

El estado de la cuestión

Filosofía del humor: estado de la cuestión

Juan Carlos Siurana

Resumen

Comienzo mostrando las asociaciones, revistas científicas, redes, centros y autores dedicados al estudio del humor a nivel internacional y nacional en la actualidad. A continuación, hago un recorrido por el pensamiento de los filósofos clásicos sobre el humor, señalando que son, al menos, tres las teorías en las que han sido enclavados: la teoría de la superioridad, la teoría de la incongruencia, y la teoría de la liberación de la tensión. Incluyo propuestas actuales y las claves para una ética del humor. Por último, señalo cómo el humor se está aplicando a la atención sanitaria, la empresa y la educación.

Abstract

I start my article showing associations, journals, networks, centers and authors engaged in the study of humor at an international and national level at present. Then I expose the ancient philosophers thought about humor, noting that there are at least three theories in which they have been placed: the theory of superiority, the incongruity theory and the theory of the release of tension. I include current proposals and the keys to an ethics of humor. Finally, I note how humor is being applied to health care, business and education.

Palabras clave: Filosofía del humor, ética del humor, sanidad, empresa, educación.

Key words: Philosophy of Humor, Ethics of Humor, Health Care, Business, Education.

1. La situación actual a nivel internacional y nacional de los estudios sobre el humor

1.1. Asociaciones, revistas científicas, redes, centros y archivos internacionales

Aunque la reflexión filosófica sobre el humor es tan antigua como la filosofía misma, este tema ha cobrado en las últimas décadas

una especial relevancia con el surgimiento de la *International Society for Humor Studies* (Sociedad Internacional para los Estudios sobre el Humor) (ISHS)¹. Esta sociedad celebró su primer congreso en Cardiff, Gales, en 1976, siendo sus organizadores Antony Chapman (University of Leeds) y Hugh Foot (Cardiff University). Desde entonces ha celebrado treinta congresos de investigación sobre el humor, gran parte de ellos en Estados Unidos, pero también en otros países, como Reino Unido, Irlanda, Noruega, Italia, Francia, Dinamarca, Luxemburgo, España, Israel, Canadá, Japón, Australia y Hong Kong.

La *International Society for Humor Studies* es una organización académica y profesional dedicada al desarrollo de la investigación sobre el humor. Muchos de los miembros de la sociedad son profesores universitarios en el ámbito de las humanidades, ciencias sociales y ciencias de la salud. La sociedad también incluye a profesionales en los campos de la asesoría, gestión de empresas, enfermería, periodismo y teatro. Sus miembros están interesados en las múltiples facetas del humor, incluyendo su papel en los negocios, entretenimiento, y cuidado de la salud. También estudian las variedades del humor de acuerdo con la cultura, la edad, el género, el propósito y el contexto.

Esta sociedad publica la revista cuatrimestral *Humor: International Journal of Humor Research*, que se ha convertido en un foro interdisciplinario para la publicación de artículos de alta calidad sobre el humor como una facultad humana importante y universal. Desde su creación en 1988, *Humor* ha publicado más de 400 artículos y reseñas de libros. Actualmente la revista tiene un alto impacto científico internacional, habiendo recibido la calificación de «A» en el ERIH (*European Reference Index for the Humanities*). El actual editor jefe de la revista *Humor* es Salvatore Attardo, perteneciente al Literature & Languages Department, Texas A & M University.

Vinculada también a la ISHS, ha surgido una colección de libros titulada «Humor Research Series», en la editorial Mouton de Gruyter, coordinada por Victor Raskin y Willibald Ruch. Desde el año 1994 se han publicado nueve libros en esta colección.²

¹ Cf. <http://www.hnu.edu/ishs>, consultada el 31 de agosto de 2011.

² Son los siguientes (publicados todos ellos en Mouton de Gruyter, Berlín/Nueva York): ATTARDO, Salvatore: *Linguistic Theories of Humor*. 1994; DRAITSER, Emil A.: *Techniques of Satire*. 1994; RUCH, Willibald (ed.): *The Sense of Humor*. 1998; CHRISTIE, Davis: *Jokes and their Relations to Society*. 1998; LATTI, Robert L.: *The Basic Humor Process*. 1999; ATTARDO, Salvatore: *Humorous Texts*. 2001; KUIPERS, Giseline: *Good Humor, Bad Taste*. 2006; RASKIN, Victor (ed.): *The*

Otras asociaciones académicas que investigan sobre el humor o en campos afines son las siguientes:

American Humor Studies Association (Asociación Americana para Estudios sobre el Humor) (AHSA)³, fundada en 1975. Asociación dedicada al estudio del humor estadounidense en todos sus variados aspectos, incluyendo la literatura, las revistas de cómics populares y otros medios de comunicación. Organiza un congreso cada cuatro años. Edita la revista científica *Studies in American Humor*.

Association for the Study of Play (Asociación para el Estudio del Juego) (TASP)⁴. Originada en Minneapolis, Minnesota, en 1973, su actual nombre se acuñó en 1987. Es una asociación multidisciplinar dedicada a promover el estudio del juego. Organiza un congreso académico anual. Actualmente edita la revista científica *Play & Culture Studies*.

Association pour le développement des recherches sur le Comique, le Rire et l'Humor (Asociación para el desarrollo de investigaciones sobre lo Cómico, la Risa y el Humor) (CORHUM)⁵. Asociación radicada en Francia, fundada en 1987, se dedica al desarrollo de la investigación sobre lo cómico, la risa y el humor en todos sus aspectos: literarios, lingüísticos, históricos, sociológicos, antropológicos, psicológicos y gráficos. Desde 1988 CORHUM ha organizado ocho coloquios internacionales. Esta asociación publica la revista científica semestral *Humoresques*.

International Society for Luso-Hispanic Humor Studies (Sociedad Internacional para el Estudio del Humor Luso-Hispánico) (ISLH/HS)⁶. Sociedad académica dedicada al estudio y la apreciación del humor en los lugares en donde se habla español y portugués. Desde 1995 ha celebrado once Congresos, los cinco primeros en Estados Unidos y Canadá, posteriormente han sido sedes algunos países de América Latina, como México, Costa Rica y Chile.

Entre las asociaciones de profesionales podemos destacar la *Association for Applied and Therapeutic Humor* (Asociación para el Humor Aplicado y Terapéutico) (AATH)⁷: Fundada en 1987, es una or-

Primer of Humor Research. 2008; ERMINDA, Isabel: *The Language of Comic Narratives*. 2008.

³ <http://www.slu.edu/academic/ahsa/index.htm>, consultada el 31 de agosto de 2011.

⁴ <http://www.tasplay.org/about.html>, consultada el 31 de agosto de 2011.

⁵ <http://www.humoresques.fr/>, consultada el 31 de agosto de 2011.

⁶ <http://ilhumorsoc.org/>, consultada el 31 de agosto de 2011.

⁷ <http://www.aath.org>, consultada el 31 de agosto de 2011.

ganización internacional de profesionales que avanza en la comprensión y en la aplicación del humor y la risa por sus beneficios positivos. AATH ofrece información basada en la evidencia sobre la investigación actual y las aplicaciones prácticas del humor. Ha celebrado nueve congresos anuales desde 2003. Publica la revista electrónica mensual *Humor Connection*.

También se han creado redes de investigación sobre el humor. Una de las más relevantes es la *Australasian Humor Studies Network* (Red de Australasia para los Estudios sobre el Humor) (AHSN)⁸. El propósito de esta red es consolidar el interés en el campo emergente de los estudios sobre el humor y establecer un vínculo entre los académicos y los profesionales en diferentes departamentos académicos, instituciones y localizaciones geográficas. Se creó en 1997, como consecuencia del éxito del 15º Congreso sobre el Humor y la Risa de la ISHS celebrado en la Universidad de Nueva Gales del Sur, en Sydney. En la actualidad la integran más de 200 miembros pertenecientes a más de 25 áreas académicas y profesiones diferentes de Australia, Nueva Zelanda y otros países (la coordinadora es Jessica Milner Davis, Universidad de Sydney).

También es destacable el *Institute for Travesty, Comedy, and Humor Studies* (Instituto para los Estudios sobre la Parodia, la Comedia y el Humor) (ITCHS)⁹. Situado en Winona, Minnesota, se estableció para la promoción de la investigación y el estudio sobre la comedia, entendida como forma dramática, y sobre el humor, la chispa de la comedia. ITCHS utiliza una variedad de metodologías de investigación de múltiples disciplinas, principalmente el criticismo literario, la retórica y las ciencias empíricas. ITCHS edita, desde 1994, la *Humor Quotient Newsletter* y ha diseñado y administra el *Humor Quotient Test* y el *Langerian/Bergsonian Vitalist Humor Test*.

