



LAS TRADICIONES

Primera tradición: Unidad

No:



**Comedor compulsivo
aislado y grupo
aislado**

Sí:



**Grupo de OA con
otros grupos**

Juntos podremos hacer lo que no podemos hacer solos

Segunda Tradición: Confianza

No:



Sí:



“Sígueme. Hazlo a mi manera. Yo tengo todas las respuestas .”

“Estoy en disposición de servir. Dime cómo puedo ayudarte.”

Nuestros líderes son servidores de confianza. Ellos no dan órdenes.

Tercera Tradición: Identidad

No:

¡Tú no perteneces aquí!

¡No estás trabajando bien el programa!



SÍ:

¿Quieres dejar de comer compulsivamente?
¡Bienvenido A OA!

El único requisito es tener el deseo de dejar de comer compulsivamente



Cuarta Tradición: Autonomía

No:

¿Podemos hacer yoga y vender recetas porque somos autónomos, o no?



Sí:

¡Leámos Lifeline!



¡Podemos sentarnos en círculo!

Los grupos toman sus propias decisiones mientras éstas no afecten otras partes de la hermandad

Quinta Tradición: Propósito

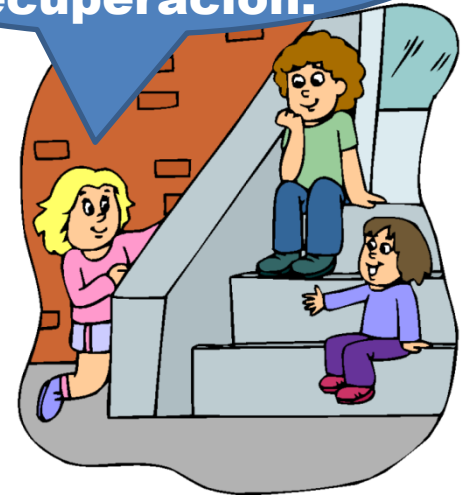
No:

Podemos hablar sobre nutrición en nuestras Juntas.



Sí:

Compartimos como los Doce Pasos nos han ayudado en nuestra recuperación.



El propósito primario de cada grupo es llevar el mensaje al comedor compulsivo

Sexta Tradición: Solidaridad

No:

Recomendemos el tratamiento xyz, el libro de Joe y la dieta del Dr. García en la junta.

Sí:

Solamente leemos la literatura probada de OA y AA en la Conferencia Mundial para no tergiversar el mensaje OA.



No respaldamos, financiamos o prestamos el nombre de OA a otras empresas

SÉPTIMA TRADICIÓN: RESPONSABILIDAD



NO

“Nuestra junta paga la renta y compramos nuestro propio café.
¿Somos económicamente independientes?”

SÍ

“Nuestro grupo apoya el servicio de la intergrupala, de la región y el servicio mundial.”

Cada grupo de OA debe ser autosuficiente

Octava Tradición: Hermandad

No:

¡Soy una autoridad en los Doce Pasos. Compartiré mi conocimiento a un precio!



Sí:

Siempre estoy contento de servir.
¡Trabajo el Doceavo Paso!



Damos libremente lo que generosamente se nos ha dado.

Novena Tradición: Estructura

No:

“Estamos encargado y así es como será hecho”



Sí:

“Nuestro comité es directamente responsable ante aquéllos a quienes sirven”



**No hay requisitos para pertenecer .No autoridad que gobierne.
El poder fluye de los grupos a los cuerpos de servicio.**

Décima Tradición: Neutralidad



“¡Presionemos al Congreso! Queremos prohibir el azúcar”



“Tenemos sólo un mensaje.No entremos en debate público”

Sobrevivir y transmitir el mensaje de OA son nuestros objetivos primarios.

Onceava Tradición: Anonimato

No:



“Mi nombre es el gran Paco Salas. Bajé 136.2 kilos en OA y por lo mismo tú puedes con mi ayuda”.

Sí:



“Mi nombre es Juan. Soy un miembro de OA. El programa trabaja si tú lo trbajas.”

Nada de publicidad sensacionalista. El programa es de atracción.

Doceava Tradición: Espiritualidad

No:

**“Soy María Ríos,
famosa, rica y
con estudios. Soy
mucho mejor que
tú, por lo tanto,
sígueme!”
”**



Sí:

**“Soy María
y soy una
comedora
compulsiva”**



Anteponer los principios a las personas