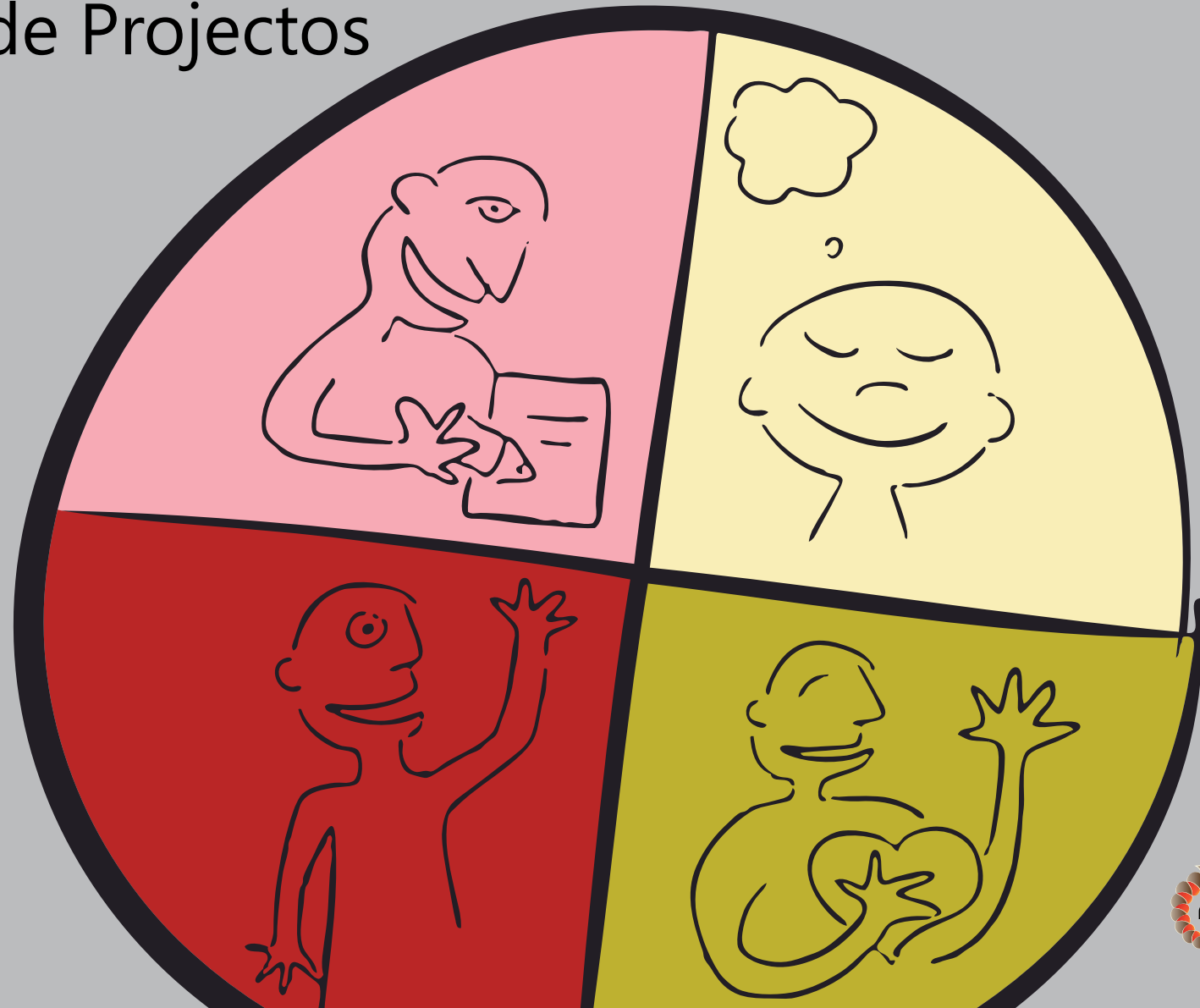


VERSION 2.09

DRAGON DREAMING

Desenho de Projectos

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



Dedicatória

Este e-book é dedicado a todos aqueles que não abandonam os seus sonhos e se atrevem a dançar com os seus dragões. Este livro insere-se numa Licença Comum de Criatividade, isto é, pode ser usado e copiado para fins não-comerciais se os seus autores forem identificados. Se pretendes alterar o seu conteúdo ou usa-lo para outros propósitos que não construir projetos ou organizações dentro dos princípios do Dragon Dreaming, poderás contactar os seus autores e procurar obter permissão para o fazer.

Recordamos que o Dragon Dreaming é um projeto em construção: o Dragon Dreaming resulta do trabalho realizado pela Fundação Gaia, no oeste da Austrália. Existem “Dragon Dreamers” desde o Brasil até à Rússia e do Canadá ao Congo, fazendo parte de uma comunidade viva de aprendizagem, onde todos fazem o seu melhor.

Este e-book é uma parte na construção de um corpo de informação sobre Dragon Dreaming. Se gostarias de nos ajudar a tornar o nosso sonho realidade e queres contribuir para o crescimento e divulgação do trabalho desenvolvido pela comunidade Dragon Dreaming entra em contato conosco. Então para começar, eis: 100 por cento dos teus sonhos podem tornar-se reais. Esperamos que este pequeno guia te possa ajudar a realizar qualquer sonho que esteja a aguardar dentro de ti pela possibilidade de se tornar real – desejamos que te divirtas e gozes muitas experiências de aprendizagem. E não te esqueças que se não for divertido não é sustentável. Força Dragão Sonhador!



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

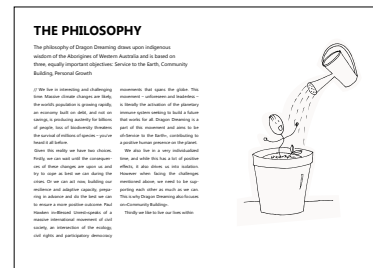
Se desejares podes apoiar a Comunidade Dragon Dreaming através de donativo. Por favor visita

<http://www.dragondreaming.or/about-us/become-involved/>

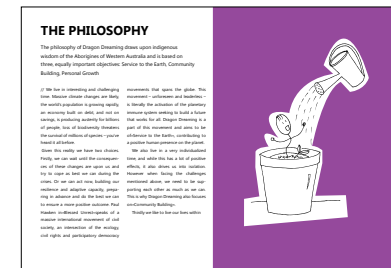
Como utilizar este e-book multilingue?

Para tornar este E-book útil para todos, tornamo-lo interativo. Isto significa que podes escolher o modo de visualização do e-book.

Para utilizar todas as funções desta versão do e-book, por favor, utiliza utiliza uma versão gratuita do PDF „Adobe Reader“!



Carrega aqui para veres a versão a preto e branco: **versão para impressão**



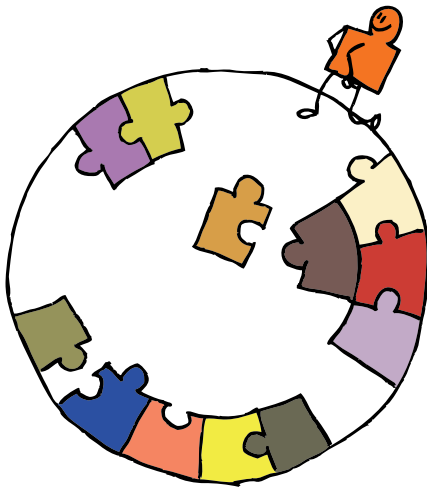
Carrega aqui para veres a versão a cores: **versão para ecrã**

Língua

Podes também mudar a língua. Para mudares a língua, por favor, vai para a capa do E-book e selecciona a língua da tua preferência. Estamos constantemente a trabalhar em novas traduções.

Se ainda não existe uma tradução na tua língua e tens interesse em traduzir este e-book, podes contar conosco. Temos um processo organizado para traduções. Para mais informações envia um e-mail para translations@dragondreaming.org.

»O futuro pertence
àqueles que acreditam na
beleza de seus sonhos.»
Eleanor Roosevelt



Impressão

A produção deste e-book iniciou-se na Primavera de 2012 com os textos da Ilona Koglin em co-operação com a Manuela Bosch, Angel Hernandez e Florian Müller. Este trabalho foi concluído no Verão de 2013 em co-operação com John Croft, Catriona Blanke e Ilona Koglin, integrando os textos produzidos pela Monica Prado (Mandakini Dasi) de Juiz de Fora (Brasil) em co-operação com Bernadette Otto de Penticton (Canada). Um agradecimento especial ao John Croft, o co-criador do Dragon Dreaming, e em cujos pensamentos e ideias este livro é baseado.

Autores: Catriona Blanke, John Croft, Mandakini Dasi (Monica Prado), Ilona Koglin,

Apoio: Manuela Bosch, Angel Hernandez, Florian Müller, Bernadette Otto,

Apoio técnico: Matthias Brück

Ilustração: Wiebke Koch

Imagem de capa: Luiza Padoa

Grafismo: Ilona Koglin

Traduções: slovensščino - Barbara Dovjak, Lara Kastelic & Nara Petrovič; español - Teresa Fernandez, Juliana Simoes, Daniela Pereira, Julia Ramos & Luna Marcén; latviešu - Rūta Kronberga; русский - Anton Tofilyuk & Sasha Bezrodnova; português - Rita Tojal, Teresa Silva, Marta Duarte, Pedro Ferreira, Njiza Costa & Virgílio Varela; deutsch - Catriona Blanke, Uli Bostelmann, Diemut Kostrzewa, Marcella von der Weppen & Marion Wiesler; srpski - Dubravka Simonović; polski - Robert Palusiński, Andrzej Ciechulskiego Adama Kamińskiego, Agnieszki Jurko, Karola Jurczyka, Jerzego Kolarzowskiego & Aleksandra Piecucha; עברית - יובל ישי, דרור נוי, נועם תמרי; française: Nathalie Sinthes, Pascale Pluton, Eric Sanner, Hubert Boutin, Renaud Darnet;

Para mais informação sobre Dragon Dreaming, assim como para saber da lista de formadores ou outras novidades úteis por favor visita www.dragondreaming.org.

INDICE

A Filosofia	página 4	Planear	página 16
Crescimento pessoal	página 5	Definir metas	página 17
Tempo do sonho	página 5	Definir objectivos	página 18
As Trilhas sonoras	página 6	O Karabirrdt	página 18
Jogos Ganha-Ganha	página 6	Tarefas e responsabilidades	página 19
		Tempo e Orçamento	página 20
A Comunicação	página 7	O Teste	página 21
Perguntas Geradoras	página 7	O Grande Resistente	página 22
Pinakarri	página 8		
Comunicação Carismática	página 9	Fazer	página 23
		12 Perguntas de Supervisão	página 24
A Roda do Projeto	página 10		
Ultrapassar os Limiares	página 10	Celebrar	página 25
Quatro Perfis	página 11	Aprendendo a Mestria	página 26
Exercício: Que Tipo sou eu?	página 12	Sentimentos no Grupo	página 27
		Planear a Sucessão	página 28
Sonhar	página 13		
A Equipa Sonhadora	página 13	A 11ª Hora	
O Circulo de Sonhos	página 14	Profecia Anciã Hopi	página 28
O Objecto da Fala	página 15		

A FILOSOFIA

A filosofia do Dragon Dreaming emerge da sabedoria indígena do oeste da Austrália Aborígine e é baseada em três objectivos de igual importância: Servir a Terra, Construir Comunidades, Crescimento Pessoal.

// Vivemos tempos interessantes e desafiantes. Alterações massivas no nosso clima far-se-ão sentir cada vez mais, a população mundial cresce com rapidez, uma economia construída sobre dívida, em vez de em poupanças, produz austeridade para milhões de milhões de pessoas, a perda da biodiversidade ameaça a sobrevivência de milhões de espécies – já ouviste tudo isto certamente.

Dada esta realidade nós dispomos de duas escolhas. Primeiro, podemos aguardar até que as consequências destas alterações se precipitem sobre nós, e tentar responder o melhor possível durante a crise. Ou então podemos agir agora, construindo a nossa capacidade de resiliência e adaptação, preparando-nos antecipadamente e fazendo o nosso melhor para assegurar um resultado mais positivo. Paul Hawken em "Blessed Unrest" fala-nos de um movimento internacional em massa da sociedade ci-

vil, uma intersecção da ecologia, direitos civis e de movimentos de democracia participativa que se propaga pelo globo. Este movimento – nunca visto e sem liderança formal – constitui literalmente uma activação do sistema imunitário planetário, procurando a construção de um futuro que sirva a todos. O Dragon Dreaming é parte deste movimento e ambiciona estar ao "Serviço da Terra", contribuindo para uma presença positiva do ser humano no planeta.

