

## La menzogna ci rende più umani?

**di Pascal Neveu**

(ITA/FRA versione originale in fondo)

Nel corso di tutta la nostra vita sociale e professionale mentiamo: al nostro capo, ai nostri clienti, ai nostri colleghi, ai nostri amici, alla nostra famiglia. Perché molto spesso vogliamo sedurre o siamo deboli. È come se la menzogna fosse in noi. Ma se non mentiamo a noi stessi, se non rifiutiamo la realtà, il dire bugie è davvero un problema? Quando la bugia diventa patologica? La menzogna è una virtù sociale tipica dell'uomo?

Chiunque uno sia, impiegato, psicologo, uomo politico, d'affari ... tutti noi abbiamo mentito e mentiremo molte volte nella nostra vita e con vari pretesti, per vari motivi: per non dire o nascondere la verità, la menzogna per omissione, per guadagnare - o non perdere - un'amicizia o un favore, o per preservare la pace nella coppia ... tante volte!

La bugia è parte della natura umana. Molti filosofi ne hanno parlato (Agostino, Kant, Cousin), tutte le religioni la condannano fermamente perché è come uccidere l'anima: la falsa testimonianza è tra i Dieci Comandamenti.

La verità è quindi eretta a dovere, un obbligo per l'umano: la verità del sé, la verità in sé, la verità verso l'altro, sopra ogni altra cosa!

Ma noi siamo sempre pronti ad ascoltare la verità, senza bisogno di qualche menzogna sociale?

In realtà, la menzogna è universale. Inoltre, l'uomo non è il solo a utilizzarla. Anche gli animali mentono!

Questi ultimi la utilizzano per rispondere agli istinti primari (sopravvivenza e riproduzione), le bugie degli animali sono molto sofisticate e non hanno nulla da invidiare a quelle degli umani. La mimetizzazione del camaleonte, la simulazione della morte di alcuni rettili, ma anche falsi messaggi che possono inviare le scimmie dalla gola bianca o il corvo, gli animali sono in grado di mettere in atto vere e proprie strategie per servire i loro istinti in parte o interamente ereditari o innati.

Noi umani proferiamo in media due bugie al giorno, anche se uno studio inglese ne conta fino a sei (più di 2000 menzogne annuali!). È difficile se non impossibile per noi non mentire. Salvo poi creare e immergersi in un mondo di violenza, rancore e instabilità emotiva. Il caos assoluto, il ritorno alla guerra, al comportamento "animale".

Vivere con gli altri impone una serie di compromessi, da qui il bisogno di bugie.

L'uomo è legato alla menzogna perché gli si parla anche attraverso la menzogna.

Fin dalla tenera età, siamo immersi in un mondo di bugie che, se ci pensiamo, è paradossale. Da un lato, gli adulti creano intelligentemente delle leggende fittizie nella mente dei bambini: Babbo Natale, il topolino dei denti ... Dall'altro, si preoccupano di insegnare loro che non dobbiamo mentire: numerosi racconti della nostra

infanzia, come Pierino e il lupo o Pinocchio, sviluppano in noi - in modo profondo e inconsapevole - un senso di colpa nel mentire. Come capire questo paradosso?

Il Pinocchio di Collodi (tradotto in oltre 400 lingue e dialetti) ci mostra, da centotrenta anni, come le bugie possono essere usate per scovare il bugiardo. Predicare il falso per conoscere il vero è anche una frequente elaborazione della menzogna nell'adulto: si tratta in questo caso di confondere il bugiardo usando le sue stesse armi.

Le due scene più famose di questa storia sono indubbiamente quelle che hanno dato vita a due menzogne pronunciate come una minaccia da tutti i genitori ai loro figli: "Se dici bugie ti cresce il naso! Ti vengono le orecchie d'asino se non studi! "

La menzogna è parallela alla nostra costruzione psichica. È collegata alla nostra identità.

Tutti conosciamo l'utilità della menzogna, siamo capaci sia di menzogne verbali che comportamentali, ma fino a che punto siamo in grado di utilizzarle?

Lo psicoanalista Carl-Gustav Jung definisce il concetto di persona, questo termine originariamente designava la maschera indossata sul palco dagli attori. La persona, in Jung, è la maschera che tutti indossiamo nella società: l'apparenza che diamo di noi stessi e che media i nostri rapporti sociali (amici, professionisti, amanti). "La persona", scrive, "è ciò che qualcuno in realtà non è, ma ciò che lui e gli altri pensano che sia. "

Questa maschera è tanto indispensabile quanto pericolosa: possiamo facilmente prendere noi stessi per quello o quella che non siamo, con il rischio di perdere la nostra identità se il nostro Io non è strutturato in modo solido.

