

Unit 8: 読み物

きょうげん わら 狂言と笑い

Kịch Kyogen và Nụ cười

日本語では、笑いは様々な表現で表わされます。例えば、大声で笑う時は「ゲラゲラ」笑い、恥ずかしそうに小さい声で笑う時は「クスクス」笑います。他にも「きゃっきゃっ」と笑ったり、「ワハハ」と笑ったりしますが、皆さんは、これからの「笑い」には不思議な力があることを知っていますか。実は、「笑い」は人間の健康と深い関係があり、その効果は科学的にも証明されているのです。

Trong tiếng Nhật có rất nhiều cách dùng để miêu tả nụ cười. Ví dụ, khi cười lớn sẽ là “cười ha ha”, khi cười nhỏ có vẻ như xấu hổ là “cười khúc khích”. Ngoài ra cũng có cười hehe, cười a ha ha... Và các bạn có biết rằng trong nụ cười có một sức mạnh rất kỳ diệu không? Thực ra “nụ cười” có một quan hệ rất chặt chẽ với sức khỏe con người, và hiệu quả đem lại từ nụ cười đã được khoa học chứng minh.

とうようびょう けつえきちゅう けっとうち
糖尿病 (diabetes) という病気は、血液中の血糖値 (blood-sugar level) が高くなることによって起こる病気ですが、ある科学者が、面白い話を聞かせた後の患者と難しい講義を聞かせた後の患者の^{けっとうち}血糖値を比べるという実験をしてみました。すると、難しい講義を聞いた後では平均 123 ミリグラムも上がった^{けっとうち}血糖値が、面白い話を聞いて笑った後では、平均 77 ミリグラムしか上がらなかったという結果が出たそうです。

Bệnh tiểu đường là căn bệnh được đánh giá dựa trên mức độ đường có trong máu lên cao. Và đã có một nhà khoa học đã làm cuộc thử nghiệm so sánh tỷ lệ đường có trong máu của bệnh nhân sau khi nghe truyện cười và bệnh nhân sau khi nghe bài giảng với nội dung rất khó. Và kết quả nhận được là: trung bình tỷ lệ đường có trong máu của bệnh nhân sau khi nghe bài giảng khó tăng lên tới 123 ml, còn trung bình tỷ lệ đường có trong máu của người sau khi nghe truyện cười không tăng, 77 ml.

また、血液の中には、キラー細胞 (natural killer cells) と呼ばれるユニークな名前^{さいぼう}の細胞があります。この細胞は名前の通り、ウイルスや癌細胞^{がん}を壊す力を待っていて、キラー細胞が増えれば増えるほど、多くの悪い細胞が減るのですが、「笑い」にはこのキラー細胞を増やす効果があるということも分かりました。

Mặt khác, trong máu còn có một loại tế bào với cái tên khá độc đáo là tế bào tiêu diệt tự nhiên (tế bào NK – natural killer cells). Giống như cái tên của nó, tế bào mang sức mạnh phá huỷ, tiêu diệt virus hay những tế bào ung thư. Và tế bào NK càng tăng thì các tế bào xấu càng giảm và tôi cũng được biết rằng nụ cười có hiệu quả làm gia tăng tế bào NK.

さて、人間の健康にとって大切な行為である「笑い」、これを取り入れた日本の伝統芸能げいのうと言えは、一番に「狂言」が挙げられます。狂言きょうげんというのは、歌や通りがあまり出てこない、言葉を中心とした劇で、14世紀頃に劇の形が完成しました。狂言きょうげんには、主人と家来、親と子、山伏やまぶしなど色々な人物が登場しますが、どの人物もどこにでもいる普通の人達ばかりで、スーパーマンのような超人的なヒーローは出てきません。また、悲劇の主人公のような人物も出てきません。この普通の人達が、失敗したり、うそをついたり、困ったりする様子を、言葉や動作でユーモラスに表現しているのが狂言きょうげんです。

Vậy, có thể đưa ra đại diện tiêu biểu nhất trong các môn nghệ thuật biểu diễn truyền thống của Nhật Bản đem lại “nụ cười là mười thang thuốc bổ” đó chính là kịch “kyogen”. Kịch Kyogen là loại kịch không có hát, múa mà tập trung chính vào ngôn từ, được hoàn thiện vào khoảng thế kỷ 14. Trong kịch kyogen, có rất nhiều nhân vật như chủ nhân – người hầu, bố mẹ - con cái, thầy tu trên núi ... tuy nhiên nhân vật nào cũng chính là những con người rất đời bình thường chứ không phải những anh hùng mang tính siêu nhân như super man. Mặt khác, trong kịch kyogen cũng không có những nhân vật chính buồn bã. Và việc những nhân vật bình thường ấy thể hiện những khoảnh khắc thất bại, nói dối, khó khăn một cách rất hài hước qua những ngôn từ và hành động hài hước, thì đó chính là kịch Kyogen.

また、狂言きょうげんには、話の途中で強い人と弱い人の立場が逆になってしまうという風刺的な面白さもあります。例えば、「主人」は自分の「家来」に簡単にだまされてしまいますし、偉そうにしていた「親」が「子供」にからかわれたり、超人的な力ちようじんを持っているはずの山伏やまぶしが実際は無わりよく力で弱かったりするという話がよく出てきます。

Ngoài ra, trong kịch Kyogen cũng có yếu tố hài hước mang tính châm biếm khi giữa chừng câu chuyện nhân vật mạnh và nhân vật yếu bị hoán đổi vị thế. Ví dụ các cốt chuyện hay xuất hiện như là: chủ nhân bị chính người hầu của mình lừa một cách rất đơn giản, bố mẹ đang tỏ ra rất gương mẫu lại bị đưa con mình giấu cọt, kẻ tu hành chắc chắn có một sức mạnh phi thường thì thực tế lại yếu đuối chẳng có năng lực gì.

