

Université populaire de l'argent

Café philo sur l'argent

Thème du jour

**94. Quelles questions devrions-nous nous poser dans la gestion de notre budget ?**



Compte rendu de la séance du 22 novembre 2025<sup>1</sup>

Sommaire

1. Qu'est-ce qu'un Café philo sur l'argent ?
2. Choix du thème à débattre ;
3. Exercice pédagogique proposé ;
4. Échanges entre les participants ;
5. Évaluation de la séance ;
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 intime et dans notre vie sociale.

Le but de notre café philo est de permettre à ses participant·es de parler d'argent dans la confiance et la sécurité, afin de :

- Mieux comprendre sa nature et son fonctionnement dans le monde social ;
- Mieux comprendre leurs sentiments et leurs comportements intimes envers lui ;
- Le démystifier et l'appivoiser ;
- Approfondir certaines questions sur lesquelles ils/elles s'interrogent.

Philosopher, c'est explorer un sujet et s'étonner que les choses soient comme elles sont ; c'est faire un travail de pensée critique pour approcher la vérité ; c'est surtout s'exercer concrètement à mener une vie plus sage et plus heureuse.

Notre café philo sur l'argent est ouvert à toutes et tous. Pour y participer, pas besoin d'être un.e philosophe professionnel.le ni même un.e intellectuel.le : il suffit d'aimer partager nos réflexions et nos questions sur la vie et notamment sur *notre vie* en vue de la vivre de façon plus sage et plus joyeuse !

---

<sup>1</sup> Animation, compte rendu et compléments conceptuels de Jean Beaujouan.

## 2. Choix du thème à débattre<sup>2</sup>

Thèmes proposés par les participant.es :

- Comment parler d'argent avec ses enfants ?
- L'argent et le pouvoir ;
- L'économie de guerre ;
- Les relations entre les créanciers et leurs débiteurs ;
- Argent, spiritualité et recherche de sens ;
- Argent et compulsion d'achat ;
- **Quelles questions devrions-nous nous poser dans la gestion de notre budget ?**
- Comment obtenir une reconnaissance financière pour la qualité de notre travail ?
- Intelligence artificielle et argent ;
- Comment moduler l'argent pour soi et l'argent à transmettre à ses enfants ?
- Argent et réussite personnelle.

## 3. Exercice pédagogique proposé à celles et ceux qui n'étaient pas présent.es

Voir la note en bas de cette page<sup>3</sup>.

## 4. Échanges entre les participant.es

- J'ai commencé à travailler sur la gestion du budget en 2010 et j'ai découvert en l'enseignant que ce sujet comportait des dimensions psychologiques et philosophiques importantes et notamment celle-ci : gérer son budget n'est pas seulement tenir une comptabilité de nos ressources et de nos dépenses, mais

---

<sup>2</sup> Le thème traité à chaque séance de café philo est choisi par les participant.es du jour à partir de leurs propres propositions. La séance commence donc par la production d'une dizaine de questions qui seront départagées par vote. Ce travail d'environ 30 mn n'est pas du temps perdu pour la philosophie, car réfléchir à ce qui mérite le plus d'être approfondi *est déjà un travail philosophique*, autant sinon plus que nos échanges ultérieurs sur le thème ou la question choisie !

<sup>3</sup> Si vous n'avez pas participé à la séance de café philo sur l'argent dont vous lisez le compte rendu et si vous souhaitez vivre une expérience « comme si » vous y participiez aujourd'hui depuis chez vous, nous vous suggérons de réaliser l'exercice suivant :

- rédigez les deux ou trois questions ou thèmes en lien avec l'argent sur lesquels vous aimeriez vous-même travailler ;
- parmi vos propres questions ou thèmes *et ceux du groupe* (voir ci-dessus), sélectionnez celui pour lequel vous auriez voté ;
- rédigez ensuite *de façon complète* les deux ou trois (ou cinq, ou dix !) idées-clés que vous auriez probablement exprimées sur ce thème choisi par vous.

Voilà, vous avez fait votre propre café philo sur un thème de votre choix depuis chez vous ! c'est moins riche que de le faire avec d'autres participant.es en chair et en os, mais c'est une belle réflexion à distance et en différé avec nous. Vous pouvez également compléter la synthèse du café philo ci-dessous par vos propres contributions, commentaires et références bibliographiques éventuelles et nous envoyer les deux synthèses à l'adresse [jean.beaujouan@osons-parler-argent.com](mailto:jean.beaujouan@osons-parler-argent.com). Merci.

plus profondément mettre de la conscience dans nos affaires d'argent et donc de l'ordre dans notre vie.

