גרסה 2.09

# DRAGON DREAMING

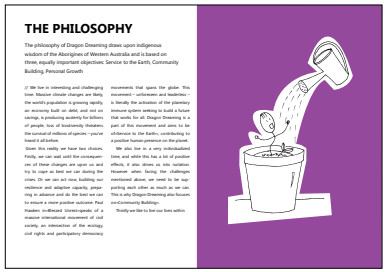
## עיצוב פרוייקט

english
slovenščina
español
latviešu
русский
português
deutsch
srpski
polski
עברית
français
...
...
...
...
...
...
...
...

# כיצד להשתמש ב'אי-ספר' רב-לשוני זה?

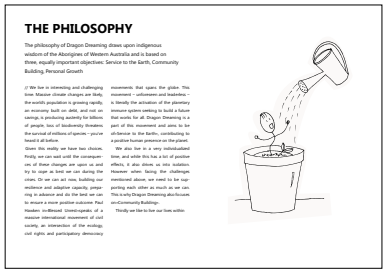
כדי להפיק את המירב מ'אי-ספר' זה, הפקנו אותו בגירסה אינטרקטיבית. כלומר, יש לך מספר אפשרויות כיצד הוא.

ייראה. להפעלת כל פונקציות הגירסה הרב-לשונית, יש להשתמש בגירסה חינמית של Adobe Reader PDF!




הקלק כאן לגירסה ציבעונית:

**גירסת מסך**




הקלק כאן לגירסה שחור לבן:

**גירסה להדפסה**

## שפה

ביכולתך לשנות שפה.

על מנת לשנות שפה עבור לדף הראשי ובחר שפה.

אנו שוקדים בהתמדה על תרגומים חדשים. אם עדיין לא קיים תרגום לשפה שלכם ואתם מעוניינים לתרגם אותו, נשמח מאד. יצרנו כבר תהליך לשם כך. לפרטים נוספים אנא צרו קשר עם translations@dragondreaming.org.



# הקדשה

ספר אלקטרוני (='אי-ספר') זה מוקדש לכל אלו שלא נטשו את חלומותיהם ומעיזים לרקוד עם הדרקונים שלהם! הספר מתפרסם בקטגורית רשיון יצירתי משותף Creative Commons License, כלומר, ניתן לעשות בו שימוש, לשכפל שלא למטרות רווח, בתנאי שניתן קרדיט למחברים. אם הינך מעוניין לערוך שינוי בתכניו או להשתמש בעקרונות אלו למטרות שאינן בנית פרוייקטים או ארגונים, אנא יידע את המחברים כדי לקבל את הסכמתם. זכרו שחלימת צמח מתוך Dragon Dreaming: הינה יצירה בהתהוות (Dragon Dreaming) הדרקון "קרן גאיה" במערב אוסטרליה. 'חולמי/ות דרקונים' מברזיל ועד רוסיה ומקנדה ועד קונגו מהווים חלק מקהילה לומדת וחיה, בה כל אחד נותן את המיטב שבו. 'אי-ספר' זה הינו אם אתם מעוניינים לסייע לנו במימוש Dragon Dreaming. חלק מפיתוח גוף-ידע על לצמוח ולהעביר הלאה את המסר – צרו Dragon Dreaming חלומותינו ולעזור לקהילת קשר. הנה כי כן: 100% מחלומותיך יכולים להתגשם. אנחנו מקווים שמדריך קטן זה יכול לעזור לכם להתחיל לממש כל סוג של חלום הממתין לכם – אנו מאחלים לכם הרבה כיף וחוויות למידה. זכרו: אם אין כיף – אין קיימות! צא/י לדרך, חולם/ת הדרקונים!

ISBN: Google → „dragon dreaming project design book isbn"

בתרומה, אנא בקרו באתר: Dragon Dreaming אם ברצונכם לתמוך בקהילת
http://www.dragondreaming.org/about-us/become-involved/

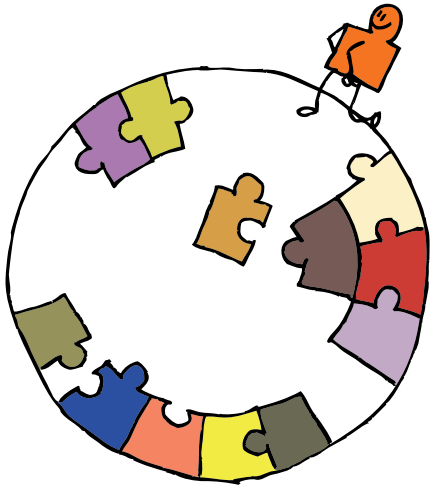
# ראשית דבר

העבודה על 'אי-ספר' זה החלה באביב 2012 ע"י אילונה קוגלין (Ilona Koglin) יחד עם מנואלה בוש (Manuela Bosch), אנג'ל הרננדז (Angel Hernandez) ופלוריאן מולר (Florian Müller). העבודה הושלמה בקיץ 2013 בשיתוף פעולה של ג'ון קרופט (John Croft), קטריונה בלנק (Catriona Blanka) ואיונה קוגלין תוך שילוב עבודותיהם של מוניקה פראדו-מנדאקיני דאסי (Monica Prado – Mandakini Dasi) מ- Juiz de Fora ברזיל( וברנדט אוטו (Bernadette Otto) מ Penticton - (קנדה). תודות מיוחדות לגון קרופט יוצר-שותף של Dragon Dreaming אשר מחשבותיו ורעיונותיו הן הבסיס לספר זה.

**הרחבות טכניות: מטיאס ברוק:** Matthias Brück
**רוק הקביוו :תויצרטסוליא:** Wiebke Koch
**האודאפ הזיאול :רעשה תנומת:** Luiza Padoa
**קורב סאיטמ :תוינכט תובחרה:** Ilona Koglin
**תרְגוּם:** slovenščino - Barbara Dovjak ,Nara Petrovič & Lara Kastelic; español - Daniela Pereira ,Juliana Simoes ,Teresa Fernadez ,Luna Marcén & Julia Ramos; português - Sasha Bezrodnova & Anton Tofilyuk ;русский - Rūta Kronberga ;latviešu - Rita Tojal ,Teresa Silva; deutsch - Catriona Blanke ,Uli Bostelmann ,Diemut Kostrzewa, polski - Robert Palusiński ,Andrzeja Ciechulskiego ,Adama Kamińskiego ,Agnieszki Jurko; srpski - Dubravka Simonović ;Marion Wiesler & Marcella von der Weppen - עִברית ;Aleksandra Piecucha & Jerzego Kolarzowskiego ,Karola Jurczyka ,יובל ישי ירמת סעונ ,יונ רורד; française - Nathalie Sinthes ,Pascale Pluton ,Eric Sanner ,Boutin Hubert ,Renaud Darnet;

לפרטים נוספים על Dragon Dreaming כמו גם על רשימת מנחים ותובנות מועילות נוספות הינכם מוזמנים לבקר באתר .www.dragondreaming.org

« התיד שיך
למאמינים ביכי
חלומותיהם »
אלינור רוזוולט



# תוכן העניינים


הפילוסופיה **דף 5**

רגעי א-הא **דף 6**

זמן חלום **דף 6**

מתווי שיר **דף 7**

המשחק בו כולם מנצחים **דף 7**

העקרון האבוריג'יני של זמן החלום: הכל זמני וזורם **דף 7**

תקשורת **דף 8**

שאלות מחוללות **דף 8**

פינאקארי **דף 9**

מדריך קצר לפינאקארי **דף 9**

תקשורת כריזמטית **דף 10**

כיצד לתקשר בכריזמטיות **דף 10**

גלגל הפרויקט **דף 11**

לחצות את הספים **דף 11**

ארבעת הטיפוסים **דף 12**

איזה טיפוס אני? **דף 13**

חלימה **דף 14**

צוות החלום **דף 14**

מעגל החלום **דף 15**

כיצד לערוך מעגל חלום **דף 15**

זכרו, להפקת תועלת מירבית

מעגל חלום **דף 15**

רובידה הטמ **דף 16**

תכנון **דף 17**

צעד מס. 1: הגדרת היעדים **דף 18**

הקאראבירדט - קורי העכביש **דף 19**

צעד מס. 2: בנית מטרת הפרויקט **דף 19**

צעד מס. 3: יצירת קאראבירדט **דף 20**

צעד מס. 4: האצלת סמכויות ותפקידים **דף 21**

המבחן **דף 21**

המתנגד הגדול **דף 23**

ביצוע **דף 24**

12 שאלות של בקרה **דף 25**

חגיגה **דף 26**

מומחיות למידה **דף 27**

מודעות לרגשות בתוך קבוצה **דף 28**

תכנון ההמשכיות **דף 29**

השעה ה-11 – נבואה של זקן שבט ההופי **דף 29**

# הפילוסופיה

**פילוסופית Dragon Dreaming שואבת מחכמת הילידים האבוריג'נים במערב אוסטרליה ונשענת על שלוש מטרות שוות ערך בחשיבותן: שירות לכדור הארץ, בנית קהילה וצמיחה אישית.**

\\ אנו חיים בתקופה מעניינת ומאתגרת. שינויים אקלימיים גדולים עומדים להתרחש, אוכלוסית העולם גדלה במהירות, כלכלה המבוססת על חובות, ולא על חסכון, גורמת לחיי מחסור למיליארדי אנשים, אובדן מגוון צורות חיים מאיים על הישרדותם של מיליוני זנים – כל אלה בודאי ידועים לכם זה מכבר.

זו, עומדות בפנינו שתי אפשרויות בחירה. אנו יכולים להמתין עד אשר תוצאות שינויים אלו יטפחו בפנינו ולנסות כמיטב יכולתנו להתמודד עם המשברים בעת התרחשותם. או לחילופין, ביכולתנו לפעול כעת, לפתח את החוסן והסתגלנות שלנו, להתכונן מבעוד מועד ולעשות כמיטב יכולתנו להבטיח תוצאות חיוביות יותר. פול הוקן (Paul Hawken) בספרו " tsernU desselB " ("אי-נחת מבורכת") מדבר על תנועה חברתית אזרחית בין-לאומית גדולה, חיבור חובק עולם של תנועות לשמירת הסביבה, זכויות אזרח ודמוקרטיה השתתפותית. תנועה זו לא צפויה וללא מנהיג היא, פשוטו כמשמעו, הפעלת מערכת חיסונית קוסמית המבקשת לבנות עתיד מתאים עבור כולם. Dragon Dreaming היא חלק מתנועה זו ומתמקדת ב'שרות כדור הארץ', ותורמת בכך למציאות אנושית חיובית על כוכב זה. אנו גם חיים בתקופה מאד אינדיבידואליסטית, ואף שיש לכך הרבה היבטים חיובים, הדבר גם מוביל אותנו לבידוד. אולם בשעה שאנו מתמודדים באתגרים שהוזכרו למעלה, עלינו לתמוך זה בזה ככל שנוכל. זו הסיבה ש -Dragon Dreaming מתמקד גם ב'בנית קהילה'. דבר שלישי, אנו אוהבים לחיות את חיינו בתוך איזור הנוחות שלנו. קרוב לוודאי שאתם מכירים אותו: בו אנו יודעים את דרכנו ומעדיפים להתנהל מול אלו

# כל המהות של Dragon Dreaming היא לאפשר לדברים לצאת משליטה בבטחה.

שאיתם אנו מרגישים בנוח. כאן אנו מרגישים בטוחים. אבל רק אם נצא מאיזור הנוחות שלנו נוכל ללמוד. שם נמצאים הדרקונים, שוכבים וממתינים, וזה מקור השם Dragon Dreaming. ה'דרקונים' מייצגים את הבעיות, הפחדים וחוסר הוודאות שלנו ואת האנשים בחיינו איתם יש לנו קשיים. כאשר אנו מצליחים לחצות אל מעבר לגבולות שלנו, אנו לומדים 'לרקוד עם הדרקונים שלנו' אנו מעצימים את עצמנו יותר ויותר לגלות את החוזקות והיכולות שלנו. ובאופן זה Dreaming Dragon מכוון אל המטרה השלישית 'צמיחה אישית'.

