

Fabrice Teroni

# Qu'est-ce que le plaisir de manger du chocolat ?

## Le problème

---

À l'instar de bien d'autres activités, manger du chocolat suscite du plaisir. Mais comment articuler de manière satisfaisante les différents sens en jeu dans l'ingestion d'un aliment – le goût bien sûr, mais aussi l'odorat, l'ouïe et le toucher – avec ce plaisir ? Selon une approche traditionnelle, ce dernier n'est rien de plus qu'une expérience ineffable qui, si elle accompagne certaines stimulations sensorielles ou des activités plus intellectuelles, ne porte sur rien du tout. Est-ce plausible ? Ou faudrait-il plutôt comprendre le plaisir comme un sens supplémentaire qui viendrait prêter main-forte au goût, à l'odorat et au toucher afin de parachever notre appréhension du chocolat ? Et, après tout, qu'est-ce qu'un plaisir ?

## Solution proposée

---

Je suggère dans ce qui suit que la variété des types de plaisirs que nous sommes susceptibles de ressentir ainsi que la manière dont nous les ressentons vont à l'encontre de l'approche traditionnelle : les plaisirs portent bien sur quelque chose et nous renseignent à son propos. Pour autant, cela ne signifie pas qu'il faille situer le plaisir sur le même plan que les sens. Il se situe plutôt en aval de leur activité, présuppose les informations qu'ils délivrent et constitue une réaction évaluative à leur endroit.

## Introduction

L'Helvétie figure régulièrement sur le podium des plus avides dévoreurs de chocolat de la planète. À défaut de lui attribuer une forme aiguë de masochisme ou des humeurs plus maussades que la moyenne – humeurs qui, comme on sait, entraînent bien souvent une ingestion massive de cacao – on conclura donc qu'il y trouve son plaisir. Mais qu'est-ce que ce plaisir dont nous sommes si friands? Nous allons rapidement constater que celui qui cherche à répondre à cette question d'une manière un tant soit peu convaincante a du pain sur la planche.

### 1. L'expérience multisensorielle du chocolat

Commençons par l'observation suivante. À moins de sortir de chez le dentiste, de souffrir d'agueusie – terme consacré pour l'absence de goût – ou d'être sujet à un fort rhume, manger du chocolat active de nombreux sens : le goût, le toucher (qui nous renseigne par exemple sur la texture propre aux aliments), l'ouïe (particulièrement titillée par les mastications des amateurs de chocolat au riz soufflé) et l'odorat par le biais de la voie rétronasale. C'est pourquoi croquer dans une barre de chocolat lorsqu'on est enrhumé suscite une expérience bien appauvrie sans pour autant affecter le moins du monde nos papilles gustatives.

Sans l'aide de l'odorat, celles-ci ne nous fournissent rien de plus que des indications quant à l'acidité, l'amertume, la teneur en sucre, en sel et peut-être en glutamates (le fameux umami) de ce qui se trouve dans notre palais – et de nombreuses études soulignent leur caractère très peu discriminant. Cette absence de discrimination est rendue particulièrement manifeste dans le fait que, privés d'odorat, nous sommes bien en peine de savoir si nous dégustons un jus de pomme ou d'ananas!

C'est pourquoi l'on préfère parler parfois de «flaveurs» plutôt que de goûts pour décrire

les propriétés des aliments que nous détectons au travers de ces riches expériences multisensorielles combinant les délivrances du goût, du toucher et de l'odorat. Ce qui, dans le chocolat suisse, suscite le plaisir des gourmets de France et de Navarre est donc une flaveur qui est tout autant goûtée qu'elle est sentie, touchée et parfois même entendue.

Toutefois, cette implication de plusieurs sens ne s'impose pas à nous lorsque nous savourons du chocolat; il nous est au contraire particulièrement difficile de distinguer les propriétés auxquelles nous accédons par le goût de celles que nous sentons. Et c'est vers le caractère de l'expérience consistant à manger du chocolat avec plaisir qu'il nous faut maintenant nous tourner.

