

# Quelque chose en nous de notre mère

On a toutes « pris » un peu, beaucoup, passionnément de notre maman. Et si, en guise d'hommage, on réfléchissait à ce qu'elle nous a apporté d'essentiel ?

“ Ma passion de la déco, je la tiens d'elle ”

Réjane, 47 ans,  
professeure d'art créatif,  
deux enfants



« Ma mère est une alchimiste. Rien ne l'amuse autant que de créer un bel objet avec trois fois rien. C'est elle qui me confectionnait mes robes quand j'étais petite, et toujours avec le fichu assorti (ma maîtresse croyait que j'avais des poux !). Elle m'a montré comment utiliser sa machine à coudre, et à 16 ans, j'ai réalisé mon premier duffle-coat ! J'ai d'ailleurs reçu comme cadeau de mariage une machine à coudre : c'est la tradition dans la famille ! A 35 ans, elle s'est mise à l'aquarelle et à la peinture à l'huile. J'ai fait pareil. Ma passion de la déco, je la tiens d'elle. J'adore retaper de vieux meubles chinés dans les brocantes, confectionner mes coussins et mes rideaux, découvrir des fauteuils et fréquenter les grossistes en mercerie de Varsovie, où je vis : ces hangars avec des kilomètres de rubans et de boutons, c'est le paradis ! C'est en grande partie grâce à elle que je me suis reconvertie dans la formation, après avoir été longtemps icongraphe. Je donne des cours d'art créatif aux enfants et je m'amuse beaucoup. Le travail manuel est très gratifiant et rien ne me réjouit plus que de les voir ébahis par leur création ! »



“ Son sens de l'hospitalité m'a profondément marquée ”

Françoise, 55 ans, sans profession, un enfant

« Ma mère était une excellente maîtresse de maison, toujours irréprochable. La géné- des amis deux fois le même plat, ma mère prenait l'habitude de noter ses menus. Moi, je me contente d'y réfléchir très en amont pour coller aux goûts de mes invités. Par exemple, quand ils sont en surpoids, je concocte un menu "light". Et pour les copains qui n'aiment pas se mettre à table, je prépare un apéritif dinatoire qui me demande souvent plus de mal qu'un vrai diner ! Bref, je personnelle. C'est ma façon de témoigner mon amitié. »



“ En la regardant vivre, j'ai appris à m'aimer ”

Isabelle, 27 ans, vendeuse, sans enfant

« Ne jamais s'oublier aux dépens des autres, saisir toutes les occasions de se faire plaisir et de se chouchouter : c'est en regardant vivre ma mère que j'ai capté l'importance de ce message ! Quand on est à l'écoute de son bio-rhythme et quand on parvient à satisfaire ses vrais besoins, on est moins angoissé et plus serein avec les autres. J'ai ainsi adopté tous ses rituels qui font du bien au corps ou à l'esprit : passer du temps dans ma salle de bains le matin, finir le repas sur le « petit » carré de chocolat, faire une courte sieste après le déjeuner pour garder la forme toute la journée, s'offrir une jolie robe ou téléphoner à une amie quand on n'a pas le moral, prendre le temps (au moins 10 bonnes minutes !) de décortiquer son pamplemousse afin d'en



apprécier les suprêmes, se coucher dès que l'on en ressent le besoin... Bref, faire comme on le sent, sans se mettre la pression pour suivre une norme ou chercher à être mieux ou quelqu'un d'autre. Et, surtout, savoir apprécier les moments de liberté, les chéris, et tout mettre en œuvre pour les conserver en ne s'inventant pas de contraintes inutiles ! Ma mère m'a aussi appris la coquetterie et le bon goût en matière de shopping. Eh oui ! On peut être chic et « canon » après la soixantaine : il suffit d'adapter son style à son mode de vie en évitant de tomber dans le ridicule. Sans s'en rendre compte, elle m'a donné en tout cas l'espoir de pouvoir vieillir aussi bien qu'elle. Du moins physiquement ! »

“ Grâce à elle, j'ai appris à ne pas vivre au-dessus de mes moyens ”