## רגעי א-הא

### מיקסום היצירתיות

רגעי הגילוי של דברים אותם לא ידענו הם נפלאים. נפלאים עוד יותר הם רגעי הגילוי של מה שאפילו לא ידענו שאיננו יודעים: להם אנו קוראים רגעי 'א-הא'. הם מתגלים בדרך כלל כאשר הגענו לתובנות חדשות. הם עשויים להופיע גם כאשר אנו מוצאים קשרים חדשים בין דברים מוכרים. מכל מקום, רגע 'א-הא' מוביל לתובנה חדשה על היבט כלשהו בעולם. וכתוצאה מכך הפכנו למודעים. רגעי 'א-הא' הם מאד מדבקים. אדם בודד המשתף ברגע 'א-הא' שחווה, מגדיל את האפשרויות שגם אחרים יגלו משהו שהם לא ידעו שאינם יודעים. שיתוף 'א-הא' בקבוצה יכול להוביל לפתרונות יצירתיים לבעיות משותפות. כ'חולמי דרקונים' תרגלו את מיומנות השימוש בשאלות מחוללות, אשר יפתחו בפניכם עולם חדש. לאנשים שונים יש חוויות שונות בהשגת רגעי 'א-הא'. תוכלו למקסם את רגעי ה'א-הא' שלכם על ידי:

- » ההיו בחיבור לטבע
- » היו מחוברים למציאויות, אנשים והקשרים שונים
- » ערכו מסעות בתרבויות שונות
- » התבוננו והשקיעו מחשבה בכך
- » הקשיבו קשב רב לדברי אחרים
- » חפשו אחר סימנים, גלויים וסמויים
- » התחברו לחלומותיכם ולחזוניכם
- » עשו מדיטציה
- » התמקדו לעומק בבעיה ולאחר מכן עשו משהו שונה לחלוטין

## זמן חלום

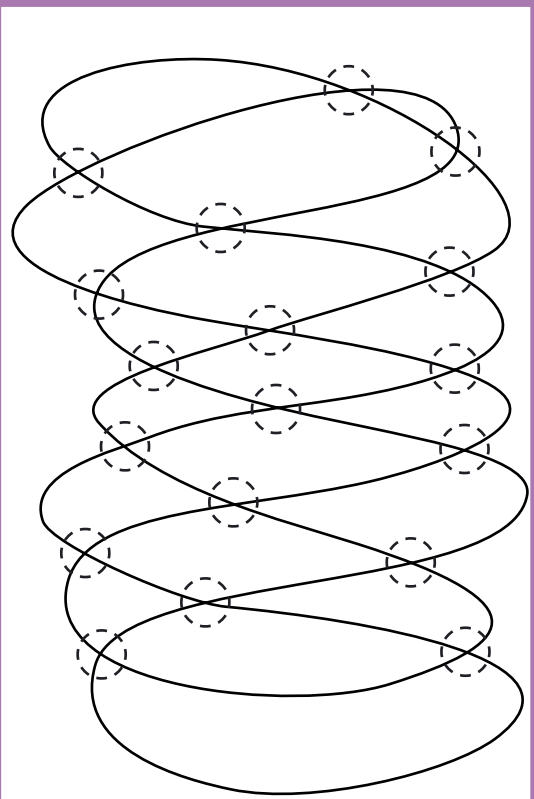
### תפיסת הזמן האבוריג'ינית

תפיסת העולם המודרנית מתבססת על האמונה שזמן הוא תהליך משותף לכל, ליניארי באופן אובייקטיבי, הנע מהעבר, דרך ההווה, אל העתיד. כחלק מתפיסה זו, חלום נחשב כתהליך אישי וסובייקטיבי, שאינו מציאותי. בקרב תרבויות ילידים רבות, כולל התרבות האבוריג'ינית האוסטרלית המסורתית, חלימה נתפסת כהתנסות משותפת ואובייקטיבית. גישה זו מאפשרת יצירתיות בין-אישית והבנה עמוקה יותר. בתפיסה זו, אין דבר העומד בפני עצמו: כל דבר הינו צומת זמנית בתהליך של זרימה. משל אבוריג'יני אומר, "כולנו אורחים בזמן הזה, במקום הזה. אנחנו רק עוברים דרכו. ייעודנו כאן הוא להתבונן, ללמוד, לצמוח, לאהוב... ואז אנו שבים הביתה לארץ." פירוש הדבר, שהכל אפשרי וכאשר עובדים עם התפיסה של 'זמן חלום', אנו עובדים עם אותו פן שלנו שיש לו גישה לחוכמת הרבים המשותפת. תפיסה זו גם מציעה שבהווה כולנו הזדמנו יחד על גשר בין המקום ממנו באנו למקום אליו פנינו מועדות. יש כאלו שעבורם הגשר צר וקל למעבר, ולאחרים הוא עמוק ומאיים. גשר זה תלוי על סיפור  סיפור אותו אנו יוצרים רגע אחר רגע, בונים את אבני הגשר תוך כדי מסענו. הסיפור מספק הסבר לחיים שלנו – על מקור מוצאנו, על השיעורים החשובים של אירועים מכוננים בחיינו וממחיש להיכן אנו חשים שפנינו מועדות: 'מתווה השיר'.

## מתווי שיר

מהי חשיבותם של פרויקטים

האבוריג'ינים הנונגארים (Aboriginal Noongar) מאמינים שהכל מתחיל מהאש הצהובה Karl, בלידתה של שמש הבוקר. Karlup הוא האח, המדורה, מקום התכנסות אנשים יחד לשיתוף בחלומות, לספר סיפורים, לקבל החלטות ולתכנן פעילויות, ולחגוג בסוף היום. חלק מהשיתוף נעשה ע"י שירה – כמו העברת הנחיות הגעה לציוני דרך חשובים. מכאן מקור השם 'מתווי שיר'. (songlines) מתווי שיר אלו מעניקים משמעות ומטרה לחיינו. באופן זה אפשר לראות את חיינו כפרוייקט שיש בו "ציוני דרך" חשובים וביניהם, מתווי שיר. הפרויקטים בהם אנו מעורבים לאורך חיינו, הם הנותנים לחיינו כוונה ומשמעות.



העקרון האבוריג'יני של זמן החלום: הכל זמני וזורם

## המשחק בו כולם מנצחים

סופה של תרבות רווח מול הפסד

הציוויליזציה כפי שאנו מבינים אותה מתבססת על השקפת עולם מסויימת. דרך השפה שלנו, המדברת על סובייקטים (פעילים) ואובייקטים (סבילים) אנו רואים את העולם כמכיל דברים שאנו מאמינים שיש לנו כח ושליטה עליהם. זו הסתכלות שמחלקת הכל לקטגוריות נפרדות: לאלו יש שליטה על אלו. דבר זה – בקצרה – יוצר 'משחקי רווח-הפסד' והיררכיה כוחנית, הנתפסת לרוב בעינינו כדרך היחידה המאפשרת לדברים לקרות. מעורבות עם הסביבה משמעה שאנו מעורבים בעולם חי אשר גם אנו חלק ממנו. האמונה שאנו יכולים להיות אדוני העולם הזה ע"י 'השתלטות' עליו הינה מיתוס אנושי, אנוכיות שתוביל לתיסכול ושברון לב. איננו יכולים לשלוט על תהליך זרימת אנרגיה, חומר, מידע, הכאוס והאנטרופיה בתוכם אנו והם שרויים יחד. המסורת האבוריג'ינית מציעה גם ששום דבר אינו עומד בפני עצמו – דבר שהמדע מוכיח שוב ושוב. עם זאת, יכול להיות לנו כח 'עם' אותם זרמים. פירוש הדבר שאנו יכולים לעבוד עם כל דבר וכל אחד – כלומר לפעול תמיד מתוך מחשבה ליצור משחקים בהם כולם מנצחים. כדי לעשות זאת עלינו להסכים להיות פגיעים – עלינו לנסות ולראות תמיד את הצד השני. הצד של מי שמתנגד לפרויקט שלנו, צד המציאות שלגביה יש לנו הנחות ודעות קודמות. על ידי התנסות בסוג משחק חדש זה, אנו פותחים אינסוף אפשרויות שלא היו שם קודם לכן. משחקי 'רווח מול הפסד' אינם ברי קיימא. משחקים בהם כולם מנצחים הם הכרח אם אנו חפצים באמת בתרבות בת-קיימא.

# תקשורת

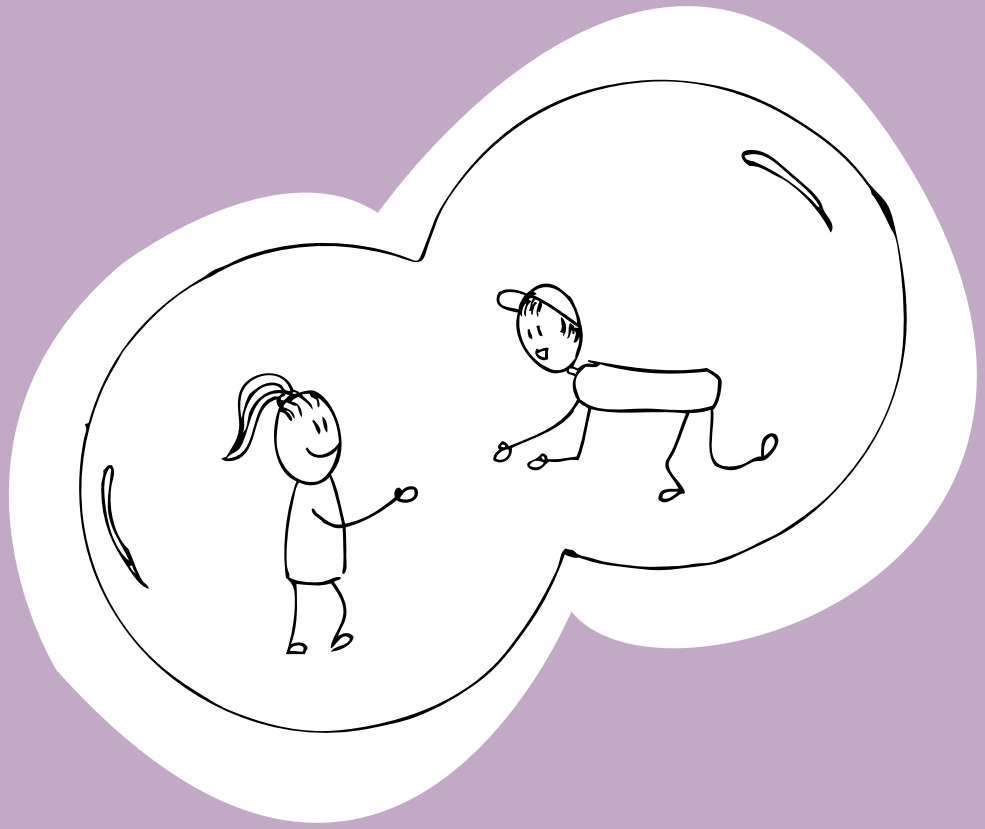
**כאשר משתמשים ב- Dragon Dreaming נחוצה מודעות לכך שאנו שואפים ליצור פרדיגמות חדשות ותרבות חדשה. עלינו לרכוש מחדש את היכולת להקשיב לעומק, להקשיב מה האדמה אומרת לנו, להקשיב אחד לשני ולהקשיב לעצמנו.**

\\ Dragon Dreaming שואף ליצור שפה חדשה המבוססת על העקרון "כולם מרוויחים", המחליפה, בכל מקום אפשרי, את זו המתבססת על מנצחים מול מפסידים, (או אפילו מקרים בהם כולם מפסידים). וכמו בכישורים רבים אחרים – ככל שנתנסה כך נשתפר... לעתים קרובות פרויקטים ייכשלו בשל העדר תקשורת או תקשורת לקויה. אולם ישנן דרכי תקשורת רבות המסייעות להגשים חלומות כמו גם לפתור ולמנוע קשיים ועימותים.

## שאלות מחוללות

בקשו עוצמה רגשית

שאלה מחוללת היא שאלה שיש בה עוצמה רגשית הן לשואל והן לנשאל. בדרך כלל, מטרתה לחשוף את החסר, את הימצאותו של מה שעשוי לעשות הבדל. זו הזמנה פתוחה לעסוק בלא נודע. הדבר קורה באמצעות שאלה פתוחה, מעוררת מחשבה, החושפת מציאות עמוקה יותר. האופן בו אנו עובדים יחד בפרויקטים שלנו מושפע עמוקות מהאופן בו אנו מתקשרים ומקשיבים אחד לשני. שאלות מחוללות הינן מהותיות ל- Dragon Dreaming לכן מומלץ מאד לפתח את היכולת ליצור ולשאול שאלות מחוללות. כדי לסייע, פיזרנו דוגמאות לאורכו של 'אי-ספר' זה ... כמו גם לפתור ולמנוע קשיים ועימותים.



# מדריך קצר לפינאקארי

הרגעו והיו בחיבור עם הגוף שלכם

1. שימו לב היכן הגוף מתחבר לכסא או לכרית עליהם אתם יושבים
2. שימו לב למשקל הגוף: הבחינו במשקל הגוף וכיצד הקרקע תומכת בו. כח המשיכה הוא הכח הקדום ביותר ביקום. אם יצור
3. אנוש היה תומך בכם הייתם מכנים זאת אהבה ללא תנאי. היו מודעים לאהבה ללא תנאי של האדמה כלפיכם, לתמיכה שהיא מעניקה לכם. נשמו עמוק – פנימה והחוצה: הקשיבו להבדל בצליל ובמידת החום בין השאיפה לנשיפה. השוני במידת החום נובע מהשמש.
4. מי את/ה? את/ה הוא הריקוד של חילוף החומרים של האדמה עם אנרגית השמש. האם אתם יכולים לשמוע את פעימות הלב שלכם? הן נמצאות איתכם עוד קודם לידתכם ותשארנה איתכם עד רגע פטירתכם.
5. מצאו את המקום בתוך גופכם בו המתח או האנרגיה הם החזקים ביותר. נשמו אל המקום הזה, באופן מודע הרגעו ושאפו את המתח החוצה.
6. כעת השתקתם את הקול הקטן שבתוך ראשכם. ישנם דרכים רבות להשיג פינאקארי. אתם מוזמנים לנסות ולמצוא את זו המתאימה לכם ביותר.

רמז: כמו בפינאקארי, ישנן דרכים מגוונות להנכיח את עצמך ולדבר בכריזמטיות. קיימות הצעות במספר עבודות כמו 'תקשורת לא-אלימה' (Non-Violent Communication), 'תיאוריה U' (Theory U) של אוטו שרמר (Otto Scharmer), ו'הנחייה כהתנסות רוחנית' (Facilitation as a Spiritual Practice) של ג'ון הרון (John Herron) כמו גם 'בנית קהילה' (Community Building) ע"פ מ. סקוט פק (M. Scott Peck).