### 2. Sens et plaisir

On dit parfois de la douleur qu'elle retient l'attention de manière si exclusive que ce qui nous fait mal s'en trouve escamoté. Au contraire, l'expérience du plaisir de manger du chocolat est homogène; elle n'entre pas en compétition avec ce que goût, toucher, ouïe et odorat nous révèlent des propriétés de ce qui se trouve dans notre bouche. Le plaisir de manger du chocolat n'est certainement pas une sorte de transe extatique où le contact avec ce qui fait plaisir se serait en quelque sorte évanoui. Non, ce plaisir, pris à une flaveur particulière, est bien celui de *manger du chocolat*. Afin de le décrire de manière fidèle, il faut donc reconnaître à ce plaisir la nature d'une certaine attitude dirigée vers quelque chose – comme aiment à le dire les philosophes, ce type de plaisir est caractérisé par son intentionnalité. C'est la raison pour laquelle une approche traditionnelle du plaisir – et, plus largement, des expériences hédoniques de plaisir et de déplaisir – paraît insatisfaisante. Celle-ci affirme en effet que le plaisir ne porte sur rien, alors que lorsque nous cherchons à décrire le plaisir de manger du chocolat, il nous paraît difficile de nier que cette expérience est à propos de quelque chose.

Est-ce alors à dire qu'il faudrait plutôt comprendre cette expérience sur le modèle des autres modalités sensorielles en jeu dans l'ingestion du chocolat? Le plaisir serait-il une sorte de sixième sens dont nombre de gourmets auraient affûté les capacités en matière de dérivés de cacao? Si elle permet de pallier les défauts de l'approche traditionnelle, cette affirmation demeure difficile à défendre dans la mesure où le plaisir ne se situe pas sur le même plan que le goût, le toucher, l'ouïe et l'odorat – ce n'est, après tout, pas pour rien que l'on parle de plaisirs «gustatifs».

Il convient en effet d'insister sur un rapport de *dépendance* entre les délivrances de ces sens et le plaisir qui nous occupe. S'ils participent à la constitution d'une expérience totale homogène, goût, toucher, ouïe et odorat n'en restent pas moins relativement indépendants les uns des autres. Enrhumés, nous ne saisissons ainsi que les propriétés strictement gustatives, auditives et tactiles du chocolat, et il semble aussi tout à fait possible de profiter de ses saveurs et odeurs sans le toucher ni l'entendre. Dans ce dernier cas, certains sont d'avis que nous ne sommes plus à même de percevoir ces propriétés comme celles du morceau de chocolat, et que celles-ci sont simplement localisées dans notre cavité buccale, un peu comme cela se passe lorsqu'un grand cru laisse une forte amertume en bouche. Quoi qu'il en soit, le fait que les délivrances de ces divers sens puissent contribuer à la constitution d'une expérience relativement homogène ne doit donc pas faire oublier leur relative indépendance.

Or un tel constat ne peut s'étendre aux rapports entre fla-

veurs et plaisirs. Il est certes possible de percevoir n'importe quelle propriété du chocolat sans y prendre plaisir, mais l'inverse n'est pas vrai. Le plaisir de manger du chocolat est, nous l'avons souligné, un plaisir intentionnel, dirigé vers ce que les sens nous révèlent. Ceci constitue une première raison pour considérer que le plaisir ne se situe pas sur le même plan que les sens, mais bien plutôt en aval de leur activité en ceci qu'il la présuppose. Une seconde consiste à revenir à l'approche traditionnelle déjà mentionnée pour souligner combien l'effet que cela fait de ressentir un plaisir est malaisément réconciliable avec l'idée qu'il constitue une sensation distincte et séparable du reste de notre vie mentale.



Comparez par exemple le plaisir de manger du chocolat, celui de boire une bière, celui de résoudre un problème d'algèbre et celui d'apprendre qu'un proche est sorti indemne d'un accident. Demeure-t-on fidèle à la nature de ces différents plaisirs si l'on affirme qu'on fait à chaque fois face à une seule et même sensation séparée? Une réponse positive est loin de s'imposer avec évidence : ce qui frappe est bien plutôt la grande hétérogénéité de ces plaisirs. Rien de semblable ici à ce que l'on rencontre au niveau des sens, qui se caractérisent par un type de sensation bien précis : celles de couleurs pour la vue, de sons pour l'ouïe et ainsi de suite. L'hétérogénéité des plaisirs interdit d'étendre une telle affirmation au plaisir et suggère donc à nouveau que ce dernier n'est pas à comprendre sur le modèle d'un sixième sens.

