

「笑うこと」

ムハンマド ジダン アル マツキー

みなさんは日本に来てからよく笑っていますか？「えっ」、「アルマツキーさん何なに言っているの？毎日勉強とバイトが大変で笑える余裕なんてないよ！」そうですね。「えっ」、

「日本は物価が高く授業料を払うだけで、死にそうなんだよ！」はい、わかります。

「えっ」、「彼女に振られて笑えるか！」というみなさんの声が私にはしっかりと聞こえてきました。確か、確かにそうですね。あら、先生の方からも「学生が勉強しなくてほんと大変、笑ってなんかいられますよ」ごもつともです。すみません。私とえば、物心ついたころからよく笑っていました。というのも私の母は楽しいことが大好きで、私におもしろい話をよくしてくれたからです。母と一緒にコメディ番組を見ながらお腹を抱えて笑っていた日々が懐かしいです。そんな母のお陰で私の家には絶えず笑いがありました。

学校でどんなに嫌なことがあっても、家に帰  
えれば、忘れられました。  
みなさん知っていますか？「笑うこと」は  
健康にとってもいいんですよ。「笑い」は人間  
の体の免疫細胞を高めてくれるんです。癌細  
胞にも効くんですよ。ただ、笑うだけで病氣  
になりにくくなるんですよ。みなさん、お金  
は要らないんですよ。ただで元氣になれるん  
ですよ！  
「えっ」、「アルマッキーさん、そんなことを  
言っても、そんなに笑えるわけないでしょう  
が」  
そうですね。このように笑うことを絶賛して  
いる私ですが、実は今から6年前に、私の最  
愛の母が病氣で亡くなってしまいました。そ  
のとき、私はまだ14才でした。正直言って、  
もう二度と笑えないと思いました。もう二度  
と笑いたくないと思いました。  
世界中にはわたしのように病氣や、また自  
然災害や事故などで家族を亡くした人はたく

さんいます。今まで当たり前にあった、たわ  
いもない日常がなくなるんです。これほど辛  
いことはありません。本当に笑えなくなりま  
す。  
その後、時間はかかりましたが、家族や友  
達に見守られて、自分でも気が付かないうち  
に、私はだんだんまた笑えるようになってい  
きました。やっぱり、笑うことで、気持ち  
楽になれたし、笑うことで全てが忘れられ  
たんです。  
みなさんも留学生として生活を送るのは辛  
いし、寂しいし、大変だし、色んな問題がた  
くさんあると思います。でも、ちょっとでも  
心に余裕ができたら、笑ってみませんか？い  
や、是非笑ってください！きっと気持ちが楽  
になると思います。  
最後に天国のお母さん、僕に笑うことを教  
えてくれて本当に有り難う。感謝しています。  
ご清聴ありがとうございました。