## פינאקארי

בקשו עוצמה רגשית יותר

פינאקארי באבורג'ינית היא הקשבה עמוקה. אנו איבדנו כמעט לחלוטין את יכולת ההקשבה האמפטית ופיתחנו דרך שעיקרה הקשבה לקול קטן בתוך הראש שלנו העוסק כל הזמן בשיפוטיות של רווח-הפסד. קול זה מסיח מאד את הדעת וגורם לשכחה מהירה: לדוגמא, רוב האנשים יכולים להתרכז במשך כ 2 דקות בנושא תיאורטי, לפני שהקול ההוא מתחיל לדבר ולהכביד מאד על היכולת להקשיב באמת. פינאקארי משתיק קול זה בעדינות. כל משתתף Dragon Dreaming יכול לבקש פינאקארי בכל זמן נתון. אפשר לצלצל בפעמון או אמצעי מוסכם אחר. בהינתן האות, כל אחד חדל מדיבור או עשיה ונשאר בדומיה לזמן-מה. כל אחד אחראי לעומק הרוגע שלו אבל חשוב שכל אחד ישאר שקט לרגע. מטרת התנסות זו היא להתגבר על היבטים מסויימים של התנהגות אנושית. מצד אחד פינאקארי מסייע לאנשים הנמצאים כרגע בהתנגדות, להתגבר על חסמים פנימיים. אנו נוטים להיצמד יותר ויותר לעמדות מסויימות ככל שמישהו אחר מתנגד להן, לעתים קרובות ללא קשר האם אותו אדם צודק או לא. ההפסקות הקצרות של פינאקארי נותנות לנו הזדמנות להירגע. פינאקארי גם מסייע מאד לבחון מחדש את רצוננו האמיתי. ברגעי דומיה אנו יכולים להקשיב למה שמתרחש בתוכנו לראות האם נקודה זו או אחרת עדיין חשובה לנו – או שמא איבדנו קשר עם החלום, המשאלות או הצרכים המקוריים שלנו רק משום שרצינו להיות צודקים או להימנע מבושות. עמידה על המשאלות והצרכים שלנו חשובה לא פחות מאשר הצורך להירגע. אם נדחיק את חלומותינו וצרכינו תהיה לנו תמיד תחושת הפסד. ותחושה זו תשוב ותתעורר מידי פעם ועלולה להוות סכנה אמיתית לפרויקט שלנו. ההדחקה מונעת גיוון אמיתי שהוא ההכרחי ללמידה והצלחה אמיתיים. לעתים קרובות יש בתוך צוות פרויקטלי חוסר איזון הנגרם בשל דומיננטיות והשתקה: מספר 'מנהיגים' לוקחים את רוב זמן הדיונים ודוחפים את הרעיונות והאינטרסים שלהם. פינאקארי יכול לסייע להתגבר על נטייתנו לדומיננטיות והשתקה ובכך להיות אוטנטיים ואמיתיים. הוא יכול לעזור לנו להיות אנשים החיים 'חיי

# כיצד לתקשר בכריזמטיות

האמינו בבטחון מלא לומר מה שאנו מאמינים בו

בצעו את ההתנסות הבאה עם שני אנשים הפונים זה אל זה ומספרים זה לזה על פרויקטים בפועל או שהם מתכננים לעשות. עליהם לספר על הפרויקטים באופן שהם רגילים לספר. לאחר מכן, הם משתמשים בתקשורת כריזמטית ומספרים על הפרויקטים שלהם פעם נוספת באופן זה הם מאפשרים לפרויקט לדבר דרכם ... אל תשכחו לתשאל ולשתף במה שהבחנתם.

1. תרגלו פינאקארי: שבו זקוף ועצמו עינים. נשמו עמוק. נשימה עמוקה מסייעת לסילוק מתחים ופחדים. שימו לב לחיבור הפיזי לקרקע (דרך הרגלים). הרגישו כיצד עמוד השדרה שלכם מחבר אתכם לרקיע.

2. העבירו את תשומת לבם מהראש אל סמוך מתחת לטבור; זהו מרכז האיזון שלכם (Hara)

3. תוך שימוש בדמיון, ציירו הילה של מרחב אישי המקיפה את כל מי שאתם מדברים אליו. כעת ציירו את ההילה שלכם; גודל, צורה

4. וצבע. הגדילו את ההילה עד שתחבק, תחזיק ותתמוך באהבה את ההילות של אלו איתם אתם משוחחים. דמיינו את תחושת הנוכחות אותה אתם רוצים ליצור אצל האדם איתו אתם מדברים. מהו טון הדיבור אותו אתם צריכים כדי ליצור נוכחות זאת?

5. תנו למלים לזרום תוך כדי שימוש באותו טון והפעלת שאר ארבעת הצעדים האחרים בו-זמנית ...



אהבה'. והוא יכול לעזור לנו ליצור קהילה אוהבת, שבה כל יחיד נשמע ונראה. כאשר אתם מציגים לראשונה את פינאקארי, קחו בחשבון שעשוי לקחת זמן לאנשים להסתגל לשימוש בו.

## תקשורת כריזמטית

שפת רווח-רווח ("כולם מרוויחים")

תקשורת כריזמטית היא הנסיון לבטא מעומק הלב את מה שמתבקש מאד להיאמר. היא מתרחשת בדומה לכתיבה אוטומטית. כל מה שעלינו לעשות הוא להשתיק את הקול הקטן שבראשנו. לרוב, דבר זה דורש אומץ רב יותר משנדמה. תקשורת כריזמטית נשענת על אמון – אמון שאנו יכולים לשתף את רגשותינו וחלומותינו מבלי שנהיה ללעג. התקשורת היומיומית שלנו פועלת כמגן: אנו מסתתרים מאחורי עובדות ושיפוטיות. עם זאת, כאשר אנו גלויי לב באמת, אנחנו נותנים לאחרים לראות אותנו ואת הפרויקטים שלנו באמת. התרגלנו לתקשר את רעיונותינו תחת השפעת הקול הקטן שבראשנו השואל "מה אני רוצה לומר? מה חשוב לי?" לעתים קרובות איננו ערים למלים שלנו, המעבירות מסר דק של 'משחק רווח- הפסד', של הערצה או בוז או אפילו התנשאות והשתקה כלפי אנשים אחרים. אנו עסוקים מדי בפרשנות לדברי אחרים ובמה יכולה להיות 'המשמעות האמיתית' של דבריהם... ב- Dragon Dreaming אנו משתמשים באינטואיציה שלנו כדי לאפשר לפרויקט לדבר דרכנו. זוהי תקשורת כריזמטית. כדאי להתנסות בתקשורת כריזמטית בנסיבות רבות ככל האפשר; למשל, בדיבור בפני קהל מאזינים גדול או הנחיה של סדנאות ...

# גלגל הפרויקט

המפגש בין יזם יחיד וסביבתו כמו גם בין התנסות ותיאוריה יוצר שני מימשקים וארבעה רבעים שמופיעים בכל פרויקט: חלימה, תכנון, ביצוע וחגיגה.

\\ כל פרויקט הוא מפגש בין יזם יחיד לבין סביבתו. האחד משפיע על השני, הדדית. פרויקט הינו גם מפגש בין עשיה לתיאוריה, המשתלבים יחד. הצלבת שני מימשקים אלו מייצרת ארבעה רבעים, המייצגים ארבעה שלבים שונים של פרויקט: חלום, תכנון, ביצוע וחגיגה. גלגל Dragon Dreaming מתאר תהליך זה.

## לחצות את הספים

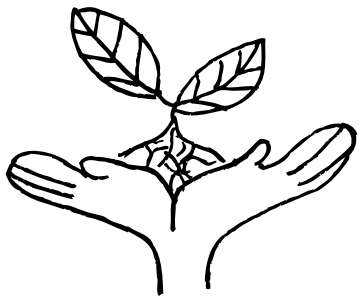
מימשקי תקשורת

מימשקים הם איברי תקשורת, לא צירי הפרדה קשוחים. הם יכולים לנוע, בתלות לשלב או לקבוצה המבצעת את הפרויקט. לעתים צד אחד דומיננטי ולעתים צד אחר. לפרויקטים יש טבע פרקטלי. משמעות הדבר שבכל אחד מארבעת החלקים ניתן למצוא חלימה, תכנון, ביצוע או חגיגה. פרויקט Dragon Dreaming יהיה בר קיימא רק במידה שנעבור דרך ארבעת שלבים אלו בכל שלב בפרויקט. כך שכל שלב מתחיל בחלום, עובר לתכנון, מגיע לביצוע ואז, על הסף בין שלב לשלב ישנה חגיגה. מעברים רבים עלולים להפחיד אותנו: המעבר מחלום לתכנון דורש אומץ והרבה אנרגיה. המעבר מתכנון לביצוע עלול להיות קשה במיוחד, משום שנדרשת מחוייבות אמיתית מצד כל המעורבים. במידה ופרויקט נקלע לקשיים, רצוי לשאול האם הפרויקט נמצא על מפתנו של השלב הבא.

התבנית של גלגל חלימת הדרקונים מופיע גם במערכות אקולוגיות, במזג האוויר, בגלגל הרפואה האינדאני-אמריקני ואף בגופנו; זוהי התבנית שאנחנו נושאים במוחנו. אספקט סימבולי אחד בין רבים היא האנלוגיה לארבעת עונות השנה (סתיו, חורף, אביב, קיץ), כמו כן גם ארבעת השלבים בחיי האדם (ילדות, נערות, גיל העמידה, זיקנה). כך גם כל יום יכול להיות מיוצג על הגלגל: מתחיל בחלימה, ממשיך בתכנון בשעות הבוקר,המוקדמות, עשייהבשעות היום ואם האדם נבון בחגיגה בשעות הערב.

# >>הרחק מעבר לרעיונות על עשיה שגויה ועשיה נכונה, שנו שדה - שם אפגוש אותך<<
# גילאלדין רומי

חגיגה הינה צעד חשוב בחציית המעברים השונים בין ארבעת חלקי הפרויקט. במלים אחרות: כל חציית סף בין חלק אחד לבא אחריו (למשל, בין תכנון לביצוע) הוא גם צעד מחגיגת חלק אחד לחלימה של הבא אחריו שהיא יציאה מחוץ לאיזור הנוחות שלנו. בנוסף, ניתן למנוע שחיקה ע"י ריבוי בחגיגה בתיזמון נכון. חגיגה היא הרגע בו אנו מקבלים אנרגיה להזין את התהליך המתמשך זה מה שהופך את הפרויקט לבר-קיימא ...



## ארבעת הטיפוסים

החולם, המתכנן, המבצע, החוגג

Dragon Dreaming מגדיר לא רק את ארבעת השלבים של פרויקט אלא גם מתאר ארבעה טיפוסי אישיות שונים: חולמים, מתכננים, מבצעים וחוגגים. טוב הדבר כאשר יש בצוות הפרויקט איזון בין כל ארבעת הטיפוסים. הסיבה לכך היא ש'צוות-חלום' המורכב, למשל, רק ממתכננים לא יצליח לקיים לאורך זמן פרויקט Dragon. Dreaming צוות-חלום מאוזן מגדיל את הסיכויים שהפרויקט אבן יממומש והאנשים ילמדו לעומק דברים חדשים. עם זאת, יש להודות, שהימצאות ארבעת הטיפוסים הללו בצוות אחד יצור, ככל הנראה, עימות. לבעל חלומות יכולים להיות קשיים רבים לעבוד עם איש ביצוע, ולהיפך. המתכנן יכול למצוא את העבודה עם החוגג מאתגרת וכן להיפך. בחברה המערבית הנוכחית, מי שמוערכים כיעילים הם, לרוב, המתכננים והמבצעים. למעשה, גם החולמים והחוגגים חשובים מאד: חפשו אותם ושלבו אותם! בכולנו יש צדדים מכל אחד מארבעת הטיפוסים. אנו מחליפים תפקידים בהתאם לסיטואציה, בהתאם לפרויקט ובהתאם לשלב בחיים שלנו. התבוננות במחזור החיים מלמדת שתינוקות וילדים קטנים מבלים רוב זמנם בחלימה, צעירים מתכננים רוב הזמן, אנשים בגילאי ביניים עסוקים בעשייה רבה ומבוגרים מבקשים ליהנות מהחיים להרהר בהם – וכך לחגוג.

