

02 SESSIÓ

És terapèutic tenir sentit de l'humor?

Joan Bosquet

joan.bosquet@gmail.com

620 333 560

Es diu que certa tràcia, una noia sagaç i divertida, va riure's de Tales quan aquest, tot mirant cap amunt per seguir la marxa dels astres, va caure en un pou. La noia deia que amb el seu deler de saber què passava al cel, ignorava el que tenia davant dels seus peus.

Plató, Teetet

Desconfiem d'aquells que mai no riuen. No són persones serioses.

Juli Cèsar

Després d'un curs de lectura ràpida, vaig ser capaç de llegir-me Guerra i pau en vint minuts. Crec que deia alguna cosa de Rússia.

Woody Allen

L'acudit ens proporciona el mitjà de superar les censures, i ens obre d'aquesta manera unes fonts de plaer altrament inaccessibles.

Sigmund Freud

Hom elogia encara -que els déus em perdonin- la il·lustre sentència de Plató: Les

repúbliques serien afortunades si governessin els filòsofs o si els governants filosofessin. I què més! Qui consulti els historiadors s'adonarà, ben segur, que mai no hi ha hagut prínceps tan perjudicials per a un estat com quan el govern ha recaigut en algun afeccionat a la filosofia o a la literatura.

Erasmus de Rotterdam, Elogi de la Follia

Quan la contradicció fa patir, és tràgica; quan és còmica, no provoca dolor.

S. Kierkegaard

Hi ha dos insults que cap ésser humà no suporta: que no té sentit de l'humor i que no sap el que és sofrir.

Sinclair Lewis

Ser conscient d'allò horrible i enriure-nos-en és dominar-ho. Només l'humor pot donar-nos la força necessària per suportar les tragèdies de l'existència.

Eugène Ionesco

Déu és un actor que interpreta una obra còmica davant d'un auditori massa esporuguit per riure-s'è.

Voltaire

L'humor és la cara civilitzada de la desesperació.

Boris Vian

Alguns dels millors acudits del món són jueus. S'han escrit milers de pàgines sobre l'humor jueu. Per què hi ha tants acudits jueus? Es podrien adduir moltes raons. Raons històriques: els acudits són historietes que s'han de dir amb gràcia, i la cultura jueva és probablement (per causes religioses molt fonades) la més verbal de totes les de la història humana. Raons psicològiques: els acudits alleugen els patiments, i en el decurs dels segles, quin altre poble ha patit tant com el jueu? Raons sociològiques: durant molt bona part de la seva història, els jueus han viscut en els marges de les societats, i la marginalitat afavoreix la perspectiva còmica. I la raó més profunda de totes, una raó teològica: els jueus són el poble que es va inventar Déu. O, si es vol dir així, el poble que el va descobrir. O bé, si és que realment el lector vol pensar en categories teològiques, el poble que Déu es va inventar.

Peter L. Berger, La rialla que salva

Antigament, en un llogarret de l'Europa oriental, un viatger arriba a la petita ciutat jueva al bell mig d'un hivern molt cru. A la porta de la sinagoga hi ha un home ja gran, assegut en un banc i tremolant de fred.

-Què hi fa vostè aquí?, pregunta el viatger.

-Espero l'arribada del Messies!

-Això sí és una feina important, diu el viatger. La comunitat li deu pagar un bon sou?

-No s'ho cregui pas, contesta l'home. No em paguen ni cinc. Simplement em deixen seure en aquest banc, i de tant en tant surt algú i em dona una mica de menjar.

-Que dur!, exclama el viatger. Però encara que no el paguin, segur que l'aprecien moltíssim per fer una feina tan important.

-I ca!, diu l'home. Tots troben que estic boig.

-Ara sí que no ho entenc, replica el viatger. No el paguen. No el respecten. I vostè assegut aquí, passant gana i fred. Quina mena de feina és aquesta?

-Diu l'home: Què vol? És una feina fixa!

