

## **Café philo sur l'argent n° 24**

Séance 2019/01 du 13.01.2019

Thème du jour

### **L'argent est-il inéluctablement un facteur de stress ?**

Animation : Dominique Delaunay

Compte rendu : Jean Beaujouan

### **Sommaire**

1. *Qu'est-ce qu'un Café philo sur l'argent ?*
2. *Choix du thème à débattre*
3. *Synthèse des idées-clés échangées par les participants*
4. *Compte rendu détaillé des échanges*
5. *Évaluation de la séance par les participants*
6. *Compléments conceptuels.*

#### **1. Qu'est-ce qu'un Café philo sur l'argent ?**

L'argent occupe une place centrale dans notre vie individuelle et sociale. Mais il existe peu d'endroits où l'on puisse réfléchir ensemble aux questions qu'il suscite dans notre vie...

Le but de notre café philo est donc de permettre à ses participants de parler d'argent dans la confiance et la sécurité, à la fois dans le registre des idées et dans celui de leur vécu, afin de :

- Mieux comprendre sa nature et son fonctionnement ;
- Le démystifier et l'appivoiser ;
- Mener une vie personnelle plus consciente et plus heureuse.

Philosopher, c'est s'interroger sur un sujet et s'étonner que les choses soient comme elles sont ; c'est faire un travail de pensée critique pour chercher la vérité ; c'est enfin chercher comment mener une vie plus sage.

Ce café philo sur l'argent est ouvert à tous. Pour y participer, pas besoin d'être un philosophe professionnel ni même un « intellectuel » : il suffit d'aimer partager, avec nos semblables, nos réflexions et nos questions sur la vie et notamment sur *notre* vie !

## 2. Choix du thème à débattre

- Thèmes proposés par les participants
  - Pourquoi l'argent est-il tabou ?
  - Quelle est l'influence de l'éducation familiale sur la relation à l'argent ?
  - L'argent est-il inéluctablement un facteur de stress ?
  - Quelle est la part de l'inconscient dans notre gestion de l'argent ?
  - Vendre son corps pour de l'argent.
  - Parler d'argent avec ses enfants jeunes adultes.
  - L'argent oublié.
  - La relation à l'argent : transmission implicite ou explicite ?
  - En quoi notre relation à l'argent est-il dépendant du contexte historico-économique dans lequel nous vivons ?
  - Pourquoi veut-on toujours plus d'argent ?
- Sujet retenu par vote
  - L'argent est-il inéluctablement un facteur de stress ?

## 3. Synthèse des propos échangés par les participants

- Le manque d'argent crée un stress puissant lorsqu'il empêche un individu de satisfaire ses besoins vitaux et ceux de sa famille (se nourrir, se vêtir, avoir un logement, exister dans le monde social)
- De façon générale, le niveau de stress causé par l'argent augmente si :
  - L'environnement est instable ;
  - On ne bénéficie pas de filet de sécurité ;
  - On dépend des aides sociales ou de la famille pour survivre ;
  - On a reçu de mauvaises transmissions familiales (ex. pas d'éducation à l'argent)
  - On a un sentiment de grande incompetence par rapport au maniement de l'argent ;
  - Le niveau des charges contraintes augmente dangereusement ;
  - On vit au-dessus de ses moyens ;
  - On est rémunéré à la tâche, et condamné à s'épuiser pour gagner toujours plus (ex. les *traders*, et plus globalement les personnes victimes des effets négatifs de la compétition économique mondialisée)
  - On se sent obligé de faire des cadeaux à ses proches au-delà du raisonnable au lieu de garder pour soi l'argent si nous en avons besoin pour vivre ;
  - Lorsqu'on se fait une obligation de faire des cadeaux et,

lorsqu'on en a reçu, de *rendre*.

