

EXTRAIT DE L'ALMANACH 2003

LE GOÛT DE NOURRIR, LA SOIF DE TRANSMETTRE...

Maggy Bieulac-Scott

Edité par la Mission Agrobiosciences, avec le soutien du Sicoval, communauté d'agglomération du sud-est toulousain. La mission Agrobiosciences est financée dans le cadre du contrat de plan Etat-Région par le Conseil Régional Midi-Pyrénées et le Ministère de l'Agriculture, de la Pêche, de l'Alimentation et des Affaires rurales.

Renseignements: 05 62 88 14 50 (Mission Agrobiosciences)

Retrouvez nos autres publications sur notre site : <http://www.agrobiosciences.org>



Maggy Bieulac-Scott est responsable, depuis sa création en 1992, de l'OCHA, l'Observatoire Cidil de l'Harmonie Alimentaire. Ce programme à long terme d'études et de publications décortique la relation du mangeur à son alimentation, se nourrissant largement de l'apport des sciences humaines et sociales. En dix ans, l'OCHA a édité de nombreuses publications, presque toutes accessibles en texte intégral sur son site. Maggy Bieulac-Scott organise également de nombreuses expositions scientifiques ou culturelles, comme Le Lait La Vie, Les Routes du Lait, Métamorphoses du Lait ou encore Portraits de Femmes, Portraits de Fermes.

ON ne bouffe pas, on mange! On peut dire merci à Jean-Pierre Coffe, même si on n'est pas toujours d'accord avec lui, pour le rappeler avec autant de constance et de conviction. La dramatisation de la malbouffe a quelque chose d'agaçant dans un pays où la culture du goût, de la cuisine et du partage autour de la table restent des valeurs. Dans un pays où certaines façons de manger ne sont pas vraiment manger, comme le résume cette jeune femme: « Parfois, quand j'ai des courses urgentes à faire, je ne mange pas à midi, mais alors j'achète un truc à la boulangerie que je mange dans la rue » (1)...

SAVOIR BIEN MANGER, SI CELA PASSAIT PAR SAVOIR CUISINER, SAVOIR GOÛTER? Ces savoirs, il faut bien qu'ils se transmettent... On n'a plus le temps, pensez-vous? Mais si! Le Cercle Culinaire de Rennes a récemment tenté une expérience de transmission de savoir culinaire entre grands-parents et petits-enfants dont le fruit est un « Agenda 2003 Petits Toqués Grands Gourmets » (2). Recettes toutes simples (crêpes, pain au lait, pommes au four), recettes traditionnelles ou sophistiquées... chacune a son histoire et cette histoire continuera avec les « petits toqués » qui deviendront, on l'espère, des adultes et des parents « grands gourmets ». Chaque fois qu'ils réaliseront

Le goût de nourrir, la soif de transmettre...

Si manger est un acte essentiel, dont les paradoxes, les ambiguïtés, les plaisirs et les aversions se parlent fréquemment, peut-être oublie-t-on davantage deux autres notions pourtant fondatrices dans l'acte de manger: nourrir, ce don à consacrer aussi du temps et du plaisir à partager; et transmettre des savoirs, des saveurs, un peu de soi... Variations autour d'un même thème, dans ce papier truffé d'exemples, où il est question de culture du goût, d'amour et de rituels, d'enfance, d'ancêtres et de senteurs éparses, de pommes au four et de cuisine du Sud-Ouest, de mémoire illusoire et de mondialisation.

« la recette » de papi ou de mamie, c'est un peu de papi ou de mamie (et de la tendresse et de la complicité partagées) qu'ils mangeront, comme le dit le psychosociologue Jean-Roger Coudray qui a travaillé avec le Cidil sur cette expérience de transmission entre générations.

Au delà des recettes, les grands-parents transmettent bien autre chose. Par exemple, comment c'était avant, du temps de leur enfance, le temps où il fallait tuer et plumer les poulets, faire bouillir le lait, etc. Et aussi, dans cet échange où chacun trouve sa place dans la chaîne des générations, que cuisiner, c'est s'exprimer, mais aussi faire plaisir, donner.

