

Le Bon et le sain(t)

Claude Fishler

Partagé entre ce qui est bon pour le goût et bon pour le corps, le mangeur cherche des arbitrages. Pourtant, les commandements de la nouvelle morale alimentaire semblent moins infléchir ses pratiques que susciter sa culpabilité..

En cette fin de XX^e siècle, dans les pays dits nantis, de quoi, pauvres mangeurs, avons-nous peur ? De peu de choses, si ce n'est des pesticides dans nos légumes, des hormones dans nos viandes, des nitrates et des métaux lourds, des carences vitaminiques et des excès lipidiques, du sel et du sucre, des graisses saturées, du cholestérol dans nos artères, de la listeria dans le vacherin suisse ou le foie de porc en gelée, de la salmonelle dans le poulet et les œufs britanniques, des vaches folles, du four à micro-ondes et des colorants, du surgelé et du re-congelé, du cancer, de l'infarctus, de la constipation. Et surtout, par-dessus tout, de grossir.

Certes, les terrifiés véritables ne sont qu'une minorité phobique. Ceux qui n'ont pas franchement peur s'inquiètent cependant. En France comme dans les autres pays développés, on consomme une quantité croissante de littérature et de discours sur la diététique et l'alimentation. Ceux d'entre nous qui ne sont pas au régime

aujourd' hui l' ont été hier ou le seront demain. Nous dévorons dans la presse les articles qui nous content horreurs et erreurs alimentaires et nous picorons dans nos assiettes des aliments que nous soupçonnons d' obscures perversions. Nous entendons et répercutons avec inquiétude toutes sortes de mythes et de rumeurs alimentaires, qui traduisent l' anxiété taraudant sournoisement nos inconscients : les hamburgers qui seraient faits de vers de terre, le Coca-Cola qui rongerait comme de l' acide, les colorants soi-disant cancérigènes du tract de Villejuif, la poudre Space-Dust qui ferait exploser les enfants, les bonbons au LSD qui envahiraient les maternelles et la longue cohorte des aliments qui « donneraient » le cancer, l' infarctus ou cent autres maladies.

Ceux qui n' ont pas trop peur des aliments ont peur d' eux-mêmes. Les enquêtes d' opinion semblent en somme indiquer qu' une majorité croissante de Français adhère au propos de la chanson d' Alain Souchon : « On est foutus, on mange trop... » Ainsi en 1972, un sondage montrait que 50 % environ des Français pensaient manger trop ou mal ; ils étaient 63 % en 1989 (Sofres, 1972, 1989).

Or, rappelons ceci : nous mangeons en réalité aujourd' hui nettement *moins* de calories en moyenne (5 000 par jour et par tête en moyenne au début du siècle, autour de 2 000 aujourd' hui) (Toutain, 1971). Certes, les modes de vie modernes nécessitent une activité physique, donc des besoins énergétiques moindres : le solde calorique est excédentaire.

Même s' il est vrai que les principales causes de mortalité (maladies cardio-vasculaires, cancers) ont bien, ne serait-ce qu' en partie, un rapport avec l' alimentation, il n' en reste pas moins que l' espérance de vie a augmenté dans des proportions considérables. En agissant sur les pratiques alimentaires de certaines catégories de la population, on pourrait sans doute espérer l' améliorer encore, surtout chez les hommes (leur espérance de vie est, en France, inférieure d' environ huit ans à celle des femmes). Il serait cependant exagéré de présenter une image catastrophique de l' évolution actuelle des habitudes alimentaires. Il semble bien en effet que, contrairement à ce qui est parfois avancé, la peur ne soit pas nécessairement le commencement de la sagesse : les régimes aberrants, les craintes excessives, l' obsession de la minceur, les fluctuations erratiques de poids (« yoyo ») sont *aussi* des problèmes de santé publique.

Pour comprendre ce décalage entre le risque réel et la peur ou l'inquiétude ressenties, il faut comprendre comment s'organisent, se distribuent et évoluent les conceptions et les représentations des Français en matière d'alimentation et de santé. Nous disposons des données d'une enquête menée sur ce thème et qui permettent d'apporter certains éclaircissements¹.

L'arbitrage de la morale

Ce qui saute aux yeux, à la première analyse des propos tenus sur l'alimentation par les interviewés, c'est qu'il s'agit d'un discours à *forte teneur morale*. Les mangeurs peuvent parler de santé ou de gastronomie, de ce qui a changé dans les habitudes ou les produits, du goût de leurs enfants : dans presque tous les cas, leurs propos contiennent des jugements d'ordre moral, de la culpabilité ou de la dénégation, des références à une norme de conduite implicite.