- Le niveau de stress causé par l'argent diminue si :
  - On adapte ses dépenses à ses ressources.
  - On « dialogue avec soi-même » à propos de l'argent et on sait où on en est avec lui.
  - On en parle en famille ou autrement comme d'un objet presque banal et bienfaisant.
- Le stress d'argent n'est pas toujours lié au manque : il peut être causé par l'excès, ou encore par un sentiment d'illégitimité – c'est le cas s'il n'est pas gagné par notre travail mais provient d'autres sources (aides sociales, prêt ou don de la famille, héritage des ancêtres, etc.)
- L'argent n'est pas toujours facteur de stress, cela dépend beaucoup des personnes et des situations, et certaines personnes ne se sentent jamais stressées par l'argent.
- Le stress d'argent peut être également positif lorsqu'il devient source de motivation et moyen de conquérir son autonomie.
- Questions en suspens :
  - Le stress réside-t-il dans le rapport à nous-mêmes ou dans le rapport aux autres ?
  - Réside-t-il dans le fait d'en avoir ou de ne pas en avoir ?
  - Notre argent peut-il être facteur de stress pour les autres (notamment quand nous leur faisons un cadeau ?)
  - Quelle éducation à l'argent voulons-nous donner à nos enfants ?
  - Quelle part de l'héritage reçu de nos parents avons-nous l'obligation de transmettre à nos enfants, notamment si nous en manquons ?
  - Combien devrions-nous gagner d'argent ? Pour en faire quoi ? Quelle part en garder pour soi ? Quelle part partager avec les autres ?
  - L'amour pour nos proches se mesure-t-il à la valeur des cadeaux que nous leur faisons ?

#### **4. Compte rendu détaillé des échanges**

##### **4.1. Commentaires de la personne qui a proposé ce sujet**

- L'argent a-t-il toujours été un facteur de stress ? Quand j'ai fait des recherches à propos de la crise financière de 2008, j'ai découvert qu'autrefois dans le monde anglo-saxon, à l'occasion du jubilé marquant les 50 ans de règne du monarque, celui-ci proclamait l'annulation de toutes les dettes. Cette décision permettait aux classes plus jeunes, héritières des dettes de leurs parents, de ne plus avoir à porter ce fardeau stressant et de mener une vie plus légère.

L'argent semble donc avoir toujours été facteur de stress. Dans mon propre rapport à l'argent, je constate beaucoup de stress et aussi d'irrationalité : c'est parfois quand j'ai moins d'argent que je suis moins stressé et inversement.

Ma question : le stress réside-t-il dans mon rapport à moi-même ou dans mon rapport aux autres, par exemple à cause de mes responsabilités à l'égard de ma famille, ou encore de l'image que les autres ont de moi ? Le stress est-il causé par notre environnement ? Par exemple, durant les « Trente glorieuses », on avait moins d'angoisse par rapport à l'argent parce que la croissance économique était forte.

Qu'est-ce qui nous procure ce stress et comment pouvons-nous nous en libérer ?

#### 4.2. Interventions des participants

- Quel est le facteur de stress : avoir de l'argent ou ne pas en avoir ? Moi quand j'en ai, je vais très bien, je n'ai pas de stress. Quand je n'en ai pas, je vais très mal.

Avoir ou ne pas avoir d'argent, cela ne signifie d'ailleurs pas la même chose selon les personnes. Pour moi, ne pas avoir d'argent, c'est ne pas pouvoir satisfaire mes besoins fondamentaux, comme par exemple ne plus pouvoir faire les courses, ni me soigner, etc.

Dans le mouvement actuel des « Gilets jaunes », je suis parfois interpellée par le salaire non négligeable annoncé par certaines personnes interviewées. Je me dis : « quand je gagnais cela, j'allais très bien ». Donc le curseur n'est pas placé au même endroit selon les personnes. Pour les retraites, c'est la même chose : je suis étonnée par les attentes élevées de certains manifestants.

- Le stress peut également être lié à la qualité de l'argent, à la manière dont on l'a reçu ou gagné : par exemple dans certains cas, l'argent reçu en héritage peut donner l'impression qu'il est moins légitime que si on l'a gagné par le travail.
- L'argent est-il *toujours* facteur de stress ? C'est le mot *toujours* qui m'interroge. Dans ma vie, j'ai eu des périodes avec argent et d'autres avec peu d'argent, mais cela n'a jamais été pour moi un facteur de stress. J'ai eu d'autres expériences de stress, familiales ou psychologiques ; mais liées à l'argent : non, jamais !
- Pour éviter que l'argent soit un facteur de stress, j'essaie d'adapter mes dépenses à mon niveau de revenus. J'ai la chance d'avoir toujours pu satisfaire mes besoins fondamentaux.

