

# 「日本人の笑い」がコロナ感染に強いファクターXかも

2021年12月22日 太田隆次

「笑い」の本質については、このHPで既に野口幹夫さんがフランスの哲学者ベルグソンの名著「笑い」の名解説をしておられます。ご記憶の方も多いでしょう。(高津高校五期HP 「交遊の広場 5」 #167 2004年1月14日)

## 第一部 来年も大いに笑って病気は外へ蹴飛ばそう

### 1. 「日本人の笑い」の医学的効用に着目した日本の先生がた

まず「笑い」の医学的効用を精神医学者の解説書を頼りに紹介したいと思います。

折しも新型コロナの感染拡大で世界中が苦しめられていますが、世界の感染専門家は日本人の感染者が非常に少ないことに注目しています。その理由について、iPS細胞でノーベル賞受賞者の山中教授は確たることはまだ不明としつつも「日本人に特有の何か、感染しない長寿のファクターXがあるのではないか。案外、身近な所にあるのではないかと、自分達の教室でも真剣に取り上げている所です」と述べておられます。

その私達日本人は平均寿命が世界でもトップレベルですが、それには医学的に日本人特有の笑いが健康をもたらしていると、「笑い」が研究分野の一つである精神医学や精神生理学の日本の専門医師たちが、新型コロナ以前から指摘して書物にしています。

〈1994—1997年〉

その一は「人はなぜ笑うのか — 笑いの生理学」講談社、1994年発行 志水明 大阪大学医学部卒、精神医学が専門、医学博士。角辻豊 大阪大学医学部卒 精神医学が専門、医学博士。中村真、大阪大学大学院人間科学研究科卒、医学博士。

その二は「笑いの研究」日本実業出版社、1997年発行。昇 幹夫、九州大学医学部卒、麻酔科専門。井上宏、京都大学文学部卒、日本笑い学会会長。織田正吉、神戸大学法学部卒、笑いの著書多数、日本笑い学会副会長。」

これらの書物のエッセンスを順に紹介します。

## 2. 健康をもたらしてくれるこの「笑い」を分類して見ると

笑いを分類すると誰にも心当たりがあるように一

### 1 快の笑い

- ① 本能充足の笑い  
例：美味しい食べ物、飲み物、快眠など
- ② 期待充足の笑い  
例：入試合格、試合の勝利、逆転ホームランなど、
- ③ 優越の笑い  
例：自分の優位を知る、他人の失敗は面白いなど
- ④ 不調和の笑い  
例：意味の取り違え、早とちり
- ⑤ 価値逆転の笑い  
例：機械に使われる人間（チャプリンのモダンタイムス）

### 2 社交上の笑い

- ① 協調の笑い  
例：挨拶などの笑い、作り笑い
- ② 防御の笑い  
例：心の内面を知られたくないあいまいな笑い（ジャパニーズスマイル）
- ③ 攻撃の笑い  
例：冷笑、嘲笑
- ④ 価値無化の笑い  
例：都合の悪いことを笑ってごまかしてナシにする、笑い飛ばす、苦笑

### 3 緊張緩和の笑い

緊張が緩んだ時の笑い

例：緊張した講演で時々笑いを入れる、くすぐる。

### 3. 笑うことが治療に効く！

日本初の「リウマチの笑い療法」の誕生のエピソード

「笑いがリウマチに効く」を実証

慢性関節リウマチの専門医の日本医大吉野教授は30年間の治療経験から「患者の気分がいい時は痛みが軽く、悩みや悲しい時は痛みが激しいこと」に気がついていました。それを実証するために1995年3月に病院に落語家の林家木久蔵師匠を招き、リウマチ患者26人と健康人31人に落語を1時間聞いて貰い全員が爆笑していました。医学的な血液検査などで前後の神経内分泌系と免疫系の反応の変化に有意差があるのを発見し、その後、1996年に厚生省、日本医師会、日本リウマチ学会が主催して大掛かりな実証実験が開かれ、「リウマチに、笑いにまさる治療薬なし」が実証されました。

