

## Peut-on se mentir à soi-même ? - 1/3

**Alors, mon article parle de psychologie mais aussi de philo (désolée !), il faut le lire à tête reposée, pas qu'il soit compliqué, mais c'est juste que il ne vaut mieux pas être pressé(e) !**

Le mensonge, un acte qui est plus ou moins grave selon les circonstances... Mentir à quelqu'un sur une bêtise que l'on a faite peut s'avérer grave dans le sens moral, et cela touche la personne concernée superficiellement ou intérieurement. Mais si l'on peut de plus se mentir à soi-même, cela doit signifier que quelque chose ne va pas, que le moral n'est pas au rendez-vous ou que l'on a un message à faire passer à travers ce mensonge à soi. Se mentir sur un fait accompli, sur la personne qu'on est, sur les gens qui nous entourent ou encore sur la vérité elle-même, est un autre type de mensonge. Et si cela peut arriver à tout le monde à tout moment de la vie est-ce que cela ne signifierait pas que, la vie, tout simplement, ne serait pas un mensonge de la mort ?

### Un sens psychologique du mensonge et ses répercussions

Si l'on peut dire qu'il est impossible de se mentir à soi-même parce que l'on ne peut mentir que de manière délibérée et volontaire à autrui, alors, comment se fait-il que malgré tout, on puisse se retrouver dans une situation où l'on se traite comme si on était autrui ?

Se mentir à soi-même peut alors être considéré comme une sorte de fuite devant une angoisse et cependant ne sert à rien à terme car le mensonge reste dans l'esprit -ou l'inconscient en terme freudien- de la personne qui se ment à elle-même. Mais dans l'instant présent, cette attitude a une action certainement protectrice. Hélas, elle va fausser les relations que la personne entreprendra dans le futur avec elle-même et/ou avec les autres.

Quelqu'un qui vole, ne vole pas forcément pour un objet en particulier, mais peut voler par besoin pour se faire remarquer par les autres mais tout ceci de manière inconsciente, c'est peut-être une sorte d'appel au secours (exemples : lorsque l'actrice Béatrice DALLE est surprise en train de voler des bijoux de grande valeur dans une bijouterie, elle met en péril sa réputation d'actrice, pourquoi ? De la même manière, pourquoi la chanteuse Britney SPEARS s'est-elle laissée surprendre à boire de l'alcool avant sa majorité dans un pays très à cheval sur certains principes ?).

De-même pour les agressions, se mettre en situation dangereuse pour justement inconsciemment se mettre en danger pour faire réagir son entourage qui visiblement ne réagit pas pour des chose bénignes. Déjà le fait de se mettre en danger correspond à l'existence très probable d'un manque de limites dans le cocon familial, donc une recherche de limites dans le monde extérieur à la famille (aux parents). Car on peut y trouver un lien avec le désintéressement des parents vis-à-vis de leurs enfants ou d'un enfant en particulier. On ne recherche évidemment pas le pire mais on le provoque, et cela peut mal finir... On peut donc dire que le "je" est à la fois une conscience et un inconscient. Si par exemple, il y a un désintéret visible des parents à l'égard de leur fille, sur des choses banales du genre "demander de l'écoute par rapport à sa vie scolaire" si cette écoute n'est pas respectée cela prouve que l'enfant n'arrive pas à attirer l'attention de ses parents sur lui... Donc, que faut-il faire ? Et bien, inconsciemment, on se met face à de très grands dangers, et tout cela juste pour avoir de l'attention de ses proches.

Et si, même en s'étant fait violer, la fille n'obtient pas gain de cause, il peut alors y avoir une cassure définitive dans la qualité relationnelle entretenue tant bien que mal jusque là avec ses parents et réciproquement. Cela peut aboutir à de gigantesques difficultés morales qui apparaîtront tôt ou tard. Tout ceci est une forme de mensonge à soi dans le sens où on se ment sur notre façon d'agir et de paraître. Et dans le cas où les parents ne jouent pas leur rôle de parents justement, eux aussi se mentent à eux-mêmes

## Peut-on se mentir à soi-même ? - 2/3

pour fuir l'angoisse provoquée par le mal dont a été victime leur fille, et l'angoisse des mesures à prendre et des démarches à suivre pour aider du mieux qu'ils peuvent, que se soit moralement, psychologiquement, judiciairement leur fille dans un malheur dont elle-même ne mesure pas l'ampleur.

Pour la vie future d'un être humain, l'apprentissage de la vie est une étape fondamentale qui se passe dans le cadre familial dont beaucoup se joue à la période de l'enfance et de l'adolescence mais dont l'importance est souvent mise de côté dans l'analyse du comportement de l'adulte.

### Approfondissons

Une personne qui a eu une enfance et une adolescence sereines, qui a appris quelques principes essentiels pour vivre sans trop trouver la vie injuste : pour elle, il est vraisemblablement peu songeable de recourir à se mentir à elle-même (ni même à autrui), vu que ça ne lui est probablement pas nécessaire. Moins cette période se sera écoulée de façon satisfaisante, plus les répercussions risquent d'être marquées.

