HAL
open science

Le sezisman, une approche ethno-psychologique de la frayeur

Jacques Brandibas

To cite this version:

Jacques Brandibas. Le sezisman, une approche ethno-psychologique de la frayeur. Kabaro, revue internationale des Sciences de l'Homme et des Sociétés, 2010, Construction identitaire et interculturalité dans le monde indo-océanique, V (6-7), pp.187-195. hal-03538418

HAL Id: hal-03538418

https://hal.univ-reunion.fr/hal-03538418

Submitted on 21 Jan 2022

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

LE SEZISMAN, UNE APPROCHE ETHNO-PSYCHOLOGIQUE DE LA FRAYEUR

JACQUES BRANDIBAS
DR EN PSYCHOLOGIE CLINIQUE
CMPP HENRI WALLON – ST-DENIS

- Le sézisman, c'est la peur, la peur…
- « Ou voi ! un bon sézisman, si ou l'a pas gagne soigne à lu tout suite. Ben ! Konsékans lé grave »
« Médecin i koné pas sézisman. Lu peu pas faire rien contre sésismen »

Résumé

Au-delà de son fondement biologique et de son caractère universel, la frayeur a toujours fait l'objet d'un traitement culturel. Les cultures intègrent le désordre dans leur univers en le nommant et le traitant au moyen de techniques éprouvées qui leur sont propres. Le traitement culturel de la frayeur passe par l'élaboration d'un savoir puis d'un savoir-faire. Toutes les cultures reconnaissent à la frayeur un pouvoir de transformation de la personne. Elle peut être utilisée au cours de certains rituels pour provoquer un changement, une métamorphose correspondant à une attente sociale. La plupart du temps cependant, elle reste subie par des victimes et est susceptible de provoquer des changements nuisibles. Le présent article s'intéresse à ce dernier cas de figure dans une perspective ethno-psychologique. A la Réunion, la frayeur est nommée *sézisman,* son traitement s'appuie sur des croyances, des savoirs et des techniques spécifiques fondées sur la métaphore comme vecteur du soin.

Mots-clés : Ile de la Réunion – frayeur – soin – métaphore – ethnopsychologie – transculturel.

Abstract

Beyond its biological basis and universal nature, fright and its consequences have always been culturally treated. Cultures integrate psychological distress in their world by naming and treating it with their own tested techniques. The cultural healing of fright passes by the development of knowledge and know-how. All cultures know the ability of fright to transform personality. Sometimes, fright can be ritually used to cause a change, a metamorphosis corresponding to social waiting. Mostly however, fright remains undergone by victims and is likely to cause harmful changes. This article is interested in this last case of figure from an transcultural point of view. At Reunion Is., fright is named *sézisman*, its healing is based on beliefs, knowledge and specific techniques founded on metaphor.

Keywords : traumatism – fear – fright – care – metaphor – ethnopsychology – transcultural.

INTRODUCTION

La peur, avec la colère, la joie, la tristesse, le dégoût est l'une des cinq émotions universelles. Le récent développement des neurosciences a permis de montrer que son siège se trouve dans un recoin du cerveau (thalamus, hippocampe) et qu'elle provoque, d'une culture à l'autre, les mêmes expressions faciales. Si, comme pour Henri Atlan, philosophe et biologiste, elle est une réaction de survie au danger induisant un ensemble de comportements de fuite ou de combat, elle est aussi culturellement construite. Tous les groupes humains ont à gérer les souffrances consécutives à l'irruption de la peur et de ses avatars, frayeur, effroi, terreur, angoisse, etc. La souffrance n'est jamais un phénomène à caractère strictement privé ; elle s'exprime et se nomme dans le langage qui est toujours un produit intersubjectif. Toutes les sociétés reconnaissent, nomment, soignent la peur et cherchent à se prémunir contre ses effets. Les théories qui la concernent sont diverses et multiples, elles se déclinent en fonction de la conception du monde du groupe culturel dans lequel elle survient.

APPROCHE ETHNOPSYCHOLOGIQUE

OCCIDENT

L'Occident décline la peur dans la triade (1) état de stress temporaire (2) état de stress aigu (3) trouble de stress post-traumatique. Les interventions d'urgence ont été mises en place pour apporter un soutien psychologique aux personnes victimes d'événements stressants (accidents, attentats…). Elles sont fondées sur la conviction qu'une prise en charge immédiate peut éviter la chronicisation de la peur dans un trouble de stress post-traumatique particulièrement éprouvant, durable et coûteux. Les techniques de soin employées sont souvent basées sur la fonction thérapeutique de la parole (ventilation, *debriefing*) dans un dispositif individuel ou groupal.