Ma siamo pienamente consapevoli dello scopo delle nostre bugie? A che punto confondiamo le menzogne con il tradimento, l'inganno e la manipolazione?

Tendiamo a considerare che mentire è un discorso contrario alla verità, con l'intenzione di ingannare l'altro volontariamente. Ma scopriamo che c'è una moltitudine di menzogne, una varietà di ragioni per mentire, per nascondere la verità e infine una scala, abbastanza ampia, di menzogne accettabili. Si tratta di comunicazione, di capacità di ascoltare e accettare gli altri, o se stessi se si mente a se stessi. La bugia può essere a volte un'arte, a volte un'arma contro gli altri, uno strumento di protezione o addirittura una malattia.

Studiando il mondo delle bugie e il loro rapporto con il nostro Io, ho individuato tre forme di bugie:

- mentire per proteggere se stessi e gli altri, legata alla paura di esistere;
- mentire per omissione, legata alla dimenticanza di se stessi;
- mentire negando se stesso, legato al rifiuto della propria esistenza.

Ecco 3 esempi in proposito:

- In *La vita è bella*, Guido, il personaggio interpretato da Roberto Benigni, nasconde la realtà di un campo di concentramento a suo figlio. Gli fa credere di essere in un gioco in cui si può vincere un carro armato. Mente per proteggerlo dalla realtà dell'olocausto. È questa una bugia che mira a proteggere e non sorprende che questo film abbia ricevuto numerosi riconoscimenti.

- La serie di successo *Mad Men* evoca la seconda forma di menzogna: la mancanza di interesse per l'ambiente umano, il cinismo di un'agenzia pubblicitaria e il comportamento della sua equipe che si fonda su pratiche di omissione.
- Infine, la vicenda francese di Jean-Claude Romand, che ha ingannato la sua famiglia e i suoi cari per vent'anni (che finirà per uccidere), fingendo di essere un medico in servizio presso l'Organizzazione Mondiale della Sanità, rientra nella terza forma di menzogna.

Mentire per protezione del Sé o dell'Altro è probabilmente la forma di mentire che prende maggiormente in considerazione ciò che siamo e ciò che è l'Altro. In un certo senso, questa forma di menzogna ci fa rispettare noi stessi, rispettando l'Altro.

Meglio ferire qualcuno o piuttosto mentirgli? Meglio proteggere le persone "vulnerabili" (bambini, anziani) trasformando la realtà o dire la verità?

La seconda categoria è la menzogna di chi chiude gli occhi per non vedere, la bocca per non parlare, le orecchie per non sentire. La menzogna di colui che alla fine rifiuta qualsiasi dialogo con se stesso e gli altri.

Queste tre forme di chiusura costituiscono un inizio di rottura tra sé e gli altri, ma anche con se stessi. Il bugiardo per omissione è convinto di non aver bisogno di vedere, ascoltare o comunicare, iniziando una rottura con se stesso. "So di avere ragione" ... ma sono abbastanza sicuro di finire a vivere nell'isolamento che creo in relazione a certe situazioni. L'ambiguità della comunicazione genera la bugia.

La comunicazione è disturbata dalla paura dell'altro e di se stessi. Questo tipo di bugiardi flirtano con la manipolazione.

Il terzo tipo di menzogna è quello che nega le nostre stesse capacità, a causa della mancanza di fiducia in noi stessi. Ci dà l'illusione di un benessere che nasconde, in realtà, un malessere che non vogliamo assolutamente sentire o vedere. È la menzogna di chi non accetta la verità. È quella che ci porta a mentire a noi stessi. Un malessere che finisce per trasformarsi in un non-essere.

Il confine con il disturbo dell'identità non è molto lontano. In questa categoria di bugie, la realtà in cui tutti dovrebbero ritrovarsi diventa impossibile da pensare.

Si falsifica la propria vita, si mente a se stessi, si rimane nella negazione di certe dipendenze, si rifiuta la propria esistenza e si finisce prigionieri delle proprie bugie.

Mentire non è solo un atto vile, riprovevole, amorale.

La bugia è parte della vita. Della Bibbia e delle sue verità rivelate, i miti della nascita (cavolo, cicogne ...), oppure le storie e le leggende (Babbo Natale, Biancaneve o Merlino...), il bambino su nutre delle bugie. Molto presto assimiliamo inconsciamente diverse varietà di bugie.

