

■ LE PLAISIR
ALIMENTAIRE

NON À LA PENSÉE UNIQUE
À TABLE !

Entretien avec Jean-Paul Laplace
page 1

CONTRE LA DIÉTÉTIQUE
COMPTABLE

Entretien avec Michelle Le Barzic
page 5

DU BON USAGE DES RÈGLES

Entretien avec Natalie Rigal
page 7

LE PLAISIR COMME MOTIVATION
ET RÉCOMPENSE

Entretien avec France Bellisle
page 8

AU PLAISIR DES COMMENSAUX

Entretien avec Claude Fischler
page 9

L'ÉTERNELLE QUÊTE DU PLAISIR
ALIMENTAIRE

Entretien avec Alain Drouard
page 10

UN PLAISIR INFÉRIEUR ?

Entretien avec Jean-Noël Dumont
page 11

MANDUCATE ET BIBITE

par Dominique de Gramont
page 12

■ CONSOMMATION
DES MÉNAGES

FINAL DE FÊTES
page 15

Le Bulletin de L'ILEC

UN COLLOQUE DE L'IFN

Le plaisir alimentaire

Non à la pensée unique à table !

L'Institut français pour la nutrition a organisé, le 12 décembre 2006, un colloque pluridisciplinaire sur le thème « Le plaisir, ami ou ennemi de notre alimentation ». Sa conclusion est que le plaisir, loin d'être le superflu de l'acte de manger, nous est indispensable.

Entretien avec Jean-Paul Laplace, président de l'IFN

Vous avez réuni des experts pour débattre sur le thème du plaisir dans l'alimentation. Quelles raisons ont motivé ce choix, à l'heure du « nutritionnellement correct » ?

Jean-Paul Laplace : Ces dernières années ont englué notre alimentation, et tout ce qu'elle comporte de spontanéité, de diversité, de joies et de cultures, dans une gangue d'inquiétude raisonneuse, brandissant la maladie et le respect d'une norme toujours plus restrictive comme des instruments de conversion au nutritionnellement correct. Il en est résulté une morosité aggravant l'angoisse des consommateurs, tellement inondés de messages plus ou moins scientifiques qu'ils oublient d'être à l'écoute de leur propre corps. C'est pour échapper à la morosité, sans nier le fait nutritionnel, que j'ai souhaité rééquilibrer l'information et mettre en valeur d'autres composantes essentielles de notre vie alimentaire. J'ai donc voulu que l'IFN fasse du plaisir le thème de son colloque 2006. Nous avons entendu les représentants de disciplines diverses⁽¹⁾. La convergence de leurs réponses conduit à conclure que le plaisir est une réalité biologique et psychologique qui nous est indispensable.

(suite page 3)

Au gai savoir nutritionnel

«Échapper à la morosité» alimentaire «sans nier le fait nutritionnel». Dans la patrie de la gastronomie, la formule qu'emploie ici Jean-Paul Laplace, le président de l'IFN, pour résumer l'enjeu du colloque qu'il a organisé en décembre dernier⁽¹⁾, semble indiquer que l'heure est grave. Morosité, déprime, ennui, procès et mises en garde : les plaisirs de la table avaient bien besoin du secours d'un gai savoir scientifique, de l'alliance, pour la cause, de la toge et de la toque. Car illustrant l'aphorisme pascalien, il semble que l'orthodoxie sanitaire, à trop faire l'ange, fasse la bête. A trop normer le comportement alimentaire d'un «mangeur rationnel» que Claude Fischler localise «surtout dans les têtes de certains médecins et responsables de la santé publique», l'angélique injonction, poussée à la limite, finit par n'être plus, dénonce Michelle Le Barzic, qu'une «tentative de défense contre une angoisse morbide : le contrôle de la nourriture [qui] donne l'illusion de contrôler le mal». Le mal en réchappe, mais le plaisir y succombe.

Rien de bien neuf au demeurant : il y a cent et quelques années, rappelle Alain Drouard, les hygiénistes voulaient voir dans l'alimentation dite moderne «la cause principale des maladies». Entre l'anorexie des mannequins et l'obésité au collège, aiguillonné par l'épizootie du jour ou la querelle des OGM, l'hygiénisme donne aujourd'hui figure à l'immémorial discours de la peur, avec toute la rigueur vindicative et le désordre doctrinal des périodes de crise religieuse. Mince n'est pas le mérite du maître queux et de sa pratique, qui persévèrent à croire en la réduction des sauces et la macération des viandes. L'esthétique goûteuse qu'ils cultivent les préserve des monstres. Avec elle, ils partagent la conviction augustinienne que rappelle Jean-Noël Dumont : «le plaisir est dans notre nature le signe de la liberté, car on ne peut forcer quelqu'un à jouir». Comme la liberté en politique, le plaisir est en alimentation le partage de tous. «Même les personnes âgées, remarque avec une belle espérance France Bellisle, sont susceptibles d'apprendre à aimer des aliments nouveaux.» La liberté, mieux que la contrainte, ajoute Natalie Rigal, est la pierre de touche d'une bonne éducation alimentaire, dont la méthode gagne à être «démocratique» plutôt qu'«autoritaire» ou «permissive». C'est plaider pour la juste mesure, qui vaut aussi dans l'économie des plaisirs. Une pincée de trop, et le plat est fichu.

La santé comme résultante de la liberté, plutôt que son substitut tyrannique au fronton de la République, pourrait servir de morale commune aux contributions réunies par l'IFN, entre philosophie, sociologie, histoire, psychologie, psychanalyse, science du comportement, nonobstant la psychiatrie, la physiologie et la neurophysiologie. Il n'aura guère manqué à leurs échanges qu'un éclairage théologique. Ce sera, en finale – et en complément à l'exposé de Jean-Noël Dumont –, la contribution de votre éditorialiste habituel en pages intérieures, si vous lui faites cette grâce.

François Ehrard

1) Les actes du colloque seront disponibles au printemps prochain à l'adresse www.ifn.asso.fr/publi/cadre.htm.

Vous dites que « le plaisir peut-être un levier précieux pour redonner du sens et de la cohérence aux usages alimentaires de nos sociétés déboussolées ». Quels seraient les acteurs de ce levier ?

J.-P. L. : Au-delà du plaisir biologique que procurent la satisfaction de la pulsion et la sensation de satiété, le fait de s'alimenter est l'occasion de multiples plaisirs, quand il intervient dans des conditions relativement codifiées par des usages socialement établis. Quel plaisir éprouve le citadin qui dévore un sandwich en se hâtant dans la rue tout en parlant dans son téléphone ? La bienséance devrait lui imposer de ne pas infliger à son interlocuteur des bruits de mastication. Un souci minimal de sa santé devrait l'inciter à s'asseoir, pour apprécier la saveur du pain et de sa garniture, en tirer une perception de réel rassasiement, plutôt qu'un poids sur l'estomac et l'impression de n'avoir pas mangé, faute d'y avoir prêté attention. L'apprentissage du temps retrouvé permet de redécouvrir les produits et les mets, toute la culture, le savoir-faire et parfois l'amour culinaire qui s'y attachent.

L'envie de partager ces émotions appelle la convivialité, autour d'une saveur, un parfum, une évocation, l'appel à une mémoire trop longtemps occultée. L'éducation dans une tradition, l'apprentissage des usages de table, le respect des codes du groupe, la bienséance par respect de l'autre, trop souvent vus comme des contraintes socialisantes, sont des occasions de plaisir et une source de mieux-être. Leur découverte renforce le sens et la cohérence des usages alimentaires.

Quelle responsabilité revient aux métiers de bouche ? Sont-ils, en dehors de la haute gastronomie, assez reconnus socialement ?

J.-P. L. : Dans un monde où la cuisine domestique cède le pas devant la commodité et la rapidité d'emploi de produits déjà élaborés, où la cuisine collective fait face aux exigences du nombre, de l'hygiène et de la nutrition, les métiers de bouche portent effectivement une grande responsabilité. Il leur appartient d'entretenir le savoir culinaire, l'art de marier les saveurs et de présenter les plats. Et de nous séduire en toutes circonstances, y compris lorsqu'ils apportent leur compétence à la mise au point de plats cuisinés industriels. Ils ne sont pas seuls, les métiers des arts de la table ont également un rôle à jouer, car la beauté des objets contribue au plaisir partagé d'une table conviviale. Mais leur contribution au bien-être collectif est assurément très insuffisamment reconnue dans une société dominée par les dogmes du nutritionnellement correct.

Comment la nutrition, longtemps considérée comme une « non-science », est-elle devenue une science, la nutrition médicale, entrée « dans notre quotidien, dites-vous, en semant le trouble » ?

J.-P. L. : Toutes les disciplines connaissent des évolutions de leur notoriété. La nutrition est d'abord une

grande fonction de l'organisme. C'est cette finalité qui a progressivement donné de la cohérence à différentes parties de la physiologie. Ainsi la physiologie de la digestion, la physiologie de l'ingestion et des comportements, la science des métabolismes, ont longtemps existé comme des disciplines quasi séparées. Progressivement, portée par l'endocrinologie et la neurobiologie, la connaissance des interrelations, régulations et influences réciproques qui unissent ces divers champs, a conduit à l'identité scientifique de la nutrition. D'abord qualifiée de non-science parce que présentée par ses détracteurs comme un agrégat pluridisciplinaire, cette connaissance globale a émergé sous l'identité de « sciences de la nutrition ».

Parallèlement, au fil des trente dernières années, la nutrition est devenue omniprésente. Instrument d'amélioration de l'alimentation (l'IFN a été créé en 1974 à cette fin), elle est aussi devenue élément de notoriété, argument publicitaire, promesse (ou menace) de santé. Longtemps mésestimée par la médecine, elle a probablement changé de statut le jour où, lors d'un congrès mondial sur l'obésité, celle-ci a acquis le statut de maladie, qu'on allait pouvoir soigner avec la leptine, ce messager du tissu adipeux récemment découvert. L'illusion a été de courte durée pour la leptine, mais l'obésité devenue maladie allait pouvoir devenir « épidémie », en l'absence d'agent de contagion. Le drame est que les mauvais usages alimentaires et les désordres nutritionnels qui la caractérisent ne répondent pas à la logique d'une thérapeutique simpliste (« une cible, une molécule active »). L'approche médicale de la nutrition, marquée par sa confrontation à des pathologies installées, et familière d'un discours sur le risque et la norme, n'est pas adaptée au message paisible d'une saine alimentation. Son amplification médiatique, dans une société angoissée, ne peut qu'accroître le trouble.

