



ARVYDAS LIEPUONIUS

Vilniaus dailės akademija

JUOKAS KAIP NEUROTIKO NERIMO RAIŠKA IR EMANCIPACIJOS ŠANSAS (PAGAL H. BERGSONO KONCEPCIJĄ)

Laughing as Neurotic Anxiety Expression and Chance
for Emancipation (according to H. Bergson)

SUMMARY

In this article, the mechanisms of psychosocial adaptation are considered as they are presented in the book of famous France philosopher H. Bergson *Le rire*. The main attention is paid to the capacity of laughing. Since its defect or absence, as a rule, causes inadequate personal reactions to psychosocial challenges, the testing of it is an important part of psychoanalytical diagnostics.

SANTRAUKA

Straipsnyje aptariamas juoko kaip neurotinio nerimo raiškos fenomenas. Remiantis prancūzų mąstytojo Bergsono veikalu *Le rire* (*Juokas*, 1900) įvairiais aspektais tyrinėjami asmenybės psichologinės adaptacijos mechanizmai, atskleidžiama svarbi juoko funkcija asmenybės psichologinėje diagnostikoje, parodoma, kad nesugebėjimas juokauti, žaisti savo konkretų socialinį vaidmenį, situaciją, liudija apie asmenybės psichologines problemas, nesugebėjimą adekvačiai reaguoti į socialinius iššūkius.

Norint padėti neurotikui, reikia pažinti visus jam būdingus prieštaravimus ir konfliktišką laikyseną. Psichanalizė buvo viena pirmųjų mokyklų, pateikusi esmines šio sveikatos sutrikimo

aiškinimo sąvokas. Kai kalbama apie neurozę, tradiciškai asocijuojama su *superEGO*, išstumtais turiniais, neišspręstais, neišsąmonintais konfliktais, įvairiomis pasipriešinimo reakcijomis. Asmenybės

RAKTAŽODŽIAI: Bergsonas, juokas, neurotiko nerimas, psichologinė ir socialinė adaptacija, psichoterapija.
KEY WORDS: Bergson, laughing, neurotic anxiety, psychosocial adaptation, psychotherapy.

polinkis į neurozę yra nulemtas socialinės aplinkos, automatizuotu tapusio siekio laikytis normų ir konvencionalių elgsenos direktyvų, kurios yra sunkiai suderinamos su individo giluminėmis aspiracijomis. Iš čia kyla neurotiškos asmenybės komplikuotumas ir neadekvačios reakcijos į kitiems psichologinių problemų nesukeliantį reiškinį. Mūsų laikų neurotiška asmenybė yra kupina netikrumo dėl savo egzistencijos globalizacijos ir jos prieštaringų procesų pagimdytų identiteto krizių. Panašu, kad ji išgyvena nerimą, kuris įgauna visuotinio ir savotiško epidemiologiškumo pobūdį. Neurotinis nerimas jau tampa fenomenaliu suprantant šią sąvoką kaip „atvirumą tam, kas yra savaimė suprantama“¹. Paradoksalu, bet atviras neurotiko kontaktas su jį supančia aplinka didina nerimo apraiškas. Nebūti atviru sunku. Kaip ir vaidinti neurotikui.

Šalia tipišκών neurotinių reakcijų ir trauminių reiškinų neurozės samprata išplečiama iki „kultūrinio nepatogumo“ pasak S. Freudo, o tokį sutrikimą reikia gydyti. Problemos visybiškumas ir aktualumas apima net pasimetusią tarp naujų globalizacijos ir technogeninės civilizacijos iššūkių psichoterapiją bei jos specialistus, kai tenka skubiai ieškoti naujų kriterijų ir paradigų bei taikytis prie sparčiai besikeičiančios individo-aplinkos interakcijos naujųjų formų. Šiandieninis neurotikas nespėja su jį supančio pasaulio spartėjančiais raidos tempais, kurie kelia vis naujas asmenybės psichologinės adaptacijos problemas. Čia ir ky-la principinis mus dominančių problemų lauko klausimas: ką dabartinis mokslas gali pasiūlyti kontroversiškam

žmogui, ieškančiam prasmų ir pastovumo nuolat besikeičiančiame pasauly ir kenčiančiam nuo neurozės?

