

VÉRONIQUE
BERTHIAUME

L'ARGENT *au féminin*

Guide pour reprendre
votre pouvoir financier



BÉLIVEAU
★
éditeur

L'ARGENT
au féminin

VÉRONIQUE
BERTHIAUME

L'ARGENT *au féminin*

Guide pour reprendre
votre pouvoir financier

BÉLIVEAU
★
é d i t e u r

Conception de la couverture: Christian Campana - www.christiancampana.com
Illustration de la couverture: iStockphoto

Tous droits réservés
© 2017, BÉLIVEAU Éditeur

Dépôt légal: 3^e trimestre 2017
Bibliothèque et Archives nationales du Québec
Bibliothèque et Archives Canada

ISBN 978-2-89092-890-9
ISBN Epub 978-2-89092-891-6

BÉLIVEAU 567, rue de Bienville
★
Boucherville (Québec) Canada J4B 2Z5
éd i t e u r Téléphone: 450 679-1933

www.beliveauediteur.com
admin@beliveauediteur.com

Gouvernement du Québec — Programme de crédit d'impôt pour l'édition de livres —
Gestion SODEC — www.sodec.gouv.qc.ca.

Nous reconnaissons l'appui financier du gouvernement du Canada.

Reproduire une partie quelconque de ce livre sans l'autorisation de la maison d'édition
est illégal. Toute reproduction de cette publication, par quelque procédé que ce soit,
sera considérée comme une violation du copyright.

IMPRIMÉ AU CANADA

*À mes grand-mères, Éva et Lucienne,
ainsi qu'à ma mère, Ghislaine,
pour leurs valeurs transmises
à la famille.*



Table des matières

INTRODUCTION	9
PRÉAMBULE	13

Principe numéro 1 TOUT PART DE VOUS!

Quoi? Aimer l'argent!	25
Faire l'autruche	26
Le quatuor d'émotions	29
Changer de fenêtre	31
Ce que nous recherchons	37
Les mots valent de l'or	39
Reprogrammez vos croyances	41

Principe numéro 2 OSEZ RÊVER!

Imagez vos rêves	51
Donnez une signification à l'argent	53
À deux	55
Et les enfants?	59



Principe numéro 3
L'ILLUSION D'ÊTRE RICHE

Bonne ou mauvaise dette?	67
Le prédateur et sa proie	68
Amour-haine	71
Désir versus besoin	77
Ah! ce fameux stress!	80

Principe numéro 4
CE N'EST PAS SEXY, UN BUDGET

La discipline	86
La richesse pour vous?	87
Cacher ses dépenses	91
L'épargne	101
Les dettes	104
Trouvez des solutions	106

Principe numéro 5
LE MEILLEUR INVESTISSEMENT: VOUS

Votre valeur propre	114
Pardonnez	118
Aimez vos chiffres	122
Une équipe financière	125
Faites plus d'argent	130
L'immobilier	136
Mes M&M	138
L'argent et la spiritualité	141
CONCLUSION: VOTRE GPS	145
REMERCIEMENTS	147
BIBLIOGRAPHIE	151

Introduction

Je ne suis pas une planificatrice financière. Je ne suis pas une comptable. Je n'ai pas toujours aimé les chiffres.

Au début de ma carrière professionnelle, j'ai vite compris que ma relation avec l'argent n'était pas harmonieuse.

Je sais ce que le stress peut faire vivre physiquement et psychologiquement. Je connais la vie quotidienne avec le manque d'argent. Je connais aussi les sentiments d'anxiété et de culpabilité d'avoir trop dépensé.

J'étais fatiguée de vivre continuellement cela. Le courage et la passion m'ont permis de sortir de mon endettement et d'enrichir ma relation avec l'argent pour créer l'ouverture à ma prospérité et à ma richesse.

Ma prospérité et ma richesse ne sont pas seulement monétaires. Elles sont avant tout humaines. J'ai appris à me faire confiance, à m'aimer malgré les erreurs du passé.

Ne jamais oublier que la famille et les amis sont la base de notre richesse. Tout part de ces environnements. L'amour et l'amitié doivent être remplis de rires, de joies, de partage et de bonheur, peu importe le montant d'argent dans notre compte bancaire.

Tout comme pour la santé, il faut en prendre soin, car elle a son importance dans la définition de notre



richesse. Je connais des gens qui donneraient n'importe quoi pour retrouver une bonne santé.