昔の日本は身分の差が大きく^{きび}厳しい上下関係がありました。しかし、^{きょうげん}狂言の中では、身分が高く立派だと思われている人が、バカなことをして身分が低い人に笑われるという話がよく出てきます。昔の人々は、^{きょうげん}狂言の中に偉い人^{ちやうじん}や超人的な人が自分達と変わらない普通の人として描かれている点に、面白さを感じたのではないのでしょうか。

Nhật Bản ngày xưa có mối quan hệ trên dưới vô cùng hà khắc. Tuy nhiên, trong kịch Kyogen, hay gặp những cốt chuyện như những người có địa vị cao tưởng chừng rất tuyệt vời thì lại làm những việc ngu ngốc bị kẻ dưới cười nhạo. Phải chăng người xa xưa cảm thấy thú vị bởi kịch Kyogen đã khắc họa những nhân vật bình dị giống như chính mình vậy chứ không phải những vĩ nhân hay những người mang năng lực siêu phàm gì cả.

代表的な^{きょうげん}狂言の一つ、「ぶす」という話を紹介しましょう。ある日、主人が二人^{けらい}の家来に、自分の留守中に「ぶす」という名前のおそろしい毒^{おけ}が入っている桶には絶対に近づかないようにと言って出かけます。しかし、「見てはいけない」と言われますます見たくなくなってしまった二人は、^{がまん}我慢^{おけ}できずに桶のふたを開けてみました。すると、桶の中から、甘くておいしそうなおい^{おけ}がしてきました。実は、桶に入っていたのは「おそろしい毒」ではなくて「甘くておいしい^{くろざとう}黒砂糖」だったのです。もちろん、二人はそれを全部食べてしまいました。

Sau đây, tôi sẽ giới thiệu vở kịch “Busu” – là một trong những tác phẩm tiêu biểu của kịch Kyogen. Vào một ngày nọ, có một chủ nhân trước khi ra ngoài đã dặn dò 2 người hầu như sau “trong khi ông vắng nhà, các con tuyệt đối không được lại gần cái xô có chứa độc khủng khiếp có tên là “busu” nhé”. Thế nhưng, do bị nói là “không được xem” thì hai tên người hầu lại càng tò mò hơn và không kìm hãm được đã mở chiếc nắp xô ra ngay. Và trong chiếc xô đó có bay ra một mùi hương thơm ngon. Thực ra là, trong chiếc xô không hề có độc khủng khiếp nào cả mà chỉ có đường đen vừa ngon vừa ngọt thôi. Và đương nhiên, 2 tên người hầu đã ăn hết chỗ đó.

さて、二人は主人に謝ったと思いますか。いいえ、二人は逆に、主人が大切にしていた^か掛け軸^{じく}を破ったり、高い^{ちやわん}茶碗を割ったりしました。そして、主人が帰って来ると、泣きながら「大変悪いことをしてしまったので、ぶすを食べて死のうと思ったけれど死ねなかった」と言いました。自分が出かけている間に黒砂糖を食べられないように、^{けらい}毒だと言って、家来を^{くろざとう}だまそうとした主人。しかし、逆に家来に黒砂糖を全部

食べられてしまい、その上、大事な掛^かけ軸^{じく}を破られ、高い茶碗^{ちやわん}も割られてしまったのです。

Và các bạn nghĩ rằng hai người hầu sẽ xin lỗi chủ nhân u? Không hề, mà ngược lại hai tên đó đã phá hỏng bức tranh treo tường mà ông chủ vô cùng yêu thích, rồi đập vỡ chiếc bát đất tiền. Hơn thế nữa khi chủ nhân vừa về, hai tên vừa khóc vừa nói “con xin lỗi ông đã làm việc tồi tệ, con định ăn busu để chết mà không chết được.” Ông chủ định lừa người hầu rằng trong xô có độc để cho chúng không ăn vụng đường đen khi ông đi vắng, vậy mà ngược lại chúng lại ăn hết sạch chỗ đường đen đó. Và hơn thế nữa còn phá hỏng tranh treo tường, và làm vỡ chiếc bát đất tiền của ông.

皆さんはこの話のどんなところが面白いと思いますか。皆さんの体の中のキラ^{さいぼう}ー細胞は増えたでしょうか。このように「笑^{げいのう}い」は伝統芸能の中にも生きています。そして、芸術の中の「笑^{げいのう}い」も、毎日の日常生活の中で生まれる「笑^{げいのう}い」も、効果は同じです。皆さんも、身近な健康法として、「笑^{げいのう}い」を見直してみませんか。

Các bạn có thấy câu chuyện này thú vị không ạ? Tế bào NK trong cơ thể của các bạn có tăng lên không ạ. Và nụ cười như này được sinh ra từ trong nghệ thuật biểu diễn truyền thống của Nhật Bản. Hơn nữa, nụ cười trong nghệ thuật hay nụ cười được sinh ra trong cuộc sống đời thường mỗi ngày thì đều có hiệu quả giống nhau. Thế nên chúng ta hãy nở nụ cười để mang lại hiệu quả sức khoẻ cho chính mình nhé.