

C'est un petit miracle qui s'accomplit tous les jours sous nos yeux sans que nous y prêtions la moindre attention. Le matin, à midi et le soir, des dizaines de millions de Français décident, à la même heure, de se réunir autour d'une table pour partager un repas comme si un chef d'orchestre invisible donnait le signal du début des festivités. Ce rituel est si bien ancré dans nos mentalités que nous le jugeons banal, voire normal. Pour les étrangers, en revanche, il constitue un véritable ovni. « Lorsque le sociologue américain Daniel Lerner est venu en France, en 1956, la rigidité des Français au sujet de l'alimentation l'a stupéfié, raconte le sociologue Claude Fischler, directeur de recherche au CNRS. Il ne comprenait pas pourquoi ils mangeaient tous à heure fixe, comme "au zoo". »

Notre modèle alimentaire est en effet très singulier." Le quotidien des Français est fortement rythmé par les trois repas traditionnels, constate Thibaut de Saint Pol, sociologue à l'Ecole normale supérieure de Cachan. A 13 heures, la moitié d'entre eux sont à table et, à 20 h 15, cette activité concerne plus du tiers des Français. Le repas a un grand rôle dans l'organisation de la vie sociale. " Ce grand rituel collectif est propre à l'Hexagone : dans un graphique sur les horaires des repas réalisé par Eurostat, la courbe journalière des Suédois, des Finlandais, des Slovènes ou des Britanniques apparaît relativement plane : ils se nourrissent d'en-cas, de collations et de snacks dispersés au fil de la journée, sans horaires précis. La courbe française, elle, présente trois pics spectaculaires : le matin, à midi et le soir.

La singularité du repas « à la française » ne se réduit pas à cette étonnante synchronisation. Les Français sont aussi les champions d'Europe du temps passé à table : 2h 22 par jour en 2010, soit 13 minutes de plus qu'en 1986 ! « Si l'on y ajoute les temps de travail domestique qui y sont directement liés - cuisine, vaisselle, etc. -, manger est l'une des activités principales de la journée, du réveil au coucher », constatait Thibaut de Saint Pol, en 2006, dans la revue Economie et statistique. Les Français ont également un goût prononcé pour la « commensalité » : selon le Centre de recherche pour l'étude et l'observation des conditions de vie (Credoc), 80 % des repas sont pris avec d'autres convives. « En France, le repas est fortement associé à la convivialité et au partage, ce qui est sans doute moins le cas dans d'autres pays », résume Loïc Bienassis, chargé de mission à l'Institut européen d'histoire et des cultures de l'alimentation (IEHCA).

Les Etats-Unis proposent en effet un modèle radicalement différent. Les repas n'y ont rien de sacré : chacun mange à son rythme, en fonction de sa faim, de ses contraintes et de son emploi du temps - en 1937, l'écrivain Paul Morand s'étonnait déjà de voir des New-Yorkais déjeuner seuls, dans la rue, « comme à l'étable ». (...)

Les Britanniques pratiquent massivement, eux aussi, le « snacking », les repas en pointillé et le grignotage. En Grande-Bretagne, Thibaut de Saint Pol ne décèle aucun « synchronisme alimentaire ». « Les études font apparaître, selon les sociologues Cyrille Laporte et Jean-Pierre Poulain, un étalement des prises sur la journée, ce qui a pour conséquence une "déconvivialisation" du repas. » Beaucoup d'Anglais mangent en outre en conduisant ou en jetant un œil sur leur ordinateur - un sacrilège pour les Français, qui voient dans le repas une activité « à temps plein ». « En France, le repas constitue un des moments les plus agréables de la journée », sourit Thibaut de Saint Pol. L'enquête "Emploi du temps" de l'Institut national de la statistique et des études économiques [Insee] montre que manger procure presque autant de plaisir que lire ou écouter de la musique. Les repas en solitaire, au travail ou dans la vie personnelle, sont souvent vécus comme des moments difficiles. »

Si les pratiques sociales varient autant d'une société à une autre, c'est parce que l'alimentation ne se réduit pas à une simple activité fonctionnelle : elle exprime des valeurs, des symboles et des identités culturelles - il s'agit d'un « fait social total », résumait l'anthropologue français Marcel Mauss.

« Aux Etats-Unis, la conception dominante de l'alimentation est nutritionnelle, explique le sociologue Claude Fischler. Se nourrir, c'est d'abord répondre à ses besoins physiologiques en faisant des choix rationnels. Les Français ont, au contraire, une conception culinaire de l'alimentation : ils valorisent le plaisir et le goût. Nous avons demandé à des Français et à des Américains d'associer, lors de nos enquêtes, plusieurs mots. Lorsque nous proposons « gâteau au chocolat » les Américains pensent "culpabilité", les Français "anniversaire". »

A cette divergence de regard sur la nourriture s'ajoute une différence de regard sur les liens qui unissent les convives. Aux Etats-Unis, l'alimentation est considérée comme une affaire individuelle, poursuit le sociologue Claude Fischler. Chacun est différent, chacun est libre, chacun fait donc des choix personnels dont il est responsable. C'est un modèle contractuel et individualiste : si vous êtes invité à dîner, vous pouvez signaler que vous êtes végétarien, personne ne sera froissé, car c'est votre droit de vouloir manger différemment. En France, l'alimentation est au contraire une affaire collective, voire communiale : l'idée du partage est au centre du repas. Il y a donc des usages auxquels il est très difficile de déroger - il est mal vu, par exemple, de ne pas prendre du plat principal ou de manger sans gluten. Ce que l'on valorise avant tout, c'est la convivialité.»

Ce modèle « communial » s'accompagne d'une lourde pression sociale : contrairement aux Américains, mais aussi aux Anglais, les Français tolèrent mal les écarts vis-à-vis de la norme. Malheur à ceux qui aiment passer à table quand bon leur semble, grignoter dans la journée, commencer leur repas par un fruit ou manger sans viande : ils s'exposent à une sourde réprobation. « Le repas « à la française » est extrêmement codifié dans ses rythmes et sa composition, précise Martin Bruegel, historien au laboratoire Alimentation - sciences sociales de l'Institut national de la recherche agronomique (INRA). Il représente souvent une contrainte, voire une discipline, car il laisse peu de place au désir individuel. Si, dans une entreprise, vous n'avez pas envie de manger à heure fixe avec vos collègues ou si, dans une famille, vous n'aimez pas le plat principal, vous devez vous expliquer. Il y a, dans le respect de ce rituel, une forme de diktat social. »

Anne Chemin, *Le Monde*, 15/02/2014