Depuis mon enfance, je me suis toujours intéressée à l'évolution de l'être humain. À l'âge de 14 ans, le livre de Lise Bourbeau, *Écoute ton corps*¹, était sur ma table de chevet. Il était évident qu'un jour j'analyserais mon état d'âme en relation avec l'argent.

J'ai lu une panoplie de livres sur ce sujet. J'ai mis en pratique plusieurs de leurs conseils dans ma vie quotidienne. Vous allez certainement en reconnaître quelques-uns.

Le bénévolat que j'effectue depuis plus de cinq ans dans un organisme à but non lucratif, l'ACEF² de la Rive-Sud de Montréal, m'a permis d'approfondir et de valider des notions de comportement du consommateur. C'est un organisme qui vient en aide aux gens aux prises avec des situations financières difficiles en offrant, entre autres, des formations sur le *Budget* et les *Solutions à l'endettement*. Les participantes (plus de 80% de l'auditoire) y ressortent avec une meilleure vision de leur rapport à l'argent. Elles m'ont beaucoup inspirée avec leurs histoires racontées en toute confiance et humilité.

Écrire un livre ne faisait pas partie des activités de ma *liste de souhaits* à accomplir dans ma vie. C'est sur un coup de tête que j'ai décidé de relever ce défi. Je suis souvent sortie de ma zone de confort lorsque le syndrome de la page blanche se pointait le bout du nez. Mon manque de confiance a été le plus important obstacle, mais ma confiance en moi grandissait avec

1. Bourbeau, Lise, *Écoute ton corps*, Saint-Jérôme, Éditions ETC, 1988

2. Association Coopérative d'Économie Familiale

le nombre de pages écrites. Je suis vraiment fière et émue de ce livre que je vous offre ici.

L'argent au féminin est divisé en cinq principes généraux qui rassemblent des notions de base inspirées de mes réflexions, de mes constats observés et réalisés auprès des femmes de mon entourage ainsi que dans mon propre développement.

Ce livre ne vous indique pas où investir l'argent pour accumuler un million au cours de l'année. Il concerne plutôt l'organisation de votre vie pour obtenir plus de prospérité et d'abondance.

C'est un **GPS** pour votre vie financière: un...

Guide de Prospérité et de **S**uccès.

Ce sont des stratégies qui vous aideront à voir plus clair dans vos finances, à vous sortir des dettes afin d'atteindre la liberté financière que vous méritez.

Je veux aider les femmes à créer la vie qu'elles désirent, selon leurs rêves et leurs ambitions.

Et pour réussir cela, vous devez savoir reprendre le contrôle de vos ressources afin qu'elles vous servent mieux.

Vous servir pour que vous soyez capables d'acheter les souliers que vous aimez ou d'aller au spa sans continuellement utiliser votre carte de crédit. Faire des choix selon vos désirs et pas seulement en fonction de votre compte bancaire.

Il est plus facile d'être centrées sur soi, d'être présentes et de donner le meilleur de vous-mêmes quand vous n'êtes pas angoissées à cause de l'argent.

Tout au long de la lecture de cet ouvrage, vous tracerez votre propre chemin de l'apprentissage pour améliorer votre perception de l'argent grâce à ce GPS.

Mon but est de vous permettre, mesdames, que vous soyez entrepreneures ou non, d'accélérer le cheminement vers votre puissance personnelle, professionnelle et financière. Chacune de vous possède l'énergie, les connaissances, la confiance et les ressources nécessaires pour prospérer. Il faut seulement vous donner une direction pour grandir et vous épanouir. Il vous faut lâcher prise sur les craintes d'être jugées ou critiquées parce que vous prenez votre place.

Oser en parler, c'est aussi ne pas avoir honte de votre argent. Vous l'avez gagné dignement, soyez reconnaissantes, car vous n'avez rien enlevé à personne.

Parler d'argent, ce n'est pas de mentionner à tout un chacun vos revenus de la dernière année, mais c'est de ne pas avoir de contraintes d'en parler à vous-mêmes.

Je veux que vous ressentiez la fierté de recevoir vos revenus. Il y a des raisons pour lesquelles vous travaillez. Vous y mettez du temps et de l'énergie. Si vous êtes blasées ou épuisées, vous trouverez, par ce livre, la volonté et la conviction de changer positivement les paramètres de cette vision actuelle.

C'est maintenant le temps d'accepter cette force latente qui sommeille en vous pour activer votre puissance financière et briller de vos succès. Démarrez votre **GPS**.

Osez en parler et prospérez!

