

NOUS SOMMES DES ANIMAUX  
SOLIDAIRES DE TOUS LES ANIMAUX



# La végéphobie

Rejet du végétarisme pour les animaux &  
discrimination des personnes végétariennes

VEGGIE PRIDE

# La végéphobie - Rejet du végétarisme pour les animaux & discrimination des personnes végétariennes

## Sommaire

### I. Introduction

Définition | Comparaison avec l'homophobie | Sujets discriminés et porte-paroles

### II. Les moyens de la végéphobie

Les moqueries | Le déni | Les discriminations institutionnelles

### III. Réactions de végétarien-ne-s face à la végéphobie

La végéphobie atteint ses buts | La végéphobie n'est pas perçue ou est niée

### IV. Conclusion

Perspectives | Que faire?

La version originale de cette brochure écrite en 2011 par Sara Fergé, Yves Bonnardel et David Olivier est disponible auprès de: <http://fr.vegephobia.info/>

La présente brochure est une réédition courte préparée par Alexandra Brutsch, Karen Steinbach et Jérôme Dumarty, à l'occasion de la Veggie Pride de Genève en mai 2013. Elle est téléchargeable sur <http://www.veggiepride.ch/>

Illustration de couverture: Haydé

et les analyses pour qu'il soit plus difficile de nier la réalité de la végéphobie et pour en révéler l'importance: <http://fr.vegephobia.info/>

## Que faire ?

Le combat individuel est possible mais pour que la situation avance, il faut que les végétarien-ne-s prennent conscience de la réalité de la végéphobie et s'organisent pour lutter contre, en se rendant visibles et en revendiquant leurs droits. La discrétion alimente un cercle vicieux : plus les végétarien-ne-s se cachent, plus le végétarisme est considéré comme marginal, plus cela rend difficile d'assumer son végétarisme.

Des initiatives collectives sont possibles : une communication a déjà été adressée en 2011 au Rapporteur spécial sur la liberté de religion ou de conviction (un expert indépendant désigné par le Conseil des droits humains de l'ONU), et une pétition lui sera adressée à nouveau à l'occasion de la Veggie Pride 2013.

La Veggie Pride a pour but de dénoncer la végéphobie et d'agir à son encontre. Elle se propose de donner une visibilité à ceux et celles qui refusent de faire tuer des animaux pour la consommation humaine et leur solidarité avec les victimes de l'exploitation animale, de l'abattage et de la pêche.

Plus d'infos sur <http://www.veggiepride.org>.

# IV. Conclusion

Il a été vu que derrière ce que l'on appelle ici végéphobie se retrouvent des comportements extrêmement variés, personnels ou institutionnels. Il semble néanmoins légitime de les regrouper sous un terme générique, ces comportements constituant un dispositif social complexe, intériorisé et repris par chacun, qui vise à éviter que se développe une remise en question de l'exploitation animale. On peut comparer la végéphobie au dispositif similaire de réactions toutes faites qui vise à faire taire ou à délégitimer toute parole féministe, par exemple.

Bien plus, ce qui est appelé ici végéphobie semble bien n'être qu'un sous-ensemble, particulièrement développé et omniprésent, d'un phénomène plus vaste qui n'a pas non plus de nom, mais que l'on pourrait appeler « animalismo-phobie ». En effet, si la question de la légitimité de la viande est bien une question fondamentale, centrale, de la question animale, cette dernière ne s'y réduit pas. Et les animalistes, végétarien-ne-s ou non, sont effectivement dévalorisé-e-s eux aussi en tant que tels de façon très importante.

Cette animalismo-phobie, et tout particulièrement la végéphobie qui en constitue le gros morceau, est redoutable, en ce qu'elle dissuade de nombreuses personnes de se frotter à la remise en cause du statut des animaux, mais aussi en ce qu'elle ne permet pas au discours animaliste d'émerger socialement, d'être audible. En ce sens, cette animalismo-phobie est en elle-même un sous-système de l'idéologie globale spéciste.

La situation a énormément évolué depuis un quart de siècle, le tabou sur la viande est en partie tombé, et la remise en cause de la viande apparaît de plus en plus possible. On peut dire que la plupart des dispositifs sociaux de défense de la domination sont de moins en moins efficaces ; ils ne peuvent plus empêcher l'action animaliste, ils se contentent de la freiner de façon importante. Cependant, nous ne pouvons attendre qu'ils tombent d'eux-mêmes et meurent de leur belle mort. Par solidarité avec les autres animaux, mais aussi par solidarité avec les très nombreuses personnes moralement engagées qui ont du mal à devenir végétariennes, ou qui vivent mal leur engagement à cause de leur entourage, il est essentiel de mettre en évidence cette végéphobie pour mieux pouvoir l'affronter.

## Perspectives

Ce petit tour d'horizon est certainement limité, et ne fait pas le tour de la question ; il faut considérer cette brochure comme une introduction au sujet, un sujet qui mérite d'être exploré, approfondi et mis en valeur.

