

LE MENSONGE ET LA MAUVAISE FOI

L'auto-tromperie comme structure existentielle

I. La distinction inaugurale — Mentir à l'autre, se mentir à soi

Tous les mensonges que nous avons traversés jusqu'ici partageaient une structure commune : **un sujet qui sait**, et **un autre qui ne sait pas**. Le menteur protecteur connaît la vérité qu'il tait. Le menteur égoïste connaît l'intérêt qu'il dissimule. Le déformateur sait ce qu'il tord. La direction du mensonge est toujours la même : *de la conscience vers l'autre*.

La **mauvaise foi** (*Mauvaise Foi*) renverse cette direction avec une radicalité philosophique saisissante. Elle n'est pas un mensonge à l'autre — elle est un mensonge à *soi-même*. Et cette formulation ouvre immédiatement un abîme logique que Jean-Paul Sartre a exploré avec une profondeur que peu de philosophes ont atteinte : **comment est-il possible de se mentir à soi-même ?**

Car pour mentir, il faut savoir la vérité. Et si l'on sait la vérité, comment peut-on simultanément l'ignorer ? La mauvaise foi semble être une **impossibilité logique** — et pourtant, elle est la réalité psychique la plus quotidienne, la plus universelle, la plus humaine qui soit.

II. Sartre — La structure de la mauvaise foi

L'Être et le Néant (1943) contient l'analyse la plus rigoureuse jamais produite sur la mauvaise foi. Sartre part d'une anthropologie radicale : l'être humain est fondamentalement **liberté**. Il est *pour-soi* — une conscience qui se projette vers ses possibilités, qui n'est jamais coïncidente avec ce qu'elle est, qui se définit par ce qu'elle *fait* de ce qu'on a fait d'elle.

Mais cette liberté est **insupportable**. Elle signifie une responsabilité totale, un vertige permanent, l'absence de tout fondement extérieur qui me dirait *qui je suis* et *quoi faire*. L'angoisse de la liberté est la tonalité fondamentale de l'existence humaine authentique.

La mauvaise foi est précisément la **fuite devant cette angoisse**. Elle opère selon deux mouvements contraires mais également mensongers :

Le premier consiste à **se nier comme liberté** en se réduisant à une chose — un *en-soi* figé. "*Je suis comme ça, je ne peux pas changer*", "*C'est mon caractère*", "*Je suis un lâche*". On se traite comme si l'on était une chose déterminée, sans transcendance possible. On se réfugie dans la *facticité* — les données de fait de son existence — en niant que la liberté puisse les dépasser.

Le second consiste à **se nier comme facticité** en se prétendant pure liberté — pure transcendance sans ancrage. "*Je ne suis pas défini par mes actes passés*", "*Je peux tout recommencer*", refus de tout engagement, de toute identité assumée. On nie que ses actes, ses situations, ses relations constituent quelque chose de réel.

La mauvaise foi oscille entre ces deux pôles — et Sartre insiste : **la condition humaine est irréductiblement ambiguë**. Nous sommes à la fois facticité et transcendance, déterminés et libres, situés et transcendants. La bonne foi consisterait à tenir cette tension sans la résoudre au profit d'un seul des termes.

III. Les exemples sartriens — La chair du concept

Sartre illustre la mauvaise foi par des exemples devenus célèbres dans l'histoire de la philosophie.

Le garçon de café joue à être garçon de café. Il n'est pas seulement *en train de servir* — il *performe* l'essence du garçon de café : les gestes légèrement trop précis, la voix légèrement trop déférente, la démarche légèrement trop empressée. Il se *chosifie* dans son rôle, traite sa liberté comme si elle était entièrement absorbée par sa fonction. Sa mauvaise foi consiste à croire — ou à vouloir croire — qu'il *est* garçon de café comme l'encrier *est* encrier. Mais lui, contrairement à l'encrier, *choisit* d'être ce qu'il est à chaque instant — et nie ce choix en le faisant.

La femme en rendez-vous illustre le mouvement inverse. Son compagnon lui prend la main. Elle sait ce que cela signifie — la question de son consentement est posée, la situation a une gravité. Mais elle laisse sa main dans la sienne comme une *chose* — ni consentie ni refusée, *abandonnée* là, tandis que sa conversation monte vers les hauteurs intellectuelles. Elle dissocie délibérément son corps de sa conscience, traite sa main comme si elle n'était pas elle. Elle nie sa facticité — son corps, sa situation, ce qui se passe réellement — en prétendant n'être que pure intellectualité flottante.