Le niveau de notre stress dépend également des transmissions familiales que nous avons reçues : par exemple, mon père dépensait énormément et donc, à l'inverse de lui, je fais attention à peu dépenser. Mais je m'aperçois que je n'ai pas été assez vigilante pour transmettre la nécessité d'économiser à mes enfants, et je regrette de voir qu'ils dépensent beaucoup.

- Le stress est une affaire très personnelle. Chacun réagit différemment.

Beaucoup de critères influencent le niveau de stress produit par l'argent. Il ne semble pas qu'il y ait aujourd'hui une instabilité économique plus importante que durant les « Trente glorieuses ». Mais le stress peut être causé par la crainte d'être déclassé socialement et surtout de ne pas avoir de filet de sécurité, même si celui-ci est plus important en France que dans beaucoup d'autres pays.

- Les Français ne vivent-ils pas au-dessus de leurs moyens, notamment en empruntant pour pouvoir dépenser comme les autres ? Je suis par exemple étonnée que des personnes empruntent pour partir en vacances !
- Je suis moins stressée que vous par l'argent, peut-être parce que je suis plus jeune et que j'habite encore chez mes parents. Mais aurai-je les moyens suffisants si je voulais acheter un appartement qui me plaise ? Cette question me stresse beaucoup.

Pour moi, l'argent est une valorisation de tout ce qu'on fait dans notre travail, ça me motive à mieux travailler pour gagner plus. Mais je vois bien qu'il y a de grandes différences de salaire, et que le mien n'est pas bien élevé. Je vois plutôt les côtés positifs de l'argent : il nous permet d'acheter ce qu'on aime et d'être plus heureux.

- Il existe aussi un stress adaptatif qu'on pourrait qualifier de bon stress : dans la première partie de ma vie, je vivais bien avec de l'argent que je ne gagnais qu'en faible partie, et mon stress était une sorte de souffrance d'être « entretenue », un stress de légitimité. Dans ma nouvelle vie, mon stress est d'être obligée de travailler pour subvenir à mes besoins, mais je me sens plus légitime. C'est un stress relié au réel, concret et adaptatif, et plus positif que celui d'avant, il me motive et me fait avancer.
- Parfois on est rémunéré au mérite. L'argent est alors un facteur de compétitivité et crée une pression insupportable. C'est ce qu'on nous enseigne dans les écoles de commerce, c'est la loi de la mondialisation économique.
- Le meilleur remède au stress est d'avoir un dialogue avec soi-même, c'est-à-dire faire le point sur où on en est avec l'argent.
- Dans ma question : *L'argent est-il inéluctablement un facteur de stress ?* j'ai mis le mot *inéluctablement* parce que, pour moi, il l'est toujours ! L'argent me renvoie à mon état naturel de stress. Certains de nos comportements relèvent du rationnel : c'est le cas quand une participante nous dit : « quand j'ai moins d'argent, je dépense moins pour m'adapter ». Mais d'autres comportements relèvent de notre part irrationnelle que nous ne pouvons pas contrôler, et qui est directement liée à notre éducation et aux transmissions familiales qu'on ne contrôle pas.
- La précarité est un facteur de stress pour tout le monde. Un de nos amis vient d'être licencié d'un emploi alors qu'il avait 23 ans d'ancienneté dans son entreprise. Il ne s'y attendait pas et c'est pour lui un stress énorme. Il y a un mois, il aurait dit : « je n'ai aucun problème avec l'argent ». Dans l'immédiat, son stress est plus lié à l'absence de

reconnaissance par son entreprise qu'à un manque d'argent. Se dire qu'on a bien travaillé et être licencié du jour au lendemain, c'est injuste et très dur. Et cela crée un stress également pour ceux qui restent et se disent qu'un tel licenciement peut leur arriver tout aussi brutalement.

Durant les Trente glorieuses, on investissait sans angoisse, il y avait du travail pour tous et une inflation telle qu'on pouvait toujours rembourser ses emprunts immobiliers. Ce n'est plus le cas aujourd'hui.

- Le rapport à l'argent est effectivement différent d'un pays à l'autre. Il faudrait faire une ethnologie de l'argent selon les pays. J'ai entendu un jour le témoignage d'une femme disant : « dans mon pays, il n'y a pas d'argent, mais pas de stress non plus ».

