

روشن بینی قلبی، گشوده، و روحی آزاد

روشن بینی بصیرت دیدن چیزهایی را به ما می دهد که در طول زندگی باعث گمراهی ما شده اند.

کتاب پایه، فصل ۹، "فقط برای امروز"

بسیاری از ما وقتی وارد NA می شویم توهم این را داریم که بطور منطقی روشن بین هستیم. دلیل آن هم این بود که مواد مخدرهای گوناگون را امتحان کرده بودیم! به طور جدی تر ممکن است نگرش ما اینگونه بود که زندگی کن و بگذار دیگران هم زندگی کنند نسبت به آنهایی که شبیه ما نبودند، صبور بودیم اما آیا افکار ما هم نسبت به دیدگاه و عقاید دیگران و یا نظراتشان در مورد رفتارهای مان همین قدر روشن بینانه بود؟ آیا اصلاً به آنها گوش می دادیم؟ آیا امکان داشت اقرار کنیم که ممکن است اشتباه کرده باشیم و چیزی را ندانیم؟ آیا باور داشتیم که نیاز به تغییر داریم - و حتی اگر باور داشتیم آیا اصلاً امکانش وجود داشت؟ احتمالاً نه خیلی!

تجربه به ما می گوید که روشن بینی اساس و بنیان تغییر ما است. در حالیکه ممکن است برخی از اعضای NA اصرار داشته باشند که ما "مجبوریم همه چیز خود را تغییر دهیم"، تمرین روشن بینی به معنای آن نیست که هر چیزی که می دانیم - یا فکر می کنیم می دانیم - بی ارزش است. در عوض، ما بینش دقیقی به دست می آوریم که چه رفتارها و دیدگاههایی را می خواهیم در زندگی خود حفظ کنیم و چه چیزی امروز دیگر به کارمان نمی آید - و می آموزیم تا این دیدگاهها را با دیگران به مشارکت بگذاریم. پرسیدن سوالات، گوش دادن به پاسخها و سپس استفاده از پاسخها، به ما کمک می کند تا ایده ها و الگوهای قدیمی مان را شناسایی کنیم، رفتار خود را واضحتر، ببینیم و در صورت نیاز به گونه ای متفاوت عمل کنیم.

همچنین روشن بینی یکی از ضروری ترین ابزار برای انتقال پیام به سایر معناداران و گفتگوهای سازنده در مورد خدمات NA است. ما یاد می گیریم که به جای برنامه ریزی برای آنچه می خواهیم بگوییم، به رهجوها و دوستان خود در ساختار خدماتی گوش دهیم. در این فرآیند، ما امیدواریم بیش از پیش با مفهوم "من نمی دانم" احساس راحتی کنیم.

همانطور که یکی از اعضا درباره آن می گفت: "ما اینجا نیستیم که بگوییم حق با ماست ما اینجا هستیم تا آدم های بهتری باشیم."

روشن بینی مانع فرار ما از مشکلات، از خودمان و از یکدیگر می شود. بسیاری از ما معتقدیم که تلاش برای روشن بینی، ما را به نیروی برتر و یا خود برتری که می خواهیم باشیم نزدیک تر می کند.

من قصد دارم فکر و قلبم را باز نگه دارم. بیشتر گوش می دهم
و کمتر حرف می زنم. من به دیدگاه و نظرات خود اجازه می دهم تا مانند
بهبودیم متحول شوند.