Un site Internet se donne pour objectif d'accumuler les témoignages variés

# I. Introduction

En se basant uniquement sur la justice et la raison, nul ne pourrait nier que d'une part, les animaux ne veulent pas souffrir ni être tués<sup>1</sup>, et que d'autre part les êtres humains n'ont pas besoin de manger leur chair pour vivre<sup>2</sup>. De ce fait, toute forme d'exploitation animale destinée à notre consommation, de la pêche à l'élevage, devrait donc logiquement cesser.

Si cette logique n'est pas reflétée dans la réalité aujourd'hui, et n'est ni même encore l'objet d'un débat public, malgré les efforts d'un nombre croissant de personnes, c'est principalement en raison d'un ensemble de dispositifs sociaux que l'on peut réunir sous le terme de « végéphobie ».

Les végétarien-ne-s<sup>3</sup> pour les animaux tentent de donner une voix à ceux qui n'en ont pas : les animaux élevés pour leur chair. Or, cette voix n'est pas entendue, et est même largement censurée. Tout est mis en place, à l'échelle de la société entière, pour rendre inaudibles les végétarien-ne-s et pour empêcher le débat. Dès qu'il s'agit de mettre en avant le sort des animaux d'élevage, de quelque manière que ce soit, y compris par le simple fait de refuser de consommer de la viande au cours d'un repas, une forme de censure intervient.

La végéphobie bloque toute amélioration du sort des animaux, en empêchant la diffusion des idées et en pervertissant le débat. Cette brochure évoque les différentes formes que prend la végéphobie et les conséquences qui en résultent, non seulement pour les végétarien-ne-s, mais aussi et surtout pour les animaux.

## Comment définir la végéphobie ?

Le terme « végéphobie » a été formulé pour la première fois dans le manifeste français de la Veggie Pride<sup>4</sup>. De même que d'autres expressions composées du suffixe « phobie »<sup>5</sup>, il désigne le rejet d'un comportement qui contient des enjeux

1 Voir sur la notion de sentience animale: OneKind.org, "Animal Sentience", [http://www.onekind.org/be\\_inspired/animal\\_sentience/](http://www.onekind.org/be_inspired/animal_sentience/)

2 Voir la position de l'Association américaine de diététique et des Diététistes du Canada: "Vegetarian diets", [http://www.vrg.org/nutrition/2003\\_ADA\\_position\\_paper.pdf](http://www.vrg.org/nutrition/2003_ADA_position_paper.pdf)

3 *Végétarien-ne* : individu qui ne consomme pas de chair animale. Les *végétalien-ne-s* (qui ne consomment par ailleurs aucun produit issu de l'exploitation animale, comme les laitages et les œufs), en tant que personnes ne consommant pas non plus de chair animale, font partie des végétarien-ne-s.

*Végétarien-ne pour les animaux* : individu qui refuse de manger de la chair animale et dont la motivation première est le refus des souffrances infligées aux animaux. Par souci de concision, nous emploierons dans cette brochure le terme de « végétarien-ne » pour désigner ces personnes, sauf mention spéciale.

4 Voir le manifeste de la Veggie Pride sur [www.veggiepride.org](http://www.veggiepride.org).

5 Bien que le terme de « phobie » soit également utilisée sur le plan psychologique pour désigner des

politiques. Tout comme l'homophobie rejette l'homosexualité et implique une discrimination à l'égard des personnes homosexuelles, la végéphobie désigne le rejet du végétarisme pour les animaux et la discrimination à l'encontre des personnes végétariennes. Des émotions de peur, de mépris et même de haine l'accompagnent parfois.

Si les végétarien-ne-s sont rejeté-e-s, c'est parce qu'elles<sup>6</sup> remettent en question la consommation de chair animale de par leur simple comportement, sans même l'exprimer verbalement. Ne pas consommer de viande est une remise en cause de la domination humaine, et ébranler les privilèges des dominant-e-s mène à des réactions violentes à l'encontre des végétarien-ne-s. C'est ce phénomène que nous nommons « végéphobie ».

Le végétarisme pour des raisons de goût ou de santé personnelle, d'élévation spirituelle, de considérations écologiques ou de solidarité avec les pays en développement est relativement bien accepté socialement. La végéphobie n'est donc pas une hostilité à l'encontre du simple végétarisme en tant que mode de vie, mais est déclenchée par le fait que cette attitude vient remettre en question l'idée de domination humaine, le spécisme<sup>7</sup>.

## Pourquoi une comparaison avec l'homophobie ?

L'homophobie est garante d'un ordre social fondé sur l'assignation des genres masculin et féminin, sur la domination masculine et sur la contrainte à l'hétérosexualité. Elle consiste en un ensemble varié de dispositifs sociaux violents visant à réprimer (par la ridiculisation, l'invisibilisation, etc.) l'homosexualité masculine et féminine, car celles-ci constituent une menace pour l'ordre genré et la domination masculine.

De même, la végéphobie est garante d'un système fondé sur la différenciation stricte des animaux et des humains, sur le refus de considération des intérêts des premiers et sur la domination des seconds. La notion de végéphobie regroupe elle aussi des comportements variés qui visent à dissuader quiconque de remettre en cause la consommation de la chair des animaux, qui est la pratique principale et le symbole majeur de la domination spéciste.

---

peurs irraisonnées (par ex. dans « arachnophobie »), on s'intéressera ici plutôt à son utilisation au niveau social et politique pour désigner une attitude de rejet et de discrimination, comme dans le concept d'« islamophobie ».

