

El sentido del humor: manual de instrucciones

Eduardo Jáuregui

RBA. Barcelona 2012

ISBN: 978-84-9006-459-7

Esta obra está protegida por el derecho de autor y su reproducción y comunicación pública, en la modalidad puesta a disposición, se ha realizado en virtud del artículo 32.4 de la Ley de Propiedad Intelectual. Queda prohibida su posterior reproducción, distribución, transformación y comunicación pública en cualquier medio y de cualquier forma.

© Eduardo Jáuregui Narváez, 2007.
© de esta edición: RBA Libros, S.A., 2012.
Avda. Diagonal, 189 - 08018 Barcelona.
rbalibros.com

Primera edición en esta colección: noviembre de 2012.

REF.: ONFI547
ISBN: 978-84-9006-459-7
DEPÓSITO LEGAL: B-27.918-2012

Queda rigurosamente prohibida sin autorización por escrito del editor cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra, que será sometida a las sanciones establecidas por la ley. Pueden dirigirse a Cedro (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesitan fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra (www.conlicencia.com; 91 702 19 70 / 93 272 04 47).
Todos los derechos reservados.

probando que tanto éstos como sus amigos y familiares notaron una mejora significativa en el sentido del humor de los primeros, además de un aumento en una medida de bienestar subjetivo. Son aún resultados preliminares, pero sin duda alentadores.

En cualquier caso, hay que tener en cuenta que el objetivo de este programa de *fitness* humorístico no es convertirse en un cómico o una payasa, de la misma manera que el objetivo de ir al gimnasio no es, para la mayoría de las personas, prepararse para las Olimpiadas o para el deporte profesional. La meta, mucho más humilde, es la de poner en forma tu sentido del humor y agilizar tu capacidad para expresarlo en la vida cotidiana. En nuestra experiencia con los cursos de *Humor Positivo*, la mayoría de las personas que se someten al entrenamiento humorístico suelen valorarlo muy positivamente, además de disfrutar con ello. Para algunas, incluso resulta ser una experiencia realmente transformadora. Pero la mejor prueba es la tuya. Si funciona *para ti*. En el peor de los casos, aunque no sirva para nada, es probable que te diviertas.

Bueno, basta de cháchara. Empecemos de una vez. Prepara tu olfato humorístico, porque esto es lo primero que vamos a ejercitar.

APRECIAR EL HUMOR

«Vemos las cosas no como son, sino como somos».

Talmud

El humor nos rodea. Está en todas partes: en la calle, en la oficina, en los bares de copas, en las últimas modas y tendencias, en los discursos de los políticos y debajo de tu cama. Prolifera por doquier en cualquier estación del año y en cual-

quier rincón del planeta, de tal manera que resulta imposible evitarlo.

Tanto es así que alguna gente ha ganado dinero simplemente recogiendo parte de la riqueza humorística que crece de manera espontánea a su alrededor y publicando los resultados. José Luis Rodríguez Plasencia, un veterano maestro de escuela, recopiló en su *Gran enciclopedia del disparate* centenas de errores y gazapos de los exámenes de sus estudiantes, como los siguientes:

- Las materias primas son las que se conocen de toda la vida; un ejemplo: la mesa.
- Los ríos [de África] son el Congo y el Limpopo, que quiere decir que está cuajado de cocodrilos. Otro río es el Nilo, que desemboca en Jerusalén, y en el Congo hay muchos negros.
- A Quevedo se le llama así porque usaba gafas.
- Escribe lo que sepas de Berceo: se llama berceo al acto de recoger berzas de una huerta. Suele hacerse cuando la berza está madura.
- El pan nuestro de cada día dánoslo de hoy.
- Clases de pecados: el barbo, la trucha y el salmón.

El libro resultó ser un *bestseller* del que se han impreso varias ediciones, y Plasencia ya ha publicado otros dos volúmenes repletos de nuevos y divertidísimos disparates. Y lo interesante de este fenómeno editorial es que el «autor» no es un humorista, y ni siquiera un escritor. En realidad, no ha hecho más que fijarse en la comedia espontánea que le rodeaba, coleccionarla y hacer una selección de lo mejor.

Es normal que no siempre nos fijemos en el humor. El mundo en el que vivimos es increíblemente complejo y no da tiempo para procesarlo todo. Si al menos se mantuviera todo quieto... pero no, para colmo todo se mueve sin cesar. De

hecho, uno de los trabajos principales del cerebro humano es filtrar la ingente cantidad de información que nos llega a través de los cinco sentidos para no sentirnos abrumados y poder llevar a cabo nuestras tareas cotidianas. Cada persona, según la cultura en la que vive y la educación que ha recibido, filtra la información de una manera distinta, y por lo tanto, de alguna manera, vive en su propio mundo. No es de extrañar que luego no nos pongamos de acuerdo sobre casi nada.

Probablemente habrás experimentado alguna vez el sorprendente efecto de cambiar algún filtro mental. Crees que tú o tu pareja puede estar embarazada y de pronto la ciudad parece llena de mujeres encinta, de tiendas premamá y de carricoches con bebés. Das un curso de pintura y por primera vez comienzas a fijarte en los colores y la perspectiva de tu oficina de correos o en la textura y las sombras del codo arrugado de tu pescadera. Un amigo te habla del compositor barroco Heinrich Ignaz Franz Von Biber (o de la ciudad india de Pondicherry, o del texto sagrado del zoroastrianismo *Avesta*), del que hasta entonces no tenías noticia alguna, y a partir de entonces te persigue este nombre hasta en la sopa (de letras, claro).

