

# El niño que ríe

*La frase suena a otras muchas cosas, pero aquí nos referimos a ese niño que se troncha de risa porque lo pasa bárbaro, goza riendo y está siempre dispuesto a desencajar sus mandíbulas llenando la vida de sonrisa y carcajada.*

*A veces, naturalmente, sólo se le forma en la cara una tenue arruga y sonrisa; otras, se le ve con cara seria y la gente le pregunta: «¿qué te pasa hoy, hombre?». Pero, enseguida, al fondo de cualquier pasillo, en el rincón de cualquier clase se oye un alboroto: «No sé qué pasa... que siempre se está riendo».*

*Aunque, para comenzar, y siguiendo los cánones de quienes estudian la risa, comenzaremos distinguiendo tres clases o tres formas de reír a gusto: «el niño que se ríe», «el niño que sonrío» y «el niño que ríe». Son, sin duda, pequeños matices, pero ayudan de algún modo a entender mejor la risa.*

JESUS GARRIDO

## El niño que se ríe

Hay, en primer lugar, «el niño que se ríe»; pero normalmente siempre «se-rie-de» o «se-rie-por». Así, por ejemplo, «se-rie-de» un chiste, o «se-rie-de» que otro compañero se ha caído en un charco; o «se-rie-porque» la tinta del boli le saltó a la nariz o «porque» alguien le hizo cosquillas.

Siempre, por tanto, hay alguna causa clara, inmediata, un «por qué» o un «de» que le provoca claramente la risa.

Muchas veces esa risa termina en lo que se llama carcajada y suele ir acompañada de gritos, gestos, saltos, puñetazos o ruidos en la mesa y, alguno que otro, se cae de la silla con las patas al aire.

## El niño que sonrío

O sea, el que hace esa arruga fina entre labios y mofletes. El que, ante un saludo, sonrío; ante un adiós, vuelve a sonreír. Ante una gracia, sonrío de nuevo; y agradece después con una sonrisa al que le da la merienda, le presta un lápiz, le cuenta un cuento o le dice que el sábado le llamará por teléfono.

Claro que los hay también quienes aprendieron muy temprano eso de la sonrisa irónica: ante un fallo de un compañero; ante un chiste malo por aquello de quedar bien; ante alguien que no tragas, por aquello de quedar mejor...

O la sonrisa débil, del pobre o del enfermo, que no tiene fuerza para más.

## El niño que ríe

Nunca se sabe exactamente por qué, pero ríe. Habla y, mientras habla, ríe. Cuando comienzas un chiste, ríe, aún antes de saber de qué va. Se sienta a la mesa y ríe. Comienza un partido y ríe. Siempre dice algo que hace reír enseguida.

Es de risa, suele decir la gente. No es precisamente que tenga gracia, no es el gracioso, aunque, a veces, sí lo sea. Es, más bien, un niño con risa incorporada: algo así como una

cierta alegría interna que le hace sentirse bien y relajado y cuya vista alegre también a los demás.

Pero no es tampoco el niño «a quien se le pasea el alma

EN PAGINAS INTERIORES  
 • Cómo medir las actitudes de nuestros alumnos  
 • La risa en la escuela (I, II, III)  
 • El niño que ríe de J. Garrido  
 • 40 actividades de J. Garrido

## PADRES Y MAESTROS

NUMERO 111

# el niño que ríe



• Por qué nos engañamos al juzgar al otro? • Jóvenes de hoy y escala de valores  
 • Cómo medir las actitudes de nuestros alumnos? • Matemáticas para los años 80 • Qué piensan los niños del pequeño ordenador en casa?  
 • 1985, Año Internacional de la Juventud •

por el cuerpo». Es una risa activa, que contagia, y surge como fruto de una dinámica interior que le bulle en el cuerpo. Ríe.

## Reír es saludable

Y, naturalmente, la escuela no goza, a veces, de buena salud: el ansia de efectividad, la obsesión del programa, la disciplina del horario, el control y angustia del profesor ante grupos numerosos, hace que la simple sospecha de risa se sienta, a veces, como una amenaza ante el orden y la estructura.