SOCIETES TRADITIONNELLES

Là, le soin est moins fondé sur la parole que sur le recours à des objets thérapeutiques. Les personnes soumises à un stress intense présentent généralement un certain nombre de signes caractéristiques. Ces signes, rassemblés et répertoriés, sont pathognomiques d'un syndrome qui une fois nommé devient objet de savoir et de pratiques thérapeutiques. Il en est ainsi du *sézisman* réunionnais, objet d'un savoir populaire, partagé et répandu qui a déjà fait l'objet de recherches anthropologiques (Andoche, Pourchez).

A Mayotte, hibioua roho[1]

Beaucoup de Mahorais craignent que l'irruption de la frayeur ne laisse le champ libre à des entités néfastes (mauvais esprits[2], double). Leur intentionnalité serait de profiter de l'effroi qui saisit la personne pour s'emparer et se repaître de son âme. En l'absence de soin, ces êtres invisibles sont réputés avoir la capacité de rendre fou[3] leurs victimes.

Aussi, les dispositifs de soin mahorais ont-ils mis au point une thérapeutique utilisant la contre-frayeur[4]. *Kanoussa* est une plante, très odorante, qu'on laisse tremper dans de l'eau pendant un certain temps dont on imbibe une serviette que l'on tord et noue. Au moment où la personne effrayée ne s'y attend pas, on la frappe très fort et par surprise avec la serviette imbibée sur la poitrine près du cœur. La frayeur mêlée de douleur consécutive au coup est réputée chasser les entités. Les conséquences de la peur initiale en provoquant un mouvement inverse à l'effraction, s'évanouissent aussitôt.

Chez les Hakka de Polynésie, hak-tao[5]

Sin Chan (2003) rapporte que chez les Chinois d'origine *hakka* de Polynésie, une âme effrayée par un stress inattendu peut s'échapper, se perdre, errer et laisser à jamais vidé de sa substance le corps dans lequel elle vivait. Le diagnostic de *hak-tao* une fois posé, le soin consiste alors à retrouver l'âme effrayée, égarée, à lui parler, l'apprivoiser, lui faire retrouver son chemin et lui redonner suffisamment confiance pour qu'elle consente à retourner dans un corps auquel les rituels apporteront un surcroît de protection.

À L'ILE DE LA REUNION, LE *SEZISMAN*

La peur (Eve, 1992) a toujours existé dans cette île, elle a commencé avec celle des esclaves, enlevés, déportés, déshumanisés. Les traumatismes liés à l'histoire coloniale ont contribué à façonner le rapport social actuel de maints Réunionnais avec la peur. L'installation dans l'île des survivants de la traite des Noirs, un tiers des Africains déportés a survécu, a été accompagnée par la frayeur. Coupés de leurs attachements culturels – langue, divinités, familles, objets protecteurs – constitutifs de leur Humanité, confrontés à la frayeur et à la mort, ils ont rapidement construit

---

1 En mahorais, littéralement « se faire voler son cœur, son âme ».

2 En mahorais, *Shetwan.*

3 En mahorais, *Masera.*

4 En mahorais, *Kanoussa,* du nom de la plante qui est utilisée dans cette technique.

5 En cantonais, *Hak-tao*, la « fuite de l'âme ».

un « vivre ensemble », une créolité qui est aussi une manière de composer avec la peur (Brandibas, 2008).

Aujourd'hui, le *saisissement* est une théorie étiologique connue de la plupart des Réunionnais. Dans les consultations médico-psychologiques, la théorie du *sézisman* vient régulièrement argumenter les symptômes les plus divers, troubles du langage oral ou écrit chez l'enfant, retard de maturité, du développement, repli sur soi, mutisme sélectif, trouble anxieux, etc. Le *sézisman* a ceci de remarquable que la famille peut le dater en évoquant les circonstances de son apparition.

La notion de *saisissement* a acquis une certaine transversalité au sein de la population qui se retrouve globalement d'accord pour expliquer son origine et sa prise en charge. Toujours connoté négativement, le terme ne recèle pas cette notion d'émerveillement, de ravissement que l'on retrouve dans l'acception française du terme.

SAVOIRS REUNIONNAIS

Un effet de surprise : le *sézisman* est provoqué par un choc émotionnel inattendu, il peut avoir une cause naturelle, telle une chute, l'annonce d'une mauvaise nouvelle, un accident, et chez l'enfant, le fait qu'il soit témoin des disputes parentales.

