么，但又害羞得不敢开口。作为促进者，你可以打断讨论，询问是否有人想发言，或者直接给他发言的机会。

考虑使用学习辅助材料和教育工具

在电脑上打开*《玉苒厦之书》*的搜索程序是非常有益的。此外，《Concordance用字索引》、《Concordex协本索引》和《Paramony对照索引》以及许多其他辅助学习著作和宗教典籍也很有用。可以使用白板、投影仪或挂图等工具列出讨论要点。这些都不是必须的，但如果有的话还是可以使用的。

具有时间敏感性

始终准时开始，准时结束。无论讨论进行得多么顺利，促进者都有责任注意时间，以免超时。如果会议时间过长或成员在会后逗留时间过长，家庭学习小组可能会成为主办者的负担。学习小组也是一种社交活动，因此要留出半小时的时间散会。这通常可以确保没有人匆匆忙忙地离开会场，而且任何有未完成的想法或问题的人都有机会在正式会议结束后提出。这也是建立深厚友谊的好时机。

培养真正的学习

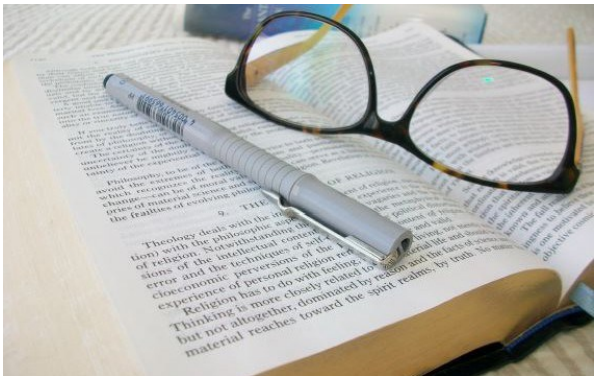
要使小组的学习过程有效，每个人都必须在身体和心理上感到舒适。小组成员需要感觉到促进者是负责人，会保护他们不受干扰。不要试图让小组成员吸收更多的知识 -- 如果小组成员对某个困难的主题感到负担过重，通常最好提前结束会议。学习的时间要有组织、有重点、有针对性、有参与性、愉快且实用。这有助于人们更深入地理解教导，并看到与他人一起学习的价值。

只需做个促进者

请记住，我们并不期望促进者是整本书的专家，你也是一个寻求真理和理解的学生。此外，好的促进者不是布道者。

有些《玉苒厦之书》的学生正在摒弃以前被说教的宗教经历，因此要尽量避免这样的情况。最后，一个好的促进者要让小组成员集中精力，争取每个人都参与进来。

小组学习的方法



下面的建议是一个可行的起点，但不要让它们限制了你的创造力。你的小组可以而且将会发展出适合你的成员的学习和友伴关系的方法。事实上，有多少个小组，就有多少种开展学习会的方法。在阅读下面的学习方法清单时，请记住以下几个补充要点：

- 主办者可能需要做出最初的决定，但是一旦小组成立，每个人都应该批准学习方法。让小组成员了解本指南这一部分介绍的多种方法，以支持那一决定。
- 赞成每个成员都能在一定程度上参与的学习方法。参与能吸引学生，激励他们定期参加学习，并为他们将来领导自己的学习小组做好准备。
- 就像我们每个人都有不同的需求一样，学习小组也应因人而异，以满足小组的需求。

- 为满足这些需求，你所在地区最好有多个不同职能的小组。
- 一般来说，专注于研究《*五苒厦之书*》教导的学习小组更能吸引来自各行各业的新读者。

按顺序学习

按顺序学习是最常见的学习方法。小组成员一起阅读《*五苒厦之书*》，从头到尾依次的阅读。你可以尝试每次会议读一篇文章，成员轮流读一页或一节，但你也可以只读一节甚至一段。鼓励大家提前阅读文章，可以帮助他们更好地理解所读内容。有些小组让一个人完成所有的阅读，甚至播放音频版本的书，在讨论时停止和开始。一定要让学生经常有提问或讨论的机会。新小组可能会发现，选择难度较低的文献或文献组进行简单通读会更容易。一个常用的方法是留出一些时间，翻到第四部分，用一个振奋精神的选题结束阅读。另一种常见的方法是偶尔跳到与按顺序阅读相关的部分，然后继续阅读之前的部分。

专题学习

在专题学习中，小组通常会选择一个下次会议要讨论的主题。成员们一般会提前学习该主题，然后轮流阅读《*五苒厦之书*》中与该主题相关的部分、参考资料或引文。有些小组喜欢把 "按顺序学习 "和偶尔的 "专题学习 "结合起来，以提供多样性。

以包容性对策学习

这种方法能让每个人都参与讨论。即使是胆小的人也有机会发言。有了这种方法，每个人都有机会就刚读过的材料发言，直到每个人都至少发言一次。当大家彼此不熟悉时，这是开展学习小组的好方法。

小组讨论

在这种方法中，促进者根据阅读内容向小组成员提出问题，小组成员则思考这些问题的具体答案。不鼓励使用 "你错了"。或 "我不同意"等短语。而是鼓励他们说 "我的理解是....."或 "我想知道"。自以为是会在小组内部产生摩擦。