Nous venons donc de considérer deux raisons de ne pas concevoir le plaisir comme une modalité sensorielle à l'instar du goût, de l'odorat, de l'ouïe et du toucher responsables de la détection des saveurs chocolatées. Il paraît beaucoup plus juste de le voir comme une réponse ou une réaction qui peut être dirigée vers les délivrances de ces sens comme elle peut être dirigée vers ce que nous appréhendons par la vue ou encore par la pensée. Bien sûr, cette conclusion débouche immédiatement sur une nouvelle interrogation : comment décrire cette réaction d'une façon un tant soit peu informative? Comment rendre compte à la fois de la variété des plaisirs que nous venons de constater et de leur unité, car il doit après tout bien y avoir quelque chose que ces plaisirs variés ont en commun et qui en fait des plaisirs?

### 3. Variété des plaisirs et unité du plaisir

Les philosophes ont développé de nombreuses réponses à ces questions. Partant du constat que l'unité des plaisirs n'était pas à chercher du côté d'une sensation brute, nombreux sont ceux qui ont tenté de la comprendre à la lumière des désirs du sujet. L'idée n'est pas si

saugrenue que cela dans la mesure où plaisir et désir ne sont pas complètement étrangers l'un à l'autre; par exemple, dire d'une personne que ses désirs sont comblés est bien souvent une manière d'indiquer qu'elle ressent du plaisir. Et chacun sait que le plaisir procuré par un morceau de chocolat peut être redoublé par un léger contretemps, synonyme de désir plus intense – en l'absence d'un tel mécanisme psychologique, on serait en peine d'expliquer l'existence de multiples activités gastronomiques et extra-gastronomiques ayant pour seule finalité d'ajourner la satisfaction d'un désir. Ceci étant dit, dès que l'on cherche à l'articuler plus précisément pour déboucher sur une théorie du plaisir, cet appel au désir cesse de convaincre. Il suffit de tourner notre attention pour quelques instants vers deux manières répandues de le faire pour s'en rendre compte.

Selon une première approche, un plaisir n'est rien d'autre que la constatation qu'un désir donné est satisfait. C'est un tel constat qui rend compte de l'unité des plaisirs, tandis que l'existence de plaisirs variés provient de la diversité des désirs eux-mêmes. Par exemple, le plaisir de manger du chocolat ne consisterait en rien d'autre qu'en la représentation par le sujet de la satisfaction de son désir d'en manger. Cette approche rencontre au moins deux problèmes. D'abord, il semble que certains plaisirs soient surprenants : alors que je somnole et ne désire certainement pas me sustenter, quelqu'un peut glisser à mon insu une praline au gianduja dans ma bouche – m'est-il vraiment impossible d'y ressentir un quelconque plaisir? Ensuite, il semble à l'inverse que la satisfaction de l'un de nos désirs ne constitue pas toujours une occasion de plaisir effectif. Il se peut ainsi que je désire ardemment un pavé genevois, que je me rende parfaitement compte que mon désir est satisfait lorsque j'en ingère un... sans toutefois que j'y éprouve un quelconque plaisir. La considération de certaines formes d'addiction mène à la même conclusion. Pour de nombreuses personnes, l'ingestion de chocolat s'inscrit après tout dans un tel cadre. Or, si le « chocoholique »

est caractérisé par l'intensité de son désir de chocolat, cela implique-t-il qu'il éprouve des plaisirs insoupçonnés lorsqu'il l'assouvit? Cela ne semble pas être nécessaire, ni même typique d'une addiction, et il est pour cette raison aujourd'hui très courant de distinguer le fait de désirer un certain état de choses du fait de ressentir du plaisir lorsqu'il se réalise. Aucune contorsion théorique ne devrait nous faire perdre de vue ces vérités fondamentales à propos des rapports somme toute très variables entre plaisir et satisfaction d'un désir.

Selon une seconde approche, ces difficultés sont simplement dues au fait que les désirs pertinents pour une théorie du plaisir n'ont pas été correctement identifiés. Ce que tous les plaisirs ont en commun est bel et bien à chercher du côté du désir, mais il ne s'agit plus de faire appel à des désirs antécédents dont le sujet constate qu'ils sont satisfaits. Les désirs pertinents ne sont au contraire pas satisfaits, dans la mesure où ils sont dirigés vers la persistance de l'état dans lequel le sujet se trouve. C'est la présence d'un tel désir qui, dans le cadre de l'approche en question, rend compte de l'unité des différents plaisirs, alors que leur variété provient une nouvelle fois de la diversité des désirs en jeu. Le plaisir de manger du chocolat aurait par exemple ceci de distinct qu'il reviendrait à manger du chocolat tout en désirant que cette activité particulière se poursuive. Ceci

nous laisse cependant sur notre faim. Est-il par exemple vraiment impossible de savourer un morceau de chocolat alors que l'on approche d'un état de satiété, c'est-à-dire d'un état incompatible avec la présence d'un quelconque désir de voir cette activité persister?