<sup>6</sup> Nous emploierons un langage épïcène lorsqu'il n'alourdit pas le texte.

<sup>7</sup> Le *spécisme* est une idéologie dominante actuellement, selon laquelle les intérêts des humains, aussi futiles qu'ils soient, priment systématiquement sur ceux des animaux, même lorsqu'ils lèsent des intérêts fondamentaux de ceux-ci. Si l'on met en balance l'intérêt d'un humain à manger de la viande et l'intérêt d'un animal à ne pas être tué à cette fin, une société spéciste considérera que le simple intérêt gustatif de l'humain (la viande n'étant pas nécessaire à sa survie) prime systématiquement sur les souffrances qu'impliquent l'élevage, le transport et l'abattage des animaux qui fournissent cette viande. Ceci car, selon l'idéologie spéciste, l'intérêt des humains prévaut toujours.

tion animale est systématiquement ramenée à une question personnelle (« je te respecte, tu me respectes »). Cela revient à admettre que la question de la consommation de viande n'a pas d'importance en soi, ou bien n'est tranchable que de façon arbitraire et doit être laissée à la libre appréciation de chacun. Tout comme on ne peut exiger d'une personne qu'elle préfère le rouge au bleu on ne peut exiger d'une personne qu'elle cesse de manger des animaux. Le tabou est très fort, qui empêche de concevoir la question de la consommation de viande comme relevant des mêmes règles de la morale que des questions humaines importantes : à savoir que ces règles s'appliquent universellement; qu'une pratique qui lèse profondément des individus doit être proscrite, indépendamment de toute question de liberté individuelle.

## L'identité végétarienne

La pression à l'encontre des végétarien-ne-s accentue clairement une tendance favorisée par les sociétés « démocratiques » : le communautarisme. Les sociétés libérales tolèrent chaque « spécificité sociale » avec une bienveillance toute formelle et relative, et permettent que se créent de petits ghettos un peu à part du reste de la vie sociale, régis par des règles de vie, des pratiques et des valeurs un peu différentes – pas trop, sinon il y a risque d'être assimilé à une « secte ». Ces communautés permettent de se sentir plus à l'aise que dans une société globale peu encline à accepter les écarts aux normes. Or, regrouper les végétarien-ne-s en ghettos sur la base de leur « régime alimentaire » ou plus largement, de leur « mode de vie », c'est accepter de voir neutralisée la force subversive du refus de la domination humaine.

Le refus des végétarien-ne-s de participer à l'exploitation animale ne peut être purement personnel ; ça n'a pas de sens. S'il les juge qu'un acte est « mal », injuste, immoral, c'est qu'il ne l'est pas seulement quand il est pratiqué par eux-mêmes, mais quelle que soit la personne qui le pratique. Ce n'est ainsi en fin de compte pas tant un « mode de vie » qui doit les réunir, que ce pourquoi ils ont adopté ce « mode de vie » : la raison politique.

Les végétarien-ne-s ne sont pas obligé-e-s d'adopter pour eux-mêmes les catégories que la société leur impose. Il serait sans doute préférable qu'elles se définissent par leur revendications: une autre société, non exploitante, non oppressive, qui ne cause plus autant de souffrances aux animaux pour des raisons dérisoires.

ments intenablement socialement. La pression sociale les empêche de réfléchir posément à leurs idées et pratiques. Les exemples suivants peuvent être analysés dans ce cadre.

### La polarisation sur « l'efficacité »

Nombre de végétarien-ne-s disent se préoccuper avant tout d'efficacité : il ne faudrait pas parler des choses qui fâchent, il faudrait donner bonne impression, être aimable, il ne faudrait pas parler d'éthique ni des animaux, il ne faudrait pas s'énerver, il ne faudrait pas être trop gros ni trop maigre, ni mal habillé-e, etc. L'intégration de la végéphobie est ici intégration du discours végéphobe selon lequel il ne faut pas faire de vagues.

Or, évaluer l'efficacité de nos façons de faire est difficile, d'autant plus qu'il y a à différencier entre efficacité à court, moyen et long terme. Surtout, il y a à clarifier ce par rapport à quoi l'on souhaite être efficace. Se faire accepter ? Se faire comprendre ? Convaincre ? Convaincre à propos de quoi ? D'un régime alimentaire ? D'une question morale ? D'une question de santé, de goût, ou de politique ? Est-ce qu'on cherche à changer le comportement immédiat de cette personne précise qu'on a en face de soi, ou bien à changer la donne au niveau de la société en général, à plus long terme ? C'est par exemple toute la différence entre une campagne publicitaire qui vise à faire acheter immédiatement un produit par n'importe quel moyen, et une campagne politique qui se donne pour objectif de changer profondément une société en questionnant les rapports de domination sur lesquels elle se fonde, et qui agit sur la durée en demandant une stratégie qui intègre les années.

### L'auto-censure des émotions

Les végétarien-ne-s évitent d'afficher certaines émotions comme l'indignation, la colère, et les comportements qui en résultent, réactions qui seraient pourtant considérées normales devant d'autres scènes de souffrance ou de maltraitance. Cette attitude d'auto-censure a probablement été développée en réaction aux habituelles moqueries et accusations de sensiblerie.