Con el humor sucede lo mismo. La capacidad que tenemos para detectarlo, disfrutarlo y, en definitiva, apreciarlo tiene que ver con las lentes con las que vemos el mundo. ¿Dejan pasar la luz del humor? ¿Filtran buena parte del «espectro divertido», como unas gafas de sol oscuras? ¿O bloquean todo lo que pueda tener la más mínima gracia, como las cegueras que lleva un caballo? Si ajustamos estos filtros mentales, podemos ver las cosas de una manera muy distinta. Es posible que el mero hecho de leer este libro ya haya cambiado tu perspectiva. Quizá durante estos días ya te estés fijando más en las cosas divertidas que te rodean. Para intensificar este efecto, a continuación te sugiero dos ejerci-

cios para ampliar tu perspectiva cómica: practicar la «técnica del científico» y tratar de «aligerar tu entorno».

EJERCICIO: LA TÉCNICA DEL CIENTÍFICO

Vas a realizar un trabajo de campo sobre el humor. Tu laboratorio es el mundo que te rodea. Imagina que te pones una bata blanca y que te dispones a perseguir el objeto de tu investigación allí donde se encuentre. Agudiza tu sentido de la vista, tu sentido del oído y, sobre todo, tu sentido del humor.

1. *Tu diario humorístico.* Toma un cuaderno y llévalo contigo a todas partes. Cada vez que detectes algo divertido, anótalo: un comentario gracioso, un personaje curioso, una situación absurda, un cartel ridículo (si leíste el capítulo 2, quizá ya hayas comenzado este ejercicio).
2. *Tus fotos locas.* Siempre que puedas, lleva contigo una cámara de fotos portátil. Cuando encuentres una escena o un objeto que te haga reír, sácale una foto. Consérvalas en un álbum físico o digital.
3. *Tu archivo divertido.* Comienza a recortar viñetas, dibujos, artículos, anuncios y otros elementos divertidos que encuentres en periódicos y revistas. Guárdalos en una carpeta.
4. *Tu sitcom personal.* Inicia un nuevo cuaderno para ir recuperando anécdotas divertidas de tu pasado: meteduras de pata, coincidencias increíbles, sueños absurdos, palabras inventadas y situaciones delirantes. Piensa en distintas épocas de tu vida y en las distintas personas con las que te has relacionado. O incluso consulta con amistades y familiares para recordar más historias.

5. *Tu biblioteca de comedia.* Colecciona materiales cómicos en cualquier tipo de soporte: libros, DVD, grabaciones de audio, revistas, direcciones de páginas web.

Con la Técnica del Científico te sorprenderás de la cantidad de comicidad que te rodea. Pero, además, si sigues estas instrucciones, notarás un cambio en tu manera de percibir las cosas. Al ir anotando y coleccionando elementos divertidos, irás cambiando los filtros mentales a través de los cuales ves el mundo, y te fijarás más en el lado cómico de la vida.



Los animales de compañía saben cómo animarnos.

EJERCICIO: ECOLOGÍA MENTAL

Otra estrategia consiste en transformar activamente el medio ambiente en el que te mueves. Es un trabajo de ecología mental, algo así como tu propio Tratado de Kyoto. La idea es minimizar la contaminación ambiental (los malos humos que te rodean) y crear un clima favorable para la risa.

1. *Desacelera.* Si vas por la vida siempre corriendo, es difícil fijarse en el lado cómico de la vida. Trata de frenar un poco el ritmo, descansar lo suficiente y tomarte las cosas con más calma. Ya lo sé, no es nada fácil. Pero, ¿qué quieres que te diga? Las prisas matan las risas (ver las sugerencias del capítulo 1).
2. *Socializa.* La risa es más frecuente y más intensa en compañía, especialmente si se trata de personas con las que sintonizamos y con las que tenemos confianza. Los demás nos ayudan a desdramatizar las cosas y verlas desde la óptica cómica. Por lo tanto, una recomendación básica es la de asegurar que en la agenda programes frecuentes reuniones sociales y citas con amigas y familiares queridos.
3. *Vida sana.* El humor será bueno para la salud, pero una vida saludable también es buena para el humor. Ya sabes: ejercicio físico diario, dieta equilibrada, evitar los excesos, dormir bien.
4. *Sé feliz.* No depende sólo de ti, pero también. Cultiva el optimismo, practica las actividades que te hagan fluir, desarrolla tus fortalezas, investiga los caminos de la psicología positiva para optimizar tu salud mental. Cuando estamos contentos, es más fácil el juego y el humor positivo.
3. *Decora.* Añade toques divertidos a la decoración de tus distintos ambientes vitales: el dormitorio, el salón, la cocina, el cuarto de baño, el despacho, el fondo de tu escritorio digital... Estos detalles nos recuerdan que no todo en la vida es tan serio. En este esfuerzo, pueden ser muy útiles los materiales recopilados mediante la Técnica del Científico, como las fotos divertidas o las viñetas recortadas. Es importante cambiarlas de vez en cuando o dejarán de surtir efecto.

4. *Dieta informativa.* Como hemos visto en el primer capítulo, las noticias ofrecen una visión excesivamente dramática de la vida. Es importante estar bien informados, pero no hace falta tragarte tres telediaros al día. Por el bien de tu higiene mental, inicia un régimen que limite tu exposición a esta fuente de desgracias ajenas (ver el capítulo 1 para más detalles).

5. *Entretenimiento cómico.* Por el mismo motivo, trata de no consumir demasiados «dramones»: películas de suspense y de terror, documentales sobre la guerra, tragedias teatrales, novelas policíacas y «culebrones» televisivos. O al menos trata de equilibrarlos con otros productos más ligeros y de naturaleza cómica.

