DREAMLINE

WAS IST DAS?

Die Dreamline ist eine Resonanztechnik, die auf verschiedenen Konzepten wie den Traumpfaden der Aborigines, Heldenreisen oder Initiationsriten basiert. Als Methode für kokreative Feld- und Selbsttransformationsprozesse ist sie von Jascha Rohr weiterentwickelt worden.

WOFÜR IST SIE NÜTZLICH?

Das Gehen auf einer Dreamline ermöglicht es, eine tiefe Prozesserfahrungen zu machen. Sie betrifft zunächst und in erster Linie die persönliche Perspektive. Ist das gewählte Thema und die damit verbundene Resonanzerfahrung jedoch in einen größeren Kontext eingebunden, so erlaubt sie auch Erkenntnisse über Felder und Prozesse, mit denen gearbeitet werden soll.

Mit der Dreamline kann Themen nachgespürt werden, sie können vertiefend verstanden und bearbeitet werden. Da diese Arbeit in der Regel individuell stattfindet, werden Erkenntnisse auch zuerst auf der individuellen Ebene erlebt und verarbeitet. Es lassen sich daraus aber auch Rückschlüsse auf konkrete Projekte und Gestaltungsprozesse gewinnen.

Das Gehen einer Dreamline macht Sinn, wenn es einen ersten Kontakt mit dem Feld gab (vgl. 0093 Ein- und Austunen) und es somit eine Fährte oder einen ersten Anhaltspunkt gibt, von dem aus die Dreamline starten kann. Das Laufen auf einer Dreamline ist ein eigenständiger Prozess im jeweils größeren Prozess und beinhaltet daher auch verschiedene Prozessqualitäten und -phasen, wie Resonanz, Transformation, Kokreation und Kultivierung.

Dreamlines machen im größeren Prozess an drei Punkten besonders Sinn:

1. Ganz zu Beginn eines Projekts, z.B. noch vor einer Bewerbung oder Ausschreibung. Auf diese Weise nimmt man nicht nur Kontakt auf, sondern schlägt sich dem Feld auch als möglicher Partizipateur vor.

2. Als Kontaktaufnahme und erste Auseinandersetzung mit dem Feld, zum Beispiel um im Anschluss ein Verfahren zu gestalten.
3. In Krisen- und Konfliktsituationen, um Aufschluss darüber zu erlangen, wie ein Prozess erfolgreich weiter begleitet werden kann.

WIE WIRDS GEMACHT?

Zeit:	zwischen 2 Stunden und mehreren Tagen
Gruppengröße:	Eine Person (in Abwandlung zu zweit oder mit mehreren)
Materialen:	Keine spezifischen Materialien erforderlich

VORBEREITUNG

Um eine Dreamline zu gehen, ist eine gute Vorbereitung notwendig. Dazu zählt die innere Klärung, zu welchem Thema die Dreamline in Resonanz stehen soll. Außerdem ist es wichtig, einen Ort für das Laufen der Dreamline und einen Zeitrahmen festzulegen. Grundsätzlich gilt zwar, dass eine Dreamline überall gelaufen werden und dass sie annähernd jede Zeitspanne umfassen kann, aber eine Fokussierung ist hilfreich. Es ist außerdem notwendig, schon einen Zugang zu dem Feld oder zumindest eine Fährte aufgenommen zu haben. Dies kann zum Beispiel über das Ein- und Austunen (0093) geschehen. Darüber hinaus sollte sicher gestellt sein, dass das Gehen einer Dreamline nicht unterbrochen oder gestört wird.