En montrant patte blanche, en argumentant préférentiellement sur des questions banales comme la santé humaine, les végétarien-ne-s contribuent ainsi eux-mêmes à propager le message implicite selon lequel la question animale n'est pas si importante.

### La privatisation de la question animale

Il s'agit là d'un effet très important de la végéphobie ambiante. La ques-

La végéphobie est ainsi une stratégie sociale, consciente ou non, visant à éviter à tout prix de faire vaciller les certitudes spécistes actuelles. En d'autres termes, elle permet d'éviter toute remise en cause de l'exploitation et de la place des animaux dans notre société.

## Sujets discriminés vs porte-paroles des sujets discriminés

Contrairement aux victimes d'autres injustices sociales qui ont œuvré elles-mêmes à leur libération, les animaux n'ont pratiquement que les végétarien-ne-s pour les défendre. Or, avec la végéphobie, la remise en question de la toute-puissance de l'espèce humaine par rapport aux autres êtres vivants n'est pas entendue. Ainsi, attaquer les végétarien-ne-s, c'est attaquer les avocats des animaux, et ce sont finalement les animaux qui sont victimes de ces attaques.

## II. Les moyens de la végéphobie

### 1. Les moqueries

La moquerie est la plus courante des réactions végéphobes. Malgré les apparences, ces railleries incessantes ne sont ni légères, ni innocentes.

La moquerie est souvent un premier degré de l'agression, difficile à parer parce qu'elle passe pour bon enfant, sympathique, plaisante. La dénoncer expose les végétarien-ne-s au risque d'inverser la situation et de paraître elleux-mêmes désagréables, susceptibles, agressifs. Souvent récurrentes, ces plaisanteries peuvent ainsi constituer un véritable harcèlement, à tel point que de nombreux-ses végétarien-ne-s préfèrent ne plus mettre en avant leur position.

Ci-dessous un inventaire (non exhaustif) des différentes formes de moqueries que les personnes végétariennes rencontrent dans leur quotidien.

### Celles qui visent la sensibilité (la fameuse « sensiblerie »)

*Et la carotte, elle crie quand tu l'arraches ? , Tu veux pas manger Bambi ?*



Toute émotion ressentie en lien avec ce que peuvent éprouver des non-humains serait déplacée et ridicule, propre à qualifier de « sensiblerie ». Ceci sous-entend que le refus de manger de la viande n'est basé que sur des émotions et de surcroît des émotions illégitimes. Le choix du végétarien-ne est dépourvu de tout semblant de rationalité et ne mérite pas même ainsi d'être discuté.

L'imputation se double de préjugés sexistes : la sensiblerie, émotion dénuée de raison, est féminine par nature, tandis qu'un « vrai mec », rationnel et maître de ses émotions, se doit par contre de manger de la viande sans état d'âme. L'acceptation sociale du végétarisme des femmes (qui semble un peu plus facile que celle du végétarisme masculin) s'explique peut-être alors par le fait que les femmes sont déjà dévalorisées et délégitimées en tant que femmes : d'emblée suspectes d'émotions peu raisonnables, on ne saurait de toute façon véritablement prendre leur propos au sérieux.

## Celles qui nient la possibilité du végétarisme

*Mais que manges-tu, des cailloux ?, Tu vas avoir des carences, Les végétariens que je connaissais étaient très maigres et tout blancs, ils sont morts à quarante ans.*

Les conseils de nutrition dispensés par des personnes qui n'y connaissent rien et qui croient avec assurance savoir sont doublement néfastes. Premièrement parce que ces personnes sont la plupart du temps d'une telle mauvaise foi, qu'aucune explication ne peut avoir prise sur eux. Ensuite, parce qu'elles ramènent la discussion sur les conséquences du végétarisme pour les humains, et par là même évacuent la question animale.

La possibilité du végétarisme peut aussi être niée de façon concrète : les végétarien-ne-s font souvent face à l'impossibilité d'obtenir un plat végétarien lors de réunions de famille ou au restaurant, même s'illes en font la demande préalable. Il leur est aussi parfois servi de la viande discrètement dans leur plat, comme des lardons ou du thon dans une salade.

L'impossibilité de manger sans viande est alors posée de façon pratique. En refusant de manger le contenu de leur assiette, les végétarien-ne-s « prouvent » que leur mode de vie est intenable socialement, et que le végétarisme est donc en quelque sorte « invivable ».

## Celles qui louent le goût de la viande

*Moi je ne pourrais pas, j'adooore la viande, Tu ne sais pas ce que tu rates, Le tofu, qu'est-ce que c'est fade !, Ça doit bien t'arriver de craquer de temps en temps.*

Ces « réflexions » visent à réduire la disproportion entre l'intérêt des animaux à vivre et l'intérêt des humains à manger leurs chairs. Si manger de la viande est un plaisir exceptionnel, il devient moins condamnable de tuer des animaux pour

## Le refus d'être une victime

Une autre raison de nier la végéphobie résulte du fait que les végétarien-ne-s sont réticent-e-s à l'idée de revendiquer des droits et du respect. Illes affirment volontiers que comparer leur situation à celle des autres animaux est indécent, du fait que ces derniers sont torturés et tués. En dépit de la pression sociale, de l'irrespect et la marginalisation dont illes font l'objet, et des difficultés quotidiennes auxquelles illes font face, les végétarien-ne-s ne sont guère enclins à se présenter comme victimes de discrimination, encore une fois en raison des réactions de moqueries et dédain auxquelles ceci les exposerait.

