

**OBSERVATOIRE
DE L'HUMOUR**

Recherche in(ter)disciplinaire
sur le rire et l'humour

Entendre à rire

Carnet thérapeutique sur les bienfaits de l'humour

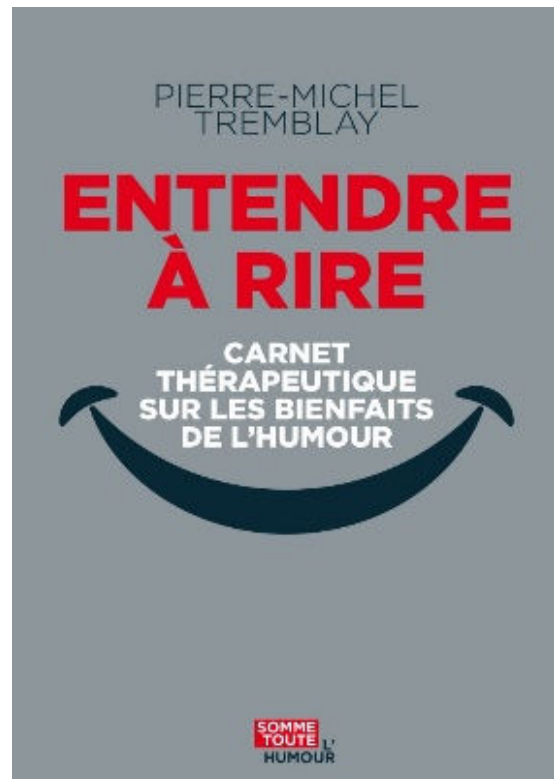
AUTEUR

Pierre-Michel Tremblay

RÉFÉRENCE

Pierre-Michel Tremblay (2025).
*Entendre à rire. Carnet thérapeutique sur
les bienfaits de l'humour*,
Les cahiers de l'Observatoire de l'humour
(CAHOH) no 8.
Montréal, Éditions Somme toute,
Collections « L'humour », 131 p.
24,95\$

ISBN 978-2-89794-564-0 (éd. papier)
ISBN 978-2-89794-571-8 (ePub)
ISBN 978-2-89794-570-1 (PDF)



SOMMAIRE

Pierre-Michel Tremblay explore dans cet essai les vertus curatives de l'humour. Il analyse notre rapport au rire comme nécessité vitale pour affronter les zones d'ombre de nos existences, que ce soit en milieu de travail ou en milieu hospitalier. Persuadé que l'humour est une excellente médecine, il choisit de partager le quotidien de quelques docteur-es clowns du Saguenay, son coin d'origine. Il met au jour le travail préparatoire qui précède les visites aux malades ou aux personnes âgées; il souligne l'importance de l'écoute, certes, mais aussi de la capacité à improviser pour tirer le meilleur parti possible des quelques minutes dont chacun et chacune de ces émissaires du rire dispose pour instaurer un climat de confiance et de détente tantôt avec un·e enfant atteint·e de cancer, tantôt avec une personne en perte cognitive. Cette expérience l'amène ensuite à réfléchir aux liens fondamentaux entre le rire et les larmes, et à réévaluer son propre travail de scripteur humoristique et de dramaturge. Faire (sou)rire les gens au théâtre, n'est-ce pas aussi participer à cette volonté d'arrondir les angles d'une vie pas toujours facile?

TABLE DES MATIERES

Prologue	7
À feu et à sang	9
Le meilleur des remèdes	15
Ne plus avoir le temps de rire	21
Le facteur fun	27
Bad clown, bon clown	35
Les clowns de ma vie	39
Laissez entrer les clowns thérapeutiques	43
Les clowns du fjord	47
CHSLD : Les années d'or	53
Dans la Baie des Ha ! Ha ! (1)	65

On s'est connu au café des trois colombes dans l'aile prothétique	69
Dans la Baie des Ha ! Ha ! (2)	79
Becs et bobos	83
Dragons	93
Une chanson triste	99
Liste de lecture du parc	107
Un long corridor sans clown	111
Sanctuaire	115
Obscur et rayonnant	123
Épilogue	127
Bibliographie	129
Remerciements	131

À propos de l'Observatoire de l'humour



**OBSERVATOIRE
DE L'HUMOUR**

Recherche in(ter)disciplinaire
sur le rire et l'humour

L'Observatoire de l'humour s'implique activement au développement et à la diffusion de la recherche sur l'humour dans le but de mieux comprendre et d'analyser sa place et ses fonctions dans la société. observatoiredelhumour.org