DIE DREAMLINE GEHEN

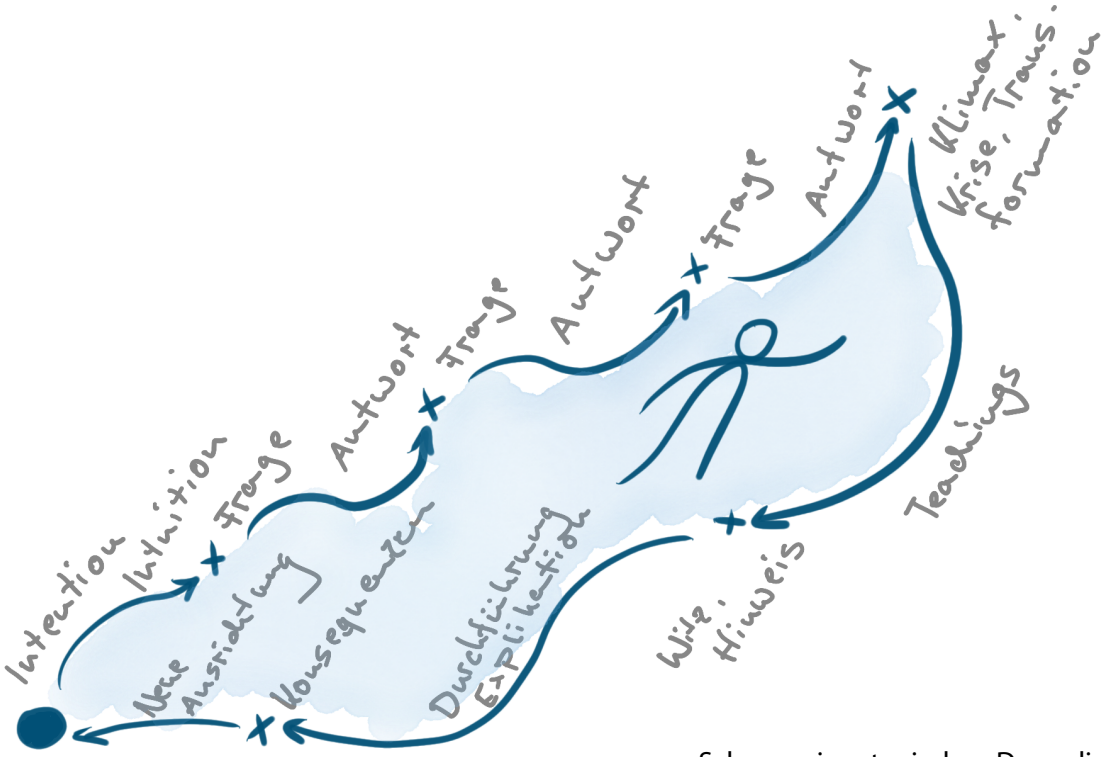
Das Laufen einer Dreamline beginnt mit der Formulierung eine Intention oder eine Frage. Durch das Setzen einer Intention wird ein unspezifisches Feld, in dem die Dreamline stattfindet, auf das zur Bearbeitung vorgesehen Thema ausgerichtet ist und kann dadurch darauf antworten. Auf der Dreamline gelten folgende Regeln:

- Jede Resonanz in Form von Impulsen, Gefühlen, Begegnungen etc.,die unsere Aufmerksamkeit lenkt, ist eine direkte Antwort und muss als solche ernstgenommen werden
- „Jump on the first hint“: Jeder Zweifel ist ausgeschlossen. Der erste Impuls zählt, auch wenn er nur schwach ist.

Jede Dreamline ist individuell, meistens gibt es aber bestimmte Stationen, die in unterschiedlicher Reihenfolge auftreten können:

- Normalerweise beginnt eine Dreamline mit einer Sequenz aus Stationen: auf jede Intention oder Frage resoniert die Dreamline mit einer Intuition für den Dreamliner oder einer Antwort in Form von Bildern, Gedanken, Begegnungen, Inspirationen etc. Auf diese Weise ergibt sich ein Frage-Antwort-Spiel in mehreren Durchgängen, welches durch den Raum und die Themenaspekte der Dreamline führt.
- Meistens führt die Dreamline auf eine Klimax oder Krise zu: eine herausragende Station, an der eine besondere Erfahrung entsteht, die in direkter Weise Antworten auf die Ursprungsintention oder das zentrale Thema des Feld-Prozesses liefert und dieses transformiert.

- Nach diesem Transformationspunkt können noch einzelne und detaillierte Erkenntnisse gewonnen werden, die den Dreamliner mit ironischen Zitaten oder Witzen auf den Erfolg der Dreamline hinweisen oder weitere Inspirationen liefern, welche Konsequenzen oder Neuausrichtungen bzw Interventionen im Feld-Prozess nun notwendig sind, um die Erkenntnisse umzusetzen und die Transformation im Feld zu etablieren.



Schema einer typischen Dreamline

NACHBEREITUNG

Da Dreamlines oft sehr dichte Informationen liefern, ist es zu empfehlen, die Erlebnisse der Dreamline aufzuzeichnen und dabei eingehend zu reflektieren und, wenn nötig, zu interpretieren. Dann können weitere Konsequenzen und Interventionen für sich selbst oder das behandelte Feld abgeleitet werden.

ZU BEACHTEN

Eine Dreamline kann auf zwei Weisen eine Resonanzerfahrung aufzeigen: über einzelne Impulse wie Gedanken, Ereignisse, Begegnungen, Gefühle etc oder in dem sie als Ganzes Qualitäten des Prozesses widerspiegelt. Die zweite Form der Resonanz ist in der Regel schwieriger zu verstehen und zu erkennen, inhaltlich aber häufig stärker in ihrer Aussage.

VERBINDUNG ZU ANDEREN METHODEN

0092 Feld-Prozess-Mapping, 0093 Ein- und Austunen, 0094 Vektorarbeit