La menzogna entra in risonanza e in relazione con il nostro inconscio che, almeno durante i primi anni della nostra esistenza, non è in grado di differenziare la bugia, l'immaginario, la realtà.

Anche se la valutazione di una menzogna è soprattutto culturale, il loro utilizzo e loro manifestazioni sono molteplici. Il bambino usa la menzogna, appresa dai suoi genitori, per proteggersi dall'irruzione di un mondo

reale, certamente troppo violento per lui, prima di usarla per gioco o per sognare. Diventando adulto, l'uomo vedrà la menzogna come strumento di protezione (auto-protezione, protezione degli altri) senza essere consapevole dei pericoli di restarne prigioniero.

Chi non ha mai mentito per non confessare di aver disubbidito ai genitori o per incolpare il piccolo fratello o la sorella innocente? Come è piacevole mentire, constatare che abbiamo un potere di manipolazione sugli altri! È rassicurante rendersi conto che mentendo non si perde l'amore dei genitori o il proprio status di bambino perfetto, di angioletto.

Poi la bugia diventa più raffinata, si adatta alle circostanze e interferisce con le relazioni interpersonali. È mentire il nascondere un segreto di famiglia, un dettaglio "compromettente" della vita per sottrarsi a un giudizio affrettato, di un peso troppo pesante da trasportare? È totalmente riprovevole falsificare il proprio curriculum per trovare un lavoro dopo diversi anni di disoccupazione e dei debiti impossibili da pagare? Si mente, in alcuni casi, per sopravvivere ma la bugia è anche un mezzo di seduzione, uno strumento relazionale.

I pericoli nel mentire non consistono certo nel non dire alla tua migliore amica che il suo vestito è oramai troppo usato o nascondere un'infedeltà per non ferire il coniuge. La menzogna diventa rischiosa quando ci chiudiamo nel suo mondo, quando il nostro Io non è più soggetto, ma oggetto di menzogne.

Ci sono quindi bugie fugaci, senza troppe conseguenze, che ci salvano da ferite ed evitano di fare del male.

Queste sono differenti da quelle dall'apologo del Jean-Pierre Claris di Florian: "Per vivere felici, viviamo in clandestinità! ".

Si pone ora il problema delle conseguenze della menzogna, della fiducia. Il bugiardo è spesso emarginato quando si scopre la menzogna, senza cercare di capire il significato di questa menzogna. Il bugiardo è condannato senza un motivato giudizio sul suo atto. Capire non significa scusare, perdonare, banalizzare la menzogna, ma cercare di capire meglio l'altro, comprendere meglio la nostra relazione con la menzogna e con il bugiardo: è un'apertura sul sé e l'Altro.

Si potrebbe parlare all'infinito di questo argomento. Chi detiene la verità? La sincerità è soprattutto una storia di cuore o una questione di parole? La bugia era, è, e rimarrà. Anche se il suo uso ci rimanda a qualche senso di colpa, questa colpa è il miglior segnale che siamo in grado di proiettarne le conseguenze.

Perché, infine, la menzogna richiede empatia: solo la perdita di emozioni, dei propri sentimenti sono il segno di una perdita del controllo della bugia.

La menzogna deve essere consapevole del suo opposto: la realtà.

Possiamo rimanere coerenti nel nostro uso della menzogna dal momento in cui ci interroghiamo sull'uso "buono" e sano della menzogna.

Vivere la nostra bugia può diventare un momento di sincerità con se stessi, un momento di riflessione con il nostro Io profondo. Questo è il modo in cui il nostro sé ha la certezza di rimanere preservato, sempre in cambiamento, diventando un Essere sincero.

Senza dubbio l'unica sincerità da raggiungere è quella con noi stessi. In questo modo le relazioni con l'altro saranno preservate e la bugia sarà usata preferenzialmente per garantire la pace.

In questo senso, sì, la menzogna può renderci più umani!

Come ha scritto Maxim Gorky in *Les Vagabonds* : « A volte la bugia esprime meglio della verità ciò che accade nell'anima. »

(trad. G. Brevetto)

\*\*\*

(versione originale)

Mentir nous rend-il plus humain ?

