

## حفظ روشن بینی

پذیرش اطلاعات جدید برای ما سخت است، به خصوص اگر به شکلی که انتظارش را نداریم، به ما ارائه شوند.

پاک زیستن، فصل ۱، "کلیدهای رهایی"

افکار ما در مورد کمکی که نیاز داریم، نحوه ارائه آن و اینکه چه کسی کمک رسان ما خواهد بود، قطعاً بود مفید نیست. کارکرد قدم سه می‌تواند راهکارهای عملی برای ما فراهم کند. اغلب به ما توصیه می‌شود که: "تلاش خود را بکنید و نتیجه را به نیروی برترتان بسپارید." و "به درهایی که باز می‌شوند و آنهایی که بسته می‌مانند توجه کنید." هنگامی که خود را بیش از حد به یک نتیجه وابسته می‌یابیم یا سرمان را به همان در قفل شده می‌کوبیم، ممکن است لازم باشد روشن بین باشیم. یک تمثیل معروف که در طی سال‌ها در جلسات NA روایت شده می‌گوید: جریان سیل مردی را به سمت سقف خانه‌اش برد. جایی که او برای کمک دعا کرد. زمانی که قایق نجات و هلیکوپتر امدادی برای کمک سراغ او آمدند امتناع کرد و گفت: "خدا هوای مرا دارد." جریان آب بالاتر آمد و مرد جان خود را از دست داد در دنیای پس از مرگ او به خداوند اعتراض می‌کند که چرا اجازه داد او بمیرد و خداوند جواب می‌دهد: "من برایت قایق و هلیکوپتر فرستادم." دلیلی در این داستان وجود دارد که آن را معروف کرده است: زیرا عدم روشن بینی را نشان می‌دهد. یکی از اعضاء شکست این فرآیند را اینگونه تشریح می‌کند: "من نیازهایم را به کائنات می‌رسانم و درخواست کمک می‌کنم سپس کمک‌های ارائه شده را ارزیابی، قضاوت و رد می‌کنم. معلوم است که من اغلب فقط به دنبال کسی هستم که مزخرفات مرا تأیید کند." روشن بینی در اینجا نیز لازم به نظر می‌آید.

یکی از مزیت‌های روشن بینی شرکت در جلسات بیرون از شهر است. یکی از اعضاء مشارکت می‌کرد: "من فقط ۲۵ کیلومتر دورتر رفته بودم، اما هر چیزی که می‌شنیدم خیلی پرمحتوا به نظر می‌رسید. من فهمیدم نشناختن این اعضاء، مرا شنونده بهتری کرده است." بدون قضاوت ذهنی در مورد پیام آور - مدت پاکی، شهرت و یا موارد دیگر - شنیدن پیام، آسان‌تر است. وقتی در جلسات خانگی هستیم، اینگونه شنیدن مستلزم تلاش بیشتری است. بکارگیری اصل گمنامی به ما کمک می‌کند تا اطلاعاتی که مانع شنیدن دیگران می‌شوند را کنار بگذاریم. به جای گوش دادن برای تأیید دیدگاه‌های خود، می‌توانیم فروتنی را تمرین کنیم و ذهن خود را برای در نظر گرفتن تجربه، نیرو و امید دیگران باز کنیم.

من همیشه این احتمال را در نظر خواهم گرفت که نمی‌دانم چه چیزی  
برایم بهتر است. فضایی مهیا می‌کنم، برای دریافت نظرات دیگران  
علیرغم اینکه آنها چه کسانی هستند.