

Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2012)
Heft: 40

Rubrik: Le regard : lettre d'une mère à ses enfants

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

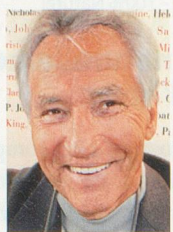
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 20.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



LE REGARD
de Jacques Salomé

Lettre d'une mère à ses enfants

« **A** ce jour, je ne sais toujours pas, alors que vous avez quitté la maison depuis longtemps, si j'ai été une mère suffisamment présente et ferme, sachant poser des exigences claires, capable de vous apprendre à rencontrer les réalités de la vie et une maman suffisamment chaleureuse et bienveillante, capable d'être tendre et prévenante pour permettre à chacun d'entre vous, mes enfants, de vous aimer et de vous respecter. Ou si, au contraire, vous m'avez vécue comme une mère trop dure, formaliste, seulement préoccupée d'un quotidien répétitif, absorbée par des repas à préparer, envahie de linge à laver, focalisée sur des rappels à l'ordre pour la propreté de vos corps ou de votre chambre, aveuglée par le souci de contrôler vos devoirs, la surveillance de vos relations ou dépassée par la précocité de vos découvertes et expériences!

J'aurais pu écrire cette lettre, avec quasiment les mêmes mots et l'envoyer à chacun de mes enfants.

Ai-je été trop souvent une maman inquiète, envahissante, trop prévenante, anticipant tous les malheurs qui auraient pu vous arriver hors de ma présence et déposant sur vous, avec beaucoup d'amour, mes peurs et angoisses au point de fragiliser votre propre confiance, de vous faire douter de vos ressources, de semer en vous les graines d'une révolte cachée?

Je peux accepter aujourd'hui que j'ai été cette maman et cette mère-là, telle que j'imaginais que je devais être, telle que je m'efforçais de l'être pour répondre aux attentes de mon entourage familial, de votre père, de la société dans laquelle je vivais. Je me suis efforcée de jouer avec application et bonne foi différents rôles dictés par les circonstances, mais si éloignés parfois de ce que j'étais réellement ou à des années-lumière de vos propres besoins. J'ai été très souvent, quasi en permanence, dans le réactionnel, colmatant sans relâche ce qui me semblait être des carences, des manques chez vous, chez les autres. J'ai pris sur moi d'apporter des réponses, ce que je croyais être des solutions à tous

les problèmes que vous traversiez ou qui assailaient notre vie intime. J'avais un réel souci de vous donner le meilleur, de vous rendre heureux à tout prix. A tout prix, quelle erreur!

Je peux sentir ces derniers temps, que vous m'avez surtout perçue, telle que je n'ai pas été dans vos attentes et vos espérances, telle que j'aurais dû être pour vous apaiser, pour vous combler, pour vous initier au bon de la vie, au merveilleux de l'existence.

Je ne sais toujours pas si j'aurais dû vous parler de la petite fille que j'ai été, de l'adolescente que je fus, de la jeune femme émerveillée que j'étais à votre arrivée au monde, puis de la femme trop souvent en conflit entre trop de rôles contradictoires: maman, mère, femme, épouse, professionnelle, ex-petite fille.

A certaines époques, trop enfermée, dépassée par un quotidien qui me semblait reposer sur mes épaules, avec trop de problèmes à gérer et à vouloir résoudre. Je ne sais encore si j'aurais dû me livrer davantage, vous montrer mes vulnérabilités, mes doutes, partager mes interrogations ou vous montrer quelques-uns des personnages qui m'habitaient, qui rêvaient en moi ou qui s'étouffaient dans un silence assourdissant!

Ce que je sais, c'est que je n'ai pas suffisamment osé avec vous, que je ne me suis pas assez confrontée, positionnée, affirmée face à l'excès de vos demandes. Je me suis trop fréquemment censurée. Je me suis trop souvent interdit de vous dire mes ressentis, mes sentiments réels, mes émotions, mes fantasmes ou mes utopies, ce désir de vie si puissant en moi.

Je suis passée trop souvent à côté de moi en votre présence. Et maintenant je ne peux rien changer à votre histoire de vie, sinon témoigner de ce que je fus, de ce que je ne fus pas, de ce que je suis.

Celle qui vous a mis au monde, il y a si peu de temps, il y a si longtemps.»

J'aurais pu écrire cette lettre, avec quasiment les mêmes mots et l'envoyer à chacun de mes enfants.