Préambule

Tout a commencé en 2007. Je dirigeais une entreprise de communication dans le milieu culturel qui existait depuis 2003. J'avais de beaux mandats et j'aimais aller à la rencontre de nouveaux clients avec leurs projets. J'étais impliquée à la Chambre de commerce de ma région, et avec d'autres jeunes entrepreneurs, nous avons formé un groupe de discussion où nous partageons nos défis, nos succès, nos échecs.

Rapidement, j'y ai fait un constat: certaines femmes éprouvaient de la difficulté à parler d'argent. Lorsque j'écoutais les hommes, ils n'avaient aucun problème à demander un prix plus élevé pour leurs services. Pour les femmes, c'était tout le contraire!

C'est à ce moment que je me suis questionnée sur ces différences entre les hommes et les femmes. Je voulais savoir pourquoi les femmes avaient des réticences, des blocages face à l'argent. Je les voyais être tourmentées par la culpabilité, l'insatisfaction de revenus médiocres. Un jour, l'une d'elles m'a dit: « Je ne comprends pas, je travaille comme une folle, mes prix sont raisonnables et l'argent n'entre pas dans mon compte. »

Aucune réponse ne m'est venue en tête, c'était le néant total.



Et je me demandais s'il y avait autant de femmes dans cette même situation professionnelle et qui, malheureusement, abandonnaient leur entreprise puisqu'elles devaient se sentir incompétentes.

Je me suis donc mise à faire des recherches sur Internet, à consulter des livres, de l'information, sur les femmes et l'argent.

Un monde venait de s'ouvrir à moi! Je n'étais pas la seule qui se questionnait sur ce sujet et qui cherchait à comprendre les effets psychologiques de cette relation. Dans une relation avec l'argent, comme dans une relation amoureuse, l'affect est présent. Les émotions et les croyances s'entrechoquent et créent des tensions ou des conflits. Richard Sada, psychothérapeute et maître yoga en France, explique la définition d'un conflit: «Ce conflit sera vécu dans la souffrance et il empêchera la relation de progresser et d'être productive afin que les deux parties puissent s'épanouir. C'est pourquoi il est souvent nécessaire de le résoudre. Les personnes vivant un conflit intérieur éprouveront des états émotionnels forts: colère, frustration, peur, tristesse, rancune ou agressivité³.»

Ne vous arrive-t-il pas de ressentir ces émotions concernant l'argent? De vous sentir agacée, effrayée ou impuissante face à votre argent? Si vous vivez cette situation, il est essentiel de porter un regard sur ces tensions. En effet, si vous laissez les autres s'occuper de votre argent, cela donnera seulement l'impression que vous avez réglé le problème mais, tôt ou tard, vous devrez affronter cette situation. C'est votre argent!

3. La bibliothèque de psychologie de Psycho-Ressources, Richard Sada, *Le Conflit*, 2012 – www.psycha-ressources.com

Alors, prenez le temps de lire ce livre afin de vous aider à prendre soin de vous et de votre relation avec l'argent.

L'argent fait partie de votre vie quotidienne. Pour acheter du lait ou mettre de l'essence dans la voiture, vous avez besoin de votre monnaie. Étant donné qu'il est omniprésent, pourquoi ne pas l'utiliser comme un allié à votre bien-être?

L'année 2008

J'ai eu la chance de travailler avec une artiste qui voyageait à l'étranger pour aller chanter avec des orchestres, et ce, plusieurs fois par année. Ces contrats constituaient plus de 50% de son revenu annuel. Tout allait bien depuis les dernières années, nous avons visité la Chine, le Japon, l'Allemagne, le Portugal, l'Espagne et beaucoup d'autres pays. En 2008, comme un tsunami, est arrivée la crise financière (la bulle immobilière aux États-Unis), ce qui a eu un impact dans le milieu culturel mondial et a nui, par le fait même, à l'obtention de contrats. La culture est perçue comme un bien de luxe, et lorsque les gens sont en difficulté financière, c'est l'une des premières dépenses qu'ils éliminent dans leur budget.

Semaine après semaine, nous recevions des annulations de contrats. C'était la catastrophe. Nous regardions les revenus potentiels fondre à vue d'œil. Évidemment, j'appréhendais ce qui devait arriver. Au début de l'année 2009, c'est avec tristesse et impuissance que nous avons dû mettre un terme à mon mandat, puisque les revenus ne pouvaient plus respecter les engagements convenus entre nous. Je perdais 80% de mon chiffre d'affaires du jour au lendemain. C'est l'un des plus grands risques lorsque nous avons une petite entreprise: avoir un client qui génère plus de la moitié de notre revenu.