

# Psychanalyse de la gourmandise

**La diététique et ses dogmes irrationnels prennent la place  
d'une relation charnelle avec la nourriture. La psychanalyste  
Gisèle Harrus-Révidi trouve les mots pour le dire.**

**B**ien manger est-ce se faire du bien ? Les gourmets et gastronomes l'assurent. Les moralistes, aux, s'attardent à décortiquer la question car le plaisir, l'excès, l'intempérance pointent alors leur nez dangereux. Comme l'observait Thomas d'Aquin «dans l'action de manger, le plaisir se mêle tellement à la nécessité qu'on ne sait pas la part de la nécessité et la part du plaisir ».

Quant aux hygiénistes, aux tenants de la diététique moderne, ils sautent de joie devant un tel constat, une telle obéissance à leurs dogmes les comble. Mais cela est-il aussi simple, aussi tranché ? Qu'émeut en nous, non seulement la nourriture mais aussi son abondance, sa qualité, voire son raffinement ? Pourquoi parler de nourriture nous occupe-t-il tant l'esprit et le cœur ? Que se passe-t-il en nous dans le plaisir du corps à corps avec la nourriture ? une fois encore (cf. Gourmandises, L'Ecole des parents, n°12/92) la psychanalyste Gisèle Harrus-Révidi a exploré les contrées inconscientes de dame Tartine.

« Avoir le goût des mots sous-tend, dans la logique de l'inconscient, que la chose culinaire ne fut jamais indifférente », assure-t-elle, en rappelant la multiplicité de sens et de fonctions dévolus à la bouche. « La bouche est là, carrefour pulsionnel » qui permet de respirer, d'avaler, de goûter, de parler, d'embrasser, de rire, de chanter... Bref, constituée « un organe essentiel de communication entre soi et les autres ; (car) le plaisir ne peut être transmis que par la gourmandise des mots. »

Ainsi, assure Gisèle Harrus-Révidi, « cuisiner avec un tout-petit est une manière de lui apprendre et de lui transmettre les mots, leur relativité, le plaisir de leur jouissance (avec) un discours lesté de la douceur charnelle de l'alimentaire ».

Mais si, comme elle le remarque à son tour, « on ne nourrit bien que ceux que l'on aime pour l'amour qu'on leur porte et qu'ils nous portent ou que nous nous portons en leur portant », il semble bien – c'est un des points forts de sa réflexion – qu'aujourd'hui la société fasse la fine bouche à l'égard de la nourriture. Non seulement parce que « l'évolution tend au catalogue des saveurs codifiées, l'art culinaire mourra et sera remplacé par le catalogue de la Manufacture Findus de St Etienne ».

## **Une nouvelle religion, la diététique**

Mais surtout parce que l'interdit alimentaire règne aujourd'hui en maître. Il est devenu une plate-forme de règles diététiques, au terme d'une longue distorsion de son sens originel religieux (les interdits alimentaires sont constamment présents dans la Bible). Celles-ci sont contraignantes, absolues, irrationnelles et, sous l'impulsion d'une certaine prévention sanitaire, ont diffusé dans l'ensemble de la société. Une nouvelle religion s'est créée : la diététique. Mais de la religion elle n'a que l'air, ni le goût, ni le sens ; aussi, avance fermement Gisèle Harrus-Révidi, n'est-elle qu'une coquille creuse.

C'est bien sur ce point, en effet, que la psychanalyste s'indigne, ferraille et analyse. Notre religion de la diététique – tellement liée au culte du beau corps (du moins selon les canons esthétiques actuels de la minceur) – serait véritablement un avatar d'interdits religieux ; ou du moins, psychanalytiquement, fonctionnerait à partir des mêmes systèmes inconscients d'identification. « Les règles médicales actuelles qu'elles concernent la santé ou, de façon plus ou moins détournée, l'esthétique, ont la même base archaïque que les lois religieuses : toutes sont fondées sur les dangers de l'incorporation dont les chemins

mènent à l'introjection puis à l'identification (par exemple : je mange caché donc j'assimile de la nourriture juive, donc je suis juif). »

De là à penser que l'on devient ce que l'on mange, il n'y a qu'un jet de fourchette, aisément réalisé. Je mange de la nourriture grasse ou sucrée donc je deviens grasse - c'est normal – on me montre du doigt, je l'ai bien mérité.

Manger de la nourriture interdite soit par les préceptes de la religion, soit par ceux de la diététique signifierait – et le signifie très précisément pour ceux qui y croient – que l'on s'exclut de la communauté des croyants respectueux de la règle, que l'on faute. Exclusion de la communauté d'appartenance, péché, telles sont les premières conséquences lourdes et durables de la désobéissance.

Mais il y a pire encore : « l'ingestion libre de toute entrave morale se paie, relève la psychanalyste, cela chacun le sait et le châtement est présent à l'esprit dès que le désir s'énonce ». Châtiments graves mais prévisibles puisqu'ils sont dans la logique de la faute : le croyant irrespectueux sera chassé de son groupe, la sylphide abusant des crèmes et pâtes deviendra obèse, le gourmand qui jouit sans entraves des meilleurs raffinements alimentaires sera frappé de la foudre divine : l'infarctus.

Bien fait, car l'harmonieux fonctionnement du monde exige une norme. Or, tous ces gens là font montre de « délinquance alimentaire ». Intolérable. « Tout mangeur est un coupable qui ne s'ignore pas pour des raisons d'autant plus claires et précises que l'essentiel lui est inconscient », dit-elle encore.