Ces deux exemples montrent la même structure : **quelqu'un qui sait et qui nie ce qu'il sait**, simultanément, dans le même acte de conscience.

IV. Le paradoxe logique — Comment est-ce possible ?

Sartre pose le problème avec une netteté philosophique implacable. Dans le mensonge ordinaire, la dualité est extérieure : *je* sais, *l'autre* ignore. L'unité de ma conscience n'est pas divisée. Mais dans la mauvaise foi, comment la même conscience peut-elle être à la fois celle qui trompe et celle qui est trompée ?

"Si je suis en mauvaise foi, je dois connaître dans mon être la vérité que je me cache." Et pourtant, si je la connais, je ne peux pas me la cacher. La mauvaise foi semble se dévorer elle-même.

La solution de Sartre repose sur la structure de la conscience elle-même. La conscience n'est pas un bloc homogène — elle est **non-thétique** (pré-réflexive) et **thétique** (réflexive). La conscience pré-réflexive *accompagne* tous mes actes sans en faire l'objet d'une réflexion explicite — elle sait sans savoir qu'elle sait. C'est dans cet écart entre deux niveaux de la même conscience que la mauvaise foi peut s'installer : **je sais au niveau pré-réflexif ce que je nie au niveau réflexif**.

C'est précisément là que **Sartre rencontre Freud** — et s'en sépare avec fracas.

V. Sartre contre Freud — Le débat fondamental

Sartre consacre une critique serrée à la psychanalyse freudienne dans *L'Être et le Néant*. Son argument est d'une élégance philosophique redoutable : **l'inconscient freudien ne résout pas le problème de l'auto-tromperie — il le déplace.**

Car Freud postule un *censeur* qui sépare le conscient de l'inconscient — une instance qui *sait* ce que l'inconscient contient et décide de ne pas le laisser passer à la conscience. Mais cette instance de censure doit elle-même être consciente de ce qu'elle refoule — sinon comment saurait-elle quoi censurer ? On a donc simplement **déplacé le problème de l'auto-tromperie** : au lieu d'une conscience qui se ment à elle-même, on a maintenant un inconscient qui ment à la conscience — mais qui doit pour cela connaître ce qu'il cache.

Sartre préfère une solution moniste : pas de compartiments séparés, mais une **conscience unique structurée par sa propre temporalité** — qui peut être de mauvaise foi précisément parce qu'elle n'est jamais coïncidente avec elle-même, toujours en avant ou en arrière d'elle-même.

Paul Ricœur tente une synthèse dans *De l'Interprétation et Soi-même comme un autre* : il propose de lire Freud non comme une théorie des substances psychiques (le ça, le moi, le surmoi comme entités) mais comme une **herméneutique du désir** — une méthode d'interprétation qui débusque les significations cachées sous les significations apparentes. Freud et Sartre pointent tous deux vers la même réalité — la **non-transparence de la conscience à elle-même** — en usant de langages différents.

VI. Lecture jungienne — L'inauthenticité de la Persona

Jung n'emploie pas le terme de mauvaise foi — mais sa psychologie développe un concept qui lui correspond avec une précision remarquable : la **Persona dévoreuse**.

La Persona est le masque social nécessaire — sain quand il est relatif, pathologique quand il est total. L'individu qui *s'identifie* complètement à sa Persona — qui croit *être* le rôle qu'il joue, qui n'existe que dans le regard des autres, qui a perdu tout accès à son Soi authentique — vit dans une forme jungienne de mauvaise foi.

C'est le garçon de café sartrien traduit en termes jungiens : l'identification à la fonction sociale au détriment de la personne réelle. La différence terminologique ne cache pas une convergence profonde : **dans les deux cas, une instance psychique authentique est niée au profit d'une construction de surface.**

L'**Ombre** est ici le territoire de ce qui est exclu par la mauvaise foi jungienne. Tout ce que la Persona ne peut pas contenir — les doutes, les désirs, les peurs, les contradictions — est refoulé dans l'Ombre. Et la mauvaise foi consiste précisément à nier l'existence de cette Ombre, à prétendre être uniquement la lumière qu'on présente.

