

# LA QUARANTAINE DE TONTON PAGOU

EPISODE 22 - FAITES MOI RIRE !

**BUBBLE ART**

28 rue Anatole France,  
Villeurbanne 69100

Bonjour les amis, c'est Tonton Pagou !

Heureusement que je vous ai ! Ce n'est pas la joie, vous riez vous pendant votre confinement ? Moi non, je pleure ma liberté perdue, ma fiancée envolée, je pleure, je me laisse aller, je suis triste, je me bourde de télévision et d'informations sur le nombre exact de chaque pays infecté et des morts. J'ai fait mon testament. Je veux que l'équipe de la radio me fasse un live Facebook de la crémation avec les flammes de l'enfer qui viendront cramer mes cheveux blancs. Cela sentira le vieux cochon rôti. Oui, cela sera bien ? J'en étais là, ce n'était pas la joie, vous voyez ?

(Le téléphone sonne)

- Merde ! C'est qui encore ?

\*\*\*

**Interviewé**

Tonton Pagou, bonjour.

**Tonton Pagou**

Oui ? Bonjour.

**Interviewé**

Je suis contente de vous entendre Tonton Pagou. Cela fait longtemps je voulais vous parler.

**Tonton Pagou**

C'est gentil.

Comment vous vous appelez ?

**Interviewé**

Je m'appelle Zoerie.

**Tonton Pagou**

Zoerie ? C'est joli.

**Zoerie**

Merci. C'est moi qui l'ai choisi.

**Tonton Pagou**

Oui, c'est joli.

**Zoerie**

Vous pouvez l'écrire décollé, Zoe-rie.

**Tonton Pagou**

Oh là là.

**Tonton Pagou**

Vous êtes collés ou décollés vous ?

**Zoerie**

Moi je suis collée.

(Rires)

**Tonton Pagou**

Et vous voulez parler de quoi ?

**Zoerie**

Ecoutez, on est dans une période difficile, on est en confinement.

**Tonton Pagou**

Ah bon ?

**Zoerie**

Et moi, dans mon métier, je m'occupe de redonner le rire aux gens. Voilà ce que je fais  
Tonton Pagou, je fais rire les gens.

**Tonton Pagou**

Faites-moi rire.

**Zoerie**

C'est comme un clown. Je vais vous apprendre à rire sans raison  
Tonton Pagou.

**Tonton Pagou**

Allez !

**Zoerie**

Pour rire, vous allez bien aspirer, il faut que votre rire parte du ventre. Si vous faites un petit rire de gorge, cela ne marche pas ! Mais si vous faites un gros rire avec votre ventre, là c'est autre chose ! Quand vous avez un fou rire c'est votre ventre qui bouge. C'est ça qu'il faut arriver à déclencher. Je sais que c'est dur au début, mais c'est super chouette d'entendre les rires des gens.

**Tonton Pagou**

Attendez, expliquez-moi, dites-moi encore, il faut que je parte de mon ventre, que je ris avec mon ventre ?

**Zoerie**

Oui, c'est votre ventre qui doit bouger quand vous riez.

**Tonton Pagou**

Alors, fais-le pour voir.

**Zoerie**

(Rires)

**Tonton Pagou**

C'est mon tour.

**Zoerie**

(Rires)

**Tonton Pagou**

Mais vous riez tout le temps. Laissez-moi rire.

**Zoerie**

Je vous laisse rire...

**Tonton Pagou**

(Rire forcé)

**Zoerie**

Entendre les rires des gens vous font rire.

**Tonton Pagou**

Oui.

**Zoerie**

C'est ça qui est important.

**Tonton Pagou**

Oui.

**Zoerie**

C'est chouette.

**Tonton Pagou**

C'est un peu comme les rires en boîte qu'on voit à la télé ?

**Zoerie**

Non, ceux-ci sont véritablement artificiels.

Là, on part d'un rire franc. Il faut quand même avoir un rire qui est senti, humain, qui est bienveillant.

**Tonton Pagou**

Est-ce qu'on peut rire sans en avoir envie ?

**Zoerie**

Oui, et cela vous fera du bien. Dès que vous riez, au bout de 12 minutes, vous libérez ces fameuses endorphines plus vite que quand vous faites du sport.

**Tonton Pagou**

Ce n'est pas dangereux ces endorphines ?

**Zoerie**

Au contraire. On en a plein. Il y en a deux qui m'intéressent. Il y a une qui a les mêmes effets qu'un comprimé d'antidépresseur.

**Tonton Pagou**

Ah bon ?

**Zoerie**

Il y a une autre qui est excellente, qui vous permet de diminuer la douleur.

**Tonton Pagou**

On peut en acheter en pharmacie ?

**Zoerie**

Le rire vous l'avez sur vous.

(Rires)

**Tonton Pagou**

Vous êtes en train de me faire le coup du gaz hilarant.

**Zoerie**

Exactement ! Mais ce n'est pas un gaz. Vous avez la technique en vous et vous ne l'utilisez pas assez.

**Tonton Pagou**

Dites-moi. Comment fait-on pour aller sur votre site et rire avec vos copains ?

**Zoerie**

Il y a deux endroits, l'école du rire et vous avez aussi la rigologie. Toutes les deux ou trois heures dans la journée, vous vous connectez sur zoom.es, on vous donne le numéro et puis vous avez 10 minutes de rires avec de gens de tout la France et d'autres pays. Le but de ce médecin indien qui a fait rentrer le yoga du rire en France c'est la paix dans le monde.

(Rires)

**Tonton Pagou**

D'accord.

Merci beaucoup Zoerie.

**Zoerie**

Je vous aime beaucoup Tonton Pagou.

**Tonton Pagou**

Vous êtes gentille.

**Zoerie**

Oui.

**Tonton Pagou**

Mais vous ne m'avez pas fait rire...

**Zoerie**

Si, vous avez ri !

**Tonton Pagou**

Non, je n'ai pas ri.

**Zoerie**

Vous vous êtes forcé. Attendez, j'ai encore une dernière chose à vous dire ; que vous vous soyez forcé ou que vous ayez ri pour de vrai, votre cœur ne fait absolument pas la différence. Ce que veut votre cœur, c'est que vous bougiez votre ventre et que vous fassiez un massage à votre diaphragme.

**Tonton Pagou**

Un massage de diaphragme.

**Tonton Pagou**

Merci. Je vous embrasse fort. À tout bientôt. Ciao.

**Zoerie**

Au revoir Tonton Pagou.

**Tonton Pagou**

Salut Zoerie.

\*\*\*

*Après tout, ça ne fait pas de mal non plus d'être triste, de se laisser aller à ses émotions. Les émotions ne sont pas gaies, on ne va pas se forcer à rire, non ? Cela m'a rappelé une vieille citation latine, parce que attention ! J'ai quand même fait du Latin, je n'étais pas brillant. Ecoutez ça « post coitus animal tristis est » Vous savez ce que ça veut dire ? « Après le coït l'animal est triste ». Sauf que du coït il n'y en a pas. Allez, à demain les amies. On est triste ensemble, mais écrivez-moi quand même à [tontonpagou@gmail.com](mailto:tontonpagou@gmail.com). Ciao.*