- Gérer son budget, c'est d'abord répondre à cette question : combien d'argent y rentre (nos ressources) et combien en sort (nos dépenses) ?
- Plus précisément : quelle part de nos ressources « partent » en dépenses chaque mois ?
- Quelles sont mes priorités dans mes dépenses ?
- Que dois-je faire dans ma vie pour me réaliser et quelle part de mon budget dois-je y consacrer ? J'étais programmée pour être pauvre et maintenant je me sens libre : comment vais-je me réaliser ?
- Est-il grave ou non de faire usage du découvert autorisé ?
- Nos dépenses doivent-elles être modulées en fonction de leur impact sur l'environnement ?
- Comment peut-on éviter de contracter des dettes à la fin du mois en dépensant au-delà de nos ressources ? Mon budget est restreint et donc ma liberté d'action l'est également.

Répondre à une question par d'autres questions, c'est quand même étrange !

- Lorsque je travaillais en CDD, je me posais la question : que se passera-t-il quand je n'aurai plus de ressources ? Comment doit-on se préparer aux périodes sans ressources ?
- Avant de dépenser devons-nous réfléchir aux effets de nos dépenses sur l'environnement et sur notre propre santé ?
- Je dois changer mon matelas : dois-je acheter cher et durable ou plutôt pas cher mais pas durable ?
- Existe-t-il des exemples de bonne gestion du budget ?
- Peut-on apprendre à bien gérer son budget et comment ?
- Je n'arrive pas à faire un compte de ressources/dépenses ni un bilan : comment parvenir à dompter ma peur ?
- Comment hiérarchiser les différents domaines de dépense quand on est parent ? Quelle part de nos ressources affecter aux dépenses pour soi et aux dépenses pour les autres ?
- Je procrastine à faire la clarté sur mon budget alimentation : pourquoi ?
- Pourquoi avons-nous tant de mal à mettre de la conscience dans nos affaires d'argent ? Comment le faire ?
- Puis-je faire un coup de folie sans mettre ma situation financière en danger ? Que puis-je m'offrir comme luxe sans pénaliser mes héritiers ?
- Comment améliorer concrètement la gestion de mon budget ? me former ? regarder dans les livres ? travailler en groupe ? en recourant aux services d'un expert ?

- Comment affecter une partie de mes ressources à des causes que je juge importantes ? Et dans le cadre familial, à qui dois-je donner en priorité ? Combien ? Et pourquoi ?

Quelle durée de ma vie dois-je consacrer à un travail rémunérateur ?

## 5. Évaluation de la séance par les participants.

Les participant.es sont invité.es à répondre à deux questions : 1. Comment avez-vous vécu cette séance ? 2. Qu'en reprenez-vous d'essentiel pour vous ?

- Très bonne séance pour moi !

Je vais reprendre la tenue de mon budget. Il me manque une théorie de cette gestion selon le niveau de mes rentrées d'argent.

- J'ai été frustrée que ma question n'ait pas été retenue, mais celle que nous avons traitée a été vraiment intéressante et fructueuse pour moi.

Ce café philo permet un vrai retour sur soi et permet un travail riche et dense dans la conscience de mon quotidien.

- Je ne savais rien de cet atelier et j'attendais plutôt une conférence sur l'argent. J'ai été intéressée par les questions tellement différentes des un.es et des autres.

Je réalise que la gestion de mon budget est très particulière.

- J'ai apprécié les questions sincères et profondes de chacun.e et pensé que les miennes sont des questions de riche. Karl Lagerfeld, homme extrêmement riche, disait : je n'ai pas les moyens d'acheter du *low cost* !

- Très belle fluidité au sein de notre groupe.

Je retiens d'avoir à mettre de la conscience et de la clarté dans nos affaires d'argent.

- Gérer mon budget, je n'y arrive toujours pas parce que je fais la politique de l'autruche : j'ai besoin d'être accompagnée.

## 6. Compléments conceptuels

- Rappel du thème : quelles questions devrions-nous nous poser dans la gestion de notre budget ?

