

もつと笑いを

上 廣 榮 治

「日本人は笑わなくなった。笑いをなくした社会は終わりですね」と知人が言いました。確かに、そういう彼も、別れるまで明るく笑うことはありませんでした。

数年前、ある新聞社が「日本人と笑い」という世論調査をしたことがあります。その中で気になったのが、年代が上がるにつれて、笑うことが少なくなっていることでした。六十代では、半数の人があまり笑っていないらしいのです。日々を楽しく、前向きに暮らしていないということなのでしょうか。

もし本当に笑いが少なくなっているのだとしたら、近年の、テレビのパラエティー番組の多さは、どう考えたらよいのでしょうか。新しいお笑い芸人たちが次から次へと出てくるのは、なぜでしょうか。生活の中で自発的に笑いを作り出す力が衰弱したから、テレビに笑わせてもらおうということなのでしょうか。

それにしても、テレビのお笑い芸人を見るかぎり、笑いの質が低下していると思います。人の欠点や行為をことさら貶め、嘲笑い、頭を叩いて笑いを取る。幼児的な一発芸だけで安易な受けを狙う。そんな低俗な笑いが多くなりました。

人々が笑わなくなったことといい、笑いの質の低下といい、その原因はどこからくるのでしょうか。ケー

タイ・ネット社会が国語力や対話力を低下させたためでしょうか。あるいは、社会そのものが活力を失ってしまったためでしょうか。

昔から日本には「笑う門には福来る」という諺ことわざがありました。家族の仲がよく、いつも笑いが絶えない家庭は、自然と仕合わせが巡って来るといふ意味です。とすると、笑わぬ家庭には仕合わせがやって来ないことになります。

確かに笑いは仕合わせのもとでしよう。笑うことが人の健康に大きく寄与することは、医学的にも知られています。笑うことで、自律神経の働きが整ってストレスを除き健康を増進する。ある種の脳内物質の分泌が盛んになって、性ホルモンや若返りホルモンが増大する。アルファ波が増え、全身が癒される。頭がスッキリして、やる気が出る。消化機能が向上し、便秘を予防する。病原菌への抵抗力や免疫力が高まる。痛をも癒したり、ダイエットにも効果があるといふのですから、驚きます。

笑いは健康によいだけではありません。家庭や職場など、集団や社会に対しても、笑いの「伝播作用」や「循環作用」が素晴らしい働きをするといわれています。

誰かが笑えば、つられて可笑しくなって笑い出すのが「伝播作用」で、笑いの伝播が一座をぐるりと一巡して、最初に笑った人をまた笑わせるのが「循環作用」なのでしよう。しかし、そんな難しい定義をしなくても、笑いが伝染することや、よく笑う人の周りには笑いが絶えないことを、私たちは日常的に体験して知っています。

ことに家庭などではそうでしょう。家族の誰かが何にでもおかしみを発見して、よく笑う人であれば、その影響で、家族みんながよく笑う一家になります。

幕末、尊皇攘夷そんこうじょういの志士を多数輩出させた吉田松陰の実家を覆っていた、「異様なばかりのあかるさ」につ

いて、司馬遼太郎さんが小説「世に棲む日日」に書いています。司馬さんによれば、その明るさは、松陰の母親、お滝が発散し、それが家族に伝播したものであったようです。

松陰の実家の杉家では、厳しい窮乏生活の中にありながら、毎日風呂が立てられていました。「風呂に入る」と氣ぶせりな者でも、心がのびやかになる。自然、やまいのもとになる毒が去る」というのが、お滝の持論だったからでした。

ある日、長男の民治が入浴しようとしたところ、湯が足のあかぎれにしみて我慢がなりません。あわてて飛び出したものの、今度は廊下を歩くにも痛くてならず、抜き足差し足で歩いてみると、それを見たお滝は大笑いします。そして「あかぎれは恋しきひとのかたみかな　ふみ（恋文・踏み）見るたびに会いた（あ痛）くもある」と即興の狂歌を浴びせかけて、家中が大笑いしたと、いいいます。

風呂にも入れないほどの酷いあかぎれをかかえこまなければならぬような過酷な日々を、お滝は恨んだり不満に思うことはありません。それどころか、笑いのタネに転化して、家中で笑い飛ばしてしまうのです。

この、どんなところにもでも笑いを見出すお滝の才能は、おそらく天性のものだったのでしょう。それに加えて、杉家が笑いを喜ぶ家庭、つまり「笑う門」だったからこそ、彼女の能力はいっそう磨かれ開花していったに違いありません。もしも、これが笑いを歓迎しない家風であったとすれば、天性の才能も開花することとはなかったはずで。

このお滝さんに比べると、お笑い芸人には、舞台を離れると陰気で気難しい人が多いと、よくいわれます。漫才の相方同士は仲が悪いともいいます。人を笑わせることに無理な努力を続けるあまり、心にゆとりのない笑えない生活を送ることになってしまうでしょう。

ところで、私の周囲にも生真面目すぎる人、無理な努力をしすぎる人が多くいらっしやるように思います。

そうした人を見ると、思わず、そんなに硬直しては身体に悪いですよ、あなたの家庭が「笑う門」にならないと忠告したくなりませう。

やはり笑いの要諦は、お滝さんが直感していたように、肩の力を抜いて、心をのびやかに保つことです。風呂に入ったときの、あの気分です。

ぜひ一度、皆さんのご家庭が「笑う門」になっているかどうかを振り返ってみてください。もしも、そうではないと気づかれたら、「笑う門」の実現を最優先していただきたいと思えます。もちろん無理は禁物です。人に強制してもいけません。あくまで自然で素直な笑いでなければならぬからです。

もう、お気づきのことと思いますが、笑いはどこか倫理の実践に似ています。

「我も人もの仕合わせ」の状態は、我も人も微笑み合っている姿です。笑顔がなければ、家庭愛もあり得ません。笑いも倫理の実践も、素直な心から生まれます。もちろん、上機嫌の実践はそのまま笑いにつながります。

そして、笑いに伝播作用と循環作用があるように、倫理の実践にも、それらの作用があるのです。そのことを信じて、上機嫌で、倫理の実践を率先垂範してください。

いま、私たちの社会には暗雲が覆っています。進境のただ中におられる方もあるでしょう。しかし、そんなときだからこそ、家庭を、会場を、職場を「笑う門」にいたしましょう。「笑う門には福来る」、きつと苦難は福門となるでしょう。