Se rendre compte de sa mauvaise foi, de la prise du dessus de l'inconscient n'est pas chose facile, on ne se rend pas toujours compte que l'on vit dans le faux et dans "l'irréalité" en quelque sorte.

Le mensonge est un moyen de s'éloigner, de déformer la vérité à tel point qu'il n'est plus possible de déceler où se situe l'endroit compromettant du début du mensonge, donc par cela on devient apparemment invulnérable vis-à-vis de la personne concernée par le mensonge. Jusqu'au jour où tout peut s'écrouler : "Les mensonges qu'autrui se fait à lui même nous fâchent plus que ceux qu'il nous fait" a écrit Jean ROSTAND.

Parfois, il est possible d'être conscient qu'il y a un risque qu'à un moment donné, l'envie de se mentir à soi-même dépasse notre vision des choses et de la conscience du risque elle-même.

Notre psychisme lui-même ne serait-il donc pas en quelque sorte double : conscient d'un côté, inconscient de l'autre, ce qui rendrait donc possible le fait de se cacher à soi-même une vérité qui ne nous satisferait pas ou dérangerait où, dans une perspective freudienne, "refoulée" ? Mais cela supposerait qu'il n'existe pas à proprement parler de "mensonge à soi", de volonté consciente de se tromper, et par conséquent de responsabilité individuelle face à la vérité. Il importerait donc de déterminer la nature de la conscience, celle du psychisme et, ainsi par la même occasion, le pouvoir et les limites du pouvoir que l'homme a sur lui-même. Cela devrait se faire dans l'état des connaissances actuelles par le biais d'un travail thérapeutique telle la psychanalyse.

A partir du moment où l'on est en paix avec soi-même et avec les autres personnes qui nous entourent, alors il n'est pas forcément nécessaire d'avoir recours au mensonge à soi. Car si l'on se ment à soi-même, c'est pour se protéger des autres. Ceci dit, il est peut-être inscrit dans le génome humain que de se mentir à soi-même soit une fatalité.

Vu sous un autre angle ou dans des circonstances autres, si on se trompe car on désire se tromper, cela doit signifier que l'on en a besoin pour vivre, cette sorte de croyance est-elle un mensonge ? On en a besoin pour vivre mais on peut le payer très cher. Analysons brièvement le phénomène de l'idéalisation et du coup de foudre.

Jeanne dans Une Vie de MAUPASSANT, idéalise le mariage après ses études au couvent et faisant entièrement confiance à l'éducation romantique qu'elle a reçue (voir tous les contes de fées pour petites filles qui se terminent toujours par "ils se marièrent, ils vécurent heureux et eurent beaucoup d'enfants"). Malheureusement, son époux est un être calculateur et sans scrupules. Elle tombe de très haut en découvrant l'affreuse réalité et leur mariage sera un désastre. Pour l'un comme pour l'autre (le mari de Jeanne sera sauvagement tué par celui d'une de ses maîtresses).

## Peut-on se mentir à soi-même ? - 3/3

Le coup de foudre quant à lui, relève davantage de la réciprocité pour qu'il y ait une suite à ce sentiment. Il ne dure généralement pas plus de deux ans et peut s'arrêter déjà au bout de six mois. Lorsque l'on ressent que notre amour pour l'être aimé diminue, c'est le signe que l'on commence à voir la personne sous un éclairage plus objectif et plus dans ce qu'on l'imaginait être, c'est donc ici, le début de la fin du coup de foudre.

Et pour conclure en (plus) clair

D'un côté, on peut dire qu'il est impossible de se mentir à soi-même du fait qu'on ne peut mentir qu'à autrui. En effet, la conscience a nécessairement accès à elle-même. Par conséquent, une personne ne peut, normalement, pas se dédoubler. Toute chose présente à la conscience d'un sujet lui serait accessible. De soi à soi-même il ne serait probablement pas possible de se mentir dans la mesure où on ne pourrait pas à la fois se dire que ce que l'on se dit serait faux et se dire que cela serait vrai (vous suivez toujours ?). Le mensonge présupposerait que quelque chose soit caché. Or la conscience ne peut apparemment rien se cacher à elle-même. Alors, comment serait-il possible pour une conscience d'ignorer volontairement son propre contenu de conscience ?

Ce qui est dans l'inconscient du sujet n'est pas nécessairement dans sa conscience. Ainsi il peut "savoir" quelque chose de manière inconsciente mais l'ignorer d'un point de vue conscient. C'est la raison pour laquelle le mensonge de soi à soi-même est d'une toute autre nature que le mensonge à autrui mais que les deux peuvent exister séparément ou ensemble chez un même individu. ALAIN n'a-t-il pas dit : "L'art est mensonge... La vertu est mensonge... La vérité est mensonge" ?