



Tribuna

David Bueno i Torrens. Professor i investigador de genètica i divulgador de la ciència

Riure i somriure

Soc un gran afeccionat al teatre, i tinc la sort de poder-hi anar sovint. La setmana passada vaig gaudir amb *El somriure al peu de l'escala*, de Henry Miller, al Lliure de Montjuïc. L'August, el pallasso protagonista, magníficament interpretat per Jordi Martínez, lliura al públic diversos monòlegs on no hi ha cap paraula, cap silenci ni cap gest sobrer. En un moment donat, es planteja si el millor que pot oferir un pallasso al seu públic és fer-lo riure o si, en canvi, l'expressió més sublim del seu art ha de ser comunicar somriures. Segons el diccionari, riure és "fer el moviment peculiar dels músculs de la cara acompanyat de l'emissió de sons explosius del pit i de la gola, amb què se sol manifestar una alegria viva i sobtada". Somriure, en canvi, es "riure lleument, sense soroll, amb un simple moviment de llavis". Sembla com si somriure fos un riure de baixa intensitat. El cervell, però, marca una diferència més clara.

ES CALCULA QUE, DE MITJANA, riem o somriem uns 17 cops cada dia. A àmbit fisiològic són activitats molt saludables, atès que produeixen una sèrie de neurohormones

que incrementen l'optimisme i milloren la funció corporal general, per exemple del sistema immunitari. A àmbit biosocial, augmenten el sentiment de lligam i confiança amb la resta de membres del grup. Ambdós comportaments s'originen espontàniament quan aconseguim entendre una situació que inicialment havíem interpretat erròniament, i a través d'aquestes expressions transmetem confiança a les altres persones al mateix temps que augmentem la nostra autoconfiança. Dit d'una altra manera, una situació equívoca podria representar una amenaça, i per això quan la resollem augmenta

“Quan resollem una situació equívoca que ens interpel·la directament, somriem

la confiança en nosaltres mateixos i la transmetem a través del riure o el somriure. Per això els pallassos, per fer riure o somriure, generen situacions equívokes, i quan el cervell de l'espectador les resol, provoca la rialla o el somriure.

QUAN RIEM O SOMRIEM, s'activen diverses zones del cervell, com les amígdales, que generen les emocions, i l'hipocamp, que gestiona la memòria. I també ho fan diverses àrees de l'escorça prefrontal, que és on es gestionen els comportaments més complexos, inclosos els relacionats amb l'autoconsciència. On és, doncs, la diferència cerebral entre riure i somriure? Ras i curt, quan somriem l'activitat de les zones del cervell que reflecteixen l'autoconsciència és molt més elevada que quan riem. Dit d'una altra manera, quan resollem una situació equívoca que ens interpel·la directament, somriem. També per això, de vegades, després d'una rialla també estem una estona somrient, interpel·lant-nos sense adonar-nos-en. Aquesta és la gran virtut de l'art dels pallassos: provocar somriures que, a través de la interpel·lació, ens ajuden a conèixer-nos millor.