# איזה טיפוס אני?

תרגיל קצר לקבלת מבט חטוף על הצוות שלך

1. שרטט/י גלגל Dragon Dreaming ואת צירי הסף שלו על הרצפה (יחיד-סביבה, תיאוריה-מימוש). שרטט/י שירטוט זהה על פליפ- צ'רט או דף נייר. דמיין/י שכל קו-סף מסומן בערכים מ -0 עד 10 , כאשר 0 הוא במרכז, במקום בו הקווים חוצים זה את זה ו הוא במעטפת החיצונה. 10-1

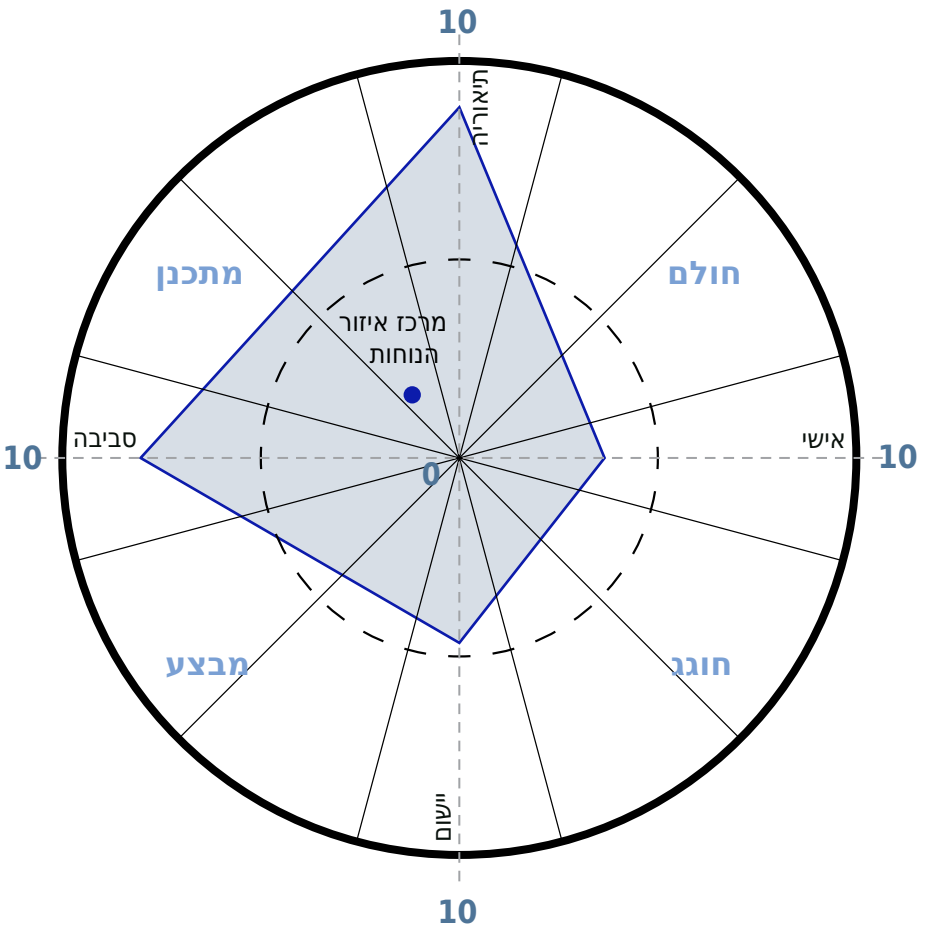
2. תרגל/י פינאקארי ובחר/י את הנושא שבו את/ה רוצה למצוא את מקומך (כלומר, הפרויקט הנוכחי שלך או חייך ככלל).

3. עמוד/י על ציר יחיד-סביבה ולך/י הלוך ושוב באופן אינטואיטיבי לאורך הציר עד שתזהה/י את קצה איזור הנוחות שלך. כיצד תוכל/י לזהות אותו? הגוף שלך יאמר לך! את/ה תבחין/י שנשימתך נעצרת לרגע או שתהיה/י מודע/ת למתיחות רבה יותר בתוך גופך. עשה/י זאת הן לצד היחיד והן לצד הסביבה של הציר. יתכן שיהיו כאלו שישימו את עצמם על 9 בצד היחיד (=מופנם) ולאחר מכן על 9 בצד הסביבה (=מוחצן).

4. חזור/י על אותם צעדים עבור הציר תיאוריה-מימוש.

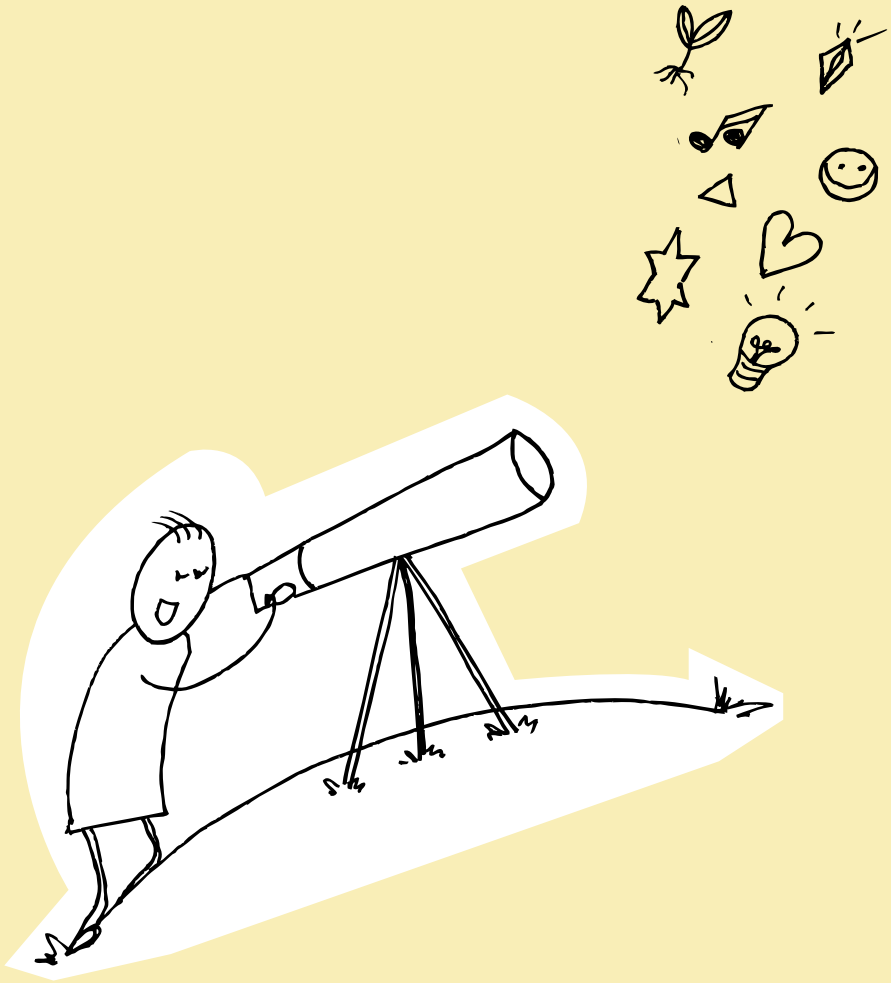
5. רשום/י את התוצאות על הפליפ- צ'רט או דף. חבר/י את הנקודה שסימנת על הקו 'יחיד' עם זו שסימנת על הקו 'חיאוריה'. משם אל הנקודה שעל 'סביבה', משם אל 'מימוש' וחזרה אל 'יחיד' (ראה/י שירטוט).

6. מרכז איזור הנוחות שלך ממפה את הנטיות הדומיננטיות שלך. מצא/י אותו ע"י סימון נקודת האמצע של כל אחד מהקווים. חבר/י את נקודת האמצע של הקו בין 'סביבה' (מוחצן) ל'מימוש' עם נקודת האמצע של הקו שבין 'יחיד' (מופנם) ל'תיאוריה'. חזור/י על הפעולה לגבי אמצע הקו 'תיאוריה'- 'סביבה' ואמצע הקו 'מימוש'-'יחיד'. שני הקווים ייפגשו קרוב לוודאי בתוך אחד הרבעים ולעתים על הקו שבין שני רבעים. זה מרכז איזור הנוחות שלך.



# חלימה

**כל פרויקט שנעשה אי פעם מתחיל בחלום של אדם יחיד. במהלך 'מעגל החלימה' מתעשר החלום ע"י חכמת הרבים. הוא נעשה חלומה של 'קבוצת החלום' כולה. המטרה היא ש-100% מכל החלומות יתגשמו! ללא פשרות!**



\\ כל פרויקט שנעשה אי פעם מתחיל בחלום של אדם יחיד. לעתים קרובות החלום יכול לבוא מתוך מודעות חדשה, רגע 'א-הא'. תהליך תיקשור החלום הוא זה שמביא את החולם/ת למודעות מלאה של אופי החלום שלו/ה. רוב הפרויקטים נחסמים בשלב החלום משום שאנשים אינם חולקים את חלומותיהם עם אחרים. זה הסף הראשון שהרבה רעיונות טובים לפרויקט אינם חוצים לעולם. בתקופתנו איננו מאמינים יותר בכוחם של חלומות. אנו חוששים לחלוק את חלומותינו מפחד שנהיה ללעג או שכלל לא יקשיבו לנו. וזה מה שמעכב חלומות מלהתגשם.

## צוות החלום

כיצד לבחור את האנשים הנכונים

כאשר לאדם יש חלום או רעיון, הדבר הראשון שיש לעשות לפי Dragon Dreaming הוא לחלוק אותו עם קבוצת אנשים. אלו אנשים הם יהיו? הם יכולים להיות חברים, שכנים, משפחה, עמיתים לעבודה, אנשים בעלי כישורים מיוחדים ו/או אנשים בקהילה שיתכן ויש להם ענין ברעיון.

לצורך בחירת האנשים אין זה מספיק לבחור את אלו שכישוריהם או הידע שלהם עשוי לסייע לפרויקט אלא את האנשים שאיתם תרצו להיות ולעבוד. הכל יחסים. אם הפרויקט מתייחס לכפר, עיר או כל צורה קיימת של קהילה, יהיה נבון לחשוב על מי שיושפעו ישירות ממנו. על אנשים

# כיצד לערוך מעגל חלום

אחרי שהיוזם הציג את החלום שלו/שלה והסביר מה יהיה הפרויקט, היא/הוא מניח את החלום לפני הקבוצה ושואל/ת שאלות מחוללות, כמו:

"כיצד צריך הפרויקט להיראות על מנת שבסיומו תוכל/י לומר – זו היתה הדרך הטובה ביותר לנצל את הזמן שלי?" או: "מה יאפשר לך לומר – כן! אני מאד מרוצה שעבדתי על הפרויקט הזה!?"

כעת כל משתתף/ת מציג/ה תשובות לשאלה, אפשר תוך שימוש ב'מטה הדיבור'. אפשר לדלג על מי שכרגע אין לו/ה מה להוסיף. מי שדלגו עליו/ה יכול/ה להוסיף רעיון חדש כאשר תורו/ה מגיע פעם נוספת. במעגל החלום, חשוב מאד שכל רעיון יתועד. דרך אחת לעשות זאת היא למנות מתעד/ת שי תרשום את הרעיונות תוך כדי השיתוף בהם. דרך אחרת היא שהתיעוד יבוצע ע"י מי שיושב/ת לצידו של האוחז/ת ב'מטה הדיבור' ולחזור על התהליך כפי שהוזכר למעלה. בכל מקרה, המתעד/ת י/ תרשום את שם הדובר/ת ואת עיקרי הדברים שנאמרו. אין צורך לרשום כל מילה.

די בנקודות העיקריות. לאחר הרישום, בדקו עם הדובר/ת שהכתוב משקף בדייקנות את מה שרצה/תה לומר. אם אתם מזההים נפילה באנרגיה, סימן שמשהו השתבש. בדקו האם נקלעתם לעודף ניתוח משתק. כלומר, שקבוצת החלום שלכם תקועה בויכוח על פירוש משמעות של מלים. ודאו שישנה זרימה ב'מעגל החלום' – כך ההתנסות תהיה מרוממת.

## זכרו, להפקת תועלת מירבית ממעגל חלום:

» השתמשו בפעמון פינאקארי
» השתמשו ב'מטה דיבור'
» תעדו את הנקודות העיקריות בלבד, לא קטע שלם
» כל משתתף/ת מוסיף/ה חלום אחד, לכל היותר, בכל פעם
» הימנעו מלהיות יותר מדי רציונליים או יותר מדי מופשטים
» חברו את החלום לחיים אמיתיים
» כתבו את החלום על ניר יפה במיוחד; הפכו אותו ליצירה אמנותית
» ...



אלו להיות מעורבים לפחות כמסייעים. במידה והפרויקט נוגע לשינוי של קהילה יהיה נבון להזמין אנשים בעלי קשרים טובים ואפילו ילדים וצעירים.

ככל שהפרויקט גדל כך עשויה לגדול גם 'קבוצת החלום'. אם בשלב החלימה מעורבים יותר מ 8- אנשים כדאי יותר ליצור מספר מעגלי חלימה לקבוצות קטנות יותר. בנוסף, אין הכרח שכל מי שהיה מעורב בקבוצת החלום גם יטול חלק במימושו. אולם הנסיון מלמד שלעתים קרובות אנשים ששותפו בחלום נעשים נלהבים לממשו כפרויקט.

## מעגל החלום

ללא פשרות!

לאחר שהחלטת עם מי לחלוק את חלומך הזמין/י אותם למעגל החלום שלך. במפגש זה יינתן דרור לחכמת הרבים של הקבוצה. זה גם התהליך בו החלום האישי שלך צריך למות, כדי להיוולד מחדש כחלום של הקבוצה כולה - משום שיש הבדל בין אם אני עובד על הפרויקט שלך לבין אם אני עובד על הפרויקט שלנו. מות

# אם זה לא כיף זה לא בר קיימא!

החלום האישי נשמע כדבר קל; אולם צעד זה עלול להיות קשה. ההכרה שיחיד לבדו אינו מסוגל לממש את החלום עלולה להיות כואבת ועשויה לדרוש זמן ומאמץ מכוון רב ...

אל תקפיד/י עם עצמך אם אין זה קורה מיד. זה תהליך מתמשך; חשוב לדעת שהדבר חייב להתרחש כדי שהפרויקט יהיה של כולם, מוצלח באופן יוצא דופן ומגדל.

