

## La vie, la mort, le deuil....

vendredi 20 octobre 2006, par Catherine Renaudie

Un sujet paradoxal et tabou débattu le 10 octobre dernier à Tours, à l'initiative de Mutac, unique mutuelle nationale spécialisée dans la "prévoyance obsèques".

*"Aborder le sujet de la mort, des démarches après le décès, du deuil, n'est pas simple", explique Bernard Saguy, directeur général de Mutac. "C'est la seconde fois que nous organisons une telle conférence, afin de contribuer à libérer la parole sur ces sujets. Nous estimons en effet que notre mission, en tant que mutuelle, consiste à aider les personnes à anticiper le moment douloureux de la confrontation au décès d'un proche : notre éthique et les valeurs qui nous animent nous conduisent à accompagner nos adhérents, pas seulement à leur proposer des contrats de garanties obsèques."*

### ► Tabou et paradoxe

*"La mort est un tabou or, paradoxalement, nous sommes très, et même trop familiers avec ce thème, car nous sommes en permanence exposés à des images de la mort, par exemple dans les journaux télévisés", a exposé l'animatrice du débat, **Brigitte-Fanny Cohen**, journaliste, spécialiste des questions de santé (France 2 - Télématin).*

### ► Mort et vie sont liées

*"Personne n'aime la mort, la mort angoisse, et c'est normal. C'est à chacun de l'appivoiser", a de son côté poursuivi le grand témoin de la conférence, **Ivan Levi**, journaliste (France Inter, Tribune Juive) et auteur, dont l'histoire personnelle a été marquée par le deuil dès la petite enfance. "Les informations, que ce soit à la radio ou la télévision, sont rythmées par la mort et cela la rend abstraite, la banalise : notre société crée de l'insensibilité sur ce sujet, notamment chez les enfants, et c'est inadmissible. Nous sommes dans une société de l'instant, qui oublie que la mort fait partie de la vie : l'idée même de la mort donne une formidable liberté de vie, car nous ne savons ni où, ni quand, ni comment, elle surviendra pour nous-mêmes, et c'est heureux. Il faut à mon sens privilégier ce sentiment de liberté de vivre : ne pas savoir nous donne une immense liberté de vie !"*

### ► Faire la peau à l'expression "travail de deuil"

Face à la mort, les vivants doivent faire leur deuil, un travail de deuil : qui ne connaît pas cette expression..., employée à tort et à travers (doit-on réellement "faire son deuil" d'un appartement ? d'une voiture ?) Pour **Michel Hanus**, psychiatre, psychanalyste, docteur en psychologie et auteur de nombreux ouvrages autour de la mort, *"il vaut mieux parler de deuil intérieur que de travail de deuil. Cette tournure a été employée par Sigmund Freud au sens psychanalytique du terme, voulant exprimer que le deuil nous change, entraîne des modifications dans notre vie. Il est plus explicite d'évoquer le deuil intérieur, qui est le cheminement que nous devons accomplir et qui va nous conduire à l'obligation de reconnaître la réalité de la mort de l'autre. Cela fait beaucoup de peine, et cela prend du temps."*

*"Étymologiquement, le deuil, du latin dolere, signifie souffrance. Même si le choc initial fait souvent nier la réalité, il ne nous sera pas épargné de souffrir et peut être de vivre une dépression, provoquant des problèmes de mémoire, de fatigue, la situation pouvant s'amplifier et devenir critique pour les cas dits pathologiques (sachant que ceux-ci ne représentent que 5% des personnes endeuillées)."*

