

« *Celui qui sait qu'il a assez est riche.* »

[Lao Tseu]

Et si nous n'avions plus peur de l'argent?

Et si nous desserrions les cordons de la bourse? Non pour dépenser plus, mais pour détendre et fluidifier notre rapport à l'argent. En ces temps de crise, c'est d'actualité! Or, on a tendance à l'oublier, l'argent n'est ni plus ni moins qu'une énergie en circulation. Une ardoise blanche sur laquelle nous projetons schémas, peurs et croyances, qu'ils soient personnels, familiaux ou de société. Décrypter ce lien inconscient permet, semble-t-il, de «lubrifier» nos finances, mais aussi les autres domaines de l'existence. Ceux qui ont tenté l'expérience témoignent: travailler sur l'argent transformerait la vie. Intérieure et extérieure. Comme autant de graines de changement semées au creux de l'être. Au creux du monde.

«C'est fou ce qu'on peut aller mieux quand on n'a plus peur de l'argent», partage, Gérard, participant à un stage *Vivre Autrement* de Pierre Pradervand, consacré à l'argent (voir encadré «Pour aller plus loin»). Vous constaterez que Gérard ne parle pas d'avoir *plus*, mais d'aller *mieux*... Que nous soyons pauvres comme Job, fauchés comme les blés ou même riches comme Crésus, les rapports que nous entretenons avec l'argent - le flouze, les pépètes, l'oseille, la tune, etc. - ne sont jamais neutres. À tout le moins complexes, le plus souvent tourmentés. Et cela dépasse l'état du compte en banque. Selon Pierre Pradervand, «travailler sur ses propres attitudes face à l'argent constitue un des plus puissants outils de développement personnel et de transformation intérieure. Quand on devient plus à l'aise dans ses rapports à l'argent, quand on arrive à dénicher et dissoudre les vieux blocages, toutes sortes de choses commencent à bouger». Ateliers et conférences sur le sujet sont d'ailleurs une valeur montante, tous publics confondus! Il ne s'agit pas, ici, de donner les clés du succès financier, mais bien quelques pistes pour un usage conscient, libre et équilibré de cette énergie «argent». La bourse *et* la vie!

Le tabou dont on parle le plus

Il en faut du courage pour se regarder «dans le portefeuille»! Cette mise à nu est plus impudique, dans notre société, qu'un effeuillage intégral. Pourtant, faites l'essai : listez toutes les fois dans une journée où il a été question d'argent. Aux infos, dans la rue, dans la presse, au bureau, dans les discussions avec vos proches, etc. Le résultat est édifiant, non? Mais demandez à un ami combien il gagne, ou posez-vous simplement la question de comment vous vous sentez avec l'argent, et c'est le malaise assuré! Conclusion: l'argent est le tabou...dont on parle le plus. Omniprésent, il est à la fois le sujet le plus intime et le plus universel de l'humanité. Autre symptôme, quand on l'aborde, l'argent est toujours considéré comme un problème extérieur à nous et indépendant de notre volonté. La plupart des articles consacrés au sujet se penchent sur l'art et la manière d'équilibrer son budget, de gagner plus ou payer moins, de rentabiliser ses avoirs, etc. Ce qui est utile par les temps qui clopinent, reconnaissons-le. Cependant, rares sont ceux qui creusent jusqu'à la racine du problème ; non sur ce que nous avons (ou pourrions/aimerions avoir), mais comment nous *sommes* avec l'argent. C'est pourtant là que se trouvent réponses et solutions.

Miroir, mon joli miroir...

Alors, pourquoi tant de tabou? C'est que notre rapport à l'argent est un formidable miroir grossissant de notre psyché. «On pourrait presque dire que l'argent est la "poubelle" de l'être. Il ne s'agit pas de mésestimer ce qui peut être une formidable énergie de réalisation, mais de comprendre que les travers les plus obscurs et les choses de soi qu'on veut ou qu'on doit le plus cacher dans l'ombre de l'inconscient sont projetées sur l'argent, qui est un support vide. C'est pour cette raison qu'il devient tabou ; parce que j'ai honte», décrypte Peter Koenig, ex-financier, créateur et animateur d'un des séminaires les plus brillants sur la prise de conscience de ce lien à l'argent (voir ci-dessous). Plus direct: «comme tu traites l'argent, tu traites la vie», a coutume de dire Maria Nemeth, docteur en psychologie clinique et auteur de *Libérer l'énergie de l'argent* (voir livres). Et ce qui est valable au niveau individuel, l'est aussi à l'échelle de la société et du monde. D'où un déséquilibre et un mal-être croissants. Ce travail sur soi par le biais de l'argent est donc intéressant et transformateur parce qu'il touche aux profondeurs de l'être. Aux structures fondamentales du schéma psychologique : personnel, transgénérationnel et, au-delà, hérité de l'histoire de l'humanité. Dès lors, on comprend mieux pourquoi assainir ce lien contamine les autres domaines de l'existence. Mais aussi, dans une certaine mesure, l'entourage et les fondements de la société. D'accord, il faudra le temps pour libérer cette énergie de son carcan, mais Rome - comme l'économie mondiale - ne s'est pas fait en un jour!

