



**HAL**  
open science

# Le rôle des déclencheurs biographiques dans les changements alimentaires : trajectoires indiennes

Estelle Fourat

► **To cite this version:**

Estelle Fourat. Le rôle des déclencheurs biographiques dans les changements alimentaires : trajectoires indiennes. SociologieS, 2020, 10.4000/sociologies.14518 . ird-03412589

**HAL Id: ird-03412589**

**<https://ird.hal.science/ird-03412589>**

Submitted on 3 Nov 2021

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

# Sociologies

Premiers textes

Premiers textes

---

## Le rôle des déclencheurs biographiques dans les changements alimentaires : trajectoires indiennes

*The role of biographical triggers in dietary changes: Indian trajectories*

ESTELLE FOURAT

---

### Résumés

Français English Español

Cet article explore les trajectoires alimentaires végétariennes et non-végétariennes, de personnes vivant en Inde, en s'ancrant dans une micro sociologie des rapports à l'alimentation et des transitions biographiques. Ces trajectoires alimentaires, « en continuité » ou « en rupture », dépendent de rapports à l'alimentation (plaisir serein, santé anxieux, social) et de déclencheurs biographiques. En marge des approches classiques qui considèrent l'alimentation comme déterminée par la caste ou la classe sociale, voire le sexe, cette grille de lecture s'intéresse aux motifs invoqués par les individus qui mentionnent des événements, tels une rencontre, une rupture amoureuse, la perte d'un emploi, une maladie, l'implication dans un parti politique, l'âge. Autant de déclencheurs qui modifient les rapports à l'alimentation, au corps et aux autres individus. Les changements opérés dans les trajectoires alimentaires sont liés principalement à l'environnement social (au travers de déclencheurs dits « exogènes » à la personne) et au changements d'étape dans le cycle de vie (dits « processuels »). Les récurrences dans ces récits renseignent sur la manière dont la société régule un parcours de vie et les nouvelles façons collectives d'envisager la position sociale ou un parcours, de plus en plus biographique. En effet – et bien que ces trajectoires soient organisées selon des modèles végétarien et non-végétarien – les nouveaux statuts « *eggetarian* » (mangeur.se d'oeuf) ou « *pescetarian* » (mangeur.se de poisson) émergent telles de nouvelles identités possibles dans la société indienne.

This article explores trajectories of eating vegetarian and non-vegetarian of people living in India by anchoring in a micro sociology of relationships with food and life course transitions. These trajectories, “in continuity” or “in rupture”, thus depend on relationships with food (serene pleasure, anxious health, social) and biographical triggers. In fact, on the sidelines of the classic approaches which consider diet to be determined by caste or social class, or even sex, this reading grid looks at the reasons invoked by individuals who mention events, such as encounter, breakup, loss of a job,

illness, involvement in a political party, age. All of these triggers modify the relationship with food, the body, and other individuals. The ruptures are mainly related to the social environment (through triggers called “exogenous” to the person) and to the change of stage in the life cycle (called “processual”). The recurrences in these accounts inform on how society regulates a life course and on new collective ways of considering social position such a biographisation of the life course. Indeed, and although these trajectories are following vegetarian and non-vegetarian models, the new “eggetarian” (egg eater) or “pescetarian” (fish eater) statuses are emerging as possible new identities, as well in the Indian society.

### *El papel de los desencadenantes biográficos en los cambios alimentarios: trayectorias indias*

Este artículo explora las trayectorias alimentarias, vegetarianas y no vegetarianas, de las personas que viven en la India, basándose en una micro sociología de las relaciones con la comida y de las transiciones biográficas. Estas trayectorias alimentarias, “en continuidad” o “en ruptura”, dependen de las relaciones con la comida (placer sereno, salud ansiedad, social) y de los desencadenantes biográficos. Al margen de los enfoques clásicos que consideran que la dieta está determinada por la casta o la clase social, e incluso por el sexo, este enfoque analiza las razones invocadas por las personas que mencionan eventos, tales como el conocer a alguien, una ruptura amorosa, la pérdida de trabajo, la enfermedad, la participación en un partido político, la edad. Todos estos factores desencadenantes modifican las relaciones con la comida, el cuerpo y con las otras personas. Los cambios en las trayectorias alimentarias están vinculados principalmente al entorno social (a través de desencadenantes llamados “exógenos” a la persona) y al cambio de etapa en el ciclo de vida (llamado “proceso”). Las recurrencias en estos relatos aportan información sobre la forma en que la sociedad regula un curso de vida y las nuevas formas colectivas de considerar la posición social o un curso, cada vez más biográfico. De hecho, y aunque estas trayectorias se organizan según modelos vegetarianos y no vegetarianos, los nuevos estados de “ovotariano” (comedor de huevos) o “pescetario” (comedor de pescado) están emergiendo como posibles nuevas identidades, en la sociedad india también.

---

## **Entrées d’index**

**Mots-clés** : transitions biographiques, trajectoires alimentaires, végétarien, non végétarien, Inde

**Keywords** : biographical transitions, eating trajectories, vegetarian, non vegetarian, India

**Palabras claves** : transiciones biográficas, trayectorias alimentarias, vegetariana, no vegetariana, India

---

## **Texte intégral**

Cette recherche a été possible grâce à un contrat de recherche au CIRAD financé par l’ANR (« Investment for the Future Program » ANR-10-LABX-0001-01), dans le Labex Agro porté par la Fondation Agropolis (ID 1300-011) et Danone Recherche ; ainsi qu’à une bourse de terrain et au support logistique du CSH de New Delhi. J’ai une immense gratitude envers tous les individus qui ont accepté de répondre à cette enquête. Je remercie Amandine Rochedy pour sa lecture d’une première version de ce texte avant sa soumission ainsi que les relecteur.ice.s sollicité.e.s par la revue pour leurs critiques constructives.

# **La construction des modèles « végétarien » et « non-végétarien » en Inde**

- 1 Les manières d’interpréter les pratiques alimentaires sont multiples et dépendent d’échelles de lecture complémentaires. Une tradition socio-anthropologique souhaitant éclairer la question des hiérarchies sociales en Inde fut témoin que des pratiques alimentaires végétariennes et non-végétariennes étaient au cœur de processus de différenciation et d’appartenance sociale (Srinivas, 1952 ; Dumont, 1967). Cette dialectique alimentaire s’est construite en miroir d’une organisation sociale idéalisée en quatre castes <sup>1</sup>

hiérarchisées : la caste des Brahmanes, située au sommet de la pyramide sociale de par sa fonction religieuse, est théoriquement végétarienne ; tandis que les autres castes peuvent manger la viande. Ceci n'a pas toujours été la norme. Bien avant que l'élite brahmanique ne formule ces règles alimentaires dans la Loi de Manou pour conserver son autorité religieuse et sociale sous l'influence grandissante du bouddhisme et du jainisme, elle pratiquait des sacrifices d'animaux et avait une alimentation carnée (Alsdorf, 2010 [1962] ; Jha, 2009). Par ailleurs, il existe des exceptions à cette règle car il y a des endroits en Inde où les Brahmanes ne sont pas devenus végétariens (Dumont, 1967 ; Khare, 1966). Malgré tout, cette hiérarchie imposa dans la pratique religieuse et sociale une séparation physique des individus : au temple, la place fut déterminée par le rang social et dans la sphère profane, des règles de commensalité interdirent aux Brahmanes de partager la nourriture des autres ou de manger en présence d'individus mangeurs de viandes (Marriott, 1968 ; Khare, 1976 ; Appadurai, 1981). Ces pratiques de non-commensalité se sont durablement établies en tant que constitutives du *dharma* de chaque caste, c'est-à-dire les règles de vie sociale, elles-mêmes condition de la libération du cycle des réincarnations selon le sociologue Max Weber (2003 [1958]). Cependant –et bien que les régimes alimentaires soient théoriquement hérités à la naissance par le statut de la caste – le sociologue indien M. N. Srinivas (1952) a mis en évidence que l'adoption par d'autres groupes sociaux de pratiques végétariennes et non-violentes (abandon des sacrifices d'animaux lors des rituels religieux) était un procédé d'ascension sociale. Des travaux montrèrent par la suite que la décolonisation et la construction d'une nation indienne autonome politisèrent les régimes alimentaires et renforcèrent les deux polarités végétarienne et non-végétarienne <sup>2</sup>. D'un côté, l'action non-violente de Gandhi <sup>3</sup> en lutte contre la domination coloniale et son rejet des chairs, propagèrent l'abandon des pratiques de chasse courantes dans le monde tribal (Gopaldas, Gupta & Saxena, 1983) ainsi que les sacrifices d'animaux lors des rituels religieux (Michelutti, 2008). D'ailleurs, l'abattage des vaches et des veaux est interdit dans la majorité des États indiens (Bruckert, 2019). De l'autre, la valorisation de la consommation de viandes se renforça par l'intermédiaire de mouvements appelés *rajputization* ou *dalitization* (Ilaiah, 1996), de la part d'hindous (non-brahmanes), chrétiens et musulmans (Chigateri, 2008 ; Desai, 2008 ; Sathyamala, 2019), contestant une domination politique et sociale végétarienne menée par les groupes confondant hindouisme et indianité. Cette domination politique et sociale du végétarisme s'est accentuée depuis l'accession au pouvoir du parti politique *Bharatiya Janata Party* (BJP) qui défend les valeurs du nationalisme hindou <sup>4</sup>. Certaines entreprises ont instauré l'interdiction de nourriture non-végétarienne dans leurs locaux (Gorringe & Karthikeyan, 2014) et la possession de viande de bœuf devient passible d'emprisonnement dans certains États où la police est même équipée d'un kit pour déterminer si la viande provient d'une vache (Sathyamala, 2019). Ainsi issus d'une longue histoire socio-politico-religieuse, végétarisme et non-végétarisme émergent comme des modèles participant du processus de construction identitaire et dessinant les frontières entre les groupes sociaux et politiques (Fourat, 2018 b). Plus récemment, la croissance de la classe moyenne indienne <sup>5</sup> a redéfini les critères de statut social et les lignes de partage entre individus (Deshpande, 2006 ; Krishnan & Hatekar, 2017). Si André Béteille (2012) mentionna la persistance de la séparation des nourritures et des individus, d'autres auteur.e.s ont signalé l'émergence à la fois de nouveaux espaces de commensalité (le restaurant par exemple) où se côtoient dorénavant végétarien.ne.s et non-végétarien.ne.s ; mais également de nouvelles temporalités végétariennes et non-végétariennes selon une alternance semaine et fin de semaine (Caplan, 2008 ; Janeja, 2010 ; Staples, 2014). Enfin, une sociologie des inégalités sociales en Inde (Ferry, Naudet & Roueff, 2018) convoque également le fait alimentaire pour objectiver un espace social sur la base des enquêtes de consommation. L'ensemble de ces perspectives théoriques ancre les pratiques alimentaires dans l'appartenance sociale, laissant peu de place au changement si ce n'est lié à celui de sa position dans cet espace social.

