

# RÉFLEXION SUR LE POIDS

# Métamorphoses du gras



**Les bourrelets n'ont pas toujours été jugés disgracieux ni dangereux. Le regard sur le gras s'est métamorphosé au fil du temps. Il est tributaire des valeurs véhiculées par la société. C'est un des principaux constats de l'histoire de l'obésité que retrace le philosophe Georges Vigarello dans « *Les Métamorphoses du Gras* » (Seuil). VÉRONIQUE JANZYK**

L'histoire de l'obésité est indissociable de l'histoire du corps et du regard porté sur lui. Les formes n'ont pas toujours été dépréciées. Au Moyen Âge, période de disettes, les formes plantureuses sont associées à la santé. « *Dans un monde où on a faim, commente Georges Vigarello, on peut comprendre qu'on apprécie l'abondance et les pays de Cocagne. C'est étonnant de voir comme les fabliaux regorgent de ripailles ! Goupil, dans le Roman de Renart se soigne en mangeant. C'est dire toute la valeur accordée à l'alimentation.* » Le privilège social se transpose en quelque sorte dans les fastes des chaires. Le gras est alors signe de richesse – comme il l'est aujourd'hui encore dans les pays émergents.

Quelques mises en garde contre les excès s'élèvent quand même. Elles émanent des clercs de l'Église qui voient d'un mauvais œil... le péché de gourmandise. Avec le

développement des villes, ce genre de discours moralisateur va se répandre.

Un autre type de critiques des excès émane des médecins. Mais c'est surtout sur les cas extrêmes que leur attention se focalise, sur les « *praepinguis* », ces hommes ou ces femmes que leur poids va jusqu'à empêcher de marcher, de monter à cheval ou de se chausser. Parmi les très gros célèbres du Moyen Âge : la reine Berthe de Frise, répudiée pour sa grosseur, Louis le Gros à l'embonpoint légendaire, ou encore Guillaume le Conquérant, mort en 1087. A son propos, il se colporte qu'il serait mort de graisses « qui auraient fondu à l'intérieur et l'auraient noyé ». « *La preuve que la grosseur n'est pas réellement stigmatisée et ne marque pas encore vraiment l'imaginaire, précise Georges Vigarello, c'est que les gros n'apparaissent pas dans l'iconographie. Toutes les silhouettes se ressemblent dans les tableaux, dans les gravures. Les corps sont*

*indifférenciés. Même le profil d'un personnage comme Guillaume le Conquérant ne se distingue pas des autres.* »

## Modernité

Avec la Renaissance, le regard sur le gros change. La modernité commence à viser la puissance d'action et l'efficacité. La grosseur est associée à la lenteur, à la mollesse, à l'inhabileté et à la fainéantise, pas moins ! Des illustrations ? Vauban refuse d'octroyer des emplois aux gros, jugés moins efficaces que des personnes plus minces. Jean de La Fontaine livre un vibrant plaidoyer pour le contrôle alimentaire dans sa fable « *La Belette entrée dans un Grenier* ». À force de banqueter dans son grenier, la belette devenue rebondie est incapable d'emprunter le trou par lequel elle est entrée. La maigreur n'est pas mieux perçue à l'époque. Elle est associée à la mélancolie, maladie de la langueur. On retrouve donc, concernant l'obésité ou la maigreur, la même critique du manque de ressort et du déficit d'efficacité – la course à la performance ne date donc pas d'aujourd'hui !

La médecine de l'époque hésite entre plusieurs représentations de la graisse : double peau, huile infiltrée ou encore boules de graisses flottant dans le corps. « *Les remèdes proposés contre le gras sont les corollaires de ces représentations, explique*



Georges Vigarello. *On va saigner ou purger. Il s'agira aussi d'assécher selon le terme en usage, donc de boire le moins possible. Tout un imaginaire du sec se développe. On se méfie de ce qu'on appelle les animaux des brumes. Parmi eux, le canard et certains poissons. Haro aussi sur les aliments bouillis et les agrumes.* »

Visages rougeauds et bedaines font leur apparition dans les œuvres d'art. Le vocabulaire n'est pas en reste. De nouveaux mots apparaissent pour témoigner d'un aiguïsement du regard sur les corps : grasset, rondelet, ventru, ventripotent...