La loi sur l'obésité et son article 57 sur la publicité alimentaire vous semblent-ils de nature à faire reculer l'obésité ?

J.-P. L. : Hélas non ! Je me suis déjà exprimé à maintes reprises, dans des éditoriaux ou des interventions publiques, sur ces questions. L'affaire remonte à l'article 29 de la loi n° 2004-806 du 9 août 2004, relative à la politique de santé publique, complétant le Code de la santé publique (livre premier, deuxième partie, titre II) par un chapitre III intitulé « Alimentation, publicité et promotion ». L'article L. 2133-1 du code dispose désormais que les messages publicitaires télévisés ou radiodiffusés en faveur de boissons avec ajout de sucres, sel ou édulcorants de synthèse, et de produits alimentaires manufacturés doivent contenir une information à caractère sanitaire. Les annonceurs peuvent déroger à cette obligation par le versement d'une contribution au profit de l'INPES⁽²⁾, cette contribution étant égale à 1,5 % du montant des sommes payées par les annonceurs aux régies. Pudiquement appelée contribution, cette taxe,

dont les modalités de recouvrement ont été précisées à l'occasion de la préparation d'une loi de finances, est de fait une amende, infligée à qui ne voudrait pas véhiculer les messages de la pensée nutritionnelle unique.

D'un débat formé initialement autour des boissons sucrées et de la publicité télévisée, on en est venu à vouloir apposer le message sanitaire comme une marque d'infamie, sur tous les aliments jugés trop gras, trop sucrés ou trop salés, et en étendant le champ d'application aux publicités alimentaires de tous les médias, y compris Internet. La même obligation d'information s'impose à toute promotion, destinée au public, par voie d'imprimés et de publications périodiques.

Cette évolution me navre. Il convient de ne pas confondre le fait de s'alimenter, fondamentalement utile et nécessaire, et celui de fumer, par exemple, qui est non nécessaire et relève de l'addiction. Soit le message apposé sur les aliments est ignoré, et il est inutile, soit il est pris au pied de la lettre par des consommateurs angoissés qui y trouvent matière à amplifier leur désarroi, et il est néfaste. Ce n'est pas avec de telles gesticulations réglementaires que l'on infléchira la progression de l'obésité. Mais ne s'agissait-il pas d'abord de financer l'INPES et de préserver le budget de la Sécurité sociale ?

La « cacophonie diététique » que vous dénoncez ne fait-elle pas écho à la peur des consommateurs ?

J.-P. L. : Nous avons connu diverses grandes peurs liées à des risques sanitaires, encore que le risque perçu l'ait bien souvent emporté sur le risque réel, compte tenu de la vigilance et de la compétence exercées par tous les acteurs. J'ose espérer que les consommateurs n'en sont pas au stade de la peur lorsqu'ils se préoccupent de la justesse nutritionnelle de leur alimentation, car cela serait grave. Il est vrai que certains ne savent plus s'alimenter, parce qu'ils n'ont aucun repère. Et que beaucoup ont du mal à assimiler d'innombrables messages parfois perçus comme contradictoires ou mal interprétés pour des raisons de vocabulaire. Malheureusement, ces consommateurs de bonne volonté, qui cherchent à comprendre, sont parfois abusés par des messages totalement erronés, dénués de fondement scientifique, propagés par des gourous autoproclamés dont la stratégie consiste à fabriquer des peurs et à les exploiter.

Vous appelez de vos vœux un « bonheur alimentaire ». Peut-on conjuguer santé et plaisir ?

J.-P. L. : Santé et plaisir sont de bons amis. Simplicité, diversité et frugalité pourraient être les trois grands principes du bonheur alimentaire. Les choses les plus simples recèlent de grands bonheurs, qu'il s'agisse d'odeurs et de saveurs pour des aliments, d'effort ou de jeu dans une activité physique. Point n'est besoin de choses compliquées ou coûteuses. La diversité bien uti-

Nutrition pour tous

Grande première à l'IFN ! Fidèle à sa vocation de diffuseur de la connaissance dans le domaine de la nutrition et de l'alimentation l'Institut français pour la nutrition franchit un cap en s'adressant au grand public. Créé en 1974, l'Institut a mis d'abord en relation chercheurs et industriels, puis a élargi la diffusion de l'information à toutes les professions relais, médecins, enseignants, journalistes. Aujourd'hui, l'IFN entend dialoguer avec les consommateurs. « Une véritable rupture », souligne Jean-Paul Laplace, dont l'objectif est de « combattre les idées reçues, les rumeurs, les contrevérités » et de « donner des informations dénuées de tout intérêt commercial ».

« Le pain fait-il grossir ? » ; « Est-il normal de consommer du lait à l'âge adulte ? » ; « Comment lire une étiquette ? »... Contre la cacophonie des messages, et pour mieux faire connaître la composition des aliments, leurs effets sur la santé et nos besoins nutritionnels l'IFN a mis en ligne sur son site (www.ifn.asso.fr), après deux ans de travail, des réponses simples et objectives à deux cents questions que se posent les consommateurs et que reçoivent les services consommateurs des entreprises. Rédigées par une équipe pluridisciplinaire d'une vingtaine de personnes, chercheurs universitaires et scientifiques des industries agroalimentaires, elles constituent un outil précieux et accessible à tous publics. « Ces réponses se veulent les plus objectives, les plus consensuelles et les plus simples, loin du jargon scientifique », précise France Bellisle, présidente du groupe de travail et directeur du centre de recherche à l'Inra. Qui ajoute que « ce site est destiné aux consommateurs en bonne santé, car les pathologies ne sont pas abordées ». Pour ceux qui ne naviguent guère ou jamais sur Internet, un livre paraîtra prochainement en librairie.

lisée permet de trouver dans l'alimentation toutes les ressources nécessaires à une bonne santé, et de varier les plaisirs dans toutes les catégories d'aliments. La frugalité permet d'user de tout un peu, c'est-à-dire de multiplier les plaisirs sans que jamais ils deviennent aversion ou nuisent à la santé.

Quel sera le rôle de l'IFN dans la fondation qui sera créée avec l'Association nationale des industries alimentaires ?

J.-P. L. : La fondation dont l'Ania et l'IFN sont les principaux promoteurs, avec l'appui d'un éminent scientifique de l'Inra, le Pr Leverve, a pour objectif de permettre à de l'argent privé de soutenir des programmes de recherche, d'éducation, de prévention, sélectionnés par un comité scientifique indépendant. Comme dans toutes les fondations, des entreprises apportent les ressources financières, mais elles ne peuvent orienter l'usage

de leur apport à leur propre bénéfice. Le principe des fondations d'utilité publique permet, sous le contrôle de l'État, de découpler financement et action, au bénéfice de l'intérêt public.

Cet état d'esprit est celui que l'IFN a toujours pratiqué, veillant jalousement à son indépendance et à la liberté de parole de ses scientifiques, pour garantir son rôle de plate-forme de débat neutre et ouverte. L'IFN apporte dans la construction de cette fondation une expérience de plus de trente ans, et surtout un irremplaçable crédit dans l'action et le discours dont les acteurs de la chaîne agro-alimentaire ne disposent pas a priori dans l'opinion publique. L'IFN apporte par ailleurs la spécificité de sa méthode de travail, résolument orientée vers la pros-

pective, parfois dérangement mais toujours salutaire par les réflexions qu'elle suscite. Cette faculté de débattre librement, par groupes de travail et colloques, pour anticiper les évolutions de la société et de notre environnement, doit être préservée dans la fondation.

1) Le présent *Bulletin* donne un aperçu non exhaustif des disciplines dont le point de vue s'est exprimé lors du colloque.

2) L'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé est un établissement public administratif créé par la loi du 4 mars 2002. Son budget de fonctionnement, d'environ 100 millions d'euros par an, est financé « principalement » par l'État et l'Assurance maladie.

Propos recueillis par Jean Watin-Augouard 

Contre la diététique comptable

La médicalisation intempestive du comportement alimentaire, au mépris des besoins psychologiques et physiologiques des mangeurs, peut favoriser des troubles tels que l'obésité. Elle est le symptôme d'une angoisse morbide, dans un domaine qui requiert l'harmonie.

Entretien avec Michelle Le Barzic, psychologue clinicienne

■ *Quelle définition la psychanalyse donne-t-elle du plaisir ?*

Michelle Le Barzic : Pour Sigmund Freud, plaisir et sexualité sont indissociables. Le plaisir résulte de la satisfaction d'une pulsion, en soulageant la tension provoquée par le besoin, comme « l'apaisement de la faim ». Il émane de la satisfaction d'une « fonction physiologique essentielle à la vie ». C'est « l'excitation provoquée par l'afflux de lait chaud » dans la bouche du nouveau-né qui est à l'origine du plaisir oral, un des « moyens dont la nature se sert pour arriver à ses fins ». Freud souligne le caractère adaptatif du plaisir, qui va stimuler la pulsion alimentaire indispensable à la vie. Le plaisir oral est le prototype des plaisirs, en particulier sexuels, qui vont ponctuer l'existence de l'homme.

