

Conclusion

Pensée logique et pensée magique s'entrelacent.

■ "Man ist was man ißt" dit le proverbe allemand. Cette croyance en un principe d'incorporation semble être une caractéristique universelle du rapport entretenu par l'homme vis-à-vis de son alimentation. Rapport magique qui préside à l'anthropophagie, et qui loin d'être une spécificité d'une soi-disant "mentalité primitive" comme le pensait Frazer ou Levi-Bruhl, semble **être un des modes de pensée coexistant en chacun de nous, à côté d'un esprit cartésien. (1)**

Rapport magique qui s'exprimait en des formes alchimiques dans les prescriptions médicales du Moyen-Age, lorsque métaux précieux, piles, pulvérisés et poudre d'or avaient, pensait-on, des vertus purificatrices, capables d'assainir l'organisme et d'en prévenir le vieillissement ; rapport magique qui existe aujourd'hui aussi, à côté ou mêlé au rapport "scientifique" que l'on cherche à instaurer depuis le 19^{ème} siècle. La vogue des vitamines et des oligoéléments, des aliments "plus" et tout récemment encore des "aliments qui soignent", montre la force de ce mode de pensée, parmi nous. Les discours diététiques et nutritionnels des milieux scientifiques, répercutés par les médias, n'en sont pas totalement exempts. L'évolution du discours alimentaire dans la presse depuis 25 ans en porte les traces, par sa forme incantatoire - conseils inlassablement répétés -, ses fétiches et ses tabous, ses rapports analogiques.

Si le cholestérol a été à ce point diabolisé, c'est à la fois parce que les connaissances scientifiques de l'époque ne permettaient pas de distinguer le cholestérol présent dans l'aliment et celui produit par l'organisme, c'est aussi parce que la représentation implicite reposant sur un principe d'incorporation, faisait imaginer un passage direct de cette substance vénéneuse dans le sang.

L'évolution du discours alimentaire montre ainsi à la fois les remises en question successives des acquis scientifiques diffusés par la presse, et l'entrelacement de ces savoirs rationnels à une appréhension du monde et du corps plus irrationnelle.

■ L'évolution du discours alimentaire laisse à penser qu'il repose sur un **étrange paradoxe** : analogue à celui qui sous-tend l'ensemble des connaissances médicales, où **le territoire du risque s'accroît à mesure que s'accroît le savoir**. Comme le souligne G. Vigarello (2) "*Science et technique conduisent à maîtriser les dangers en même temps qu'elles conduisent à les renouveler*". La découverte microbienne à la fin du 19^{ème} siècle a ainsi renforcé l'efficacité préventive et curative, mais elle a multiplié les inquiétudes, en rendant les microbes partout présents, comme c'est le cas aujourd'hui dans le domaine alimentaire, avec la **listeria** entre autres.

Le territoire du risque s'accroît à mesure que s'accroît le savoir.

Meilleure contrôle bactériologique des aliments mais aussi anxiété plus grande, puisque la nourriture peut être porteuse de dangers. Dangers répercutés par la presse, chambre d'écho à résonance multiple, qui, à la

fois amplifie la rumeur et permet de l'apprivoiser. La listéria a fait plus de bruit et de vagues, la première fois, lors de l'affaire des fromages. Moins, lorsqu'il s'est agi ensuite, de la charcuterie.

Cet étrange paradoxe du savoir scientifique qui développe la conscience du risque à mesure que s'accroît la maîtrise des dangers, se lit aussi dans l'évolution de l'attitude vis-à-vis des sucres ou des graisses.

La meilleure connaissance des graisses a d'abord permis de les soupçonner là où elles n'étaient pas visibles, puis de distinguer les bonnes et les mauvaises pour aller traquer les acides gras saturés, monoinsaturés ou polyinsaturés. Un savoir qui exige plus de vigilance de la part de chacun, une palette de connaissances plus large aussi. **D'où le succès des médias qui assurent ce rôle pédagogique et contribuent ainsi à diffuser savoir et conscience d'un risque renouvelé.**

■ Enfin, derrière ces discours diététiques et l'enjeu apparent de la Santé, se profile, invisible, **un enjeu moral et une question : celle de la liberté de l'homme.** Ce sont les positions les plus extrêmes qui le montrent le mieux : la diététique perd tout sens lorsque la liberté de l'homme est soit annihilée, soit débridée : ni la "diététique stalinienne" du régime roumain qui voulait réglementer pour chaque individu les aliments à intégrer et les quantités autorisées ... Ni une diététique utopique qui pourrait avoir comme devise celle, élitiste, de l'Abbaye de Thélème "Fais ce que voudraz". Car l'homme a besoin de règles pour vivre. Et la vraie liberté n'est pas l'absence de règles -qui s'appelle anarchie pour les uns, anomie pour les autres-, mais l'intériorisation de règles, qui les rendent "naturelles" à chaque individu et lui fournissent les repères et les bornes dont il a besoin. C'est le rôle de toute culture qui résoud, dans le domaine alimentaire le paradoxe de l'omnivore, comme le baptise Cl. Fischler: (3) Omnivore, l'homme est poussé à toujours découvrir de nouveaux aliments ; mais la méfiance liée à la peur de l'inconnu le retiennent. Les règles alimentaires, propres à chaque société, permettent de surmonter cette situation de "*double blind*", en posant prescriptions et interdictions comme autant de bornes jalonnant le chemin d'une liberté surveillée qui permet d'accommoder l'inconnu en toute sécurité, d'introduire de la variation dans la monotonie.

Pour l'homme, la liberté est aussi difficile à vivre que l'infini à penser. "*Le silence éternel de ces espaces infinis m'effraie*" disait Pascal et tout notre problème aujourd'hui est de savoir réentendre, dans la cacophonie générale, amplifiée mais non générée par les médias, la voix d'une sagesse qui pourrait s'appeler liberté bien tempérée : **l'harmonie alimentaire.**

(1) Parmi les ouvrages les plus récents faisant le point sur la question : "Manger magique" - Revue Autrement N° 148 - Série Mutations et Mangeurs. Edition Autrement avec la Collaboration de l'OCHA. Paris Nov.94

(2) G. VIGARELLO - Le Sain et le Malsain - Paris-Seuil 1993

(3) Cl.FISCHLER - L'Homnivore - Ed O. Jacob - Paris 1990

"Fais ce que voudraz".