

## Des goûts et dégoûts

*Paul Rozin*

---

*Pourquoi éprouve-t-on de l'aversion pour certains aliments ? Répondre à cette question, c'est aussi comprendre comment se constituent les territoires de l'appartenance et de l'altérité, culturelles autant que culinaires.*

Pour les êtres humains, la nourriture est à la fois la seule source de nutriments et un fréquent vecteur de toxines et de micro-organismes toxiques, une source de plaisir ou, le cas échéant, de peur et de dégoût, le fondement d'expériences esthétiques, et, enfin, un support privilégié de la vie en société et des conduites de distinction sociale. En outre, dans certaines cultures, comme chez les Hindous, elle est aussi une substance morale. Ces fonctions et valeurs multiples se conjuguent pour faire de l'alimentation un élément essentiel de la vie humaine, qui renvoie à des valeurs à la fois très positives et très négatives.

C'est la raison pour laquelle les hommes ont souvent une attitude ambivalente à l'égard de la nourriture : en mettant quelque chose dans sa bouche et en l'avalant, on l'absorbe, on l'intègre à soi. Il est généralement reconnu que l'on adopte certaines propriétés de ce que l'on ingurgite (*You are what you eat*, Nemeroff & Rozin, 1989<sup>1</sup>). Les propriétés nutritionnelles, organoleptiques et sociales positives de certains aliments peuvent, dans des conditions

---

1. Sur ce thème, voir *Manger Magique*, Autrement, série Mutations/Mangeurs, n° 149, novembre 1994 (NDLR). Toutes les références bibliographiques sont développées p. 175 et *sq.* du présent ouvrage.

données, améliorer notre santé et notre nature, de même que des propriétés négatives peuvent faire exactement l'inverse. D'une façon générale, on aime certains aliments, on en déteste d'autres, et l'on est rarement neutre vis-à-vis de ce que l'on ingurgite. Les gens, souvent, adorent leurs aliments habituels et détestent la nourriture des autres... peut-être aussi croient-ils qu'elle est dangereuse et dégradante. La familiarité à l'égard d'un aliment semble un facteur déterminant dans le fait qu'on l'apprécie ou non, et les aliments étranges ou inconnus sont toujours considérés avec suspicion car on ne sait pas quoi en attendre du point de vue du goût et des conséquences physiques et sociales de leur ingestion.

Pour toutes ces raisons, il n'est peut-être pas étonnant que l'une des récriminations les plus courantes qu'expriment les parents d'enfants américains d'âge préscolaire est que ces enfants mangent des aliments très peu variés (Bakwin & Bakwin, 1972). Cette réduction de la variété, accompagnée d'une méfiance vis-à-vis des autres aliments, va souvent de pair avec le grand plaisir qu'ils éprouvent à consommer leurs aliments favoris ; cette attitude n'est généralement pas liée à la maigreur ou à l'anorexie. Un phénomène comparable peut être observé chez certains adultes américains (Rozin, 1989), et se produit fréquemment lorsque les gens vont à l'étranger. Bien que l'on ne dispose pas de données à ce sujet, je suis sûr que de nombreux Américains voyageant en Asie ou au Moyen-Orient ne mangent que de la nourriture américaine et/ou internationale dans les restaurants des bons hôtels. Ils redoutent la cuisine étrangère qui les déstabilise. Les enseignes rouges des MacDonal'd's sont ainsi les bienvenues parce que, incarnant une forme de sécurité, elles sont rassurantes.

Je tenterai ici d'analyser et de classer les réactions humaines envers la nourriture, en m'attachant tout particulièrement à décrire ce que sont, en matière de cuisine, le rejet de la nourriture et le dégoût.

### *La nature du rejet*

---

Sur la base d'un questionnaire et de résultats d'entretiens conduits principalement auprès d'Américains, April Fallon et moi-

même avons élaboré une taxinomie des aliments acceptables pour les êtres humains. Cette taxinomie est établie en fonction de variables psychologiques, contrairement aux classements traditionnels fondés sur le contenu physique des aliments (voir Rozin & Fallon, 1980 ; Fallon & Rozin, 1983 ; et Rozin & Fallon, 1987, pour un résumé de ces études).