その後、「笑い療法」は膠原病などリウマチ以外の病気の治療にも広がっています。

「笑い療法」はアメリカが本家です

「笑い療法」の本家は「笑い療法の父」とよばれるアメリカの1915年生まれのノーマン・カズンで日本でも27人の被災した「原爆乙女」を渡米させたことで知られています。ご興味のある方は、この「笑い研究」の「第3章 笑って健康になる」をお読み下さい。(もっと詳しくはカズンの友人のヒッツイング医師の著書で、松田銑訳「笑いと治癒力」1996年刊 岩波書店 が参考になります)

声を出して笑うと 身体の緊張がほぐれ

血圧を下げ 精神を安定させ。免疫力が上がり

脈拍を安定させ 心筋梗塞を予防し

さらには内臓の働きを活発にして

消化活動を助けます

笑うことで病気を治癒し体が健康になるのです (ある教団の呼びかけ)

## 第二部 来年も大いに笑って福を中に入れましょう

縄文時代から現代までの「日本人の笑いの歴史」を大急ぎで振り返ります。

### 1. 縄文時代のそれらしき笑い

縄文時代後期(3000年~4000年ほど前)に人物をかたどった土偶に笑いが見られます。世界的にも最も早く人間の笑いを造形にしたのは、縄文後期の我らのご先祖かも知れません。

### 2. 弥生時代から古墳時代の出土品の意味ありげな笑い

続く弥生時代から古墳時代の出土品には、明らかに笑いを意図した人物像が現われます。

### 3. 大和政権時代の美術、仏像に見る仏教の影響を受けた笑い

飛鳥寺の仏像は「古代の笑い」と称されるほど、当時の日本人の典型的な笑いです。

### 4. 古事記と日本書記に見る「日本最古の笑い話」

天照大御神が怒りのあまり岩戸に隠れ世界が暗闇に包まれた神話で、前の河原に八百万の神々が集まり天宇受売命が岩戸の前で足を踏み鳴らして踊り、神々が一斉に笑った所、天照大御神が「なぜ笑っているのか」と岩戸を少し開けたという話です。

### 5. 江戸時代からの「七福神」

江戸時代に人気のあった「七福神」は日本の土着信仰。仏教、道教、ヒンズー教などの七つの神仏がセットになった「見える笑い」です。

### 6. 古典に見る古代日本人の笑い

万葉集をはじめ、源氏物語、今昔物語集、大鏡、枕草紙など日本の古典には大小取り交ぜ多くの笑いを読むことができます。

### 7. 地方の祭り、儀式に見る伝統的な笑い

日本各地には古くから伝わる「笑い」をこめた踊りや儀式や神楽が残されています。

### 8. 狂言

庶民の日常や説話を題材に人間の姿を滑稽に描く、平安時代に能と共に生まれた喜



劇です。

#### 9. 「笑いの王様」の落語

日本には約 250 年の歴史がある笑いの「落語」があります。舞台上で座布団に坐り一人で何人かの登場人物を、動作をつけておかしみを観客と共に楽しみます。

江戸時代に刊行された落語の台本の「醒睡笑」には江戸人の笑いが満載されています。

#### 10. 漫才は、日本で最も人気のある二人組のお笑い演芸です

起源は新年にめでたい言葉を歌唱して繁栄と長寿を祈った「万歳」といわれます。一人が「ツッコミ役」と「ボケ役」で矢継ぎ早やの掛け合い、駄洒落の間にボケ役の意図的な勘違いを織り込んだ所作で観客を笑わせます。

#### 11. 俳諧、川柳

俳諧は俳句となり、川柳は現代に続いています。俳句の春の季語の「山笑う」がそれらしく見えます。

## 結論

このように日本人の笑いを縄文のいにしえから現代までの長い年月を追うと、笑いが政治、宗教、芸能、文学などに取り込まれ、更には日本民族が健康であることにもつながっていると思うのです。

山中教授の提言されるファクター x も現在の所、まだとらえ所がなくあいまいのことですが、日本人の笑いの進化の歴史にもヒントがあるのでは、と思うのです。