Véronique, 45 ans, coach, un enfant

« Ma mère est la joie de vivre incarnée. Pourtant, elle vit seule depuis le décès de mon père, en 1995. Parler aux voisins, jardiner, se préparer un bon petit plat, pouvoir enfin choisir son programme télé, téléphoner à ses petits-enfants... tout est source de satisfaction pour elle. Je crois qu'elle s'est beaucoup contrainte en vivant en couple et qu'elle apprécie aujourd'hui sa nouvelle liberté, même si elle pense toujours avec tendresse à mon père. Avec sa retraite de commerçante, elle a une vie simple, dans une petite maison de la grande banlieue parisienne, mais s'en contente parfaitement.



Je ne l'ai jamais entendue se plaindre. Grâce à elle, j'ai appris à ne pas vivre au-dessus de mes moyens et à tenir un budget. Quand il y a de l'argent, tant mieux, j'en profite (encouragée par ma mère !) : je m'offre une semaine de vacances, un ensemble qui me plaît... Mais quand j'ai moins de boulot, je me restraîne sans frustration : je me donne une certaine somme à ne pas dépasser par semaine, et je n'en suis pas malheureuse pour autant. Ce n'est pas l'argent qui fait le bonheur mais le lien avec autres. Tant que je peux profiter de mes amis et de ma famille, tout va bien. »

L'avis du  
[ SPÉCIALISTE ]  
Malvine Zalberg,  
psychologue clinicienne\*

« La mère doit laisser sa fille vivre sa vie, même si elle ne la comprend pas toujours »

L'adage « Telle mère, telle fille » vous semble-t-il juste ?

Entre mère et fille, plus qu'entre mère et fils, il y a une relation en miroir, qui peut faire le lit de la répétition et colorer l'estime de soi de la fille, son niveau d'indépendance, ses relations aux hommes et sa façon d'être mère à son tour. Mais heureusement, la relation mère-fille est suffisamment complexe et interactive – la mère « fait » la fille autant que la fille « fait » la mère – pour qu'il n'y ait aucun déterminisme. En outre, comme « l'identité féminine » n'est pas une donnée « naturelle » – il faut beaucoup d'efforts pour la conquérir et devenir femme –, la fille se doit d'inventer sa propre féminité. Pour que sa mère l'aime, elle sera bien sûr tendre, petite, de vouloir lui ressembler, de la copier. Mais si la mère est capable de reconnaître sa fille comme différente d'elle, de stimuler ses goûts, au-delà des siens, elle lui fait le plus beau des cadeaux !

Que devons-nous à notre mère sans forcément le savoir ?

Si la fille se sent respectée à chaque grande étape de sa vie, elle pourra se réjouir d'avoir « pris » ceci de sa mère et pas cela, quitte à évoluer, puisque la relation mère-fille évolue elle aussi avec le temps. Elle fera son « marché » parmi ses « bons » et ses « mauvais » côtés. Mais au-delà de cet héritage visible, tangible, la véritable transmission se situe du côté du féminin, comme nous l'avons expliqué précédemment. La fille cherche toujours à connaître la femme derrière la mère. Quand elle ne la trouve pas, elle se tourne vers d'autres femmes (une sœur, une amie, une célébrité...), surtout si la mère lui en donne l'autorisation implicite.

A quel faut-il faire attention dans la relation avec une adulte, côté mère et côté fille ?

La mère doit faire extrêmement attention à l'influence qu'elle exerce sur sa fille, la laisser vivre sa vie, même si elle ne la comprend pas toujours, et veiller à ce que ses « conseils » l'aident mais ne l'étouffent pas. Il ne faut pas non plus qu'elle attende trop de sa fille, qu'elle fasse dépendre son bonheur d'elle. La fille, quant à elle, n'a pas à culpabiliser si elle a besoin de prendre un peu ses distances pour se construire, loin du regard de la mère. Peu importants les différends, les incompréhensions : le plus important, c'est qu'elles parviennent à chaque fois à se retrouver !

\*Et psychanalyste, auteure de *Devenir femme, de mère en fille* (éd. Albin Michel, 21,90 €).