

NOURRITURES DU CORPS, NOURRITURES DE L'ÂME Emotions, représentations, exploitations

Annie Hubert
Directeur de Recherche au CNRS,
UMR 65 78, Anthropologie, Adaptabilité biologique et culturelle

Les émotions sont une dimension essentielle de notre relation à l'alimentation. Mais il nous faut d'abord tenter de définir ce que l'on entend par émotion. Sans entrer dans un débat philosophique, et en tenant compte des diverses définitions fournies par les dictionnaires, on pourrait dire que l'émotion est la sensation physique consécutive à un stimulus qui provoque le sentiment. Autrement dit, l'émotion serait le moteur du sentiment.

Emotions et sentiments : quels rapports avec l'alimentation ?

A priori, dans notre civilisation occidentale, on ne pense pas immédiatement à associer l'alimentation aux sentiments. Pourtant, notre première expérience d'être humains, à la naissance, est un lien étroit tissé entre l'aliment que l'on reçoit de la mère et le lien affectif qui se construit entre ces deux êtres vivants. Matty Chiva¹, qui a passé de nombreuses années à explorer ce domaine, a montré combien le goût et l'affect se développent ensemble dès la mise au sein du nourrisson. Si le sentiment de sécurité et d'appétit comblé par le lait maternel tisse le premier lien de ce que l'on appellera amour plus tard, on peut dire que la nourriture donne lieu à une des toutes premières émotions². Au cours de son processus de socialisation, le nourrisson - et plus tard l'enfant, tout comme l'adulte - en apprenant ce qu'est un aliment et en quoi il se distingue de ce qui n'est pas mangeable, se constitue et actualise un répertoire. Car le consommable n'est pas toujours comestible, ce dernier concept étant une construction culturelle³. Durant cet apprentissage, il apprend à se familiariser avec le monde tel que le conçoit sa société et il se construit lui-même. « Cette construction n'est pas seulement un acte mécanique mais aussi une création d'identité de soi et de l'aliment, une inscription dans un contexte culturel et symbolique tout comme une manière de communiquer avec autrui, partager les valeurs et les vertus de son prochain »⁴.

Nous sommes ici dans un domaine où vont dominer les émotions. Et tout d'abord le plaisir et le dégoût. Comme les autres émotions, ils ne peuvent se séparer de l'aspect cognitif et de la construction du réel chez les humains. Ces premières perceptions gustatives et olfactives chez le nourrisson, partie intrinsèque de son système sensoriel, ont de grandes tonalités affectives. Matty Chiva fut un des premiers à tester sur les

¹ Note de la rédaction : Matty Chiva, professeur de psychologie de l'enfant, grand spécialiste des émotions et du goût, était membre du Comité scientifique de l'Ocha jusqu'à sa mort en 2003. Vous pouvez dans le site de l'Ocha accéder à sa bio-bibliographie ([cliquer ici](#)), aux textes exclusifs qu'il a écrits pour notre site ([cliquer ici](#)), aux hommages qui lui ont été rendus ([cliquer ici](#)).

² Matty Chiva « De l'honnête volupté : la place du plaisir dans le déterminisme des conduites alimentaires », 37è J.A.N.D. 17 Janvier 1997, inédit.

³ A. Hubert, "L'anthropologie nutritionnelle : aspects socioculturels de l'alimentation", *Cahiers d'études et de recherche francophones Santé*, N°2, vol 1, pages 165-168

⁴ M. Chiva *ibid.*

nouveaux-nés les capacités à percevoir et distinguer les goûts, et l'incidence que cela pouvait avoir sur la construction psychique de l'individu.

Le Magnen⁵ note au sujet de la perception des saveurs : « L'intensité et la spécificité de cette tonalité affective sont exceptionnelles dans le système sensoriel. L'agrément ou le désagrément d'un bruit, d'une couleur, ne représentent que des tonalités affectives essentiellement variables que toutes sortes de facteurs psychologiques peuvent venir modifier. Elles restent faibles si on les compare avec l'agrément d'une saveur comme le sucré, et surtout avec la répugnance, le dégoût allant jusqu'au vomissement, que provoquent des solutions concentrées amères, salées ou acides. La qualité affective est ici étroitement liée au fonctionnement de l'appareil sensoriel. C'est une véritable qualité spécifique de la sensation ».