> 但是，在我们这个兼具相对完美性与不完美性的宇宙中，我们为可能会有的争执和误解而感到高兴，因为由此可以表明该宇宙中人格的事实与行为。75:8.7 (846.6)

> 属灵类宗教不要求智性观点的一致，只要求属灵性感觉的统一。155:6.9 (1732.2)

带阅读和讨论的讲座

讲座形式通常是指派一人或多人结合特定读物，就某一主题阐述自己的观点。然后，主讲人主持讨论或问答环节。这种较为正式的会议形式可以帮助成员掌握在玉苒厦会议或外部组织中介绍主题的技巧。

引文学习

在这种方法中，一个人可朗读一系列的段落，并引导小组讨论每段引文，或者与某个主题相关的一组引文。

问答

这种方法邀请小组中的任何人提出要讨论的问题。小组以*临时*方式逐个讨论问题。如果你手头有*《玉苒厦之书》*的索引或对照表，或者有一台能够搜索文本的电脑，这种方法是最有效的。

"神学讲座"

这个拉丁语术语指的是默读、沉思性的小组阅读，或允许有时间沉思的祈祷性朗读，让每个成员都能与灵性文本进行个人接触。在阅读指定的部分或主题后，可以选择进行讨论。用这种方法来唤醒真理之灵，它将帮助每个参与者在个人解读中寻求更深层的意义和价值。

非正式学习小组

这种方法更适合高级小组，可以自由讨论主题以及*《玉苒厦之书》*与这些主题的关系。主题可以提前指定，也可以在小组集合后出现。非正式小组往往需要强有力的引导，这样才能将注意力集中在*《玉苒厦之书》*上，避免无关的话题。

情景再现

重演书中的戏剧性事件可以让教导栩栩如生。例如，你可以重温最后的晚餐，让每个人扮演一个角色（并让一个人充当叙述者），跟随*《玉苒厦之书》*中对这一事件的描述。

视听

视频、PowerPoint 或其他形式的视听演示总是令人愉快的。演示之后是小组讨论。通过在线上小组中共享屏幕，或使用电视作为显示屏，你可以共享许多YouTube和类似网站上与玉苒厦有关的精彩视频。这里有一些真正出类拔萃的视频作品。

娱乐和游戏

上述任何一种方法都可以添加各种形式的材料。这些都是供学习小组偶尔使用的学习辅助材料，而不是长期使用的技巧。它们可以包括小知识问答、棋盘游戏、配对游戏、选择题、填空题或填字游戏。网上有几种文字游戏，可以改编成玉苒厦的小知识或语言。偶尔举办一次"游戏之夜"，可以创造乐趣和友谊，防止小组变得过于严肃。不要吝惜偶尔改变方法，以保持小组的新鲜感和活力。

使用学习辅助材料



手边有学习辅助材料总是会有帮助的。如今，最好的学习辅助材料就是互联网和电子设备。以下实物或电子形式的辅助材料可能会有所帮助，不过它们并不是建立学习小组所必需的。

有许多经典的参考书，不过有些现在已经很难买到实体书了。它们包括：

- 玉苒厦基金会的*《关键词索引》*。
- *《玉苒厦之书》*的《协本索引》（索引和用字索引之间的交叉）。

- *用字索引*（按字母顺序排列的*《玉苒厦之书》*主要词汇索引）。
- *Paramony*（将*《玉苒厦之书》*与《圣经》相互参照）。
- *发音指南*

如今，互联网是最好的资源，但是，如果你没有电脑或互联网连接，那么最好的辅助材料可能就是：

- 词典（如果可能，从文献传递时间起的年代）。
- 一本地图集，特别是带有耶稣生平的地图。
- 《圣经》和其他作为参考的宗教典籍。

网上有很多不同的资源。如果你有智能设备和/或可连接互联网的电脑，就可以使用以下链接和辅助材料：

- 可搜索的电子版*《玉苒厦之书》*或网站搜索引擎。
- 网站上的音频版本或光盘。
- 一些玉苒厦的组织有很好的学习辅助资源，请查阅。
- 自从文献的传递时代（1935 年）以来的词典。
- 最近出版的《梅里亚姆-韦伯斯特Merriam-Webster词典》

有些应用程序可以帮助你学习这本书。例如，有一款名为"Urantia "的应用程序有一个"名言生成器"，它可以帮助你探索教导，随机选择一句名言，然后进行讨论。

玉苒厦基金会和玉苒厦国际协会免费或以最低成本提供大量辅助材料。协会也可以帮助你找到最适合你小组的辅助材料。学习辅助材料和辅助著作有助于理解*《玉苒厦之书》*中的概念。但这份启示仍应是最主要的教导来源。

按顺序阅读小组剖析

作为一项建议，以下是在循序阅读的过程中哪些可能阶段的一个例子，你会发现可能会有所帮助。

在几分钟的问候和社交时间之后，主办者宣布会议开始，并且提醒与会者将移动设备关闭，然后带领大家做简短的感恩祈祷或默祷，为深入学习做好心灵准备。转入会议后，主办者介绍促进者，后者首先对当晚的指定文献进行简短概述。促进者宣读文献的引言部分。从他右边的人开始，促进者要求阅读第一节，并解释说每个人阅读完每一节后都应停止，并指示问题或评论应保留到每一节结束。

