

# De l'honnête volupté : la place du plaisir dans le déterminisme des conduites alimentaires

Année 1997

Auteur Matty Chiva

Centre de recherche Université de Paris X - Nanterre

Type Benjamin Delessert

*"Je sais bien que plusieurs personnes malveillantes vont m'attaquer et dire que je veux enseigner à vivre en délices et voluptés (...) En vérité, Dieu me garde de parler de cette volupté que des gens déréglés, dissolus et libidineux tirent du luxe et de la variété des mets, et des titillations de la chair. Ce dont je parle, c'est de la volupté à quoi tend la nature humaine, qui est tempérance et mesure. Que les malveillants, donc, (...) se taisent et ne me reprennent plus. (...) J'ai fait ce petit livre pour l'honnête homme soucieux de sa santé et d'hygiène alimentaire, plutôt que de luxe; et pour montrer aux générations futures les inventions faites de notre temps, lesquelles, si elles ne peuvent nous égaler aux Anciens, témoignent au moins qu'on s'est efforcé de les imiter et de leur ressembler".*

Battista Platina  
De molesta voluptate (1)

On peut affirmer, en paraphrasant Le Magnen (1992), que l'homme, comme l'animal, n'a pas attendu les spécialistes, quels qu'ils soient, pour manger et apprendre à manger, ni pour éprouver du plaisir en mangeant. Manger est une conduite fondamentale, indispensable à la vie et à la survie de l'individu et de l'espèce. Toutefois, dans l'espèce humaine tout particulièrement, bien qu'obéissant à des mécanismes et déterminants biophysiques précis et spécifiques (ainsi par exemple la condition d'omnivore), manger s'apprend. Il ne suffit pas qu'un aliment soit biologiquement mangeable pour qu'il soit culturellement et individuellement comestible. De ce fait, un des premiers apprentissages dans ce domaine est celui du répertoire de "ce qui est aliment pour moi (pour nous)". En d'autres termes, dès le début de la vie le nourrisson, plus tard l'enfant tout comme l'adulte, apprend et actualise ce répertoire. Ce faisant il construit le monde et se construit lui même. Cette construction n'est pas seulement un acte mécanique, mais aussi une création d'identité, de soi et de l'aliment, une inscription dans un contexte culturel et symbolique tout comme une manière de communiquer avec autrui et de partager des valeurs et des vertus avec son prochain.

En effet, manger n'est pas seulement affaire de nutrition ou de biophysique mais aussi de symboles et de morale (Aimez, 1989; Fischler, 1996). Si apprendre à manger est un processus tributaire de nombreux facteurs, le plaisir occupe parmi eux une place particulière à cause à la fois de sa réalité physiologique tout comme des aspects moraux et sociaux qui lui sont attachés.

Je vais donc aborder, dans la suite de cet article, la place du plaisir dans le déterminisme des conduites alimentaires sur trois plans différents :

- la place de l'hédonisme d'un point de vue philosophique et, partant de là, moral, voire utilitariste;
- la place de l'hédonisme dans une perspective psychophysique;
- la place de l'hédonisme dans une perspective psychologique. Compte tenu de mes compétences, il est évident que je vais développer plus la dernière partie; il me semblait néanmoins indispensable de mentionner, ne serait-ce que de façon succincte, les deux premiers points de vue, faute de quoi le tableau aurait été incomplet.

## De l'hédonisme dans la cité

Si l'on aborde le problème de l'hédonisme un nom s'impose, me semble-t-il, pour le monde occidental dans cette perspective: celui d'Epicure.

Philosophe grec, il fonda son école en l'an 306 avant J.C. à Athènes. Se situant à un moment où les doctrines de Platon et d'Aristote étaient encore en pleine vigueur, Epicure se différencie d'eux et se caractérise par le fait que, sans renier bon nombre des emprunts à des systèmes philosophiques antérieurs, il propose une manière distincte de concevoir le monde et l'homme dans ce monde.

Epicure a écrit beaucoup; selon un de ses disciples, l'ensemble de ses écrits formait plus de 300 volumes. Toutefois très peu de ses oeuvres nous sont parvenues directement et leur connaissance, tout comme celle de ses idées, est issue surtout des trois fameuses lettres, de plusieurs fragments découverts ultérieurement et, surtout, à travers les textes de ses contemporains qui le citent ou poléminent avec lui.

Un point important dans la conception de la physique par Epicure est emprunté à Démocrite. Ce dernier peut être qualifié du père de la "théorie atomique". En effet, Démocrite adopte une position nouvelle par rapport aux théories classiques dans l'opposition de l'être et du non-être, théories qui permettent d'affirmer l'unité et l'immobilité du premier et de dire que le non-être est le néant. Or, pour Démocrite le non-être a une existence: c'est le vide, qui permet le mouvement; quant à l'être, il est lui même composé d'unités insécables, impérissables: les atomes. C'est l'assemblage des atomes, leur accrochage dans le vide, qui constitue les corps.

L'adoption, par Epicure, des théories atomistes de Démocrite lui permet de poser les bases d'une nouvelle éthique. Dans sa vision, pour pouvoir atteindre le bonheur l'homme doit pouvoir se libérer de la crainte des dieux et plus particulièrement des théories sous-jacentes qui régissent la naissance du monde et l'ordre qui va le régir. Cette nouvelle vision physique du monde lui permet de concevoir la nature même non seulement des hommes mais aussi des dieux. Ces derniers se caractérisent, en particulier, par le fait qu'ils jouissent d'un bonheur parfait et éternel.

Mais, si ce bonheur vers lequel aspirent les hommes est avant tout un état stable et de sécurité sereine, il ne peut être obtenu que par la connaissance, fondement et préalable de toutes les activités humaines. C'est la connaissance qui permet de construire la réalité et donc le monde, et le premier intermédiaire pour la construction de cette connaissance est la sensation. Epicure admet la véracité des sensations, partant de notre impossibilité de démontrer qu'elles sont erronées. Les sensations procèdent par mode de contact et de ce fait elles permettent de connaître la réalité telle qu'elle est. Et ici encore la théorie des atomes de Démocrite va jouer un rôle majeur, car ce sont ces atomes qui partent des objets que l'on ne peut toucher directement et vont jusqu'à nos organes sensitifs nous permettant ainsi de percevoir les objets.

Je ne vais pas entrer ici dans les subtilités de ces théories et notamment celle des simulacres, sorte de duplicata tenus des objets, qui sont capables de nous faire percevoir la réalité des choses proches ou éloignées.

Outre les sensations, il y a deux autres critères de vérité: les affections et les "prolepses". Les affections sont le plaisir ou la douleur; l'on retrouvera bien plus tard cette dualité bimodale chez d'autres philosophes, utilitaristes. Les prolepses sont des

anticipations. Les affections concernent le domaine de l'éthique; les prolepses, elles, sont étroitement liées aux activités connaissances et se rapprocheraient de ce que l'on pourrait nommer actuellement, en termes psychologiques, de la construction de la perception.

L'âme est, dans ce système, de nature corporelle. Elle comporte quatre éléments: trois sont semblables, respectivement, à l'air, au vent et au feu; le quatrième, qui ne porte pas de nom est le plus subtil et le plus mobile. Ces éléments sont partie constituante et explicative des diverses réactions émotionnelles. Mais l'âme est aussi l'intermédiaire par lequel les éléments sensitifs se transmettent graduellement au corps. Enfin l'âme est constituée de deux parties: l'une, diffuse dans tout le corps, liée à lui, rendant compte des sensations; l'autre enfermée dans la poitrine, sans rapport direct avec le corps et pouvant rester étrangère à tout ce qu'affecte ce dernier. Cette seconde partie joue un rôle majeur dans tout ce qui est volitif, en sachant que l'on ne peut vouloir que ce que l'on connaît, d'où, à nouveau, son rôle dans l'activité de connaissance.

Le système d'Epicure, très sommairement résumé ici, matérialiste, où l'âme elle-même est corporelle, admet par ailleurs un principe de liberté chez l'homme. L'application la plus pratique de cette doctrine est la recherche d'un mode de vie qui apporterait les plaisirs et la sécurité. Si la recherche du plaisir est essentielle, véritable moteur de la conduite, cela ne veut pas dire pour autant que le plaisir doit être recherché et obtenu à n'importe quel prix.

Epicure affirme, sans hésiter, que tous les plaisirs puisent leur origine dans ceux du ventre; mais en même temps il affirme qu'il ne s'agit pas du plaisir du vulgaire. Quand le corps possède tout ce qui lui est nécessaire (et ce tout est, dans sa vision des choses, minime) alors on jouit d'une quiétude "constitutive". Enfin, dans la recherche de ces plaisirs, c'est la connaissance et la raison qui doivent dominer pour imposer le choix et se démarquer de la pulsion animale. Le désir des plaisirs ne doit pas, de ce fait, être toujours satisfait.

