

Université de Montréal

De l'alimentation à la nutrition :
Comment bien manger à Shanghai dans les années 1930 au
travers du magazine *Ling Long* (玲珑杂志)

par Xiao Xiao

Département d'histoire
Faculté des arts et des sciences

Mémoire présenté
en vue de l'obtention du grade de Maître ès arts (M.A.)
en histoire

Avril 2019

© Xiao Xiao, 2019

Ce mémoire intitulé

{De l'alimentation à la nutrition :}
{Comment bien manger à Shanghai dans les années 1930 au travers}
du magazine Ling Long 玲珑杂志}

Présenté par
{Xiao Xiao}

A été évalué par un jury composé des personnes suivantes

{David Ownby}
Président-rapporteur

{Laurence Monnais}
Directrice de recherche

{Catherine Larochelle}
Membre du jury

Résumé

À travers l'analyse du discours sur l'alimentation contenu dans le magazine *Ling Long* (玲珑杂志 1931-1937), ce mémoire se penche sur les transformations qu'ont subies les habitudes alimentaires des Chinois à Shanghai dans les années 1930 au contact de nouvelles connaissances dans le domaine de la nutrition et sous l'impulsion des élites chinoises en quête de solutions pour renforcer la nation. Nous y montrons comment le magazine *Ling Long* révèle ces transformations mais aussi comment il a participé à ce phénomène, non seulement en introduisant son lectorat aux principes et concepts à la base de la nutrition scientifique, mais surtout en proposant d'adapter ces nouvelles normes et pratiques alimentaires à la fois au contexte local chinois et aux préoccupations de ses lectrices.

Mots-clés :

Ling Long; presse; Chine; médecine; santé; nutrition; alimentation; Shanghai

Abstract

Based on an analysis of the discourse about food contained in the *Ling Long* magazine (玲珑杂志 1931-1937), this dissertation focuses specifically on the transformations of the Chinese food habits that occurred in Shanghai in the 1930s by contact with nutritional knowledge from the West and under the impetus of Chinese elites who were looking for solutions to strengthen the nation. We show how *Ling Long* magazine participated in this phenomenon, not only by introducing its readership to the principles and concepts underlying scientific nutrition, but especially by adapting these new food standards and practices to both the local Chinese context and the concerns of its female readers.

Keywords:

Ling Long; press; China; medicine; health; nutrition; food; Shanghai

Table des matières

Résumé	i
Abstract.....	ii
Table des matières	iii
Liste des figures.....	v
Remerciements	vi
Introduction	1
Historiographie	8
Sujet et problématique	13
Sources et méthodologie.....	14
Chapitre I. Le développement et la popularisation des connaissances nutritionnelles au début du XX ^e siècle dans les grandes villes chinoises	19
1.1 La relation entre l'alimentation et la médecine traditionnelle chinoise.....	20
1.2 La découverte des nouvelles connaissances nutritionnelles	23
1.3 La place de la nutrition dans le premier système de la santé moderne sous le Guomindang	26
1.4 La place de la nutrition dans les organisations médicales internationales établies en Chine.....	30
1.5 Les recherches sur la nutrition dans les grandes villes chinoises	33
1.6 La popularisation des connaissances nutritionnelles en Chine.....	38
Chapitre II L'alimentation comme remède: Le mariage entre la médecine chinoise et occidentale	41
2.1. La philosophie de la nutrition traditionnelle chinoise	41
2.2 L'adoption graduelle et partielle de la médecine occidentale	44
2.3 Le mariage des théories de la diététique occidentale et chinoise pour la promotion d'une meilleure alimentation	48
2.4. Le mariage des théories médicales occidentale et chinoise pour la promotion des produits pharmaceutiques	57
Chapitre III. Le <i>Ling Long</i> et (les limites de) la promotion du lait de vache	64

3.1 Le lait de vache comme produit fortifiant	65
3.2 Les racines de la consommation du lait de vache en Chine	68
3.3 La promotion du lait de vache par la publicité	71
3.4 La place du lait de vache dans les conseils alimentaires du <i>Ling Long</i>	74
3.5 Les alternatives et compléments proposés par le <i>Ling Long</i>	80
Chapitre IV La contribution du <i>Ling Long</i> à l’appropriation des nouvelles connaissances et de pratiques alimentaires	85
4.1. L’appropriation et la réinterprétation des nouvelles connaissances nutritionnelles par les nationalistes chinois.....	86
4.2. Le végétarisme et la promotion de la frugalité	89
4.3 Le <i>Ling Long</i> et la promotion d’aliments riches en vitamines	93
4.4. Le <i>Ling Long</i> et la diffusion de nouveaux standards de beauté	97
Conclusion	103
Bibliographie	106

Liste des figures

Figure 1.	Nombre d'articles sélectionnés.....	15
Figure 2.	<i>Baoshenwan</i> (fortifier les reins)	58
Figure 3.	<i>Funü yintong zhi jiuxing</i> (Sauveur de la douleur pour la femme).....	62
Figure 4.	« Index de vie des ouvriers de Shanghai » (Shanghai : Bureau social de la municipalité de Shanghai), 1932, p. 33-35.....	80

Remerciements

J'aimerais d'abord remercier ma directrice, Laurence Monnais, dont les encouragements, la confiance et les conseils m'ont amenée à me dépasser et à persévérer. Par son professionnalisme, sa rigueur et son sens de l'écoute, elle a su me nourrir tout au long de mon parcours de ma recherche. Je souhaite également remercier Lu Tonglin qui m'a fait entrer dans le domaine de l'histoire qui est tellement intéressant et surprenant.

Je dois également remercier vivement et sincèrement, mon amie Kim Girouard qui m'a accompagnée tout au long de cette aventure. Merci surtout d'avoir accepté de lire et de relire, de corriger et de commenter ce mémoire avec une patience infinie.

Je tiens à remercier mes amis, Julien Shadoc, Catherine Déry, qui m'ont aidée dans l'amélioration de mes compétences en français.

Merci aussi aux bibliothécaires de la BLSH de l'Université de Montréal et en particulier à Marie-Ève Ménard, qui avec sa patience et attention, a facilité mon travail de recherche.

Enfin, un merci tout spécial à ma famille, mes parents, ainsi qu'à mon amoureux, Wenfeng, pour leur présence, leur folie et leur amour inconditionnel.

Introduction

Comme Wang Dingjiu 王定久¹ l'indique dans la préface de son ouvrage *Shanghai Menjing* 上海门径 [Clé à Shanghai], un guide de quatre cents pages destiné à éclairer le lectorat sur le style de vie dans la ville au début du XX^e siècle² :

Avant la venue des Occidentaux, Shanghai faisait déjà partie des vingt plus grandes villes de la Chine; elle était un centre commerçant de grande importance, ayant également développé une industrie du coton. À la fin du XIX^e siècle, les notables et les marchands locaux commencent à s'y regrouper. D'une agglomération où l'autorité est localement élue et reconnue par le gouvernement impérial en 1905, Shanghai devient sous le gouvernement nationaliste en 1927 une municipalité à part entière.

Dans les années 1930, Shanghai est considérée comme une terre d'abondance, en raison notamment de son statut de métropole internationale. La proximité de la municipalité avec la nouvelle capitale politique nationale, déplacée de Beijing à Nanjing par les nationalistes du Guomindang (1927), place financière aux artères commerciales et à la scène culturelle et du divertissement très animée, fréquentées par les riches Chinois et étrangers, ont donné à Shanghai sa réputation d'eldorado, où les pauvres ruraux affluent avec l'espoir de faire fortune.

À la suite de la défaite de la dernière dynastie chinoise, celle des Qing, lors de la première guerre de l'Opium en 1842, la Grande-Bretagne et la France ont successivement établi des concessions à Shanghai³. Un grand nombre d'hommes d'affaires étrangers et chinois, ainsi que

¹ Dans ce mémoire, pour les noms chinois, on utilise le pinyin et les caractères chinois à la première occurrence, puis on n'utilise ensuite que le pinyin.

² Dingjiu Wang 王定久, *Shanghai menjing* 上海门径 [Clé à Shanghai], Shanghai 上海, Zhongyang Shuju 中央书局, 1934, p. 3.

³ Les concessions étrangères en Chine sont, aux XIX^e et XX^e siècles, des territoires chinois sous contrôle étranger. Le régime des concessions en Chine a été établi par une série des traités inégaux dont le traité de

des Chinois ayant étudié à l'étranger, s'y sont rapidement installés. Ouverte sur l'extérieur en raison de la présence étrangère et de son port commercial, Shanghai a connu à partir de là un grand nombre de transformations autant dans le domaine économique que sur le plan social et culturel. Alors que l'examen de la fonction publique impériale, qui avait absorbé les énergies des érudits, défini la pensée orthodoxe et stabilisé l'empire pendant des siècles, est aboli en 1905⁴, toute une génération imprégnée des classiques confucéens était maintenant libre de se plonger dans d'autres types d'études et de systèmes de pensée, y compris dans la science expérimentale. Le Mouvement pour la nouvelle culture⁵, qui débute en 1915, est ainsi à l'origine d'une campagne « iconoclaste » qui a pour objectif de remplacer la culture chinoise confucéenne traditionnelle prétendument moribonde par la « science occidentale moderne »⁶ et la démocratie⁷.

Nankin de 1842 et le traité de la rivière Bogue de 1843. À Shanghai, la première concession est la concession britannique dès 1846. Comprenant initialement 199 hectares, elle fusionne en 1863 avec la concession américaine établie en 1848 pour former la concession internationale de Shanghai. La concession française, créée en 1849, s'étendait initialement sur 66 hectares, pour atteindre en 1899, 226 hectares.

⁴ Dans la Chine impériale, l'examen impérial (chinois simplifié : *kējǔ*, 科举) était un examen permettant de pouvoir d'entrer dans la bureaucratie de l'État. Ce système a existé de façon continue pendant 1300 ans, depuis sa création en 605 jusqu'à son abolition en 1905.

⁵ Le mouvement du 4 Mai (五四运动 ; pinyin : wǔ sì yùn dòng) est le nom donné à un mouvement nationaliste chinois, principalement dirigé contre les prétentions de l'empire du Japon sur la Chine, qui débute le 4 mai 1919. Guidés par de jeunes intellectuels progressistes, les étudiants dénoncent également le poids des traditions, le pouvoir des mandarins et l'oppression des femmes. Ils se montrent favorables à la modernité et aux sciences nouvelles. Ils réclament que la Baihua 白话, langue chinoise moderne, remplace le chinois littéraire comme langue officielle et langue de l'enseignement. Dès 1915, un jeune intellectuel, Chen Duxiu 陈独秀, lance la revue *Nouvelle Jeunesse* qui contient diverses prises de position en rupture avec la tradition : critique du confucianisme, appel aux valeurs de la jeunesse, etc. Le mouvement du 4 Mai est associé de manière plus large, entre 1915 et 1921, au Mouvement de la Nouvelle culture.

⁶ A l'époque, il est fréquent de voir assimilés les termes de « moderne », « scientifique » et « occidental » dans les discours et les travaux des intellectuels chinois qui prônent une transformation des structures sociales, politiques et économiques chinoises (« traditionnelles »), notamment la dissolution du système dynastique, la rénovation du système éducatif, la réforme des coutumes relatives au mariage et au genre et l'élimination des croyances dites superstitieuses. Beaucoup de Chinois considéraient que la science, dont la médecine, était un

Beaucoup de réformateurs et d'intellectuels chinois associés à ce mouvement reprochaient à la culture traditionnelle chinoise d'avoir rendu le pays vulnérable face à l'impérialisme étranger et d'avoir causé la défaite du républicanisme, pratiquement mort dans l'œuf avec la prise du pouvoir central dès le lendemain de la révolution de 1912 par Yuan Shikai⁸, qui allait évincer le parti nationaliste et s'autoproclamer empereur trois ans plus tard⁹. Les élites chinoises de cette époque cherchaient donc activement des solutions pour sortir le pays de son marasme et l'élever au rang de nation ayant droit à l'autodétermination. Pour ce faire, elles souhaitaient, entre autres, améliorer la condition physique et la santé générale de la population -on se souviendra à cet égard du slogan du Guomindang « fortifier le peuple et renforcer la nation »- notamment par le biais de la science, de la médecine et, plus spécifiquement, par le biais des récentes avancées dans le champ de la nutrition humaine.

La découverte des vitamines au début du XX^e siècle a effectivement eu un impact considérable sur la médecine et son lien à l'alimentation, non seulement en Occident, mais un peu partout dans le monde, jusqu'en Chine, surtout dans les grandes villes comme Shanghai. Graduellement, les vitamines vont entrer dans la vie quotidienne des Shanghaiens, non seulement au travers de comprimés vendus dans les pharmacies « à l'occidentale », mais aussi des aliments qui en contiennent et qui sont mis de l'avant justement en raison de leur haute

facteur essentiel de la force occidentale et d'une transformation porteuse de leur pays (Tina Phillips Johnson, *Delivering Modernity: Childbirth in Republican China*, Lanham. Md, Lexington Book, 2011, xxiii).

⁷ Mark Steven Swislocki, « Feast and Famine in Republican Shanghai: Urban Food Culture, Nutrition and the State », thèse de doctorat en histoire, Stanford University, 2002, p. 8.

⁸ Yuán Shikǎi, ou uan She-k'ai (袁世凯 ou Weiting 慰亭 ; pseudonyme : Rong'an 容庵 ; pinyin : Yuán Shikǎi) né le 16 septembre 1859 et mort le 6 juin 1916, est un militaire et un officiel de la dynastie Qing. Le 12 décembre 1915, Yuan se proclame empereur de l'Empire chinois à vue (中华帝国大皇帝) prenant Hongxian (洪宪, c'est-à-dire : abondance constitutionnelle) comme nom de règne. Ce rétablissement de l'empire fut cependant de courte durée, objet de multiples oppositions, et prit fin dès le 22 mars 1916.

⁹ Yue Zhi Xiong 熊月之, Su Wen Luo 罗苏文 et Zuan You Song 宋钻友, *Shanghai tong shi / Di 9 Juan, Min guo she hui* 上海通史第九卷, 民国社会 [L'histoire de Shanghai, tome 9, la société de la République de Chine], Shanghai 上海, Shanghai Renminchubanshe 上海人民出版社, 1999, p. 15-17.

teneur en vitamines¹⁰. Les avancées dans le domaine de la nutrition permettent aux réformateurs de la Chine républicaine de re-conceptualiser et de promouvoir le lien entre la nourriture et la santé, alors que l'amélioration des conditions économiques au pays offre à une frange de la population chinoise la possibilité de modifier en conséquence ses habitudes alimentaires.

En effet, durant les années 1910 et 1920, l'économie chinoise est favorisée par une conjoncture exceptionnelle : on parle du « miracle économique » de la Première Guerre mondiale et de l'immédiate après-guerre. Les entrepreneurs chinois font une remarquable percée et se structurent en bourgeoisie d'affaires¹¹. Les métropoles côtières, en pleine expansion, offrent de multiples occasions de s'enrichir rapidement. Shanghai est alors le port le plus important de l'Est du pays, une passerelle géante sur le monde. Ses marchés sont assez prospères pour être comparés à ceux de Londres en Angleterre, de New York aux États-Unis, de Paris en France ou de Berlin en Allemagne¹². Quand le Guomindang prend le pouvoir en 1927 et établit sa capitale à Nanjing, Shanghai devient un centre autour duquel gravitent également le gouvernement et l'armée, un centre par lequel passent non seulement les riches marchands et investisseurs, mais aussi les hauts fonctionnaires et les hauts gradés militaires. Shanghai est alors la cinquième plus grande ville du monde et le plus grand port de Chine¹³. Le commerce est le moteur de sa croissance rapide, ce qui la distingue assurément du reste du pays.

Depuis la deuxième moitié du XIX^e siècle, le développement de la ville va en effet de pair avec ses activités d'import-export. Les plus prompts et mieux préparés à se saisir les nouvelles opportunités qu'offre l'ouverture du port au commerce étranger sont les *compradores*, à l'origine ces domestiques chinois des premiers commerçants étrangers de

¹⁰ Sherman Cochran, *Chinese Medicine Men: Consumer Culture in China and Southeast Asia*, Cambridge, Mass., Harvard University Press, 2006, p. 43.

¹¹ Marie-Claire Bergère, *Histoire de Shanghai*, Paris, Fayard, 2002, p. 14.

¹² Wang, *Shanghai menjing 上海门径 [Clé à Shanghai]*, p. 1.

¹³ *Ibid.*

Canton et de Macao qui allaient sur le marché troquer les marchandises de leur maître contre divers produits, servant d'intermédiaires entre les Chinois et les étrangers qui ignorent la langue, les mœurs et le système monétaire locaux¹⁴. Ce groupe d'individus prend son essor avec le commerce extérieur et les entreprises étrangères. On évalue leur nombre à 250 en 1854, 700 en 1870 et à environ 20 000 au début du XX^e siècle¹⁵. En outre, la présence d'une population urbaine toujours plus nombreuse, d'une communauté étrangère des plus diversifiée, d'une bourgeoisie de notables et de « nouveaux riches », crée graduellement un marché de consommateurs aux besoins multiples. On trouve par exemple dans le centre la presque totalité des magasins étrangers et des pharmacies modernes, destinés à satisfaire les besoins d'une riche clientèle cosmopolite ou d'une bourgeoisie chinoise prompte à adopter les habitudes de consommation occidentale¹⁶. La croissance des grandes métropoles côtières chinoises au début du 20^e siècle provient essentiellement d'un solde migratoire en forte hausse. Le développement du secteur économique moderne attire en effet nombre de ruraux. À Shanghai, tous secteurs confondus, il y aurait 1,3 millions d'habitants en 1910 et déjà le double en 1927¹⁷. Quant au nombre d'habitants nés hors de la ville, il oscille entre 72% et 83% durant cette même période. Avec ce flot démographique qui profite d'une conjoncture économique favorable, une nouvelle classe moyenne se développe graduellement à Shanghai¹⁸.

L'émergence d'une nouvelle culture et d'une nouvelle classe moyenne à Shanghai amène un renouvellement des habitudes au quotidien, dont de consommation. La consommation de masse n'est plus, comme auparavant, accessible qu'à une infime minorité de la population,

¹⁴ Marie-Claire Bergère et Janet Lloyd. *The Golden Age of the Chinese Bourgeoisie 1911-1937*, Cambridge, Cambridge University Press, 1989, p. 86.

¹⁵ Yen-p'ing Hao, *The Comprador in Nineteenth Century China*. Cambridge, Harvard University Press, 1970, p. 102.

¹⁶ Yuezhi Xiong 熊月之, Xueqiang Ma 马学强 et Kejia Yan 严可嘉, *Waiguoren zai shanghai 1842-1949* 外国人在上海 1842-1949 [Les étrangers à Shanghai 1842-1949], Shanghai 上海, Shanghai guji chubanshe 上海古籍出版社, 2003, p. 31.

¹⁷ Bergère, *Histoire de Shanghai*, p. 122.

¹⁸ Xiong et al., *Les étrangers à Shanghai*, p. 110.

même si la classe aisée, constituée d'environ 100 000 compradores, bureaucrates et hommes d'affaires chinois, continue de dominer la vie économique dans la ville. Selon l'étude de Xin Ping, la culture de Shanghai s'exprime par un pouvoir d'achat élargi, avec comme conséquences le développement de la vie nocturne et des divertissements. La ville compte en effet de nombreux cafés, bars, cabarets et restaurants (la majorité de style français ou russe), mais aussi des cinémas, qui rendent les soirées des Shanghaiens très « excitantes¹⁹ ».

La ville acquiert également le titre de capitale culturelle de la Chine grâce à la liberté d'expression qui y règne en matière artistique, mais aussi politique, ce qui se traduit par la création de nombreux journaux et maisons d'édition comme l'éditeur *Sanhe*, qui publie le Magazine *Ling Long* sur lequel nous allons nous pencher. Les lecteurs chinois ont plus de choix que jamais auparavant en matière de périodiques et de livres de toutes sortes. Avec la prolifération d'articles sur l'alimentation publiés notamment dans les livres de cuisine, les magazines de santé, les magazines destinés aux familles et les magazines féminins, les nouvelles connaissances nutritionnelles et leur dimension normative ont été transmises à un public de plus en plus large. Selon l'historien Shao-Yi Sun, la publicité pousse la population de Shanghai à se détacher de plus en plus des modèles traditionnels pour ainsi favoriser l'innovation dans toutes les sphères de la société²⁰.

Reste que, dans les années 1930, au-delà des apparences, c'est-à-dire malgré son architecture européenne, son goût pour la culture occidentale et son régime de concessions qui octroie de larges pouvoirs à plusieurs puissances étrangères, Shanghai n'est pas devenue une

¹⁹ Ping Xin 忻平, *Cong Shanghai faxian lishi : xiandaihua jinchneg zhong de shanghai ren ji qi shehui shenghuo, 1927-1937* 从上海发现历史：现代化进程中的上海人及其社会生活 1927-1937 [Découvrir l'histoire à partir de Shanghai: la vie sociale des Shanghaiens dans le processus de la modernisation]. Shanghai 上海, Renmin Chubanshe 上海人民出版社, 1996, p. 320.

²⁰ Shaoyi Sun, *Urban Landscape and Cultural Imagination: Literature, Film, and Visuality in Semi-colonial Shanghai 1927-1937*, thèse de doctorat en histoire, University of Southern California, 1999, p. 328.

ville occidentale. Les résidents étrangers restent en nombre restreint comparés à l'écrasante majorité de Chinois. Des Chinois qui constituent en soi une population cosmopolite formée de diverses cultures, un mélange qui s'explique par l'arrivée en masse de divers groupes de population, provoquée par les soulèvements politiques et les bouleversements sociaux qui ont accompagné l'industrialisation et la chute du régime dynastique depuis la fin du 19^e siècle. En même temps, l'intégration rapide des cultures chinoise et occidentale a fait de Shanghai une ville à la fois traditionnelle et internationale, qui présente un pluralisme culturel très caractéristique, mieux connu sous le nom de « Haipai »²¹.

Le mode de vie et les pratiques de consommation partagés par beaucoup de Shanghaiens sont effectivement très influencés par l'Occident, notamment en conséquence de l'intérêt grandissant que portent les Chinois pour la culture, la technologie et la science occidentales. La médecine scientifique s'y est en particulier diffusée par le biais d'agences nationales et internationales de santé publique²² tels le Peiking Union Medical College (PUMC 北京协和医学院) et l'Institut Henry Lester de Shanghai. Un certain nombre d'institutions et de publications ont également été établies pendant cette période afin de promouvoir et de moderniser la médecine et, par extension, la nutrition et l'alimentation chinoises²³. Le gouvernement du Guomindang allait ainsi vouloir utiliser la science, y compris la médecine moderne et la nutrition, pour améliorer la vie de son peuple et pour concurrencer les puissances occidentales sur son propre terrain. Mêmes si les Chinois restent attachés à leurs pratiques de santé « traditionnelles » et leurs habitudes alimentaires, il n'en reste pas moins

²¹ Haipai, 海派文化 renvoie à un mélange de cultures pour créer un style d'art, de nourriture, de vie et de pensée connu sous le nom « d'école de Shanghai ». Initialement Haipi est un terme dépréciatif utilisé par les traditionalistes guindés de Pékin. Shanghai l'a adopté comme une description de son esprit international, informé à la fois par la culture chinoise et celle en provenance de l'Occident.

²² Ka-Che Yip, *Health and Reconstruction in Nationalist China*, Ann Arbor, University of Michigan Press, 1995, p. 112.

²³ Swislocki, « Feast and Famine », p. 56.

qu'à cette époque, leurs choix alimentaires sont aussi influencés par les autorités biomédicales en la matière.

Historiographie

Plusieurs historiens chinois et occidentaux se sont penchés sur l'histoire de la modernisation de Shanghai et sur la nature, et les limites éventuelles, de son « exceptionnalité » au sein de l'histoire du pays, en particulier pour les années 1930, exceptionnalité qui aurait été notamment liée à une présence occidentale relativement ancienne, importante et économiquement dynamique et diversifiée. C'est le cas par exemple de Marie Claire Bergère dans son ouvrage de synthèse sur l'évolution et la modernisation de Shanghai²⁴. Laurent Metzger a plus spécifiquement sélectionné quelques endroits et aspects typiques de la ville, qui permettent de mieux comprendre sa prospérité économique au début du XX^e siècle²⁵. À travers l'analyse des livres, journaux, et magazines de l'époque, Lee Leo Ou-Fan présente quant à lui la façon dont la géographie, l'architecture et la culture se transforment entre 1930 et 1945²⁶. Betty Peh-Ti Wei se focalise de son côté sur la modernisation globale de Shanghai en montrant comment la ville est devenue un véritable centre financier, industriel, commercial et culturel en Chine²⁷. En se basant sur les mémoires de Shanghaïens datant des années 1930, Christian Henriot introduit pour sa part deux facettes de la modernisation de la ville en opposant son cosmopolitisme et sa prospérité à sa violence et sa pauvreté. Dans son ouvrage *Shanghai 1927-1937, Élités locales et modernisation dans la*

²⁴ Bergère, *Histoire de Shanghai*.

²⁵ Laurent Metzger, *Les lauriers de Shanghai : des concessions internationales à la métropole moderne*, Genève, Éditions Olizane, 1999.

²⁶ Leo Ou-fan Lee, *Shanghai Modern: The Flowering of a New Urban Culture in China, 1930-1945*, Cambridge, Mass., Harvard University Press, 2001.

²⁷ Betty Peh-T'i Wei, *Old Shanghai*, Hong Kong, Oxford University Press, 1993.

Chine nationaliste, il met en lumière les particularités de l'évolution sociale à Shanghai en analysant les politiques appliquées spécifiquement par le Guomindang²⁸.

De son côté, Sherman Cochran explore la formation de la culture commerciale et de la société de consommation shanghaienne et montre comment elles sont aussi influencées par les étrangers. Dans son livre *Chinese Medicine Men: Consumer Culture in China and South East Asia*, il analyse les changements dans les habitudes de consommation des Chinois par le biais de l'activité des commerçants chinois de médicaments. Ses travaux établissent clairement un lien entre le commerce, la consommation et la santé²⁹. Pour autant aucun de ses auteurs ne touche directement à la modernisation de Shanghai du point de vue de la science, de la médecine ou de la nutrition.

Comme le montrent plusieurs historiens de la médecine, au début du XX^e siècle, dans les territoires colonisés, à tout le moins sous l'influence des puissances occidentales, comme c'est le cas à Shanghai, le paysage médico-sanitaire se transforme considérablement et il est de plus en plus investi par la « science moderne ». C'est ce que montre Ralph Croizier, qui retrace, le développement de la médecine occidentale³⁰ en Chine et montre ses effets sur les théories et la pratique de la médecine chinoise, déchirée entre son désir de conserver son identité culturelle et celui de se parer du sceau de crédibilité que lui offre la science³¹. Comme le démontre l'ouvrage de Laurence Monnais au sujet de l'Asie du Sud-Est, les savoirs et les pratiques de

²⁸ Christian Henriot, *Shanghai 1927-1937: élites locales et modernisation dans la Chine nationaliste*, Paris, Ed. de l'École des hautes études en sciences, 1991

²⁹ Sherman Cochran, *Chinese Medicine Men*.

³⁰ Bien que je considère les termes « médecine occidentale », « médecine moderne », « médecine scientifique » et « biomédecine » comme interchangeable, je privilégie le premier des trois, puisqu'il s'agit de la traduction littérale du terme utilisé par les Chinois, xiyi, et qu'il permet de saisir immédiatement que, dans le contexte de la Chine, il s'agit d'un système médical étranger –ce même si dans la réalité des faits il peut avoir été « adapté » à ses conditions locales d'exercice.

³¹ Croizier, Ralph C., *Traditional Medicine in Modern China: Science, Nationalism, and the Tensions of Cultural Change*. Cambridge, Mass.: Harvard University Press, 1995.

santé, mais également les acteurs de santé, se sont refaçonnées au cours des deux derniers siècles au contact de la science européenne³². Dans ces régions, comme en Chine et ailleurs dans le monde colonisé ou sous influence, le paysage médico-sanitaire est marqué par la rencontre de normes médicales distinctes, qui évoluent au gré des nouvelles connaissances scientifiques, et les traditions de santé locales, les intérêts coloniaux et/ou impérialistes, les différentes pratiques de gouvernance, les interventions internationales et par un large éventail d'agents et d'intermédiaires de la santé. La thèse d'Anne Frédérique Glaise, qui analyse l'évolution sanitaire et médicale dans la concession française de Shanghai entre 1850 et 1950³³, est un exemple parlant de ce phénomène à l'échelle locale, celle de la ville au cœur de notre analyse.

Pour bien comprendre les transformations qu'a connues la Chine dans le domaine médico-sanitaire au contact de la médecine occidentale, il est également important de comprendre les traditions chinoises en matière de savoirs et de pratiques de santé. À ce sujet, les travaux de Charlotte Furth³⁴ et de Wu Yi-li³⁵ sont parmi les plus éclairants. Ils permettent notamment de brosser un portrait de l'évolution de la médecine chinoise, et plus spécifiquement du champ de la médecine pour femmes, durant la période impériale. Grâce aux articles et ouvrages de ces historiennes, il est possible de voir quelles étaient les théories médicales et les soins préconisés pour les affections touchant particulièrement les femmes et les jeunes enfants à la fin de la dynastie Qing, au moment même où la médecine occidentale est introduite en Chine.

³² Laurence Monnais, *Médecine et colonisation : l'aventure indochinoise, 1860-1939*, Paris, CNRS Éditions, 1999, 480 p. et Laurence Monnais et Harold J. Cook. *Global Movements, Local Concerns: Medicine and Health in Southeast Asia*, Singapore, NUS Press, 2012, 290 p.

³³ Anne Frédérique Glaise, « L'évolution sanitaire et médicale de la concession française de Shanghai entre 1850 et 1950 », thèse de doctorat en histoire, Université Lumière (Lyon II, France), 2005.

³⁴ Charlotte Furth, « Concepts of Pregnancy, Childbirth, and Infancy in Ch'ing Dynasty China », *Journal of Asian Studies*, Vol 46, N° 1, 1987.

³⁵ Yili Wu, « The Bamboo Grove Monastery and Popular Gynaecology in Qing China », *Late Imperial China*, Vol 21, N°1, 2000.

Pour mieux comprendre l'émergence du lien qui unit plus spécifiquement le trio science-médecine-nutrition à la modernisation chinoise au début du XX^e siècle, il faut toutefois se tourner vers les travaux de Seung Joon Lee, qui a montré comment la « nutrition scientifique » est devenue une partie importante du projet politique de construction nationale porté à la fois par les réformateurs républicains et les nationalistes chinois³⁶. En se penchant sur le développement de la recherche biomédicale dans la première moitié du XX^e siècle en Chine, et en la conceptualisant comme un ensemble de connaissances applicables à toute la société chinoise, la thèse de Fu Jiachen a, elle aussi, démontré toute la pertinence de cette recherche, en particulier dans le domaine de la science nutritionnelle de l'enfant, dans le cadre de la politique de modernisation de la nation chinoise³⁷.

Certains historiens se sont en parallèle penchés sur les transformations qu'a connues l'alimentation en Chine au début du XX^e siècle. C'est le cas par exemple de Mark Steven Swislocki, qui retrace l'histoire sociale et culturelle de la nourriture à Shanghai durant la période républicaine et compare notamment les régimes alimentaires et les cultures gastronomiques des habitants riches et pauvres de la ville³⁸. De son côté, K. C. Chang a analysé l'évolution des habitudes alimentaires des Chinois sur la longue durée en examinant toutes les périodes de l'histoire chinoise³⁹. Il a ainsi expliqué quels étaient les principaux aliments consommés et leurs effets sur la santé, les méthodes de préparation et de conservation des aliments selon les époques, mais également les ustensiles utilisés, ainsi que les comportements adoptés à table, par exemple les façons de présenter, de servir et de manger la nourriture. En analysant très spécifiquement l'évolution de la répartition spatiale des restaurants occidentaux à Shanghai et l'évolution de la nourriture occidentale sinisée dans la

³⁶ Seung-Joon Lee, « The Patriot's Scientific Diet: Nutrition Science and Dietary Reform Campaigns in China, 1910s–1950s », *Modern Asian Studies*, premier novembre 2015, Vol 49, N°6, p. 1809-1810.

³⁷ Fu Jia-Chen, *Society's Laboratories: Biomedical Nutrition and the Modern Chinese Body, 1910-1950*, thèse de doctorat en histoire, Yale University, 2009.

³⁸ Swislocki, « Feast and Famine ».

³⁹ K, c, ed Chang, *Food in Chinese Culture*, New Haven & London, Yale University Press, 1979.

ville, Tang Yanxian 唐艳香 a, quant à elle, montré comment la nourriture occidentale s'est adaptée aux préférences des Shanghaiens et a été popularisée sous une nouvelle forme « sinisée »⁴⁰. Au travers d'une analyse de la transformation de l'identité de mère chez les chinoises éduquées, Lo Shuk Yi 卢淑樱 a montré l'évolution des pratiques d'allaitement, qui sont notamment passées de l'allaitement maternel à l'allaitement au biberon de lait de vache, dans les zones urbaines de la Chine du début du XX^e siècle⁴¹. En somme, même si plusieurs auteurs traitent de la santé, de la nutrition et de l'alimentation en Chine dans les années 1930, la plupart de ces travaux abordent généralement ces sujets séparément; aucune recherche n'examine véritablement les mutations qu'a connues la Chine à cette époque sous l'angle de la relation entre la santé, la nutrition, l'alimentation et les transformations culturelles.

