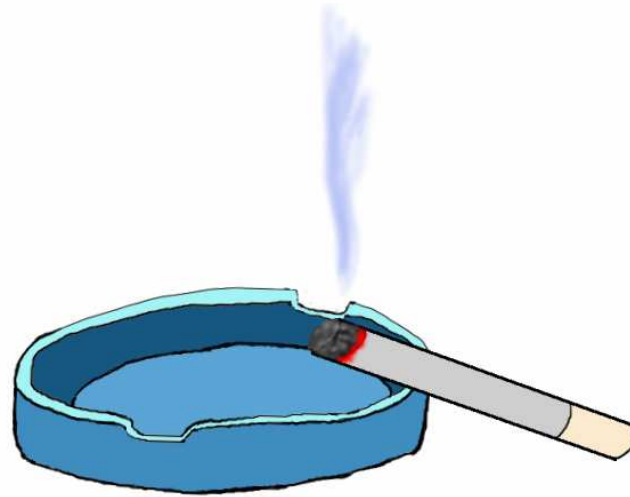
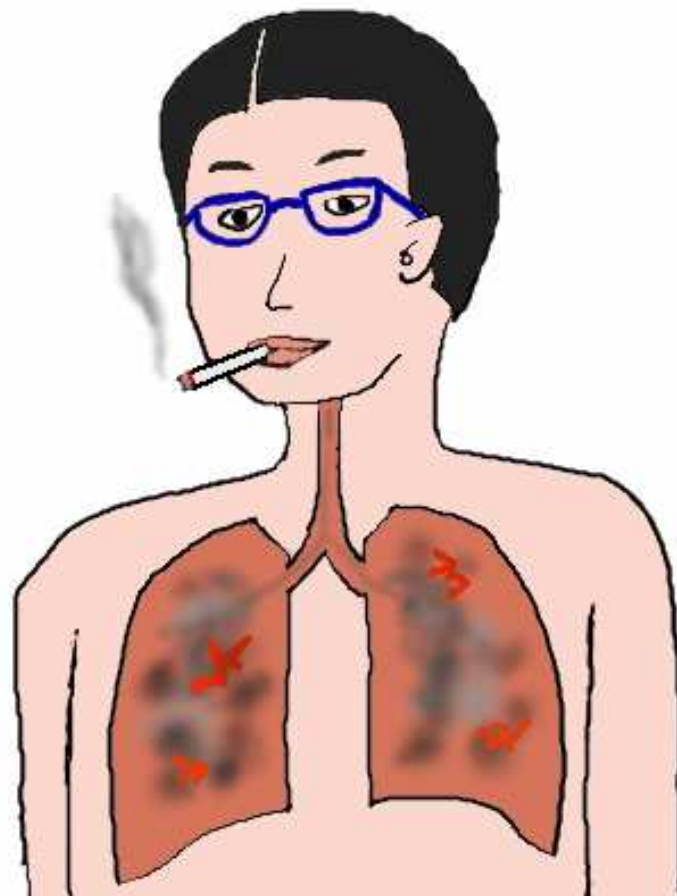