每次朗读结束后，促进者都会请大家举手发言。有时，促进者会温和地鼓励新读者提问题。如果没有人对刚刚朗读的部分有进一步的问题或意见，促进者就会请下一位朗读下一部分，依此类推。当会议接近尾声时，促进者结束讨论并简要总结会议。然后，主办者邀请大家默祷一两分钟。祈祷结束后，主办者要让大家知道下次会议的时间和地点，以及将要学习的内容。随后是更多的社交时间。

个人的促进哲学

促进学习小组是一项神圣的工作，以引导你的兄弟姐妹们与第五纪元启示相遇。因此，促进者应该激励每个人全心全意地参与这场相遇。你应该始终以教育者的精神来做这件事。

促进者会认识到，我们都处于人生旅途的不同阶段，这可能会导致我们做出不同解释，而且，这种现象既美又好。让小组讨论绽放芬芳。

促进者鼓励这样一种环境，即每个人都尊重那些可能与自己意见相左的人。大多数人都不喜欢别人说他们错了，但如果能以关爱和非对抗性的方式表达其他观点，他们就能从中学到东西。

*《玉苒厦之书》*没有官方解释。文本不言自明，我们对教导的理解可以通过许多独特的观点得到扩展。

应该允许所有参与者提出不同的意见，但绝不允许他们断言其他学生是错的。负责在每个参与者的内心深处确定什么是真理的，是真理之灵，而不是学习小组的成员。如果每个人都不觉得有必要为自己的观点辩护，而只是把它提供给小组成员考虑，那么学习就会更有成效。

让新读者、害羞或沉默的成员参与进来的一个好方法是，促进者要表现出明显的倾听愿望。通过提出简单的问题或温和地邀请他们发表意见，鼓励他们发言。积极的表扬和强化有助于鼓励所有人参与小组活动。

讨论不仅应包括对智性事实的思考，还应包括从阅读该书中获得的个人或生活体验，以及在生活中应用教导和灵性价值的方法。它们也是分享对文本意义和价值的个人诠释的一种方式，并激励每位成员践行每次阅读中认识到的真理。

学习小组成员资格的各个方面

新成员可能会给一个成熟的团体提供新鲜的空气和澎湃的热情，使其在智力和社交方面焕然一新。长期成员有时会对新成员感到不自在，原因很简单，他们的新想法与老成员的想法不一致。让来访者或新成员感到自己受到欢迎和重视，可能会侵犯小组的舒适区，但这会让每个人都得到成长。任何学习小组聚会的一个重要因素都是与会人员之间分享的爱，以及对来访者和新成员的爱。成员的成长来自与周围人的爱的关系。千万不要犹豫去邀请那些看起来感兴趣的人。行为是你的，结果却是神的。不是每个被邀请的人都会来，但除非发出邀请，否则没有人会来。

有些小组对新成员开放，有些则不然 -- 无论哪种方式，都是作为主办者的你和你小组成员的特权。例如，有些小组实际上是家庭单元，喜欢像家人一样一起学习；其他小组可能参与更高级的学习，喜欢保持一定的共同理解水平；还有一些小组已经确立了目标，比如一起阅读第四部分的全部内容，只有在完成这样的共同学习经历后才会对新成员开放。

有时，小组的固定成员可能会问他们是否可以带对这本书感兴趣的朋友或家人一起来。我们随时欢迎希望旁听会议的人。

吸引新成员

除了第 2.2 节 "找到感兴趣的人"中的建议以外，作为一个经验丰富的学习小组，你现在可以在你的寻求中增加以下项目，与潜在的新成员分享：

- 小组成员的个人经历
- 小组召开会议的时间
- 现有成员的背景
- 小组的目标

接受新成员加入小组

如果你的学习小组愿意接受新成员，那么对成员的基本要求仅仅是对*《玉苒厦之书》*感兴趣，以及有认识和侍奉神的真诚愿望。不过，作为一个小组，你可能还是希望制定一些介绍新成员的标准。有必要对小组中不认识的潜在新成员进行筛选。

促进者的任务之一是确保新成员真正有兴趣学习这本书。向潜在的新成员提问。例如你住在哪里？你是怎么找到这本书的？你是怎么找到我们小组的？你读这本书多久了？你对加入我们小组有什么兴趣？书中哪一段或哪一部分给你留下了深刻印象？你认识其他的读者吗？如果认识，他们是谁？这些问题可以帮助你决定这个人是否适合加入你的学习小组。有时，你可能需要拒绝接受新成员，可能是因为缺乏真正的兴趣、安全原因，或者因为他们可能有自己的议程。如果新成员由于某种原因似乎不适合加入，请礼貌有礼地说出来。在这种情况下，小组可以帮助他们建立自己的学习小组。

邀请新会员

在邀请新会员参加第一次会议时，让他们了解你们的规则，以及有多少人参加会议，以及对他们的期望。主办者应该这样做。还要让他们知道你们小组关于第三方作品和非《玉苒厦之书》讨论或话题的规定。让他们知道在面对面的聚会中是否需要携带食物和饮料，让他们知道要提前阅读的内容，或者你们正在阅读的书的哪一页。