► **"L'oubli, c'est faire mourir une seconde fois".**

Elie Wiesel *"La mort ne nous prive pas du passé, mais du futur avec la personne décédée"*, reprend **Michel Hanus**. *"L'important, c'est le lien avec cette personne"*, ajoute-t-il. *"On apprend à vivre avec la mémoire, le souvenir, avec l'absence."* *"Les morts nous accompagnent. On vit avec leur absence, en les évoquant, en exprimant notre gratitude à leur égard, en faisant agir notre mémoire"*, ajoute **Ivan Leviï**. *"La perte est due à la relation entretenue avec le mort"*, renchérit **Aline Lemesle**, géronto-psychologue, animatrice de formations sur l'accompagnement en fin de vie et le deuil. *"Les endeuillés ont du chagrin, et un sentiment terrible d'isolement. Ils ont peur de l'avenir sans l'autre. Et c'est normal. L'un des difficultés à vivre son deuil, c'est que dans notre société, on ne nous autorise à exprimer notre émotion que sur la courte période qui sépare le décès des obsèques ; après, on considère le fait de continuer à souffrir, voire de "craquer", comme une maladie. C'est une erreur ! Le deuil prend du temps, le deuil épuise, il est important de reconnaître que cela fait mal, et que c'est normal ! De même, pour chacun, la première année suivant le deuil est une année charnière, car c'est "la première fois" que les événements (fêtes, anniversaires...) se déroulent sans l'autre."* Pour cette psychologue, le rôle des spécialistes consiste à écouter et rassurer les personnes endeuillées, à les *"remettre sur la route"* de la vie.

► **Le rôle de l'hommage rendu, le lieu du souvenir**

L'importance de la cérémonie, de l'hommage rendu au défunt, a été souligné par **Marie-Claude Cheramy**, directrice générale des Pompes funèbres Intercommunales (PFI) de Tours : *"Nous ne sommes pas seulement des professionnels du service funéraire. Nous aussi sommes là pour écouter et rassurer."* Pour Aline Lemesle, l'accompagnement du temps de recueillement jusqu'au moment ultime de la séparation fait partie du travail des Pompes funèbres. *"La préparation de l'adieu au défunt est un moment très important ; nous aidons les personnes à choisir ce qui est proche de ce qu'aimait le défunt, de ses souhaits, en prenant le temps de sentir et comprendre ce qu'ils expriment. Ce n'est pas un rôle anodin. Nous prenons la peine de bien expliquer les procédures, notamment en ce qui concerne la crémation : les personnes ne se rendent pas toujours compte du besoin d'avoir un lieu pour se recueillir, d'un lieu de souvenir, car c'est là où le défunt se trouve, avec tout ce que l'on a partagé avec lui. Par exemple, quand on nous demande la dispersion des cendres, nous indiquons qu'il est possible de créer une sépulture. Nous ne choisissons pas à la place des proches, nous ne cherchons pas à les influencer, mais l'expérience nous aide à être attentifs et à les conseiller"*, conclut Marie-Claude Cheramy.

► **Prévoir, prévenir, anticiper**

*"Prévoir, c'est important. Pour soi et les siens, on prend une mutuelle... Pourtant, on n'est pas sûr de tomber malade ! Alors qu'on est sûr de mourir un jour ! Tous ! Eh bien là, on ne prévoit rien : comment se passeront les obsèques, combien ça coûtera, qui va payer... Personne ne s'en soucie"* : cet extrait du message d'information diffusé par Mutac sur France Inter depuis le début de l'année 2006 résume bien l'objectif de la mutuelle. Pour Mutac, mutuelle d'assistance et de conventions obsèques, le principe de prévention que l'on applique pour sa santé vaut pour les obsèques. *"On aide ses proches en organisant ses obsèques à l'avance"*, souligne le directeur général de cet organisme. *"De plus, on a pu observer deux phénomènes intéressants concernant les personnes qui ont pris leurs dispositions : un sentiment de sérénité après la souscription, et d'après nos constats, une espérance de vie plus longue pour les personnes assurées... "*



Au-delà de son offre en matière de contrats de "prévoyance obsèques", Mutac mène diverses actions pour promouvoir le respect autour des obsèques, et pour mettre l'accent sur l'importance du choix de l'organisme de prévoyance et les précautions à prendre avant de s'engager avec un prestataire. La conférence de Tours s'inscrit dans sa volonté de rendre service à ses adhérents, notamment en leur permettant d'aborder sereinement le thème de la mort, du deuil et des obsèques. La mutuelle renouvellera désormais régulièrement, ce type de manifestation, dans toute la France.

Adhérente de la Mutualité française, Mutac en respecte les principes : elle est transparente dans sa gestion, refuse les discriminations financières, et assure une égalité de traitement à tous ses adhérents. Elle compte à ce jour quelque 42.000 bénéficiaires.

**Catherine Renaudie - Les Quadrants Communication -**



Mutuelle soumise aux dispositions du livre II du Code de la Mutualité, enregistrée au RNM sous le numéro 339198939