

Pourquoi rit-on ? Les études montrent que le rire est à la fois une pratique sociale mais qu'il est aussi très lié à l'activité cérébrale. Le rire serait une sorte de récompense que le cerveau se donnerait lui-même !

Par atlantico.fr le 07/06/2012

Tous les jours, il nous prend de court, et se répand ensuite, véritable contagion. Il s'agit du rire, bien sûr. Régulièrement des études sur cet éclatement de joie sont lancées, et les résultats sont toujours plus surprenants les uns que les autres.

En 2005, des chercheurs américains montraient que le rire permettait de brûler les calories. Ne riez pas, ce n'est pas une blague ! Ils expliquaient que rigoler pendant 10 à 15 minutes par jour éliminait l'équivalent des calories contenues dans un carré de chocolat.

En septembre dernier, des psychologues de l'université d'Oxford arrivent à la conclusion que le rire peut réduire la douleur. Le chercheur Robin Dunbar explique en effet que l'action de rire favorise la sécrétion d'endorphines, nos morphines naturelles qui entraînent une sensation de bien-être.

Mais ça ne répond pas à la question vraiment importante : pourquoi rit-on ?

Les scientifiques, les psychologues, et beaucoup d'autres se sont penchés sur la question, et les théories abondent. Mais soyez prévenus, chercher à comprendre l'origine du rire revient à s'intéresser aux fondements mêmes de la nature humaine... C'est que dès le plus jeune âge et avant même la parole, le rire est un moyen de communiquer avec les autres.

Pour commencer, chassons les idées reçues : une bonne blague est loin d'être l'unique chose qui déclenche le rire. Robert Provine, spécialiste américain de la question du rire, expliquait dans un article publié dans la revue *American Scientist* que l'homme rigole à la fin de phrases complètement normales, dénuées de toutes tentatives d'humour. Il indique notamment que les phrases qui provoquaient le plus de rires chez les sujets testés étaient "Vous n'avez pas à boire, payez-nous juste les verres" ou encore "Avez-vous des rendez-vous avec des personnes de votre espèce ?" Hilarant, n'est-ce pas ?

Pour tenter de comprendre ce phénomène, il est important de savoir d'où vient le rire, et pas uniquement ce qui le provoque. C'est au cœur du cerveau que se cache la réponse. La partie qui contrôle le rire se trouve dans le sous-cortical, les régions du cerveau situées anatomiquement en dessous de la couche de cortex cérébral. Or ces parties du cerveau, responsables des comportements primaires de l'être humain comme la respiration ou le contrôle des réflexes basiques, sont très anciennes en ce qui concerne le développement de l'évolution. Cela signifie en fait que les mécanismes qui contrôlent le rire se situent loin des régions du cerveau qui se sont développées plus tard et qui gèrent les fonctions "supérieures", comme la mémoire ou le langage. Et voilà donc pourquoi il est parfois impossible de retenir un rire lorsqu'on le devrait. Dès le moment où le rire est profondément implanté dans notre cerveau, les régions qui s'occupent des fonctions "supérieures" ont dû mal à intervenir. L'inverse est vrai : le rire sur demande sonne toujours faux !

Nous savons donc maintenant d'où vient précisément le rire. Mais la question principale demeure : pourquoi l'homme rit ?

Matthew Hurley, diplômé en science cognitive et auteur du livre *Inside Jokes: Using Humor to Reverse-Engineer the Mind* édité par les presses de la célèbre université du MIT, a une explication. Il part de l'idée que le cerveau humain donne un sens à la vie quotidienne grâce à un nombre infini d'hypothèses basées sur des informations incomplètes, ce qui permet à l'homme de mieux

comprendre l'autre, de rationaliser ses décisions. Mais bien évidemment, les erreurs sont inévitables. Le sentiment de joie servirait de petite récompense et impulsion pour corriger ces erreurs du cerveau. Le sens de l'humour, et le rire seraient donc une sorte de leurre qui permettrait au cerveau de rester en éveil sur les différences entre les hypothèses qu'il crée lui-même et la réalité.

Petit exemple donné par le chercheur : "Vous cherchez vos lunettes qui se trouvent en fait sur votre tête. Vous avez émis une hypothèse sur l'état du monde, et votre comportement est lié à cette hypothèse, complètement fausse par ailleurs. Quand vous réalisez que vous portez en fait vos lunettes, un rire vous échappe."

Le rire serait donc une sorte de récompense que le cerveau se donnerait lui-même !

Mais ce n'est pas tout, le contexte social est également très important sur le rire. Robert Provine, encore lui, s'est intéressé au rôle du rire dans la communication. Il s'est aperçu que le rire ponctue un discours, et n'arrive pas par hasard dans la conversation. De plus, il a remarqué que celui qui parle a plus tendance à rigoler que celui qui écoute, et que le rire se retrouve plus souvent dans des situations chaleureuses. Le rire, un phénomène de société donc !

Mais le rire passe désormais souvent par des situations quelques peu désagréables. C'est qu'aujourd'hui l'humour noir, mais aussi l'ironie dominant souvent le champ de la blague. Et lorsque ce n'est pas le cas, car beaucoup commencent à se lasser de ce type d'humour, ce sont les "lol" et autres "mdr" (pour "mort de rire") qui prennent le pas. A tel point que le mot "lol" (acronyme de l'expression "laughing out loud", qui signifie rire à voix haute) est entré dans le dictionnaire de la langue anglaise l'année dernière. Et si demain, l'expression remplaçait vraiment le rire ? Oh tristesse, et fin du rire !