

<Tục ngữ tiếng Nhật >

Warau kado ni fuku kitaru- **Xởi lời trời gởi của cho**

Câu tục ngữ trên có nghĩa là “Nhà nào hay cười thì nhà đó luôn gặp may mắn”, tương ứng với tục ngữ trong tiếng Việt là “Xởi lời trời gởi của cho”. Mỗi khi ta “cười” thì tinh thần cảm thấy vui vẻ sáng khoái, vừa làm cho tinh thần được nhẹ nhõm, vừa làm cho những người xung quanh có ấn tượng tốt đẹp, tạo cảm giác hài hoà. Gần đây, y học còn chứng minh được rằng “cười” còn có ảnh hưởng tốt tới sức khoẻ nữa.

<日本のことわざ> 一笑う門には福来たる一

「笑い声が絶えない家には必ず幸福が訪れる」という意味のことわざです。「笑い」には、笑ったあと気分がすっきりと晴れて、気持ち癒されると同時に、周囲にも好印象を与え、和やかな雰囲気を作り出してくれるといった効果もあります。最近では「笑い」は健康にも効果があることが医学的に証明され始めています。「笑いは百薬の長」といったことわざもあるように、日本人は

Cũng giống như câu tục ngữ “Tiếng cười là liều thuốc trường sinh”, từ xa xưa người Nhật đã hiểu được tác dụng của tiếng cười vì thế đến nay ta có thể hiểu được vì sao vẫn luôn có rất nhiều người tìm đến với các loại hình sân khấu hài hước.

Nhà triết học cổ Hy Lạp Aristoteles đã từng nói rằng “Chỉ có con người mới biết cười”. Nhưng thực tế không chỉ có con người mà cả các loài linh trưởng như loài Tinh tinh (Chimpanzee) hoặc loài Khi đột(Gorila) cũng biết sử dụng tiếng cười để chuyển đến kẻ địch tấn công mình thông điệp rằng “tôi không phải là kẻ thù của anh đâu”. Nhưng cái “cười” ở con người mới thật là đa dạng. “Owarai- cười sảng sặc” dùng để cười khi gặp điều gì đó bất thường, thật nực cười, “Takawarai- Cười vang” dùng để chỉ khi ta có điều gì đặc ý và cất tiếng cười mà không cần phải giữ ý với xung quanh, “Aiso warai- cười nịnh” là cười khi muốn làm cho ai đó có cảm tình với mình. Có thể nói cái cười của con người có mức độ cao hơn các loài linh trưởng rất nhiều.

Đặc biệt là khi ta bị căng thẳng thần kinh, thì “cái cười” là một biện pháp giải tỏa căng thẳng rất tốt. Khi cười, sự bất an cũng như sự căng thẳng sẽ mất đi, khiến cho cơ thể mạnh lên, có thể chống lại sự căng thẳng thần kinh. Có thể nói tiếng cười là món quà vô giá mà tạo hoá đã ban tặng cho chúng ta, để chúng ta có thể luôn có được cuộc sống vui vẻ và lạc quan.

Cũng có những chỗ mà chúng ta không được phép cất tiếng cười, nhưng ngoài những chỗ đó ra thì tiếng cười làm cho môi quan hệ con người tốt đẹp hơn, từ đó khiến cho công việc có hiệu quả hơn. Khi ta tiếp xúc với người vui vẻ, thì bản thân ta cũng cảm thấy vui vẻ hơn.

Trong năm mới này, chúng tôi chúc các bạn một năm mới luôn đầy ắp tiếng cười vui.

昔から笑いの効用について心得ていたものと思われ、今でも笑いの場を求めて、寄席や演芸場に多くの人が集まっているのもうなずけます。

さて、古代ギリシャの哲学者アリストテレスは「笑う者は人間だけである」と言ったそうですが、実は人間だけではなく、「笑い」はチンパンジーやゴリラなどの霊長類にもあり、これは「あなたに敵意はありません」というように、攻撃してくる相手に対する意志伝達やコミュニケーションに使われます。それに比べると人間の笑いは、「大笑い＝あまりのおかしさに大きな声で笑うこと」、「高笑い＝あたりかまわず、また得意になって、大きな声で笑うこと」や「愛想笑い＝相手の機嫌をとろうとしてする作り笑い」などの言葉にあるように、極めて高度な感情の表現方法なのです。

特に心理的なストレスがたまっている時には「笑い」は大変有効な発散法です。笑うことで不安や緊張をほぐし、免疫力も高まってストレスにより強く対応できるようになります。つまり笑うことは、前向きに明るく生きていくために神さまから与えられた大切な手段なのかもしれません。

いずれにしても、場違いな笑いは禁物ですが、笑いは人間関係をスムーズにしてくれます。そして人間関係が円滑だと、仕事の効率が上がりますし、楽しそうな人と接すると、自分も楽しくなります。

新しい年が、みなさまにとって笑いに満ちた一年でありますように。