Les catégories psychologiques du rejet valent, estimons-nous, pour toutes les cultures, même si les aliments constitutifs de chaque catégorie peuvent varier d'une culture à l'autre. Nous pensons qu'il existe trois types de motivations en fonction desquelles on accepte ou l'on rejette tel ou tel aliment. Le premier est d'ordre sensoriel-affectif : l'acceptation ou le rejet fondé sur les propriétés sensorielles de la nourriture (goût, odeur, consistance et apparence). La seconde porte sur les conséquences anticipées de ce que nous croyons être le résultat de l'ingestion, et s'articule essentiellement sur les effets physiques : nutritifs ou toxiques. Une troisième motivation, propre à l'être humain, est liée à ce que nous connaissons des origines de l'aliment en question. Ces trois motivations, conjuguées de diverses façons, donnent naissance à ce que nous pensons être les quatre catégories psychologiques du rejet de la nourriture.

L'aversion concerne des aliments rejetés avant tout du fait de leurs propriétés sensorielles négatives. On considère généralement que ce sont des aliments inoffensifs ou bénéfiques, acceptables sur le plan de leur nature ou de leur origine. Beaucoup de gens rejettent les mets trop épicés ou trop amers, et le font sur la base de l'aversion. La plupart des aliments qui entrent dans la catégorie de l'aversion sont des aliments acceptables dans une culture donnée, mais que certains individus appartenant à cette culture n'aiment pas : par exemple, dans la cuisine occidentale, les salsifis, les choux de Bruxelles ou l'huile de foie de morue. Tous ces aliments sont acceptables, mais certaines personnes n'apprécient pas leurs propriétés organoleptiques.

Les aliments dangereux sont rejetés avant tout parce que l'on craint les conséquences de leur ingestion, et en particulier les effets toxiques de telle ou telle substance contenue dans l'aliment incriminé. Cela peut concerner des nourritures nocives pour l'homme en général, comme certains champignons vénéneux, ou pour certains sujets allergiques, par exemple à l'ananas. En outre, les gens

qui suivent un régime amaigrissant considèrent souvent comme dangereux les aliments très caloriques tels que les pâtisseries, et les rejettent en tant que tels.

Les substances incongrues font, elles, l'objet d'un rejet idéal, c'est-à-dire qu'elles ne sont tout simplement pas considérées comme de la nourriture. Le sable, l'écorce, la plupart des feuilles et le plastique en sont des exemples courants. Ces substances peuvent très bien n'avoir aucune propriété sensorielle indésirable et n'être pas dangereuses pour la santé, mais elles n'entrent tout simplement pas dans la catégorie des aliments.

Il existe une dernière catégorie de rejet, c'est le dégoût. Les substances dégoûtantes sont rejetées surtout pour des raisons idéelles, du fait de leur nature ou de leur origine. Toutefois, contrairement aux substances incongrues, les substances dégoûtantes sont perçues comme étant mauvaises au goût (même s'il est rare qu'on les goûte effectivement), et souvent dangereuses. Ce qui est incongru reste inoffensif, alors que ce qui est dégoûtant est perçu comme nocif. Les produits du corps, les animaux bizarres, les aliments putréfiés appartiennent à la catégorie des substances dégoûtantes dans la plupart des cultures. Remarquons toutefois que, bien que les substances dégoûtantes soient souvent perçues comme mauvaises au goût et dangereuses, leur propriété principale reste leur agressivité idéale. Les vers de terre frits sont sans doute très nourrissants, et auraient peut-être « bon goût » si on les dégustait sans savoir ce que l'on mange, mais le simple fait de le savoir les rend immédiatement immangeables.

Bien entendu, dans toutes les cultures, de nombreux aliments appartiennent à plusieurs catégories à la fois, mais il n'en reste pas moins que nombreux sont ceux qui entrent dans une seule catégorie ; notre taxinomie permet, même dans les cas hybrides, de mettre en lumière les composantes psychologiques de la nourriture.

On peut distinguer l'aversion du dégoût et du sentiment de danger en posant la question de savoir si la présence de telle ou telle substance dans l'estomac, c'est-à-dire sans passer par la bouche et le sens du goût, est considérée comme acceptable. Les substances dangereuses et dégoûtantes sont, bien sûr, totalement indésirables à l'intérieur du corps, alors que ce qui a simplement mauvais goût peut être acceptable pourvu que l'on puisse faire l'économie

de ses propriétés organoleptiques. En outre, si nous sommes généralement réticents à l'idée de consommer un aliment attrayant dès lors que l'on sait qu'il contient une substance dangereuse ou dégoûtante, fût-ce en quantité infime et indiscernable au goût, nous ne sommes pas rebutés si la substance en question est simplement désagréable au goût, si on ne la sent pas.