6. *Acércate a los expertos.* No pierdas oportunidad para jugar con niñas y niños. También con los animales domésticos. Son los expertos del juego y pueden enseñarte mucho sobre la perspectiva cómica.

7. *Recuerda la infancia.* Tú también pasaste por esa fase de la vida en la que tenías que ponerte de puntillas para abrir el grifo del lavabo, y en la que te interesaban los grifos más para rellenar globos de agua que para lavarte las manos. Vuelve a esa época mágica con la imaginación de vez en cuando y contacta con tu lado más infantil. Añade a tu entorno fotos y recuerdos de esa época (si es que tus recuerdos son felices, y si no, ten en cuenta lo que dicen en Escandinavia: «Nunca es demasiado tarde para tener una infancia feliz»).

CREAR HUMOR

«Hasta un niño de cinco años sería capaz de hacer esto. Rápido, busque a un niño de cinco años».

Groucho Marx

El segundo aspecto del sentido del humor que debemos tra- bajar es la creatividad humorística. Para mucha gente, éste es el tema que más preocupa. ¡Inventarse un chiste! ¡Qué difícil! Pero en realidad, crear humor no encierra mucho misterio. Es realmente fácil. De hecho, lo difícil sería no crearlo.

Hace algunos años, el filósofo Arthur Koestler escribió un libro sobre la creatividad: *El acto de la creación*. En este libro comparaba la creatividad de tres figuras: el científico, el artista y el bufón. Según Koestler, estos tres personajes realizan la misma tarea fundamental, que él bautizó *bisociación*: la combinación de dos o más ideas que nunca se habían conectado de esta manera. El científico busca combinaciones verdaderas ($E = MC^2$, ser humano = simio, sol = estrella), y el artista combinaciones estéticamente bellas o interesantes (de colores, de palabras, de notas musicales). ¿Y el bufón? El caso de este personaje creador es un poco distinto. El bufón no necesita encontrar ninguna combinación perfecta o válida. El bufón no suda tanto para practicar su arte. El bufón combina sin ton ni son. Mientras que los científicos debaten si el mundo es plano o redondo, el bufón afirma sin miedo a equivocarse que el mundo es cuadrado, que tiene tres mitades y media o que en cualquier momento se desinfla. Mientras que los estudiantes de Bellas Artes se desviven por plasmar en papel las complejas formas y texturas del cuerpo humano, el bufón se conforma con pintar un garabato burdo, te crea una figura humana anu-

dando un globo alargado, o directamente se baja los pantalones y te muestra algo que normalmente sólo se ve en los museos o en privado.

La teoría de Aristóteles descrita en el tercer capítulo ayuda a entender la labor del bufón. Los artistas serios (incluidos los científicos, los inventores, los políticos, los empresarios y otros «artistas» en el sentido más amplio de la palabra) persiguen la perfección, la belleza, lo sublime. Pero el bufón se conforma con las pruebas, los borradores, los errores, el caos, la estupidez, la locura, la patochada, la horterada y el absurdo. Por eso digo que el humor es fácil. No hace falta encontrar una combinación que funcione —cualquier combinación nos vale, y cuanto más disparatada, mejor. El grupo cómico-musical La Trinca hace algunos años compuso una canción en la que proponía una nueva teoría de la evolución que consideraban «incuestionable»:

Passa con el Darwin, tanto dar la lata,
si el hombre viene de ¡la patata!

Las «pruebas científicas» aportadas por La Trinca eran verdaderamente patéticas («La piel se le arruga al tubérculo viejo/También con los años nos cuelga el pellejo»), pero no peores que las que han apoyado tantas teorías chifladas a lo largo de la historia (algunas ya citadas en el capítulo 3). En definitiva, es infinitamente más fácil equivocarse que acertar, destruir que construir, desordenar que ordenar, caerse que mantenerse en equilibrio. De hecho, la mayoría de las obras de cualquier artista, sea cual sea su terreno estético, son combinaciones penosas, pruebas y borradores bochornosos que acaban en la papelera (en el mejor de los casos). Y si a pesar de todo se exponen al juicio de la crítica, pueden acabar recibiendo un premio como los Razzie o los Pigasus.

Si toda esta producción bufonesca la conseguimos sin

quererlo, ¡imagina qué sucederá si lo intentamos a propósito! La labor del bufón consiste en esto, en juntar elementos dispares para crear combinaciones inesperadas, chocantes y absurdas. Por eso la vestimenta clásica del bufón consiste en retazos de tela de todos los colores. Y por eso crear humor es bastante más sencillo de lo que pudiera parecer. Vamos a demostrarlo.

EJERCICIO: CHOQUE DE TEXTOS

Busca a tres o cuatro amigos para este juego. Que cada persona escoja un texto cualquiera, lo más distinto posible de los demás. Por ejemplo, una novela romántica, una noticia del periódico, una guía turística de Dinamarca y las instrucciones de una lavadora. Ya estáis listos para comenzar:

- Os turnáis leyendo una frase de cada texto: una frase de la novela, seguida por una frase de la noticia, luego una de la guía turística y la última de las instrucciones.
- Hay que leer cada frase con mucho sentimiento y convicción, como si fuera el resultado lógico y natural de la frase anterior.
- Continuáis así durante unas cuantas rondas.

Siempre me fascina el hecho de que juegos como el «choque de textos» produzcan creaciones hilarantes que son totalmente aleatorias. Pero también hay que reconocer que no ejercitan mucho el cerebro. Para poner en movimiento las neuronas, prueba alguno de los siguientes ejercicios de escritura, o mejor aún, réunete con un grupo de amistades para hacerlos a la vez y compartir los resultados.