Traditionnellement, cette norme était en grande partie définie par la religion. Ce caractère religieux ne subsiste guère que de manière résiduelle ou sous des formes laïcisées, comme le montre par exemple la survivance d'une consommation de poisson le vendredi.

Des interviewés se décrivant comme catholiques pratiquants rapportent avoir mangé de la viande le vendredi saint sans se sentir en faute, alors que le fait de manger trop de sucreries provoque bien, lui, une réelle culpabilité. Une pratique alimentaire, dans les interviews, n'est jamais justifiée par des raisons religieuses. C'est l'inverse qui est vrai : on tente souvent de rationaliser les prescriptions religieuses traditionnelles par des explications médicales :

(...) les gens mangeaient trop de viande. Justement, sur le plan diététique et nutritionnel, on s'est dit qu'au moins une fois par semaine on mangeait du poisson, ce qui est plus sain, et donc c'est resté.

1. Cette enquête a été réalisée avec l'aide de l'Observatoire CIDIL de l'Harmonie alimentaire. Elle a porté sur une vingtaine d'entretiens semi-directifs approfondis et trois *focus groups*. Certaines parties de ce texte ont déjà été publiées dans *Communications*, 56.

Ainsi, la morale alimentaire s'est en grande partie, sinon totalement, laïcisée et médicalisée. Mais pour s'être dégagée de la religion, elle n'en est pas moins restée une morale. Les rapports de ce qui est bon au goût et de ce qui est bon pour le corps sont toujours, dans les interviews, arbitrés par la morale : si le bon n'est pas toujours considéré comme sain, le sain est presque nécessairement *saint*. C'est en tout cas ce que l'on observe dans le discours des mangeurs contemporains, qui opposent constamment la santé au plaisir, la règle (médicale), à la transgression (gourmande), le goût à la substance, la nutrition à la sensation. Ils parlent de leur alimentation, même quand ils ne sont pas explicitement « au régime », en termes « d'écarts », « d'entorses », de « faute » plus ou moins « vénielle » ou de « petit péché », etc.

Cinq commandements

Cette morale alimentaire contemporaine, telle qu'elle se dégage des entretiens, peut être formulée sous forme d'un petit nombre de commandements. Tous les interviewés, bien entendu, n'énoncent pas l'ensemble des « commandements » mais la plupart prennent à leur compte un ou plusieurs d'entre eux. En outre, il n'existe que peu de divergences radicales, du moins en ce qui concerne les principes généraux. En d'autres termes, un consensus existe ou est en voie de formation parmi les Français. Mais on va le voir, il ne concerne en réalité qu'un noyau de principes généraux, formulés *in abstracto*, dont le contenu et le degré de réalité sont très variables. C'est ainsi que pour avoir une alimentation idéale (bonne, saine, sainte), l'individu doit remplir un certain nombre de devoirs :

- Un devoir d'équilibre et de variété : « manger de tout ». S'il ne faut rien supprimer de son alimentation, ce n'est pas tant, comme jadis, pour éviter le gaspillage ou bénir ce que la Providence met dans notre assiette ; c'est plutôt pour satisfaire à une sorte d'obligation de santé implicite envers soi-même et les siens.
- Un devoir d'attention et d'effort : « résister à la tentation de la facilité ». Il faut consacrer suffisamment de temps à l'alimentation, au choix, à l'achat, à la préparation et à la consommation des aliments et porter attention à la qualité des produits. Il faut

éviter la facilité de manger des allégés en grande quantité pour chercher plutôt à régler sa consommation d'aliments « vrais » et « complets ».

- Un devoir de maîtrise et de restriction. Il doit s'exercer à plusieurs niveaux :

- Garder le contrôle de ses sens et de soi-même devant certains aliments à la fois tentateurs et pernicious, en particulier gras et sucrés.

- Résister à la tentation de l'éparpillement, en particulier du « grignotage ».

- Inversement, éviter les rigueurs extrêmes : repas sautés, régimes excessifs, résister en somme à la tentation de l'orgueil.

- Un devoir de rationalité : « être raisonnable » à tous les sens du terme, par exemple en sachant exercer des choix éclairés. Il faut connaître les effets des aliments, éviter le désordre et l'irrationalité (là encore se méfier des régimes aberrants, des horaires anarchiques). Il faut apprendre à se construire une « solution » alimentaire personnalisée.