Notons, pour finir, qu'Epicure classait les désirs en trois catégories :

- les naturels et nécessaires, tel le fait de boire quand on a soif;
- les naturels mais non nécessaires, tels ceux qui peuvent diversifier les plaisirs mais sans pour autant permettre d'éliminer la douleur, par exemple les mets variés, recherchés et rares;
- les désirs qui ne sont ni naturels ni nécessaires, tels les désirs de richesses ou d'honneurs. Il me paraissait utile et nécessaire de nous remettre en mémoire cette position pour deux raisons :
  - D'une part elle vient moduler une longue école de philosophes grecs qui prônaient une attitude bien plus radicale: le plaisir est le bien suprême. C'est en fonction de lui, et lui seul, que l'on peut déterminer ce que l'on est et ce que l'on doit faire. Il ne s'agit même pas de l'opposition plaisir - douleur, car seul le plaisir est la référence. Cette position, défendue par Aristippe et par les cyrénaïques, a soulevé maints débats. Epicure est considéré par certains comme marquant la décadence de l'hédonisme "pur", pour autant qu'il en fait objet de connaissance et l'assujettit à la raison. Sa position fait avant tout l'apologie de l'homme et exalte l'homme seul, connaissant et libéré même des dieux.
  - D'autre part, parce que la théorie d'Epicure, l'importance qu'il accorde aux sensations et aux connaissances, le principe de la liberté et de la raison, bref l'originalité de sa pensée me

semblent parfaitement méconnus actuellement. Il y a même un retournement en son contraire si l'on observe l'acception et l'usage fait de nos jours du terme d'épicurien. Ces positions philosophiques ne sont pas neutres. Elles ont influencé les modes de pensée et les règles morales de nos sociétés au fil des temps et ont donné même lieu à des prises de positions marquées à ce sujet. On peut illustrer cela à travers deux exemples succincts:

La gourmandise est un des sept péchés capitaux dans la doctrine de l'église catholique, à l'égal de la luxure, de l'avarice ou de l'orgueil. Tant que cette doctrine était dogme d'état ou règle de vie pour la majeure partie de la société, la gourmandise était répréhensible. Or l'usage contemporain a transformé le terme en son contraire: de péché il est devenu vertu, qualité d'un individu qui apprécie les plaisirs de la nourriture, voire même qualificatif valorisant pour des produits alimentaires. C'est ainsi que l'on a une salade gourmande, des pois gourmands ou d'innombrables boissons et autres friandises gourmandes...

Le second exemple concerne l'attitude morale face au plaisir alimentaire. Ainsi on retrouve deux attitudes opposées dans deux groupes de cultures dans nos sociétés d'abondance: pour les unes la vertu première de l'aliment c'est d'être objet de plaisir, facteur de convivialité, de partage, de raffinements. Dans le second groupe, la principale vertu de l'aliment est la santé: il doit être sain, préserver la santé, prévenir ou guérir des maladies. Dans ce cas le plaisir passe au second plan et il est même mal vu. Ainsi aux États-Unis il est directement, et parfois explicitement, associé à la notion de péché, dans la droite lignée des doctrines puritaines (Rozin, 1987; Fischler, 1994). Et, la tenue d'une conférence de presse officielle du Département d'Etat de la Santé des États-Unis en 1996, conférence durant laquelle on affirmait que l'on peut avoir du plaisir à table, fait figure de véritable mini-révolution !

Je souhaite, enfin, mentionner avant de clore cette partie la position des philosophes utilitaristes. Le plus caractéristique, dans la perspective qui nous intéresse ici est Jeremy Bentham. A cheval entre le 18<sup>e</sup> et 19<sup>e</sup> siècle, Bentham a eu comme souci majeur de corriger l'insupportable contradiction entre la réalité de la société et les expressions juridiques des rapports entre les hommes. Pour lui le marché et le tribunal doivent aller de pair car ce sont les mêmes lois (scientifiques s'entend) qui en déterminent le cours. Aussi il oeuvre pour proposer un modèle cohérent, aussi bien économique que juridique, pour régir les relations entre les hommes et surtout entre l'état et les individus.

Avant lui Hobbes a proposé une théorie associationniste de la perception et de la connaissance. L'empirisme de Hobbes se double d'un utilitarisme moral. Son originalité réside notamment dans l'élaboration d'une philosophie politique qui associe deux notions jusque là disjointes: le contrat social et le pouvoir absolu.

Bentham a été influencé par Hobbes et reprend certaines de ses positions en formulant notamment l'utilitarisme moral. Le principe servant de base à cette approche est le "principe du plus grand bonheur pour le plus grand nombre d'individus". Il s'agit de ce que l'on a nommé "une arithmétique des plaisirs", concept qui doit servir de base aussi bien au gouvernement qu'au droit pénal. Pour ce faire, il considère que le plaisir et la douleur jouent, dans l'analyse des phénomènes moraux, le même rôle que les faits jouent en physique. Un fait physique est, le plus souvent, issu d'une analyse et nullement une donnée directement constatable. De même, plaisir et douleur, bien qu'éprouvés subjectivement par chacun, doivent être convertis, grâce à une analyse précise, en données objectivement mesurables.

Bentham n'ignore pas les difficultés méthodologiques pour pouvoir mettre en application ce principe et cherche le biais expérimental lui permettant la mesure du plaisir ou de la douleur escomptés par un individu dans le choix et l'accomplissement de ses actions. Or l'économie apporte un modèle permettant de répondre: chaque chose se vend à son prix et, vendeur comme acheteur, savent comparer les valeurs des marchandises. C'est donc par le prix que l'on est prêt à payer pour l'obtention d'un plaisir que l'on peut mesurer la valeur accordée à ce plaisir; et bien entendu, à prix égal nous choisissons le plaisir le plus grand.

De sa théorie, complexe et subtile par ailleurs, retenons encore la docimologie mise en place pour mesurer les plaisirs. Un plaisir se mesure par des caractères intrinsèques tels la durée ou l'intensité, sa fécondité, sa pureté, sa possibilité d'extension et de partage avec d'autres hommes. D'autre part, deux plaisirs équivalents sur le plan de la mesure peuvent appartenir à deux domaines sensoriels différents (goût et toucher, par exemple). L'argent, dans cette affaire, joue le rôle de mesure abstraite face à cette hétérogénéité hédonique. Enfin, les caractéristiques individuelles, aussi bien sociales qu'éducationnelles ou culturelles jouent également: "les éléments du bonheur sont les plaisirs et l'exemption des peines: plaisirs individuels et exemption de souffrances individuelles". Mais la loi ne peut pas tenir compte de toutes ces variations individuelles et doit mettre en place un autre jeu de critères applicables au plus grand nombre. Il convient en effet de remplacer l'idée d'une harmonie entre intérêt individuel et intérêt collectif par une méthode unique qui tiendrait compte à la fois des actions moléculaires des individus et des normes molaires de la cité.

On voit à travers cette théorie, qui a connu d'ailleurs des retombées réelles dans la vie politique et notamment dans la réorganisation du système pénal anglais, la place centrale qu'accorde le philosophe au plaisir, motivation universelle et commune à tous les hommes. En poussant son raisonnement jusqu'au bout Bentham considère même que Dieu est plaisir ou exemption des souffrances, alors que le Malin est souffrance ou exemption des plaisirs (Chiva, 1985).

En faisant cette brève incursion dans le domaine de la philosophie je voulais remettre en perspective l'ancienneté, la permanence et l'importance accordée au plaisir, à la fois en tant que fait réel et, aussi, en tant que concept dans le passé de nos cultures. Depuis le déterminisme des conduites individuelles jusqu'à la constitution d'une philosophie d'état, jugé à l'aune des valeurs éthiques, de la morale ou de la religion, le plaisir a occupé (et occupe) une place centrale en tant que moteur des conduites et des relations humaines. Mais, tout comme les émotions, il ne peut être disjoint de l'aspect cognitif ni des mécanismes de la construction du réel dans notre espèce.

## Approches psychophysologiques du plaisir

Jusque là le plaisir a été abordé d'un point de vue subjectif, conceptuel, en tant que vérité phénoménologique ou philosophique. Mais qu'en est-il quant à sa réalité physiologique ou psychophysologique ?

Ici encore, je ne vais pas essayer d'être exhaustif, mais pointer un certain nombre d'aspects, bien établis et qui me semblent fondamentaux dans cette perspective.

