

Accueil » Famille » INTERVIEW. « Un enterrement comme je veux » : Cette journaliste brise le silence autour de la mort

INSPIRATION FAMILLE *Réservé à nos abonnés*

INTERVIEW. « Un enterrement comme je veux » : Cette journaliste brise le silence autour de la mort

« Je n'ai pas envie d'un enterrement austère dans un crématorium [...] Je veux que mes proches trinquent à ma vie heureuse. »

Publié le 4 novembre 2021 | Mis à jour le 4 novembre 2021



Photos : Nicolas Vidal et Shutterstock



Mégane Bouron

On refuse d'en parler, d'y penser et par conséquent, de s'y préparer. Personne n'échappe à la mort et pourtant, ce sujet universel est tabou dans notre société. Sarah Dumont, journaliste, auteure et fondatrice de *Happy End*, un média bienveillant qui libère la parole sur les sujets post-mortem, nous aide à briser ce silence et à mieux appréhender le deuil. Rencontre.

« Si vous parvenez à organiser une cérémonie à l'image de votre défunt, son énergie rayonnera et vous aidera à avancer dans les jours, les semaines, les mois qui suivront. »



VISIBLE UNIQUEMENT PAR L'ÉQUIPE

Facebook • Twitter

[Réservé à nos abonnés] « Je n'ai pas envie d'un enterrement austère dans un crématorium [...] Je veux que mes proches trinquent à ma vie heureuse. » <https://positivr.fr/interview-obseques-civiles/>

Instagram

On refuse d'en parler, d'y penser et par conséquent, de s'y préparer. Personne n'échappe à la mort et pourtant, ce sujet universel est tabou dans notre société. Sarah Dumont, journaliste, auteure et fondatrice de « Happy End », un média bienveillant qui libère la parole sur les sujets post-mortem, nous aide à briser ce silence et mieux appréhender le deuil. Rencontre.

Lire l'article : <https://positivr.fr/interview-obseques-civiles/>

#Mort #Décès #Deuil #Enterrement #Obsèques

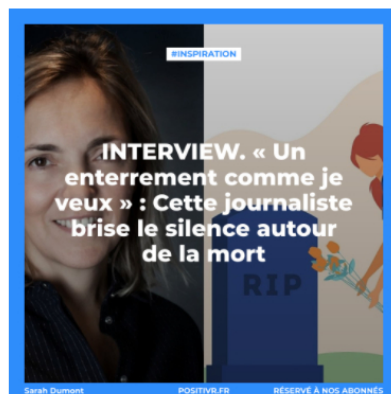




Photo : Nicolas Vidal

Selon vous, pourquoi autant de tabous sur la mort ?

Si la mort était autrefois plus fréquente, et mieux acceptée, elle est aujourd'hui une échéance qu'on espère repousser le plus possible, grâce aux progrès de la médecine. Cette médicalisation « du mourir » a ses conséquences. Aujourd'hui, deux tiers d'entre nous décèdent à l'hôpital. Nous avons délégué le soin de nos défunts au monde médical puis aux professionnels du funéraire. Les veillées mortuaires et les cortèges funèbres sont de moins en moins pratiqués. On ne porte plus le deuil. En somme, la mort ordinaire a disparu de nos vies. Or, ces temps avaient une fonction : ils étaient un espace pour vivre et exprimer le départ de quelqu'un, avec ses conséquences sur notre vie. La mort est de moins en moins vécue de façon collective et le drame que nous traversons en y étant confrontée nous isole de plus en plus. On se retrouve seul avec ses questions, sa peine, son deuil et comme on ne veut pas « ennuyer » ses proches avec ses émotions, on entre dans une grande solitude.

Vous organisez justement des « Apéros de la mort », un espace de parole qui a pour objectif de briser ce silence. Pouvez-vous nous en dire plus ?

Les « Apéros de la mort » sont des rencontres entre mortels désirant parler librement de la fin de vie, de la mort et du deuil. Des sujets de plus en plus difficiles à aborder dans notre société où l'injonction de se relever vite, de toutes les épreuves, est très forte. Les Apéros ont lieu dans des cafés ou des restaurants, mais aussi en visio depuis le confinement. Pendant un Apéro, aucun thème n'est imposé. La discussion évolue en fonction de ce que chaque participant.e choisit de déposer. On peut avoir envie de s'épancher sur l'accompagnement d'un proche en fin de vie ou de sa première confrontation à la mort, de questionner les autres sur la meilleure façon de parler de la mort à ses enfants mais le plus souvent, on y parle de son ou de ses défunts ! Ce sont des moments de communion très forts et libérateurs.

« Il est plus facile d'avancer quand on est entourés et quand on n'est pas condamnés au silence. »



par conséquent, de s'y préparer. Personne n'échappe à la mort et pourtant, ce sujet universel est tabou dans notre société. Sarah Dumont, journaliste, auteure et fondatrice de « Happy End », un média bienveillant qui libère la parole sur les sujets post-mortem, nous aide à briser ce silence et mieux appréhender le deuil. Rencontre.