Du Plaisir

La notion de plaisir renvoie constamment à de l'affect ou de l'émotion. Sont-ils dissociables ? L'expression du plaisir se confond avec celle de la définition des émotions de N. Frijda⁶ : « il s'agit d'une préparation à l'action, activité qui englobe étroitement des composantes cognitives et affectives. On voit l'importance de la composante émotionnelle, en grande partie non cognitive, dans la définition même du plaisir et de son rôle. » Mais nous souffrons d'une grande absence de données dans ce domaine, que ce soit en psychologie, sociologie ou anthropologie. Nous avons du mal à séparer l'émotion du plaisir, et cette difficulté est encore plus grande quand il s'agit de nourritures, qu'on les aborde à travers une approche culturelle ou à travers la définition physiologique de la perception elle-même.

Selon Matty Chiva⁷, le plaisir ou le dégoût gustatif est à l'origine une sensation, c'est à dire un message sensoriel, qui est ensuite interprété, donnant lieu à une émotion qui se décrypte selon trois axes :

- 1) celui de la perception du goût de l'aliment et des aptitudes sensorielles de l'individu
- 2) la dimension de plaisir, ou de désagrément, donnée par l'aliment
- 3) l'aspect immatériel, c'est à dire ce que l'on pense à propos de l'aliment, de ses vertus, de ses qualités ou de ses dangers...

Cette perception est tributaire de facteurs de maturation biologique et de facteurs cognitifs, comme des aspects émotionnels et des croyances qui en découlent.

Si nous avons commencé avec le plaisir, c'est qu'il s'agit là sans doute de la première sensation/émotion provoquée par l'absorption du lait maternel, première brique d'une construction sensorielle et émotive, culturellement gérée et qui va définir et construire l'individu.

Dans le monde du vivant, deux pulsions sont élémentaires et incontournables, et elles constituent des nécessités biologiques : manger, pour assurer sa survie, et se reproduire pour assurer la survie de l'espèce. Ce n'est sans doute pas par hasard que le fait de combler ces deux nécessités vitales est source de plaisir et d'émotions intenses. Si elles avaient été déplaisantes, nous ne serions pas ici aujourd'hui. Ce qui rend les choses plus intéressantes parce que plus complexes, c'est le fait que chaque culture humaine a

⁵ Le Magnen J. « Bases neurobiologiques du comportement alimentaire » in Delacour J.(ed.) *Neurobiologie des Comportements*, Paris, Hermann, 1-54 1984

⁶ Frijda N.H., *The Emotions*, Cambridge University Press, Cambridge 1986

⁷ Chiva M. *ibid*

mis en place des représentations et des règles sur la manière de gérer ces plaisirs et de manifester les émotions liées à ces activités ou à leur absence.

Dans l'imaginaire humain, et ce dans toutes les cultures, sexualité et plaisirs de la table sont souvent liés, et pas seulement par la consommation d'aliments supposés aphrodisiaques, mais par la simple projection d'un désir comblé. Les tentatives de séduction commencent bien souvent à table. Une belle et drôle illustration en est le repas du couple Tom Jones et une avenante dame, dans le film du même nom. Chaque bouchée, chaque aliment, est voluptueusement savouré par les deux futurs amants, qui manifestent également de cette manière leur désir et leur excitation sexuelle, et la scène se termine dans une émotion forte d'anticipation du désir comblé. Les excellentes nourritures et le désir sexuel n'enclenchent pas de simples réaction physiologiques, ils sont la base d'une construction immatérielle où émotions et sensations sont intimement mêlées. Tout se joue autour du désir et de la jouissance.