Recollit per Peter L. Berger

Algunes possibles qüestions:

Una parella que acaba de fer l'amor (sense cap èxit espectacular).

Ell: Et pots imaginar com és això per a un home?

Ella: I tu?

Idèntiques circumstàncies.

Ell: Que t'he fet mal?

Ella: Per què ho dius?

Ell: Com que t'has mogut...

Avner Ziv

L'humor, entès com la capacitat de percebre una cosa com a divertida, és universal? Hi ha hagut mai una cultura humana sense humor? Així, podem considerar l'humor com un ingredient bàsic, essencial, constitutiu de la humanitat?

Si l'humor és inherent a la humanitat, en canvi allò que el provoca, allò que hom troba divertit, varia enormement d'una època a una altra, d'una cultura a una altra, d'una persona a una altra. És així?

Més enllà de les diferències, podríem parlar de la *comicitat* com l'element en comú de tots els distints maneres d'entendre i de percebre l'humor?

Tales, un filòsof que no para de mirar el cel i observar els distints astres cau en un forat. Veiem al filòsof, aquest personatge que pretén comprendre racionalment el món, com una figura còmica. És, en el fons, una metàfora de la condició humana? Podríem dir que, d'una banda, l'experiència còmica manifesta la nostra feblesa, la nostra impotència, la nostra petitesa davant d'una immensitat que ens desborda però, d'altra banda, mostra la força, la capacitat que tenim de poder relativitzar-ho tot, de canviar la mirada?

En general, la filosofia i la comicitat no s'han agradat gaire. Perquè la filosofia sempre ha estat un intent d'abraçar tota la realitat en

un ordre presidit per la raó. I la comicitat, justament el que denuncia és la impossibilitat i fins i tot l'absurd d'aquesta abraçada.

I la comicitat és experimentada sempre com a *incongruència*? La comicitat mostra, denuncia, les fractures, les incongruències, els límits, fins i tot l'absurd d'aquest món de cada dia, aparentment tan reglat, tan racional, tan lògic?

El riure sempre acostuma, doncs, a implicar la percepció d'una *incongruència*: el món sempre o habitualment tan quadrat, se'ns presenta de sobte com a *contradictori*. És així?

La percepció còmica és conseqüència, doncs, del contrast entre allò que un voldria ser i allò que és en realitat. Contradicció entre els nostres esforços i els resultats, entre l'ambició i les capacitats, entre els objectius i els inevitables accidents externs. Contradicció entre el món real i el món al qual aspirem. Contradicció entre com són les coses, el món, la vida i com voldríem, desitjaríem que fossin. Contradicció entre la nostra insuperable finitud i l'insaciable desig d'infinitud.

La comicitat mostra la *incongruència* d'allò que se'ns vol presentar com a paradigma de l'ordre, de la congruència?

La comicitat ens manifesta que *les coses no són el que semblen ser*?

Ara, si la comicitat expressa i és resultat d'una incongruència, això no seria possible si els humans no tinguéssim aquesta obsessiva necessitat d'ordenar i de classificar la realitat. La terra no és una rodona perfecta, però els homes ho hem solucionat inventant la circumferència. I tan contents! La mirada còmica dirà, però: sí, sí, contents i enganyats!

La comicitat ens ajuda a saltar els límits tot sovint massa estrets de les nostres formes de vida, del que els sociòlegs anomenen el món d'allò que *hom dona per descomptat*?

Freud veu la comicitat com una sublimació, com l'expressió que permet donar sortida, disfressada, als desitjos inconscients; com un mitjà que ens permet superar, esquivar les censures. Potser per això els acudits sexuals són alliberadors? Permeten dir coses fortes d'una manera que permet saltar algunes censures?

I els acudits polítics, sobretot en les dictadures?

El Quixot se'ns presenta com una mena d'heroi de la comicitat. Potser perquè se'ns manifesta tan per damunt, tan alliberat de la dura i vulgar realitat representada per Sancho Panza? Creieu que, d'alguna manera, sempre hi ha un cert lligam entre llibertat, entre alliberar-se i comicitat?