La tonalité affective, hédonique, de la sensation gustative a été considérée comme une spécificité fonctionnelle de la gustation. Ainsi Le Magnen (1951) notait la tonalité affective de la perception des saveurs et précisait :

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

Cet aspect semble actuellement bien établi et n'est pas le propre de l'homme. La majorité des travaux a souligné la forte préférence pour les saveurs sucrées et la forte répulsion pour l'amertume. Les premières observations chez le nouveau-né humain datent de 1842 et ont été rapportées par Preyer (1897). Ce dernier se réfère aux observations de Kussmaul, dupliquées par lui-même sur ses propres enfants. Ces observations notaient une préférence pour la saveur sucrée, dès la naissance, avec de surcroît des mimiques et des comportements qui font dire aux observateurs que l'enfant était détendu, tranquille, content, à l'opposé de ce qui se passe avec la réaction à l'amertume. Ceci est d'autant plus intéressant à noter que l'une des deux substances en jeu, ici le saccharose, est également une des rares substances (avec le HCl) à être perçue universellement de la même façon, soit, dans ce cas, comme ayant une saveur sucrée.

Depuis, de nombreux travaux ont confirmé cette note hédonique liée à la gustation de façon probablement innée. On peut considérer avec Faurion et col. (1985) que le plaisir ou le déplaisir que procurent certains aliments est inné, puisque les nouveau-nés manifestent dès la naissance cette préférence sélective pour les solutions sucrées et pas pour les autres. Bien plus, les enfants anencéphales présentent les mêmes réactions comportementales aux divers stimuli gustatifs que les enfants normaux.

Selon Louis-Sylvestre (1996) cette "motivation hédonique innée (cette disposition de base) mise en place par la sélection naturelle rend le sujet capable de maintenir son homéostasie par l'ingestion de produits sucrés sources de carburant et d'éviter les poisons (généralement amers) et les substances corrosives (généralement acides)". Cette affirmation serait vraie pour les individus de toutes les espèces animales.

Posé ainsi le problème soulève une autre question: où et comment sont traitées les informations ? existerait-il un "centre du plaisir" ? Cette dernière question a soulevé des nombreuses polémiques; pour l'instant les données neurophysiologiques ne nous autorisent pas à l'affirmer. En revanche, on connaît bien maintenant les voies de cheminement de l'information sensorielle et les projections notamment au niveau du système limbique et de l'hypothalamus latéral (Mac Leod, 1992). Il est important de se souvenir, si besoin était, du rôle important que jouent ces dernières structures dans la gestion de l'humeur et des états émotionnels.

Plusieurs expériences (Le Magnen, 1984) ont permis de mettre en évidence que l'animal, mis en situation de choix, apprend à optimiser son plaisir de manger en combinant le profil sensoriel de l'aliment aux avantages et inconvénients postprandiaux de ses choix de consommation. Rolls (1976) a été le premier à mettre en évidence l'existence, dans l'hypothalamus du singe, dans une zone d'autostimulation positive, de cellules qui répondent à la simple vue d'un aliment dont l'animal "sait" qu'il est bon pour lui.

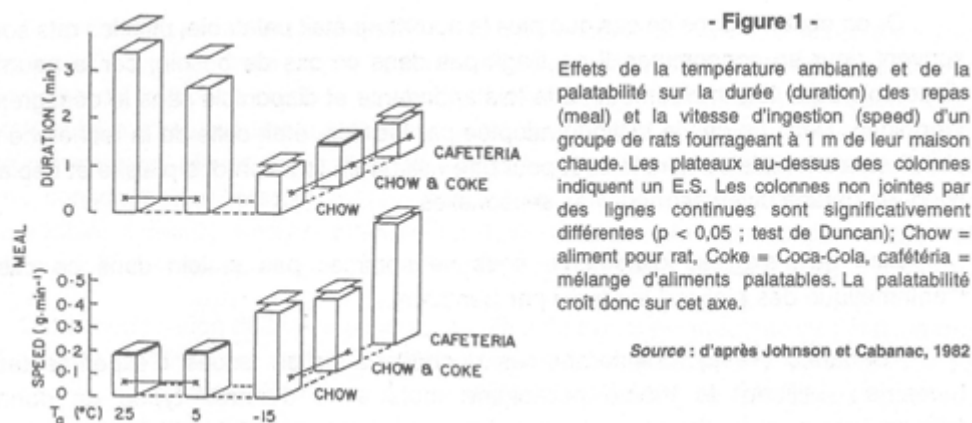
Autrement dit on se trouve en présence d'un phénomène tributaire à la fois de mécanismes innés, consubstantiels à la structure même du SNC, et à des mécanismes d'apprentissage: "(...) le sujet anticipe les conséquences de l'ingestion qu'il prévoit de faire en se référant à ses expériences antérieures. Peu à peu, l'image sensorielle (informations quantitative et qualitative) d'un aliment (...) est associée à ses conséquences post ingestives (...). Le sujet anticipe l'état de satisfaction (plaisir) qui sera induit après consommation, digestion et absorption: il s'agit en fait d'un transfert de plaisir attendu sur le plaisir sensoriel" (Louis-Sylvestre, 1996).

Posés ainsi, ces faits appellent deux remarques :

- On se trouve une fois de plus face à des processus qui participent à la construction de la perception, processus sur lesquels je reviendrai dans la troisième partie.
- On peut se poser la question, à travers la rapide évocation des données expérimentales, de la place jouée par le plaisir en tant que motivation dans les conduites de consommation alimentaires chez l'animal (et a fortiori chez l'homme).

La réponse à cette dernière question est apportée notamment par les travaux de Cabanac (1985,1992). Ainsi, dans deux expériences désormais classiques, il place des animaux de laboratoire, des rats en l'occurrence, dans une situation de conflit: ils devaient arbitrer entre le confort thermique, d'une part, la palatabilité des aliments qui leur étaient offerts, d'autre part. Deux manipulations ont été ainsi faites:

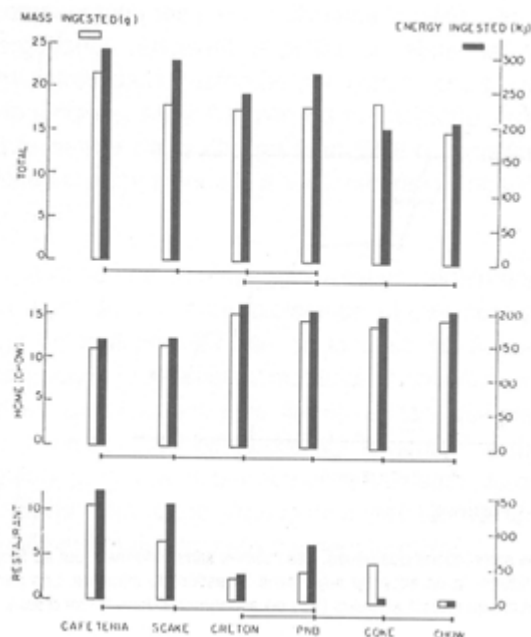
Dans la première, les rats disposaient d'une maison chauffée à 25,5°; cette maison était placée dans une chambre climatique dont la température était de -15°. La nourriture était située à 1 m de la maison chaude.



Cette expérience met en évidence deux séries de faits: d'une part, les rats ont raccourci de façon drastique leur séjour à l'extérieur de la maison chauffée; d'autre part, les animaux ont compensé la réduction du temps de séjour en accélérant leur ingestion dans la situation froide. Mais surtout, il convient de noter que cette vitesse d'ingestion varie en fonction de la palatabilité de l'aliment: elle a été considérablement augmentée face aux aliments les plus palatables (cafétéria). Dans ce cas la palatabilité du repas se traduit par une nette augmentation de l'ingestion mais non de la durée du repas.

Lors de la seconde expérience les auteurs ont en quelque sorte testé "le prix" que les animaux étaient prêts à payer pour le plaisir. La situation expérimentale est assez semblable à la première expérience: les rats disposaient d'une maison chauffée à 25,5° placée dans une chambre climatique où la température était de -15°. Mais cette fois ils disposaient de deux sources de nourriture: de la nourriture pour rats était disponible dans leur maison, d'une part, et, d'autre part, de la nourriture très

palatable était disponible à 16m de leur maison. Autrement dit, si les animaux souhaitaient un "aliment-plaisir" le prix à payer était l'important inconfort thermique.



- Figure 2 -

Masses (mass ingested) et énergies (energy ingested) moyennes mangées par un groupe de rats à 16 m de distance (restaurant) de leur maison chauffée, en bas, dans leur maison chauffée (home), au milieu, et somme des deux (total), en haut. Le type d'appât trouvé au restaurant est indiqué en abscisse : chow = nourriture en poudre pour rats, coke = Coca-Cola, PNB : beurre d'arachides, creton = rillettes, Shortcake = biscuit sablé, cafétéria = ensemble des 4 précédents. Les lignes continues unissant les colonnes noires indiquent les valeurs non-significativement différentes (test de Duncan).