La peur fondamentale

«Parmi tous les séminaires que je donne, celui sur l'argent est mon préféré, explique Pierre Pradervand. Parce qu'il touche à des émotions primaires et à la problématique la plus fondamentale de l'humain : la peur du manque, donc le besoin de sécurité.» Cette peur - historiquement liée au manque de nourriture, de sécurité physique, d'abri, etc. - a profondément marqué l'inconscient collectif. Dans nos sociétés - dominées par l'économie et la consommation - la peur du manque d'argent symbolise la peur du manque tout court. À tel point que même les multimillionnaires n'y échappent pas. «Nombre des personnes les plus riches que je connais sont désespérément insécurisées... La possession effective d'argent n'a strictement rien fait pour calmer ou guérir la blessure fondamentale qu'ils portent en eux (à savoir la peur du manque)», explique William Bloom, dans son livre, *Money, Heart & Mind* (L'argent, le Cœur et l'Esprit, non traduit). Joseph Campbell, philosophe, spécialiste de la mythologie et auteur d'un livre-quête *Le héros aux mille visages*, disait : «L'argent, c'est de l'énergie congelée, et le libérer, c'est libérer les possibilités de la vie»... Même plus peur!

EN PRATIQUE

La méthode Peter Koenig

- **Témoignage.** «Malgré mon salaire, explique Sophie, je m'en sortais de moins en moins. Comme si je m'arrangeais pour être sur le fil. Le séminaire de Peter Koenig m'a fait prendre conscience que ce schéma remonte à la mort de mes parents. Comme si j'avais une dette envers leur disparition. Le déclic a été fort, comme un relâchement dans le corps et j'ai ouvert les vannes. Depuis, j'ose affronter mes comptes, j'apure mes dettes et je ne culpabilise plus quand je me fais plaisir. Surtout, ça a libéré une énergie qui décuple ma créativité. J'ai compris beaucoup de choses sur mon fonctionnement relationnel.» Les témoignages parlent tous des changements existentiels plus que du volume du portefeuille.
- **Genèse.** Après avoir été businessman, Peter Koenig, Britannique vivant en Suisse, a fait ensuite un travail pionnier de consultance pour accompagner le processus de

changement des équipes de management. «J'ai constaté que quelque chose ne fonctionnait pas : quand le budget rentrait par la porte, les valeurs des membres de l'équipe sortaient par la fenêtre. Je me suis dit : pourquoi l'argent, inventé par l'homme, a-t-il acquis plus de force que les valeurs humaines?» Ça a été le point de départ de longues recherches, inédites. Il commence avec des «money forums» en petits groupes. «Avec de l'argent sorti de nos poches, que nous faisons circuler entre nous, nous voyons ce qui se passe. Résultat : ça devient vite émotionnel!» 7 ans de réflexion plus tard, il donne son premier séminaire sur l'argent, en 1994.