EJERCICIO: ENTREVISTA A UN OBJETO

Se te encomienda una misión periodística muy especial. Vas a realizar una entrevista en exclusiva a un objeto inanimado: una tostadora, una silla, un rollo de papel higiénico, o tu camiseta favorita. Sigue las siguientes instrucciones:

- Decide qué objeto vas a entrevistar y sitúate a su lado, asegurándote de tener a mano un bolígrafo y suficiente papel.
- **Pregúntale a tu objeto lo que quieras** (cómo se llama, de dónde viene, qué hace, con quién se relaciona, cuáles son sus gustos, sus sueños, sus aspiraciones...).
- Sobre todo, anótalo todo.
- Tienes 17 minutos y medio para realizar la entrevista.
- Cuando hayas terminado, comparte tu entrevista con alguna persona que conozca o utilice diariamente este objeto.

EJERCICIO: VENDER HUMO

Te ha contratado una agencia de publicidad para realizar una campaña importantísima. Tienes que diseñar un anuncio para vallas, paradas de autobuses, estaciones de metro y revistas de toda España. Pero el producto es un poco extraño: una botella llena de humo.

- Haz una lista de al menos 19 usos para este producto.
- Escoge los más interesantes.
- Piensa en los distintos elementos de tu campaña: el nombre del producto, el eslogan, el dibujo y el texto que lo acompañará. Cada elemento debe contribuir a provocar en cualquier viandante unas ganas irre-

sistibles de correr al establecimiento más cercano para hacerse con esta asombrosa novedad.

- Finalmente, realiza un boceto para presentar en la agencia, que en este caso puede ser tu familia o gente de confianza.
- (Otros posibles productos: una colección de cucharas torcidas, una lata de arena, medio pantalón, una pluma de avestruz).

CUENTOS PARA NO DORMIR

Vas a escribir un cuento que conoces bien, como *Capercita Roja*, *Adán y Eva*, *La guerra de las galaxias* o el que quieras. Excepto que será una versión un poco alterada del cuento, ya que deberás ir introduciendo ciertas palabras escogidas aleatoriamente.

- Abre al azar una novela o una enciclopedia y señala una palabra (que sea un sustantivo, un verbo o un adjetivo). Anota esta palabra y repite el experimento otras nueve veces.
- Cambia el título del cuento con la primera palabra escogida. Por ejemplo, si la primera palabra es «furgoneta», el título podría ser *La furgoneta de Capercita* o *La guerra de las furgonetas*.
- Escribe el resto del cuento introduciendo las restantes palabras escogidas.
- Atención: ¡hay que tratar de justificar el uso de cada palabra para que todo tenga su sentido y coherencia!
- Cuando termines de escribir el cuento, léelo en voz alta, con mucho dramatismo y a ser posible con público.

Este tipo de ejercicios nos permiten desarrollar la capacidad que todos tenemos para crear humor. Además, sirven para darnos cuenta de que en realidad es algo que ya sabemos hacer. Cuando teníamos cinco años nos dedicábamos a este tipo de juego continuamente, y además sin preocuparnos si lo íbamos a hacer «bien», si se nos iba a vaciar el cerebro de ideas o si los demás iban a pensar que estábamos turulatos. Sencillamente, tratábamos de disfrutar de ello, y ése es el espíritu con el que debemos emprender cualquiera de estas actividades. No se trata de conseguir un resultado «gracioso» sino de *divertirse* en el proceso.

Ahora que somos mayores, entiendo que no sea tan fácil. En nuestros talleres, cuando Jesús y yo pedimos a los participantes que entrevisten a un objeto inanimado, normalmente suelen mostrar una reticencia que varía desde un cierto escepticismo hasta el rechazo absoluto. «Pero, ¿qué le voy a preguntar al pomo de esta puerta?», «No se me va a ocurrir nada que escribir.» «¡17 minutos es demasiado tiempo!». Me recuerdan a los adultos del cuento *El Principito* que no reconocen el dibujo de una boa que se ha comido a un elefante, y el comentario del joven protagonista: «Las personas mayores no entienden nunca nada por sí mismas, y es cansado, para los niños, darles una y otra vez explicaciones». Creo que el Principito exagera un poco, pero sí es cierto que los mayores tenemos la cabeza tan cargada de lógica y conocimientos que a veces nos impiden ver las cosas más sencillas: coge el bolígrafo, pregúntale al pomo de la puerta la historia de su vida y *escucha*... ¡a ver qué te dice! Normalmente, al final de los 17 minutos y medio, nos cuesta detener el ejercicio porque esa gente inicialmente tan reacia ahora no puede dejar de escribir, y apenas puede seguirle el ritmo a unos objetos cotidianos que resultan ser muy parlanchines. Los resultados son siempre divertidos y los participantes suelen quedar atónitos ante su propia creatividad y la de todo el

grupo (además de descubrir la vida secreta de las cortinas o los líos amorosos de unas tijeras). ¡Pruébalo tú también!

Una vez que hayas disfrutado con estos ejercicios escritos puedes ir pasando al auténtico terreno de juego: el teatro de la improvisación, conocido familiarmente también como «la Impro». La Impro es un género teatral sin guión. Los actores salen a escena sin saber lo que van a decir o hacer. Parten sólo de una idea inicial sobre la que tendrán que improvisar todo. Por lo tanto, es inevitable que se produzcan situaciones estrambóticas, diálogos de besugos, errores garrafales y momentos cómicos de todo tipo. Es increíblemente divertido, de verdad. Y si lo piensas, es lo mismo que acabamos de hacer con los ejercicios anteriores, pero ahora en vez de expresarnos con papel y bolígrafo, lo haremos con la voz y con el cuerpo.