## Le manque de solidarité entre végétarien-ne-s

Les personnes qui ne veulent pas reconnaître la pression existante à leur propre rencontre portent souvent le discrédit sur les végétarien-ne-s qui n'arrivent pas à affronter cette même pression. Au lieu d'être solidaires dans l'adversité, illes se désolidarisent de leurs compagnons de lutte, se démarquent pour se valoriser et échapper au statut de victime. Or, il est essentiel de mettre en place des dispositifs collectifs pour contrer cette discrimination sociale; la première des nécessités en la matière étant bien sûr de souligner que cette pression n'est pas une question personnelle, mais bien une question sociale, politique, liée au fait que les végétarien-ne-s sont des opposants à un système de domination qui est au fondement de la société.

## La végéphobie induit des comportements inconscients chez les végétarien-ne-s

### La négation du fait qu'illes sont végétarien-ne-s pour les animaux

Nous avons vu que le végétarisme pour des raisons animalistes suscite des réactions bien plus hostile que le végétarisme pour l'environnement, la santé, ou toute autre raison. Ceci explique le fait que de nombreux végétarien-ne-s mettent en avant d'autres motifs que la question animale, afin de conformer leur discours à un positionnement personnel qui leur coûtera moins socialement.

Les végétarien-ne-s ont probablement tous une appréhension plus ou moins vague de l'existence de quelque chose comme la végéphobie, qui leur paraît à juste titre comme une adversité contre laquelle il est très difficile de lutter à cause de son caractère généralisé, profus et divers. Illes intègrent ainsi le fait qu'illes y seront toujours confrontés et dès lors s'interdisent inconsciemment de souscrire à des raisonnements dont illes sentent qu'ils les mèneraient à des positionne-

# La végéphobie n'est pas perçue ou est niée

Pourquoi tant de végétarien-ne-s nient-elles l'existence de dispositifs sociaux généralisés visant à les faire taire ou à discréditer leurs propos ? Pourquoi minimisent-elles souvent leur impact ?

## Le-la végétarien-ne, une vitrine pour le végétarisme

Piégé-e par son envie de convaincre, le-la végétarien-ne tente généralement d'être une vitrine pour le végétarisme. Ille a tendance à vouloir convaincre les gens qu'il est facile d'être végétarien-ne, ce qui est faux. La vie est en réalité plus facile pour les mangeurs-euses de viande. Refuser de goûter le gâteau d'anniversaire de la collègue de bureau, décliner une invitation à un méchoui entre amis, ne pas être invité parce que l'on apparaît trop rabat-joie, sont des situations sociales qui sont difficiles à affronter. Surtout, être conscient-e-s de la souffrance animale omniprésente, avec pour commanditaires des meurtres, leurs parents, leurs ami-e-s, leurs voisin-e-s, n'est pas du tout facile.

En fait, il y a fort à parier que ce n'est pas uniquement la soif de convaincre qui pousse les végétarien-ne-s à vouloir faire bonne impression. Il semblerait que la raison majeure derrière ce comportement serait plutôt qu'illes ont parfaitement intégré la végéphobie. Illes savent que la moindre de leurs failles, réelle ou supposée, sera mise à profit par leur interlocuteurs-trices, et essaient ainsi toujours de se justifier, en trouvant des raisons susceptibles de convaincre l'autre, de lui plaire. Pourquoi se donner tant de mal ? Quelle lutte sociale exige de ses représentant-e-s qu'illes soient irréprochables ? Aucune ! Une cause n'est pas plus ou moins juste selon les personnes qui l'épousent. Pourtant, les végétarien-ne-s se doivent d'être en bonne santé, sportifs-tives, d'être intégré-e-s socialement, d'avoir un bon métier, d'être heureux-ses et de rester courtois-es en toute circonstance.

Les végétarien-ne-s se sont donc laissé-e-s définir par un mode de vie, qui est finalement ce qui les unit ; cela explique l'enthousiasme rencontré en réaction à une étude « prouvant » que les végétarien-ne-s ont un QI supérieur aux autres, qu'illes sont plus sexy, etc.

En conséquence, il est hélas logique que le végétarisme soit perçu dans la population comme une identité particulière et non comme une prise de position. Dès lors, il n'est pas étonnant que les végétarien-ne-s se présentent souvent sous leur meilleur jour pour jouer le rôle de « vitrines » du végétarisme, plutôt que de mettre en avant le caractère politique de leurs revendications.

satisfaire ce plaisir. L'intérêt de ce genre de remarques est qu'elles sous-entendent une certaine conscience de la disproportion entre le plaisir relatif et éphémère à manger de la viande et l'importance pour l'animal de disposer de sa vie. Mais simultanément, elles réaffirment le droit absolu à tuer ou faire tuer un non-humain pour ce qui n'est finalement qu'un caprice.