CE QUE VEUT DIRE NOURRIR. Dans tous les débats actuels sur le bien manger, le nourrir était un peu oublié. C'est un philosophe, Alain Etchegoyen, qui nous en dit l'importance avec *Nourrir*, un livre délicieux⁽³⁾ même s'il faut aller, dans certaines librairies, le chercher au rayon philosophie (ne pas se laisser intimider!). Alain Etchegoyen y raconte à quel point nourrir, penser à nourrir – ses enfants, ses femmes, ses étudiants, ses amis – est sa passion, presque son obsession. Il n'a pas son pareil pour dire l'importance de la dimension du don dans l'acte de nourrir, même le plus simple, des biberons, purées et bananes écrasées pour les bébés jusqu'à la salade de tomates.

À tous ceux et celles qui disent « je n'ai pas le temps », Alain Etchegoyen répond : « Même le temps court est du temps à condition qu'il ne soit pas raccourci par principe. Ce temps court, je veux te le consacrer [...]: assieds-toi, même quelques minutes, que je te nourrisse et prends le temps, c'est à dire prends le temps que je te donne. Reçois ce moment pour qu'il ne passe pas. »

Autant que de nourritures, on se remplit d'amour et d'attention, et c'est le secret de l'équilibre émotionnel⁽⁴⁾. Car nourrir, c'est communiquer : « Je ne nourris jamais ni une bouche, ni un ventre, ni un corps anonyme », écrit Alain Etchegoyen qui va même jusqu'à dire qu'il a tout appris de ses enfants en les nourrissant et qu'eux ont presque tout su de lui en étant nourris...

ET LES PARENTS, QUE TRANSMETTENT-ILS, QUE SOUHAITENT-ILS TRANSMETTRE ? Une enquête a été réalisée en 2002 par la Sofres pour l'Ocha⁽⁵⁾ auprès de 533 parents de 914 enfants de 2 à 16 ans, issus d'un échantillon national. Elle montre d'abord que le repas familial, même à midi en semaine, reste une réalité : 43 % des enfants déjeunent tous les jours ou presque à la maison et, dans 74 % des cas, au moins un des deux parents est présent. Résultats qualifiés de « surprenants » par Top Famille Magazine... On oublie souvent que Paris n'est pas la France!

Que disent maintenant les parents sur les repas pris à la maison ? Certes, la télé est très présente (pour 43 %, souvent ; pour 16 %, de temps en temps), mais ce pas pour autant qu'on mange n'importe quoi n'importe comment ! Pour 73 % des personnes interrogées, tout le monde mange souvent la même chose. Propos confirmés même si l'on pose la question différemment : est-ce que chacun prend ce qu'il veut dans le réfrigérateur ? 62 % jamais, 14 % rarement, 11 % de temps en temps. Est-ce que cha-



**« À tous ceux et celles qui disent
« je n'ai pas le temps »,
Alain Etchegoyen répond : « Même le temps court
est du temps à condition qu'il ne soit pas raccourci
par principe. » »**

cun mange à l'heure qu'il veut? 85 % jamais, 9 % rarement. On le voit: le rituel des repas se maintient, l'alimentation n'est pas aussi déstructurée qu'on le croit souvent.

Reste ce que les parents considèrent comme important à apprendre à leurs enfants. C'est à la fois classique et bien adapté à la vie actuelle. Dans l'ordre :

1. Savoir bien se tenir à table (96 % des parents pour les filles et les garçons) ;
2. Savoir acheter (95 % pour les filles, 92 % pour les garçons) ;
3. Savoir cuisiner et savoir lire les étiquettes (93 % pour les filles, 86 % et 90 % pour les garçons) ;
4. Savoir composer un menu dans un libre-service (77 % pour les filles et 76 % pour les garçons) ;
5. Faire attention à leur ligne (74 % pour les filles, 66 % pour les garçons).