La distinction fondamentale entre la répulsion et le danger est liée à la nature de l'atteinte. Schématiquement, on peut dire que le danger correspond à une atteinte potentielle du corps (par des toxines ou des micro-organismes pathogènes), alors que le dégoût correspond à une atteinte potentielle de soi, de l'âme.

### *La nature du dégoût*

---

Le dégoût vis-à-vis des aliments est une réaction particulièrement intéressante à étudier pour plusieurs raisons. Il semble être la réaction la plus forte que l'on puisse éprouver à l'égard de la nourriture, et être limité à l'espèce humaine. La répulsion, ou dégoût, est considérée depuis longtemps comme l'une des quelques émotions de base (Darwin, 1872 ; Ekman, 1971) et intervient donc dans de nombreux domaines autres que l'alimentation. Enfin, comme nous allons le voir, le dégoût s'inscrit dans le cadre des échanges interpersonnels car il concerne les réactions envers la nourriture des autres.

Les ouvrages classiques sur le dégoût sont l'œuvre de Darwin et d'Angyal (1941). Ces deux savants le considèrent d'emblée comme une émotion liée à la nourriture.

Nous décrivons le dégoût à partir d'une définition donnée par Angyal, comme « la répulsion à l'idée de l'incorporation (buccale) d'un objet agressif. Cet objet a des propriétés contaminantes ; s'il touche un aliment par ailleurs acceptable, il rend ce dernier inacceptable ». La base idéale de ce pouvoir d'agression lie le dégoût, tel qu'il est décrit dans cette définition, au dégoût comme catégorie de rejet de la nourriture.

Le dégoût a selon nous pour origine une catégorie de rejet de la nourriture qui apparaît chez l'homme entre cinq et huit ans. Il est précédé par l'apparition des catégories de danger et d'aversion, et peut dériver de ces deux dernières (Rozin, 1990c).

Angyal suggère d'emblée que le dégoût a pour objet central les excréments et autres produits du corps. Il soutient également, à notre avis à juste titre, que presque tous les objets de dégoût, quelle que soit la culture, ont une origine animale. Nous avons suggéré que la catégorie du dégoût porte foncièrement sur tous les aliments d'origine animale (Rozin & Fallon, 1987). Les êtres humains sont perturbés et éprouvent un sentiment d'ambivalence devant l'ingestion de produits animaux, peut-être parce que, en vertu du principe « on est ce que l'on mange », ils ne souhaitent pas assimiler des propriétés animales. Le fait est que l'un des thèmes principaux de l'ethnographie de nombreuses cultures est précisément la distinction entre les humains et les animaux, laquelle est mise en relief et établie le plus radicalement possible.

À cet égard, l'acte agressif qu'est l'ingestion d'animaux est compensé, en un sens, par l'attrait sensoriel et la grande valeur nutritive de la nourriture animale. La viande est à la fois l'aliment le plus apprécié et le plus tabou, dans toutes les cultures. La plupart des sociétés font des exceptions à la règle qui lie le dégoût à la viande, et valorisent fortement une gamme très restreinte de nourritures animales. Ces aliments, toutefois, sont souvent préparés de façon à masquer leur origine. Même les sociétés où l'on consomme beaucoup de viande, comme en Europe du Nord, ne considèrent comme comestible que la chair d'une très petite minorité de toutes les espèces animales possibles (quelques mammifères, à l'exclusion, en général, des deux grandes familles que constituent les chiroptères et les rongeurs). Et de nombreuses parties des animaux, telles que les yeux, sont souvent considérées comme répugnantes. En règle générale, les animaux soit très proches de l'homme, soit très éloignés, sont considérés comme dégoûtants, de même que les animaux qui se nourrissent de matières en putréfaction ou les animaux carnivores. La putréfaction et l'odeur de la putréfaction comptent parmi les premiers facteurs de dégoût. Les produits animaux sont beaucoup plus enclins à la putréfaction que les végétaux.

La contamination est un facteur de dégoût particulièrement intéressant et important. Avec elle, en effet, le dégoût dépasse le cadre d'une seule substance et s'étend à des objets qui ont été en contact avec des substances dégoûtantes. Ainsi, des aliments entrés en contact avec des vers ou des insectes ou bien, comme nous allons le voir, avec des personnes « indésirables » deviennent à leur tour

dégoûtants. Le principe de la contamination se conjugue avec l'idée que l'« on est ce que l'on mange » (Rozin, 1990b) pour élargir considérablement le champ du dégoût.