Dans toute notre vie sociale et professionnelle, nous mentons : vis-à-vis de notre patron, de notre client, de nos collègues, de nos amis, de notre famille. Parce que nous sommes très souvent en opération de séduction ou en situation de faiblesse. C'est comme si le mensonge nous habitait. Mais tant que nous ne nous mentons pas à nous-mêmes, tant que nous ne refusons pas la réalité, faut-il y voir un problème ? A quel moment le mensonge devient-il pathologique ? Le mensonge a-t-il une vertu sociale humaniste .

Que l'on soit employé, psy, homme politique, commercial... nous avons tous menti et nous mentirons tous de nombreuses fois dans notre vie, et ce sous différents prétextes, pour diverses raisons : pour ne pas dire ou cacher la vérité, en pratiquant le mensonge par omission, pour obtenir - ou ne pas perdre - une amitié ou une faveur, ou encore afin de conserver la paix du couple... Tant de fois !

Le mensonge fait partie de la nature humaine. Il a été discuté par nombre de philosophes (Saint Augustin, Kant, Cousin...) et toutes les religions qui condamnent fermement le mensonge, car mentir c'est tuer l'âme, même si le faux témoignage est décrit et reconnu dans le Décalogue.

La vérité est donc érigée comme un devoir, une obligation humaniste : la vérité de soi, la vérité en soi, la vérité envers l'autre avant tout !

Pour autant, sommes-nous prêts à entendre la vérité, sans mensonge social ?

En fait, le mensonge est universel. D'ailleurs l'homme n'est pas le seul à s'en accommoder. Les animaux mentent, eux aussi !

Même s'il s'agit essentiellement pour eux de répondre à des instincts primaires (la survie et la reproduction),

les mensonges des animaux sont très sophistiqués et n'ont rien à envier à ceux des humains. Du camouflage du caméléon, à la simulation de la mort de certains reptiles, en passant par les faux messages que peuvent adresser les singes moine capucins ou encore le corbeau cachotier, les animaux sont capables de mettre en place de véritables stratégies au service de leurs instincts, en partie ou totalité héréditaires ou innés.

Nous, humains, fort de nos deux mensonges quotidiens en moyenne, même si une étude anglaise en dénombre jusqu'à six (soit plus de 2 000 mensonges annuels !), il nous est difficile voire impossible de ne pas mentir. Sauf à créer et sombrer dans un monde de violence, de rancœur et d'instabilité affective. Le chaos absolu, le retour à la guerre, à des comportements « animaux ».

Vivre avec les autres impose un certain nombre de compromis, d'où la nécessité du mensonge.

L'Homme est relié au mensonge car on ne lui parle que de mensonge.

Dès le plus jeune âge, nous baignons dans un monde de mensonges qui, si l'on y réfléchit bien, est paradoxal. D'un côté, les adultes entretiennent savamment des légendes fictives dans l'esprit des enfants : le Père Noël, la petite souris... De l'autre, ils prennent soin de leur apprendre qu'il ne faut pas mentir : nombre de contes de notre enfance, comme Pierre et le loup ou Pinocchio, développent en nous - de manière profonde et inconsciente - une relation coupable au mensonge. Comment comprendre ce paradoxe ?

Le Pinocchio de Collodi (traduit en plus de 400 langues et dialectes) nous montre ainsi, depuis cent trente ans, comment le mensonge peut être instrumentalisé pour traquer le menteur. Prêcher le faux pour connaître le vrai est d'ailleurs une élaboration fréquente du mensonge chez l'adulte : il s'agit alors de confondre le menteur en utilisant les mêmes armes que lui.

Les deux scènes les plus célèbres de cette histoire restent sans nul doute celles qui ont donné naissance à deux mensonges proférés telle une menace par tous les parents à leurs enfants : « Ton nez va s'allonger si tu mens ! » et « Tes oreilles vont pousser comme des oreilles d'âne si tu travailles mal à l'école ! »

Le mensonge est parallèle à notre construction psychique. Il est en lien avec notre identité.

Alors que nous avons toutes et tous appris l'utilité du mensonge, alors que nous devenons capables de mensonges tant verbaux que comportementaux, jusqu'où sommes nous capables de l'utiliser ?

Le psychanalyste Carl-Gustav Jung définit le concept de *persona*, qui désigne à l'origine le masque porté sur scène par les comédiens. La *persona*, chez Jung, est le masque que nous portons tous en société : l'apparence que nous donnons de nous-mêmes et qui organise nos rapports sociaux (amicaux, professionnels, amoureux). « La persona, écrit-il, est ce que quelqu'un n'est pas en réalité, mais ce que lui-même et les autres pensent qu'il est. »

Ce masque est aussi indispensable que dangereux : nous pouvons ainsi facilement nous prendre pour celle ou celui que nous ne sommes pas, avec un risque de perte identitaire si notre Moi n'est pas solidement structuré.

