

**DISCURSO DE LA COFUNDADORA –
CONFERENCIA DE TRABAJO DE LA OFICINA MUNDIAL DE 2001**

Por Rozanne S.

Buenos días mis queridos, queridos amigos; y bienvenidos a la hermandad mundial de OA. Mi nombre es Rozanne, y soy una comedora en exceso compulsiva. El próximo sábado llevaré viniendo a las reuniones de OA durante cuarenta y un años y cuatro meses. He estado abstinentemente de la compulsión por la comida durante 14 años, seis meses y ocho días. Mido 1.50, y estoy manteniendo una pérdida de 23 kilos.

Antes de empezar mi discurso de esta mañana, quiero agradecerles a todos vuestro amor y vuestro apoyo durante los últimos dieciocho meses. Como sabéis, mi marido durante casi 44 años, Marvin, murió el 11 de Noviembre de 1999. Aunque sufrí muchas reacciones emocionales y físicas por su muerte, no me atraqué, ni gané nada de peso. Este septiembre pasado fui operada de un cáncer de pecho y luego seguí con 7 semanas de radioterapia. También tuve reacciones emocionales y físicas ante la operación y el tratamiento posterior. Sobre todo, me mantuve firme en mi creencia de que la abstinencia es lo más importante en mi vida sin excepción. Con el apoyo de Dios, de mis amigos y de mi familia, y trabajando los Doce Pasos, aprendí una vez más que no es necesario recaer en la compulsión de la comida y ganar peso, no importa lo que suceda en la vida.

Ahora, pasemos al anonimato, el tema de mi charla esta mañana para todos vosotros. Esta palabra, más que ninguna otra, causa gran confusión en nuestra hermandad. La palabra "anónimo" viene del griego y significa "sin un nombre". ¿De donde vino nuestra idea de anonimato? De *AA Llega a la Mayoría de Edad*. Bill W., el cofundador de AA, afirma, "Al principio, el anonimato no nació de la confianza, era el hijo de nuestros tempranos temores. Nuestros primeros grupos sin nombres de alcohólicos eran sociedades secretas... aunque ya no bebíamos, todavía pensábamos que debíamos escondernos de la desconfianza y desagrado públicos". El concepto espiritual del anonimato de AA estaba aún sin desarrollar.

En la época en que Jo y yo empezamos, ya no se utilizaba la noción de una sociedad secreta para comedores compulsivos. Aunque tomé el apellido de AA para nuestra pequeña hermandad, no tenía ni idea en absoluto de lo que la palabra "anónimo" significaba realmente o lo importante que iban a ser para mi y para la recién nacida hermandad las Tradiciones Once y Doce.

Empecamos distinguiendo claramente entre anonimato y cotilleo. De acuerdo al diccionario, cotilleo es una charla insustancial acerca de los asuntos personales o privados de otros. Dentro del marco familiar idiomático de OA, llamamos a eso mismo "ruptura (violación) de anonimato". Pero el concepto de anonimato tiene una presencia mucho más profunda y espiritual en nuestras vidas que simplemente no cotillear acerca de otros. La calidad de nuestra recuperación depende de la comprensión de lo que el anonimato significa para cada uno de nosotros y como nos capacita para cambiar.

Con esto en mente, empecemos con ideas generales y volvamos luego a trabajar lo concreto. Ser anónimo en OA significa ser uno entre muchos, no sobresalir del montón. Significa que nos debemos aceptar a nosotros mismos no siendo mejor o peor que nuestros compañeros. Esta aceptación nos coloca en un estado de humildad. Nos convierte en enseñables, preparados para aprender los conceptos encerrados en nuestros Pasos y Tradiciones... aquellos principios que debemos colocar por encima de las personalidades en nuestras vidas. Por ejemplo, si vuestra conciencia de grupo ha votado que si alguien viene tarde no puede compartir en las reuniones, entonces si levantas la mano para compartir (si has llegado tarde), te estás haciendo especial a ti mismo, por encima de la decisión del grupo. Si los miembros de la reunión ha elegido utilizar un límite de tres minutos o limitar las intervenciones para que todos tengan una oportunidad de participar, si te niegas a dejar de hablar cuando tu tiempo pasa, estás diciendo, "No necesito seguir las reglas. Soy más importante que todos vosotros"