La contamination est un exemple de ce que Tylor (1879-1974), Frazer (1890-1959) et Mauss (1902-1972) ont décrit comme les lois de la magie sympathique. La loi de la contagion, qui comprend la contamination, postule qu'« un seul contact équivaut à un contact permanent » (voir Tambiah, 1990 ; Rozin & Nemeroff, 1990, pour des détails et des commentaires plus contemporains de ces lois). Ainsi, si un cafard a touché de la purée de pommes de terre, la purée se trouve « cafardisée ». Selon la loi de la contagion, un contact, si bref soit-il, avec une entité dégoûtante rend l'objet touché dégoûtant pour toujours. Ce concept de contagion ou de contamination, dans le contexte des objets décrits ici, nous renvoie au concept de pollution décrit par Mary Douglas (1966) et à sa thèse selon laquelle l'idée sous-jacente de « matière intempestive » (« *matter out of place* ») est fondamentale dans le concept de pollution.

Les facteurs de dégoût, tels qu'ils apparaissent dans un certain nombre de cultures différentes, incluent bien des éléments qui dépassent le cadre des aliments d'origine animale. Les plus courants renvoient à notre origine animale (et aux propriétés que nous partageons avec les animaux, dont le fait de manger, d'excréter, d'avoir un corps intérieurement baigné de sang, et de mourir), à certaines catégories d'autres humains - indésirables ou étranges -, et à certains types d'atteintes à la morale - violences à l'encontre des enfants, par exemple (Rozin, Haidt & McCauley, 1993 ; Haidt, McCauley & Rozin, 1994). Le dégoût interpersonnel (vis-à-vis d'une autre personne) peut se manifester comme une réaction de répugnance à l'idée de porter le vêtement ou de partager la nourriture de l'autre indésirable, le cas échéant de l'étranger. Nous observons, par exemple, que de nombreux Américains évitent de porter des vêtements usagés parce qu'ils ressentent la présence d'un inconnu « dans » ces derniers (Rozin, Marwith & McCauley, 1994).

### *Préparer, toucher, partager*

---

L'approvisionnement et la préparation de la nourriture entraînent un contact entre les hommes et les aliments. Si les personnes

intervenant dans ce processus sont étrangères ou indésirables (à savoir d' une classe sociale inférieure, moralement douteuses ou, simplement, peu avenantes), les aliments avec lesquels elles sont en contact deviennent contaminés et, par conséquent, dégoûtants et inacceptables. Chez les Huas de Papouasie-Nouvelle-Guinée (Meigs, 1984), les « essences » des personnes présentes dans les aliments, provenant du contact au cours de la pêche ou de la chasse et de la préparation, ont une grande influence sur ceux qui les absorbent. Si quelqu' un entretient une relation positive avec le consommateur, par exemple s' il s' agit d' un membre de sa famille, l' ingestion de la nourriture sera bénéfique ; si, au contraire, le même aliment a été touché par une personne négative, cela sera néfaste pour le mangeur. En outre, les Huas croient que la féminité se transmet par la nourriture lorsque celle-ci passe entre les mains de femmes fertiles ; pour cette raison, les aliments entrés en contact avec une femme sont interdits aux adolescents, dont le développement serait entravé par cette « essence » féminine. On voit donc que le monde de la nourriture est pour les Huas dangereux, et chargé d' essences potentiellement néfastes.

L' exemple des Hindous, qui concerne plus d' un demi-million de personnes, est encore plus révélateur de ce phénomène de contagion interpersonnelle entraînant le dégoût. La nourriture en Inde a été décrite comme une substance « biomorale » (Appadurai, 1981). En vertu du principe de contagion interpersonnelle, les transactions alimentaires constituent l' une des principales manifestations de la structure de caste de la société hindoue et l' un des grands facteurs de son maintien en place (Marriott, 1968). La nourriture touchée et, plus encore, préparée par des personnes de caste inférieure est polluée, et ne doit pas être consommée. Le fait que la source de cette aversion est bien le dégoût et non le danger ressort clairement lorsque l' on sait que ce n' est pas tant le contact avec un aliment cru qui rend ce dernier inacceptable, que sa préparation et sa cuisson par une personne de statut inférieur. La nourriture cuisinée, en effet, si elle résulte d' un contact « interpersonnel » plus prononcé, risque beaucoup moins d' être contaminée par un agent toxique. Les distinctions établies par les Hindous en ce qui concerne le potentiel de pollution (contamination) des aliments et de leurs récipients, qui intègrent toutes l' idée que les princi-

paux agents de pollution sont d'autres êtres humains, témoignent du rôle central que joue le dégoût interpersonnel en Inde, et de ses rapports étroits avec la nourriture et la cuisine.

