

# S'alimenter pour la vie

jeudi 2 février 2017, par [L'Insatiable](#)

## Culture et alimentation

« *De tous les arts, l'art culinaire est celui qui nourrit le mieux son homme* »

Pierre Dac

Tous nos sens participent à l'alimentation qui nous permet de savourer la vie et nous relie au cosmos ; cette alchimie dans notre corps nous fait aussi participer à la création ou à la destruction de notre être et de la planète.

L'alimentation est un acte bien au-delà d'une simple absorption /transformation c'est un acte culturel qui nous rend acteur de notre environnement. Si nous nous alimentons de violence faite au règne végétal (pesticides insecticides) ou au règne animal (élevages en batteries) nous perdons notre humanité ainsi que le dit le philosophe Emmanuel Kant : « l'inhumanité infligée à un autre détruit l'humanité en nous »



Dans la langue française il y a les mots d'esprit et les maux du corps a priori sans relation avec l'alimentation, et pourtant il existe des liens entre eux, comme la nature, la culture sont elles aussi reliées à l'alimentation. L'Orient et l'Occident s'apportent mutuellement leurs richesses de traditions diverses et plutôt qu'une uniformisation comme le voudrait une certaine forme de mondialisation c'est à conserver cette biodiversité que nous devons tendre. L'alimentation est un voyage qui touche tout notre être sensible : découverte des 5 saveurs (acide, amer, doux, piquant, salé), musique des aliments on parle du craquant des chips ou comme le poète Baudelaire le dit si bien : un soir l'âme du vin chantait ! les couleurs des mets dans notre assiette réjouissent nos yeux, notre nez peut ressentir le fumet du poisson ou le bon plat qui mijote ,on peut toucher la délicatesse de la peau d'un abricot ou le piquant de celle d'un cornichon. La cuisine peut devenir un art qui va révéler l'artiste en chacun d'entre nous et son potentiel créateur ,elle peut permettre de retrouver la place de la culture dans une économie non pas productiviste mais ouverte à la diversité dans le respect de la nature , elle est une thérapeutique « que ton aliment soit ton médicament » comme disait Hippocrate. Elle est une opportunité pour nous détourner de la barbarie et nous conduire à une humanité vivante où l'art aura remplacé les armes ! Et de la cuisine nous dirons comme Rossini que c'est une mélodie qui se déguste par la bouche et aussi qui nous relie au vivant : les mots savoir, sagesse, saveur n'ont ils pas la même étymologie !

Marie Glémin

Le livre peut être acheté et commandé dans librairies ou fnac ou envoyé par la poste après réception d'un chèque de 19euros 40.

Tel :0680177513