

L'obésité : un problème d'actualité, une question d'avenir
Obesity: an existing problem, a question for the future
 © 2006 Elsevier SAS. Tous droits réservés

Sources culturelles de l'obésité

Janine Chanteur

*Professeur émérite de philosophie morale et politique à l'université de Paris-Sorbonne
 Membre du comité scientifique de l'Institut Servier*

La plupart des questions posées par l'obésité relèvent, il va sans dire, de la médecine. Les statisticiens, les sociologues, les psychologues peuvent apporter une contribution intéressante, les psychanalystes aussi ; mais le philosophe ?

Qu'a-t-il à dire à propos de ce dérèglement physique, doublé ou parfois induit par un dérèglement psychique ? Cependant, l'accroissement des cas d'obésité dans les pays de culture occidentale n'est probablement pas sans rapport avec notre immersion quotidienne dans des sollicitations et des contraintes qui organisent un type de conduite favorable au mal que nous étudions aujourd'hui.

Il s'agirait alors, dans la plupart des cas, d'une obésité acquise, causée par des comportements provoqués, voire encouragés par la société contemporaine : elle ne cherche évidemment pas à multiplier les personnes obèses mais, à la différence des sociétés passées, elle a créé les conditions d'une progression de l'obésité. Nous en envisagerons successivement trois, avant de nous poser la question des contre-valeurs qui les sous-tendent.

TROIS FACTEURS CULTURELS DE L'OBÉSITÉ

Le déferlement technologique

Les progrès considérables des techno-sciences ont développé d'énormes moyens de production des biens matériels de telle sorte que les sociétés d'abondance, inconnues auparavant, ont fait leur apparition. En soi, ce n'est pas un mal, au contraire, il est important de le souligner : éradiquer les famines endémiques, réduire la mortalité infantile, prolonger la vie, autant de chances incontestables pour ceux qui vivent aujourd'hui en Occident.

En même temps, l'irruption de moyens audiovisuels très performants nous a donné accès au monde, mais la publicité omniprésente a désormais la possibilité de substituer l'imaginaire au réel. En s'additionnant, production et publicité nous ont fait passer d'une société de *devoirs* à une société de *convoitise* dans laquelle les désirs se multiplient et n'ont plus guère de frein.

Sources culturelles de l'obésité

Par rapport au sujet qui nous intéresse ici, on peut dire que de plus en plus de personnes ne se nourrissent plus, elles se comportent comme si elles étaient à l'engrais, parce que le désir de se remplir de ce qui plaît a remplacé, pour certains, celui de s'alimenter, sans que les victimes en prennent conscience.

L'apologie du plaisir

La vie tend à ne plus prendre sens que dans la recherche et l'obtention du plaisir. Or l'instinct alimentaire a encore plus de puissance que l'instinct sexuel parce qu'il est, comme disait Épicure, naturel et nécessaire à la survie individuelle. C'est toujours vrai, sa satisfaction procure d'ailleurs un plaisir indéniable et parfaitement licite.

Mais si Épicure se faisait une fête d'un croûton de pain frotté d'ail, ce qui était, convenons-en, bien ascétique, le plaisir alimentaire dans la société contemporaine est plus exigeant. Tant qu'il recherche la qualité, il n'est pas trop dangereux. On peut même soutenir à bon droit que la cuisine est un art utile et estimable. Le plaisir lié à la *quantité* est beaucoup moins innocent. Il est sans doute une des raisons les plus fréquentes de nombreuses obésités. Et comment lui résister dans des sociétés qui font du plaisir immédiat de l'individu une de leurs finalités essentielles et qui ont persuadé les parents que l'éducation ne doit jamais être une contrainte devant les exigences du désir ?

Les personnes obèses souffrent généralement d'une intoxication au plaisir de manger à n'importe quel moment, n'importe quelle nourriture. Elles n'aiment pas leur obésité, mais elles ne peuvent s'empêcher de se jeter sur les moyens de la développer. Remarquons que le culte du plaisir à n'importe quel prix est une interprétation du freudisme que Freud, à coup sûr, aurait condamnée.