Dažnai atsakymą į šį klausimą rasti bandoma pačiame individe, jo esmės apibrėžimuose. Vienas produktyvių bandymų, mūsų nuomone, apibūdinti egzistencinę individo laikyseną yra subtilaus prancūzų mąstytojo, daug nuveikuso ne tik filosofijos, tačiau ir sudėtingiausių psichologinių procesų tyrinėjimo srityje H. Bergsono juoko ir komiško koncepcija, kurios autorius kukliai pasiteisina, kad universalios komiško formulės jis nesiekias surasti. Vienok tokia pretenzija pastebima. Juk žmogus Bergsonui – tai „mokantis juoktis gyvulys“, „kai kas žmogų apibrėžė kaip gyvūną, kuris juokiasi“, „jie galėjo žmogų apibrėžti ir kaip gyvūną, kuris sukuria juoką“².

Juoko galia slypi jo įvairiapusiame žmogiškajame potenciale, kurį galime panaudoti naujai traktuojant neurotiškos asmenybės laikyseną. Paralelės yra pakankamai akivaizdžios. Pasak žytaus psichologo Gordonio W. Allporto: „Išmokęs juoktis iš savęs, neurotikas pradeda valdyti save ir galbūt ilgainiui pasveiks“³.

Ar iš tiesų neurotikas pradeda sveikti, kai pradeda juoktis pats iš savęs tuo pačiu įgydamas šansą pažvelgti į save naujai? Norėdami atsakyti į šį klausimą, pasinaudosime Bergsono juoko ir komiško koncepcija, kurios sąsajos su neurotine individo laikysena, jos traktuote, mūsų nuomone, yra pakankamai akivaizdžios.

Bergsono „žmogiškas kaprizas“ juokauti tampa tarsi esmine individo savybe, nusakančia *homo sapiens* kritišką są-

monę. Stokojantis humoro jausmo žmogus neturi kažko substancialaus – to, kas jį daro žmogumi:

„Gyvenimas teka savuos namuos.
Nemėgdžioju nieko, sakau – dievaž.
Iš meistro kiekvieno tikrai juokiuos,
Savęs kurs netraukė per dantį nėraž.“⁴

Daugelis autorių (ne tik čia minimų filosofų), tačiau, pavyzdžiui ir bergsoniškąjį „sąmonės srauto“ principą plačiai taikęs amerikiečių rašytojas Williamas Faulkneris paklaustas, kokius žmones jis labiausiai vertina, atsakė, jog tuos, kurie turi humoro jausmą. Gebėjimas suprasti humorą ir juokauti yra ne tik intelekto rodiklis, tačiau tampa ir egzistenciniu adaptyvumo pagrindu. Perdėm rimta asmenybė negeba juokauti, taigi ir būti. Neurotikui sunku net paprasčiausiai egzistuoti socialinėje terpėje. Pastarajai būdingą juoką Bergsonas yra linkęs priskirti kolektyvinės vaizduotės produktams, o asmens vienatvė ir šalinimosi elgesys daro jį išskirtiniu ir komišku. Kolektyviniai vaizduotės produktai paprastai įgauna patvirtinimą ir nerašytą konvencionalumą. Tuo tarpu neurotiškasis netikrumas ir neadaptyvumas gimdo juoko ar išjuokimo tikimybę, kai realus ar „pavaizduotas asmuo tampa nedraugišku“⁵. Tad kyla retorinis klausimas: kada ir kokia asmenybė gali sau leisti būti „neadaptivi“ ir „atsiskyrėliška“? Kada juokas tampa ne kolektyvinės vaizduotės produktu? Juk žmoguje gyvena, pasak Johanno Wolfgango von Goethe's, daug sielų. Ir Carlos Gustavas Jungas manė, kad vienoje *psyche* egzistuoja daug sielų, vadinasi, ir daug savikritikos galimybių. Akivaizdu, kad

lyginant su socialiai labilia asmenybe neurotikas stokoja adekvataus savikritiškumo, savotiško savęs išjuokimo, kartu atimdamas iš savęs sveikesnės egzistencijos galimybę. Juoko idiosinkrazijos (gr. *ideos* – savitas) ir individualaus nepakartojamumo Bergsonas nenagrinėja, tačiau tęsiant šio autoriaus minties eigą, galėtume spėti, jog individualumas juokaujant ir kartu komunikuojant tarsi pačiam su savimi kitiems galėtų atrodyti kiek „autistinis“ ir pats savaime juokingas. Tarsi keista ir nesuprantama komunikacijos (tiksliau – autokomunikacijos) forma. Sutrikusi išorinė neurotiko komunikacija paprastai byloja ir apie sutrikusią vidinę komunikaciją.