Huîtres et champagne chez nous ou soupe au gingembre et serpent en Chine, chaque culture a ses nourritures associées à l'excitation du désir, ancrées dans les représentations de la conduite de la séduction et l'atteinte d'un plaisir comblé. Elles font partie d'un répertoire appris, marqué par la nature des sociétés humaines. Dépassant le plaisir, cette émotion, dans bien des cas, s'appelle l'amour.

Nourriture et Amour : l'héritage des sociétés patriarcales

Commençons par le commencement : avec le lait maternel et la sensation de bien être du nourrisson bien nourri, on pourrait dire que le lien affectif, lien d'amour tissé entre l'enfant et sa mère, a pour origine le sein nourricier, donc le lait. La mère, et ce dans toutes les cultures, sécurise son enfant en le nourrissant. Mais il est des cultures où l'aspect nourricier de cette relation se développe considérablement. C'est le cas notamment des sociétés dont les représentations sont issues des religions du livre. Pour les Juifs, les Chrétiens, les Musulmans, aimer sa mère veut dire qu'il faut manger ce qu'elle nous donne. La nourriture offerte est une preuve de son amour. Refuser la nourriture, c'est refuser l'amour. Il y a une charge affective énorme et une grande émotion exprimées dans l'offre à manger maternelle. On note, en anthropologie de l'alimentation, des différences entre la manière dont sont nourris filles et garçons, ou les préférés et les autres, au sein d'une même cellule familiale. Les garçons sont souvent favorisés, souvent plus gros, il est des cas où on assiste littéralement à des gavages maternels : si tu m'aimes, mange ! Ceci se reproduit, avec une intensité moindre, lors de la réception d'hôtes dans la famille. On les nourrit en abondance et ils sont tenus de beaucoup manger, signifiant ainsi qu'ils acceptent le désir de lien amical, affectif, ainsi exprimé. En prenant encore plus de distance, on peut envisager de la même manière l'établissement d'alliances, de nouvelles connaissances, ou de simples contacts préliminaires. L'offrande et le partage de nourriture sont, jusqu'à nouvel ordre, la manière élémentaire de manifester l'établissement d'un lien, d'un contact, d'une alliance, impliquant une même émotion, émotion partagée, qu'elle s'appelle, selon les cas, amour, amitié, alliance, confiance...

Un autre film me paraît illustrer cet aspect particulier de la nourriture, et plus particulièrement de la nourriture partagée : il s'agit du *Festin de Babette*. Une femme française, grande chef cuisinière, est réfugiée au Danemark chez un couple de femmes très engagées dans un mouvement protestant initié par leur père pasteur. Pour les remercier de l'avoir recueillie, elle s'appliquera, avec de l'argent gagné par hasard dans

une loterie, à leur préparer un grand repas, composé de mets d'exception comme ceux qu'elle préparait pour les clients du grand restaurant parisien dont elle était le chef. Et on voit, comment, dans cette communauté religieuse austère, la consommation de ce repas qui n'est bien compris pour sa qualité artistique et gastronomique que par un des protagonistes de passage, diplomate et militaire, a des effets extraordinaires sur les convives. Ces personnes sont au départ animées d'une grande méfiance pour les plaisirs charnels, et elles s'appliquent à de grands efforts de rigueur et d'austérité pour s'en détacher. Et on voit toutes ces personnes se retrouver à la fin de ce repas, partageant ensemble au clair de lune un grand élan de fraternité et d'amour, une émotion transcendante, une expérience quasi métaphysique : les admirables nourritures du corps ont aussi nourri les âmes. Il est à remarquer que ce film a été tiré d'une nouvelle de l'écrivain danois Karen Blixen qui était une grande anorexique : elle voulait être la femme la plus mince du monde... Nous reviendrons plus loin sur cet apparent paradoxe.

L'évocation : quand les nourritures du corps sont aussi celles de l'âme

Ce qui va varier selon les cultures, c'est la nature de la nourriture. Là nous abordons un autre registre dans l'émotion et son expression, celui de l'évocation. Nous entrons dans le domaine de ce que les Noirs Américains ont appelé *Soul Food* - nourritures de l'âme - une dimension qui s'applique à toutes les sociétés passées ou présentes.