A lo mejor ya te está entrando el tembleque del pánico escénico. ¡Teatro! ¡Y encima sin guión! Respira hondo. No pasa nada. Estamos entre amigos. Tén en cuenta que la Impro se hace normalmente sin público, aparte de las personas que participan contigo. No hay representación final.²¹ Todo es ensayo. Además, en la Impro nadie se espera la perfección. Al contrario, lo normal es el caos.

En realidad, la Impro no es más que lo que los niños llaman «jugar». «Jugar a polis y cacos» es improvisar una escena de trama policiaca. «Jugar a los piratas» es improvisar una escena llena de bucaneros y abordajes. «Jugar a casitas» es improvisar escenas domésticas. Pero sin duda queda mejor decir qué vas a hacer «improvisación teatral», «Impro» o incluso *Theatre Sports* (ya hemos visto que en inglés todo siempre parece más *professional*) que reconocer a estas alturas de la vida que te vas a poner a jugar.

21. Es cierto que existen espectáculos de teatro improvisado e incluso algún programa televisivo basado en este concepto, como *Los Irrepetibles*, pero ése no tiene por qué ser el objetivo.

Comenzaremos con unos ejercicios preparatorios para aprender las *tres reglas de la creatividad humorística*, que son fundamentales en la Impro.

EJERCICIO: EL BOLSO DE MARY POPPINS

¿Recuerdas ese bolsón mágico que tenía Mary Poppins? Sacaba de todo de él, incluso objetos que por lógica no deberían poder caber ahí dentro: un perchero, una planta enorme o un espejo de pared. Con este ejercicio tu sueño va a hacerse realidad: te voy a regalar un bolso supercalifragilisticoespialidoso como el de Mary.

- Busca una compañera de juego. Os colocáis cara a cara, dejando el suficiente espacio entre medias para el bolso imaginario.
- Decidís quién va primero (por ejemplo, con un juego rápido de piedra-papel-y-tijera).
- El primero comienza a sacar cosas del bolso, enseñándolas al compañero, diciendo el nombre del objeto e incluso haciendo algo con él mediante la mímica. En cuanto ha mostrado un objeto, lo arroja detrás del hombro e inmediatamente saca otro.
- Lo importante es que todas las cosas que se saquen sean *originales*. No valen objetos ordinarios (una naranja, un zapato, un lápiz) sino que tienen que ser cosas curiosas y extraordinarias (una papaya, la sandalia de un centurión romano, una pluma de avestruz, un trabuco, un ovni...).
- Cuando esta persona ya no sepa qué más sacar, pasa el turno a la compañera y se repite el proceso hasta que también a la compañera se le acaben las ideas.

Si habéis seguido las instrucciones, habréis comprobado que éste es un juego un tanto difícil, incluso frustrante. La idea de tener que sacar objetos «originales» os paraliza con las dudas, porque no es sencillo decidir qué constituye una idea realmente original. Ahora vais a volver a jugar, pero con una importante variación...

EJERCICIO: EL BOLSO DE MARY POPPINS CONTRAATACA

Se repiten las mismas instrucciones, pero...

- En este caso debéis sacar del bolso cosas *no originales*, objetos absolutamente ordinarios, cualquier cosa: un peine, un papel, un zapato, otro zapato...
- Ahora lo importante es sacar el máximo número de objetos, y a toda velocidad.
- ¡Ya!

En esta variante del juego, probablemente habréis notado que las ideas fluyen con mucha mayor facilidad. Quizás os haya sucedido también que, a pesar de que yo había dicho que debíais sacar cosas «no originales», encontrasteis en el bolso numerosos objetos bastante originales. Y finalmente, seguro que fue más divertido.

Esta experiencia ilustra la primera de las tres reglas fundamentales de la creatividad humorística: NO INTENTAR SER GRACIOSO. Lo sé, suena paradójico. Pero el problema es que si tratas de resultar graciosa, original o divertida, tu cerebro estará ocupadísimo intentando discriminar entre ideas buenas y malas y preocupándose de lo que los demás pensarán de cada idea, en vez de dedicarse a su trabajo: la búsqueda de ideas. De esta manera, el juego no avanza.

La segunda regla también la vas a descubrir mediante un

juego, sólo que esta vez necesitas involucrar a más gente, al menos seis e, idealmente, diez o doce. Ya tienes excusa para organizar una fiesta en casa.

LA BALA

La idea de este juego es ir pasando la «bala» de una persona a otra lo más rápido posible:

- Los participantes se distribuyen en un círculo. Uno empieza dando una palmada («la bala») hacia la persona que tiene a la derecha o a la izquierda.
- Esta siguiente persona «recibe» la bala con una palmada suya y «pasa» la bala a la siguiente persona en el círculo con una segunda palmada.
- La bala sigue su curso por todo el círculo.
- Hay que recibir y pasar la bala lo más rápido posible, y haciendo contacto visual con la persona que da y recibe.
- Cuando ya se ha aprendido la dinámica, se introduce la posibilidad de que la bala «rebote». Si tú me la **pasas, puedo recogerla** con una palmada y luego **devolvértela con una nueva palmada** hacia ti, cambiando la bala de dirección.
- Cuando ya se ha practicado esta posibilidad, se comienzan a añadir balas adicionales a la primera. Circulan dos balas a la vez, o incluso más. Para seguir el curso de cada bala, puede añadirse una palabra a la palmada (recibo una palmada y la palabra «verde», doy una palmada y digo la palabra «verde»; la segunda bala es «azul», la tercera «amarillo»...).
- Otra variación más avanzada es permitir que la bala

pueda pasarse a cualquier persona del grupo, sin respetar el orden del círculo.