■ *Les finalités nutritive, hédonique et symbolique de l'alimentation ont-elles une portée universelle ?*

M. L. B. : C'est le propre de l'alimentation humaine que d'obéir à cette triple finalité, dès lors que la subsistance vitale est assurée. La fonction hédonique est en relation avec le développement de l'affectivité. Compte tenu de sa prématurité, le nouveau-né humain est incapable de se nourrir lui-même pendant une période dont la durée est sans égale chez les mammifères. Il est totalement dépendant des adultes qui l'entourent. La construction de sa personnalité va être influencée par l'atmosphère

affective dans laquelle se déroulent les soins nourriciers (alimentaires, corporels et éducatifs). De même que la survie individuelle est l'affaire de la famille, la subsistance collective est assurée par les traditions culturelles et techniques des groupes organisés en sociétés. L'organisation sociale autour du partage de la nourriture est à l'origine de la dimension symbolique de l'alimentation humaine. L'exploration et la domestication de leur environnement par les premiers humains, pour assurer leur subsistance et se la partager, sont consubstantielles à l'émergence des civilisations où s'accomplit le processus d'humanisation des sociétés humaines.

■ *La dimension nutritive n'est-elle pas trop privilégiée aujourd'hui ?*

M. L. B. : Le modèle médical appliqué à l'alimentation humaine la réduit à sa dimension purement nutritive, rationnelle et comptable. Il méconnaît l'importance de ses fonctions adaptatives, socialisantes et civilisatrices. Il impose des normes de corpulence et d'appétit aux mangeurs, sans tenir compte de la formidable puissance inconsciente, irrationnelle, qui édifie l'identité, l'intelligence et l'affectivité humaines, transmises par les traditions culinaires, de génération en génération, depuis les origines de l'homme. Les mangeurs qui tentent de se conformer aveuglément à ce modèle, au mépris de leurs besoins psychologiques et physiologiques, risquent non seulement de se gâcher le plaisir de manger, mais surtout de développer des troubles alimentaires du comportement qui peuvent eux-mêmes conduire à l'obésité.

■ *L'angoisse de l'incorporation a-t-elle encore cours ? Devant quels nouveaux risques ?*

M. L. B. : L'angoisse de l'incorporation est universelle

et éternelle. Manger est indispensable pour survivre et apaiser la faim – se *faire du bien*, mais c'est faire entrer de l'étranger à l'intérieur de soi qui risque de nous empoisonner – nous *faire du mal*. Il y a forcément de l'*inconnu*, donc du danger potentiel, dans cet *étranger*. D'une génération à l'autre, les traditions culinaires transmettaient les savoirs acquis sur les aliments comestibles et les modes de préparation qui les avaient rendus familiers. Il est rassurant de préparer soi-même sa nourriture, et plus encore de la cultiver soi-même, parce qu'on a le sentiment de contrôler *avec quoi et comment c'est fait*. Avec l'urbanisation et l'industrialisation technique et scientifique, la culture, la conservation et la préparation échappent au contrôle des mangeurs. Entre les scandales alimentaires (farines, hormones, etc.) et le discours médical sur les dangers de l'obésité et les maladies associées aux excès alimentaires (diabète, hypertension, cholestérol), les mangeurs sont bombardés d'informations qui les mettent en garde contre les risques d'une alimentation qui échappe à leur contrôle. Ils ont peur de faire mal et savent d'autant moins comment faire bien que les injonctions varient avec le temps et les experts. Et ils ne peuvent plus s'appuyer sur les modèles de comportement acquis dans la sécurité affective du cadre familial.

La diététique peut-elle être autre chose qu'une approche comptable ? Que sont la « restriction cognitive » et l'« orthorexie », et quels en sont les risques ?

M. L. B. : La diététique peut tout à fait être autre chose qu'une approche comptable, lorsqu'elle tient compte de la complexité des processus en jeu dans la fonction alimentaire humaine. La pratique le prouve, mais elle reste malheureusement le fait de quelques diététiciens d'exception qui ont su prendre du recul vis-à-vis du modèle médical dominant et enrichir leur pratique en se tournant vers d'autres disciplines. Malheureusement, la formation des diététiciens, telle qu'elle est conçue et pratiquée en France, est très inféodée à la nutrition médicale, et ses prétentions scientifiques nuisent à sa pertinence clinique.

La restriction cognitive est le comportement qui incite à choisir ses aliments, en quantité et en qualité, non pas en fonction de son appétit et de ses goûts, mais en fonction de ce que l'on croit être bon pour maigrir ou ne pas grossir. Le risque est de s'imposer des privations trop sévères et de craquer à la première occasion. On mangera alors plus que ce que l'on aurait mangé si l'on n'avait pas cherché à manger moins, et on risquera de grossir alors qu'on cherchait à maigrir. L'alternance de ces pratiques de jeûne entrecoupées d'excès peut faire le lit de troubles graves du comportement alimentaire, tels que la boulimie et l'anorexie mentale.

L'orthorexie (« manger droit ») est une rigidité alimentaire pathologique qui porte sur la quantité et la qualité des aliments considérés comme sains. Le discours médical et sanitaire sur la nourriture est appliqué jusqu'à

l'absurde, voire le délire, avec une rigidité pathologique. Individuel ou collectif, ce comportement est une tentative de défense contre une angoisse morbide : le contrôle de la nourriture donne l'illusion de contrôler le *mal*. Les sectes prônent souvent des rituels alimentaires aussi rigides que nutritionnellement aberrants. Chez les individus, l'orthorexie s'apparente aux TOC (troubles obsessionnels compulsifs).

Vous écrivez que l'alimentation, pour être « bonne à manger », doit être également « bonne à penser »...

M. L. B. : J'emprunte cette formule à l'anthropologue Claude Lévi-Strauss, qui a montré que les codes alimentaires des groupes humains traduisent leur façon de penser la place qu'ils occupent au milieu de l'univers et les relations entre les membres de leur groupe d'appartenance. Pour être bonne à manger, apporter la paix des sens et l'harmonie du corps, la nourriture doit être bonne à penser, c'est-à-dire assurer l'harmonie des relations entre soi, les autres et le monde. Les rituels et traditions culinaires étaient au service de cette double harmonie.

Le plaisir alimentaire est-il lié au fait de préparer les aliments soi-même ?

M. L. B. : Pas directement, mais la préparation des aliments peut contribuer au plaisir dans la mesure où elle participe à la familiarité de la nourriture, donc au sentiment de sécurité qui y est lié. Elle y contribue également en associant d'autres plaisirs au plaisir alimentaire : plaisir d'observer, de toucher, de transformer, de créer quelque chose, de montrer de la compétence, de faire avec et pour les autres, etc. Faire la cuisine rassure quelque un autant sur ses capacités à réussir quelque chose que sur sa capacité à contrôler la qualité de la nourriture qu'il consomme avec les siens.

Le chasseur-cueilleur avait-il, à manger, plus de plaisir que nous ?

M. L. B. : Sur ce point, nous sommes évidemment réduits aux hypothèses. Mais, sachant qu'il n'était pas assuré de manger tous les jours en quantité suffisante pour garantir sa survie et celle de sa progéniture, il y a tout lieu de penser qu'il éprouvait une satisfaction intense lorsqu'il pouvait manger à sa faim. Plus ou moins que nous ? Il existe à la fois trop d'inconnues et trop de différences pour qu'une comparaison soit légitime. Cependant, s'il est vraisemblable que l'exigence nutritive était plus importante, il est certain que ses plaisirs de table n'avaient pas encore été gâchés par une rhétorique médico-diététique anxiogène et culpabilisante !

Propos recueillis par Jean Watin-Augouard



Du bon usage des règles

Comment ajuster nos plaisirs (satiété, plaisirs sensoriel et relationnel) avec nos besoins ? En créant un contexte socio-affectif... démocratique.

Entretien avec Natalie Rigal, maître de conférences en psychologie à l'université de Paris-X

Pourquoi les nourrissons sont-ils capables de consommer avec plaisir sans excès ?

Natalie Rigal : Les bébés sont attirés par le gras et le sucré. Ils rejettent ce qui est peu nourrissant, voire ce qui présente une toxicité potentielle. Pendant leur première année de vie, ils sont capables d'une bonne capacité d'ajustement calorique, définie comme la capacité d'un sujet à commencer ses prises alimentaires et à les interrompre en fonction de ses signaux internes de faim et de satiété. Ils éprouvent du plaisir pour ce dont ils ont besoin. Sur le plan sensoriel, leur situation est idéale, ils ont du plaisir à consommer le lait maternel, qui est à la fois gras, sucré et composé d'odeurs familières liées au régime alimentaire de la mère. Sur le plan relationnel, la présence de celle-ci, son odeur, son toucher et l'intonation de sa voix montrent que l'attachement entre l'enfant et sa mère n'est pas seulement lié à l'oralité. Le plaisir est donc, ici, ami d'une bonne alimentation à la naissance : le petit de l'homme a du plaisir à consommer ce dont il a besoin dans un contexte relationnel serein.

Pourquoi perd-on cette capacité d'ajustement ?

N. R. : Nombre de travaux prouvent que la capacité d'ajustement calorique qui existait chez le nourrisson a tendance à s'amoindrir avec le temps. Mais il existe de fortes différences interindividuelles : certains enfants restent de bons régulateurs et d'autres deviennent de mauvais régulateurs. Au nombre des facteurs qui expliquent la dérégulation figure le contrôle que la mère exerce sur les prises alimentaires de son enfant : plus les mères contrôlent l'alimentation de leurs enfants, plus elles les éloignent de leurs signaux internes de faim et de satiété, pour les centrer sur des signaux externes (« Finis ton assiette », « C'est l'heure de manger », etc.). Pourquoi certaines mères contrôlent-elles plus l'alimentation de leurs enfants que d'autres ? La première raison tient aux préoccupations des mères pour leur propre poids, à leur propension au régime et aux restrictions, quel que soit leur indice de masse corporelle. Ce ne sont pas spécialement les mamans les plus lourdes, ce sont celles qui font des régimes qui ont tendance à mettre leurs enfants non pas en situation de régime, mais en situation de restriction. Il y a aussi une seconde raison : plus la maman perçoit sa petite fille comme en

risque de surpoids, plus elle va la contrôler. Les mères essaient de faire quelque chose, ce sont de bonnes mamans, alors elles vont s'employer à restreindre l'accès aux aliments riches et sucrés. Malheureusement, cela a un effet délétère, celui de perturber la capacité d'ajustement calorique. On tombe dans un cercle vicieux.

