

IV - Du rire à la jubilation

Le rire a plusieurs fonctions : il permet de se moquer, de se faire du bien, de se délivrer, de se défendre, d'échapper à la douleur ou à la tristesse. Mais, avant toute chose il permet de communiquer.

Rire c'est dire à l'Autre et à soi-même qu'on n'a pas perdu sa part d'enfance. Car, on le sait, rire ce n'est pas sérieux !

Notre société occidentale valorise l'absence d'émotions. Il nous faut nous tenir dans une attitude sociale, professionnelle, relationnelle perpétuellement digne, solide. Non pas sereine mais dénuée de traces émotionnelles. Il nous faut être, en fait, illisible pour l'Autre.

Pourtant, le rire est un partage. Il contient une part de rêve, d'invisible, d'imaginaire. Le rire ouvre une porte ce qui permet à l'Autre, en écho, d'en faire autant pour, ainsi, oser s'installer dans une aventure intime, complexe, baroque, ludique.

Même s'il sert à la moquerie, le rire reste naïf. Il est une expression plus forte que soi. C'est une expression spontanée, non préparée, non calculée, non pensée.

Le rire s'impose à nous. Et l'accepter c'est accepter de s'ouvrir à un espace en soi fait de surprises et d'étonnement. Le rire, son propre rire, nous permet de nous étonner nous-mêmes. D'aller vers soi dans une surprise possible, neuve et joueuse.

Il y a en chacun de nous un clown qui sommeille, qui voudrait faire rire, dire des blagues, faire des farces, jouer avec le temps, les larmes, la mort pour rester dans une promesse constante d'impossible.

Car, il y a, parfois, quelque chose d'absurde dans le rire parce qu'il s'inscrit, souvent, contre la dure réalité des choses. « L'humour est la politesse du désespoir » disait André Breton.

Charlie Chaplin et sa fameuse danse des petits pains dans « La ruée vers l'or » illustre parfaitement cela. Le rire, malgré la misère et les épreuves, continue à affirmer la vie. Le rire dit oui, encore et encore sans se soucier des conséquences et des convenances.

Le rire est du désir éparpillé, distillé comme une pluie douce d'étoiles et il est tout aussi important que le reste d'apprendre à faire l'humour avec autrui.

Oui, le rire est une preuve d'amour puisqu'il recherche en permanence le partage, l'émulation, la complicité et le bien-être !

C'est une situation, un événement, quelque chose d'extérieur à soi qui entraînent le rire. Le rire est réaction. Accepter le rire c'est accepter d'être influencé par ce qui nous entoure . C'est une marque de confiance et de connivence avec le monde.

C'est l'événement, et notre adhésion à lui qui nous ordonne de rire, nous y oblige !

Mais, au-delà du rire réactif, instinctif il y a un autre rire qui prend, plutôt, la forme d'un sourire intérieur.

Ce sourire il s'installe en nous, de façon permanente par un long et, parfois douloureux, travail d'acceptation de soi.

C'est un parcours de retrouvailles avec ce qui se situe en son centre et qui crée une profonde acceptation de l'incarnation.

C'est une manière d'être là, avec le monde, sans en nier les souffrances mais en lui offrant, malgré tout, un visage accueillant, ouvert, généreux.

Ce n'est pas la béatitude avec ce que cela suppose de dénigrement du monde, non, c'est une façon souriante et riante d'être là !

Comme un enfant qui croit au monde et qui se laisse accueillir par lui pour le comprendre.

Dans ce rapport à soi s'immisce, petit à petit l'idée d'une jubilation.

Dans la trilogie du Revoir le dramaturge Botho Strauss fait dire à l'un de ses personnages : « C'est le tout petit peu d'espoir en moi qui est sur son trente et un » !

Peter Handke dans « Par les villages » dit : « Le temps de la vie ne doit-il pas être l'épisode du triomphe ? Exister doit être un triomphe ! Peut-être n'y a-t-il plus d'endroits sauvages mais le temps toujours sauvage et neuf demeure ».

Espoir, triomphe installés dans le temps comme une chanson forte écoutée par les étoiles, c'est cela la jubilation !

C'est une expérience de soi sans cesse remise sur le feu ! C'est une façon de s'avouer à soi-même qu'il vaut mieux vivre que de continuer à mourir. C'est une rire, n'en doutez pas ! Un rire continu même feutré. Un rire puissant même murmuré. Un rire intérieur qui surgit en soi et prend demeure dans le regard et sur les lèvres.

« Ce n'est pas parce que c'est difficile que nous n'osons pas, c'est parce que nous n'osons pas que c'est difficile » disait Sénèque.

Comment ne pas reconnaître la raison dans cette phrase.

Le rire permet de se libérer, de franchir les obstacles et les frontières. Le sourire intérieur, ce que j'appelle ici jubilation permanente permet d'installer l'être dans la joie renouvelée, renouvelable, tangente et constructive.

C'est un combat.

Mais nous avons en nous tous les ingrédients pour sortir vainqueurs de ce périple.

Ulysse a mis le temps mais il est revenu chez lui riche d'histoires, de peurs, de gloire, de larmes et de conquêtes.

« Heureux qui, comme Ulysse... »

Le rire et la jubilation nous permettent de retrouver notre demeure première : nous-mêmes et de nous y installer avec délice et bonheur !

Ainsi, lorsque ce sourire intérieur devient partie intégrante de nous-mêmes, lorsque nous jubilons du simple fait d'exister pouvons accéder à cette intelligence de vie qui est notre meilleur médecin et ainsi pouvoir sans cesse être présents dans le GAI RIRE !