Estamos igualmente a viver um período de muita individualização, que mesmo trazendo muitos efeitos positivos, conduz-nos igualmente ao isolamento. Contudo quando face aos desafios mencionados anteriormente, necessitamos de oferecer o nosso máximo para nos suportarmos uns aos outros. Esta é a razão pela qual o Dragon Dreaming também se foca em »Construir Comunidades«. Em terceiro lugar, gostamos de viver a



O Dragon Dreaming fala de como sentirmo-nos seguros, mesmo estando as coisas fora de controlo.

nossa vida dentro da nossa zona de conforto. Podes já estar familiarizado com esta ideia. A zona de conforto é onde nós sabemos bem os caminhos e onde lidamos com as pessoas com quem nos sentimos confortáveis. Aqui sentimos seguros. Mas só conseguimos aprender quando saímos da nossa zona de conforto. É aqui que os «Dragões» nos esperam e é daqui que vem o nome Dragon Dreaming. Os Dragões representam os nossos problemas, medos e inseguranças, aquelas pessoas nas nossas vidas com quem temos dificuldades. Se conseguirmos atravessar os nossos limites, aprendemos como «dançar com os nossos dragões» - conseguiremos empoderar a nós próprios, cada vez mais, ao ponto de descobrir as nossas próprias forças e competências. Por isso Dragon Dreaming tem como terceiro objectivo o «Crescimento Pessoal»

Momentos Aha!

Maximizar a criatividade

Os momentos em que descobrimos algo que não sabíamos antes, são maravilhosos. Ainda mais estonteantes são os momentos em que descobrimos algo que nem sabíamos que não sabíamos: os chamados Momentos-Aha!

Eles geralmente emergem quando descobrimos ou compreendemos algo novo. Ocorrem também quando estabelecemos novas conexões entre coisas que já conhecemos. Independentemente do modo como ocorre, este Momento-Aha conduz a uma nova percepção sobre algum aspecto do mundo. E em resultado disso nós tornamo-nos conscientemente atentos.

Momentos-Aha são altamente ineficazes. Uma pessoa que partilhe

Momentos-Aha aumenta as chances de outros poderem também descobrir algo que não sabiam que não sabiam. Partilhar Momentos-Aha em grupo pode conduzir a soluções criativas para problemas comuns. À medida que um Dragão Sonhador pratica a habilidade das perguntas geradoras, um novo mundo se abre para si. Pessoas diferentes tem experiências diferentes em obter Momentos-Aha. Maximiza os teus Momentos-Aha através destas práticas:

- » Contactar com diferentes realidades, pessoas, contextos
- » Viajar para diferentes culturas
- » Observar e reflectir
- » Escutar profundamente as palavras dos outros
- » Procurar sinais, visíveis ou invisíveis
- » Conectar com os teus sonhos e visões
- » Meditação
- » Enfoque profundo num problema e depois fazer algo totalmente diferente

Tempo do Sonho

O conceito Aborígene de tempo

A visão do mundo moderno baseia-se na crença que tempo é colectivamente e objectivamente um processo linear, viajando do passado, através do presente, para o futuro.

Dentro desta visão, sonhar é visto como um processo individual subjectivo, desprovido de realidade. Entre muitas culturas indígenas, incluindo a cultura tradicional Australiana Aborígene, sonhar é visto como uma experiência colectiva e objectiva. Esta perspectiva permite-nos aceder à criatividade interpessoal e a um conhecimento mais profundo. Nesta visão, nada está separado: tudo é um nóculo temporário num fluxo contínuo de processos.

Como diz um provérbio Aborígene: "Somos todos visitantes deste tempo, deste lugar. Só estamos de passagem. O nosso propósito é observar, aprender, crescer, amar ... e depois regressamos a casa". Isto significa que tudo é possível e que quando feito com o conceito de Tempo do Sonho, nós estamos a trabalhar o nosso lado que tem acesso à inteligência colectiva.

Esta visão também sugere que todos nós nos encontramos neste presente numa ponte entre de onde viemos e para onde vamos. Para alguns a ponte é estreita e fácil de atravessar, e para outros é funda e ameaçadora. Esta ponte é mantida na história – uma história que criamos momento a momento, construindo as pedras da ponte à medida que caminhamos. Isto dá uma explicação para as nossas vidas – por onde come-

çamos, as lições importantes de acontecimentos-chave da nossa vida e ilustra para onde sentimos que caminhamos: a trilha sonora.

As Trilhas sonoras

Por que é que os Projectos são importantes

O povo Aborígene Noongar acredita que tudo inicia com o karl: O fogo amarelo, da infância do sol da manhã. O Karlup é a terra, o lugar do fogo na terra, a fogueira à volta da qual as pessoas se reúnem para partilhar sonhos, contar histórias, tomar decisões e planejar actividades, e para celebrar ao final do dia. Parte desta partilha era feita através da música – como a passagem de direcções sobre marcos importantes na terra. É daqui que provém o nome “trilhas sonoras”.

Estas trilhas sonoras conferem propósito e significado às nossas vidas. Deste modo a nossa vida pode ser vista como um projeto com importantes marcos e trilhas sonoras pelo meio. Assim são os projetos com os quais nos comprometemos ao longo da nossa vida que conferem propósito e significado.

O Jogo Ganha-Ganha

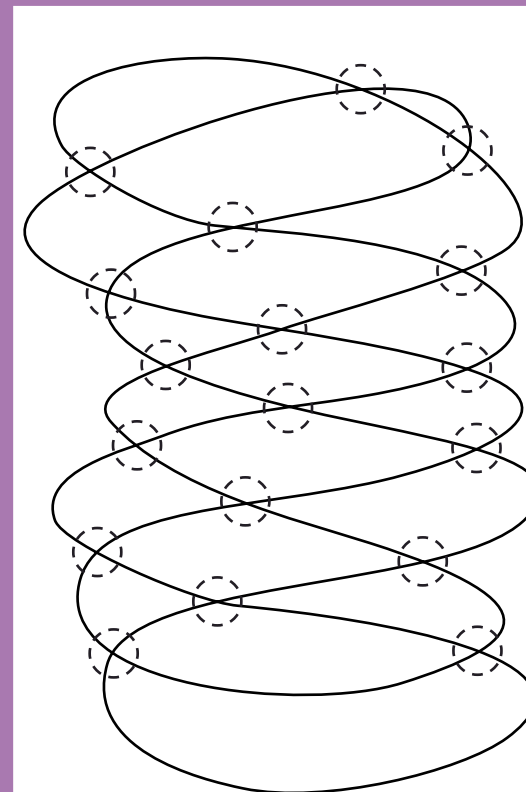
O Fim da Cultura Ganhador-Perdedor

A civilização tal como a percebemos é baseada numa determinada visão do mundo. Através da nossa linguagem temática (activa) e de objectos (passiva) nós vemos o mundo como contendo coisas sobre as quais nós acreditamos ter poder e controlo. É esta visão que divide tudo em categorias separadas: Uns têm poder sobre outros. Isto – resumidamente – cria jogos Ganha-Perde e uma hierarquia violenta, que normalmente tomamos como o único modo de fazer as coisas funcionarem.

Envolvermo-nos com o ambiente significa que nos estamos a envolver com um mundo vivo do qual fazemos parte. Acreditar que podemos controlar este mundo através da imposição de poder é um mito humano, um egocentrismo que nos conduz à frustração e ao desespero. Nós não podemos controlar o fluxo de energia, matéria, informação e caos ou entropia do qual fazemos parte. A tradição Aborígene sugere igualmente que nada é separado – e a ciência prova-o repetidamente.

Contudo podemos obter poder com estes fluxos. Isto significa que podemos

trabalhar com qualquer coisa ou qualquer pessoa – procurando sempre identificar como criar um jogo ganha-ganha. Para fazê-lo necessitamos tornar-nos vulneráveis – necessitamos tentar e ver sempre o outro lado. O lado do que resiste ao nosso projecto, o lado da situação no qual temos assumpções prévias e preconceitos. Ao praticarmos este novo tipo de jogo abrimo-nos para uma imensidão de possibilidades que não existiam antes. Os Jogos Ganha-Perde não são sustentáveis. Se realmente procuramos alcançar um cultura sustentável os jogos ganha-ganha tornam-se essenciais.



O conceito Aborígene de Sonho. Este gráfico mostra como tudo é uma intersecção temporária num fluxo contínuo de processos.

COMUNICAÇÃO

Quando usamos o Dragon Dreaming devemos estar conscientes que estamos nos esforçando para a criação de novos paradigmas e de uma nova cultura. Precisamos retomar a habilidade de escutar profundamente, escutar o que a Terra nos está a dizer, escutarmos uns aos outros e escutarmos a nós mesmos.

// O Dragon Dreaming ambiciona criar uma nova linguagem, baseada no conceito ganha-ganha, substituindo sempre que possível o jogo baseado na relação vencedor-perdedor. E como em todas as habilidades – quanto mais praticarmos mais hábeis nos tornamos... Muitas vezes os projectos falham pela ausência ou mau funcionamento da comunicação. Mas existem várias formas de comunicação que ajudam a concretizar sonhos, bem como a resolver e a prevenir conflitos.

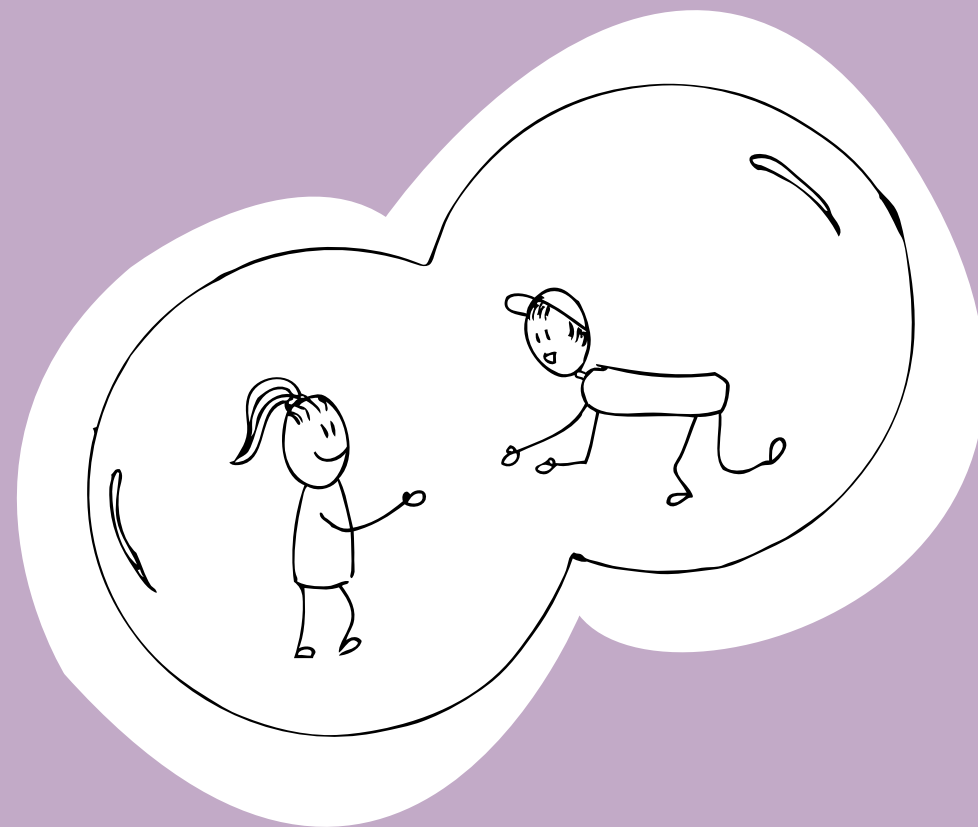
Perguntas Geradoras

Chamar o poder emocional

Uma pergunta geradora é uma pergunta que tem poder emocional quer na vida de quem pergunta como na pessoa questionada. Geralmente o objectivo

é revelar o que está em falta e cuja a presença poderá fazer a diferença. É um convite aberto a envolvermo-nos com aquilo que não sabemos. Ocorre através de questões que chamam à reflexão, revelando uma realidade mais profunda.