Sommes-nous pleinement conscients de la finalité de nos mensonges ? A quel moment confondons-nous mensonge avec trahison, duperie et manipulation ?

Nous avons tendance à considérer que le mensonge est un discours contraire à la vérité, avec l'intention de tromper l'autre volontairement. Or nous découvrons qu'il y a une multitude de mensonges, une variété de

raisons de mentir, de cacher la vérité, et finalement une échelle d'acceptation du mensonge assez large. Tout est histoire de dialogue et de capacité à écouter et accepter l'autre, ou soi si l'on se ment à soi-même. Le mensonge peut être tantôt un art, tantôt une arme contre autrui, un outil de protection ou bien encore une maladie.

En étudiant le monde du mensonge et sa relation à notre Moi, j'ai différencié ressortir trois formes de mensonges :

- le mensonge par protection de soi et d'autrui, lié à ses propres peurs d'exister ;
- le mensonge par omission, lié à l'oubli de soi-même ;
- le mensonge par déni de soi-même, lié au refus de sa propre existence.

En voici 3 exemples :

- Dans *La vie est belle*, Guido, le personnage joué par Roberto Benigni, cache la réalité d'un camp de concentration à son fils. Il lui fait croire à un jeu où l'on peut gagner un char d'assaut. Il ment pour le protéger de la réalité de l'extermination des juifs. C'est un mensonge qui vise à protéger. De fait, rien d'étonnant à ce que film ait reçu nombre de distinctions.
- La série à succès *Mad Men* évoque la seconde forme de mensonge : l'absence de préoccupation d'un environnement humain, le cynisme d'une agence de publicité et les comportements de son équipe qui pratique à loisir le mensonge par omission.
- Enfin, l'histoire française de Jean-Claude Romand, qui a berné pendant une vingtaine d'années sa famille et ses proches (qu'il finira par assassiner), en se faisant passer pour un médecin en poste à l'Organisation Mondiale de la Santé, relève de la troisième forme de mensonge.

Le mensonge par protection de Soi ou de l'Autre est sans doute la forme de mensonge qui prend le plus en considération ce que nous sommes et ce que l'Autre est. En quelque sorte, cette forme de mensonge nous fait nous respecter, tout en respectant l'Autre.

Car vaut-il mieux blesser quelqu'un que lui mentir ? Vaut-il mieux protéger des personnes « vulnérables » (enfants, personnes âgées) en transformant la réalité, plutôt que dire la vérité ?

La seconde catégorie, c'est le mensonge de celui qui ferme les yeux pour ne pas voir, la bouche pour ne pas parler, et se bouche les oreilles pour ne pas entendre. Le mensonge de celui qui refuse finalement tout dialogue avec soi et autrui.

Ces trois formes de fermeture constituent un début de rupture entre soi et autrui, mais aussi de soi avec soi-même. Le menteur par omission se persuade qu'il n'a nullement besoin de voir, d'entendre ou de communiquer, pratiquant un début de rupture avec lui-même. « Je sais que j'ai raison »... mais je suis quasi sûr de finir par vivre dans l'isolement que je crée par rapport à certaines situations. L'ambiguïté du dialogue qu'il pratique génère un mensonge.

La communication est perturbée par peur de l'autre et de soi-même. Ce type de menteurs flirtent avec la manipulation.

Le troisième type de mensonge est celui qui dénie nos propres compétences à être, en raison d'un manque de

confiance en nous. Il nous donne l'illusion d'un bien-être qui cache en réalité un mal-être que nous ne voulons absolument pas entendre ni voir. C'est le mensonge de celui qui n'accepte pas sa vérité. C'est celui qui nous amène à nous mentir à nous-mêmes. Un mal-être qui finit par se transformer en non-être.

La frontière avec le trouble de l'identité n'est plus très loin. Dans cette catégorie de mensonges, la réalité où chacun est censé s'inscrire devient impossible à penser.

On falsifie alors sa vie, on se ment à soi-même, on reste dans le déni de certaines addictions, on refuse son existence et on finit prisonnier de ses mensonges.

Mentir n'est pas qu'un acte vil, condamnable, amoral.