En parallèle, plusieurs recherches, publiées et non-publiées, utilisent le *Ling Long* (玲珑杂志 1931-1937) comme source première. Deux thèses, *Urban Women Life in 1930s from Ling Long Magazine* et *Ling Long Magazine and its Expression of Feminism* en particulier analysent notamment la vie des femmes urbaines dans les années 1930 à travers une grille de lecture féministe⁴². Le mémoire *High Heels and Gouge: Grafting the New Woman Through Consumption in Ling Long* explore quant à lui le lien entre la culture de consommation occidentale individualiste et la recherche de la modernité chinoise, qui s'exprime notamment par l'égalité des sexes⁴³. Enfin, dans un article intitulé « Nationalist and Feminist Discourse on Jianmei During the National Crisis », Gao Yunxiang utilise le *Ling Long* pour montrer

⁴⁰ Yanxiang Tang, 唐艳香. « 饭店与上海城市生活 [Les restaurants et la vie urbaine de Shanghai] », thèse de doctorat en histoire, Shanghai Fudan University (RPC), 2008.

⁴¹ Shuk Yi Lo, 卢淑樱, « Mother's Milk and Cow's Milk: Infant Feeding and the Reconstruction of Motherhood in Modern China, 1900-1937 母乳与牛乳：近代中国婴儿喂养与母亲角色重塑 », thèse de doctorat en histoire, Chinese University of Hong Kong, 2009.

⁴² Nan He, 何楠, « Urban Women Life in 1930s from Linglong Magazine 〈玲珑〉杂志中的 30 年代都市女性生活 », thèse de doctorat en histoire, Ji Lin University (RPC), 2010.

⁴³ Deidryn O. Duncan. « High Heels and Rouge: Grafting the New Woman through Consumption in Linglong Women's Pictorial Magazine, 1931-1936 », mémoire de maîtrise en études est-asiatiques, Ohio State University (États-Unis), 2013.

comment le féminisme et le nationalisme s'entremêlent subtilement dans le processus d'appropriation de la culture occidentale de l'entraînement physique⁴⁴. C'est maintenant à notre tour d'exploiter la richesse de ce magazine pour analyser les transformations entre l'alimentation et la nutrition qu'a connues la Chine urbaine des années 1930.

Sujet et problématique

C'est dans l'idée de combler en partie cette lacune que ce mémoire se penche sur la question de la nutrition⁴⁵ dans le contexte précis de la ville de Shanghai dans les années 1930. À travers l'analyse du magazine féminin *Ling Long*, nous allons tenter de voir dans quelle mesure ce magazine a abordé l'alimentation dans ses pages et a pu faire le pont entre les habitudes alimentaires locales, la nutrition et la santé. En portant une attention spéciale à la rencontre entre les nouvelles connaissances occidentales en matière de nutrition et les pratiques de santé et d'alimentation millénaires chinoises, nous allons montrer comment cette rencontre se traduit dans les conseils alimentaires proposés par le *Ling Long* pour l'adulte, la femme enceinte et l'enfant. Nous souhaitons ainsi comprendre, d'une part, comment les cultures chinoise et occidentale s'influencent et s'empruntent mutuellement des caractéristiques et comment on adapte les principes « occidentaux » (du moins étiquetés comme tels) aux habitudes chinoises, qui elles-mêmes évoluent, au début du XX^e siècle.

⁴⁴ Yunxiang Gao, *Sporting Gender: Women Athletes and Celebrity-Making during China's National Crisis, 1931-1945*, Vancouver, UBC Press, 2013.

⁴⁵ Les définitions de nutrition, diététique et alimentation dans ce mémoire sont les suivantes : la *nutrition scientifique* se définit comme étant la science qui analyse les rapports entre la nourriture et la santé (étude de la composition des aliments, par de leurs propriétés, et de leur utilisation par l'organisme); la *diététique chinoise* s'est construite sur les principes la médecine chinoise, elle va permettre de réajuster l'équilibrer énergétique et de prévenir ou guérir les maladies de l'être humain ; la *diététique scientifique* se base sur la nutrition, les nutriments, directement assimilables : protéines, lipides, glucides, vitamines, minéraux, oligo-éléments etc. Elle a également pour objectif de permettre aux êtres humains de conserver ou retrouver leur poids, préserver ou améliorer leur santé. Quant à l'alimentation, elle est le domaine de tout ce qui se rapport à la nourriture permettant à un organisme vivant de fonctionner, de survivre.

D'autre part, nous voulons également savoir comment le *Ling Long*, en s'adaptant à la fois au contexte chinois et à son public féminin, a contribué à faire accepter aux Chinois de nouvelles connaissances et pratiques alimentaires.

Pour ce faire, nous commencerons par brosser le portrait du développement et de la popularisation des connaissances nutritionnelles dans les grandes villes chinoises au début du XX^e siècle. Dans un deuxième chapitre, en nous penchant sur les emprunts mutuels entre les cultures médicales chinoises et occidentales, nous analyserons comment les conseils et prescriptions du *Ling Long* en matière de prévention et de traitement des maladies par l'alimentation témoignent d'un pluralisme thérapeutique en construction. Nous verrons ensuite, dans le troisième chapitre, que même si le *Ling Long* fait la promotion de la consommation du lait de vache pour la femme enceinte et le jeune enfant, le magazine ne présente pas cet aliment comme une panacée, comme un substitut idéal, voir comme le seul substitut au lait maternel. Dans le dernier chapitre, nous établirons que, en se basant sur les plus récentes connaissances en matière de nutrition, le *Ling Long* fait la promotion d'une alimentation riche en fruits et légumes, qui est cohérente non seulement avec l'appel à la frugalité lancé par le Guomindang, mais également avec les tendances de beauté mises de l'avant dans le magazine et les préoccupations des lectrices à ce sujet. Nous soutiendrons ainsi l'hypothèse que le magazine *Ling Long* a participé à transmettre les plus récentes connaissances nutritionnelles, non seulement en introduisant son lectorat aux principes et concepts à la base de la nutrition scientifique, mais surtout en proposant d'adapter ces nouvelles normes et pratiques alimentaires à la fois au contexte local chinois et aux préoccupations de ses lectrices.

Sources et méthodologie

Pour mener à bien notre recherche, nous avons analysé le magazine féminin *Ling Long*, qui nous a servi de source principale. Plus précisément, nous avons traduit du chinois et étudié qualitativement et quantitativement les 240 numéros du magazine et fait ressortir tout le contenu portant sur la nutrition, l'alimentation et la prévention de maladies. Ces articles ont

été répartis en 6 thèmes principaux. Parmi eux, nous avons sélectionné tous les conseils et prescriptions alimentaires pour la prévention et la guérison des maladies; les conseils en matière de grossesse et de soins à prodiguer aux enfants. Le tableau ci-dessous donne un aperçu de la répartition des articles dans le magazine :

	Thème	Nb d'articles
1	Les préventions et traitements des maladies avec les aliments	86
2	L'efficacité des aliments	22
3	Comment bien nourrir les nouveau-nés et les enfants	43
4	Le régime alimentaire de la grossesse	21
5	Comment peut- on être en bonne santé, et avoir la ligne	11
6	Les publicités pour des produits des médicaments et ingrédients	47

Figure 1. Nombre d'articles sélectionnés

Nous avons sélectionné les articles les plus représentatifs des thèmes à l'étude, afin d'en analyser le contenu et tisser des liens entre le contexte politique et socioculturel de l'époque, la santé, la nutrition et l'alimentation. Nous avons également sélectionné les sources les plus pertinentes en fonction de leurs thèmes pour l'élaboration de chacun des chapitres. Ainsi, les articles rapportés aux lignes 2 et 6 du tableau précédent ont été utilisés pour l'analyse effectuée du deuxième chapitre; les articles classés aux lignes 3 et 4 ont été employés pour l'élaboration du troisième chapitre; et les articles apparaissant aux lignes 1 et 5 ont été utilisés pour l'écriture du quatrième chapitre. Bien que le *Ling Long* soit la source principale de notre travail, chaque chapitre s'appuie également sur un éventail d'autres sources primaires et secondaires, qui servent de point d'appui, d'outil de contextualisation ou de mise en perspective pour notre argumentation.

Le nom du magazine, *Ling Long* 玲珑 (littéralement, « ciselé »), aussi appelé *Lin Loon Pictural Magazine* en anglais, provient de l'expression chinoise « *xiaoqiao linglong* », utilisée pour décrire les objets ou les gens de petite taille, mais élégants. Il a été fondé le 18 mars 1931 à Shanghai; il changera de nom en 1936 pour *Ling Long magazine féminin*, afin de préciser davantage ses orientations et le public auquel il souhaitait s'adresser⁴⁶. La bataille de Shanghai de 1932, l'un des préludes à l'invasion japonaise de 1937, allait l'obliger à arrêter sa parution hebdomadaire durant quelques mois avant que la publication ne soit complètement interrompue au déclenchement de la Guerre sino-japonaise en juillet 1937⁴⁷. En 1939, la revue fusionne brièvement avec le *Magazine de la famille* pour devenir le *Ling Long magazine familial*, avant de tirer définitivement sa révérence en juillet 1940. Ce mémoire utilise uniquement les 240 numéros hebdomadaires publiés entre 1931 et 1937 qui sont conservés en version numérique à la bibliothèque de l'Université Columbia de New York.

Le magazine est publié par la maison d'édition *Sanhe* 三河 de Shanghai, qui dirige également à l'époque des entreprises de divertissement, telles que des maisons de ping-pong, ainsi que des entreprises pharmaceutiques qui se concentrent dans le secteur des médicaments traitant des « maladies féminines »⁴⁸. Lorsque le premier numéro du *Ling Long* paraît au printemps 1931, il coûte environ sept centièmes d'once d'argent étranger ou vingt et une pièces de cuivre, soit environ le cinquième du budget que pouvait consacrer en moyenne une hôtesse de club dansant de Shanghai à ses activités sociales⁴⁹. Le magazine a un rayonnement

⁴⁶ Nan He 何楠, *Linglongzazhi zhongde 30niandai dushinüxing shenghuo* 玲珑 »杂志中的 30 年代都市女性生活 [La vie des femmes urbaines dans les années 1930 au travers du magazine *Ling Long*], thèse de doctorat en histoire, Jilin University, 2010, p. 47.

⁴⁷ *Ibid.*

⁴⁸ « Funü tengtong jiuxing 妇女疼痛救星 [Le sauveur douloureux des femmes] », *Ling Long*, 5 juin 1935, N° 186, p. 1274, 1295.

⁴⁹ Les dépenses sociales mensuelles estimées, y compris les films, d'une hôtesse de danse moyenne à Shanghai s'élevaient à vingt yuans chinois. Un yuan équivaut à cent pièces de cuivre. Les livres des années 1920 et 1930 étaient relativement peu coûteux, afin de promouvoir une nouvelle culture et une nouvelle éducation pour ceux

en dehors de Shanghai, un rayonnement qui dépasse même les frontières des grandes villes côtières chinoises, puisqu'il est également distribué jusque dans les provinces de l'intérieur, comme au Sichuan et au Yunnan, et même à l'étranger, à Sumatra (Indes néerlandaises, Indonésie actuelle)⁵⁰. Ainsi, les jeunes femmes instruites d'un peu partout en Chine, étudiantes, professionnelles ou mariées, ont accès au *Ling Long*, qui devient par le fait même un espace multi-vocal pour les femmes du pays.

Le magazine fait de 30 à 80 pages par numéro et est organisé en rubriques; le contenu du magazine fait rarement directement référence à la politique ou aux affaires de l'État. Il s'intéresse surtout la vie des femmes de la classe moyenne et supérieure. Ses sujets de prédilection sont l'amour, la sexualité, le mariage, la mode, le maquillage, l'éducation physique et le divertissement, mais il aborde également la décoration d'intérieur, la psychologie populaire, les choix de carrière et, bien entendu, la santé au sens large. Les trois premiers numéros du *Ling Long* comprennent trois rubriques : celle qui aborde « le divertissement », celle qui traite de questions liées à « la femme » et celle qui présente des « photographies ». À partir du quatrième numéro, une rubrique intitulée « sens commun », qui présente des expériences et connaissances pratiques ayant pour but d'améliorer la vie des lectrices et de les éloigner de traditions jugées superstitieuses, est ajoutée. C'est à partir du sixième numéro que le *Ling Long* consacre une rubrique spécifique à l'enfant, dont l'objectif est de « transmettre les connaissances pour éduquer et élever l'enfant⁵¹ ». Les auteurs de cette rubrique sont des femmes éduquées, qui ne sont pas nécessairement des professionnelles en matière de puériculture ou d'éducation des enfants, mais qui combinent leurs propres expériences avec les nouvelles idées en la matière pour prodiguer des conseils aux futures et

qui n'ont pas les moyens d'aller à l'école. (*Changshi san rikan* 常识三日刊 [revue de sens commun], 1928, N° 20, p. 60.

⁵⁰ « Benshe qishi 本社启示 [L'annonce de l'éditeur] », *Ling Long*, 29 avril 1936, N° 234, p. 1224-1225; 24 juin 1936, N° 232, p. 1056-1057.

⁵¹ « Ertong wei jianglai zhongguo zhi zhuren, benkan zhuan men zhidao yuer zhishi 儿童为将来中国之主人, 本刊专门指导育儿知识 [La rubrique pour l'enfant- l'enfant est le maître de l'avenir de la Chine] », *Ling Long*, tous les rubriques sur l'enfant.

nouvelles mères. Enfin, le magazine comporte également une rubrique intitulée « 幕味 Mu Wei », traduction phonétique du mot anglais « movies », qui présente souvent les films et les photos des acteurs et actrices en vue du cinéma hollywoodien. Durant les sept années de publication à l'étude, le *Ling Long* a pour rédacteur et éditeur en chef Lin Zecang 林泽苍, qui est épaulé par la rédactrice Chen Zhenling 陈珍玲 et le rédacteur des arts Lin Zemin 林泽民.

D'autres rédacteurs et rédactrices seront également de passage au magazine durant cette période. Il y a également beaucoup de roulement en ce qui a trait aux auteurs des articles. Il est d'ailleurs difficile de distinguer les journalistes ou chroniqueuses professionnelles des amateurs, puisque le magazine publie fréquemment des articles écrits et envoyés par ses propres lectrices. Entre 1931 et 1932, pendant cette période, les auteures sont principalement des femmes éduquées et jeunes (le plus souvent dans la vingtaine), issues des classes moyennes et aisées, travaillant dans les domaines de l'édition et de l'enseignement. Mais, en 1933, à partir du trentième numéro, les noms des auteurs sont remplacés par des abréviations ou des surnoms, ce qui rend difficile leur identification. Par chance, certaines d'entre elles étaient connues à l'époque sous ce genre de pseudonymes. Dans la rubrique « sens commun », là où l'on trouve beaucoup d'informations relatives à l'alimentation, la majorité des noms des auteurs ne sont toutefois pas mentionnés et beaucoup d'articles sont en fait repris d'autres magazines d'un peu partout à travers le monde. Mais avant de nous lancer dans l'analyse de ces sources premières, commençons par brosser le portrait du développement de la nutrition et de la popularisation de ses connaissances dans la Chine urbaine du début du XX^e siècle.

Chapitre I. Le développement et la popularisation des connaissances nutritionnelles au début du XX^e siècle dans les grandes villes chinoises

Au début du XX^e siècle, avec l'arrivée des nouvelles connaissances nutritionnelles en Chine, la nutrition a commencé à influencer considérablement la diététique chinoise⁵². Compte tenu de l'état de santé des Chinois, jugé préoccupant par la communauté scientifique et médicale du pays, la plupart des intellectuels, d'autant plus préoccupés par la menace d'une guerre avec le Japon, ont multiplié les efforts pour améliorer le régime alimentaire de la population, notamment à travers l'introduction des nouveaux repères nutritionnels. Grâce au système de santé naissant établi par le gouvernement du Guomindang, de nouvelles connaissances en la matière se sont propagées assez largement dans les grandes villes chinoises dans les années 1930. Afin de comprendre de façon approfondie le processus d'adaptation et de popularisation de ces connaissances nutritionnelles dans les villes durant la période nationaliste, il convient dans un premier temps de tracer le lien qui unit de façon générale la médecine et l'alimentation. Ensuite, il s'agira de se pencher sur la contribution des Occidentaux et du gouvernement nationaliste chinois au développement de la nutrition moderne en Chine. Enfin, ce premier chapitre examine l'apport essentiel des scientifiques et intellectuels chinois à ce développement et aborde le rôle qu'ont pu jouer les divers médias locaux pour relayer les nouvelles connaissances auprès de la population.

⁵² Seung-Joon Lee, « The Patriot's Scientific Diet », p. 1809-1810.

1.1 La relation entre l'alimentation et la médecine traditionnelle chinoise

Tout au long de l'histoire chinoise, et c'est encore le cas aujourd'hui comme l'évoque le proverbe « Au peuple, la nourriture est le paradis » (*minyinshiweitian* 民以食为天) qui provient d'une œuvre historique compilée au II^e siècle (*Han shu* 汉书. 酈食其传, chapitre 43), la nourriture est généralement associée à un plaisir épicurien. Toutefois, ce n'est pas exactement la signification originale de ce proverbe connu. Le « paradis », ou le « ciel » dont il est question ici, n'est pas considéré au départ comme une sorte de paradis idéal, mais plutôt comme une force suprême. En d'autres termes, pour la majorité des gens vivant en Chine encore au début de l'époque impériale, rien n'était plus important que d'avoir suffisamment de nourriture et une nourriture de qualité⁵³. Au regard des principes à la base de la médecine chinoise, il n'existe pas de frontière claire entre la nourriture et le médicament. C'est d'ailleurs ce qu'exprime un autre adage bien connu, « la nourriture comme médicament », ou la nourriture est l'homologue du médicament (*yaoshitongyuan* 药食同源). À la lumière le *Huangdi neijing*⁵⁴ 黄帝内经 (*Canon intérieur du Seigneur jaune*) : « les cinq grains, les cinq animaux domestiqués, les cinq fruits et les cinq légumes », lorsqu'ils sont utilisés pour satisfaire la faim sont appelés aliments (*shi* 食), mais quand ils sont utilisés pour guérir la maladie, ils sont appelés médicaments (*yao* 药). À titre d'exemple, les dattes chinoises, le gingembre, le poivre, l'anis, les prunes fumées et la cannelle, parmi les ingrédients culinaires les plus communs, sont aussi reconnus pour leurs qualités stimulantes et réchauffantes pour le

⁵³ Thomas O. Höllmann, *The Land of the Five Flavors: A Cultural History of Chinese Cuisine*, New York, Columbia University Press, 2014, préface I.

⁵⁴ *Huangdineijing su wen* 黄帝内经 [Le Canon intérieur du Seigneur jaune] est considéré comme étant le plus ancien ouvrage de médecine chinoise traditionnelle. Il se divise en deux parties : le *Su Wen* et le *Ling Shu*. La médecine chinoise s'y réfère encore aujourd'hui, en particulier à ses sections santé et nutrition. On considère que l'ouvrage aurait pu être compilé durant la période couvrant les Royaumes combattants (avant J.C500-après J.C220) et la dynastie Han (avant J.C206 – après 220). Tous les aspects de la médecine y sont abordés ainsi que les traitements possibles, et plus particulièrement le traitement par acupuncture.

corps, des qualités nécessaires pour chasser le froid et être en bonne santé. Les aliments sont classés selon cinq saveurs (aigre, amère, douce, piquante et salée, ainsi que quarte, xing) et natures (tiède, chaude, froide, glacée). Cette classification découle de certains concepts abstraits à la base de la médecine chinoise, comme le yin-yang 阴阳, la théorie des principes complémentaires femelle et mâle. La médecine traditionnelle chinoise utilise ces théories pour expliquer les rapports réciproques entre les constituants à l'intérieur du corps ainsi qu'entre le monde environnant et le corps humain. C'est par l'action réciproque, et l'équilibre entre les deux forces antagonistes yin et yang, que sont créés et mus toutes les choses et tous les êtres, d'où une première catégorisation de l'univers dans le corps humain. Ainsi, la médecine chinoise explique qu'en cas d'excès de « chaleur » dans le corps, la fièvre par exemple, il est nécessaire de lui apporter de la « fraîcheur » par la nourriture, afin de rétablir l'harmonie entre le yin et yang, donc de recouvrer la santé.

Si le corps est déséquilibré et trop sous l'influence du yin, on peut ressentir des frissons et on risque de développer divers maux ou maladies. Par conséquent, la consommation d'aliments *chauds* (re 热) est un moyen de retrouver son équilibre. De l'autre côté, un déséquilibre en faveur du *yang* conduit à de la fièvre et au risque d'autres maladies. Les aliments froids (liang 凉) sont dans ce cas le meilleur des remèdes⁵⁵. Les Chinois sont constamment attentifs à l'état de leur yin et de leur yang, sensibles aux symptômes en faveur de l'un ou de l'autre et toujours prêts à agir pour maintenir un équilibre entre les deux principes. Par exemple, une mère qui considère ses enfants en état de surchauffe à leur retour de l'école peut leur fournir des boissons rafraîchissantes et leur préparer un repas bouilli et refroidi ou réfrigéré. Les femmes sont considérées comme étant naturellement inclinées vers le principe froid et, par conséquent, jugées particulièrement à risque lorsque leur féminité s'exprime de façon plus prononcée, par exemple pendant les menstruations, au début de la grossesse et durant la période d'allaitement. Ainsi, on leur conseille de consommer de la nourriture chaude, et de restreindre l'apport en fruits et légumes, puisque la plupart d'entre eux sont considérés comme étant froids. On croit également qu'avec l'âge, le corps devient plus froid et ainsi beaucoup de personnes âgées

⁵⁵ Simons Frederick J, *Food in China: A Cultural and Historical Inquiry*, Boca Raton, CRC Press, 1991, p. 22-23.

pensent qu'elles ne peuvent consommer qu'une faible quantité d'aliments froids⁵⁶. En expliquant les causes et les mécanismes des maladies comme étant le résultat d'un déséquilibre à l'intérieur du corps provoqué soit par une agression externe soit par une déficience interne, la médecine chinoise et son art de vivre permettent de prévenir les maladies⁵⁷. Autrement dit, afin d'éviter d'être malade, les Chinois ont pris l'habitude, depuis plus de deux mille ans, d'équilibrer leur yin et leur yang par le biais de leur alimentation.

L'utilisation de la théorie du yin et du yang dans la médecine et dans la diététique (shiliao 食疗) chinoises remonte en effet au moins jusqu'au III^e siècle av. J.-C., comme en témoigne le *Wushier bingfang* 五十二病方 [Cinquante-deux prescriptions médicales] découvert dans le tombeau Han N° 3 du site de Mawangdui 马王堆 et qui précise une variété de mélanges et de recettes pour traiter divers maux⁵⁸. L'ouvrage de Sun Simiao 孙思邈 (541-682), intitulé *Qian Jin Yao Fang* 千金要方 [Prescriptions essentielles de mille pièces d'or] et datant du début de la dynastie des Tang, comporte quant à lui un chapitre entier (le vingt-sixième) consacré à la diététique et à la santé. Pour sa part, l'ouvrage de Hu si hui 忽思慧 publié sous la dynastie des Yuan au XIV^e siècle, *Yin Shan Zheng Yao* 饮膳正要 (Principes de l'alimentation correcte), établit certains interdits dans la diététique de la femme enceinte, décortique les propriétés de différents aliments et conseille des méthodes de préparation optimale pour la nourriture. Durant la dynastie des Yuan un médecin nommé Wanghaiyin 王怀隐 (925-997), a lui aussi rédigé un ouvrage important pour la diététique chinoise, le *Tai Ping Sheng Huifang* 太平圣惠方 [Prescriptions taiping shenghui] qui recense 28 types de méthodes thérapeutiques à base de différents aliments.

À la suite de ce bref tour d'horizon, il n'est pas difficile de constater que dès la Chine

⁵⁶ *Ibid.*, p. 24.

⁵⁷ Métaillé Georges, « Cuisine et santé dans la tradition chinoise », *La nourriture*, mars 1979, Vol 31, N°1, p. 119-129.

⁵⁸ Fu, *Society's Laboratories*, p. 24.

ancienne, il existe une relation directe entre la santé et le régime alimentaire, que les anciens Chinois ont développé un ensemble de théories médicales touchant à la diététique, afin de prévenir et de guérir les maladies. Du point de vue de la médecine traditionnelle chinoise, la maladie est vue comme un déséquilibre dans le corps et manger des aliments appropriés est une façon d'aider l'organisme à maintenir ou rétablir cet équilibre.

1.2 La découverte des nouvelles connaissances nutritionnelles

Nous avons donc vu que, pour les Chinois, depuis l'Antiquité, la nourriture a gagné en importance pour ce qui est de la prévention et la guérison des maladies. Ainsi, les Chinois se sont mis à porter une attention particulière sur ce qui doit être considéré comme « une bonne alimentation », « une saine alimentation » en la jugeant du point de vue de l'efficacité et de ses effets sur la prévention et la guérison des maladies.

Mais, loin des paramètres utilisés par les Chinois anciens pour catégoriser les aliments, les nutritionnistes occidentaux considèrent depuis le XIX^e siècle la nourriture en termes scientifiques mesurables et classifient les aliments en fonctions du nombre de calories, de carbohydrates, de protéines, ou de vitamines qu'ils contiennent. Selon les conclusions de ces mêmes scientifiques, chaque nutriment a des fonctions physiologiques spécifiques. Avant la découverte des vitamines, le chimiste Justus von Liebig (1803-1873), affirme par exemple que les protéines, les glucides et les graisses -la « trinité diététique » fournit tous les nutriments dont le corps humain a besoin⁵⁹. C'est néanmoins Jean-Baptiste Dumas (1800-1884), chimiste français et homme politique qui, en fabriquant une sorte de lait artificiel par émulsion de graisses dans une solution sucrée d'albumine et dont les résultats ont été catastrophiques, montre que « le trinité diététique » de Justus von Liebig, bien que suffisante sur le plan

⁵⁹ Jean-Louis Dumas, « Liebig et son empreinte sur l'agronomie moderne », *Revue d'histoire des sciences et de leurs applications*. 1965, vol 18, N° 1. p. 73-108.

énergétique, n'est en fait pas assez complète pour maintenir le corps en bonne santé⁶⁰, parce qu'il manque encore les vitamines dans l'alimentation qui joue un rôle très important pour garder une bonne santé humaine.

À la fin du XIX^e et au début du XX^e siècle, on connaît une intensification de la recherche dans le domaine de la nutrition un peu partout dans le monde, notamment en ce qui a trait aux maladies dues aux carences en vitamines, avec la participation des secteurs public et privé⁶¹. En 1763, James Lind, médecin de la marine britannique, spécialiste d'hygiène navale, décrivait dans son traité sur le scorbut, l'effet curatif des fruits frais. Il parvint, non sans mal, à convaincre l'amirauté qu'il fallait embarquer des citrons à bord des vaisseaux de sa Majesté afin d'empêcher l'apparition du scorbut⁶². Christiaan Eijkman (1858-1930) remarque pour sa part les symptômes du béribéri chez des poulets dont l'alimentation avait été temporairement modifiée. Il arriverait à en faire remonter la cause au riz qui pendant un certain temps avait été décortiqué : nourris au riz blanc, les poulets avaient développé le béribéri, une maladie neurologique qui s'était avérée réversible après la consommation de riz entier⁶³. En 1850, l'huile de foie de morue était reconnue comme le remède souverain contre le rachitisme⁶⁴.

Même si de nombreuses personnes savaient que des aliments pouvaient offrir certains avantages, ce n'est qu'au début des années 1900 que les scientifiques ont commencé à comprendre quels ingrédients contenus dans les aliments pouvaient aider à prévenir certaines maladies. C'était en 1912, Kazimierz Funk, chimiste polonais, déterminait la nature de ce

⁶⁰ Jean Guillaume, *Ils ont domestiqué plantes et animaux : prélude à la civilisation*, Versailles, Éditions Quae, 2010, p. 20.

⁶¹ Edwaud Mellanby, « Nutritional Science in Medicine », *British Medical Journal*, 10 novembre 1944, vol. 2 p. 202.

⁶² Bernard Gainot, « La santé navale et l'Atlantique comme champs d'expérimentation : les hôpitaux flottants », *Dix-huitième Siècle*, vol. 33, N° 1, 2010, p. 165-182.

⁶³ Randoïn, Lucie. *Les vitamines*, Paris, Armand Colin, 1932, p. 22.

⁶⁴ Michelle S. Gosselin, « Les vitamines: étude de toutes les vitamines nécessaires à l'homme, propriétés de chacune d'elles, effet de leur carence dans l'alimentation, sources dans les aliments-tableau, besoin de l'organisme humain en vitamines. ». Québec: *Le Canada Français*, 1942, p. 548.

principe vital, auquel il donna le nom de « vitamine ». L'ère de la nutrition centrée sur les carences était née. La saga des vitamines et des oligo-éléments débutait. La plupart des autres vitamines sont aussi découvertes au cours de cette période. C'est le cas de la vitamine A. Si elle est identifiée en 1913, il faudra attendre les années 1930 pour être en mesure de déterminer sa structure chimique et bien comprendre son rôle bénéfique. En 1916, un biochimiste américain, Elmer McCollum donnait à la vitamine de Funk, le nom de « B hydrosoluble », B, comme bérubéri. « La vitamine B fut donc scindée en deux : la vitamine B1 (celle mise en évidence par Casimir Funk et qui participe à la transformation du glucose en énergie) et la vitamine B2 (antioxydante) ». Par la suite, d'autres vitamines B ont été découvertes, jusqu'à la B12 aux vertus antianémiques. Puis ce fut le tour de la vitamine C en 1928. Leur synthèse artificielle suit rapidement leur découverte et aujourd'hui, 13 vitamines différentes sont connues. Dès lors, d'autres facteurs vitaminiques allaient être successivement découverts dans les aliments.

La découverte des vitamines est certainement un événement marquant dans l'histoire de la médecine, de la nutrition, mais aussi de la modernisation en Chine. En 1921, à la suite de la découverte des vitamines, Hartlee Embrey et Tsan Ch'ing Wang, partenaires de recherche au Laboratoire de chimie alimentaire du prestigieux PUMC proclament : « aujourd'hui, comme jamais auparavant, l'homme de science réalise avec succès la relation intime entre la nourriture et la maladie ⁶⁵ ». Selon H.G Earle, directeur de l'institut Henry Lester de 1932 à 1940, « it is remarkable how many clinical signs and symptoms among Chinese patients can now be explained in term of vitamin and mineral deficiency⁶⁶ ». Ces avancées seront en effet d'une importance significative pour les nombreux intellectuels et réformateurs chinois, qui, à la fin du XIX^e et au début du XX^e siècle sont préoccupés par la modernisation du pays et le renforcement de la nation. Les problèmes internes, l'immixtion des puissances occidentales et la menace d'une invasion japonaise incitent ces élites à chercher activement des solutions pour améliorer la condition physique de la population. Elles emprunteront ainsi les nouvelles

⁶⁵ Yusheng Lin, *The Crisis of Chinese Consciousness: Radical Anti-traditionalism in the May Fourth Era*, Madison, University of Wisconsin press, 1979, p. 30.

⁶⁶ « The Henry Lester Institute of Medical Research », *Nature* 3757(1941), p. 405.

connaissances nutritionnelles afin d'inciter les Chinois à modifier leur régime alimentaire de façon à retrouver leur vigueur individuelle et collective. Aux yeux des lites chinoises il ne fait ainsi aucun doute que l'amélioration de la santé du peuple est étroitement liée à la reconstruction nationale⁶⁷.

1.3 La place de la nutrition dans le premier système de la santé moderne sous le Guomindang

Sous l'influence du Japon de Meiji, dès 1894, dans sa traduction de l'ouvrage de Thomas Henry Huxley *Évolution et éthique* (Tianyanlun 天演论), Yan Fu 严复, propose de « tonifier l'enfant, afin de renforcer la nation ». Pour y arriver, il préconise de mettre l'accent sur la relation entre l'alimentation et la santé⁶⁸. Deux ans plus tard, en 1898, la « réforme des Cent Jours » (wu xubianfa 戊戌变法) est lancée par le jeune empereur Guangxu 光绪皇帝 et ses conseillers réformistes menés par Kang Youwei 康有为 et Liang Qichao 梁启超. Ce programme de réformes veut apprendre la science, la technique moderne occidentale, dans l'espoir de la modernisation du pays et le renforcement de la nation. Bien que la réforme se soit soldée par un échec cent jours plus tard, elle a joué un rôle très important dans la promotion du progrès social, de l'idéologie et de la culture et la science. Elle a également accéléré l'effritement de l'empire à la suite de la révolution chinoise de 1911 organisée par Sun Yat-Sen au lendemain de la chute de la dynastie Qing et de l'établissement d'un premier gouvernement républicain. Ses années d'étude à Hawaii l'ayant incontestablement poussé à

⁶⁷ Hanguo Zhu 朱汉国, *Lishishang zhongda de gaige huimou* 历史上重大的改革回眸 [Une revue des réformes majeures de l'histoire], Hunan 湖南, yuelu shusheyuan 岳麓书院, 2004, p. 20 et Youwei Kang 康有为: *Zibiannianpu* 自编年谱- wuxubianfa 戊戌变法 [L'annuaire rédigé par Kangyouwei – réforme de cent jours], S. 1., vol 4, p.153.