O modo como trabalhamos em conjunto nos nossos projectos é altamente influenciado pela forma como comunicamos e escutamos uns aos outros. As perguntas geradoras são um aspecto central no Dragon Dreaming, por isso encorajamos-te a desenvolver a tua capacidade de criar e colocar perguntas geradoras. Para te ajudar nesta prática encontrarás ao longo deste e-book exemplos destas questões.



Pinakarri

Sobre Escuta Profunda

Pinakarri é a palavra aborígene para Escuta Profunda. Nós praticamente esquecemos a capacidade de nos ouvirmos uns aos outros empaticamente, e desenvolvemos uma forma de principalmente ouvirmos uma vozinha na nossa cabeça que faz julgamentos ganha-perde. Esta voz distrai-nos e faz com que nos esqueçamos mais rapidamente: por exemplo - somos capazes de nos concentrar aproximadamente 20 minutos em teorias conceptuais, antes que a voz comece a falar, tornando-se difícil para nós escutarmos realmente. O Pinakarri silencia esta voz suavemente...

Cada participante de Dragon Dreaming pode pedir para fazer Pinakarri a qualquer momento. Pode tocar uma campainha ou fazer qualquer outro sinal que se decida em grupo. Ao sinal, todas as pessoas param o que estão a dizer ou a fazer e ficam em silêncio aproximadamente 30 segundos. Cada pessoa decide com que profundidade relaxar, mas é importante que toda a gente fique em silêncio por um momento. O objectivo por trás desta prática é superar alguns aspectos do comportamento humano.

Por um lado o Pinakarri ajuda as pessoas que estão actualmente em conflito a superarem os seus bloqueios internos. Temos tendência a ficar ainda mais agarrados a um ponto de vista quando alguém argumenta contra ele. E muitas vezes não faz qualquer diferença se a outra pessoa está certa ou não. Fazendo curtos momentos de Pinakarri temos a oportunidade de »arrefecer«.

O Pinakarri também é útil para verificarmos aquilo que realmente queremos. Em silêncio podemos escutar aquilo que se passa dentro de nós e ver se este ou aquele ponto ainda é importante para

nós - ou se perdemos contacto com o sonho original, os nossos desejos e necessidades, de forma a estar correcto ou não mostrar as nossas fraquezas.

Defender os nossos desejos e necessidades é tão importante como »arrefecer«. Se suprimirmos os nossos sonhos e necessidades vamos sempre ter uma sensação de falta. E essa sensação vai voltar de vez em quando, e pode ser um verdadeiro perigo para o nosso projecto. Ela impede a verdadeira diversidade, que é uma necessidade de verdadeira aprendizagem e sucesso.

Um desequilíbrio de dominância e repressão pode muitas vezes ser en-

Um pequeno guia de Pinakarri

Acalma-te e conecta-te com o teu corpo:

1. Sente a parte do teu corpo que se conecta com a cadeira ou a almofada onde estás sentado.
2. Sente o peso do teu corpo: Nota o teu peso e como a Terra o suporta. A gravidade é a força mais antiga do Universo. Se fosse uma pessoa a suportá-lo, chamarias a esta força amor incondicional.
3. Toma consciência do amor incondicional da Terra por ti, o apoio que te dá. Respira profundamente – dentro e fora: Ouve a diferença de tom e sente a diferença de temperatura entre a inalação e a exalação. Esta diferença em temperatura vem do sol.
4. Quem és tu? Tu és a dança dos ciclos materiais da Terra com a energia do sol. Consegues ouvir o bater do teu coração? Ele está aí desde antes do teu nascimento, e estará contigo até ao momento da tua morte.
5. Encontra no teu corpo o ponto onde a tensão ou energia está mais forte. Respira para esse local, conscientemente relaxa e expira essa tensão.
6. Silenciaste agora a vozinha na tua cabeça. Há muitas formas de alcançar Pinakarri. Sente-te convidado a experimentar e a encontrar a tua própria forma.

Pista: Assim como com o Pinakarri, há muitas formas de te tornares presente e de falares carismáticamente. Podes encontrar pistas no trabalho de Comunicação Não Violenta, Teoria U de Otto Scharmer, e Facilitação enquanto técnica espiritual de John Herron. Construindo Comunidade segundo M. Scott Peck.

contrado em grupos de projectos: uns poucos que ocupam a maior parte do tempo a falar e a forçar as suas ideias e interesses. Pinakarri pode ajudar a ultrapassar a nossa tendência a dominar e a reprimir, tornando-nos assim autênticos e reais. Pode ajudar-nos a tornarmo-nos seres humanos que vivem o «amor em acção». E pode ajudar-nos a criar uma comunidade carinhosa na qual cada indivíduo é ouvido e visto. Quando apresentares o Pinakarri, está consciente que pode levar algum tempo até as pessoas se ajustarem à sua prática.

Comunicação Carismática

Linguagem Ganha-Ganha

Comunicação Carismática é a tentativa de dizer o que realmente quer ser dito desde o interior. Funciona como a escrita automática.

Tudo o que temos que fazer é desligar a vozinha na nossa cabeça. Muitas vezes isto requer muito mais coragem do que nós pensamos. A Comunicação Carismática é baseada na confiança - a confiança de que podemos partilhar os nossos sentimentos e sonhos sem que se riam de nós. A nossa comunicação de todos os dias funciona como um

escudo: Escondemo-nos por detrás de factos e julgamentos. E no entanto, se nós realmente nos abirmos podemos dar às pessoas uma oportunidade de verdadeiramente nos verem e aos nossos projectos.

Nós estamos acostumados a comunicar as nossas ideias de uma forma que está influenciada pela vozinha na nossa cabeça a pensar »O que é que eu quero dizer?

O que é importante para mim?« Muitas vezes não estamos conscientes da nossa linguagem transparecer um jogo subtil de Ganha-Perde, de admiração ou desprezo pelas outras pessoas, ou mesmo de domínio ou repressão.

Estamos preocupados em interpretar o que os outros estão a dizer, e qual poderá ser o »verdadeiro significado« das suas palavras.

Em Dragon Dreaming nós usamos a nossa intuição para permitir que o projecto fale através de nós. Isto é Comunicação Carismática. Nós recomendamos que pratiques Comunicação Carismática em tantas ocasiões quanto seja possível; isto realmente ajuda quando falamos para grandes plateias ou fazemos pequenos workshops

Comunicar de forma carismática

Confia que é verdadeiramente seguro dizermos aquilo que realmente pensamos:

Pratica o seguinte com duas pessoas sentadas a olharem uma para a outra partilhem projectos que estejam a fazer ou que gostariam de vir a fazer. Façam isto da forma como normalmente o fariam. E depois disso usem a Comunicação Carismática e partilhem uma vez mais o vosso projecto. Ao fazer isto vocês permitem que os vossos projectos falem através de vocês... Não se esqueçam de examinar e partilhar aquilo que notaram.

1. Pratica Pinakarri; senta-te direito e fecha os olhos. Respira profundamente.
2. Respirar profundamente ajuda-te a libertar medo e tensão. Torna-te consciente que estás ligado à terra (através dos teus pés). Sente como a tua coluna te conecta com o céu.
3. Move a tua atenção da tua cabeça para um ponto abaixo do teu umbigo; este é o teu Hara, o teu centro de equilíbrio.
4. Usando a tua imaginação visualiza a bolha de espaço pessoal que rodeia cada pessoa para quem estás a falar. Agora visualiza a tua própria bolha; o tamanho, forma e cor. Agora faz com que a bolha expanda em tamanho até que finalmente abrace, contenha, e amorosamente apoie a bolha das pessoas para quem estás a falar. Imagina a sensação de presença que queres criar na pessoa para quem estás a falar. Que tom de voz precisas para criar essa presença?
5. Usando esse tom de voz particular, e praticando os outros quatro passos simultaneamente, deixa as palavras fluírem.

A RODA DO PROJECTO

O encontro entre um indivíduo inicial e o seu ambiente, bem como entre prática e teoria, gera dois interfaces e quatro quadrantes que cada projecto mostra: Sonhar, Planear, Fazer e Celebrar.

// Todo projecto é um encontro entre um indivíduo inicial e o seu ambiente. Um influencia o outro num processo recíproco. É também um encontro entre prática e teoria, integrando ambos. A colocação destes interfaces cria quatro quadrantes, caracterizando as quatro diferentes etapas de um projecto: Sonhar, Planear, Fazer, Celebrar. A Roda Dragon Dreaming representa este processo.

Ultrapassando os limiares

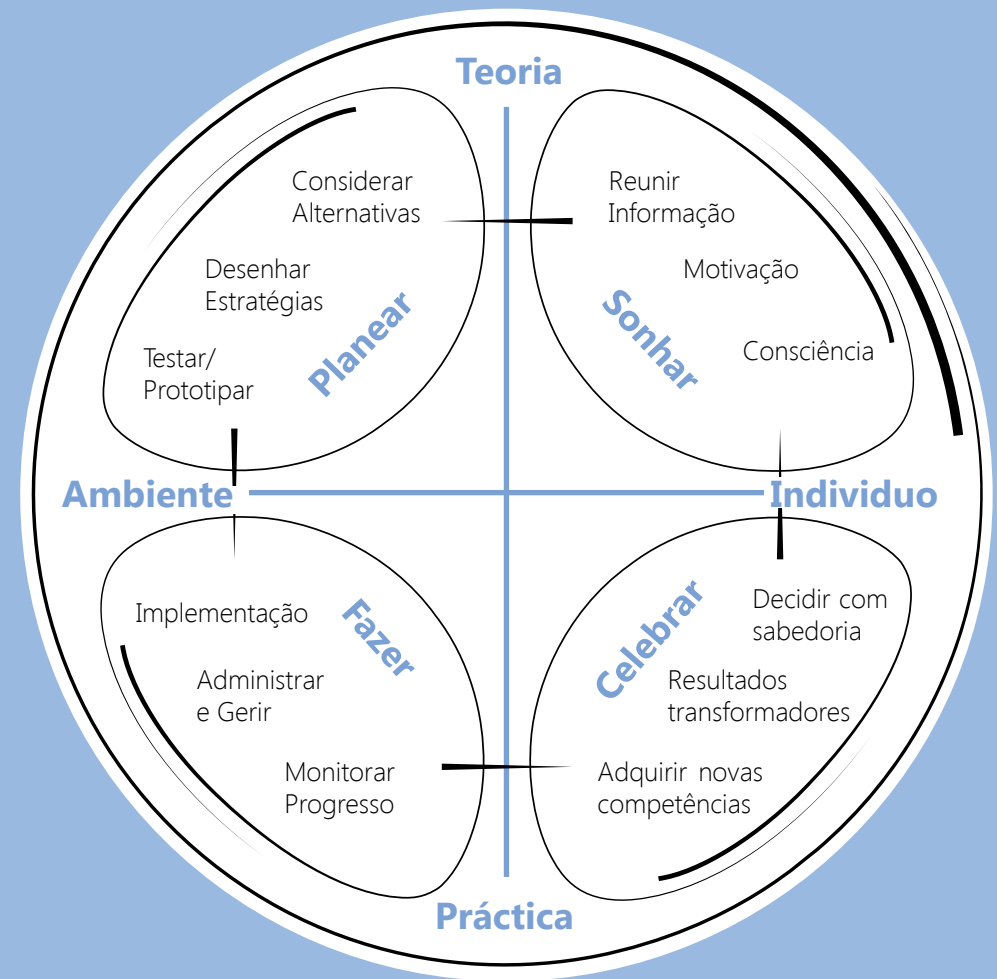
Interfaces de Comunicação

Os interfaces são órgãos de comunicação, e não rígidos eixos de separação. Eles podem mover-se dependendo da etapa e/ou do grupo que faz o projecto. Uma vez domina um dos lados, outras vezes domina o outro. Os projectos

têm uma natureza fractal. Isto significa que em cada um dos quatro quadrantes podemos encontrar o sonhar, o planear, o fazer e o celebrar.

Os projectos Dragon Dreaming só podem ser sustentáveis quando processamos cada uma destas etapas em cada quadrante. Então cada quadrante começa com uma etapa de sonhar, passa para uma de planear, depois tem uma etapa de fazer e, no limiar entre esse quadrante e o próximo, tem o celebrar.

