

禁酒に失敗 し続ける方法



東郷 潤

お酒で、しょっちゅう失敗をする、とっても駄目な自分がいます。

お父さんが、また
お酒を飲んで
暴れている



そこである日、一大決心をしました。



でも、しばらくするとお酒を飲みたくなってしまいました。禁酒を決意したのにお酒を飲みたいなんて、自分の中にもう一人、悪い自分がいるとしか思えません。

ほら、お酒がお前を
呼んでるぞ



・・・そう、悪い奴は悪いことをするものです。



ああやっぱり！　悪い自分がお酒を飲んでしまいました。

むろん悪い奴は、適度に飲むなんて正しいことはしません。



ボロボロになって、もう飲めなくなるまで、お酒を飲みつづけるのです。なにしろ、悪い奴なのですから！

翌日、目覚めると二日酔いでひどい頭痛がします。



自然に、激しい後悔と怒りの気持ちが
わいてきました。



悪は罰さなければいけません。

**もう分かったから。
そんなに自分を
責めないで**



**お酒を飲んでしまった。
なんて俺は悪い奴だろう！**

悪い自分を罰すると、後悔も怒りも消えました。

ああ、なんだかとてもスッキリした。



今の俺は、もう今までの悪い自分じゃない。本当の、善なる自分に戻れたんだ。

そして、善なる自分が、正しいことを決意しました。



もう二度とお酒は飲まないぞ。

P. 4へお戻りください。

飽きたら、P. 12へお進みください。



禁酒に失敗し続ける方法

**お酒を我慢する代わりに
悪を責めていれば、
禁酒に失敗できます。**

あとがき —「禁酒に失敗しつづける方法」

もし、あなたがこの絵本に共感されたなら、他の方にもご紹介していただければとお願いいたします。

本絵本は、自由にコピーして下さって結構です(商業出版はじめ金銭的な授受を伴う場合を除きます)。また下記WEBからは、東郷潤の他の絵本やメッセージをダウンロードすることができます。

www.j15.org

©Jun Togo 2009