- 2 Parallèlement, l'approche anthropologique, en recherchant des invariants ou des différences culturelles, éclaire la compréhension des pratiques alimentaires dans ses dimensions symboliques. Les premiers travaux mettent en lumière une pensée classificatoire qui définit ce qui est « bon à manger », d'une culture à l'autre selon des symboles attribués aux aliments (Lévi-Strauss, 1964). Marie Douglas (1967) montra que les cultures se structurent selon des catégories du pur et de l'impur et – notamment les aliments à manger ou abhorrer – pour établir une frontière symbolique et réelle entre les groupes et maintenir l'« ordre » social. En introduction de ce même ouvrage, Luc de Heusch a écrit « l'Inde nous offre ainsi l'étrange et dramatique spectacle d'un univers où le délire métaphorique de la souillure règne en maître de la pensée, investit toutes les prohibitions, toutes les classifications, consolidant le régime des classes qui recoupe le système des castes sans se confondre avec lui » (*Ibid.*, p. 19). La structuration de cette pensée classificatoire qui considère le végétarisme comme le régime alimentaire pur, tandis que le non-végétarisme serait impur, se fonde dans la pensée et la pratique religieuses. Il a été montré qu'une élite brahmane indienne qui auparavant officiait les sacrifices d'animaux et consommait la viande en partage après l'avoir offerte aux divinités (Malamoud, 1996), bascula à des pratiques dites non-violentes (Alsdorf, 2010 [1962]).
- 3 Le sacrifice d'un animal est à ce moment-là remplacé par un rituel religieux mis en scène avec des végétaux et des produits de la vache (lait et *ghee*). Ce changement de statut du rituel institue une hiérarchie entre sacrifice végétarien et sacrifice non-végétarien et, par homologie, entre les dieux végétariens et non-végétariens (Ghasarian, 1991 ; Assayag, 1992 ; Landy & Tarbout, 2010), notamment formalisée dans le livre fondateur des castes – la Loi de Manou. Si les sacrifices d'animaux continuent d'être célébrés en Inde, c'est une *puja* « végétarienne » qui s'est massivement répandue. Par ailleurs, selon le principe d'incorporation (Fischler, 1988), l'acte alimentaire insère ou exclut un mangeur d'un groupe social parce que la nourriture mangée est chargée de symboles et de valeurs sociales. Par le truchement de ce principe, la pureté d'un individu est maintenue en évitant de manger ce que des individus appartenant à d'autres groupes sociaux consomment ou touchent, comme les viandes, les poissons et les œufs. Dès lors, cette idéologie de la pureté, sur laquelle se fonda une dynamique de différenciation sociale, a perpétué la stratification de la société indienne et la mise à distance avec la mort animale. D'autant plus que l'anxiété vis-à-vis de la mort animale est exacerbée dans le monde hindou par le principe de réincarnation qui établit une continuité entre les animaux et les humains ; et celui de *karma*, qui sanctionne les agissements contraires à la progression de l'âme. Cette anxiété se manifeste pour une partie de la population par le rejet de consommer de la vache car selon une analyse fouillée des statistiques nationales menée par Balmurli Natrajan et Suraj Jacob, même si le végétarisme ne concerne que 20% de la population indienne, seulement 15% mangent de la viande de bœuf, ce qui signifie que 75% n'en mangent pas (Natrajan & Jacob, 2018). L'aversion de certains groupes sociaux et d'individus qui se pensent supérieurs dans la hiérarchie envers des aliments qui pourraient rendre impur et modifier une position sociale inscrit ainsi durablement le végétarisme comme modèle dominant : « Ce n'est pas le végétarisme qui caractérise l'Inde, c'est la pluralité des régimes alimentaires dans laquelle le végétarisme est au sommet » (Mahias, 2010, p. 518).
- 4 Cette introduction a exposé la manière dont des modèles végétarien et non-végétarien se sont construits dans la société indienne. Cependant, ces perspectives ancrent les pratiques alimentaires dans l'appartenance sociale et ne permettent pas de penser le changement, ou bien celui de la position dans cet espace social. Il est donc déterminant de comprendre la manière dont ces modèles, végétarien et non-végétarien, organisent aujourd'hui les choix alimentaires selon les contextes sociaux et au cours d'une vie (Fourat, 2015). En portant l'attention sur les trajectoires alimentaires en contexte indien, cet article contribue aux connaissances sur le rôle des facteurs biographiques dans les changements alimentaires et selon des modèles alimentaires. Pour ce faire, j'ai construit ma démarche sur trois apports théoriques : la sociologie des parcours de vie et la sociologie pragmatique qui regardent toutes deux les facteurs aux ruptures dans les trajectoires, ainsi que la sociologie de

l'alimentation qui décrit des rapports différenciés à l'alimentation à l'échelle microsociale. La section suivante est méthodologique et décrit la démarche qualitative ayant permis de faire évoluer les hypothèses de recherche et de révéler l'importance des facteurs biographiques comme déterminants aux régimes alimentaires. Les sections ultérieures exposent les résultats de l'enquête en trois temps : a) des rapports différenciés à l'alimentation ; b) l'environnement social comme puissant déclencheur des changements alimentaires et c) le cycle de vie, les maladies comme facteur de modification du rapport au corps et à l'alimentation.