Muitos destes limiares podem assustar-nos: A passagem do sonhar ao planear requer coragem e muita energia. Especialmente a passagem do planear para o fazer pode ser mesmo muito difícil, porque requer um verdadeiro compromisso de todos os envolvidos. Se o projecto entra numa fase difícil, é recomendável perguntar se o projecto está num limiar para a etapa seguinte. A celebração é uma etapa importante



O padrão da roda Dragon Dreaming também é encontrado em sistemas ecológicos, na formação do clima, na roda de medicina do nativo americano e mesmo dentro de nossos corpos; é a estrutura que existe no nosso cérebro. Um aspecto simbólico entre muitos é a analogia com as quatro estações do ano (inverno, primavera, verão, outono), bem como as quatro fases da vida de um ser humano (infância, juventude, meia-idade, idade avançada). Também cada dia pode ser representado por esta roda: começando com o sonho, ao planeamento de manhã cedo, o fazer e – se uma pessoa é sábia – uma celebração à noite.

»Fora além das idéias de certo e errado, existe um campo. Encontro - te lá«*, Jalaladin Rumi*

de cruzamento dos vários limiares entre quadrantes.

Por outras palavras: cada limiar entre um quadrante e o seguinte (por exemplo do planejar para o fazer) é também um passo da celebração de um quadrante para o sonhar do próximo quadrante, e como tal, é um passo para fora da nossa zona de conforto.

A exaustão pode ser evitada se celebrarmos muito e no momento certo. A celebração é o momento em que recebemos energia para nutrir o nosso processo contínuo. Isto é o que torna o projecto sustentável.

Os quatro Perfis

O Sonhador, o Planeador, o Fazedor e o Celebrador

O Dragon Dreaming não só mostra as quatro etapas de um projecto, mas também representa quatro características pessoais diferentes: sonhadores, planeadores, fazedores e celebradores.

É bom teres um equilíbrio dos quatro tipos na tua equipa de sonho. A razão é que uma equipa de sonho constituída apenas por planeadores, por exemplo, não vai ser tão bem sucedida em sustentar o projecto de Dragon Dreaming. Ter uma Equipa de Sonho equilibrada aumenta as hipóteses de que o projecto se realize e que as pessoas aprendam coisas novas, a um nível profundo.

Ao mesmo tempo tem que ser dito que ter estes quatro perfis numa equipa vai provavelmente criar conflito.

Um sonhador pode ter muitas dificuldades a trabalhar com um fazedor, e vice versa. O planeador pode achar de-

safiante trabalhar com o celebrador, e o mesmo no sentido inverso. Na sociedade Ocidental, hoje em dia, são geralmente os planeadores e os fazedores que são avaliados como eficientes. De facto os sonhadores e os celebradores também são muito necessários: Procura-os e inclui-os!

Todos nós temos partes das quatro características em nós. Mudamos de papel de situação para situação, de projecto para projecto, e de uma fase da nossa vida para outra. Olhando o ciclo da vida, os bebés e as crianças pequenas passam a maior parte do tempo a sonhar, a juventude planeia a maior parte do tempo, as pessoas de meia idade fazem muito, e as pessoas mais velhas querem disfrutar da vida e reflectir sobre ela - e assim celebrar.



Que tipo sou eu?

Um pequeno exercício para teres uma visão da tua equipa

1. Desenha uma roda Dragon Dreaming e os seus limiares no chão (Indivíduo / Ambiente, Teoria / Prática). E desenha-a também num flip-chart ou numa folha de papel. Agora imagina que cada limiar tem uma escala de 0 a 10, sendo 0 no Centro onde os limiares se cruzam e 10 nas bordas.

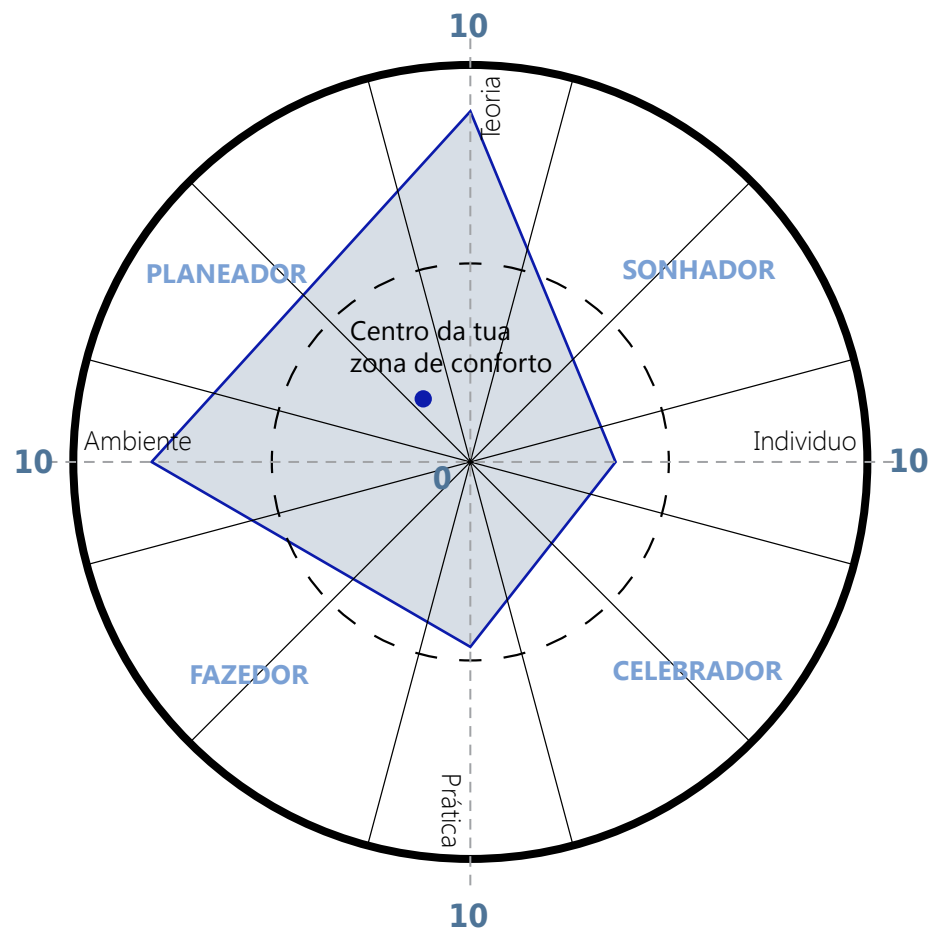
2. Pratica Pinakarri e decide qual o contexto sobre o qual queres descobrir a tua posição (o projecto actual ou a tua vida como um todo).

3. Detém-te no limiar que liga o Indivíduo e o Ambiente e move-te intuitivamente para trás e para a frente nesta linha até encontrares o limite da tua zona de conforto. Como é que podes saber onde é? O teu corpo vai dizer-te! Podes notar que sustiveste a respiração por um segundo, ou sentir uma tensão mais forte no teu corpo. Faz isto tanto para o lado do Indivíduo como para o lado do Ambiente. O resultado não tem que ser 100 por cento - é possível que alguém se coloque a 9 para o Indivíduo (e assim introvertido) e depois se coloque a 9 no Ambiente (extrovertido).

4. Faz o mesmo para o limiar entre teoria e prática.

5. Regista os resultados no flip-chart ou na folha de papel. Liga o ponto que marcaste no limiar do Indivíduo com o ponto no limiar da Teoria. Daí para o limiar do Ambiente, e desde aí com o limiar da Prática. E de volta ao limiar do Indivíduo (vê o gráfico).

6. O centro da tua zona de conforto mapeia as tuas tendências dominantes. Descobre-o marcando o meio de cada uma das diagonais. Agora junta o ponto central da diagonal entre o limiar do Ambiente (extrovertidos) e o da Prática ao ponto central entre o limiar do Indivíduo (introvertidos) e o limiar da Teoria, e faz o mesmo com o ponto central da Teoria e do Ambiente ao ponto central entre a Prática e o Indivíduo. Os dois têm tendência a cruzar dentro de um dos quatro quadrantes, ou por vezes numa linha entre dois quadrantes. Isto mapeia o centro da tua zona de conforto.



SONHAR

Todo o projecto começa sempre com o sonho de uma pessoa individual. Durante o Círculo dos Sonhos, este sonho é enriquecido pela inteligência colectiva. Torna-se o sonho de toda a equipa de Sonho. O objectivo aqui é garantir que 100% de todos os sonhos se tornem realidade! Sem compromisso!

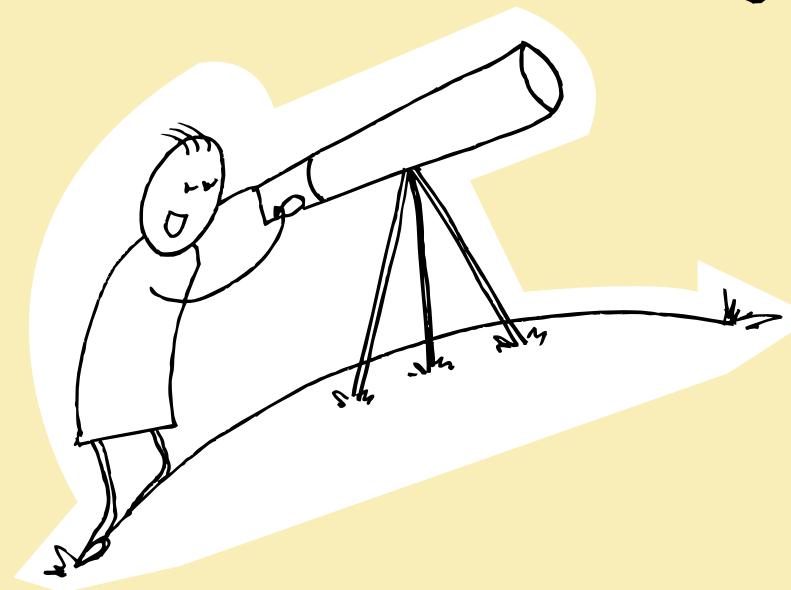
// Cada projecto começa com o sonho de uma pessoa individual. Muitas vezes o sonho pode aparecer como uma nova tomada de consciência, um momento-Aha. É através do processo de comunicação do sonho que o sonhador adquire a consciência total da natureza do sonho. A maioria dos projectos fica bloqueada na fase do sonho porque as pessoas não partilham os seus sonhos. Este é o primeiro limiar que algumas boas ideias de projecto nunca ultrapassam. No nosso tempo e idade, não confiamos mais no poder dos sonhos. Temos receio de partilhar os nossos sonhos pelo medo de sermos ridicularizados ou pelo medo de não nos quererem ouvir de todo. E isto é o que impede os sonhos de se tornarem realidade..

Equipa de Sonho

Como escolher as pessoas certas

A partir do momento em que uma pessoa tem uma ideia ou um sonho, o primeiro passo em Dragon Dreaming é, consequentemente, partilhá-lo com um grupo de pessoas. Quem devem ser estas pessoas? Podem ser amigos, vizinhos, família, colegas de trabalho, pessoas com competências especiais e/ou pessoas da comunidade que possam ter interesse na ideia.

Na escolha das pessoas, não é apenas importante escolher as pessoas cujas competências ou conhecimento possam ajudar o projecto mas também que sejam pessoas com quem queiras estar e com quem queiras trabalhar Tem tudo a ver com relações. Se o projecto é sobre



uma aldeia, uma cidade ou algum tipo de comunidade já existente, é prudente pensar em quem será afectado directamente pelo projecto. Estas pessoas deviam ser envolvidas, no mínimo, como apoiantes. Se o projecto diz respeito à mudança na comunidade, é prudente convidar as pessoas, através de boas redes de contactos e também as crianças e os jovens.

À medida que o projecto cresce, a Equipa de Sonho também pode crescer. Se mais de oito pessoas estão envolvidas na fase do sonho, é preferível ter vários círculos de sonhos para os vários grupos mais pequenos. Também, não é necessário que todas as pessoas envolvidas num círculo dos sonhos tenham de ser parte da efectiva concretização desse sonho.

Mas a experiência mostra que as pessoas, frequentemente, se entusiasmam em terminar um projecto, depois de partilharem o sonho.

O Círculo dos Sonhos

Sem compromissos!