Neabejotinas Bergsono nuopelnas tyrinėjant juoko fenomeną yra besijuokiančio žiūrovo bejausmystės įvardijimas, kai santykis tampa neasmeninis su juokingu subjektu. Būtent nejautrumas, protinis šaltumas bei abejingumas ir „švarus protas“ drauge su kitomis sąlygomis tampa juoko priežastimi ir prielaida. Tiesioginio ryšio su juoko objektu nebuvimas igalina pastarąjį sveikai išjuokti. Refleksija, kurios neurotikas stokoja tiek pats su savimi, tiek ir su jį supančia aplinka, pirmiausia su kitais žmonėmis, tiksliau jos (refleksijos) neadekvatumas tampa pagrindine neadaptyvios laikysenos priežastimi, kai perdėm sąžininga neurotiko asmenybė kenčia nuo sąžinės. Neurotikų palatoje paprastai galima „justi šilumą nuo sąžinės“. Psichoterapeutui sąžiningi pacientai nėra ir negalėtų būti juokingi. Tokiais jie tampa bejausmiams, abejingiems kitiems socialinės aplinkos atstovams. Bergsonas pateikia du kito

asmens sąmonės būsenų pažinimo ir priėmimo būdus: dinaminį (kai mes patys patiriame šias būsenas) ir statistinį (būsenas pakeičiame simboliu ar intelektualine idėja)⁶. Vartojant Bergsono terminiją galėtume teigti, jog perdėm neurotiškai empatiška ir „dinaminė“ laikysena „statistiniam“ stebėtojui gali pasirodyti juokinga.

Neurotiškumas tiesiogiai susijęs su įvairiomis baimėmis ir nerimu (dažniausia egzistenciniu). Tokios „laisvai plevenančios baimės“ dažnai neturi konkretaus vaizduotės turinio ir yra lydimos vidinės įtampos⁷. Pasak vieno paciento: „Aš jaučiu kaip laikas slysta iš mano rankų“...Taigi neurotikas nespėja su laiku. Tada tampa juokingu. Bergsonas mano, kad per didelę žmogaus orientacija į praeitį išgalina jį išjuokti. Kaip ir orientacija į dabartį, tik pavėluota, tarsi „melodija atsiliekanči nuo akompanimento“⁸. Tarsi dainininkas, nepataikantis į ritmą ir nuolat vėluojantis. Toks „atlikėjas“ nepataiko ir į socialinį ritmą dėl savojo užsisklendimo ir pesimistinio vidinio dialogo „nusidainuodamas“ vis labiau ir labiau. Taip labiau „socializuotų“ žmonių požiūriu jis tampa vis juokingesnis.

Neurotiškasis laiko linijos nejutimas, nors stengiamasi iš paskutiniųjų, neretai byloja apie individo socialinį nelankstumą, nesugebėjimą prisitaikyti prie besikeičiančio socialinio gyvenimo ritmo ar komunikacijos sąlygų. Sustingęs protas, mąstymo rigidiškumas būdingas psichasteninėms asmenybėms. Tokias paraleles galime atsekti ir komiškoje asmenybėje. Bergsonas kalba apie asmenybės „kaulėtumą – mechaniškumo etiketę“,

kai kūnas tarsi tampa mechanizmu, o juokas „tarsi pelnyta bausmė už kaulėtumą“⁹. Bergsono nuomone, individe įtampa ir elastingumas turėtų derėti, harmoningai sąveikauti. Sveikame individe taip ir yra. Jei protas ir kūnas jų stokoja, asmenybė ne tik gali tapti juokinga, bet, Bergsono nuomone, jai gresia didelė socialinė destrukcija – „...psichiniai sutrikimai, neprisitaikymas, skurdas, nusikaltamumas“¹⁰. Panašiai neurotiškąjį charakterį apibūdina ir žymusis psichoanalitikas Alfredas Adleris¹¹. Pasak jo, menka tolerancija įtampai ir nelankstumas suponuoja situaciją, kai individas atsiduria ydingajame neurotiniame rate, o išorinio pasaulio jėgos ir grėsmės atrodo vis didesnės ir galingesnės. Neuritiškasis nesugebėjimas sintetinti priešybių gali inspiruoti išjuokimą. Gimsta taip vadinami neurotiniai ekstremalumai vertinant aplinką, įvykius, žmones, jie neretai įgyja net agresyvias formas. Nerimo ir pykčio simbiozė interpretuojant žinomas situacijas įgyja taip vadinamą *idiosyncratic conceptualization of life experiences* (gyvenimiškojo patyrimo konceptualizacijos savitumo) formą¹².

