



声を出して元気に！

心血医院
院長 和田 豊郁



幼児は母親から『また同じことをして!』と叱られ、すぐにわーっと泣き出し、いくらもしないうちに『ママァッ』としがみつつき、よしよししてもらいます。からだ全体を震わせる大声は、誰から、なぜ叱られたのか、すら瞬時に忘れさせます。『弱い犬ほどよく吠える』と言いますが、大声を出すとストレス解消効果があるということです。どうやると泣かなくて済むようになるのか学習していきます。それでもうまく行かないときには、泣いてストレスを減らそうとしますが『泣いちゃダメ』に洗脳されてストレスが溜まるようになっていくと、暴力や薬物依存、自殺につながっていくことも。祭りでは笛や太鼓やかねを鳴らし家内安全、無病息災、疫病退散、病気平癒、開運招福、商売繁盛などを祈願します。寺の梵鐘やお坊さんの読経、木魚、リンもそうですが、ご利益と言いながら、実はからだを震わせるような音が聞く者によい効果を及ぼしているように思われます。歌ったり楽器を演奏したり音楽を聴いたりコンサートを聞きに行ったりするのも気持ちが明るくなります。カラオケは小さな声しか出なくても伴奏とともに大音量にしてくれるので、からだに伝わる振動で元気が出て来るようです。