Se que esto puede ser difícil de comprender, así que os lo voy a explicar de otra forma: Como comedores compulsivos pasamos la mayor parte de nuestras vidas sintiéndonos diferentes. Nuestros egos iban de arriba abajo. A veces nos sentíamos inferiores a otras personas, temerosos de sobresalir por miedo al rechazo. Otras veces nos sentíamos superiores, a menudo insistiendo, "Mi forma de hacer es la única forma". ¿Hay alguien aquí que no se haya balanceado entre estos sentimientos? Muchos de los problemas de nuestros grupos vienen de estas emociones conflictivas. Todos conocemos a personas que tratan de controlar las reuniones. También conocemos a otros que son incapaces de oponerse a ese control. Realmente, muchos de nosotros, incluyéndome a mi misma, hemos estado en estas dos posiciones durante nuestro tiempo en OA. Como Bill W. dijo, "La sustancia espiritual del anonimato es el sacrificio". Poco a poco, en OA aprendemos a sacrificarnos, a desinflar nuestros egos por el bien del grupo. Recordad la frase, "desinflar nuestros egos por el bien del grupo". Se que es difícil, pero debemos hacerlo si OA ha de sobrevivir y nosotros hemos de recuperarnos.

Veamos otro aspecto confuso del anonimato. ¿Cómo tratamos a nuestra hermandad en público? De nuevo AA se convierte en nuestro maestro. En Enero de 1954, la Universidad de Yale escribió a Bill W. ofreciéndole un título honorario. La revista *Grapevine* de AA ha publicado las emocionantes cartas entre la Universidad y Bill. Bill rechazó el honor para si mismo, citando la tradición del anonimato personal y la no aceptación de honores públicos para nosotros cuando escribió, "Aunque esto pueda suponer una situación nueva, me pregunto si la Universidad de Yale consideraría dar a AA la citación completa, omitiéndome a mi. En tal caso, iría en cualquier momento a recibirlo en provecho de nuestra sociedad".

Para aquellos miembros que piensan que OA misma debería permanecer anónima, la frase de Bill aclararía el asunto. Preguntaos a vosotros mismos, ¿como puede ser un programa de atracción si escondemos la luz de OA bajo la idea del anonimato público, de forma que otros comedores compulsivos no sepan que existimos? No hay nada malo en poner el nombre "Comedores Compulsivos" con el número de teléfono de vuestro grupo o intergrupo en la lista de servicios públicos de vuestro periódico o en los anuncios de las emisoras locales de televisión o

radio. Recordad, la Tradición Once habla de mantener el anonimato personal. No dice nada acerca del anonimato de la hermandad como un todo.

Ahora que hemos entrado en el tema de los medios de comunicación, estudiemos los temas relacionados con ello con un poco más de profundidad. El bienestar de OA, como el de AA, depende de la unánime aplicación de los principios del anonimato. Debe ser para todos nosotros, sin excepciones. Pero, podéis protestar, "No tengo nada que esconder. La TV es un medio visual y los recién llegados se pueden sentir atraídos por mi pérdida de peso. Además no afectará a mi programa. ¡Me he estado manteniendo durante años, y no me importa quien pueda saber que soy un miembro!".

Todo esto puede ser cierto, pero ¿y si otros miembros siguen tu ejemplo? Supón que ellos empiezan a competir por publicidad y por dinero. Y ¿qué hay del que rompe su anonimato y vuelve a comer compulsivamente? Las personas que se identifican a si mismos como miembros en los medios de comunicación son vistos como representantes de nuestra hermandad y, si ellos resbalan, la impresión pública de OA vendría de los fracasos estrepitosos más que de los éxitos tranquilos.

"Si", puedes decir, "pero aunque se vio mi cara en aquella entrevista no usé mi apellido. Pensé que era suficiente". Esta es una concepción errónea. Si esperas ser entrevistado en una emisora de radio o TV, pregúntate a ti mismo, ¿voy a decir que soy un miembro de OA? Si es así, entonces la respuesta es clara: sin caras, sin apellidos.