⁶⁸ Benjamin Schwartz, *In Search of Wealth and Power: Yen Fu and the West*, Cambridge, Harvard University Press, 1964, p. 86. Frank Dikötter, *The Discourse of Race in Modern China*, Hong kong, Hong Kong University Press, 1992, chapitres 3 et 4.

développer un fort intérêt pour le système socioéconomique américain en vue de renforcer la nation, Sun Yat-Sen insiste sur l'importance de la santé de la population pour l'avenir du pays et plaide en faveur de l'étude de la médecine et de la culture occidentale.⁶⁹ Dès lors, son parti nationaliste allait continuer de formuler des politiques visant à améliorer la santé des individus et de la nation et promouvoir, à la suite de son accession au pouvoir central en 1927, un système de santé moderne basée sur le modèle biomédical⁷⁰.

Sous le gouvernement du Guomindang, et jusqu'à l'invasion japonaise en 1937, les infrastructures de santé et la recherche médicale connaissent des développements accélérés. Comme l'a soutenu Ka-Che Yip, les dirigeants chinois ont considéré le secteur de la santé comme la clé de voute de la reconstruction nationale et, par conséquent, ils ont tenté de construire un premier système de santé cohérent, conforme à une compréhension scientifique des soins de santé moderne et soutenu par une recherche de haut niveau et une infrastructure médicale d'État⁷¹. Au fur et à mesure de la consolidation du pouvoir des nationalistes, le gouvernement s'est mis à contribuer de plus en plus à la construction des services sanitaires. Sous la direction d'un ministère de la Santé, de nombreuses organisations ont été fondées, incluant des bureaux de la santé à l'échelle provinciale et municipale.

Inauguré le 30 octobre 1928 à Shanghai, le ministère de la Santé a pour but de contribuer à la production d'une population « saine de corps et d'esprit ». Par conséquent, il déploie diverses stratégies afin de mieux contrôler et prévenir les maladies. Une clinique itinérante de santé est par exemple mise en place à Shanghai dès le mois de novembre 1928 afin de se rendre quotidiennement dans diverses écoles primaires et secondaires municipales pour traiter et vérifier l'état général des élèves. La même année, le ministère de la Santé s'engage à prendre les mesures nécessaires pour améliorer les services de maternité au pays en créant un plan de

⁶⁹ Qichao Liang 梁启超, *Liang Qichao quanji* 梁启超全集 [La collection de Liangqichao], Beijing 北京, Beijing chubanshe 北京出版社, 1999, Vol 1, p. 30-33.

⁷⁰ Liang, p. 9.

⁷¹ Ana Elisa Lucas, *Chinese Medical Modernization: Comparative Policy Continuities 1930s-1980s*, New York, Praeger, 1982, p. 24.

formation des sages-femmes. Le mot d'ordre est alors de mettre l'accent sur la prévention par le biais des soins pré et postnatals à l'échelle du pays⁷². Le gouvernement central crée l'année suivante le Conseil national des sages-femmes pour mieux superviser les programmes de formation et faire appliquer les lois devant règlementer la pratique des sages-femmes. Ces mesures, adaptées des expériences occidentales en la matière, devaient permettre d'engendrer des générations de Chinois plus vigoureux et ainsi de renforcer la nation⁷³.

À partir de 1929, les ministères de la Santé et de l'Éducation établissent également des politiques de réorganisation de l'éducation médicale au pays⁷⁴. Les tâches sont réparties de telle sorte que le ministère de l'Éducation s'occupe de l'élaboration des politiques de formations, tandis que le ministère de la Santé s'occupe du développement des institutions médicales. Les écoles de médecine, d'infirmières et de sages-femmes, qu'elles soient publiques ou privées, chinoises ou missionnaires, laïques ou confessionnelles, doivent désormais se conformer à des normes plus strictes et uniformes, afin d'assurer la formation de personnels médical et de santé de meilleure qualité partout au pays⁷⁵.

À partir des années 1930, le Guomindang déploie également des efforts pour faire face aux problèmes de santé liés aux carences nutritionnelles, notamment aux maladies induites par une carence en vitamine, comme le bérubéri. En 1930, Le bureau des Affaires sociales est par exemple chargé de lancer un appel à la population de Shanghai dans le but de faire diminuer la consommation de riz très poli⁷⁶. Pour ce faire, en 1932, le bureau d'Hygiène du ministère de l'Intérieur publie notamment la brochure « bérubéri », qui indique clairement que les diètes à

⁷² *Ibid.*, p.120.

⁷³ Kim Girouard, « *Médicaliser au féminin : quand la médecine occidentale rencontre la maternité en Chine du Sud, 1879-1938* », thèse de doctorat en histoire en cotutelle, Université de Montréal/ Ecole normale supérieure de Lyon, 2017, p.123.

⁷⁴ Yip, *Health and National Reconstruction in Nationalist China*, p.136-140.

⁷⁵ *Ibid.*, p. 158-161.

⁷⁶ Swislocki, « *Feast and Famine* », p. 64.

base de riz « devrait être remplacé par des régimes mélangés avec des haricots et de l'orge, des œufs et des légumes et accompagner le riz brun⁷⁷ ».

Plus largement, le Guomindang établit durant cette période un Comité de la nutrition au sein du Conseil national de santé publique. Ce conseil est composé de quelques chercheurs éminents, autant chinois qu'étrangers dont Wu Xian 吴宪 (1893–1959), professeur de biochimie au PUMC, Hou Xiang Chuan 侯祥川, chercheur associé en sciences physiologiques, Henry Lester de l'Institute of Medical Research, W.h. Adolp, professeur de chimie à l'Université Yenching, W.Y. Swen, professeur d'agriculture à l'Université de Nanjin et Mme Siu-feng Huang, ancienne diététiste à l'hôpital du PUMC. La vocation de cet organisme est de promouvoir la modernisation des régimes alimentaires chinois. Par conséquent, il a la responsabilité d'établir les recommandations diététiques pour les diverses catégories de la population chinoise et de faire paraître des menus diététiques, rédigés en chinois et en anglais, dans un langage très simple et détaillé, afin d'en faire profiter le plus grand nombre⁷⁸.

Quand la guerre sino-japonaise éclate à l'été 1937, la majorité de ces programmes a déjà donné des résultats jugés satisfaisants⁷⁹, notamment grâce à l'apport des chercheurs chinois œuvrant dans le domaine de la nutrition. Bien que la médiation des scientifiques et des intellectuels chinois reste indispensable au développement et à la transmission des nouvelles connaissances nutritionnelles en Chine, nous allons voir que ce processus est aussi le fruit de la contribution et du soutien d'organisations médicales internationales.

⁷⁷ Bu, N. and Shu, W. *Jiaoqibing(beriberi)*, Nanjing, Neizhengbu Weisheng shu, 1932, p.12-14.

⁷⁸ Jiachen Fu, « Council on Public Health », *Chinese Medical Journal*, May 1937, N° 51, p. 764.

⁷⁹ Yip, *Health and National Reconstruction in Nationalist China*, p. 212.

1.4 La place de la nutrition dans les organisations médicales internationales établies en Chine

Bien que l'impact des découvertes en matière de nutrition se fait sentir en Chine dans les premières décennies du XX^e siècle, les bases médicales et scientifiques sur lesquelles elles reposent ont fait leur apparition sur le territoire chinois plusieurs décennies plus tôt. En effet, l'introduction de la médecine occidentale en Chine s'est amorcée à la fin de la dynastie Ming au XIX^e siècle, alors qu'une deuxième vague de missionnaires, faite essentiellement de médecins protestants, réussissait à gagner la confiance des Chinois grâce à l'offre de traitements gratuits. Avec l'entrée des Occidentaux après la défaite de la deuxième guerre d'opium en 1860, comme l'a soutenu Kim Girouard, « les Occidentaux souhaitaient progressivement propager leur influence en Chine à l'aide de moyen qualifiés de pacifiques, notamment en séduisant les Chinois par la médecine, les sciences et la technologie, justement quelques-unes des clés nécessaires à la modernisation du pays ⁸⁰ ». Leurs activités se manifestèrent principalement dans les domaines de la santé publique – construction de système d'égouts, approvisionnement en eau potable- et la mise en place de structures de santé, en particulier via la fondation d'hôpitaux et d'instituts de recherche médicale. Parmi eux on retrouve les hôpitaux et instituts investis et dirigés par la Fondation Rockefeller (FR) et l'Institut Henry Lester.

Au début du XX^e siècle, la FR s'est servie des gigantesques profits pétroliers de John D. Rockefeller pour se garantir un rôle de premier plan dans le domaine de la santé internationale. À partir de 1913, la famille Rockefeller concentra ses efforts philanthropiques dans les sphères de la santé, de la médecine et de l'éducation. Durant les quatre prochaines décennies la FR allait dominer la santé internationale. Elle a aussi fondé 25 écoles de santé publique dans le monde et fourni des bourses d'études à 2 500 professionnels de la santé publique afin de leur

⁸⁰ Kim Girouard, « Médicaliser la maternité en Chine du Sud: l'exemple des postes médicaux consulaires français, 1898-1938 », mémoire de maîtrise en histoire, Université de Montréal, 2011, p.18.

permettre de poursuivre des études supérieures, principalement aux États-Unis⁸¹, y compris des plusieurs médecins chinois travaillaient dans le PUMC et se consacrer dans la recherche de la nutrition comme Wu Xian. En tant que principal contributeur financier et maître d'œuvre de la modernisation du champ de la santé publique en Chine, la Fondation, une organisation philanthropique laïque, est un autre acteur important du développement des connaissances nutritionnelles modernes en Chine.

À la suite de la commission d'enquête menée par la FR en 1914 sur l'état d'avancement de la médecine scientifique en Chine, un certain nombre d'hôpitaux, d'instituts de recherche et d'enseignement biomédical se modernisent ou apparaissent à Beijing, Shanghai et Guangzhou et deviennent des chefs de file en la matière au pays. Les activités de la FR, qui comprennent le financement de divers projets de recherche à la jonction de la médecine et de la nutrition, ont sans contredit influencé le développement de la santé publique en Chine et, à travers ce développement, la transmission des nouvelles connaissances nutritionnelles⁸². La Fondation a consacré des fonds et du personnel à la prévention et à la guérison des maladies en Chine, un objectif qui devait passer par l'amélioration de l'hygiène et de l'alimentation de la population chinoise.

À l'instar de la FR, l'Institut Henry Lester de Shanghai allait sans contredit devenir l'une des principales courroies de transmission en Chine pour les plus récentes découvertes dans le domaine de la nutrition. Établi au sein du premier hôpital occidental de Shanghai, le Lester Hospital, anciennement le London Mission Hospital (renji yiguan 仁济医馆) fondé en 1846 par le médecin missionnaire anglais William Lockhart⁸³, cette institution philanthropique à caractère confessionnel a fait une place importante à la recherche nutritionnelle. Composé de

⁸¹ Marcos Cueto, *Missionaries of Science: The Rockefeller Foundation and Latin America*, Bloomington, IN., Indiana University Press, 1994, p. 90.

⁸² Yip, *Health and National Reconstruction in Nationalist China*, p. 25.

⁸³ Fu, « Council on Public Health », p. 124.

trois divisions (recherche clinique, science physiologique et science pathologique⁸⁴), il est considéré comme l'un des plus importants acteurs de la recherche nutritionnelle pendant les années 1930 et 1940⁸⁵. Même entre 1937 et 1941, lorsque l'institut doit limiter ses activités en raison de la guerre, les études sur la nutrition représentent la majeure partie de ses programmes de recherche.

Au cours des années 1920 et 1930, un autre type d'organisation internationale, l'Organisation de l'hygiène de la Société des Nations (intégrée à l'Organisation mondiale de la santé, l'OMS en 1948), a également commencé à jouer un rôle critique dans la promotion et le développement de nouvelles normes nutritionnelles en Chine. Elle a notamment élaboré des mesures précises pour continuer d'améliorer l'hygiène et la santé de la population chinoise, des mesures basées notamment sur une augmentation de la qualité du régime alimentaire⁸⁶. À la suite de conférences qu'elle organise à Londres en juin 1931 et 1934, l'Organisation de l'hygiène de la SDN recommande pour la population chinoise une augmentation de la consommation de protéines, surtout de soya, et, en se basant sur les seuils minimaux de consommation d'unités vitaminiques (A, B1, C et D) adoptés lors des conférences, met l'accent sur un plus grand apport en vitamines⁸⁷.

Sans contredit, ces organisations internationales ont joué un rôle déterminant dans le développement et la transmission des connaissances nutritionnelles modernes dans les grandes villes chinoises lors de la période nationaliste. En même temps, c'est avec le retour au pays de nutritionnistes et de diététiciens chinois ayant obtenu leurs diplômes à l'étranger que le champ se développe plus avant. Travaillant dans les universités et les instituts professionnels du genre du PUMC et de l'Institut Henry Lester, cette nouvelle génération de techniciens, de chercheurs

⁸⁴ L'institut Henry Lester of Medical Research, *Annual Report 1937-1938*, Shanghai, 1939 et Fu., *society's Laboratories*, p. 160.

⁸⁵ Fu, *Society's Laboratories*, p. 185-186.

⁸⁶ Paul Weindling, « International Health Organizations and Movements, 1918–1939 », *Cambridge Studies in the History of Medicine*, Cambridge, Cambridge University Press, 1995, p. 134-153.

⁸⁷ « International Vitamin Standards », *Nature*, 30 mars 1935, N° 3, p. 516-517.

et de médecins chinois est désormais bien positionnée pour contribuer activement à l'échange international et à la production de connaissances en nutrition.

1.5 Les recherches sur la nutrition dans les grandes villes chinoises

Selon le nutritionniste Zhengji 郑集 (1900–2010), l'histoire des études nutritionnelles en Chine a commencé avec une « période de germination » qui a duré de 1913 à 1924, couvrant donc la plupart des premières années chaotiques de la République de Chine⁸⁸. Néanmoins, il n'existe à l'époque pas de mot en chinois classique qui corresponde directement au terme « nutrition ». Le terme choisi pour traduire « nutrition », *yingyang* (营养), provient en fait du lexique moderne japonais élaboré au XIX^e siècle. Ces deux caractères *ying* (营) et *yang* (养), auparavant utilisés indépendamment et possédant chacun des significations multiples, impliquent à l'origine un ensemble de méthodes pour raffiner le Qi corporel, y compris l'étirement et le déplacement du corps de la manière prescrite, le contrôle de la respiration, la méditation et la modification du régime alimentaire. Le terme est adopté en Chine au fil du processus de traduction d'ouvrages et de documents en langues occidentales et japonaise entre la fin du XIX^e et le début du XX^e siècle. La publication de l'ouvrage *Jiazheng xue* 家政学 (Connaissances de ménage), traduit du japonais par Wu Rulun 吴汝纶, un important éducateur chinois, a jeté les bases pour le développement de la recherche en nutrition menée en langue chinoise. Pour la première fois, ce livre établit les principes fondamentaux de ce domaine

⁸⁸ Xian Wu and Ji Zheng 吴宪, 郑集, *Xiandai guonei shengli xueren zhi gong xian yu xiandai zhongguo yingyang xue shiliao* 现代国内生理学人之贡献与现代中国营养学史料 [La contribution des physiologistes chinois modernes et des documents historiques sur la nutrition dans la Chine moderne], Shanghai 上海, Zhongguo kexue tushu yiqi gongsi 中国科学图书一期公司, 1954, p. 58-61.

scientifique en chinois et permet d'inaugurer et d'aider à définir les paramètres d'un discours biomédical qui allait relier les régimes alimentaires à la santé nationale⁸⁹.

Fondant en grande partie leurs arguments sur les récentes découvertes entourant les vitamines et minéraux, de nombreux scientifiques, nutritionnistes et intellectuels chinois soutiennent que si les corps chinois sont plus petits, et donc plus faibles que les corps occidentaux, c'est que la médecine chinoise n'a pas réussi à fournir des principes nutritionnels susceptibles de se traduire par une alimentation saine. Ce faisant, leurs recherches ont ajouté la dimension nutritionnelle à l'idée selon laquelle la Chine était « l'homme malade de l'Asie⁹⁰ ». Le porte-parole le plus éminent de cette idée d'une « carence nutritionnelle nationale » est Wu Xian, professeur et doyen du département de biochimie au PUMC, diplômé en biochimie de la Harvard Medical School en 1919. Wu adopte cette posture à son retour en Chine, où il conduit des expériences dans les laboratoires du PUMC pendant plusieurs années. Il y teste les effets des régimes végétariens et omnivores sur les taux de croissance et la vitalité des rats. Il constate que le rat végétarien est plus petit que le rat omnivore et en tire la conclusion suivante : puisque les Chinois sont majoritairement végétariens, c'est la raison pour laquelle ils sont globalement plus faibles que les Occidentaux⁹¹.

De son côté, Lin Guohao (Kuo-hao Lin), professeur du département de la faculté de médecine de l'Université nationale centrale de Shanghai, pousse cette idée un peu plus loin à travers ses propres expériences sur l'alimentation des rats. Il compare non seulement les

⁸⁹ Joan Judge, « Talent, Virtue, and the Nation: Chinese Nationalisms and Female Subjectivities in the Early Twentieth Century », *American Historical Review*, Vol 106, N° 3, June 2001, p. 765-803.

⁹⁰ Voir xuerong Feng 冯学荣, « Dongya bingfu de lailong qumai 东亚病夫的来源 [L'origine de l'homme malade de l'Asie] », *Huaxiawenzhai*, 华夏文摘 [Le magazine Huaxia], 29 octobre 2013, « L'homme malade de l'Asie » écrit par un journaliste anglais pour la première fois dans le journal *North China Daily News* diffusé à Shanghai le 17 octobre 1896, son texte origine « Sick People of the World » : There are Four Sick People of the World – Turkey, Persia, China, Morocco.....China.....Sick Man of the East.....”

⁹¹ Xian Wu 吴宪, *Ying yang gai lun* 营养概论 [Introduction générale à la nutrition], Shanghai 上海, Shang wu yinshuguan 商务印书馆, 1940, p. 20.

régimes végétariens chinois avec les régimes occidentaux omnivores, mais aussi les régimes végétariens des Chinois du Sud avec ceux des Chinois du Nord. Au sud de la Chine, l'alimentation se compose essentiellement de riz partiellement poli, de soja, d'huile de soja, de sel, de carottes, d'épinards et de navets. De leur côté, les régimes végétariens du Nord comportent davantage de blé entier, de soja, de pois, d'huile de soja, de sel et de choux. Constatant que les rats nourris au riz poli méridional avaient gagné moins de poids que ceux nourris au régime nordique, plus complet⁹², Lin en conclut que, en raison de leur alimentation, les Chinois du Sud sont globalement plus faibles que les ceux du Nord.

Le bériberi, qui est causé par le manque de thiamine dans le régime alimentaire, nutriment que ne contient pas le riz poli, était largement répandu en Extrême-Orient, dans les années 1920. Le chercheur Li Tao (T'ao Lee) a lui aussi présenté des points de vue sur la médecine chinoise dans son enquête historique sur les maladies liées aux carences en vitamines. Bien que son laboratoire soit basé au Nord, il s'est intéressé à la prévalence des cas de bériberi au sud du pays et a suggéré que tout ce que les médecins chinois appelaient jiaoqi (pied qi), jiaozhong (blessure au pied), ou jiaoruo (faiblesse du pied), était en fait le bériberi. Selon lui, « bien que de nombreux remèdes chinois contre le jiaoqi aient été réclamé des aliments riches en thiamine au terme d'une analyse biochimique, « les anciens Chinois » ne connaissaient pas la cause véritable »⁹³. Puisqu'il est identifié comme la principale cause des épidémies de bériberi en Asie de l'Est, le riz, l'aliment le plus consommé dans cette région est peu estimé des scientifiques au début du XX^e siècle⁹⁴. Reconnu comme l'une des maladies les plus importantes parmi les avitaminoses, le bériberi a longtemps retenu l'attention des scientifiques. Entre 1911 et 1933, ils ont déployé énormément d'efforts pour élucider le fonctionnement de la vitamine anti-bériberi. Parallèlement, l'idée d'enrichir le riz avec de la thiamine synthétique est devenu

⁹² Kuo-hao Lin, « Nutritive Value of Vegetarian Diets from Economic Standpoint », *National Medical Journal of China*, 1931, Vol 25, N° 3, p. 200 – 205.

⁹³ Mark Swislocki, « Nutritional Governmentality: Food and the Politics of Health in Late Imperial and Republican China », *Radical History Review*, 1 May 2011, N° 110, p. 9–35.

⁹⁴ Hilary A. Smith, « Skipping Breakfast to Save the Nation: A Different Kind of Dietary Determinism in Early Twentieth-Century China », *Global Food History*, juillet 2018, Vol 4, N° 2, p. 158.

une question d'importance capitale pour les institutions de santé internationales dans les décennies suivant la Première Guerre mondiale⁹⁵. En Chine, la division de la recherche clinique de l'Institut Henry Lester, aussi consacré beaucoup de temps et de ressources à la compréhension des expressions des maladies en carence vitaminiques comme le bériberi⁹⁶ et particulièrement à l'étude des facteurs socioéconomiques contribuant au choix du riz dans les régimes alimentaires locaux⁹⁷.

D'autres chercheurs chinois n'hésitent pas à affirmer que la force et la vigueur des Asiatiques, des végétariens mangeant du riz, sont clairement inférieures à celles des Européens et des Américains, qui eux consomment régulièrement de la viande, des œufs et du lait. Hou Xiangchuan, chercheur à l'Institut Henry Lester, affirme par exemple que le but de manger est de fournir au corps la quantité appropriée de glucides, de protéines, de graisses et de vitamines. Il ajoute que l'ignorance des Chinois en matière de valeur nutritive des aliments joue un rôle déterminant sur leur santé et celle de la nation, un point de vue partagé par plusieurs de ses collègues, ainsi que d'autres scientifiques chinois⁹⁸. C'est le cas entre autres de Zhang Junjun 张君俊, célèbre eugéniste affirmant lui aussi que la différence de force physique entre les Chinois des régions du Sud et du Nord s'explique par l'ignorance générale de la population en matière de nutrition. Selon lui, « generally, the height and weight of rice eating races (minzu 民族) were not as good as wheat-eating northern races⁹⁹ ».

⁹⁵ Wydham Eb Lloyd, *A Hundred Years of Medicine*, 2nd ed., London, Duckworth, 1968, p. 169.

⁹⁶ Anne Hardy, « Beriberi, Vitamin B1 and World Food Policy, 1925–1970 », *Medical History*, 1995, N° 1, p. 62–63.

⁹⁷ Swislocki, « Feast and Famine », p. 185.

⁹⁸ *Ibid.*, p. 82.

⁹⁹ junjun Zhang 张俊君, *Woguo nanfangren ji beifangren zhi yingyang gaikuang* 我国南方人及北方人之营养概况 [L'enquête nutritionnelle générale menée auprès des habitants du sud et du nord de notre pays], Beijing 北京, Minzuchubanshe 民族出版社, 1937, p. 74.

Dans son ouvrage de référence intitulé *Yinshi yu jiankang* 饮食与健康 [Alimentation et santé], Zhang Enyan 张恩言 a lui aussi souligné l'impact de l'alimentation sur la constitution physique individuelle et la constitution nationale. Selon lui : « plus on consomme de la viande, moins le taux de mortalité est élevé¹⁰⁰ ». Ainsi, il met en valeur les avantages que présentent les régimes carnés des pays occidentaux. L'évaluation que Zhang fait des régimes chinois n'est cependant pas entièrement négative. Par exemple, il notait que, en incluant de grandes quantités de légumes et en présentant ainsi une forte teneur en fibres, les régimes végétariens facilitaient non seulement la digestion, mais contribuaient également à combler les besoins quotidiens en fer et en vitamines, réduisant au passage les risques de contracter certaines maladies dues à des avitaminoses. Il ajoutait que les techniques de préparation des aliments généralement utilisées par les Chinois se rapprochaient des méthodes considérées comme les plus modernes et récemment adoptées aux États-Unis. Par exemple, « La peau ne doit pas être enlevée de la nourriture ni ne doit être bouillie dans de grandes quantités d'eau. Cela permet de préparer plus vite mais également de tuer les bactéries sans endommager les vitamines contenues¹⁰¹ ». En dépit de ces avantages, Zhang concluait néanmoins que l'adoption d'un régime alimentaire composé uniquement de légumes et de céréales pendant une longue période de temps entraînait une « carence vitale et un physique petit et faible¹⁰² ».

Fondant en grande partie leurs arguments sur les récentes découvertes nutritionnelles, les nutritionnistes et intellectuels chinois soulevaient la valeur supérieure des régimes alimentaires des Occidentaux par rapport à celle des régimes des populations chinoises, afin d'encourager les Chinois à adopter une alimentation de type occidental. Les conclusions de ces recherches nutritionnelles ayant connu un certain succès, pénétrant et influençant par exemple la presse populaire et spécialisée, elles ont sans doute constitué un point d'appui important pour la popularisation des connaissances nutritionnelles en Chine.

¹⁰⁰ Enyan Zhang 张恩言, *Yinshi yu jiankang* 饮食与健康 [L'alimentation et la santé], Shanghai 上海, Shangwuyinshuguan 商务印书馆, 1936, p. 182-184.

¹⁰¹ Zhang, *Yinshi yu jiankang*, p. 184.

¹⁰² *Ibid.*, p.185.

1.6 La popularisation des connaissances nutritionnelles en Chine

À la fin du XIX^e siècle et au début du XX^e, de nombreux chercheurs et intellectuels chinois font la promotion des nouvelles connaissances nutritionnelles par le biais de la traduction et de l'édition de livres et d'articles sur le sujet. Certaines publications sur la nutrition commencent également à apparaître très fréquemment dans les revues biomédicales chinoises comme le *China Medical Journal*, publié par la Chinese Medical Association à Shanghai, et le *National Medical Journal of China*, deux journaux qui fusionnent en 1932 pour devenir le *Chinese Medical Journal*, ainsi que dans des revues biomédicales plus spécialisées telles que le *Journal chinois de physiologie*. Ces publications ont contribué à inscrire la Chine au sein d'un réseau transnational de connaissances biomédicales partagées en sollicitant des articles de médecins et de chercheurs chinois et étrangers, basés en Chine comme à l'extérieur du pays¹⁰³.

Certains intellectuels chinois, ont publiquement pris position afin de mettre de l'avant l'importance de la diététique pour la santé. C'est le cas par exemple de Wu Tingfang 伍廷芳 (1842-1922), ambassadeur chinois aux États-Unis, et de Yu Fengbin 俞凤宾 (1884-1930), chirurgien formé à la médecine occidentale. En 1910 Wu fonde d'abord à Shanghai un organisme de promotion d'un nouveau mode de vie et d'un système de santé reposant sur la diététique moderne publiant des textes et présentant des conférences, d'experts chinois et étrangers. Selon lui, la réforme de la diététique chinoise profiterait non seulement à la santé des individus, mais aussi à celle de la nation entière. Yu joint ensuite sa voix à celle de Wu et ensemble ils appellent la population à changer ses habitudes alimentaires en insistant sur l'idée qu'elle doit consommer moins de riz, plus de blé et d'autres grains. Selon eux, la raison est simple : la valeur nutritive du riz est inférieure à celle des autres grains. Leur slogan : consommer moins de riz et plus de blé¹⁰⁴. Leur message se répand rapidement. Une brochure

¹⁰³ *Ibid.*, p. 73.

¹⁰⁴ Michael Worboys, *The Discovery of Colonial Malnutrition between the Wars*, Manchester, Manchester University Press, 1988, p. 211.

publicitaire distribuée à Shanghai en 1920 stipule par exemple que : « parmi les 5 types de céréales existantes, la meilleure est le blé. C'est pourquoi le Dr Wu Tingfang mange chaque jour à la fois du riz et du blé. Le blé qu'il mange (sous la forme de farine) provient de notre compagnie. Regardez le physique des Occidentaux et Nordiques qui sont bien plus grands que les gens du sud. Car tous ceux qui ne mangent pas de farine seront plus petits¹⁰⁵ ».

Dans le sillage du Mouvement pour la Nouvelle Culture de 1915, les critiques des nutritionnistes concernant l'alimentation de la population chinoise mettent non seulement l'accent sur les choix alimentaires, mais également sur les méthodes de préparation des aliments, jugées elles aussi susceptible d'avoir des effets néfastes sur la vitalité du corps et, par extension, sur celle de la nation. Les recommandations alimentaires issues de ces critiques ont rapidement atteint le public des grandes villes chinoises, notamment grâce à la prolifération de livres culinaires¹⁰⁶. Le premier livre de cuisine chinois reposant sur la nutrition scientifique est sans doute le *Taomu pengrenfa* (陶母烹饪 Technique de la cuisine de la mère Tao), rédigé par Tao Xiaotao 陶小桃 en 1935¹⁰⁷. Les quarante premières pages du manuel sont consacrées à des questions telles que les propriétés nutritionnelles des aliments et les contrôles sanitaires relatifs au riz blanchi et au blé entier. Tao explique que son livre a pour but d'aider « n'importe qui comprend le but d'établir le lien entre un régime alimentaire et ses effets sur notre vie quotidienne pour être en meilleure santé ». Il ajoute: « personne ne peut se passer de manger, depuis le berceau jusqu'au tombeau. Manger donc est d'importance, nous devons porter une grande attention sur les conditions sanitaires de la préparation de notre nourriture¹⁰⁸ ». Tao fournit par conséquent une dizaine d'exemples de menus, chacun accompagné d'une brève explication concernant les propriétés nutritionnelles des aliments et les méthodes utilisées pour les préparer.

¹⁰⁵ Seung-joon Lee, *The Patriot's Scientific Diet*, 2015, p. 1815.

¹⁰⁶ Swislocki, *Nutritional Governmentality*, p. 54-57.

¹⁰⁷ *Ibid.*, p.154.

¹⁰⁸ XiaotaoTao 陶小桃, *Taomu penrenfa* 陶母烹饪法, [La technique de la cuisine de la mère Tao], Shanghai 上海, Shangwu yinshuguan 商务印书馆, 1931, p. 1.

Au cours des années 1920 et 1930, les critiques formulées par les experts en nutrition envers les régimes alimentaires chinois, ainsi que les recommandations qui en ont découlé, ont rejoint une part de la population chinoise, du moins dans les milieux urbains et scolarisés, par le biais des livres de cuisine, mais aussi de la presse populaire, des magazines de santé, des magazines familiaux et, comme nous le verrons en détails dans les prochains chapitres de ce mémoire, par le biais des magazines féminins comme le *Ling Long*. Ces médias, variés, ont non seulement prodigué des conseils en matière d'alimentation à leurs lecteurs et lectrices, ils leur ont également, ce faisant, popularisé certains des principes et des concepts scientifiques à la base de la nutrition moderne. En somme, sous les efforts de nombreuses élites chinoises, des missionnaires et du gouvernement Guomindang, le système de santé, la construction de l'infrastructure et la propagande des nouvelles connaissances médicales dans grandes villes en Chine au début du XX^e siècle a connu un succès remarquable. Durant la période républicaine, malgré le fait que les Chinois restent attachés à leurs habitudes alimentaires et continuent de se référer à la médecine chinoise pour poser des choix en matière de santé et d'alimentation, les diverses influences qui portent la nutrition moderne offrent aux réformateurs de cette époque des moyens de conceptualiser l'implication de la nourriture sur la santé et d'amener la population chinoise à adopter les beaux principes nutritionnels qu'ils s'appliquent à édicter.

Chapitre II L'alimentation comme remède: Le mariage entre la médecine chinoise et occidentale

Lorsque la médecine occidentale et les nouveaux concepts nutritionnels qu'elle apporte font leur entrée en Chine, ils rencontrent la médecine chinoise et son utilisation thérapeutique ancestrale des aliments, qui occupent encore une place très importante dans la prévention comme dans le traitement, voire la guérison des maladies. Avec l'aide des médias et des élites chinoises, non seulement ces deux cultures et leurs différentes approches préventives et curatives des maladies vont s'entremêler, mais elles s'intègrent l'une à l'autre, pour donner lieu à des formes concrètes de pluralisme thérapeutique. Dans ce deuxième chapitre, nous allons voir comment ces deux cultures s'influencent et s'empruntent mutuellement des concepts et des pratiques afin de mieux s'adapter aux habitudes chinoises du début du XX^e siècle qui sont elles-mêmes en train d'évoluer. D'abord, nous allons présenter la philosophie et les savoirs médicaux à la base de l'alimentation chinoise, avant de nous pencher sur le développement de la médecine occidentale et l'adoption des connaissances nutritionnelles qui en découlent sur le sol chinois. Ensuite, nous allons voir comment les emprunts entre les cultures médicales et alimentaires chinoises et occidentales se traduisent dans les domaines précis de la pharmacie et de la thérapeutique. Enfin, nous allons montrer comment les conseils et prescriptions du *Ling Long* en matière de prévention et de traitement par l'alimentation témoignent de ce pluralisme thérapeutique en construction.