Cet effet de surprise peut également avoir une cause surnaturelle telle la rencontre inopinée avec une entité invisible : au cours d'une séance de psychothérapie transculturelle, une jeune femme est amenée à évoquer un épisode de son enfance ayant trait à la disparition dramatique de sa petite sœur : « *Cela se passait un matin, au moment du petit déjeuner. Karen avait l'habitude de se lever pour partager ce moment avec son père… Tout d'un coup, elle a dit : « Papa, je vois Jésus…, Il me dit : « Viens ! » … Et elle est morte* ». Un peu plus tard, la patiente poursuit sur la relation qu'elle a entretenue avec sa sœur après son décès : « *Souvent, elle venait me voir, ma sœur me disait de venir et ça me faisait peur. J'en ai parlé à maman. Elle m'a donné une tisane contre mon sézisman* ».

La transgression d'un tabou : Madame X raconte comment, enfant, en jouant dans la cour d'un temple *malbar*[6], elle est montée sur un papayer pour se saisir d'une papaye mûre. L'arbre a cédé sous son poids. En tombant, elle a perdu connaissance et n'a repris conscience que suite à l'intervention d'un prêtre indien. Aujourd'hui, quand elle évoque cet événement son mari commente de la manière suivante : *li la pas respecté, li la ganyé sézisman, li la attrapé un kalott Shiva*[7].

---

[6] Malbar, à La Réunion se dit d'une origine indienne.

[7] Elle n'a pas respecté [la propriété divine], elle a été saisie par la peur, une gifle assénée par le dieu Shiva.

Personne n'est protégé, ni par son sexe, son statut social ou son âge : *il n'y a pas d'âge pour ganye sézisman*[8].

Deux catégories de personnes semblent cependant plus vulnérables à la frayeur :

- Les femmes enceintes : *Y peut pass sur le bébé*[9], ou encore : en début de grossesse le fœtus y peut partir, c'est au niveau du cœur
  Une femme : Au lieu de tomber sur moi (quand j'étais enceinte), c'est tombé sur Vanessa ma fille. Aujourd'hui, elle a les nerfs qui lèvent.
- Les femmes qui allaitent
- Les fœtus et les bébés

La peur ne se transmet pas sauf
- De la future mère au fœtus
- De la mère au bébé par l'intermédiaire du lait.

Action du saisissement :
- Il attaque le cœur
- Il fige le sang : *Mon sang l'a arêt circuler.*

Les effets du *sézisman* sont de deux sortes :

– immédiats

Mwa la pu ganye kosé, navé pi de wa, li sorté pi. Mon kor lété dévenu rèd. My ganyé pi bouzé. Moi lété bloké, moi lété tou blé[10].

- Tremblements, frissons, la tremblade *Moi la tremblé*[11]
- La sidération
- Blocage de la parole
- Perte de connaissance
- Quand une mère allaite et qu'elle est effrayée par un événement inattendu, son lait devient impropre à la consommation et provoque chez l'enfant, en cas d'ingestion, maux-de-ventre, diarrhées et douleurs

– Effets différés :

Si ou soigne pas a lu, il aggrave la maladie
- Anxiété
- Stupeur : *sinon ou reste tout le temps saisi*

---

8 Pour être effrayé.

9 La peur de la mère peut être transmise à l'enfant.

10 Je ne pouvais plus parler, je n'avais plus de voix, elle ne sortait plus. Mon corps était devenu raide. Je n'arrivais plus à bouger mon corps. J'étais bloqué, j'étais devenu tout bleu.

11 Je tremblais, frissons.

- *Kriz*
- Mort

– Le soin

Il doit être immédiat : *si pas soigné tout de suite, nana consékans grav*[12]

Lorsqu'il est dû à une cause naturelle, les remèdes consistent en l'utilisation de diverses pratiques et ingrédients :

- La contre-frayeur
- Le sel et le rhum : *j'ai pris du sel, fait fondre dans un verre de rhum.*
- La tisane : *Moi la bu un grand verre de cette tisane et j'étais guérie*
- La préparation tisanière : *Griller du romarin avec 7 grains gros sel dans une casserole café. Quand c'est grillé, la fini change kouleur, verser rapidement l'eau et couvrir immédiatement.* La préparation est spécifique, elle consiste « à étouffer la tisane », une homologie entre la préparation et le choc : étouffer les plantes saisies en empêchant la vapeur de s'échapper
- Introduction de la société : doit toujours être préparée par un tiers qui conduit le soin
- Chez la mère qui allaite, *tirer le lait kontrarié*

Lorsque le sézisman a une cause surnaturelle :

– La prière :
  - mi prend mon chapelet et mi fait la prière : *la Vierge Marie, y défait les nœuds*[13]… ;
  - *pousari la fé la prière*[14] ;
  - Il faut aller dans un lieu de prière, même si c'est catholique
– Le port d'un talisman : *mi porte garanti dann bras*[15] ;
– La promès qui engage l'avenir : *Maintenant, mi manz pi bèf*[16].

