

Le véganisme, une entrée en religion

Sandrine Mathen, psychologue,
spécialiste du phénomène sectaire

Le nombre de personnes choisissant un régime végane va grandissant ces dernières années. Que ce soit pour des raisons de santé ou d'éthique animale. La visibilité du véganisme et l'intérêt grandissant manifesté au travers des recherches Google ces cinq dernières années le démontrent. La dénonciation de pratiques faisant souffrir les animaux profite certainement du potentiel des réseaux sociaux prompts à relayer des récits chargés en émotions.

Végétarien, végétalien, végane, qu'es-aco ?

Toutes trois pratiques alimentaires, le végétarisme semble toutefois moins strict que du végétalisme et moins intégral que du véganisme. Petit tour de table.

- Le végétarien est une personne consommant uniquement des végétaux, des oeufs, du lait et du miel. Aucune viande, que ce soit celle des animaux terrestres ou marins (oiseaux, insectes, mollusques, bovins, etc.). Aucun sous-produit de l'abattage des animaux, comme la gélatine, la présure, le caviar.
- Le végétalien est une personne consommant uniquement des végétaux (plus des minéraux ou micro-organismes comme des levures ou des bactéries). Un végétalien ne consomme ni viande, ni sous-produits d'animaux terrestres ou marins, ni oeufs, ni lait, ni miel.
- Le végane est un terme imaginé par Donald Watson en 1944, à partir du mot anglais veg(etari)an, renvoyant à la conception suivante : « le véganisme est une philosophie et une façon de vivre qui cherche à exclure toutes les formes d'exploitation et de cruauté envers les animaux, que ce soit pour se nourrir, s'habiller, ou pour tout autre but; par extension, le véganisme soutient et encourage le développement et la mise en oeuvre d'alternatives sans utilisation d'animaux, pour le plus grand bien des êtres humains, des animaux et de l'environnement. » François Jaquet, végane et chercheur en philosophie, explique le fondement de son raisonnement : « Les moules et les huîtres [que je mange] sont des animaux mais qui n'ont pas de système nerveux. Ils ne ressentent rien. Du coup, du point de vue moral, leur statut

est exactement le même que celui des plantes, des végétaux. Les plantes, elles ne ressentent rien, on ne peut pas leur faire du bien ou du mal. Le résultat, c'est qu'on n'a pas d'obligation envers elles. »¹ Ce raisonnement n'est toutefois pas partagé par tous les végétariens.

- Et l'antispéciste dans tout ça ? Lui défend l'idée qu'il n'y a pas d'espèces au traitement différencié. Les animaux sont vus comme des êtres possédant une valeur propre. « L'antispécisme est une pensée critique de la notion d'espèce, considérée comme discriminante, et le véganisme est vu comme le mode de vie adéquat à ce refus de l'anthropocentrisme ». L'antispéciste n'est pas forcément végétarien.

Le véganisme, une nouvelle mode ?

Une nouvelle mode, oui et non.

Oui c'est une nouvelle mode parce que depuis 2-3 ans, l'engouement est perceptible même si marginal. L'apparition de commerces végétariens de plus en plus nombreux en atteste. Des restaurants aussi comme la chaîne Loving Hut qui compte 200 établissements à travers le monde. Ceux-ci proposent des plats d'où est exclu tout ingrédient d'origine animale. Cette chaîne appartient à un groupe créé par Suprem Master Ching Hai, un « bouddha vivant » controversé.²

Non ce n'est pas une nouvelle mode parce que dès le début du XIXe siècle, le Dr Lambe et le poète Shelley, personnalités publiques de l'époque, végétariens, rejetaient haut et fort les œufs et les produits laitiers sur des bases éthiques. Le véganisme était déjà en germe. C'est pourtant près de 140 ans plus tard que la Vegan Society voit le jour, se basant sur le principe d'émancipation des animaux quant à l'exploitation par les humains. Ce principe sera développé plus tard : « mettre fin à l'utilisation des animaux par l'homme pour l'alimentation, le travail, la chasse, la vivisection et par toute autre utilisation impliquant l'exploitation de la vie animale par l'homme. »

À table avec les autres ?

Faire le choix d'un régime alimentaire particulier peut avoir des répercussions sur les relations sociales qui se font aussi autour d'une table. Certains végétariens

¹ RTS, *Véganisme, vers une nouvelle religion?*, 24/09/2016, <https://www.rts.ch/religion/faut-pas-croire/8041211-veganisme-vers-une-nouvelle-religion-.html>.