- Y para divertirse en serio, prueba a pasar no una palmada sino algo más complejo: una frase con un gesto que deberá imitarse fielmente (taconazo, saludo militar, «¡Ahora mismo, mi coronel!»; expresión de falsa preocupación, dedo que apunta al suelo, «Aquí vamos a tener que sanear, ¿eh?»), y añadir dos o tres balas de este tipo que puedan circular en cualquier dirección.

El juego de la bala, según se va complicando, te fuerza a estar muy despierta y alerta, lista para reaccionar en cualquier momento. Cuando circula más de una bala o puede cruzar el círculo, resulta imposible prever de dónde va a llegar la siguiente, y es preciso estar totalmente abierta a todo lo que te rodea. No sirve de nada analizar la situación, preparar una estrategia o preocuparse de que la última palmada no la cazaste bien, que son procesos muy habituales y que podemos denominar de «orientación hacia dentro». Si estamos orientados hacia dentro, o sea, hacia nosotros mismos, el resultado será un desastre. Para conseguir que las balas fluyan, tenemos que estar «orientados hacia afuera», o sea, hacia el juego mismo. Hay que estar ahí, presente, plenamente alerta, dispuesta a cualquier cosa. Y esto es fundamental en la creatividad humorística, porque de lo que se trata es de reaccionar ante el público y la situación que tienes delante. Por lo tanto, la regla número dos es esta: **ORIENTACIÓN HACIA AFUERA**.

Y para terminar esta serie de ejercicios preparatorios, aprenderás la tercera regla de la creatividad humorística con un juego que se va aproximando un poco más a la dinámica de la Impro.

EJERCICIO: DUETO DE CUENTACUENTOS

Vas a contar un cuento junto con otra persona, «palabra-por-palabra». El cuento comenzará con las palabras tradicionales de «Érase una vez...».

- Tú (por ejemplo) dirás la primera palabra.
- Tu compañera dirá la segunda palabra.
- Tú la tercera.
- Y así sucesivamente, hasta el final.
- Recuerda, no trates de ser graciosa y practica la orientación hacia afuera.
- Si queréis, antes de comenzar podéis elegir un título. El título lo podéis crear también palabra-por-palabra, o si preferís podéis utilizar alguno de estos: *El dentista soñador*, *La Hormiga Azul*, *King Kong en Albacete*, *La rebelión de las tostadoras*.

Al jugar este juego, seguramente notarás un par de curiosos fenómenos. Por un lado, a veces te costará elegir la palabra adecuada para continuar el cuento. Se oye mucho en este ejercicio el sonido «mmmmmmmm» o muletillas como «estooo» o «a ver», señales de un cierto bloqueo o sobrecalentamiento mental. Por otro lado, probablemente te habrá sucedido que la otra persona te daba a veces palabras que *no eran las que tú querías* y que de hecho *estropeaban los planes* que habías hecho para el desarrollo del cuento. «El dentista sacó...» y tú dijiste «la» pensando que tu compañero diría «muela», pero él salió con un inesperado «cartera». Esto, sin duda te provocó una cierta frustración y añadió al bloqueo anteriormente citado: «Pero, ¿cómo se le ocurre decir *cartera* si lo evidente era *muela*? ¿Ahora qué digo?».

Lo que sucede en estos casos es que entra en acción un personajillo de tu aldea cerebral que está siempre criticán-

dolo todo: tu *Criticón Interno*. Te lo puedes imaginar como un señor muy cascarrabias de gruesas gafas que le cuelgan justo en la punta de la nariz. Cuando no se te ocurre ninguna palabra que decir, no es que no tengas palabras disponibles, sino que el *criticón* las está evaluando todas con su actitud de tiquismiquis y rechazando la mayoría: «Esta no, esta tampoco, esta no sé yo si gramaticalmente me convence...». Y al cascarrabias interno se le arruga aún más la nariz ante las propuestas ajenas.

El *Criticón* es mortal para el humor. Por este motivo, la tercera regla de creatividad humorística es la siguiente: **SALTARSE AL CRITICÓN**. Vas a volver a jugar el juego del cuento compartido con una ligera variante...

EJERCICIO: DUETO DE CUENTACUENTOS II: ATAQUE AL CRITICÓN

Vais a contar un nuevo cuento. Pero esta vez vais a tratar de saltaros al *Criticón*.

- En cuanto oigas la palabra de tu pareja, dices la primera palabra que se te ocurra, sin titubear ni un instante.
- Si tu pareja te suelta una palabra inesperada, ¡no pasa nada! ¡Aceptala! ¡Di lo primero que se te ocurra y a ver cómo sale tu pareja del aprieto!
- Si no has oído bien la palabra de tu pareja (otra excusa habitual del *Criticón*), te la imaginas o te la inventas y sigues adelante. Puede que salga un cuento aún más surrealista que el anterior... ¡pero seguro que os vais a divertir!

¿Qué tal esta segunda vez? Ya lo sé, no es tan fácil saltarse al *Criticón*. Pero con la práctica se va mejorando, ya verás.

Mientras tanto, ya conoces las tres reglas de la creatividad humorística:

- No tratar de ser original ni gracioso.
- Orientación hacia afuera.
- Saltarse al Crítico.