Ce pouvoir d'évocation tient à des souvenirs d'émotions, positives ou négatives, associées à des sensations organoleptiques, impliquant l'odorat et le goût dans des circonstances spécifiques, réactivées par les mêmes messages organoleptiques. Un souvenir rendu vivant pour ainsi dire. Ce pouvoir évocateur est plus fort que le pouvoir visuel ou auditif, pour des raisons physiologiques et psychologiques encore peu élucidées. Il n'en demeure pas moins que certains goûts, certains aliments sont provocateurs d'émotions. Notre exemple, des plus classiques, est celui de Proust et du goût de la petite madeleine trempée dans du thé (qui, soit-dit en passant et selon l'auteur lui-même, était un morceau de toast, moins distingué sans doute) qui le transporte dans le temps et dans l'espace – à l'époque de son enfance, dans la maison de sa tante où il passait ses vacances - et lui fait ressentir les mêmes émotions qu'à ce moment là. Nous avons tous vécu ce type d'émotion. Pour moi, c'est le goût du riz au lait à la cannelle de ma grand-mère maternelle, qui me replace sur une terrasse bordée d'eucalyptus aux rayons d'un soleil couchant, me restituant ce plaisir intense de la lumière, de la saveur et de la musique d'une chanson d'enfant en Uruguay. En même temps, l'émotion triste et douce que l'on appelle nostalgie est très présente. Inversement, le goût de la soupe aux légumes ravive en moi les émotions de dégoût et de chagrin que je ressentais lorsqu'on m'obligeait à la manger, même copieusement arrosée de mes larmes, alors que je me demandais comment on pouvait faire pour l'envoyer, toute liquide, aux petits Chinois qui mouraient de faim. Dans quelle sorte d'enveloppe ? La vue d'une assiette de soupe aux légumes en morceaux me renoue l'estomac et me rend triste encore aujourd'hui.

Le trio « la femme-la nourriture-l'homme » dans la culture occidentale

Amour maternel certes, confraternité (n'oublions pas que le terme de « compagnons » signifie « ceux qui partagent le même pain ») et, dans notre propre culture, cette équation que nous avons faite entre femme et nourriture. Cultures patriarcales, où la femme ne peut être que mère et nourricière. Ces représentations anciennes sont encore présentes dans notre imaginaire. Le stéréotype de la reproduction de la cuisine maternelle comme définition de « la seule vraie cuisine » perdure. En Occident,

lorsqu'on parle santé publique, épidémiologie nutritionnelle et autres recherches des sciences dites « dures » dans le domaine de l'alimentation, le cliché de la cuisine maternelle est là, inamovible, illustrant, si besoin était, la prégnance de ces représentations. La femme est intimement associée dans l'imaginaire à la production culinaire, c'est à dire à la transformation des aliments en nourriture. J'ajouterai, en tant qu'anthropologue, que ce n'est pas toujours le cas dans toutes les sociétés humaines. Mais cela est déjà un autre sujet. Chez nous, émotivement, la femme cuisine, prépare et donne. Ce registre est amplement utilisé dans les médias et le marketing. Dans les publicités pour des aliments ou des marques de divers produits alimentaires, le plus souvent ce sont les femmes qui cuisinent ou préparent des petits plats pour ceux qu'elles aiment. Les figures féminines prédominent dans les noms de marques, de la Grand-mère Machin à Monique Chose, confortant tout un chacun dans l'image de la féminité pourvoyeuse de bonnes choses, à manger entre autres, nourricières en tous cas, et de mâles en particulier. Il se crée, à travers ces discours, une sorte de cristallisation des représentations que l'on appellera « populaires », d'une relation spécifique entre la femme et les nourritures. Cette configuration en trio « la femme-la nourriture-l'homme », la nourriture exprimant l'amour de la femme pour l'homme et en même temps satisfaisant son désir de donner de l'amour, établit la faim masculine comme étant complètement socialement intégrée dans le réseau de la famille et de l'amour hétérosexuel. Les hommes peuvent manger et être aimés, ce qui n'est pas le cas de la femme. Elle est aimée mais ne peut manger...