Il n'est pas ici question de moraliser, car il est parfaitement vrai que personne ne peut vivre sans plaisir et il y a un plaisir de manger qu'il faut se garder de mépriser. Tout acte qui va dans le sens de notre épanouissement réel est bon. Aristote le disait bien joliment : « Le plaisir s'ajoute à l'acte, comme à la jeunesse sa fleur » (*Éthique à Nicomaque*). Mais il est clair qu'il n'était pour lui ni le mobile ni la finalité de l'action.

Le triomphe de l'individualisme

Vivre dans des sociétés qui ont perdu en grande partie le sens du lien entre les personnes, remplacé par le culte de l'*individu* et de la masse qui n'est qu'une agglomération d'individus et non une forme de relation entre les hommes, est angoissant. Chacun, dans sa solitude, se protège de ce nouveau stress comme il peut. Une des plus mauvaises solutions, mais elle est fréquente, consiste à élever entre soi et les autres ce que l'on peut appeler « une muraille de graisse ».

Il arrive cependant aux personnes obèses de se regrouper, de constituer des sortes d'associations de défense contre le regard des autres. Il n'en reste pas moins, dans la plupart des cas, que l'obésité ne plaît pas à ceux qui la subissent. Elle les affecte

Janine Chanteur

plus qu'on ne croit, même si elles s'efforcent de n'en rien montrer. Quand leur état leur devient intolérable, elles se livrent à des cures d'amaigrissement non contrôlées le plus souvent, qui sont aussi néfastes que leur façon de s'alimenter.

Un jeu dramatique risque de s'instituer entre *obésité* (rendue possible, on l'a vu, dans une société de convoitise où s'étalent et sont vantés les produits qui fabriquent et cultivent l'obésité) et *anorexie*, prise pour un moyen de maigrir et de ressembler aux modèles séduisants présentés et applaudis par la même société. En réalité, obésité et anorexie sont deux maladies graves, parfois complémentaires, parfois indépendantes l'une de l'autre. Elles ont des fondements très complexes, pas toujours faciles à découvrir ni forcément semblables. Curieusement, l'anorexie est aussi une tentative de réponse au stress de la solitude et de l'incompréhension que l'on soupçonne, même inconsciemment, chez autrui.

Le malade (le plus souvent *la* malade) se fait fantôme, à l'inverse de l'obèse. Sa maigreur lui permet de s'effacer, de disparaître aux yeux de son entourage. Mais elle est aussi un appel désespéré qui, s'il n'est pas entendu, peut conduire l'anorexique à la mort.

Parmi les raisons *extérieures* aux malades, et qui sont devenues très difficiles à combattre, car elles tiennent à l'histoire, il ne faut pas oublier que nous sommes littéralement plongés dans des périls qui ne sont pas imaginaires : menaces d'attentats, voire de guerre. Le chômage, lui aussi, peut broyer la vie la plus laborieuse. Et que dire des prévisions accablantes à propos du réchauffement de la planète ?

L'individu ne peut opposer que des remparts dérisoires quand il est envahi par la multiplicité des stress. La maladie est rarement une protection efficace contre nos terreurs !

CONTRE-VALEURS ET OBÉSITÉ

Ainsi se trouvent réunies, dans les sociétés occidentales actuelles, les conditions de l'acquisition et du développement de l'obésité, qui se maintient ensuite bien souvent malgré les efforts des intéressés. L'obésité atteint environ 30 % de la population américaine et l'on constate son arrivée massive en Europe.

Que faire pour enrayer ce mécanisme, demande le philosophe ?

Il ne s'agit en aucune façon de souhaiter un retour à un passé de pénurie. Le passé ne contient jamais les réponses aux problèmes des temps qui lui succèdent. Il est le tremplin indispensable à la réussite du futur, mais ce dernier doit le dépasser, en gardant ce qui, en lui, permet d'étayer l'avenir.

C'est dire que l'humanisation de chacun de nous est inachevée ; selon certaines philosophies de l'histoire, elle ne s'achèvera qu'avec l'humanité. C'est peut-être vrai, mais en attendant, il faut trouver des solutions pour l'*histoire* que nous vivons ici et maintenant. Et cela est vrai en politique, vrai pour les religions, vrai aussi en

Sources culturelles de l'obésité

médecine d'autant que le problème qui nous occupe est emblématique : l'accroissement récent du nombre des personnes obèses, s'il a une source dans la société contemporaine, nous oblige à nous interroger : *quelles sont nos valeurs ?*

Nous ne pouvons plus les *exprimer* de la même façon qu'au XIX^e siècle ou dans la première moitié du XX^e, car la culture qu'elles devraient informer s'est transformée. Et nous ne pouvons plus *penser* que nous les créons. La tentative a explosé, après la dernière guerre, elle a abouti au *nécessisme* contemporain dont nous subissons les effets.