Le travail d'**individuation** est, dans ce cadre, exactement le travail de sortie de la mauvaise foi : reconnaître la Persona comme une construction et non comme une identité, intégrer l'Ombre plutôt que la nier, établir une relation consciente avec le Soi plutôt que de le subsumer sous le moi social.

Jung ajouterait une dimension que Sartre n'explore pas : la mauvaise foi peut être **induite par le collectif**. La *participation mystique* — ce phénomène par lequel l'individu est absorbé dans les valeurs, les croyances, les identités collectives sans en prendre conscience — est une forme de mauvaise foi *organisée socialement*. La pression à se conformer, à ne pas se distinguer, à être "*comme tout le monde*" — ce que Heidegger nommera *das Man* — produit une mauvaise foi *institutionnelle* dont l'individu n'est pas seul responsable.

VII. Heidegger — L'inauthenticité comme condition ordinaire

Heidegger n'utilise pas le mot mensonge, mais sa notion d'**inauthenticité** (*Uneigentlichkeit*) dans *Être et Temps* (1927) préfigure et complète la mauvaise foi sartrienne.

L'existence ordinaire est dominée par *das Man* — le *On* impersonnel : *on fait ainsi, on pense cela, on vit de cette façon*. Cette existence dans le *On* est une **fuite devant soi-même** — devant l'angoisse de la mort (*Sein-zum-Tode*), devant la responsabilité de son existence propre (*Eigentlichkeit*).

La **Verfallenheit** — la *déchéance* ou *falleness* — décrit ce mouvement par lequel le *Dasein* se perd dans le monde public, dans les bavardages (*Gerede*), les curiosités superficielles (*Neugier*) et l'ambiguïté (*Zweideutigkeit*). Ces trois phénomènes sont des formes d'auto-tromperie existentielle : on *parle* au lieu de *penser*, on *effleure* au lieu de *comprendre*, on *maintient l'ambiguïté* au lieu de *choisir*.

La **mort** joue ici un rôle que Sartre ne lui accorde pas de la même façon. Pour Heidegger, c'est l'anticipation de sa propre mort — la *Vorlaufen zum Tode* — qui arrache l'individu à l'inauthenticité du *On* et lui restitue son existence comme la sienne propre. Ce qui équivaut à dire : **c'est la conscience de la finitude qui rend la bonne foi possible**.

VIII. Simone de Beauvoir — La dimension éthique et sociale

Simone de Beauvoir, dans *Pour une morale de l'ambiguïté* (1947), prolonge et enrichit la notion sartrienne d'une dimension que Sartre lui-même n'avait qu'esquissée : **la dimension intersubjective et politique**.

Pour Beauvoir, la mauvaise foi n'est pas seulement une relation de soi à soi — elle est une **relation de soi à l'autre** qui implique des conséquences éthiques directes. L'*esprit de sérieux* — cette forme de mauvaise foi qui consiste à traiter les valeurs sociales comme des absolus donnés, à se soumettre à des rôles prédéfinis sans les choisir — est aussi une façon de nier la liberté des autres en niant la sienne.

Beauvoir identifie plusieurs **figures de la mauvaise foi** qui traversent les relations humaines. Le *sous-homme* qui fuit sa liberté dans l'obéissance totale. L'*aventurier* qui nie sa

responsabilité envers les autres en affirmant sa liberté sans limites. Le *nihiliste* qui nie toute valeur pour éviter l'angoisse du choix. Et surtout l'**opprimeur** — celui qui nie la liberté de l'autre pour maintenir la sienne propre, et nie simultanément qu'il le fait. La mauvaise foi de l'opprimeur est double : il nie sa propre liberté en prétendant que l'ordre social est naturel, et il nie la liberté de l'autre en prétendant qu'elle n'existe pas.

La **femme** — dans la société patriarcale que Beauvoir analyse — peut elle-même vivre dans une mauvaise foi *induite* : en intériorisant le regard masculin, en définissant son existence à travers le désir de l'homme, en refusant d'assumer sa liberté parce que cette assumption a été systématiquement sanctionnée. "*On ne naît pas femme, on le devient*" — et ce devenir peut être une mauvaise foi socialement construite.