Concluiremos haciendo referencia a dos importantes archivos con recursos sobre el humor:

American Comedy Archives (Archivos Americanos sobre la Comedia)¹⁰: archivo establecido en el Emerson College en 2005 para adquirir, preservar y hacer disponible material que documenta las actividades profesionales de los individuos destacables que han escrito, producido o realizado comedia para la radio, televisión, películas o actuaciones en vivo.

⁸ <http://sydney.edu.au/humourstudies/>, consultada el 31 de agosto de 2011.

⁹ <http://www.itchs.org/index.html>, consultada el 31 de agosto de 2011.

¹⁰ <http://www.emerson.edu/academics/academic-services/library/archives/american-comedy-archives>, consultada el 31 de agosto de 2011.

Schmulowitz Collection of Wit and Humor (Colección Schmulowitz sobre el ingenio y el humor)¹¹. La colección Schmulowitz, alojada en la Biblioteca Pública de San Francisco, contiene una gran cantidad de material sobre ingenio y humor, incluyendo cuentos y canciones populares internacionales, proverbios, humor nacional y étnico, anécdotas, libros de chistes, libros de dibujos y cómics, sátiras políticas, biografías, ensayos humorísticos, monólogos, obras de teatro y novelas, entretenimientos populares, libros móviles, y estudios literarios, históricos y de cultura popular.

1.2. Los estudios sobre el humor en España

El libro de Begoña Carbelo titulado *El humor en la relación con el paciente*¹² nos presenta, al final, cuál es la situación en España en lo que atañe a los estudios sobre el humor. En el presente apartado partiré de los principales datos que nos ofrece esta autora, complementándolos con algunas actualizaciones.

En España se constata un aumento progresivo de investigaciones y actividades docentes con protagonistas de todos los ámbitos sobre el sentido del humor.

Dentro del marco de la *X Muestra Internacional de Humor Gráfico* se celebraron en la Universidad de Alcalá las *Jornadas Interuniversitarias de Investigadores del Humor*. Como fruto de ella surgió, en 2004, HUMOR AULA, red de universidades e investigadores del humor y autores de humor gráfico¹³. El compromiso de HUMOR AULA es estudiar el humor desde distintas perspectivas y disciplinas: educación, comunicación, cultura, publicidad, bellas artes, ciencias de la salud, terapia y el papel que desempeña el humor gráfico en estos campos para contribuir al desarrollo humano y la convivencia. Las universidades españolas participantes ponen a disposición sus investigaciones, docencia, información y experiencias para trabajar en el desarrollo del humor y hacer a otros partícipes de sus planes y proyectos (cursos, exposiciones, premios, seminarios, talleres, jornadas...).

¹¹ <http://sfpl.org/index.php?pg=2000008801>, consultada el 31 de agosto de 2011.

¹² CARBELO BAQUERO, Begoña: *El humor en la relación con el paciente. Una guía para profesionales de la salud*. Masson, Barcelona, 2005, pp. 203-208.

¹³ http://www2.uah.es/humor_salud/humorausla.htm

A continuación señalaré algunas Universidades y Centros donde se está trabajando sobre el humor en España:

- 1.- La Universidad de Alicante, con talleres de humor gráfico dentro de la programación del Servicio de Cultura.
- 2.- La Universidad de la Coruña ha puesto en marcha el aula del humor, cuyo objetivo es la oferta de cursos e investigaciones vinculadas a este campo.
- 3.- La Universidad Autónoma de Barcelona está participando como patrocinadora en la Fundación Gin¹⁴, destinada a la difusión y promoción de la obra de Jordi Ginés Soterias «Gin» (1930-1996) y sus coetáneos.
- 4.- La Universidad de Lérida oferta una asignatura de dos créditos dependiente del Departamento de Ciencias Biomédicas Básicas, cuyo coordinador es Sisco Abella.
- 5.- La Universidad SEK de Segovia oferta el programa de doctorado «Cultura y comunicación en la sociedad de la información». Dentro de este programa se enclava la asignatura de «Humor, cultura y comunicación» cuyo responsable es Luis Muñiz.
- 6.- La Universidad Pontificia Comillas ha organizado un curso para profesores universitarios con el humor como herramienta, promovido por Carlos Alemany, quien también ha organizado una jornada en el colegio de psicólogos titulada «Humor, psicología y psicoterapia» y es coautor del libro editado por Ángel Rodríguez Idígoras *El valor terapéutico del humor*.¹⁵
- 7.- En la Universidad Complutense de Madrid, Manuel Álvarez Junco, de la Facultad de Bellas Artes, incluye el humor en la asignatura que imparte, «Técnicas de ilustración». También en esta Universidad se encuentra Ana María Vígara Tauste, Catedrática de Lengua Española, en el Departamento de Filología Española III (Lengua y Literatura), Facultad de Ciencias de la Información, autora de *El chiste y la comunicación lúdica*.¹⁶
- 8.- La Universidad de Valladolid investiga, con Begoña García Larrauri¹⁷ e Inés Monjas, sobre el humor y la inteligencia emocional.

¹⁴ <http://www.fundaciongin.org>, consultada el 6 de enero de 2012.

¹⁵ RODRIGUEZ IDÍGORAS, Ángel (ed.): *El valor terapéutico del humor*. Desclée de Brouwer, Bilbao, 2002.

¹⁶ VIGARA TAUSTE, Ana María: *El chiste y la comunicación lúdica*. Libertarias-Prodhufi, Madrid, 1994.

¹⁷ GARCÍA LARRAURI, Begoña: *Programa para mejorar el sentido del humor. ¡Por qué la vida con buen humor merece la pena!* Pirámide, Madrid, 2006; GAR-

- 9.- En la Universidad de Alcalá existen tres áreas académicas de investigación, una de «Humor y traducción», cuya responsable es Carmen Valero¹⁸ y que organiza unas jornadas de «Humor, traducción e inmigración»; otra en psicopedagogía, con Pilar Lacasa; y otra línea en enfermería, cuya coordinadora es Begoña Carbelo¹⁹, cuyo epígrafe es el «Humor y sus aplicaciones en el cuidado de la salud».²⁰
- 10.- Programa «Educa desde el humor»²¹. Germán Payo Losa estudió Magisterio y las licenciaturas de Teología e Inglés. Lleva 24 años dirigiendo talleres de humor y 14 dando cursos de humor para adultos en universidades, hospitales y otras instituciones. Ha ideado y promovido el programa «Educa desde el Humor», aplicado en el Colegio Antonio Machado de Salamanca, merecedor de dos premios nacionales de experiencias educativas innovadoras. Ha publicado varios libros sobre estos temas.²²
- 11.- Consultoría «Humor positivo»²³. Es el proyecto de dos profesionales con una sólida experiencia en el campo del sentido del humor y sus aplicaciones positivas: Jesús Damián Fernández Solís y Eduardo Jáuregui. Son autores del libro *Alta diversión: los beneficios del humor en el trabajo*.²⁴

Jesús Damián Fernández Solís es Doctor en Pedagogía, especializado desde 1985 en la aplicación del humor al ámbito laboral y al

CÍA LARRAURI, Begoña: *Claves para aprender en un ambiente positivo y divertido. Todo rueda mejor si se engrasa con humor*. Pirámide, Madrid, 2010.

¹⁸ VALERO GARCÉS, Carmen: *Interculturalidad. Traducción, humor e inmigración*. Universidad de Alcalá de Henares. Fundación General, Alcalá de Henares, Madrid, 2004; VALERO GARCÉS, Carmen: *Dimensions of humor. Explorations in linguistics, literature, cultural studies and translation*. Universidad de Valencia. Servicio de Publicaciones, Valencia, 2010.

¹⁹ CARBELO BAQUERO, Begoña: *El humor en la relación con el paciente. Una guía para profesionales de la salud*. Masson, Barcelona, 2005.

²⁰ http://www2.uah.es/humor_salud/, consultada el 6 de enero de 2012.

²¹ http://www.educahumor.com/html/german_payo.html, consultada el 6 de enero de 2012.

²² PAYO LOSA, Germán: *Creatividad y humor*. Universidad Santiago de Compostela, Santiago de Compostela, 1995; GARCÍA CASTILLO, P. y PAYO LOSA, Germán (eds.), *Visiones de Humor. I Simposio de humor: Perspectivas multidisciplinares*. Caja Salamanca-Soria, Salamanca, 1997.

²³ <http://www.humorpositivo.com/Humor.htm>, consultada el 6 de enero de 2012.