## Une enquête de terrain en Inde : mise en évidence des facteurs biographiques

- 5 Ayant obtenu une bourse pour explorer les déterminants culturels et sociaux de la consommation des aliments d'origine animale en Inde (produits laitiers, œufs, viandes et poissons), je me suis installée en mars 2013 à Delhi pour une année. J'ai rejoint l'équipe franco-indienne de chercheurs du Centre des sciences humaines (CSH), rattaché au Centre national de recherche scientifique et au Ministère des Affaires étrangères (UMIFRE-MAEE CNRS 20). J'y ai fait de l'observation participante à découvert et d'ailleurs trois de mes collègues ont été interrogés dans le cadre de l'enquête. Je suis entrée dans divers réseaux sociaux : le CSH, le cours de yoga, un réseau de « *foodies* » et un groupe de « *vegan* ». La multiplication de ces cercles sociaux me transforma en *complete participant*, selon la formule de Paul Atkinson et Martyn Hammersley (1994), puisque j'assimilais des expériences sociales diverses sans nécessairement adopter une posture réflexive de ce que je vivais au quotidien. Les liens que je tissais me permirent d'accéder à l'étape des entretiens. J'ai ainsi conduit 43 entretiens en m'appuyant sur la méthode compréhensive de Jean-Claude Kaufmann (2007), auprès d'individus âgés de 20 à plus de 60 ans, de diverses religions et origines sociales. Certains entretiens ont été effectués seule en anglais, d'autres à l'aide d'une interprète pour les individus parlant hindi, mélangé parfois à leur dialecte.
- 6 Les premières hypothèses ont été fondées sur une revue de littérature qui met largement en lumière l'idée que les régimes sont déterminés par la position sociale. Les personnes interrogées ont été sélectionnées selon leur position dans un hypothétique espace social indien en fonction de leur religion, caste et niveau de vie. À cette échelle d'observation, le terrain a révélé que les consommations n'apparaissaient plus déterminées par les positions de classe ou de caste et le lien de causalité était même parfois inversé : un musulman qui devint végétarien ; un brahmane qui mangeait des hamburgers. Les déterminants sociaux classiques pour aborder le fait alimentaire (appartenance de caste, de classe) devinrent insuffisants pour comprendre les différences de choix alimentaires entre individus. J'ai donc recherché des cas qui ne correspondaient pas à la théorie et des personnes qui étaient passé d'un régime végétarien à un régime non-végétarien et inversement. J'ai aussi recruté les personnes en fonction d'une situation de vie qui serait susceptible de modifier leur rapport à l'alimentation, comme être enceinte, avoir enduré une maladie. Lors des entrevues, j'amenaient ces personnes à faire le récit sur le temps long de leurs pratiques alimentaires par remémoration des changements alimentaires en lien avec des inflexions biographiques. En déviant ainsi le regard sur les changements alimentaires, ce sont les facteurs déclencheurs de la variation que j'allais commencer à identifier (cycle de vie, évènements biographiques), ainsi que de nouvelles logiques des choix alimentaires.
- 7 Les théories sur les parcours de vie ont introduit la notion de « transition biographique » ou *turning points* (Hughes, 1996 [1950]) et convergent vers l'idée que les individus évoquent des grandes transitions dans leur vie en fonction de modèles qui organisent l'avancée en âge (Cavalli, 2007 ; Bessin, 2009). Ces modèles sont culturels, transmis dans chaque société par socialisations multiples et organisent le déroulement des



vies (Dubar, 2010). Dans le monde occidental, l'individualisation a engendré un affranchissant des formes traditionnelles de contrôle social telles que le sont la famille ou le statut (Martuccelli & de Singly, 2009) avec pour conséquence une « déstandardisation » des parcours de vie (Bessin, 2009), interprétée comme le résultat « de projets biographiques personnels » (Levy, 2001, p. 4, cité par Legrand & Voléry, 2013). Selon Monique Legrand et Ingrid Voléry, les parcours de vie n'en sont pas moins structurés mais plutôt recomposés par l'âge chronologique apparu comme une nouvelle « police » des parcours (*Ibid.*).

- 8 En Inde, ces modèles dont dépendent les pratiques alimentaires continuent à être influencés par la religion, la caste et des valeurs de chasteté. Par exemple, dans les mariages arrangés, le premier critère de choix du conjoint reste celui du statut, de la caste (Banerjee *et al.*, 2009) et du régime alimentaire végétarien ou non-végétarien et les unions inter-castes restent réservées à une classe moyenne (Fuller & Narasimhan, 2008). Le rôle de la femme s'ancre dans les valeurs de la famille et de la sphère domestique (Uberoi, 1993), incarné par le statut de « bonne cuisinière » (Bulbeck, 2010). Parallèlement, un modèle masculin du renoncement et de la non-violence, pour qui la perte de fluide séminal est source d'anxiété car elle équivaudrait à la perte d'énergie vitale (Roy, 2002 ; Srivastava, 2004), privilégie le végétarisme en vue de limiter les ardeurs sexuelles. Même le modèle récent de l'enfant unique adopté par la classe moyenne renforce le végétarisme (Donner, 2008) car de manière universelle la viande est associée à la force et à la sexualité (Twigg, 1983 ; Orlove, 1997). Pourtant, des changements profonds observables dans la société indienne – comme la multiplication des relations avant et hors mariage (Bhandari, 2017) ou l'entrée des femmes dans la sphère professionnelle (Radhakrishnan, 2009) – bousculent le modèle de la famille, le rôle des hommes et des femmes au sein de celle-ci en transformant avec eux les modèles corporels et alimentaires. L'engouement pour les régimes protéinés qui accompagne la perte de poids ou le gain de muscles témoigne de ce changement de modèle corporel.
- 9 Les résultats exposés dans les prochaines sections explorent le corpus suivant d'hypothèses : a) à l'échelle microsociale, les narrations des individus révèlent des rapports à l'alimentation <sup>6</sup> et sont caractéristiques de trajectoires alimentaires (Corbeau, 2010), marquées par la « continuité » ou la « rupture » (Lamine, 2008) ; b) des déclencheurs biographiques modifient des trajectoires alimentaires et c) les trajectoires alimentaires sont organisées selon des modèles végétarien et non-végétarien, deux polarités d'un même continuum de préférences alimentaires bien plus variées et qui permettent aux mangeur.e.s d'exprimer une certaine individualité.

## Des rapports ou formes de « soucis » à l'alimentation

- 10 Des sociologues de l'alimentation ont mis en évidence que des formes particulières de liens à l'alimentation variaient culturellement du fait d'histoires religieuses et socio-politiques complexes. Une enquête auprès d'Européens et de Nord-Américains a montré que les Latins ont un rapport à l'alimentation imprégné par le plaisir et la convivialité, en opposition aux anglo-saxons qui présentaient un rapport à l'alimentation dominé par la nutrition (Fischler & Masson, 2008). Lorsqu'il s'agit de manger de la viande (Poulain, Dupuy & Tibère, 2007), la recherche de plaisir gustatif ou la convivialité n'enlève pas l'anxiété de certain.e.s mangeur.ses (mangeurs « anxieux » *versus* « sereins »). Cette anxiété résulte de la prise de risque engagée dans l'acte alimentaire, risque d'abord réel par l'ingestion potentielle de poison ou d'aliments avariés, mais également symbolique puisque les aliments sont porteurs de propriétés symbolico-magiques (Douglas, 1967 ; Fischler, 1988). Une sociologie pragmatique a interprété les liens à l'alimentation comme des formes de « soucis » (Lamine, 2008) et tient compte de la capacité des individus à

s'ajuster à des situations d'incertitude dans la vie sociale. Claire Lamine a défini ces « soucis » comme des registres variés de justification forgés dans les divers processus de socialisation, « ce sont des motifs idéal-typiques indexés sur les motifs invoqués par les personnes dans leur contexte subjectif de sens, et non pas imposés par le sociologue » (*Ibid.*, p. 150). En analysant les significations attribuées par les mangeurs, « puristes » ou « intermittents du bio », l'auteure a décelé quatre types de « soucis » : « souci du sain », « souci de sécurité sanitaire », « souci gustatif », « souci éthique », « souci de l'environnement ».

11 En m'inspirant de ces différents apports, j'ai donc recherché dans un premier temps les signes de rapports à l'alimentation dans les narrations des vécus alimentaires. Trois principaux liens sont décrits et illustrés par des extraits d'entretien ; ces liens ne sont pas exclusifs l'un de l'autre.

12 a) Un rapport *plaisir serein* : la recherche du plaisir gustatif et de la convivialité caractérise ce lien. Les individus ne semblent pas contraints par une norme sociale, quel que soit le contexte alimentaire, végétarien ou non-végétarien. Par exemple, ci-dessous, un homme sikh assume totalement son goût pour la viande :

*« So I say all the tastes can be replicated, right? But there are few things, like say burger, right? There is no comparison of a veg burger with a non-veg burger. Right? While you are having a veg steak, right, the gravy itself wouldn't taste that good, right? Similarly there is a dish that I really like, it's called mutton seekh kebabs, right? Again roasted and grilled and everything. That cannot be replicated in vegetarian food. In fact that's the only dish I like of mutton, right? [...] I don't like MacDonald's burger. I don't like KFC burger. Right? I only like those burgers which are slightly more expensive, fancy, nicely presented and they are freshly made. Right? They are not manufactured. [...] So as Hindus you are not supposed to have beef, but I have had beef also and I enjoy it »* (Homme, 30 ans, consultant, non-Brahmane 7, Delhi).

13 b) Un rapport *social* à l'alimentation. Ce rapport résulte d'un souci de conformité à la norme ou à l'environnement social, qui prime sur les aspirations personnelles. Dans l'échantillon, la norme du repas est plutôt végétarienne pour ces individus, ce qui dans un contexte commensal végétarien n'est pas problématique mais le devient en présence d'individus non-végétariens, puisque par souci de conformité, ils peuvent se sentir contraints à manger de la même manière que leur environnement social proche.

*« [Traduction de l'hindi] Yes, I used to eat a little whenever it was cooked. In my family, my parents don't eat it. So when I got married and came to Delhi, my husband cooked chicken and gave it to me, I looked at it wondering what is this, and then I did not eat it. And then everyone started asking "why you don't eat, why you don't eat?", then I started eating a little bit, and then I started falling sick. Then I stopped eating it »* (Femme, + 40 ans, cuisinière, non-Brahmane, Delhi).