Bergsonas kompleksiskai nagrinėja komišką asmenybę, priskirdamas jai esminį savotiškos būdo etiketės bruožą. Komiškas charakteris (gr. įspaustas ženklas) įgauna komiško išsiskirdamas: „Komiška asmenybė visuomet yra išsiblaškiusi ir nuo šio išsiblaškymo iki nenormalumo, iki pilno pusiausvyros praradimo...perėjimas tampa nematomu“¹³. Juokinga tampa paribio būseną, kai individas yra pakeliui į nenormalumą ar pademonstruoja aplinkai tokią „preten-

zija“. Bergsonas taikliai pastebi, jog reikėtų skirti asmenybes – kokios jos yra nuo to, kokios jos galėtų būti. Vėliau šis principas tampa pamatiniu daugelio psichoterapinių požiūrių, traktuojančių asmenybės sudėtingumą. Būtent keistumo ar patologijos potencialas, glūdinčias asmenybėje, gali tapti juoko priežastimi aplinkiniams žmonėms. Toks keistuolis dažnai yra ir „naivuolis..., romantiškų svajų asmenybė..., apgavikų auka..., idealistas..., chimėrų gaudytojas..., tragiškos ydos“ turėtojas¹⁴, kuriam gyvenimas paspendžia klastingus spąstus. Pernelyg didelis pasitikėjimas aplinka, delegavimas jai savo lūkesčių įgalina išjuokti tokią asmenybę, piktnaudžiauti jos atvirumu. Šizoidinė neurozės charakterio sankloda pasižymi didžiuliu meilės ir šilumos poreikiu ir kartu susilieji su kitu baime¹⁵. Toks išgyvenamas vidinis konfliktas ir prieštaravimas skatina neurotikos ambivalentišką laikyseną žmogiškosios aplinkos atžvilgiu: nuolatinį švelnumo ieškojimą ir negavus jo bei patyrus sarkastišką atsaką „per greitą“ pabėgimą nuo jos skepsio bei išjuokimo. Vėliau viskas prasideda tarsi iš naujo, reakcijų ratas kartojasi. Neurotinis charakteris tampa komišku, „stigmatizuojasi“ igydamas tipiškumo bei ženkliškumo. Panašų juokingą tipą Bergsonas linkęs pavadinti „parazitišku“ „einančiu savo keliu... ir nesirūpinančiu kontaktu su kitu“¹⁶, kuris kaip ir neurotikas tampa pakankamai vienišu. Vėliau F. Aleksanderis ir W. Reichas buvo pirmieji autoriai, psichoanališkai interpretavę charakterologiją (išskirdami baimingą, fobinių, isterinių ir anankastinių-prievartos as-

menybinių sutrikimų tipus)¹⁷ taip konkretizuodami jų savitumą.

Neurotinis charakteris sunkiai save reflektuoja, gyvendamas tarsi išivaizduojamoje padėtyje (tam tikra prasme ne savo noru), o pastaroji, pasak Bergsono, jau pati savaime igyja komiškumo. Individas elgiasi nesąmoningai ir juokina situacijos nesuvokimu. Bergsonui charakterio komiškumas sietinas su atomizmu, „...kada personažas, nematomas pats sau, tampa matomu kitiems“. Tarsi simbolis – nematomą realybę reprezentuojantis matoma forma. Neurotinis atvirumas aplinkai ir švento pasaulio poreikis tampa nesąmoningos elgsenos kasdienybe, kurie kontroversiškai susidūrus su socialine realybe sukuria juoko galimybę. „Tik tai, kas tampa automatiška, yra savo esme komiška“, „charakteris tampa komišku, kai jis gali funkcionuoti automatiškai“¹⁸. Tarp mūsų ir mūsų sąmonės yra perskyra (arba šydas, pasak Bergsono), kuri paprastai žmonėms nėra permatoma, o poetams ir menininkams galima peržvelgti. Idomu, kad besijuokiantis iš tipiškai neurotiško individo tampa tarsi menininkas ar psichoterapeutas, magiškai išvelgęs neurotiškus sąmonės ir sąsąmoningojo „mūsų“ prieštaravimus. Tokių prieštaravimų ir konfliktų atskleidimas ir reflekyvus perdirdimas saugioje aplinkoje neurotikui turėtų gydomosios, psichoterapinės reikšmės.