במפגש מעגל החלום, כל משתתף/ת צריך/ה הזדמנות, ראשית להבין מה חשוב לו/ה ואח"כ לומר לשאר מה הוא/היא זקוק/ה מהם (מה שדורש אומץ – אנשים עלולים לחשוב שהם יישמעו אנוכיים או טרחנים). אמנם, ככל שהפרויקט מתקדם, ילך ויתבהר מה נדרש כדי שכולם יזדהו עם הפרויקט ב -100 אחוז. רק במידה שהנוכחים מזדהים עם החלום ב -100 אחוז הם יכולים להיות מחוייבים לפרויקט ולתמוך בו במסירות. אחד הכללים של Dragon Dreaming הוא "ללא פשרות! 100 אחוז של הפרויקט שלך יתגשם". נשמע לא מציאותי בהתחלה אבל אפשרי ...

במעגל החלום איננו שופטים את מידת הצדק או אי-הצדק של חלומות. העיסוק הוא בשוני ובאוטנטיות של החלומות של כל אחד, גם אם הם סותרים דברים שנאמרו ע"י אחרים. יש לתת את הדעת שבשלב החלום יכולים להתקיים ניגודים זה לצד זה. הכלת הניגודים היא קרקע פוריה עליה יכולים לצמוח רגעי 'א-הא' מאחורי השניות נמצאת תבנית, מקום שבו שני צדדים סותרים יכולים להיות נכונים באותה עת. לעתים קרובות חלומות הם פרדוקסליים וסותרים, זה חלק מהכיף...

במהלך מעגל החלום קיימת תמיד אפשרות שמישהו/י י/תבין שפרויקט מסויים אינו "כוס התה שלו/ה". יש לאפשר לאותו/ה משתתף/ת לומר זאת בגלוי ובהגינות גם אם הדבר יהיה מכאיב לקבוצה ו/או לדוברים עצמם לשמוע זאת. כמו כן יכול להיות לעזר רב אם החלום מתואר באופן החיובי ביותר שאפשר. כאשר מישהו/י מתאר/ת את מה שהוא/היא אינו/ה רוצה נסו למצוא דרך לתאר מה הוא/היא כן רוצה. הקראה בקול רם של החלום בזמן עבר, כאילו הפרויקט כבר קרה, יכולה להמריץ את הקבוצה.

לדוגמא: "צוות הפרויקט התקדם בצורה פנטסטית ולמד הרבה מאד". או: "הצלחנו לגייס 3000 דולר לפרויקט" זו דרך עוצמתית לזמן את העתיד אל ההווה. בהתחלה עלול הדבר להישמע מגושם, אבל שווה לנסות. אתם עשויים לגלות שזו דרך מאד ממריצה – במקום לדמיין את כמות העבודה העצומה שמחכה, אתם מייצרים אנרגיה של חגיגה וכך כבר חווים מקצת מההיבטים הגדולים של הפרויקט שלכם.

## מטה הדיבור

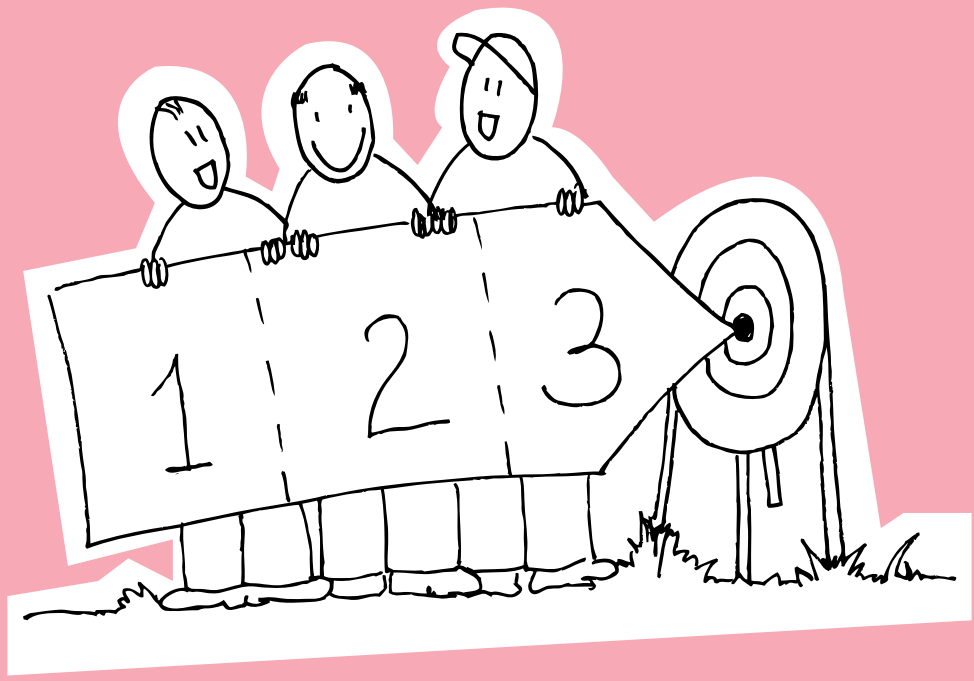
### אמצעי עזר לתקשורת

אמצעי נוסף בו אתם עשויים לרצות להשתמש ב'מעגל החלום' שלכם הוא 'מטה דיבור' – אבן, מקל או כל דבר אחר שניתן להעביר מיד ליד במעגל. מי שאוחז/ת במטה י/תזכה לתשומת הלב המלאה של כל הקבוצה. מטה דיבור שימושי למתן תשובות, חקירת מוטיב מרכזי, שיתוף ב'א-הא', הצגה או סיכום של נושא או רעיון חדש.

# תכנון

**שלב החלימה מתאפיין בגיוון ואיסוף רעיונות רבים ככל האפשר. שלב התכנון מתאפיין בהתמקדות, זיקוק וסינון. אנו מגדירים יעדים ומטרות ונוקטים בצעדים הראשונים ההכרחיים לארגון מטלות, אחראויות, זמן ותקציב.**

\\ הצעד הראשון בתכנון הוא הגדרת יעדים. יעד מוגדר כמצב עתידי מוגבל, בר-השגה שהינו תלוי-פעולה. יעדים מוגדרים גם לפי עקרונות TRAMS: ספציפי; מדיד או בלתי נשכח; מקובל או בר-השגה או אפשרי; רלוונטי או מציאותי או אחראי; בעיתוי מתאים או תחום בזמן (Specific, Measureable or Memorable Accepted or Achievable or Affordable, Timely,Realistic or Responsible). עם זאת, הדרך המהנה לתכנן פרויקטים ב Dragon Dreaming שונה מתהליכי תכנון מקובלים (ראו תרגיל). שמירה על המשחקיות בתהליך הצבת היעדים היא חשובה ביותר, משום שהיא מבטיחה רמת אנרגיה גבוהה. במידה שקבוצה מתחילה לאבד אנרגיה, יש לחפש משהו שיחזיר את ההנאה לתהליך. וזכרו תמיד: "אויב הטוב הוא פרפקציוניזם" ("האויב של הטוב הוא מצויין"). מטרת הפרויקט חשובה משום שהיא מחברת את חלום הפרויקט עם יעדיו. בכך מתפקד היעד כמרכיב חשוב של הגשר ההולך ונבנה, משום שזו ההצהרה המשותפת בה משתמשים אנשים כאשר הם מתבקשים להשיב מהי מהות הפרויקט. זו הצהרה מוסכמת באשר לאן מועדות פני הפרויקט. ניהול פרויקט מסורתי בונה, לרוב, את מטרת הפרויקט לפני הצבת היעדים, אולם לעתים קרובות התוצר של תהליך כזה היא הצהרה כוללנית שיש לה קשר קלוש מאד עם המטרה האמיתית של הפרויקט ובסופו של דבר רק מוסיפה



# צעד מס. 1: הגדרת היעדים

**דאגו כל הזמן שתהליך זה יהיה מהנה. אם אתם מתקשים בכך: חגגו!**

1. יש צורך ב-30 מדבקות Post-It לביצוע התרגיל הזה. חלקו אותם בשווה בין המשתתפים.

2. הקבוצה מעיינת שוב בחלומות המשותפים. לאחר מכן הם שואלים את עצמם: "באלו דברים יש להתחיל כדי שהחלום יתממש?".

3. כל משתתף/ת כותב/ת רעיון אחד על מדבקה נפרדת. דבר זה לוקח לא יותר מ-10 דקות. (הקפדו לכתוב על המדבקה כך שהחלק הדביק נמצא מאחור, מלמעלה).

4. כעת המשתתף/ת הראשון/ה יכול/ה להניח את מדבקותיו/ה על דף פליפ-צ'רט.

5. משתתף/ת שני/ה מצטרף/ת ועושה אותו דבר. רעיונות דומים מוצבים בטור אנכי, רעיונות שונים מוצבים במאוזן. עם זאת, בכל זמן נתון יכולים להיות רק 6-8 טורים.

6. אם מספר הטורים עולה על 6-8 יש צורך שאחד/ת המשתתפים/ות י/תארגן מחדש את המדבקות של אלו שקדמו לו/ה. יש צורך להצדיק את השינוי. יתכן שיתפתח דיון בין השנים, שצריך להסתיים בהסכמה כללית.

7. אסור שהדבר יגזול זמן ואנרגיה מרובים מדי: על כל אחד ואחת להיות מודע/ת לאחראיותו/ה ולהתיחס לגבול הדק שבין עודף חקירה ('חקירה משתקת') לבין ויתור רק כדי לשים סוף לדיון.

8. קבוצת משתתפים לוקחת טור אחד או שנים ומחלצת מילות מפתח. מילות מפתח הן כאלו שמאחדות את הרעיון וניתן לחזור עליהן לאורך הטור.

9. כעת מנסחים יעד, תוך שימוש במילות המפתח. יעד צריך להתאים לקריטריונים שהוזכרו למעלה (מצב עתידי מוגבל, בר-השגה, תלוי-פעולה עתידית).

10. כל משתתף/ת מסמן/ת נקודה לצד שנים או שלושה יעדים: השאלה המחוללת היא "איזה יעד יביא למימוש כל היעדים ו 1-100% מהחלום אם הוא יבוצע ראשון?" הכלל הוא שכל משתתף/ת יכול/ה לציין 3 נקודות אבל אינו/ה יכול/ה להציב אותם על אותו יעד. שמו לב: אין כאן מבחן חשיבות – במשחק 'רווח-רווח'כל היעדים חשובים.

מבוכה. ההצעה של Dragon Dreaming היא להגדיר תחילה את היעדים ובכך לעגן את המטרה במציאות. ליעד, אם כן, יש את המאפיינים הבאים:

» ה תמציתי: הוא קצר – חסרונם של יעדים המוגדרים באריכות הוא שהם מביכים את הקורא/ת או המאזין/ה.

» כולל: הוא מכיל את כל הדברים העיקריים שעבורם הפרויקט נוצר, כך שקיימים קשרים ברורים בין יעדי הפרויקט לבין חלום הפרויקט.

» בר זכירה: יעדים שלא ניתן לזוכרם אינם שווים את המלים בהם נאמרו. בתור "חלון הראוה" של הפרויקט, עליהם להיות ניתנים לזכירה בקלות.

» נותן השראה: יעד צריך לעורר השראה – הן את הדובר/ת והן את המאזין/ה. וכמו-כן גם את הציבור הרחב שיהיה מעורב בפרויקט.

רמז: על מנת לבדוק את טיב היעדים ומטרת הפרויקט (ראו בדף הבא), ממולץ לפצל תכניות גדולות לאבי-טיפוס ולפיילוטים. למשל, קבוצה שמטרתה לייסד כפר אקולוגי, יכולה להתחיל בהקמת קהילה שחיה יחד.

## הקאראבירדט - קורי העכביש

הצבת לוח המשחק

הכלי החשוב ביותר בשלב התכנון ב- Dragon Dreaming הוא לייצר את לוח הפרויקט. זוהי דיאגרמה בצורת קורי עכביש (המילה "קארא" באבורג'ינית היא עכביש ו"בירדט" היא רשת). בנית קאראבירדט שונה מאד מתכנון מקובל של פרויקט, שאינו תהליך נעים, אלא עוסק בעיקר באבני-דרך ורשימת מטלות. קאראבירדט דומה ללוח משחק של ילדים עליו מפזורים מכשולים שונים שיש לעבור אותם ככל שמתקדמים מנקודת ההתחלה עד נקודת הסיום. באופן דומה, קאראבירדט שם דגש רב על הקווים המחברים בין נקודות או צמתי מפגש (karlupgur): 'מתווי השיר', לאורכן זורמים מידע, משאבים, אנשים, כסף והחלטות, במידה מסויימת התהליך חשוב יותר מהתוצאה. למשל: אם יש צומת שנכנסים אליה הרבה קוים אבל מעט קוים יוצאים ממנה או בכלל לא, מטלה ספציפית זו עלולה לגרום קשיים בהמשך – הרבה אנרגיה מושקעת במקום זה והתוצאה המתקבלת היא מועטה. דבר דומה עלול לקרות לנקודות או מטלות שרק מעט קוים נכנסים אליהן אבל הרבה יוצאים. נדון בהמשך בכך.

