

笑うこと

中津市長 奥塚 正典

「幸せだから笑うのではない 笑うから幸せなのだ」。有名な心理学者の言葉です。よく幸せのバロメーターは笑いの量、笑うことは幸せへの近道と言われます。そういえば何があっても素敵な笑顔でこちらを包み込むような笑顔名人もおります。笑顔千両、たとえ御愛想でもさわやかな笑顔は人を和ませ、円滑なコミュニケーションを助けます。まして真底腹から笑えるほど健康的なことはないですね。

しかし、現実はそのように楽しいことばかりではありません。身の回りに起こる難しい出来事に立ち向かうとついつい険しい顔や厳しい声になりがちです。それゆえ、抱腹絶倒とまではいなくても、また笑いがほしくなるのです。

笑いは哲学者や心理学者にとって永遠のテーマのようです。「笑うのは人間だけだ」とは、動物に詳しいギリシアの哲学者アリストテレスの説です。でも、ネコやイヌも表情が笑っているように見えることがあります。動物も笑って会話を交わしているのかもしれませんが。少なくとも人間を笑顔にしてくれます。

落語家の二代目桂枝雀さんは、笑いは「緊張の緩和」、何か緊張状態や違和感のある状況から解放された時に生じるものと言っています。何故笑うのか、そんな理屈はどうであれ、経験上からも笑うと心身ともにリフレッシュして気持ちよく元気になる気がします。市民の皆様ができるだけ笑顔でいられるよう行政も頑張ります。



昨今、課題解決に向けて笑ってはいられない毎日、自分や状況を客観視するためにもユーモアは持ち続けたいし、いつも一日を笑いで終わりたい気持ちです。そこで寝る前に立川志の輔さんの落語を聞くことにしています。でも、これが即効の子守唄、話の中身はおぼえぬまま翌朝を迎えること常です。お笑いものですね。