Source : d'après Cabanac et Johnson, 1983

Or on observe dans ce cas que plus la nourriture était palatable, plus les rats sortent souvent pour en consommer. Il ne s'agit pas dans ce cas de besoin, car la nourriture disponible dans leur maison était à la fois abondante et disponible sans le désagrément thermique. Dans ce cas la tactique adoptée par les rats était celle de la recherche d'un plaisir sensoriel, plaisir dont le coût peut être estimé en fonction des plaisirs et déplaisirs évoqués par les diverses modalités sensorielles.

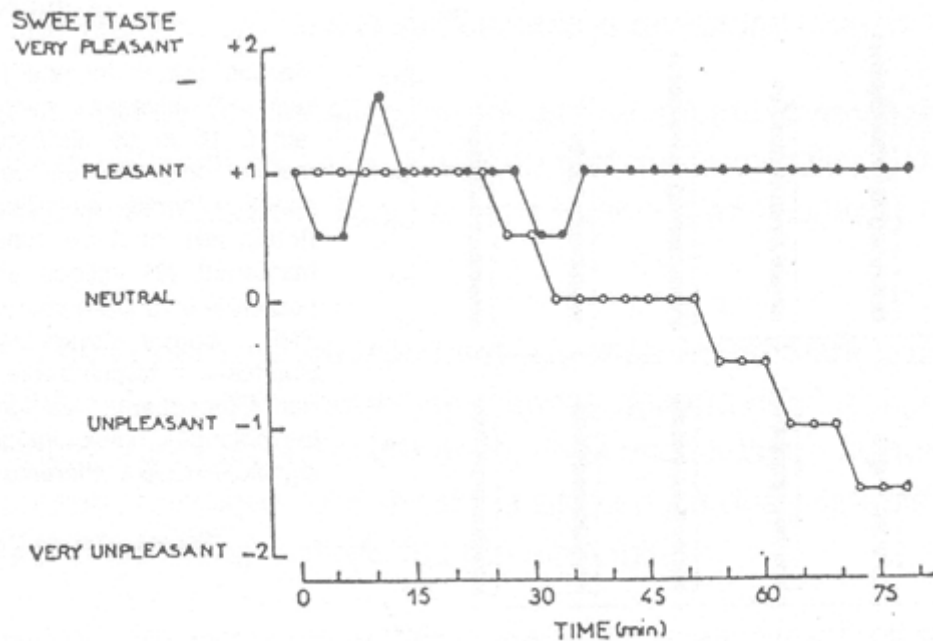
Bien qu'il s'agisse d'animaux, nous ne sommes pas si loin dans ce cas de l'"arithmétique des plaisirs" évoquée par Bentham...

Cabanac (1992), comparant ces données à celles issues d'expérimentations humaines, utilisant le même paradigme mais avec d'autres types de données (alimentaires ou non alimentaires), en comparant la balance plaisir - déplaisir et son coût, constate la convergence des données et conclut sur le fait que le plaisir est la monnaie commune des motivations dans les deux cas.

Ces données, issues de l'expérimentation animale, introduisent de toute évidence la notion de plaisir comme un des moteurs des conduites alimentaires.

Enfin, une dernière notion doit être évoquée dans le domaine de la psychophysiologie: celle d'alliesthésie. On désigne sous ce terme le fait que "la composante affective attachée aux sensations ingestives, c'est-à-dire l'intensité du plaisir/déplaisir évoquée par les stimuli alimentaires, peut notablement varier selon l'état énergétique interne du consommateur" (Fantino, 1992). Ainsi, par exemple, la notation hédonique d'une stimulation sucrée, va être perçue comme agréable et va être relativement élevée et positive lorsque le sujet est à jeun; la même stimulation, estimée à l'aide de la même échelle, sera notée bien moins lorsque le même sujet sera rassasié.





- Figure 3 -

Cette modification de la sensation, désignée sous le terme d'alliesthésie par Cabanac (1971) n'est pas le propre de la sensation gustative, mais existe également dans le domaine de l'olfaction ou de la sensation thermique, par exemple. Ainsi l'odeur d'ail, caractéristique d'une préparation d'escargots au beurre aillé, est très appétissante par le consommateur qui attend son plat au restaurant; toutefois, la même odeur, perçue par le même consommateur lorsqu'il est au moment du café, à la fin du repas, est plutôt désagréable. Il faudra ensuite attendre un laps de temps variable (mais en général supérieur à 75 minutes) pour que cette odeur retrouve son caractère agréable et appétitif.

Cette modification de la perception qualitative du signal est tributaire de l'état interne de l'individu. On distingue ainsi l'alliesthésie négative, qui entraîne une décroissance du plaisir perçu ou, si l'on préfère, une augmentation du déplaisir, de l'alliesthésie positive, qui correspond. à une évolution inverse.

Fantino (1992) nous rappelle que l'alliesthésie alimentaire comporte trois caractéristiques essentielles :

- L'alliesthésie alimentaire n'est pas provoquée par une modification des composantes discriminatives de la sensation. En d'autres termes, on assiste ici à une évolution disjointe entre la perception des caractéristiques quantitatives du stimulus, qui elle, ne se modifie pas, et la perception hédonique de cette même stimulation, qui va évoluer de façon négative ou positive dans le temps.
- Il existe un décours temporel de l'alliesthésie alimentaire négative. Le schéma général est le suivant: la décroissance du plaisir ressenti n'est ni immédiate ni très rapide. Le phénomène débute 15 à 20 minutes après le début de la prise alimentaire et son amplitude s'accroît progressivement; le maximum de déplaisir est atteint en une heure environ après le début de l'acte de consommation pour régresser lentement par la suite.
- L'alliesthésie négative, induite par la prise alimentaire, résulte de la stimulation de récepteurs internes par les aliments ingérés. On a mis ainsi en évidence que les apports énergétiques réduisent le plaisir oro-sensoriel même si ces apports sont directement administrés dans l'estomac par sonde, court-circuitant ainsi les récepteurs sensoriels périphériques. Ainsi l'origine du phénomène serait d'origine intra-digestive: "quelle que soit la nature de la charge

énergétique apportée, l'amplitude de l'alliesthésie négative induite est proportionnelle à la concentration intra-digestive des nutriments" (Fantino, 1992).

A l'issue de ce deuxième volet un certain nombre de faits bien connus actuellement d'un point de vue neurobiologique et psychophysiologique doivent retenir l'attention. Il s'agit en tout premier lieu de la mise en évidence de la composante hédonique qui accompagne toute prise alimentaire et notamment toute stimulation gustative (ne serait-ce que, sous sa forme la plus simple, en tant que plaisir - déplaisir). Elle est en place dès la naissance et est fonctionnelle dès le quatrième mois de la vie intra-utérine. Il est utile de mentionner qu'à la différence de la gustation, la qualité hédonique de l'olfaction, qui joue un grand rôle dans l'évaluation sensorielle des aliments, n'est pas inscrite dans l'organisme mais est intégralement apprise.

L'aspect sensoriel, inné, se combine avec des apprentissages ultérieurs pour contribuer à la construction de la perception, attitude anticipatrice quant aux effets de la consommation et motivante sur le plan comportemental.

Enfin, dans la perspective qui nous intéresse ici, des données expérimentales montrent de façon indubitable l'importance de "l'arithmétique des plaisirs" en tant que motivation puissante dans les conduites de consommation alimentaire.

## De l'hédonisme dans une perspective psychologique

Dans l'introduction à un récent numéro de la revue Psychologie Française (1966), intitulé Des goûts et des odeurs et consacré notamment aux approches psychophysiques, les coordonnateurs s'étonnent de la relative pauvreté de recherches psychologiques, dans une perspective hédonique, liées à ces deux modalités sensorielles. "Si la psychologie a produit beaucoup de discours sur l'affectivité, elle est restée jusqu'à présent peu active dans le développement d'outils permettant de mieux comprendre les mécanismes de ce fonctionnement et leurs interactions avec les autres composantes" (Bonnet & Hossenlopp, 1996).

Il est vrai que les auteurs, qui se situent avant tout dans une perspective métrologique, font ici preuve d'un certain pessimisme. Il n'en reste pas moins que les études dans ce domaine n'abondent pas et surtout, qu'elles se situent dans une perspective soit d'analyse sensorielle, soit encore d'études de marché et de marketing. Cela va de pair avec un certain nombre de contraintes à la fois conceptuelles et méthodologiques.