IX. La mauvaise foi et le mensonge — Les zones de contact

À ce stade de notre analyse, nous pouvons cartographier avec précision les **zones de contact et de distinction** entre mensonge et mauvaise foi.

La **distinction structurelle** est claire : le mensonge ordinaire requiert deux consciences distinctes — le trompeur et le trompé. La mauvaise foi est une opération d'une seule conscience sur elle-même. Le menteur *sait* clairement ce qu'il cache ; la personne en mauvaise foi *sait-sans-savoir*, dans une semi-obscurité caractéristique.

Mais les **zones de glissement** sont nombreuses et cliniquement significatives. Le menteur chronique finit par perdre le fil de sa propre vérité — la frontière entre ce qu'il sait et ce qu'il a prétendu s'efface progressivement. Le mensonge répété assez longtemps *devient* mauvaise foi : on ne sait plus qu'on mentait. **La mauvaise foi est souvent la sédimentation d'un mensonge.**

Inversement, ce qu'on appelle *mensonge à soi-même* est souvent précisément de la mauvaise foi au sens sartrien : non pas une tromperie délibérée mais une **stratégie inconsciente de protection de sa liberté contre elle-même**. Quand quelqu'un dit "*je ne suis pas raciste, mais...*", quand quelqu'un affirme "*je ne l'aime plus, mais...*", quand quelqu'un prétend "*je pourrais partir si je voulais...*" — il n'est pas nécessairement en train de mentir au sens ordinaire. Il est en mauvaise foi : il sait et ne sait pas simultanément.

Le **mensonge pathologique**, que nous avons analysé précédemment, peut être lu comme une mauvaise foi *solidifiée* — une structure de conscience qui a définitivement perdu la capacité de distinguer ses propres fictions de la réalité, non par désir de tromper mais par **effondrement de l'accès à soi**.

X. La mauvaise foi collective — Quand les sociétés se mentent

La mauvaise foi n'est pas seulement un phénomène individuel. Elle a des expressions **collectives et historiques** d'une puissance considérable.

Hannah Arendt montre dans *Les Origines du Totalitarisme* et *Eichmann à Jérusalem* comment des individus ordinaires peuvent participer à des crimes extraordinaires *en bonne foi*

subjective — en se convainquant qu'ils font leur devoir, qu'ils obéissent à des ordres légitimes, que leur responsabilité personnelle est diluée dans la structure institutionnelle. C'est la **banalité du mal** comme forme de mauvaise foi collective : non pas des monstres qui savent qu'ils font le mal, mais des hommes ordinaires qui ont renoncé à penser leur propre responsabilité.

Les **mémoires nationales déformées** sont une autre forme de mauvaise foi collective. Une nation qui nie son histoire coloniale, un peuple qui minimise sa complicité dans des atrocités passées, une institution qui efface ses propres manquements — ces phénomènes suivent exactement la structure sartrienne : **on sait et on ne sait pas**, on a accès aux faits mais on organise leur invisibilité de façon systématique.

Pierre Bourdieu, dans *Le Sens Pratique*, décrit l'**illusio** — cette adhésion fondamentale et préreflexive au jeu social qui conduit les acteurs à traiter comme naturel et évident ce qui est en réalité construit et contingent. L'*illusio* est une mauvaise foi *incorporée* — non pas une croyance consciente mais une disposition du corps et du regard qui rend la remise en question du jeu simplement *impensable*. C'est la mauvaise foi avant toute conscience possible.

XI. Clinique de la mauvaise foi — Ce que le thérapeute rencontre

La mauvaise foi est l'une des réalités cliniques les plus constantes et les plus exigeantes. Elle se présente sous des formes variées, souvent déguisées.

Le patient qui dit "*je ne peux pas*" quand il voudrait dire "*je ne veux pas*" est en mauvaise foi sartrienne : il nie sa liberté en se présentant comme déterminé. Cette substitution est cliniquement cruciale — pas tant moralement que *stratégiquement* : tant que le patient croit sincèrement ne *pas pouvoir*, il ne peut pas commencer à *vouloir* ou *ne pas vouloir* vraiment. La **résistance** analytique est souvent précisément cette forme de mauvaise foi.

Le patient qui s'identifie totalement à son symptôme — "*je suis anxieux*", "*je suis dépressif*" — nie sa liberté de se rapporter différemment à ses états intérieurs. Jung verrait ici la possession par un complexe ; Sartre verrait la mauvaise foi de la facticité absolutisée.