Assim que decidires com quem queres partilhar o teu sonho, convida-os para o Círculo dos Sonhos. Este é um encontro em que a inteligência colectiva é liber

Como fazer um Círculo dos Sonhos

“Depois da primeira pessoa ter apresentado o seu sonho e explicado o projecto, ele/ela expõe o sonho à equipa de sonho e faz uma Pergunta Geradora como:

Como devia ser este projecto para que no final possas dizer: Esta foi, sem dúvida, a melhor forma de dispender do meu tempo “Ou” O que é que te permitiria dizer – Sim! Estou muito feliz por ter trabalhado nest

e projecto!” E neste momento todos os presentes respondem à vez à questão, podendo usar um objecto da fala. Se alguém não tiver nada a acrescentar dessa vez, pode passar. Se alguém passa, pode mais tarde adicionar uma nova ideia quando for a sua vez novamente. É importante no Círculo dos Sonhos que cada ideia seja gravada. Uma maneira de o fazer, é nomear um “escriba” que tome nota das ideias à medida que são partilhadas. Outra forma é a tarefa ser realizada por quem esteja próximo da pessoa com o objecto da fala e seguir o processo con-

forme referido em cima. De qualquer maneira, o “escriba” escreve o nome de quem está a falar e capta a essência do que está a ser dito. Não tentes captar cada palavra, apenas o essencial. Uma vez que isto esteja escrito, verifica com quem falou se reflecte rigorosamente o que eles queriam dizer. Se sentires a energia a descer, alguma coisa está a correr mal. Cuidado com a “Paralisia por demasiada análise”, por exemplo, que a tua Equipa de Sonho fique bloqueada no debate sobre o significado das palavras. Assegura-te que existe um processo fluído no Círculo dos Son-

hos – desta forma é uma experiência revigorante. O Círculo dos Sonhos continua até que todos tenham passado a sua vez. É importante declarar que o círculo terminou e – claro – celebrar!

Lembra-te, para tirares o máximo partido do Círculo dos Sonhos:

- » Usa o sino de Pinakarri
- » Usa um objecto da fala
- » Quando estiveres a escrever, escreve o essencial do sonho, não um parágrafo inteiro
- » Cada pessoa adiciona um sonho de cada vez
- » Não sejas demasiado racional, nem demasiado abstracto
- » Relaciona o sonho com a vida real
- » Escreve o sonho num pedaço de papel bonito, transforma-o numa peça de arte
- » - ...

Se não for divertido, não é sustentável!

tada. É também o processo no qual o teu sonho individual precisa de morrer, de forma a renascer como o sonho de todo o grupo – porque há uma diferença na energia quando estou a trabalhar no meu projecto e quando estou a trabalhar no nosso projecto.

Esta morte do sonho individual pode parecer simples; é, no entanto, um passo que pode ser um pouco difícil de dar. Reconhecer que o indivíduo sozinho não pode tornar o sonho realidade pode ser doloroso, levar tempo e requerer uma boa dose de esforço consciente.

Não te martirizes se não acontecer de imediato. É um processo contínuo; tem consciência que precisa de acontecer para que o projecto possa ser colectivo, extremamente bem-sucedido e estimulante. No Círculo dos Sonhos, todos devem ter a oportunidade de perceber primeiro o que é importante para si e depois contarem aos outros as suas necessidades (o que exige coragem – eles podem pensar que podem parecer

egoístas ou exigentes). À medida que o projecto continua, no entanto, vai tornar-se evidente o que é necessário para que todos se identifiquem a 100% com o projecto.

Apenas os que se conseguem identificar a 100% com o sonho é que conseguirão comprometer-se com o projecto e apoiá-lo sinceramente. Uma regra no Dragon Dreaming é: “sem compromisso! 100% dos teus sonhos podem tornar-se realidade”. Pode parecer irrealista no início mas é possível... Num Círculo dos Sonhos não fazemos julgamentos sobre se os sonhos estão certos ou errados. Este exercício é sobre a diversidade e autenticidade dos sonhos de cada pessoa, ainda que eles contrariem o que os outros disseram. Lembra-te que a fase dos sonhos é a altura em que as contradições podem existir, lado a lado. Ao aceites as contradições, estás num campo fértil em que podem surgir os Momentos Aha.

Atrás do dualismo existe um padrão, um lugar em que os dois lados de uma contradição podem ser verdade ao mesmo tempo. Os Sonhos são muitas vezes paradoxais e contraditórios, isso é parte do divertimento.

Durante o círculo dos sonhos é sempre possível que alguém descubra que não se identifica com um projecto em particular. Esta pessoa deve então poder dizê-lo, aberta e honestamente, ainda que possa ser doloroso para o grupo e/ou para o próprio, ouvi-lo. Também é útil se cada parte do sonho for expressada da maneira mais positiva possível. Se alguém diz o que não quer, tenta encontrar uma forma de ela dizer o que é que quer. O que verdadeiramente dá energia ao grupo é o sonho ser depois lido em voz alta no tempo passado como se o projecto já tivesse acontecido.

Para dar um exemplo: “O projecto da equipa correu muito bem e aprendemos imenso.” Ou “Conseguimos angariar € 3.000,00 para o projecto.”

Esta é uma forma poderosa de convidar o futuro para o presente. Pode parecer esquisito no início mas experimenta. Podes achar muito motivador – em vez de imaginares a enorme quantidade de trabalho que está à tua espera, crias energia de celebração e vivências alguns dos aspectos mais formidáveis do teu projecto.

O objecto da Fala

Uma ferramenta útil de comunicação

Outra ferramenta de comunicação que podes querer usar durante o Círculo dos Sonhos é um “objecto da fala” – uma pedra ou um objecto ou outra coisa que possas passar nos círculos. Quem tiver o objecto da fala terá a atenção de todo o grupo. Os objetos da fala são úteis para responder a uma questão, explorar um tema, partilhar “aha’s”, fazer uma reflexão ou introduzir um novo tópico ou ideia.

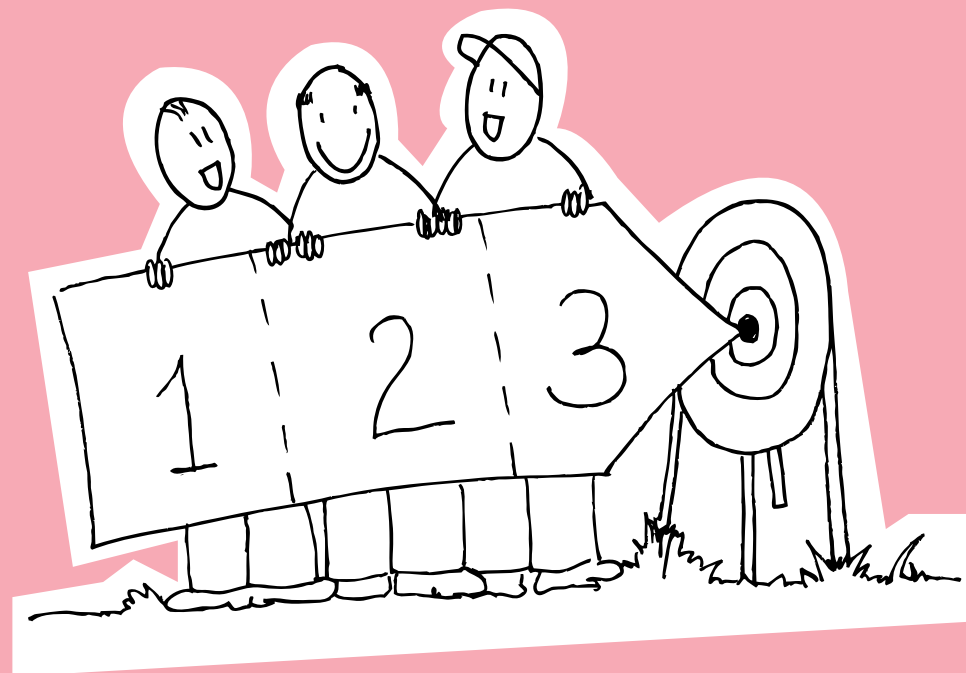
PLANEAR

A fase do sonho é sobre a diversidade e tentar reunir a maior quantidade de ideias possível. A fase do planeamento é sobre focar, destilar e filtrar. Definimos objectivos e missões e damos os primeiros passos para organizar tarefas, responsabilidades, tempo e orçamento.

// O primeiro passo no planeamento de um projecto é definir objectivos. Um objectivo é definido como circunscrito, alcançável, sob condição futura, orientado para a acção. Os objectivos podem seguir os princípios SMART (específicos, mensuráveis ou memoráveis, aceites ou alcançáveis ou pouco dispendiosos, realistas ou adequados e oportunos). Diferente do processo de planeamento convencional, no entanto, é a forma lúdica de planear os projectos de Dragon Dreaming (ver exercício). É muito importante manter o processo lúdico porque mantém a energia alta. Se o grupo começa a perder energia, procura algo que os anime novamente. E lembra-te sempre: "O bom é inimigo do óptimo!". O Objectivo do Projecto é

importante porque liga a visão do todo – o sonho de um projecto com os seus objectivos. O objectivo actua como uma importante parte da ponte que se está a construir, tendo em conta que é a afirmação comum que é utilizada quando se pede às pessoas que digam sobre o que é o projecto. É uma frase que explica onde o projecto pretende chegar.

Frequentemente, o planeamento convencional de projectos fixa a missão do projecto, antes da fixação dos objectivos, mas tal processo muitas vezes resulta numa afirmação maternal que carrega pouca realidade sobre o que é o projecto, e, no limite, apenas traz confusão. Dragon Dreaming sugere que os objectivos devem ser criados primeiro, enquanto que a missão fica ancorada na realidade.



Uma missão tem, assim, as seguintes características:

- » É concisa: é curta – missões longas têm a desvantagem de trazer confusão para a mente do leitor ou do ouvinte.
- » É inclusiva: inclui todos os elementos essenciais do projecto, de forma a que exista uma clara relação entre os objectivos do projecto e o sonho do projecto.
- » É memorável: Missões que não podem ser lembradas não valem as palavras com que são descritas. Como a “imagem pública” do teu projecto, as missões têm de ser lembradas.
- » É inspiradora: As missões têm de inspirar – têm de inspirar o orador e o leitor, mas também inspirar o público que deve envolver.

Dicas: Para testares os objectivos e a missão dos teus projectos (ver próxima página), é aconselhável usar estratégias em pequenos projectos piloto e protótipos. Por exemplo, aqueles que querem fundar uma eco-vila podem querer começar por criar uma comunidade, vivendo juntos.

Passo 1: Definir os objectivos!

Tenta sempre manter o processo divertido. Se ficar sério: Celebra!

1. São precisos 30 post-its para este exercício. Divide-os pelo número de pessoas presentes e dá a cada um número equilibrado de post-its.

2. O grupo lê outra vez os sonhos recolhidos. E depois cada um responde à pergunta: “Que coisas em concreto precisam de ser feitas primeiro para que o sonho se torne realidade?”

3. Todos escrevem depois uma ideia em cada um dos post-its. Isto não deve levar mais de 10 minutos a fazer (Lembra-te de escrever num post-it com o lado que cola para trás!)

4. Depois, a primeira pessoa coloca os seus post-its no flip-chart.

5. Uma segunda pessoa junta-se e faz o mesmo. Todos os temas semelhantes são postos em colunas perpendiculares, todos os temas diferentes são postos na horizontal. No entanto, só podem

existir entre 6 a 8 colunas horizontais em qualquer altura.

6. Se o número de colunas exceder 6-8 na horizontal, isto exige que a pessoa reposicione o post-it do seu predecessor. Se isto acontecer, terão de justificar por que razão querem movê-los. Pode haver discussão entre as duas pessoas nesta altura e deve haver consenso no final.

7. Isto não deve demorar muito, nem consumir muita energia: todos devem ter consciência da sua responsabilidade e traçar a linha ténue entre analisar demasiado: paralisia por análise e ceder para pôr um termo à discussão.

8. Uma equipa pega em uma ou duas colunas para identificar as palavras-chave. As palavras-chave são aquelas que unificam o tema e que podem ser referidas repetidamente numa coluna.

9. Um objectivo é, então, escrito, usando as palavras-chave: o critério para o objectivo é que cumpra os critérios acima (circunscrito, atingível, sob futura condição que seja orientado para a acção).

10. Os Participantes põem bolas em dois ou três objectivos: A Pergunta Geradora é “Que objectivo, que se considerado primeiro primeiro, poderia ajudar a concretizar todos os objectivos e 100% dos teus sonhos se tornariam realidade?”. A regra é que todos tenham três autocolantes em formato de bolinhas mas não possam pôr os três no mesmo objectivo. Atenção: Este não é um teste à importância dos objectivos – todos são importantes num jogo ganha-ganha.

Passo 2: Definir a missão do projecto

Um breve exercício sobre como criar as missões do projecto.

