

笑顔で陽気暮らしを

板 東 浩

皆さまは日々「陽気暮らし」ができているだろうか。我が国は古来、太陽がお出處を意味する「日出する国」から「ひのもと」となり「日本」となった。英語では「land of the rising sun」と訳される。太陽を信仰することで、日本の最高神が「天照大御神」となっている。実際に、太陽など自然の恵みに感謝しつつ、信仰心を基盤にして始められた祭りが日本各地で現在でも行われているのをご存じであろう。

現代社会を概観すると、以前にはみられなかつた問題が諸々増えつつある。それらには様々なストレスが関わり、あまりにも多様化が進んでいるため対応が難しいようだ。日本国は世界

記し、命は敬称となる。このエピソードの重要な点は、力強くエロティックな動作で、八百万の神々を大笑いさせたこと。この「笑ひえらぐ」様子を不可思議に感じ、「外での楽しげな騒ぎは一体何だらう」と戸を少し開けた。ウズメがアマテラスに「あなたより尊い神が生まれたよ」と。その瞬間岩戸の脇に控えていた天手力男神あまぢぢののかみがぐつと引き出した。この逸話は、古代の巫女たちが神様と一緒に「笑ひえらぐ」という大切さを、今に伝えているように思えないだろうか。

漢字「笑」は象形文字で、髪を長くした若い巫女の象形に由来する。「天」は「若い巫女のくねらせた身体」を、「妖」=女+夭は、なまめかしく身体をくねらせた女性を示す。このように、ウズメは芸能の女神であり、日本

最長の歴史を持つ。現在まで国の発展に寄与したすべての人々のお陰で、外國と比較しても、社会基盤が構築され、おおむね安心で安全な生活を営むことができる状況になった。

しかし、生活の欧米化とともに、人間関係の構築と対応が難しくなり、主重要なストレスとなることに。離島に一人で暮らしていく幸せかというとそうではない。人とは、幸福を感じるもの不幸や逆境を感じるもの、人間関係抜きでは語れない。

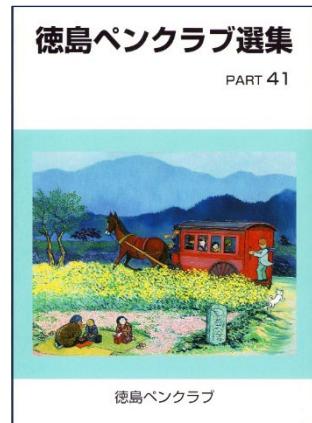
ここでタイムスリップして、はるか昔の時代に思いを馳せてみよう。まずよく知られた日本神話「天の岩

最古の踊り子となつた。

筆者は糖尿病を専攻する内科医だが、ピアニストや音楽療法士として、心身医学や心療内科にも関わっていられる。この令和五年十月には、徳島で心身医学会中国四国学術集会が開催され、お世話の担当に決まった。テーマは「心身医学と医療・芸術・文化」である。何かお役にたてるものはないかと考えていたとき、魅力的な「阿波の神話」を思い出した次第である。

心と身体は別ではなく「心身一如」と云えよう。様々なストレスで悩み体

と笑い飛ばしたものも少なくない。小学生といえどもである。人生の経験が浅い世代にとってストレスへの適切な対応は難しいだろう。数十年前ならワッハッハに、ウズメは芸能の女神であり、日本



戸伝説」があり、全国各地にいろいろな説が現存する。天照大御神は太陽神の性格を有する女神。その弟が海神である須佐之男命だが、傍若無人な行動を続けていた。姉は弟の言動に「うつ状態?」となり、天の岩戸に引きこもつてしまふことに。そのため、世界は闇に覆われた。困った他の神々が作戦を練り、楽しげで魅惑的な舞踏によつて、アマテラスを無事にひっぱり出すことに成功。こんな天岩戸伝説が、徳島県神山町にもみられる。

魅力的な踊りを披露したのが、女神のアメノウズメだった。古事記では天宇受賣命、日本書紀では天錆女命と表はない。コンビニは簡単にいつでもどこでも必要なものを入手できるが、各個人が必要なものは千差万別だ。目に見えるものも目に見えないものもあり、説明できることも説明できないこともある。

医学研究で、目標を持つて身体を動かし笑っている人は認知症になりにくく、長寿になるとされる。日々の中で可笑しみを見出し、笑顔で陽気暮らしを続けていくのは如何だろうか。