

Alimentation et spiritualité

Jusqu'à présent, nous avons étudié la science alimentaire dans une perspective environnementale et l'éthique alimentaire du point de vue des fondements et des normes morales de *Healing Earth*. On pourrait s'attendre à ce que cette connaissance soit suffisante pour nous mettre en action. Pour certaines personnes, cela suffit parce que leur esprit intérieur est déjà dédié à la tâche de soutenir une alimentation saine et des systèmes alimentaires durables. Pour d'autres, les connaissances scientifiques et éthiques n'ont pas encore suffi à les pousser à agir.

La transition d'un système alimentaire non durable à un système plus durable nécessite plus que des connaissances scientifiques et éthiques. Cela exige que l'on ait un esprit intérieur vécu de la nourriture saine, de la justice alimentaire et des systèmes alimentaires durables, un esprit qui *rallie* la science et l'éthique à ces fins. Cela nécessite d'avoir, consciemment ou inconsciemment, une spiritualité alimentaire saine.

Tout au long de *Healing Earth, guérir la Terre*, nous avons décrit la spiritualité environnementale de trois manières :

- Les croyances les plus profondes d'une personne sur le sens et la valeur du monde naturel ;
- L'expérience d'une personne de crainte et d'émerveillement sur la beauté sacrée et la complexité du monde naturel ;
- La façon dont les gens, depuis des temps immémoriaux, ont compris et puisé dans la nature dans les religions du monde.

Dans cet esprit, nous commençons notre brève exploration de la spiritualité alimentaire en revenant aux questions posées à la fin de l'étude au début de ce chapitre : *Quelles significations spirituelles les êtres humains ont-ils donnés à la nourriture ? Comment la nourriture évoque-t-elle parfois la crainte et transmet-elle une qualité sacrée ? Quels sont certains des rituels et croyances concernant la nourriture que l'on trouve dans les religions du monde ?*

[Cliquez ici](#) pour voir une vidéo sur le projet de bassin versant vert de la Chine. Après qu'un énorme projet de barrage gouvernemental a dévasté leur communauté, les Yi de la province du Yunnan ont acquis de nouvelles compétences agricoles, mobilisé leur esprit communautaire et sauvé leurs cultures et leurs vies.

Alimentation et signification



L'une des peintures natures mortes les plus célèbres de l'art moderne est La Corbeille de pommes (1895) de Paul Cézanne.[efn_note]

Paul Cézanne [Public domain] Source:

https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Paul_C%C3%A9zanne_185.jpg [/efn_note]

On ne peut guère penser à une substance à laquelle les êtres humains ont attaché plus de sens que la nourriture. Nos vies en dépendent physiologiquement, psychologiquement et spirituellement. La physiologie et la psychologie nous fournissent d'importantes connaissances empiriques sur ce que et comment la nourriture nourrit le corps et l'esprit. Mais aucun de ces domaines ne nous permet de savoir ce que la nourriture signifie pour nous. C'est une connaissance d'une autre sorte, une connaissance qui réside dans le cœur et l'esprit humains.

Ce sont souvent des artistes qui communiquent la connaissance de la nourriture qui vient de l'esprit humain. Pourquoi les natures mortes de nourriture sont-elles un sujet d'art si populaire depuis le 19e siècle ? Parce que les peintures satisfont en quelque sorte notre faim ou nous rappellent un délicieux pique-nique que nous avons autrefois dans un parc ? Peut-être en partie. Mais les artistes savent aussi que la nourriture emporte notre esprit dans des endroits encore plus profonds que la faim et la mémoire.

La recherche montre que les repas familiaux réguliers aident les jeunes à construire plus que des corps sains, mais aussi des « atouts internes » de compétence sociale et d'identité personnelle positive. Vous pouvez lire [ici](#) l'article de recherche «Fréquence des repas en famille et développement des adolescents» du *Journal of Adolescent Health*.