2.1. La philosophie de la nutrition traditionnelle chinoise

Ayant déjà discuté dans le précédent chapitre de certains concepts abstraits concernant les caractéristiques des aliments dans la médecine traditionnelle chinoise, nous abordons ici plus précisément la philosophie à la base de la tradition alimentaire chinoise, qui a pour but de prévenir et de soigner les maladies. Pour les Chinois, l'alimentation dans son ensemble est thérapeutique et les aliments sont plus que de simples substances nutritionnelles, puisqu'ils

s'intègrent à la philosophie du yin et du yang et des cinq éléments (wuxing). Selon le principe des cinq éléments, le cœur est considéré comme étant de la nature du feu, le foie de la nature du bois, les poumons de la nature des métaux, les reins de la nature de l'eau et l'estomac de la nature de la terre. Il en résulte que, en été, avec la chaleur de la saison, le cœur est forcément plus susceptible aux maladies; au printemps, la végétation augmente le risque de maladies hépatiques; en automne, les métaux qui se forment au centre de la Terre par l'union de la chaleur et du bois menacent les poumons; en hiver, avec les précipitations abondantes et le climat humide, les reins sont plus vulnérables aux affections. Selon la médecine chinoise, il est donc préférable de consommer des aliments appropriés selon la saison, une habitude qui favorise la prévention et la guérison des problèmes de santé liés aux cinq organes susmentionnés.

Une autre préoccupation des Chinois dans la sélection des aliments est d'améliorer la qualité du qi (气) en mangeant des aliments qui sont reconnus pour avoir le pouvoir de le « renforcer » ou de le « restaurer » (bu 補). Ces aliments sont destinés à corriger tout déséquilibre corporel pour créer une résistance à la maladie et pour favoriser la guérison¹⁰⁹. À l'instar des traditions religieuses confucéenne, taoïste et bouddhiste, la philosophie et la médecine chinoises, considèrent que le corps humain est un microcosme représentant l'univers et que, comme ce dernier, il possède le qi, l'énergie vitale ou la force du corps. Le qi est souvent défini par le contexte dans lequel il s'inscrit. Par exemple, le yuan qi (元气), que l'on traduit par « énergie originelle », est une énergie générale qui soutient toutes les activités de l'organisme et qui est présente en tout individu depuis sa conception, alors que le gu qi (骨气), est l'énergie venant spécifiquement des aliments et le kong qi (空气), est celle qui provient de l'air. Les aliments réputés pour améliorer la qualité du qi sont généralement riches en protéines et en calories, comme le nid d'hirondelle, l'aïleron de requin et la bêche de mer. Ils sont reconnus pour avoir un pouvoir de renforcement du qi similaire à celui du ginseng, des bois de cerf, et des cornes de rhinocéros.

¹⁰⁹ Daniel Méné, *La médecine chinoise. Médecines alternatives*, Paris, J Grancher, 1990, p. 53-54.

La tradition chinoise attribue également des vertus aux aliments selon leur ressemblance avec des parties du corps. Par analogie, les noix sont censées revigorer le cerveau parce que, lorsqu'elles ne sont pas décortiquées, elles ressemblent au cerveau. De même, les jujubes rouges, ne sont pas seulement appréciés pour leurs vertus réchauffantes et fortifiantes, comme fruit jujube, mais aussi parce que leur couleur rouge les rendrait bénéfiques pour le sang. De multiples analogies de ce genre ont été créées et réinterprétées au fil du temps, de sorte, que pour certains Chinois, consommer la queue, le cœur, les reins, les jambes et les pieds du porc renforce la colonne vertébrale et les organes correspondants chez l'humain. De plus, certains animaux, comme le pangolin, le raton laveur, le tigre, les gros poissons, en raison de leur taille impressionnante ou de leur comportement agressif, sont considérés comme des aliments tonifiants.

En Chine, la classification de la nourriture s'effectue également selon certaines dichotomies. Il est par exemple possible de distinguer des aliments qui ont des propriétés « humidifiantes » ou, au contraire, « asséchantes » et de les consommer pour restaurer l'équilibre d'un corps qui serait atteint par trop d'humidité ou de sécheresse. Par exemple, les Chinois qui vivent dans le sud-ouest du pays, en région pluvieuse, ont tendance à consommer de grandes quantités de piment pour chasser cette humidité. D'autres aliments sont également considérés comme « sains » ou, à l'opposé, « toxiques/ malsains ». Cette dernière catégorie englobe aussi bien des substances intrinsèquement toxiques, comme le foie d'un poisson-globe, mais également d'autres aliments qui ne sont pas reconnus pour être toxiques en eux-mêmes, mais qui ont le potentiel de le devenir lorsqu'ils sont combinés, comme le kaki et le crabe, le miel et l'ail, ou encore les haricots verts et la viande de chien¹¹⁰. Certains de ces aliments peuvent aussi être considérés comme des poisons pour des personnes malades, mais pas pour des personnes en bonne santé. Par exemple, alors que les crevettes sont réputées pour retarder la cicatrisation d'une plaie ouverte ou aggraver les cas d'infection transmissible sexuellement, elles sont déconseillées à ceux qui présenteraient de telles conditions de santé, mais comme elles sont complètement inoffensives à tout autre problème, leur consommation

¹¹⁰ Georges Beau, *La médecine chinoise*, Paris, Seuil, 1965, p. 28-29.

n'est généralement pas restreinte¹¹¹. Pour les Chinois, il est clair que l'alimentation est perçue et utilisée comme un outil thérapeutique, et donc, que la nourriture se confond avec le médicament. Reste que les logiques et les raisonnements à la base de cette vision et de cette utilisation des aliments n'ont rien à voir avec les substances nutritionnelles qu'ils peuvent contenir.

2.2 L'adoption graduelle et partielle de la médecine occidentale

Vu que la médecine chinoise s'enracine profondément dans la vie quotidienne des Chinois, la médecine occidentale, en qualité de système médical étranger venu avec les missionnaires et les puissances impérialistes, n'a pas été acceptée d'emblée; elle a même été redoutée lorsqu'elle a été introduite et s'est développée en Chine à la fin du XIX^e et au début des XX^e siècles. En fait, les groupes de population de l'acceptation de la médecine occidentale situés aux deux extrémités de l'échelle sociale sont rapidement entrés en contact avec cette médecine étrangère. D'abord, certaines personnes n'ayant pas les moyens de faire appel aux services de médecin local se sont tournées vers les traitements, gratuits a priori, qu'offraient les médecins et les établissements médicaux missionnaires¹¹². Ensuite, les élites qui considéraient la médecine occidentale comme porteuse de modernité¹¹³ ont également commencé à l'utiliser pour traiter certains de leurs problèmes de santé. Ayant vraisemblablement apprécié la médecine occidentale, plusieurs individus au sein de ces

¹¹¹ Raphaël Natacha, *ABC de la médecine chinoise*, Paris, J. Grancher, 1994, p. 64.

¹¹² John Z. Bowers et al., *Zhongguo gongdianli de xifangxixu* 中国宫殿里的西方医学 [La médecine occidentale dans les palais chinois], Beijing 北京, Zhongguoxiehe yikedaxue chubanshe, 中国协和医科大学出版社, 2014, p. 40-60.

¹¹³ Sherman Cochran montre dans son livre *Chinese Medicine Men* que la Chine urbaine du début du XX^e siècle opérait une distinction claire entre médicament « moderne » et « ancien ». La majorité de médicaments occidentaux étaient considérés comme des médicaments modernes. Et, surtout, de nombreux réformateurs et intellectuels chinois pendant le mouvement de la Nouvelle Culturelle préconisaient la vulgarisation de la médecine occidentale qui est considérée comme étant porteuse de modernité.

groupes ont contribué à la faire connaître à leur entourage ou encore à la promouvoir à l'échelle locale, voire à l'échelle du pays.

Cette évolution, comme l'a montré Laurence Monnais, s'applique à l'attitude des Vietnamiens envers la médecine occidentale. Elle s'applique certainement aussi à la population chinoise urbanisée à la même époque. Avant la Première Guerre mondiale, on parlait surtout de la méfiance, de l'ignorance, de l'indolence aussi des indigènes malades, d'une naïveté qui les poussait à rester proches par défaut de leur médecine ancestrale et l'attachement historique à une médecine traditionnelle; et finalement, le pluralisme thérapeutique comme un potentiel d'acceptation de la médecine occidentale¹¹⁴. Néanmoins, la médecine occidentale est graduellement acceptée et reprise par certains Chinois. Avant d'en venir à l'analyse de cette appropriation, nous allons introduire ce qu'est le pluralisme thérapeutique. Selon Laurence Monnais, le concept du pluralisme thérapeutique renvoie à des emprunts à différentes traditions médicales et systèmes thérapeutiques qui donnent lieu à des combinaisons variables selon les malades, leurs problèmes de santé, leurs expériences thérapeutiques passées ou encore, évidemment, l'accessibilité aux soins dont ils sont tributaires¹¹⁵. Dans les contextes chinois, ces combinaisons s'exercent sous des influences et emprunts mutuels de concepts et de pratiques, tant traditionnels que modernes, chinois qu'occidentaux. Cette pluralité est souvent présente non seulement dans l'utilisation des médicaments, mais aussi dans la consommation des aliments, qui, comme nous l'avons vu précédemment, sont utilisés dans la prévention et guérison des maladies.

Ces emprunts ne concernent pas que les Chinois, ils sont bel et bien mutuels. Les médecins missionnaires présents en Chine depuis le milieu du XIX^e siècle ont également emprunté à la tradition médicale chinoise, particulièrement à sa pharmacopée et à ses usages. À titre d'exemple, Frederick Porter Smith (1833–1888), premier médecin missionnaire

¹¹⁴ Laurence Monnais, *Médicaments coloniaux: l'expérience vietnamienne:1905-1940*, Paris, Les Indes savantes 2014, p. 311.

¹¹⁵ *Ibid.*, p. 287.

britannique arrivé en Chine au XIX^e siècle, a donné des instructions¹¹⁶ sur la façon d'intégrer des médicaments chinois à des préparations pharmaceutiques occidentales¹¹⁷. Plusieurs Chinois ne voyaient pas non plus nécessairement de contradiction entre l'utilisation des deux types de médicaments. C'est notamment le cas du Dr Wu Lien-teh 伍连德 (1879-1960), Chinois né en Malaisie britannique. Même s'il fut l'un des premiers Chinois à étudier la médecine occidentale en Angleterre, les membres de sa famille persistaient à utiliser des médicaments toniques chinois et même à traiter les enfants avec des remèdes traditionnels quand ils tombaient malades¹¹⁸. Le Dr. Wu étant un médecin formé à l'occidentale, nous aurions pu penser qu'il n'aurait recommandé que des médicaments de type occidental à ses proches. Ce ne fut pourtant pas le cas. Lui et sa famille peuvent ainsi être considérés comme un parfait exemple d'hybridité thérapeutique.

Au début du XX^e siècle, dans le sillage du Mouvement du 4 mai et alors que l'industrie pharmaceutique est en plein essor -marquée par une systématisation et une *scientifisation* des processus de fabrication en série de médicaments de synthèse- ce phénomène relève autant de l'utilisation des médicaments que de systèmes thérapeutiques¹¹⁹. Dans ce contexte, de nombreux réformateurs et intellectuels chinois ont critiqué la culture traditionnelle chinoise et

¹¹⁶ Mentionné dans l'ouvrage de Bridie Andrews *The Making of Modern Chinese Medicine* (Bloomington, Indiana University Press, 2014, p. 24): "In 1871, F. Porter Smith published a guide to Chinese drugs, with the telling title of Contributions toward the Materia Medica and Natural History of China, for the Use of Medical Missionaries and Native Medical Students. In addition to identifying drugs by their Latin, Chinese (characters and pronunciation), and common English names, Smith gave instructions on how to apply Chinese drugs to Western pharmaceutical preparations. Smith's guide was of sufficient value for G.A. Stuart to revise and republish it in 1911 as Chinese Materia Medica: Vegetable Kingdom".

¹¹⁷ Andrews, *The Making of Modern Chinese Medicine*, p. 55.

¹¹⁸ *Ibid.*, p. 3

¹¹⁹ Selon Laurence Monnais, de la deuxième moitié au XIX^e siècle à la deuxième moitié du XX^e siècle, Il existait une grande distance entre les systèmes thérapeutiques et une longue période de transition thérapeutique qui s'avère charnière, tant en ce qui a trait à la quantité des médicaments disponibles, au mélange d'ancien et de moderne, à la coexistence de scientifique et d'empirique, d'efficace et de toxique, de pratique et d'attirant, de réglementé et de libre, de prescrit et d'autoconsommé (Monnais, *Médicaments coloniaux*, p.55-61).

l'ont présentée comme une entrave au développement de la nation. Ainsi, certains d'entre eux¹²⁰ ont carrément exigé l'interdiction pure et simple de la pratique de la médecine chinoise, alors perçue comme rétrograde, arriérée, voire comme un frein à la modernisation. Ceci étant, plusieurs réformateurs de l'époque, qui préconisaient pourtant l'abolition de la médecine chinoise au profit de la médecine occidentale souhaitaient tout de même conserver l'utilisation des médicaments chinois. C'est le cas de Yu Yue 俞樾 (1821-1907) qui avait rédigé « une théorie de la médecine » à la fin de la dynastie des Qing, affirmant que l'examen et le diagnostic en médecine chinoise devaient être abolis, mais que le médicament ne pouvait être abandonné¹²¹.

Cette proposition a également reçu un écho auprès des classes dirigeantes chinoises. Comme Li Hongzhang 李鴻章, général et homme d'État chinois ayant tenu un rôle de premier plan à la fin de l'empire Qing et à la tête de la première armée moderne chinoise, a commencé à apprécier la médecine occidentale après que le médecin missionnaire anglais John Kenneth Mackenzie a guéri son épouse de l'affection dont elle souffrait depuis plusieurs années¹²². En même temps, lui et sa famille n'ont pas renoncé à l'utilisation des médicaments chinois. Parce qu'il était d'avis que la médecine chinoise et la médecine occidentale possédaient chacune leurs forces, il estimait tout de même que la valeur de la médecine occidentale dans le domaine militaire était hors de portée de la médecine chinoise. Ainsi, dans le cadre du mouvement d'occidentalisation du gouvernement des Qing, le Bureau général de la manufacture de Jiangnan 江南制造厂, alors sous son contrôle et chargé de moderniser l'équipement militaire de la Chine, a traduit et publié un grand nombre d'ouvrages médicaux

¹²⁰ Parmi ceux qui veulent abolir la médecine chinoise, il y a plusieurs personnages importants comme Yan fu 严复, Liang qichao 梁启超, Sun yat sen 孙中山, Luxun 鲁迅 et Chen duxiu 陈独秀.

¹²¹ YueYu 俞樾, *Fei yi lun* 废医论 [L'abolition de la médecine chinoise], s.l, Vol 45, p. 187.

¹²² Mary Bryson, *John Kenneth MacKenzie: Medical Missionary to China*, London, Hodder and Stoughton, 1891, p. 112.

occidentaux¹²³. Néanmoins, la tradition médicale chinoise a subsisté et sa cohabitation avec la médecine occidentale était une réalité bien tangible à cette époque.

2.3 Le mariage des théories de la diététique occidentale et chinoise pour la promotion d'une meilleure alimentation

Selon la médecine occidentale, la santé est étroitement liée aux aliments que l'on consomme, ou plutôt à leurs propriétés nutritionnelles. Au début du XX^e siècle, des avancées majeures ont été faites en Occident dans le domaine de la nutrition avec la découverte des propriétés des vitamines et le classement des aliments en fonction des types de nutriments qu'ils contiennent, c'est-à-dire, les glucides, les lipides, les protéines et les vitamines et minéraux. Suite à la découverte des vitamines, certaines maladies considérées comme étant très sérieuses et désormais dues à des carences vitaminiques, n'ont plus eu besoin d'être traitées que par des aliments et un régime précis. C'est le cas du bériberi, du scorbut, ou encore du rachitisme. Dans les années 1920 et 1930, ces nouvelles connaissances nutritionnelles ont graduellement pénétré la vie quotidienne de certains Chinois, par le biais notamment d'intervenants de santé formés à l'occidentale ou de campagnes de santé publique ciblées, mais aussi par le biais d'informations et de prescriptions en matière d'alimentation que pouvaient offrir les médias dont *Ling Long*. Elles rencontrent ainsi, et par ces médiateurs, la culture, la médecine chinoise et son utilisation thérapeutique des aliments, qui occupent encore une place très importante dans la prévention et la guérison des maladies. Nous allons désormais nous pencher sur les conseils alimentaires figurant dans le magazine féminin et qui manifestent bien ce mariage entre les principes à la base la diététique traditionnelle chinoise et de la nutrition occidentale que l'on a précédemment évoqué.

¹²³ Zhonguo jindaishi bianxiezu 中国近代史丛书编写组 [Le groupe de rédaction de l'histoire contemporaine chinoise], *Yangwu yundaong* 洋务运动 [Le mouvement d'auto-renforcement], Shanghai 上海, Shanghai renmin chubanshe 上海人民出版社, 1973, p. 34.

L'article ci-dessous, publié dans la rubrique « sens commun » de *Ling Long*, et qui fait état des exigences quotidiennes en termes de quantités et de qualité des nutriments requis dans l'alimentation, en est un parfait exemple. Alors que les aliments conseillés sont décrits selon leur teneur en divers nutriments, leurs potentiels effets sur la santé font généralement référence aux principes de base de la médecine chinoise. Ainsi, cet article affirme que :

Selon une étude produite par des nutritionnistes, le corps a besoin de 175 grammes de protéines, de 150 grammes d'huile, d'environ 675 grammes de glucides. Si l'on consomme un bol de bouillon de riz fait avec deux œufs, un peu de sauce soja, des tranches de ciboulette et une demi-cuillère à café de lard, ces cibles recommandées de l'alimentation quotidienne sont presque atteintes. Bien que le lard puisse réchauffer le corps et donner de l'énergie, il faut tout de même en limiter la quantité, puisque cela peut causer des problèmes de digestion. Les œufs contiennent quant à eux une grande quantité de protéines, ils enrichissent le sang, et fortifient les os. La sauce de soja a une grande teneur de fer pouvant elle aussi fortifier les os, mais on ne peut en consommer beaucoup. La ciboulette a une composition chimique qui peut faciliter la digestion et garder un bon transit intestinal. Le bouillon de riz est quant à lui riche en hydrate de carbone, un nutriment essentiel pour le corps¹²⁴.

Même si des termes comme « protéines, hydrate de carbone, glucides, fer, et composition chimique » évoquent les nouveaux concepts nutritionnels provenant de l'Occident, la langue utilisée pour décrire les avantages et les effets des aliments et des régimes alimentaires sur le corps est restée fermement ancrée dans les repères de la médecine chinoise. D'une part, les ingrédients mentionnés, « le bouillon de riz fait avec deux œufs, de la sauce de soja, de la ciboulette et du lard » sont couramment consommés par les Chinois, surtout dans le Sud du pays. D'autre part, « enrichir le sang, fortifier les os, réchauffer le corps et donner de l'énergie » sont tous des principes issus de la médecine chinoise.

Comme les produits étrangers devenaient de plus en plus à la mode dans les années 1930, que certains Chinois, parmi les plus aisés surtout, ne jurent que par les produits étrangers, certains fabricants et commerçants chinois ont tenté de montrer que la valeur de leurs produits

¹²⁴ « Dan zhou bu ti 蛋粥补体 [Le bouillon de riz aux œufs tonifie le corps] », *Ling Long*, 24 janvier 1934, N° 129, p. 218.

était exactement la même que celle des produits de leurs concurrents étrangers. Par exemple, dans sa publicité, la sauce soja de la marque chinoise *Pie*, se compare avec la marque étrangère *Manqi* afin d'attester de sa meilleure qualité et d'attirer les clients chinois :

Ce n'est pas n'importe quelle sauce : elle a un goût extraordinaire ! Elle est meilleure que la marque étrangère *Manqi* ! Elle est celle qui a le meilleur goût parmi toutes les sauces soja de la Chine. Soyez les bienvenus, venez déguster sur place et payer ensuite ! Un yuan la bouteille et 20% de réduction sur présentation de cette publicité¹²⁵.

Afin de promouvoir les propriétés thérapeutiques de certains aliments, le *Ling Long* n'hésite pas non plus à invoquer l'autorité d'experts étrangers et à mettre de l'avant leurs propriétés nutritives nouvellement connues. Par exemple, l'ail et le pousse de soja sont déjà reconnus selon la pharmacopée chinoise pour avoir le pouvoir de tuer les bactéries, tel qu'il est mentionné dans l'encyclopédie *Ben Cao Gang Mu*¹²⁶. Dans les deux extraits parus dans le *Ling Long* au sujet de l'efficacité thérapeutique de l'ail et de la pousse de soja, il n'est pas fait référence aux canons de la médecine chinoise, mais bien plutôt à des médecins allemands et à des biologistes français et aux récentes découvertes en matière de bactériologie. D'une part, le magazine indique que « selon les expérimentations des médecins, l'ail peut tuer les bactéries. En Allemagne, on a inventé un liquide médical fait à partir d'ail pouvant soigner la tuberculose pulmonaire¹²⁷ ». D'autre part, il mentionne que « des biologistes français ont découvert que la pousse de soja est riche en nutriments. Bien plus que la tomate ou la salade, et cela même après la cuisson à haute température¹²⁸ ».

¹²⁵ « Xiquepai jiangyoujing 喜鹊牌酱油精 [La sauce *Pie*] », *Ling Long*, 17 juin 1936, N° 241, p. 1787; 23 septembre 1936, N° 254, p. 2891; 11 novembre 1936, N° 261, p. 3447; 2 décembre 1936, N° 254, p. 3692.

¹²⁶ Shizhen Li 李时珍, *Ben cao gang mu* 本草纲目, [Compendium de Materia Medica], Shanghai 上海, Shang wu yin shu guan Shanghai you xian gong si 商务印书馆上海有限公司, 1995, Vol 26, partie: légumes- ail.

¹²⁷ « Changshi 常识 [Le sens commun] », *Ling Long*, 22 novembre 1933, N° 121, p. 2269.

¹²⁸ « Huangdouya de ziyangliao 黄豆芽滋养料 [Les nutriments de la pousse de soja] », *Ling Long*, 23 juin 1937, N° 291, p. 1886.

Le *Ling Long* associe aussi les nouvelles connaissances nutritionnelles venues de l'Occident aux habitudes alimentaires et aux concepts thérapeutiques issus de la médecine chinoise en recommandant des aliments déjà consommés dans la vie quotidienne pour leurs effets sur la santé, mais désormais sur la base de leur valeur nutritive. Par exemple, il explique que certains fruits et légumes, parce qu'ils contiennent du fer, comme la pomme et le raisin, ou encore les choux, les épinards et la salade, contribuent à « enrichir le sang¹²⁹ ».

L'idée que les aliments comme les fruits et les légumes peuvent contribuer à prévenir ou soigner certaines maladies n'est pas une nouveauté pour les Chinois de l'époque. Pour aider son lectorat à mieux comprendre le rôle des différents nutriments et lui offrir des options alimentaires susceptibles d'avoir une incidence positive sur sa santé, le *Ling Long* a combiné les nouvelles connaissances nutritionnelles aux aliments et aux concepts qui lui étaient déjà familiers. Ce phénomène est aussi perceptible dans les conseils que donne le *Ling Long* pour traiter les maladies causées par des carences alimentaires, telles que le béribéri, le scorbut et le rachitisme.

Dans les années 1920 et 1930, beaucoup de citoyens chinois installés au sud du pays comme la classe moyenne et supérieure de la population de Shanghai souffraient du béribéri parce qu'ils mangeaient principalement du riz poli et que le reste de leur consommation alimentaire était peu variée, donc pauvre en vitamine B1¹³⁰. Ceci étant, le traitement alimentaire de cette maladie carencielle était déjà connu, probablement depuis plus d'un millénaire. Dans son traité intitulé *Mille onces d'or classique* et publié en 652, Sun Simiao 孙

¹²⁹ Ming De 明德, « Xinxianshucai you zhibing de nengli dabuxueye 新鲜蔬菜有治病能力大补血液 [Si les légumes peuvent soigner les maladies, c'est parce qu'ils contiennent une grande quantité de fer bon pour le sang] », *Ling Long*, 22 avril 1936, N° 233, p. 1134; « Shuiguo yu xiaoerbing liaofa 水果与小儿病疗法, [Les fruits et les traitements pour des maladies des enfants] », *Ling Long*, 7 août 1935, N° 196, p. 1938-1940.

¹³⁰ Xiangchuan Hou 侯祥川, *Yingyang yu fabinggangyao yu tupu 营养与发病纲要与图谱 [L'Atlas de nutrition et de sommaire des théories des causes des maladies]*, Beijing, 北京, Renmin weishengchubanshe 人民卫生出版社, 1957, p. 10.

思邈 (541-682), un médecin chinois maître de la pharmacopée, aborde le traitement diététique de diverses maladies, comme le goitre, la « cécité nocturne » et le bériberi¹³¹. Cette dernière maladie est celle dans la lutte contre laquelle il considérait avoir obtenu le plus grand succès, grâce à une formule diététique composée de graines d'abricot, de lait de vache et de son de riz, des aliments aujourd'hui reconnus pour être d'excellentes sources de vitamine B1(thiamine).

Dans les années 1930, le *Ling Long* se base sur les récentes découvertes de la science médicale, tout en continuant d'utiliser des termes familiers issus de la médecine chinoise, pour expliquer les causes du bériberi. Selon le magazine, « si notre régime alimentaire ne contient pas suffisamment de vitamine B, cela peut provoquer l'inflammation du nerf, des difficultés de déplacement, des indigestions ou une chute de température du corps, mais également des dysplasies. L'inflammation du nerf, c'est-à-dire le bériberi, est toutefois plus courante et manger seulement du riz blanc, provoque son apparition¹³² ». Ce problème est considéré particulièrement prégnant puisque le riz y est à la base de l'alimentation et que, comme pour l'ensemble des Chinois, tel que discuté au premier chapitre, manger du riz blanc et de la farine blanche est le symbole d'un statut social élevé. En effet, beaucoup de Chinois considèrent à l'époque la farine naturelle et les céréales à grains entiers comme de la nourriture bon marché, et y préfèrent le riz poli ou la farine blanchie importée, dont la valeur nutritive est faible¹³³.

Dans l'espoir de déconstruire les normes sociales et de changer les habitudes quotidiennes entourant l'alimentation de son lectorat, le *Ling Long* s'appuie sur les nouvelles connaissances scientifiques pour encourager précisément une diminution de la consommation de riz blanc, au profit d'une augmentation de la consommation de riz brun et d'autres céréales moins décortiquées, essentielles à la prévention du bériberi :

¹³¹ Comme nous l'avons mentionné dans le premier chapitre : les médecins chinois avaient appelé par différents noms tels que le jiaoqi (pied qi), le jiaozhong (blessure au pied), et le jiaoruo (faiblesse du pied) le bériberi.

¹³² « He wei weitaming 何为维他命 [Qu'est-ce qu'une vitamine] », *Ling Long*, 22 mai 1935, N° 184, p. 1093.

¹³³ Swislocki, « Feast and Famine », p. 99.

Dans la Chine traditionnelle, en raison de la pénurie constante de denrées, surtout des céréales comme le riz et le blé polis, considérés comme les meilleurs, l'approvisionnement en riz et en blé décortiqués était insuffisant. Mais aujourd'hui, mis à part les pauvres, la plupart des gens consomment le riz blanc, le plus blanc possible. Cependant, ce que vous ne savez pas, c'est que le meilleur se trouve dans le son du riz qui contient de la vitamine B. Si vous consommez trop souvent du riz blanc faible en vitamines, vous risquez d'attraper des maladies comme le béribéri¹³⁴.

Le *Ling Long* explique ainsi comment prévenir le béribéri, mais il n'oublie pas non plus de prodiguer des conseils alimentaires pour traiter la maladie. Pour ce faire, il propose par exemple, dans sa section « sens commun » qui s'appuie sur des recettes populaires, des aliments comme l'eau de riz et l'ananas, réputés tous deux pour aider à soigner le béribéri et désormais connus pour être riches en vitamine B¹³⁵.

Si les pages du magazine consacrent passablement d'espace au béribéri, il n'en est toutefois pas de même pour les autres maladies avitaminosées, comme le scorbut et le rachitisme¹³⁶. C'est que, contrairement au béribéri, le lectorat du magazine était sans doute beaucoup moins à risque de développer ces deux autres maladies. La population chinoise avait déjà l'habitude de consommer des légumes en grande quantité. L'alimentation des mieux nantis en particulier en contenait même une grande variété. Selon le nutritionniste Wuxian le scorbut et rachitisme menaçaient moins les Chinois en raison justement du régime largement végétarien de la plupart d'entre eux. En fait, le *Ling Long* n'aborde ces maladies que dans un seul article consacré aux vitamines. Celui-ci décrit d'abord les symptômes et la cause du scorbut, le manque de vitamine C, et conseille en conséquence la consommation de végétaux riche en cette vitamine, comme la tomate et le citron¹³⁷. Il conseille également la

¹³⁴ « Shimi yu changweibing 食米与肠胃病 [La consommation de riz et les maladies intestinales] », *Ling Long*, 24 mars 1936, N° 278, p. 844-845.

¹³⁵ « Miganshui zhi gongyong 米泔水之功用 [L'efficacité de l'eau du riz] », 13 juin 1933, N° 99, p. 894; « Shuiguozhi gongxiao 水果之功效 [L'efficacité des fruits] », *Ling Long*, 13 juin 1933, N° 124, p. 2461-2462.

¹³⁶ « Hewei weitaming 何为维他命 [Qu'est-ce qu'une vitamine] », *Ling Long*, 22 mai 1935, N° 184, p. 1093.

¹³⁷ *Ibid.*

consommation d'aliments qui contiennent de la vitamine D, comme le jaune d'œuf, le lait et l'huile de poisson, pour éviter d'être atteint par le rachitisme¹³⁸.

Le *Ling Long* est donc incontestablement un produit du contexte chinois. Il s'intéresse bien entendu à la science de la nutrition et aux nouvelles découvertes en la matière, mais il choisit les informations qu'il transmet à son lectorat en considérant ses particularités et les particularités du contexte chinois. C'est sans doute la raison pour laquelle il fait très peu de place dans ses pages aux carences en vitamines C, D et à leurs corollaires, le scorbut et le rachitisme. Le *Ling Long* présente des façons de prévenir et de guérir les maladies avitaminosées en arrimant les nouvelles connaissances scientifiques aux habitudes alimentaires et aux concepts médicaux déjà connus des Chinois. Tenant compte du profil de ses lectrices, le magazine a cependant aussi appliqué le nouveau savoir entourant les nutriments à des affections comme la neurasthénie, pour laquelle aucune corrélation entre une quelconque carence et la maladie n'avait pourtant été établie.

Utilisé pour la première fois par le médecin américain George Miller Beard en 1869, le terme de neurasthénie¹³⁹ désigne une affection dont les symptômes incluent fatigue, anxiété, maux de tête, névralgies et dépression¹⁴⁰. Il s'agit d'une condition spécifique qui ne trouve a priori pas d'équivalent dans la médecine chinoise, puisque le concept des nerfs n'existe traditionnellement pas -c'est dans la deuxième moitié du XVIII^e siècle que le terme a été formé pour rendre le concept des nerfs, qui allait devenir shén jing 神经 en Chine. En 1774, Sugita Gempaku, un médecin, traduisait alors du néerlandais un texte occidental sur

¹³⁸ *Ibid.*

¹³⁹ La neurasthénie, shenjingshuairuo 神经衰弱, actuellement inscrite dans la Classification internationale des maladies (CIM-10) publiée par l'Organisation mondiale de la santé, ainsi que dans la Classification chinoise des troubles mentaux (CCTM).

¹⁴⁰ George Miller Beard, « Neurasthenia, or Nervous Exhaustion », *The Boston Medical and Surgical Journal*, Vol 80, N° 13, 1869, p. 217-221.

l'anatomie¹⁴¹. Selon Arthur Kleinman, les missionnaires médicaux occidentaux et les autorités médicales japonaises semblent avoir contribué à sa traduction et à sa vulgarisation, et la neurasthénie avait été introduite au Japon par la médecine allemande¹⁴², un des plus anciens et des plus originaux psychiatres japonais a publié un traité sur la neurasthénie (shinkeisuijaku en 1922), être adoptée en Chine sous le terme shenjingshuairuo 神经衰弱¹⁴³. La neurasthénie avait en outre des résonances avec les repères de la médecine traditionnelle chinoise et du Qi, les symptômes neurasthéniques de la médecine occidentale se retrouvant dans des troubles liés à la perte de l'énergie vitale (虚劳 xuláo); ainsi, il était possible de faire un parallèle avec l'épuisement du système nerveux. Dans le cas particulier de la spermatorrhée¹⁴⁴, qu'on disait très répandue, l'essence vitale d'origine stockée dans le rein étant liée à la production de sperme, les conséquences pouvaient inclure les problèmes rénaux et le vieillissement prématuré¹⁴⁵.