- Il y a même dans une certaine mesure un *devoir* de gratification : « ne pas oublier le plaisir ».

Certains de ces « commandements » font l'objet d'une quasi-unanimité (c'est le cas, par exemple, des principes d'équilibre et de variété). D'autres semblent plus discriminants. Mais dans la majorité des cas, ce dont les interviewés parlent le plus, c'est de la difficulté qu'ils éprouvent à appliquer les commandements qu'ils ont eux-mêmes énoncés.

« L'équilibre » n'est probablement guère qu'une manière de nommer le bien en matière alimentaire. Pour beaucoup des personnes interrogées, le consensus, en fin de compte, ne trouve pas une traduction suffisamment concrète pour qu'ils puissent se sentir soutenus, dirigés, sécurisés dans leurs choix alimentaires. Les principes directeurs autorisent une quasi-infinité d'interprétations contradictoires. Certains individus se sentent comme livrés à eux-mêmes dans cet espace de flou et en tirent un sentiment de malaise ou d'insécurité.

Un « complexe de culpabilité »

Beaucoup d'interviewés, en effet, éprouvent le sentiment que les commandements de la « morale de l'alimentation » ne sont pas vraiment, pas complètement ou même pas du tout appliqués. Cet écart par rapport à l'idéal se traduit notamment par l'emploi constant de la formule « il faudrait » et par le sentiment, fréquemment exprimé, d'un trop ou d'un mal-manger.

« Il faudrait » manger moins de certains aliments, en tout cas éviter d'en manger trop. C'est vrai pour le sucre et, fait relativement nouveau, c'est vrai pour la viande, surtout la viande rouge, dont on nous dit fréquemment que, tout compte fait, « il n'est pas indispensable » d'en manger deux fois par jour.

En revanche, « il faudrait » manger plus de certains autres aliments et plus particulièrement du poisson et des légumes verts. Le poisson garde pour les uns les connotations religieuses du maigre, c'est-à-dire de la privation et de la pénitence. Pour les autres, en revanche, il est déjà devenu un produit prestigieux, cher et même quelque peu intimidant. Mais dans les deux cas, il est paré de vertus sanitaires : le poisson est bien sain et saint en même temps.

Les légumes verts sont toujours mentionnés élogieusement, comme s'ils incarnaient un élément essentiel dans l'alimentation idéale. On ajoute fréquemment, très vite, qu'on n'en mange pas assez, « qu'il faudrait » en manger plus, surtout en faire manger plus aux adolescents.

Le discours du « il faudrait » peut être analysé comme une sorte de mauvaise conscience alimentaire, un sentiment de transgression, d'impuissance et d'anxiété. Cette mauvaise conscience, si elle touche une grande partie de l'échantillon, est vécue avec des degrés d'intensité très divers, qui parcourent toutes les gradations entre deux polarités extrêmes : humour et angoisse.

On pourrait dire qu'une proportion importante des interviewés subit le poids d'une sorte de « complexe alimentaire » où se mêlent inquiétude et culpabilité. Même si, dans toutes les études d'opinion, la réponse à la question « êtes-vous satisfait de votre alimentation » est en général majoritairement positive, l'analyse du discours montre l'existence d'une sorte de tiraillement, particulièrement net et généralisé chez les femmes mais présent aussi chez les hommes, surtout à partir de la quarantaine.

On pourrait même avancer l'hypothèse que, pour certains des interviewés, les principes généraux énoncés plus haut apparaissent dans une large mesure comme l'expression, positive, des insatisfactions, des malaises, des aspirations. En d'autres termes, en déclarant qu'il faut équilibrer son alimentation, ils ne feraient que regretter le peu d'équilibre qu'ils perçoivent dans la leur. En prônant le refus de la facilité, ils déplorent celle à laquelle ils s'en veulent de céder constamment.

Soi, les autres et le monde

Le « complexe alimentaire », à l'analyse, concentre un ensemble de malaises qui se manifestent sur trois plans principaux, indissolublement intriqués : le rapport à soi-même et à son propre corps ; le rapport aux proches et à autrui ; le rapport au monde.

Dans le domaine du rapport au corps, l'alimentation est vécue comme un conflit, une tentation, un tiraillement constant :

Moi, je suis entre deux : je suis très gourmande et j'aime beaucoup manger et en même temps je prends du poids. Alors je ne suis vraiment pas bien, je ne sais pas quoi faire, parce que je vais prendre des sucrettes pour éviter le sucre, par contre je vais manger de temps en temps des chocolats. Je suis tiraillée entre deux, c'est délicat...

