

Lo que sigue a continuación es el guión de "El Misterio del Paso-Doce". Es una herramienta muy poderosa para iniciar una discusión acerca de los muchos y difíciles aspectos de la recaída, no solo para aquellos de nosotros que estamos luchando sino también para aquellos que quieren ayudarnos. La obra puede memorizarse y representarse o ser leída como una obra por radio.

AVISO:

La introducción que sigue a continuación revela el final de la obra.

Si quieres esperar la sorpresa final, da un salto hasta la parte del narrador y lee totalmente la obra antes de volver a la introducción.

INTRODUCCIÓN:

El autor de esta obra se basó en la experiencia de la vida real de su querido amigo Sergio. Como es el caso a menudo en la vida real, el final no es un final feliz. El amigo del autor murió de la enfermedad de la compulsión por la comida. El drama es un tributo a Sergio.

El comité del Paso Doce-Interno espera que al compartir su historia podremos salvar vidas. Cuando el drama es representado, la audiencia no debe saber desde el principio que Sergio ha muerto. El diálogo pretende ser divertido, y en ocasiones exagerado. No queremos perder de vista que siempre hay humor aún en las más trágicas circunstancias.

La muerte de Sergio será algo inesperado para los espectadores.

Desgraciadamente hay mucha verdad en esta tragedia. Muchas veces es inesperada y nunca se ha representado.

Según concluye el drama, los dos miembros se unen y se apoyan mutuamente. Se preguntan si Sergio murió por esos que le ayudaron a practicar su enfermedad o por aquellos que se apartaron de él.

La pregunta es el misterio en su totalidad- no hay una respuesta correcta.

PRESENTACION:

Al Comité del Paso-Doce-Interno de la Oficina del Servicio Mundial le gustaría que ustedes le ayudaran a resolver el misterio que nos ha dejado perplejos. Los eventos son tan reales como cualquier otra cosa de la que usted haya sido testigo o haya experimentado. Este es sólo uno de los misterios sin resolver que han tenido lugar dentro de la Hermandad de Comedores Compulsivos. (Miguel y Viviana están sentados en una mesa de un restaurante con los menús frente a ellos.)

MIGUEL:

Esta fue una gran idea, la de encontrarnos aquí para almorzar antes de ir a ver a Sergio.

VIVI:

No te había visto en siglos y quería tener la oportunidad de ponerme al día contigo antes.

MIGUEL:

Ha sido un año tan loco: el trabajo, mi horario cambió y no he podido asistir a las reuniones con la frecuencia con que lo hacía... voy cuando puedo.

VIVI:

Tu eras uno de los regulares en la reunión de **LASH** (**La Abstinencia Sólo por Hoy**)... o **WHAT** en el texto en inglés = ***We Have Abstinence Today***

MIGUEL:

¿De verdad? Nadie me llama para hacérmelo saber. Ah, aquí viene la camarera y no tengo ni idea de lo que quiero.

Camarera: ¿Puedo tomar su pedido?

MIGUEL:

...VIVI, pide tu, todavía estoy pensando.

VIVI:

Lo mío es fácil. Quiero el filete de pechuga de pollo, sin aceite ni mantequilla, ¿podría asarla sin nada?

Camarera: Sí, si es lo como usted la quiere.

VIVI:

Perfecto. ¿Lleva algo de verdura?

Camarera: Viene con papas fritas, repollo dulce, y aceitunas en aceite.

VIVI:

¿Podría sustituirlos por arroz y ensalada?

Camarera: Bien. ¿Algo para tomar?

VIVI:

Me trae un té helado... espere, ¿lleva azúcar?

Camarera: No, no lleva.

VIVI:

Bien, entonces sólo limón.

Camarera: Muy bien... ¿y para usted?

MIGUEL:

Todavía no estoy seguro. ¿Podría volver en unos minutos? Todo parece tan apetitoso.

Camarera: Bien, volveré.

MIGUEL:

No puedo creer lo que le has hecho pasar a la camarera con todas tus especificaciones. Mejor es que le dejemos una jugosa propina.