## Celles qui dévalorisent l'éthique en s'en moquant

*... je n'étais même pas encore assise qu'ils plaisantaient déjà. Ils s'y sont mis à quatre. Et pendant vingt minutes, ils étaient morts de rire en brandissant les brochettes qui cuisaient sur le barbecue, me les mettant sous le nez en imitant des cris d'animaux et me disant 'Tiens t'entends le veau qui crame?'...*

Une solidarité s'organise facilement contre les végétarien-ne-s, qui se retrouvent parfois acculé-e-s face à un feu nourri de plaisanteries qui virent à l'agression. Sous les apparences d'une remarque légère et humoristique se cache la négation de ce pour quoi les végétarien-ne-s luttent : le sort des animaux serait un sujet amusant, se soucier des animaux serait drôle en soi. Quelle que soit leur réaction, les végétarien-ne-s sortent perdant-e-s de ce type de situation.

S'illes acceptent la remarque et rient de bon cœur, afin d'éviter le conflit ou parce qu'illes ne décèlent aucune mauvaise intention chez leurs interlocuteurs-ices, illes confirment le fait que la condition animale n'est pas un sujet sérieux. Dans ce cas, la végéphobie a atteint sa cible : les souffrances des animaux et l'importance morale du problème se retrouvent minimisées.

S'illes relèvent la remarque et tentent d'y répondre sérieusement, l'atmosphère change. Ce sont les végétarien-ne-s qui paraissent agressif-ve-s ou trop sérieux-ses, nécessairement décalé-e-s et sinistres car illes n'admettent pas le caractère léger de la plaisanterie.

## Les moqueries absurdes

*Tu savais qu'Hitler était végétarien ?, Les animaux sont contents de se sacrifier pour nous !, Si on arrêtait de manger de la viande, les villes seraient envahies par les vaches et les cochons !*

Les arguments idiots, ni logiques ni fondés sur des faits, auxquels font souvent face les végétarien-ne-s, participent aussi au discrédit du végétarisme. Utiliser n'importe quel type d'argumentaire, sans se soucier le moins du monde de sa pertinence, sous-entend que l'on ne prend ni son interlocuteur ni ses idées au sérieux. Le sort des animaux est ainsi considéré comme un sujet qui ne mérite même pas le respect, ni d'être débattu sérieusement.

Par ailleurs, les végétarien-ne-s ne sont pas égaux face à ces plaisanteries. Un-e végétarien-ne débutant-e, un enfant, une personne timide, isolée dans un

groupe, ou face à son supérieur hiérarchique, c'est-à-dire une personne en vulnérabilité sociale, aura du mal à répliquer. On ne peut affirmer comme le font beaucoup de végétarien-ne-s militants que ces plaisanteries n'ont pas d'impact, simplement parce qu'eux ont appris à y répondre. De nombreux-ses végétarien-ne-s ne savent pas y répondre, et se sentent isolé-e-s et agressé-e-s par ces railleries incessantes.

## 2. Le déni

On pourrait facilement croire que les végétarien-ne-s n'existent pas. Pas de menus pour elleux dans les cantines, aucun conseil nutritionnel dans les guides de santé publique, propos alarmistes du corps médical sur les régimes sans viande, etc. La liste est longue.

### Les végétarien-ne-s invisibles

*Tu ne serais pas malade / fatigué si tu mangeais de la viande!*

Cette « invisibilisation » commence dans ce type de réflexions habituellement adressées aux végétarien-ne-s, ainsi que dans les réactions lorsque l'on évoque la souffrance animale résultant de l'élevage : « Bah, il faut bien manger ! » La négation de la possibilité d'un régime sans viande revient à une négation de la propre existence des végétarien-ne-s. Il s'agit d'une violence symbolique, comme l'est toute négation d'une réalité évidente, qui équivaut à « Vous n'existez pas, vous ne devez pas exister, car la consommation de viande est une norme impérative ».

Cette négation de leur existence paraît incompréhensible : les végétarien-ne-s existent bel et bien en chair et en os face à leurs interlocuteur-ric-e-s, qui en outre ont tous déjà entendu parler un jour ou l'autre de personnes ou de peuples qui refusent de manger de la viande (rien qu'en Inde, environ 40 millions de personnes sont végétariennes).

De même, lors de la crise de la vache folle, on pouvait voir les charniers de troupeaux entiers à la télévision. La population était choquée et invoquait volontiers une responsabilité collective, comme si tout le monde mangeait des vaches, comme si les végétarien-ne-s n'existaient pas.

A force d'entendre dire partout que les végétarien-ne-s n'existent pas, ceux-ci se sentent isolé-e-s, marginaux-ales, anormaux-ales. Cependant, ce ne sont pas seulement elleux qui sont invisibilisé-e-s, ce sont aussi les raisons qui les poussent au végétarisme : le déni ne concerne pas seulement leur existence, ni leur possibilité d'exister de façon viable, mais également les raisons mêmes qui les poussent à refuser la viande.