Les banquets alimentaires sont des expressions dynamiques de l'esprit humain qui fascinent les artistes depuis des siècles. Dans *Peasant Wedding Feast* (1556), Peter Bruegel capture l'action : des cruches de vin se remplissent, des hommes portant des bols de bouillie sur un plateau fait d'une porte décrochée, des musiciens jouant de la musique. Pour nous entraîner encore plus dans l'action, Bruegel pose une question : où est l'époux ?^[efn_note] Pieter Brueghel the Elder [Public domain] Source: https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/7/70/Pieter_Bruegel_the_Elder_-_Peasant_Wedding_-_Google_Art_Project_2.jpg ^[/efn_note]

L'un de ces endroits est la relation humaine. Le philosophe grec antique Aristote a observé que les êtres humains sont des animaux sociaux. En tant que tel, nous utilisons la nourriture non seulement comme objet de nourriture, mais aussi comme symbole de relation. Par exemple, nous offrons généralement de la nourriture aux autres comme un acte d'amitié ; nous mangeons parfois la nourriture de notre hôte même si nous n'avons pas faim ou ne l'aimons pas ; nous pouvons même commencer nos repas de groupe par une prière. Chacun de ces gestes sociaux avec la nourriture a moins à voir avec la nourriture physique et tout à voir avec la nourriture de nos esprits et les relations avec ceux qui nous entourent.

Nos relations avec les autres n'épuisent nullement les informations que les aliments communiquent symboliquement. Pour certaines personnes, l'acte même de préparer la nourriture exprime un art intérieur qu'aucune autre activité ne leur permet. Ces dernières années, les cinéastes ont capturé cet esprit dans des personnages tels que Babette dans *Babette's Feast* (1987) et Primo dans *Big Night* (1996).



Quatre cents ans après Bruegel, les artistes sont toujours fascinés par le pouvoir de la nourriture pour nourrir la faim relationnelle de l'esprit humain. Dans *Barbecue* (1960), Archibald Motley explore le potentiel de la nourriture pour briser les barrières raciales.[efn_note] Alexisrael [CC BY-SA 3.0 (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0>)] Source: https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/e/e1/Archibald_Motley_Painting.JPG [/efn_note]

Les artistes nous éveillent au pouvoir non physique mais réel que la nourriture a dans nos vies. Parfois, ce réveil peut être un choc. Andy Warhol était bien conscient des natures mortes de la nourriture traditionnelle et de la riche sensibilité que ces œuvres communiquent sur la relation humaine avec la nourriture. Dans son installation artistique *Campbell's Soup Cans* (1962), Warhol présente un autre type de nourriture nature morte. Ici, un produit alimentaire commercialisé en conserve est représenté dans une monotonie fade et répétitive. Warhol nous invite à nous demander : est-ce ce que la nourriture a fini par signifier dans notre système alimentaire industrialisé ? Est-il même possible de savoir ce qu'est une spiritualité alimentaire dans un monde de boîtes de soupe ?



Campbell's Soup Cans (1962) par Andy Warhol.[efn_note] Source:

https://en.wikipedia.org/wiki/File:Campbells_Soup_Cans_MOMA.jpg#filelinks [/efn_note]

On peut en dire beaucoup plus sur le sens de la nourriture dans nos vies. L'art, la poésie et la musique consacrés à ce sujet sont vastes. Peut-être que cette brève exposition suscitera un intérêt en vous pour approfondir ce sujet fascinant.

Trouvez un poème, une chanson ou une peinture qui présente de la nourriture. Que pensez-vous que l'artiste essaie de vous communiquer sur la nourriture ? Pouvez-vous sentir ce que la nourriture signifie pour cet artiste ?