En France, on est dans une culture de société de consommation qui nous pousse à avoir plus d'argent pour consommer plus. J'ai moi aussi connu la double expérience de femme mariée puis de femme indépendante. La question se pose de l'image sociale que nous voulons donner de nous et de ce que nous voulons transmettre à nos enfants et petits enfants. Avons-nous besoin d'acheter un appartement ? Est-ce pour prouver quelque chose ? A quoi cela sert-il ?

- C'est très difficile de vivre sans argent et cela crée du stress. Et on devient alors dépendant des aides sociales et de la société.
- Si j'étais vénézuélienne aujourd'hui, je serais stressée, et je serais obligée d'émigrer.
- Etre une femme indépendante, c'est dynamisant, on est obligé de gagner de l'argent. Mais combien et pour faire quoi ? Je me sens confrontée à ces questions d'éthique personnelle et de nécessité de partage.
- Chez moi, le stress est plutôt causé par une sorte d'ignorance de l'argent, par suite d'un manque d'éducation et de transmission dans ce domaine. Je ressens un malaise dans les situations de manque d'argent, mais c'est plutôt par peur de commettre une maladresse, par exemple à l'occasion d'une grosse dépense de réparation dans la maison. Parce que l'argent est tabou.
- Il est utile d'avoir un dialogue avec soi-même à propos de l'argent, à la lumière de notre histoire de vie, mais aussi des échanges avec nos enfants, qui n'ont pas vécu la même histoire que nous. Ces histoires d'argent, c'est beaucoup du transgénérationnel. Dans ma famille, on parle d'argent en confiance avec nos enfants, mais c'est beaucoup plus difficile avec nos frères et sœurs ou avec les grands parents : là, on marche sur des œufs, il faut les apprivoiser, on est très prudents !
- Depuis que je connais les associations Crésus et Osons parler argent, je commence à marcher sur le continent argent à pas prudents. Car mon père dépensait et distribuait son argent sans précaution alors que ma mère faisait des économies, et moi je suis plutôt prudente avec l'argent.

Mon mari est plus carré sur l'argent, il calcule tout au centime près, et je suis dépendante de lui. Mes enfants sont dépensiers, en particulier ma fille qui pense qu'on lui doit tout et mon mari accepte trop facilement

de payer ses dépenses. Je sais que je dois transmettre un autre modèle de vie à mes enfants, pour qu'ils soient plus responsables. Mais je n'arrive pas à faire passer mes idées, c'est cela mon stress.

- Ma première grande expérience à propos de l'argent : à 23 ans, je suis allé vivre au Liban. Alors que dans ma famille on ne parlait jamais d'argent, au Liban, on en parlait continuellement, avec une décontraction extraordinaire. Les Libanais sont beaucoup moins coincés que nous par rapport à l'argent.

Deuxième expérience à propos de ce qu'on appelle la financiarisation de l'économie dans les années 1980 : j'étais journaliste, et à cette époque ce sont des journalistes qui dirigeaient les journaux. A la fin des années 1980, ils ont été remplacés par des financiers. Aujourd'hui, on fait des écoles de commerce pour « faire du fric ».

Par ailleurs, nos dépenses budgétaires contraintes (loyer, téléphone, internet) sont devenues tellement importantes qu'on est de plus en plus aliénés si on n'a pas d'argent.

- Dans ma famille, nous étions six enfants, mais nous ne savions pas du tout si nous étions riches ou pauvres : incroyable !
- Il peut être stressant d'avoir de l'argent. Et il existe également un stress de la transmission : d'abord, on hérite à un âge de plus en plus avancé ; par ailleurs je me pose la question : jusqu'où va l'obligation de transmettre à nos enfants ce patrimoine qu'on a reçu de nos parents ? N'est-il pas légitime d'en utiliser une partie pour nous-mêmes si notre vie est difficile ?
- Si j'ai de l'argent, à quoi puis-je le dépenser ? Le garder pour moi, pour me sentir bien, être indépendante ? Ou privilégier l'aspect collectif et le partager avec les autres ?

Les créateurs de start-up veulent gagner beaucoup d'argent, mais ils créent également du travail pour les autres. En Chine, tout le monde travaille collectif, pour sa famille, pour son pays, ce qui n'est pas le cas en France.

