

## **Bonne chère et christianisme : quand la table devient un art de vivre**

*Lors de l'université d'été des Amis de La Vie, l'historien Florent Quellier a exploré l'influence du christianisme sur l'art de la table. Dès le Moyen Âge, l'Église transforme le repas en un moment de partage.*

Comment la table est-elle devenue un lieu de convivialité et de raffinement ? De la maîtrise des appétits aux règles de bienséance, une histoire de civilité et de partage s'est construite, portée par les normes imposées par l'Église. « À partir des XIIe et XIIIe siècles, le repas cesse d'être un simple moment de satiété pour devenir un véritable rite de convivialité et de lien social. », explique Florent Quellier, professeur à l'université d'Angers et chercheur au CNRS.

Cette transformation repose sur l'idée de « bonne chère », une notion dépassant le fait de manger et qui inclut des codes de bienséance et de politesse. « L'Église catholique a joué un rôle crucial dans ce processus de contrôle des corps et des appétits », explique l'historien. La maîtrise de soi et le contrôle des désirs y sont essentiels, avec pour objectif d'élever les convives au-delà de leurs instincts primaires et de tempérer le péché de gourmandise. La table devient un lieu où les bonnes manières viennent dompter les premiers instincts.

### **Le rôle de l'Église dans la codification des manières de table**

Au Moyen Âge, l'Église catholique encadre strictement les pratiques alimentaires, imposant des règles non seulement sur ce que l'on peut manger, mais aussi sur les façons de préparer les mets. Ces prescriptions visent à civiliser les comportements et à transformer le repas en une expérience spirituelle et sociale. Les normes de bienséance, comme l'usage des couverts, la maîtrise des portions et le respect des autres convives, deviennent des outils de moralisation.

L'objectif ? Canaliser les désirs, contrôler les pulsions et faire de l'acte de manger un moment de partage et d'échange. « Ce processus culturel repose sur une maîtrise des corps et une attention aux gestes, dictant les bonnes manières de table comme moyen de "désanimaliser" les mangeurs à partir des XIIe-XIIIe siècles », ajoute l'historien. En transformant le repas en rituel social codifié, l'Église impose une vision où le plaisir gastronomique est encadré par tout un art de vivre.

### **Parler ou non du contenu de son assiette ?**

Jour de jeûne et abstinence, respect des convives, organisation des repas en fonction du calendrier liturgique... Malgré le succès des normes alimentaires et de bienséance imposées par l'Église au fil des siècles, certaines règles n'ont pas toujours réussi à s'imposer. Parmi elles, une règle de civilité chrétienne visait à interdire les discussions autour de la nourriture pendant le repas.

L'idée : rappeler que la table n'est pas seulement un lieu de satisfaction des sens mais aussi un moment d'échanges spirituels et intellectuels. Cependant, cette règle n'a pas perduré dans le temps... Aujourd'hui, en France tout du moins, les repas sont autant d'occasions de discuter des plats, de leurs saveurs et des ingrédients. Même au sein d'un cadre normé, la table reste un espace de liberté et de partage où les convives peuvent se retrouver autour des plaisirs