Il convient d'observer une autre dimension importante à la fois de la contagion et du dégoût, à savoir qu'ils forment une tendance négative : le dégoût n'a pas de contraire clair et généralisé. Il arrive que l'on éprouve un goût marqué pour un aliment pour des raisons idéelles, mais il s'agit d'un phénomène beaucoup moins puissant et moins répandu que la contamination négative. S'il est important de partager un repas avec sa famille et ses amis pour établir ou confirmer la cohésion (en Inde et ailleurs), ce sentiment positif est souvent mitigé par la perspective de partager la nourriture d'un ennemi, ou d'une personne de caste inférieure.

La cuisine des autres pays incarne également cette nourriture concoctée et manipulée par d'autres. La familiarité, c'est nous, et la nouveauté, c'est « eux ». Le rejet fréquent de la cuisine étrangère est sans doute le résultat à la fois de la crainte (danger) devant la composition d'aliments inconnus, de la répulsion (dégoût) envers la nature de ces aliments, et du fait qu'ils ont été préparés par un « autre » pour le moins étrange et inconnu et lui sont associés. Souvent, en vertu de cette étrangeté, cet autre, différent de « nous », peut prendre des propriétés négatives et les transmettre à la nourriture. Si, déjà, un bon nombre d'Américains se refusent à porter le pull-over d'un inconnu, fût-il parfaitement nettoyé, que dire alors de la nourriture d'un étranger ?

Le sentiment de confort et de satisfaction associé à sa nourriture familière est extrêmement important. Il s'illustre dans ce que l'on appelle le conservatisme culinaire. Les groupes d'immigrés, même après de nombreuses générations, tendent à consommer et à préférer encore la cuisine de leur pays d'origine, alors même que la plupart des autres aspects de leur culture se sont estompés. Même lorsque la cuisine de leur pays d'accueil est acceptée dans la vie de tous les jours, dans certains cas, comme cela a été démontré avec des Américains d'origine italienne, la cuisine d'adoption et la cuisine d'origine ne sont pas consommées au cours d'un même repas, et le repas principal, à savoir le déjeuner du dimanche, est consacré à la cuisine de « là-bas » (Goode, Curtis & Theophano, 1984).

E. Rozin (1982) a observé que la plupart des gastronomies du monde ont un ensemble d'arômes caractéristiques (principes des arômes) qui accompagnent la plupart des mets. Par exemple, la sauce de soja, le gingembre et l'alcool de riz dans la cuisine chinoise (auxquels s'ajoutent des épices régionales), ou le piment rouge, le citron vert et la tomate pour les plats mexicains. On a émis l'hypothèse que ces principes d'arômes auraient pour but, entre autres, de donner une signature commune aux mets d'une culture donnée, un signe d'appartenance indiquant ce qui est « à soi » (Rozin & Rozin, 1981).

J'ai tenté, dans cet article, d'évoquer l'importance des idées de familiarité, de danger, de dégoût et de contamination pour l'acceptation et la compréhension de la cuisine des autres. Certes, nous sommes convaincus que ces facteurs façonnent nos réactions vis-à-vis de la nourriture, mais il n'en reste pas moins que d'autres forces, parfois contraires, sont à l'œuvre. Par exemple, certaines personnes, en particulier dans les milieux cultivés des sociétés occidentales, recherchent des nourritures nouvelles et différentes. Ces tendances « néophiles » sont liées d'une part au degré d'identité et de satisfaction envers sa propre cuisine et sa propre culture ; d'autre part aux désirs d'expériences nouvelles et stimulantes, qui varient selon les individus d'une même culture (Zuckerman, 1979) ; et, enfin, à la sensibilité au dégoût et à la contamination.

Ces propos posent des questions plutôt qu'ils n'y répondent. C'est là pour nous une manière de contribuer de façon stimulante aux idées et aux recherches menées dans ce domaine<sup>2</sup>.

---

2. Une partie des recherches sur lesquelles s'appuie cet article a reçu le soutien de la John D. & Catherine T. MacArthur Foundation et de la Whitehall Foundation.

---

*Paul Rozin*