- Quand j'ai gagné de l'argent, j'aime faire des cadeaux à ma famille, je ne le garde pas seulement pour moi.
- Si j'ai beaucoup d'argent, dois-je faire de plus beaux cadeaux ? Et l'amour que nous avons pour nos proches se mesure-t-il à la valeur des cadeaux que nous leur offrons ?
- L'argent n'est rien d'autre que *le moyen de* satisfaire tel ou tel besoin. Si mon besoin est de me mettre en sécurité, je vais épargner pour moi et ne pas donner d'argent à l'autre. Les personnes pauvres dépensent parfois beaucoup trop d'argent en cadeaux, alors qu'ils ont eux-mêmes des difficultés pour payer leurs factures. On a le droit et on a même le devoir de dépenser d'abord pour ses besoins élémentaires.
- A propos de l'argent et du stress : notre argent n'est-il pas parfois un facteur de stress pour les autres. Ex. des cadeaux de Noël : certaines personnes *ne peuvent pas* recevoir de cadeaux de ma part, parce qu'un

cadeau est toujours une sorte de transfert d'argent. Je dois réfléchir à ce que j'ai envie de partager avec elles mais aussi à ce que chacune est capable de recevoir, et je dois adapter mon cadeau en fonction de cela. C'est parfois compliqué !

- Avez-vous déjà entendu parler du *potlatch* ? C'était une sorte de guerre des cadeaux qui se pratiquait une fois par an entre certaines tribus d'Indiens d'Amérique du Nord mais aussi dans certaines îles du Pacifique. La tribu qui gagnait (en pouvoir et en prestige) était celle qui donnait en dernier ressort les plus riches cadeaux. Cela n'est pas sans lien avec l'obligation que nous ressentons de faire des cadeaux à Noël, et avec notre sentiment d'être redevables à l'infini.

J'enseigne la philosophie et la créativité dans certaines écoles d'ingénieurs et notamment à l'École Centrale de Paris : c'est étonnant de voir que ces étudiants, censés devenir des ingénieurs, changent totalement leurs objectifs de carrière et vont travailler dans la finance pour être *traders*, assez souvent à Londres. Quand ils reviennent quelques années plus tard, ils sont pleins aux as, mais stressés et accros à la coke. Ils font alors un nouveau mastère pour apprendre à travailler en équipe et à se réinsérer dans la vie sociale. La focalisation sur l'argent les avait détruits. Dans ce mastère, on leur enseigne à être attentifs à cette triangulaire du temps, de l'argent et de leur propre énergie. L'argent pose la question du temps et celle de l'énergie personnelle de chacun.

Ces jeunes ingénieurs, qui étaient fringants en partant à l'étranger, reviennent épuisés près sept ou huit années de finance : ils n'ont pas dormi pendant des années, ils roulent en Porsche, ils n'ont pas eu de vie affective ni de temps personnel.

Il y a 25 siècles, Héraclite disait : au-delà des phénomènes visibles, il y a *l'être*, et l'être est ce qui nous met en lien. Héraclite a beaucoup parlé de la mission de l'homme, à la fois dans sa vie personnelle et dans la cité. Selon lui, chacun devrait trouver sa mission et donc sa place dans la société. Et trouver un lien avec le cosmos.

Dans 20 ans, 30% des métiers actuels n'existeront plus. J'ai rencontré des personnes ayant des postes élevés dans l'administration avec une grande sécurité d'emploi, et qui pourtant se sentaient en insécurité, bien plus que des personnes en galère à cause de leurs fins de mois. Être créatif et faire ce qui nous semble juste peut nous donner une plus grande sécurité intérieure.

- L'argent peut être une drogue, mais c'est également un pouvoir (de faire un cadeau, mais aussi de mettre l'autre en difficulté ou en situation de défi pour le rendre dépendant)
- Pour moi, il est difficile de décider dans quels circuits je dois mettre mon argent destiné aux dons pour qu'il serve le mieux l'intérêt général (par exemple dans l'économie sociale et solidaire). C'est stressant et frustrant d'avoir à choisir par exemple entre Médecins sans frontières et les Restos du cœur !
- Le meilleur remède au stress est non seulement de dialoguer avec soi-

même, mais aussi de réfléchir à l'utilité et au sens de notre mission dans la société.