La alimentation et la crainte

Le théologien orthodoxe oriental Alexander Schmemmann écrit :

« Des siècles de laïcité n'ont pas réussi à transformer l'alimentation en quelque chose de strictement utilitaire. La nourriture est toujours traitée avec respect. Un repas est toujours un rite - le dernier 'sacrement naturel' de la famille et de l'amitié. »¹

La nourriture peut parfois produire en nous un sentiment de crainte ou de gratitude, ce que Schmemmann appelle une « révérence ». Imaginez que vous habitez loin de chez vous. Un ami ressent votre humeur et prépare un repas spécial avec des aliments que vous connaissez depuis chez vous. Vous êtes impressionné par ce geste, reconnaissant à votre ami et réconforté par cette surprise « non méritée ». Le mot chrétien pour une bénédiction non méritée est « grâce ». La nourriture est devenue dans cet exemple un moyen de grâce. En effet, le mot « grâce » est ce que de nombreux chrétiens appellent la prière qu'ils disent avant chaque repas.

Lorsque la nourriture communique la grâce, elle prend une qualité sacrée. Le mot « sacré » fait référence à la qualité d'un objet qui le rend d'une valeur si suprême qu'il ne peut pas être mesuré par les normes humaines. Encore une fois, les artistes sont souvent les meilleurs communicateurs de cette qualité « sacrée » de nourriture. Dans son poème *L'Oignon*, Pablo Neruda nous montre comment même un simple oignon possède un pouvoir sacré impressionnant.

Oignon ,
flacon lumineux,
votre beauté formée
pétale par pétale,
des écailles de cristal vous ont agrandies
et dans le secret de la terre sombre
votre ventre s'est arrondi de rosée.
Sous la terre,
le miracle
s'est produit
et lorsque votre
tige verte maladroite est apparue,
et vos feuilles sont nées
comme des épées
dans le jardin,
la terre a accumulé son pouvoir
montrant votre transparence nue,
et comme la mer lointaine
en soulevant les seins d'Aphrodite
reproduisant la magnolia ,
ainsi la terre
vous a fait, l'
oignon clair comme une planète
et destiné
à briller,
constellation constante,
rose ronde d'eau,
sur la table des pauvres.

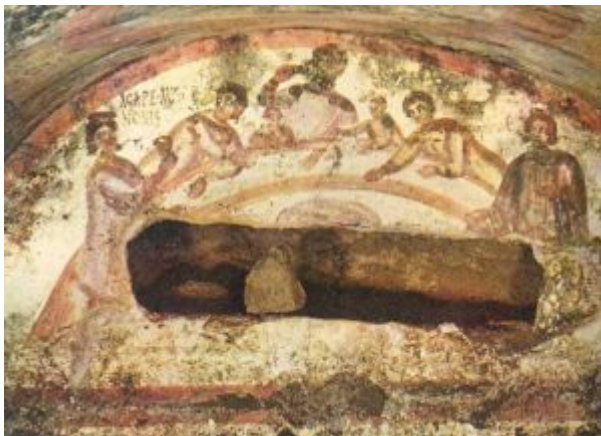
Tu nous fais pleurer sans nous blesser.
J'ai loué tout ce qui existe ,
mais pour moi, l'oignon, tu es
plus beau qu'un oiseau
aux plumes éblouissantes, un

globe céleste, un gobelet en platine,
Une danse immobile
de l'anémone neigeuse
et le parfum de la terre vit
dans ta nature cristalline.

George Washington Carver (1865-1943) était impressionné par la qualité sacrée de la nourriture et la Terre dont elle provenait. L'un des plus grands chercheurs agricoles de l'histoire des États-Unis, le travail de Carver sur les arachides et les patates douces a aidé les agriculteurs pauvres du sud à varier leurs cultures et à améliorer leur régime alimentaire.³^[/caption]

Si vous habitez loin de vos amis et de votre famille, quel plat ou article de cuisine aimeriez-vous le plus manger pour vous faire sentir comme chez vous ? Quelle est la particularité de cette nourriture ? Est-ce une question de goût ? Y a-t-il d'autres raisons pour lesquelles c'est spécial ?

Alimentation et rituel



Peinture paléochrétienne d'un repas partagé,
catacombe de San Callisto, 3e siècle.