Llegó el momento de practicarlas en escenas de teatro improvisado. Prepárate para un mundo en el que toda preparación es inútil: la Impro. Reúnete con un grupo de amigos y amigas (entre 6 y 12 es un buen número) y decidid dónde situáis el escenario y dónde se sienta el público. A partir de entonces, vais eligiendo los juegos y os vais turnando en escena. También debéis elegir a alguien que asuma la responsabilidad de determinar cuándo finalizan las escenas (normalmente, unos dos o tres minutos). Antes de comenzar, podéis realizar alguno de los ejercicios de calentamiento ya descritos.

EJERCICIO: ACCIÓN-REACCIÓN

- Cada participante le sugiere a otro en secreto una acción: bailar, cavar una fosa, jugar al tenis, escribir a máquina, lavar los platos, pilotar un avión...
- Entra una persona en escena haciendo su acción (por ejemplo, jugando al tenis).
- **Al poco tiempo, entra una segunda persona que debe integrarse en la escena de alguna manera (como amiga del club de tenis, como estudiante del instructor, como marido de la tenista que ya quiere volver a casa...) y las dos inician un diálogo. Por ejemplo, entra diciendo: «¡Caramba, Katya, hacía tiempo que no te veía por el club!» o «Profe, ya estoy aquí para la clase», y a partir de entonces **empiezan** a improvisar.**

192



Jorge Rueda y Ana Morgade, de *Impromadrid*, improvisan juntos una escena sin guión.

EJERCICIO: CREAR UN ESPACIO

- Cada persona le sugiere a la siguiente en secreto un lugar: un cine, una piscina, la sala de espera del médico, la Embajada Española en París, una cárcel medieval, una nave espacial.
- Sale alguien a escena y mediante la mímica y sus palabras da a entender dónde se encuentra (por ejemplo, un casino) y quién es dentro de ese espacio (por ejemplo, el operador de la ruleta).
- Entra otra persona en escena y se integra en el espacio creado (por ejemplo, como una millonaria borracha que viene cargada de fichas, como un policía de la época de la prohibición, como una ludópata desahogada a quien no le queda nada, como James Bond, o como la dueña del casino).
- Sigue la improvisación hasta que lo decida el moderador, y luego entra la siguiente persona con su espacio.

193

EJERCICIO: EL ARQUERO

- La persona que está en escena no sabe ni quién es ni dónde está.
- Entra otra persona y «sitúa» a la primera con sus gestos y palabras. Por ejemplo, entra y le dice: «Buenos días, póngame un kilo de tomates».
- La persona «situada» entonces tiene que reaccionar y entrar en su papel de inmediato («Muy bien, ¿los quería para ensalada o para gazpacho?»), iniciándose así la improvisación.

EJERCICIO: EL BOTÓN DE PAUSE

- Una persona se coloca en el escenario y alguien le coloca en una postura cualquiera.
- Entra otra persona e inicia una improvisación a partir de la postura de la primera. Por ejemplo, si la primera tiene el brazo en alto, la segunda puede entrar diciendo: «Susanita, ¿tú quieres decirnos la tabla del seis?», o elevando también el brazo y gritando: «¡Heil Hitler!», y a partir de entonces comienzan a improvisar.
- En algún momento de la escena, la siguiente persona en cola para entrar dará una palmada y los dos actores se congelan como si se hubiera pulsado el botón de *pause*.
- La nueva persona elige a uno de los actores para que abandone la escena y comienza una improvisación a partir de la postura de la persona que queda.
- El proceso se repite con las demás personas.

EJERCICIO: RESTRICCIONES ENDIABLADAS

Dos personas en escena inician un diálogo, estableciendo una situación y unos personajes, pero con un truco que depende del tipo de juego. En algunas variantes (las primeras cuatro de la lista), si alguien se equivoca, se elimina y entra otra persona en escena.

- Variación 1: cada frase debe comenzar con una letra del abecedario, en orden. Si la primera letra es la «G», podría ser algo así: «Germán, llegas tarde»; «Hola mama, perdona»; «¿Ibas con Felipe?»; «Justo. Ha sido culpa suya, es que es más lento...»; «Kármico, debe ser algo kármico que arrastra ese hijo mío», etc.
- Variación 2: sólo valen preguntas: «¿Qué fruta está más buena en esta temporada?»; «¿Le gustan los mangos?»; «¿Los tiene maduros?», etc.
- Variación 3: no vale decir «no» ni «pero».
- Variación 4: sólo pueden usarse palabras de una o dos sílabas. («Hola Paco»; «Qué tal, tío?»; «Ya ves, de compras»; «¿Qué tienes ahí?»; «Una falda muy mona, ¿te gusta?»; «Para tu novia, ¿no?»; «Qué va, para mí»...).
- Variación 5: hay que hablar en verso o cantando.
- Variación 6: sólo pueden decirse verbos, sustantivos y adjetivos. El sentido se va dando con los gestos y el movimiento.

EJERCICIO: EL SILBATO MÁGICO

Se define una escena con dos personajes (un peluquero y su cliente, una cita a ciegas, dos naufragos en un bote salvavidas). Un moderador con un silbato va interfiriendo en la

progresión de la escena. Este juego tiene diversas variaciones, como las siguientes:

- Variación 1: al silbato, la última persona en hablar debe decir lo contrario de lo que acaba de decir y se continúa la escena («Es que no me gusta la coliflor» —silbato— «Me encanta la coliflor, tanto cocida como al horno...»).
- Variación 2: al silbato, la última persona en hablar debe repetir su última frase, cambiando el final («Me voy, porque no aguanto que me trates así» —silbato— «Me voy, porque estoy harto de tu *after shave* pestilente» —silbato— «Me voy, porque han comen- zado las rebajas y no puedo resistirme», etc.). Si no vuelve a sonar el silbato, la escena continúa.
- Variación 3: al silbato, los actores se intercambian, y cada uno adopta el rol y la postura exacta del otro, siguiendo la escena desde el mismo momento en el que se interrumpió.
- Variación 4: al silbato, entran otros dos actores que los reemplazan en la misma postura y rol; al siguiente silbato vuelven a escena los primeros; y así sucesivamente...