14 c) Un rapport *santé anxieux* : l'influence des normes corporelles, des discours de santé et nutritionnels est prépondérante dans les narrations. Les individus évaluent les aliments en termes nutritionnels et pour les bénéfices de santé et corporels (perte ou prise de poids) qu'ils en obtiennent. Ce lien peut s'exprimer également par la peur de contaminations véhiculées par les viandes.

*« Sometimes I feel I've not had enough protein so then I would like to have some egg. Especially now when it's very cold, in winter, I may have eggs [...] I said people who are vegetarians also get their protein. It's ok. I think protein is over-hyped. So I try to compensate for it with milk and with nuts and things »* (Femme, + 35 ans, cadre, musulmane, Delhi)

*« Mostly I do not prefer chicken and beef and pork because of, there are so many diseases from heat, bird flu, ok? But in fish there is no harm »* (Homme, 28 ans, étudiant, musulman, Delhi).

15 J'ai repéré si un changement de lien avait lieu dans chacune des trajectoires alimentaires, trajectoires marquées par la « continuité » ou la « rupture » selon la



terminologie de Claire Lamine (voir Tableau 1). Les trajectoires alimentaires « en continuité » ont tendance à être associées à un lien plaisir serein à l'alimentation et concernent des individus qui subissent moins que les autres la contrainte sociale. Par exemple, une femme continue à manger de la viande malgré son mariage à un homme brahmane végétarien ; ce qui s'avéra pourtant être un sujet de discorde récurrent dans le couple. Le cas inverse est vrai aussi. Une femme végétarienne mariée à un homme non-végétarien et qui a un dégoût prononcé pour la viande et les œufs (qu'elle tolère seulement dans les gâteaux), ne peut pas cuisiner de la viande pour son mari, même si c'est fréquent pour les femmes indiennes. Elle explique que cela est dû à son éducation alimentaire et religieuse qui lui procure un sentiment de culpabilité à l'idée de tuer et manger des animaux.

*« Fish and chicken, these are the only two types of meat that come to our house, my mother-in-law still cooks non vegetarian food, I still can't, so it's funny when you see her cook, she's gonna wear gloves, those transparent gloves. [...] There are two or three reasons for that. First, I've been born in a family where nobody ever ate non-vegetarian food. It's very strange that for my family being Punjabis, we do not eat non vegetarian food. Because somehow my father's been of the opinion that we can't kill and eat. So it's religious, as well as there's some sentiments attached to killing of animals... so we are emotional about that we are also followers of Arya Samaj »*  
(Femme, 32 ans, cheffe d'entreprise, non-Brahmane, Delhi).

- 16 Ces deux femmes ont un niveau d'éducation élevé et ont une profession. Leur autonomie de penser et d'agir pourrait expliquer leur « continuité » de régime alimentaire, végétarien ou non-végétarien. Cependant, d'autres femmes dans la même situation ont pu modifier leur régime alimentaire au cours de leur existence, à l'instar de la cadre musulmane (évoquée plus haut) qui raconte son souci de manger de temps en temps des protéines avec un œuf bien qu'elle se soit progressivement éloignée de son éducation alimentaire non-végétarienne.
- 17 Les trajectoires « en rupture » (une ou plusieurs d'ailleurs) concernent souvent des individus dont le rapport à l'alimentation est anxieux, développant de multiples soucis et des conflits entre soucis : celui de santé pour soi ou ses proches, souci de conformité à une certaine norme corporelle, souci de conformité à un environnement ou statut social. Dans le Tableau 1 sont détaillés les rapports à l'alimentation dominants dans les narrations au moment de l'entretien, selon les types de trajectoires, en continuité ou en rupture et inspiré de Claire Lamine (2008, p. 74).

**Tableau 1 : Trajectoires en continuité et en rupture – Enquête Delhi (N=43)**

			Trajectoires en continuité (18)	Rapport(s) dominant(s)
20+	oc	Femme	Mange de la viande, essaie de contrôler son poids avec un régime protéiné.	Santé anxieux
30+	jain	Femme	Reste végétarienne malgré les conseils des médecins lors de sa grossesse, après accouchement boit seulement davantage de lait.	Santé anxieux
20+	oc	Femme	A toujours mangé de la viande.	Plaisir serein
45+	oc	Homme	A toujours mangé de la viande.	Plaisir serein
30+	oc	Homme	Continue de manger de la viande malgré une rupture amoureuse et le retour chez ses parents végétariens.	Plaisir serein
30+	oc	Femme	Mange de la viande depuis son enfance.	Plaisir serein
25+	oc	Femme	A toujours mangé du poulet et des œufs, même pendant son mariage à un brahmane.	Plaisir serein

45+	brahmin	Homme	A toujours mangé de la viande.	Plaisir serein
30+	sikh	Homme	A toujours mangé de la viande.	Plaisir serein
35+	oc	Femme	A toujours été végétarienne stricte sans œufs malgré mariage à un homme non-végétarien.	Plaisir serein
35+	oc	Femme	A toujours été végétarienne stricte sans œufs malgré amis non-végétariens.	Plaisir serein
30+	oc	Homme	A toujours mangé de la viande malgré mariage à une femme végétarienne.	Plaisir serein
50+	obc/sc	Femme	A toujours été végétarienne stricte sans œufs.	Social
50+	obc/sc	Femme	A toujours mangé des œufs et du poulet.	Social
20+	oc	Homme	A toujours mangé des œufs et du poulet.	Social
50+	oc	Homme	A toujours mangé des œufs et du poulet malgré environnement familial végétarien.	Social
50+	obc/sc	Homme	A toujours mangé des œufs et du poulet.	Social
45+	obc/sc	Homme	A toujours mangé de la viande.	Social
			<b>Trajectoires en rupture (25)</b>	
31	muslim	Homme	Suite à une rupture amoureuse, devient végétarien en justifiant qu'il avait trop pris de poids.	Social/Santé anxieux
45	obc/sc	Femme	Suite à la maladie de son fils, abandonne la consommation de buffle.	Social
35	muslim	Femme	Un voyage provoque la répulsion instantanée de la viande + naissance enfant.	Santé anxieux
35	buddhist	Femme	Adolescente elle veut faire comme sa grand-mère très pieuse et végétarienne, redevient non-végétarienne lors d'un voyage en Europe.	Social
28	muslim	Homme	Passage à la vie étudiante, influence de ses pairs, abandonne le porc et le buffle.	Santé anxieux/Social
28	christian	Femme	Déménagement à Delhi, abandon du porc.	Social/Santé anxieux
28	oc	Homme	Suite à une rupture amoureuse, devient végétarien en justifiant qu'il avait trop pris de poids.	Santé anxieux
25	pandit	Femme	Deviens végétarienne à force de regarder des vidéos sur le mauvais traitement des animaux.	Santé anxieux/Social
40	obc/sc	Homme	Un déménagement à Delhi entraîne la baisse des revenus et celle de consommation de viande.	Plaisir serein
50+	brahmin	Femme	Après mariage se met à manger des œufs et du poulet et suite au décès de son enfant redevient végétarienne.	Social
30+	oc	Femme	Depuis son mariage, elle commence à manger des œufs, et y prend goût.	Social/Santé anxieux
30+	jain	Homme	Au passage à la vingtaine, se trouve maigre et veut prendre muscles/santé en gobant et mangeant des œufs.	Social/Santé anxieux

45+	obc/sc	Homme	Jeune avait commencé à manger des œufs pour prendre des muscles à la gym, et a abandonné par adhésion à nouveau à sa religion en avançant dans l'âge.	Santé anxieux
25	obc/sc	Homme	En arrivant à Delhi, son environnement social le pousse à manger végétarien (sur son lieu de travail, là où il vit) ; continue à manger non-végétarien avec des amis parfois.	Social
26	oc	Homme	A la vingtaine, la pratique intense du yoga coïncide avec un régime végétarien stricte.	Santé anxieux
55	obc/sc	Femme	À son mariage, devient chrétienne et abandonne le porc ; suite à des problèmes de santé abandonne la viande rouge.	Plaisir serein/Santé anxieux
35+	oc	Femme	À la perte de son travail, elle entre dans un ashram et abandonne les œufs.	Santé anxieux
33	obc/sc	Homme	À la vingtaine commence à manger de la viande, à la trentaine en réduit sa consommation.	Plaisir serein/Santé anxieux
35	sikh	Femme	À la suite d'une fausse couche, mange pendant sa 2ème grossesse des œufs, poulet, poisson.	Social/Santé anxieux
45	brahmin	Homme	Étudiant goûte à la viande, à la quarantaine veut mincir en redevenant végétarien.	Social/Santé anxieux
35	oc	Homme	Étudiant, commence à manger de la viande et des œufs.	Plaisir serein=>Social
50	sikh	Femme	Au mariage devient non-végétarienne, puis à la maladie de son mari enlève la viande rouge.	Social/Santé anxieux
35	obc/sc	Femme	Au mariage devient non-végétarienne, mais que des viandes « sans os ».	Social
45	brahmin	Femme	Au mariage devient non-végétarienne, ainsi que l'influence de ses collègues de travail.	Social/Santé anxieux
40	obc/sc	Femme	Au mariage devient non-végétarienne, puis avec l'âge redevient végétarienne.	Social

oc = *general castes* (aussi appelés « *forward castes* ») // obc/sc = *other backward caste and scheduled caste* (aussi appelés « *lower castes* »). Dénomination utilisée par le *Census of India*, 2011.

