

Nourritures

Qu'il semble loin le temps où un certain Paul préconisait : « *Mangez de tout ce qui se vend au marché sans vous poser de question par motif de conscience* ». C'était dans les années 50 de notre ère à Corinthe, en Grèce. Lui, pourtant pétri de judaïsme, se sentait libre de manger non casher. Inimaginable à l'époque... et tout autant aujourd'hui !

Les interdits alimentaires nous semblent tellement archaïques, héritages de traditions religieuses sclérosées. Ne vivons-nous pas dans une civilisation éclairée par nombre d'acquis scientifiques ? Nos comportements alimentaires peuvent s'appuyer sur du sérieux. Les conseils de nutritionnistes confirmés ou auto-proclamés foisonnent sur les réseaux sociaux et s'étalent largement sur les présentoirs des distributeurs de presse. Légumes revitalisants ou graines quasi magiques, voilà la bonne santé assurée.

Mais attention aux mauvaises combinaisons : si je consomme telle plante bienfaisante, je dois m'abstenir de telle autre, sinon ce serait prendre un risque inconsidéré. Et revoilà les interdits alimentaires revenus, avec un label scientifique cette fois ! Label souvent loin d'être garanti, mais évitons les controverses.

Ces dernières années, notre époque se heurte à de nouveaux problèmes alimentaires, anxiogènes cette fois. Même si je respecte avec sérieux tel ou tel interdit alimentaire conseillé, je cours à l'empoisonnement, un empoisonnement silencieux. Des poisons se sont introduits dans mon assiette. Un des derniers démasqués que personne n'avait vu venir : le cadmium.

Découvert caché dans le chocolat, le cadmium a d'abord fait sourire. Allez, on ne s'alimente pas uniquement de chocolat ; sauf exception, on n'en mange pas une tablette d'un coup... Mais pas moyen d'échapper, on découvre que le cadmium se niche partout... ouvrant la porte à de graves formes de cancers.

Qui est l'empoisonneur ? Un coupable facile à désigner : l'agriculteur déversant des engrais dans ses champs ! Mais les plantes ont besoin de phosphate pour prospérer. Si certains sols en sont largement pourvus, il est nécessaire d'en ajouter dans d'autres. J'entends déjà : « Encore cette chimie qui empoisonne ! » Pas d'emballement ! Le phosphate de l'agriculteur est extrait de sols riches en cette matière. Or pas de phosphate sans cadmium. Or pas de blé sans phosphate... donc pas de blé sans cadmium. La nature est ainsi faite.

Nous voilà avertis : chaque bouchée de pain, c'est un peu de cadmium dans notre corps. Comme pour le chocolat ! Tout est dans les quantités raisonnables, « du producteur au consommateur » comme on le dit si bien. Si Paul conseillait aux Corinthiens de manger de tout ce qui se trouvait au marché, il conseillait aussi la modération.

Jésus, lui, précisait que la pureté de ce qui entre dans la bouche est secondaire par rapport à ce qui envahit notre intérieur, notre esprit. Si l'on pouvait être aussi regardants sur nos consommations audiovisuelles, ces produits qualifiés souvent abusivement de culturels. Des produits chargés de polluants abreuvant nos pensées sans modération. Des polluants à toxicité élevée, charriés à la pelle. Ne méritent-ils pas autant d'attention que le cadmium de notre pain ?

Pierre Lugbull