Pourquoi les fruits et les légumes font-ils moins envie que les gâteaux ?

N. R. : La dimension sensorielle joue un rôle au cours du développement : les enfants apprécient les aliments gras et sucrés, les féculents et les viandes. En revanche, ils ont tendance à rejeter les condiments et les légumes. On retrouve ce que l'on observait à la naissance, une attirance pour les produits denses, du plaisir à les consommer, et un rejet de ce qui est peu dense. En soi, cela ne devrait pas poser de problème, si ce n'est que, pour les produits denses, certains enfants ont perdu leur capacité d'ajustement calorique : ils risquent donc de les consommer en trop grande quantité. Pour les produits peu denses, il reste que le petit de l'homme est omnivore : il faut lui apprendre à les apprécier.

Quelle méthode éducative préconisez-vous ?

N. R. : Le processus qui fonctionne le mieux est celui de la consommation répétée : plus je goûte, plus j'aime. Avec des enfants entre deux et cinq ans, si on leur propose un aliment qu'ils ne connaissent pas et qu'ils goûtent cinq, dix, quinze, vingt fois, on constate une nette progression du plaisir au fur et à mesure des consommations. Six études, menées entre 2003 et 2006, ont posé la question d'une manière d'élever les enfants qui favorise la consommation de fruits et de légumes. La plupart de ces études comparent deux styles éducatifs : un style « autoritaire », qui impose des règles sans discussion ni prise en compte des desiderata de l'enfant, et un style « démocratique », où les règles sont toujours présentes, mais discutées et assouplies de temps en temps au gré des desiderata de l'enfant. Huit résultats sur douze laissent supposer qu'avoir des parents « démocratiques » favorise davantage la consommation de fruits et de légumes que d'avoir des parents « autoritaires ». Mais il y a également le style « permissif », dans lequel les parents n'imposent pas de règles : une étude a montré que les enfants de parents « permissifs » consomment très peu de légumes. Cela tend à établir que les règles sont importantes : que ce soit de façon autoritaire ou de façon démocratique, la règle est de dire : c'est cela que l'on mange aujourd'hui et rien d'autre. Cela permet une exposition répétée, or, comme on l'a vu, plus on consomme, plus on apprécie. Aussi les styles « autoritaire » et « démocratique » favorisent-ils plus la consommation de fruits et de légumes que le style « permissif ».

Mais pourquoi le style démocratique favorise-t-il plus cette consommation que le style autoritaire ?

N. R. : Certainement parce que, avec le style démocratique, les conditions socioaffectives sont meilleures. Dans le contexte de l'obésité et de la dictature de la minceur, un certain nombre de parents imposent de la restriction. Cette restriction, alors qu'ils pensent bien faire, a un double effet délétère : dérégulation de l'ajustement calorique et désinhibition : « Je n'ai pas le droit de manger, et quand tout à coup c'est en libre accès, je mange plus que ce dont j'aurais besoin. » Il convient de proposer aux enfants un modèle alimentaire dans lequel

la notion de plaisir est centrale. Ce plaisir sera régulé pour les aliments denses, il sera construit par apprentissage implicite. Dire aux enfants « mange, c'est bon pour la santé », on sait que cela ne fonctionne pas. Mieux vaut un modèle auquel les enfants peuvent s'identifier. On peut penser que le plaisir est le garant de conduites adaptatives mises en place de façon durable. Il ne nécessite pas de capacité cognitive évoluée, parce qu'il repose uniquement sur des renforcements positifs.

Propos recueillis par Jean Watin-Augonard



Le plaisir comme motivation et récompense

Il n'est de plaisir alimentaire sans le comportement du mangeur. Les sciences comportementales distinguent le goût de l'aliment du goût pour l'aliment. Pour lequel l'apprentissage personnel est déterminant.

Entretien avec France Bellisle, directeur de recherche à l'Inra, spécialiste des comportements alimentaires

L'aliment tout seul est-il la source du plaisir alimentaire ?

France Bellisle : Il peut l'être dans certains cas. Certains aliments, par leurs caractéristiques sensorielles ou dont les ingestions précédentes ont induit une satiété agréable, suscitent du plaisir. Ce plaisir repose à la fois sur les réponses des systèmes de perception sensorielle et sur l'expérience du mangeur. Cependant, le contexte de consommation d'un aliment contribue lui aussi à moduler le plaisir. Un repas partagé est souvent plus agréable que le même repas mangé en solitaire.

Comment les aversions et les préférences sont-elles déterminées ?

F. B. : D'une part par des mécanismes biologiques d'apprentissage, grâce auxquels les caractéristiques sensorielles des aliments sont associées par le mangeur aux effets métaboliques qui suivent l'ingestion. D'autre part, par les influences sociales, culturelles, ethniques, etc. qui existent dans l'environnement du mangeur, enfant ou adulte.

La faim peut-elle être source de plaisir ?

F. B. : D'aucuns le croient. Une faim modérée ressentie avant un repas agréable est source de plaisir. La faim intense et prolongée n'est pas source de plaisir, sauf dans des conditions pathologiques très particulières (anorexie mentale par exemple).

Dans une société d'abondance de l'offre, ne doit-on pas se ménager des moments d'ascèse pour vraiment goûter le plaisir ?

F. B. : Ascèse est un trop grand mot. Il n'y a rien d'ascétique dans le fait de manger aux repas, puis de laisser la faim revenir après un certain délai, avant le prochain repas. C'est ce que semblent faire la plupart de nos semblables dans des sociétés qui conservent un certain rythme des repas, alors qu'ils pourraient se gaver de sorte que la faim ne soit jamais ressentie. Ressentir cette faim modérée, en sachant que le repas qui va la soulager est proche, est très agréable.

Quels sont les types de stimulations externes qui nous conduisent à manger au-delà ou en deçà de nos besoins ?

F. B. : Les stimuli présents dans l'environnement ont une forte influence sur nos consommations, en présence ou en absence de faim. Il y a deux types de tels stimuli : ceux qui ont à voir avec l'aliment, et ceux qui n'ont rien à voir avec l'aliment. Dans le premier groupe, soulignons la stimulation venant de la présence dans l'environnement d'aliments continuellement disponibles, bon marché, et faciles à consommer ; les occasions festives de manger (« pot » entre collègues, boîte de chocolats que l'on partage, etc.) ; les publicités alimentaires ; la taille des portions ; la diversité sensorielle des aliments présentés au cours d'un repas... Dans le deuxième groupe, divers types de stimulation non alimentaire ont un effet sur la consommation : les mêmes personnes auxquelles on présente le même menu dans les mêmes conditions mangent 10 à 15 % plus si elles le font devant la télévision. Le fond sonore musical, dans certains restaurants, incite à manger davantage. On sait aussi que les restrictions et les interdictions alimentaires strictes imposées aux jeunes enfants par des parents bien intentionnés peuvent avoir pour effet d'inciter l'enfant à manger en l'absence de faim, un comportement qui peut affecter le contrôle du poids à long terme.

■ *Qu'est-ce qui procure le plus de plaisir à un enfant : un repas à table en famille, ou le grignotage devant la télévision ?*

F. B. : Tout dépend des circonstances. Un repas à table en famille peut être très agréable, pourvu que l'atmosphère soit détendue, que l'enfant se sente libre de manger selon sa faim et ses goûts, sans se forcer ni risquer de punition, et que le repas ne soit pas l'occasion de régler les conflits entre les membres de la famille. Le grignotage devant la télévision peut faire plaisir aussi, mais c'est souvent plus un comportement habituel, presque inconscient, qu'une véritable source de plaisir. Un aliment qui fait vraiment plaisir, on fait attention quand on le mange, ou c'est vraiment dommage !

■ *Des études montrent que l'enfant valorise l'aliment « récompense » au détriment de celui dont la consommation est récompensée, donc le dessert au détriment des légumes. Mais il existe aussi un goût inné pour le sucré. Comment se combinent ici l'inné et l'acquis dans la sensation de plaisir, et quelle est la plasticité des comportements ?*

F. B. : Il faut bien comprendre que les goûts et les rejets alimentaires sont en perpétuelle évolution. A la naissance, tous les nourrissons ont un réflexe d'acceptation d'un liquide sucré et de rejet d'un liquide amer. Ces stimuli ne sont pas vraiment des aliments. A partir du moment où de véritables aliments sont présentés à

l'enfant, celui-ci élabore sa propre hiérarchie de préférences et de rejets, en fonction de multiples facteurs, au nombre desquels les qualités sensorielles sont importantes, mais non décisives. Chez l'adulte, le goût continue d'évoluer pendant toute la vie. Un adulte peut changer de pays, de culture, d'environnement, et développer des préférences pour des aliments auxquels il n'a pas été exposé pendant sa jeunesse.

Le fait qu'un aliment soit valorisé (par exemple, celui que les parents utilisent comme récompense) facilite le développement d'un goût pour cet aliment. L'influence des pairs est également très importante. Un mangeur peut développer des goûts pour les aliments qu'il consomme régulièrement avec sa bande de copains. Même les personnes âgées sont susceptibles d'apprendre à aimer des aliments qui sont nouveaux pour elles : par exemple le boudin antillais proposé à l'occasion d'une fête à la maison de retraite est susceptible d'avoir un grand succès. Cette plasticité est l'un des atouts qui ont permis à notre espèce de survivre dans toutes sortes d'environnements. Notons cependant que les goûts alimentaires développés par l'enfant (la tarte aux pommes de sa grand-mère) resteront toujours l'objet d'une attirance indéfectible.

Propos recueillis par Jean Watin-Augouard



Au plaisir des commensaux

■ **E**n matière alimentaire, le plaisir semble mieux perçu en France que dans d'autres cultures. Il est fondé sur le partage, la convivialité, alors que les pays anglophones privilégient la relation individuelle à l'alimentation, vécue comme une tentation.