欢迎新成员

在第一次会议上，你可以让新成员有机会向其他成员介绍自己，并说明他们是如何找到这本书的。例如他们是如何找到这本书的？他们读这本书多久了？他们读完这本书了吗？他们是如何知道学习小组的？

对新会员要始终保持亲切、关爱和理解，尤其是在最初的几次见面中，要努力向他们展示灵的果实。对问题要有耐心，尤其是新成员提出的问题。

新成员的加入总是令人兴奋的，但不要让他们感到不知所措。小组或个人可能需要自我约束，尽量不要让新成员成为唯一的焦点。

应鼓励新成员参与并提出相关的问题。不过，为了避免过多的问题干扰会议，可以考虑在会前或会后另找时间回答这些问题。

灵的果实就是仁爱、喜乐、平和、忍耐、亲切、良善、忠信、温顺和克制"（34:6.13）。

与神圣调整者的兄弟情谊的证明，完全在于个人信徒的生活经历中表现出的灵的果实的本质和程度。

"凭着他们的果实，你就会认出他们"（5:2.4）。

保持出勤率

对于许多学习小组来说，出席率是一个问题，但它并不总是成败的指标。一个规模适当的小组对于小组的内容和多样性来说是可取的。会有挑战，但也会有很多收获。更重要的是要努力保持小组的核心固定参与者。参加者的人数往往会随着季节和其他外部变量而波动。显而易见，保持出席率的关键是要有一个成员愿意参加的学习小组。因此，保持会议的趣味性并提供多种学习方法对保持成员参加学习小组至关重要。

让大家感觉到自己对小组的重要性，是他们回来的目的，因为如果没有他们，小组就会缺少一些东西。邀请他们积极参与小组的运作通常就能做到这一点，这也是为什么轮流担任促进者并确保每个人都参与讨论可能会有帮助的原因之一。

小组的化学反应很难预测，但是，如果主办者在会议中营造出一种充满爱意、随意和邀请的基调，让成员感到舒适，那么化学反应就会自己产生。无论你的生活中发生了什么，在学习期间都要抛开一切。作为主办者，一定要热情、友好、开朗。对小组成员的每一个回应或评论表现出真正的兴趣。

其他可以保持兴趣的活动可能包括这些想法：

- 邀请外部人士发言。
- 主办与其他学习小组的联席会议。
- 庆祝耶稣的生日或其他在你的文化中具有重要意义的宗教节日。
- 参与当地社区服务项目（详见下文）。
- 致电缺席会议的定期会员
  并让他们知道你很想他们。
- 你的小组可以考虑一起参加一些与*《玉苒厦之书》*有关的项目，如在图书馆放置本书、玉苒厦国际协会监狱囚犯响应小组（PIRT），或通过玉苒厦国际协会网站自愿参加一个项目。社区服务总是需要更多的工作者。爱在行动中！
- 考虑接纳或支持另一个学习小组，可以是本地的，也可以是来自其他文化或国家的小组。与他们共享学习时间或合作完成一个项目。

除了学习小组的灵性目的之外，还可以让非全时参加者有切实的目的感，从而提高他们的投入程度。这通常可以通过参与一些项目来实现， 在这些项目中，他们可以看到并感受到自己的努力所带来的直接成果，从而使社区中的其他人受益。

最后，每个人都是小组的重要组成部分，需要不时得到认可和肯定。真正关心小组成员的需要。人们总是喜欢与爱他们的人在一起，分享他们的生活。

> 当人们看到你们如此爱他们，当他们看到你们多么热诚地服务他们，他们将会感知到你们已经成为天国的信实伙伴，他们将会跟随他们在你们生命中看到的真理之灵，直至永恒救赎的发现。191:6.2 (2044.3)

成员离开小组时

你想要你的学习小组发展壮大，因此，如果有人离开，请找出他们离开的原因。是个人问题还是小组问题？

可以做出哪些改进，或如何帮助那个人？

始终对离开小组的人表现出兴趣，让他们知道如果他们愿意，欢迎他们回来。我们的目标是帮助人们从*《玉苒厦之书》*的教导中受益。

一些建议：寻找另一个小组，开始一个新的小组，如果对方想独自阅读，可以提供问题支持，或者告知他们学习这本书的其他选择（如《玉苒厦之书》国际学校、线上论坛和网络研讨会）。

祈祷、崇拜和歌唱



*《玉苒厦之书》*告诉我们：

> 耶稣教导十二人总是要私下祈祷；要自己去往安静的自然环境中，或是去到他们自己房间，在他们从事祈祷时关上房门。144:3.14 (1620.12)

然而，在讨论祈祷的社会影响时，中道者首领写道：

> 但祈祷并不必总是个人性的。群体或是公众的祈祷也是非常有效的，因为它在其反响方面是极为社会化的。当一个群体为了道德强化和灵性提升而从事团体祈祷时，这种奉献会在组成群体的每个人身上有所反应；他们都将因参与而得以改进。91:5.2 (998.5)