VIVI:

Hago lo que tengo que hacer; la mayoría de los restaurantes tratan de satisfacer las necesidades de los clientes. Cuando llamé a mi madrina esta mañana le indiqué que almorzaría pollo. Lo único que me preocupaba es cómo lo preparaban. ¿Todavía comprometes tu comida y trabajas con un padrino?

MIGUEL:

No, ya no tengo tiempo para eso. Además, creo que eso es demasiado obsesivo. ¡Ay!; viene otra vez la camarera y todavía no he decidido. Ah, que tal el... no. ¡Ay Dios! Ya sé, el... ¡Ay no!

Camarera: ¿Ya está listo o necesita más tiempo?

MIGUEL:

Desgraciadamente tenemos que llegar a un sitio a la una de la tarde, así que no tengo mucho tiempo. Puesss... deme una hamburguesa de queso con todo lo que lleve. Quiero las papas fritas bien tostaditas. Sabe qué, que la hamburguesa lleve también panceta... Ah, me trae también cualquier bebida de dieta. (Se vuelve hacia V I V I) Después de este fin de semana realmente tengo que ajustar mi comida.

VIVI:

Así que crees que comprometer la comida es muy obsesivo?

MIGUEL:

Bueno, lo que pasa es que la mayoría de las personas que conozco que van a la reunión de LASH están siempre muy preocupados por la comida... Oye, estaba pensando si debo pedir sopa también. Me encanta su puré de guisantes. Esos miembros se preocupan por la comida más de lo que se preocupan por las personas. No veo cómo pueden estar conectados a un Poder Superior si están tan obsesionados con la comida. (La camarera regresa) Perdóneme señorita (La camarera se dirige a la mesa) ¿Podría traerme un tazón de sopa de guisantes... con muchas tostaditas de pan, por favor?

VIVI:

¿Las personas como yo, por ejemplo?

MIGUEL:

No, no me refería a ti. Tu fuiste mi madrina y siempre estuviste allí para mí... siempre estábamos el uno para el otro. Eso fue hasta que yo dejé de ser perfecto.

VIVI:

Perfección, ¿crees que es eso lo que me importa?

MIGUEL:

Verdaderamente no, pero seamos sinceros, nunca has tenido que luchar con el programa como yo.

VIVI:

La única razón por la que no he tenido una recaída es porque me rendí totalmente a este programa. Utilizo todas las herramientas del programa y vivo de acuerdo a los Doce Pasos y las Doce Tradiciones.

MIGUEL:

Yo trabajo el programa lo mejor que puedo. ¿Sabes qué? No es fácil para mí. No es tan blanco y negro. Algunos días lo único que puedo trabajar es la Tercera Tradición.

Sabes a la que me refiero...El único requisito es el deseo de dejar de comer compulsivamente. Sabes, me gustaría que sólo por un minuto sintieras lo que yo siento y pasaras por lo que estoy pasando.

VIVI:

Y a mi me gustaría que pudieras experimentar la alegría que siento hoy. **Me gustaría que pudieras sentir la libertad de esta horrible obsesión.** Lo tuviste una vez. Rezo para que lo puedas lograr de nuevo. Cuando estabas abstinentes se te reflejaba en toda tu cara.

MIGUEL:

Y ahora que no lo estoy, ¿se refleja en todo mi cuerpo?

VIVI:

No es eso a lo que me refiero. De hecho, es tu cara la que me dice que estás teniendo dificultades con la comida. Realmente parece como si tuvieras un gran dolor. Me gustaría mucho volver a verte en las reuniones. No importa a cuál vayas, bien a LASH o a la **HOW** (HOW en inglés = Honest, Open mind Willingness)...

MIGUEL:

¿Qué es eso de HOW?

VIVI:

Honestidad, mente abierta y buena voluntad. El punto al que quiero llegar es que este programa hace milagros, pero sólo cuando lo trabajamos. Me dijiste que nadie de las reuniones te había llamado. ¿Has llamado tú a alguien?

MIGUEL:

Cuando mi enfermedad está activa, no puedo. Soy impotente. Sólo quiero que me dejen solo.

VIVI:

¿Has pensado que ese podría ser el mensaje que estás enviando?

MIGUEL:

...quizás, pero yo siempre escucho en las reuniones, acércate a los ganadores. No soy uno de los ganadores. Por eso es que nadie quiere perder el tiempo conmigo.

