

「笑顔を忘れずに」

ほうこうどうす はなわ こうめい
本山放光堂司 花和浩明

今年の夏は、猛暑が続いていますが、3年目の夏を迎えたコロナ禍も、変異種の影響もあってか第7波の猛威が私たちの日常生活を脅かしています。

このような状況の中メディアからは、コロナにかからないように人間の免疫力を高めようという声聞こえてきます。よく睡眠をとること、きちんとした食事をする事、お風呂入り湯船につかることなどがよいとされます。それらに加えて必ず言われるのが、よく笑えということです。

昨年亡くなられた世界的分子生物学者である村上和雄先生は「笑いが免疫力をたかめる」ということを言われました。かつて先生は売れっ子の漫才師に協力を依頼して、笑いによってどれだけ糖尿病の数値が改善するかという実験をおこなったそうです。結果は、実験で分けられたグループのなかで、圧倒的に笑いを提供されたグループの数値がよくなったということでした。研究では、笑いによって免疫力が高まることも証明されたそうです。

私には、笑いという真っ先に思い出すお方がいます。それは大本山總持寺の大黒尊天さまです。本山では日本一の大黒様として多くの信仰を集めています。私がこの大黒様とはじめお会いしたのは、今から30年以上も前のことになります。当時の私は本山に修行に入ったばかりで、右も左もわからず厳しい修行に身も心も限界の状態でした。そんな中でも、いつも満面の笑みをたたえる大黒様の前を通る時だけは、心がほっとして元気が出てくるような気がしていました。

大黒様は、もとはヒンズー教の戦いの神様で、お釈迦さまに帰依することで性格が変わり、皆の生活を守り福德をもたらす仏教の守護神になったと伝えられています。だからこそ大黒様の満面の笑みには説得力があるのかもしれませんが。

大黒様のように笑顔を他人に施すことは、尊い仏行の一つとされます。

コロナ禍、猛暑、値上げ、戦争の足音、と世相は決して笑える状況ではないのですが、平安な世の中を取り戻すためにも、私たちは笑顔を忘れてはいけません。