בסיום, על מטלות הקאראבירדט שלכם להיות מפוזרות באופן שווה, כך שאין נקודות ריקות או צפופות. אם ישנן כאלה, ייתכן שהדבר מלמד ששכחתם כמה מטלות חשובות או שיש מטלות שאינן מוגדרות או מוקמות נכון. במידה שאתם מתקשים במיקום מטלות מסוימות, נסו את הרעיון הבא (נשמע ככישוף אבל ממש עובד): הניחו את המטלה על הקאראבירדט במקום כלשהו שהוא עדיין ריק, וודאו שהכותרת שלו מתאימה לאחד מ-12 השלבים. בזמן יצירת הקאראבירדט, יש לזכור: כל אחד ואחת אחראי/ת על כל הקבוצה. וותרו על מטלות אם יש זאת. זכרו ליהנות ולעשות שימוש בפינאקארי לאורך הדרך כדי להקשיב היטב לדעות של אחרים. נסו ליצור את הקאראבירדט שלכם בדרך של 'רווח- רווח' וזכרו: בצעו אותו בדרך מהנה! אל תחששו אם הקאראבירדט נראה כעת מבלבל. זכרו כלל אחר של Dragon Dreaming: מבוכה היא שער הכניסה להתחלת



## צעד מס. 2: בנית מטרת הפרויקט

תרגיל קצר כיצד לבנות את מטרות הפרויקט

» השתמשו קראו מחדש את חלומות הפרויקט והיעדים תוך שימוש בפינאקארי ותקשורת כריזמטית.

» בדממה – כל משתתף/ת רושם/ת את המטרה שלו/ה; שלפי מיטב הבנתו/ה עונה באופן הטוב ביותר לארבעת הקריטריונים למעלה (תמציתי, כולל, בר-זכירה, מעורר השראה).

» רושמים אחת מהמטרות במרכז דף פליפ-צ'רט גדול.

» כל משתתף/ת יכול/ה לתקן, לשנות, למחוק או לשפר את ההגדרה הראשונה. אולם עליו/ה להסביר היטב מדוע לדעתו/ה התיקון המוצע הוא יותר תמציתי, יותר כולל, יותר בר-זכירה או יותר מעורר השראה.

» חזרו שוב ושוב על הצעד הרביעי: מה שייכתב על הדף ב-20 דקות יהיה מטרת הפרויקט. יהיה מועיל להפעיל לחץ זמן

» ...

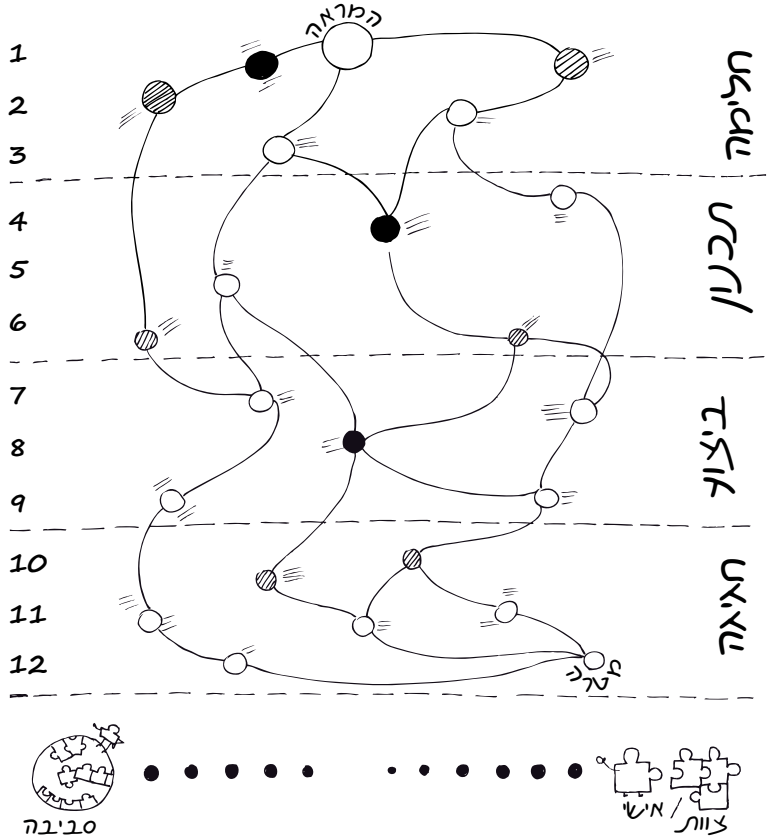
תופתעו לגלות את האיכות וההסכמה על המטרה שתתקבל. אבל עליכם להזכיר לעצמכם שמצויין הוא אויבו של הטוב. דיונים על משמעות המלים יגרמו לקבוצה לאבד מוטיבציה במהירות.

# צעד מס. 3: יצירת קאראבירדט

## ליצירת קאראבירדט, פעלו בהתאם לצעדים הבאים:

1. תהליך בנית מטלות הפרויקט ייעשה בעזרת סיעור מוחות. העיקר הוא לאסוף רעיונות במהירות ובאופן יצירתי עם מעט מקום להערכות ביקורתיות. שימרו רמה מנימלית של התדינויות.

2. התבוננו במטלות כדי לשייך אותם לרבע המתאים (חלימה, תכנון, ביצוע או חגיגה). במקרה של אי-הסכמה רשמו את המטלה בשני המקומות הרלוונטיים.




3. העתיקו כל מטלה למדבקת Post-It. שרטטו עיגול קטן בראש כל מדבקה וכתבו את תיאור המטלה מתחתיו.

4. שרטטו על דף נייר במצב אנכי (portrait) את הלוח הבסיסי של הפרויקט המחולק, במאונך, ל-4 רבעים 1-12 צעדים וכן 3 מצבים – בצד שמאל מטלות המתייחסות לצוות הפרויקט, בצד ימין מטלות הלוקחות את הפרויקט החוצה, לקהילות רחבות יותר ובמרכז מטלות שהן גם וגם. (שאלה: האם להפוך ימין-שמאל בגלל העברית? – להבנת ההתלבטות – יש לפתוח את החוברת המקורית)

5. המשתתפים מניחים את המדבקות במקומות הנכונים על לוח הקאראבירדט: היכן?

6. חשוב לתת שם למטלות החשובות אולם אל תדחסו הרבה מטלות למטלה אחת וכמו-כן אל תפזרו יותר מדי מטלות קטנות. רצוי שתהיינה לא יותר מ-48 מטלות ולא פחות מ-24. 36 הוא מספר שכדאי לשאוף אליו.

7. קשרו את המטלות התלויות זו בזו. כל המשתתפים/ות נאספים/ות מול הקאראבירדט ובאופן אינטואטיבי מתחילים/ות לחבר את העיגולים בעזרת קוים ישרים.

8. התבוננו בקאראבירדט: האם מספר הקווים הנכנסים לכל אחד מהעיגולים שווה למספר הקווים היוצאים ממנו? במידה ולא, האם יש מטלות או קישורים חסרים?

9. וודאו שכל המטלות מחוברות הן לנקודת ההתחלה והן לנקודת הסיום של הפרויקט. ספרו את המטלות לאורך הפרויקט מההתחלה עד הסוף במספרים עוקבים.

10. זהו את המטלות שיש להן מספר גבוה במיוחד של קווים נכנסים ויוצאים – אלו כנראה אבני הדרך בפרויקט. סמנו אותן.

11. סמנו מטלות שכבר התחילו או אפילו הסתיימו. תופתעו לגלות שכשליש עד רבע מהפרויקט כבר התחיל.

רמז: מקסמו את היצירתיות: אפשר שתהנו להפוך את הקאראבירדט ליצירת אמנות, על נייר או לוח עץ או כפיסול בחומרים אחרים, כך שתהיה לכולכם/ן הנאה גדולה להביט בו, מה שיכול לעורר השראה רבה עוד יותר לאורך התהליך כולו.

רמז: מקסמו את היצירתיות: אפשר שתהנו להפוך את הקאראבירדט ליצירת אמנות, על נייר או לוח עץ או כפיסול בחומרים אחרים, כך שתהיה לכולכם/ן הנאה גדולה להביט בו, מה שיכול לעורר השראה רבה עוד יותר לאורך התהליך כולו.

# צעד מס. 4:
# האצלת סמכויות ותפקידים

וודאו צמיחה אישית בעזרת הצעדים הבאים

1. מצאו את המשתתף/ת הנלהב/ת ביותר, המצפה בקוצר רוח להתחיל במטלה. יש יתרון לכך אם יש כבר לאותו/ה משתתף/ת כישורים מסויימים בתחום אבל אין זה הכרחי. שמו/ה נרשם בצד המטלה, בצבע ירוק (אפשר להסתפק בתחיליות של השם).
2. סמנו באדום את שמות (או תחיליות) אלו החוששים ביותר שלא להצליח במטלה מסוימת.
3. סמנו בשחור את תחיליות שמות אלו שיכולים בקלות לבצע את המטלה אבל ישתעממו לעשותה שוב.
4. תחיליות בצבע ירוק שמורות למובילי/ות צוות מטלה, אדום לחניכים/ות ושחור למנחים/ות, היכולים/ות להגיש עצה, מידע, הדרכה או סיוע. יכולים/ות להיות כמה מובילים/ות, חניכים/ות או מדריכים/ות לכל מטלה.
5. מטלות שאין לצידן שמות נדרשת לגביהן, כנראה, החלטה של כל הצוות. רשמו לצדן בירוק "כולם/ן".
6. יתכן שמטלות מסוימות מחייבות התמחות מיוחדת. יתכן ויהיה צורך לגייס מוביל/ה למטלות אלו בנקודה עתידית כלשהי. יתכן גם שמוביל/ה זה/ו י/תציע שיש מטלות שיוצרי הקאראבירדט התעלמו מהן ויש צורך להוסיף את חלומות אותן מטלות למעגל החלום.
7. במידה ויש מטלות ללא בעלי/ות תפקיד, אפשר לעתים קרובות להיעזר באנשים ממטלות קודמות או עוקבות (לאורך מתווי השיר)



התנסות. הכאוס יאפשר לכם להישאר עם השאלה ויראה את הדרך לתשובה. בנוסף, קאראבירדט הוא משהו חי ויכול להשתנות. תמיד אפשר להוסיף מטלה אם היא חסרה. וודאו להציב את הקאראבירדט במקום שכל חברי/ ות הקבוצה יוכלו לראות אותו. באופן זה כל אחד ואחת מעודכן/ת היטב לגבי התקדמות הפרויקט והמטלות שיש עדיין לבצען ומי אחראי/ת להן.

נימוקים טובים לעשות הנאה (נשמע מפחיד אבל נסו אותו מכל מקום). כל הקבוצה מתאספת מול הקאראבירדט. אחד/ת מהקבוצה משמש/ת דובר/ת. כל הקבוצה נכנסת למיקצב, ע"י מחיאות כפיים או תיפוף. הדובר/ת מתחיל/ה לקרוא בקול רם את המטלות אחת לאחת. עבור כל מטלה, חברים בקבוצה זורקים לחלל את המספר הראשון שעולה בראשם – מבחינת כסף ומבחינת זמן. הם עושים זאת תוך המשך המיקצב. הדובר/ת רושם/ת את המספרים. כל הענין לוקח 20 דקות. לא יותר!

המיקצב ולחץ הזמן מונעים חשיבה מרובה מדי. אנשים צריכים באמת לדבר "מהבטן". אפשר להחליט בפשטות לאמץ את התשובה הראשונה שנזרקה או לאסוף תשובות מכמה אנשים ולקחת את הממוצע.

הנסיון מלמד שבנית תקציב באופן זה הוא די מדויק. עם זאת, נשמע חכם להוסיף 15% לכל אומדן כספי או אומדן זמן שהתקבל. זאת משום שכלל אחר של Dragon Dreaming אומר: "כל דבר לוקח יותר זמן". לכן טוב להגדיל את האומדן בקצת, למקרים בלתי צפויים... בכל מקרה חשוב להתקדם צעד אחרי צעד. מסע בן אלף מיילים מתחיל בצעד אחד. תוכלו תמיד להתאים את התקציב, אם יתעורר צורך. התקציב הוא רק לאוריינטציה והזמנה להתחיל לפרסם את החלום שלכם.

## המבחן

מחוייבות הצוות

כעת מגיע המבחן הסופי של תכנית הפרויקט שלכם. האם לצוות שלכם יש מחוייבות מספקת כדי לממש אותו באמת? אם השאלה נשאלת

# כאשר נותנים מתנה אמיתית, הנותן/ת נהנה/ית באותה מידה כמו המקבל/ת

בכנות, אי אפשר לנבא מראש מה יקרה. אבל אם אנחנו מארגנים את הסיטואציה כך שתתקבל תשובה חיובית, זו מניפולציה. ולסייע בכך זו אלימות. לפיכך המבחן לו אנו זקוקים הוא להתכונן לחופש. זו אחת השאלות המחוללות ב-Dragon Dreaming שניתן לענות עליה ב'כן' או 'לא'.

"אם הפרויקט יקלע להפסד ולא יצליח לגייס את הכסף הנדרש למימושו, האם תהיה/י מוכן/ה להצטרף לקבוצה של 4 אנשים לפחות שיהיו מוכנים לכסות את ההפסד מכיסם שווה בשווה? – כן או לא?"

במצב זה, חשוב מאד לשתף ולחגוג תשובה חיובית או שלילית באותה מידה. אם אתם מוצאים את עצמכם חוגגים את ה'לא' פחות מאשר את ה'כן' הרי שהפרויקט שלכם נעשה מניפולטיבי, של 'רווח-הפסד', לא באמת 'רווח-רווח'. הסיבה שבגללה אנו רוצים בדרך כלל אם אין לכם לפחות ארבעה אומרי הן פירוש הדבר שכנראה יש משהו לא נכון בתכנית. יתכן ויהיה עליכם לחזור ולשקול חלופות, או אולי נסו יעדים ומטרות פחות שאפתניים. אם אנשים מציבים תנאים לתשובתם, זו תשובה שלילית. משום שהשיבו בשלילה כעת, יתכן ויאמרו 'כן' בהמשך הפרויקט ארבעה אנשים היא כדי להבטיח שלא כולם, למשל, חולמים (או מתכננים, מבצעים או חוגגים) ויש סיכוי טוב שהקבוצה מאוזנת.