En effet, selon un autre discours véhiculé par les mêmes médias, qui dans leur ensemble se font l'écho de ce que la société se représente, il se trouve que les femmes doivent être discrètes et raisonnables en ce qui concerne la nourriture. Elles sont pourvoyeuses mais moins consommatrices. Minceur oblige ... Nous abordons un terrain hybride, où les représentations du corps, les conceptions de la santé et les représentations ancestrales se télescopent et mettent en évidence un mélange confus. Un mélange fait pour une part des idées anciennes, mises en place à l'époque victorienne, sur une figure angélique et éthérée d'une femme idéalisée, n'ayant que peu de « corporalité ». Mère aimante, vouée à l'accomplissement de son rôle de reproductrice, ange du foyer et j'en passe. Epoque où l'activité sexuelle pourvoyeuse de plaisir était l'affaire des femmes *de mauvaise vie*, où la jouissance physique de son propre corps était inconvenante. Selon les traités de bonnes manières datant de cette époque et qui ont régi les mœurs pendant plus d'un siècle, il était malséant, pour *les femmes comme il faut*, de bien manger en public. L'appétit, comme la sexualité, se devait de se cacher, de se faire oublier. Il n'avait point de place dans la distinction bourgeoise qui devint la norme. Lors des repas gargantuesques que s'offraient les classes aisées tout au long du 19^e et au début du 20^e siècles, les femmes devaient montrer, pour être distinguées, des appétits d'oiseau. Quitte à manger avant d'aller au dîner ou au banquet où elles étaient conviées. La nourriture était affaire d'hommes, nourris, eux, par l'amour des femmes. Ajoutons que, comme par hasard, les costumes et les contraintes du corset avaient de toutes manières drastiquement réduit les capacités d'absorption des dames aux tailles de guêpe.

Nous voyons peu de femmes dévoreuses dans les publicités, ce rôle est dévolu aux enfants et aux hommes... Je ne vois pas encore d'images de voracité féminine. Tout au plus, on grignote une petite friandise, la volupté de manger n'étant montrée que lorsqu'on absorbe un produit allégé, amincissant ou « bon pour la santé ». On pourrait en déduire que la relation entre femmes et nourritures est faite de désirs et de contraintes, avec une forte charge émotive, oscillant entre satisfaction du désir et

culpabilité. Ce qui explique peut être aussi pourquoi les troubles dits « du comportement alimentaire » sont, dans une grande majorité, le fait de femmes et de femmes jeunes, du moins dans la culture occidentale. Pour les anthropologues, anorexie et boulimie, les deux faces d'une même médaille, sont le résultat d'une relation émotionnelle hypertrophiée vis à vis de la nourriture et de la cuisine. On peut également se demander s'il n'y a pas également un désir de vertige pathologique dans l'anorexie ou la boulimie. Dans l'absorption de nourriture, émotions, intensité, amour, sensations fortes sont des expériences recherchées, surtout par les femmes du modèle occidental contemporain, pour y trouver un plaisir dangereux et effrayant.

La nourriture devient dès lors un support d'expression pour manifester une contestation de l'ordre établi, une protestation; s'en priver ou l'absorber en quantités pour la rejeter deviennent de subtils exercices de pouvoir. Manipuler l'imaginaire du manger et du refus de manger pour en faire un exercice pratique d'affirmation de soi et de réaffirmation de son pouvoir sur l'existence témoigne de la force des représentations humaines. On peut ainsi constater la force politique de la grève de la faim.

