

男性（70代）禁煙年齢・70代

このたび私は思うところがあって、半世紀にわたって親しんできた「永年の友」タバコに別れを告げた。「喫いたい」という誘惑を強い意志の力でネジフセタのではなく、悠々楽々マイペースで事を運んだ。なにしろ普段の私は「強い意志」など持ち合わせていなかったからだ。

「タバコは年端もいかないガキの喫うもんだっ」 ・ と呟いたのは、成人式から帰宅した倅だった。あれから二十年、その息子も不惑の年を迎え二人の娘の父となった。酒は私の相手をしながら少々嗜むが、タバコは依然口にしない。我が子ながら天晴れだ。

ソレにひきかえ親たる私は、この二十年の間に何回キンエンを試み、その度に惨敗の憂き目を味わったことか！ なのに、この度またもタバコをやめる決意を公表した。妻はじめ周囲はセセラ笑っている ・ どうせまた挫折感を味わうのがオチだ ・ と。至極当然というべきだろう。されど待ってくれ皆様方よ、今回は些か状況が違うのだ。予想外れの憂き目を見るのはソチラ側だ。

今回、当方には且て心に抱いた「男子たるもの大言壮語をなし、然る後に死に狂いの覚悟をもって事にあたる」といった「葉隠れ」の悲壮感はない。あるはセルバンテスの「総ての道はローマに！ドンキホーテよデタラメに行け」 ・ のフリーダム宣言だ。ソレともう一つ、強い味方がついている。孫子の兵法 ・ 「敵を知り己を知らば百戦危うからず」の一節だ。

コレを素通りして挑んだ従来の闘いが連戦連敗に終始したのは真に以て当然だ。ならば今の私にとっての「敵」とは何か、そして「己」とは？ 闘いに臨むに先立ち。先ずはこの点を明確にしておく。

先ず敵とは何か ・ 紛れもなく「ニコチン」が有する「依存症を喫煙者にもたらす」性質であり、このことをシッカリ踏まえておかないとコチラのバットは必ず空を切る。

次に己とは？ 先ず自分の「闘う能力」と「それを発揮する方法」を客観的に捉え把握しておくことだ。この準備なくしてはタバコヤメ戦争に勝算はない。そしてもう一つ ・ 自分の「得意体勢」を見極めておくことだ。

且ての大相撲鳴門海という力士がいた。小兵ながら素早く相手力士の懐に飛び込み、前まわしを掴みさえすれば、かの全盛時代の栃錦・若乃花とでさえ五分の土俵を踏んだ。この得意な体勢をもって臨めば、強かなニコチン依存性物質といえど必ず勝てる。

確かに、タバコが文化として市民権を有した時代があった。しかし芭蕉のいう「不易流行」という言葉もあるのではないか。時代が変わっても確固不変なものもある一方で、時の流れに沿って変わっていくものも多い。タバコはまさに後者の最たるもののひとつだ。しかも喫煙者のみならず、タバコを嗜まない周りの人、とりわけ次代を託す乳幼児にまで巻き込んでしまう恐れのあるタバコには、最早「この世からキエテモライヤス」という他ないではないか。このたび私がタバコに決別を決意した理由はここにある。さて今回、私が如何にマイペースで事を運んだかについて申し述べる。

先にも少し触れたが、私には「強い意志」など持ち合わせない。されど鳴門海のように時として信じられない強さを発揮する場合が自分の過去にも何度かあった。それは理由なくわが自由を奪われそうになった時。即ち、赤松俊子・丸木位里ご夫妻の筆になる「原爆の図」の展示会を開こうとした私たちを、正当な理由もなく開催許可を出さなかった当局との闘いには、自分でさえ信じられない程の強さを発揮した。単なる義務感や他からの要請によるのではなく自らの決断によるものだった。こういう時の私は強い。だから強かなニコチンとの対決も鼻歌まじりで楽勝した。とは言えモチロン素手で立ち向かったわけではない。

私が用意した武器は草津温泉の土産物屋で買ったガラスの砂時計（五百円）とマツキヨの特売で買った浅田飴（四百円）の二つだけ。ソレをどう利用したか？

タバコを喫いたくなかったとき、先ず砂時計を取り出す。そして「子連れ狼」の挿一刀ヨロシク。「三分間待つのだぞ大五郎」と唱え砂時計を卓上に置く。且てあったTVカップラーメンCMからのパクリだ。砂時計は九十秒ものだから、一回砂が落ちきったところでひっくり返す。合わせて三分。大抵はコレで喫煙したい気分は消えている。それでも微かに残っている場合のリリーフ選手が浅田飴。かくて喫煙軍との対戦はわが方の連戦連勝！更にこのことが体調に好結果をもたらし、おかげで目下絶好調。如何かな、諸兄におかれても是非一度お試しあれ！