¡LA RECAIDA NO ES CONTAGIOSA!

VIVI:

iii La recuperación si !!!

MIGUEL:

Sabes, cuando Sergio estaba en recaída, yo trabajé con él de todas maneras. Recuerdo su aspecto cuando llegó a su peso meta. También recuerdo como hablaba en las reuniones. Tuvo una recuperación increíble, perdió casi 40 kilos. Después los recuperó en un abrir y cerrar de ojos. Pero nunca me rendí con Sergio. Siempre le decía que podía lograrlo de nuevo. Nunca compartí con él cuánto luchaba yo con la comida. Le hacía creer que era uno de los ganadores. Sergio me decía por qué no podía ir a las reuniones y por qué le era tan difícil llamar por teléfono. Sabía por lo que él estaba pasando. Por eso nunca forcé el tema. No quería ver luchar a Sergio; sólo quería que se quedara hasta que sucediera el milagro. No quería herirle.

VIVI:

Sabes, hay una línea muy fina entre animar a una persona y ayudar a una persona a que **continúe en su enfermedad**.

(La camarera pasa de nuevo y M I G U E L le hace un gesto para que se acerque.)

MIGUEL:

Perdóneme, ¿todavía tengo tiempo para cambiar mi orden? Me gustaría comer lo mismo que mi amiga.

Camarera: ¿Todavía quiere las papas fritas?

MIGUEL:

Creo que dejaré las papas. (Girándose hacia V I V I) Quizás le ayudé a practicar su enfermedad... pero no era mi intención. ¿A qué hora comienza el servicio para Sergio?

VIVI:

El funeral es a las 3:00, pero su familia dijo que si sus amigos de CCA queríamos hacerle algún servicio especial a la 1:30.

MIGUEL:

Quizás fue mi ayuda lo que lo mató.

VIVI:

A lo mejor Sergio murió porque me despreocupé de él. Lo dejé de llamar una vez que dejó de ir a las reuniones. Quería que Sergio tuviera la misma recuperación que él había tenido antes, pero me era muy doloroso verlo hundido en su enfermedad. Ojalá hubiera llamado a Sergio. Me siento tan triste.

MIGUEL

No volveré a perder un amigo en las garras de esta enfermedad. Tenemos que mantenernos en contacto.

VIVI:

Estoy aquí para ti, no estás solo.

MIGUEL:

Ojalá le hubiera dicho a Sergio que la única forma de recuperarse era trabajar cada aspecto de este programa, tanto si quería como si no.

Lo que queremos no siempre cuenta. Sé que Sergio no quería morir. Así que, ¿quién lo mató? ¿Fuimos los que le ayudamos a practicar su enfermedad?... O ¿Fuimos los que le dimos la espalda?

VIVI,

¿Lo sabes tu Miguel?

(Se dirige a los espectadores)

¿Lo saben ustedes?...

Una vez ha concluido el drama se puede tener una discusión sobre cómo cada uno de nosotros podemos ayudar a otro miembro de CCA que esté luchando y sufriendo con una recaída.

✚ *¿Cuál será nuestro papel?*

✚ *¿Cómo podemos compartir la alegría de la recuperación?*

✚ *¿Cuáles frases fueron las más contundentes?*

✚ *¿Cuáles palabras destacan la práctica de la enfermedad o el compromiso con la abstinencia?*

✚ *¿Quién es el culpable?*

Continuamos con la siguiente lectura:

Confrontación Cariñosa

Las personas necesitan un lugar seguro y un ambiente cariñoso para avanzar en la recuperación. «Una confrontación cariñosa» es una forma amable de llegar a aquellos dentro del programa que todavía sufren.

Debemos recordar que la recuperación es contagiosa - la recaída no.

El progreso en OA no es una cuestión moral. Necesitamos amarnos unos a otros lo bastante para arriesgarnos a ser rechazados. Aquí sugerimos unas pautas para que las personas demuestren que se preocupan y que los grupos e intergrupos apoyan a sus miembros.

