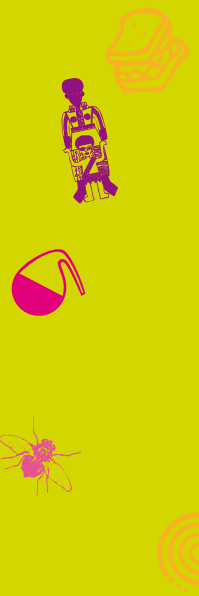


Penser l'alimen

Si se nourrir est un besoin vital, la plupart des mangeurs des pays industrialisés font face à des situations d'abondance, voire de surabondance. Leur problème n'est donc pas un problème de manque ou de sécurité alimentaire au sens strict, celle qui concerne la capacité d'une société à alimenter de façon satisfaisante l'ensemble de sa population, mais un problème de choix.
Ce choix n'est pas facile : comme en prend acte un avis du Conseil National de l'Alimentation (CNA) adopté le 28 juin 2007, le consommateur-mangeur d'aujourd'hui vit en effet dans un contexte anxiogène lié à plusieurs phénomènes dont certains relèvent de notre nature (le paradoxe de l'omnivore, le principe d'incorporation), d'autres de diverses caractéristiques de la modernité alimentaire (éloignement de l'origine de nos aliments, avis scientifiques contradictoires, publicité parfois agressive), d'autres encore de notre difficulté à penser des problèmes d'une grande complexité.
Depuis sa création, l'Ocha a abordé à plusieurs reprises ces questions. Dès 1994, en organisant un colloque international à Paris, sous la direction de Claude Fischler, qui avait pour titre *Pensée magique et alimentation aujourd'hui.* Ensuite en 1998, avec la publication aux Editions Odile Jacob, de *Risques et peurs alimentaires,* un ouvrage collectif dirigé par le Professeur Marian Apfelbaum. En 2002, l'Ocha revenait sur la question avec *Penser l'alimentation, entre imaginaire et rationalité*, un ouvrage de Jean-Pierre Corbeau et Jean-Pierre Poulain publié chez Privat.

« Il ne suffit pas qu'un aliment soit bon à manger, encore faut-il qu'il soit bon à penser. »

Claude Lévi-Strauss

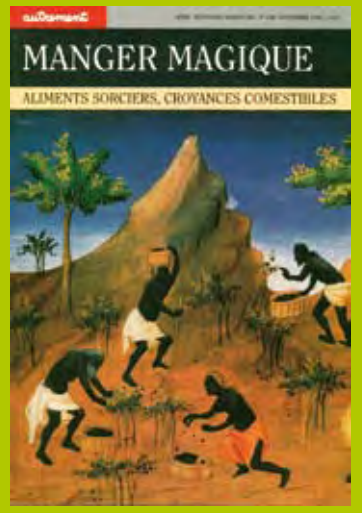
tation

Nous sommes tous

des «penseurs mangeurs magiques»

Oui, il nous arrive à tous de penser de façon magique. Cette forme de pensée, décrite par les premiers anthropologues – Tylor, Frazer – comme spécifique des peuples primitifs, considérée ensuite comme une étape normale du développement de l'enfant, a finalement été mise en évidence chez tous les individus, y compris les plus éduqués. Ce mode de pensée s'applique à tous les domaines de notre vie mais se manifeste plus particulièrement dans tout ce qui est relatif à notre alimentation. Pourquoi ? Parce que nos aliments ne sont pas des objets ordinaires : nous les incorporons et, ce faisant, nous incorporons par analogie les qualités réelles ou imaginaires, positives ou négatives, que nous leur prêtons. Autrement dit, «on est ce qu'on mange». C'est le principe d'incorporation, facteur d'anxiété, sur lesquels viennent se greffer les lois de la pensée magique définies à la fin du XIX[e] siècle : *la loi de similitude,* selon laquelle l'image ou le mot a le pouvoir de la chose, et *la loi de contagion,* selon lesquelles les choses qui ont été en contact, ne serait-ce qu'une fois, continuent à agir l'une sur l'autre. Aujourd'hui encore, ces lois continuent à influencer notre façon de penser, comme plusieurs chercheurs et notamment Paul Rozin (Université de Pennsylvanie) l'ont mis en évidence.

La pensée magique et les biais de raisonnement sont sans doute à l'origine d'«erreurs» de jugement qui se manifestent notamment par l'incapacité à intégrer la notion de dose, la difficulté à penser tant en termes probabilistes qu'en termes de bénéfices/risques, la confusion entre relation de corrélation et relation de causalité, la pensée binaire (bon ou mauvais, sain ou malsain, pur ou impur) qui nous fait diaboliser ou angéliser tel ou tel aliment ou nutriment.