- **«L'argent devient ce que nous en pensons».** Dans ses séminaires, ponctués de nombreux exercices, il fait toujours cette expérience de faire circuler l'argent, qui en dit vite (très) long sur les comportements. Vis-à-vis de l'argent, mais aussi vis-à-vis des autres, de soi-même et de la vie. Ses séminaires invitent à pendre conscience que ce qui différencie le billet de banque d'un bout de papier, c'est que l'homme a eu une pensée et qu'il l'a projeté sur ce support vide. «L'argent devient ce que nous en pensons.» Le problème, c'est qu'à la longue nous n'avons plus conscience des connotations projetées sur l'argent.
- **Le conseil de Peter Koenig : Réintégrer sa part d'ombre.** «Pour schématiser, il existe deux schémas de projections, inconscientes. Soit l'argent est jugé positif par notre mental : il permet d'être libre, en sécurité, heureux, etc. Et ces qualités projetées sur l'argent sont alors source d'avarice ou d'avidité : on court après l'argent pour essayer de se sécuriser (Peter fait le geste d'agripper l'argent, ndlr). Soit il est considéré comme négatif : il est sale, corrompu, source de jalousie, etc. Si ce n'est pas bon inconsciemment, pourquoi le prendre? Ce sont ceux qui pensent ne pas mériter l'argent (Peter fait alors le geste de le repousser, ndlr). Notre projection en dit long sur notre manque intérieur. Et ce qui est vrai pour la personne l'est aussi au niveau économique: ceux qui ont une projection négative poussent inconsciemment l'argent vers ceux qui entretiennent une projection positive (les banques, les grosses entreprises).» Comme ce qui se passe à la surface est le miroir de ce qui se passe en bas, il faut travailler sur l'inconscient. L'exercice consiste à diagnostiquer la projection centrale de chacun. «Si on a la chance de la cerner, on assiste à la réappropriation directe de l'énergie projetée sur l'argent. Je m'explique : si vous pensez que l'argent est votre sécurité, il s'agit de reconnecter avec votre sécurité intérieure. Pour ce faire, l'affirmation positive : «Je suis en sécurité avec ou sans argent» provoque une libération immédiate. Une réinformation cellulaire. Un soulagement visible de l'extérieur. Le corps ne ment pas et réagit plus vite que le mental, qui résiste. D'où l'avantage de faire le travail en groupe, témoin. Ce travail permet de se réapproprier sa négativité : si je trouve que l'argent est sale, pas honnête, c'est une facette de moi, puisque je l'ai projetée sur l'argent. Ça soulage de le reconnaître! (Rire) Quand on s'est réconcilié avec son ombre, les choses peuvent changer. Comme une extension de l'identité : une participante autrichienne ne comprenait pas pourquoi son gîte, pourtant refait avec goût, ne marchait pas. Quand elle a réintégré qu'elle était paresseuse, il y a eu inversion de l'énergie : elle s'est mise à envoyer des prospectus et le gîte s'est rempli.» Ce travail étant subtil, il est intéressant d'être accompagné pour ce processus.

5 clés pour transformer l'argent en or

Le fric, c'est chic! Surtout quand on lui insuffle sens et conscience. Voici, en bref, cinq clés pour libérer l'énergie de l'argent et en faire un usage «éveillé». Vous en trouverez bien d'autres, notamment dans les ouvrages cités et les ateliers proposés.

- **Positiver.** Pour contrer la vision négative de l'argent, au cœur de la relation «amour/haine» qui nous lie à cette énergie, donc à nous-mêmes et à la vie! Positiver l'argent, c'est par exemple consommer en conscience, en cohérence avec ses valeurs

et le futur de l'humanité: épargne solidaire, consom'action éthique et responsable, troc de services, etc. C'est aussi insuffler sa reconnaissance dans l'argent déboursé pour un bien ou un service. Ce que Pierre Pradervand appelle «la circulation de la gratitude». Une façon de remercier le travail d'un cordonnier, d'un employé de la poste, d'une entreprise, etc. Bien sûr, c'est plus difficile avec ses impôts...Mais même là, tentez de penser à ce qui est réalisé avec cet argent.

- **Faire les comptes.** Rien n'épuise plus que dettes et découverts! «Pour rendre notre rapport à l'argent plus sain dans le présent, il est nécessaire de liquider le passé», affirme Maria Nemeth. En réglant les affaires en suspens. «Comme en toute chose, poursuit-elle, les boucles doivent être bouclées. Ainsi, nous dégageons de la place pour que l'énergie de l'argent puisse circuler librement.» Échelonner les dettes, régler les factures en retard, suivre exactement ce que nous avons sur le compte en banque, prévoir les futures dépenses, etc. C'est regarder les choses en face et vivre en phase avec la réalité. Libérateur!
- **S'estimer à sa juste valeur.** Là encore, on est dans le paradoxe qui frappe tout ce qui touche à l'argent. Pour beaucoup d'entre nous, nous passons le plus clair de notre temps à râler sur notre rémunération. Mais osons-nous vraiment demander la juste valeur de nos services?... L'énergie nécessaire à râler n'est alors plus disponible pour l'action. N'oublions pas que ce qui est valable pour l'argent l'est pour l'être : sachons nous «estimer».
- **Pratiquer la dîme inspirée.** Créée par l'Australien Lionel Fifield, cette démarche volontaire consiste à donner 10% de vos revenus (nets ou bruts, à chacun de décider) à toute personne ou association qui vous inspire, sans en faire un systématisme au niveau du destinataire. «C'est un formidable message de confiance envoyé à l'univers. À une époque de ma vie, j'étais au chômage sans indemnités, mais j'ai toujours donné la dîme sur tout revenu qui arrivait, aussi modeste fût-il», partage Pierre Pradervand, qui reconnaît que c'est la pratique la plus jubilatoire qu'il ait connue. Veillez à accompagner cette dîme d'une lettre, anonyme ou pas, pointant ce qui vous parle dans l'action ou la personne soutenue.
- **Simplifier.** Bateau, mais de nos jours combien de gens perdent leur vie à la gagner. Dans cette course au toujours plus (plus de travail = plus de stress = plus de frustrations = plus de consommation...donc plus de travail), nombreux sont ceux qui mettent leurs rêves de côté. «Quand je demande dans mes séminaires : *pourquoi ne faites-vous pas ce que vous désirez profondément?* Dans 80% des cas, c'est l'argent qui revient comme frein, sous différentes formes, explique Peter Koenig. Or, comme ça, on sait qu'on ne commence jamais.» La plupart des changements de vie surviennent d'ailleurs après un stop involontaire: licenciement, maladie, etc. En fait, libérer l'énergie de l'argent ne devrait pas signifier accumuler plus, mais vivre plus. «Découvrir les vraies richesses», pour paraphraser le livre de Pierre Pradervand, c'est aussi savoir re-définir ses priorités. Plus philosophique, c'est un engagement éthique : «Vivons simplement, afin que d'autres puissent simplement vivre», disait Gandhi.