La neurasthénie était définie dans la deuxième moitié du XIX^e siècle comme une maladie urbaine ou un « malaise de civilisation », affectant particulièrement les classes supérieures dont les nerfs étaient mis à rude épreuve par la vie moderne, l'accélération du quotidien de la vie urbaine. Dans les années 1930, à l'heure des changements majeurs, autant dans le domaine économique que sur le plan social et culturel, vivre dans la Chine compromettait en particulier la masculinité de l'homme chinois. D'autant plus que les discours sur la nation durant cette période reliaient sans cesse vigueur individuelle et force nationale : la neurasthénie apparaissait dès lors comme une maladie inéluctable des hommes et des femmes modernes mais une maladie dont il fallait s'occuper. Les lectrices du *Ling Long* étant généralement des femmes issues des populations urbaines aisées, elles-mêmes ou des membres de leur

¹⁴¹ Arthur Kleinman, *Social Origins of Distress and Disease: Depression, Neurasthenia, and Pain in Modern China*, New Haven, Yale University Press, 1986, p. 25.

¹⁴² *Ibid.*, p. 22.

¹⁴³ *Ibid.*, p. 22-25.

¹⁴⁴ C'est-à-dire la perte involontaire de sperme, qui signifiait la perte de *qi* ou d'énergie hyper concentrée.

¹⁴⁵ L. Crocq et M. Sailhan, « Névrose actuelle (neurasthénie; psychasthénie, névrose d'angoisse, hypocondrie) » *Encyclopédie de médecine et de chirurgie*, février 1983, p. 20.

entourage étaient sans doute considérés plus susceptibles de souffrir de neurasthénie et il fallait les informer sur le sujet et leur apporter des solutions.

En raison de la grande variété de causes et de manifestations de cette affection, de nombreux types de médicaments et d'aliments ont été présentés comme étant capables de la traiter. D'une part, le *Ling Long* affirme que les vitamines et minéraux peuvent aider à soigner la neurasthénie¹⁴⁶. Par conséquent, le magazine conseille à son lectorat de consommer certains aliments comme le foie, riche en fer, ou la pastèque, qui contient beaucoup de phosphore, pour lutter contre cette maladie¹⁴⁷. Continuant encore ici de prôner un certain pluralisme thérapeutique, il conseille aussi d'utiliser la recette populaire chinoise qui consiste à faire tremper les pieds de la personne atteinte de neurasthénie dans l'eau chaude (tiède), afin qu'elle en soit immédiatement guérie¹⁴⁸.

Le *Ling Long* incarne à la fois les habitudes alimentaires chinoises et les nouvelles tendances en matière de nutrition. Le magazine emprunte en effet à la culture millénaire chinoise et aux connaissances nutritionnelles venues d'Occident, tout en les adaptant au contexte socioéconomique local des années 1930, pour réinterpréter et redéfinir la consommation de la nourriture. Cette interprétation renvoie au lectorat une perspective rafraichissante sur l'alimentation, une perspective qui doit permettre le développement d'une nouvelle compréhension des aliments et de leur consommation, ainsi que de nouvelles habitudes censées favoriser la bonne santé. Ce phénomène et les pratiques ne s'observent pas uniquement dans le domaine alimentaire, mais également dans celui des produits pharmaceutiques qui figurent dans le magazine.

¹⁴⁶ Yi De 一德, « Duochi shuiguoshuicai de yichu 多吃水果蔬菜的益处 [Les bienfaits de la consommation des fruits et légumes] », *Ling Long*, 27 juillet 1932, N° 60, p. 446.

¹⁴⁷ « Shenggan zhi yichu 生肝之益处 [Les bénéfiques du foie cru] », *Ling Long*, 10 décembre 1935, N° 214, p. 4084; « Shuiguo yu xiaoerbing liaofa 水果与小儿病疗法 [Les fruits et les traitements des maladies des enfants] », *Ling Long*, 7 août 1935, N° 196, p. 1938.

¹⁴⁸ Wende Chen 陈文德, « Reshui liaobingfa 热水疗病法 [L'eau chaude ou tiède peut soigner des maladies] », *Ling Long*, 2 décembre 1931, N° 38, p. 1470.

2.4. Le mariage des théories médicales occidentale et chinoise pour la promotion des produits pharmaceutiques

On l'a vu, pour les Chinois, la nourriture et le médicament sont indissociables. Comme ce fut le cas pour les conseils alimentaires, les produits pharmaceutiques figurant dans le magazine étaient eux aussi le phénomène du mariage entre les fondements théoriques et les méthodes de traitement de la médecine chinoise et occidentale. Lorsque les médicaments occidentaux ont été introduits sur le marché chinois à la fin de la dynastie Qing au XIX^e siècle, il était difficile de susciter l'engouement auprès des consommateurs chinois. Pour pallier ce problème, les publicitaires ont eu recours à la vision du monde de la tradition chinoise pour faire la promotion de leurs produits. L'une de leurs façons de faire était de recourir à la terminologie de la médecine chinoise pour faire la description de leurs médicaments. Par exemple, *la pilule de fortification des reins Le Anshi* (*Le Anshi Baoshenwan* 乐安氏保肾丸), un produit fabriqué par la compagnie américaine *Le An* 乐安, et apparaissant à une quinzaine de reprises dans le *Ling Long*, utilisait le concept traditionnel chinois de la « fortification des reins », d'une importance jugée capitale pour la bonne santé de l'homme, pour décrire ses effets. Selon sa publicité, les reins seraient effectivement à l'origine de toutes les fonctions du corps masculin. Ainsi, si ses reins ne fonctionnent pas bien, l'homme devient presque inutile et incapable. C'est ce qu'exprime le principal slogan de la publicité, qui met de l'avant la voix d'un homme affirmant : « Je ne peux pas faire ce que n'importe qui peut faire » (rensuo buneng, wodubuneng 人所不能者, 我独不能) .

Quant au texte de la publicité, il fait directement référence au concept de la médecine chinoise de la fortification des reins, puisqu'il interpelle les consommateurs en leur disant¹⁴⁹ :

¹⁴⁹ Le Anshi Baoshenwan 乐安氏补肾药丸 [La pilule de fortification des reins Le Anshi], *Ling Long*, 4 avril 1934, N° 135, p. 616; 2 mai 1934, N° 139, p. 872; 27 juin 1934, N°145, p. 1258; 29 août 1934, N° 151, p. 1690; 12 septembre 1934, N° 151, p. 1818; 3 octobre 1934, N° 155, p. 1946; 17 octobre 1934, N° 157, p. 2074; 31 octobre 1934, N° 159, p. 2202; 19 juin 1935, N° 189, p. 1454; 2 octobre 1935, N° 204, p. 3198.

Fortifiez vos reins!

Manque d'énergie, mal de dos, vertiges dus à des reins fatigués ?

Consommez rapidement *Le An shi Baoshen wan*, il vous rendra la bonne santé et la vie heureuse.



Figure 2. *Baoshenwan* (fortifier les reins)

Sur cette image, les quatre hommes paraissent en effet en bonne santé et sont représentés en train de s'adonner à des activités qui demandent force et énergie. Il est évidemment sous-entendu qu'ils sont en mesure de le faire parce qu'ils ont restauré la santé de leurs reins grâce au produit annoncé.

Bien que les reins ne remplissent pas les mêmes fonctions dans la médecine occidentale et dans la médecine chinoise, les commerçants profitaient du langage familier et des préoccupations entourant cet organe dans la médecine chinoise pour faire la promotion de leur produit. Car, selon la théorie médicale occidentale, le rein est l'organe qui produit l'urine et,

même s'il interagit en relation complexe avec d'autres organes, il n'a aucun lien avec les capacités sexuelles et il est impossible de souffrir d'une carence rénale au sens où l'entend la publicité du *Le An shi baoshenwan*. Mais dans la théorie de la médecine traditionnelle chinoise, le rein est le lieu de conservation de l'essence, qui est pour l'homme le sperme, le matériau le plus précieux de son corps. Le rein a donc des fonctions nerveuse et endocrinienne, qui agissent particulièrement sur la capacité sexuelle et, par extension, sur la capacité de reproduction. Par conséquent, la carence rénale est une affection qui préoccupe particulièrement les Chinois, ce qu'a su exploiter le fabricant américain *Le Anshi*.

Cette utilisation des principes de la médecine chinoise pour la promotion de médicaments occidentaux est également répandue du côté des produits qui s'adressent spécifiquement aux femmes. En effet, si la médecine chinoise met l'accent sur l'idée selon laquelle « l'homme doit fortifier ses reins », elle fait de même en insistant sur le principe selon lequel « la femme doit enrichir son sang ». La plupart des publicités de produits pharmaceutiques étrangers pour femmes profitent de l'importance que revêt cette théorie aux yeux des Chinois. Pour eux, la femme doit enrichir son sang, car le sang est directement lié aux menstruations et au cycle menstruel et, par extension, à la fécondité.

Les deux médicaments étrangers pour femmes les plus populaires à l'époque, du moins à la lecture du magazine, *Trésor du monde féminin* (*Nü jièbao* 女界宝) et *Rouge chaque mois* (*Yuèyuèhong* 月月红), utilisent cette stratégie hybride de promotion. Leurs publicités affirment par exemple que le « *Yuèyuèhong* est le seul produit efficace contre la dysménorrhée et qui facilite la circulation sanguine » et que « *Nüjièbao* nourrit et enrichit le sang, soigne la dysménorrhée, et prévient les fausses couches »¹⁵⁰. Il est donc possible de voir que ces deux publicités utilisent la théorie de la médecine traditionnelle chinoise pour mettre l'accent sur le concept du sang, puisque selon cette théorie, la régularité des menstruations, dépendante de la qualité du sang, est considérée comme le fondement de la santé des femmes.

¹⁵⁰ « Yueyuehong 月月红 [Rouge chaque mois-menstruation] », « Nüjieba 女界宝 [Le trésor du monde féminin] », *Ling Long*, 20 juin 1933, N° 100, p. 965; 17 octobre 1933, N°116, p. 1946.

Si les fabricants de médicaments occidentaux utilisaient des concepts relevant de la médecine chinoise pour faire la promotion de leurs produits, à l'inverse, les commerçants chinois ne se gênaient pas pour utiliser les repères médicaux occidentaux pour vendre leurs produits pharmaceutiques. Dans les années 1920, le nombre de ressortissants étrangers vivant à Shanghai a beaucoup augmenté et les habitants de Shanghai étaient de plus en plus familiers avec la culture occidentale, sa médecine et ses produits de consommation. Considérés par une certaine frange de la population comme étant plus modernes, ces produits faisaient l'objet d'une demande grandissante. Par conséquent, l'emprunt de références à la médecine occidentale est devenu fréquent dans les publicités de médicaments chinois et les commerçants vendaient souvent leurs produits dans des emballages de style occidental pour attirer la clientèle.

Par exemple, Huang Chujiu 黄楚久, connu de toute la Chine au début du XXe siècle comme le roi de la publicité, a présenté un de ses médicaments, le *Aliluo Brain Tonic*, comme venant d'Occident même s'il n'avait ni partenaire ni soutien financier occidental. Ce produit, devenu un produit vedette de l'époque, était distribué sous un nom chinois, *Ailuo bunaozhi* 爱罗补脑汁¹⁵¹, qui fait penser à une translittération de sa dénomination en anglais. Même si Huang n'est jamais allé en Occident, et qu'il n'avait jamais étudié la pharmacologie ou reçu la moindre éducation occidentale que ce soit, il n'a pas hésité à présenter son entreprise et ses produits de façon à ce qu'ils paraissent avoir une origine occidentale. En 1890, quand il a déménagé son entreprise dans la concession française de Shanghai, il a transformé sa pharmacie à l'ancienne en un commerce au style et au nom d'apparence occidentale¹⁵². Comme lui, plusieurs fabricants de médicaments chinois n'ayant peu ou pas de connaissance et de contact avec l'Occident, faisaient la promotion de leurs produits en donnant l'impression qu'ils s'agissaient de produits occidentaux. Pour ce faire, ils utilisaient principalement deux stratégies : l'adoption d'un nom étranger ou l'affirmation d'une quelconque filiation avec une

¹⁵¹ Cochran, *Chinese Medicine Men*, p. 89.

¹⁵² *Ibid.*, p. 39- 40.

autorité médiatique occidentale. Dans le *Ling Long*, il est effectivement possible de remarquer que pour attirer les consommateurs, des noms anglais sont donnés à certains médicaments chinois. C'est le cas par exemple de la marque Livex¹⁵³, qui apparaît à douze reprises dans les pages du magazine, et qui est en fait une marque de médicament destiné à compléter le sang fabriqué par la Xinyi Pharmaceutical Factory (信谊制药厂) de Shanghai. De prime abord, il est donc effectivement difficile de savoir s'il s'agit d'un produit importé ou d'un produit local.

Considérant que le médicament traditionnel occupe toujours une place très importante dans les habitudes et pratiques de santé chinoises à l'époque et, qu'en même temps, la culture, les technologies et la médecine occidentales sont de plus en plus appréciées des Chinois, des commerçants combinent des éléments des deux cultures pour promouvoir leurs produits. Un des exemples typiques de cette stratégie se retrouve dans la promotion d'un médicament chinois dont le *Ling Long* fait la promotion en mettant de l'avant l'idée qu'il a été inventé par un médecin allemand, mais que la compagnie locale y a ajouté des plantes de grande qualité afin de l'adapter à la santé chinoise. Dans sa publicité, le médicament est présenté comme suit :

Inventé par un médecin allemand, notre compagnie y a ajouté des plantes de haute qualité afin de l'adapter à la santé chinoise. Son efficacité est magique contre tous ces symptômes : Mauvaise mine, courbatures, règles irrégulières, maux de tête et de cœur, tremblement, amnésie léthargie, palpitation irrégulière, nervosité, et permet également de retrouver ses esprits.

¹⁵³ « LIVEX ganfuli 肝弗利 », *Ling Long*, 24 juin 1936, N° 242, p. 1858; 8 juillet 1936, N° 244, p. 2014; 22 juillet 1936, N° 245, p. 2178; 5 août 1936, N° 248, p. 2338.

婦 女 隱 痛 之 救 星

攻玲紛係德國名醫所發明專
 治婦女各病之靈藥。由本社
 參加高貴名藥以適合吾國婦
 女之體質。對於下列各症尤
 著神效：
 面黃肌瘦。腰酸背痛，經水
 不調，時時抖戰，頭痛心跳
 ，記憶薄弱，精神恍惚。懶
 於動作。心潮起伏，煩悶不
 樂等……
 一乙製藥社監製每瓶五
 角（掛號寄費加二角）
三和公司總經理
 上海南京路一三八號

Figure 3. *Funü yintong zhi jiuxing* (Sauveur de la douleur pour la femme)

En somme, bien que les médecines chinoise et occidentale présentent beaucoup de différences quant à leurs fondements théoriques et leurs méthodes de traitement, le phénomène du mariage entre les deux, notamment à des fins promotionnelles, était très courant dans les années 1930. Ainsi, la plupart des Chinois ne pensaient probablement pas que les deux types de médecine s'excluaient mutuellement, mais plutôt qu'elles se complétaient l'une et l'autre et qu'en les utilisant toutes les deux elles pouvaient sans doute donner de meilleurs résultats.

Dans ce chapitre, nous avons pu constater que, dans la Chine du début du XX^e siècle, ce que reflète particulièrement bien le *Ling Long*, les médicaments et les régimes alimentaires thérapeutiques occidentaux et traditionnels chinois s'entremêlent. Les Chinois ne voyant pas nécessairement d'incompatibilité entre les traitements préventifs et curatifs des systèmes médicaux chinois et occidental, et voyant même probablement une opportunité à les amalgamer, ils n'ont pas hésité à marier leurs langages, leurs concepts et leurs références. Les Chinois, considérant également les aliments comme des remèdes, ont généralement bien accueilli les connaissances qu'apportait la science occidentale à la nutrition et, comme l'ont démontré les exemples tirés du *Ling Long*, les ont intégrés à leurs savoirs et à leurs pratiques traditionnelles. Ce chapitre a aussi indirectement démontré que le *Ling Long* n'a jamais pris parti pour l'un ou l'autre des deux systèmes médicaux. Il ne favorise en effet jamais les connaissances issues de la médecine occidentale au détriment de celles issues de la médecine

chinoise, et cela bien qu'il y ait eu beaucoup de controverses entourant la place et la valeur de médecine traditionnelle chinoise au début du XX^e siècle. Nous nous apercevons ainsi que même si les nouveaux traitements pharmaceutiques et les nouvelles connaissances nutritionnelles ont progressivement pénétré le quotidien des Chinois, notamment par le biais de magazine tels que le *Ling Long*, les concepts et les habitudes alimentaires rattachées à la médecine traditionnelle chinoise ont continué d'occuper une place très importante dans la prévention et la guérison des maladies. Il apparaît donc que l'intégration des médecines chinoise et occidentale s'est fait progressivement au cours du processus lent, auquel les médias ont aussi très certainement participé. Dans le chapitre suivant, nous allons pousser un peu plus loin l'analyse en regardant comment et avec quels effets le magazine a conseillé à son lectorat d'intégrer le lait de vache au régime alimentaire de l'enfant.

Chapitre III. Le *Ling Long* et (les limites de) la promotion du lait de vache

Après la première guerre de l'Opium de 1840 à 1842, et la signature d'une longue série de traités inégaux qui a forcé l'ouverture du pays dont économique et commerciale, les Occidentaux entrent en Chine avec des nouveaux produits alimentaires dont des produits laitiers à base de lait de vache. Sous l'influence de l'idée « fortifier le peuple, renforcer la nation », les nutritionnistes et médias, mettent de l'avant une image scientifique de ces produits et les présentent comme des aliments utiles, par leur grande valeur nutritionnelle, afin de fortifier le corps individuel et renforcer la nation. Pour le dire autrement, la consommation du lait de vache et de ses produits dérivés par la population chinoise est de plus en plus considérée nécessaire à l'entreprise de modernisation qui doit mener la Chine à un degré de développement similaire à celui des puissances occidentales. Dans ce chapitre, nous allons voir comment le magazine *Ling Long* a participé à ce phénomène, en conseillant notamment à son lectorat d'intégrer le lait de vache au régime alimentaire de l'enfant, et de la femme enceinte. Dans un premier temps, nous verrons que le lait de vache est présenté comme un produit sain et fortifiant, ayant le potentiel de fortifier le corps individuel et, par extension, de renforcer la nation. Ensuite, en brossant un bref portrait de la consommation de lait animal en Chine, nous verrons que même si cette tradition existe, elle ne se traduit pas de la même façon qu'en Occident. Dans la dernière partie, nous verrons que le *Ling Long*, même s'il fait la promotion de la consommation du lait de vache, notamment pour les jeunes enfants, le fait en tenant compte des connaissances scientifiques et du contexte socioéconomique de l'époque. Ainsi, le magazine continue de donner préséance au lait maternel, considéré plus nutritif et plus digeste, et présente le lait de vache comme un substitut imparfait à ce dernier. Il propose également des alternatives plus accessibles, comme le lait de soya, aux femmes dont les moyens financiers, les équipements domestiques ou la situation géographique ne leur permettent pas de se procurer et/ou de conserver un tel produit, ainsi que des compléments nutritifs, comme l'huile de foie de morue, à ces substituts imparfaits. Comme dans les

précédents chapitres, celui-ci nous permet d'analyser comment les nouvelles connaissances nutritionnelles ont été adaptées au contexte chinois, mais cette fois-ci à travers un cas d'étude spécifique et éclairant.

3.1 Le lait de vache comme produit fortifiant

Dans les premières années du XX^e siècle, le lait de vache est non seulement présenté par les scientifiques et les nutritionnistes occidentaux comme un aliment sain et fortifiant, mais pour certains d'entre eux, sa consommation sert d'unité de mesure pour évaluer la force et la puissance des différentes nations. C'est par exemple la raison pour laquelle, dans son ouvrage *The Newer Knowledge of Nutrition: the Use of Food for the Preservation of Vitality and Health* paru en 1918, le biochimiste américain Elmer V. McCollum préconisait une alimentation basée sur la consommation de lait, d'œuf, et de légumes. D'après son analyse, les Occidentaux, qui consommaient quotidiennement du lait de vache, étaient plus ambitieux, et par conséquent, supérieurs aux autres peuples dans les domaines littéraire, scientifique, artistique ou encore politique¹⁵⁴. De plus, selon ce qu'affirmaient Samuel Crumbine et James Tobey en 1929 : « les races qui ont subsisté dans les régimes laitiers sont celles qui ont fait l'histoire et qui ont le plus contribué au progrès de la civilisation »¹⁵⁵. Ainsi, la consommation de produits laitiers, qui aurait aussi contribué à l'augmentation de la masse et de la taille des Occidentaux, les aurait plus largement poussés à l'innovation, au développement culturel, intellectuel et technique.

Les Occidentaux n'étaient pas les seuls à adhérer à cette théorie. Certains nutritionnistes chinois ont aussi intégré cette interprétation de l'histoire à leur discours et ont considéré la consommation du lait de vache comme un facteur déterminant pour le progrès et le

¹⁵⁴ Elmer V. McCollum, « Milk as a Factor in Race Development », *The China Medical Journal*, Vol 34, N° 1, January 1920, p. 98-99.

¹⁵⁵ *Ibid.*, p. 109.

renforcement de la nation chinoise. Dans son livre *Introduction à la nutrition*, Wu Xian, l'un des nutritionnistes chinois les plus représentatifs de l'époque, explique par exemple qu'en raison de leur consommation régulière de produits laitiers le régime alimentaire des Occidentaux était sans doute beaucoup plus riche en nutriments que celui des Chinois. Selon lui:

Le beurre, qui est riche en vitamines, occupe une place importante dans l'alimentation des Occidentaux, alors que les Chinois consomment principalement des huiles tel que lard du porc, l'huile de soja ou l'huile de colza, qui ne contiennent que peu de vitamines. Il s'avère donc que l'apport en vitamines dans l'alimentation des Chinois est inférieur à celui des Occidentaux. Le lait de vache et les œufs contiennent également de la vitamine A, mais il s'agit d'aliments que les Chinois consomment très peu, ce qui explique que le régime alimentaire des Chinois présente souffre d'un manque vitamine A. De plus, comme le lait et, plus spécifiquement, le jaune d'œuf sont riches en vitamine D, le fait que les Chinois ne boivent pas de lait de vache, a pour conséquence que leur diététique présente une grave carence en vitamine D. En ce qui concerne les micronutriments, le fait que les Occidentaux consomment tous les jours du lait, qui est la meilleure source de calcium, alors que très peu de Chinois en consomment, explique aussi que les Chinois manquent comparativement de calcium¹⁵⁶.

Selon Wu, qui reprend ainsi les mêmes idées que ses homologues occidentaux, ce sont ces différences marquées dans les habitudes de consommation des produits laitiers qui auraient été à la source de la vigueur du corps des Occidentaux d'un côté, et de la faiblesse physique des Chinois de l'autre. De même, dans la préface de son livre *Niunai jiqi zhipin* (Lait et produits laitiers), Wu Xinfu 吴信法 (1819-1934) soutient que « les aliments préconisés par les scientifiques, comme le lait et les produits laitiers sont économique, hygiénique, avec une grande valeur nutritionnelle » et que « toute nation qui ne suit pas les avancées scientifiques se verra retardée¹⁵⁷ ».

¹⁵⁶ Xian Wu, *Ying yang gai lun* 营养概论 [Introduction générale à la nutrition], p. 12.

¹⁵⁷ Xinfu Wu 吴信法, *Niunai jiqizhipin* 牛奶及其制品 [Le lait de vache et ses produits], Shanghai 上海, Zhengzhong shuju 正中书局, 1977, p. 1.

Dans les années 1930, les voix qui appellent au renforcement de la nation se font de plus en plus entendre en Chine, on l'a mentionné. L'amélioration de la santé et l'augmentation de la vigueur de la population, dont la nutrition était considérée comme l'un des principaux piliers, exigeaient des actions individuelles et collectives sans précédent, qui devaient être entreprises dès les premiers stades de la vie. C'est du moins ce que laisse entendre Gu Cheng 顾城 (sous un nom de plume), dans un article paru dans la revue *Jiating xingqi* (Revue de la famille hebdomadaire). Pour lui, la santé des plus jeunes est essentielle pour la santé de la population en général –dans l'entre-deux-guerres ce sont des considérations majeures à l'échelle du monde, les problèmes de santé des enfants sont vus comme étant à la base de tous les autres problèmes et se doivent dès lors d'être résolus en priorité¹⁵⁸. « Comment pouvons-nous assumer la responsabilité de la reconstruction nationale si nos enfants sont faibles et ne peuvent se développer bien? », explique-t-il. Selon lui, l'examen physique des enfants n'a pas simplement comme objectif de leur diagnostiquer des maladies, mais son but premier est de contribuer à améliorer leur alimentation¹⁵⁹.

À l'instar de plusieurs autres scientifiques et intellectuels de l'époque, Gu Cheng affirme que pour mieux fortifier la nation, une attention particulière doit être portée à la nutrition dès l'enfance, voire jusque dans le ventre de la mère, *in utero*, et que pour assurer la croissance et le développement des fœtus, puis des enfants, le lait de vache devrait forcément faire partie de l'alimentation quotidienne des femmes enceintes et de leur future progéniture¹⁶⁰.

¹⁵⁸ Cheng Gu 顾城, « Zengyang zengjin ertong de jiankang 怎样增进儿童的健康 [Comment améliorer la santé de l'enfant] », *jiating xingqi* 家庭星期 [Revue de la famille hebdomadaire], 7 février 1935.

¹⁵⁹ *Ibid.*

¹⁴⁶ *Ibid.*

3.2 Les racines de la consommation du lait de vache en Chine

Le lait animal, le lait fermenté et le beurre sont connus depuis longtemps en Chine. Pourtant, ils n'ont jamais été consommés par la majorité des Chinois, ni même par les enfants; ces produits sont longtemps restés, semble-t-il, le privilège d'une consommation urbaine et de luxe¹⁶¹. En fait, les archives des différentes dynasties ne recommandent bien souvent la consommation de lait animal qu'en cas de maladie. Autrement, elles prescrivent aux mères de donner aux nourrissons du lait de vache, de chèvre, ou de truie, mais seulement dans le cas d'un manque de lait maternel et pas à la suite du sevrage.

Les écrits de Sun Si Miao 孙思邈 (541-682), produits sous la dynastie des Tang, sont les premiers à avancer l'idée que le lait provenant de l'élevage des bovins pouvait servir à se nourrir et à soigner les maladies. Plus tard, le *Compendium de Materia Medica*, complété en 1578, indiquait que le lait de vache sucré, un peu froid, était exempt de toxines et permettait de fortifier le Qi, de résister à la soif, de fortifier le cœur et les poumons, de dissiper la toxicité chaude, de nourrir la peau et de contrôler l'enfant qui régurgite du lait maternel¹⁶². Au XIX^e siècle, sous la dynastie des Qing, Wang Mengying 王孟英 (1808-1868) écrivait que « le lait de vache sucré, ne présentant pas de risque de toxicité et ayant des caractères stables, pouvait effectivement être un équivalent du lait maternel¹⁶³ ».

Cependant, en Chine, durant toute la période impériale, les bovins ne sont pas élevés pour leur viande et leur lait, mais sont principalement utilisés pour le labour¹⁶⁴. Le pays jouissant au Sud de la Grande Muraille de précipitations annuelles très abondantes, pouvant dépasser les 400 millimètres de pluie, et de terres très fertiles, l'agriculture y est plus développée que

¹⁶¹ K, c, ed Chang, *Food in Chinese Culture*, p. 206.

¹⁶² Shizhen Li, Vol 50, p. 5.

¹⁶³ Shixiong Wang 王士雄, *Suixi ju shipu* 随息居食谱 [Les recettes de diététique Suixi], 1861, catégorie: Shui yinlei-nai 水饮类-奶: diète hytrique- lait, p. 8.

¹⁶⁴ Lo, *Mother's Milk and Cow's Milk*, p. 2.

l'élevage et les bovins servent à faciliter l'exécution des travaux aux champs. En conséquence, il n'y a que les Manchous, les Mongoles et les Tibétains, habitant des territoires moins propices à l'agriculture, qui ont développé un élevage destiné à la consommation et à la transformation du lait en divers produits, comme le « fromage » frais, appelé *rubing* 乳饼, obtenu par le caillage du lait avec du vinaigre¹⁶⁵. Comme la production de lait et de ses dérivés est très faible à l'échelle de la Chine, ces produits n'ont pas été intégrés aux habitudes alimentaires de la majorité de la population, et sont restés des denrées rares et précieuses, réputées pour leurs potentiel nutritif et curatif, utilisées notamment à la Cour de l'empereur à partir du XIV^e siècle pour la préparation de pâtisseries et de bouillies¹⁶⁶.

Même si la consommation du lait et des produits laitiers a des racines anciennes en Chine, elle reste donc un phénomène assez marginal jusqu'au début du XX^e siècle. De plus, le lait qui est produit sur le territoire chinois jusqu'alors ne provient pas des mêmes types de bovins que ceux utilisés en Occident, surtout ce qui différencie au regard des avancées scientifiques relevant du domaine de la nutrition. En effet, même si les vaches de Chine proviennent de la même espèce que celles d'Europe, c'est-à-dire du *bos taurus*, la domestication et les mutations génétiques ont donné lieu à des types d'animaux très différents. Ainsi, le lait des bufflonnes et des vaches chinoises n'a pas la même composition que celui tirés de leurs congénères occidentales. Au début du XX^e siècle, les recherches de l'Institut de Ling Nan de Canton (Guangzhou), montraient que le lait de bufflonne et de vache en Chine contenait respectivement 12.66% et 8% de matières grasses, alors que celui des vaches occidentales en contenait entre 3.6% et 3.8%, un taux qui se situait beaucoup plus près de celui du lait maternel –évalué à environ 3.5%. Ainsi, en raison de sa haute teneur en matières grasses, le lait produit localement s'avérait plus difficile à digérer et sa consommation d'autant moins

¹⁶⁵ Chang, *Food in Chinese Culture*, p. 225.

¹⁶⁶ Hongqi Yuan 苑洪琪, *Zhongguo gongting yinshi* 中国的宫廷饮食 [L'alimentation de la Cour impériale chinoise], Beijing, 北京, Shangwuyinshuguan guojiyouxiangongsi faxing Xinhua shudian 商务印书馆国际有限公司 : 发行新华书店, 1997, p. 23.

indiquée sur une base quotidienne, particulièrement pour les nourrissons, dont l'estomac en développement est plus fragile.

Au milieu de XIX^e siècle, afin de répondre aux habitudes alimentaires des Occidentaux installés à Shanghai, qui se retrouvaient d'une part face à une très faible production locale de lait de vache, de surcroît inappropriée à leurs goûts et besoins nutritionnels, et d'autre part face à l'impossibilité d'importer du lait en raison des problèmes liés à sa conservation durant le trajet, des vaches sont importées d'Europe¹⁶⁷. Graduellement, des dépôts de lait, lieux à partir desquels le lait est distribué après avoir été soumis à des contrôles de qualité et de salubrité, sont successivement mis sur pied dans les ports chinois ouverts au commerce occidental. C'est dans ces conditions que dans les années 1930, sous l'influence de nouvelles connaissances nutritionnelles et de la culture occidentale, le lait et ses différents produits dérivés, même s'ils demeurent toujours des aliments dispendieux et hors de portée pour la majorité de la population chinoise, ne sont plus une rareté dans les grandes villes chinoises. C'est d'autant

¹⁶⁷ Au XX^e siècle, les vaches importées d'Europe sont issues de plusieurs espèces dont Holstein et Guernsey de Hollande, Jersery de Suisse et Ashier de Grande-Bretagne.

plus vrai à Shanghai, qui devient même le leader¹⁶⁸ de la production laitière au pays, et où s'établissent rapidement plusieurs des grandes marques chinoises de produits laitiers¹⁶⁹.

3.3 La promotion du lait de vache par la publicité

Avec la production croissante de lait de vache en Chine, particulièrement à Shanghai donc, vient également l'essor de la publicité faisant la promotion de ce nouveau produit de consommation. Les connaissances en nutrition étant de plus en plus prises en compte dans les choix alimentaires effectués par les Chinois, plusieurs commerçants de lait ont façonné une image scientifique de leurs produits et utilisé des arguments se rapportant à l'idée de la fortification du corps et du renforcement national pour mousser leur vente. La fascination du public pour les produits vitaminés a incontestablement influencé les publicités de produits laitiers dans les années 1920 et 1930¹⁷⁰.

¹⁶⁸ En 1936, Nanjing comptait 30 fermes laitières pour un total de cinq ou six cents têtes de bétails. Qingdao, Beijing, Tianjin, et Hankou rapportent avoir 40 à 50 crémèries. Si l'on exclue la Mongolie, il y avait 10,000 vaches laitières pour toute la Chine produisant plus de 13 millions de litres de lait. À l'époque, une bonne vache produisait environ 2200 litres par an pendant 3 ans. Shanghai était leader incontesté en ce qui concerne la production de lait avec 2,800,000 litres par an en comparaison avec 44000 produits par Nanjing et Canton (Wu xinfu 吴信法, *Niunai jiqizhipin* 牛奶及其制品 [Le lait de vache et ses produits], Voir aussi: Xiaojing Ke 柯小菁, *Su zao xin mu qin: Jin dai zhong guo yuer zhishi de chenggou ji shijian (1900-1937)* 塑造新母亲 :近代中国育儿知识的成果及其实践 1900-1937 [Devenir une nouvelle mère: les réalisations et la pratique de la connaissance parentale dans la Chine moderne 1900-1937], Taiyuan 太原, Shan xi jiaoyu chubanshe 山西教育出版社, 2011, chapitre 3.