这两种祈祷的视角让你的小组成员可以找到自己的运作方式。根据小组的决定祈祷或不祈祷都是可以接受的。小组祈祷，无论以何种形式，只要小组觉得舒服，就能极大地促进灵性合一的感觉。但小组祈祷并不适合每一个人。把它强加给不喜欢的小组成员是不明智的。许多小组采用的中间点是在会议开始时默想或静坐片刻(*)。这样，每个人都可以决定是否参与，而不会感到任何压力。

有些小组轮流祈祷。促进者或者主持祈祷，或者先祈祷，然后示意其他想发言的人都可以发言。静默一段时间后，促进者可以用简短的祈祷来结束这一时刻，可以是即兴祈祷，也可以是朗读祈祷词，如信徒的祈祷文（144:3）。

如果你有幸在你的小组中有喜欢音乐的人，那么在聚会中加入提升灵性的歌曲会非常令人愉快。几乎每个人都喜欢音乐，尤其是由小组成员演奏的音乐。但并不是每个人都能在其他人面前大声歌唱，所以在考虑小组的合唱环节时要小心。毫无疑问，音乐会为任何学习小组增添新的色彩。

虽然宗教信仰是个人体验的问题，但重要的是要了解其他一些宗教体验（其他个人的不同诠释），以防止你的宗教生活变得以自我为中心--局限、自私和缺乏社会性（103:1）。

(*) https://urantia-association.org/documents/journal/2013/UAI-Journal_2013_vol-1_en.pdf

(*) https://www.youtube.com/watch?v=6iwR-28B8CJI

插曲：学习小组体验

耶稣的故事
德克萨斯州沃斯堡灯塔
学习小组

作者：里克 • 沃伦

我的第一次学习小组会议竟有十二个人参加！我住在一个大城市里，那里有很多读者，所以出席会议不成问题。但一开始，我觉得有点尴尬，因为我只认识一半的人。有些人之所以来，完全是因为他们的配偶是读者。

我很幸运，身边有一位好的读者朋友。苏珊娜是我六年前发现这本书后遇到的第一个真诚的读者。她阅读*《五再厦之书》*的时间和我一样长，她也想和其他人一起讨论这份了不起的启示。于是不久，苏珊娜和我开始讨论成立一个学习小组。

开始

我有一些基本条件：一个安静舒适的地方（我的客厅/饭厅）和一个固定的时间段。我经过深思熟虑，最终决定每两周在一个工作日的晚上举行会议，这非常符合每个人的要求。每周一次的会议似乎给我的家庭带来了太多的压力，所以我选择了两周一次。这就是主持学习小组的好处之一：学习小组可以按照主办者的意愿设计；学习的频率和方法完全由主办者决定。

我们尝试了几次调换晚上的时间，以适应人的日程安排这类情况。不过，我们最终把时间定在了周四晚上，从 7:30 到 9:30。

从一开始，我奉行的唯一铁律就是始终关注文本本身，不关注个人，不关注外围事务，尤其不关注政治。

最初的课程

第二次见面时，尴尬的气氛消失了，大约有一半的人也消失了。下一次会议只有七个人参加。令人欣慰的是，我很快就意识到，超过七八个人参加会议会产生一种社交动态，会抑制不那么自信的成员。此外，这更像是一次生产活动， 而不是一次伙伴式的学习会议。

在我主办学习小组的七年时间里，参加人数从三到二十二不等。同样，学习小组的规模在很大程度上影响着每个参与者公开参与的起伏。主办者自然希望让所有人都有参与感，即使没有参与感，至少也要受到重视和尊重。不过，大型学习小组本身并不可怕。它们只是需要不同的态度、更多的关注和更多的计划。有时，最好的解决办法可能是分成两三个较小的小组。

开展集体生活

我们按照长期以来形成的轮流阅读模式，围成一圈，围着一张桌子。尽管没有任何规则要求参与，但每个人都轮流阅读。

我们尝试要求成员阅读一整节内容，无论是几段还是几句或两页。但这有时会让可怜的

读者筋疲力尽，所以我们改成了一两个段落，主要由读者自行决定。

阅读总是与正文中的讨论穿插进行。打断即使不被鼓励，也是可以容忍的。边读边讨论是会议的真正核心。学习小组的真正价值和成果就在于此。在你的学习小组中鼓励这样做，如果善也存在，它就会成功和繁荣。

我始终坚持把重点放在正文上。偶尔，小组的注意力不可避免地会偏离正文。我发现，和谐的程度总是与偏离的程度成反比。例如，我清楚地记得这种情况发生在 2000 年美国大选前夕，当时爆发了一场自发的政治争论。当时的感觉糟透了。但当注意力重新回到学习上时，和谐又再次占了上风。

学会应对干扰

在我们共事的岁月里，只有一个真正棘手的问题--起初，这个问题让我们非常困扰，也让我们无法专心学习。这个问题花了很多时间才找到解决办法：有些成员习惯性地谈论自己和与小组重点无关的问题，我该如何与他们打交道呢？我发现，当同一个人或几个人在会议上谈论与主题无关的问题时，很容易产生不满情绪。如果这样的谈话持续下去，一些成员就会干脆退出。而且，你可能永远不知道原因。过多分散注意力的旁白也会产生其他有害的影响。如果学习小组被视为社交聚会或闲聊的场所，而不是学习这一独特、充满活力的启示的场所，那么大家的兴趣就会减退。