[efn_note] Public Domain Source:

https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Agape_feast_03.jpg [/efn_note]

Le titre de la peinture de Dali fait référence à l'un des repas rituels les plus connus dans les religions du monde : l'Eucharistie chrétienne (du grec eukharistos, qui signifie « reconnaissant »). Ici, le pain et le vin sont consacrés et consommés par les chrétiens en mémoire du « dernier souper » de Jésus-Christ avec ses apôtres. Cet événement est raconté dans l'Évangile de Marc 14 : 17-25 :

Pendant le souper, il prit du pain, et ayant dit la bénédiction, il le rompit et le leur donna, avec les mots : « Prenez ceci ; C'est mon corps. » Puis il prit une tasse, et après avoir rendu grâces

à Dieu, il la leur donna ; et ils en ont tous bu. Et il a dit : « Ceci est mon sang, le sang de l'Alliance, versé pour beaucoup. Je vous le dis : plus jamais je ne boirai du fruit de la vigne jusqu'au jour où je le boirai nouveau dans le royaume de Dieu »

Certains érudits croient que ce « dernier souper » était à la manière d'un Seder, le repas rituel séculaire de la communauté juive quand il commémore son exode de l'esclavage égyptien par la puissance libératrice de Yahweh. Pendant le repas, les participants racontent l'histoire de l'Exode et mangent des aliments symboliques de la « Pâque » d'Égypte.



Aliments symboliques mangés pendant le repas du Seder juif. [efn_note] Source:

<https://www.usmessageboard.com/threads/the-elements-and-traditions-of-the-passover-seder-point-to-christ.670603/> [/efn_note]



Dans cette offre alimentaire hindoue spéciale « Chappan Bhog », 56 variétés de nourriture sont cuisinées et offertes aux divinités. Les participants mangent ensuite la prasada comme un acte de purification religieuse.

[efn_note] Bizmadhav1 [CC BY-SA 4.0 (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0)] Source: https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/ea/Devotional_offering_of_food_to_Hindu_Deity_Shri_Sita-Rama.jpg [/efn_note]

Dans l'hindouisme, la nourriture joue également un rôle important dans le culte. Dans les temples hindous, des aliments spéciaux appelés *prasada* sont offerts aux divinités. Les rituels du temple ne sont pas terminés tant que la *prasada* n'est pas distribuée et consommée par les fidèles. Manger Prasada est censé purifier son corps et de l'esprit. [Lisez](#) cette description fascinante de la façon dont les hindous préparent et offrent de la nourriture *prasada*.

Une autre relation rituelle avec la nourriture que les gens dans de nombreuses religions du monde pratiquent est le « jeûne ». Un jeûne est une réduction ou une suppression périodique de certains aliments (ou de tous les aliments) de son alimentation. Le but d'un jeûne est de détourner l'attention d'une personne des besoins physiques du corps et des besoins spirituels de l'âme. Ces derniers besoins peuvent inclure des choses telles que la méditation, la prière personnelle, les œuvres de charité et l'aumône.

Pendant le Ramadan, le neuvième mois du calendrier islamique, les musulmans jeûnent tous les jours de l'aube au coucher du soleil. Pendant le jeûne, les musulmans s'abstiennent de consommer de la nourriture, de boire des liquides, de fumer et d'avoir des relations sexuelles. Pour les musulmans, la relation entre le jeûne et la croissance spirituelle est décrite dans le Coran 2 183-185 :

O croyants, le jeûne vous est enjoint
comme il l'a été à ceux qui vous ont précédés ,
afin que vous deveniez justes.
Jeûne un nombre (fixe) de jours ,

mais si quelqu'un est malade ou voyage
(il devrait terminer) le nombre de jours (qu'il avait manqués);
et ceux qui ont du mal à jeûner
devraient expier en nourrissant une personne pauvre.
Pour le bien qu'ils font avec un peu de peine, c'est mieux pour les hommes.
Et si vous jeûnez, c'est bon pour vous, si vous le saviez.