# 禁煙に失敗しつづける方法



東郷 潤

タバコを吸っていると、病気になる危険が高くなるそうです。



そこで、禁煙を決意しました。



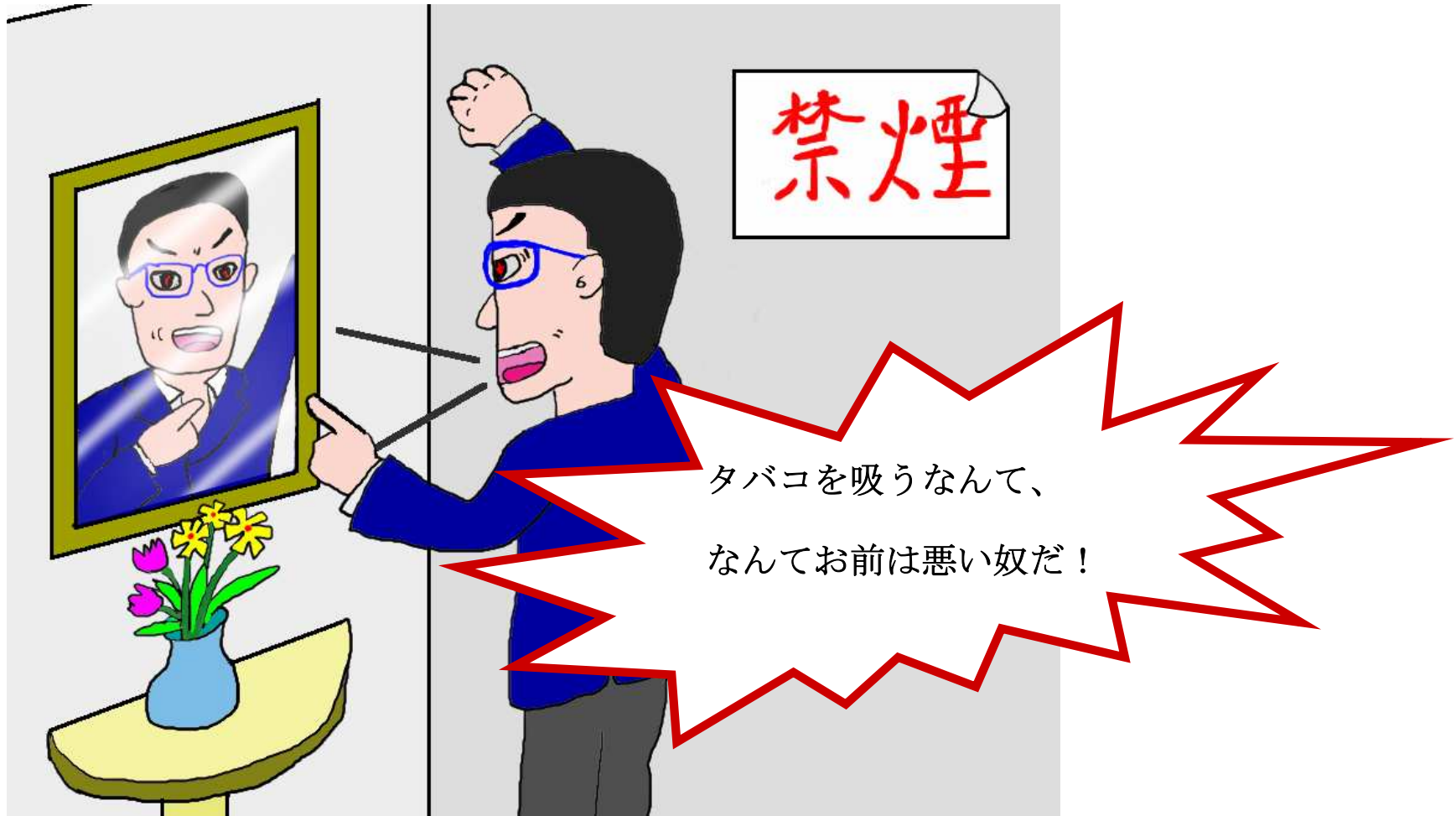
でも、しばらくするとタバコを吸いたくなかったので、吸ってしまいました。



そしたら、自然に後悔の気持ちが生まれました。



後悔の気持ちをどうにかしたくて、自分を叱りつけました。



自分を怒鳴りつけると、後悔の気持ちが消えました。



なんかサッパリしたなあ！

再び、禁煙を決意しました。



タバコを吸うのは、悪いことなんだぞ。

P. 4へお戻りください。

飽きたら、P. 9へお進みください。



たとえ禁煙を決意しても、  
タバコを我慢する代わりに、悪を責めていれば、  
禁煙に失敗できます。

## あとがき 一絵本「禁煙に失敗しつづける方法」

善悪という言葉の周りには、多くの誤解や錯覚が存在するようです。

そして、これらの錯覚は人類の長い歴史の中で、様々な悲劇をもたらして来たと考えることが出来ます。（善悪の錯覚の詳細については弊著「善悪中毒」（リベルタ出版）をご参照ください。）

もし、あなたがこの絵本に共感されたなら、出来るだけ多くの方に、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出来ます。

[www.jl5.org](http://www.jl5.org)

©Jun Togo 2009