Or les *valeurs* ne changent pas, ce sont les moyens de les mettre en pratique qui se transforment au fil de l'histoire. Il peut s'ensuivre un progrès indéniable de la civilisation ou un désastre, selon que l'on érige (ou non) une contre-valeur en valeur.

La reconnaissance de l'individu en tant que valeur n'est un progrès que si la conviction que chacun de nous n'existe et ne vit que par sa relation aux autres reste une valeur partagée. La rupture du lien social que suscite l'individualisme est une *contre-valeur*. C'est en famille et au milieu des autres que se forge notre humanité. L'éducation à la maîtrise de soi est une nécessité qui donne à notre liberté la possibilité d'être effective.

Or la liberté n'implique pas de faire n'importe quoi. Elle n'est pas la licence, au contraire. Il n'est certes pas *naturel* d'instaurer une distance entre son désir et sa volonté. Trop souvent, la volonté se contente d'être la force qui pousse n'importe quel désir vers sa satisfaction. En ce sens, elle ne se distingue de la pulsion que dans la mesure où elle interpose des moyens efficaces entre le désir et son objet, pour s'approprier ce dernier.

La volonté n'est *liberté* que dans sa capacité de choisir l'objet qu'elle vise. Et c'est la liberté qui édifie la culture dont la volonté lui donne alors les moyens. La différence entre les cultures, qui sont multiples, est née de la plus ou moins grande capacité du groupe que définit une culture à l'édifier en commun sans exclusive, c'est-à-dire en respectant la liberté de chacun et en harmonisant les relations entre les hommes, au cours des générations.

Nous vivons largement aujourd'hui dans une culture où la maladie qu'est l'obésité est presque toujours déterminée par une société qui a confisqué la capacité de la personne obèse à prendre une distance par rapport à l'aliment. La société contemporaine célèbre la liberté individuelle. Elle l'a, en fait, domestiquée, en l'empêchant d'agir au-delà d'une pulsion naturelle dont la force a été exagérément multipliée par la variété et la répétition des tentations. La personne obèse n'y peut rien. D'elle, on peut dire qu'elle a été conduite et contrainte à l'obésité dès l'enfance. Seule, la claire conscience de ce qui lui a été imposé peut l'aider à construire sa capacité d'être libre.

Si la philosophie n'est pas qu'un vain bavardage trop souvent paré d'abstractions incompréhensibles, elle se doit de rappeler quelques valeurs universelles comme

Janine Chanteur

l'éducation à la liberté qui n'est pas le laisser faire n'importe quoi, car ce dernier en arrive à détruire la lucidité de l'individu à l'égard de ses actes et à nier la valeur de la vie, la sienne propre et celle des autres.

Mais la même philosophie ne doit pas oublier que, pour être universelles, les *valeurs* spécifiques qui font notre humanité, ne doivent pas moins prendre le risque de s'adapter au *temps de l'histoire* que nous vivons. Il ne s'agit pas pour autant de penser que ces valeurs sont devenues vaines et qu'elles doivent être détruites pour éviter soit la répétition mortifère des moyens employés pour les mettre en œuvre à travers les siècles, soit le nihilisme, que l'analyse nietzschéenne avait si remarquablement anticipé.

Au contraire, la victoire sur l'obésité dépend en grande partie d'une double prise de conscience : les valeurs sont universelles, leur expression et leur efficacité sont historiques. Dans un même élan, la culture de notre temps peut devenir, si nous le voulons ensemble, une lumière capable d'apporter plus de vivante fraternité à la communauté des hommes.

Le danger que représente l'obésité pourrait être en effet beaucoup moins répandu dans une société plus consciente des fausses valeurs qui la motivent. En conséquence, la culture serait plus responsable de ce qu'elle apporte, à ce moment précis de l'histoire, au progrès de l'humanité. Tenter de comprendre les facteurs qui déclenchent une maladie, sur lesquels le malade peut agir, c'est bien là une *question d'avenir* que nous pose un *problème d'une actualité* chaque jour plus préoccupante.