Entretien avec Claude Fischler, directeur de recherche en sociologie au CNRS

■ *Pourquoi le plaisir alimentaire est-il mieux perçu en France que dans d'autres cultures ?*

Claude Fischler : Parce que la France, de tous les pays de tradition catholique, semble l'un de ceux où le modèle du repas communal, pris à heure fixe et selon un ordre relativement stable, est le plus valorisé et vivace. Cette ritualisation fondée sur l'idée de partage légitime le plaisir : le plaisir partagé est un plaisir noble, qui est réputé renforcer le lien social.

■ *Le temps alimentaire diffère-t-il selon les cultures ?*

C. F. : Considérablement. Quatre-vingt-seize minutes par jour en France, quarante-deux aux Etats-Unis. Le temps consacré à la préparation du repas diminue partout, y compris en France. Celui consacré au repas lui-même est assez stable en France.

■ *Les sociétés marquées par le catholicisme appréhendent-elles le plaisir à table autrement que les sociétés protestantes ?*

C. F. : C'est tout à fait ce que semblent indiquer nos données. Lorsque nous demandons à un échantillon américain, à un britannique, un allemand, un suisse, un français et un italien : « Bien manger, pour vous, c'est quoi ? », nous obtenons, en schématisant, des réponses diétético-nutritionnelles aux Etats-Unis (surtout) et en Grande-Bretagne, l'éloge du plaisir convivial en France et en Suisse francophone, celui des bons produits en Italie, et un peu de tout cela en Allemagne.

■ *La commensalité et la convivialité sont-elles des valeurs caractéristiques du seul modèle français ?*

C. F. : Nous avons trouvé ces thèmes chez les Francophones de notre échantillon, suisses comme français. Mais l'éloge de la table et de la sociabilité est aussi présent dans certaines réponses allemandes et italiennes.

■ *Le « mangeur rationnel » existe-t-il ?*

C. F. : Il existe surtout dans les têtes, celles, semble-t-il, de certains médecins et responsables de la santé publique. On a longtemps fait comme s'il allait de soi qu'il suffisait de faire appel à la raison des individus, de

les informer de manière adéquate, pour obtenir des modifications satisfaisantes des pratiques et des comportements alimentaires. On se rend compte aujourd'hui que, en matière alimentaire, nous réagissons à notre environnement autant ou plus que nous n'agissons consciemment et rationnellement. De surcroît, dans cette réactivité, nous sommes apparemment individuellement très différents les uns des autres. D'où l'idée, aujourd'hui, d'agir sur l'environnement plutôt que de seulement chercher à s'adresser individuellement à tous et à chacun.

L'obésité n'augmente-t-elle pas à mesure que la médicalisation de la nutrition s'en occupe ?

L'éternelle quête du plaisir alimentaire

L'histoire du plaisir alimentaire est liée aux mots employés pour le décrire. L'évolution de leur sens témoigne de son ambiguïté, tout à la fois condamné et exalté.

Entretien avec Alain Drouard, historien de l'alimentation, directeur de recherche au CNRS

Comment les mots employés pour décrire le plaisir de manger ont-ils évolué ?

Alain Drouard : Jusqu'au début du XIX^e siècle le français a utilisé plusieurs mots pour désigner les plaisirs de manger : « gueule », du latin *gula* qui a donné « goulu » ; « gourmand », qui désigne celui qui mange avec avidité et excès (ce terme s'appliquant aussi bien à l'animal qu'à l'homme), et « gourmet », celui qui connaît et sait apprécier les vins et par là la qualité des mets et de la table. Il y a aussi le mot « friandise », à propos des choses qu'on mange seulement par plaisir, pour les distinguer de celles qu'on mange par besoin.

Le mot « gourmand » viendrait de l'ancien français *gourmat* qui signifiait « valet » puis « valet de marchand de vin », et par extension « connaisseur en vin ». Quand le gourmand et la gourmandise ont-ils été rattrapés par les péchés capitaux ? Ne dit-on pas « gourmander » pour « réprimander » ?

A. D. : L'étymologie de gourmand est incertaine, pour ne pas dire inconnue. Dauzat suppose que la racine du mot est la même que celle de gourmet. Si dès les premiers siècles de l'ère chrétienne la gourmandise est l'un des sept péchés capitaux, elle n'a pas la même importance chez tous les théologiens. Il faut attendre le XVII^e siècle pour que gourmander signifie réprimander.

Observe-t-on sur une longue période des cycles de condamnation et d'exaltation du plaisir ? Et des temps de contrôle, de prévention du plaisir à table ?

A. D. : Dans la société chrétienne, le plaisir alimentaire a été à la fois condamné – un péché – et en même

C. F. : C'est la formule de Mme Le Barzic. Celle de M. Basdevant est, je crois : médicaliser la vraie obésité, démedicaliser l'alimentation.

L'interdit sanitaire est-il en train d'investir la place de l'interdit religieux, la santé des corps suppléant le salut des âmes ?

C. F. : Il y a longtemps qu'il existe une confusion, ou une concurrence, entre *sanitas* et *sanctitas*, santé et sainteté, le sain et le saint...

Propos recueillis par Jean Watin-Augouard 

temps exalté, puisque l'interdit a toujours entraîné ou suscité le désir et la tentation. Dans *le Gastronomes français* (1828), Balzac a parfaitement montré les liens entre l'interdit et le plaisir de la table. Les grandes époques de la religion rappellent les plaisirs et la franchise de la table. La gourmandise s'associe à toutes les solennités ; elle fait le fond de toutes les cérémonies, elle est de toutes les fêtes : l'Épiphanie est dédiée aux gâteaux, la Circoncision aux dragées, Pâques à l'agneau, aux jambons et aux œufs, la Saint-Martin aux oies grasses, etc. On jeûne la veille de toutes les fêtes pour préparer son estomac ; et pour un gourmand régulier, c'est une sorte d'obligation de se donner, le grand jour, une sainte indigestion. Cela s'appelle se décarêmer, et il n'appartient qu'aux connaisseurs de savourer tout ce que ce mot a de sensuel. Ce n'est donc point vers une perfection chimérique et contraire à ses œuvres, ce n'est point vers des privations contre nature que le père des humains élève les désirs des enfants, c'est à des besoins journaliers, à des plaisirs qui leur sont propres qu'il attache les devoirs qu'il impose.

Les pays latins se singularisent-ils par rapport aux pays anglo-saxons où prévaut le puritanisme ?

A. D. : On ne définit pas l'aliment de la même manière dans les pays latins et dans les pays anglo-saxons. Comme l'a montré le grand nutritionniste français Jean Trémolières, le mot *food* désigne l'apport nutritionnel – *food is fuel* –, tandis que le mot aliment, en français, a une signification symbolique. Nous mangeons quelque chose qui contient certes des nutriments, mais qui doit être aussi appétant.

Quand la gastronomie apparaît-elle ? Sa finalité a-t-elle évolué ?

A. D. : Forgé sur *nomos* (« loi » en grec) et *gaster* (« ventre »), la gastronomie est la loi ou la règle du

ventre. Après une première mention en 1623, le mot apparaît vraiment dans le poème en quatre chants de Joseph de Berchoux (1775-1838) *la Gastronomie ou l'Homme des champs à table*, paru en 1800. La gastronomie s'adresse d'abord aux amphitryons et à ceux qui veulent le devenir, notamment les nouveaux riches sans éducation ni bonnes manières. Plus qu'un discours sur l'art de faire bonne chère, elle est un moyen d'acquiescer et de manifester un statut social. La gastronomie, qu'il ne faut pas confondre avec la gourmandise, est donc un code de politesse gourmande qui permet de réconcilier l'ancienne classe dirigeante, l'aristocratie, avec la nouvelle, la bourgeoisie. Sa finalité a évolué depuis l'époque qui l'a vue naître. Aujourd'hui, l'enjeu est de redéfinir la gastronomie.

De quand datez-vous l'apparition de la science de la nutrition et le procès de l'alimentation « moderne » ?

A. D. : La science de la nutrition est née avec la chimie organique de Lavoisier à la fin du XVIII^e siècle, et s'est développée tout au long du XIX^e siècle. Elle a eu pour conséquence de donner une nouvelle définition des aliments et d'en changer les représentations. Le procès de l'alimentation « moderne » est instruit à la fin du XIX^e siècle et au début du XX^e siècle par des médecins inspirés par le végétarisme et le naturisme, dont le porte-

parole le plus connu fut en France le docteur Paul Carton (1875-1947).

Le mot « suralimentation » apparaît à la fin du XIX^e siècle. La crainte de l'obésité est-elle ancienne ?

A. D. : La suralimentation apparaît dans le discours des médecins naturistes et hygiénistes comme la cause principale des maladies. La crainte de l'obésité et l'obsession de la minceur vont de pair avec la saturation des besoins alimentaires, atteinte en Occident à la fin du XIX^e siècle.

Jadis les « gros » étaient l'élite, et les « maigres » étaient les pauvres. Aujourd'hui, peut-on dire « classe obèse, classe pauvre » ?

A. D. : Une telle équation n'est pas de mise en histoire, même si nombre d'enquêtes soulignent le lien entre obésité et populations défavorisées.

« Nos ancêtres les Gaulois » mangeaient-ils sans inquiétude liée à une quelconque nocivité des aliments ?

A. D. : Il est bien difficile de répondre, puisque nous ne connaissons les Gaulois que par ce qu'ont dit ou écrit leurs ennemis romains !

Propos recueillis par Jean Watin-Augouard



Un plaisir inférieur ?

Le plaisir n'est jamais simple, car il est toujours signe. Mais est-il en lui-même un indice du bien ? La philosophie en a discuté.

Entretien avec Jean-Noël Dumont, agrégé de philosophie, directeur du Collège supérieur de Lyon

L'étymologie du mot « plaisir » est « plaire » et « rendre sa part ». Quelle définition la philosophie en donne-t-elle ?

Jean-Noël Dumont : Vous devinez que les définitions sont légion. On peut reconnaître deux grandes conceptions. Soit le plaisir est compris comme la suppression d'un mal, la résolution d'une tension, soit il est compris comme la découverte d'un bien, une rencontre. Pour ma part, je retiens la définition d'Aristote, qui définit le plaisir comme le mouvement non empêché du vivant vers sa fin. Cela suppose qu'il en a une. L'éducation aristotélicienne commence par l'éducation du plaisir, savoir prendre plaisir aux choses qui conviennent.