Chaque époque a son code alimentaire banalisé, généralisé, représenté par un ensemble de signes et de signifiants. Pour le psychanalyste, l'intérêt essentiel n'est pas tant le décodage de ces signes interprétables en termes d'histoires des idées politiques ou économiques, médicales ou même botaniques... que « de pointer du doigt le déguisement de l'interdit. Car l'interdit fluctue, joue entre besoin et désir, est soumis aux aléas du savoir. »

### **Un refus masochiste du plaisir**

Et ce savoir, de nos jours, s'il forge de nouveaux tabous, se fonde cependant souvent

sur des affirmations d'autant plus péremptoires qu'elles ne sont pas reconnues scientifiquement et recréent une dichotomie entre les bons aliments et ceux qui sont « dangereux » (donc fort néfastes à long terme). En un mot la science diététique est « fluide et floue, chacun peut y projeter ses fantasmes, son savoir n'est qu'oscillation entre dénonciation de l'excès et mise en évidence de la carence ».

Et l'auteur ne se prive pas de récapituler ironiquement des préceptes contradictoires, sans substrat objectif, évoluant « dans le monde manichéen du Bien et du Mal ».

Ainsi, de la consommation de pain complet (donc non appauvri) encouragée puis mise en cause. De la consommation de l'eau qui lave. Du bon cholestérol et du mauvais dont les qualités s'inversent sous l'emprise des modes, des produits allégés, ces saveurs qui « se diabolisent dans les années actuelles ».

« Tout compose avec tout » dit alors Gisèle Harrus-Révidi, soulignant sans ambages que « le positif commercial étayé sur le culte du moi a pris lieu et place de la recherche métaphysique ».

D'évidence, un tel système manifeste « une cohérence qui laisse fort à désirer. Car poursuit-elle, l'angoisse s'insinue quand même du fait qu'il n'existe, sur les thèmes, aucun texte reconnu de tous, aucun équivalent biblique où l'universalisation même de la loi ferait preuve et autorité ».

Infernal cercle vicieux puisque ce que nous faisons de bien peut tourner mal, puisque les bases qui devraient justifier solidement des choix et des comportements peuvent se gâter et tourner comme lait exposé au soleil. Que manger et ne pas manger ? Comment se protéger ou s'exposer à d'éventuels dangers alimentaires, comment apprendre aux enfants à se nourrir et surtout à donner du sens à la nourriture, à son élaboration, à son plaisir, aux rêves qui l'entourent et qu'elle procure ?...

Autant de finalités existentielles devenues floues, moutonnières, proches d'un mode de pensée magique qui signent l'abandon d'une perception métaphysique de l'existence à profit d'une religion du corps.

Une telle attitude de repli alerte la psychanalyste qu'est Gisèle Harrus-Révidi. En effet pour elle « psychanalytiquement, l'omniprésence occulte de cet interdit équivaut à un refus masochiste du plaisir en vertu d'une

nécessité physique ou morale présentée défensivement comme indiscutable ».

Et finalement « l'angoisse quotidienne du rapport au monde agresseur-agressé se projette sur l'objet nourriture : la maladie est un châtement et l'aliment, avec la faillite actuelle des systèmes de valeurs, devient le support de la faute morale généralisée à l'ensemble des rapports humains.

Toute maladie devient maladie du manquement, de l'erreur liée à un laisser-aller comparable ». Chacun peut alors projeter ses propres fantasmes, se rêver tel que ses aliments personnels et exclusifs lui donneraient forme, dans une faim insatiable de plaisir de la perfection.

**Odile Naudin**

### **Naissance de la gastronomie**

D'où vient le terme gastronomie ? Celle-ci est-elle soeur de lait de la gourmandise tandis que la gloutonnerie serait mise au piquet ? Le mot est certes créé en 1800 dans un poème de Berchoux : « la Gastronomie ou l'homme des champs à table », mais ce néologisme forgé du grec et faisant allusion à l'estomac et non à la sensibilité était-il indispensable ?

« Plus qu'au plaisir de bien manger, Brillat-Savarin, explique l'historien Jean-Louis Flandrin, l'associe à une sorte de diététique », conséquence directe de la définition courante de la digestion (inspirée de la physique d'Aristote) et conçue comme une cuisson dans l'estomac des différents aliments qu'il fallait donc – pour certains – rendre plus digestibles par des préparations généralement à base d'épices. Même lorsqu'au XVIIIe siècle les mécanismes chimiques élémentaires de la digestion sont mis en évidence, cette idée de cuisson perdure. « Pendant un siècle, remarque l'historien, les deux notions cohabitent. »

Lorsque le terme gastronomie s'installe progressivement dans le vocabulaire (de l'élite d'abord) est-il une pure description ou se trouve-t-il déjà connoté de valeurs morales ? Les gourmands créent en fait ce mot afin de donner une allure scientifique à l'art du bien manger.

D'autres mots pourtant étaient utilisables. Non pas celui de gourmandise (venu du latin gula, la gorge et désignant l'organe de la sensibilité alimentaire) qui est considérée comme un péché et associée à goulou, glouton lui-même synonyme de vilain, vulgaire. Les sermons du XVIIIe fustigent la gourmandise, cet amour immodéré de la nourriture.

Le terme gourmet (qui existe alors) n'évoque pas lui non plus la finesse de gueule. A l'origine, il qualifie la profession de goûteur de vins, puis on l'emploie dans le sens de : connaisseur de vins. Un mot pourtant était à disposition : friand c'est-à-dire celui qui connaît les bons morceaux et sait les reconnaître. De là d'ailleurs le terme : friandise, mais il n'est pas retenu.

Progressivement cependant, la gourmandise tant vilipendée devient définie comme l'amour immodéré de nourritures raffinées. Et ce raffinement-là rend tolérable. Petit à petit donc gourmandise et gastronomie joignent leurs mains au-dessus de la table.

**Odile Naudin**