- » Lê outra vez os sonhos e os objectivos do projecto: Praticando Comunicação Carismática e Pinakarri
- » Em silêncio – cada pessoa escreve a sua própria missão; qual é na sua opinião aquela que cumpre os quatro critérios acima
- » Uma destas missões é escrita no centro de uma folha grande do flip-chart
- » Qualquer pessoa pode agora modificar, mudar, eliminar ou rever a primeira afirmação. Mas se uma mudança é feita a pessoa que a faz tem de explicar porque considera que a sua alteração é mais concisa, mais inclusiva, mais memorável e mais inspiracional.
- » Continua a repetir o quarto passo: O que quer que esteja escrito no papel em 20 minutos torna-se a missão do projecto. Ajuda manter a pressão do tempo.

Vais ficar surpreendido com a qualidade e entendimento conseguido da missão produzida. Mas podes ter de te lembrar que o bom é inimigo do óptimo: debater o significado das palavras fará perder a motivação do grupo rapidamente

O Karabirrdt

Montar o tabuleiro de jogo

Em Dragon Dreaming, a mais importante ferramenta da fase de planeamento é criar o quadro do projecto: o Karabirrdt. Isto é um diagrama em forma de “teia de aranha” (“Kara” é uma palavra aborígene para aranha e “birrdt” é teia ou rede). Construir um Karabirrdt é muito diferente do planeamento convencional, que não é um processo lúdico mas que sobretudo é sobre marcos, listas “to-do”. O Karabirrdt é como um jogo de tabuleiro para crianças onde existem vários obstáculos a ultrapassar à medida que caminhamos do início ao fim.

Assim, o Dragon Dreaming coloca muita ênfase nas linhas entre os pontos ou intersecções (Karlappur): as trilhas musicais, através das quais a informação, recursos, pessoas, dinheiro e decisões fluem. E lembra-te: o caminho é mais importante do que o destino final, o processo é de alguma forma mais importante do que o resultado. Por exemplo: se muitas linhas vão ter a um ponto, mas nenhuma ou

muito poucas saem de um outro ponto, esta tarefa em particular pode criar dificuldades mais tarde – há muita energia a ir para esse ponto mas pouca a sair. Algo semelhante pode suceder com pontos ou tarefas que têm poucas linhas a ir para eles e muitas a saírem. Mas nós vamos falar mais sobre este assunto mais tarde.

Assim que tenhas terminado o teu karabirrdt deves ter as tarefas devidamente distribuídas de forma que não existam grandes buracos por preencher ou acumulações. Se existirem, isto possivelmente mostra que te esqueceste de algumas tarefas importantes, não as puseste ou não sumariaste todas as tarefas correctamente. Se tiveres dificuldades em colocar certas tarefas, tenta isto (parece mágico mas acontece na realidade): Põe a tarefa em qualquer sitio do Karabirrdt que ainda esteja vazio e assegurate que se enquadra num dos 12 passos. Na criação do Karabirrdt, por favor lembra-te: todos são responsáveis por todo o grupo. Deixa de fora tarefas se existir uma boa razão para fazê-lo. Lembra-te de “Manter a diversão” e lembra-te de praticar Pinakarri durante o processo de forma a escutares profundamente.

Passo 3: Definir a missão do projecto

Um breve exercício sobre como criar as missões do projecto.

1. Recolhe todas as tarefas numa sessão de brainstorming. O foco deve estar em recolher ideias de forma rápida e criativa, evitando tentativas de avaliação crítica. Mantém o mínimo de discussão das ideias apresentadas.

2. Lê as tarefas apresentadas para decidir em que quadrante do círculo devem ser inseridas (Sonhar, Planear, Fazer ou Celebrar). Se não existir consenso, atribui-as a ambos os quadrantes.

3. Escreve cada tarefa num post-it, desenha um pequeno círculo no topo do post-it e descreve a tarefa debaixo desse círculo.

4. Numa folha de papel vertical, escreve cada um dos quadrantes e os seus doze passos e desenha três colunas para posteriormente colocares as tarefas – do lado esquerdo colocarás as tarefas relacionadas com a equipa, do lado direito as tarefas relacionadas com a comunidade e no centro as tarefas ambivalentes.

5. A equipa irá colocar os post-its na posição correcta do Karabirrdt: Qual a fase e de que lado?

6. Certifica-te que colocas a informação mais objectiva e importante possível evitando especificar pequenas tarefas que dessa possam advir. Não deve haver mais do que 48 tarefas e não menos de 24, 36 é um bom numero de tarefas.

7. Junta todas as tarefas interdependentes. Todos os membros da equipa devem-se reunir em frente do Karabirrdt para conectar de forma intuitiva os círculos com linhas rectas.

8. Observa o Karabirrdt: Existem tantas linhas para cada círculo como para fora dele? Se não, faltam conexões ou tarefas?

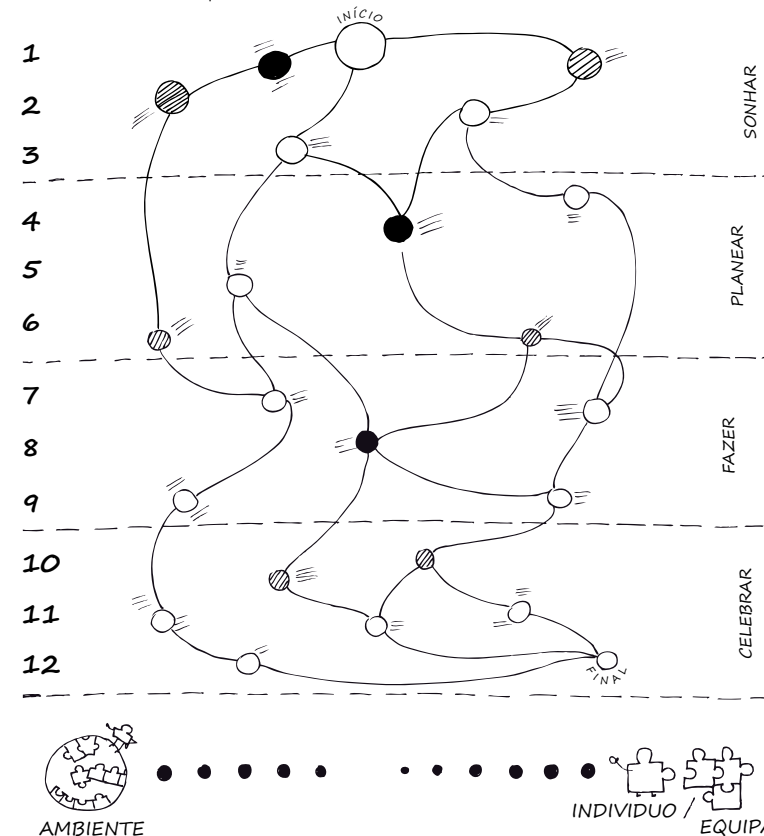
9. Certifica-te que todas as tarefas estão conectadas tanto para o inicio como para o fim do projecto. Numera as tarefas sequencialmente do inicio até ao fim da página.

10. Identifica as tarefas que tenham um elevado numero de linhas de ligação – Estes poderão ser os marcos do projecto – Assinala-os.

Destaca as tarefas que já tiveram inicio ou que já estão completas. Ficarás surpreendido quando descobrires que cerca de ¼ a 1/3 do projecto já se iniciou.

Poderás transformar o Karabirrdt numa peça de arte, em papel, em madeira ou numa escultura com outro material, para que possas desfrutar a imensa alegria de observá-lo e alimentar a sua inspiração ao longo de todo o processo.

Dica: Maximiza o processo criativo.



Tenta construir o teu >Karabirrdt numa lógica Ganha-Ganha e não te esqueças: Torna-o lúdico. O Karrabirdt poderá parecer-te confuso – não te preocupes. Lembra-te apenas de outra lei Dragon Dreaming: Confusão é o início da acção/ Confusão é a porta de entrada para a acção.” O caos ajudará a manter-te com a ideia de fazeres as coisas, um passo de cada vez.

Tarefas & Responsabilidades

Entusiastas, Estagiários, Mentores

Depois de todas as tarefas estarem no Karabirrdt e de todas as trilhas sonoras estarem realizadas, chegou a hora de distribuir as tarefas. Também este é um processo não convencional, no qual a pessoa com mais competências para cada tarefa automaticamente se torna responsável por ela. Na metodologia Dragon Dreaming, a pessoa mais entusiasta com uma tarefa, fica a sua responsável. Para se certificar que ninguém fica sobrecarregado com tarefas ou que o círculo é alterado constantemente, existe um método específico em

Dragon Dreaming de distribuição de tarefas (ver exercício do lado direito).

Tempo e Orçamento

Um exercício de 20 minutos

O orçamento num projecto Dragon Dreaming é feito de forma pouco convencional. Normalmente, o processo de criação de um orçamento é realizado por uma ou duas pessoas ao longo de várias horas e até dias, recorrendo bastante à análises de processos. Mas, para o processo de orçamento em Dragon Dreaming usamos a intuição colectiva do grupo: Um processo bastante mais rápido e divertido (pode parecer-te assustador, mas tenta!). O grupo reúne-se em frente ao Karabirrdt. Um elemento assume a função de orador. Os restantes membros do grupo começam a criar um ritmo, por exemplo através de palmas. O orador começa a leitura das tarefas, uma a uma. Para cada tarefa os membros da equipa gritam a primeira ideia que lhes vem à cabeça sobre o dinheiro e tempo necessários para a sua concretização. Tudo isto é feito ao ritmo escolhido inicialmente. O orador anota o resultado consensual. Todo o processo

Passo 4: Delegar Tarefas e Responsabilidades

Assegura o crescimento pessoal com os seguintes passos

1. Identifiquem a pessoa mais entusiasta e que mal possa esperar para começar aquela tarefa. Isto irá ajudar se a pessoa já tiver alguma habilidade naquela área mas não precisa de ser um profissional. O nome desta pessoa é escrito com as suas iniciais, no post it da tarefa, com uma caneta verde.
2. Identifiquem as pessoas que estão inseguras com as suas habilidades numa determinada tarefa. Anote as suas iniciais no post it da tarefa específica, com uma caneta vermelha.
3. Identifiquem as pessoas que facilmente fazem uma tarefa específica mas que se aborrecem de a repetir. As suas iniciais devem ser escritas a preto no post it.
4. As iniciais a verde identificam o líder da equipa para determinada tarefa, as vermelhas identificam os estagiários e as pretas os mentores que poderão ser consultados para aconselhamento, informações, treino ou ajuda. Cada tarefa deve ter um responsável/líder, um estagiário e um mentor.
5. As tarefas sem nomes poderão ser tarefas que exijam uma decisão de toda a equipa de projecto. Nesse caso deverás escrever „todos” no post-it correspondente a essa tarefa.
6. Algumas tarefas poderão necessitar de um conhecimento especial. Uma pessoa indicada a verde poderá ser chamada no futuro para estas tarefas. Esta pessoa poderá também sugerir tarefas novas que foram ignoradas pelos criadores do Karabirrdt e, necessita de ter o seu sonho adicionado ao círculo dos sonhos.
7. Muitas vezes, quando existem falhas na delegação de tarefas, as pessoas envolvidas podem movimentar-se ao longo do Karabirrdt e assistir em várias tarefas.

Ao dar um presente verdadeiro, aquele que oferece recebe tanto prazer quanto aquele que o recebe

O Teste

O compromisso da equipa.

Agora chegamos ao teste final do planeamento do teu projecto. Existe um compromisso verdadeiro da equipa para o concretizar? Se a pergunta for genuína ninguém poderá prever o que irá acontecer. Mas se organizarmos uma situação específica para que alguém se comprometa, isso será manipulação. Permitir isso é uma violência. Assim, o teste que precisamos é preparação para a liberdade de escolha. Em Dragon Dreaming isto é uma Pergunta Geradora que pode ser respondida com um sim ou um não?

Se este projecto te desse prejuízo e não conseguisses juntar o dinheiro ne-

cessário, estarias disposto a ser um dos elementos de uma equipa de pelo menos 4 pessoas a, com a devida preparação, partilhar a despesa de qualquer perda, do teu próprio bolso? Sim ou Não? "

É importante nestas circunstâncias partilhar e celebrar igualmente quer um sim quer um não. Se deres por ti a celebrar um não com menos intensidade do que um sim, então o teu projecto está a tornar-se manipulador e de lógica ganha-perde e não genuinamente ganha-ganha.

A razão pela qual precisamos de quatro pessoas é geralmente para assegurar que não sejam todos Sonhadores (ou Planeadores, Fazedores ou Celebradores), desta forma é mais fácil encontrar um equilíbrio.