EJERCICIO: MATCH DE IMPRO

En este caso se trata de una competición entre equipos, que puede jugarse con público. El verdadero *match* tiene un montón de reglas, posibles «faltas», etc., pero para empezar basta con esta versión simplificada:

- Se establece un espacio cuadrado que será el escenario, y cada equipo se sitúa en dos extremos opuestos de él.
- Un moderador plantea cada juego. Da un título (*Un profesor en apuros*, *Una rosa es una rosa*, *No distur-*

bar, *Cacao*), una duración (entre 30 segundos y 5 minutos), un número de jugadores (1, 2, 3... o «ilimitado») y un estilo (*western*, ciencia ficción, culebrón sudamericano, noticiario... o «libre»). Los títulos pueden provenir de una lista creada por el público.

- Cada equipo, por turnos, representa una mini-obra improvisada siguiendo las pautas indicadas.
- Antes de comenzar, los equipos tienen un minuto para reunirse y preparar la obra. Normalmente, uno de los jugadores hace de «entrenador», escogiendo a quienes vayan a salir y dando las pautas iniciales para comenzar. Este rol va cambiando por turnos.
- Si hay público, al final vota (por ejemplo, con tarjetas de dos colores) a la mejor obra, y así se van obteniendo puntos. ¡Que gane el mejor!

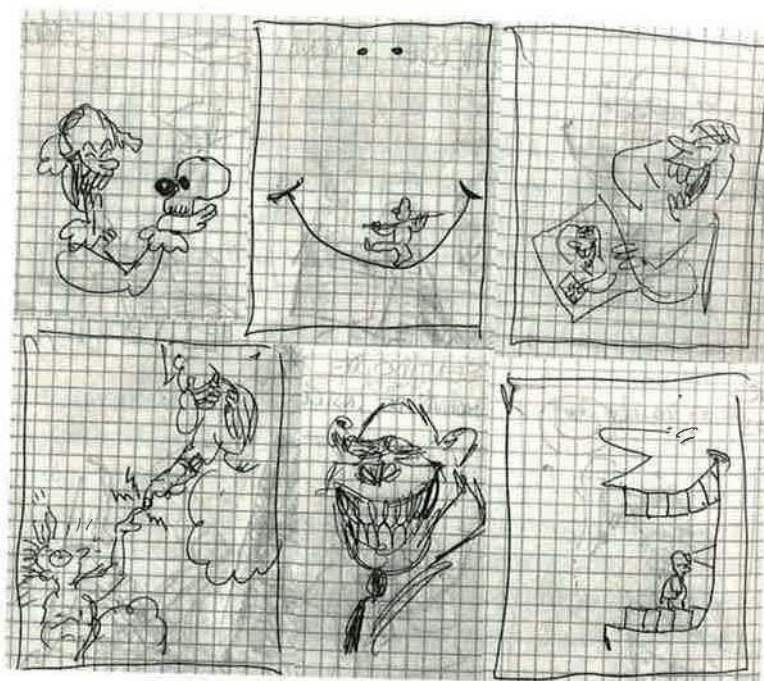
Éstos son sólo algunos ejemplos de juegos de Impro, de los que existen cientos de mayor o menor complicación. Si te interesa progresar en este camino, te recomiendo que te apuntes a algún curso de improvisación teatral, te hagas con algún libro sobre el tema o visites las numerosas webs dedicadas a estos juegos. En las notas de este capítulo encontrarás algunas pistas.

La improvisación teatral nos permite redescubrir nuestro aspecto lúdico, que es el punto de partida para crear cualquier tipo de humor. Puede aplicarse a distintos géneros (sátira, parodia, ironía, ingenio) y medios (palabra, gestualidad, música, dibujo, títeres, cine), que sería imposible abarcar en este libro, ya que cada uno tiene sus características y su técnica. Como ya he advertido antes, tampoco es el propósito de este manual convertirse en un cómico profesional, sino sencillamente ayudarte a ejercitar el músculo de la creatividad humorística.

Para crear un tipo de humor concreto que esté más «trabajado», la técnica general consiste en improvisar muchas

ideas y soluciones, e irse quedando con las mejores. El viñetista Ricardo, por ejemplo, tiene un cuaderno en el que va anotando ideas y dibujando garabatos (a una velocidad apabullante) a lo largo del día, partiendo de la realidad informativa de la jornada. Una noticia puede inspirarle varias pruebas, una prueba puede llevarle a esbozar nuevos garabatos relacionados y a veces dos o más ideas se van mezclando. Va refinando las pruebas hasta que finalmente (bajo la presión inevitable del cierre del periódico) escoge el concepto y el texto definitivo y realiza la ilustración final que aparecerá al día siguiente en las páginas de opinión.

Pongamos en práctica este método con el siguiente ejercicio.



Algunos de los 13 bocetos y pruebas que sirvieron a Ricardo para llegar a la viñeta que aparece al inicio del libro, para ilustrar el concepto "El sentido del humor: manual de instrucciones".