

## L'aliment et l'image du corps

Georges Vigarello (EHESS)

Nos cultures se sont toujours données une image, une « représentation », plus ou moins obscures, plus ou moins précises, du fonctionnement du corps, de ses mécanismes, de ses allures, de ses efficacités. Une telle image, largement « subjective », largement partagée aussi par les acteurs d'une époque, change ainsi avec le temps, ordonnant les pratiques, les comportements, leur orchestration, leur valorisation. L'hypothèse ici poursuivie est qu'un tel repère commande également les types d'aliments consommés, leur choix, leur efficacité attendue. Plusieurs « régimes » se succèdent ainsi dans le temps, avec leurs « datation » possible, leurs contextes, leurs convictions. Trois d'entre eux, à titre d'exemple, seront ici développés.

Le premier correspond à une représentation favorisant la référence aux « humeurs », ces liquides dont la composition « pilote » l'ensemble des qualités du corps, références centrales retenues en Occident par les médecins autant que par l'opinion collective, jusqu'à la période des Lumières. Les aliments « confortatifs » doivent alors combiner pureté et légèreté, accumuler les « esprits », partie la plus aérienne et subtile des humeurs, tout en aidant la cuisson organique. Le « bon suc » se doit de triompher, celui dont la « simplicité » et la « douceur » l'éloignent de tout risque de fermentation malvenue, tels les bouillons « bien composés », les « coulis » tirés d'herbes odorantes ou de viandes fraîches, les épices épurées, les substances attendries, le « bon coulis de chapon au sucre », entre autres, donné pour « conforter » la jeune accouchée dans *Les Quinze Joies du mariage*, au XVe siècle. Parfums et essences « primitives » l'emportent, favorisant la chair des oiseaux, imposée sur tout autre aliment solide : légère et vigoureuse puisque affrontant l'air et le vol, souple aussi, rose, facile à couper ou à broyer, peu chargée en humidités, en viscosités.

Tout change lorsque l'emporte avec la fin du XVIIIe siècle et le début du siècle suivant, le modèle énergétique : corps devenu brûleur, selon la découverte de Lavoisier et la priorité donnée à l'oxygène, poumon devenu « chaudière », nourriture devenue aliment du feu. Plusieurs réflexions totalement inédites peuvent alors s'amorcer : l'insistance mise sur l'air « brûleur » et son enjeu vital, la tentative de différencier les denrées selon leurs qualités combustives, l'enjeu carbone en particulier, ce que Liébig appelle les aliments « respiratoires », la prise en compte de l'apparence et du comportement selon d'identiques qualités. La puissance calorique joue un rôle premier.

Les flux sont au service de la combustion. Le feu provoque le rendement tout en éliminant les déchets. Entrées et sorties sont de part en part réévaluées. Une révolution s'amorce où où l'apport nourricier se distingue selon sa contribution à l'« énergie ». D'où le rôle des graisses, des hydrocarbures, voire du vin.

Autre changement enfin lorsque l'emporte une représentation favorisant les communications nerveuses, les commandes internes, les « courants », la sensibilité. Les diététiciens tendent alors à privilégier un modèle « informationnel », inventent une « diététique du cerveau » : remarques inépuisables sur la nécessité du magnésium, de sélénium, du zinc ou du cuivre ; indications savantes sur les vitamines, l'acide folique ou les acides aminés, qui révèlent d'ailleurs des attentes plus que des résultats. C'est la prise en compte du cerveau dans la diététique qui est ici originale plus que son contenu. C'est la liaison entre le souci de santé et le « développement du système nerveux au mieux de ses possibilités », plus que la vérification des effets. D'autant qu'il n'existerait pas directement « d'aliment-cerveau » et que cette diététique particulière ne semble guère s'éloigner d'une diététique générale. Ses conclusions demeurent d'ailleurs sans surprise : « adaptée, légère et variée, la nourriture permettra à l'organisme d'être alerte et au cerveau d'être efficace ».

Exemples modestes sans doute, mais qui tous montrent l'enjeu des représentations du corps, tous révélant aussi l'évolution historique de telles représentations et dès lors leurs conséquences sur les « visions » de l'aliment.