Pedir a los miembros que digan cómo pueden mostrar que se preocupan, luego leer la siguiente lista:

Cómo los individuos pueden mostrar que se preocupan

1. Comparte tu inseguridad y tu dolor; ayuda a que otros hagan lo mismo.
2. Llama o escribe a miembros que ya no ves en las reuniones.
3. Pide a alguien a quien no has visto recientemente en una reunión que ayude en un acontecimiento especial o en algún otro proyecto de servicio.
4. Ofrécete a llevar una pequeña reunión a alguien que pueda estar aislándose.
5. Empieza una reunión de interés especial, tal como: Apoyo a un Miembro; Hablar en Voz Alta de las Recaídas; Bienvenido de Nuevo.
6. Si notas que alguien no ha venido durante unas semanas, llámalo. No sólo pienses
7. en ello.
8. Examina tus propios motivos y respuestas. ¿Estás juzgando, criticando o culpando? No des consejos. Sólo escucha.
9. Anima a los miembros en recaída a conseguir ayuda exterior si fuera necesario.
10. Hazlo con amor.

Leer:

Retención de Miembros

Un propósito primordial del trabajo del Paso-Doce-Interno es animar a los miembros a seguir viniendo no importa qué. A continuación hay unas guías sugeridas para ayudar a los individuos, grupos, intergrupos y juntas de servicios para retener a los miembros.

Pedir hacer la lista y luego leer esta.

Lo que un individuo puede hacer

- Llamar a un recién llegado o a alguien que no hayas visto durante un tiempo para ofrecerte a llevarlos o ir con ellos a las reuniones o celebraciones de OA.
- Llamar a un recién llegado o a alguien a quien no has visto últimamente «solo para compartir»
- Ofrecerte a alguien para ser su padrino o un padrino temporal.
- Empieza un servicio de hospitalidad para dar la bienvenida a la gente en las reuniones.
- Practica el «la confrontación cariñosa»
- Recuerda que tu propia recuperación es la principal atracción para otros de OA.

Informar:

Literatura que se dirige específicamente al tema del Paso-Doce-Interno

- Miembros en Recaída
- Lista de Recuperación
- Formato Sugerido para Reuniones de Recuperación de Recaídas
- Bienvenido de Nuevo
- Juntos Podemos... ¡Sigue Viniendo! Retención de Miembros
- Un Nuevo Comienzo: Historias de Recuperación de Recaídas

La siguiente es una lista de temas/preguntas, con énfasis especial al Paso-Doce-Interno, para entregar a cada miembro para que compartan su experiencia, fortaleza y esperanza.

1. Recaída: ¿escalón u obstáculo?
2. ¿Cómo me metí en la comida otra vez?
3. Enfrentándonos a la vergüenza- dentro y fuera del programa.
4. No podemos hacerlo solos.
5. Trabajando los pasos para la recuperación desde la recaída.
6. Sigue viniendo.
7. La recuperación es contagiosa - la recaída no.
8. Un programa de herramientas, no de reglas.
9. La solución está en los pasos.
10. Las acciones positivas fortalecen la recuperación.
11. La recaída no es un fracaso.
12. Los desvíos pueden ser indicaciones para la recuperación.
13. La recaída: una oportunidad para empezar de nuevo.
14. Si resbalas, levántate.
15. La recuperación será en el tiempo de Dios, no en el mío.
16. Ámate a ti mismo primero.
17. Meditación, no medicación, para la paz mental.
18. Progreso, no perfección.
19. La recuperación es un proceso.
20. Esto, también, pasará.
21. Dos pasos hacia atrás, 12 pasos hacia adelante.

1. **R**ecuperación
 2. **E**spiritual
 3. **C**ompartir
 4. **A**morosamente
 5. **I**ntegridad
 6. **D**esinflamamiento
 7. **A**yuda
-

RECAIDA

Se cierra el taller con la oración de las manos:

Yo pongo mis manos sobre las tuyas

Y juntos podemos hacer

lo que nunca hicimos por nosotros mismos.

Ya no sentiremos la desesperanza ya no

tendremos que depender de nuestra

inestable fuerza de voluntad.

Ahora estamos juntos extendiendo las manos

para obtener un poder y una fuerza

más grande que nosotros mismos

y juntando nuestras manos encontraremos

el amor y la comprensión que tanto hemos soñado.

Sigamos viniendo que juntos podemos y si funciona

ayude a alguien y de mucho amor.
