



Le rire est-il devenu persona non grata ?

Description

Parce que les temps sont sombres et difficiles, faudrait-il afficher une tête d'enterrement ? Et se priver de ce qui fait tant de bien au mental, comme au physique d'ailleurs, de rire ? Andrée s'interroge en citant Pierre Dac .

Par André Médec

Fin octobre, lors d'une randonnée pédestre, une participante a fait une plaisanterie qui a entraîné de nombreux rires. Outre marcher, la randonnée offre aussi l'occasion de se détendre et de relâcher les pressions internes.

Sauf que dans le groupe de sept personnes que nous composions ce jour-là, trois ont été étonnées, voire choquées, de voir les autres rire à gorge déployée.

Elles ont fait remarquer que les temps ne se prêtaient pas à tant de légèreté alors que « tout allait si mal dans le monde » et de citer les attentats en Israël et la guerre en Ukraine.

Cela m'a amenée à réfléchir.

N'est-il pas reconnu que le rire, déclenché par un humour sain, est salutaire à l'être humain ? Au 15^e siècle, Rabelais déjà, n'a-t-il pas écrit : « Mieux est de ris que de larmes écrire, pour ce que le rire est le propre de l'homme » ?

Dans les hôpitaux ne fait-on pas venir des clowns pour distraire les enfants de leur maladie et leur redonner envie de vivre ?

N'existe-t-il pas une École Internationale du Rire où des cours de rire sont enseignés, car on s'est rendu compte que rire n'était plus une attitude aussi fréquente chez l'homme qui n'avait plus envie de rire ou se retenait de rire.

C'est un fait : le contexte actuel est très préoccupant et anxiogène. Mais exhiber aux autres un visage fermé, allongé et triste aidera-t-il à résoudre ces situations face auxquelles, il faut bien l'admettre, nous sommes impuissants ? Ne serait-ce pas plutôt ajouter à notre mal-être ?

« Si la matière grise était plus rose, il y aurait moins d'idées noires » affirmait Pierre Dac. Comme ce résistant de l'humour, qu'il a notamment pratiqué sur les ondes de la BBC durant la Seconde guerre mondiale, je crois à la vertu du sourire !

Categorie

1. Humeurs

date créée

21/11/2023