Le mensonge fait partie de la vie. De la Bible et de ses vérités révélées, aux mythes de la naissance (choux, cigognes...), en passant par les contes et légendes (Père Noël, Blanche-Neige ou Merlin l'enchanteur...), l'enfant est nourri par le mensonge. Très tôt, nous assimilons inconsciemment plusieurs variétés de mensonges.

Le mensonge entre en résonance et en « raisonnance » avec notre inconscient qui, tout du moins durant les premières années de notre existence, n'est pas apte à différencier mensonge, imaginaire, réalité.

Même si l'appréciation d'un mensonge est avant tout culturelle, les utilisations du mensonge, comme leurs manifestations sont multiples. L'enfant utilise le mensonge, appris par ses parents, pour se protéger de l'irruption d'un monde réel, certainement trop violent pour lui, avant d'en faire usage par jeu ou par rêve. Devenant adulte, l'Homme comprendra le mensonge comme un outil de protection (protection de soi, protection d'autrui) sans prendre garde aux dangers qu'il y a à s'enfermer dans le mensonge.

Qui n'a pas menti afin de ne pas avouer avoir défié des interdits parentaux, quitte à accuser le petit frère ou la petite sœur innocents ? Qu'il est plaisant de mentir, de constater ainsi que nous détenons un pouvoir de manipulation sur autrui ! Qu'il est rassurant de prendre conscience que mentir permet de ne pas perdre l'amour parental et conserver son statut d'enfant parfait, de petit ange !

Puis le mensonge s'affine, s'adapte aux circonstances et s'immisce dans les relations interpersonnelles. Est-ce mentir que cacher un secret de famille, un détail « compromettant » de sa vie, afin d'être épargné d'un jugement trop hâtif, d'un poids trop lourd à porter ? Est-il totalement reprochable de falsifier son parcours professionnel afin de retrouver un emploi après plusieurs années de chômage et des dettes insurmontables à apurer ? Mentir, dans certains cas pour survivre... Le mensonge devient aussi un moyen de séduction, un outil relationnel.

Le danger du mensonge ne repose pas sur le fait de ne pas dire à sa meilleure amie que sa robe la vieillit ou de cacher une infidélité afin de ne pas blesser son épouse. Le mensonge devient risqué pour nous lorsque nous nous enfermons dans son monde, lorsque notre Moi n'est plus sujet, mais objet de mensonge.

Il existe donc des mensonges éphémères, sans grande conséquence, qui nous épargnent des blessures, et évitent de faire du mal.

Ils se différencient de ceux définis par l'apologue de Jean-Pierre Claris de Florian : « Pour vivre heureux, vivons cachés ! ».



Se pose ensuite la question des conséquences du mensonge, de la confiance. Le menteur est souvent banni lorsque le mensonge est découvert., sans forcément essayer de comprendre le sens du mensonge. Le menteur est condamné avant un jugement raisonné de son acte. Comprendre ne veut pas dire excuser, pardonner, banaliser le mensonge... mais avant mieux comprendre l'autre, mieux cerner notre propre relation au mensonge et notre lien avec le menteur... c'est une ouverture sur soi et sur l'autre.

Débattre sur le mensonge est infini. Car qui détient la vérité ? La sincérité est-elle avant tout une histoire de cœur ou une affaire de mots ?

Le mensonge fut, est, et restera. Même si son usage courant nous renvoie à quelque culpabilité, cette culpabilité est le meilleur signe que nous sommes capables d'en projeter les conséquences.

Car, finalement, mentir demande de l'empathie : seule la perte d'émotions, de ressentis éprouvés en soi est le signe d'une perte de contrôle du mensonge.

Mentir nécessite d'être encore conscient de son inverse : la réalité.

Nous seuls pouvons rester cohérents dans notre usage du mensonge, dès lors que nous questionnons la « bonne » et saine utilisation du mensonge.

Vivre notre mensonge peut ainsi devenir un moment de sincérité avec soi, un moment de réflexion avec notre Moi profond. C'est ainsi que notre Moi est assuré de rester préservé, toujours en mutation, en devenir d'Être sincère.

Sans doute la seule sincérité à atteindre, c'est celle avec nous-mêmes. Ainsi, les relations avec l'autre resteront préservées, car le mensonge sera préférentiellement utilisé afin de garantir la paix.

En ce sens, oui, le mensonge peut nous rendre plus humain !

Comme l'écrivait Maxime Gorki, dans *Les Vagabonds*: « Parfois le mensonge exprime mieux que la vérité ce qui se passe dans l'âme. ».