最后，我想出了一个办法来处理那些总是把注意力从正文上移开的学习小组成员。我请苏珊娜担任 "军士长"，她笑起来很有感染力，是个天生人见人爱的人。我从未宣布她担任这一职位，但我们事先就同意以这种方式合作，以防止会议被那些出于善意但天生健谈的成员所劫持。我们还要保证尽量不伤害任何人的感情。回想起来，我认识到我们之所以能够做到这一点，完全是因为小组成员最大的愿望是学习我们共同拥有的这一惊人的启示。他们是来和其他同样来学习的人一起学习的。

大家对苏珊娜的善意讥讽深以为然，这立刻成了一个笑话。以至于没过多久，当会议开始偏离正文时，苏珊娜只需说："闭嘴，读书。"她的发言引起了大家的哄堂大笑，没有人感到羞愧；事实上，他们经常为把我们带入歧途而道歉。我们在更加欢快的气氛中真诚地学习和研究。

实现小组学习的益处和社交

我们每两周聚会一次，花了好几年的时间才把这本书从头到尾读完，并对阅读过程中出现的所有问题进行讨论。在这个过程中，我们发现，要想充分领会和融会贯通这本有史以来最深奥之书的教导，小组学习是无可替代的。在我看来，要有一个认识到《玉苒厦文献》本质的小组，至少要通读一遍，才能完全吸收其中的启示：这是天上关心和照顾我们的人给这个愚昧世界的启示。

我们通常每次会议会读一篇文献，大约十页。但有时我们只读五页，有时读十五页甚至更多。这完全取决于讨论和阅读的比例。需要注意的是，有些人很乐意提前半小时来参加社交和交谈。有些人则会乐意在半小时后继续逗留，这完全取决于主办者是否允许。我很欢迎这种会议时间的重叠，因为这样不仅可以加强友谊，而且还有一个好处，就是可以让成员们

有时间谈论不相关的事情，这样学习会议就能更贴近会议的真正重点--学习正文。

终于迎来了最后一次会议。我决定结束主办者的角色。我们围成一圈，畅谈往事，庆祝成就，互相祝酒。然后，在与其他成员商议后，我们的小组分成了两个新的小组，城市的两边各一个。苏珊娜成为其中一个小组的主办者。时至今日，这两个小组依然活跃。这两个小组都是新老读者交流的场所，践行着那句古老的箴言："当你把一件事教给别人时，你就学会了它"。

经验教训

如果知道如何应对少数几个陷阱，成功的学习小组并不难。事实上，学习小组可以让人非常满意。另一方面，并非所有学习小组的经历都是美好的。几年前，另一位决定主办学习小组的朋友在她的第一次会议上发现了一个非常有争议、有点令人担忧的人。她的学习小组就这样夭折了。她一直没有开放她的家庭，这就是为什么要对人进行筛选。当然，筛选需要良好的人际交往能力，因此，这样的任务应该委托给一位睿智的读者。

总之，我的学习小组经历让我受益匪浅，对我在教学中的成长至关重要。但必须小心谨慎，时刻谨记主的告诫：你们既要温柔又要明智。

我所需要的只是一个固定的、安静的、专注于书的地方。除了冰水、饼干和咖啡，这就是全部了。成员们经常带来他们喜欢的零食和饮料。准备一本大词典也很有帮助。

这是一次轻松、非正式的会议，总能给我们带来参加玉苒厦会议的那种感觉。也许存在着一种学习小组天使，它能给人带来光辉，而这种光辉似乎总是耶稣光辉下的聚会的特征。



IV.学习小组的其他问题

应对干扰者和怀有个人议程者

怀有个人议程的人通常对议程充满热情，这很难处理，尤其是在有争议的问题上，如政治、通灵、超能力现象或其他的新时代意识形态。这些事可能会对你的小组产生不利影响。作为主办者，在邀请对方加入小组之前，要尽量发现他们的议程。怀有个人议程的人通常很善于隐藏自己的议程，直到找到听众为止。有时，一个人可能会试图主导会议，将讨论转向某些个人议程或他们喜欢的话题。促进者可以通过以下方式克服这一问题：

- 礼貌地建议我们继续讨论会议主题，不偏离主题。
- 私下鼓励其他成员在会议期间或会后不要参与讨论该成员的议程。如果没有人接受这个挑战，一个人往往就会失去兴趣，可能会离开小组或学会更加和蔼可亲。
- 主动提出在会后与对方见面，提供时间讨论他所关心的问题。在恭敬地听完他的发言后，礼貌地要求不要在学习小组中讨论这个问题，因为你不想让小组偏离学习*《五苒厦之书》*的主要目的。解释一下，每个人都是为了这个目的而来，保持这个目的至关重要。

如果其他办法都不奏效，主办者有责任私下将捣乱者带到一边，并委婉地解释小组的目的是学习*《五苒厦之书》*，因引入他们的个人议程，他们是在扰乱小组中其他人的学习。直接要求此人在学习期间不要再提起这个话题。促进者要有耐心和宽容，这一点很重要，但主办者也必须把小组的利益放在首位，否则干扰者会把其他人赶走。小组希望主办者以这种方式行事，并在需要时采取行动。不要为此感到难过，也不要为做了该做的事而道歉。