²⁴ JÁUREGUI, Eduardo y FERNÁNDEZ SOLÍS, Jesús Damián: *Alta diversión. Los beneficios del humor en el trabajo*. Alienta, Barcelona, 2008.

crecimiento personal. Ha sido Profesor de la Facultad de Educación de la Universidad Complutense de Madrid y de la Facultad de Ciencias Humanas y Sociales de la Universidad Pontificia de Comillas. Ha publicado libros sobre el papel del humor en la educación.²⁵

Eduardo Jáuregui Narváez es Doctor en Ciencias Políticas y Sociales y Profesor en el Departamento de Business and Social Sciences en Saint Louis University (Campus de Madrid). En su tesis doctoral desarrolló una teoría sobre la causa de la risa y los significados y usos del humor que se desprenden de ella²⁶. Es autor de varios libros sobre el humor.²⁷

Los consultores de «Humor positivo» forman a profesionales en el desarrollo del sentido del humor y sus diversas aplicaciones y beneficios. Han impartido cursos y conferencias para clientes de los más variados sectores, desde grandes empresas como Endesa o DaimlerChrysler a pymes de 20 empleados, y a otras organizaciones.

2. El humor en los clásicos de la filosofía y en teorías contemporáneas²⁸

2.1. Tres teorías sobre el humor

Los estudiosos sobre la filosofía del humor coinciden en afirmar que, a lo largo de la historia de la filosofía, se han producido al menos tres importantes teorías sobre el humor:

- 1.- *Teoría de la superioridad*. Es la más antigua de todas. Para esta teoría juzgamos cómica una situación cuando vemos que el otro fracasa mientras pensamos que nosotros superaríamos di-

²⁵ FERNÁNDEZ SOLÍS, Jesús Damián y FRANCIA, Alfonso: *Animar con humor. Aprender riendo, gozar educando*. CCS, Madrid, 1995; FRANCIA, Alfonso y FERNÁNDEZ SOLÍS, Jesús Damián: *Educar con humor*. Aljibe, Málaga, 2009; GARCÍA CERRADA, Manuel y FERNÁNDEZ SOLÍS, Jesús Damián: *El valor pedagógico del humor en la educación social*. Desclée de Brouwer, Bilbao, 2010.

²⁶ JÁUREGUI, Eduardo: *Situating Laughter. Amusement, Laughter and Humor in Everyday Life*. (Tesis Doctoral), European University Institute, 1998.

²⁷ JÁUREGUI, Eduardo: *El sentido del humor. Manual de instrucciones*. RBA, Barcelona, 2007; JÁUREGUI, Eduardo: *Amor y humor. Las claves científicas de las risas contagiosas, las comedias románticas, el sexo divertido y las locuras de amor*. RBA, Barcelona, 2007.

²⁸ Para la elaboración de este apartado me baso en MORREALL, John (ed.): *The Philosophy of Laughter and Humor*. State University of New York, Albany, 1987.

cha situación con más probabilidades. Nos reímos de los defectos de los otros. En ese sentido, la risa expresa un sentimiento de superioridad.

- 2.- *Teoría de la incongruencia*. Para esta teoría reímos cuando lo que sucede sufre un cambio inesperado e incongruente, que nos sorprende de manera repentina. El humor aquí significa distorsión de la función, salir de la norma.
- 3.- *Teoría de la liberación de la tensión*. Esta teoría entiende que el ser humano actúa sometido al esfuerzo, la lucha y la tensión, y esto excita el sistema nervioso. La risa proporciona un alivio para la tensión nerviosa o psíquica, asegurando un restablecimiento del equilibrio.

A continuación vamos a destacar algunas ideas relevantes sobre el humor de los autores clásicos de la filosofía. De dichas ideas podrá extraerse en cuál de las teorías mencionadas podría encuadrarse cada uno de los autores que vamos a mencionar.

2.2. Platón: la risa contiene malicia y nos hace perder el control

Hay principalmente dos argumentos por los cuales Platón rechaza la risa:

- 1.- La diversión es un tipo de malicia hacia las personas de las cuales nos reímos porque vemos en ellas algún tipo de defecto o vicio, especialmente la ignorancia²⁹. Es malicioso complacerse de las desgracias del otro.
- 2.- La diversión es también rechazable porque es una emoción que nos hace perder el control sobre nosotros mismos. En su *República*, cuando establece las reglas de la educación de los jóvenes guardianes del Estado ideal, entiende que la risa debe ser evitada. En palabras de Platón: «No conviene que los guardianes sean gente pronta para reírse, ya que, por lo común, cuando alguien se abandona a una risa violenta, esto provoca a su vez una reacción violenta»³⁰. Así, para que los jóvenes guardianes no sean modelos negativos a seguir, debe eliminarse de la literatura cualquier referencia a los dioses o a los héroes en los que aparezcan dominados por la risa.

²⁹ Cf. PLATÓN: *Filebo*, 48-50.

³⁰ PLATÓN: *República*, Libro III, 388e.

2.3. Aristóteles: el humor adecuado se halla en el punto medio entre modos extremos de actuar

Aristóteles está de acuerdo con Platón en que la risa es esencialmente burlona y en que al reírnos de alguien estamos considerando a esa persona en algún sentido inferior a nosotros. Así, en la *Poética* escribe: «La comedia, como hemos dicho, es una imitación de la gente que es peor que la media».³¹ Pero Aristóteles no piensa que haya que suprimir la risa en general, pues en la vida hay también momentos de descanso en los que es posible la distracción con bromas. Sino que él piensa que la mayoría de la gente exagera en su modo de reírse y de hacer bromas. El ideal moral es evitar los extremos, por un lado, de la persona ruda, que carece de sentido del humor y, por otro, del bufón que hace cualquier cosa por reírse o por obtener la risa de otros. El humor debe ser acertado y con tacto. Actúa con tacto el que hace un tipo de burlas que soportaría también si alguien se las hiciera a él, es decir, el que actúa como si siguiera una ley que se pudiera aplicar también a sí mismo. Aristóteles lo expresa así: «El que es gracioso y libre se comportará como si él mismo fuera su propia ley. Tal es el término medio ya sea llamado hombre de tacto o ingenioso».³²

Junto a su idea de que la risa es burlona, añade también que la risa es una reacción a muchos tipos de incongruencia y no sólo sobre las deficiencias humanas. En la *Retórica*³³ menciona que un orador puede conseguir la risa del público creándole ciertas expectativas y luego sacudiéndolas con algo que no se esperan. Los chistes funcionan de este modo. En muchas ocasiones no buscan burlarse de otros. Consideremos, por ejemplo, los que consisten en juegos de palabras o en un cambio en la ortografía.

2.4. Cicerón: la distinción entre reír de algo y reír de cómo se cuenta algo

Cicerón pensaba que la filosofía y la retórica debían ser combinadas. En su obra *Sobre el orador*, examina el uso del humor en el discurso público, criticando técnicas como la exageración, el sarcasmo y los juegos de palabras, y analiza temas filosóficos como la naturaleza

³¹ ARISTÓTELES: *Poética*, V, 1449a.

³² ARISTÓTELES: *Ética a Nicómaco*, IV, 8, 1128a.

³³ Cf. ARISTÓTELES: *Retórica*, 3, 2.

del humor y la ética de su uso. Allí establece la distinción entre el humor sobre aquello de lo que se está hablando y el humor que surge del lenguaje usado: «Hay dos clases de chistes, una de ellas se basa en las cosas, la otra en las palabras»³⁴. Según comenta Morreall, «esta distinción es similar a la que hoy se hace entre el comediante, que dice cosas divertidas, y el cómico, que dice las cosas de modo divertido»³⁵.

2.5. Thomas Hobbes: reír de los defectos de otros es de cobardes, pues los grandes hombres se comparan sólo con los más capaces

Para Hobbes, los seres humanos estamos en constante lucha unos con otros por el poder y lo que el poder puede comportar. En esa lucha, el fallo de nuestros competidores es equivalente a nuestro éxito. Y, así, estamos todos constantemente buscando signos de que somos mejores que otros. La risa no es más que una expresión de nuestro entusiasmo repentino cuando nos damos cuenta de que, de algún modo, somos superiores a otro, pero esto es criticado por Hobbes: «El *entusiasmo repentino* es la pasión que mueve a aquellos gestos que constituyen la *risa*; es causada o bien por algún acto repentino que a nosotros mismos nos agrada, o por la aprehensión de algo deforme en otras personas, en comparación con las cuales uno se ensalza a sí mismo. Ocurre esto a la mayor parte de aquellos que tienen conciencia de lo exiguo de su propia capacidad, y para favorecerse observan las imperfecciones de los demás. Por tanto, la frecuencia en el reír de los defectos ajenos es un signo de pusilanimidad. Porque los hombres grandes propenden siempre a ayudar a los demás en sus cuitas, y se comparan sólo con los más capaces»³⁶.

2.6. Francis Hutcheson: el humor se basa en la asociación de ideas que chocan entre sí

Hutcheson critica a Hobbes su visión del humor centrada casi exclusivamente en la sensación de superioridad³⁷. Si esto fuera así, no

³⁴ CICERÓN: *De oratore*, libro II, cap. 59.