Juokas kaip visuomeninio gesto rūšis, Bergsono nuomone, tarnauja „bendro tobulėjimo naudingam tikslui“ ir yra socialiai prasmingas: „Aš gestams priskiriu... laikysenas, judesius, kalbas, kurie sieli-

nę būseną atstovauja betikslę, tik iš vidi-
nių paskatų...“¹⁹. Juoko prasmingumas
papildomai atsiskleidžia jam reprezen-
tuojant pakankamai konfliktiškus kolek-
tyvinės sąmonės turinius. Gestai gali
būti ir sąmoningi, kaip kad sąmoningai
gali būti kuriamas humoras. Ir automa-
tizuoti, refleksyvūs ar atstovaujantys są-
monę. Neurotiko „gestu“ tampa jo
projektyvi ar perkėlimo gynyba, kuri gali
ir gluminti, ir suerzinti, ir juokinti aplin-
kinius. Tik reikia mokėti ją skaityti. Tai-
gi gestai, kaip ir humoras, tampa komu-
nikacijos forma, kalba, kurią verta mokė-
ti. Neurotikas šiuo aspektu panašėja į
žmogų, kuris bando kalbėti sau mažai ži-
noma užsienio kalba ir, žinoma, juokina
kitus dvigubai – dėl kalbos nemokėjimo
ir dėl įsivaizdavimo, kad pernelyg gerai
ją moka. Komedija atsiranda, kai mes sa-
vo dėmesį kreipiame ne į veiksmus, o į
gestus – kaip hipnozėje. Manualinė ar
manipuliavimo rankomis tarsi cirke
svarba yra fiksuoti žiūrovo dėmesį, nu-
kreipti jį. Bergsono nuomone, nors geste
yra tik izoliuota asmenybės dalis, bet ji
dažnai yra svarbesnė ir esminė, įgalinan-
ti vidinio „aš“ sprogimą. Tarsi taip ne-
atsargiai manipuliuodami pažadintume
pasąmoninguosius kompleksus, kurie
yra energetiški. Ir, pasak Jungo, tuomet
turėtų vykti arba gilesnis individo sarg-
dinimas, arba atsirastų papildoma pa-
skata sveikimui ²⁰.

Proto kontrastas, „nujaučiamas ab-
surdas“ juokdario (ar papildytume –
neurotiko) laikysenos paradoksumas
Bergsono prilyginamas Don Kichoto
personažo laikysenai: „Kiekvienas komi-
škas poveikis turi turėti tam tikrą
prieštaravimą...mes juokiamės iš aki-

vaizdaus absurdiškumo...“²¹. Absurdiš-
kų prieštaravimų nerimo kamuojamoje
asmenybėje yra ypač gausu. Bergsonas
linkęs išskirti juos esant tarp formos ir
turinio, tarp dvasinės ir fizinės žmogaus
pusės, tarp tikslo ir priemonės ir pan.
Būti žmogumi tam tikra prasme reiškia
būti nuolatiniuose prieštaravimuose.
Reiškia ir būti nuolat juokingu...

Absurdo prieštaravimų forma pakar-
tojimas (kaip pasikartojimo prievartos
fenomenas, kuris būdingas neuroti-
kams²², Bergsono patikslinamas fenome-
nų įvardijimu: repeticija, inversija, inter-
ferencija, dviguba įvykių interpretacijos
prasmė, metaforų naudojimas ir pan.
Tokie mechanizmai padeda pasiekti komi-
škumo ir esmės išvalgos psichoterapijoje.
Kartu jų atskleidimas ir panaudo-
jimas galėtų padėti neurotinei asmeny-
bei išsilaisvinti nuo patologizuojančiųjų
charakterio šarvų. Tai – integratyviosios
humoro terapijos šansas. Terapeuto ak-
tyvi empatinė laikysena realios interak-
cijos su pacientu metu įgalintų atrasti
branduolinius konfliktus, pažadinti pa-
garbos sau resursus, pasąmoningus
prieštaravimus iškelti metaforiniu hu-
moro būdu – naudojant anekdotus, links-
mas paradoksalias istorijas, „iškeliant
juos į dienos šviesą“. Toliau tęsiant hu-
moro terapijos principų vardijimą, pa-
sak W. A. Salameh, turėtume siekti:
kliudančią psichologinę gynybą reikėtų
įveikti specifinėmis humoro technikomis
(hiper-hipo-triofija; absurdiškumo iškė-
limu; paradoksaliais žodžių žaidimais;
nenuoseklumo atskleidimu²³. Juk per
humorą atsiskleidžia egzistencinis po-
tencialas ne tik atrodyti ar būti patolo-
gišku, bet ir augti, sveikti, tobulėti, „grei-