Des écrivains comme Madame de Sévigné, Saint-Simon ou la Princesse Palatine pourfendent les bouurrelets. « *Il est intéressant de lire les lettres de la Princesse Palatine. Elle s'y décrit comme grosse ou carrée*, raconte Georges Vigarello. *Avant elle, avant la fin du XVII<sup>e</sup> siècle, l'auto-description est rare dans la littérature. Parce qu'elle suppose une objectivation de soi, un jugement de surplomb que la culture doit favoriser.* »

## Lumières

La critique du gros s'intensifie avec le siècle des Lumières. L'obésité est associée à un manque de sensibilité, à un affadissement de la personnalité. Des pratiques inédites jusque-là s'inventent pour favoriser la tonicité comme la prise d'excitants

ou le recours à des bains froids.

Les médecins s'intéressent à l'évolution de la prise de poids. Leur attention se focalise sur les tissus et les nerfs. Ils s'intéressent aux causes susceptibles d'amollir les tissus et de provoquer leur relâchement. L'explication avancée : l'excès de graisses produirait une compression gênant les nerfs et provoquerait un engourdissement.

Les artistes aussi s'intéressent à l'obésité. Ils sont nombreux à peindre et dépeindre les stades menant à l'obésité. Alourdissements, empâtements, relâchement des chairs deviennent sources d'inspiration. « *L'intérêt pour le chiffre doit être souligné*, explique Georges Vigarello. *En 1725, un certain Desbordes propose d'établir dans des lieux publics un instrument de son invention permettant de peser les personnes. Il s'agit d'un siège suspendu muni d'un fléau à la romaine. La réaction de la police est cinglante par crainte des assemblées désordonnées dues notamment à de possibles paris sur les résultats de la pesée ! Mesurer le tour de taille est une pratique qui se répand chez les médecins. Buffon, dans son Histoire naturelle, met en rapport la stature et le poids. Il exploite un rapport longtemps intuitif, à savoir qu'un même poids prend un sens différent selon que l'on est grand ou petit.* »

## Depuis la Renaissance, la grosseur est associée à la mollesse, à la lenteur, à la fainéantise et à l'inhabileté.

Enfin, il ne faut pas oublier que le XVIII<sup>e</sup> se clôt sur une révolution... chimique. A son origine : Lavoisier. On doit au chimiste d'avoir placé près de 2000 personnes dans une chambre close et d'avoir procédé à l'analyse de l'air pour constater l'absorption d'oxygène et le rejet de gaz carbonique. Conclusion : la respiration est une combustion et respirer consiste à entretenir la chaleur. Le corps se fait appareil énergétique. La notion de « calories » fait son apparition.

## Du XIX<sup>e</sup> à aujourd'hui

Chiffrer, il en est encore question au XIX<sup>e</sup> siècle avec Auguste Quételet qui élabore une échelle des poids rapportés à la taille selon l'âge et le sexe. On peut désormais comparer son indice de masse corporelle à un indice « normal ». Cet indice de masse corporelle

est toujours d'usage aujourd'hui. Il se calcule en divisant le poids (en kilo) par la taille au carré (en mètre).

Les régimes se popularisent en même temps que la mode vestimentaire change et que les corps se découvrent. Les vêtements collent davantage aux formes. On passe de la mode des vêtements bouffants à une ligne plus fluide. Avec la naissance des loisirs, les corps commencent à s'exposer aux regards, notamment sur les plages. Balances et miroirs en pied connaissent un engouement simultané. « *Contrôle de soi et affirmation de soi vont de pair*, commente Georges Vigarello. *L'individu va de plus en plus s'identifier à son enveloppe corporelle. Les obèses qui échouent à maigrir s'auto-déprécient. Un cercle vicieux s'enclenche. Le rôle de la société dans la genèse de l'obésité n'est heureusement pas oublié, de quoi ne pas quand même faire peser toute la pression sur les individus. On s'interroge sur le rôle de la nourriture industrielle, la dé-ritualisation des repas, l'accroissement des portions. Le mal du gras est à la fois reconnu comme problème privé et public.* »

Dans la conclusion de son histoire de l'obésité, Georges Vigarello livre, entre autres, deux réflexions très intéressantes. La première : on constate un renversement com-

plet du modèle bourgeois de la corpulence (celle des négociants, des notables...). Aujourd'hui, la prévalence de l'obésité est inversement proportionnelle au niveau de revenus et la précarité est devenue un facteur de risque pour l'obésité. La seconde réflexion tient en ceci : au cours de l'histoire, le corps des femmes a été davantage contraint que celui des hommes, livré aux ceintures de contention, aux ligatures ou aux corsets. « *Les femmes pouvaient déborder physiquement, mais des instruments étaient prévus pour les contenir d'une autre façon*, explique Georges Vigarello. *Aujourd'hui, ces instruments sont rangés au placard, bien qu'on ait vu réapparaître des corsets dans les rayons des lingerie. Une autre forme de corset est en vogue. C'est celui qu'on se constitue soi-même à force de musculation.* » ■