³⁵ MORREALL, John (ed.): *The Philosophy of Laughter and Humor*, op. cit., p. 17.

³⁶ HOBBS, Thomas: *Leviatán. O la materia, forma y poder de una República eclesiástica y civil*. Fondo de Cultura Económica de Argentina, Buenos Aires, 1992, Parte I, cap. 6, p. 46.

³⁷ HUTCHESON, Francis: *Reflections Upon Laughter*. Glasgow, 1750.

habría risa en ninguna ocasión en la que no nos comparamos con otras personas, o cuando no nos sentimos superiores a otros, pero es claro que sí se dan otras causas de la risa; por ejemplo, cuando reímos de perros o de monos, con quienes no nos comparamos. Hutcheson entiende que el humor se basa en la asociación de ideas. El cómico genial tiene la habilidad para usar metáforas y comparaciones de algún modo inapropiadas para desencadenar ideas que chocan entre sí. Hutcheson muestra algunos de los valores del humor, especialmente el placer que produce, su papel para relajar las relaciones sociales y su capacidad para promover la flexibilidad mental.

2.7. Immanuel Kant: El humor se produce por un movimiento mental repentino de incongruencia, junto a una sensación de bienestar

En la primera parte de la *Crítica del Juicio*, titulada «Crítica del Juicio estético»,³⁸ Kant propone una teoría de los chistes que puede considerarse una teoría general del humor. Es una teoría de la incongruencia, aunque enfatiza la parte física de la diversión, más bien que la mental. El placer que sentimos en el humor no es tan elevado como el que sentimos por la belleza o por la bondad moral. Al escuchar un chiste, dice Kant, desarrollamos una cierta expectativa sobre cómo terminará. Entonces, en el momento culminante, nuestra expectativa se desvanece. Kant afirma: «La risa es una emoción que nace de la súbita transformación de una ansiosa espera en nada»³⁹. Este movimiento mental repentino no es disfrutado por nuestra razón, que queda frustrada, pero anima a nuestros intestinos y órganos internos, y este movimiento corporal produce la sensación de bienestar y de salud. Pero Kant distingue claramente entre *lo que place sólo en el Juicio* y lo que *deleita* (place en la sensación). El humor deleita, pero no place sólo en el Juicio. Así, escribe: «*Humor*, en el buen sentido, significa el talento de poder ponerse voluntariamente en una cierta disposición de espíritu, en la cual todas las cosas son juzgadas de una manera totalmente distinta de la ordinaria (incluso al revés), y, sin embargo, conforme a ciertos principios de la razón, en semejante disposición de espíritu. El que está involuntariamente so-

³⁸ KANT, Immanuel: *Crítica del juicio*. Tecnos, Madrid, 2011, pp. 113-288.

³⁹ *Ibid.*, Parte I, Sección 1, § 54, p. 262.

metido a tales cambios se llama *caprichoso*; pero el que puede realizarlos voluntariamente y con finalidad (para una viva exposición, mediante un contraste provocador de risa) se llama *humorístico*, y su discurso también»⁴⁰. Y añade: «Este modo pertenece más bien al arte agradable que al bello, porque el objeto de este último siempre ha de mostrar en sí alguna dignidad, y, por tanto, exige una cierta seriedad en la exposición, así como el gusto en el Juicio»⁴¹.

2.8. Arthur Schopenhauer: el humor se produce por la incongruencia entre nuestro conocimiento sensorial y el abstracto de una misma cosa

Como Kant, Schopenhauer tiene una teoría del humor basada en la incongruencia. Pero mientras Kant localiza la esencia del humor en la evaporación de una expectativa, Schopenhauer lo percibe como un desajuste entre nuestro conocimiento sensorial de una cosa y nuestro conocimiento abstracto de la misma cosa. Lo que percibimos a través de nuestros sentidos, dice Schopenhauer, son cosas individuales con muchas características. Pero cuando organizamos nuestras percepciones sensoriales bajo conceptos abstractos, nos centramos sólo en unas pocas características de cualquier cosa individual, permitiéndonos englobar cosas muy diferentes bajo el mismo concepto y referirnos a muchas cosas con la misma palabra. El humor surge cuando nos sorprendemos por el choque entre un concepto y la percepción que se supone a esa misma cosa. Schopenhauer lo expresa de este modo: «La *risa* no se debe sino a la repentina percepción de una incongruencia entre un concepto y los objetos reales que habían sido pensados en algún tipo de relación gracias a dicho concepto, de suerte que la risa sólo es la expresión de la incongruencia»⁴². Un ejemplo destacado de la incongruencia es la *pedantería*, que se debe a que uno tiene poca confianza en su propio entendimiento y se apeg a la expresión, a la palabra y los ademanes, pero se aleja de la realidad. Por eso los pedantes, en muchas ocasiones, provocan la risa.

El capítulo 8 de los complementos al Libro Primero de *El mundo como voluntad y representación* se titula «A propósito de la teoría

⁴⁰ Ibid., Parte I, Sección 1, § 54, p. 266.

⁴¹ Ibid.

⁴² SCHOPENHAUER, Arthur: *El mundo como voluntad y representación*, 1. Alianza, Madrid, 2010, Libro 1, § 13, p. 196.

sobre lo irrisorio». Allí Schopenhauer insiste en su teoría de la incongruencia respecto al humor: «el origen de lo risible está siempre en la paradójica e inesperada subsunción de un objeto bajo un concepto que le es heterogéneo, por lo que el fenómeno de la risa designa la súbita percepción de una incongruencia entre tal concepto y el objeto real pensado mediante él, o sea, entre lo abstracto y lo intuitivo. Cuanto mayor e inesperada resulte esta incongruencia para quien la capte, tanto más intensa será su risa»⁴³. Y en este capítulo, se aventura a ofrecer algunos ejemplos: «El público de un teatro de París reclamaba un día que tocasen *La Marsellesa* y, como no le hacían caso, armó un gran alboroto, hasta que finalmente un comisario de policía uniformado subió al escenario y explicó que en el teatro sólo podía interpretarse lo anunciado en el programa; entonces una voz clamó: “Y usted, caballero, ¿está también en el programa?”, lo que provocó una unánime carcajada»⁴⁴.

2.9. Søren Kierkegaard: lo cómico es contradicción indolora

Kierkegaard analiza el humor en términos de «lo cómico», y mantiene que el elemento más importante en lo cómico es la «contradicción». Así, escribe: «Lo cómico está presente en cada estadio de la vida (*excepto que la posición es diferente*), porque donde hay vida hay contradicción, y donde hay contradicción está presente lo cómico»⁴⁵. Y añade: «Lo trágico y lo cómico son lo mismo en tanto que ambas cosas son contradicciones, pero *lo trágico es contradicción sufriente, y lo cómico es contradicción indolora*»⁴⁶. La contradicción trágica es sufriente porque no encuentra la salida y se desespera por ello, la contradicción cómica es indolora porque esa salida a la contradicción sí que se conoce. Por los ejemplos que ofrece, es obvio que Kierkegaard tiene en mente algo más débil que la contradicción lógica o formal, y que se refiere a la incongruencia. Está interesado en el humor y en la ironía, por sus relaciones con las «tres esferas de la

⁴³ SCHOPENHAUER, Arthur: *El mundo como voluntad y representación*, 2. Alianza, Madrid, 2010, Complementos al Libro 1, Segunda Parte, Capítulo 8, pp. 127-128.

⁴⁴ *Ibid.*, p. 129.

⁴⁵ KIERKEGAARD, Søren: *Post Scriptum. No científico y definitivo a migajas filosóficas*. Sígueme, Salamanca, 2010, Segunda Parte, Segunda Sección, cap. 4, División 2. A, § 3, p. 499.

⁴⁶ *Ibid.*

existencia», o tres estados existenciales de la vida: 1) la esfera estética; 2) la esfera ética; y 3) la esfera religiosa. Defiende que la *ironía* marca la frontera entre las esferas estética y ética, mientras que el *humor* marca la frontera entre las esferas ética y religiosa. Así, piensa que el humor es la última etapa de la conciencia existencial antes de la fe. También percibe una fuerte conexión entre tener una visión religiosa de la vida y tener sentido del humor.

2.10. Sigmund Freud: la risa nos libera de energía retenida de carácter psíquico, mental o emocional

La propuesta de Sigmund Freud suele clasificarse como teoría de la liberación de tensión. En su libro *El chiste y su relación con lo inconsciente*⁴⁷ distingue tres tipos de situaciones en las que surge la risa: 1) El *chiste*: aquí la energía retenida es la que se usaría normalmente para reprimir sentimientos o pensamientos hostiles o sexuales. 2) Lo *cómico*: en este caso, la energía retenida es energía de pensamiento –hemos retenido un exceso de energía para llevar a cabo procesos cognitivos que descargamos con la risa–. 3) El *humor*: aquí la energía retenida es energía de emoción. Nos preparamos para sentir temor, pena, o alguna otra emoción negativa, pero entonces nos damos cuenta de que no necesitamos estar implicados, de modo que la energía acumulada para la emoción resulta de repente superflua y la descargamos a través de la risa.