ויצטרפו לקבוצה לוקחת הסיכונים. בשלב מימוש הפרויקט, רק אותם אלו שאמרו 'כן' בשלב הזה הם אלו שיקבלו את ההחלטות ביחס למטלות בקאראבירדט הקשורות לכסף. אין זה אומר שאינם מתייעצים עם אחרים או שהאחרים אינם יותר חלק מהפרויקט. אולם רק לאומרי ה'כן' יש כח להחליט באשר לכסף בהיותם אלו שלוקחים את הסיכון. החלטות של קבוצה זאת נעשות תמיד בהסכמה כללית.

# המתנגד הגדול
## לעבוד עם האויבים שלנו

מתנגד/ת יכול/ה למעשה להיות לעזר רב לפרויקט בכך שהוא/היא מסב/ה את תשומת לבנו לגורמים בלתי צפויים, אלו שלא ידענו שאיננו יודעים. יש צורך לחגוג כאשר נמצא/ת מתנגד/ת כזה/ו, משום שבמידה והוא/היא י/תהיה מעורב/ת בדרך של 'רווח-רווח', הוא/היא י/.היה זה/ו שי/תעזור לנו יותר מכל. עלינו ליצור תקשורת עם אדם כזה. שאלו אותו/ה שאלה מחוללת:

*"ידוע לנו שאת/ה חושב/ת שהפרויקט שלנו מוטעה (או רע או טיפשי), והיינו רוצים באמת לדעת מדוע?"*

כתבו את תשובתו/ה ובדקו את נכונותה. לאחר מכן הציגו את התוצאות לאנשי צוות החלום שלכם, ועבדו לתת מענה לכל נקודה שהועלתה. חזרו אליו/ה עם שאלה מחוללת נוספת:

*"את/ה בודאי זוכר/ת את פגישתנו הקודמת. אנחנו חושבים שמצאנו תשובה ... מה דעתך?" התשובה לרוב תהיה "כן, אבל..."*

ותופיע רשימה ארוכה חדשה. חזרה על תהליך זה מספר פעמים תוביל בסופו של דבר לתשובה אחרת ... "כן, אני חושב/ת שכעת זה יעבוד!". זה הרגע המתוק מכולם, חגיגה של הכרת תודה מעומק הלב. אמרו "תודה. אין לך מושג עד כמה עזרת לפרויקט שלנו. האם היית מעוניין/ת לחבור לקבוצת החלום שלנו ולסייע בהגשמתו?" אותו אדם עשוי לענות בחיוב, כתוצאה מההערכה שהופגנה כלפיו.



נכון להיום, לא ידוע על מקרה שפרויקט Dragon Dreaming נקלע להפסדים, בחלקו משום שלוקחי הסיכון עוקבים מקרוב אחרי התקדמות הפרויקט על מנת להבטיח שלא נלקחים סיכונים שאינם ראויים. רוב פרויקטי Dragon, Dreaming גם אם תוקצבו בצימצום, מסתיימים בעודף קטן. העיקרון של Dragon Dreaming הוא שעודפים אלו אינם מתחלקים בין לוקחי הסיכון – העלויות שלהם כבר כוסו בתקציב הפרויקט. במקום זאת, בחגיגת הסיום, לאחר התשלום האחרון, ניתן עודף זה כמתנה, לא צפויה ושלא התבקשה, לפרויקט אחר העונה לעקרונות Dragon. Dreaming.

רקוד/י עם הדרקון שלך!

# ביצוע

**כל מה שנידון עד כה אינו אלא המפה עבור Dragon Dreaming – אין זו עדיין ההליכה בארץ Dragon Dreaming.**

\\ ללא שלב הביצוע, Dragon Dreaming היא תיאוריה בלבד. הדרקון שלך יחפש אחריך בשלב ביצוע הפרויקט. בשלב זה תלמד/י:

» בלשלב תיאוריה בעשיה

» להעלות את רמת המודעות העצמית שלך

» לשפר את עבודתך כחבר/ת צוות

» להרחיב את הפאראדיגמות שלך על עצמך, הקהילך שלך והעולם

» ליצור את הטקטיקות שיהפכו את האיסטרטגיה של הפרויקט למציאות

» לעבור ביצירתיות עם התנגדויות

» ללמוד כיצד להתמודד עם לחץ וסיכון להרחיב את גבולות הפוטנציאל האישי והקבוצתי שלך.

על מנת להיות מסוגלים לעשות זאת חשוב להכיר באופי הפרקטלי של פרויקטים: באמצעות פינאקארי ותקשוררת כריזמטית; רגיעה, תנועות גוף וחיזוק החזון. סך כל שנות הנסיון האישי הקיים אצל חברי הקבוצה גדול לאין שיעור מנסיון אישי בודד כלשהו. לכן יש צורך לגלות את האינטליגנציה המשותפת, העושר וחוכמת החיים של כל אחד.

בשלב הביצוע אנו מארגנים ומנהלים את הפרויקט. זה גם המקום בו דברים עלולים להשתבש מאד ובקלות רבה ביותר. מדובר על מעקב התקדמות ואימוץ שינויים: האם אנו עומדים בלוח הזמנים? האם יש עדיין כיסוי לעלויות? האם עלינו לעשות התאמות בתכנון? כיצד אנו מתמודדים עם לחץ (שאלה חשובה מאד...)? כיצד אנו ממזערים סיכונים? האם אנו עדיין מממשים א החלום המקורי או שהיינו כה עסוקים עד שבלי לשים לב סטינו לכיוון

# 12 שאלות של בקרה

## כיצד לוודא שהפרויקט שלכם מתקדם כמתוכנן

כדי להבטיח שהפרויקט שלכם מתקדם כמתוכנן – היעדים מתבצעים, המטרה מושגת והחלום המשותף שלכם הופך למציאות – יש צורך בכלי לבקרת התקדמות. תהליך הפיקוח המתואר כאן הוא תהליך דמוקרטי המתקיים – בפרויקטים גדולים – על בסיס שבועי. המפקח/ת והמפוקחים/ ות קובעים זמן ומקום נוחים לשניהם, כאשר זה/ו הממלא/ת את תפקיד המפקח/ת סוקר/ת את כל המטלות שעל הקאראבירדט ושואל/ת 12 שאלות:

1. מה תכננת להשיג מאז פגישתנו הקודמת (שבוע שעבר, החודש הקודם...) ?האם סיימת זאת? (אם חיובי, האם חגגת את ההצלחה וצבעת את העיגול שעל הקאראבירדט). אם לא, האם מטלה זאת צריכה עדיין להתבצע?

2. איזו עבודה נוספת את/ה מצפה לסיים עד המפגש הבא? האם פעילויות אלו עדיין מקדמות את החלום הכללי (בדוק/י ובחן/י חלופות במידת הצורך)?

3. מי צריך/ה להיות מעורב/ת? מי הם בעלי הענין של פעילויות אלו?

4. כיצד תערב/י את מי שצריך/ה להיות מעורב/ת?

5. אלו משאבים רוחניים, מחשבתיים, פיזיים, רגשיים או כספים דרושים לך כדי להשלים את המטלה?

6. מהי הדרך הטובה ביותר להשיג משאבים אלו? כיצד תתבצע העבודה? מהו התהליך הטוב ביותר עבור חלק זה של הפרויקט?

7. מתי העבודה אמורה להסתיים? מתי עליה להתחיל?

8. כיצד את/ה עלול/ה לנסות לחבל, להפריע או לעצור את עצמך מלבצע את המטלות שהצבת לעצמך?

9. כיצד תימנע/י באופן המיטבי מלהתפתות לכך? לאיזו עזרה את/ה זקוק/ה? להיכן צריכים תוצרי עבודתך להימסר? היכן נעשית העבודה באופן המיטבי?

**השאלות הבאות מיועדות למעקב.**

10. האם התשובות לשאלות הללו יביאו לסיום המוצלח אליו את/ה מקווה? האם חגגת? כיצד?

11. האם המטלה שלך מצליחה בהשארת חותם על הסביבה, בבנית קהילה ובהשפעה על כל היחידים המעורבים, בעלי הענין והמשתתפים? כיצד דבר זה תוקשר וכיצד נחגג?

12. בסיום כל התכנסות/סקירה שאל/י: מתי והיכן נוכל להיפגש שוב? כיצד את/ה מרגיש כעת? האם ברצונך להוסיף משהו?

אחר לחלוטין? אנו עוקבים באופן קבוע אחרי הפרויקט. שאלה מאד חשובה בשלב הביצוע – כמו גם בשאר השלבים – היא גם: האם אנו חוגגים מספיק?

ניהול מוצלח מחייב לרוב ניהול זהיר של הזמן, הלחץ והמשאבים. הדבר קשור לתיאום זהיר בעבודתם של אנשים רבים, אלו המקבלים שכר עבור עבודתם ואלו התורמים מאמצים לטובת השגת המטרות והיעדים של הפרויקט כדי להפוך את החלום למציאות. ארגון וניהול הפרויקט דורש לרוב תהליך של פיקוח. על פי המקובל פיקוח הוא שיטה של "הפעלת כח על" שבה אלו המכונים ה"מנהיגים" מפקחים על אלו שעושים את רוב העבודה. ב-Dragon Dreaming, בנאמנות לתפיסת 'רווח-רווח', הדבר נעשה אחרת. לכל אחד/ת בארגון יש מפקח/ת והמנהלים עשויים למצוא את עצמם מפוקחים ע"י עובדי נקיון!

# חגיגה

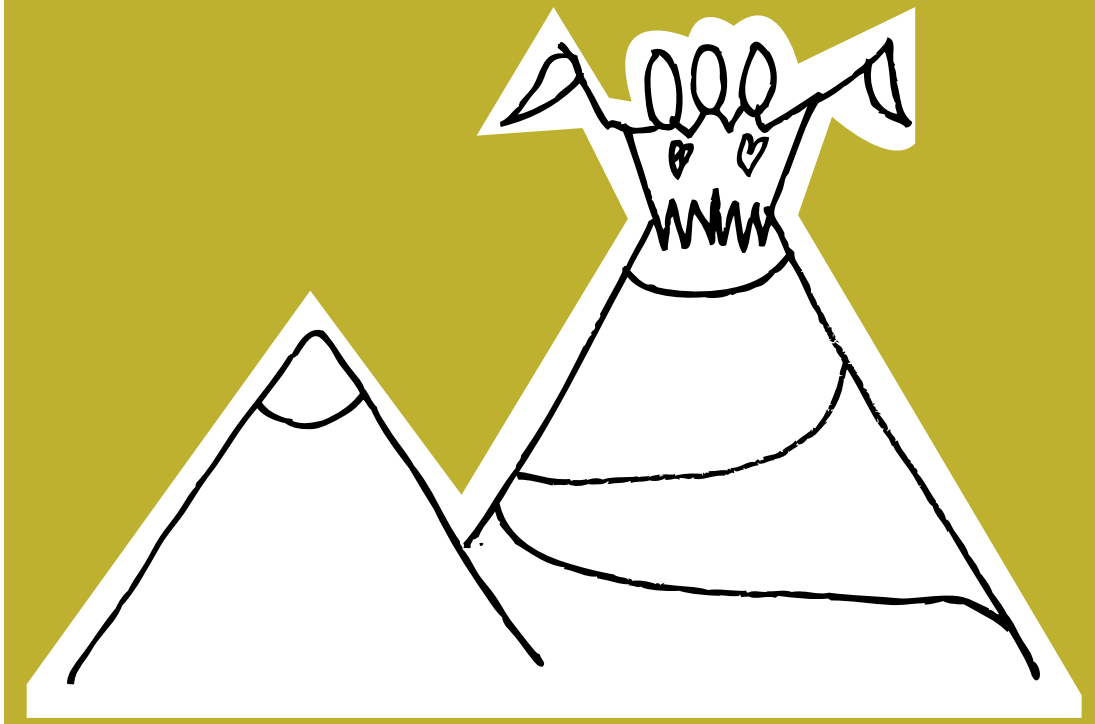
**החשיבות של החגיגה היא זו שמבדילה בין Dragon Dreaming לבין הרבה כלים אחרים לניהול פרויקטים. כאן, חגיגה אינה תפקיד של המוחצן הקולני אלא חלק של התבוננות, הוקרה והכרה.**

\\ אנו ממליצים בחום ש-25% מהעלויות והאנרגיה המושקעים בכל פרויקטי Dragon Dreaming (כולל סדנאות Dragon Dreaming) יוקדשו לחגיגה! חגיגת Dragon Dreaming היא ההתבוננות מופנמת. זאת משום שלא מדובר על צריכה מסיבית של משקאות חריפים אלא על הכרת טובה, אמירת תודה, הערכת המאמץ וקבלה. מדובר על ראית האחרים בגדולתם ותהילתם, יחד עם שברירותם ופגיעותם. מדובר על ראית האדם בשלמותו ולקבל זאת כדבר נכון. ומדובר על קבלה ונתינת כבוד לכל מה שהצליח בפרויקט כמו גם כל מה שהצליח פחות. חגיגה היא תהליך חשוב גם משום שהיא מחברת מחדש את העשיה לחלום הפרויקט. זו דרך להתבונן כיצד ביצוע הפרויקט נותן משמעות לחיים שלנו. חגיגה נמצאת במקום שבו אנו אישיים.