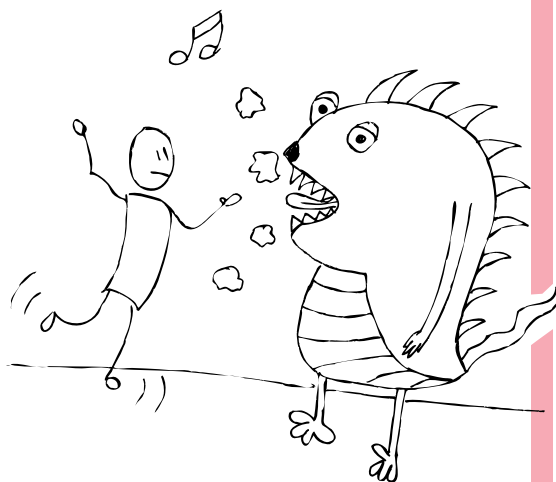
Se não conseguires ter pelo menos 4 pessoas a dizer sim, normalmente isso significa que há algo de errado no planeamento. Talvez necessites de voltar atrás e reconsiderar alternativas, talvez tentar objectivos menos ambiciosos.

Se uma pessoa colocar condições à sua resposta, então é uma resposta Não. Se eles disseram Não agora, caso o projecto continue, poderão dizer Sim mais tarde e tornar-se parte da equipa de risco. No Fazer de um projecto, são apenas as pessoas que dizem Sim nesta fase, que em ultima análise tomarão decisões sobre as tarefas do Karabirrdt que envolvem dinheiro. Com isto não queremos dizer que os restantes membros não serão consultados ou não farão parte do projecto. Mas só aqueles que

dizem Sim têm o poder de decidir sobre dinheiro uma vez que serão eles a acarretar o risco. As decisões deste grupo são sempre tomadas em consenso. Até à data, não há nenhum caso em Dragon Dreaming onde o projecto tenha dado prejuízo, em parte porque a equipa de risco acompanha e monitoriza o progresso do projecto de forma a garantir que não se corre riscos desnecessários.

A maioria dos projectos Dragon Dreaming, mesmo os de orçamento reduzido, fazem um pequeno lucro. O principio de Dragon Dreaming sobre este excedente é que ele não pode ser dividido ou adquirido por aqueles que fizeram a equipa de risco - os seus custos já estão cobertos no orçamento do projecto. Em vez disso, na celebração

final, depois de todos os pagamentos estarem feitos, este excedente deve ser doado a outro projecto que siga os princípios de Dragon Dreaming.



Dança com os teus Dragões!

O Grande Opositor

Trabalhar com os nossos inimigos.

Os inimigos podem realmente ajudar o projecto ao máximo tornando-nos conscientes de factores imprevistos, aqueles que não temos noção existirem. Quando descobrimos um opositor activo, devemos celebrar esta pessoa dado que, se envolvido de modo a construir uma relação ganha-ganha, será a pessoa que mais nos vai ajudar. Devemos então trabalhar a comunicação com esta pessoa. Faz-lhe a pergunta geradora " Sei que consideras o nosso projecto errado (ou mau ou estúpido), gostava honestamente de saber os motivos que te levam a pensar isso". Anota a resposta e verifica-a procurando mais precisão. De seguida, apresenta essas anotações à equipa de sonho para trabalharem e procurarem uma solução para a questão levantada. Depois, volta ao encontro do teu opositor/inimigo com uma nova pergunta geradora.

»Lembras-te do nosso ultimo encontro. Pensamos ter encontrado a solução
O que te parece?

Normalmente, vão responder " sim, mas" e surge uma segunda lista de questões. Repetir este processo varias vezes, eventualmente levará a um diferente tipo de resposta.

»Sim, penso que agora vai funcionar!" E chega agora um dos momentos mais queridos, a celebração de gratidão sincera. Diga " Obrigada.

Não tens ideia de como ajudaste o nosso projecto. Gostavas de te juntar à nossa equipa de sonho e torná-lo realidade?" Em resultado do respeito e consideração a pessoa poderá responder Sim.

FAZER

Tudo o que até agora falámos foi apenas sobre o mapa de Dragon Dreaming - Não a caminhada no mundo Dragon Dreaming.

// Sem a fase do Fazer, o Dragon Dreaming é apenas teoria. Na parte prática dos projectos os teus dragões virão à tua procura. É no Fazer o teu projecto que aprendes a:

- » Integrar teoria e prática.
- » Aumentar os níveis de auto-consciência.
- » Melhorar o teu trabalho em equipa
- » Expandir os teus paradigmas sobre ti próprio, a comunidade e sobre o mundo.
- » Criar tácticas e estratégias para o projecto e fazê-las acontecer.
- » Trabalhar criativamente os conflitos.
- » Gerir o stress e o nível de risco.
- » Expandir os limites do potencial individual al e colectivo.

Para seres capaz de fazer isto, é importante reconhecer a natureza frágil dos projectos: através do Pinakarri e da comunicação carismática; movimentos

corporais e fortalecimento da nossa missão. Somando os anos da experiência dos elementos de grupo, como um todo é de longe maior do que qualquer experiência individual. Assim é de extrema importância o acesso à inteligência colectiva, a riqueza e a sabedoria de cada um.

A fase do Fazer é também onde administramos e gerimos o projecto. É também a fase onde as coisas podem correr mais mal. Trata-se de monitorar o progresso e adaptarmo-nos às mudanças: Estamos a agir dentro do tempo previsto? Os custos estão salvaguardados?

É necessário adaptar o planeamento? Como estamos a gerir o stress (questão muito importante)? Como minimizamos os riscos? Será que estamos realmente ainda a realizar o sonho original ou estivemos tão ocupados que cegamente se mudou para uma direcção completamente nova?



Nós monitoramos constantemente o nosso progresso. Uma questão muito importante na fase Fazer – aliás, como em todas as outras fases - é também: estamos a comemorar o suficiente? Uma gestão bem sucedida requer, muitas vezes, uma gestão cuidadosa do tempo, do stress e dos recursos. Pode envolver a coordenação cuidadosa do trabalho de muitas pessoas, quer os que estão a ser pagos pelo seu trabalho, quer quem voluntariamente se empenha.

No atingir das metas e objetivos do projecto e em fazer os sonhos uma realidade. Um processo de supervisão é, muitas vezes, requerido para alcançar essa gestão e administração bem sucedidas. Normalmente a supervisão é um método de «exercer o poder sobre», em que os designados «líderes» supervisionam as pessoas, acabando estas por fazer a maior parte do trabalho. Em Dragon Dreaming, mantendo a fidelidade ao princípio ganha-ganha, o processo de supervisão é assumido de forma diferente. Todos na organização tem um supervisor, e os gestores podem acabar sendo supervisionados por quem faz a limpeza!

12 Questões de Supervisão

Como ter certeza que o projecto está no caminho certo

Para verificar se o projecto está no caminho certo – concretizando os objetivos, atingindo as metas planeadas e fazendo os nossos sonhos coletivos tornarem-se realidade – vamos precisar de uma ferramenta para monitorizar o progresso. A ferramenta de supervisão aqui descrita é um processo democrático, que ocorre - para grandes projectos - numa base semanal. O supervisor e o supervisionado acordam um local e momento que sejam mutuamente satisfatórios, onde a pessoa que toma o papel do supervisor faz 12 questões, revendo as tarefas no Karabirrdt:

1. O que esperavas alcançar desde o último encontro (na semana passada, no mês passado ...)? Conseguiste terminar as atividades? (se sim, ambos comemoram o sucesso e fazem no Karabirrdt um círculo a cor nas atividades concluídas) Se não, deve(m) essa(s) tarefa(s) ainda ser feita(s)?
2. Que trabalho extra esperas ter con-

cluído até ao próximo encontro? Será que essas atividades ainda contribuem para promover o sonho coletivo (se necessário rever e considerar alternativas)?

3. Quem deve ser envolvido? Quem são as partes interessadas envolvidas nessas atividades?

4. Como vais envolver quem precisa ser envolvido?

5. Quais recursos espirituais, mentais, físicos, emocionais ou financeiros necessários para completares a(s) tarefa(s)?

6. Qual a melhor maneira de obter esses recursos? Como devem ser feitas as atividades? Quais são os melhores processos para essa parte do projecto?

7. Quando é que essa parte(s) do trabalho deve(m) ser concluída(s)? Quando deve começar?

8. Como podes sabotar, distrair-te ou impedir-te de realizar as tarefas que definiste?

9. Qual a melhor forma de resistires às tentações? Qual o apoio que precisas? Onde devem ser entregues o(s) resultados das atividades planeadas? Onde são melhor realizada(s) a(s) atividade(s)? Quando se trata de dar seguimento, as três perguntas seguintes devem ser feitas:

10. Será que as respostas para as perguntas acima permitiram tirares as conclusões que esperavas? Celebras-te? Como?

11. As tarefas que realizaste estão a ter sucesso em termos de impacto sobre o meio ambiente, na construção da comunidade, e os efeitos desejado nas pessoas envolvidas, todas as partes interessadas e os participantes? Como foi comunicado e celebrado?

12. Finaliza cada encontro / revisão com: Quando e onde podemos nos encontrar novamente? Como te sentes agora? Existe alguma coisa que queiras acrescentar?

CELEBRAR

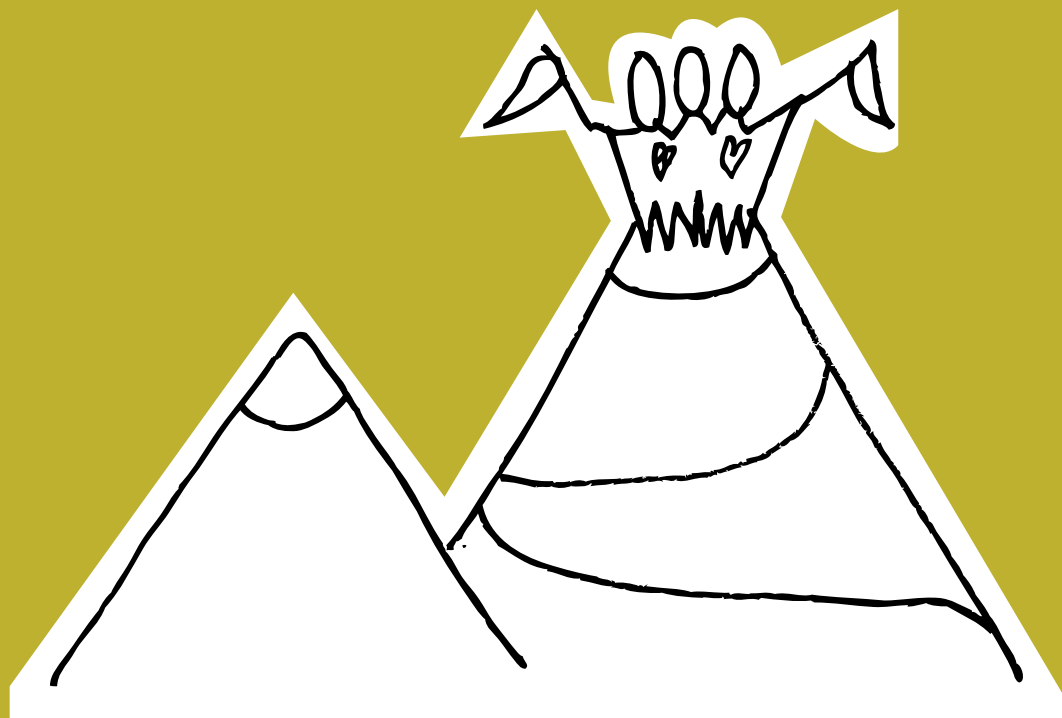
É a importância da celebração que faz o Dragon Dreaming diferente de muitas outras ferramentas de gestão de projectos. No Dragon Dreaming a celebração não é uma tarefa de um extrovertido barulhento, mas sim parte da reflexão, da expressão da gratidão e reconhecimento.

// Nós sugerimos que 25 por cento do custo e energia utilizada em todos os projectos de Dragon Dreaming (incluindo os workshops de Dragon Dreaming) deva ser utilizado na comemoração!.

