

## El Buen Humor

### Rebeca Reynaud

Corrían los años 40 en México. Viajaban en tren de Monterrey a la capital dos políticos, y descubrieron a don Luis María Martínez que venía en el mismo carro del tren.

- Vamos a hablar con el arzobispo de México, dicen que es muy buena gente. La charla fluía con la mayor amenidad; pero como los políticos venían un poco bebidos, hubo un momento en que le hicieron esta pregunta:

- Aquí en confianza, señor arzobispo, díganos cuántos hijos tiene usted.

- Miren, contestó. Hijos según la carne, no tengo ninguno. Hijos según el espíritu, tengo seis millones, que son los feligreses de mi arzobispado. Hijos de la fregada tengo dos, que son ustedes.

Estar de buen humor es disponer de nuestra capacidad de ser felices, por lo que, vivir día a día con espíritu positivo, incidirá en los demás y en ti mismo. *Sacarle punta* a las cosas o contar un chiste ayuda al buen humor.

El chiste nació para contarse. El humor es un fenómeno humano, un género literario para almas en madurez. Sólo ellas saben que el humor no es ofensa sino simpatía, bálsamo sabroso.

La sabia pedagogía de enseñar deleitando se puede llevar a la práctica con pasajes cómicos. Un marinero y un pirata se encuentran en un bar, y se empiezan a contar sus aventuras en los mares. El marinero nota que el pirata tiene una pierna de palo, un gancho en la mano y un parche en el ojo. El marinero le pregunta:

- ¿Y cómo terminaste con esa pierna de palo?

El pirata le responde:

- Estábamos en una tormenta en el mar y una ola me tiró al mar, caí entre un montón de tiburones. Mientras mis amigos me agarraban para subirme un tiburón me arrancó la pierna de un mordisco.

¡Guau!, - replicó el marinero- ¿y qué te pasó en la mano, porque tienes ese gancho?

Bien... - respondió el pirata- Estábamos abordando un barco enemigo y mientras luchábamos con los otros marineros y las espadas, un enemigo me cortó la mano.

¡Increíble! - Dijo el marinero - ¿Y qué te paso en el ojo?

Una paloma que iba pasando y me cayó su excremento en el ojo.

¿Perdiste el ojo por un excremento de paloma? Replicó el marinero incrédulamente.

Bueno... - dijo el pirata- ...era mi primer día con el gancho.

Los chistes suelen ser anónimos. Salen del pueblo, de sus virtudes y características más entrañables. El chiste mexicano es más emocional que cerebral, reflejo de "un pueblo cuya filosofía es el sentido común, realista y observador, ingenioso y optimista, sensitivo y cordial", dice Joaquín A. Peñalosa.

El humor, dice Benjamín Jarnés, "se apoya en cuatro puntos cardinales: gracia, verdad, bondad y poesía".

El **buen humor** se desarrolla con un ejercicio: acostumbrándonos a mirar primero el lado bueno de las cosas y de las personas. Uno de sus secretos es "obligarse a mirar" el lado bueno de las personas con que nos relacionamos. La benevolencia consiste en mirar al prójimo con afecto, sin querer disminuir sus méritos, en alegrarse con sus virtudes y sus éxitos.

Baltasar Gracián, en su tratado *El arte del ingenio*, dice: "Lo bueno, si breve, dos veces bueno. Lo malo, si breve, menos malo."

Había un **diputado** que se lastimó al rasurarse, y le preguntó un amigo:

- ¿Qué te pasó?

- Esta mañana, al rasurarme, me concentré tanto en el discurso, que me corté con la navaja.

- Para otra vez, concéntrate en la barba y corta el discurso.

Le dice una **chica** a su pretendiente:

- ¿Quieres ser mi sol?

- Sí.

- Pues aléjate 149 millones de kilómetros de mí.

Para mantener el buen humor es necesario tener pensamientos positivos, quitar importancia a lo que no lo tiene y escuchar pocos noticieros.