## L'environnement social, un puissant déclencheur des changements alimentaires

18 En recherchant l'élément biographique déclencheur <sup>8</sup> d'un changement alimentaire et les tensions qui s'affrontent lors de ces transitions, on voit apparaître que dans l'échantillon étudié les déclencheurs sont principalement sociaux, dits « exogènes » à la personne (Tableau 2) : un changement de situation économique, une rencontre ou une rupture amoureuse, l'influence d'un *coach* sportif, des copains d'école ou d'université, des collègues de travail, l'engagement dans une philosophie/religion ou dans un parti politique.

Tableau 2 : Déclencheurs et changement de liens – Enquête Delhi (N=25)

Déclencheurs du changement alimentaire (plusieurs transitions possibles recensées au cours d'une trajectoire)	Changements de rapport à l'alimentation (plusieurs changements possibles recensés au cours d'une trajectoire)
Exogènes (16) : Changement géo (1) Économique forcé (2) Rupture amoureuse (2) Charismatique (4) Influence des pairs (6)  Processuels : Cycle de vie (8)  Endogène : Maladie, grossesse (2)	Plaisir serein => Santé anxieux (10) Plaisir serein => Social (3) Social => Santé anxieux (3) Santé anxieux => Plaisir serein (2)  4 personnes n'ont pas modifié leur rapport à l'alimentation

- 19 Pour les individus en relation sans être mariés, la rencontre ou la rupture amoureuse redéfinit leur rapport à l'alimentation marqué fortement à ce moment précis de leur vie par la relation à leur corps et l'image que celui-ci renvoie d'eux-mêmes. Le changement alimentaire intervient comme la reprise en main d'une vie propre, par la purification du corps qui enferme les traces de la relation passée. Un homme qui vit une séparation amoureuse raconte :

*« Me and my girlfriend were used to go out for dinner all the time and we were just fond of food and we used to eat unhealthy stuff (laughs). And then I started putting on a lot of weight [...] The aim is not to lose weight, is to feel better in my mind and body. [...] I don't want to eat fried and I really want to follow the yoga and we'll see. Because when I eat this kind of food, I feel like I'm taking care of myself and I feel better about myself. And then it works on our psyche, sort of affirm to yourself that you take care of yourself on every level so that for me is very important as an individual. (Pause) Because you know how break-ups can be. You have to sort of just let go sometimes and then I guess within a month I picked myself up again. I need to change and I need to live a completely different life. Yeah so, it's just a little bit of pampering yourself »* (Homme, 31 ans, photographe, musulman, Delhi).

- 20 Le mariage est un évènement bouleversant à plusieurs titres dans l'existence d'une femme indienne qui dans la plupart des cas s'installe dans la maison de ses beaux-parents. C'est le début d'un apprentissage, heureux ou douloureux, de nouvelles manières de vivre ensemble et de manger. Pour se fondre dans un nouvel environnement social, des jeunes mariées se conforment au régime de l'autre, découvrent de nouveaux plaisirs culinaires jusqu'alors interdits, ou abandonnent l'espoir d'épouser la nouvelle famille jusque dans leurs préférences alimentaires.

*« [Traduction de l'hindi] My parents don't eat it [non-veg]. So when I got married and came to Delhi, my husband cooked chicken and gave it to me, I looked at it like this wondering what it was, and I did not eat it. Then I started eating a little bit, and then I started falling sick. I stopped eating it. [...] Whenever I see non-veg and eat it, I feel like vomiting »* (Femme, + 40 ans, cuisinière, non-Brahmane, Delhi).

- 21 Parmi les ruptures de trajectoires alimentaires, certaines sont d'ordre charismatique par l'engagement dans une philosophie/religion, doctrine, ou encore un parti politique. G. a grandi dans l'État du Bihar et a été élevé dans une famille dans laquelle la viande de chèvre et le poisson étaient consommés à l'occasion des fêtes religieuses. Lorsqu'il est arrivé à Delhi pour ses études universitaires, il s'est installé dans un ashram. Il a obtenu un travail et son engagement dans son parti politique – qui bannit l'abattage de vaches – s'est renforcé. Il explique que le végétarisme permet d'être davantage respecté et tandis qu'il consomme de temps en temps des œufs, du poisson, aspire à être totalement végétarien. Voici des extraits de notre conversation :

« Because traditionally we've been eating fish so I've a taste developed for fish. If you give me an option of fish and any other non-vegetarian, I would go for fish. But in essence I would call myself a vegetarian only. I'm not a big fan of non-vegetarian. [...] Given a chance, I would love to be a vegetarian. (Pause) Yes. [...] If you are a vegetarian, I believe you are respected more in India. (laughs). [...] In that ashram, that did not have a large impact on my thought process, but I saw the significance of cow, the respect for cows have just become exponential in my eyes. I've started respecting cows. Plus in this cold weather, the cow dung is so helpful. You just get heat from it. After burning it. It burns for a long time. [...] And if my party comes to power, I'll ensure that the cow slaughter is banned all over the nation » (Homme, 25 ans, étudiant, non-Brahmane, Delhi).

- 22 K. est un jeune homme récemment devenu professeur de yoga lors de notre rencontre. La pratique du yoga – dont les principes énoncent le renoncement à toute forme de violence – s'est accompagnée pour lui du régime végétarien alors qu'auparavant il mangeait de la viande chez ses parents.

« I was not like I was fond of [of meat]. It's just that father he just bought it, or like any occasion when we friends are meeting. So that time I just used to share with them you know, not to make them feel bad about me. [...] For the rejuvenation of mind, the more the mind can be stable, it's through satwik <sup>9</sup> food because if you don't feel the heaviness, then you can stay long. You can do the asanas, you can perform any asanas without any heaviness. Non veg food, it takes time to digest. Approx. 20 to 22 hours to digest that same food to get all the nutrition » (Homme, 26 ans, professeur de yoga, non-Brahmane, Noida).

## Le cycle de vie, les maladies et le rapport au corps

- 23 Selon les théories sur les parcours de vie, les déclencheurs dits « processuels » sont liés au changement de statut d'une personne dans son cycle de vie <sup>10</sup> (adolescent, étudiant, marié, parent) et jouent également un rôle important dans le changement alimentaire (huit cas sur 25 dans l'enquête). Même s'il existe plusieurs configurations familiales, celle constituée d'une mère végétarienne et d'un père non-végétarien est assez courante. L'adolescence est une étape dans le cycle de vie durant laquelle l'exploration avec les pairs à l'extérieur de la maison est recherchée, tandis que de plus en plus de jeunes individus sont élevés en mangeant de temps en temps non-végétarien à la maison. Les mères ne veulent pas que leur enfant connaisse le même inconfort et handicap à être végétarien dans la mesure où ce régime limite les situations sociales et les possibilités de voyager, d'étudier à l'étranger par exemple : « I have my own limitations in food. It's difficult. Like, if my husband and my daughter are anywhere in the world, they can have everything – which is what I want for my daughter. She should not suffer like I did. Like if she has to go and study abroad, then she has to have [to eat] everything » (Femme, + 35 ans, au foyer, non Brahmane, Delhi).
- 24 Elles sont également réceptives aux messages nutritionnels en faveur des protéines. L'émergence de nouveaux statuts comme être « *eggetarian* » (mangeur d'œufs) ou « *pescetarian* » (mangeur de poisson) témoigne de cette évolution vers une valorisation des protéines animales mais représente également une forme d'émancipation par rapport aux deux modèles dominants végétarien et non végétarien :

« Milk is two times a day, that's fixed. Everyday, the boiled egg or egg toast. Tuesday and Thursday we don't eat egg but rest of the days we can. [...] Since a long time we go to the temple, so we don't eat the egg that day. [...] I am a vegetarian but my kids and husband are non-vegetarian. So I have to cook non-veg also. [...] I'm eggetarian, I quite like it! » (Femme, 40 ans, au foyer, non Brahmane, Delhi).

- 25 Le passage à une nouvelle décennie, l'avancée en âge, s'accompagne d'une alimentation végétarienne :

« *I'm 33 years old. But, I don't know what happened, I've stopped enjoying non-vegetarian food again, I'm weaning myself away from meat. [...] There's a lot more consciousness on what I'm eating now. And there's lot more conscious effort on how I'm burning those calories* » (Homme, 33 ans, consultant, non-Brahmane, Delhi).  
 « *The time is changing, the habits are changing, after certain age, they [her parents] thought they had enough of non veg, so they quit to eat non veg. Even my father, he was a staunch non vegetarian, but gradually, he said no I don't want to eat* » (Femme, 20+, étudiante, non-Brahmane, Delhi).