APPROCHE ETHNOPSYCHOLOGIQUE

A travers l'exemple du dieu Pan[17], dont le nom se retrouve dans « panique », Borgeaud (1979) a montré comment dans l'antiquité, la peur se confondait avec l'irruption de la sauvagerie, avec l'intrusion par surprise

---

12 S'il n'est pas soigné tout de suite, les conséquences sont graves.
13 Je prends mon chapelet et je prie, la Vierge défait les nœuds.
14 Le prêtre hindou a fait la prière.
15 Je porte un talisman au bras.
16 Désormais, j'ai arrêté de manger de la viande de bœuf.
17 Pan : Dieu de la Nature, à la sexualité brutale, son apparition pouvait provoquer une peur « panique ». Représenté avec des cornes, une queue, des pieds de bouc, il protégeait les troupeaux et s'ébattait avec les nymphes (Encyclopédie Larousse).

au cœur de la civilisation d'une nature aussi débridée qu'étrangère. Une nature symbolisée par cette divinité, mi-homme mi-bouc, dont la figure s'est métamorphosée dans l'imagerie des démons, héritiers des dieux païens morts.

Le *sézisman*, c'est la rencontre fortuite et dangereuse avec la sauvagerie, la nature, l'étranger, l'inconnu, les esprits, les morts. La brutalité de son irruption crée une brèche que la culture cherche à colmater par la fabrication immédiate d'un remède. Cette urgence est absolue, les effets de la frayeur sont immédiats et il convient de les conjurer.

Les actions thérapeutiques se comprennent mieux à partir du moment où il est tenu pour acquis que le contexte culturel du soin s'inscrit, dans le cas qui nous intéresse, dans une réalité où l'univers se décline en profane et en sacré, en visible et invisible, naturel et surnaturel. Quand la frayeur surgit, elle vient forcément d'ailleurs et met la personne au contact non médiatisé avec la sauvagerie, *l'alien*, l'ailleurs, la mort, un autre monde. La rupture brutale de l'univers connu a pour effet de la renvoyer dans un terrifiant inconnu ; le face à face avec le danger menace l'intégrité. L'âme, le cœur, l'esprit se trouvent brutalement exposés, sans protection, aux dangers de la sauvagerie. Quelque chose de comparable à la prise de l'âme de la personne par des forces étrangères.

Dans ces conditions, on comprend mieux pourquoi le soin de la frayeur doit être immédiat et pratiqué par un tiers, un semblable, un allié qui connaît le mal et la technique. Il consiste à refermer la brèche et supprimer les méfaits de l'effraction. Dans cette perspective, à La Réunion, la tisane *sézisman*, la préparation à base de rhum et de sel et l'utilisation de la frayeur figurent la panoplie des soins immédiats. Elles sont souvent suffisantes pour faire restaurer une enveloppe fraichement blessée. Les recettes sont diverses mais ont ceci en commun :

- l'utilisation du romarin[18],
- le fait de chauffer la marmite, de saisir les différents composants,
- et enfin de verser l'eau dans la marmite brûlante, ce qui a pour effet de provoquer l'apparition brutale d'un nuage de vapeur,
- il ne faut pas laisser échapper la vapeur d'eau, donc recouvrir la casserole aussitôt,
- cette préparation doit être faite par un tiers.

SOIN ET METAPHORE

Pour Andoche (1988) l'intentionnalité du mode de préparation de la *tizan sézisman* réside dans le transfert de la frayeur intériorisée vers la préparation ingérée. La fréquence du recours à la *tizan sézisman* n'est-elle pas révélatrice de la manière de se servir de la métaphore dans le soin ?