Sur le plan conceptuel le lecteur aura remarqué, je l'espère, que jusqu'à présent je n'ai pas donné de définition au concept de plaisir. Il suffit de consulter un dictionnaire commun de la langue (le Petit Robert par exemple) pour se rendre compte que ce terme, dans le langage courant est polysémique; mais en même temps il renvoie constamment à des notions d'affect ou d'émotion. En cela les définitions communes convergent avec celles données dans une perspective strictement psychologique par Piéron (1973): le plaisir est un état affectif, sentiment ou émotion.

De son côté Mac Leod (1992) considère que ce n'est pas un hasard si le plaisir s'exprime spontanément car c'est une préparation aux comportements. En effet, pour cet auteur le comportement alimentaire humain, espèce omnivore, a un préalable obligé: le choix. La réponse hédonique est la préfiguration de ce choix, ce dernier s'opérant, par définition, entre objets connus. Le moteur essentiel de ce choix est la motivation, composante dans laquelle le plaisir joue un rôle majeur. La définition

donnée par Mac Leod à l'expression du plaisir est frappante par sa similitude avec la définition des émotions donnée par Frijda (1986): il s'agit d'une préparation à l'action (action readiness), activité qui englobe étroitement des composantes cognitives et affectives. Cette convergence d'opinion entre deux auteurs issus de champs différents est intéressante car elle met l'accent, si besoin était, sur l'importance de la composante émotionnelle, affective, en grande partie non cognitive, dans la définition même du plaisir et de son rôle.

Mais la relative absence de données dans ce domaine, d'un point de vue psychologique vient également d'autres sources. L'analyse sensorielle s'est développée massivement notamment dans une perspective industrielle, de recherche et développement et dans une perspective de marketing. De ce fait elle a mis l'accent avant tout sur la mesure sensorielle, sur la prédictibilité du succès d'un produit auprès des consommateurs, sur les leviers qu'il conviendrait d'actionner pour motiver les activités d'achat et de consommation. Les travaux faits dans ce domaine sont nombreux, importants et ont permis notamment la mise en place de bonnes approches métrologiques reproductibles.

En revanche, la mesure hédonique est encore considérée comme une mesure qui n'est que relativement peu fiable. Elle est difficile à faire, devrait n'être que globale, est peu stable dans le temps et relativement peu prédictive des comportements réels. On sait d'ailleurs par expérience, qu'il s'agisse d'études de consommation, d'attitudes ou d'enquêtes alimentaires que l'expression des rejets est bien plus prédictive des conduites réelles que l'expression des préférences.

Issanchou et Hossenlopp (1992) considèrent que lorsque le sujet goûte un produit pour savoir si l'aliment répond à son attente ou s'il est "bon pour lui" trois types de processus au moins entrent en jeu :

- un processus de reconnaissance des stimuli apportés par l'aliment (mémoire des images sensorielles qui permettent d'identifier la nature et les caractéristiques de l'aliment);
- simultanément intervient le plaisir associé à ce type de stimulus (mémorisation du plaisir apporté lors d'expériences antérieures);
- des processus d'anticipation et de préparation de l'organisme liés aux effets post-ingestifs enregistrés lors des expériences antérieures et liés également à l'état interne du sujet au moment de la dégustation.

Sur un plan méthodologique ces auteurs estiment également que l'objectif d'une mesure hédonique est différent selon l'enjeu, ce qui nécessite évidemment l'obligation de le préciser lors de tout travail dans ce domaine. Dans la suite de leur écrit les auteurs font une analyse minutieuse des méthodes actuellement disponibles pour conclure en trois points :

- le problème de l'appréciation hédonique des caractéristiques sensorielles est essentiel dans la compréhension des comportements alimentaires;
- la valeur hédonique d'un aliment n'est pas un concept valable. On manque notamment de méthodes correctes pour mesurer l'interaction aliment - sujet;
- les méthodes actuelles n'ont de valeur que dans des contextes donnés avec des sujets donnés.

En d'autres termes se pose ici le problème de la généralisation, non résolu, et la création de nouvelles méthodologies, à la fois plus fines et prudemment circonscrites dans des contextes spécifiques.

Pour ma part, je considère que le plaisir se situe dans la perspective générale de la perception, processus complexe, qui consiste à sémantiser les messages sensoriels c'est-à-dire leur donner une signification. De ce fait le plaisir est, à l'origine, une

sensation, c'est-à-dire un message sensoriel. Dès lors le problème qui se pose n'est pas la mesure du plaisir en tant que tel, mais la mesure de la perception du plaisir qui est l'interprétation de ce message sensoriel (Chiva, 1992). Définie de cette façon l'étude du plaisir et de la place qu'il peut occuper dans le déterminisme des conduites alimentaires dépasse le simple problème de mesure sensorielle et nous amène à le considérer dans une perspective bien plus globale. L'apprentissage des conduites alimentaires, mentionné au tout début, fait intervenir des multiples facteurs: psychophysiologiques, perceptifs, cognitifs, affectifs, culturels et sociaux. De ce fait on ne peut qu'être d'accord avec la position énoncée par Issanchou et Hossenlopp (1992) qui attirent l'attention sur la multiplicité des différences interindividuelles et des contextes, tout comme des difficultés de la généralisation. Il n'en reste pas moins que trois aspects jouent, dans tous les cas, un rôle dans la prise alimentaire (Chiva, 1996) :

- L'aspect organoleptique, c'est-à-dire les modalités sensorielles qui déterminent le goût de l'aliment;
- L'aspect hédonique, c'est-à-dire la dimension du plaisir, d'agrément ou désagrément que peut nous apporter l'aliment;
- l'aspect idéal, c'est-à-dire ce que l'on pense à propos de l'aliment, de ses vertus, qualités et dangers.

Les trois aspects, malgré leur apparente immédiateté (influence directe sur l'acte de consommation) font appel à des données synchroniques et diachroniques, à l'expérience antérieure tout comme à l'apprentissage de normes et de croyances communes à des groupes humains.

La perception, construction continue de l'univers qui nous entoure, tributaire à la fois de facteurs maturationnels et cognitifs, est tributaire également des aspects émotionnels et des croyances. Dans cette perspective l'étude du plaisir peut se faire dans diverses directions et avec des finalités diverses; je n'en citerai ici que deux: le plaisir dans le processus de communication en situation alimentaire et la place de l'hédonisme dans une perspective d'appropriation des aliments.

## Plaisir et communication en situation alimentaire

En décrivant les réactions des enfants lors de diverses stimulations sensorielles gustatives, Preyer (1897) a décrit également avec minutie les mimiques faites par les enfants lors des diverses stimulations avec du sucré, sel, citron et quinine. Ces mimiques étaient différentes selon la nature de la stimulation. Les descriptions de Preyer, pourtant précises et disponibles, ont été pratiquement oubliées pendant 80 ans, et négligées peut être aussi du fait qu'elles ne portaient que sur deux ou trois enfants.

Elles ont été redécouvertes par Steiner (1973) et utilisées par moi-même dès 1974 dans une recherche longitudinale concernant la place de la sensation gustative dans le développement, auprès des enfants de 0 à 3 ans. Ces mimiques, baptisées réflexe gustofacial (RGF) par Steiner, ont un certain nombre de caractéristiques :

- les mimiques provoquées par la stimulation sapide sont différentes d'une saveur à l'autre, mais identiques, pour la même saveur, d'un enfant à l'autre;
- ce sont des réactions réflexes, dont le mécanisme de déclenchement se situe dans un niveau assez bas du SNC, le niveau bulbaire.
- étant réflexes, ces mimiques n'ont pas de signification intentionnelle, au départ;
- le RGF est stimulo-dépendant, c'est-à-dire qu'il est induit toujours par la stimulation et difficilement contrôlable par l'individu;

- enfin, le RGF n'est pas le propre de l'homme mais se retrouve également chez certains animaux, rat, souris ou primates par exemple.

