

「ねえ、知ってる？暴走族になる人たちっていうのは、子どもの頃に十分に三輪車で遊ばせてもらえなかった人たちなんだって。それでね、煙草を吸う人っていうのは、子どもの頃に十分に母乳を吸わせてもらえなかった人たちなんだって。」（笑）

「ウルサイッ。ウザイッ」

私は知人に煙草を吸うことを揶揄された気がして、もしくは、自分がすることにケチをつけられたような気がして、知人を、そして知人の言葉を頑なに拒絶した。二十代前半のことだったと思う。

結論から言えば、私はなぜ煙草を吸うようになったのか、直接の理由が思い当たらない。人から勧められたわけでも、誰かに懂れていたわけでもなく、ただ私の周りには煙草を吸うのが当然という環境がそろっていたということだけ。私が生まれた時には、すでに父も母も祖父も祖母も曾父母も姉も親戚も、みんな煙草を吸っていた。十時三時のおやつ時間に小腹が空いて、ポテトチップスを手軽につまむような感覚で、煙草が存在している家庭だった。要するに、私は煙草を吸わない世界が存在することを知らなかったのだ。

『みんなが朝、洗顔をしている。だから、私も洗顔をする』これと同じ論理で、私は煙草を吸うことを覚えていった。『家族みんなが煙草を吸っている。だから、私も吸う』つまり、無意識で、何の疑いも持たず、家族みんなと同じ習慣をしていただけだった。

さて、そんな私がなぜ禁煙をしようと思ったのか。それは、ある年の冬、風邪をひいて内科を受診したのがきっかけだった。待合室で順番を待っている時、ふと、あるひとつのパンフレットに目が止まった。そこには、喫煙者の真っ黒な肺と非喫煙者の綺麗な肺の比較写真が載っていた。

（ギョエッ！！きったなーいッ）

私の心の声だった。“私の体の中にあんな汚いものが入っている。黒ずみを洗いおとしたいけど、口から肺を出すこともできないし、もうやめよう、モウヤメヨウ。煙草なんてもう絶対に吸わない。

私はこの想い、この決断を忘れたくなくて、そのパンフレットを十枚近く家に持ち帰り、そして、自分の部屋、洗面所、トイレ、冷蔵庫と、目につきやすいあらゆる場所に、パンフレットから汚い肺の写真を切り取っては貼っていつ

た。

「お前、こんな写真を貼られたら、煙草がまずくなるじゃないかッ。お前がこんな写真を貼っていくんだったら、俺はこんな写真が見えないように、こうしてやるッ」

パチッ。(暗)

父は電気を消した。

こんな笑ってしまうような父との攻防もありながらも、写真のインパクトはあまりにも強く、私の家族は父以外みんな煙草をやめてしまった。百万べん煙草の害を説かれるよりも、一枚の汚れた肺の写真の威力の方が大きかったというわけだ。

(それでも、本当に煙草が吸いたくなかった時には、『ボク、ドラえもん。手が丸だから、煙草が持てないの!』なんていう、自己暗示をかけてみたりしたこともあったけど……)

煙草を吸わなくなった今、吸っていた頃を振り返ってみると、やっぱり、喫煙の根本には愛情不足があったのかなあと思ったりもする。先に述べた「暴走族と三輪車、喫煙と母乳」の話をした知人が、私の彼氏になった。彼は、私が言いたいことを言う時に耳を傾けてくれる人だった。気持ちと気持ちが通じると、イライラすることがなくなっていた。汚い肺の写真は、「汚くなりたくないから吸わない」という、ある意味我慢による禁煙だけれども、言葉で気持ちをわかってもらえるという経験は、喫煙そのものの必要性を感じなくさせてくれた。

結局、『言いたいことが言えない、伝わらない。してほしい事がしてもらえない』このコミュニケーションにおける愛情不足感が、喫煙を含め、私のあらゆる依存症のもとだったのではないかと思うのだ。

そして、今言えるのが、煙草を吸っていた時よりも、煙草を吸わなくなった今の方が幸せだという事。つまり、不幸な時に人は煙草を吸いたくなるのだらう。喫煙は愛情を求める行為なのだと思つた。満たされれば、吸う必要がなくなるものなのだ。

\*余談ではありますが、部屋中に汚くよごれた肺の写真が貼ってあっては、筋金入りの父でさえ、「煙草を吸う気が失せてきた」と言っている、今日この頃です。我慢による禁断症状もなく、気持ちの面から吸う気がなくなるといういい方法です。