- Pour moi, la question est finalement : où va l'argent et quel modèle de l'argent la télévision donne-t-elle en particulier aux jeunes ?

## 5. Évaluation de la séance

*Les participants sont invités à répondre à deux questions : 1. Comment avez-vous vécu cette séance ? 2. Qu'en reprenez-vous pour vous ?*

- C'est bon d'échanger et de se questionner ensemble. Ça m'a fait du bien.  
A propos de l'argent comme facteur de stress, je retiens qu'avec l'argent, qu'on en ait ou non, on se sent toujours coupable !
- J'ai bien aimé le sujet d'aujourd'hui. Et je vais continuer à parler de ces questions d'argent avec ma famille proche pour élargir le débat avec ma famille plus éloignée, pour apprendre à mieux nous comprendre.
- J'ai parfois du mal à me lever le dimanche matin pour venir au café philo, mais je ne le regrette pas : cette séance a été pour moi un plaisir, elle me permet de continuer à apprivoiser l'argent, à faire mes premiers pas sur le continent argent et en particulier à mieux gérer le mien.
- J'aimerais qu'on choisisse plus souvent des thèmes plus joyeux et plus optimistes, car celui d'aujourd'hui (l'argent facteur de stress) a créé... beaucoup de stress en moi !
- J'ai apprécié qu'il y ait souvent une forme d'enchaînement dans la suite des interventions, comme un pont entre la personne qui a parlé et celle qui suit.
- Je suis très heureuse d'avoir participé à ce café philo et en particulier de l'avoir fait en couple avec mon compagnon. J'espère qu'il reviendra !
- C'est ma première participation : j'ai beaucoup apprécié qu'on puisse passer du coq à l'âne, sans être obligée de rester dans le cours des interventions précédentes.  
J'ai compris encore mieux à quel point l'argent est complexe et possède de multiples facettes.
- Je suis très touchée par la simplicité et la bienveillance qui a régné dans nos échanges.  
J'en retiens que l'argent est une énergie vitale, et que le stress qu'il déclenche peut être un frein, mais aussi parfois un moteur pour nous conduire vers plus d'autonomie. Il ne faut pas nous laisser traverser pas les inquiétudes qui nous entourent.
- Merci à tous : j'ai été passionnée par tout ce que vous avez dit. Nos échanges me font cheminer vers plus de liberté éthique dans mes choix de vie.
- Je participe pour la première fois et je m'étais dit : « Je vais d'abord observer et écouter. » Je croyais que c'était plus un truc de professionnels de la philosophie et je ne m'attendais pas à pouvoir

parler aussi facilement. D'autant plus que dans ma famille, l'argent est tabou.

J'ai trouvé nos échanges intéressants et il me reste beaucoup à apprendre sur l'argent.

## 6. Compléments conceptuels<sup>1</sup>

### 6.1. Étymologie<sup>2</sup>

Le mot anglais *stress* a d'abord signifié « épreuve, affliction » puis « pression, contrainte, surmenage » et enfin « agression »

### 6.2. Définition<sup>3</sup>

- En français, le mot *stress* a eu successivement les significations suivantes :
  - Réponse de l'organisme aux facteurs de l'agression physiologique ou psychologique ainsi qu'aux émotions qui nécessitent une adaptation.
  - Action brutale sur un organisme de tout agent capable de produire une tension (ex. choc infectieux, chirurgical, surmenage, etc.) Il équivaut alors à *agression*.
- Commentaires
  - Ce retour historique est éclairant. Alors que le mot *stress* a d'abord le sens de *réponse d'un organisme à une agression physique ou psychique* puis secondairement *d'agression capable de produire une tension* sur un organisme, nous avons aujourd'hui tendance à l'utiliser comme s'il était synonyme de « tension nerveuse » et même d'« angoisse ». Dans notre débat, il semble que nous ayons principalement utilisé le mot *stress* pour désigner à la fois l'*agression* sur nous et l'*angoisse* qui en résulte.
  - Si nous avons retenu le mot *stress* dans son premier sens « officiel » (i.e. réaction d'un organisme à une agression), nous aurions répondu probablement : oui, l'argent est un facteur de *stress*, il permet à un individu perturbé par une agression de construire une réponse adaptative lui permettant de retrouver un nouvel équilibre. Exemples : l'argent permet de recevoir des soins médicaux après un accident corporel, de faire une psychothérapie en cas de dépression sévère, de reconstruire une maison après un incendie, etc.<sup>4</sup> !

