

# A LA DÉCOUVERTE DES PROVERBES

L'HISTOIRE NOUS A LÉGUÉ DE NOMBREUX DICTONS SE  
RAPPORTANT AUX ALIMENTS OU À LA NUTRITION  
EN ELLE-MÊME MAIS LES CONNAISSEZ-VOUS  
RÉELLEMENT? EN VOICI UN APERÇU.

*Demierbe Véronique, diététicienne agréée, tabacologue,  
maître en Sciences de la Santé Publique*



## À L'AMI SOIGNE LE FIGUIER, À L'ENNEMI SOIGNE LE PÊCHER

Ce proverbe recommande de bien aimer ses amis et de haïr ses ennemis.

Symboliquement, le fruit du figuier exprime des vœux de fécondité, d'abondance et de prospérité dans plusieurs cérémonies religieuses ou civiles Romaines ou de Grèce Antique.

Le pêcher est, quant à lui, le représentant emblématique de la haine. Son fruit était considéré comme un poison en Perse.

## AVOIR MANGÉ DU SAFRAN

Se dit d'une personne prise d'un fou rire ou qui rit pour tout et rien. Selon un mythe, le safran pris en grande quantité aurait la propriété de faire rire en dilatant les vaisseaux sanguins.

Il faut casser le noyau pour avoir l'amande  
Ce dicton s'apparente à «celui qui veut manger la noix doit en casser la coque» et signifie qu'il faut travailler pour arriver à un quelconque résultat.

## BOIRE À LA SANTÉ DE QUELQU'UN

La coutume de boire à la santé de quelqu'un remonte à l'antiquité.

En effet, les Grecs et les Romains buvaient lors de cérémonies consacrées à la religion, l'amitié, la reconnaissance ou bien encore à l'admiration, soit en l'honneur des dieux, des hommes célèbres ou encore des événements glorieux.

Au Moyen Âge, les moines fêtaient les anniversaires des personnes généreuses qui leur avaient laissé quelques legs.

Les Danois buvaient également mais dans diverses coupes, chacune adaptée à la situation; la coupe des Dieux qu'ils prenaient pour demander des Grâces au Ciel, la coupe de la mémoire qui était destinée à l'héritier de la couronne lors de la passation, etc.

## IL FAUT MANGER POUR VIVRE ET NON VIVRE POUR MANGER

Ce célèbre aphorisme nous vient de Socrate qui critique la gourmandise.

Il peut désigner qu'il ne faut pas confondre la fin et les moyens.

## ENTRE LA POIRE ET LE FROMAGE

A l'origine, cette expression signifiait «à la fin du

repas» car jusqu'au quatorzième siècle, il était coutume de manger la poire avant le fromage.

De nos jours, elle se traduit comme étant «entre deux évènements».

## FAIRE CHOU BLANC

Ou «ne pas réussir» était principalement utilisé lors de jeux pour mentionner un coup manqué. Selon d'anciens dialectes, et encore à l'heure actuelle en Normandie et Picardie, le sons ch se lit qu (quien pour chien par exemple). Le terme blanc viendrait d'un jeu de hasard italien, la blanque, où lorsqu'on tirait un billet blanc, on avait perdu.

## FAIRE UNE BRIOCHE

Ce proverbe exprime le fait de «faire une faute» ou de «commettre une maladresse».

Il daterait des débuts de l'opéra. Les musiciens qui commettaient une faute en jouant une partition se voyaient payer une brioche qu'ils mangeaient ensemble lors d'une réunion de groupe.

La gourmandise tue plus de gens que l'épée  
Ce passage nous vient des écrits d'Erasmus et indique que la gourmandise est un défaut qui cause beaucoup de torts car il peut s'avérer très nocif de consommer de la nourriture en excès.

De plus, au XVI<sup>e</sup> siècle, les personnes contractaient un bon nombre de germes néfastes à leur santé lors des repas.

## IL NE FAUT PAS METTRE TOUS SES ŒUFS DANS LE MÊME PANIER

Ou mettre tout son argent dans une seule et même caisse.

Si un panier contenant des œufs tombe, ces derniers se brisent et la recette qu'aurait pu apporter la vente du produit est perdue.

## L'APPÉTIT VIENT EN MANGEANT

Peut être utilisé au sens propre comme au figuré. Dans le second cas, il exprime le fait de toujours en vouloir davantage.

Références:

Linternaute, Encyclopédie des proverbes, <http://www.linternaute.com/proverbe/>, Page consultée le 9 juillet 2017.

La France Pittoresque, 1999 – 2017, <https://www.france-pittoresque.com/>, Page consultée le 20 juin 2017.