

ACA 第14回伝統セミナー

下記の要領で ACA 第 14 回伝統セミナーが開催されます。このセミナーでは ACA のメンバーたちが、グループの中でそして自分の生活の中で、12 の伝統をどのように適用してきたかが分かち合われます。仲間たちの経験があなたにとって、スピリチュアルなプログラムとしての ACA グループを地域で開き続けていき、そして自らのステップを深めていくためのヒントとなれば幸いです。

日時：2025 年 9 月 7 日（日）13 時 から

会場：ジェイトエル（J&L） 4 階ホール A（東京都北区上十条 2-27-1）JR 埼京線十条駅徒歩 1 分

*10 時からプレミーティングも開きます。

*ご自分に AC の問題がある（かもしれない）と感じられている方だけが参加できる、クローズドのミーティングです。

プログラム（予定）：（10:00 プレミーティング）

13:00～14:15 仲間の分かち合い（伝統 1～6） 14:15-14:30 休憩

14:30-15:30 仲間の分かち合い（伝統 7～12） 15:30-15:45 休憩

15:45-16:40 参加者全員の分かち合い

わたしたちにとって 12 の伝統とは

わたしたちの多くにとって ACA ミーティングは、やっと見つけた避難所でした。孤立を抜け出し「語るな、聞くな、感じるな」というルールを破ることは、挑戦であり、解放でした。やがて 12 のステップがわたしたちを導いてくれ、ミーティングの時間が一週間の生活の中で一番大事なものの一つになってきました。そしてグループに関わるようになるにつれて 12 の伝統の大切さに気付くようになりました。

12 の伝統は第一には、その中で人が癒されるグループが存続していくための、ガイドラインです。AA の共同創設者ビル・W は次のように述べています。「12 のステップがメンバーひとり一人のソブライエティー（酔っていないこと）と心の平和に役立っているように、12 の伝統はグループが生き残るために必要なものである。グループがなければほとんどのメンバーは回復できない」。

一方で、12 の伝統に示唆されている原理は、ステップと同じく生活のあらゆる面で役に立つということを、わたしたちは発見しました。ビルは同時に書いています、「伝統は、すぐれた運営と生き方の道しるべだ」。疎遠であり敵対的であるかと感じられていた世界に、再び回帰しようと思うようになったわたしたちにとって、12 の伝統にも自分の生活を処する新しいやり方の重要なヒントがありました。

One Day at A Time

らくだは一日に二度ひざまずく。

朝ひざまずいて今日の荷をになう。

身を低くすると少し楽にできる。

頭をまっすぐ上げて歩く。

もし日ざしがきつくても

背中にはたくわえの水がある。

夕方ひざまずいて今日一日の荷を降ろす。