### 6.1. Quelques commentaires sur le mot *question*

- Étymologie : du latin *quaerere* « chercher », « demander » d'où *questio* « recherche » ; « enquête » ; « question »

- Les humains et les animaux sont porteurs d'une forte volonté de savoir, de connaître. Les scientifiques appellent cette disposition la pulsion épistémophilique (pulsion universelle à savoir). Ce besoin de savoir comporte de fortes motivations sécuritaires – savoir s'il y a danger, d'où il pourrait venir et de quel risque potentiel est-il porteur ? – mais également des pulsions de pure curiosité : que se passe-t-il ici ? comment ça marche ? quel profit pourrais-je tirer de ce que je vois pour la première fois ?

- Mais cet attrait peut se transformer en son contraire si l'on sent que le danger lié au savoir est grave et inconfortable (mécanisme de refoulement psychique cher à Freud) comme l'illustre cette remarque désabusée d'un humoriste<sup>4</sup>.
- La gestion du budget pourrait – devrait - susciter un très grand nombre de questions, mais l'expérience montre que beaucoup de ces questions sont fortement anxieuses et donc ont tendance à se cacher dans les replis accueillants de l'inconscient. Trop de refoulement tend à accentuer l'anxiété sans nom perçue par le sujet ! Et pourtant, celui-ci devrait au contraire « faire la clarté sur sa situation financière » : c'est un travail provisoirement douloureux mais – s'il est suffisamment bien conduit – durablement apaisant.

## 6.2. Questions concrètes sur la gestion de votre budget<sup>5</sup>

- Qu'est-ce qu'un budget ?
- Quelles sont mes ressources financières chaque mois – même approximatives ?
- Quelles sont mes dépenses courantes et régulières chaque mois – même approximatives ?
- Quel est l'état de mon budget mensuel le plus fréquent au fil des mois : excédentaire (ressources > dépenses) ? équilibré ? déficitaire (ressources < dépenses) ?
- Si mon budget est assez souvent équilibré ou excédentaire, est-ce que j'en profite pour
  - constituer une épargne de précaution durable ;
  - le dépenser pour mon plaisir ;
  - faire des investissements utiles en faveur de ma famille ou autres ?
- Quel montant d'épargne de précaution serait-il souhaitable de constituer - évalué en nombre de mois de ressources ?
- Si je donne de l'argent de poche à mes enfants, comment les éduquer à le gérer avec un bon équilibre entre liberté et sagesse ? Comment mettre mes enfants progressivement au courant des grandes lignes de la gestion de notre budget familial ?
- Si je vis en couple, comment en discuter clairement et régulièrement avec mon conjoint ?
- Comment devrait en principe évoluer l'état de mon budget au cours des prochains mois et des prochaines années ? amélioration ? sans grand changement ? dégradation ? pour quelles raisons ?
- Ai-je les moyens d'augmenter mes ressources et/ou de diminuer mes dépenses ? de combien environ ? cela est-il souhaitable ? nécessaire ?
- Si oui, comment le faire concrètement ?

---

<sup>4</sup> Socrate affirme la nécessité de se connaître soi-même, qui peut constituer le travail de toute une vie : compte tenu des choses effrayantes que j'ai déjà découvertes sur moi, je préfère franchement arrêter là cette investigation philosophique...

<sup>5</sup> Ces questions concernent soit votre budget personnel, soit celui de votre famille restreinte vivant sous votre toit, soit des questions complémentaires sur l'état de votre patrimoine.

- De façon plus vaste, pourrais-je apprendre à mieux gérer mon budget avec des méthodes éprouvées comme il en existe d'autres pour manger de manière plus saine et pour améliorer sa santé ? Aurais-je avantage à y consacrer le temps nécessaire ?
- A quoi sert-il de faire des prévisions budgétaires ? et des tableaux récapitulatifs ? ou même des graphiques ?
- Quels sont les signes avant-coureurs d'un budget qui se fragilise ?
- Comment pouvons-nous redresser un budget qui dérape ?
- Quel est l'état actuel de mon patrimoine, c'est-à-dire la valeur financière de tout ce qui m'appartient en propre dont je dois soustraire le montant du capital restant dû sur l'ensemble de mes dettes ?
- Comment mon patrimoine a-t-il évolué au cours des dix dernières années ?
- Comment évoluera-t-il peut-être ou probablement au cours des dix prochaines années (changement de métier ? entrée dans la retraite ? héritages possibles ? probables ? de quel ordre de valeur ?)
- Au cours des prochaines années, aurai-je besoin de faire des investissements financiers importants : acquérir un logement ? remplacer une vieille automobile ? financer les études d'un enfant ou l'accompagner dans son installation professionnelle ?