LA CUISINE EST-ELLE DANGEREUSE POUR LA LIGNE? Apparemment non... Dans Manger aujourd'hui(6), Jean-Pierre Poulain donne un classement par régions des mots positifs ou négatifs associés à « faire la cuisine ». Il constate – sans établir de relation de causalité – que les

**« Je sais aujourd'hui qu'il n'y a
de « terroir » que par la mythologie qu'est notre
enfance, et que si nous inventons ce monde de
traditions enracinées
dans la terre et l'identité d'une contrée, c'est
parce que nous voulons solidifier,
objectiver ces années magiques et à jamais
révolues qui ont précédé
l'horreur de devenir adulte. »**

régions où le surpoids et l'obésité sont inférieurs à la moyenne nationale sont aussi celles où la cuisine est le plus valorisée.

Ainsi, l'Ile de France, où l'incidence de surpoids et d'obésité est de -12 par rapport à la France entière, attribue +12 à la « cuisine convivialité » et -9 à la « cuisine obligation ».

Inversement, le Nord avec un écart de +11 de surpoids et d'obésité note la cuisine avec +9 pour « obligation » et « corvée », -9 pour « art culinaire » et -6 pour « convivialité ». La région de l'Est (+8 pour le surpoids et l'obésité) note encore plus mal la cuisine: +20 pour « corvée », -8 pour « art

culinaire », -18 pour « convivialité »...

Il faudra d'autres études pour vérifier si les personnes qui valorisent le plus la cuisine sont aussi les plus minces. Néanmoins, ces résultats méritent d'être médités...

CUISINE IDENTITÉ: JE MANGE « DE MA RÉGION » Manger, c'est aussi construire son identité, et c'est particulièrement vrai en France.

Quel genre de cuisine mange-t-on chez vous? Cette question toute simple a été posée par l'Ocha à trois reprises et à trois populations différentes: les 10/11 ans, les 50/60 ans, les 15/65 ans. Chacun répondait avec ses propres mots, les réponses étant ensuite regroupées en grandes catégories. La hiérarchie des réponses est toujours la même et les chiffres varient peu. Chez les 15/60 ans, 39 % répondent en termes d'identité (cuisine du Sud-Ouest, du terroir, bretonne, antillaise, béarnaise...), 31 % en termes culinaires (de la cuisine bourgeoise, des bons petits plats...), 14 % en termes diététiques (cuisine légère, pas trop de...), 10 % en termes de produits et 7 % en termes de contraintes de temps et d'argent.

Jean-Pierre Poulain en conclut que cette hiérarchie de réponses constitue sans doute la meilleure définition du « modèle alimentaire français ». Un modèle dont nous n'avons pas à nous plaindre et qui jusqu'ici nous a bien réussi en matière de santé: les femmes françaises se placent au second rang mondial de la longévité, juste après les Japonaises et l'espérance de vie en France après 60 ans progresse d'un trimestre par an...

MA RÉGION, MON DÉPARTEMENT, MON CANTON... COMME AUJOUR-

D'HUI. Dans l'étude Ocha/Fischler déjà citée, on demandait aux personnes interrogées quel lieu dans le monde et quelle époque, du présent, du passé ou de l'avenir, elles choisiraient, si elles le pouvaient, pour bien manger. Les Américains sont les plus nombreux à dire qu'ils choisiraient de revenir dans le passé: 44 % contre 31 % des Français.

Quant aux Français, 63 % souhaiteraient rester dans le présent et 77 % d'entre eux précisent « dans ma région » ou « dans mon département » (pour les Suisses, c'est « mon canton »), un espace fortement associé à la gastronomie, aux produits du terroir, au naturel.