À cause de ce tiraillement constant, les commandements de la bonne alimentation, quoique bien connus, ne sont pas toujours appliqués :

Je sais ce qu'il faut faire et ne pas faire, mais mes goûts vont vers ce qu'il ne faut pas faire, vous voyez ce que je veux dire...

Le « devoir d'attention et d'effort » (cf. supra) est très difficile à appliquer du fait des contraintes de la vie moderne mais aussi, précisément, de ses « facilités » :

Maintenant que j'ai tout, congélateur et tout, j'aurais tendance à la facilité et justement à acheter des hamburgers, des machins, plats préparés et tout ça.

Et puis par paresse, parfois il y a des jours où je ne fais pas à manger, quoi, je mange des choses faciles, des choses qui n'exigent pas de préparation, c'est pour ça que je ne suis pas entièrement satisfait.

L'équilibre et la maîtrise sont tout aussi problématiques. À travers des remarques sur l'usage des allégés et le malaise qui s'y associe parfois, on prend la mesure de ces difficultés :

Moi, j'ai essayé de manger des allégés mais ça ne fait rien, parce qu'en fait on a tendance à en manger plus. (...)

Ainsi certains mangeurs vivent quotidiennement avec la tentation et ils sont en état presque constant de péché contre eux-mêmes. Ce phénomène est *plus manifestement féminin*. Les entretiens et les réunions de groupe montrent en effet que l'enjeu de l'alimentation et de son contrôle est en partie différent pour les femmes et pour les hommes.

Masculin-féminin

Pour les femmes, l'enjeu est avant tout celui de la séduction. Ce qui se joue dans leur capacité à résister à la tentation alimentaire, c'est leur image. Tout se passe, en particulier chez les femmes travaillant à l'extérieur du foyer, célibataires ou non, comme si la tentation alimentaire constituait le principal obstacle à l'épanouissement amoureux qui, dans la logique de l'individualisme moderne, constitue l'accomplissement individuel ultime. La nourriture est bien devenue pour certains, dans la morale sécularisée de l'individualisme contemporain, l'enjeu crucial du péché, mais un péché qui est surtout commis contre soi-même.

Pour les mères, les enjeux alimentaires sont en outre d'une autre nature. Leur responsabilité nourricière est mise à l'épreuve moins par les maris que par les enfants. Elles prennent leur rôle très à cœur mais, de leur propre aveu, parviennent parfois difficilement à le tenir. Certaines semblent quelque peu dépassées devant les demandes contradictoires de leur famille :

Ils me font tourner en bourrique... On a du mal à manger tous ensemble. Chacun se débrouille et mange ce qu'il veut.

Autorité, souplesse, négociation, transaction : quel que soit le parti adopté en fin de compte, il est constant que l'alimentation familiale *ne va pas de soi*. Les opinions, les arguments, les désirs, les préférences s'affrontent. La nourriture quotidienne n'est pas, n'est

plus, précisément, l'application régulière et cyclique d'usages implicitement reconnus comme intangibles, que personne ne songerait à mettre en cause. En un mot, l'alimentation est bien *problématique*.

Si les femmes, lorsqu'elles parlent de leur rapport à l'alimentation, parlent de leur épanouissement (ou de leurs échecs) amoureux, les hommes, en particulier aux approches de la cinquantaine, laissent percer une angoisse de mort. Dans un *focus group* qui regroupait uniquement des hommes, une très nette dichotomie apparaissait entre les plus jeunes et les plus âgés. Les quinquagénaires exprimaient leur anxiété devant l'embonpoint et le risque morbide :

En principe, je fais un régime... J'ai un peu de cholestérol... Et puis tant pis, ça durera ce que ça durera... Je culpabilise quand je commence à prendre du poids... Ça gêne, on se sent trop lourd... On prend du cholestérol. Enfin, tout se détraque malheureusement.

Les moins de quarante ans, en revanche, manifestent une plus grande insouciance mais participent au regret général devant ce qu'ils voient comme le déclin de l'alimentation « traditionnelle » face à une nourriture « fonctionnelle », la perte « du plaisir de la table ».