Si no te identificas como un miembro de OA (incluso si dices que eres comedor compulsivo), entonces eres libre de usar tu nombre completo y tu rostro puede ser visto en la TV o en la prensa. Estas guías se aplican también a los escritores de OA. Si tu, como escritor, te identificas como un miembro de OA, entonces tu "nombre" puede ser (1) tu nombre de pila más la inicial de tu primer apellido, (2) "anónimo" o (3) un nombre ficticio (asegurándote de que se sepa). Desde luego, ninguna fotografía tuya se puede utilizar en el libro, periódico, o en Internet. Si dices que eres un comedor compulsivo y no revelas tu pertenencia a OA, entonces puedes usar el nombre completo, con o sin fotografía.

¿Me he explicado bien acerca de este tema? La clave no está en si dices que eres un comedor compulsivo o no sino en identificarte como un miembro de OA.

Luego, volviendo a la confusión inicial, no en público sino dentro de la hermandad. Muchos miembros preguntan, ¿es necesario que revele mi apellido dentro de la hermandad? Para cada uno de nosotros, la decisión es nuestra. Por razones profesionales, mucha gente prefiere no revelar sus apellidos. Otros no quieren que sus familias y vecinos descubran su pertenencia a OA. Cualquiera que sea la razón, su deseo de permanecer anónimo, incluso cuando no sea necesario, debe ser respetado.

Por otro lado, muchos de vosotros decís, "Si utilizo mi apellido en las reuniones, estoy violando las Tradiciones". ¡Eso indica no haber comprendido la Tradición Once en absoluto!. Leamos juntos la Tradición. "Nuestra política de relaciones públicas se basa más bien en la atracción que en la promoción; debemos mantener nuestro anonimato personal al nivel de

prensa, radio, cine, televisión y otros medios de comunicación pública". ¿Oísteis la expresión "medios de comunicación pública"? No dice nada acerca de grupos, reuniones o incluso persona a persona. Si quieres usar tu apellido en privado, en los grupos, en el intergrupo, en la región o en la oficina Mundial, adelante, ¡úsalo!

Hay veces que el usar nuestro nombre completo realmente protege nuestro anonimato. Solo tenéis que usar el sentido común y pensar sobre todo ello. Por ejemplo, es una práctica común en todo el mundo utilizar el nombre completo en el correo o servicios de transportes. Si algo va dirigido a Mary T. O John D., entonces los que manejen ese correo tendrían un motivo para preguntarse, ¿está esta persona en un programa de Doce Pasos? Y si vivís en un lugar donde hay muchas casillas para el correo, ¿cómo va a saber la persona encargada a que Mary T o John D va dirigida la carta?

La confusión acerca de usar el nombre completo también surge cuando un miembro de OA está en un hospital o de vacaciones. Si esperamos que algunos compañeros nos visiten o nos escriban, tenemos que darles nuestros nombres completos. No es realista suponer que los empleados de correos o teléfono van a poder leer las mentes, y que nos van a poder localizar por solo nuestro nombres de pilas o la inicial del apellido. Recordad, todos, que estamos hablando de cada uno de vosotros. Sois libres de usar vuestros nombres completos en privado. Esto no os da permiso para revelar el apellido de alguien mas sin su permiso.

Volvamos a la frase del principio de la Tradición Once, "atracción más que promoción". He oído a miembros decir, "Por favor, no puedo decir a nadie que estoy en OA. Eso sería promoción. Tengo que esperar hasta que ellos vengan a mi y me pregunten como he perdido peso". Bien, aprendamos del relato de Bill W. en "*Cuando AA llega a la mayoría de edad*". Bill había viajado a Akron, Ohio, por negocios. Aquel sábado por la noche, el Día de la madre de 1935, estaba paseándose por el vestíbulo del hotel Mayflower. Racionalizando que podría entrar en el bar, beber una gaseosa y conversar con alguien, Bill dice, "Entonces sentí pánico... Recordé que al tratar de ayudar a otros había permanecido sobrio...Pensé, 'Necesitas a otro alcohólico tanto como él te necesita a ti'". Llamé por teléfono al director de una iglesia desde el vestíbulo, y por fin se vio con la nuera de Henrietta Sieberling, y de acuerdo con Bill..."A la tarde siguiente aquella pareja maravillosa, el Dr, Bob y Anne, estaban junto a la puerta abierta de Henrietta. Aquel era el hombre que iba a convertirse en mi socio y fundador del grupo Número Uno de Akron".