Platon a-t-il quelque chose à nous dire sur le plaisir alimentaire ? En quoi le Philèbe est-il un texte fondateur ?

J.-N. Dumont : Le *Philèbe* est en effet le grand texte de l'antiquité sur le plaisir. Il fait écho aux querelles des

disciples de Platon dans l'Académie, qui se demandaient si le plaisir est le bien suprême. D'autres disaient que le sage doit fuir les plaisirs. La réponse de Platon est mesurée et éclairante. La sagesse ne peut être sans plaisir, mais le plaisir a des degrés de qualité. Les plaisirs supérieurs sont précisément ceux qu'aucun manque ne précède, comme le plaisir esthétique. Platon ne pense pas grand bien du plaisir alimentaire, il dénonce les cuisiniers comme des flatteurs qui nuisent à la santé. Au début du *Banquet*, Socrate invite à converser plutôt que de s'empiffrer.

L'alimentation est-elle seulement un plaisir inférieur parce qu'il est lié au besoin ?

J.-N. Dumont : Dans la mesure où manger et boire sont liés au besoin, le plaisir n'y est jamais sans douleur. Pour boire avec plaisir il faut avoir soif ! On est pris dans une alternance de plaisir et de douleur, comme celui qui gratte frénétiquement ses démangeaisons, ne sachant plus s'il jouit ou s'il souffre.

Quelle est l'apport du christianisme, et particulièrement de saint Augustin, à propos du plaisir ?

J.-N. Dumont : Le grand apport du christianisme à la philosophie, c'est l'idée de personne, c'est-à-dire, du

fait de l'incarnation du Christ, la pleine intégration de l'âme et du corps. On mange beaucoup dans les Évangiles, on est loin de Platon. L'image du Salut est le banquet. Aussi Augustin, contre les stoïciens et contre Platon, réhabilite-t-il les passions. Dont le plaisir. L'argument est fort : le plaisir est dans notre nature le signe de la liberté, car on ne peut forcer quelqu'un à jouir.

La pensée mécaniste et le protestantisme ont-ils tué la notion de plaisir ?

J.-N. Dumont : Il faut se méfier des simplifications, mais il est vrai que le mécanisme qui prévaut à partir du XVII^e siècle rend inintelligible le plaisir. Le mécanisme pense la nature comme les rapports de forces sans direction ni but. Le désir est alors pulsion, ou attirance. Pulsions aveugles, force naturelle exaltante ou aliénante, selon les regards. Qu'on pense aux mécaniques sadiennes. Sade est un puritain qui voudrait la jouissance sans l'abandon. Il est reconnu que le protestantisme a préparé le terrain de la science mécaniste. Pourquoi ? Parce qu'aux yeux du protestantisme la nature, totalement privée de la grâce, est livrée aux forces aveugles du péché. Le plaisir aux yeux du catholicisme est au contraire la trace de la grâce dans la nature. La réponse catholique au protestantisme a été le baroque.

L'objectif de plaisir « ici et maintenant » s'impose-t-il quand se dissipe l'espérance dans un au-delà ?

J.-N. Dumont : Sans doute celui pour qui l'existence n'a pas d'horizon spirituel est-il plus que d'autres tenté par la puissance d'oubli que comporte le plaisir. Le sentiment de l'à-quoi-bon en jette beaucoup dans l'alternance de l'exaltation, de l'ivresse et de la gueule de bois.

On veut nous faire croire que le plaisir est chose simple, mais on sait bien qu'il est des plaisirs tristes, que le plaisir est un lieu crucial de l'exercice de la liberté, signe que ce que l'on vit a du sens. Si le signe est vide, l'expérience peut être amère.

Existe-t-il de nouveaux plaisirs ?

J.-N. Dumont : L'idée de nouveaux plaisirs est curieuse. Sans doute le plaisir nous reconduit-il à ce qu'il y a de plus archaïque en nous ! Mais il est vrai que nos corps changent, libérés des charges du travail physique, à l'abri pour certains de la précarité. Ils se redressent, ils s'allongent, deviennent plus sensibles. Or nous sommes ainsi conduits à vivre la disjonction du sentir et de l'agir. Emotions raffinées de spectateurs qui jouissent sans agir.

Vous évoquez un « discours convenu qui veut que tout ce qui est plaisir soit bon ». Est-ce vraiment un « hédonisme obligé » qui s'impose au mangeur, ou au contraire le discours de la norme diététique ?

J.-N. Dumont : On entend les deux discours. Tous deux erronés. L'erreur de l'hédonisme obligé est de nous faire croire que le plaisir est simple. L'erreur du nutritionniste scientifique est de croire que c'est un organisme qui assimile des éléments, alors que c'est une personne qui partage des aliments. Le plaisir est signe, manger le meilleur repas avec quelqu'un qu'on ne peut pas... avaler lui retire tout agrément.

Propos recueillis par Jean Watin-Augouard



« Manducate et bibite »

Puisque le philosophe, une fois n'est plus coutume, fait référence à l'Incarnation, il fallait bien qu'un théologien, lecteur du *Phédon* (sur l'âme) aussi bien que du *Philoète* (sur le plaisir) lui fit écho.

Il s'agit d'abord, pour traiter du plaisir dans l'optique chrétienne, de lever une ambiguïté. Le christianisme est souvent présenté, surtout par ceux qui ne croient pas au ciel, comme une purge, un sacrifice, un dolorisme. Le contraire du plaisir et, en particulier de l'hédonisme manducatoire, réduit, par les héritiers du petit père Combes, au fait de « bouffer du curé ».

La purge, le Christ fait allusion de façon très réaliste à ses vertus purificatrices, lorsqu'il s'écrie en Matthieu (XV, 17) : « Ne comprenez-vous pas que tout ce qui pénètre dans la bouche passe dans le ventre et est rejeté aux lieux d'aisance ?

Mais ce qui provient de la bouche sort du cœur et c'est cela qui trouble l'homme. Car c'est du cœur que sortent les mauvaises pensées... » Le péché ne consiste pas à manger, pas même le jour du sabbat (Mc, II, 23), mais à exhiler le mal lorsque, dans le cœur, il a pris la place où la tradition ascétique voit le lieu de la rencontre avec Dieu⁽¹⁾, la théosis. Le sacrifice, celui du bélier (en lieu et place d'Isaac) et surtout celui de l'agneau pascal, figure de l'agneau qu'est le Christ lui-même, joue un rôle central dans l'économie divine, tant l'offense faite par l'homme, en l'espèce Adam, à Dieu est grave. A ce point qu'elle corrompt l'humanité entière⁽²⁾, laquelle, dans ces conditions, ne peut être rédimée que par Dieu lui-même. Pour autant, le christianisme est tout le contraire d'une ataraxie sacrificielle. René Girard a fait litigieuse de cette idée. Contrairement au meurtre rituel du bouc émissaire

qui est coupable, parce que chargé des fautes de la communauté et immolée par celle-ci pour sa purification, le Fils de l'homme est innocent. Il prend sur lui les péchés de l'humanité, afin de la racheter en un acte unique et définitif. Il n'est pas « *contraint chaque jour, comme les grands prêtres, d'offrir des sacrifices, d'abord pour ses propres péchés, ensuite pour ceux du peuple, car cela il l'a fait une fois pour toutes en s'offrant lui-même* » (Hb, VII, 27).

Dolorisme enfin. Quiconque a suivi les processions pénitentielles à Sartène ou à Séville, visité les églises coloniales du Pérou ou d'Equateur, contemplé les œuvres de Zurbaran, ne peut éluder la question du dolorisme. Le désespoir du moine a un nom, c'est l'acédie ; celui du fidèle un autre, c'est la déréliction ; celui du Christ est l'athéisme, lorsqu'il s'écrie sur la croix : « *Mon Dieu, mon Dieu, pourquoi m'as-tu abandonné ?* »⁽³⁾. Le Christ doit s'anéantir en tant qu'hypostase divine, au sens propre du terme, devenir négation de lui-même, autrement dit a-thée⁽⁴⁾ par sa projection dans la seule condition humaine, et de là connaître la mort, à seule fin de mieux reparaitre en gloire à la droite de Dieu, ayant vaincu la mort. C'est pourquoi le christianisme n'est pas doloriste. C'est un hymne à la vie, mais à la vie éternelle rendue manifeste sur terre, au troisième jour. Folie de l'économie divine, selon Athanase ou Irénée, car « *Dieu est devenu homme pour que l'homme puisse devenir Dieu* ». Rien de moins.

Les esprits chagrins objecteront qu'il y a loin de l'absence de douleur à l'expression du plaisir, surtout celui du corps. Et de souligner que l'ascète passe sa vie à jeûner et tout bon orthodoxe à réfréner ses appétits, le vendredi, voire le mercredi durant le grand carême ou le petit. Rien n'est plus vrai, mais rien n'est plus faux⁽⁵⁾.

