

BOUTAUD, Jean-Jacques, « Le bien et bon manger aujourd'hui. Le rapport à notre alimentation et à la santé : 3 questions à Jean-Jacques Boutaud », *Bien et bon à manger. Penser l'alimentation du quotidien à notre institution*, Dijon, EUD, 2018, 23-26.

## **Partie 1 – Le bien et le bon manger aujourd'hui : le rapport à notre alimentation et à la santé**

**3 questions à Jean-Jacques Boutaud, Professeur en Sciences de l'Information et de la Communication au Laboratoire CIMEOS, Sémioticien, Vice-Président Formation à l'Université de Bourgogne**



*Jean-Jacques Boutaud a bien des casquettes mais il est surtout et avant tout un épicurien. Il lie plaisir et travail en ancrant son parcours professionnel dans une dynamique gastronomique, après avoir dirigé une équipe autour du Sensoriel, Sensible et Symbolique. Il pilote aujourd'hui l'axe alimentation et gastronomie du laboratoire CIMEOS (EA4177) et est également responsable scientifique du pôle Bourgogne Vigne et Vin (GIP). Il est l'auteur de nombreux articles et ouvrages, dont : *L'imaginaire de la table* (2004) ; *Le sens gourmand* (2005) ; *Un monde devenu food* (2010) ; *Cuisine du futur et alimentation de demain* (2016) ; *La gastronomie au cœur de la Cité* (2017).*

**Question 1 : En tant que sémioticien, quelle(s) distinction(s) faites-vous**

## entre le bien et le bon à manger ?

Qu'il s'agisse du bon ou du bien à manger, le sémioticien aborde ces deux rapports à l'alimentation comme deux régimes de sens, non enfermés dans une logique univoque mais composant avec une gamme très étendue de signes, de significations. Très concrètement, cela mobilise des savoirs, des croyances, des pratiques, des discours, des représentations, etc., convertis en signes de toutes natures (verbaux, visuels, gestuels, sensoriels, etc.). Le bien et le bon à manger ne se réduisent pas à des logiques alimentaires mais représentent des univers.

En première approximation, on est tenté par réflexe heuristique, de marquer la séparation entre ces univers de représentation: rabattre le bien à manger sur des dimensions physiologiques et nutritionnelles ; maintenir le bon à manger dans le registre hédoniste et social. Bien manger et penser à sa santé. Manger bon et se faire plaisir.

Une telle dichotomie entre le bien et le bon peut assurément prétendre à certain niveau de pertinence. Mais le risque demeure, d'enfermer chacun des registres dans une grille de motivations figées (santé vs plaisir), là où s'activent pour le mangeur, des dynamiques de construction du sens, sur sa façon d'être et de faire.

Néanmoins, tout en sortant des schémas simplificateurs, le bien et le bon restent des priorités de base. Le *bien à manger* reste fondamentalement attaché à la qualité alimentaire, entendue dans sa naturalité, sa fraîcheur, sa valeur nutritive, bénéfiques en énergie, équilibre, santé. Je donne au *bon à manger* une assiette plus large, systémique, dans la mesure où le *bon à manger* relève non seulement de la qualité alimentaire mais de la qualité de vie associée à l'expérience alimentaire dans sa globalité expérientielle : le *goût de* (saveurs), le *goût à* (envies, préférences), le *goût pour* (disponibilité pour les choses, pour soi et les autres). Non plus seulement l'équilibre, dans sa dimension homéostatique, mais l'*harmonie*, l'unité restaurée ou découverte dans l'expérience globale du *bon à manger*, entre les différents registres de sens et de sensibilité (corporelle, affective, imaginaire et même spirituelle). Cette vision systémique demande à être éclairée, approfondie et illustrée, dans nos recherches en communication et sémiotique alimentaire. Nous y travaillons sans relâche à Dijon.

## **Question 2 : Quel regard portez-vous aujourd'hui sur cette opposition très forte entre le plaisir et la santé au sein de notre alimentation ?**

Sans reprendre un historique bien connu, on ne peut sous-estimer en termes de santé, les vagues successives de politiques publiques pour endiguer les problèmes liés à une mauvaise alimentation. Maîtrise, contrôle, régulation, prévention, qualité, sont devenus les termes matriciels d'un discours nutritionnel, se déportant du plaisir naïf et déculpabilisé, vers la santé. Un discours largement relayé et amplifié par les médias, selon des logiques multiples et souvent contradictoires, d'information, de conseil, de veille, d'alerte, de transparence. Une polyphonie de discours confinant à la cacophonie, entre les observateurs, les politiques, les experts, les professionnels, tous profils confondus. La valeur « santé » s'est dotée d'un capital très riche de données, de préconisations mais aussi de peurs, d'obsessions et de névroses.

Sur l'autre front, les discours marchands et publicitaires n'ont de cesse de pousser à la consommation débridée, carburant au plaisir, à l'instinct primaire ou à la transgression jouissive. Bien manger compte moins, alors, que se faire du bien. Les deux logiques ne sont pas exclusives, mais les marques ne manquent pas d'arguments et d'emphase pour tartiner à loisir le plaisir, sous les traits du goût, du gourmet, du gourmand, promesses de sensations, de saveurs, d'expériences.