---

[18] *Rosmarinus officinalis.*

La préparation de la tisane est analogue à la manière dont l'évènement stressant a brutalement « saisi » la personne. Ce mode de fabrication a pour effet de transporter le soin dans le registre du symbolique. Lévi-Strauss (1958) dans son texte sur l'*Efficacité Symbolique*, a montré combien l'utilisation de la métaphore était l'axe central du soin traditionnel. En se référant à la conception, très largement répandue dans l'île, qui voit l'être humain comme une cohabitation plus ou moins précaire d'un corps et d'une âme, le soin opéré par la *tizan sézisman* consisterait, au plan de la métaphore, à empêcher l'âme brutalement surprise par un agent stressant de quitter le corps de la même manière que la vapeur brutalement formée par le contact de l'eau avec la casserole brûlante est empêchée de quitter la casserole par son recouvrement immédiat. Cette technique figurerait alors un langage dans lequel, pour reprendre Lévi-Strauss (1958), peut « s'exprimer un état informulé et autrement informulable ». Cette formulation métaphorique des effets de la frayeur autoriserait alors le déblocage de la sidération provoquée par l'irruption brutale de l'agent stressant. Pareillement, le fait que la tisane soit obligatoirement préparée par un tiers et la charge symbolique de l'acte constitueraient une forme de langage capable d'accéder à la conscience en dehors d'une impossible médiation langagière.

CONSEQUENCES DU SEZISMAN *MAL OU NON SOIGNE*

L'intentionnalité contenue dans la préparation a pour but de colmater aussitôt la fissure provoquée par l'irruption émotionnelle pour empêcher l'épanchement de l'âme, de l'esprit, de l'identité et mettre fin à l'agression.

Il convient donc de ne pas confondre le *sézisman* avec ses conséquences :

– le *sézisman* est la conséquence directe de la brutale confrontation au danger, lié à la surprise, il est le surgissement émotionnel, en cela il s'apparenterait davantage à la crise de stress aigu
– il convient alors de ne pas le confondre avec ses conséquences polymorphes et plus lointaines qui touchent souvent :
  - la sphère du langage (mutisme, bégaiement…),
  - sphère corporelle (paralysie, agitation, tremblements…)
  - sphère relationnelle et comportementale (repli sur soi, prostration, agressivité…)

Un *sézisman* mal ou non soigné peut aussi être à l'origine de *kriz*, lors desquelles convulsions, actes agressifs auront été préalablement annoncés par des changements d'humeur, des troubles du langage, des modifications psycho-comportementales. L'absence de soin ou son échec est redouté : la personne victime de *sézisman* risque de demeurer sous l'effet de la stupeur, sidération et prostration à l'instar de ce qui se passe

dans le TPST. Le corps est alors comme une coquille vide agitée par des crises jusqu'à ce qu'éventuellement mort s'en suive.

Dans ce cas, le remède traditionnel se trouve dans le système de recours traditionnel auprès de prêtres ou de guérisseurs : reconstruction d'âme avec exécution de *promès*, prière, intercession auprès de la Vierge ou des ancêtres. Ces recours semblent concerner la reconstruction identitaire, la restauration du sujet dans sa culture ; il permet, dans un deuxième temps, le succès d'un soin symptomatique occidental. Les symptômes interrogent l'identité menacée, attaquée dans ses fondements par l'effraction.

CONCLUSION

Soigner le mal, c'est le nommer, lui donner sens et l'inscrire dans une logique culturelle. Le soin psychologique en situation interculturelle doit reconnaître le point de vue et les croyances permettant au sujet d'intégrer ce qui lui arrive dans sa logique culturelle. Le soin symptomatique devient efficient quand le sens donné au symptôme est en cohérence avec l'univers culturel.

BIBLIOGRAPHIE

ANDOCHE, J., *L'interprétation populaire de la maladie et de la guérison à l île de la Réunion*. Sciences Sociales et Santé, VI (3-4), 1988, 145-165.

BORGEAUD, P., *Recherches sur le dieu Pan*. Genève : Droz, 1979.

BRANDIBAS, J., *La créolité. Un art de survivre au traumatisme ? Créolisation et résilience à l'île de la Réunion [Electronic Version]*. Revue du réseau national de prévention de l'abus et de la négligence de l'enfant, 2008, 21-22, 120-125. Retrieved 1-3 sept 07 from http://data3.blog.de/media/984/2334984_12ee61596b_d.pdf.

EVE, P., *Ile à peur - La peur redoutée ou récupérée à la Réunion des origines à nos jours*. Saint-André : Océan Editions, 1992.

LEVI-STRAUSS, C., *Anthropologie Structurale*. Paris : Plon, 1958.

SIN CHAN, E., « Une étiologie traditionnelle chez les Hakka de Polynésie française : le hak tao ou la théorie étiologique de la frayeur ». *Ethnopsy*, 5, 2003, 181-208.