- 26 Les changements alimentaires consécutifs à un déclencheur dit « endogène », impactant directement le corps ou l'état de santé, sont plus rares dans la population interrogée (deux sur 25 parcours « en rupture ») mais non moins importants quant à leur possibilité d'apparaître dans une vie, tout du moins de femme pour la grossesse. Pour une majorité de femmes végétariennes, la grossesse est très anxiogène car elles sont soumises à la pression des médecins pour manger de la viande, à minima des œufs, qui fournissent des protéines en quantité suffisante nécessaire au développement du bébé. Une jeune femme raconte qu'à la suite d'une fausse-couche elle suit les conseils de son docteur lors de sa deuxième grossesse en faisant le choix de manger de la viande et redevint végétarienne au lendemain de l'accouchement.

« *I was six months pregnant, so my doctor told me "You can't have the normal Indian food. You must have fish, chicken" [...] Because that time I was underweight and when I was pregnant she thought me not to gain lot of weight with the wrong kind of food. Like lot of ghee, lot of oil, lot of Indian paneer <sup>11</sup>. She said "You should eat good things". So for that then she shifted me to chicken, fish and egg. For that period only I had chicken and fish* » (Femme, +35 ans, au foyer, non-Brahmane, Delhi).

- 27 La maladie modifie le rapport à l'alimentation de la personne atteinte mais également de son entourage familial. Par exemple, suite aux problèmes cardio-vasculaires déclarés de son époux, une dame ne cuisine plus de viande, ni pour son mari ni pour elle. Le régime forcé de l'un est une occasion saisie pour modifier des habitudes considérées comme mauvaises et la conversion de toute la famille accompagne le malade dans sa transition. Dans d'autres cas, la privation alimentaire revêt un rôle auspiceux par procédé magico-religieux, comme dans celui d'une mère qui abandonne la consommation de viande de buffle (animal associé à la mort) pour rétablir la santé de son fils malade qu'elle pense envoûté par une âme défunte.
- 28 Enfin, le surpoids et les formes jugées trop rondes sont à l'origine de nombreux régimes chez les Indiens des deux sexes. Les salles de sports se sont popularisées et avec elles les régimes protéinés en faveur d'un régime non-végétarien en même temps que le yoga et la diète végétarienne. Un même individu peut osciller entre ces deux modèles de contrôle du corps. Un homme Jain s'est mis à manger des œufs lorsqu'il a voulu devenir musclé pour changer le regard porté sur lui : « *There was one point of time when I was very thin, even thinner than what I am today. So you know somebody instructed that you should have raw egg and milk. Raw egg and milk. So I've had that. [...] I wanted to have proteins because that's what will make me, you know, probably put on some weight, and look a little better...* » (Homme, +30, avocat, Jain, Delhi).

## Conclusion : trajectoires alimentaires, modèles et nouveaux statuts en Inde

- 29 Cet article a exploré les changements alimentaires en Inde auprès d'un échantillon de personnes vivant à Delhi, en s'ancrant dans une micro sociologie des rapports à



l'alimentation et des trajectoires de vie. Les résultats corroborent ceux d'autres recherches ayant montré que les rapports à l'alimentation étaient liés à des étapes de vies (Poulain, 2018) : l'adolescence (Corbeau, 2007 ; Dupuy, 2010), la mise en couple (Marshall & Anderson, 2002 ; Bove, Sobal & Rauschenbach, 2003 ; Sobal, 2005), le fait de devenir parent (Anderson, 2001), le départ des enfants du domicile parental (Kaufmann, 2005) et la réceptivité aux messages nutritionnels après 50 ans (Poulain & Tibère, 2000 ; Henson *et al.*, 2010).

30 L'originalité du matériau réside cependant dans la démonstration que des trajectoires alimentaires « en continuité » ont tendance à être associées à un rapport plutôt serein à l'alimentation et concernent des individus qui ressentent moins que les autres la contrainte sociale ; et que des trajectoires alimentaires « en rupture » résultent de tensions entre des « soucis » (santé ou social) qui engendrent des conflits entre modèles alimentaires (végétarien et non végétarien). Ces modèles organisent les trajectoires de vie en Inde puisque des récurrences dans les changements alimentaires (voir Tableau 1) sont observées. D'abord, des comportements qui infirment la théorie s'avèrent répétitifs à l'instar des trois personnes musulmanes de l'échantillon qui deviennent végétariennes à des moments différents de leur vie. De plus, si la majorité des changements alimentaires correspond à un basculement au végétarisme, qui en plus d'être auspiceux et admis dans la plupart des contextes sociaux, s'impose comme modèle de rapport au corps, on observe également des basculements assez récurrents au non-végétarisme. Des Brahmanes ou Jains, des femmes végétariennes nouvellement mariées, ou des jeunes gens, se mettent à manger de la viande ou des œufs dans le but de se conformer à une norme corporelle ou aux pratiques alimentaires de leur environnement social. La récurrence de ces changements alimentaires pourrait avoir des conséquences sociales à terme. Par exemple, on peut faire l'hypothèse que la multiplication de nouvelles socialisations des enfants au non-végétarisme favorisera la mixité des individus et des régimes alimentaires. Par ailleurs, l'émancipation par rapport à ces deux modèles se manifeste par l'émergence de nouveaux statuts alimentaires, « *eggetarian* » (mangeur d'œufs) ou « *pesctarian* » (mangeur de poisson).

31 La constance des types de déclencheurs aux inflexions renseigne également sur la manière dont la société régule un parcours de vie. En effet, les changements dans les trajectoires alimentaires sont principalement liés à l'environnement social (au travers de déclencheurs dits « exogènes » à la personne) et au changement d'étape dans le cycle de vie (dits « processuels »). L'âge apparaît comme un nouvel événement normatif dans un parcours biographique et les passages à une nouvelle décennie constituent des étapes au cours desquelles l'environnement social, le rapport au corps et à la santé sont modifiés – et les pratiques alimentaires avec. Si l'état de santé ou physique de la personne est un déclencheur (dit « endogène ») moins fréquent dans la population interrogée, il n'en est pas moins important. Ainsi, en marge des approches classiques qui considèrent l'alimentation comme déterminée par la caste ou la classe sociale, voire le sexe, cette grille de lecture s'est intéressée aux motifs invoqués par les individus qui mentionnent des événements, comme une rencontre, une rupture amoureuse, la perte d'un emploi, une maladie, l'implication dans un parti politique, l'âge, comme autant de déclencheurs modifiant les rapports à l'alimentation, au corps et aux autres individus et reflétant de nouvelles manières collectives de plus en plus biographiques d'envisager la position sociale ou un parcours de vie.

---

## Bibliographie

ALSDORF L. (2010 [1962]), *The History of Vegetarianism and Cow-Veneration in India*, traduit de l'allemand par Bal Patil, Oxford, Routledge Advances in Jaina Studies.

ANDERSON A. S. (2001), « Pregnancy as a Time for Dietary Change? », *Proceedings of the Nutrition Society*, vol. 60, pp. 497-504.