Ramadan est le mois où le Coran a été révélé
comme guide pour l'homme et la preuve claire de la direction,
et le critère (de mensonge et de la vérité).
Donc, quand vous voyez la nouvelle lune, vous devez jeûner tout le mois;
mais une personne qui est malade ou en voyage
(et qui ne le fait pas) devrait jeûner les autres jours,
comme Dieu le souhaite pour vous et non pour vous soulager,
afin que vous complétiez le nombre (fixe) (de jeûnes)
et que vous rendiez gloire à Dieu.
pour les conseils, et soyez reconnaissant.

Pour la plupart des chrétiens, le jeûne est pratiqué pendant la période du carême. Comme pour le repas eucharistique, la pratique chrétienne du jeûne est enracinée dans l'exemple biblique de Jésus. L'Évangile de Matthieu 4 : 1-2 commence l'histoire du jeûne de Jésus en disant que « Jésus a été conduit par l'Esprit dans le désert pour être tenté par le diable. Et il a jeûné quarante jours et quarante nuits, et ensuite il avait faim. » Grâce à la restriction alimentaire, Jésus a reproduit les quarante années que ses ancêtres ont errées dans le désert après l'Exode.



Un schochet juif abattant rituellement un poulet. [efn_note] Source: <https://www.bestjewishstudies.com/protection-of-animals> [efn_note]

Dans certaines religions, l'attention rituelle à la consommation alimentaire n'est pas une activité occasionnelle, mais une pratique quotidienne. Pour les Juifs, les lois sur la *kashrut* (ou « kasher ») spécifient les aliments autorisés ou interdits chaque jour de la vie. Les lois de la *cacheroute* s'appliquent

aux aliments de toutes sortes : animaux, fruits, légumes, céréales et liquides. Les lois régissent également la façon dont les aliments doivent être préparés pour la consommation. Pour certains mammifères et oiseaux, la préparation requiert l'habileté d'un *schochet* ou d'un abatteur rituel. Parce que la loi juive interdit de causer des douleurs inutiles aux animaux, le *schochet* assure que les animaux meurent rapidement lorsqu'ils sont abattus.

[Cliquez ici](#) pour visionner une courte vidéo sur les lois juives casher.



Les étiquettes halal informent les musulmans que le produit alimentaire a été préparé conformément à la loi musulmane. [efn_note] Solomon203 [CC BY-SA 4.0

(<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0>)] Source:

https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/e/ee/Taipei_Grand_Mosque_Foundation_Halal_sticker_20170925.jpg

[/efn_note]

Le judaïsme n'est pas la seule religion à avoir des lois alimentaires quotidiennes. Les musulmans appellent leur réglementation alimentaire le halal. Les réglementations musulmanes halal ressemblent beaucoup aux lois juives sur la *kashrut*, à l'exception de l'alcool, que le halal ne permet pas.

Ce ne sont que quelques-unes des nombreuses façons dont les humains trouvent un sens à la nourriture, éprouvent de la crainte face à la nature sacrée de la nourriture et utilisent la nourriture dans leurs pratiques rituelles. Ensemble, ces activités montrent comment les êtres humains ont longtemps attribué une importance spirituelle à la nourriture. Si les systèmes alimentaires durables doivent remplacer les pratiques non durables, un réveil public à la dimension spirituelle de l'alimentation devra faire partie du développement. Lorsqu'elle est alignée sur de solides connaissances scientifiques et éthiques, la spiritualité alimentaire peut promouvoir une action profondément engagée pour une alimentation saine et des systèmes alimentaires durables. Des exemples d'une telle action sont donnés dans la section suivante.

Sélectionnez une religion mondiale que vous ne connaissez pas et recherchez comment la nourriture est

comprise dans cette religion. Posez les trois questions que nous utilisons dans *Healing Earth* pour explorer la spiritualité alimentaire :

- Quelle signification donne-t-on à la nourriture dans cette religion ?
- Cette religion considère-t-elle la nourriture comme sacrée ?
- La nourriture est-elle utilisée dans l'un des rituels de cette religion ?