L'émotion esthétique

Quelques cultures de la planète ont développé les techniques de transformation des aliments en un art revendiqué. Les deux principales actuellement sont la française et la chinoise. Il y en eut d'autres dans l'histoire, notamment les Perses qui ont influé sur tout le Moyen et le Proche Orient. Cuisines savantes, professionnalisées, et élevées à la catégorie d'art, comme la musique ou la peinture. La question est de savoir s'il existe une véritable émotion esthétique gustative. D'éminents gastronomes diront « oui ». Une émotion due au plaisir des sens, du goût, de l'odorat et de la vue, et même de l'ouïe, si on tient compte du plaisir qu'apportent le craquant et le croustillant. Mais cette émotion est réservée à quelques initiés, quelques cuisiniers, professionnels ou pas, le plus souvent des hommes, bien que les choses semblent être en train de changer dans ce domaine si longtemps masculin. L'esthétique gustative, tout comme l'olfactive (je pense au domaine complexe des parfums) s'apprend, et est donc le produit d'une culture et de ses valeurs. Les tentatives actuelles d'enseigner « le goût » aux enfants démontrent, s'il en était besoin, l'importance que notre société attache à l'existence de normes esthétiques reproductibles et vulgarisables.

La dimension ludique

Le jeu et l'émotion qu'il engendre entrent aussi pour une bonne part dans nos relations à la nourriture. Jean-Pierre Corbeau est un des rares à avoir abordé cette dimension ludique⁸. Jeu du rire d'abord. Nous le retrouvons dans les diverses formes de théâtralisation de la nourriture : on joue à faire *comme si*. La présentation des plats par exemple, déguisant leur contenu : aux festins du Moyen Age, le paon servi avec ses plumes, les pâtés renfermant des oiseaux vivants et, plus tard, les pyramides de fruits, de gâteaux, de fleurs en sucre mises en scène au cours des siècles suivants. Dans le même ordre d'idées, mêlant le désir, le sexe, la nourriture et l'humour, les histoires de belles courtisanes se présentant sur un plateau, servies comme un mets fin, décorées de sucre et de crème...

⁸ Voir notamment « Jeux et enjeux », dans [Penser l'alimentation](#) (Editions Privat, 2002, pages 103-115) et « [Les jeux du manger](#) », texte présenté par J.P. Corbeau au Congrès de l'AISLF (Association Internationale des Sociologues de Langue Française) à Tours en juillet 2004 (en ligne dans la rubrique Sciences humaines/Partenariats universitaires du site de l'Ocha)

Les pains et gâteaux en forme d'enfants, de femmes, de monstres, de parties du corps plus ou moins obscènes furent fréquents dans nos campagnes, satisfaisant des besoins de dévoration, et se retrouvent encore dans les bonshommes en pain d'épice et bien des biscuits consommés par les enfants. Jeu aussi, les noms de certains plats : pets de nonne et autres oreilles de curé, dégustés dans une hilarité générale. Il y a aussi des jeux de vertige, permettant d'accéder à une sorte de spasme ou d'étourdissement qui bouscule les frontières entre le soi et l'altérité, créant le plaisir dans l'ivresse ou dans la peur d'avoir été empoisonné. L'ivresse satisfait souvent des besoins émotionnels, exacerbe les sentiments ; dans nos cultures, elle s'associe au vin, et à d'autres alcools, nourritures liquides chargées de sens, éléments de base de la convivialité. La crainte, issue d'un jeu avec le risque et la peur, peut aussi être très présente dans les jeux avec les nourritures. Le meilleur exemple en est la consommation de *fugu* par les Japonais. Ce poisson, *Fugu rubripes* et *F. porphyreus* de la famille des diodons, contient dans ses intestins, son foie, ses ovaires et sa peau un poison mortel, une tétrodoxine, qui atteint rapidement le système nerveux et provoque la mort dans de très brefs délais. Des cuisiniers spécialement diplômés découpent soigneusement le poisson pour n'en servir que la chair, libérée des parties venimeuses. Les convives dégustent, frissonnant de plaisir et de crainte, effleurant l'émotion de la roulette russe. Tous les ans, on enregistre au Japon des décès consécutifs à la consommation de *fugu*. Plaisir du vertige, recommandé aux amateurs d'émotions fortes.