Il me semble donc que notre vision à la fois comparée et contrastée de la santé et du plaisir a souffert de cette cacophonie et de cette contagion des discours, avec ses approximations, ses amplifications, ses vérités et ses mensonges. Peu à peu, à force d'exposition médiatique, d'éducation, de médicalisation du discours, de sollicitations permanentes autour du goût et de l'alimentation, le mangeur-consommateur- citoyen a opéré ses propres ajustements et bricolages entre plaisir et santé.

Quand je conseillais une agence de communication pour une grande marque historique de moutarde et condiments... j'ai le souvenir que le discours de prédilection allait vers le compromis santé et plaisir, autrement dit «*léger et* (en même temps si j'ose dire) *gourmand*». Derrière l'argument de communication, entré en jeu, à travers le goût, la recherche d'un point d'équilibre ne sacrifiant aucune dimension, comme il ressortait des études auprès des consommateurs.

Aujourd'hui, pour suivre le mouvement, la télé-réalité met en scène la cuisine et sa dramatisation à la fois festive et angoissante pour faire vite, bien, bon, beau. Mais le phénomène le plus marquant, ce sont les « applis santé » qui sont légion sur les mobiles, avec une inflation de données sur notre alimentation. Un monde de données, de data, d'animations graphiques et statistiques qui surchargent et amplifient le surmoi du comportement alimentaire avec les attraits du fun et du ludique.

On observe donc qu'entre le bon et le bien à manger, entre plaisir et santé, s'il faut se laisser aller à cette simplification, le mangeur déplace constamment le curseur. En dehors des formes de vie alimentaires qui en font leur *credo* exclusif, je crois que plaisir et santé répondent à une double exigence satisfaite à des degrés divers, selon les moments, les occasions, les envies. Une ligne de conduite tenue, mais aussi relâchée, reprise, aménagée, selon des styles alimentaires qui intègrent la pluralisation de modes d'être mais finit quand même par se ranger dans un camp. J'appartiens clairement à celui des *bons mangeurs* et ma ligne se déforme comme celle des gastrophores décrits par Brillat-Savarin. Mais j'entends aussi le camp et le chant de la modernité alimentaire et des discours qui me *veulent du bien*. Alors je compose...

**Question 3 : Aujourd'hui vous êtes très investi auprès de la Cité Internationale de la Gastronomie et du Vin de Dijon et vous avez coordonné un ouvrage sur *La gastronomie au cœur de la Cité* (avec C. Hugol- Gential et S. Dufour, Gourmand Awards 2018). Pensez-vous que les Cités peuvent réconcilier le plaisir et la santé ?**

Les Cités de la gastronomie, en France et celle de Dijon en particulier (CIGV), n'ont pas la prétention affichée, ni même pour programme, de réconcilier plaisir et santé. Dans le cahier des charges, respectueux avant tout d'un projet culturel autour du *Repas gastronomique des Français* (inscrit, faut-il le rappeler, sur la liste du patrimoine immatériel de l'humanité de l'Unesco), les atouts fonciers des projets mettent en avant la culture et la formation, avec des offres au besoin étendues à l'hébergement et aux commerces. Cela veut dire que l'on touche très concrètement toutes les dimensions du bien-être alimentaire, par exemple de l'histoire d'un produit alimentaire emblématique, à sa préparation culinaire et sa consommation sur place.

Pour répondre plus directement à votre question, la possibilité de couvrir, à l'intérieur des Cités, autant de champs d'action, à commencer par la formation et la culture, remet en perspective les problématiques de santé et de plaisir dans une fresque sociale et imaginaire de grande amplitude. En clair, cela recrée une distance salutaire par rapport aux bruits et à la cacophonie que nous venons d'évoquer, par collision et surenchère entre tous les discours. Le temps est celui de l'immersion et du recul, du loisir et de l'attention, de sorte que plaisir et santé seront mis en scène sous des régimes d'exposition et d'animation divers.

Chaque Cité fera valoir sa thématique prioritaire : culture de la vigne et du vin à Dijon ; alimentation et santé à Lyon ; alimentation durable et gastronomie responsable à Paris-Rungis et, à une moindre échelle, sciences humaines et sociales à Tours. Bien consolidé dès 2019 et totalement opérationnel à l'horizon 2024, le Réseau des Cités ne manquera pas, à travers ces thématiques, de sensibiliser à ce point de jonction entre une alimentation de qualité, saine, simple ou généreuse, et le plaisir du partage, pour parler de nos goûts, de nos sensations, de nos préférences. Une recherche de la vérité dans les produits, les préparations, les partages dans les moments ordinaires comme dans les moments de célébration gastronomique. À cet égard, le discours et les pratiques des Chefs ont beaucoup évolué pour concilier éthique de vie et esthétique culinaire, sans diviser plaisir et santé. Ils jouent un rôle majeur dans la programmation des Cités.

Certes, à Dijon avec le vin, articuler plaisir et santé relève de la gageure. À travers les discours de santé publique, le spectre de l'alcoolisme hante toujours les recommandations. Les indications préventives sur une bouteille, comme les messages à portée sanitaire, calment bien des ardeurs. Cela se conçoit aisément en termes de santé mais nuit évidemment à toute vision pleinement réenchântée du vin qui n'aurait pour mot d'ordre que le plaisir. Et pourtant, c'est bien à travers la culture, c'est-à-dire dans un rapport construit et enrichi au vin, que l'opposition plaisir-santé perd sens et se dilue ou se résorbe dans le jugement de goût, capable de reconnaître et d'apprécier l'alchimie du bien fait et du bon, dans toutes les dimensions de notre intelligence sensible.