On aurait pu dire également que, lorsqu'elle ressent l'argent comme un déclencheur de *stress*, une personne peut adopter

---

<sup>1</sup> Texte de Jean Beaujouan.

<sup>2</sup> Dictionnaire historique de la langue française Le Robert

<sup>3</sup> Idem

<sup>4</sup> On pourrait ajouter : participer à un séminaire sur l'argent, à un café philo sur l'argent, ou encore à des groupes de parole ou de consultation sur l'argent (les trois derniers exemples constituent une brève séquence publicitaire pour les services maison proposés par l'association Osons parler argent, mais pour la logique de notre raisonnement, ils présentent le grave inconvénient d'être gratuits !)

deux types d'attitudes possibles : 1. L'attaque, consistant à tenter de mieux le maîtriser dans sa vie concrète ; 2. La fuite ou au moins le retrait en disant : « non, tant pis, l'argent n'est pas pour moi ».

### 6.3. Pourquoi l'argent produit-il autant de stress ?

#### 6.31. Il faut lutter pour se le procurer

- L'argent est un équivalent universel de la valeur : il permet d'attribuer une valeur à chaque chose et de se l'approprier si nous avons le besoin ou le désir de l'acquérir<sup>5</sup>.
- C'est un objet central du monde social, parce qu'il facilite et régit les échanges économiques et les échanges symboliques entre les humains : celui qui manque d'argent est privé des biens et des services indispensables pour subsister dans sa vie domestique (nourriture, logement, soins de santé, etc.), et pour *exister dans l'espace social*, c'est-à-dire entretenir des liens avec d'autres humains et jouir d'une reconnaissance de leur part. Avoir ou ne pas avoir d'argent est donc une affaire de survie matérielle *et* psychique.
- Lorsque nos besoins vitaux sont satisfaits, nous entrons dans le domaine du désir. Et celui-ci est d'autant moins contrôlable qu'il est manipulé par des messages publicitaires puissants qui s'adressent pour partie à notre inconscient.
- La grande question consiste donc à trouver des sources d'approvisionnement de cet objet vital.
- Mais comme tous les humains ont besoin d'argent pour survivre, ils sont en concurrence et parfois en lutte pour se le procurer. Circonstances aggravantes :
  - Certains cherchent à en gagner au maximum, non seulement pour le dépenser mais aussi *pour le stocker* ;
  - Dans cette catégorie, certains prédateurs n'hésitent pas à utiliser des moyens frauduleux ou violents pour améliorer leur *butin*.
- Avec plus ou moins de visibilité et de respect des bienséances, nous sommes donc engagés dans une lutte de tous contre tous pour nous procurer l'argent indispensable à notre survie<sup>6</sup>.
- Certains humains ont plus que d'autres des capacités pour réussir dans cette compétition.
- Ce combat nécessite d'affronter mille formes de stress consistant à prendre des risques, à affronter des dangers, à recevoir des blessures, et parfois à commettre des actions contraires à notre éthique et qui ensuite nous tourmentent.
- Il produit des vainqueurs, des vaincus et des blessés.

---

<sup>5</sup> A condition qu'elle soit en vente sur un marché et que nous puissions en payer le prix exigé.

<sup>6</sup> *L'homme est un loup pour l'homme*, formule inventée par l'écrivain et dramaturge romain Plaute, et reprises par un grand nombre de philosophes dont Hobbes, Rabelais et... Freud.

- Certains combattants jettent l'éponge comme s'ils devenaient inaptes à la lutte, et définitivement démotivés.
- Le mot grec *agonia* qui a donné le mot français *agonie* signifie à la fois « lutte » et « angoisse », et chacun sait que l'agonie est le temps qui précède immédiatement la mort.
- Lutte, angoisse et mort : la langue nous fournit-là un trio de mots qui éclaire de façon intéressante notre réflexion sur l'argent comme inéluctable facteur de stress :
  - La lutte pour se procurer l'argent nécessaire à notre survie procure de l'angoisse parce que toute lutte comporte des dangers et produit de l'angoisse<sup>7</sup>.
  - Celle qui est réactivée dans cette lutte pour nous procurer de l'argent est bien souvent une angoisse de mort.
  - Elle peut apparaître même lorsque cette lutte ne comporte aucun risque immédiat de mort réelle, « uniquement » par suite d'excitations psychiques dont le cheminement en nous est en grande partie inconsciente.