Sin embargo, la risa es uno de los elementos que la medicina ha querido integrar para una mejora efectiva de la salud de los enfermos. Así, por ejemplo, un especialista como Norman Cousins describe así una experiencia, en su libro «Anatomía de la Enfermedad»:

*«Tenía destrozada la espina dorsal y los doctores pronosticaban una difícil recuperación. Pero a alguien se le ocurrió poner entonces en funcionamiento su terapia: «reír es fuente de salud».*

*Efectivamente, puse en funcionamiento unas cintas de video que contenían programas como «Objetivo indiscreto», «El gordo y el flaco», «Charlotte», etc. Y la cosa comenzó a funcionar: después de diez minutos de intensas carcajadas, el enfermo comenzó a sentir un efecto anestésico y durmió perfectamente durante dos horas. Repetimos con alguna frecuencia el experimento y los efectos siguieron siendo positivos.*

*Y es que existe realmente una base química para todo ello: analizada la sedimentación que se produce en el cuerpo, después de que el enfermo ha vivido intensamente el momento de risa, había aumentado en dos o tres puntos, favoreciendo un sistema de resistencia a la inflamación».*

Por supuesto que nadie se cree eso de que la risa cure todo tipo de enfermedades. Nadie tampoco pretende afirmar eso. Lo que sí parece en cambio probable es que el cuerpo puede disponerse mucho mejor a combatir la enfermedad si la mente de cada cual se dispone más claramente hacia una actitud positiva y activa ante la enfermedad, que si se deja llevar pasiva y con cierta desesperación.

Sabemos bastante bien —afirma Cousins— que el miedo y la depresión, el «stress» tienen efectos demasiado serios en el cuerpo y que en su interior se producen reacciones químicas que impiden una circulación normal de la sangre. Mucha gente, en efecto, se muere a las puertas del hospital, no tanto por la gravedad de su ataque al corazón sino por el pánico que le envuelve.

## Bioquímica de la risa

Todo el mundo conoce que el cerebro es, sin duda, una glándula tremendamente activa. Los científicos nos hablan de más de dos mil sustancias que el cerebro segrega y que la mente del hombre influye para que esta secreción se produzca o no en cada caso. En este hecho se basa Cousins para afirmar que la alegría, el juego, la risa, influyen para que el cerebro actúe. No es, por tanto, la risa directamente curativa, pero predispone al cerebro para su acción.

Por su parte, los psiquiatras definen a la persona que tiene madurez con una serie de cualidades entre las que destaca la capacidad para reírse, tomar con humor y perspectiva las cosas y restar tragedia a los acontecimientos que pretenden venirnos encima. En cambio, a la persona que se siente enferma, le faltan precisamente estas cualidades.

Aun en situaciones límite, tales como los prisioneros en campos de concentración, el humor posible en esos casos actuó como medicina y defensa eficaz en muchas personas que, por suerte también, lograron sobrevivir. El «stress» lleva consigo la repercusión física de una tensión muscular, que se destruye inmediatamente con una situación humorística. No tenemos más que ver, por ejemplo, a tres personas que llevan un mueble: a alguien se le ocurre un chiste y los músculos se relajan de tal manera que es imposible cargar con el mueble

hasta que uno dice: «¡venga, dejaos de bromas!». Hay una inmediata conexión entre la fisiología muscular con la situación de relax provocada por la risa.

Si observamos, por ejemplo, a un conferenciante o a un político que quiere relajar y disponer sin tensiones al público, suele comenzar con una situación graciosa. Lo saben muy los líderes, a quienes se les prepara cuidadosamente el discurso y la forma específica de enfocar un tema escabroso. La risa relaja y, especialmente, produce placer: te lo pasas bárbaro leyendo un chiste, contando una situación graciosa y te unes enseguida al grupo que se parte de risa. El humor es fundamental y atrayente, produce placer y te pone en situación de afrontar las cosas con mayor calma y menor tensión.