Les hommes accordent une grande importance à ce plaisir de la table et ils en parlent d'une manière différente de celle des femmes. Presque tous, ils évoquent avec tendresse et chaleur les « petits plats » des repas traditionnels, des agapes conviviales et détendues, hors du temps contraint :

En fait on retrouve le plaisir de la table lorsqu'on arrive dans les campagnes, c'est des gens qui prennent le temps, c'est-à-dire qui s'assoient, (...) prennent le temps de préparer, on va nous mijoter une petite omelette, enfin un truc tout à fait élémentaire, on va avoir plaisir à la manger avec une petite salade, tout ça va avoir du goût, ça va être bon avec un petit verre de vin rouge très sympa et on va prendre le temps, on n'aura besoin ni de télévision, ni de bouquin, (...) on va prendre plaisir au côté convivial de la chose. Le plaisir, le plaisir du moment qui passe. (...)

Ces occasions commensales ne sont que rarement évoquées par les femmes, qui mentionnent plutôt leur relation privilégiée (ou

douloureusement tendue par la culpabilité) avec tel ou tel plat, tel aliment, fréquemment hors du contexte du repas :

En ce moment j' ai des doigts coupe-faim, des Cadbury ou des choses comme ça, alors quand on commence à manger ça... il ne faudrait pas commencer parce qu' on ne s' arrête pas !...

Les femmes de l' échantillon parlent volontiers en termes d' éléments isolés (plats, mets isolés, grignotage) ; les hommes évoquent fréquemment des repas structurés, des occasions de sociabilité alimentaire ritualisées, où le temps joue un grand rôle (« prendre son temps »). Les femmes laissent filtrer une angoisse de la *perte de contrôle de soi* ; les hommes une nostalgie de la sociabilité paisible, un regret de la *perte de contrôle du temps*.

Certains sujets, dans notre échantillon apparemment plus souvent des femmes, recourent à une subtile casuistique, dont elles ne sont d' ailleurs souvent pas dupes, pour « régler » ou atténuer les conflits qui les déchirent :

Ce que j' aime beaucoup et qui est gras, je ne peux pas m' en passer alors j' en mange. Et le reste que je n' aime pas trop, et je peux m' en passer, j' essaie de prendre écrémé.

On peut trouver dans notre échantillon des personnes dont le rapport à l' alimentation est apparemment sans problème, et même marqué d' une certaine euphorie. Tel homme âgé, par exemple, décrit avec une réelle allégresse les plaisirs, mieux : les bonheurs qu' il tire de la nourriture moyennant quelques précautions simples qu' il justifie moins en se référant à des principes médicaux qu' à son expérience individuelle. Le retour des légumes et des fruits au printemps, dans sa bouche, prend la tonalité véritablement joyeuse et poétique d' une renaissance saisonnière. Mais dans l' ensemble de l' échantillon, femmes et hommes laissent fréquemment percer une forme d' inquiétude ou de malaise alimentaire, même si c' est à des degrés et selon des tonalités affectives très variables.

Ce malaise résulte d' une part, on le voit, d' un sentiment d' aliénation, de la conscience d' une inadéquation entre l' idéal qu' ils forment et la réalité de leur pratique quotidienne. Il résulte d' autre part d' un vide, d' une zone d' indétermination entre les grands principes et leur traduction : ces commandements formulés, le man-

geur se retrouve désorienté devant la question du choix alimentaire. Il ne sait comment les traduire en comportement car ils ne sont guère autre chose que l'expérience de son malaise. Ils sont une question bien plus qu'une réponse.

Archaïsme et modernité

La dimension fondamentalement morale du discours de nos contemporains sur l'alimentation n'est pas une nouveauté. Avec la vulgarisation des idées freudiennes et plus nettement encore depuis l'entrée dans les mœurs de la pilule anticonceptionnelle, la sexualité a été en grande partie déculpabilisée. Il a fallu la tragique émergence du sida pour réveiller certaines craintes archaïques de châtiment divin. Mais l'alimentation, l'histoire nous en fournit la preuve, n'a jamais cessé d'être particulièrement sujette à des « biais » idéologiques, à des jugements moraux : c'est ce que nous montre par exemple la succession des idées médicales et profanes sur le sucre hier ou, aujourd'hui, la viande, les bonnes fibres ou les vilaines graisses, pour ne pas parler de l'ignoble cholestérol.

Si la nourriture inspire souvent des discours moralisateurs, c'est pour des raisons à la fois archaïques et modernes, qui tiennent à l'identité spécifique du mangeur et aux développements les plus contemporains du rapport à l'alimentation.