¹⁶⁹ Shangdian Wang 王尚殿, *Zhongguo shipin gonye fazhan jianshi* 中国食品工业发展简史 [Brève histoire du développement de l'industrie alimentaire en Chine], Taiyuan, 太原, Shanxi kexue jiaoyu chubanshe, 山西科学教育出版社, 1987, p. 255.

¹⁷⁰ Rima D. Apple, *Vitamina: Vitamins in American Culture*, New Brunswick, N.J.: Rutgers University Press, 1996, p. 14.

Plusieurs marques de lait mettent effectivement l'accent sur des arguments de vente liés aux vitamines. Par exemple, la marque chinoise Huimin 惠民 choisit un nom en anglais pour son produit phare, le Vitamilk, qui fait directement référence aux vitamines. De son côté, Ostermilk insiste sur le fait que son lait contient de la vitamine D. Pour se démarquer, la marque Niulan quant à elle affirme que son lait contient non seulement des vitamines, mais aussi des substances minérales¹⁷¹. Autre stratégie de vente éprouvée que l'on a déjà mentionnée : faire endosser le produit par une autorité scientifique. À la fin du XIX^e siècle, les commerçants laitiers américains s'allient déjà avec des pédiatres, des médecins et des instituts de recherche afin de faire augmenter la consommation du lait de vache dans la population et de voir ainsi s'accroître leurs ventes¹⁷². En Chine, même si les liens entre l'industrie laitière et la communauté médicale sont moins étroits, les commerçants laitiers utilisent les commentaires positifs qu'émettent certains médecins à propos du lait de vache pour donner plus de poids à leurs publicités. C'est ainsi que la marque Huimin a publicisé le fait que le 17 novembre 1928, le Dr. Wu Lien-teh a prescrit du Vitamilk à un jeune enfant en prêtant au produit les mêmes fonctions et bienfaits que le lait maternel. Les ventes auraient rapidement augmenté¹⁷³.

Les commerçants faisaient non seulement du lait de vache un produit nutritif et scientifiquement approuvé, mais ils en faisaient même à l'occasion un équivalent du lait maternel. À cette époque, la majorité des magazines et des journaux chinois publiaient des articles concernant les meilleures pratiques pour avoir des bébés et des enfants en bonne santé, et par extension une nation forte et vigoureuse¹⁷⁴. Bien nourrir les nouveau-nés et les jeunes enfants étant une responsabilité relevant de la mère, plusieurs marques de lait ont joué la carte de la culpabilisation, et d'abord de la responsabilisation des mères se trouvant dans

¹⁷¹ *Shenbao*, 5 mai 1934, Vol. 7, et le 23 mai 1937, Vol. 2, Page non identifiée.

¹⁷² Rima D. Apple, *Mothers and Medicine: A Social History of Infant Feeding, 1890–1950*, Madison, University of Wisconsin Press, 1987, p. 34.

¹⁷³ *Shenbao*, 4 décembre 1928, Vol.13, page non identifiée.

¹⁷⁴ Sarah E Stevens, "Making Female Sexuality in Republican China: Women's Bodies in the Discourses of Hygiene, Education, and Literature", Thèse de doctorat en histoire, Indiana University, 2001, p. 20.

l'impossibilité d'allaiter leur bébé pour mettre de l'avant leur produit et le positionner comme un équivalent au lait maternel. Ainsi la rumeur selon laquelle une mère de Shanghai se serait suicidée au début des années 1930 parce qu'elle ne pouvait pas allaiter son enfant a été reprise par nombre de commerçants. C'est ainsi que dans une de ses publicités, Ostermilk, présente un mari qui écrit une lettre à son épouse pour la persuader de ne pas s'inquiéter de son manque de lait maternel, car le lait d'Oster pouvait très bien le remplacer¹⁷⁵.

Certains publicitaires vont même jusqu'à affirmer que le lait de vache est supérieur au lait maternel, ou du moins qu'il présente des avantages par rapport à ce dernier. C'est ce que prétend la première publicité de lait de vache parue dans le *Shenbao* le 30 juillet 1892, publicité sur laquelle figure la pharmacie de la Rue Da Malu à Shanghai et qui stipule que « la parturiente faible ne pouvant pas allaiter son enfant, du lait de vache peut lui être donné en remplacement, ce qui fonctionne même mieux que le lait maternel »¹⁷⁶. Des commerçants utilisent également à leur avantage l'idée selon, laquelle le tempérament, les émotions et les comportements de la mère sont susceptibles d'affecter la qualité de son lait, une idée notamment largement acceptée en médecine chinoise. Dans une publicité de 1915, la marque américaine Algue Milk souligne que, contrairement à son produit, le lait maternel est instable en raison des joies, des peines et des colères vécues par la mère¹⁷⁷.

Malgré les efforts des publicitaires pour convaincre les Chinois des vertus du lait de vache pour les nouveau-nés et les jeunes enfants, le lait maternel va continuer d'occuper une place de choix aux yeux du public dans les années 1930 et les familles qui peuvent se le permettre continuer de préférer la nourrice au lait de vache quand la mère ne peut ou ne veut pas allaiter son enfant. Il n'est donc pas rare de voir à cette époque des publicités pour le lait de vache qui mettent de l'avant ce produit en dévalorisant le recours à une nourrice. Dans ces publicités, le lait des nourrices est présenté comme un aliment qui n'est ni hygiénique ni

¹⁷⁵ *Funü xunkan* 妇女旬刊 [Revue de femme publiée tous les dix jours], 1er juin 1936, Vol 19, p. 10.

¹⁷⁶ *Shenbao*, 30 juillet 1892, page non identifiée.

¹⁷⁷ *Shenbao*, 20 septembre 1915, page non identifiée.

nourrissant et qui, au final, peut même nuire à la santé des enfants. En façonnant ainsi une image scientifique pour le lait de vache, en le présentant comme un aliment riche en vitamines et minéraux et en le comparant avantageusement au lait maternel et au lait des nourrices, les commerçants laitiers chinois tirent clairement profit du mouvement lancé par le Guomindang appelant à « fortifier le corps et à renforcer la nation ».

3.4 La place du lait de vache dans les conseils alimentaires du *Ling Long*

Bien que le *Ling Long* ne fasse aucune place aux publicités pour le lait de vache à l'intérieur de ses pages, il n'en reste pas moins qu'il contribue, à travers ses conseils alimentaires, à promouvoir le produit auprès de son lectorat, en l'associant notamment à l'effort de fortification nationale lancé par le gouvernement chinois. Bien que le magazine présente le lait de vache comme un aliment convenant à toute la population chinoise, notamment en raison de sa grande valeur nutritive, de sa richesse « en protéines, gras, lactose, oligo-éléments et vitamines »¹⁷⁸, le *Ling Long* considère qu'il s'agit d'un produit dont la consommation régulière est particulièrement indiquée pour les femmes enceintes et les enfants.

Influencé autant par les principes de la médecine chinoise que par les nouvelles connaissances apportées par la médecine occidentale, le magazine se range derrière le consensus selon lequel la nourriture consommée par la mère durant la grossesse influence largement la santé de son bébé¹⁷⁹. Il prévient ainsi ses lectrices que « pour avoir un bébé de bonne santé, il faut fortifier le corps de la mère »¹⁸⁰. Nombre d'articles affirment que pour que

¹⁷⁸ « Jingji de bupin 经济的补品 [Les aliments toniques et économiques] », *Ling Long*, 10 octobre 1932, N° 70, p. 927;

« Yunfuyinshi 孕妇饮食 [L'alimentation de la femme enceinte] », *Ling Long*, 29 avril 1936, N° 234, p. 1212.

¹⁸⁰ « Xinbian jiazheng xue 新编家政学 [La nouvelle connaissance ménagère] », *Xiatian zazi* 夏天杂志 [Magazine d'été], s.l, p. 9.

ce faire, le lait de vache est un bon allié. Il est donc souvent répété qu'au cours de la grossesse, le lait est la meilleure nourriture¹⁸¹, que la femme enceinte doit boire du lait tous les jours¹⁸², que le lait et ses produits dérivés sont des aliments des plus fortifiants et digestes pour la femme enceinte¹⁸³.

Le *Ling Long*, présente également le lait de vache comme un aliment idéal pour assurer la croissance et le bon développement de l'enfant, une fois qu'il est venu au monde et, surtout à partir du moment où il est sevré¹⁸⁴. Si les experts en médecine chinoise préconisent le sevrage du lait maternel pour les enfants âgés entre 2 et 3 ans¹⁸⁵, voire dans certains cas entre 4 et 5 ans, jusqu'au XX^e siècle il n'est pas rare que les mères chinoises continuent de donner de leur propre lait à leurs enfants, en complément de leur alimentation solide, jusqu'à l'âge de 6 ans¹⁸⁶. Selon le magazine, il est pourtant possible de sevrer les enfants beaucoup plus tôt, en diminuant la fréquence de l'allaitement à partir de 6 ou 7 mois, à l'instar de ce que conseillent les pédiatres occidentaux de l'époque¹⁸⁷, pour ensuite y mettre fin complètement entre l'âge de 12 et 18 mois¹⁸⁸. *Ling Long* souligne toutefois que lors de cette période de transition, de même que lorsqu'elle est complétée, il faut porter une attention particulière à l'alimentation de

¹⁸¹ « Huaiyun yu shengchan de weisheng 怀孕与生产的卫生 [L'hygiène de la grossesse et de l'accouchement] », *Ling Long*, N° 77, 7 décembre 1932, p. 1262.

¹⁸² *Ibid.*, p.1354.

¹⁸³ *Ibid.* p. 1354 et p. 1674.

¹⁸⁴ Lian Cheng 连城, « Yinghai de yinshi 婴儿的饮食 [L'alimentation du bébé] », *Ling Long*, 14 novembre 1934, N° 160, p. 2249.

¹⁸⁵ Ping-chen Hsiung, *A Tender Voyage : Children and Childhood in Late Imperial China*, Stanford, Stanford University press 2005, p. 92.

¹⁸⁶ Jiayong Liang 梁永嘉, « duanru,断乳 [Le sevrage] », *Funüazhi 妇女杂志*[La revue des Dames], N° 2, février 1924, p. 324-325.

¹⁸⁷ Apple, *Mothers and Medicine*, p. 36 et Zhuman 朱曼 et HuangHe 何煌, « Yinger duanru yihou 婴儿断乳以后 [La nourriture après le sevrage] », *Ling Long*, 21 décembre 1932, N° 79, p. 1376.

¹⁸⁸ « Yinger duanru yihou 婴儿断乳以后 [Le bébé après le sevrage] », *Ling Long*, 12 décembre 1932, N° 79, p. 1376. « Buru yu duanru 哺乳与断乳 [L'allaitement et le sevrage] », *Ling Long*, 6 février 1935, N° 171, p. 284.

l'enfant et que le lait de vache est le meilleur aliment pour s'assurer d'un apport optimal en nutriments¹⁸⁹.

Si le périodique n'hésite pas à recommander la consommation de lait de vache pour les enfants pendant et à la suite du sevrage, il continue tout de même de lui préférer le lait maternel dans le cas des nourrissons. Le lait de vache est effectivement considéré comme le meilleur substitut dans les cas où la mère se voit dans l'impossibilité d'allaiter son enfant, mais il n'en reste pas moins un substitut imparfait. Du point de vue du magazine, dans des circonstances normales, l'allaitement devrait être un geste naturel, voire instinctif, et chaque mère, même les mères modernes, devrait allaiter son propre enfant¹⁹⁰. Le *Ling Long* est toutefois aussi conscient que dans la réalité, en raison notamment de maladies, de la nécessité d'occuper un emploi, ou tout simplement en raison d'un manque de lait, certaines mères ne sont pas, ou pas suffisamment, en mesure d'allaiter leurs enfants et décident de les nourrir au biberon.

C'est certainement le cas de plusieurs femmes de Shanghai, qui sont de plus en plus nombreuses à travailler en dehors du foyer dans les premières décennies du XX^e siècle. En 1935, un reportage montre que les ouvrières de Shanghai travaillent en moyenne entre 9 et 12 heures par jour, et celles qui sont employées dans les secteurs de la soie, du coton, de la confection de vêtements et de l'imprimerie sont soumises à des journées de travail d'au moins 12 heures et pouvant aller jusqu'à 18 heures¹⁹¹. Même les femmes qui jouissent de meilleures conditions d'emploi et des journées de travail moins longues, comme les vendeuses, les

¹⁸⁹ « Ertong de shiwu 儿童的食物 [La nourriture de l'enfant] », *Ling Long*, 20 novembre 1935, N° 212, p. 3922; et Jing Hui 静辉, « Xiaoerduanruhou zhi shidang shiliao 婴儿断乳以后之适当食料 [La diététique de l'enfant après le sevrage] », *Ling Long*, 9 décembre 1931, N° 39, p. 1540.

¹⁹⁰ Ying Miao 妙英, « Zuo yiwei xiandaide qizi 做一位现代的妻子 [Etre une femme moderne] », *Ling Long*, 6 septembre 1933, N° 109, p. 1529 et xianzhen Xu 许贤贞, « Xinnüzi de zeren 新女子的责任 [Les responsabilités de la nouvelle femme] », *Ling Long*, 13 mars 1935, N° 175, p. 519-521.

¹⁹¹ Emily Honig, *Sisters and Strangers: Women in the Shanghai Cotton Mills, 1919-1949*, Stanford: Stanford University Press, 1986, p. 146-147.

secrétaires, les enseignantes, ou les infirmières, doivent généralement se soumettre à des semaines de travail de 6 jours. Pour celles qui occupent de tels emplois tout en ayant des enfants, ce qui n'est pas rare, il est très difficile de poursuivre l'allaitement après le retour au travail, qui se fait généralement assez rapidement. Même si quelques employeurs permettent aux mères de prendre des pauses pour allaiter leur enfant, généralement amenés sur les lieux de travail par les grands-mères, ils restent peu nombreux et les conditions mises en place pour le faire sont loin d'être idéales. Par exemple, jusqu'en 1936, très peu d'usines sont équipées d'une salle en retrait permettant aux mères d'allaiter leurs enfants loin des regards, du bruit et de l'agitation. De plus, les femmes ne se voient généralement allouées que deux pauses par jour pour nourrir leurs enfants : à 9h le matin et à 15h l'après-midi, une fréquence largement insuffisante pour combler les besoins quotidiens d'un bébé¹⁹². Plusieurs femmes tirent bien sûr leur lait avant de partir au travail, mais sans équipement adéquat pour le conserver au frais, le lait maternel est impropre à la consommation après seulement quelques heures. C'est dans ce genre de circonstances que *Ling Long* conseille de remplacer le lait maternel par d'autres produits, comme le lait de vache¹⁹³.

Aux yeux du *Ling Long*, il semble toutefois que le lait de vache reste un substitut bien imparfait. Dans la plupart des articles concernant la nutrition de l'enfant publiés dans ses pages, il est souligné que le lait maternel est supérieur au lait de vache et que ce dernier ne devrait être utilisé qu'en cas de réel besoin¹⁹⁴. Afin de convaincre le lectorat de privilégier l'allaitement un article de 1932 met par exemple l'accent sur les bienfaits qu'il procure, par rapport aux substituts comme le lait de vache, sur la santé immédiate et future des enfants :

¹⁹² Lo, *Mother's Milk and Cow's Milk*, p. 184.

¹⁹³ Qin Qin 沁沁, « Yuer xuzhi 育儿须知 [Les connaissances pour nourrir l'enfant] », *Ling Long*, 4 mai 1932, N° 49, p. 2017. « Buru yu duanru 哺乳与断乳 [L'allaitement et le sevrage] », *Ling Long*, 10 août 1932, N° 62, p. 544.

¹⁹⁴ Lifei Zhang 张丽菲, « Renru he shouru 人乳和兽乳 [Le lait maternel et le lait animal] », *Ling Long*, N° 78, p. 1328. « Weixiaohai 喂小孩, [allaiter l'enfant] », *Ling Long*, 24 avril 1934, N° 138, p. 818; « Ruzhijianshao shifou weile shouyun 乳汁减少是否为了受孕 [La réduction de quantité du lait maternel est présage pour préparer l'enfant?] », *Ling Long*, 29 avril 1936, N° 234, p. 1208.

Le lait maternel est plus facile à absorber en raison de sa composition. Il contient moins de protéines et de gras que le lait de vache. Cependant, le lait maternel présente une teneur plus élevée en lactose, ce qui est plus favorable à sa digestion et à son absorption par le nouveau-né. Ainsi, celui-ci sera éventuellement capable de digérer un éventail plus large d'aliments. Bien que le lait de vache soit riche en gras et en lactose, il n'est pas idéal pour le nouveau-né. En cas de nécessité, on pourra ajouter de l'eau dans le lait de vache pour diluer les protéines et le gras. On conseille de ne pas donner du lait de vache au nourrisson si la mère est en mesure de l'allaiter, car cela accentue les risques éventuels de contracter des maladies infantiles¹⁹⁵.

Le lait maternel étant plus digeste et contenant certains nutriments qui ne se retrouvent pas dans le lait de vache, il est considéré par le *Ling Long* comme l'aliment de premier choix pour les jeunes enfants. Par ailleurs, le manque de technologies appropriées en matière de stérilisation et de conservation du lait frais en Chine à cette époque s'ajoute aux arguments en faveur du lait maternel. Ainsi, un article publié dans la revue *Funü zazhi* (Le Journal des dames) indique que « les conditions d'hygiène déficiente dans le processus de la production du lait de vache rend les jeunes enfants susceptibles de tomber malade et du point de vue biologique, le lait maternel contient des anticorps qui permettent aux enfants de résister aux maladies, une propriété que n'a pas le lait de vache, qui perd d'ailleurs une grande partie des vitamines qu'il contient lorsqu'il est adéquatement stérilisé »¹⁹⁶.

En plus de présenter des désavantages par rapport au lait maternel en ce qui a trait à sa valeur nutritive et à sa conservation, le lait de vache est aussi un produit très difficile d'accès en raison de son prix élevé. Selon les statistiques contenues dans le *Shanghai Municipal Council Report* couvrant les années 1924 à 1931, le lait frais importé coûtait entre 0.25 et 0.30 yuan la bouteille et le lait de marques chinoises entre 0.20 et 0.24 yuan pour la même

¹⁹⁵ Zhiyi Hu 胡志懿, « Renru yu niurubijiao 人乳与牛乳比较 [La comparaison entre le lait maternel et le lait de vache] », *Ling Long*, 28 octobre 1931, N° 34, p.1344; Lifei Zhang 张丽菲, « Renru he shouru 人乳和兽乳 [Le lait maternel et le lait animal] », p. 1328.

¹⁹⁶ Zhuoren Chen 陈灼人, « Renru yu niurubijiao 人乳与牛乳比较 [La comparaison entre le lait de vache et le lait maternel] », *Funü zazhi*, 1^{er} mars 1924, Vol 10, p. 568-570.

quantité¹⁹⁷. De son côté, le lait en conserve, majoritairement importé et fait de lait condensé et sucré, ne s'avérait pas être un choix plus économique. Même si le prix d'une conserve se situe entre 0.19 et 0.20 yuan en 1923, le même produit coûte entre 0.48 et 0.47 yuan au début des années 1930¹⁹⁸. Quant au lait en poudre, même si son prix ne figure pas dans ces statistiques, un article de 1936 publié dans le magazine *Jiating xingqi* 家庭星期 (Revue de la famille hebdomadaire) laisse entendre qu'il est le plus cher de tous ces produits. En effet, l'auteur de l'article explique que faute de manque du lait maternel, elle a d'abord nourri son enfant avec la marque de lait en poudre Dryco Milk, ce qui lui a coûté 14 yuans pour le premier mois et 17 pour le deuxième mois. Sur les conseils d'une amie, elle a par la suite eu recours au lait frais et a ainsi pu réduire ses dépenses puisqu'elle a déboursé ensuite un maximum 10 yuan par mois¹⁹⁹.

Sachant qu'en 1934 le bureau social municipal de Shanghai estime le revenu annuel des familles de la classe ouvrière à 416.51 yuans, ce qui représente en moyenne un montant de 34.71 yuans pouvant être consacré à chaque membre de la famille par an²⁰⁰, le lait de vache, sous quelque forme de ce soit, apparaît hors de portée de la très grande majorité. En effet, selon nos calculs, si seulement un enfant du foyer devait être nourri au lait de vache durant une année, cette dépense représenterait entre 23% et 43% du revenu familial annuel total. Sachant également qu'à la fin des années 1920 et au début des années 1930, il en coûte environ le même montant pour se procurer 5 boîtes de lait en poudre ou 60 bouteilles de lait frais que 50 kg de riz (voir le tableau ci-dessous), il ne fait aucun doute que le lait de vache est un aliment luxueux accessible uniquement aux familles les plus aisées de Shanghai.

¹⁹⁷ Municipal Council of Shanghai Report for the Year Ended 31st March, 1920 and Budget for the Year Ending 31st December, 1920, Shanghai: The Celestial Empire Office, 1919, p. 53-54.

¹⁹⁸ Jean Heer, *World Events, 1866-1966: The first Hundred Years of Nestlé*, Lausanne, Imprimeries réunies, 1966, p. 28.

¹⁹⁹ Weiting Zhou 周文婷, « Yinnai yougan 饮奶有感 [Les réflexions sur la consommation du lait de vache] », *Jiatingxingqi* 家庭星期 [Revue de la famille hebdomadaire], 29 mars 1936, Vol 1, N° 18, p. 6.

²⁰⁰ Lo., *Monther's Milk and Cow's Milk*, p.144-153.

Année	shangmi(dan50kg)	Xianmi(dan50kg)	Lait en poudre (boite)	Lait frais (boite)
1926	13.342	11.988	2.542	0.225
1927	12.250	11.174	2.681	0.225
1928	9.372	9.171	2.736	0.225
1929	11.678	11.420	2.842	0.225
1930	14.770	13.605	3.648	0.235
1931	11.310	10.962	4.389	0.270

Figure 4. « Index de vie des ouvriers de Shanghai » (Shanghai : Bureau social de la municipalité de Shanghai), 1932, p. 33-35.

Il nous semble évident que *Ling Long* est bien conscient des limites que pose à cette époque la substitution du lait maternel par le lait de vache. C'est ainsi qu'à travers ses conseils en matière d'alimentation, le magazine va aussi proposer à ses lectrices un substitut plus abordable, afin de pallier le problème de l'accessibilité économique, ainsi qu'un complément alimentaire réputé augmenter la valeur nutritive des différentes alternatives au lait maternel.

3.5 Les alternatives et compléments proposés par le *Ling Long*

Même si le *Ling Long* considère le lait de vache comme le meilleur substitut au lait maternel, comme il s'agit d'un produit hors de portée pour la plupart des familles de Shanghai, le magazine fait également une place dans ses pages à un substitut beaucoup moins dispendieux et produit localement : le lait de soya. Cet aliment n'est pas une nouveauté à l'époque, puisque les experts de la médecine chinoise le recommandaient déjà lorsque la mère

ne pouvait allaiter son enfant, que la famille n'avait pas les moyens d'avoir recours à une nourrice, ou de se procurer du lait animal²⁰¹. Le *Ling Long* considère lui aussi le lait de soja comme deuxième choix lorsqu'il s'agit de trouver un substitut au lait et répète *souvent* que « le mieux est encore le lait frais de vache, qui est riche en vitamines ». Il doit cependant concéder que ce produit est cher et qu'il est donc « possible de le remplacer par le lait de soja »²⁰². Selon une publicité datant de juillet 1924 parue dans le *Shenbao*, il apparaît en même temps évident que le lait de soja est beaucoup plus accessible que le lait de vache, puisqu'un approvisionnement pour une journée coûtait entre 0.01 et 0.02 yuan c'est-à-dire moins de dix fois moins cher qu'une bouteille de lait de vache frais, vendue environ 0.22 yuan à la même époque.

Depuis le milieu des années 1920, le lait de soja a par ailleurs attiré l'attention de la communauté médicale internationale, en raison de son potentiel comme un substitut tant au lait de vache qu'au lait maternel²⁰³. Selon les registres des Concessions de Shanghai, le lait de soja est un produit de consommation en circulation à Shanghai depuis au moins les années 1910²⁰⁴. Toutefois, le laboratoire du ministère de la Sécurité publique ayant comparé sa composition chimique à celle du lait maternel et du lait de vache, il avait statué qu'il s'agissait d'un produit adapté à l'alimentation des adultes, mais qu'en raison notamment de sa faible teneur en sucre, il ne s'agissait pas, du moins en l'état, d'un aliment convenable pour les nourrissons²⁰⁵.

Dans les années 1920, après une série d'expérimentations, notamment sur des nourrissons, des chercheurs du PUMC ont démontré que, en ajoutant du sel, du sucre et d'autres substances à la farine de soja frais utilisée pour préparer le lait de soja, et en ajoutant à l'alimentation une

²⁰¹ Hsiung, *A Tender Voyage*, p. 91.

²⁰² « Ertong de yingyang 儿童的营养 [La nutrition pour l'enfant] », *Ling Long*, 20 mai 1936, N° 240, p. 1693.

²⁰³ « Shanghai: North-China Daily News », *China Medical Journal* [numéro spécial sur la pédiatrie], avril 1936. .

²⁰⁴ Shanghai nianjian 上海年鉴 1910 [Shanghai annuaire 1910], N° 6, jingji 经济 [La collection d'économie de Shanghai], p. 23.

²⁰⁵ *Shanghai Municipal Council Report for the Year of 1912 and Budget of the Year 1913*, p. 85A-86A.

source supplémentaire de calcium et de vitamines, comme l'huile de foie de morue, les bébés nourris selon cette formule étaient tout à fait à même de se développer normalement²⁰⁶. Bien au fait des dernières avancées en matière de nutrition, le *Ling Long* reprend ces recommandations et spécifie à son tour que l'huile de foie de morue devrait être utilisée en complément à l'alimentation des enfants nourris au lait de soya²⁰⁷.

En fait, même si le lait de vache est considéré comme un meilleur substitut au lait maternel que le lait de soya, dans les deux cas, comme ce sont des aliments qui ne sont pas aussi riches en nutriments que le lait maternel, *Ling Long*, à l'instar de la communauté scientifique, recommande à celles qui les utilisent pour nourrir leurs enfants de compléter leur alimentation avec de l'huile de foie de morue²⁰⁸. Encore une fois, ce type d'aliment n'est pas une nouveauté en Chine, puisque l'huile de foie de requin, répertorié dans le *Compendium de Materia Medica* de Li Shizhen, est déjà utilisée comme médicament et comme désintoxiquant depuis au moins la dynastie des Ming. Ce n'est toutefois qu'au début du XX^e siècle, avec la découverte de la présence des vitamines A et D dans l'huile de foie de morue, que ses bienfaits sur la santé allaient se préciser et que son utilisation comme complément alimentaire, notamment pour les bébés nourris au biberon, allait se répandre en Chine comme ailleurs dans le monde²⁰⁹.

C'est ainsi que dans l'Amérique des années 1930, des médecins et d'autres intervenants du domaine de la santé infantile prescrivent l'utilisation prophylactique de l'huile de foie de morue pour tous les enfants, et en particulier pour les nourrissons. Ils déclarent alors que « l'huile de foie de morue n'est ni un médicament, ni un luxe, mais un aliment indispensable

²⁰⁶ H. B. Taylor, « The Artificial Feeding of Foreign Babies in China », *China Medical Journal*, 1921, p. 193-196. B.S. Platt. « An Approach to the Problems of Infant Nutrition in China », *Chinese Medical Journal*, 1936, p. 410-424.

²⁰⁷ « Ertong de yingyang 儿童的营养 [La nutrition pour l'enfant] », *Ling Long*, 20 mai 1936, N° 240, p. 1693.

²⁰⁸ Manli 曼丽, « Ertong de shiliang 儿童的食量 [Bien maîtriser la quantité d'aliments pour l'enfant] », *Ling Long*, 27 janvier 1932, N° 46, p. 1874.

²⁰⁹ Apple, *Vitamina*, p. 3.

pour les enfants de tous âges »²¹⁰. Le *Ling Long* s'inscrit lui aussi dans cette tendance. Selon un article de 1934, l'huile de foie de morue est le seul supplément tonique qui doit être communément donné aux bébés²¹¹. L'année suivante, un autre article précise quant à lui que c'est à partir de l'âge de 3 mois que l'on peut commencer à supplémenter l'alimentation des bébés, plus spécifiquement en leur donnant de l'huile de foie de morue²¹². S'il reste difficile de savoir dans quelle proportion les mères shanghaiennes de l'époque ont eu recours à ces substituts au lait maternel, une chose est certaine, le *Ling Long* considérait important de les informer à ce sujet et de leur proposer des alternatives convenables, autant sur le plan nutritionnel, que sur le plan économique.

À la lumière de ce que nous avons vu dans ce chapitre, il apparaît que même si la consommation de lait de vache a rapidement augmenté en Chine dans les premières décennies du XX^e siècle, notamment dans les grandes villes de la côte est du pays et tout particulièrement à Shanghai, l'apparition de ce nouveau produit sur le marché local n'a pas pour autant été présentée comme un incontournable aux lectrices du *Ling Long*. Le lait de vache est considéré à l'époque comme un aliment fortifiant bénéfique pour l'ensemble de la population et ainsi susceptible de soutenir les efforts du Guomindang pour insuffler force et vigueur à la nation. C'est certainement dans la logique de « renforcer » la santé des Chinois dès leurs premières années, voire *in utero*, que le *Ling Long* préconise la consommation quotidienne du lait de vache pour les femmes enceintes et les enfants. Pour autant, parce qu'il tient compte aussi des connaissances en matière de nutrition, ainsi que du coût élevé de ce nouveau type d'aliment, le magazine ne le présente pas comme une panacée ou comme un substitut idéal au lait maternel, contrairement à ce que tentent de mettre de l'avant les marchands laitiers et publicitaires de l'époque. À travers ses conseils alimentaires, le *Ling Long* continue de privilégier l'allaitement et ne considère le lait de vache que comme un

²¹⁰ *Ibid.*, p.16-17.

²¹¹ Liancheng 连城, « Yinghai de yinshi 婴孩的饮食 [L'alimentation du nourrisson] », *Ling Long*, 14 novembre 1934, N° 160, p. 2249-2250.

²¹² «Yinger chinai de fanying 婴儿吃奶的反应 [Les réactions de bébé au moment de l'allaitement] », *Ling Long*, N° 214, 10 novembre 1935, p. 4082.

substitut bien imparfait au lait maternel. S'employant tout de même à proposer des solutions à toutes les mères qui nourrissent leur enfant au biberon, le magazine leur présente une alternative plus économique, le lait de soya, et leur conseille de compléter ces substituts à l'aide de l'huile de foie de morue. Bien que les articles concernant spécifiquement la nutrition et l'alimentation n'occupent pas une place de premier plan dans le *Ling Long*, il n'en reste pas moins que le magazine représente une source d'information non négligeable sur le sujet. D'ailleurs, comme nous l'avons mentionné en introduction, les auteurs de ces articles sont également parfois des lectrices, ce qui est signe que ces thèmes trouvent écho au sein du lectorat du magazine. Dans les années 1930, dans un contexte où les Chinoises ont à la fois soif d'information et se voyaient limitées quant à l'offre de publications accessibles, le *Ling Long* apparaît par conséquent comme un véhicule permettant à son lectorat de mieux connaître le monde extérieur et les nouvelles connaissances nutritionnelles qui y circulent. Pour le dire autrement, le magazine joue un rôle très important dans la transformation des repères alimentaires de la population chinoise, un phénomène que nous verrons également dans le dernier chapitre.

Chapitre IV La contribution du *Ling Long* à l'appropriation des nouvelles connaissances et de pratiques alimentaires

Dans les années 1930, la cuisine et l'alimentation à l'occidentale deviennent de plus en plus à la mode à Shanghai, grâce à la diffusion en parallèle par les médias et les intellectuels chinois des nouvelles connaissances scientifiques qui y sont associées. Sous l'appel des autorités du Guomindang, les élites cherchent activement des solutions pour améliorer la condition physique de la population et renforcer la nation toute entière. En faisant la promotion des principes scientifiques à la base de la nutrition occidentale, elles veulent convaincre le public de se renseigner sur ces principes et de les utiliser pour améliorer son propre régime alimentaire. Dans ce dernier chapitre, nous allons voir comment le *Ling Long* participe à ce phénomène en introduisant son lectorat aux connaissances nutritionnelles venues d'Occident et, plus particulièrement, en adaptant ces nouvelles normes et pratiques alimentaires à l'occidentale à la fois au contexte chinois et à son public féminin. D'abord, nous nous pencherons sur la réception chinoise et, plus précisément, sur l'interprétation nationaliste du régime carné à l'occidentale. Ensuite, nous montrerons que le *Ling Long*, qui s'inscrit pourtant dans le discours entourant la fortification de la nation chinoise, fait la promotion d'une alimentation riche en fruits et légumes, basée sur les plus récentes connaissances en matière de nutrition sur des vitamines, et non pas sur la consommation régulière de la viande, associée aux excès du mode de vie des Occidentaux présents en Chine. Ce faisant, les recommandations du *Ling Long* sont en phase avec la tradition alimentaire végétarienne de la population chinoise et s'alignent sur les injonctions du Guomindang, qui prône la frugalité et le boycott des produits étrangers pour le bien de la nation. En même temps, elles sont cohérentes avec les tendances de beauté mises de l'avant dans le magazine et répondent aux préoccupations sur « garder la ligne » des lectrices à ce sujet.

