

Le rire est-il devenu persona non grata ?

Description

Parce que les temps sont sombres et difficiles, faudrait-il afficher une tÃªte dâ??enterrement ? Et se priver de ce qui fait tant de bien au mental, comme au physique dâ??ailleurs, de rire ? AndrÃ©e sâ??interroge en citant Pierre Dac .

Par AndrÃ© MÃ©dec

Fin octobre, lors dâ??une randonnÃ©e pÃ©destre, une participante a fait une plaisanterie qui a entrainÃ© de nombreux rires. Outre marcher, la randonnÃ©e offre aussi lâ??occasion de se dÃ©tendre et de relÃ¢cher les pressions internes.

Sauf que dans le groupe de sept personnes que nous composions ce jour-lÃ , trois ont Ã©tÃ© Ã©tonnÃ©es, voire choquÃ©es, de voir les autres rire Ã gorge dÃ©ployÃ©e.

Elles ont fait remarquer que les temps ne se prÃªtaient pas Ã tant de lÃ©gÃ¨retÃ© alors que Â« tout allait si mal dans le monde Â» et de citer les attentats en IsraÃ«l et la guerre en Ukraine.

Cela mâ??a amenÃ©e Ã rÃ©flÃ©chir.

Nâ??est-il pas reconnu que le rire, dÃ©clenchÃ© par un humour sain, est salutaire Ã lâ??Ãªtre humain ? Au 15e siÃ¨cle, Rabelais dÃ©jÃ , nâ??a-t-il pas Ã©crit : Â« Mieux est de ris que de larmes Ã©crire, pour ce que le rire est le propre de lâ??homme Â» ?

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

Nâ??existe-t-il pas une Ã?cole Internationale du Rire oÃ¹ des cours de rire sont enseignÃ©s, car on sâ??est rendu compte que rire nâ??Ã©tait plus une attitude aussi frÃ©quente chez lâ??homme qui nâ??avait plus envie de rire ou se retenait de rire.

Câ??est un fait : le contexte actuel est trÃ¨s prÃ©occupant et anxiogÃ¨ne. Mais exhiber aux autres un visage fermÃ©, allongÃ© et triste aidera-t-il Ã rÃ©soudre ces situations face auxquelles, il faut bien lâ??admettre, nous sommes impuissants ? Ne serait-ce pas plutÃ´t ajouter Ã notre mal-Ãªtre ?

Â« Si la matiÃ¨re grise Ã©tait plus rose, il y aurait moins dâ??idÃ©es noires Â» affirmait Pierre Dac. Comme ce rÃ©sistant de lâ??humour, quâ??il a notamment pratiquÃ© sur les ondes de la BBC durant la Seconde guerre mondiale, je crois Ã la vertu du sourire !

Categorie

1. Humeurs

date crÃ©Ã©e
21/11/2023