Manger l'autre ou avec l'autre

Nous l'avons vu plus haut, le partage de nourriture crée un compagnonnage : partage du même pain, établissant un lien entre individus. Dans nos cultures, la présence de vin ou d'autres boissons alcoolisées cimente le lien, déliant les esprits et avivant les émotions. Manger ensemble peut être l'expression de sentiments collectifs. Le repas, la cuisine, font aussi partie des rituels politiques, qu'il s'agisse d'alliances, de ruptures, d'établissement de souveraineté... Ce partage est à la base de la sociabilité humaine. En absorbant la même nourriture, on se met sur un pied d'égalité : mêmes plaisirs et mêmes risques. Cela peut aller jusqu'à la fusion : le principe du sacrifice et de l'incorporation de ce qui est sacrifié est au cœur des religions chrétiennes : manger l'autre, métaphoriquement cela s'entend⁹, est l'extrême expression de l'amour. Pour atteindre Dieu et l'immatériel, le vecteur de base est la nourriture, et ce de manière universelle, comme un dénominateur commun de l'humanité. La nourriture nous conduit au mystique.

L'exploitation de l'angoisse

Il y a plusieurs années déjà, Claude Fischler¹⁰ comme d'autres avant lui, insista sur le fait que les êtres humains sont anxieux face à la nourriture. Cette anxiété vient du fait qu'incorporer une substance est perçu comme nous menant inévitablement à ingérer ses qualités et ses défauts ; nous en tirons donc la conclusion que nous devenons donc ce que nous mangeons. Or c'est nous qui décidons d'avalier un aliment ou de le refuser, nous sommes donc responsables des effets qu'il aura sur notre organisme, et nous ne sommes pas toujours sûrs qu'il ne nous empoisonnera pas. D'où des motifs de craintes

⁹ quoi que...

¹⁰ Fischler C., *L'Homnivore*, Odile Jacob, Paris, 1989 ; *Manger Magique, aliments sorciers et croyances comestibles*, Autrement, Paris, 1994 ; [Pensée magique et alimentation aujourd'hui](#), Les Cahiers de l'Ocha, N°5, 1996

bien ancrés. Il me semble que les choses ne sont pas toujours si simples. Les cultures humaines passées et présentes ont toutes créé leurs catégories de *comestibles* ou *non comestibles*, et fait en sorte que chaque individu puisse apprendre dès la naissance ce qui sera pour lui aliment ou poison. Il n'a pas à décider de la comestibilité à chaque bouchée avalée. En revanche, il me semble qu'une anxiété diffuse, constante et réelle, a accompagné l'humanité durant des millénaires : celle du manque. Le problème majeur ne fut pas celui du poison mais celui de la rareté ou de l'absence de nourriture. La peur de manquer, la menace de la famine, furent un des thèmes majeurs des craintes humaines. Le pays de Cocagne et autres paradis représentant des lieux privilégiés où la faim n'existerait plus. Anxiété dès lors, pour la majorité des populations de la planète ne faisant pas partie de la poignée de nantis ou de chanceux ayant main mise sur les réserves quand il y en avait. Or il se trouve que, pour la première fois dans l'histoire de l'humanité, une partie du monde, celle des pays industrialisés, se trouve à l'abri de la faim. On sait aussi que, techniquement, nous pourrions nourrir la planète, le problème qui se pose n'étant pas celui d'une production insuffisante d'aliments mais celui de la distribution équitable. Que faire alors de cette vieille et traditionnelle angoisse du manque dans une société régie par le trop ? Nous vivons dans une société de pléthore, la surabondance de nourriture nous fait développer des pathologies spécifiques qui ont remplacé la malnutrition. Nous allons alors transférer notre bonne vieille peur du manque sur la peur du poison, et fixer à nouveau notre attention sur les conséquences de nos choix alimentaires pour notre santé. Angoisse encore, certes, mais de riches. Nous pourrions dire avec Jean Pierre Corbeau¹¹ que manger constitue, dans l'esprit collectif, « un jeu avec la mort, une ordalie, un risque parfois fatal mais valorisant, structurant sur le plan biologique et culturel lorsqu'on en réchappe » et que l'on maîtrise la production et la transformation de la nourriture.