L'**acting-out** peut parfois être interprété comme une rupture *malgré soi* de la mauvaise foi — la vérité refusée qui s'impose par l'acte quand le discours ne peut plus la contenir.

Le travail thérapeutique avec la mauvaise foi est particulièrement délicat. **Confronter trop directement** risque de produire une résistance — la personne en mauvaise foi ne peut pas entendre qu'elle l'est, précisément parce que la mauvaise foi protège quelque chose de vital. **Accompagner sans confronter** risque de consolider la structure défensive. La voie thérapeutique passe par la création d'un espace de **doute tolérable** — où la question "*est-ce que je ne pourrais pas aussi...*" peut commencer à être posée sans déclencher une anxiété insupportable.

XII. La sincérité comme mauvaise foi — Le paradoxe sartrien final

Sartre introduit une complication vertigineuse que peu de commentateurs ont suffisamment développée : **la sincérité elle-même peut être une forme de mauvaise foi.**

Quand je dis sincèrement "*je suis un lâche*" — qu'est-ce qui se passe exactement ? Je me pose *en-soi* — je me définis comme une chose déterminée, *lâche* comme le caillou est *rond*. Mais ce faisant, je me distance déjà de cette lâcheté — car c'est *moi* qui la reconnais, qui la nomme, qui me rapporte à elle comme à un objet. La *sincérité* de l'aveu recrée immédiatement la distance qu'elle prétend abolir. Je ne suis jamais simplement coïncident avec ma lâcheté.

La **sincérité totale** est donc aussi impossible que la mauvaise foi totale. Nous vivons dans un **espace intermédiaire** permanent — ni pleinement transparents à nous-mêmes, ni totalement opaques. Et c'est dans cet espace que se joue la vie morale et psychique réelle.

Simone de Beauvoir tire de là une conclusion éthique positive : ce que l'on peut viser n'est pas une impossible transparence à soi, mais une **assomption lucide de l'ambiguïté**. Non pas résoudre la tension entre liberté et facticité, mais la *vivre* — reconnaître qu'on est toujours les deux à la fois, agir à partir de cette reconnaissance plutôt que de fuir dans une simplification mensongère.

XIII. La bonne foi — L'horizon inaccessible et nécessaire

Y a-t-il une *bonne foi* possible ? Sartre lui-même est pessimiste : "*On ne peut pas fuir radicalement la mauvaise foi.*" Elle est une **tentation permanente** liée à la structure même de la conscience humaine — qui est toujours tentée de se solidifier, de fuir son propre vertige.

Mais Beauvoir et Ricœur ouvrent une voie plus nuancée. La bonne foi n'est pas un état mais une **direction** — un effort toujours recommencé de ne pas se mentir, de tenir l'ambiguïté plutôt que de la fuir, d'assumer sa liberté plutôt que de la nier ou de s'y perdre.

Ce que Jung appelait **individuation** — ce processus jamais achevé d'intégration progressive de soi — est peut-être la forme psychanalytique de ce mouvement. Non pas devenir totalement transparent à soi-même — impossible — mais continuer à élargir le cercle de ce qu'on peut reconnaître, de ce qu'on peut assumer, de ce qu'on peut tenir sans le déformer.

La bonne foi n'est pas la vérité totale — impossible. Elle est la **fidélité à la recherche de la vérité**, y compris et surtout là où cette recherche est la plus menaçante.

CITATIONS

"La mauvaise foi n'est pas possible si nous n'admettons pas que la réalité humaine est fondamentalement ambiguë — qu'elle n'est jamais ce qu'elle est." — Jean-Paul Sartre, *L'Être et le Néant*

"L'inauthenticité n'est pas une chute morale — c'est la condition ordinaire de l'existence. L'authenticité est l'exception, toujours conquise et toujours perdue." — Martin Heidegger, *Être et Temps*

"Vouloir être sincère est déjà une façon de vouloir être en soi ce qu'on est. Or être en soi ce qu'on est, c'est déjà fuir ce qu'on est." — Jean-Paul Sartre, L'Être et le Néant

*"Il ne s'agit pas d'atteindre la transparence à soi — il s'agit de ne jamais cesser de la chercher."
— Paul Ricœur, Soi-même comme un autre*