4.1. L'appropriation et la réinterprétation des nouvelles connaissances nutritionnelles par les nationalistes chinois

Plusieurs intellectuels chinois considérant alors que l'amélioration de la santé de la population, dont l'alimentation est l'un des piliers primordiaux, exigeait des actions non seulement collectives, mais aussi individuelles ; certains émettent l'idée que les Chinois devraient effectuer des transformations jusque dans leurs assiettes. C'est ce qu'exhorte le *Funü zazhi*, lorsqu'il publie un article comparant l'alimentation en Chine et au Japon, un pays longtemps perçu comme le jeune frère faible et arriéré se hissant pourtant désormais au rang de grande puissance moderne :

Les Occidentaux consomment principalement de la viande accompagnée de légumes, ce qui soulage la faim plus longtemps. Dans notre pays, la nourriture principale est le riz et le blé, accompagnée de légumes et de petites quantités de viande. Par conséquent, la faim est toujours présente et il est nécessaire de préparer toutes sortes de collations pour se remplir le ventre. Dans les familles riches, les collations deviennent la nourriture principale et les trois repas principaux sont plutôt négligeables. Ces gens préfèrent consommer des nids d'hirondelle et du ginseng, mais leur corps ne profite pas de tels aliments, pourtant si coûteux. Ainsi, les enfants des familles aisées ne sont pas en bonne santé, ils sont pâles et plus faibles même que les enfants de la campagne. L'alimentaire étant aussi très légère au Japon avant la Restauration de l'ère Meiji en 1868, la constitution physique du peuple et le pouvoir du pays étaient inférieurs aux nôtres. Or, depuis cette réforme, le Japon se renforce en préconisant notamment l'amélioration de l'hygiène et la pratique du sport. Le pays se développe tous les jours via l'alimentation. Il est conseillé au peuple de consommer plus de viande, surtout du bœuf, de produit laitier, et d'aliments à base de blé, qui est meilleur que le riz. Ce sont les raisons pour lesquelles notre nation est plus faible²¹³.

À la lumière des discours de ces intellectuels chinois, la consommation de viande est présentée comme une condition essentielle à la santé et à la puissance nationale. De même, à la fin du XIX^e siècle et au début du XX^e siècle, l'Américain, comme l'Européen, estime

²¹³ Yanyou Ren 仁岩友, « Tantan jiating de chichuanzhu 谈谈家庭吃穿住 [Le discours sur l'habitation, l'alimentation et l'habillement de la famille] », *Funü zazhi*, 1935, Vol.1, p. 9-10.

généralement ne pas avoir mangé si son repas ne contient pas de viande²¹⁴. À cela s'ajoute l'élévation du niveau de vie, dont bénéficieront bientôt toutes les couches sociales et qui permettra enfin à l'homme de satisfaire des appétits depuis longtemps réprimés. Après la révolution industrielle, l'accroissement de la consommation de viande est spectaculaire dans les pays occidentaux et devient un symbole de réussite sociale. G. De Jongh avance que, en Belgique, la viande est restée un produit de luxe jusque dans les années 1870 et ne figurait qu'au menu des classes les plus aisées (noblesse, clergé, haute bourgeoisie), les classes moyennes (fonctionnaires, profession libérales et artisans) ne disposant pas d'un pouvoir d'achat suffisant pour s'offrir ce type d'aliment sur une base plus régulière²¹⁵. C'est à la même époque que les populations françaises, en particulier les classes ouvrières, changent leurs habitudes alimentaires et commencent à consommer de plus en plus de viande²¹⁶. En Allemagne, la consommation de viande a été multipliée par 3.5 entre 1855 et 1975. La consommation moyenne par an et par habitant est estimée à un peu moins de 20 kg en 1855²¹⁷; à 47 kg en 1899; elle oscillera autour de 59 kg dans l'entre-deux-guerres²¹⁸. L'alimentation carnée de base reste remarquablement semblable selon les pays, elle est composée de mouton, de porc, de bœuf, de volaille, voire de cheval, et d'une grande variété de charcuterie²¹⁹.

Premier constat, la viande occupe beaucoup plus de place dans la cuisine occidentale que dans la cuisine chinoise²²⁰. La cuisine de type occidental²²¹ est connue et a été introduite en

²¹⁴ P. Farb et G. Armelagos, *Anthropologie des coutumes alimentaires*, Paris, Denoël, 1985, p. 269.

²¹⁵ G. DeJongh, « Population et alimentation dans une économie prémoderne », *Bulletin de Dexia Banque*, vol 215, 2001, p. 27-43.

²¹⁶ H.G. Haupt, *Histoire sociale de la France depuis 1789*, Paris, Éditions de la Maison des Sciences de l'homme, 1993, p. 302.

²¹⁷ Lepage, Yvan G, « Évolution de la consommation d'aliments carnés aux XIX^e et XX^e siècles en Europe occidentale. », *Revue belge de philologie et d'histoire*, 2002, N° 80-4, p. 1463.

²¹⁸ H. J. Teuteberg et J.L Flandrin, « Transformation de la consommation alimentaire », dans *Histoire de l'alimentation*, Paris, Fayard, 1996, s.n, p. 725-746.

²¹⁹ S. Hercberg, C. Rouand et H. Dupi, « Évolution de la consommation alimentaire en France et dans les pays industrialisés », *Nutrition et santé publique*, Paris, Technique et Documentation-Lavoisier, 1985, p. 31-58.

²²⁰ Swislocki, « Feast and Famine », p. 153.

Chine dès la fin de la dynastie des Ming au XVII^e siècle. À cette époque, elle était cependant loin d'être bien accueillie. Parce que les Chinois ayant une longue histoire gastronomique et des habitudes alimentaires éloignées de celles des Occidentaux, il n'est sans doute pas surprenant qu'ils aient initialement été circonspects, voire dégoûtés face aux plats consommés en Occident. C'est du moins jusqu'au début du XX^e siècle ce que laisse entendre le souvenir d'un Chinois à propos d'un repas à l'occidental à l'époque impériale:

Ils s'asseyaient à table, prennent une sorte de nourriture liquide, qu'ils appellent « su po », ensuite, mangent du poisson, presque cru, encore de la viande à moitié cuite, qui trempe dans une sorte de jus fort, qu'ils mangent en utilisant des couteaux pour la couper en petits morceaux. Leur tempérament cruel est certainement dû à cette sorte de nourriture crue et primitive. Mise à part la viande, ils mangent encore une sorte d'aliment de couleur verte et blanche avec une odeur bizarre, c'est une sorte de mixture de yaourt et d'eau séchée au soleil jusqu'à l'obtention de moisissures. Plus verte est la couleur, meilleur serait le goût et l'apport nutritif²²².

Tous ces aliments, qu'ils soient liquides comme la soupe, presque crus comme les plats de viande, ou qu'ils dégagent une odeur bizarre (xingshan), caractéristique pour les Chinois de celle du mouton et du poisson, comme le fromage, semblent alors étranges et peu raffinés aux yeux des Chinois de l'époque. Mais cette aversion initiale des Chinois pour la cuisine occidentale n'allait pas durer.

À la fin du XIX^e et au début du XX^e siècle, en comparant la nourriture consommée dans les métropoles occidentales versus celle consommée dans les colonies ou les territoires sous influence, les observateurs occidentaux en conclurent que la supériorité des puissances impérialistes provenait au moins en partie de leur régime alimentaire²²³. Par exemple, l'auteure américaine de livres culinaires (1841) Sarah Hale, n'hésite pas à saluer les repas

²²¹ Incluant la cuisine anglaise, française, russe et parfois la cuisine japonaise.

²²² Te Hen 亨特, *Gulao zhongguo de huiyi* 古老中国的回忆 [Souvenirs de la Chine ancienne], Guangzhou 广州, Guangdong renmin chubanshe 广东人民出版社, 1992, p. 40.

²²³ Hilary A. Smith, « Skipping Breakfast to Save the Nation: A Different Kind of Dietary Determinism in Early Twentieth-Century China », *Global Food History*, juillet 2018, Vol 4, N° 2, p. 157.

riches en viande des classes aisées de Grande-Bretagne, soulignant que « quarante mille bœufs britanniques gouvernent et contrôlent quatre-vingt-dix millions de natifs de l'Inde qui mangent du riz²²⁴ ». De même, comme nous en avons discuté dans le premier chapitre, certains nutritionnistes chinois, tels que Wu Xian et Hou Xiangchuan, reconnaissent que la constitution des Asiatiques végétariens est clairement moins robuste que celle des consommateurs de viande que sont les Européens et les Américains. Par analogie, les Occidentaux sont également considérés comme étant supérieurs dans les domaines politique, économique, militaire et scientifique. Par conséquent, comment nous avons discuté dans les chapitres précédents, une réflexion faisant le lien entre l'alimentation et la vigueur des peuples allait émerger et pousser les réformateurs et les nationalistes chinois à vouloir tirer profit de la nutrition occidentale afin de fortifier et de renforcer la nation. S'appuyant sur les récentes avancées de la nutrition et s'appropriant de façon sélective certains aspects de l'alimentation à l'occidentale, elles ont appelé à une transformation du régime alimentaire chinois, tout en adaptant leurs recommandations à la culture chinoise et au contexte socioéconomique de l'époque.

4.2. Le végétarisme et la promotion de la frugalité

Selon les études de Wu Xian, traditionnellement, le régime alimentaire de la majorité chinoise tend vers le végétarisme. Plusieurs facteurs, tant démographiques et économiques que culturels et religieux, expliquent cet état de fait. D'une part, la population nombreuse, l'insuffisance de la terre et les contraintes économiques ont forcé la plupart des Chinois à consommer sur une base quotidienne des aliments moins coûteux, comme les céréales et les légumes. D'autre part, pour certains Chinois adhérant aux principes de non-violence à la base du taoïsme et du bouddhisme, le végétarisme pouvait représenter un idéal à atteindre même s'il était pratiqué de façon plus ou moins stricte selon les individus²²⁵. On peut ainsi considérer

²²⁴ *Ibid.*, p. 158.

²²⁵ Sophie Nizar, dir., *À croire et à manger: religion et alimentation*, Paris, L'Harmattan 2007, p. 65-93.

que plupart des familles chinoises ne consommaient de la viande que lors d'occasions spéciales et sa consommation régulière n'était le fait que des Chinoises aisées.

Au début du XX^e siècle, la consommation de produits occidentaux, y compris de produits alimentaires, est très en vogue à Shanghai. Un reportage publié le 9 mai 1911, dans le journal *Shen bao*, affirme qu'une jeune femme «civilisée» devrait notamment «consommer de la nourriture occidentale tous les jours²²⁶». Mais les habitudes alimentaires en provenance d'Occident, particulièrement celle de consommer quotidiennement de la viande, sont loin d'être à la portée de tous, encore une fois même à Shanghai. Comme le souligne l'historien Tang Hai 唐海, à cette époque :

Alors que le riche boit de l'eau et mange de la crème glacée sans se sentir rafraîchi, de la pastèque sans sentir son sucre, les ouvriers, eux, boivent l'eau froide du caniveau en s'abandonnant à leurs pensées ou bien le thé récupéré en bord de chemin sans porter attention saletés qu'il contient. De même, [...]alors que les riches se gavent de viande et de poisson sans se sentir rassasiés et sont toujours en quête de concombre de mer et d'aileron de requin, les ouvriers chinois, eux, préparent leurs repas sans riz tandis que les membres de leur famille pleurent de douleur à chaudes larmes à cause de leur ventre vide²²⁷.

Quoique la viande ait été fournie en petite quantité dans les années 1930, elle a été longtemps considérée comme une nourriture tonique et coûtait très cher pour la majorité de la population de l'époque. Mais les riches, eux, pouvaient en manger autant qu'ils voulaient sans avoir besoin de penser au prix. La consommation de la viande et vivre au style occidental se retrouvaient même parmi les nombreuses promesses que certains entrepreneurs faisaient pour inciter les jeunes femmes rurales à travailler dans leur usine. Ils promettaient en effet aux familles des jeunes femmes qu'ils souhaitaient embaucher que si elles venaient travailler dans leurs usines elles seraient hébergées dans des logements de style occidental et mangeraient des repas constitués de viande et de poisson²²⁸.

²²⁶ «Shanghaixiandai 上海现代, [Shanghai contemporain]», *Shenbao*, 9 mai 1911, p. 3.

²²⁷ *Ibid.*, p.16.

²²⁸ Swislocki, «Feast and Famine», p. 32.

Il faut considérer qu'à l'échelle du pays l'écart entre les riches et les pauvres s'est rapidement creusé au début des années 1930, surtout en raison de catastrophes naturelles répétées. D'abord, le Nord de la Chine a souffert d'une importante sécheresse entre 1928 et 1930, plongeant les provinces du Henan, du Shaanxi et du Gansu dans une famine faisant environ trois millions de morts²²⁹. Ensuite, l'inondation catastrophique du fleuve Yangzi en 1931 a fait des centaines de milliers de morts en plus d'apporter avec elle la maladie et la famine²³⁰. Selon les estimations, la destruction des récoltes de riz sur des centaines de kilomètres a mis en danger la vie de plusieurs millions de Chinois²³¹.

C'est dans ce contexte économique particulièrement difficile, exacerbé dans les grandes villes comme Shanghai par l'afflux de produits étrangers au profit de l'entreprise chinoise²³² dans les années 1930 ainsi que sous la menace de l'invasion japonaise, que le gouvernement nationaliste a lancé le Mouvement de la Campagne des Biens Nationaux 国货运动或国货, ainsi que le Mouvement de la nouvelle vie 新生活运动 (1934-1937)²³³. Ces initiatives, en plus d'appeler explicitement au boycott des produits japonais dans le premier cas et de tenter de produire des citoyens disciplinés et prêts à faire des sacrifices devant la menace d'une invasion dans le second, faisaient la promotion de l'achat local, de l'épargne et tout particulièrement de la frugalité, afin d'atténuer les disparités sociales, de protéger l'économie nationale et de prémunir la population contre la pauvreté. Le Guomintang veut par exemple

²²⁹ Lilian Li, *Fighting Famine in North China: State, Market and Environmental Decline, 1690-1990s*, Stanford, Stanford University Press, 2007, p. 284.

²³⁰ « Zhongguo shuizai nianbiao1928-1945 中国水灾年报 [Le rapport annuel sur les inondations en Chine 1928-1945] », Zhonghuarenmin gongheguo shuilibu 中华人民共和国水利部 [Le Ministère des Ressources en eau de la République Populaire de Chine].

²³¹ *Ibid.*

²³² Junxiang Pan 潘俊祥, *Dangdaiguohuo yundong 当代国货运动* [Le mouvement de la Campagne des Biens contemporains], Beijing 北京, Zhongguo wenshi chubanshe 中国文史出版社 1996, p. 435, 437.

²³³ En 1915, 1919, 1923 et 1925, la Chine se lança dans plusieurs campagnes de boycott contre les produits étrangers dans les années 1920 et 1930. Par exemple, en 1925, outre les marchandises japonaises, le pays boycotta également les marchandises occidentales, comme celles en provenance de la Grande-Bretagne. Entre 1933 et 1935, le Guomintang mena également trois mouvements de boycott contre les produits étrangers.

convaincre les Chinois que l'assiduité augmente les revenus, que la frugalité fait faire des économies, que le gaspillage est une honte qui témoigne de l'ignorance des normes et des règles de vie les plus élémentaires²³⁴.

Bien que le *Ling Long* ne participe que très rarement au débat politique, il relaye néanmoins les appels du gouvernement et publie des articles qui incitent son lectorat à restreindre ses dépenses, notamment en ce qui concerne l'alimentation. En 1931, le magazine diffuse par exemple les montants que le gouvernement juge raisonnable de consacrer à l'achat de nourriture. Selon lui, la population devrait dépenser pour se nourrir « 0.25 yuan par personne qui compose le foyer, 0.5 yuan pour les repas au restaurant et un maximum de 1 yuan pour les banquets à l'occasion des fêtes²³⁵ ». Pourtant, selon les statistiques compilées dans le *Guide de Shanghai* de 1914, consommer des mets occidentaux dans cette ville, des mets comprenant par exemple de la viande et du poisson, coûtait environ 7 yuan par personne par repas, ce qui équivalait alors à presque à un mois de salaire pour une ouvrière²³⁶.

Il apparaît donc logique que dans les années 1930, la politique du gouvernement nationaliste chinois encourage indirectement la consommation d'aliments meilleur marché et décourage par le fait même l'adoption d'un régime alimentaire comprenant de grandes quantités de viande. Le *Ling Long* s'inscrit lui aussi dans cette tendance, non seulement parce qu'il relaye le message des autorités, mais surtout parce que ses recommandations alimentaires, basées d'abord et avant tout sur les récentes avancées en matière de nutrition, s'avèrent être en phase avec le mode de vie frugale préconisé par les nationalistes.

²³⁴ Texte provient de Guomindang Xinhenghuo yundong 国民党新生活运动 [Le Mouvement de la nouvelle vie du Guomindang]: shengchanhua 生产化, qinyikaiyuan 勤以开源, jianyijieliu 俭以节流, zhishechibuxunzhifeili 知奢侈不逊之非礼, bu laoerhuozhi kechi 不劳而获之可耻.

²³⁵ « Xinzhongguo shenghuo gaishan de fangfa 新中国生活改善的方法, [La façon pour l'amélioration du niveau de vie dans la Nouvelle Chine] », *Ling Long*, 8 juin 1932, N° 53, p. 130.

²³⁶ « Shanghai zhinan 上海指南 [Le Guide de Shanghai] », Shangwu yinshuguan, minguo sannian 商务印书馆民国三年, 1914.

4.3 Le *Ling Long* et la promotion d'aliments riches en vitamines

Les conseils du *Ling Long* en matière d'alimentation ne bousculent effectivement pas la tradition alimentaire plus végétarienne de la majorité de la population chinoise et s'alignent en même temps sur les injonctions du Guomindang, qui prône la frugalité et le boycott d'un certain nombre de produits étrangers « pour le bien de la nation ». En se basant sur les nouvelles connaissances en matière de nutrition, le magazine déconseille ainsi la consommation régulière de viande et encourage plutôt son lectorat à augmenter son apport quotidien en fruits et légumes, adopte un régime végétarien. Parce que ces aliments sont beaucoup moins chers mais aussi probablement parce qu'ils sont réputés très riches en vitamines.

Dans les années 1920 et 1930, les vertus attribuées aux vitamines ont très bonne presse aux États-Unis et les magazines féminins transmettent avec détails les connaissances scientifiques entourant ces nutriments prometteurs de santé. L'historienne Rima Apple a bien démontré qu'à cette époque, plusieurs fabricants américains dépensent des millions de dollars pour promouvoir leurs pilules vitaminées et que les consommateurs dépensent des milliards de dollars pour acheter des centaines de produits différents. Ces capsules de vitamines sont perçues comme des « pilules magiques ». Les gens en prennent s'ils sont stressés ou fatigués, s'ils veulent faire grimper leur libido; les athlètes en prennent pour maximiser leurs performances; les malades en prennent pour guérir leurs rhumes; tous trouvent des capsules de vitamines susceptibles de répondre à leurs besoins²³⁷ ». La fascination et l'engouement du public pour les vitamines pousse même les mères à avoir honte si elles ne peuvent pas discuter du sujet avec facilité²³⁸.

Le *Ling Long* n'a pas échappé à l'influence de cette « surestimation » des propriétés des vitamines et n'a pas tardé à transmettre des informations en ce sens à son lectorat. Trois

²³⁷ Apple, *Vitamina*, p. 3.

²³⁸ *Ibid.*, p. 4.

articles, publiés dans trois numéros subséquents de 1932, présentent par exemple les vitamines comme des éléments essentiels non seulement au maintien d'une bonne santé, mais également à la prévention des maladies et à l'expression de la beauté. Comme le démontre l'extrait ci-dessous, le magazine exagère les bienfaits des vitamines et se base sur cette exagération pour encourager la consommation de fruits et légumes :

Ceux qui habitent la ville prennent plutôt du poisson, de la viande et peu de légumes ou de fruits. Cette habitude alimentaire nuit à leur santé, car les fruits et légumes comportent beaucoup de vitamines, qui purifient le sang, éclaircissent la peau, rafraîchissent l'esprit et renforcent les organes. Selon les médecins, « l'homme peut vivre sans nourriture, mais ne peut pas vivre sans vitamines, qui sont aussi importantes que l'air et l'eau pour la vie ». Les vitamines sont présentes dans tous les fruits et légumes. Leur consommation peut soigner les maux de tête, la constipation, la neurasthénie ou la mauvaise mine²³⁹.

L'auteur de cet article, surnommé Yi De 一得, laisse entendre que les vitamines sont plus importantes que tout autre élément composant l'alimentation. En plus de souligner la haute teneur en vitamines des fruits et légumes pour encourager leur consommation, le *Ling Long* martèle qu'ils sont beaucoup plus digestes comparés à la viande. Les maladies et les problèmes de santé liés à la digestion étant une préoccupation courante à l'époque, le magazine regorge de conseils en la matière et presque tous les aliments sont passés en revue afin de déterminer leur facilité à être digérés ou leur apport à la digestion. Ainsi, il ressort que tous doivent privilégier la consommation de fruits et légumes, y compris les enfants. Selon le *Ling Long*, « comme le corps de l'enfant a le plus besoin d'aliments digestes et riches en vitamines et minéraux, le plus important pour lui est de consommer davantage de fruits et légumes frais... »²⁴⁰. Même les femmes très minces, que l'on suppose souffrir de troubles

²³⁹ « Duochi shuguo de yichu 多吃蔬果的益处 [Les bienfaits de la consommation de fruits et légumes] », *Ling Long*, 27 juillet 1932, N° 60, p. 446.

²⁴⁰ « Xiaohaier yu kuangchi 小孩儿与狂吃 [L'enfant et la gourmandise] », *Ling Long*, 7 octobre 1936, N° 256, p. 3047-3048.

digestifs, sont encouragées à privilégier une alimentation plus régulée et comprenant davantage de fruits et légumes²⁴¹.

Comme en témoigne l'extrait qui suit, le *Ling Long* considère qu'il est préférable de restreindre sa consommation de viande, au profit d'un plus grand apport en fruits et légumes, non seulement parce que ces derniers sont globalement jugés meilleurs pour la santé, notamment grâce à leur facilité à être digérés et aux divers nutriments qu'ils contiennent, mais aussi parce qu'ils sont plus abordables et conviennent en même temps tout à fait au mode de vie frugale promu par les autorités centrales :

Selon des expérimentations chimiques, les légumes sont en général très riches en nutriments et peuvent être digérés au bout d'une ou deux heures. En contrepartie, la viande étant riche en graisse, elle prend au moins 5 ou 6 heures, voire un ou deux jours, avant d'être digérée. Donc, les légumes favorisent la digestion. En faisant une comparaison entre les deux, on constate que : (1) la viande pourrit plus vite; (2) les légumes sont plus faciles à digérer et plus nourrissants; (3) les légumes sont riches en vitamines, en fibres et en fer, pouvant aider le transit intestinal, ils enrichissent le sang, et sont plus faciles à absorber. [...] En somme, la consommation de fruits et légumes est meilleure pour la santé et plus économique²⁴².

Les auteurs du *Ling Long* semblent aussi partager les inquiétudes des médecins et des nouveaux experts en nutrition qui, à l'époque, commençaient à relever les problèmes de santé potentiellement associés à une trop grande consommation de graisse animale, caractéristique selon eux des excès de l'alimentation et du mode de vie des Occidentaux privilégiés. Plusieurs médecins européens dénoncent effectivement les repas copieux qui sont consommés par les élites chinoises et étrangères à Shanghai. Prenant en exemple le menu typique partagé par les grands patrons étrangers et leurs associés chinois, composé notamment de plusieurs plats de viande, mais aussi de multiples entrées, accompagnements et desserts, le tout arrosé d'alcool,

²⁴¹ Ai Mei 爱美, « Huanfeiyan shou ruhe shizhong 环肥燕瘦如何适中 [(Comment la femme garde une bonne ligne afin de s'adapter aux standards de l'époque] », *Ling Long*, 15 avril 1936, N° 232, p.1052.

²⁴² « Shucai zhi gongyong 蔬菜之功用 [L'efficacité des légumes] », *Ling Long*, 25 juillet 1934, N° 148, p. 1486-1488.

certaines n'hésitent pas à dire qu'il n'y a rien de surprenant à rencontrer à Shanghai tant de cas de diarrhée, de dysenterie et de troubles hépatiques²⁴³. Le lectorat du *Ling Long* issu des milieux les plus aisés de Shanghai, était sans doute effectivement plus susceptible de succomber à ce type d'excès et il est fort probable que les auteurs du magazine aient voulu le sensibiliser à une alimentation et un mode de vie plus sains.

En fait, le magazine ne recommande de manger de la viande que dans des circonstances précises, par exemple, quand il s'agit de soigner certaines maladies; quand la femme est enceinte, quand le corps doit être fortifié et que la masse corporelle doit être augmentée, notamment chez l'enfant. En ce sens, le magazine estime que la viande de bœuf est un aliment tonique idéal pour aider les malades à recouvrer la santé. Selon lui, « la soupe de bœuf peut soigner la tuberculose et la typhoïde, ainsi que le corps souffrant, l'esprit faible. Consommer de la soupe de bœuf ou d'autre viande est également utile [...] pour prévenir la diathèse hémorragique²⁴⁴ ». De plus, si le *Ling Long* considère que la viande devrait être intégrée au régime alimentaire durant la grossesse, spécifiquement pour assurer le bon développement du fœtus, et à celui de l'enfant pour soutenir sa croissance, il ne recommande pas pour autant d'en consommer sur une base quotidienne. À cet égard, il conseille par exemple aux mères de nourrir leur enfant de viande de bœuf, de mouton ou de porc, idéalement en alternance, une ou deux fois par semaine²⁴⁵.

En se basant sur les dernières avancées en matière de nutrition et en mettant l'accent sur la haute teneur en vitamines, la digestibilité et le coût avantageux des fruits et légumes, le *Ling Long* préconise au final un régime alimentaire très faible en viande. Pour le magazine, la viande reste un aliment à consommer avec modération et dans certaines circonstances précises. Le climat politique de l'époque et la méfiance grandissante des experts de la santé envers les

²⁴³ *Ibid.*

²⁴⁴ « Niurou zizhifa jiqi gongxiao 牛肉自制法及其功效 [La recette de la soupe de bœuf et son efficacité] », *Ling Long*, 2 novembre 1931, N° 38, p.1472.

²⁴⁵ Wei 威, « Yunfu yinshi 孕妇饮食 [L'alimentation durant la grossesse] », *Ling Long*, 29 avril 1936, N° 234, p. 1212.

graisses animales ne sont toutefois pas les seuls facteurs qui peuvent expliquer la position du *Ling Long*. En effet, l'un des mandats que se donne le magazine de présenter à son lectorat des nouveaux modèles de beauté féminine est également à prendre en considération.

4.4. Le *Ling Long* et la diffusion de nouveaux standards de beauté

En tant que magazine féminin, le *Ling Long* présente non seulement à son lectorat les dernières tendances en matière de mode de vie, de bonnes pratiques sanitaires, mais également en matière de beauté féminine. Il fait ainsi la promotion d'une alimentation riche en fruits et légumes qu'il croit susceptible de produire un certain standard de beauté, standard inspiré principalement par les actrices du cinéma hollywoodien et leur effort quotidien pour « garder la ligne ». C'est donc aussi parce qu'il fait le lien entre l'alimentation et ces nouveaux standards de beauté que le magazine conseille à ses lectrices de consommer plus de fruits et légumes frais, et moins de viande²⁴⁶.

Les normes de beautés ont beaucoup changé, autant en Occident qu'en Chine, au fil des siècles, et ils imposèrent chacun leurs standards. Depuis le Moyen Âge et jusqu'au XX^e siècle, en Europe, la beauté consiste surtout dans la rondeur des formes et la courbure gracieuse des lignes. Le double menton est jusque-là un signe de bonne santé et les enfants des familles aisées sont ainsi gavés d'aliments gras et sucrés. Les filles fluettes ne sont pas faciles à marier, car ce sont celles qui sont joufflues, fessues et plantureuses qui promettent vigueur et fécondité²⁴⁷. Ce n'est que dans les dernières décennies du XIX^e siècle, notamment avec la popularité grandissante de la baignade en plein air, que les standards de beauté corporelle

²⁴⁶ « Funümen de xiajimei 妇女们的夏季美 [La beauté pour les femmes en été] », *Ling Long*, 14 juillet 1937, N° 294, p. 2123.

²⁴⁷ Ch. Susanne et Y. Lepage, « Fats, Sugar, Animal Proteins: A New Way of Life », *Journal of Human Ecology*, 1990, Vol 20, N° 3, p. 46-61.

allaient graduellement changer et que ce que l'on considère désormais comme du surpoids n'allait plus être associée à la bonne santé. La silhouette du XX^e siècle est de plus en plus souple et agile, les chaires sont fermes et musclées.

C'est à la même époque que la nutrition est graduellement reconnue comme une discipline scientifique indépendante²⁴⁸ et commence à associer l'obésité à la consommation excessive de graisses, spécialement de graisses d'origine animale²⁴⁹. Alors essentiellement tournée vers l'étude des vitamines, la recherche en nutrition sert de base à l'émergence de nouvelles recommandations alimentaires qui, durant de l'entre-deux-guerres, font la promotion d'une plus grande consommation de fruits et légumes, riches en vitamines, au profit d'une diminution de la consommation de viande, riche en graisses. Sur le continent nord-américain, la classe moyenne a commencé sa bataille contre la graisse corporelle en changeant la structure alimentaire et en préconisant des régimes amaigrissants afin de recouvrer la ligne²⁵⁰. Le gouvernement et la population britannique espèrent pour leur part améliorer la silhouette et la santé des femmes par le biais de la diététique, de l'exercice physique et de l'alimentation, afin d'entretenir les sentiments entre le couple et maintenir le bonheur de la famille, et dans le but d'atteindre l'objectif ultime consistant à renforcer le pays²⁵¹. En Allemagne, on initie un « mouvement de la réforme de vie » en espérant que des modes de vie sains et des thérapies naturelles augmenteraient leur condition physique et leurs performances mentales. On y affirme que seuls l'exercice, une alimentation appropriée par exemple, adopter un régime végétarien et des thérapies naturelles pouvaient garantir aux personnes une vie saine, heureuse et réussie²⁵².

²⁴⁸ Amélie Desroches, *Hygiène de l'alimentation et propriétés chimiques des aliments*, Neuville, s.n, 1912, p. 8.

²⁴⁹ Yvan G, *Évolution de la consommation d'aliments carnés*, p. 1467.

²⁵⁰ Showalter, Elaine, and Peter N Stearns, *Fat History -Bodies and Beauty in the Modern West*, New York University Press, 1999, p. 3-17.

²⁵¹ Ina Zweiniger-Bargielowska, « The Making of a Modern Female Body: Beauty, Health and Fitness in Interwar Britain », *Women's History Review*, 2011, Vol 20, N° 2, p. 299-317.

²⁵² Michael Hau, and Paul Weindling, *The Cult of Health and Beauty in Germany: A Social History 1890-1930*, Chicago Ill., University of Chicago Press, 2003, p. 1-7.

Le *Ling Long* va diffuser ces normes de beauté féminine venues d'Occident et plus spécifiquement celles issues du milieu du cinéma hollywoodien. Il présente par exemple les critères corporels établis par la « New York International Women's Beauty Conference », tenue en 1934 et 1936, selon lesquels la femme idéale devrait mesurer 5 pieds 7 pouces et peser 130 lb, avec un tour de taille de 24 pouces et de 35 pouces pour les hanches. De plus, le modèle de beauté féminine devrait être blonde et en bonne santé, à l'image de la vedette américaine Mae West. À partir de ces normes, le *Ling Long*, comme plusieurs autres magazines de l'époque, publie même régulièrement des palmarès des plus belles vedettes féminines²⁵³.

Les conseils prodigués par le magazine en matière d'alimentation se basent donc aussi sur les habitudes alimentaires de ces vedettes occidentales. Un article signé par *Shi Yunfang* 史云芳 et intitulé « Comment peut-on être en bonne santé et garder la ligne? », rappelle aux lectrices que, si elles veulent être en bonne santé et rester minces, il leur faut accorder une attention particulière à la nutrition, comme dans les pays occidentaux, où les femmes les plus en vue consultent des diététiciens qui leur donnent des recettes scientifiques stipulant quels sont les aliments et les quantités qu'elles devraient ingérer, mais aussi ce qu'elles devraient éviter. Ainsi, ces femmes devront consommer régulièrement des fruits et boire beaucoup d'eau. L'auteur termine son article en appelant ses lectrices à s'inspirer de ce modèle occidental et à faire attention à la façon dont elles s'alimentent²⁵⁴.