2.11. Henri Bergson: la risa se dirige a la rigidez mecánica y tiene una función social

Henri Bergson entiende que la risa es un gesto social hacia aquellos que no se comportan de un modo flexible, sensible al contexto. Lo ridículo es algo mecánico incrustado en la manera de vivir. El propósito de la risa es eliminar esa rigidez a través de la humillación, y, de este modo, promover un comportamiento libre y bien adaptado. Bergson considera, por tanto, que el objeto de la risa es la rigidez mecánica y que esto tiene una función social. En su ensayo más relevante sobre este tema escribe: «Para comprender la risa hay

⁴⁷ FREUD, Sigmund: *El chiste y su relación con lo inconsciente*. Alianza, Madrid, 2010.

que situarla en su medio natural, que es la sociedad; sobre todo hay que determinar su función útil, que es una función social»⁴⁸.

Nos ofrece dos ejemplos. En primer lugar, nos muestra el ejemplo de un hombre que corre por la calle, tropieza y cae, y los transeúntes se ríen. En segundo lugar, nos dice que un bromista ha cambiado de sitio las cosas de una persona muy metódica, y se ríe porque moja su pluma en el tintero y la retira llena de barro, o cree que se va a sentar en una silla resistente y da con su cuerpo en el suelo.

Lo que en ambos casos causa risa es la «rigidez de cosa mecánica» donde uno esperaba hallar agilidad vigilante y la viva flexibilidad de una persona. También el distraído causa risa porque, inmerso en sus pensamientos, pierde la capacidad de responder con agilidad a las situaciones reales, como le ocurre al que, mirando a las estrellas, cae en un pozo.

Bergson lo expresa de este modo: «Toda *rigidez* del carácter, del espíritu y aun del cuerpo, le resultará sospechosa a la sociedad, porque sería la posible señal de una actividad que se adormece, y también de una actividad que se aísla, que tiende a apartarse del centro común alrededor del cual gravita la sociedad, siendo, en fin, señal de excentricidad»⁴⁹. La excentricidad es algo que inquieta a la sociedad y ésta, mediante la risa, la reprime, haciendo que se vuelva ágil toda la rigidez mecánica que pudiera quedar en la superficie del cuerpo social.

2.12. Teorías actuales sobre el humor

Como ejemplos de teorías actuales ofreceré, a continuación, algunas breves pinceladas sobre las propuestas de cuatro autores: John Morreall, Michael Clark, Roger Scruton y Mike W. Martin.

En el libro *Taking Laughter Seriously*⁵⁰, John Morreall examina tres teorías tradicionales sobre la risa (la teoría de la superioridad, la teoría de la incongruencia y la teoría de la liberación de la tensión), y muestra que ninguna explica todos los casos en los que se produce la risa. Pero, partiendo de las características compartidas por las

⁴⁸ BERGSON, Henri: *La risa. Ensayo sobre la significación de lo cómico*. Alianza, Madrid, 2008, p. 15.

⁴⁹ *Ibid.*, p. 23.

⁵⁰ MORREALL, John: *Taking Laughter Seriously*. State University of New York, Albany, 1983, pp. 1-59.

tres teorías, él elabora una nueva propuesta, según la cual la risa resulta de un cambio repentino psicológico agradable. Esta propuesta da cuenta de todos los casos de aparición de la risa.

Michael Clark, por su parte, evalúa las teorías de la superioridad, la liberación de la tensión y la incongruencia como teorías del humor, no de la risa. Según entiende este autor, en sus versiones clásicas, las tres están abiertas a contraejemplos, aunque la teoría de la incongruencia puede modificarse para volverla adecuada. Al desarrollar su propia versión de la teoría, Clark procede buscando el «objeto formal» de la diversión, es decir, la descripción bajo la cual algo no puede ser pensado si no es para divertirnos. Este objeto formal es lo que es visto como incongruente. La propuesta de Clark para capturar la esencia de la diversión es que consiste en el disfrute de percibir o pensar en lo que es visto como incongruente, en parte, al menos, porque es visto como incongruente.⁵¹

Roger Scruton⁵² comparte con Clark que ayudaría mucho encontrar un «objeto formal» de la risa humorística –la descripción bajo la cual nada puede ser pensado si no es para divertirnos–. Pero rechaza la pretensión de Clark de que la incongruencia sea el objeto formal. Consideremos, dice, contraejemplos como nuestra diversión por una caricatura, en la que lo que nos divierte es lo que encaja y no la incongruencia, entre la representación y la persona. Scruton no ofrece un objeto formal de la diversión, sino un patrón de pensamiento característico de la diversión. Este patrón es el disfrute de la devaluación o demolición de algo humano. Explorando la naturaleza de la diversión, Scruton hace varias interesantes observaciones. Dos de las más importantes son que la diversión es un tipo de interés estético, y que la diversión se diferencia de modo significativo de los casos estándar de las emociones.

Mike W. Martin desafía dos visiones comunes sobre el humor: que la diversión es el disfrute de la incongruencia, y que la diversión es un tipo de experiencia estética⁵³. Desafía la primera discutiendo el ensayo de Clark «Humor and Incongruity». El disfrute de la incongruencia por su propio motivo es una condición necesaria para la diversión, pero no suficiente en la medida en que podemos disfrutar

⁵¹ CLARK, Michael: «Humor and Incongruity», en *Philosophy* 45 (1970), pp. 20-32.

⁵² SCRUTON, Roger: «Laughter», en *Proceedings of the Aristotelian Society*, suppl. vol. 56 (1982), pp. 197-212.

⁵³ MARTIN, Mike W.: «Humor and the Aesthetic Enjoyment of Incongruities», en *British Journal of Aesthetics* 23 (1983), pp. 74-85.

la incongruencia –por ejemplo, en la forma de ironía en *Edipo Rey*–, sin divertirnos. Para desarrollar una condición suficiente para, al menos, los casos centrales de diversión, Martin considera que tenemos que añadir una condición basada en la tendencia a la diversión. También cuestiona que la diversión sea un tipo de experiencia estética mostrando que sólo alguna diversión es estética. Cuando las razones para el disfrute del humor son sexuales o agresivas, entonces la diversión no es un disfrute estético. Es solamente cuando las razones para la diversión yacen en el disfrute de la incongruencia por sí misma, cuando la diversión constituye disfrute estético.

En España, los estudios sobre la filosofía del humor han sido elaborados con cierto calado, al menos, por José Luis Suárez Rodríguez⁵⁴ y Eduardo Jáuregui.⁵⁵

2.13. Ética del humor

Entre los autores que han escrito sobre la ética del humor en la actualidad, cabe mencionar, al menos, a Ronald de Sousa⁵⁶, Joseph Boskin⁵⁷ y John Morreall. Destaca el libro de este último titulado *Comic Relief. A Comprehensive Philosophy of Humor*, que contiene dos capítulos sobre la ética del humor⁵⁸. Entre los temas más estudiados que afectan a la ética del humor se encuentran los chistes racistas o sexistas. Para Morreall, aunque la consideración de ese tipo de chistes es claramente importante, no deja de ser una pequeña parte de lo que se ha escrito sobre la ética del humor en las últimas décadas. En su libro distingue entre dos tipos de ética del humor: la negativa y la positiva.

⁵⁴ SUÁREZ RODRÍGUEZ, José Luis: *Filosofía y humor. El guiño de la lechuga*. Apis, Madrid, 1988.

⁵⁵ JÁUREGUI, Eduardo: *Situating Laughter. Amusement, Laughter and Humor in Everyday Life*. op. cit.

⁵⁶ DE SOUSA, Ronald: «When Is It Wrong to Laugh?», en MORREALL, John (ed.): *The Philosophy of Laughter and Humor*. State University of New York Press, Albany, 1987, pp. 226-249.

⁵⁷ BOSKIN, Joseph: «The Complicity of Humor: The Life and Death of Sambo», en *Philosophical Forum* 9 (1977-78), pp. 371-382; BOSKIN, Joseph: *Sambo. Rise and Demise of an American Jester*. Oxford University Press, Oxford, 1986.

⁵⁸ MORREALL, John: *Comic Relief. A Comprehensive Philosophy of Humor*. Wiley-Blackwell, Malden, MA, 2009, pp. 90-124.

1.- La ética negativa del humor

Un planteamiento ha consistido en lanzar objeciones al humor diciendo que tiene malos efectos en las personas. Así, se dice que el humor es insincero, perezoso, irresponsable, hedonista, que disminuye el autocontrol, que es hostil, que fomenta la anarquía, o que es, simplemente, propio de personas tontas, poco inteligentes. Así pues, practicar el humor sería una expresión de la falta de ética.