De manière plus générale, les approches du plaisir en termes de désirs sont difficilement conciliables avec les explications typiques de l'existence des désirs auxquels elles font appel. Une très bonne explication de ce pourquoi une personne désire manger du chocolat et est disposée à certaines concessions pour assouvir cette envie – explication qui ne vaut peut-être pas dans le cadre d'une addiction – est après tout qu'elle y prend plaisir. Cette même explication s'applique à de nombreux désirs de voir certaines activités ou certains états persister. Or, s'inscrire dans le cadre d'une approche en termes de désirs revient à renoncer à ces explications. Elle repose en effet sur l'affirmation selon laquelle le plaisir n'est rien d'autre que la présence d'un désir; mais aucune chose n'est en mesure de s'expliquer elle-même.

### Conclusion : Plaisir et valeur positive de l'objet éprouvé

Sur la base de ce constat, il me reste quelques lignes pour esquisser une approche alternative plus convaincante. En lieu et place des désirs, celle-ci doit à mon avis faire appel à une

#### RÉFÉRENCES

- |  |   |  |
|--|---|--|
| <p>DEONNA Julien &amp; TERONI Fabrice, <i>Qu'est-ce qu'une émotion?</i>, Paris, Vrin, 2008.</p> <p>DUNCKER Karl, <i>On Pleasure, Emotion and Striving</i>, in <i>Philosophical and Phenomenological Research</i> 1, 1941/42, p. 391-430.</p> <p>FELDMAN Fred, <i>Pleasure and Good Life : Concerning</i></p> | <p><i>the Nature, Varieties, and Plausibility of Hedonism</i>, New York, Oxford U.P., 2004 &amp; 2006.</p> <p>MASSIN Olivier, « Joies amères et douces peines », in C. Tappolet, F. Teroni &amp; A. Konzelmann Ziv (dir.), <i>Les Ombres de l'âme : Penser les émotions négatives</i>, Genève, Markus Haller, 2011, p. 55-70.</p> | <p>PLATON, <i>Le Philèbe</i>, trad. française de J.-F. Pradeau, Paris, GF Flammarion, 2002.</p> <p>TERONI Fabrice, « Plus ou moins : Émotions et valence », in C. Tappolet, F. Teroni &amp; A. Konzelmann Ziv (dir.), <i>Les Ombres de l'âme : Penser les émotions négatives</i>, Genève, Markus Haller, 2011, p. 21-36. ■</p> |
|--|---|--|

expérience de la valeur positive des activités sensorielles ou intellectuelles pertinentes ou de ce sur quoi celles-ci portent. Prendre plaisir à la résolution d'un problème d'algèbre consiste à faire l'expérience du caractère positif ou bon de cette activité, prendre plaisir à manger du chocolat revient à faire l'expérience du caractère positif de cette activité sensorielle ou, plus probablement, de ce qu'elle révèle quant aux propriétés du chocolat. Selon cette approche, le gourmet qui s'exclame, la bouche pleine, « Ch'est bon ! », exprime parfaitement son plaisir, puisque celui-ci consiste à faire l'expérience du caractère bon de ce qu'il mange.

L'idée est donc de considérer les plaisirs comme des réponses affectives positives typiquement dirigées vers les délivrances des sens – c'est ce qui rend compte de l'unité des plaisirs. On est ainsi en mesure d'expliquer également leur variété. Ce qui fait d'une activité une acti-

tivité bonne varie bien sûr en fonction du type d'activité en jeu, de même que le bon goût du chocolat diffère assez nettement du bon goût d'une bière, et les plaisirs que nous y prenons reflètent ces différences. Le plaisir de manger du chocolat est une réponse consistant à faire l'expérience de la valeur positive d'une certaine saveur détectée par l'activité conjointe de certains de nos sens – la richesse de cette saveur rend compte de ce qu'il y a de particulier dans ce plaisir, alors que le fait que ce plaisir soit constitué par une expérience du caractère positif de son objet est un trait partagé par tout plaisir. Si tel est le cas, cela suggère enfin qu'un plaisir peut être erroné dans la mesure où, tout comme il est possible d'avoir une impression de rougeur face à un objet blanc, il est possible d'avoir l'impression que quelque chose de médiocre est bon. C'est une conclusion sur laquelle s'entendront sans nul doute les vrais amateurs de chocolat. **F. T. ■**