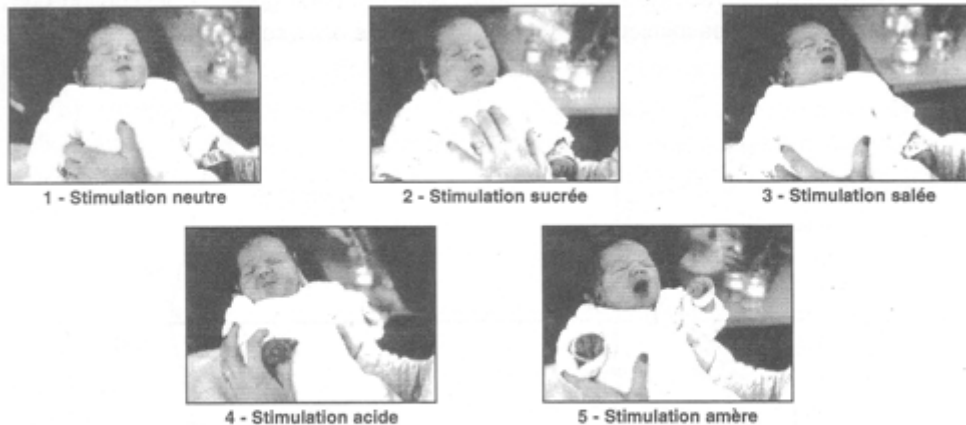


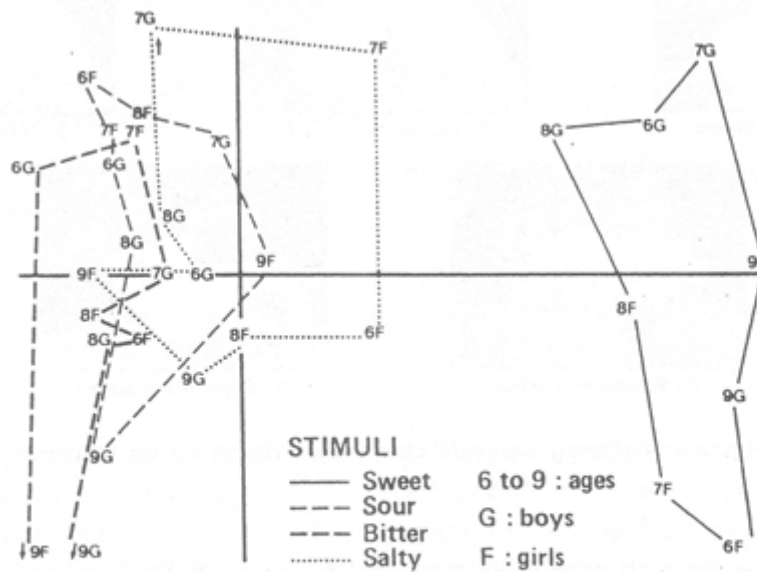
Figure 4 : Réflexe gusto-facial chez un nourrisson âgé de 12 heures.

Chiva, 1985

Utilisé dans ma recherche à l'origine pour avoir une certitude quant à la perception de la stimulation chez le nouveau-né, le RGF a réservé des surprises. En effet, les parents qui voyaient cette mimique chez un nouveau-né de moins de 24 heures, mimique qu'ils observaient pour la première fois, n'hésitaient pas une seconde pour l'interpréter. L'interprétation était pratiquement toujours en termes de plaisir ou déplaisir et d'acceptation ou rejet (Chiva, 1982, 1985). Bien plus, par la suite, sensibilisés à ces mimiques, les parents les utilisaient comme guide des choix et préférences alimentaires du bébé et, dans certains cas, modulaient l'offre faite à l'enfant en fonction de cette mimique. J'ai pu observer ainsi, au cours du temps, la mise en place d'un véritable système de communication non verbale enfant - parents, système qui ne disparaît d'ailleurs pas totalement par la suite, avec l'avènement du langage, et perdure même à l'âge adulte. Ce système est basé avant tout sur la lecture des mimiques RGF interprétées dans une perspective de plaisir - déplaisir et teinté, par la suite, d'autres composantes émotionnelles. L'élément le plus notable est l'utilisation de cette réponse réflexe, donc sans intention aucune au départ, dans une perspective intentionnelle.

Une deuxième expérimentation a été faite par la suite afin de mieux comprendre le mécanisme de lecture et d'interprétation des mimiques par l'entourage et sa place dans la communication. Elle a comporté trois étapes (Chiva, 1987) :

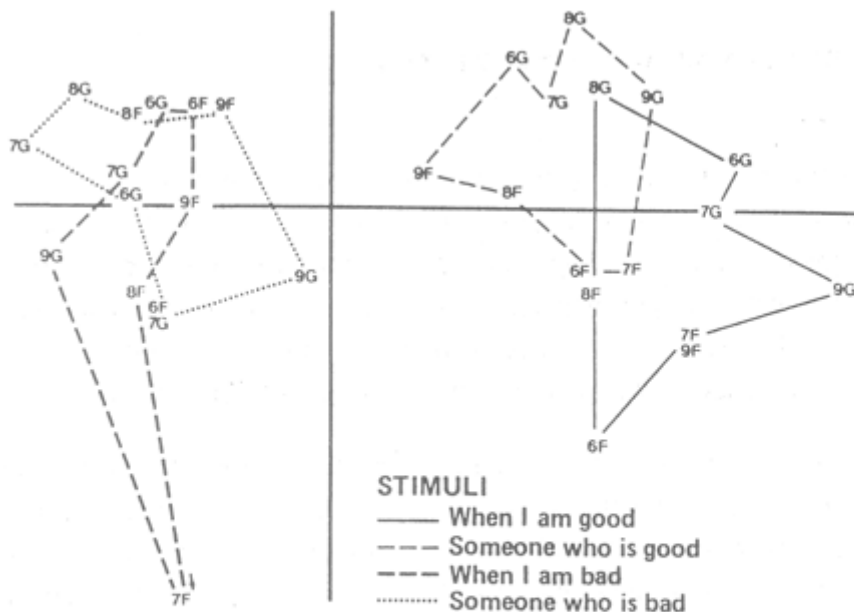
- Une technique de description des composantes faciales des mimiques a été élaborée (inspirée en partie par les travaux d'Ekman); elle décomposait les mimiques en 52 unités de base, descripteurs de la mimique;
- Une population de 120 enfants a été étudiée. D'une part on provoquait chez eux les RGF, d'autre part on leur demandait de mimer un certain nombre d'expressions abstraites, telles bon, beau, gentil, méchant, etc. Les mimiques étaient photographiées pour permettre l'analyse ultérieure.
- Les données issues de l'analyse, en utilisant la même grille de description des mimiques pour toutes les mimiques, ont donné lieu à une analyse des correspondances.



- Figure 5.1 -

Structure des composantes du RGF dans une population d'enfants de 6 à 9 ans (n = 120).

Chiva, 1987



- Figure 5.2 -

Structure des composantes des expressions mimées (ici gentil et méchant) dans une population d'enfants de 6 à 9 ans (n = 120).

Chiva, 1987

Trois choses ressortent de cette analyse :

- La nette organisation des mimiques RGF sur un premier axe, bipolaire, opposant le sucré à l'amer (ct. fig. 5.1).
- L'existence de certaines composantes spécifiques des mimiques communes d'une part, au RGF sucré et aux aspects des émotions positives, d'autre part au RGF amer et aux aspects mimés des émotions négatives (ct. fig. 5.2). Cela permet de mieux comprendre les mécanismes d'interprétation par l'environnement du RGF.

- L'organisation hiérarchique des mimiques RGF sur le premier axe est pratiquement superposable aux potentiels évoqués dans une population de neurones chez le rat en réponse à des stimulations sapides, lors d'une étude électrophysiologique menée par Scott et Giza (1987).



- Figure 6 -

Comparaison après transformation sur une échelle bipolaire des données électrophysiologiques chez le rat (Scott) et du RGF chez l'enfant (Chiva)

Chiva, 1987

Cette direction de recherche permet d'aborder l'expression faciale du plaisir exprimé lors de stimulations d'origine alimentaire et son inscription dans un processus général de communication. Bien que très coûteuse en temps, elle mérite d'être poursuivie, notamment dans une perspective interculturelle.

## Hédonisme et l'appropriation des aliments

La problématique à l'origine de cette série de recherches, dont certaines se poursuivent encore en ce moment, est double: quels sont les mécanismes, les facteurs et les conditions en jeu dans l'acceptation d'aliments nouveaux et inconnus par les enfants? comment les enfants s'approprient ces aliments pour les faire devenir "leurs" aliments? de même, cette fois sur une population adulte, comment saisir les spécificités des aliments qui les font considérer comme préférés ou palatables par le consommateur?

Dans le premier cas il s'agit de saisir les mécanismes qui permettent d'élargir le répertoire alimentaire. Dans le second cas il s'agit de mettre au point un système descriptif des attributs hédoniques des aliments, en vue par exemple de s'assurer, lors de prescriptions ultérieures, de l'observabilité des ordonnances (en tenant compte de la réalité des faits observés en clinique).

Dans les deux cas une démarche méthodologique similaire a été utilisée (Manoury, 1996; Rigal & Chiva, 1995; Rigal, 1996) :

- Prise en considération des trois aspects mentionnés auparavant et jouant un rôle dans la prise alimentaire : organoleptique, hédonique et idéal.
- Construction de trois échelles permettant respectivement :
  - d'obtenir une série de descripteurs organoleptiques, issus de l'expression libre de la population étudiée;
  - d'obtenir, pour chaque sujet, l'indication de la perception ou non de ces indicateurs pour les aliments présentés, ainsi que l'intensité de la perception, estimée sur une échelle analogique;
  - d'obtenir, dans un deuxième temps, l'évaluation de l'intensité hédonique pour chaque descripteur effectivement perçu en utilisant également une échelle analogique;
  - d'obtenir une évaluation idéale concernant certains aspects des aliments proposés.