Le terroir, mon terroir, c'est en général le lieu de mon enfance, le temps de la découverte, de l'insouciance. « Je n'avais à la bouche, sans en comprendre la signification, que le mot » terroir « – mais je sais aujourd'hui qu'il n'y a de » terroir « que par la mythologie qu'est notre enfance, et que si nous inventons ce monde de traditions enracinées dans la terre et l'identité d'une contrée, c'est parce que nous voulons solidifier, objectiver ces années magiques et à jamais révolues qui ont précédé l'horreur de devenir adulte. » La romancière Muriel Barbery(7) continue: « Seule la volonté forcenée qu'un monde disparu perde malgré le temps qui passe peut expliquer cette croyance en l'existence d'un « terroir » – c'est toute une vie enfouie, agrégats de saveurs, d'odeurs, de senteurs éparses qui se sédimentent dans les rites ancestraux, dans les mets locaux, creuset d'une mémoire illusoire qui veut faire de l'or avec du sable, de l'éternité avec le temps. C'est d'être sans cesse remise sur l'établi de l'élaboration, où passé et avenir, ici et ailleurs, cru et cuit, salé et sucré se mélangent, que la cuisine est devenue art et qu'elle peut continuer à vivre de n'être pas figée dans l'obsession de ceux qui ne veulent pas mourir. » Nous voilà revenus à l'intérêt de la transmission culinaire entre générations...

MODERNITÉ, MONDIALISATION: IL Y A AUSSI DU BON!
Heureusement, la cuisine évolue, se simplifie, s'adapte à nos modes de vie. La modernité alimentaire, ce n'est pas forcément l'horreur! En tant qu'aveyronnaise, je suis heureuse de trouver de l'algot surgelé à Paris pour pouvoir offrir à mes amis un plat de chez moi et en plus vite prêt...

« La véritable tradition dans les grandes choses, écrivait Paul Valéry, ce n'est pas de refaire ce que les autres ont fait, c'est de retrouver l'esprit qui fait ces choses et en ferait de toutes autres en d'autres temps ». J'adore le chou farci de ma mère (et le mien ne sera jamais aussi bon que le sien) mais je suis très curieuse du terroir des autres, et s'il est facilement à ma portée, c'est bien grâce à la mondialisation...

L'important en matière de cuisine, c'est de transmettre un minimum de savoir et de saveurs (les deux mots viennent du même mot latin *sapere*) et ces valeurs qui ressortent de toutes nos études: cuisiner, c'est donner et le repas, c'est

partager. Partager le plaisir de manger, d'être ensemble, d'en parler, d'échanger sur les bons produits, les bonnes adresses... Ce n'est pas le cas partout: combien d'entre nous seraient heureux au Danemark, où parler de ce que l'on mange, et même d'en faire compliment à la maîtresse de maison, c'est faire preuve de mauvaise éducation?

Et, en matière de santé, l'enjeu, comme l'écrit Jean-Pierre Corbeau(8), c'est de passer du « on » de la prescription extérieure (on doit faire un bon petit-déjeuner) au « nous » de la famille, du groupe d'amis, de la région, et surtout à la règle intériorisée du « Je ». Et quand « Je » sait cuisiner, « Je » n'est pas prêt à manger n'importe quoi! ■

« L'important en matière de cuisine, c'est de transmettre un minimum de savoir et de saveurs et ces valeurs qui ressortent de toutes nos études: cuisiner, c'est donner et le repas, c'est partager. »



(1) Propos recueillis par Estelle Masson, Symposium Ocha « Alimentation, corps et santé, une approche transculturelle » sous la direction de Claude Fischler, à paraître chez Odile Jacob en 2003.

(2) Aux Editions Ouest France, en librairie ou par correspondance à l'Ocha, ocha@cidil.fr.

(3) Editions Anne Carrère, 2002.

(4) Voir à ce sujet la sélection de livres pour enfants par le Dr Brigitte Boucher, nutritionniste dans www.lemangeur-ocha.com.

(5) Résultats intégraux sur www.lemangeur-ocha.com.

(6) Ocha/Privat, 2001.

(7) Muriel Barbery, Une gourmandise, Gallimard, 2000.

(8) Penser l'alimentation, Ocha/Privat, 2002.