

Maravillosa recuperación: pasaporte a la unidad



CULTIVANDO LA UNIDAD DE OA EN EL MUNDO WSBC 2017

Foro 2017 de la WSBC

Presentado por el Comité de presidentes regionales

Primera tradición

"Nuestro bienestar común tiene la preferencia; la recuperación personal depende de la unidad de OA"

Declaración de unidad en la diversidad

"Al extender el corazón y la mano de la hermandad de OA a aquellos que aún sufren, tengamos presente la “política de unidad en la diversidad de OA”, que respeta nuestras diferencias y a la vez nos une en la solución de nuestro problema común. Cualquiera que sea el problema que puedas tener con la comida, eres bienvenido a una reunión, independientemente de tu raza, credo, nacionalidad, religión, identidad de género, orientación sexual o cualquier otro rasgo"



Imagina que estás viajando por el mundo y sientes que necesitas una buena dosis de recuperación y de fraternidad de OA. La página web de OA muestra que hay varias reuniones en la zona. Respiras profundamente, preguntas al conserje cómo llegar y sales al encuentro de tus compañeros de OA.

Después de varias equivocaciones por calles desconocidas, se te forma una ampolla en el talón derecho. Tienes sed, incluso un poco de *hambre*, y piensas en renunciar. Pero, ¡hoy realmente necesitas OA!

Finalmente, te encuentras ante la entrada de una gran iglesia en la dirección indicada, pero la puerta está cerrada. Rodeas el edificio, probando puerta tras puerta. Justo cuando estás a punto de darte por vencido, ves un pequeño cartel de bienvenida.

Mientras te colocas en un asiento, comienza la reunión. De inmediato notas pequeñas diferencias en el formato. ¡Tu lectura favorita no está incluida! ¡El moderador está hablando muy rápido, lo cual no ayuda a tu serenidad! Incómodo, intentas adaptarte para escuchar al orador, y descubres que no está "hablando tu idioma" y ¡en más de un sentido!

Te suenan las tripas de nuevo... ¡realmente necesitas esta reunión! En ese momento, recuerdas algo que tu padrino dijo una vez:

"Identifícate, no te compares"

Decides quedarte y escuchar, dejando a un lado cualquier diferencia con el orador y buscando los puntos en común y la unidad.

Este folleto es tu pasaporte a la unidad. En la página siguiente hay una lista de diversos "países" en OA. Hoy tendremos la oportunidad de visitar cuatro de estos "países". Mientras escuchas a los nativos de cada territorio, intenta responder a las preguntas que se plantean para reflexionar, y sellar tu pasaporte a la unidad.

Por supuesto, el viaje no termina hoy; todos tendremos más oportunidades de buscar la comprensión y la unidad en la diversidad.

A todos:

"¡Bienvenido a OA, bienvenido a casa!"



¡Somos una fraternidad diversa! Estos son solo algunos de los muchos puntos de vista y/o caminos a la recuperación dentro de OA:

Formato 90 días

Pérdida de 45Kg (100 libras)

Una visión para ti

Anorexia

Cirugía bariátrica

Atracones

Bulimia

Ejercicio compulsivo

Salud/incapacidades

LGTB

Recuperación a largo plazo

Habla no inglesa

Poder Superior no tradicional

Personas de color

Superviviente de recaída

Persona joven

Hombre en OA

OA-HOW

Reuniones virtuales

¡Y más!



Reunión 1: preguntas para reflexionar

1. Puede que nunca haya tenido dificultades con _____, me haya identificado como _____, o haya usado el formato _____, pero me puedo identificar porque...
2. Algunas características/experiencias que comparto con esta persona son...
3. La recuperación de esta persona fortalece la mía porque...
4. Aunque trabajo mi programa de manera diferente, puedo ver cómo la experiencia de esta persona podría ayudar a alguien que conozco, porque...



Reunión 2: preguntas para reflexionar

1. Puede que nunca haya tenido dificultades con _____, me haya identificado como _____, o haya usado el formato _____, pero me puedo identificar porque...
2. Algunas características/experiencias que comparto con esta persona son...
3. La recuperación de esta persona fortalece la mía porque...
4. Aunque trabajo mi programa de manera diferente, puedo ver cómo la experiencia de esta persona podría ayudar a alguien que conozco, porque...



Reunión 3: preguntas para reflexionar

1. Puede que nunca haya tenido dificultades con _____, me haya identificado como _____, o haya usado el formato _____, pero me puedo identificar porque...
2. Algunas características/experiencias que comparto con esta persona son...
3. La recuperación de esta persona fortalece la mía porque...
4. Aunque trabajo mi programa de manera diferente, puedo ver cómo la experiencia de esta persona podría ayudar a alguien que conozco, porque...



Reunión 4: preguntas para reflexionar

1. Puede que nunca haya tenido dificultades con _____, me haya identificado como _____, o haya usado el formato _____, pero me puedo identificar porque...
2. Algunas características/experiencias que comparto con esta persona son...
3. La recuperación de esta persona fortalece la mía porque...
4. Aunque trabajo mi programa de manera diferente, puedo ver cómo la experiencia de esta persona podría ayudar a alguien que conozco, porque...



Sugerencias para cultivar la unidad en OA

1. Leed la primera tradición en el *Doce y doce de OA*, luego haced un inventario de grupo usando las preguntas en cursiva del final
2. Leed la historia sobre "miembros del único grupo en una pequeña ciudad del medio-oeste", que empieza en la página 123 del *Doce y doce de OA*
3. Leed sobre el "intergrupo dividido", que empieza en la página 122 del *Doce y doce de OA*
4. Considerad las implicaciones en OA como un todo si estas historias no hubieran terminado en la unidad
5. Revisad como grupo la lista de verificación de unidad en la diversidad
6. Ayudad a vuestro grupo o cuerpo de servicio a organizar un evento del "Día de la unidad"

Notas y reflexiones personales



Promesa de OA

Pongo mi mano en las vuestras, y juntos podemos hacer lo que solos nunca pudimos. Ya no existe el sentimiento de desesperanza, ya no tenemos que depender de nuestra inestable fuerza de voluntad.

Estamos juntos ahora, extendiendo nuestras manos hacia un poder y fortaleza mayores que los nuestros, y al unir nuestras manos, encontramos un amor y comprensión más allá de nuestros más salvajes sueños.

Aprobado por la Juntade OA. © 2017 Overeaters Anonymous, Inc., © 2018 en español

Todos los derechos reservados

