

## Entiendo el humor

### Virginia Imaz

---

Entiendo el humor como esa (pre)disposición del ánimo, que puede ser curativa, restauradora. Una forma vital de descargarnos de las presiones y expectativas cotidianas, poniendo las cosas en su sitio, y procurándonos el placer de experimentar el aquí y el ahora. El humor puede traernos a todas las personas, el mensaje importantísimo de la arbitrariedad, la precariedad y lo absurdo de la vida y al mismo tiempo y sin embargo, la certeza de que estamos aquí, a pesar de todo, destinadas a vivir y a ser. El humor puede permitirnos ver las cosas con franqueza, reconociendo lo poco que sabemos, lo falibles que somos, qué lejos estamos aún de la perfección o acabado.

Aunque pensadores de la talla de Branko Bokun o Raimond-A. Moody, Jr. han aportado interesantísimas pistas sobre los aspectos terapéuticos del humor y su manifestación más expresiva: la risa, este tema no ha parecido gozar nunca de la suficiente importancia en sí mismo como para atraer la atención - esto es, su aval de existencia - del mundo científico, de la misma manera que en materia literaria y teatral, los géneros que cultivan el humor no gozan del mismo prestigio artístico que la tragedia, el drama, la épica, etc. Baste recordar la clasificación de "alta comedia", necesaria para describir la comedia importante, la que aspira a ser un producto artístico de calidad, mientras que no existen conceptos como la "alta tragedia", ya que a priori, todas las tragedias son ya bastante altas.

La premisa de la que parto para realizar las reflexiones que siguen es la de que el humor es referencial. Lo que realmente nos hace reír es la distorsión, la amplificación, la inversión, la trasgresión o la exageración de un referente. Este referente puede ser más o menos familiar. Cuanto más cercano, más gracia nos hace. Cada cultura tendría sus propios referentes. Cada grupo dentro de cada cultura, etc. Así, la gente madura no se ríe de lo mismo que la juventud. Imagino que a las personas de raza negra no les hacen gracia "los chistes de negros" que cuentan -contamos- las personas caucásicas, por ejemplo y que, por supuesto, hombres y mujeres, en cuanto que vivimos en mundos referenciales diferentes, no siempre podemos reírnos de lo mismo.

En nuestra cultura se asocia la responsabilidad con la seriedad. Esto es un error, porque podrían habernos enseñado a ser responsables con alegría.

Considero que no es lo mismo ser una persona graciosa que cómica. No hay un gen del humor, creo. Así que la gente graciosa y la gente que no lo es ha sido entrenada en serlo o no serlo. Hay culturas que permiten y cultivan más el humor que otras. Popularmente andaluces y andaluzas son consideradas personas más graciosas que las gallegas o euskaldunas, por ejemplo. Luego, estaría el reparto familiar de dones y las casuísticas personales.

Se puede ser o no graciosa, pero esto no es lo importante. Lo fundamental es que todas las personas podemos ser cómicas, en mayor o menor medida, de la misma forma que podemos ser dramáticas o trágicas. Porque la vida, como el teatro tiene al menos estos tres tonos: el cómico, el dramático y el trágico. En general, en nuestra cultura privilegiada nos tomamos todo de modo dramático, pero no deja de ser una manera de tomarse las cosas, una opción existencial. La manera menos enferma de estar en el mundo sería el tono cómico, el tono que desdramatiza lo cotidiano.

El humor o la falta de él responde a la "domesticación" profunda que conlleva la culturalización en el seno de cada tribu y clan familiar. En algunas ocasiones ha habido o hay permiso para la risa y en otras no y en el mejor de los casos hemos terminado aprendiendo a reír gracias que no nos hacían ninguna gracia. Quizás os ha pasado también, cuando se hace muy complicado explicar que no es que no hayamos entendido el chiste sino que no nos hace gracia, cuando le hace gracia a "todo el mundo". La penalización por la ausencia del sentido del humor hegemónico es tan fuerte, que a menudo los diferentes colectivos marginados o excluidos han acabado automatizando para reír referentes ajenos como propios.

Reír es bueno. Muy bueno. Siempre y cuando se trate de un ejercicio de libertad. Se ríe quien sabe, quien puede y quien quiere y de lo que le hace gracia. Lo demás puede derivar en la

tiranía del buen rollo y de lo políticamente correcto: me río cuando toca, de lo que toca y donde toca.