čiausiu būdu užmegzti kontaktą su kitu²⁴. Bergsonas labai vaizdžiai apibendrina savo studiją: „Juokas atsiranda... kaip jūros puta. Ji iššaukia lengvą socialinio gyvenimo pasipriešinimą... Ir sūri...

ir putoja... ir linksma... kaip puta. O filosofas, kuris surenka keletą lašų ant delno idant tai įvertintų, mažame šios medžiagos kiekyje gali atrasti pakankamai kartumo.“²⁵.

IŠVADOS

H. Bergsono juoko ir komiško koncepcijos panaudojimas interpretuojant neurotinio nerimo fenomeną iki šiol nebuvo nagrinėtas. Repetacijos, nelankstumo, absurdiškumo, per didelės empatijos ir kitų principų atskleidimas padeda išvalgiau suprasti neurotiko laikyosenos komiško socialinėje terpėje ir į „nenormalumą“ linkusio asmens neadaptyvumą. Juoko kaip socialinio gesto prasmingumas yra polifunkcinis ir įgalina socialinės bendruomenės indivi-

dus iškrauti įtampą, išvelgti gyvenimišką paradoksalumą, anormiškumą ir netgi išlieti agresyvius impulsus. Neurotikas tiek tampa išjuokimo auka, tiek ir pats sarkastiškai juokiasi iš kitų. Psichoterapinės humoro galimybės pirmiausia yra orientuotos į sveiką savęs išjuoką ir į žymiai didesnę interakcinio humoro potencialo panaudojimą gydant neurotišką asmenybę. Bergsono kūrybinio potencialo panaudojimas šia prasme yra labai perspektyvus.

Literatūra ir nuorodos

- 1 Finn Skårderud. *Nerimas: klajonės po modernijų Aš*. – Vilnius, 2001, p. 479.
- 2 Henri Bergson. *Das Lachen*. – Jena, 1921, p. 6.
- 3 Viktor E. Frankl. *Sielogyda*. – Vilnius, 2007, p. 289.
- 4 Friedrich Nietzsche. *Linksmasis mokslas*. – Vilnius, 1995, p. 19.
- 5 Henri Bergson. *Das Lachen*. – Jena, 1921, p. 3.
- 6 Ten pat, p. 7.
- 7 Handwörterbuch der Psychologie / hrsg. von Roland Asanger und Gerd Wenninger. – (Studienausg.), 4., vollig neubearb. und erw. Aufl.; Weinheim: Psychologie-Verl.-Union, 1992, p. 484.
- 8 Henri Bergson. *Das Lachen*. – Jena, 1921, p. 101.
- 9 Ten pat, p. 11.
- 10 Ten pat, p. 19.
- 11 Žr.: Alfred Adler. *Über den nervösen Charakter*. – München, 1928.
- 12 Beck T. Aaron, M.D. *Cognitive therapy and the emotional disorders*. – New York, 1979, p. 293.
- 13 Henri Bergson. *Das Lachen*. – Jena, 1921, p. 111.

¹⁴ Ten pat.

¹⁵ Žr.: W. Bräutigam, P. Christian. *Psychosomatische Medizin*. – Stuttgart, New York, 1986.

¹⁶ Henri Bergson. *Das Lachen*. – Jena, 1921, p. 121.

¹⁷ Handwörterbuch der Psychologie / hrsg. von Roland Asanger und Gerd Wenninger. – (Studienausg.), 4., vollig neubearb. und erw. Aufl.; Weinheim: Psychologie-Verl.-Union, 1992, p. 486.

¹⁸ Henri Bergson. *Das Lachen*. – Jena, 1921, p. 98–99.

¹⁹ Ten pat, p. 17.

²⁰ Žr.: Carl Gustav Jung. *Psychoanalizė ir filosofija*. – Vilnius, 1999.

²¹ Henri Bergson. *Das Lachen*. – Jena, 1921, p. 121.

²² Žr.: Sigmund Freud. *Psychoanalizės įvadas*. Paskaitos. – Vilnius, 1999.

²³ Žr.: W. A. Salameh. *Humor in der integrativen Kurzzeittherapie*. – Stuttgart, 2007.

²⁴ Ten pat, p. 255.

²⁵ Henri Bergson. *Das Lachen*. – Jena, 1921, p. 133.