La persona que riu, que és capaç de somriure, creieu que en el fons ho fa des d'un cert sentiment de superioritat? No de riure-se'n a les costelles d'un altre, sinó de la superioritat d'una mirada que se sent lliure i capaç de mirar la dura realitat d'una altra manera? Com si fos capaç fins i tot d'entendre la vida com un joc, i on ell és capaç de jugar-hi?

La comicitat, doncs, permet oxigenar i anar més enllà dels límits d'una quotidianitat tot sovint massa asfixiant?

Permet la percepció d'una dimensió de la realitat que habitualment resta amagada? Així, podríem dir que la comicitat amplifica i enriqueix la mirada, i en aquest sentit, permet desbloquejar algunes mirades massa rígides, massa neuròtiques?

Allò còmic és també una mena d'*époqué*, de suspensió del judici, i per tant, dels dubtes? És com dir: *i jo què sé! Aquest món, tot plegat, és tan estrany...! No cal amoïnar-s'hi tant!*

Allò còmic seria comparable amb els somnis? El somni representa una altra realitat, amb una lògica distinta. Tot és possible. Mentre dura, el somni és ben real. Quan despertem, però, és un xoc. I nosaltres mateixos ens diem per tranquil·litzar-nos: *només era un somni*. Amb la comicitat, no ens passa alguna cosa semblant? També hem de retornar a la dura, seriosa i implacable

realitat. Però, com hi retornem? Com abans? Perquè en els moments o instants en què vivíem la comicitat, la realitat de cada dia queda com en suspens. I això no és ja un alliberament? No produeix un efecte de descompressió? No ens ajuda a posar distància, a relativitzar el nostre dia a dia?

Ara bé, un somni sobre l'infern, acostuma a ser un malson infernal. En canvi, un acudit sobre l'infern, permet l'*époqué*, el terror queda en suspens, posat entre parèntesi.

Creieu que l'humor és capaç d'humanitzar una situació i també de trencar i facilitar barreres i formalismes relacionals?

La comicitat s'hauria d'entendre, doncs, com una mena de màgia, perquè és capaç de provocar un canvi en la percepció de la realitat?

L'humor permet, doncs, l'accés a altres lògiques, no aristotèliques, no cartesians, no tan quadrículades? L'humor dona accés i facilita la creativitat?

Així, si alguna cosa ens provoca el somriure és perquè algú altre o nosaltres mateixos hem estat capaços de mirar-nos i de mirar les coses a través d'unes ulleres distintes?

Però, sempre riure *amb* els altres, més que no pas riure'ns *dels* altres, no?

Perquè l'humor, a l'igual que la ironia, pot arribar a ser una forma socialment acceptada, diplomàtica, de ferir l'altre?

Quan l'altre no riu, ens ho hauríem de fer mirar? Els acudits sobre defectes (especialment els fisiològics) seria preferible que els expliquessin, si els ve de gust, els qui els tinguin?

Us sembla que la nostra societat, en general, valora prou el sentit de l'humor o més aviat el ridiculitza?

Tot sovint ens prenem la vida massa seriosament?

L'humor permet distanciar-nos, agafar perspectiva i no obsessionar-nos tant pels nostres problemes? És com un lubricant que suavitza les rigideses excessives? És un bon antídote contra la neurosi?

Riure'ns de les coses és com permetre'ns un petit descontrol que ens assegura continuar mantenint el control? L'humor permet continuar sent seriosos?

Tenir sentit de l'humor exigeix com a condició prèvia la capacitat de saber riure'ns de nosaltres mateixos?

Ser capaços de riure'ns de nosaltres mateixos produeix una espècie d'alliberació? I l'obertura, per tant, a un món sense les limitacions pròpies de la condició humana?

El sentit de l'humor s'expandeix i es contagia si s'està envoltat de gent que també en té?