处理争议

正如我们所强调的，要避免有争议的问题，尤其是在新的小组中。如果小组成员之间已经建立了较好的关系，就可以轻而易举地涉足这些领域，但即便如此，也要谨慎行事。例如，有些人可能会问*《五苒厦之书》*对堕胎是怎么说的。这是一个合理的问题，但可能会引起不和。只要讨论的重点是书中的段落，这可能是一个很好的讨论。但是，如果讨论变成了政治性或对抗性的，主办者或促进者就应该介入，结束讨论或让小组转移到另一个主题上。

*《五苒厦之书》*国际学校有一条非常有用的规定："根据*《五苒厦之书》*教导的精神与其他学生和教师互动，尊重读者不同的理解水平、不同的视角和不同的沟通技巧"。

也许在会议开始时偶尔重复一下这条规则，会有助于防止小组内部出现潜在的争议或紧张关系。总之，最好是在小组讨论中寻找达成一致

的领域，但从不强迫在解释上达成共识。

创建灵性合一

寻求神是任一学习小组最重要的目标，而灵性的合一往往来自小组对这一伟大追求的共享体验，并会给小组成员带来许多益处。事实上，随着小组灵性合一的加强，小组成员之间的爱也在增长。学习小组灵性合一的其他方面包括以下几点：

- 成员的稳定性可以让大家更加熟悉，增进友谊。一群承诺参加每次聚会的核心成员将起到团结小组的作用。彼此的熟悉会带来亲近和信任。
- 考虑为小组取一个名字。名称将赋予小组一种认同感。
- 宣传你和你的小组是全世界不断壮大的学习小组社区的一部分。认识到你们是这个大整体的一部分，这将鼓舞人心，并有助于增强你们的灵性合一。
- 尽你所能体现真正的小组管理。为此，邀请每个人都参与到小组的主办、规划、领导或促进工作中来。帮助那些倾向于旁观的人认识到，无论他们的参与程度如何，他们都是有价值的成员。带领小组认识和调查小组进程中的重要问题，并要举行公平、正式的小组决策会议。

让我们努力在*《玉苒厦之书》*的所有读者中建立一种合一意识。中道者在谈到这个目标时说道：

> 但在这个耶稣的兄弟会中，没有宗派竞争，团体怨恨，也没有道德优越感和灵性无误的断言。195:10.14 (2085.6)

参与服务项目

服务是令人向往的，你可以通过多种方式为社区服务。以下就是一些关于服务项目的建议：

- 玉苒厦国际协会成立了监狱事务部，需要所有社区的志愿者。
- 请联系玉苒厦国际协会志愿者委员会或你选择的玉苒厦组织，了解哪些项目需要志愿者。
- *《玉苒厦之书》*国际学校课程促进者。也许你们小组可以组队教授一门课程，每节课都是学习小组会议的主题。
- 参与各种项目，将书籍送到世界各地灵性饥渴者的手中。
- 主办和进行地方或区域会议活动、隐修或野餐。
- 以小组为单位到无家可归者收容所、医院或当地应急机构做志愿者。寻求将自己扩展到周围社区的团体往往会发展壮大。"在你的凡人生涯中，最重要的一课就是团队合作"（28:5）。
- 帮助建立或开始新的学习小组。

后记：建立全球学习小组社区

我们衷心欢迎你加入《玉苒厦之书》学习小组社区，我们期待着共同分享这段经历。如果不一次创建一个学习小组，我们就不可能在玉苒厦上创建成千上万个学习小组，每个进展的学习小组的目标之一是建立更多的小组。

每一个新小组都将在关爱之手的呵护下茁壮成长。尽管如此，我们也邀请你帮助建立一个全球学习小组网络。这个网络既不拘泥于形式，也是不受限制的；它致力于为小组之间以及寻找小组的个人读者提供一个开放的、有意义的交流渠道。以下是实现那一目标的一些重要步骤：

社区

许多国家都有玉苒厦国际协会的分支机构（全国性的和地方性的，请查询你所在地区的分支机构）。这些组织可以作为提供特邀演讲人、读者聚会、帮助解决书中的疑难概念或其他任何你可能需要帮助的资源。再次强调，加入玉苒厦国际协会虽然很好，但并不是成功组织学习小组的必要条件。我们支持所有致力于学习《玉苒厦之书》的团体，他们的成员资格要求不带政治色彩，也不奉行会干扰教导学习的意识形态。

一旦你建立了学习小组（在场的或是线上的），我们希望每年至少能收到一次有关贵小组的最新信息。我们欢迎任何类型的新闻（伴随照片），并获得你的许可将它们包含到我们的通讯中，作为对其他人的鼓舞。

- 如果你愿意接纳新成员，请记住我们可以帮助他们找到你。有时，旅行者会联系我们，希望在他们度假或访问的地区找到一个学习小组。我们通常会帮助他们找到可以参加的一个学习小组。你可以随时联系我们，寻求帮助，寻找你所在地区的新读者，或获取你可能需要的任何信息。

学习小组名录

《玉苒厦之书》学习小组名录（UBSGD）网站是作为一项免费开放的服务提供给《玉苒厦之书》读者的，目的是方便他们与其他读者建立联系，以达到合作学习和灵性友爱的目的，同时也方便主办者宣传他们的聚会。