## III. Réaction des végétarien-ne-s face à la végéphobie

### La végéphobie atteint ses buts

*Comme les conversations au sujet de la viande ont tendance à mettre les gens mal à l'aise, beaucoup de végétariens ne font pas de prosélytisme.*

Jonathan Safran Foer  
*Faut-il manger les animaux ?*

Le but de la végéphobie, rappelons-le, est d'éviter toute remise en question du spécisme (parce qu'il est injustifiable et qu'un débat d'idées honnête en anéantirait l'apparente pertinence) et plus particulièrement de la pratique spéciste centrale qu'est la consommation de viande.

La végéphobie atteint ses buts en imposant aux végétarien-ne-s de se taire, mais aussi en ancrant en elleux l'idée que leurs convictions ne sont pas légitimes, et donc en les décourageant d'assumer ces convictions et de les exprimer. Ceci mène les végétarien-ne-s à s'exprimer de manière peu assurée, à adoucir ou modifier leurs propos pour éviter le conflit, en somme à renoncer à leur liberté de conviction et d'expression. Quand bien même illes surmontent ces difficultés et tiennent un discours affirmé et sans ambiguïté, les moqueries suscitées ont pour effet automatique de convaincre l'ensemble des personnes présentes que ces propos sont ridicules et illégitimes.

Le-la végétarien-ne qui se tait à chaque blague de ses collègues, qui donne de la viande à son enfant à contrecœur, qui cache au médecin son végétarisme, qui évite de se dire militant (et donc de manifester publiquement sa solidarité avec les animaux) ou bien encore, le-la végétarien-ne qui prétend qu'il l'est pour sa santé, pour l'environnement, ou par dégoût pour la viande, le-la végétarien-ne qui préfère échanger des recettes que parler de l'animal dans l'assiette de l'autre, voire le-la végétarien-ne qui mange de la viande sous la pression ou renonce finalement à s'en passer, tous cèdent à la pression sociale et cessent de lutter contre l'exploitation des animaux. En perdant ces innombrables voix pourtant favorables à leur cause, les animaux perdent un puissant levier pour que cesse un jour leur exploitation.



ment » et « rend difficile l'interaction sociale avec d'autres personnes extérieures au mouvement ».

Ici s'opère un renversement de situation étonnant. On accuse le végétarisme d'être une pratique sectaire, ce faisant on marginalise les végétarien-ne-s, on ne leur permet pas de se nourrir dans les établissements publics par manque d'options végétariennes; puis on leur reproche de ne pas avoir d'interactions sociales avec « le monde extérieur ». On déclare que le végétarisme n'est pas viable, qu'il affaiblit physiquement, qu'il menace « le potentiel physique et intellectuel » de l'enfant et on s'étonne que les végétarien-ne-s n'aient pas confiance en la médecine « allopathique » et qu'elles expriment une méfiance à l'égard du monde médical. L'idéologie dominante est végéphobe, elle reste garante du statu quo. Malheur à ceux-elles qui remettent en question la domination humaine sur les autres animaux, elles peuvent apprendre à leurs dépens que ce n'est pas à armes égales qu'elles luttent face à une société profondément spéciste.

## Des motivations éthiques invisibles

*Tu nous embêtes avec ton végétarisme, moi j'aime pas les betteraves, et alors, je vais pas pour autant les interdire aux autres !*

Le fait que les végétarien-ne-s agissent pour des raisons morales est nié par tous les moyens imaginables. Même lorsqu'elles invoquent clairement des arguments moraux, ceux-ci sont souvent occultés et l'on attribue leur refus de manger de la viande à une question de goût, à un excès de sensiblerie, à un désir de se nourrir sainement, un besoin de se distinguer, etc.

Cette négation a un but : dépolitiser le végétarisme, c'est-à-dire passer sous silence les arguments qui pourraient l'expliquer, annuler la portée contestataire du refus en le présentant comme résultant d'un choix personnel.

Ceci est accentué par le fait que les végétarien-ne-s sont souvent dépeints comme des originaux-ales, ce qui permet de bloquer efficacement la diffusion des idées qu'elles promeuvent. On nie la validité de leurs motivations éthiques en les attribuant à leur personnalité « hors norme », et par conséquent, on nie l'universalité de ces motivations éthiques.

## Le relativisme ou le refrain du « choix personnel »

*Je respecte ton végétarisme, donc respecte le fait que je mange de la viande.*

Les arguments éthiques universalistes invoqués par les végétarien-ne-s sont systématiquement ramenés à de simple « choix personnels ». Le relativisme consiste ainsi à dire que tout se vaut : tuer ou ne pas tuer, chacun son choix. Les conséquences ne comptent pour rien, c'est le choix de chacun qui compte.

Le relativisme semble impliquer un respect du choix des végétarien-ne-s : toutes les opinions sont respectables, la leur pas moins que d'autres. Les végétarien-ne-s peuvent être tenté-e-s d'accepter cette main tendue, préférant être respecté-e-s que raillé-e-s. Pourtant, ce respect qu'on leur accorde revient encore à leur demander de se taire, à ne pas exposer les raisons de leur choix, à ne pas culpabiliser leur interlocuteur. Il revient une fois de plus à invisibiliser le sort des animaux.