L'humor facilita la comunicació? Pot ser una manera d'escurçar distàncies i freds protocols relacionals?

El riure o somriure és una conseqüència d'haver trobat, d'haver entès, el sentit de l'humor? És per això que l'home és l'únic ésser capaç de riure, perquè és l'únic capaç de trobar el sentit còmic i tot sovint, ridícul, de la realitat?

Potser per això un riure hipòcrita, sense fonament, apareix com a ridícul?

És possible, voluntàriament, conscientment, atacar un dolor profund amb l'humor? O més aviat, l'aparició de l'humor és un dels primers símptomes indicadors que la temperatura emocional comença a cedir? I és, per tant, a partir de llavors que l'humor ens pot ajudar a escurçar i accelerar el procés dolorós?

Prendre's la vida o determinades situacions de la vida amb humor és fruit d'un tarannà, d'una manera de ser, o amb tot, exigeix sempre una decisió, un acte de la voluntat de no permetre exagerar segons quines mirades tràgiques?

Groucho Marx deia *tragèdia més temps, igual a comèdia*.

David Rousset, membre de la resistència francesa, després de la seva experiència en els camps de concentració nazis va dir que no havia après gairebé res que no hagués sabut ja abans. Però una de les poques coses que sí va aprendre va ser la constatació que, per molt bèsties que siguin les circumstàncies, la comicitat és un ingredient constitutiu de la realitat. Què en penseu?

La vida té components ben absurds. Si comencem a analitzar i analitzar les coses acabem arribant a l'absurd, i per tant, per què no riure? Si accentuem l'aspecte seriós de la vida, arribem a allò còmic?

Tenir sentit de l'humor vol dir ser una persona frívola, que no dóna importància a les coses?

No seria més aviat a l'inrevés? Només aquell que aprofundeix en el misteri de la vida és capaç i veu necessari, justament per això mateix, de relativitzar-ho a través de l'humor. És així?

En aquest sentit, potser no caldria esperar que ens passin tragèdies per aprendre a relativitzar. L'humor també pot fer la mateixa feina i de manera indolora. O no?

Alguns humoristes són molt bons fent riure els altres, però no són capaços de riure's d'ells mateixos. Què en penseu?

Quin és el poder terapèutic dels pallassos (en hospitals, en països en guerra...)?

El millor somriure és aquell que es produeix de manera inesperada, no buscada, i que apareix enmig, de vegades, de situacions on no tocaria? Com és que, tot sovint, on ens ve més ganes de riure és en moments i situacions on no està ben vist fer-ho?

Hem compartimentat massa els espais, els moments i el dies d'humor? I fent això, restringint-lo tant, no l'hem arrabassat dels nostres espais més habituals? Només ens autoritzem (i/o ens autoritzen) una espurna d'humor quan toca i pertoca. O no?

Hi ha riures i riures. Una persona pot riure perquè li fan pessigolles, o perquè està molt contenta, o perquè se sent violenta o avergonyida. Però el riure específicament còmic és el provocat per la *percepció d'una cosa com a divertida*. I una percepció no és una simple reacció a un estímul, sinó que implica una mirada, una capacitat de mirar, en definitiva, una determinada concepció del món.

Què en penseu dels tallers de risoteràpia? En teniu alguna experiència? No fa riure que hi hagi tallers per riure?

Penseu i digueu-me alguna situació delicada, tensa, rígida, problemàtica que, gràcies a l'humor, la va poder reconduir molt millor. A què us va ajudar l'humor?

I en les relacions pares-fills, per què l'usem tan poc? Per què no fem més ús de la ironia?

I en les relacions de parella, quants conflictes i mals rotllos podríem canalitzar?

I algunes disfuncions sexuals?

I entre els companys de feina?

I quan hi ha algun incident en els transports públics?

Es pot sobreviure a la Renfe sense l'humor?

Digueu-me algunes situacions còmiques.

Us costa molt percebre la vessant còmica de les distintes situacions per les quals passeu?