在"学习小组名录"中注册（见下面的链接）。玉苒厦协会（Urantia Association）、玉苒厦基金会（Urantia Foundation）和《玉苒厦之书》联谊会（The Urantia Book Fellowship）负责维护这个独立的数据库，但在这些组织中的任何一个组织的成员资格都不是列入名录的必要条件。该名录为所有团体和《玉苒厦之书》的学生服务。

https://www.urantiastudygroup.org/en

附录

附录 A：启动首次会议的清单

- 在考虑创建和主办自己的学习小组之前，我们建议你先参加另一个学习小组，了解它是如何运作的。
- 决定你是想要线上还是实体会议或两者结合。
- 评估主办学习小组所需的时间。你每周有一个晚上的时间吗？
- 与你的家人和你所在地区的其他读者讨论形成一个学习小组。
- 做出专门的个人承诺主办一个学习小组。
- 祈祷将这一决定交托给你周围的属灵性影响。
- 列出你认识的潜在学习小组成员名单。对于线上的小组，请考虑时区并查看国际名录。
- 请联系玉苒厦国际协会或国家或地方附属组织，了解你所在地区的读者和其他学习小组的名称。参见附录 B。
- 如果附近有其他学习小组，请提醒让他们了解你的意图。
- 联系潜在的小组成员，并邀请他们参加。
- 确定邀请名单。组织一次计划会议。确定合适的时间和地点。
- 通过邮件或电子邮件向所有在你名单上的潜在成员发出邀请。
- 收到邀请函几天后通过电子邮件或电话跟进。
- 在会议前不久，确认会议地点和时间的所有安排。
- 要早点到场，以便当他们到达时向大家问好。
- 如有可能，组织茶点。
- 准时开始。自我介绍并说明会议目的。
- 提出你的想法，然后征求客人的建议和想法。
- 与小组一起决定聚会地点、时间和频率。
- 初步确定学习的方法，了解随着小组的发展，这一点可能会发生变化。
- 确保每个人都知道时间和日期、和头次会议的地点。
- 请在头次会议前几天发送讯息提醒大家。
- 为本次会议制定计划；研究要涉及的文献；做好准备。
- 作为主办者，总是第一个到达。争取准时开始和结束。
- 担当第一次会议的促进者；意识到大家会希望你来领导。
- 如果讨论偏离了正轨，就要把它拉回来，重新关注正在阅读的文献。
- 不要让任何人主导会议。
- 保持进展，但留出讨论时间。鼓励提问和分享。

- 确保每个人都知道下次会议的时间和日期、地点和主题。

对于线上小组，还应考虑以下几点：

- 确保每个人都有合适的网络连接、设备（智能手机、平板电脑、笔记本电脑）、麦克风和扬声器（或耳机），如果可能的话，还有照相机。
- 仔细选择要使用的软件，并确保每个人都熟悉这一软件。
- 确保你了解将要使用的软件或平台的安全设置。
- 如果要对会议进行录音，请务必征得与会者的同意。
- 制定关于使用麦克风和摄像机的会议规程，以避免噪音和分散注意力的行为。
- 制定明确的参与规则，例如举手发言。
- 了解《*玉苒厦之书*》的可用版本/格式以及你想用来打开它的软件。

所有类型的小组都是从一个人开始的，这个人致力于小组的成功。不要因为一开始参加人数少甚至没有人参加而气馁。就像所有有价值的东西一样，创建它们需要时间。通过线上网络研讨会、课程和现场活动，在玉苒厦社区中变得活跃和知名。随着越来越多的人了解你，会有更多的人愿意加入你的小组。不要以参加人数来判断你是否成功，而是要看内容的质量和学习对参加者的价值。

> 弱者会沉溺于下决心，而强者却会行动。生命不过是一日之事 -- 做好它。行事在人；成事在神。48:7.13 (556.13)

附录 B：学习小组援助联系人名单

这是《*玉苒厦之书*》学习小组名录的链接。有多种语言可供选择：
https://www.urantiastudygroup.org

玉苒厦国际协会

4000 W. Montrose Ave.#606
Chicago, IL 60641 USA
电话： +1 (773) 572-1180+1 (773) 572-1180
centraloffice@urantia-association.org

玉苒厦国际协会 – 学习小组委员会
studygroups@urantia-association.org

玉苒厦基金会
533 Diversey Parkway
Chicago, IL 60614, USA
美国境内请拨打 1-800-URANTIA（国际长途请拨打 1-773-525-3319）。
urantia@urantia.org

附录 C：提交通讯文章

任何学习小组的主办者或组织者都可以向玉苒厦协会提交有关你们小组的新闻和/或照片。这些可以是关于你如何创建或发现你的小组、吸引新成员、个人经历、小组项目、重大事件或当前学习课题的故事。如果你同意，你的故事可以刊登在《*Tidings消息*》或《*Journal期刊*》上。

链接：https://urantia-association.org/about-uai/contact-us/

或发送至此电邮地址：centraloffice@urantia-associa-tion.org

如果你愿意支持玉苒厦国际协会的工作，请访问我们的网站捐款：https://urantia-association.org/ get-involved/donate/