John Morreall entiende que hay formas moralmente cuestionables del humor, y que esas formas hay que rechazarlas, pero hay muchas formas de humor que son valiosas⁵⁹. Eso nos lleva a la consideración del humor desde la perspectiva ética en un sentido positivo.

2.- La ética positiva del humor

Este planteamiento muestra que el humor promueve tanto las virtudes intelectuales (apertura de mente, creatividad, pensamiento crítico) como las morales (honestidad, integridad, humildad). En este sentido, practicar el humor nos llevaría a elevar nuestra altura moral.

Personalmente considero que un camino que es necesario abrir en la actualidad, es el de aplicar los avances en los estudios de la ética del humor a las diversas esferas de la ética aplicada. A continuación mostraré algunas esferas de nuestra sociedad en las que ya se han aplicado los estudios sobre el humor. En mi opinión, queda pendiente, en el futuro, dar más contenido ético a la aplicación del humor a dichas esferas.

3. *El humor y la atención sanitaria*

3.1. El humor y la relación con el paciente

Son numerosos los libros que se han publicado a nivel internacional aplicando los estudios sobre el humor al ámbito de la salud⁶⁰.

⁵⁹ Cf. *ibid.*, p. 98.

⁶⁰ Por ejemplo, los siguientes: BUXMAN, Karyn (ed.): *Nursing Perspectives on Humor*. Power Publishers, Staten Island, Nueva York, 1995; FRY, William F. y SALAMEH, Waleed A. (eds.): *El humor y el bienestar en las intervenciones clínicas*. Desclée de Brouwer, Bilbao, 2004; MCGHEE, Paul: *Health, Healing and the Amuse System*. Kendall/Hunt., Dubuque, IA, 1996; MOODY, Raymond A.: *Humor y sa-*

Uno de los libros más interesantes en castellano en esta línea es el de Begoña Carbelo titulado *El humor en la relación con el paciente*⁶¹. Allí nos dice que en la relación asistencial se dan las situaciones necesarias para que el profesional lleve a cabo una intervención basada en el humor.

En la práctica, la intervención se entiende y planifica para disminuir la ansiedad del paciente y, en muchos casos, para controlar la agresividad. Carbelo realiza las siguientes observaciones:

- 1.- Como en toda intervención que se planifica con objetivos marcados previamente, es importante seguir unos pasos, y lo primero es valorar la ansiedad del paciente. Si ésta predomina en la relación, no es el momento adecuado para usar directamente el humor.⁶²
- 2.- Hay que organizar bien cómo y cuándo actuar y lo que queremos conseguir.
- 3.- Hay que analizar los resultados que se desean conseguir para planificar futuras intervenciones. Entre los resultados a conseguir se incluirían: a) Fomentar en los participantes su potencial divertido; b) Determinar los efectos del humor en el bienestar y autocuidado personal; c) Experimentar que el sentido del humor y la risa mejoran la flexibilidad, la comunicación y las relaciones.

Begoña Carbelo nos ofrece ejemplos de cómo el humor puede promocionar la salud mental, ayudar a manejar el dolor y mejorar el cuidado del paciente terminal.⁶³

3.2. El humor terapéutico

Otro importante libro sobre la aplicación del humor a la salud es el editado por Ángel Rodríguez Idígoras, titulado *El valor terapéutico del humor*⁶⁴. En ese libro leemos que el humor, que es una separa-

lud. El poder curativo de la risa. Edaf, Madrid, 1996; ROBINSON, Vera: *Humor and the Health Professions*. 2nd. ed. Charles B. Slack, Thorofare, NJ, 1991.

⁶¹ Cf. CARBELO BAQUERO, Begoña: *El humor en la relación con el paciente. Una guía para profesionales de la salud*. Masson, Barcelona, 2008.

⁶² BUXMAN, K.: «Humor in therapy for the mentally ill», en *Journal of Psychosocial Nursing* 12 (1991), pp. 15-18.

⁶³ Cf. CARBELO BAQUERO, Begoña: *El humor en la relación con el paciente. Una guía para profesionales de la salud*. op. cit., pp. 140-155.

⁶⁴ RODRIGUEZ IDÍGORAS, Ángel (ed.): *El valor terapéutico del humor*. Desclée de Brouwer, Bilbao, 2002.

ción de la realidad ordinaria, puede ser un instrumento para conseguir que se vuelva a ella. Veamos un ejemplo en el que un psicoterapeuta recurre al humor para ayudar a un paciente a tener una visión más realista de sí mismo.

– Paciente: *Todo el mundo piensa que soy antipático.*

– Terapeuta: *¿Todo el mundo? Cierto, en mi último viaje a Zambia todos comentaban lo antipático que eres.*

– Paciente: (entre risas) *Bueno, quizás no todo el mundo.*

Una de las escuelas psicológicas que más atención ha dedicado a lo humorístico como instrumento para la curación ha sido la Terapia Racional Emotiva. Albert Ellis⁶⁵, su fundador, es de la opinión de que la perturbación emocional en gran parte consiste en tomar la vida demasiado en serio, en exagerar la importancia de las cosas.

A continuación vamos a añadir algunos de los beneficios terapéuticos del humor⁶⁶:

- 1.- *El humor puede ayudar a los enfermos a reírse de sí mismos y de ahí a autoaceptarse con sus puntos vulnerables.* Recordemos el acto primero de *Cyrano de Bergerac* de Edmond Rostand, cuando el protagonista es burdamente insultado por un mequetrefe, a causa de las proporciones desmesuradas de su nariz y éste se indigna, no por el agravio, sino por la falta de ingenio del ofensor. Acto seguido Cyrano comienza a burlarse de su nariz de mil maneras más originales.
- 2.- *El humor evidencia muchos comportamientos auto-destructivos.* Ellis nos ofrece el siguiente ejemplo: cuando un paciente confiesa ante un grupo de trabajo psicoterapéutico haber cometido cinco veces alguna conducta estúpida, que le ocasiona pensamientos de culpabilidad, el coordinador puede afirmar: *«¿Y cómo es que usted forma parte de este grupo? Para pertenecer a este grupo es requisito indispensable cometer conductas estúpidas al menos ocho veces entre sesiones».*
- 3.- *El humor proporciona nuevos datos para hallar mejores soluciones.* Noel Carrasco opinaba que «todas las verdades se pueden decir, mientras no se digan en serio. La verdad no molesta, molesta la intención de corregir al prójimo, que lleva en sí la seriedad».

⁶⁵ Cf. ELLIS, A. y GRIEGER, R.: *Manual de terapia racional-emotiva*. Desclée De Brouwer, Bilbao, 1981.

⁶⁶ RODRIGUEZ IDÍGORAS, Ángel: «La dimensión terapéutica del humor», en RODRIGUEZ IDÍGORAS, Ángel (ed.): *El valor terapéutico del humor*. Desclée de Brouwer, Bilbao, 2002, pp. 32-38.

4.- *El humor desinfla el artificio de la grandiosidad humana.* Julio Carabias nos cuenta una anécdota de un amigo suyo, escritor, que había dejado un manuscrito a un crítico. El diálogo fue de esta manera:

– *Me gustaría conocer su opinión.*

– *Es una porquería.*

– *Sí ya sé que su opinión es una porquería, pero de todas formas, me gustaría conocerla.*

5.- *El humor ayuda a pensar paradójicamente y a actuar de forma opuesta a lo que se suele hacer.*

El humor hace desaparecer la monotonía de temas y argumentos repetitivos en las sesiones. Demuestra lo divertido que es disfrutar de la vida. Distrae momentáneamente al paciente de sus ideas auto-destructivas, etc.

Hay que añadir la capacidad que posee para liberar tensiones y exteriorizar conflictos que generan angustia, miedos, tristeza, etc.

El humor será más frecuente cuanto mejor predisposición se tenga a encontrar el lado jocoso de las cosas.

3.3. Los efectos saludables del humor

El buen humor o, mejor expresado aún, el buen sentido del humor, es algo muy saludable desde el punto de vista del cuidado de la salud.

Como nos dice Ángel Rodríguez Cabezas⁶⁷, hay una evidente correlación entre la risa como expresión del buen humor y la vida misma, de tal forma que el ejercer el sentido del humor a través de la ironía sutil, sonriendo y riendo es la mejor manera de sobrevivir en este mundo hostil.

Patch Adams es el nombre de un médico de Virginia que utiliza la risa como tratamiento en sus enfermos. Entre sus métodos inéditos, uno sobresale: él mismo se disfraza de payaso en los hospitales y obtiene resultados extraordinarios sin importar la edad del enfermo. Sobre este tema giró la película más taquillera de los Estados Unidos el año 1999, titulada *Patch Adams*. El papel de este doctor lo representaba el actor Robin Williams.