El humor tiene mayoritariamente como referentes, miedos y vergüenzas. Y a veces constituye un arma de mi primera magnitud. Puede estar repleto de prejuicios. Hacemos chistes sobre lo diferente, porque lo diferente nos da miedo. La disyuntiva no es o me río o me enfado. La relación del humor con el inconsciente es tan compleja que yo me inclino a dejar la pelea y contrarrestar un humor con otro tipo de humor, esto es, desenmascarar los prejuicios que hay en un chiste con otro, continuándolo hasta llegar a un absurdo, pidiendo que nos lo expliquen una y otra vez porque no lo entendemos, haciendo gala de una ingenuidad que raye casi la estupidez. Que te intenten explicar un chiste que no te hace gracia, puede ser extraordinariamente divertido. Y no conviene desperdiciar ni una sola ocasión para la risa.

Cuando los referentes son un tema tabú (sexo, caca-culo-pis, incesto, homosexualidad...) el humor puede ser soez y vulgar y herir la sensibilidad. A menudo el humor se convierte en un sacrificio humano, en estas situaciones. Se trata de reírse de alguien, no con alguien. La humillación o la degradación de alguien es lo cómico. Frecuentemente, en temas sexuales, las mujeres y las personas con una orientación sexual no hegemónica han sido y son los chivos expiatorios. Esta forma de humor vejatoria se corresponde con el miedo.

Aprecio este humor, como un humor adolescente, correspondiente a una fase evolutiva llena de miedos y de dudas y quizás, en esa medida, necesario en la pubertad y adolescencia, de la misma manera que los chistes escatológicos nos hacen más gracia en las épocas donde tenemos problemas en el control de los esfínteres, como en la vejez y en la infancia temprana. Pero la gente adulta debería tener la opción vital de reírse de preocupaciones adultas. Claro que para que cambie el humor han de cambiar los referentes emocionales y culturales.

En muchas ocasiones el humor tiene como referentes miedos y vergüenzas. Se sabe que los miedos pueden estimular la secreción de opiáceos del cerebro, conocidos como endorfinas y encefalinas. La mayoría de las veces los miedos y preocupaciones son meras trivialidades que se ven dramatizadas de forma exagerada por la mente.

Y sólo lo verdaderamente trágico puede ser verdaderamente cómico. Resumiendo, para desdramatizar algo, para quitarle importancia a algo, previamente ese algo tiene que tener importancia. En la medida que algunos individuos o colectivos no se sienten valiosos ni importantes, tienen más dificultades para acceder a la creación de un humor propio.

El humor puede prevenir la depresión pues cuestiona el origen mismo de la "hiperseriedad", de la "hiperautoimportancia". Al cortar el estímulo emocional que implica tensión y estrés, descargamos generalmente en forma de risa.

La diversión y la risa aparecen íntimamente conectadas con el mundo de las aprensiones y temores creados por la mente y su hiperseriedad. La hiperseriedad no es lo opuesto a lo ridículo, es lo ridículo mismo, la esencia del humor, de hecho nos resulta divertido y nos reímos siempre que la hiperseriedad de las invenciones de la mente resulta sacudida o degradada, pues sólo así vemos el abismo que nuestra mente crea entre la ambición y el logro, entre la lógica de la mente y la lógica del sentido común.

Cualquier violación, distorsión o relajamiento de los tabúes sagrados, cualquier fracaso de las supersticiones, prejuicios o creencias, cualquier degradación de nuestras afectaciones, papeles o pomposidad puede provocar diversión y risa, ya que cualquier creación de nuestra mente, cuando la tomamos exageradamente en serio, nos convierte en personas intolerantes, egoístas, y egocéntricas, esto es, necias.

Históricamente asocio la "autoimportancia" a la esfera pública, esto es, a los hombres y sobre todo a los hombres caucásicos poderosos. Con el sentido del humor a las personas sólo nos queda ser magnánimas ya que la magnanimidad nos ayuda a darnos cuenta de que lo ridículo está compuesto en gran parte de sufrimiento humano, de la patética desesperación provocada por la pretenciosidad. Con la "autoridiculización" eliminamos también ese miedo terrible de

ponernos en ridículo. "Nadie que se ríe de sí mismo puede aparecer ridículo", sugirió Séneca.