משמעות הדבר היא לשים לב לאדם הבודד, לצוות הפרויקט וגם – כמו כל פרויקטי Dragon Dreaming – היקום. גם בחגיגה אפשר למצוא את שלש המטרות של Dragon Dreaming:

ב'שירות לכדור הארץ' אנו לומדים לחגוג את המשחק אותו אנו משחקים ביצירת פרויקט. ומכירים בכך שצער הוא הראי של אהבה – אנו שרויים בצער רק על מה שאנו אוהבים, וככל שיש לנו רגש חזק יותר לגבי מה שמתרחש סביבנו כך אנו יכולים להיות מעורבים בסביבה בתשוקה, אומץ וברצון לקדם ולשפר.

'בנית קהילה' גם היא מתעצמת הודות לחגיגה. קהילה היא מקום מוגן המאפשר שיתוף ברגשות. התרבות המערבית חינכה אותנו לא להפגין רגשות. היא גם חינכה אותנו להדוף רגשות שליליים.



# הקפידו ליהנות !

אבל, כאשר אנו עושים זאת, אנו מדכאים את הרגשות החיוביים יחד עם השליליים. אנו מפחדים לחשוף את האני האמיתי שלנו, הצללים כמו גם האורות – וכך אנו שרויים במישור רגשי שטוח. לעומת להפגין רגשות. היא גם חינכה אותנו להדוף רגשות שליליים. אבל, כאשר אנו עושים זאת, אנו מדכאים את הרגשות החיוביים יחד עם השליליים. אנו מפחדים לחשוף את האני האמיתי שלנו, הצללים כמו גם האורות – וכך אנו שרויים במישור רגשי שטוח. לעומת זאת, Dragon Dreaming מלמד אותנו להכיר שכולנו גוף אחד, כולנו מחוברים וכולנו חלק ממה שקורה סביבנו. ולא רק שאנחנו עושים טובה בכך שאנו מבטאים את מה שייתכן וגם הם מרגישים, אלא שאנחנו גם תורמים לעומק ולהגינות של הפרויקט שלנו.

'צמיחה אישית' גדלה הודות לחגיגה בכך שהיא נותנת לנו הזדמנות להתרחק קצת מהלחץ היומיומי שקיים בכל פרויקט. אנו מתבוננים במה שלמדנו, אילו כישורים חדשים רכשנו והיכן באמת ויתרנו על איזור הנוחות שלנו ומצאנו רגעי 'א-הא'. שלב החגיגה הוא גם הזמן לכבד את המתנות והכישורים שקבלנו בתהליכים לאורכו של הפרויקט. חגיגה היא הכרה ברגעי 'א-הא' המופיעים בזמן העבודה על הפרויקט. רגעים אלו מובילים לתובנות חדשות, המביאות מצידן חלומות חדשים. מחזור חדש מתחיל. אנו מציעים שהתכנסויות Dragon Dreaming ייפתחו בחגיגה. שאלו את עצמכם שאלות מחוללות: "כיצד נצליח לכנס אנשים יחד בדרך שתהיה מהנה, מגרה את סקרנותם ומניעה אותם להיות חלק ממה שקורה?" "כיצד נוכל לייצר סביבה המטפחת את אלו המעורבים, מעמיקה את הקשרים ההדדיים ביניהם, ומובילה להכרה שכולנו חלק ממה שקורה סביבנו?" "כיצד נוכל לעודד את אלו הממעטים בערכה של החגיגה להצטרף וליהנות?"

אנו מעודדים אתכם להקים צוות חגיגה לפרויקט, על מנת להבטיח שתהיה חגיגה לאורך הפרויקט (משום שהיא חלק של כל רבע). הנה כמה דוגמאות לחגיגה לאורך הפרויקט:

סיפור סיפורים, ריקוד, שירה, טקסים (חגיגה של יחיד, קהילה, ארץ) וכמובן – אוכל טוב!

## מומחיות למידה

### עם סיומו של פרויקט

שלב החגיגה מניב רכישת מיומנויות חדשות, כפועל יוצא של מומחיות למידה. בנית קאראבירדט, ריקוד עם הדרקונים שלנו, והפיכת חלומותינו למציאות, יחייב את כל המעורבים לרכוש מיומנויות חדשות, לצאת החוצה מאיזורי הנוחות שלהם, ולגלות שהם יותר ממה שהם חשבו. אכן, יש צורך לגלות כישורים אלו, להכיר בהם ולקבלם. יש להודות לכל מי שתרם לפרויקט. וודאו לחגוג בגדול עם סיום שלב הביצוע. רק לאחר חגיגה זו הפרויקט מסתיים באמת. וכך המעגל נסגר והכל יכול להתחיל שוב מהתחלה ... והצעד האחרון של החגיגה מחייב ניתוח התוצאות שניתן לשנותן. הדבר מחייב את המשימות הבאות: ראשית, כעת משסיימנו, מה היינו עושים אחרת אם יהיה עלינו לעשות את הפרויקט פעם נוספת? שאלה זו יוצרת למידה שעליה נשענת צמיחה אישית אמיתית. שנית, מה בפרויקט הזה הסב לנו את ההנאה הגדולה ביותר, שאותה ניקח איתנו לכל פרויקט אחר שנעשה בעתיד? באילו דרכים הפרויקט הזה באמת קידם את הצמיחה האישית שלנו, את הלכידות של הקהילות שלנו, ותרם לקידום שגשוג ורווחה של כולם? העולם הולך ומאבד את משאביו ומבחינה זו Dragon Dreaming בנוי על העקרון להשאיר את היקום כמקום טוב יותר מזה שקבלנו. ניקוי ופתיחת מרחב הינו חלק מהחגיגה המסיימת של Dragon Dreaming.

# מודעות לרגשות בתוך קבוצה

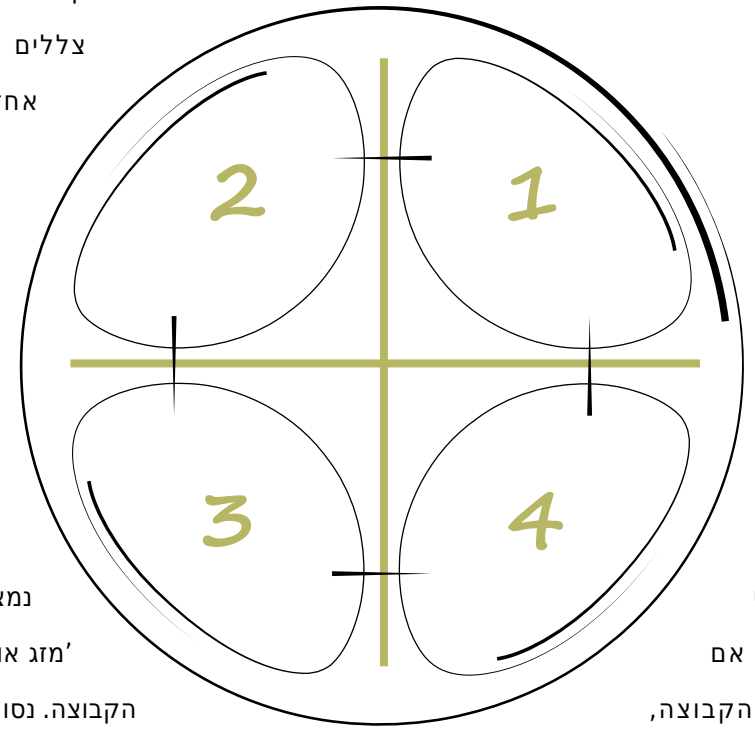
## ארבעת השלבים של בנית צוות

ממש כשם שיכולים להיות לנו יחסים בין יחידים כך יכולים להיות לנו יחסים עם קבוצה. איכות יחסים אלו תלויה בתקשורת: כיצד אנו מזינים את הדרקון שהקבוצה, אולי, מייצגת. בכל קבוצה ישנן חולשות או צללים שיש לנהל אותם. קיימים ארבעה שלבים בבנין קבוצה:

1. בתחילת הפרויקט, כאשר אנשים נפגשים לראשונה והקבוצה חדשה, המשתתפים, בהתלהבותם הראשונית, יציגו לרוב רק את מה שקביל בקבוצה, לדעתם, ויחזק את הפרויקט.

2. בשלב השני מופיעים הצללים: המוטיבציה עשויה לרדת והפרויקט נכנס לשלב יותר כאוטי. הקבוצה עלולה ללכת לאיבוד במשחקי 'רווח-הפסד' והאשמות הדדיות לעתים קרובות קבוצות כאלו פונות לאלו הנחשבים כמובילי הפרויקט ולוחצים להוביל את הקבוצה החוצה מהכאוס. לרוב, אם "המנהיג/ה" מסרב/ת, הוא/היא מואשם/ת ע"י הקבוצה, העשויה בעקבות זאת לחפש מנהיג/ה אחר/ת שי/תוציא אותם מהכאוס. הסכנה בדינמיקה זו היא היווצרות היירכיות המחלישות את תחושת הקהילה. אנשים עשויים להתפתות לתקן, לרפא או להמיר את אמונתם של מי שנחשבים לסיבת אי-הנוחות אותה הם חווים, כדי לצאת ממנה.

3. בשלב השלישי, במידה והקבוצה הצליחה לרקוד עם דרקון אי הנוחות ולהישאר עם השאלות שהתעוררו בשלב השני, יכול להופיע פרק זמן של שקט. בתוך שקט זה אנו יכולים להכיר בכך שלכולנו יש צללים ופצעים פנימיים, מה שיכול לקחת אותנו צעד אחד קדימה לקראת חוסר שיפוטיות.




4. לאחר שעשינו את הצעד הזה, מפציע השלב הרביעי. שלב זה נובע מיכולתנו העמוקה להתבונן ולהשתתף בעת ובעונה אחת, המובילה אותנו לקראת קהילה אוטנטית. לעתים קרובות זה תהליך ריפוי עמוק ... ולכן: חגוג!

אל תתייאשו מהקושי להבחין באיזה שלב אתם נמצאים. זה בסדר. דרך אחת לגלות זאת היא לתת דיווח 'מזג אוויר פנימי' שעוזר להציף את הרגשות הפנימיים בתוך הקבוצה. נסו למצוא מה מתאים ביותר לכם ולקבוצה. אתם עשויים לרצות לבדוק תהליכים אחרים כמו עבודה על בנית קהילה של מ. סקוט פק (M. Scott Peck) ו'אקולוגיה עמוקה' (Deep Ecology) של ג'ואנה מייסי (Joana Macy). כמו כן הרגישו חופשיים לעשות שימוש בפעילויות קבוצתיות שונות כמו, תנועה, גישות יצירתיות מכל סוג וכמובן – שקט. זו הזדמנות גדולה לעשות שימוש בפינאקארי!

# השעה ה-11 - נבואה של זקן שבט ההופי

חזרת ושיננת לאנשים שזו
'השעה ה -11 ', כעת עליך לחזור
ולומר לאנשים שזו השעה.
ודברים עליהם יש ליתן את הדעת
היכן את/ה חי/ה?
מה את/ה עושה?
מה-הם יחסיך?
האם את/ה ביחסים נכונים?
דע/י את גנך.
זה הזמן לומר את האמת הגדולה.
היו טובים זה לזה.
ואל תבקשו את המנהיג מחוצה לכם.
הזמן הזה עשוי להיות זמן מתאים.
יש כעת זרם שוצף מהיר.
כה גדול ומהיר שיהיו מי שיפחדו.
ויבקשו להיאחז בגדה.
יחושו נקרעים לגזרים ויסבלו מאד.
דע/י כי לנהר יש מחוז חפץ.
הזקנים אומרים, עלינו להניח לגדה, לחתור לאמצע הנהר,
לפקוח את עינינו, ראשינו מעל המים.
ואני אומר, הבט/י מי הוא שם איתך ותן/י הודיה.
בזמנים אלו אין לנו לקחת מאומה באופן אישי.
פחות מכל את עצמנו.
כי מרגע שנעשה זאת, מסענו וצמיחתנו הרוחנית נעצרים.
תם זמנו של הזאב הבודד.
הקהילו את עצמכם!
סלקו את המילה מאבק מדעתכם ומאוצר המלים שלכם.
וכל שאנו עושים כעת ייעשה בחרדת קודש ובהודיה.
אנו האנשים להם ציפינו



## תכנון ההמשכיות

מצאו מחליף מהר ככל האפשר

בסופו של דבר כולם עוזבים את הפרויקטים שלהם. אולם האם הפרויקט שלכם ישרוד את עזיבתכם? תכנון העברת האחראיות הכרחי כדי להבטיח אי-קריסה של הפרויקט בשל שחיקה של היזמים או שהם פנו לעשות משהו אחר או שהאינטרסים שלהם השתנו. לרוב, החלפה כו מתרחשת רק בסיום הפרויקט. אולם, ב-Dragon Dreaming ניתן דגש למציאת מחליף/ה שלהרגשתך י/תעשה את הפרויקט טוב יותר ממך ושההחלפה נעשיה כאשר רמת ההתלהבות שלך מהפרויקט עדיין בשיאה, לא כאשר היא בדעיכה. המתנה לסוף תביא לקריסת הפרויקט שלך ואת/ה תהיה/י כמו ערפד המחפש דם חדש.

מציאת מחליף/ה לתפקיד בדרך זו אין פירושה בהכרח שאת/ה עוזב/ת את הפרויקט. היא יוצרת, עם זאת, תחושה עמוקה של חופש. למשל, ברור לך שאם תיאלץ/י לעזוב מסיבות אישיות או בריאותיות, הפרויקט ישרוד את עזיבתך. מציאת מחליף/ה עבורך בדרך זו באה מתוךתחושת ענווה עמוקה.