Encadrés

Qu'est-ce que l'argent pour vous? Faites le test

Commençons par le commencement. Répondez à cette question de base...qu'on ne se pose pourtant jamais. «Pour moi, l'argent c'est...»: Sécurité, liberté, illusion, pouvoir, moyen d'épanouissement, bonheur, indice de réussite, revanche familiale, lourd héritage, problème, source de tous les maux, moyen de corruption... À chacun sa réponse en fonction de son parcours. Si y répondre ne résout pas tout, énoncer les

choses peut permettre de prendre conscience de ce que vous projetez personnellement sur l'argent. «En reconnaissant le pouvoir que vous accordez à l'argent - par exemple, la sécurité, vous pouvez vous réapproprier votre propre pouvoir projeté sur l'argent - soit, dans ce cas, votre propre sécurité intérieure», explique Peter Koenig, qui met en pratique cette question riche d'enseignement dans ses ateliers.

Un bilan constructif

D'après les psys, la façon dont nous avons vécu le manque enfant forge nos comportements et croyances vis-à-vis de l'argent. Aussi, Maria Nemeth, docteur en psychologie clinique et auteur de *Libérer l'énergie de l'argent* (voir livres) conseille-t-elle de rédiger votre autobiographie financière. Soit raconter votre vie par le biais de l'argent, en remontant le plus loin possible (si nécessaire, faites-vous aider par vos proches): contexte familial, comportement des parents, argent de poche, conflits liés à l'argent, période de manque ou d'abondance, prêt et emprunt, dettes, héritage, frustrations, etc. Cette remontée dans le temps permet d'analyser combien le passé est toujours présent et actif dans notre rapport actuel à l'argent, donc à la vie.

Des livres à haut rendement

Voici cinq ouvrages précieux pour accompagner ce thème.

- **Libérer l'énergie de l'argent**, Maria Nemeth, éd. Jouvence. Un classique qui invite le lecteur à cheminer concrètement à travers exercices et prises de conscience.
- **Gérer mon argent dans la liberté**, Pierre Pradervand, éd. Jouvence. Mini livre, mini prix, mais il fait le maximum! Même auteur, même éditeur : **Découvrir les vraies richesses**. Un chemin de simplification pour redonner sa juste place et un supplément de sens à l'argent, à la vie.
- **La bonne fortune**, Les dix règles simples pour connaître le succès dans la vie et les affaires, Alex Rovira & Fernando Triás de Bes, éd. Presses du Châtelet. Une fable moderne pour faire la différence entre fortune et bonne fortune. Un best-seller.
- **30 lies about money**, Peter Koenig, éd. Trois Monts. En cours de traduction.

Pour aller plus loin - Ateliers sur l'argent

- **Gérer mon argent dans la liberté**. Planning des ateliers de Pierre Pradervand sur www.vivreautrement.ch – info@vivreautrement.ch – Tél. : 0041 22 731 88 39.
- **Libérer votre relation à l'argent pour libérer votre vie**. Séminaires de Peter Koenig : <http://peterkoenig.typepad.com> – pkconsulting@hotmail.com. Prochaines dates en Belgique : les 21 et 22 juin 2008. Renseignements et inscriptions : Christiane Goffard, tél. : 060 34 61 43 – www.eauxvivesasbl.be – christiane.goffard@eauxvivesasbl.be. Notez que Peter Koenig organise également régulièrement des séminaires pour professionnels.