Manger magique

Sous la direction de Claude Fischler, Editions Autrement, 1994, 202 pages.

Le colloque de l'Ocha *«Pensée magique et alimentation aujourd'hui»*, sous la direction de Claude Fischler, a donné lieu à deux publications : *Manger magique, aliments sorciers et croyances comestibles* aux Editions Autrement et le N°5 des Cahiers de l'Ocha : *Pensée magique et alimentation aujourd'hui.*

La plupart des textes sont en ligne sur ***www.lemangeur-ocha.com.***

www.lemangeur-ocha.com - Maggy Bieulac-Scott - OCHA. La question alimentaire, Paris, 2008, 48 pages

Des mouches dans les jus de fruits

ou l'illustration de la loi de la contagion

Dans cette expérience, Rozin demande à ses étudiants de boire un verre de jus de fruit dans lequel il a mis une mouche. Rejet total, que tous les étudiants ou presque expliquent par des raisons sanitaires : «on sait bien que les mouches sont porteuses de maladies !». L'expérience est renouvelée avec une mouche morte et stérilisée : alors que le risque sanitaire a disparu, l'aversion persiste et les étudiants sont bien embarrassés pour fournir une explication rationnelle. Troisième étape de l'expérience : les étudiants se voient proposer un nouveau verre de jus de fruit contenant une mouche factice en plastique f ambant neuve : la moitié refuse de boire car une mouche, même factice, contamine le jus de fruit !

Je sais que ce n'est pas du poison

mais c'est écrit «poison» : la loi de la similitude à l'œuvre

Pour cette expérience, Rozin prend deux bouteilles vides et propres, les remplit de sucre devant ses étudiants et leur demande de coller eux-mêmes sur ces bouteilles des étiquettes préparées d'avance, les unes portant la mention «sucre» et les autres la mention «cyanure de sodium, poison». Ensuite il verse dans deux verres d'eau une cuillerée du contenu de chaque bouteille et invite ses étudiants à évaluer par une note leur désir de boire le contenu de chacun de ces verres. Les étudiants ont beau savoir qu'il n'y a pas de cyanure, la majorité donne une note plus basse au verre contenant le sucre étiqueté «cyanure».

De la pensée magique

au rejet des aliments ou nutriments considérés comme mauvais

Pour Rozin, si beaucoup d'adultes américains cherchent à éviter les aliments qui contiennent *ne serait-ce que des traces de certaines substances perçues, souvent à tort, comme toxiques à des teneurs très faibles,* tels le sucre, le gras, le sel ou d'autres, qui sont potentiellement toxiques, c'est le résultat de la loi de contagion : «si l'on croit qu'une substance est nocive à certaines doses, alors tout contact est nocif»…

Source : *Manger magique, aliments sorciers et croyances comestibles*

C'est bon ou c'est mauvais :

sous la science, la morale

Parmi les biais de raisonnement imputables à la pensée magique, est à noter en particulier l'importance des jugements moraux portés sur les aliments mais aussi sur ceux qui les consomment. Carol Nemeroff (Arizona State University) a soumis à des étudiants des portraits de groupes de populations exotiques imaginaires, en les décrivant selon deux versions identiques à une seule exception près, concernant chaque fois un aliment présenté comme caractéristique du groupe. Les Hagi, par exemple, soit étaient végétariens mais chassaient l'éléphant pour vendre les défenses, soit mangeaient de la viande d'éléphant et cultivaient des légumes qu'ils ne mangeaient pas et vendaient aux tribus voisines. Les étudiants avaient à noter chaque groupe à partir d'une liste d'adjectifs. Les résultats démontraient qu'ils étaient influencés par le principe d'incorporation. Nemeroff renouvela l'expérience en la plaçant dans un contexte contemporain : les portraits proposés étaient ceux d'étudiants américains imaginaires ne se différenciant que par les aliments qu'ils étaient supposés consommer : pour certains, des aliments réputés «bons pour la santé» ; pour d'autres des aliments réputés «mauvais pour la santé». Les étudiants qui notaient les deux groupes d'étudiants imaginaires furent inf uencés de la même façon par le principe d'incorporation : ils jugeaient

www.lemangeur-ocha.com - Maggy Bieulac-Scott - OCHA. La question alimentaire, Paris, 2008, 48 pages

les consommateurs d'aliments réputés «bons» comme moralement supérieurs aux consommateurs d'aliments réputés «mauvais». Analysant ces expériences, Carol Nemeroff écrit :

> *«Ce que je veux dire, très littéralement, c'est que derrière le langage apparemment scientifique utilisé par les Américains pour décrire leurs croyances alimentaires, on retrouve, sous-jacent, le même mode de pensée que dans les sociétés traditionnelles». Mais* – continue-t-elle – *les représentations des bons ou mauvais aliments étant perçues comme des «vérités», établies médicalement et scientifiquement. Seul un observateur extérieur qui mettrait en cause leur validité remarquerait qu'elles sont fondées sur un symbolisme puritain et un mode de pensée centré sur la notion de contagion et, s'étonnant de la force morale qu'elles semblent posséder, pourrait les considérer en termes de «tabous»…»*

Les Français et les matières grasses

Perception par les Français des matières grasses, leurs attitudes en fonctions de leur corpulence, les désirs et les besoins de maigrir : des chiffres et le point de vue du sociologue (Jean-Pierre Poulain) et du médecin nutritioniste (Arnaud Basdevant).