La première étude a été menée auprès de 80 enfants de 9 à 11 ans, la seconde sur une population de 66 adultes (moyenne d'âge 34 ans). La seconde étude se poursuit actuellement sur une population beaucoup plus importante.

Je ne vais présenter ici que les résultats directement en relation avec mon propos.

Le paradigme utilisé pour comprendre l'acceptabilité, ou non, d'aliments nouveaux et inconnus, comportait la présentation à la population d'enfants d'un aliment inconnu, non familier par rapport au répertoire alimentaire français, et d'un aliment connu,

relativement proche de l'aliment expérimental. Après application des diverses échelles, l'aliment inconnu était présenté à plusieurs reprises, dans certaines conditions. Enfin, en fin d'expérimentation, il y avait à nouveau présentation des deux aliments initiaux et nouvelle évaluation à l'aide des outils construits pour cette recherche.

Un des indices majeurs retenus dans cette étude est issu de l'hypothèse d'hédonisation: l'acceptation de la nouveauté, son intégration éventuelle dans le registre du consommable habituel va de pair avec une augmentation de la note hédonique accordée à cet aliment. L'inverse s'observerait en cas de non appropriation de l'aliment.

**Tableau 1 :**  
**Moyennes des réponses hédoniques évaluées sur une échelle bipolaire en 5 points**  
**- aliment expérimental et aliment contrôle à T0 et à T4 -**  
(Test t de Student sur groupes appariés)

RÉPONSES HÉDONIQUES			
CORNEE BEEF			
	T 0	T 4	T 4 - T 0
couleur	2,34	3,2	+ 0,86 *
odeur	2,29	3,92	+ 1,63 *
saveur	2,75	4,59	+ 1,84 *
arôme	2,7	4,34	+ 1,64 *
texture	2,95	4,44	+ 1,49 *
aliment	3,09	4,69	+ 1,6 *
JAMBON FUMÉ			
	T 0	T 4	T 4 - T 0
couleur	4,08	4,34	+ 0,26 ns
odeur	3,53	3,51	- 0,02 ns
saveur	3,89	4,23	+ 0,34 ns
arôme	4,29	4,26	- 0,03 ns
texture	4,46	4,17	- 0,23 ns
aliment	4,43	4,37	- 0,06 ns

\* différence significative à 0,05  
ns différence non-significative

Rigal, 1996

Entre le début et la fin de l'expérience, l'aliment devenant accepté et consommé, on observe dans ce cas l'augmentation de cette note. En revanche, dans une seconde expérience, avec un aliment qui n'a pas été "adopté" la note hédonique reste quasiment constante, c'est-à-dire basse.

De même, dans le cas de l'aliment approprié il convient de noter un second aspect: la modification de l'intensité sensorielle perçue. Lorsque l'aliment est inconnu, non seulement la note hédonique est basse, mais les sujets considèrent l'intensité sensorielle comme importante. En fin d'expérience, l'hédonisation va de pair avec une diminution de l'intensité sensorielle, ressentie peut-être comme moins agressive (mais ceci reste une interprétation à confirmer ultérieurement).

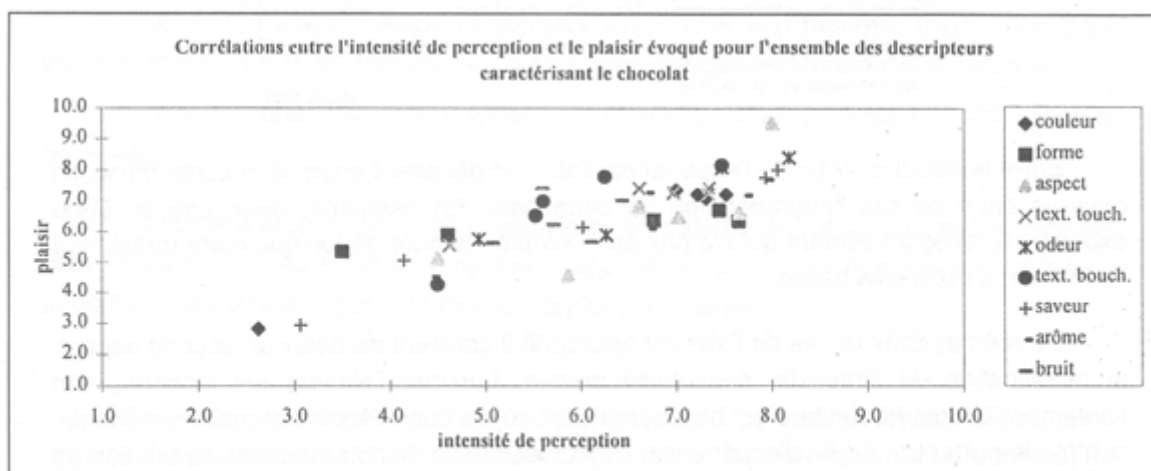
Dans la seconde série de travaux la difficulté majeure résidait dans la mise en place d'une évaluation hédonique comparative. Or il est difficile aussi bien en théorie qu'en pratique de comparer directement les aliments; si comparer éventuellement un navet et une pomme peut, peut-être, se concevoir, comparer le navet au chocolat revient à comparer deux univers complètement disjoints. La disjonction ne vient pas seulement de la nature des aliments en question, mais aussi en tenant compte de



leur fonction, des aspects idéels, etc. Aussi la comparaison doit se faire non pas par comparaisons directes mais à travers des comparaisons des attributs de ces aliments. D'autre part, ici encore il convient de tenir compte de l'établissement des descripteurs sensoriels qui doivent correspondre à la perception plus ou moins spontanée des sujets et non pas aux standardisations, de règle dans l'analyse sensorielle classique. Enfin, visant également un but pratique, cette démarche doit établir, à long terme, un véritable catalogue spécifique aliment par aliment, seule possibilité pour les prescripteurs à venir de pouvoir tenir compte de ce qui est considéré comme "faisant plaisir" par une population donnée. C'est à cette conditions que les prescripteurs pourront mettre en place des ordonnances positives, bien plus facilement respectées que les négatives.

D'un point de vue méthodologique il est important de souligner qu'il a été relativement aisé d'utiliser des descripteurs sensoriels issus de la production d'un groupe de sujets. Les descripteurs retenus l'ont été sur la base de fréquences statistiques à partir d'une importante masse de données initiales (citons pour mémoire que l'on a recueilli dans un premier temps 282 descripteurs pour une seule variété de pomme et 301 pour le jambon blanc, par exemple). Parmi les 40 descripteurs retenus dans la forme finale, 34 ont fait l'objet d'un consensus perceptif, le recours laissé aux sujets d'ajouter d'autres descripteurs étant minime.

Voici, à titre d'exemple, la corrélation observée entre l'intensité de perception et la note hédonique des divers descripteurs, dans le cas du chocolat noir.



- Figure 7 -

Manoury & col., 1996

On remarque dans ce cas une corrélation positive et relativement forte entre l'intensité sensorielle perçue et l'estimation du plaisir.

Deux remarques sont à faire à propos des données de ces études :

a) Il n'a pas été demandé aux sujets examinés une justification de leur choix hédonique. On sait fort bien, à partir de nombreux travaux antérieurs qu'une telle approche est difficile et peu fiable. En revanche, demander directement une estimation du plaisir apporté par la perception de telle caractéristique, n'a posé aucun problème, qu'il s'agisse d'adultes ou d'enfants.

Cette approche doit permettre, dans un second temps de comparer les données analytiques, descripteur par descripteur, avec l'appréciation globale (j'aime ou je

n'aime pas, évaluée également sur une échelle analogique) et mettre en évidence le poids différent de chaque élément dans la réponse globale. Ceci est important autant dans une perspective d'analyse de la construction de la perception que, plus directement, dans la mise en place de conseils pratiques.

b) Malgré l'apparente contradiction, on observe un même univers dans les deux cas. Chez l'enfant, l'appropriation de l'aliment allait de pair avec une augmentation de la note hédonique et une diminution de la perception de l'intensité sensorielle. Il s'agissait ici d'une acquisition, faite dans le temps, l'acceptabilité allant de pair avec le processus d'hédonisation.