Depuis des temps immémoriaux, la nourriture fait l'objet de tabous et de projections, de jugements de valeur et de normes sociales. Cela tient sans doute notamment à ce que, dans toutes les sociétés du monde, les hommes partagent une croyance que l'on peut appeler « le principe d'incorporation ». En incorporant un aliment, nous pensons, consciemment ou non, incorporer les vertus réelles mais aussi imaginaires de cet aliment. En mangeant une orange du Maroc, j'absorbe du soleil et de la chaleur de l'Afrique du Nord. Mais il y a bien plus : dans certaines sociétés traditionnelles, les guerriers évitent de manger du lièvre de peur de devenir couards comme le lièvre, les femmes enceintes de manger du porc de crainte d'avoir des enfants très laids. Il y a en somme contamination symbolique du mangeur par la nourriture.

Ces croyances ne sont pas le monopole des peuples dits primitifs. Nous pensons tous plus ou moins, sans nécessairement nous

en rendre compte, qu' on « est ce qu' on mange ». Le rêve de l' homme a toujours été de maîtriser ce qu' il était en maîtrisant ce qu' il absorbait. Déjà Hippocrate écrivait : « de tes aliments tu feras une médecine ». Si l' on est ce que l' on mange, il est « logique » de penser que l' on peut devenir ce que l' on souhaite en mangeant ce qu' il faut pour cela. C' est pourquoi l' alimentation est au cœur des religions, de la morale et aussi au centre des pratiques et des représentations sanitaires.

D' autre part, l' alimentation relève du don, de l' échange et du partage. La proie chassée doit être partagée, comme l' animal sacrifié. Le partage de la nourriture est l' un des éléments centraux de l' organisation sociale, dès les origines de l' humanité. Quiconque enfreint ces règles se met donc en quelque sorte en marge du groupe. Manger plus que sa part (l' accusation qui pèse sur l' obèse) est une transgression grave de la sociabilité. Mais à l' autre extrême, jeûner est un acte de marginalisation ou de protestation, comme le montre l' utilisation de la grève de la faim. Et transgresser toutes ces règles sociales qui entourent et encadrent l' alimentation amène nécessairement des jugements de valeur, des jugements moraux.

À ceci s' ajoutent des facteurs proprement modernes. Dans l' Occident bien nourri, le problème alimentaire, pour la majorité de la population, est devenu davantage qualitatif que quantitatif : il s' agit d' effectuer des choix aussi « rationnels » que possible. Or, nous nous trouvons immergés dans une véritable cacophonie diététique, un concert dissonant de conseils et d' interdits, de prescriptions et de mises en garde contradictoires et nous ne disposons pas de critères uniformes, univoques et consensuels, pour effectuer nos choix alimentaires quotidiens de manière sereine. En matière alimentaire comme dans d' autres domaines, nous avons parfois la sensation de ne plus obéir à la règle sociale, parce que nous ne savons plus quelle est la règle. Dans cette cacophonie, le seul élément qui surnage, c' est la culpabilité, une culpabilité floue, imprécise, fantomatique, anxieuse.

L' opposition morale traditionnellement maintenue entre le gastronomique et le diététique, le goût et les besoins, le superflu et le nécessaire contribue aujourd' hui à accroître la dramatisation des

discours nutritionnels et, par voie de conséquence, le sentiment d'aliénation, de perte de contrôle que manifestent tant d'interviewé(e)s. Les grands cuisiniers se préoccupent de plus en plus de nutrition, tendant ainsi à réconcilier les conceptions du bon et du sain : cette réconciliation correspond à une aspiration profonde et peut-être irréversible. En d'autres termes, il faut probablement substituer aux discours imperméables et antagonistes de la nutrition et de la gastronomie, du goût et de la santé, un discours de l'aliment un et harmonieux, un discours qui tend à rendre au goût sa fonction de guide de vie fiable et à la nutrition sa place réelle, dédramatisée, positivée.

Références

- Claude Fischler, *L'Homnivore*, Paris, Odile Jacob, 1990.
James George Frazer, *Le Rameau d'Or*, Paris, Robert Laffont, 1981, (traduction de *The Golden Bough*, Londres, 1911).
SOFRES, « Quand les Français se mettent à table... », *Le Nouveau Guide Gault-Millau*, 34 : 22-29, 1972.
SOFRES, « Les Français face à leur assiette », *Le Figaro*, 3 août : 7, 1989.
Jean-Claude Toutain, « La consommation alimentaire en France de 1789 à 1964 », *Economies et sociétés - Cahiers ISEA*, 5 : 1909-2049, 1971.

Claude Fischler