Dossier intégralement en ligne sur www.lemangeur-ocha.com.

Quand pensée magique

et pensée rationnelle cohabitent

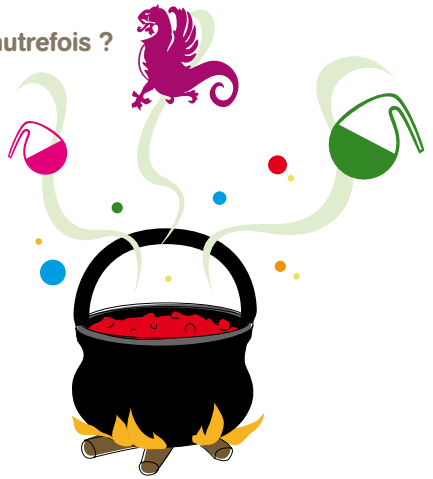
Comme on le voit, l'essor de la raison et le développement des sciences et des techniques n'ont pas effacé dans nos cerveaux le «penser magique» primitif. En fait, la pensée rationnelle s'est superposée à la pensée magique sans la remplacer et les deux types de pensée cohabitent. Là, tout se complique : comme nous ne la reconnaissons pas, nous rationalisons la pensée magique, l'habillons d'oripeaux scientifiques, si bien que, au final, il est parfois bien difficile de savoir qui, de la pensée magique ou de la logique scientifique, inspire nos déductions et nos décisions. Nous sommes victimes d'illusions cognitives, comparées par Massimo Montanari aux illusions d'optique : ainsi le pont du Gateway, le monument le plus célèbre de la ville de Saint-Louis, dans le Missouri aux Etats-Unis, est exactement aussi haut qu'il est large ; pourtant, même quand on le sait, on le voit toujours plus haut que large. En d'autres termes, ce que nous savons ne parvient pas à inf uencer ce que nous voyons.

Certes, nous ne pensons pas tout le temps sur le mode magique, notre pensée magique fonctionne parfois en mode «clignotant», c'est-à-dire que nous avons conscience d'un conflit entre cette croyance et l'esprit rationnel moderne. Comme l'écrit Claude Fischler : «Quelque chose, peut-être paradoxalement dans le cours même de la modernité, favorise l'expression de cette archaïque dimension de notre pensée». Si bien que nous sommes prêts parfois à avaler n'importe quoi, du mythe des Hunzas dans une vallée perdue de l'Himalaya au «Programme pour l'alimentation scientifique de la population» décrété en Roumanie par Nicolas Ceausescu pour habiller la pénurie alimentaire en objectif social visant à «améliorer la santé de la population»…

www.lemangeur-ocha.com - Maggy Bieulac-Scott - OCHA. La question alimentaire, Paris, 2008, 48 pages

Les risques alimentaires

sont-ils aujourd'hui plus importants qu'autrefois ?



Cette question a été explorée dans le détail dans l'ouvrage dirigé par Marian Apfelbaum, *Risques et peurs alimentaires*. La première partie est consacrée à des « histoires exemplaires » : nitrates dans l'eau de boisson, salmonelles dans les œufs en Grande-Bretagne, crise des années 1986/1987 sur le fromage et la listériose humaine, maladie de la vache folle, détection des aliments génétiquement modifiés. On y voit que les peurs ne sont pas proportionnelles aux risques : dans certains cas, les peurs sont exagérées par rapport à la réalité du danger, dans d'autres cas, les peurs s'apaisent sans que le danger ait disparu. Les textes consacrés à la gestion des risques et des peurs – économique, industrielle, politique – posent des questions essentielles : par exemple, approches culturelles ou dimensions universelles des risques alimentaires, l'observable et le non observable dans le risque alimentaire, ou encore l'information sur la santé et la sécurité est-elle condamnée à être anxiogène ?