Le mémorial chrétien est instauré le soir du jeudi saint. Avec ses disciples, le Christ participe au *sedér*, repas rituel de la Pâque juive, la fête de Pesah qui célèbre la fuite d'Égypte, lorsque le peuple élu qui fut nourri pendant quarante années au désert, grâce à la manne reçue du ciel, échappa à l'exil et à l'esclavage. A y regarder de près, les personnages de l'Évangile passent leur temps à manger. Le premier miracle accompli en saint Jean par le Christ, à Cana, intervient à l'occasion d'un festin de mariage, lorsque vient à manquer non pas le nécessaire, la nourriture, mais le superflu, le vin. Le Fils de l'homme n'y va pas par quatre chemins. « *Il y avait là six jarres de pierre destinées aux purifications des Juifs, et contenant chacune deux ou trois mesures* » (Jn, II,6), soit, au bas mot, de 480 à 720 litres ! Tout comme la grâce, le vin est distribué en abondance. Et en qualité aussi. A preuve la remarque de l'intendant qui interpelle le marié et lui dit « *Tout le monde sert d'abord le bon vin, et quand les gens sont ivres, le moins bon. Toi tu as gardé le bon vin jusqu'à présent* » (Jn, II,10). Surabondance de la grâce ! Confirmée lors de la première multiplication des pains. Le Christ, qui s'était retiré découvre qu'une foule l'avait suivi « *et il eut pitié d'eux et guérit les infirmes* » (Mt, XIV, 14). Mais voici que le soir

s'avance et que les estomacs se rebellent. Lors, le Messie, sollicité par les apôtres, « *ayant pris les cinq pains et les deux poissons, levé les yeux au ciel, il prononça la bénédiction et, ayant rompu les pains, il les donna aux disciples, et les disciples aux foules* » (Mt, XIV, 19). L'évangéliste scrupuleux de noter que cinq mille hommes furent ainsi rassasiés et que furent remplis douze couffins avec les morceaux qui restèrent. Superlative surabondance de la grâce ! Le caractère eucharistique des scènes évoquées, à travers le vin et le pain, ou surtout les paroles du Christ lors du miracle, reprises mot pour mot dans le canon de la messe selon Pie V⁽⁶⁾, marquent clairement le caractère eucharistique de la prise d'aliments. Quiconque en douterait tiendrait le rôle d'un des Pharisiens de saint Jean qui, entendant le Christ dire « *Moi, je suis le pain, le pain vivant descendu du ciel ; si quelqu'un mange de ce pain, il vivra à jamais ; et le pain que moi je donnerai c'est ma chair, pour la Vie du monde* », se récrient : « *Comment... cet homme peut-il donner sa chair à manger ?* » Juristes et positivistes, les Romains accusèrent les chrétiens d'anthropophagie. Eux, au moins, avaient compris le caractère manducatoire, alimentaire et physique de la religion nouvelle.

Tout cela, selon les sceptiques, n'intéresse cependant que ce bas monde, mais pas le « siècle à venir ». Que nenni ! Le Christ ressuscité se signale en Galilée aux disciples qui ne le reconnaissant pas, en leur demandant, dans l'appendice de l'évangile de Jean : « *Enfants, n'auriez-vous pas quelque chose à manger ?* » (XXI, 5). L'évangéliste d'ajouter : « *Vient Jésus, qui prend le pain et le leur donne, et du menu poisson pareillement* » (XXI, 13). Curieuse façon de se faire reconnaître pour le supplicié, de retour de l'Enfer⁽⁷⁾ ! Chez Luc, les choses vont plus loin encore dans la symbolique manducatoire. Décidé à montrer qu'il n'est pas pur esprit, le Christ, ressuscité dans son corps de gloire, demande : « *Avez-vous ici quelque chose à manger ?* » « *Ils lui remirent un morceau de poisson grillé. Et l'ayant pris, il le mangea devant eux* » (XXIV, 41). Pourtant, en conclusion de son évangile, Jean rapporte que Jésus, enfin reconnu par Marie-Madeleine, qui sans doute le presse physiquement, lui lance : « *Cesse de me toucher, car je ne suis pas encore monté vers mon Père* » (XX, 17). Autrement dit, le Dieu homme qui traverse les murs avec son corps glorifié⁽⁸⁾ ne peut pas même être touché, mais l'homme Dieu ne trouve de meilleure manière de s'attester lui-même que de manger. Cette apparente contradiction prouve qu'il agit de manière humaine et eucharistique à la fois.

Le christianisme est donc incontestablement lié au repas, à l'ingestion alimentaire, surtout dans l'orthodoxie, dont les fidèles consomment immédiatement les saints dons, ignorant l'exposition du saint sacrement. Pour autant, a-t-il quelque chose en commun avec le plaisir ? La réponse sera encore positive. A contrario d'abord. Le jeûne, pour le Christ, n'a aucune valeur chez celui qui s'en fait gloire. Il ne vaut que par l'apparence de son contraire : « *Pour toi, quand tu jeûnes, parfume ta tête et lave*

ton visage, afin de ne pas laisser voir aux hommes que tu jeûnes. » Renversement des valeurs typique des Béatitudes selon Luc (mais pas selon Matthieu, moins réaliste) : « Bienheureux, vous qui avez faim maintenant, parce que vous serez rassasiés » (Lc, VI, 21). Tout cela paraîtra cependant bien contourné aux sceptiques qui cherchent plutôt le vrai plaisir, non dans un besoin sublimé, mais dans une véritable fête des sens. A ceux-là, il sera répondu par le sensualisme du christianisme, attesté dans les Ecritures saintes, sans même qu'il soit besoin d'en appeler à Suzanne au bain ou au Cantique des cantiques.

Jésus, dans les Évangiles, ne cesse de marcher pour annoncer, de Galilée en Judée, la bonne nouvelle « *Et les Douze étaient avec lui ainsi que quelques femmes... Marie, appelée Magdaléenne, de laquelle sept démons étaient sortis, et Jeanne, femme de Chouza, intendant d'Hérode, et Suzanne, et beaucoup d'autres qui les assistaient de leur biens* » (Lc, VIII, 2-3). La fameuse Marie-Madeleine entre en scène. Personnage composé de bric et de broc par la tradition catholique dont Paul Claudel, poète interminable mais exégète limité, est la dupe, lorsqu'il affirme dans son *Journal* : « *Ils (les exégètes) découpent Isaïe en deux et sainte Madeleine en trois.* » Le converti de Notre-Dame a tort. Il y a bien trois Marie, qui conjuguent l'amour de Jésus, chacune à sa place.

Il y a d'abord la sœur de Marthe et de Lazare, Marie qui accueille le Messie à Béthanie, six jours avant la Pâque. Marthe la bonne ménagère et Marie la sensuelle sont chacune à leur place. « *Or Marie avait pris une livre d'un parfum très pur et de très grande valeur ; elle versa le parfum sur les pieds de Jésus, qu'elle essuya avec ses cheveux ; la maison fut remplie de l'odeur du parfum* » (Jn, XII, 1). Quoi de plus érotique que cette scène où se mêlent les plaisirs des sens : la beauté de Marie, l'enivrement du parfum, le frisson du massage ? C'est Judas qui proteste, arguant qu'il ne faut pas gâcher l'argent et la troupe. Jésus lui répond avec rudesse : « *Laisse la ! Il fallait qu'elle garde ce parfum pour le jour de mon ensevelissement. Des pauvres, vous en aurez toujours avec vous, mais moi, vous ne m'aurez pas toujours* » (Jn, XII, 7-8). Le plaisir des sens est existentiel en l'homme Dieu. Il a rapport à la vie et à la mort.

Un autre personnage est, à tort, assimilé à Marie-Madeleine. Il s'agit de la pécheresse pardonnée : « *Et voici une femme, qui dans la ville était une pécheresse. Et, ayant su qu'il [Jésus] était à table dans la maison du Pharisien, elle avait apporté un flacon de parfum. Et se tenant en arrière, à ses pieds, pleurant, elle se mit à lui arroser les pieds de ses larmes ; et avec ses cheveux elle les essuyait, et elle les couvrait de baisers et les oignait de parfum* » (Lc, VII, 36-38). Texte éminemment charnel, puisqu'au parfum et au toucher s'ajoutent les baisers, mais hautement pneumatique, car les larmes sont, chez le contemplatif, le signe physique de la métanie, c'est-à-dire de conversion préalable à la théoria, ou contemplation. Pour l'homme Dieu, le plaisir des sens n'est pas peccamineux, mais spirituel, car le corps n'est impur qu'à la mesure de la corruption du cœur. Retour à l'idée

selon laquelle ce n'est pas ce qui entre dans la bouche qui est impur, mais ce qui en sort, en provenance du cœur.

Reste enfin Marie-Madeleine elle-même. Elle fait incontestablement partie de la suite de Jésus. Saint Luc (VIII, 2-3) évoque, parmi d'autres femmes, une Marie de Magdala, de qui étaient sortis sept démons. Dans l'évangile de Jean, elle tient une place de premier plan, encore qu'elle apparaisse sur le tard, aux pieds de la croix, accédant directement à l'essentiel. Selon le cardinal Bérulle « *elle commence où à peine les autres finissent* », figure de l'amante exemplaire. Jean, « *le disciple que Jésus préférait* », celui qui, lors du dernier dîner, s'était renversé sur sa poitrine, celui dont Pierre se montra jaloux lors du second épilogue de l'évangile à lui attribué, sait ce que signifie aimer et être aimé. Ce n'est pas un hasard si, plus que les synoptiques, il confie à des femmes des rôles éminents : la Mère de Jésus, Marthe et Marie, la femme adultère, la Samaritaine au puits de Jacob (la première personne à qui Jésus dévoile sa nature messianique, en un dialogue mystagogique et érotique à la fois). Parmi toutes ces femmes, Marie-Madeleine, hors la Mère de Jésus, occupe le premier rang. C'est à elle que le Christ ressuscité apparaît en premier lieu. Le fait que Jésus en gloire lui dise « *Cesse de me toucher* » prouve qu'elle a spontanément accompli ce geste de tendresse, habituel, familial. Les corps se frôlent, se touchent, se caressent dans l'évangile. L'amour, *agape* mais aussi *eros*, ne craint pas de s'afficher. Juste avant de le quitter définitivement, le Ressuscité demande par trois fois (symbole de l'infini) à Pierre, qui passe souvent chez Jean pour le lourdaud de service, s'il l'aime :

« *Simon, fils de Jacob, m'aimes-tu plus que ceux-ci ?* »

« *Simon, fils de Jean, m'aimes-tu ?* »

« *Simon, fils de Jean, m'aimes-tu tendrement ?* »

(Jn, XXI, 15-17)

Peu d'hommes oseraient ainsi interpellier leur meilleur ami. Il en serait peu encore pour répondre « *Seigneur, tu sais, toi, toutes choses ; tu connais, toi, que je t'aime tendrement* ».