Plusieurs autres articles dévoilant les secrets des vedettes hollywoodiennes pour conserver une belle silhouette comportent des conseils alimentaires précis. L'un d'entre eux, exposant la routine respectée par certains de ces modèles de beauté, affirme notamment qu'elles prennent leurs repas selon des horaires réguliers et qu'elles consomment beaucoup de

²⁵³ « Weilai zhi guoji biao zhun meiren 未来之国际标准美人 [Le standard international de la beauté dans l'avenir] », *Ling Long*, 15 août 1934, N° 150, p. 1589.

²⁵⁴ « Tanjianmei de tujing 谈健美的途径 [Le discours sur la façon d'avoir une bonne santé et une bonne ligne] », *Ling Long*, 17 juin 1936, N° 241, p. 1734-1736.

fruits et de légumes²⁵⁵. De son côté, l'interview par un journaliste chinois de la célèbre Greta Garbo, dans laquelle cette dernière partage sa recette pour demeurer en forme, fait savoir au lectorat du magazine féminin que la célèbre vedette y arrive notamment en évitant les aliments riches en graisse et en mangeant des fruits après les repas afin de stimuler la digestion et de nettoyer les organes²⁵⁶.

La préoccupation du lectorat du *Ling Long* pour la silhouette (et plus largement pour le paraître) est manifeste. Il y a de fait un certain nombre de femmes qui écrivent au magazine pour savoir comment faire pour garder ou avoir la ligne dans la section réservée au courrier des lectrices. La rédaction répond souvent à leurs questions en ajoutant qu'il s'agit d'une question générale posée régulièrement et qu'elle souhaite ne plus y répondre car elle se répète. Mais certaines femmes sont plus précises dans leurs requêtes et veulent savoir comment perdre ou prendre du poids pour obtenir la silhouette qu'elles désirent. En plus de recommander de faire appel à l'expertise de professionnels, le magazine conseille aux femmes qui veulent « perdre du poids » de manger moins de viande, de contrôler leur consommation en calories, de limiter l'absorption d'hydrate de carbone, et de manger plus de fruits et légumes. Pour ce faire, le *Ling Long* se base notamment sur les méthodes d'une actrice hollywoodienne passée par un processus de perte de poids. Tirés d'un article du *Magazine du sport*, publié aux États-Unis, les propos de cette actrice vont effectivement dans ce sens. Selon elle, il faut entre autres « se limiter à la consommation de 1000 calories par jour, boire successivement du lait pendant 3 jours et prendre beaucoup de légumes et peu de viande et de pain »²⁵⁷.

²⁵⁵ « Haolaiwu nüxing de meirong jianshenshu 好莱坞女星的美容健身术 [La façon pour garder la beauté et la ligne des actrices hollywoodiennes] », *Ling Long*, 25 juillet 1934, N° 148, p. 1489.

²⁵⁶ « Gelantai jiabao de huazhuangtan 葛兰泰嘉宝的化妆术 [Comment Greta Garbo reste en forme et peut avoir une belle apparence] », *Ling Long*, 2 novembre 1936, N° 264, p. 3683.

²⁵⁷ Xiuzhi 秀芝, « Wode tizhong jianqing jingguo 我的体重减轻经过 [Le processus de perte de mon poids] », *Ling Long*, 10 octobre 1933, N° 114, P. 1857.

Il n'est pas non plus surprenant de constater que, par opposition et parce que les graisses animales sont reconnues par les vedettes hollywoodiennes pour faire engraisser, les conseils alimentaires concernant « le gain de poids » se traduisent par une plus grande consommation de viande, ainsi que par la consommation d'aliments riches en hydrates de carbone et en sucre. Les fruits et les légumes ne sont pas mis de côté, comme le montre un article intitulé « Comment les personnes maigres peuvent gagner du poids », qui affirme que « le plus important est de consommer de la nourriture digeste, riche en hydrate de carbone, en gras et en protéine, et de consommer un maximum de légumes. [...] Les légumes, les fruits, les produits sucrés et la farine de blé peuvent aussi développer le corps²⁵⁸.

Ainsi, il est clair que c'est également parce que le *Ling Long* endosse et fait la promotion de certains standards de beauté qu'il met l'accent sur un régime alimentaire riche en fruits et légumes et faible en viande et qu'il ne conseille l'augmentation de la consommation de viande que dans le cas où les femmes devraient ou voudraient prendre du poids. Il respecte néanmoins les connaissances scientifiques en matière de nutrition à cette époque, tout en continuant de suivre la tendance à la beauté des stars hollywoodiennes. Afin de répondre aux préoccupations des lectrices de « garder la ligne » et à la politique de frugalité lancée par le Guomindang, ses conseils alimentaires sont en outre en phase avec le contexte socioéconomique de l'époque.

Même si plusieurs intellectuels chinois ont fait le rapprochement entre l'alimentation carnée des Occidentaux et la puissance des nations impérialistes. Mais, le contexte politique et économique de l'époque a plutôt poussé les autorités nationalistes à tenter de convaincre la population chinoise d'adopter une alimentation plus frugale, par conséquent plus proche d'un végétarisme « traditionnel ». Cet appel à la frugalité, relayé par le *Ling Long*, ne contraste en même temps pas avec les préoccupations des nouveaux experts de la nutrition, qui commencent à faire le lien entre une grande consommation de graisses animales et l'obésité, une condition de plus en plus dévalorisée au début du XX^e siècle, autant pour des

²⁵⁸ Yu Ying 毓英, « Shouren zengfei fa 瘦人增肥法 [Comment grossir quand on est maigre] », *Ling Long*, 18 novembre 1936, N° 262, p. 3523.

considérations de santé que d'esthétisme corporel. En s'alignant sur la politique de frugalité du Guomindang, mais aussi et surtout en se basant sur les dernières avancées en matière de nutrition, ainsi que sur les standards de beauté féminine venus d'Occident, le magazine préconise une alimentation riche en fruits et légumes et faible en viande. De cette façon, il reste à la fois plus près des habitudes alimentaires chinoises, et répond en même temps aux préoccupations des nationalistes, des scientifiques et probablement de ses lectrices.

Conclusion

À travers ce mémoire, nous avons montré que les conseils alimentaires proposés par le *Ling Long* pour l'adulte, la femme enceinte et l'enfant, même s'ils se basent sur les plus récents développements dans le domaine de la nutrition, s'adaptent néanmoins aux pratiques et aux habitudes alimentaires chinoises, ainsi qu'au contexte politique et économique du pays au début du XX^e siècle. Par le fait même, nous avons également démontré que les conseils et prescriptions en matière de prévention et de traitement des problèmes de santé par l'alimentation contenus dans le *Ling Long*, témoignent d'un pluralisme thérapeutique, et plus largement sanitaire, en construction et extrêmement dynamique, fruit d'emprunts mutuels auxquels se livrent les cultures médicales chinoise et occidentale.

Même si un certain nombre de Chinois faisant la promotion de la nutrition scientifique ne connaissaient pas nécessairement en profondeur les principes et concepts à la base de cette discipline, ils considèrent néanmoins le nouveau type d'alimentation qu'elle sous-tend comme un moyen efficace pour renforcer le pays en fortifiant les individus qui le compose. Ainsi, sous l'effet de la volonté des élites chinoises de « fortifier le peuple » et de « renforcer la nation », une large place a été faite aux nouvelles connaissances nutritionnelles dans les médias, y compris dans le *Ling Long*. Conséquemment, ce que démontre également notre analyse, c'est que le régime alimentaire des classes moyenne et supérieure de Shanghai au début du XX^e siècle a sans contredit été influencé par ces idées et ces principes jugés modernes. Pour autant, l'interprétation que fait le *Ling Long* des principes modernes de la nutrition ne reflète pas seulement les changements de mentalité vis à vis de l'alimentation en Chine. Elle montre également que la culture alimentaire chinoise, profondément enracinée et versée dans la prévention et la guérison des maladies, n'a pas complètement été balayée par la nutrition scientifique et que les transformations qu'elle a subies n'ont pas altéré son caractère fondamental, son lien étroit avec la santé. Le *Ling Long* associe dès lors les nouvelles connaissances nutritionnelles venues de l'Occident aux habitudes alimentaires et aux concepts thérapeutiques issues de la médecine chinoise et recommande des aliments déjà consommés dans la vie quotidienne, mais sur la base de leurs valeurs nutritives.

De plus, même si certains aliments introduits en Chine avec la présence des Occidentaux à la fin du XIX^e siècle et au début du XX^e siècle, comme le lait de vache, ont été présentés par les publicitaires comme des aliments sains, hygiéniques et bénéfiques pour la santé, spécialement pour les jeunes enfants, le *Ling Long* ne les a tout de même pas considérés comme des aliments miracle. Bien que le magazine recommande en effet la consommation du lait de vache pour les femmes enceintes et les jeunes enfants, il n'en fait pas un produit à consommer au quotidien par le reste de la population. Il ne le présente pas non plus comme un substitut parfait au lait maternel, contrairement à ce que tentent de mettre de l'avant les marchands laitiers et publicitaires de l'époque. À travers ses conseils alimentaires, le *Ling Long* continue de privilégier l'allaitement maternel et propose des solutions modulées aux mères qui nourrissent leur enfant au biberon et qui n'ont pas nécessairement les moyens de se procurer du lait de vache, une denrée relativement rare, dispendieuse et difficile à conserver dans les années 1930. Ainsi, le magazine leur présente aussi une alternative plus économique, le lait de soya, et leur conseille de compléter ces substituts à l'aide de l'huile de foie de morue.

Les Shanghaiens entretenant généralement des contacts plus étroits avec la culture occidentale et manifestant notamment une grande curiosité pour la gastronomie et la culture culinaire occidentale, au sein de laquelle la viande occupe une place importante à partir du début du XX^e siècle, il peut sembler de prime abord étonnant que le *Ling Long* n'ait pas octroyé une place de choix à cet aliment dans ses conseils alimentaires. Considérant l'importance d'un apport suffisant en vitamines et minéraux et suivant ainsi les recommandations issues des récentes recherches en nutrition, le magazine fait la promotion d'une alimentation riche en fruits et légumes. Il s'avère que ses conseils sont à l'image de la tradition alimentaire plus végétarienne des Chinois et loin du régime carné associé aux excès du mode de vie des Occidentaux présents en Chine. De plus, bien que la viande ait été accessible aux Chinois en petite quantité dans les années 1930, elle reste considérée par la majorité de la population comme un aliment occasionnel en raison de son coût élevé. Le *Ling Long* se montrant sensible à la situation économique précaire dans laquelle se trouve alors le pays et la plupart de ses habitants, ainsi qu'à la politique de frugalité lancée par le Guomindang, ses conseils alimentaires sont aussi en phase avec le contexte socioéconomique

de l'époque. Enfin, il ne faut pas oublier que les menus végétariens moins chers proposés par le magazine s'inspirent des « secrets de beauté » dévoilés par les stars du cinéma hollywoodien et qu'ils répondent aussi par le fait même aux préoccupations des lectrices qui souhaitent modeler leur silhouette sur celle des vedettes qu'elles admirent.

Grâce à cette analyse du discours du *Ling Long* sur l'alimentation, nous avons une meilleure compréhension, une compréhension plus nuancée et multifactorielle, de la transformation des habitudes alimentaires des classes moyennes et supérieures dans les grandes villes chinoise comme Shanghai au début du XX^e siècle. Le travail accompli dans le cadre de ce mémoire apporte une contribution non négligeable à l'histoire moderne de la nutrition et à celle de l'alimentation en Chine et pose les jalons pour une recherche plus approfondie à propos de l'impact des nouvelles connaissances nutritionnelles sur le régime alimentaire des Chinois à l'échelle du pays. Évidemment, en raison de la source première mise à contribution pour l'élaboration de ce mémoire, qui reflète le point de vue et l'expérience d'une frange très limitée de la population chinoise sur le plan géographique comme socioéconomique, il reste encore un grand pan de cette histoire à découvrir et nous espérons que notre apport inspirera d'autres historiens à se lancer dans cette aventure.

Bibliographie

Sources

Ling Long magazine 玲珑杂志, 1931-1937, éditeur: Shanghai sanhe, périodicité irrégulière

Shenbao 申报, 30 juillet 1892

Shenbao 申报, 9 mai 1911

Shenbao 申报, 20 septembre 1915

Shenbao 申报, 4 décembre 1928

Funü zazhi 妇女杂志, 1er mars 1924

Funü zazhi 妇女杂志, 10 septembre 1935

Dictionnaires, encyclopédies et atlas

Huangdi Neijing, suwen 黄帝内经.素问 [Classique interne de l'empereur Jaune], Shanghai 上海, Zhonghua shuju 中华书局, 2010, 297 p.

Li, Shizhen 李时珍. *Ben Cao Gang Mu* 本草纲目 [Compendium of Materia Medica], Shanghai 上海, Zhonghua shuju 中华书局, 2005, 453 p.

Hou, Xiangchuan 侯祥川. *Yingyang yu fabinggangyao yutupu* 营养与发病纲要与图谱 [L'Atlas de nutrition et sommaire des théories des causes des maladies], Beijing, 北京, Renmin weishengchubanshe 人民卫生出版社, 1957.

Ouvrages généraux

Andrews, Bridie. *The Making of Modern Chinese Medicine*, Bloomington, Indiana University Press, 2014, 255 p.

Andrews, Bridie et Mary Brown Bullock. *Medical Transitions in Twentieth-Century China*, Bloomington, Indiana University Press, 2014, 435 p.

Apple, Rima D. *Vitamina: Vitamins in American Culture*, New Brunswick, N.J., Rutgers University Press, 1996, 245 p.

Apple, Rima D. *Mothers and Medicine: A Social History of Infant Feeding, 1890-1950*, Madison, University of Wisconsin Press, 1987, 261 p.

Beau, George. *La médecine chinoise*, Vol 23, Paris, Seuil, 1965, 190 p.

Bergère, Marie-Claire. *Histoire de Shanghai*, Paris, Fayard, 2002, 237 p.

Bergère, Marie-Claire et Janet Lloyd. *The Golden Age of the Chinese Bourgeoisie 1911-1937*, Cambridge, Cambridge University Press, 1989, 356 p.

Bowers, John Z. et al. *Zhongguo gongdianli de xifangxixu* 中国宫殿里的西方医学 [La médecine occidentale dans les palais chinois], Beijing 北京, Zhongguoxiehe yikedaxue chubanshe, 中国协和医科大学出版社, 2014, 270 p.

Bryson, Mary. *John Kenneth MacKenzie: Medical Missionary to China*, London, Hodder and Stoughton, 1891, 404 p.

Chang, K, c, ed. *Food in Chinese Culture*, New Haven & London, Yale University Press, 1979, 429 p.

Chen, Bangxian 陈邦贤. *Zhongguo yixueshi* 中国医学史 [L'histoire de la médecine chinoise], Beijing 北京, Shangwuyinshuguan 商务印书馆, 1956, 340 p.

Cochran, Sherman. *Chinese Medicine Men: Consumer Culture in China and Southeast Asia*, Cambridge, Mass., Harvard University Press, 2006, 224 p.

Cochran, Sherman. *Inventing Nanjing Road: Commercial Culture in Shanghai, 1900-1945*, Ithaca, NY, East Asia Program, Cornell University, 2004, 252 p.

Croizier, Ralph C., *Traditional Medicine in Modern China: Science, Nationalism, and the Tensions of Cultural Change*. Cambridge, Mass.: Harvard University Press, 1995, 325 p.

Desroches, Amélie. *Hygiène de l'alimentation et propriétés chimiques des aliments*, Neuville, s. n, 1912.

Dikötter, Frank. *The Discourse of Race in Modern China*, Hong kong, Hong Kong University Press, 1992.

Dupin, Henri. *Alimentation et nutrition humaine*, Paris, ESF Éditeur, 1992, 1535 p.

Eugène, Vincent et J.J Matignon. *La médecine en Chine au XXe siècle: la vieille médecine des Chinois, les climats de la Chine, l'hygiène en Chine et l'hygiène internationale*, Paris, Steinheil, 1915, 316 p.

Gao, Yunxiang. *Sporting Gender: Women Athletes and Celebrity-Making during China's National Crisis, 1931-1945*, Vancouver, UBC Press, 2013, 328 p.

Guillaume, Jean. *Ils ont domestiqué plantes et animaux : prélude à la civilisation*, Versailles, Éditions Quae, 2010, 320 p.

Furth, Charlotte. « Concepts of Pregnancy, Childbirth, and Infancy in Ch'ing Dynasty China », *Journal of Asian Studies*, 1987, vol 46, N° 1.

Hao Yen-p'ing. *The Comprador in Nineteenth Century China*, Cambridge, Harvard University Press, 1970, 360 p.

Hau, Michael et Paul Weindling. *The Cult of Health and Beauty in Germany: a Social History, 1890-1930*, Chicago, University of Chicago Press, 2003, 286 p.

Hauser, Ernest O. *Shanghai: Cité à vendre*, Paris, Valmonde, 1999, 312 p.

Heer, Jean. *World Events, 1866-1966: The First Hundred Years of Nestlé*, Lausanne, Imprimeries Réunies, 1966.

Henriot, Christian. *Shanghai 1927-1937: élites locales et modernisation dans la Chine nationaliste*, Paris, Ed. de l'École des hautes études en sciences, 1991, 342 p.

Honig, Emily. *Sisters and Strangers: Women in the Shanghai Cotton Mills, 1919-1949*, Stanford, Stanford University Press, 1986, 299 p.

Hsiung, Ping-chen. *A Tender Voyage: Children and Childhood in Late Imperial China*, California, Stanford University Press, 2005, 352 p.

Höllmann, Thomas O. et Karen Margolis. *The Land of the Five Flavors: A Cultural History of Chinese Cuisine*, New York, Columbia University Press, 2014, 198 p.

Kang, Youwei 康有为. *Zibiannianpu 自编年谱- Wuxubianfa 戊戌变法* [Annuaire rédigé par Kangyouwei – réforme de cent jours], Beijing 北京, Guji chubanshe 古籍出版社, Vol 4, 153 p.

Kleinman, Arthur. *Social Origins of Distress and Disease: Depression, Neurasthenia, and Pain in Modern China*, New Haven, Ct., Yale University Press, 1986, 264 p.

Lecoq, Raoul. *Les aliments et la vie*, Paris, Vigot, 1929, 260 p.

Lee, Leo Ou-fan. *Shanghai Modern: The Flowering of a New Urban Culture in China, 1930-1945*, Cambridge, Mass., Harvard University Press, 2001, 409 p.

Li, Lilian. *Fighting Famine in North China: State, Market and Environmental Decline, 1690s-1990s*, Stanford, Stanford University Press, 2007, 520 p.

Lin, Yusheng. *The Crisis of Chinese Consciousness: Radical Anti-traditionalism in the May Fourth Era*, Madison, University of Wisconsin Press, 1979, 221 p.

Lu, Henry C. *Chinese System of Food Cures: Prevention & Remedies*, Petaling Jaya, Malaysia, Pelanduk Publications, 1989, 192 p.

Marcos Cueto, *Missionaries of Science: The Rockefeller Foundation and Latin America*, Bloomington, IN., Indiana University Press, 1994.

Mccarrison, Robert. *Studies in Deficiency Disease*, London, Nabu Press, 2010, 280 p.

Méné, Daniel. *La médecine chinoise. Médecines alternatives*, Paris, J Grancher, 1990, 267 p.

Metzger, Laurent. *Les lauriers de Shanghai : des concessions internationales à la métropole moderne*, Genève, Éditions Olizane, 1999, 217 p.

Monnais, Laurence. *Médecine(s) et santé: une petite histoire globale, 19e-20e siècles*, Montréal, Presses de l'Université de Montréal, 2016, 247 p.

Monnais, Laurence. *Médicaments coloniaux: l'expérience vietnamienne:1905-1940*, Paris, les Indes savantes, 2014, 359 p.

Monnais Laurence. *Médecine et colonisation : l'aventure indochinoise, 1860-1939*, Paris, CNRS Éditions, 1999, 480 p.

Monnais, Laurence et Harold J. Cook. *Global Movements, Local Concerns: Medicine and Health in Southeast Asia*, Singapore, NUS Press, 2012, 290 p.

Méné, Daniel. *La médecine chinoise*, Paris, J Grancher, 1990, 164p.

Natacha, Raphaël. *ABC de la médecine chinoise*, Paris, J Grancher, 1994, 146 p.

Nizar, Sophie, dir. *À croire et à manger: religion et alimentation*, Paris, L'Harmattan, 2007, 285 p.

Pan, Junxian 潘俊祥. *Dangdaiguohuo yundong 当代国货运动 [Le mouvement de la Campagne des Biens contemporains]*, Beijing 北京, Zhongguo wenshi chubanshe 中国文史出版社, 1996, 520 p.

Phillips Johnson, Tina. *Delivering Modernity: Childbirth in Republican China*, Lanham, Md., Lexington Book, 2011, 221 p.

Randoin, Lucie. *Les vitamines*, Paris, Armand Colin, 1932, 220 p.

Rochat de La Vallée, Élisabeth, Claude Larre. *Huang Di NeiJing, 'Su Wen' les 11 premiers traités*, Moulins-lès-Metz: A. Maisonneuve, 1993, 400 p.

- Rose, Maurice. *Evolution et nutrition*, Paris, Vigot frères, 1957, 155 p.
- Schwartz, Benjamin *In Search of Wealth and Power: Yen Fu and the West*, Cambridge, Harvard University Press, 1964.
- Simons, Frederick J. *Food in China: A Cultural and Historical Inquiry*, Boca Raton, CRC Press, 1991, 245 p.
- Showalter, Elaine, and Stearns, Peter N. *Fat History -Bodies and Beauty in the Modern West*, New York University Press, 1999, 310 p.
- Tao, Xiaotao 陶小桃. *Taomu penrenfa* 陶母烹饪法 [La technique de la cuisine de la mère Tao], Shanghai 上海, Shangwu yinshuguan 商务印书馆, 1931.
- Wang, Dingjiu 王定久. *Shanghai menjing* 上海门径 [Clé à Shanghai], Shanghai 上海, Zhongyang Shudian 中央书局, 1934, 320 p.
- Wang, Shangdian 王尚殿. *Zhongguo shipin gonye fazhan jianshi* 中国食品工业发展简史 [Brève histoire du développement de l'industrie alimentaire en Chine], Taiyuan, 太原, Shanxi kexue jiaoyu chubanshe, 山西科学教育出版社, 1987, 774 p.
- Wei, Betty Peh-T'i. *Old Shanghai*, Hong Kong, Oxford University Press, 1993, 65 p.
- Wolf, J. H. *Don't Kill Your Baby: Feeding Infants in Chicago, 1903-1924*, Columbus, Ohio State University Press, 2001, 261 p.
- Worboys, Michael. *The Discovery of Colonial Malnutrition between the Wars*, Manchester, Manchester University Press, 1988.
- Wu, Xian 吴宪. *Ying yang gai lun* 营养概论 [L'introduction de la nutrition], Shanghai 上海, Shang wu yin shu guan 商务印书馆, 1940, 145 p.
- Wu, Xian and Zheng, Ji 吴宪, 郑集. *Xiandai guonei shengli xueren zhi gong xian yu xiandai Zhongguo yingyang xue shiliao* 现代国内生理学人之贡献与现代中国营养学史料 [La contribution des physiologistes chinois modernes et des documents historiques sur la nutrition dans la Chine moderne], Shanghai 上海, Zhongguo kexue tushu yiqi gongsi 中国科学图书一期公司, 1954.

Wu, Xinfu 吴信法. *Niunai jiqizhipin* 牛奶及其制品 [Le lait de vache et ses produits], Shanghai 上海, Zhengzhong shuju 正中书局, 1977, 241 p.

Wu, Yili. « The Bamboo Grove Monastery and Popular Gynaecology in Qing China », Late Imperial China, vol 21, N° 1, 2000.

Xiong, Yuezhi 熊月之, Luo, suWen 罗苏文 et Song, Zuanyong 宋钻友. *Shanghai tong shi / Di 9 Juan, Min guo shehui*. 上海通史第九卷, 民国社会, [L'histoire de Shanghai, Vol 9, la société de la république de Chine], Shanghai 上海, Shanghai renminchubanshe, 上海人民出版社 1999, 450 p.

Xiong, Yuezhi 熊月之 et Ma, Xueqiang 马学强. *Waiguoren zai Shanghai 1842-1949* 外国人在上海 [Les étrangers à Shanghai, 1842-1949], Shanghai, 上海, Shanghai guji chu banshe 上海古籍出版社, 2003.

Xin, Ping 忻平. *Cong Shanghai faxian lishi : xiandaihua jinchneg zhong de shanghai ren ji qi shehui shenghuo, 1927-1937* 从上海发现历史：现代化进程中的上海人及其社会生活 1927-1937 [Découvrir l'histoire à partir de Shanghai: la vie sociale des Shanghaiens dans le processus de la modernisation], Shanghai 上海, Renmin Chubanshe 上海人民出版社, 1996.

Yip, Ka-che. *Health and National Reconstruction in Nationalist China: The Development of Modern Health Services, 1928-1937*, Ann Arbor, University of Michigan Press, 1995, 289 p.

Yuan, Hongqi 苑洪琪. *Zhongguo gongting yinshi* 中国的宫廷饮食 [L'alimentation de la Cour impériale chinoise]. Beijing, 北京, Shangwuyinshuguan guojiyouxiangongsi: faxing Xinhua shudian 商务印书馆国际有限公司: 发行新华书店, 1997, 172 p.

Yu, Yue 俞樾. *Fei yi lun 废医论* [L'abolition de la médecine chinoise], s.l, Vol 45, 1879 p.

Zhang, Enyan 张恩言. *Yinshi yu jiankang* 饮食与健康 [L'alimentation et la santé], Shanghai 上海, Shangwu yinshuguan 商务印书馆, 1936, 230 p.

Zhang, Junjun 张俊君. *Woguo nanfangren ji beifangren zhi yingyang gaikuang* 我国南方人及北方人之营养概况 [L'enquête nutritionnelle générale menée auprès des habitants du sud et du nord de notre pays], Beijing 北京, Minzuchubanshe 民族出版社, 1937, 747 p.

Zhongguo jindaishi bianxiezuzhu 中国近代史丛书编写组 [Le groupe de rédaction sur l'histoire contemporaine chinoise]. *Yangwu yundaong* 洋务运动 [Le mouvement d'auto-renforcement], Shanghai 上海, Shanghai renmin chubanshe 上海人民出版社, 1973.

Thèses et mémoires

Deidryn O. Duncan. « High Heels and Rouge: Grafting the New Woman through Consumption in Linglong Women's Pictorial Magazine, 1931-1936 », mémoire de maîtrise en études est-asiatiques, Ohio State University (États-Unis), 2013, 131 p.

Fan, Yajun 范雅俊. « Nutrition and Health: A socio-cultural Study of Tonic Medical Advertisement on Shenbao 1873-1945 », 滋补与健康〈申报〉补药广告的社会文化史研究 1873-1945», mémoire de maîtrise en histoire, Nanking University (RPC), 2012, 46 p.

Fu, Jia-Chen. « Society's Laboratories: Biomedical Nutrition and the Modern Chinese Body, 1910—1950 », thèse de doctorat en histoire, Yale University (États-Unis), 2010, 333 p.

Girouard, Kim. « Médicaliser au féminin : quand la médecine occidentale rencontre la maternité en Chine du Sud, 1879-1938 », thèse de doctorat en histoire en co-tutelle, Université de Montréal/ École normale supérieure (Lyon, France), 2017, 230 p.

Girouard, Kim. « Médicaliser la maternité en Chine du Sud: l'exemple des postes médicaux consulaires français, 1898-1938 », mémoire maîtrise en histoire, Université de Montréal, 2010, 127 p.

Glaise, Anne Frédérique. « L'évolution sanitaire et médicale de la concession française de Shanghai entre 1850 et 1950 », thèse de doctorat en histoire, Université Lumière (Lyon II, France), 2005, 531 p.

He, Nan 何楠. « Urban Women Life in 1930s from Linglong Magazine 〈玲珑〉杂志中的 30 年代都市女性生活 », thèse de doctorat en histoire, Ji Lin University (RPC), 2010, 237 p.

Lo, Shukying 卢淑樱. « Mother's Milk and Cow's Milk: Infant Feeding and the Reconstruction of Motherhood in Modern China, 1900-1937 (母乳与牛奶：近代中国婴儿哺育与母亲角色的重塑，1900-1937) », thèse de doctorat en histoire, The Chinese University of Hong Kong ((RPC), 2009, 250 p.

Stevens, Sarah E. « Making Female Sexuality in Republican China: Women's Bodies in the Discourses of Hygiene, Education, and Literature », thèse de doctorat en histoire, University of Indiana (États-Unis), 2001, 239 p.

Sun, Shaoyi. « Urban Landscape and Cultural Imagination: Literature, Film, and Visuality in Semi-colonial Shanghai 1927-1937 », thèse de doctorat en histoire, University of Southern California (États-Unis), 1999, 433 p.

Swislocki, Mark Steven. « Feast and Famine in Republican Shanghai: Urban Food Culture, Nutrition and the State », thèse de doctorat en histoire, Stanford University, 2002, 246 p.

Tang, Yanxiang 唐艳香. « 饭店与上海城市生活 [Les restaurants et la vie urbaine de Shanghai] », thèse de doctorat en histoire, Shanghai Fudan University (RPC), 2008, 191 p.

Articles de périodiques et chapitres d'ouvrages collectifs

Beard, George Miller. « Neurasthenia, or Nervous Exhaustion », *The Boston Medical and Surgical Journal*, 1869, Vol 80, N° 13, p. 217-221.

Ch. Susanne et Y. Lepage. « Fats, Sugar, Animal Proteins: A New Way of Life », *Journal of Human Ecology*, Vol 20, N° 3, 1990.

Cui, Yang et Southwell Brian G. « Dangerous Disease, Dangerous Women: Health, Anxiety and Advertising in Shanghai from 1928 to 1937 », *Critical Public Health*, Vol 14, N° 2, 2004, p.149–156 [en ligne], <https://doi.org/10.1080/09581590410001725391> (page consultée le 23 décembre 2016)

G. DeJongh, « Population et alimentation dans une économie prémoderne », *Bulletin de Dexia Banque*, vol 215, 2001, p. 27-43.

Crocq, L. et Sailhan, M.. « Névrose actuelle (neurasthénie; psychasthénie, névrose d'angoisse, hypochondrie) » *Encycl. Méd. Chir. Paris, Psychiatrie*, février 1983.

Edwaud, Mellanby. « Nutritional Science in Medicine », *British Medical Journal*, 10 novembre, N° 3, 1944, 202 p.

Hardy, Anne. « Beriberi, Vitamin B1 and World Food Policy, 1925–1970 », *Medical History*, 1995, N° 1, p. 61–77 <https://doi.org/10.1017/S0025727300059482>

Hercberg, S., C. Rouand et H. Dupi. « Évolution de la consommation alimentaire en France et dans les pays industrialisés », *Nutrition et santé publique*, Paris, Technique et Documentation-Lavoisier, 1985, p. 31-58.

Gainot, Bernard. « La santé navale et l'Atlantique comme champs d'expérimentation : les hôpitaux flottants », *Dix-huitième Siècle*, Vol. 33, 2001, p. 165-182.

Ina Zweiniger-Bargielowska. « The Making of a Modern Female Body: Beauty, Health and Fitness in interwar Britain », *Women's History Review*, Vol 20, N° 2, p. 299-317 <https://doi.10.1080/09612025.2011.556324>

Judge, Joan. « Talent, Virtue, and the Nation: Chinese Nationalisms and Female Subjectivities in the Early Twentieth Century », *American Historical Review*, June 2001, Vol 106, N° 3, p. 765-803.

Lee, Seung-Joon. « The Patriot's Scientific Diet: Nutrition Science and Dietary Reform Campaigns in China, 1910s–1950s », *Modern Asian Studies*, 2015, Vol 49, N° 6, p.1808–1039, <https://doi.org/10.1017/S0026749X14000286>.

Lin, Kuo-hao. « Nutritive Value of Vegetarian Diets from Economic Standpoint », *National Medical Journal of China*, 1931, Vol 25, N° 3, p. 200 – 205.

Ma, Debin. « Economic Growth in the Lower Yangzi Region of China in 1911-1937: A Quantitative and Historical Analysis », *The Journal of Economic History*, Vol 68, N° 2, 2008, p. 355–92 <http://dx.doi.org/10.1017/S002205070800034X>

Metailié, Georges. « Cuisine et santé dans la tradition chinoise », *La nourriture*, mars 1979, Vol 31, N°1, p. 119-129 <https://doi.org/10.3406/com.1979.1473>

McCollum, Elmer V. « Milk as a Factor in Race Development », *The China Medical Journal*, Vol 34, N° 1, January 1920, p 112-189.

Smith, Hilary A. « Skipping Breakfast to Save the Nation: A Different Kind of Dietary Determinism in Early Twentieth-Century China », *Global Food History*, juillet 2018, Vol 4, N° 2, p.152- 167.

Swislocki, Mark. « Nutritional Governmentality: Food and the Politics of Health in Late Imperial and Republican China », *Radical History Review*, 2011, N° 110, p. 9–35
<https://doi.org/10.1215/01636545-2010-024>

Weindling, Paul. « International Health Organizations and Movements, 1918–1939 », *Cambridge Studies in the History of Medicine*, Cambridge University Press, 1995, p. 134-153.