⁶⁷ Cf. RODRÍGUEZ CABEZAS, Ángel: «Efectos del humor: consideraciones médicas», en RODRÍGUEZ IDÍGORAS, Ángel (ed.): *El valor terapéutico del humor*. Desclee De Brouwer, Bilbao, 2002, p. 44.

El presidente de la Asociación para el Humor Aplicado y Terapéutico de Estados Unidos (AATH), Steven M. Sultanoff, dijo sobre Patch Adams: «Pese a su extravagancia, está contribuyendo a cambiar la actitud de muchos médicos y de buena parte del personal sanitario. Incluso existen ya cirujanos que recurren al humor en sus relaciones con los enfermos. Así se tranquilizan en el preoperatorio y reducen el tiempo de recuperación después de la intervención».

4. El humor y la empresa

4.1. La integración de diversión y trabajo

Son también numerosos los libros que aplican el humor al mundo empresarial⁶⁸. Para analizar la relación del humor con la empresa tomaré dos textos importantes, accesibles en castellano. En primer lugar me basaré en el libro de Leslie Yerkes, *Con humor se trabaja mejor*⁶⁹. A continuación destacaré algunas ideas que contiene el libro de Eduardo Jáuregui y Jesús Damián Fernández, *Alta diversión. Los beneficios del humor en el trabajo*.⁷⁰

Leslie Yerkes había escrito anteriormente un libro con David Hemsath titulado *301 Ways to Have Fun at Work*⁷¹, y después de viajar por Estados Unidos visitando empresas, asegura que es universal el deseo de divertirse en el trabajo.

El libro que ahora voy a comentar se publicó en 2001 con el título *Fun Works*, y ha sido traducido al castellano en 2003 con el título *Con humor se trabaja mejor. Es posible asociar trabajo con diversión*.

Durante el año 2000 investigó empresas famosas por su exitosa integración de diversión y trabajo, manteniendo entrevistas persona-

⁶⁸ Por ejemplo, los siguientes: BLUMENFELD, E., y ALPERN, L.: *Humor at Work*. Peachtree Publishers, Atlanta, 1994; KUSHNER, Malcolm: *Cómo hacer negocios con humor*. Ediciones Granica, 1990; MORREAL, John: *Humor Works*. HRD Press, Amherst, MA, 1997; PAULSON, Terry: *Making Humor Work*. Crisp Publishing, Los Altos, CA, 1989; WEINSTEIN, Matt: *Managing to Have Fun*. Simon and Schuster, New York, 1997; WEINSTEIN, Matt y BARBER, Luke: *Trabaje menos y gane más (Pasándolo bien). 50 Formas de conseguirlo*. Amat, Barcelona, 2002.

⁶⁹ YERKES, Leslie: *Con humor se trabaja mejor. Es posible asociar trabajo con diversión*. Ediciones Gestión 2000, Barcelona, 2003.

⁷⁰ JAÚREGUI, Eduardo y FERNÁNDEZ, Jesús Damián: *Alta diversión. Los beneficios del humor en el trabajo*. Alienta, Barcelona, 2008.

⁷¹ HEMSATH, Dave y YERKES, Leslie: *301 Ways to Have Fun at Work*. Berrett-Koehler, San Francisco, California, 2009.

les con muchos de sus fundadores y miembros de su personal. También hizo fotografías.

Descubrió que esas empresas estaban regidas por lo que ella llama «los once Principios de la Fusión Diversión/Trabajo»⁷². Ilustra cada uno de esos principios con el caso de una empresa. Empresas como Southwest Airlines, Harvard University Dining Services, Blackboard, Inc., Isle of Capri Casinos, Inc., y siete más.

Esta autora afirma que es posible crear una empresa alegre y feliz. Un lugar donde no sólo se realicen productos y servicios de calidad, sino que sea un lugar conocido por lo bien que nos lo pasamos generando relaciones internas y externas. Es tiempo de convertir la diversión en el trabajo en algo importante.

Para muchos de nosotros, el trabajo se ha convertido en quienes somos. Es la definición de nuestra persona. Desgraciadamente, eso significa muchas veces que el trabajo es una vida sin diversión, sin amigos, sin familia. En *The Working Life: The Promise and Betrayal of Modern Work*, Joanne B. Ciulla⁷³ dice: «... el trabajo sustituye, a veces, la plenitud que solíamos obtener a partir de la familia, los amigos, la religión y la comunidad... Una de las primeras cosas que los americanos preguntan cuando les presentan a alguien es “¿En qué trabajas?”».

Existen ejemplos en el pasado de la integración de la diversión en el trabajo. Así, la construcción de graneros pasó de ser una tarea imposible para una o dos personas a un acto comunitario parecido a una merienda en el campo en el transcurso del cual el granero aparecía en una sola jornada. El elemento de diversión convirtió una tarea imposible en una tarea prevista, con los amigos, la familia y los vecinos trabajando codo con codo por el bien común y compartiendo la comida. Un ejemplo cinematográfico lo encontramos en la famosa película *Siete novias para siete hermanos*.

Hoy hemos convertido la diversión en un tabú para el trabajo. Sin embargo, el concepto de trabajo vuelve a estar en pleno cambio. Empezamos a redescubrir que la diversión y el trabajo tienen algo que ver. La premisa de Yerkes es que «trabajo y diversión están naturalmente unidos».⁷⁴

⁷² YERKES, Leslie: *Con humor se trabaja mejor. Es posible asociar trabajo con diversión*, op. cit., p. 12.

⁷³ CIULLA, Joanne B.: *The Working Life. The Promise and Betrayal of Modern Work*. Three Rivers Press, Nueva York, 2000.

⁷⁴ YERKES, Leslie: *Con humor se trabaja mejor. Es posible asociar trabajo con diversión*, op. cit., p. 22.

La integración de diversión y trabajo no se refiere a *qué* hacemos, sino a *quiénes* somos cuando trabajamos.

4.2. Principios de la fusión diversión/trabajo

Yerkes después de investigar docenas de empresas en Estados Unidos, obtiene los siguientes principios de la fusión diversión/trabajo:

1.- Principio uno: *Dé su permiso para que los demás rindan.* (Permita que la gente dé lo mejor de sí en el trabajo diario).

Permita que las personas den lo mejor de sí en el trabajo diario. Para que este principio sea efectivo, es imprescindible la presencia de *un líder excelente*. El líder ha de mostrar que sólo es posible conseguir los mejores resultados si se integran diversión y trabajo.

2.- Principio dos: *Desafíe los prejuicios.* (Anule las creencias autoimpuestas que impiden la liberación de la totalidad de su personalidad).

Pasamos más tiempo en el trabajo que en ningún otro lugar y, a pesar de ello, nuestros propios prejuicios nos impiden disfrutar de ese tiempo en toda su plenitud. Nuestra creencia de que «cuando acabemos el trabajo ya podremos divertirnos» es tal vez el mayor obstáculo que afrontamos para integrar la diversión en el puesto de trabajo.

3.- Principio tres: *Capitalice la espontaneidad.* (No se trata de un programa, sino de una filosofía. No se trata de lo que haces, sino de lo que eres).

La diversión no aparece necesariamente por estar programada; se desarrolla en una cultura que anime su existencia.

4.- Principio cuatro: *Confíe en el proceso.* (La energía no es algo que crezca como un músculo. Una risa forzada no es una verdadera risa).

Una risa forzada no es una verdadera risa. Del mismo modo, lo importante no es qué cosa es la que hay que hacer, sino el proceso para hacerla.

5.- Principio cinco: *Valore una diversidad de estilos divertidos.* (No todos lo hacemos todo de la misma manera).

No existe la forma correcta o incorrecta de pasárselo bien. Sea inclusivo y comparta su energía para divertirse con toda la gente interna y externa de su organización.

6.- Principio seis: *Expanda los límites.* (No cree reglas que limiten el proceso).

El equilibrio ideal entre diversión y trabajo sólo se consigue cuando todas las personas involucradas comprenden los límites del terreno de juego.

7.- Principio siete: *Sea auténtico.* (Sea sincero en todo momento con su mejor yo, sea concienzudo).

Para comprender la integración entre diversión y trabajo es necesario aceptar que se trata de un estado de «ser», no un estado de «hacer».

8.- Principio ocho: *Elija.* (Acepte la totalidad de la persona).

Elegir significa darse permiso. La verdadera diversión no es algo que se decida hacer, es algo que se decide ser. «La diversión es decidir dar diariamente en el trabajo lo mejor de uno mismo».⁷⁵

9.- Principio nueve: *Contrate buen personal y apártese de su camino.* (Confíe en que sus empleados utilicen su propio criterio).

