

استقلال، مسئولیت به همراه دارد

آموختن تصمیم‌گیری برای خود به این معنی است که باید مسئولیت تصمیمات‌مان را نیز بپذیریم.

پاک زیستن، فصل ۶، "یافتن جایگاه خود در دنیا"

ما تنها نیستیم و نمی‌توانیم به تنهایی بهبود پیدا کنیم. اما تعهد ما به حمایت متقابل، استقلال یا مسئولیتی را که دستیابی به آن - و حفظ آن - لازم است را، نفی نمی‌کند. علیرغم همه پیشنهاداتی که به یکدیگر می‌دهیم این خود ما هستیم که برای زندگی‌مان تصمیم می‌گیریم. یادگیری زندگی کردن با این انتخاب‌ها هم سختی‌های خودش را دارد. بعضی از اعضاء مسئولیت را به عنوان تمایل ما برای پذیرش نتایج اعمال‌مان تعریف می‌کنند. حتی در دوران پاکی، ما هم چنان درس‌هایی را می‌آموزیم که به ما یادآوری می‌کند که انتخاب‌های ما در خلاء اتفاق نیفتاده است و بر روی آدم‌های اطراف ما تأثیر گذاشته است. وقتی به خودمان می‌گوییم من فقط به خودم خسارت زده‌ام، احتمالاً باید نگاه دقیق‌تری به موضوع بیاندازیم. احتمالاً ما خواهان آزادی حق انتخاب با آگاهی و توجه بیشتری هستیم.

یکی دیگر از اعضاء هم می‌گفت: "مراقب باش چه دعایی می‌کنی - ممکن است برآورده شود!" اغلب زمانی که به خواسته‌های خود می‌رسیم، دنیایی از مسئولیت هم پیش روی ما قرار می‌گیرد که مدیریت آن به عهده ما است. یک رابطه عاشقانه همسررداری، پس گرفتن فرزندان‌مان، یک شغل، خانه، یک توله سگ جدید - همه اینها هدایایی هستند که حفظ‌شان نیاز به مراقبت ما دارد. "ما آنچه را که داریم فقط با مراقبت کامل می‌توانیم حفظ کنیم" - همینطور با تعهد، نظم، صبروری، پذیرش، محبت و عشق فراوان.

جنبه دیگر قبول مسئولیت مستقل شدن، برای ما زمانی است که به طور اجتناب ناپذیری با نظرات دیگران درباره روش جدیدی که انتخاب کرده‌ایم رو به رو می‌شویم. بعضی اوقات در واکنش به بعضی‌ها که می‌گویند: "من که گفته بودم..." ما با حالت تدافعی به سوی انتخاب بدتری سوق داده می‌شویم - و یا واکنش شخص دیگری، ما را ترغیب می‌کند تا از انتخابی خوب فرار کنیم. سرزنش دیگران ما را به جایی نمی‌رساند. تمرین استقلال نیازمند ارزیابی صادقانه ما درباره انتخاب‌هایمان است تا بتوانیم با واکنش دیگران مواجه شویم. ما همچنین از اعضاء می‌شنویم: "هر چه بیشتر بجای تکرار اشتباهات قدیمی، اشتباهی جدید مرتکب می‌شوم، بیشتر می‌فهمم که در حال پیشرفت در زندگی هستم."

من تمام تلاشم را برای زندگی کامل و داشتن استقلال انجام می‌دهم.

من می‌توانم با انتخاب‌های خود

زندگی کنم و اگر نه، می‌توانم انتخاب‌های متفاوتی داشته باشم!