² UNADFI, *Une secte derrière une chaîne de restaurants*, 14/09/2016, <http://www.unadfi.org/groupe-et-mouvance/une-secte-derriere-une-chaine-de-restaurants>.

connaissent ainsi des tensions avec leurs proches : « Je connais pas mal de gens qui sont véganes qui se retrouvent dans des situations d'agressivité avec la famille, etc. » confie un végane. D'autres prennent nettement distance : « Si vous avez le choix entre un repas qui va impliquer la mort de certains êtres sensibles³ et un repas où vous pouvez les épargner, pour moi, le choix moral juste, c'est de faire le choix d'épargner ces vies-là. » Pour un troisième, s'entendre dire « c'est ton choix, je le respecte mais respecte mon choix [de ne pas être végane] » n'est pas moralement acceptable, c'est comme si on disait « tu bats pas ta femme, c'est ton choix et c'est mon choix de battre la mienne ». Difficile de partager la même table dans ces conditions.⁴

Un monde 100% vegan ?

L'Agence nationale de Santé publique le rappelle : « Les personnes ne consommant aucun produit animal (ni viande, ni poisson, ni charcuterie, ni œuf, ni lait, fromage, yaourt ou produit laitier) risquent des carences graves en vitamine B12 conduisant à des anémies sévères. »

Pour François Jaquet, qui a toujours apprécié la viande, mais qui est aujourd'hui végane, l'idéal serait, dans une dizaine d'années de pouvoir en manger à nouveau. Mais attention, « une viande in vitro, produite à base de cellules souches animales. » Un ersatz en somme. Entre choix éthique et frustration, la vie d'un végane n'est pas toujours de tout repos.

Le véganisme, une religion ?

Plus qu'un régime, le véganisme est une philosophie, un mode de vie, une éthique appliquée au quotidien, une loi morale. Dès ses débuts, au XIXe siècle, le projet de réforme de l'humanité qu'il couve en son sein fut rapidement mis en avant. Le végétarisme, dont il est issu, le disait déjà : « La pratique du végétarisme semble aussi bien liée à une perception critique de la société et à un questionnement d'ordre philosophique ou spirituel, qu'à une crise générale des valeurs alimentaires. » D'autres évoquent la compassion envers les animaux, la paix, la non-violence.

Kai Funkschmidt, un théologien protestant allemand, identifie des traits du véganisme qu'il estime caractéristiques d'une religion. Jean-François Mayer,

³ Organismes vivants capables de faire la différence entre un bien-être et une douleur, entre plusieurs façons d'être traité, c'est-à-dire entre différentes conditions propices ou néfastes à leur survie. (MATTHIEU RICARD, *Plaidoyer pour les animaux*, 2014).

⁴ RTS, *Véganisme, vers une nouvelle religio ?*, 24.09.2016.

historien des religions, résume certains de ces traits comme suit : le salut universel est à la portée de celui qui pratique le véganisme car cela lui donnerait une meilleure santé, plus de bonheur, évoluant par ailleurs dans un monde pacifique et harmonieux. « Peace food ! » ; la conversion au véganisme serait pour certains un passage d'une vie dans l'erreur à une vie juste ; le véganisme prétend à une validité universelle en tant que modèle d'une vie pleinement éthique, celui qui fait du traitement des animaux un combat. Dans la lignée de ceux menés pour l'abolition de l'esclavage. Cela n'en fait pas une religion pour autant.

La question de reconnaître au véganisme un statut de croyance s'est posée en Ontario (Canada) lorsque la Commission Ontarienne des Droits de la Personne a revu le sens du mot *croyance*. Mais la Commission a précisé son point de vue en rappelant les critères permettant de considérer qu'une conviction est une croyance. Parmi ces critères, celui évoquant les questions ayant trait à l'existence ou non d'un créateur et/ou d'un ordre d'existence supérieur ou différent. À ce stade, il ne semble pas que le véganisme puisse y satisfaire et être reconnu comme croyance.

Ainsi, dire du véganisme qu'il est une religion ou une croyance au sens ontarien est probablement aller trop loin. Parler de *para-religion* est certainement plus juste, le concept renvoyant à « des préoccupations ultimes sur le monde et sur l'existence, mais sans inclure des croyances de type surnaturel ».

