

## Qu'est-ce que le rire ?

**Reportage France du 22 avril 2021 : « Rire : la science aux éclats » au Musée de l'Homme. <https://rfi.my/7KXF>**

**[On entend une musique en bruit de fond, des rires enregistrés et une voix off qui dit : Dès que la musique commencera, vous aurez 40 secondes pour faire rire votre adversaire.]**

**[Des voix de femmes qui rient : Ah, c'est pas mal ! / Oui, ça fait rire quand même !]**

### **Agnès Rougier :**

Nous sommes dans l'exposition joyeuse du Musée de l'Homme : « Rire, la science aux éclats », avec Aurélie Clemente Ruiz, responsable de l'exposition. Alors le rire, c'est à la fois physiologique et culturel. Chaque rire est unique par sa hauteur, son harmonie et d'ailleurs, on peut reconnaître un ami par son rire. Et puis, il est communicatif.

Aurélie Clemente Ruiz.

### **Aurélie Clemente Ruiz :**

Le rire, c'est quelque chose qui se partage. Le rire est contagieux : comme quand on baille, on fait bailler d'autres personnes. Eh ben le rire, c'est souvent la même chose.

Et donc, ça effectivement, c'est un phénomène qu'on retrouve dans le cerveau, hein, qui a été scientifiquement étudié. Donc, on identifie les différentes zones qui sont activées dans le cerveau, suivant la stimulation du rire. Y'a le rire mimétique, par contagion. Y'a le rire quand il y a un stimuli physique, qui n'est pas le même que quand on rit à une blague. Et puis il y a un rire forcé, et [que] parfois, même, on ne s'en rend pas toujours compte. C'est ça qui est aussi très subtil. Mais le cerveau, lui, reconnaît bien la différence, puisque ça ne mobilise pas la même chose dans notre cerveau.

### **Agnès Rougier :**

Le rire est contagieux, à cause de nos neurones miroirs qui permettent notamment l'empathie. D'ailleurs, toute une région de Tanzanie a subi, en 1962, une épidémie de fou rire inexplicable, qui a duré trois mois. Mais la contagiosité du rire a surtout des effets positifs. En 1995, le médecin indien Madan Kataria, constatant que ses patients joyeux guérissaient plus vite que ses patients sinistres, a fermé son cabinet et créé le yoga du rire. En France, Corinne Cosseron a suivi son exemple en fondant l'École internationale du rire il y a vingt ans. Et en créant une nouvelle discipline : la rigologie !

### **Corinne Cosseron :**

La rigologie, je l'ai créée quand je me suis rendue compte que déjà je trouvais stupéfiant qu'il y ait des gens qui n'arrivent plus à rire. Mais ce qui était encore plus stupéfiant, c'est qu'il y en ait qui aillent quand même dans le club de rire en se disant : « Je veux retrouver mon rire ». Et même là, dans le groupe, avec la contagion, ils n'y arrivaient pas. Donc ça, c'était assez fascinant pour moi. Je me suis demandé ce qui était bloqué en eux. Et la réponse a été que, en fait, quand on a une ou plusieurs émotions bloquées, quand on ne s'autorise pas sa tristesse ou sa colère, alors on bloque tout notre système émotionnel et on ne peut plus rire. Donc la rigologie est une technique plus profonde, qui permet de nous apprendre, avec ce côté ludique du yoga du rire, à nous libérer de l'ensemble de nos émotions, de manière à nous reconnecter à notre joie de vivre authentique.

### **Agnès Rougier :**

Mais les chiens, les grands singes ou les rats n'ont pas ce type de blocage. Ils rient simplement quand on les chatouille ! **[On entend des rires]**