De la crainte et de l'obligation de santé

Les médias, utilisés par les marqueteurs, producteurs, informateurs et autres politiques, ont tôt compris le rôle prépondérant des émotions dans nos relations avec les aliments et la nourriture en général. C'est le registre principal sur lequel se modulent publicités et informations. Nous avons vu plus haut comment on pouvait faire appel à une représentation particulière de la féminité pour vendre des produits alimentaires. On joue aussi sur du velours avec la publicité valorisant « le groupe familial » : soupières réunissant parents et enfants autour d'une table harmonieuse, complicité du petit déjeuner entre trois générations d'hommes d'une même famille, partage de biscuits avec le petit dernier et j'en passe.... Tout le jeu est sur nourritures et émotions.

Mais il y a plus que le jeu : de manière insidieuse, l'exploitation des émotions se fait sentir dans le devoir de norme et de santé. Nous nous trouvons dans une société où pour des raisons à la fois économiques, politiques, voire morales, les citoyens ont le devoir de bien se porter et de « gérer » leur capital santé au mieux. Pour ce faire, l'Etat prenant la figure de la bonne mère, va donner tous les conseils et indications de ce qu'il faut faire et ne pas faire, et encore plus particulièrement en matière d'alimentation. On a vu il y a quelques années, le pouvoir politico-médiatique au travail dans l'histoire de la vache folle initier une sorte de panique générale au sein de la population, ancrant, davantage s'il en était besoin, la crainte de la nourriture au sein de sociétés somme toute bien portantes. La peur est une émotion forte, basique, difficile à dominer, donc un outil de manipulation idéal.

11 Corbeau J.P. « Manger : les rêves, les transes et les folies », in Bastidiana, n°31-32 , 2001

Nous assistons aujourd'hui à un phénomène aussi intéressant que celui de la vache folle : la menace d'obésité. Médias et milieu médical sont unanimes : nous sommes tous des obèses potentiels, il y a danger public, y compris chez nos enfants, craignons la nourriture ! Nous devrions manger avec nos têtes et non plus simplement quand notre corps le réclame. Ce type de réflexivité à outrance, recommandé au nom de la santé publique, joue sur nos émotions comme sur du velours. Certes, il y a problème, certes les Occidentaux sont parfois plus gros qu'avant, certes leurs enfants aussi, mais cela ne veut pas nécessairement dire qu'ils sont en mauvaise santé. On applique une norme corporelle de poids et de taille qui ne correspond pas nécessairement à la grande variabilité des morphologies humaines.

En attendant, on a peur. Et cette peur engendre des comportements parfois étranges. Végétariens, végétaliens, macrobiotiques, crudivores, instinctothérapeutes, jeûneurs, en sont quelques exemples. Ces groupes ont fixé leur comportement sur la manière de se nourrir, qui devient l'emblème si je puis dire, de leur philosophie de la vie, et qui est née des émotions humaines. Un nouveau terme les désigne : « l'orthorexie » ou le « manger comme il faut ». Les plus extrêmes sont les « respiriens » qui, littéralement, sont sensés se nourrir de l'air du temps. Nous sommes là véritablement dans l'émotion pure et désincarnée. Nous y retrouvons d'anciens modèles de rejet de la chair, rejet de l'animalité, de l'humanité dans ce qu'elle a de biologique et vivant, désir de n'être que pur esprit. Le problème incontournable cependant, est que nous sommes, que nous le voulions ou non, des êtres de chair et de sang, de désir et de besoins, de contradictions et donc d'émotions, donc vulnérables et manipulables, pour le meilleur et pour le pire.

Notre relation affective à la nourriture, les émotions qu'elle provoque, la force de nos représentations dans ce domaine, font aujourd'hui le jeu des idéologies de tous bords. Comprendre le moteur de ces émotions, décrypter nos représentations, connaître l'histoire de nos goûts et nos dégoûts, nous aidera à aiguiser notre esprit critique et reprendre envers les nourritures terrestres des sentiments paisiblement et raisonnablement hédonistes.