La puissance de l'amour partagé entre Jésus et Marie-Madeleine, et les tensions qu'elle suscite parmi les Douze, est manifeste dans des écrits apocryphes. Dans l'évangile de Marie (Madeleine), texte copte, Pierre, encore lui, se récrie contre celle-ci. Lévi le fait taire de façon abrupte en lui assénant : « *Pourtant, si le Sauveur l'a rendue digne, qui es-tu, toi, pour la rejeter ? Assurément, c'est sans faille que le Seigneur la connaît, c'est pourquoi il l'a aimée plus que nous* » (Ev. Marie XVIII, 13-15). L'Évangile apocryphe de Philippe est plus réaliste encore : « *Le Seigneur aimait Marie plus que tous les disciples et il l'embrassait souvent sur la bouche. Les autres disciples le virent aimant Marie : ils lui dirent : "Pourquoi l'aimes-tu plus que nous ?" Le Sauveur répondit et dit : "Comment se fait-il que je ne vous aime pas autant qu'elle ?" »*

Loin du rigorisme calviniste, du pessimisme luthérien, le catholicisme tridentin, splendeur de l'explosion baroque, exalte le plaisir sensuel. Qui ne s'est pris à rêver devant un groupe d'angelots potelés, roses de plaisir, transportés par les nuées vers le septième ciel ? C'est toutefois sans doute la tradition orthodoxe qui cerne au plus près l'amour physique du divin, dans le culte des icônes. Le fidèle, après s'être signé plusieurs fois, voire prosterné, touche, palpe, embrasse l'image sainte, dans un violent épanchement de tendresse parfaitement contenu, car la peinture est hiératique, figée, présente et lointaine à la fois, comme le Royaume dont elle est la représentation sur terre. L'orthodoxe prie spirituellement avec ses cinq sens : splendeur des chœurs, parfum de l'encens, beauté de l'église, douceur du baiser sur l'icône et, pour en revenir aux papilles, goût du pain levé devenu corps du Christ.

En quoi le chrétien, s'il connaît le plaisir de tous les sens (l'hédonisme), lors de la divine liturgie s'élève par là même très au-delà vers le bonheur parfait (l'eudémonisme), parce qu'il consomme le pain de la vie. Il est théophage.

Dominique de Gramont 

- 1) C'est la « prière du cœur » de la tradition hésychaste.
- 2) Rom V, 19 : « *Car tout comme par la désobéissance d'un seul homme, la multitude a été constituée pécheresse, de même par l'obéissance d'un seul la multitude sera constituée juste.* »
- 3) La citation in Mat. XXVII, 46 ne doit pas faire illusion. Le Christ ne parle pas en son nom propre, il cite le psaume XXI (hébreu XXII), accomplissant par là les Ecritures saintes auxquelles il est venu donner leur signification profonde, selon le christianisme.
- 4) Olivier Clément, grand théologien laïc, a soutenu que le seul véritable athée est le Christ lui-même qui a nié sa condition divine, en quelque sorte accompli le martyr de Dieu en lui, pour mourir en tant qu'homme ! Ce faisant, il a rendu vain par avance toute forme d'athéisme d'origine purement humaine.
- 5) En bonne théologie, tout raisonnement peut et doit être retourné. Voie positive (cataphatique) et négative (apophatique) s'opposent et se soutiennent.
- 6) « *Accipit panem in sanctas ac venerabiles manus suas, et elevatis oculis in caelum, ad te Deum Patrem suum omnipotentem, tibi gratias agens, benedixit, fregit, deditque discipulis suis, dicens : accipite et [manducate / bibite] ex hoc omnes.* »
- 7) Sauf à se rappeler que le pain est le corps du Christ et le poisson (ictus en grec) le Christ lui-même (Jésus christ de Dieu fils Sauveur).
- 8) « *Vient Jésus, portes fermées il se tient au milieu et dit : "Paix à vous"* » (Jn, XX, 26).

[Au sommaire du prochain numéro](#)

Les promotions

CONSOMMATION DES MÉNAGES

Final de fêtes

L'évolution des achats des ménages – enregistrés dans l'ensemble des circuits à dominante alimentaire, incluant le maxidiscount et les circuits spécialisés – a connu un mois de décembre très dynamique en volume et en valeur, notamment aux rayons frais. Un mois qui clôt une année en revanche plutôt médiocre (- 0,2 % en volume, + 0,5 % en valeur).

Le prix du panier enregistré sur douze mois glissants a connu une hausse modeste, du même ordre que celle du marché en valeur. « Le prix du panier résulte des choix effectués par le consommateur à partir des marques, modèles et variétés qui lui sont proposés. Il ne s'agit pas d'une simple observation des prix au niveau de l'offre, mais d'une analyse qui prend en compte le volume correspondant de la demande. »

Évolution de la consommation des ménages
Treizième période, du 4/12/2006 au 31/12/2006
et évolutions par rapport à la période correspondante de l'année antérieure
Indices Ilec-TNS (source : panel de consommateurs Worldpanel)

EN %	PART DE MARCHÉ EN VALEUR	VALEUR		VOLUME		PRIX DU PANIER	
		PÉRIODE À PÉRIODE	DOUZE MOIS	PÉRIODE À PÉRIODE	DOUZE MOIS	PÉRIODE À PÉRIODE	DOUZE MOIS
TOTAL MARCHÉ PGC*	100,0	5,7	0,5	3,6	-0,2	1,6	0,6
PGC (HORS PRODUITS FRAIS)							
EPICERIE	33,8	4,7	0,4	2,6	-1,1	1,4	0,9
PETIT DEJEUNER	4,4	3,7	0,5	1,7	-1,6	2,0	2,2
CONFISERIE	8,0	6,5	-1,8	7,0	-1,8	-0,4	0,1
ALIMENTS POUR ANIMAUX	2,3	3,2	-0,3	-5,5	-5,5	9,2	5,5
PLATS CUISINES	1,2	4,1	2,0	2,7	0,1	1,3	1,9
FECULENTS	1,1	3,7	-2,5	2,4	-2,2	1,3	-0,3
AIDES A LA CUISINE	5,1	4,7	1,9	1,9	-2,6	3,3	5,1
CONSERVES DE LEGUMES	1,9	5,4	-0,7	1,5	-2,5	3,8	1,9
BISCUITERIE SUCREE	1,7	1,8	-0,9	0,5	-0,2	1,3	-0,7
ALIMENTS INFANTILES	1,1	4,0	8,2	4,0	11,9	0,6	-2,6
PRODUITS APERITIFS	1,8	7,7	1,3	2,3	-0,6	5,3	2,0
PATISSERIE INDUSTRIELLE	1,9	5,3	-0,8	5,5	0,4	-0,3	-1,1
CONSERVES DE POISSON	0,7	9,1	1,0	4,0	-0,6	4,8	1,6
LIQUIDES	9,9	3,6	1,0	0,6	-1,9	3,0	2,9
BRSA*	3,1	7,1	3,9	1,5	-0,2	5,5	4,0
ALCOOLS	4,0	1,0	-2,0	-1,2	-3,5	2,2	1,6
BIERES ET CIDRES	1,0	6,4	2,3	4,1	-0,3	2,2	2,5
EAUX	1,9	2,2	0,1	0,0	-2,7	2,2	2,9
ENTRETIEN	7,1	3,6	-0,8	3,6	-1,1	0,5	0,6
DROGUERIE	0,7	15,7	2,4	14,0	-0,4	2,1	3,2
TOTAL NETTOYANTS	1,2	-0,3	-1,8	-2,0	-2,5	2,1	0,8
PAPIER	2,7	6,7	0,8	5,2	1,3	1,5	-0,4
ARTICLES MENAGERS	0,8	2,8	-1,0	4,9	-0,4	-0,7	0,1
ENTRETIEN DU LINGE	1,7	-2,1	-3,5	0,3	-4,6	-2,2	1,2
HYGIENE-BEAUTE	8,8	8,0	-3,2	1,3	-2,7	2,3	0,4
CAPILLAIRES	1,3	2,4	-5,3	1,6	-4,2	0,8	-1,1
HYGIENE CORPORELLE	4,4	9,0	-1,9	6,8	-0,7	2,3	-1,2
SOINS ET BEAUTE	2,4	6,2	-4,7	-0,5	-5,3	6,8	0,6
PARAPHARMACIE	0,7	20,4	-0,1	15,4	-3,9	4,4	4,0
PRODUITS FRAIS LS*	40,4	7,0	1,6	5,7	1,9	1,4	-0,2
ULTRAFRAIS	6,6	4,6	-0,7	4,5	0,0	0,2	-0,7
BEURRE (EUFS LAIT	5,4	3,4	-0,2	3,6	-0,1	-0,1	-0,1
SURGELES	9,7	9,8	3,7	4,6	3,0	5,0	0,6
CHARCUTERIE	6,0	8,7	1,4	7,0	1,8	1,7	-0,3
TRATTEUR	4,3	9,4	5,5	9,7	7,1	0,0	-1,4
FROMAGES	5,6	6,2	1,8	6,1	1,4	0,1	0,3
SAURISSERIE ET POISSON	2,9	5,4	-0,7	5,9	-0,2	-0,5	-0,5

* PGC : produits de grande consommation - BRSA : boissons rafraîchissantes sans alcool - LS : libre service (produits frais préemballés)

Directeur de la publication : Dominique de GRAMONT - Editeur : TRADEMARK RIDE - Rédacteur en chef : Jean WATIN-AUGOUARD
Secrétariat de rédaction : François EHRARD - Maquette et mise en pages : GRAPH'I PAGE - Tél : 01 39 72 20 28 - E-mail : ividualie@wanadoo.fr
Contact : francois.ehrard@ilec.asso.fr (01.45.00.93.88) - TRADEMARK RIDE - 93, rue de la Santé 75013 Paris - Tél : 01 45 89 67 36 Fax : 01 45 89 78 74
www.trademarkride.com - Imprimé par : RAS - 6, avenue des Tissonvilliers - 95400 Villiers-le-Bel

www.ilec.asso.fr

Reproduction interdite sauf accord spécial