## Le végétarisme comme « religion » ?

On respecte le végétarisme comme on respecterait une religion, parce que cela ne se discute pas. Pourtant si, cela se discute. Et des arguments, les végétarien-ne-s en ont à revendre pour qui prend la peine d'écouter. Mais, puisqu'une religion relève de la vie privée, il n'y a pas à vouloir discuter. Ceux qui enfreignent cette règle tacite et qui tiennent à débattre sont très vite taxés de prosélytes,

d'extrémistes. Ce n'est pourtant pas une vérité révélée, indicible, qui les pousse à refuser de consommer la chair des autres : c'est un enchaînement logique d'idées, parfaitement partageable.

En vérité, considérer le végétarisme comme une religion, voire un sacerdoce fait partie des stratégies végérophobes les plus subtiles. Certain-e-s expriment leur admiration envers les végétarien-ne-s, reconnaissent la noblesse de ce combat. Sous des dehors bienveillants, illes s'intéressent volontiers aux aspects pratiques du végétarisme : Que mangez-vous ? Où achetez-vous vos chaussures ? Pourtant, encore une fois la question politique est laissée de côté. Pendant que les végétarien-ne-s expliquent comment remplacer les œufs dans les gâteaux, illes ne parlent pas du sexage des poussins, pendant qu'illes expliquent où illes achètent leurs steaks végétaux, illes ne parlent pas des animaux égorgés dans les abattoirs ou asphyxiés dans les bateaux de pêche. Bref, lorsque seuls les aspects pratiques du végétarisme sont mis en avant, la question des animaux est encore invisibilisée. Et si les végétarien-ne-s ne parlent pas de la question animale, qui d'autre le fera ?

## 3. Les discriminations institutionnelles

### La discrimination médicale

Les nombreux-ses végétarien-ne-s se heurtant à des affirmations péremptoires de la part des médecins. Leurs témoignages mettent à jour une composante problématique du quotidien des végétarien-ne-s : illes ne reçoivent pas les soins auxquels illes ont droit.

En effet, les médecins expriment très souvent une désapprobation ostentatoire quant à ce type de régime, tout en étant la plupart du temps incapable de fournir des conseils ou de prescrire des analyses complètes et adaptées, ce qui révèle de sérieuses lacunes dans leur formation en nutrition. Face à un corps médical buté et mal informé, deux options sont possibles.

La première est d'avouer son régime alimentaire, au risque de voir tous ses déboires de santé imputés à son végétarisme. Quoi qu'il arrive, c'est le végétarisme qui est la cause de la maladie, ce qui peut conduire à des erreurs de diagnostic graves.

La seconde option est de cacher ce régime alimentaire et de ne pas être soigné ou conseillé adéquatement. De nombreux-ses végétarien-ne-s taisent leur végétarisme de peur de se faire rabrouer par le médecin. Pourtant, plus les médecins verront de végétarien-ne-s et plus illes seront amené-e-s à remettre en cause leurs préjugés et à agir en conséquence.

Face au médecin, le-la végétarien-ne est vulnérable puisque de son savoir dépend sa santé. Le médecin est celui qui sait, qui sécurise. La végérophobie atteint ainsi facilement ses buts. Nombreux sont les végétarien-ne-s qui ont cessé de l'être suite à des avis de médecins.

### Les parents végétariens, premières victimes de discrimination

Le végétarisme est volontiers stigmatisé et les végétarien-ne-s traités d'irresponsables. Illes se mettent en danger, ont des carences, disent n'importe quoi. Surtout, illes sont irresponsables vis-à-vis de leurs enfants : le prétexte de protection de l'enfance permet de s'immiscer dans les familles, lorsque ce serait en toute autre situation perçu comme abusif.

La marginalisation du-de la végétarien-ne, évoquée plus haut, a un impact important sur la perception des parents végétariens. Les portraits des parents végétariens dépeints par les médias créent une distance entre eux et les lecteurs, qui ne peuvent en aucun cas s'identifier à eux, tant illes apparaissent comme hors-normes. Un des reproches communs adressés aux parents végétariens est de ne pas consulter de médecin « allopathe » et de se tourner vers les médecines parallèles. Or, la plupart des médecins conventionnels ne sont pas capables de conseiller correctement une personne végétarienne - et encore moins végétalienne - en ce qui concerne son alimentation.

Les végétarien-ne-s ne se mettent pas en marge volontairement. C'est en raison de leur choix de refuser d'exploiter les animaux qu'illes sont marginalisé-e-s par la société.

Les familles végétariennes sont les premières touchées par cette forme de végérophobie et il est important qu'elles soient soutenues. En effet, si l'on ne peut pas contraindre un adulte à manger de la viande, tout ce qui concerne l'éducation de l'enfant, y compris le contenu de son assiette, peut justifier l'intrusion du personnel éducatif. Les cas de soupçons et d'accusation de maltraitances envers les parents d'enfants végétariens, avec les conséquences dramatiques qu'ils peuvent impliquer, sont légion.

### L'appartenance présumée à une secte

En France, un rapport de la mission interministérielle de vigilance et de lutte contre les dérives sectaires a été rendu public en 2009. Il cite le végétarisme comme un des indices permettant de déterminer l'appartenance à une secte. Le végétarisme (et surtout le végétalisme) éveille la suspicion. Il « affaiblit physique-