## Las 6 características de «el niño que ríe»

El fenómeno del sentido del humor hay que examinarlo detenidamente para comprenderlo mejor. El psicólogo Harvey Mindess escribió un brillante análisis sobre el tema, al que tituló «Estar de buen humor». Luego identifica seis características que considera esenciales para esta actitud mental: flexibilidad, espontaneidad, anticonvencionalismos, perspicacia, alegría y humildad.

### • La flexibilidad

Para Mindess, significa tener buena voluntad para examinar y ver «todos los aspectos de cada cosa y todos los aspectos de cada aspecto». Es decir, ver las cosas con ojos frescos y vivos, estar abiertos a cualquier experiencia. Significa darle la vuelta a la piedrecita más menuda, a cualquier frase o situación, examinándolas desde todas las perspectivas posibles.

### • Espontaneidad

La segunda característica esencial para el sentido del humor es la **espontaneidad**, que para Mindess, significa poseer la habilidad suficiente para saltar de una forma de pensar a otra, ser capaz de ver y captar conexiones instantáneas. Es decir, elevar a un arte elevado la «asociación libre», técnica muy utilizada por los psicólogos. Cada idea, cada objeto, cada momento, cualquier comentario sugiere una larga serie de ideas sueltas, asociadas. Decirle a los niños, por ejemplo: «Poned nombres nuevos a unas píldoras para no dormir».

### • Informalidad

La tercera característica: «Falta de convencionalismos», significa libertad para actuar sin tener en cuenta los valores convencionales de un tiempo, lugar o cultura concreta. Por ejemplo, vestir o actuar en contra de la moda, como no llevar corbata o ir en mangas de camisa en un lugar donde todos deben ir de etiqueta.

### • Perspicacia

La cuarta característica de Mindess es la **perspicacia**. Significa, para él: «el rechazo a creer que alguien es aquello que parece ser». Tal vez nadie mejor que Charles Chaplin o Carson para ilustrar este caso, ya que en sus comics y películas ridiculizan a aquellas personas altivas que ocupan lugares privilegiados. Basta recordar la eficacia del film «El gran dictador», donde ridiculiza la figura gesticulante de Hitler.

### • Alegría

La quinta cualidad es la **alegría**; es decir: ser capaz de captar la vida como un juego —un juego tragicómico— donde nadie gana, pero en el que no se necesita ganar para disfrutar con él. De este modo, la enfermedad, la tragedia, la po-

breza, la infidelidad, la tristeza, la pena y la propia muerte son partes inevitables del juego. El único modo de jugar a él y no volverse loco es reconocer ésto, aceptarlo y, si es posible, reírse de ello. **Woody Allen** explota continuamente estas temas en su trabajo.

## • Humildad

La sexta y última característica de Mindess es la **humildad**: la habilidad para quitarle importancia a la limitación de nuestros conocimientos, al posible sin sentido de nuestros pensamientos más profundos. Esta actitud es, tal vez, la más difícil de desarrollar, puesto que casi todos nosotros nos tomamos demasiado en serio y nos creemos más importantes de lo que somos.

## Fomentar el humor en las escuelas

Así, pues, fomentamos el sentido del humor cuando nos animamos nosotros y animamos a nuestros alumnos a ser cada vez más flexibles, más espontáneos, menos convencionales, más perspicaces, alegres y humildes. Con la seguridad de que, al iniciar este proceso, contribuimos a desarrollar seres humanos más sanos y más felices.

«Ahora bien, en un sentido más práctico y específico, ¿qué se debe hacer para lograr estas características? A decir verdad, no estoy muy seguro. De lo que sí estoy seguro, sin embargo, es de que no se consiguen desarrollando un currículum de humor, organizado en diez lecciones prácticas.

Tal vez se podría comenzar reconociendo que las escuelas son lugares donde viven, trabajan y juegan seres humanos. Como le gustaba decir al pedagogo John Dewey, educar no consiste en preparar para la vida, sino que es la vida misma. Por eso las personas que están en las escuelas —niños y adultos— ríen, lloran, sienten rabia, alegría o tristeza porque son, sencillamente, seres humanos. La experiencia de estos sentimientos pertenece tanto a la escuela como la vida que se desarrolla en el exterior.