- APPADURAI A. (1981), « Gastro-Politics in Hindu South Asia », *American Ethnologist*, vol. 8, n° 3, pp. 494-511.
- ASSAYAG J. (1992), *La Colère de la déesse décapitée. Traditions, cultes et pouvoir dans le sud de l'Inde*, Paris, Éditions du CNRS.
- ATKINSON P. & M. HAMMERSLEY (1994), « Ethnography and Participant Observation », dans DENZIN N. K. & Y. S. LINCOLN (dir.), *Handbook of Qualitative Research*, Thousand Oaks, Sage Publications, pp. 248-61.
- BANERJEE A., DUFLO E., GHATAK M. & J. LAFORTUNE (2009), « Marry for What: Caste and Mate Selection in Modern India » [En ligne] <http://www.jstor.org/stable/350485>
- BESSIN M. (2009), « Parcours de vie et temporalités biographiques : quelques éléments de problématique », *Informations sociales*, n° 6, pp. 12-21.
- BÉTEILLE A. (2012), « The Peculiar Tenacity of Caste », *Economic and Political Weekly*, vol. 47, n° 13, pp. 41-48.
- BHANDARI P. (2017), « Pre-marital Relationships and the Family in Modern India », *South Asia Multidisciplinary Academic Journal*, n° 16 [En ligne] <http://journals.openedition.org/samaj/4379>
- BOVE C. F., SOBAL J. & B.S. RAUSCHENBACH (2003), « Food Choices among Newly Married Couples: Convergence, Conflict, Individualism, and Projects », *Appetite*, vol. 40, n° 1, pp. 25-41.
- BULBECK C. (2010), « "Fond of Cooking, Interested in Studies, a Good Daughter": The Gendered Identities of Young Indians, Chinese, Japanese and Australians », *Contributions to Indian Sociology*, vol. 44, pp. 129-153.
- BRUCKERT M. (2019), « L'abattage en Inde », *Anthropology of food*, S13 [En ligne] <http://journals.openedition.org/aof/9669> ; DOI : <https://doi.org/10.4000/aof.9669>
- CAPLAN P. (2008), « Crossing the Veg/Non-Veg Divide: Commensality and Sociality Among the Middle Classes in Madras/Chennai », *South Asian Studies*, vol. 31, n° 1, pp. 118-142.
- CAVALLI S. (2007), « Modèle de parcours de vie et individualisation », *Gérontologie et société*, vol. 123, n° 4, pp. 55-69.
- CHIGATERI S. (2008), « "Glory to the Cow": Cultural Difference and Social Justice in the Food Hierarchy in India », *South Asia: Journal of South Asian Studies*, vol. 31, n° 1, pp. 10-35.
- CORBEAU J.-P. (2007), « Quel est l'impact du Plan National Nutrition Santé (PNNS) sur les adolescents ? », *Réalités Pédiatriques*, vol. 124, pp. 33-40.
- CORBEAU J.-P. (2010), *Trajectoires alimentaires et parcours de vie*, Paris, Éditions de l'INPES.
- DESAI A. (2008), « Subaltern Vegetarianism: Witchcraft, Embodiment and Sociality in Central India », *South Asia: Journal of South Asian Studies*, vol. 31, n° 1, pp. 96-117.
- DESHPANDE S. & L. K. DESHPANDE (1992), « New Economic Policy and Female Employment », *Economic and Political Weekly*, vol. 27, n° 41, pp. 2248-2252.
- DESHPANDE S. (2006), « Mapping the "Middle": Issues in the Analysis of the "Non-poor" Classes in India », dans Mary E. J. (dir.), *Contested Transformations: Changing Economies and Identities in Contemporary India*, New Delhi, Tulika Publishing, pp. 215-236.
- DONNER H. (2008), « New Vegetarianism: Food, Gender and Neo-Liberal Regimes in Bengali Middle-Class Families », *South Asia: Journal of South Asian Studies*, vol. 31, n° 1, pp. 143-169.
- DOUGLAS M. (1967), *Purity and Danger*, Londres, Routledge & Kegan Paul Publishing.
- DUBAR C. (2010), *La Socialisation*, 4ème édition, Paris, Éditions Armand Colin.
- DUMONT L. (1967), *Homo hierarchicus. Essai sur le système des castes*, Paris, Éditions Gallimard.
- DUPUY A. (2010), *La Place du plaisir dans la socialisation alimentaire des enfants et des adolescents*, Thèse de Doctorat de Sociologie, Université Toulouse Jean Jaurès.
- FERRY M., NAUDET J. & O. ROUEFF (2018), « Seeking the Indian Social Space », *South Asia Multidisciplinary Academic Journal* [En ligne] <http://journals.openedition.org/samaj/4462>
- FISCHLER C. (1988), « Food, Self and Identity », *Social Science Information*, vol. 27, n° 2, pp. 275-292.
- FISCHLER C. & E. MASSON (dir.) (2008), *Manger : Français, Européens et Américains face à l'alimentation*, Paris, Éditions Odile Jacob.
- FOURAT E. (2018a), « The Making of Edible Animal Source Foods and its Contemporary Reality in Delhi », dans BHUSHI K. (dir.), *Farm to Fingers: The Culture and Politics of Food in Contemporary India*, New Delhi, Cambridge University Press, pp. 37-57.
- FOURAT E. (2018b), « Inde », dans POULAIN J.-P. (dir.), *Dictionnaire des cultures alimentaires*, Paris, Presses universitaires de France, pp. 755-787.

- FOURAT E., KAPADIA S., SHAH U., ZARARIA V. & N. BRICAS (2018), « Understanding Transition in Animal-based Food Consumption: The Case of the City Vadodara in Gujarat (India) », *Review of Agricultural, Food and Environmental Studies*, vol. 99, n° 2, pp. 189-205.
- FULLER C. J. & H. NARASIMHAN (2008), « Companionate Marriage in India: The Changing Marriage System in a Middle-class Brahman Subcaste », *Journal of the Royal Anthropological Institute*, vol. 14, pp. 736-754.
- GHASARIAN C. (1991), *Honneur, chance et destin*, Paris, Éditions L'Harmattan.
- GOPALDAS T., GUPTA A. & K. SAXENA (1983), « The Impact of Sanskritization in a Forest Dwelling Tribe of Gujarat, India. Ecology, Food Consumption Patterns, Nutrient Intake, Anthropometric, Clinical and Hematological Status », *Ecology of Food and Nutrition*, vol. 12, n° 4, pp. 217-227.
- GORRINGE H. & D. KARTHIKEYAN (2014), « The Hidden Politics », *Economic and Political Weekly*, vol. 49, n° 20, pp. 20-22.
- HEADLEY Z. E. (2013), « Nommer la caste. Ordre social et catégorie identitaire en Inde contemporaine », *La Vie des Idées* [En ligne] <http://www.laviedesidees.fr/Nommer-la-caste.html>.
- HENSON S., BLANDON J., CRANFIELD J. & H. DEEPANANDA (2010), « Understanding the Propensity of Consumers to Comply with Dietary Guidelines Directed at Heart Health », *Appetite*, vol. 54, n° 1, pp. 52-61.
- HUGHES E. C. (1996 [1950]), « Carrières, cycles et tournants de l'existence », dans HUGHES E. C., *Le Regard sociologique*, textes rassemblés et présentés par Jean-Michel Chapoulie, Paris, Éditions de l'EHESS, pp. 165-173.
- ILAIHAH K. (1996), « Beef, BJP and Food Rights of People », *Economic and Political Weekly*, vol. 31, n° 24, pp. 1444-1445.
- JAFFRELOT C. (2019), *L'Inde de Modi. National-populisme et démocratie ethnique*, Paris, Éditions Fayard.
- JANEJA M.K. (2010), *Transactions in Taste: The Collaborative Lives of Everyday Bengali Food*, Delhi, Routledge India Publishing.
- JHA DN. (2009), *The Myth of the Jolly Cow*, New Delhi, Navayana Publishing.
- KRISHNAN S. & N. HATEKAR (2017), « Rise of the New Middle Class in India and its Changing Structure », *Economic and Political Weekly*, vol. 52, n° 22, pp. 40-48.
- KAUFMANN J.-C. (2005), *Casseroles, amour et crises : ce que cuisiner veut dire*, Paris, Éditions Armand Colin.
- KAUFMANN J.-C. (2007), *L'Entretien compréhensif* (2ème édition), Paris, Éditions Armand Colin.
- KHARE R. S. (1966), « A Case of Anomalous Values in Indian Civilization: Meat-Eating among the Kanya-Kubja Brahmans of Katyayan Gotra », *The Journal of Asian Studies*, vol. 25, n° 2, pp. 229-240.
- KHARE R. S. (1976), *The Hindu Heart and Home*, New Delhi, Vikas Publishing House.
- LAMINE C. (2008), *Les Intermittents du bio : pour une sociologie pragmatique des choix alimentaires émergents*, Paris, Éditions de la Maison des Sciences de l'Homme.
- LANDY F. & G. TARABOUT G. (2010), « Alimentation », dans *Dictionnaire de l'Inde contemporaine*, Paris, Éditions Armand Colin, pp. 35-36.
- LEGRAND M. & I. VOLERY (2013), *Genre et parcours de vie : vers une nouvelle police des corps et des âges*, Nancy, Presses universitaires de Nancy.
- LÉVI-STRAUSS C. (1964), *Mythologiques 1. Le cru et le cuit*, Paris, Éditions Plon.
- LEVY R. (2001), « Regard sociologique sur les parcours de vie », *Cahiers de la Section des Sciences de l'Éducation*, Université de Genève, n° 95, pp. 1-20.
- MAHIAS M.-C. (2010), « Végétarisme », dans *Dictionnaire de l'Inde contemporaine*, dans F. LANDY (dir.), Paris, Éditions Armand Colin, pp. 518-519.
- MALAMOUD C. (1996), « Alimentation, pureté et pollution dans l'Inde Ancienne », *Pensée magique et alimentation aujourd'hui*, *Les cahiers de l'OCHA*, pp. 32-35.
- MARRIOTT M. K. (1968), « Caste Ranking and Food Transactions: A Matrix Analysis », dans SINGER M. & B. S. COHN, *Structure and Change in Indian Society*, Chicago, Aldine Publishing, pp. 133-172.
- MARSHALL D. W. & A.S. ANDERSON (2002), « Proper Meals in Transition: Young Married Couples on the Nature of Eating Together », *Appetite*, vol. 39, n° 3, pp. 193-206.
- MARTUCCELLI D. & F. DE SINGLY (2009), *Les Sociologies de l'individu*, Paris, Éditions Armand Colin.
- Michelutti L. (2008), « "We are Kshatriyas but we Behave like Vaishyas": Diet and Muscular Politics Among a Community of Yadavs in North India », *South Asian Studies*, vol. 31, n° 1, pp. 118-142.

