

Die Zwölf Traditionen von Overeaters Anonymous

- Tradition 1** Unser gemeinsames Wohlergehen sollte an erster Stelle stehen; die persönliche Genesung beruht auf der Einigkeit in OA.
- Tradition 2** Für Ziel und Zweck unserer Gruppe gibt es nur eine höchste Autorität – einen liebenden Gott, wie Er sich in unserem Gruppengewissen ausdrücken kann. Unsere Vertrauensleute sind nur betraute Diener, sie herrschen nicht.
- Tradition 3** Die einzige Voraussetzung für die Mitgliedschaft in OA ist der Wunsch, mit dem zwanghaften Essen aufzuhören.
- Tradition 4** Jede Gruppe sollte selbstständig sein, außer in Dingen, die andere Gruppen oder OA im Ganzen betreffen.
- Tradition 5** Hauptziel und -zweck jeder Gruppe ist, die OA-Botschaft zu den zwanghaften Essern zu bringen, die noch leiden.
- Tradition 6** Eine OA-Gruppe sollte niemals irgendeine außenstehende Einrichtung oder ein Unternehmen unterstützen, finanzieren oder ihnen den Namen OA zur Verfügung stellen, damit uns nicht Geld-, Besitz- und Prestigeprobleme von unserem Hauptziel und -zweck ablenken.
- Tradition 7** Jede OA-Gruppe sollte sich vollständig selbst erhalten und von außen kommende Unterstützung ablehnen.
- Tradition 8** Die Tätigkeit in Overeaters Anonymous sollte immer ehrenamtlich bleiben; jedoch dürfen unsere zentralen Dienststellen Angestellte beschäftigen.
- Tradition 9** OA als solches sollte niemals organisiert werden; jedoch dürfen wir Dienstausschüsse und -komitees bilden, die denjenigen unmittelbar verantwortlich sind, denen sie dienen.
- Tradition 10** Overeaters Anonymous hat keine Meinung zu Fragen außerhalb der Gemeinschaft; deshalb sollte der Name OA niemals in öffentliche Auseinandersetzungen hineingezogen werden.
- Tradition 11** Unsere Öffentlichkeitsarbeit beruht eher auf Anziehung als auf Werbung; wir sollten stets unsere persönliche Anonymität gegenüber Presse, Rundfunk, Film, Fernsehen und anderen öffentlichen Kommunikationsmedien aufrecht erhalten.
- Tradition 12** Anonymität ist die spirituelle Grundlage aller dieser Traditionen. Sie soll uns immer daran erinnern, Prinzipien über Personen zu stellen.