Chez l'adulte, on observe une corrélation positive entre l'intensité sensorielle perçue et la note hédonique. Mais dans ce cas il s'agit d'une approche différente: la description du connu et préféré. On peut donc supposer que la présence et la perception d'indices sensoriels familiers, caractérisant l'aliment, va de pair avec le plaisir qu'ils apportent: plus facilement et mieux sont-ils perçus, plus grand sera le plaisir et l'acceptabilité.

La ligne de travaux que je viens de présenter est innovante, mais loin encore d'être terminée. Elle offre en tout cas, conceptuellement et méthodologiquement, des perspectives nouvelles, avec notamment l'abord du plaisir dans la perspective structurante de l'étude de la perception. Dans tous les cas, il est évident que sur un plan psychologique l'approche individuelle ne peut être dissociée de la perspective sociale, culturelle et morale concernant le plaisir.

Au terme de cette évocation du plaisir, abordé à travers trois approches différentes, il est évident qu'il s'agit d'un phénomène majeur, consubstantiel en tout cas à la nature humaine. Les déterministes et les motivations de cette même nature humaine, telle qu'elle s'exprime dans ses conduites, sont bien entendu physiologiques, mais tout autant cognitifs et émotionnels. Reste à savoir encore comment nous percevons cette nature humaine: sa vision dépend de notre propre vision du monde. C'est à cela en particulier que faisait référence Battista Platina cité en exergue. Son ouvrage, consacré à "l'honnête voluptés", s'inscrivant dans un cadre théologique, consacre neuf tomes parmi les dix qu'il comporte aux plaisirs de la table.

Ce sont ces aspects émotionnels profonds qui font qu'en fin de compte les conduites alimentaires ont cette résonance profonde et se situent au centre de l'activité humaine non seulement comme éléments de survie mais de vie.

En 1985 je notais (Chiva, 1985) :

Ainsi la cuisine marque non seulement le passage de la nature à la culture mais définit même la condition humaine.

Ainsi Dieu et le diable, le bien et le mal, sont définis en termes de plaisir.

Comment ne pas revenir alors au goût, aux émotions qu'il suscite, aux plaisirs et déplaisirs qu'il provoque, et se demander si, en fin de compte, le sucré et l'amer ne sont pas à l'origine des échelles de valeur, de l'éthique, du bien et du mal ?

Ces interrogations restent entières, même si des débuts de réponse pointent. Aussi, permettez moi de finir par une autre citation, cette fois de Lao-tzeu (460-380 av. J.C.) :

Les cinq couleurs aveuglent l'oeil  
Les cinq tons assourdissent l'ouïe  
Les cinq saveurs gâtent le palais  
La course et la chasse étourdissent

Les biens rares poussent au mal  
Aussi le Sage  
S'occupe-t-il de son ventre et non pas de son oeil  
Il préfère l'interne à l'externe.

## Bibliographie

- Arrighetti G., (1995). Encyclopaedia Universalis, Paris, vol. 8, 541-544.
- Arrighetti G., (1960). Epicure, Opere, Turin, Arrighetti ed.
- Aimez P., (1989). Déterminants psychologiques de la prise alimentaire. Cahiers de nutrition et de diététique, XXIV, 3, 201-204.
- Bonnet C., Hossenlopp J., (1996). Des goûts et des odeur...Introduction, Psychologie Française, 41 , 3, 201-205.
- Bowring J., (1962). The works of Jeremy Bentham, New York, Russell & Russell (d'après l'édition originale de 1838-1843).
- Cabanac M., (1971). Physiological role of pleasure, Science, 173, 1103-1107.
- Cabanac M., (1979). Sensory pleasure, The Quarterly review of Biology 54, 1-29.
- Cabanac M., (1985). Preferring for pleasure, The American Journal of Clinical Nutrition, 42, 1151-1155.
- Cabanac M., (1992). Stratégies des choix alimentaires impliquant un coût, in Giachetti I., (ed.) Plaisir et préférences alimentaires, Paris, Polytechnica, 97-110.
- Chiva M., (1982). Taste, facial expression and mother-infant interaction in early development, Baroda J. of Nutr., 9, 99-102.
- Chiva M., (1985). Le doux et l'amer Paris, PUF
- Chiva M., (1987). Implications of Sweetness in Upringing and Education, in Dobbing J. (ed) Sweetness, Springer Verlag, 227-239.
- Chiva M., (1992). Les aspects psychologiques des conduites alimentaires, in Dupin et col. (eds.) Alimentation et nutrition humaines, Paris, ESF, 417-442.
- Chiva M., (1996) Le mangeur et le mangé: la subtile complexité d'une relation fondamentale, in Giachetti I. (ed.) Identité des mangeurs, images des aliments, Paris, Polytechnica, 11-30.
- Fantino M., (1984). Role of sensory input in the control of food intake J. Autonomic Nervous System, 10. 347-358.
- Fantino M., (1988). Opiacés endogènes, palatabilité et contrôle de la prise alimentaire, Annales d'endocrinologie, 49, 125-132.
- Fantino M., (1992). Etat nutritionnel et perception affective de l'aliment, in Giachetti I. (ed.) Plaisir et préférences alimentaires, Paris, Polytechnica, 31-48.
- Faurion A., (1992). Le goût sucré, in Messing B. (ed) Sucre et nutrition, Paris, Doin, 53-69.
- Faurion A. (1996). Le goût: un défi scientifique et intellectuel, Psychologie Française, 41 , 3, 217-225.
- Faurion A., Chiva M., Héraud G.(1989). Les troubles du goût chez l'adulte. Paris : laboratoires Roussel.
- Fischler C. ed. (1994). Manger Magique. Aliments sorciers, croyances comestibles, Paris, Autrement.
- Fischler C., (1996). Alimentation, morale et société in Giachetti I. (ed.) Identité des mangeurs, images des aliments, Paris, Polytechnica, 31-54.
- Flandrin J.L., (1992). Chronique de Platon. Pour une gastronomie historique, Paris, O. Jacob.
- Frijda N.H., (1986). The emotions, Cambridge, UK, Cambridge University Press.
- Giachetti I. (ed.), (1992). Plaisir et préférences alimentaires, Paris, Polytechnica.

Issanchou S., Hossenlopp J., (1992). Les mesures hédoniques: méthodes, portées et limites. in Giachetti I. (ed.) Plaisir et préférences alimentaires, Paris, Polytechnica, 48-73.

Le Magnen J., (1951). Le goût et les saveurs, Paris, PUF

Le Magnen J., (1984). Bases neurobiologiques du comportement alimentaire, in Delacour J. (ed.) Neurobiologie des comportements, Paris, Hermann, 1-54.

Le Magnen J., (1992). Introduction, in Giachetti I. (ed.) Plaisir et préférences alimentaires, Paris, Polytechnica, 12-13.

Louis-Sylvestre J. (1976). Les mécanismes de sélection alimentaire chez l'homme: préférences et aversions, Ann. Nutr. Alim., 30, 331-339.

Louis-sylvestre J. (1996). La perception de l'amertume et le contrôle de la prise alimentaire, Contrat de recherche, Paris, Anvie.

Mac Leod P., (1992). Circuits nerveux de la préférence alimentaire et du plaisir, in Giachetti I. (ed.) Plaisir et préférences alimentaires, Paris, Polytechnica, 89-96.

Manoury S., Chiva M., Touraille C., (1996). L'évaluation hédonique des aliments, Revue de nutrition pratique, 9, 7-18.

Onfray M., (1990). Le ventre des philosophes, Paris, Biblio essais, Livre de poche.

Pfaffman C., (1960). The pleasure of sensation, Psychol. Review 67, 4, 253-268.

Piéron H., (1973). Vocabulaire de psychologie, Paris, PUF

Preyer W., (1897) L'âme de l'enfant, Paris, Alcan.

Rigal N., (1996). La mise en place des répertoires alimentaires chez l'enfant, Thèse de Doctorat, Université de Paris X - Nanterre.

Rigal N., Chiva M., (1995). Le modelage culturel des préférences alimentaires, Revue de Nutrition Pratique, 8, 7-11 .

Rolls E., Burton M., Mora F., (1976). Hypothalamic neuronal responses associated with the sight of food, Brain Research, 111 , 35-66.

Rozin P., (1987). Sweetness, Sensuality, Sin, Safety and Socialisation: Some Speculations, in Dobbing J. (ed) Sweetness, Springer Verlag, 99-114.

Scott T.R., Giza B.K., (1987) in Dobbing J. (ed) Sweetness, Springer Verlag, 15-32.

Steiner J.E., (1973). The gustofacial response: observation on normal and anacephalic newborn infants, in Bosma J.F. (ed.) 4th Symposium on oral sensation and perception, Bethesda, Maryland, NIH, 254-310.

Zajonc R.B., Markus H., (1982). Affective and cognitive factors in preferences, Journal of Consumer Research, 9, 123-131 .