Sarah Dumont



“

#INSPIRATION

« Si vous parvenez à organiser une cérémonie à l'image de votre défunt, son énergie rayonnera et vous aidera à avancer dans les jours, les semaines, les mois qui suivront. »

Sarah Dumont

Journaliste, auteure et fondatrice de « Happy End »

POSITIVIL.FR

RÉSERVÉ À NOS ABONNÉS

“

« Si vous parvenez à organiser une cérémonie à l'image de votre défunt, son énergie rayonnera et vous aidera à avancer dans les jours, les semaines, les mois qui suivront. »

Sarah Dumont

Journaliste, auteure et fondatrice de « Happy End »



“

« Si vous parvenez à organiser une cérémonie à l'image de votre défunt, son énergie rayonnera et vous aidera à avancer dans les jours, les semaines, les mois qui suivront. »

Sarah Dumont

Journaliste, auteure et fondatrice de « Happy End »





Illustration : Shutterstock

Selon vous, briser ce tabou peut-il nous aider à mieux surmonter un deuil ?

J'en suis convaincue. De plus en plus de parents endeuillés viennent aux Apéros, pour briser le silence qui entoure le drame qu'ils ont vécu. Ils souffrent que l'on ne prononce plus le nom de leur enfant ou de voir que leur entourage les évite, par peur de les affronter. Pouvoir parler librement de son défunt, sans susciter de la gêne ou des remarques maladroites, se réunir à des dates anniversaires pour célébrer son existence et les bonheurs partagés sont autant d'aides précieuses pour cheminer dans son deuil.

Pourquoi est-ce si important de s'offrir le droit d'avoir un enterrement à son image ?

Nos funérailles représentent la dernière empreinte que l'on va laisser à ceux qu'on aime. Organiseriez-vous une fête d'anniversaire qui ne vous ressemble pas ? La question se pose de la même façon pour nos obsèques. C'est une des raisons qui m'a poussée à écrire [Un enterrement comme je veux](#), premier guide pratique des obsèques civiles. Personnellement, je n'ai pas envie d'un enterrement austère dans un crématorium ! Je veux que mes proches célèbrent ma vie, passent des musiques que j'aime, dansent serrés les uns contre les autres en pensant à moi. Et trinquent à ma vie heureuse. Pas vous ?

« J'ai déjà assisté à des cérémonies où l'assemblée s'est mise à danser autour du cercueil. »

Préparer un enterrement n'est jamais une chose simple. Quels conseils donnez-vous aux personnes qui viennent de perdre un proche ?

Ce moment est primordial et représente la première pierre posée dans votre chemin de deuil. Si vous parvenez à organiser une cérémonie à l'image de votre défunt, son énergie rayonnera et vous aidera à avancer dans les jours, les semaines, les mois qui suivront. Affranchissez-vous des codes et faites ce qui vous semble juste. Rien n'est déplacé si cela aurait eu du sens pour le défunt. J'ai déjà assisté à des cérémonies où l'assemblée s'est mise à danser autour du cercueil. J'en garde un souvenir ému. Enfin, même si vous n'avez que six jours pour organiser les obsèques, prenez le temps de choisir les professionnels à qui vous les confierez. Avoir le feeling est important.





Illustration : Shutterstock

Pour découvrir le guide pratique « Un enterrement comme je veux », rendez-vous [juste ici](#).

- [Découvrez comment cette jeune femme accompagne un moment tabou de la vie : la mort](#)
- [Indonésie : dans ce village, les morts cohabitent avec les vivants. Une autre vision de la vie.](#)
- [Ce court-métrage donne des clés pour accompagner un proche en deuil](#)
- [VIDÉO. Dans ce spot magnifique, un garçon doit faire face à la perte de son grand-père](#)



ETIQUETTES [Décès](#) [Deuil](#) [Enterrement](#) [Interview](#) [Mort](#)

Une faute d'orthographe ? Une erreur dans l'article ? Un problème ? [Dites-nous tout !](#)

DE L'INSPIRATION À L'ACTION



DERNIERS ARTICLES



ARTICLES PARTNR



RÉSERVÉ AUX ABONNÉS



QUESTION/RÉPONSES



À PROPOS

Depuis mars 2014, POSITIVR déniche et partage chaque jour des initiatives positives, des causes inspirantes, des innovations prometteuses, des artistes talentueux et des actus dans l'air du temps.

Notre ambition : mettre en lumière les acteurs du changement, les créateurs de solutions, les projets qui œuvrent pour une TRANSITION écologique et sociale.

[En savoir plus...](#)

POSITIVR est reconnu par la CPPAP (Commission Paritaire des Publications et Agences de Presse) en tant que service de presse en ligne qualifié d'information politique et générale au sens de l'article 39bisA du code général des impôts.

EN CE MOMENT

Derniers articles

Méditation

Greenwashing

Un toit pour tous

L'Après

S'ABONNER

Offrir POSITIVR

NAVIGATION

Initiative

Cause

Inspiration

Pratique

Shopping

Insolite

Mon compte

Panier

PLUS D'INFOS

Accueil

À propos

Contact

Partenaires

Annonceurs

Newsletter