### **6.32. L'argent peut nous angoisser de mille autres façons**

Voici quelques exemples de situations qui peuvent nous troubler soit parce qu'on les vit déjà, soit parce qu'on redoute d'avoir à les vivre un jour :

- Manquer gravement d'argent, ne plus pouvoir subvenir à ses besoins vitaux et à ceux de sa famille proche, en ressentir de la honte et/ou de la culpabilité envers elle et « perdre la face » au regard de ses amis et connaissances ;
- Se sentir illégitime à le posséder ;
- Se sentir coupable de l'avoir mal utilisé ou gaspillé ;
- Se sentir incapable de gérer suffisamment bien son budget ;
- Devenir surendetté, harcelé par les créanciers et en danger d'être expulsé de son logement ou condamné à le vendre si on en est le propriétaire, en perdre le sommeil et en tomber réellement malade ;
- Se faire voler son argent sans pouvoir se défendre ;
- Perdre son emploi et ne plus en retrouver ;
- Devenir l'objet d'une exclusion sociale ;
- Ne plus être reconnu, avoir le sentiment de ne plus avoir de valeur ;
- Avoir le sentiment de ne plus appartenir à la communauté des humains<sup>8</sup> ;
- Etc.

### **6.33. L'argent nous colle à la peau, il habite notre corps<sup>9</sup>**

<sup>7</sup> Cela semble vrai y compris quand on joue à des jeux de société !

<sup>8</sup> Ce sentiment est évidemment d'une extrême violence !

- Une longue expérience de l'écoute approfondie de personnes en questionnement ou en souffrance avec l'argent m'a convaincu que notre argent prend une place singulière dans notre vie psychique, qu'il s'incorpore en nous de façon souvent inconsciente et qu'il devient une partie de nous-même.
- L'argent est un puissant excitant de notre appareil psychique, il nous trouble parfois au point de nous empêcher de dormir et peut aller jusqu'à nous rendre malade « pour de vrai. » C'est un grand producteur d'angoisse.

#### **6.4. L'argent n'est pas *inélu*ctablement un facteur de stress**

- L'argent ne produit pas que du stress, de l'angoisse, de la honte, de la culpabilité, de l'insécurité, de l'illégitimité, de l'exclusion, de la peur et de la déchéance.
- Il peut également être source de joie, de sécurité, de solidarité, de réparation des désastres passés ou à venir.
- En d'autres lieux, en d'autres temps, parfois pour d'autres personnes *et parfois pour les mêmes*, l'argent permet en effet ou au moins facilite divers événements heureux *et paisibles* de notre vie, par exemple :
  - Le virement du salaire ou de la retraite qui vient « recharger les batteries » financières d'une personne ou d'une famille et lui apportera la sécurité pendant un nouveau mois ;
  - L'installation d'une famille dans un logement plus grand et plus confortable ;
  - Une fête simple et délicieuse entre vieux amis ;
  - L'accès à des études qui permettront à un jeune de réaliser son rêve d'accéder à tel ou tel métier ;
  - Une manifestation officielle de reconnaissance envers des personnes ayant vécu dignement et discrètement au service des autres ;
  - Le financement d'associations de type Médecins sans frontières, et de programmes d'éducation dans les pays pauvres ;
  - L'accueil des migrants ;
  - Le financement de programmes de recherche et d'action de protection de la planète ;
  - Etc.
- Encore plus universel que le couteau suisse, l'argent possède en effet des ressorts dynamiques de grande puissance qui peuvent être mis au service d'une multitude de buts : il permet de créer ou de détruire, de précariser ou de sécuriser, de favoriser l'autonomie ou de soumettre, il peut même être gaspillé ou utilisé de façon malencontreuse !

---

<sup>9</sup> On pourrait dire également que nous l'habitons comme nous enfilons un vêtement, ou comme nous faisons corps avec notre logement...

Il est un objet symbolique à usages multiples, et les effets qu'il produit dépendent simplement de l'intelligence et de la sagesse de celui qui le manie.