Si confía en sus empleados como el activo de mayor valor de su empresa, ¿por qué no confía en que utilicen su propio criterio y aporten la diversión al puesto de trabajo? Cuando la diversión está «en» el trabajo y da como resultado la satisfacción de un trabajo y unas relaciones laborales buenas, hay poco riesgo de que cuando el jefe deje de vigilar los empleados dejen de trabajar.

10.- Principio diez: *Adopte el pensamiento expansivo y acepte el riesgo.* (Aprenda a captar y desarrollar el pleno potencial de sus empleados).

La cultura que aprende a captar y desarrollar el pleno potencial de sus empleados se siente cómoda corriendo riesgos y con el pensamiento expansivo. Para tener éxito con el riesgo, debemos superar el temor al fracaso.

⁷⁵ Ibid., p. 25.

11.- Principio once: *Celébrello*. (No hay nada más divertido que la celebración del éxito).

No hay nada más divertido que la celebración de un éxito o de una victoria compartida. La celebración por sí misma genera energía para emprender nuevos esfuerzos. El reconocimiento individual y la celebración colectiva animan el mejor rendimiento.

4.3. Los beneficios del humor en el trabajo

Eduardo Jáuregui y Jesús Damián Fernández, por su parte, señalan los siguientes beneficios del humor en el trabajo⁷⁶:

- 1.- El humor aumenta la productividad.
 - Reduce el estrés y potencia la salud y las capacidades de las personas.
 - Fortalece la motivación individual y colectiva.
 - Atrae y retiene a los recursos humanos más valiosos.
 - Estimula la innovación.
 - Optimiza la comunicación interna.
 - Favorece el aprendizaje.
 - Cohesiona los equipos humanos.
- 2.- El humor favorece la venta.
 - Potencia el impacto persuasivo de los mensajes de venta.
 - Fortalece las relaciones con los clientes.

Los autores examinan estos beneficios uno a uno.

5. Humor y educación

5.1. Obstáculos para dejar aflorar el humor en la educación

La última línea de trabajo que mencionaré en este artículo es la que aplica los estudios sobre el humor al ámbito de la educación, campo en el que también se han publicado interesantes libros.⁷⁷

⁷⁶ JÁUREGUI, Eduardo y FERNÁNDEZ SOLÍS, Jesús Damián: *Alta diversión. Los beneficios del humor en el trabajo*. Alienta, Barcelona, 2008, pp. 24-35.

⁷⁷ Por ejemplo, los siguientes: FERNÁNDEZ SOLÍS, Jesús Damián y FRANCIA, Alfonso: *Animar con humor. Aprender riendo, gozar educando*. CCS, Madrid, 1995; FRANCIA, Alfonso y FERNÁNDEZ SOLÍS, Jesús Damián: *Educar con humor*. Aljibe, Málaga, 2009; GARCÍA CERRADA, Manuel y FERNÁNDEZ SOLÍS, Jesús Damián: *El valor pedagógico del humor en la educación social*. Desclée de Brouwer, Bil-

Es importante tener en cuenta al humor como un componente irremplazable de la educación. En lo que sigue, señalaré algunas aportaciones de Jesús Damián Fernández Solís a este tema.⁷⁸

Aplicar el sentido del humor en la educación nos ayuda a superar las frustraciones, a relativizar los fracasos, a sobrellevar los desencantos, a desterrar los momentos de apatía y desánimo con el objetivo de establecer una buena comunicación con nosotros mismos y con el entorno en donde realizamos nuestra labor educativa.

Jesús Damián Fernández Solís nos presenta algunos obstáculos que impiden que el humor saque a pasear su sana alegría:

- 1.- El sentido del ridículo.
- 2.- La autoarrogancia.
- 3.- El fanatismo.
- 4.- La focalización de la realidad.
- 5.- Entender el humor como equivalente de inmadurez.
- 6.- Entender el humor como malgastar el tiempo.
- 7.- Entender el humor como ausencia de formalidad y de eficacia.

5.2. El humor como requisito imprescindible de la educación

El sentido del humor es un requisito imprescindible en la tarea educativa. Seguidamente enunciaremos algunas de las poderosas razones que justifican esta afirmación:⁷⁹

- 1.- *Ofrece una respuesta positiva.* Ante una sociedad desencantada, pesimista y pasiva, el sentido del humor nos muestra la otra cara de esa misma sociedad rebosante de esperanza, ilusión y optimismo realista.

E. Temprano⁸⁰ escribe que nos encontramos ante una sociedad muy tecnificada de rostros neutros y tristes, dominada por el culto a la imagen. En las grandes ciudades masificadas se observa una deshumanización que es posible combatir mediante la risa.

bao, 2010; GARCÍA LARRAURI, Begoña: *Claves para aprender en un ambiente positivo y divertido. Todo rueda mejor si se engrasa con humor.* Pirámide, Madrid, 2010; TAMBLYN, Doni y WEISS, Sharyn: *The Big Book of Humorous Training Games.* McGraw-Hill, 2000; TAMBLYN, Doni: *Reir y aprender.* Desclée de Brouwer, Bilbao, 2006.

⁷⁸ Cf. FERNÁNDEZ SOLÍS, Jesús Damián: «Pedagogía del humor», en RODRÍGUEZ IDÍGORAS, Ángel (ed.), *El valor terapéutico del humor.* Desclée De Brouwer, Bilbao, 2002, pp. 65-90.

⁷⁹ Cf. *ibid.*, pp. 72-73.

⁸⁰ TEMPRANO, E.: *El arte de la risa.* Seix Barral, Barcelona, 1999.

- 2.- *Ofrece pistas sobre un modelo de educador.* Alegre, cercano, entusiasta, motivador y divertido. Arriesgada pero interesante tarea si se desea conjugar la ciencia con el encuentro entre el educador y los educandos.
- 3.- *Ayuda a soportar los contratiempos.* Desdramatiza los conflictos. No toma las cosas trágicamente. Ayuda a descargar el exceso de estrés. La dificultad es vivida como otro objetivo oculto dentro de la programación.
- 4.- *Muestra nuevas pistas de actuación.* Diseña ejercicios innovadores. Propone contenidos alternativos. Sugiere actuaciones emprendedoras.
- 5.- *Ayuda a estar despierto.* El sentido del humor ayuda a los educadores a ser personas lúcidas y, por lo tanto, despiertas. Conscientes de la realidad en la que viven. Conocedores de sus limitaciones y ventajas.
- 6.- *Abre la mente.* Destierra prejuicios irracionales. Ayuda a pensar desde diferentes perspectivas. Se arriesga a afrontar nuevas fórmulas de enseñanza. Inventa metodologías creativas.
- 7.- *Genera un estilo de enseñanza.* Ofrece una forma peculiar de educar.
- 8.- *Ayuda a crear materiales educativos.* Adapta viejos juegos. Propone puzzles instructivos. Diseña estimulantes ejercicios educativos.
- 9.- *Estimula el reciclaje permanente.* Al margen de los cursos oficiales, el sentido del humor impulsa y estimula a los educadores en la formación continua de los mismos. Formación y reciclaje que persiguen la tan ansiada renovación pedagógica.
- 10.- *Ayuda en el autoanálisis del rol del educador.* Ofrece una radiografía profesional del educador. El educador se interesa entonces por saber qué es lo que realmente les gusta e interesa a los alumnos, y lo que éstos aprenden.

Conclusiones

La relevancia de las asociaciones, revistas científicas, redes, centros y archivos dedicados al estudio del humor a nivel internacional es una muestra del interés creciente que ha despertado el estudio interdisciplinar sobre el humor en nuestros días. De modo específico, podemos decir que es también creciente el interés por este tema en España, como refleja el hecho de que cada vez se están sumando

más universidades y centros a su análisis. Encontramos estudios filosóficos, lingüísticos y culturales, entre otros, así como aplicaciones a varias esferas de la sociedad. La mayoría de los grandes filósofos clásicos dedicaron un espacio a reflexionar sobre el humor, situándose, al menos, en alguna de las siguientes orientaciones: la teoría de la superioridad, la teoría de la incongruencia, y la teoría de la liberación de la tensión. Los autores actuales parten de dichas teorías para ofrecer nuevas aportaciones filosóficas sobre el humor. A su vez, la ética del humor es un tema de estudio incipiente en la actualidad, que tiene aún muchas posibilidades para el futuro, en tanto sea combinado con las éticas aplicadas. Los estudios sobre el humor se están aplicando a importantes esferas de nuestra sociedad, como son la atención sanitaria, el mundo empresarial y la educación. Los estudios reflejan que el humor puede contribuir a mejorar la actividad profesional en cada una de esas esferas.

Solicitado el 18 de abril de 2010

Aprobado el 12 de noviembre de 2011

Juan Carlos Siurana
Universidad de Valencia
Juan.C.Siurana@uv.es