Em Dragon Dreaming a celebração é parte da reflexão do introvertido. Isto porque o Dragon Dreaming não se trata de consumo excessivo de bebidas alcoólicas, mas mais sobre a gratidão, retribuição, sobre a identificação do esforço e o seu reconhecimento. Trata-se de ver a outra pessoa na sua magnificência e glória, e ao mesmo tempo, ver a sua mágoa, imperfeição e fraqueza. Trata-se de ver a pessoa inteira e reconhecer que está tudo certo. E é sobre reconhecer e honrar tudo o que correu bem no projecto e tudo o que não deu muito certo. A celebração também é

um processo importante que reconecta o fazer de um projecto com o sonho. É uma maneira de olhar para a forma como o projecto que estamos a fazer dá sentido às nossas vidas.

Celebrar é o espaço onde estamos a ser pessoas genuínas. Isto significa considerar o indivíduo, a equipa de projecto, como tal, e também - como acontece com todos os projectos Dragon Dreaming - a própria Terra. Também encontramos os três objectivos do Dragon Dreaming em Celebrar: ao serviço da Terra aprendemos a comemorar o jogo que estamos a jogar, ao criar um projecto. E reconhecer que o sofrimento é o espelho do amor - só lamentamos por aquilo que amamos e, enquanto nos sentirmos fortemente envolvidos com o que está a acontecer à nossa volta,



podemos interagir com o ambiente de uma forma apaixonada, corajosa e focada na melhoria.

A construção da comunidade é incentivada através da Celebração. A Comunidade é um espaço seguro onde as emoções podem ser compartilhadas. A nossa cultura ensina-nos que não devemos mostrar as nossas emoções. Ela também nos ensina a rejeitar sentimentos negativos. No entanto, quando suprimimos as emoções negativas, estamos igualmente a suprimir as emoções positivas. Temos medo de mostrar o nosso verdadeiro eu, as nossas sombras, bem como a nossa luz – assim induzimos um estado de apatia emocional, como uma planície, sem altos e baixos. No entanto, Dragon Dreaming é reconhecer que todos somos um, que todos estamos conectados e somos parte do que está a acontecer ao nosso redor. Assim, quando nos expressamos plenamente não só estamos fazendo aos outros um favor, porque também podem estar a sentir o mesmo, mas estamos realmente a contribuir para a profundidade e honestidade do nosso projecto. O crescimento pessoal é reforçado através da celebração, pois dá-nos a possibilidade de

nos afastarmos do stress diário que um projecto pode trazer. Olhamos para o que aprendemos, que novas competências e habilidades adquirimos, e quando é que realmente deixamos a nossa zona de conforto e nos deparamos com Momentos-Aha.

A etapa de Celebração é também um momento para honrar os dons e habilidades que cada um de nós recebeu nos processos ao longo do projecto. Celebrar é tomar consciência dos Momentos-Aha que apareceram durante o trabalho no projecto. Esses Momentos-AHA levam a uma nova percepção, que traz um novo sonho, e o ciclo começa novamente.

Sugerimos, que nos encontros de Dragon Dreaming, comeces com a celebração. Pergunta a ti mesmo as perguntas geradoras: « » Como podemos reunir as pessoas de uma forma divertida, que estimule a sua curiosidade e as motive para fazer parte do que está a acontecer?« »Como podemos criar um ambiente que estimula os envolvidos, aprofunde as conexões entre eles e leve ao reconhecimento de que somos todos parte do que acontece ao nosso redor? « »Como podemos incentivar as

Mantém a diversão

pessoas que banalizam a Celebração a participar e a desfrutar? »

„Nós encorajamos fortemente que o teu projecto tenha uma equipa encarregue do Celebrar que garanta que a celebração acontece durante todo o projecto (como parte de cada quadrante). Exemplos de celebrações ao longo do projecto podem incluir: Contar Estórias, Dançar, Cantar, Rituais (celebrando o indivíduo, a comunidade e a terra) e claro: boa comida!

Aprendendo a Mestria

Quando um projecto acaba

A Fase de Celebração estrutura o domínio de aprendizagem e a aquisição de novas competências. Fazendo um Karabirrdt, dançando com os nossos dragões, e tornando os nossos sonhos realidade, vai exigir de todos os envolvidos aprender novas habilidades, sair da sua zona de conforto, e descobrir

que são mais do que pensavam. Essas habilidades precisam ser descobertas, honrado, reconhecidas e aceites. Cada pessoa que contribuí para o projecto precisa estar e ser agradecida. Quando a Fase Fazer do projecto estiver concluída certifica-te que tens uma grande celebração. Só depois da celebração é que o projecto está realmente finalizado. Assim, o círculo está completo e pode começar tudo de novo ... O último passo para a Celebração requer a análise dos resultados transformadores do projecto através das seguintes tarefas. Em primeiro lugar, agora que terminamos, o que podemos mudar se tivéssemos que fazer o projecto de novo? Isso cria a aprendizagem sobre a qual o verdadeiro desenvolvimento pessoal se baseia. Em segundo lugar, o que gostaste mais neste projecto? Deste modo garantes que em qualquer projecto futuro vais incluir esta aprendizagem. De que forma o projecto realmente conduziu ao nosso crescimento pessoal, ao fortalecimento

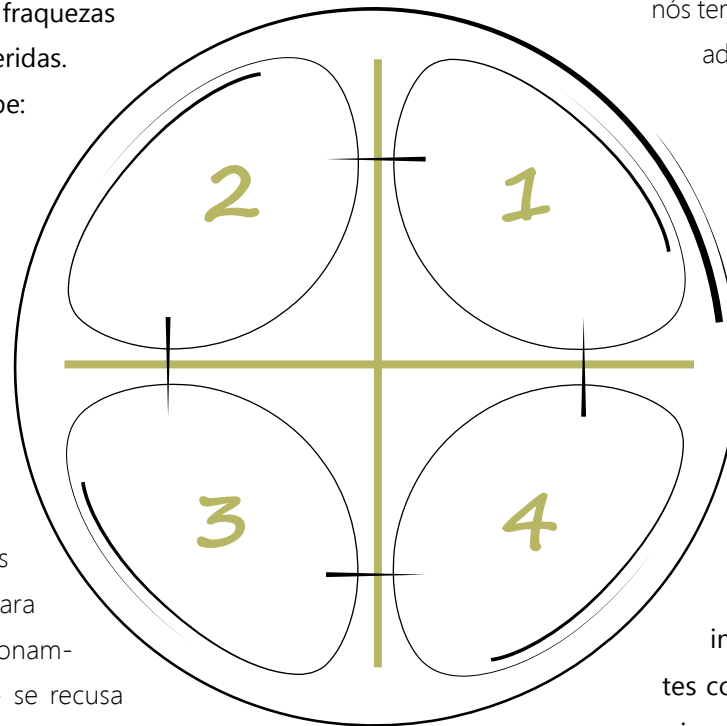
A consciência dos sentimentos num Grupo

As quatro fases da construção da equipe

Assim como podemos ter relacionamentos com indivíduos, também podemos ter um relacionamento com um grupo. A qualidade desse relacionamento depende da nossa comunicação: como alimentar o dragão que o grupo pode representar a Cada grupo tem fraquezas ou sombras interpessoais que precisam ser geridas.

Há quatro estágios da construção de uma equipe:

1. No início de um projecto, quando as primeiras pessoas se reúnem e o grupo é novo, os participantes no seu entusiasmo inicial geralmente só mostram o que acham que é aceitável para o grupo e para a melhoria do projecto.
2. Numa segunda fase, as sombras aparecem. A motivação pode cair e o projecto pode entrar numa fase mais caótica. O grupo pode perder-se em jogos ganha-perde culpando-se uns aos outros. Muitas vezes os grupos voltam-se para quem consideram ser o líder do projecto e pressionam-o para os guiar na saída do caos. Se o «líder» se recusa a fazer isso, é frequentemente responsabilizado pelo grupo, que pode, então, procurar encontrar um outro líder para os guiar. Esta dinâmica apresenta o risco de criar hierarquias que enfraquecem o sentido de comunidade. Para sair do desconforto que estão a experimentar as pessoas podem tentar corrigir, curar, ou converter aqueles que consideram ser a causa desse desconforto.



3. Na terceira etapa, se o grupo consegue dançar com o dragão do desconforto e ficar com as perguntas que surgiram a partir da segunda fase, um período de silêncio pode aparecer. Neste silêncio podemos reconhecer que todos nós temos sombras e feridas internas, o que nos leva um passo adiante no sentido do não-julgamento.

4. Uma vez que tenham dado esse passo, uma quarta fase emerge. Esta etapa vem da nossa capacidade de, ao mesmo tempo, participar profundamente e observar, levando-nos para uma autêntica comunidade. Este é sempre um processo de profunda cura.

Então: Celebra! Independente da fase em que estás não desanimes. É normal. Uma maneira que temos para descobrir em que estágio estás é fazer um boletim meteorológico interno, que nos ajuda a descobrir quais são as emoções internas dentro do grupo. Tenta encontrar o que sentes como melhor para ti e para o grupo. Também podes querer investigar outros processos, como o trabalho de construção de uma comunidade por M.Scott Peck e o trabalho em Ecologia Profunda de Joanna Macy. Sente-te livre para usar diferentes meios para os processos de grupo, como movimento, abordagens criativas de todos os tipos, e - é claro - o silêncio. Uma ótima oportunidade para usar Pinakarri!

das nossas comunidades, e contribuiu para o florescimento contínuo e bem-estar de toda a vida?

O planeta está a ficar sem capacidade de resposta a tanta exploração, é neste sentido que os projectos de Dragon Dreaming seguem o princípio de deixar um lugar melhor do que era quando o encontramos. Limpeza e reparação de um espaço faz parte da celebração final de qualquer atividade em Dragon Dreaming.

Planear a Sucessão

Substitui-te o mais cedo possível

Todos vão, eventualmente, deixar o projecto. Mas será que o projecto vai sobreviver à tua saída? O planeamento da sucessão é necessário para garantir que os projectos não entram em colapso, porque o iniciador sofre esgotamento, parte para fazer outra coisa ou seus interesses mudam. Normalmente essa substituição só acontece no final de um projecto, mas em Dragon Dreaming é importante que o substituto seja alguém que tu sentes pode fazer melhor o projecto do que tu mesmo.

Esta substituição deve ser feita quando o entusiasmo pelo projeto ainda está em cima e não quando está no seu mínimo. Esperar até ao fim significa ficar a assistir ao colapso do projeto, e tornaste como um vampiro à procura de sangue novo. Como encontras um substituto? Ele virá provavelmente de dentro da Equipa de Sonhos, aqueles que te apoiam a fazer o sonho tornar-se realidade. Pode exigir formação e treino adicional e, conseqüentemente, uma equipa de apoio e assistência na concretização da transição. Um período de aprendizagem mais longo vai garantir que a história do projeto não se perca quando os fundadores saírem. Substituindo-te, desta forma, não significa necessariamente que deixes o projecto. No entanto, cria um profundo sentimento de liberdade. Sabes, por exemplo, que, se por razões pessoais ou de saúde precisares de deixar o projecto ele vai sobreviver à tua partida. Substituindo-te desta forma vem com um profundo sentimento de humildade.

A 11ª Hora - Profecia de um Ancião Hopi

Tens estado a dizer às pessoas que esta é a décima primeira hora, agora debes voltar e dizer às pessoas que esta é a hora.

E que há coisas que devem ser considerados

Onde estás a morar?

O que estás a fazer?

Quais são os teus relacionamentos?

Estás numa relação correcta?

Conhece o teu jardim.

É hora de falar a tua verdade.

Sejam bons uns com os outros.

E não olhem para fora de vocês mesmos para encontrar um líder.

Em seguida, ele apertou as mãos, sorriu e disse: "Isso poderia ser um bom momento.

Existe um rio que flui agora muito rápido.

É tão grande e rápido que há aqueles que terão medo.

Eles vão tentar segurar-se à margem.

Eles sentirão que estão sendo dilacerados e vão sofrer muito

Reconhece que o rio tem o seu destino.

Os mais velhos dizem, temos de deixar a margem, empurrar para o meio do rio, manter os olhos abertos, e as nossas cabeças acima da água.

E eu digo, vê quem está lá contigo e celebra.

Neste momento da história, não devemos tomar nada como pessoal.

Muito menos a nós mesmos.

Porque quando o fizermos, o nosso crescimento espiritual e a viagem chegam a um impasse.

O tempo do lobo solitário acabou.

Reúnam-se!

Eliminem a palavra luta do vosso vocabulário e atitude.

Tudo o que fazemos agora deve ser feito de uma maneira sagrada e em celebração.

Nós somos as pessoas que estávamos à espera!