Las caricaturas y las parodias inducen a la risa cuando degradan una autoridad o un poder temidos. El caos o, para utilizar una expresión de Schlegel, "la infinita agilidad del caos", puede provocar la risa ya que ridiculiza una aburrida disciplina moral o social impuesta. Quizás una de las fuentes de mayor "hiperseriedad" sea la política. A menudo los políticos y los cargos públicos son parodiados. Cuanto menos libertad permite el poder, más necesidad de humor hay. La risa y el placer son transgresores, juegan con las normas, no contra, como los espíritus revolucionarios, y por ello pueden inquietar al poder mucho más incluso que una resistencia armada.

Branko Bokun cuenta que un italiano le comentó que él ya sabía en 1.942 que Italia perdería la 2ª Guerra Mundial. Fue consciente de ello cuando el gobierno fascista prohibió reír en lugares públicos. La Iglesia Católica también ha reprimido en numerosas ocasiones el humor y la risa, impensables en este valle de lágrimas, quizá por su evidente relación con el bienestar y con el placer.

Los juegos de palabras y los retruécanos, al jugar con la rigidez del lenguaje, también provocan la risa. Lo mismo que la poesía, el humor es la sorpresa, la conexión insospechada, el doble sentido, los literales, las metáforas. De ahí que ambas cosas, el humor verbal y la poesía, sean esas manifestaciones del idioma que a una persona extranjera más le cueste apropiarse, porque no es posible reír ni emocionarse sin la referencia cultural.

La íntima conexión existente entre el lenguaje y los estímulos emocionales puede ser deducida de la introducción de los eufemismos. Para hacerse querer por la suegra, los franceses la llamaron "*la belle mère*". Pero el lenguaje está plagado de sexismo y de otros "ismos". El humor verbal está ya cargado contra determinados colectivos humanos por lo que es preciso deconstruir y recodificar el lenguaje, para que sea una herramienta de humor y no un obstáculo.

Sin entrar a analizar los trastornos mentales y sus causas, es claro que la locura resulta a veces cómica además de, o precisamente por eso, patética. "En todo hay una esencia trágica. Lo cómico verdadero, lo cómico magnífico, es trágico. Sólo es verdaderamente cómico cuando es completamente trágico. La esencia es religiosa y trágica" (A. Mnouchkine).

Esto ocurre quizás, porque locura y humor, cada cual a su manera, transgreden el orden establecido. La locura protege y permite, lo mismo que el sentido del humor, decir cosas que de otra forma no podrían ser dichas, o que no se entenderían igual. En nuestra cultura, el anti-poder era un bufón o loco del rey.

Según los referentes utilizados y la relación de poderes que queda expuesta en el hecho humorístico, el humor no nos sacude, como decíamos, a todas las personas por igual, ni tampoco nos afecta igual en momentos y en espacios diferentes. Por ejemplo un público sólo de mujeres ríe más alto y más que uno mixto con el mismo estímulo. La gente, en general, se permite reír para afuera a partir de que se juntan 25 ó 30 personas. Con menos gente han de conocerse, no temerse y en cualquier caso, reír en solitario en un acto público, es siempre un acto de coraje.

Los diferentes tipos de humor llegan también a diferentes puntos energéticos en los seres humanos. Hay un humor que nos llega a la cabeza: tiene que ver con el ingenio, el virtuosismo verbal, el chiste, la ironía, la sátira. Hay otro que nos da en las tripas: que tiene que ver con los miedos, los deseos y las necesidades de supervivencia. (Caca, culo pis, sexo y muerte). Pero hay otro humor que nos da en el corazón, en el pecho: es el humor que nos conmueve. A priori, no hay uno mejor que otro. Necesitamos de todo, aunque a menudo nos dan sólo en las tripas, ocasionalmente en la cabeza y raramente en el corazón. Hacer un humor que llegue al corazón exige una implicación emocional y el tema de las emociones no es fácil, aunque sea básico a nivel personal y actoral.

Desarrollar nuestro sentido del humor implica inevitablemente una reeducación emocional. Las personas podemos permitirnos ser cómicas, lo cual no quiere decir quitarnos importancia, sino

"importanciosidad". Reír es una manera de estar en el mundo. Una manera más sana, desprejuiciada, tolerante y madura. Carlyle escribió. "La esencia del humor es la sensibilidad: la cálida y tierna simpatía por todos los tipos de existencia". No perdamos nuestra sensibilidad, desarrollemos nuestro sentido del humor. Conmovamos al mundo, pues sólo nos hace verdaderamente reír lo que nos conmueve.

Virginia Imaz