Está bien, pues, reír en la escuela. Todos nosotros, de cuando en cuando, cometemos equivocaciones; todos nosotros hacemos tonterías, nos confundimos, utilizamos mal las palabras, damos respuestas totalmente erróneas y confundimos el miércoles con el viernes. Desarrollar el sentido del humor depende de que el profesor reconozca esta condición, la acepte y la valore como un modo de hacer el aprendizaje y la enseñanza más humanos.

## Profesor que ríe, niño que ríe

Los buenos profesores, pues, están preparados para reírse de sí mismos, para compartir sus propias equivocaciones, para ayudar a los niños a comprender que los profesores también son humanos. Los buenos profesores animan a sus alumnos a reírse de sí mismos, a rebajar la tensión, haciéndoles ver los absurdos ocasionales, las inconsistencias, incluso a veces las tonterías completas que cometen en su comportamiento cotidiano.

Los buenos profesores también tienen el valor de enseñar a los niños a no reírse de las equivocaciones y desgracias de los otros. Al niño que reproduce mímicamente las palabras de un tartamudo hay que decirle que eso puede herirle mucho. Los chistes étnicos que los italianos, por ejemplo, cuentan a otro grupo de italianos pueden estar bien (al fin y al cabo, se están riendo de sí mismos), pero no los chistes étnicos que cuenta un grupo acerca de otro diferente. Por desgracia, no hay lección ni currículum posible que ayude al profesor a enfrentarse con esta clase de «humor». Hay que enfrentarse a él directamente, con verdad, diálogo e inteligencia.

Además, los buenos profesores que han desarrollado suficientemente su capacidad de humor deben buscar el modo de que los niños vean películas de artistas cómicos, procurando que no sea en los días precedentes a las vacaciones. Los niños deben saber que esas películas son obras de arte cómico y merecen los mismos comentarios o cineforums que se le dedican a un poema de Machado o a un film de Saura.

Estos profesores también deben mostrar a los niños cuadros y posters de artistas cómicos, deben aconsejarles que lleven diarios o hagan periódicos humorísticos, que hagan listas de sus chistes favoritos, de sus artistas cómicos favoritos, películas de TV., etc.; que hagan encuestas de humor (¿cuál es el chiste más divertido que recuerdas? ¿Por qué es divertido? ¿Cuál fue la última vez que hiciste reír a alguien? ¿Lo hiciste intencionadamente? ¿Cómo se puede hacer reír a un niño de cinco años?) grabar y discutir extractos de comedias, observar qué es lo que hace reír a la gente en un contexto social determinado, enseñar fotos de bebés y otras viejas fotografías familiares para encabezamientos de cualquier trabajo.

El profesor, consciente de la importancia del humor, utiliza todos aquellos materiales que cree útiles para desarrollar en sus alumnos las características esenciales que hemos señalado: flexibilidad, espontaneidad, anti-convencionalismos, perspicacia, alegría y humildad. Estas actitudes mentales son la base indispensable para que el sentido del humor nazca y se fortalezca.

## ACTIVIDADES



### 07. DOCUMENTOS

El material que incluimos a continuación es una colección que sirve o puede servir de recurso básico para profesores de primera y de segunda enseñanza. No se dan sugerencias para la utilización del material, que queda a la imaginación del profesor. La colección es una «muestra de humor» que puede sugerir al profesor materiales adicionales de todas clases.

- Utilización de clásicos de la comedia para niños. Por ejemplo: «Alicia en el País de las Maravillas», de Lewis Carroll.
- Buscar obras clásicas para adultos que puedan utilizar también los niños mayores: El ensayo de Mark Twain «El funeral». Algunos diálogos de «El Quijote».
- Utilización de dibujos cómicos procedentes de revistas, periódicos, etc.: Por ejemplo, suplementos semanales del periódico, páginas de humor, revistas de chistes e historietas.
- Coleccionar juegos de palabras, bien individualmente o toda la clase.
- Los comics son una parte esencial en la instrucción de todos los niños. Buscar o crear ese tipo de tests irónicos y poco convencionales para que los niños los contesten.