- NARAYAN S. (1968), *The Selected Works Of Mahatma Gandhi. Vol. 5*, Berlin, Navajivan Publishing House.
- NATRAJAN B. & S. JACOB (2018), « "Provincialising" Vegetarianism, Putting Indian Food Habits in Their Place », *Economic and Political Weekly*, vol. 53, n° 9, pp. 54-64.
- ORLOVE B. S. (1997), « Meat and Strength: The Moral Economy of a Chilean Food Riot », *Cultural Anthropology*, vol. 12, n° 2, pp. 234-268.
- POULAIN J.-P. (2018), « Cycle de vie », dans Poulain J.-P. (dir.), *Dictionnaire des cultures alimentaires (deuxième édition augmentée)*, Paris, Presses universitaires de France, pp. 371-374.
- POULAIN J.-P., DUPUY A. & L. TIBÈRE (2007), « Consumers' Views about Farm Animal Welfare. France National Report », dans EVANS A. & M. MIELE (dir.), *Consumers' Views about Farm Animal Welfare. Part I: National Reports based on Focus Group Research*, Cardiff, Cardiff University Press, pp. 323-370.
- POULAIN J.-P. & L. TIBÈRE (2000), « Évolutions des représentations nutritionnelles des jeunes seniors : 1966/1998 », *Cahiers de Nutrition et de Diététique*, vol. 35, n° 1, pp. 40-46.
- RADHAKRISHNAN S. (2009), « Professional Women, Good Families: Respectable Femininity and the Cultural Politics of a "New" India », *Qualitative Sociology*, vol. 32, pp. 195-212.
- ROY P. (2002), « Meat-Eating, Masculinity, and Renunciation in India: A Gandhian Grammar of Diet », *Gender & History*, vol. 14, n° 1, pp. 62-91.
- SATHYAMALA C. (2019), « Meat-eating in India: Whose Food, whose Politics, and whose Rights? », *Policy Futures in Education*, vol. 17, n° 7, pp. 878-891.
- SOBAL J. (2005), « Men, Meat and Marriage: Models of Masculinity », *Food and Foodways*, vol. 13, n° 1-2, pp. 135-158.
- SRINIVAS M. N. (1952), *Religion and Society Amongst the Coorgs of South India*, Oxford, Clarendon Press.
- SRIVASTAVA S. (2004), *Sexual Sites, Seminal Attitudes: Sexualities, Masculinities and Culture in South Asia*, New Delhi, Sage Publications.
- STAPLES J. (2014), « Civilizing Tastes: From Caste to Class in South Indian Foodways », dans KLEIN J. A. & A. MURCOTT (dir.), *Food Consumption in Global Perspective: Essays in the Anthropology of Food in Honour of Jack Goody*, Londres, Palgrave Macmillan Publishing, pp. 65-86.
- TWIGG J. (1983), « Vegetarianism and the Meanings of Meat », dans MURCOTT A. (dir.), *The Sociology of Food and Eating*, Aldershot, Gower Publishing, pp. 18-30.
- UBEROI P. (1993), *Family, Kinship and Marriage in India*, New-Delhi-Oxford, Oxford University Press.
- WEBER M. (2003 [1958]), *Hindouisme et bouddhisme*, traduit et présenté par Isabelle Kalinowski et Roland Lardinois, Paris, Éditions Flammarion.

---

## Notes

1 Le terme revêt à partir du III<sup>ème</sup> siècle de notre ère sa dimension socio-rituelle lorsqu'il apparaît dans le *Dharmasastra* (signifiant littéralement science du *dharma*, de la loi de caste) et le *Manusmirti* (Loi de Manou). Les deux ouvrages décrivent les principes de la vie sociale et religieuse et définissent les fonctions de quatre ordres et les hors castes : a) *Brahmanes*, hommes des textes et des rites, ont la fonction sacerdotale ; b) *Kshatriyas*, hommes de la force et du pouvoir, fonction politique et guerrière ; c) *Vaishyas*, hommes de la production des biens et des échanges ; d) *Shudras*, hommes au service des précédents ; e) les hors castes, les *Dalits* (signifiant opprimés, brisés, ont été appelés « intouchables »). Cependant, cette conception brahmanique formulée dans La *Loi de Manou* ne reflète pas la réalité sociale des populations présentes sur le territoire indien, constituée de groupes fermés endogames, les *jatis*. La *jati* signifie un groupe de naissance, c'est-à-dire « un ensemble structuré par la parenté et la filiation, portant un nom spécifique, ainsi que, bien souvent, par une origine géographique réelle ou mythique » (Headley, 2013, p. 4).

2 En Inde, le terme « non végétarien » recouvre la consommation du poisson et viandes, mais également des oeufs (Fourat *et al.*, 2018) tandis que le terme « végétarien » recouvre la consommation de lait uniquement. Le néologisme non-végétarien montre combien le végétarisme est normatif en Inde à tel point que l'usage du terme « viande » disparaît (Fourat, 2018a).

3 Dans son entreprise de construction d'une nation indienne autonome, Gandhi personnifia la figure du renonçant en prônant des pratiques non-violentes et favorisa l'émergence d'une identité nationale non-violente. Ce faisant il perpétua la hiérarchie des régimes, avec le végétarisme en son sommet, laissant chèvre, poulet et poisson aux non-hindous et aux chrétiens. Et en excluant le porc et le bœuf, il exclut *dalits* et musulmans (Narayan, 1968).

4 C'est une idéologie qui promeut une conscience nationale du territoire indien sur base religieuse, l'hindouisme, au moyen de l'apprentissage d'une seule langue, alors que l'Inde est caractérisée par la diversité des religions, des groupes ethniques et des langues (voir Jaffrelot, 2019).

5 Le terme reste tout de même ambigu car la classe moyenne est une catégorie complexe composée de sous-groupes aux revenus et professions hétérogènes.

6 Dans ma thèse de doctorat (Fourat, 2015), j'ai également développé trois types de liens aux animaux (hiérarchique ou utilitariste, distancié et anthropomorphique). Ces liens expliquent les types d'aliments d'origine animale inclus dans le régime alimentaire : non-végétarien (omnivorisme) pour le premier lien, non-végétarien sélectif pour le deuxième lien (certaines viandes, poulet, poissons, œufs) ; et enfin végétarien pour le dernier lien qui est anthropomorphique. Ces liens ne sont pas abordés dans le présent article car je n'ai pas décelé dans les entretiens des modifications de ces liens au cours des trajectoires, à l'exception d'un individu.

7 Le choix de la catégorie « non-Brahmane » chez les Hindous est apparu du terrain car les individus ne se définissent pas en tant que « *general caste* » ou « *lower caste* », à l'inverse des Brahmanes qui n'ont pas de réticence à dire leur origine sociale, ainsi que les groupes religieux ou sociaux qui ne subissent pas de discrimination comme les Bouddhistes, Chrétiens, Jains, etc. Une deuxième raison à ce choix est théorique, dans la mesure selon le texte ancien de la loi de Manou (qui s'appliquait aux Hindous) seuls les Brahmanes se devaient d'être végétariens.

8 Dans les trajectoires, les déclencheurs de ces inflexions sont de trois ordres : les déclencheurs exogènes (rencontres, influence de l'entourage, avec des effets de transmission par les pairs qui s'inscrivent en rupture ou en continuité avec la transmission familiale) ; les déclencheurs endogènes (problèmes de santé au sens large, pouvant aller du souci lié au poids à la tentative d'accompagner le traitement d'une maladie grave par un changement d'alimentation) ; et les déclencheurs « processuels » (un changement de cycle de vie).

9 Selon la médecine ayurvédique, *satwik* définit l'alimentation « pure » et végétarienne.

10 Le cycle de vie est formulé par la sociologue Evelyn Duvall comme étant « un ensemble d'étapes prévisibles au cours desquelles se réorganisent les rôles et la répartition des tâches au sein de la famille et/ou au long de la vie. Il met l'accent sur les stades ou les étapes qui sont des organisations particulières et plutôt stables et sur les transitions, c'est-à-dire le passage d'un stade à un autre, au cours desquelles s'opèrent des réorganisations » (Poulain, 2018, p. 371).

11 Le *paneer* est une sorte de *cottage cheese*, fromage frais, qui découpé compose de nombreux plats indiens.

---

## **Pour citer cet article**

### *Référence électronique*

Estelle Fourat, « Le rôle des déclencheurs biographiques dans les changements alimentaires : trajectoires indiennes », *SociologieS* [En ligne], Premiers textes, mis en ligne le 13 octobre 2020, consulté le 21 novembre 2020. URL : <http://journals.openedition.org/sociologies/14518>

---

## **Auteur**

### **Estelle Fourat**

Post-doctorante, IRIS-EHESS, Paris (France) - [efourat@gmail.com](mailto:efourat@gmail.com)

---

## **Droits d'auteur**



Les contenus de la revue *SociologieS* sont mis à disposition selon les termes de la Licence Creative Commons Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 3.0 France.