De acuerdo con la historia del Dr. Bob en el "*Libro Grande*" de AA, el buen doctor dice, "El fue el primer ser humano con quien yo había hablado nunca que sabía de lo que estaba hablando referido al alcoholismo desde una experiencia real". Si Bill se hubiera sentado solamente en el vestíbulo aquella noche, esperando que alguien se le acercara y le preguntara como se mantenía sobrio, ninguno de nosotros estaría aquí hoy.

Es lo mismo para vosotros y para mi. No os quedéis ahí como estatuas, esperando que alguien os pregunte como habéis perdido peso, como habéis dejado de vomitar u os habéis recuperado de la anorexia. Decid a vuestros amigos, vecinos, compañeros de trabajo, y a

quienquiera que deseéis lo que el programa de OA ha hecho por vosotros. Permitiendo que otros sepan de nuestra recuperación en OA es una oportunidad de ser una atracción para el comedor compulsivo en exceso que todavía sufre. No escondamos el brillo de nuestra recuperación bajo la oscura incompreensión de las palabras "atracción", "promoción" y "anonimato"

Finalmente, hablemos acerca de nuestra promesa de intimidad. Para la mayoría de nosotros, OA es nuestro puerto, un lugar donde podemos descargar nuestros corazones y empezar a confiar en otros seres humanos. ¿Recuerdas la palabra que definí al principio de esta charla: cotilleo? Algunas veces, sin pretender ser cruel, un miembro puede decirle a otro, "Bueno, no pretendo romper su anonimato porque ella lo dijo en una reunión", o, "Esto no es romper el anonimato porque es entre tu y yo". Otras veces una persona que es muy conocida localmente, o incluso en toda la nación, aparece en una reunión. Los OAs, como otros humanos, se impresionan ante gente prominente. "¿Te has enterado de quien estuvo anoche en la reunión?", un miembro susurra a otro. Como resultado, la intimidad personal se pierde. Pronto en nuestras vidas en OA, aprendemos que somos miembros de OA; pero no tenemos derecho a hablar de otros miembros. Esto es lo que hace a OA tan espléndida y especial en un mundo tan inseguro. Aquí encontramos la protección del cotilleo, de la competitividad y de la veneración al héroe que caracterizan a la mayor parte de nuestra sociedad. Aquí estamos protegidos por los principios encerrados en nuestro extraordinario programa, cuyo fundamento es el anonimato.

Esto me lleva a cerrar el círculo, de vuelta a los conceptos que describí al principio de esta charla, a aquellos conceptos que están encerrados en la Tradición Doce. Como hemos aprendido de aquellos primeros AAs, la reducción del ego en profundidad es necesaria para la recuperación. Llegamos a ver que tenemos que desinflar nuestro ego y mezclarnos con el resto de la humanidad por nuestro propio bien lo mismo que por el bien del grupo y la preservación de OA como un todo. Mientras seguimos creciendo en OA perdemos nuestro deseo de prestigio. No nos atribuimos el mérito por nuestra recuperación. Mas bien, aceptamos la responsabilidad por nuestras acciones, considerando solo nuestras propias faltas y no haciendo el inventario de nadie excepto el nuestro.

En el mundo exterior, tu y yo podemos ser alguien muy especial. Quizás hemos conseguido mucho, hemos creado algo maravilloso, hemos ayudado a otras personas y hemos vivido una vida llena de amor. Pero aquí en OA debemos aprender a dejar la idea de ser raros o extraordinarios. Debemos comprender claramente el significado fundamental del anonimato que los primeros AA y sus mentores nos han enseñado. Somos uno con nuestros compañeros, desinflando nuestros egos por el bien del grupo.

En OA, el anonimato – el sentimiento de que no soy nada especial – es de un enorme valor para mantener la abstinencia. Facilita la humildad, y así nos protege contra el resurgimiento de esa ciega voluntad que lleva a la compulsión de comer en exceso. Esta clase de anonimato es verdaderamente nuestro tesoro máspreciado. Abrázalo, protégelo, compréndelo, porque tu vida depende de practicar la esencia espiritual del anonimato ... y mi vida depende de ello, también.

Copyright © 2001. Todos los derechos reservados