### 6.3. Questions plus générales

- Qu'est-ce que l'argent, cet objet social bizarre et omniprésent qui passe de main en main, et de plus en plus souvent de compte bancaire à compte bancaire ?
- Quelqu'un a-t-il inventé l'argent ? si oui : qui, où et à quelle époque ? comment faisaient nos très lointains ancêtres avant cette invention ? à quoi servait-il à l'origine ? son utilisation a-t-elle évolué au cours des siècles ? pourquoi ?
- De quels enjeux positifs et négatifs est-il porteur, qui le rendent capable de tant nous réjouir et parfois de tant nous tourmenter ?
- Pourquoi l'argent est-il en France l'objet d'un tabou ? d'où vient ce tabou ? cache-t-il quelque chose et si oui quoi ?
- Ce tabou est-il favorable ou défavorable à notre santé mentale ? A la façon dont nous gérons notre budget ?
- Qu'est-ce qui changerait dans notre vie si nous pouvions tous parler d'argent comme on le fait de la pluie et du beau temps ?
- D'où vient le mot budget ? quelles est son étymologie ? son histoire ?
- Le budget de l'État fonctionne-t-il en gros comme le budget d'un individu ? Et comme le budget d'un couple ? ou d'une famille ?
- Qui a inventé la gestion du budget ?
- Y a-t-il une différence entre mon budget et ma situation financière ? Si oui laquelle ?
- On dit parfois que l'argent c'est des flux et des stocks ? Cela a-t-il un sens pour vous ?

- Le patrimoine s'articule-t-il avec le budget et si oui sous quelle(s) forme(s) ?
- A quoi sert-il de gérer son budget ? Quels en sont les avantages et les inconvénients ?
- Qu'appelle-t-on une épargne de précaution ? Face à quels évènements de ma vie celle-ci pourrait-elle être utilisée pour me protéger, moi et ma famille ?
- Si gérer mon budget c'est d'abord le mettre au service du projet de vie qui me motive le plus, quel serait pour moi ce projet ?
- Où en suis-je aujourd'hui de la réalisation de ce projet ?
- Comment pourrais-je donner une place accrue à la réalisation de mon projet ?
- Qui ou quoi, dans ma vie, a contribué à former mes sentiments, mes compétences et mes comportements plus ou moins bons ou mauvais au regard de l'argent et de la gestion de mon budget ?
- Dans la vie, dans mon environnement, quels genres de personnes gèrent-elles plutôt bien leur budget, et quels autres plutôt mal ? et pourquoi ?
- Que recouvre ce que nous appelons notre relation à l'argent ?
- Que serait pour moi une relation à l'argent équilibrée et satisfaisante ? et une relation à l'argent potentiellement fragile et source de danger ?
- Que serait pour moi une « bonne » situation financière ? et une « mauvaise » situation financière ?
- Y a-t-il des liens entre une « bonne » – ou une « mauvaise » – relation à l'argent et notre façon de gérer notre budget ? Si oui lesquels ?
- A partir de quand sommes-nous objectivement en situation de surendettement ?
- Existe-t-il des recours légaux qui protègent les personnes surendettées ? si oui lesquels ?
- Puis-je accorder ma confiance financière à ma banque ? à mes commerçants ? à mon employeur ? à tel ou tel membre de ma famille ? jusqu'où et pourquoi ?
- Gérer mon budget consiste-t-il à mettre de la conscience et de la clarté dans mes affaires d'argent ?
- Si j'en suis persuadé.e, quelles principales actions concrètes pourrais-je mettre en œuvre dans ce sens au cours des six prochains mois ?
- Que seraient pour moi cinq bonnes raisons de craindre ou de détester l'argent ? Et cinq autres bonnes raisons de l'aimer, ou du moins de ne pas le détester ?
- Comment ces points positifs et négatifs s'articulent-ils pour expliquer mes comportements concrets envers l'argent ? et de quel côté penche finalement la balance globale ?
- La gestion du budget est-elle aussi pour moi un travail philosophique et si oui en quoi ?

- Dessiner la personne que je serai devenue dans cinq ans en train de m'occuper de mes affaires d'argent et de la gestion de mon budget : cela serait-il un bon exercice concret pour clore cette série de questions ?<sup>6</sup>

---

<sup>6</sup> Si vous faites un tel dessin - ce que nous vous recommandons vivement - choisissez de préférence la première image qui surgit en vous au moment où vous vous posez la question : qu'est-ce que je pourrais bien dessiner ? (même si cette image est inattendue voire à peine correcte 😊)