

Halloween ou la fête des morts-vivants. Farces, citrouilles et costumes effrayants sont à l'honneur. Durant cette période, on conjure ce qui nous effraie le plus... la mort.

Cette fête est liée à la célébration de la fin de l'année païenne irlandaise, Samhain. Ce jour-là, selon les légendes diverses et variées, la frontière entre le monde des vivants et celui des morts s'estompe. Les morts reviennent sur terre et rendent souvent visite à leurs proches. Une citrouille dans laquelle est sculpté un sourire des plus angoissants est censée éloigner les vampires et chasser les mauvais esprits. À leur arrivée en Amérique du Nord vers 1850, les immigrants irlandais et écossais ont importé cette coutume à la fois celte et gauloise qui, au fil des décennies, s'est propagée dans le monde entier ou presque.

D'où provient sa popularité ? Nous,

êtres humains, aimons ressentir cette sensation de peur. Oui, mais pourquoi ? Une fois cette vive anxiété passée, notre organisme sécrète de la dopamine, hormone de satisfaction très addictive.

Les enfants affectionnent principalement cette fête et se réjouissent à l'idée de se déguiser en sombres messagers du Mal tels des sorcières édentées, des monstres sortis d'outre-tombe, des zombies décérébrés, des vampires aux dents aiguisées et autres créatures aussi diaboliques les unes que les autres. À travers les personnages fictifs issus tout droit de son imagination, l'enfant explore sa capacité à faire face à différents sentiments.

Marjorie Taylor, psychologue à l'université de l'Oregon, explique : « Cela donne aux enfants l'occasion de s'entraîner avant de rencontrer une situation dans la vie réelle. Aussi,

maquiller l'enfant en monstre l'aide à comprendre que les monstres ne sont pas réels. C'est une façon de développer la maîtrise des émotions. »

Les rituels d'Halloween transforment l'horreur en jeu, la mort en légèreté, la peur en rire. « Halloween peut être extrêmement utile : c'est un excellent moyen d'apprivoiser nos peurs et de développer un certain contrôle sur ces peurs. » explique Dacher Keltner, psychologue de l'UC Berkeley. Une aptitude très utile au quotidien, tant pour les adultes que pour les enfants.



Regardez [la vidéo](#) :

«La fête des morts à travers le monde» - TV5 Monde.

Comment rend-on hommage aux morts :

- dans la tradition catholique on célèbre les chers disparus avec des fleurs et dans le recueillement ;
- en Sicile, pour la fête des morts, les enfants sont ravis parce qu'ils reçoivent des bonbons, des sucreries qui leur viennent directement de leur ancêtres disparus ;
- au Japon la fête s'appelle O-Bon, on remplit les maisons d'offrandes et de lanternes ;
- en Malaisie on dépose aussi des offrandes et des lanternes mais pour les fantômes ;
- au Népal les enfants se déguisent en vaches, l'animal sacré qui guide les défunts égarés vers le paradis ;
- au Mexique on porte des costumes colorés ;
- dans le monde anglo-saxon (Irlande, Canada, États Unis etc.), chaque 31 octobre, on célèbre Halloween.