« Au terme de cet ouvrage, écrit M. Apfelbaum, le constat majeur est celui de la dissociation entre la réalité décrite par la science et les fantasmes collectifs créateurs d'une autre réalité, sociale, puis politique… Ainsi, l'angoisse alimentaire semble de nature différente des craintes que nous inspirent d'autres dangers, d'une ampleur proportionnellement plus grande. Et à l'intérieur de l'angoisse alimentaire, il semble qu'il y ait subdivision selon que le danger, réel ou imaginaire, soit ancien ou nouveau, facile ou difficile à penser, librement consenti ou subi. »

Pour lui, ces particularités ont une origine biologique sur laquelle s'est bâtie une superstructure culturelle : les espèces omnivores (humains, rats, cochons…) ont à la fois un grand avantage évolutionniste – elles peuvent se nourrir dans des environnements très divers – et un prix à payer : la nécessité d'apprendre à choisir leur nourriture. D'où la combinaison chez les humains de néophilie, c'est-à-dire d'attirance pour les aliments nouveaux, et de néophobie, c'est-à-dire de méfiance à l'égard de tout aliment qu'ils ne connaissent pas. Et la nécessité d'un apprentissage social avec transmission entre générations pour fixer l'éventail des choses mangeables.

Risques et peurs alimentaires

Sous la direction du Professeur Marian Apfelbaum.

Éditions Odile Jacob, 1998, 284 pages

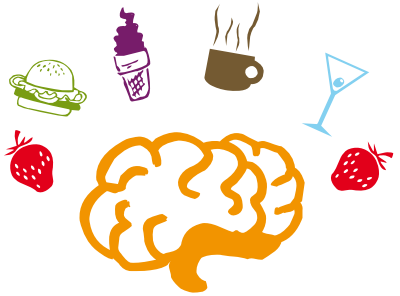
Penser l'alimentation

Jean-Pierre Corbeau et Jean-Pierre Poulain, 2002, 236 pages, Éditions Privat/Ocha Edition revue 2008

Comment se construit la décision alimentaire ? La question n'est pas simple et oppose ceux qui considèrent les mangeurs comme des êtres conscients, rationnels et libres de leurs choix et ceux qui, observant qu'il leur arrive de vouloir une chose et son contraire, ont tôt fait de stigmatiser leurs comportements irrationnels. Pour J-P. Corbeau et J-P. Poulain, les mangeurs sont des êtres pluriels, animés par différents types de rationalité. Ce qui ne veut pas dire irrationnels. Ni rationnels d'ailleurs, si l'on entend par là des mangeurs qui raisonneraient seulement en termes de coûts/bénéfices, ce qui serait une vision bien réductrice.

Des arbitrages permanents

La réf exion de J-P. Corbeau est le résultat de longues années d'observation participante auprès de mangeurs d'âges et de conditions diverses. À travers des portraits, des récits de fêtes et de situations de partage alimentaire, il nous donne à voir et souvent à entendre, de la bouche même des mangeurs, les cheminements de la pensée qui mènent à ces arbitrages permanents auxquels nous sommes confrontés dans la rencontre avec nos nourritures. Il montre comment ces choix reflètent notre histoire personnelle et celle du groupe auquel nous appartenons et la façon dont nous négocions des désirs contradictoires, dont nous subissons, adaptons ou transgressons inf uences et contraintes : entre attrait pour l'abondance voire l'excès dans une logique de revanche sociale et injonctions médicales ou esthétiques de restriction par exemple.



Les mangeurs :

bio-logiques, socio-logiques, psycho-logiques ?

La question de la décision alimentaire est également centrale pour J-P. Poulain. Les mangeurs sont-ils mus par des forces qui échappent à leur conscience et à leur volonté ? Si oui, sont-ils des êtres bio-logiques, au comportement activé par la physiologie ? Ou socio-logiques, dont les choix sont déterminés par la culture et le groupe social ? Ou psycho-logiques, comme le laissent penser les troubles du comportement alimentaire ? Le plus simple serait évidemment que les décisions alimentaires soient prises au terme d'une évaluation coûts/bénéfices : les comportements inadaptés seraient alors le résultat d'un déficit d'information, et pour les corriger, il suffirait d'augmenter les connaissances pertinentes pour les mangeurs. Encore faudrait-il savoir quel type de rationalité anime ces derniers ! J-P. Poulain, relisant Max Weber, en distingue deux : la rationalité en finalité - faire un bon repas, être en bonne santé, éviter un risque objectif ou symbolique ; et la rationalité en valeur, où la décision se fonde, quelles qu'en puissent être les conséquences, sur le respect de principes personnels ou la conformité à une autorité : la religion, la science, la tradition ou une agence gouvernementale.

Pour J-P. Poulain, la complexité de l'acte alimentaire est telle qu'elle dépasse ces contradictions apparentes. Il voit le mangeur à la fois libre et surdéterminé : « surdéterminé par un ensemble de facteurs socioculturels mais aussi biologiques, et libre parce que ces surdéterminations ne s'imposent pas de façon implacable et lui laissent un espace de liberté ».