



Kellogg et la police du corps

Comment une quête spirituelle a transformé notre petit déjeuner et notre rapport à l'alimentation

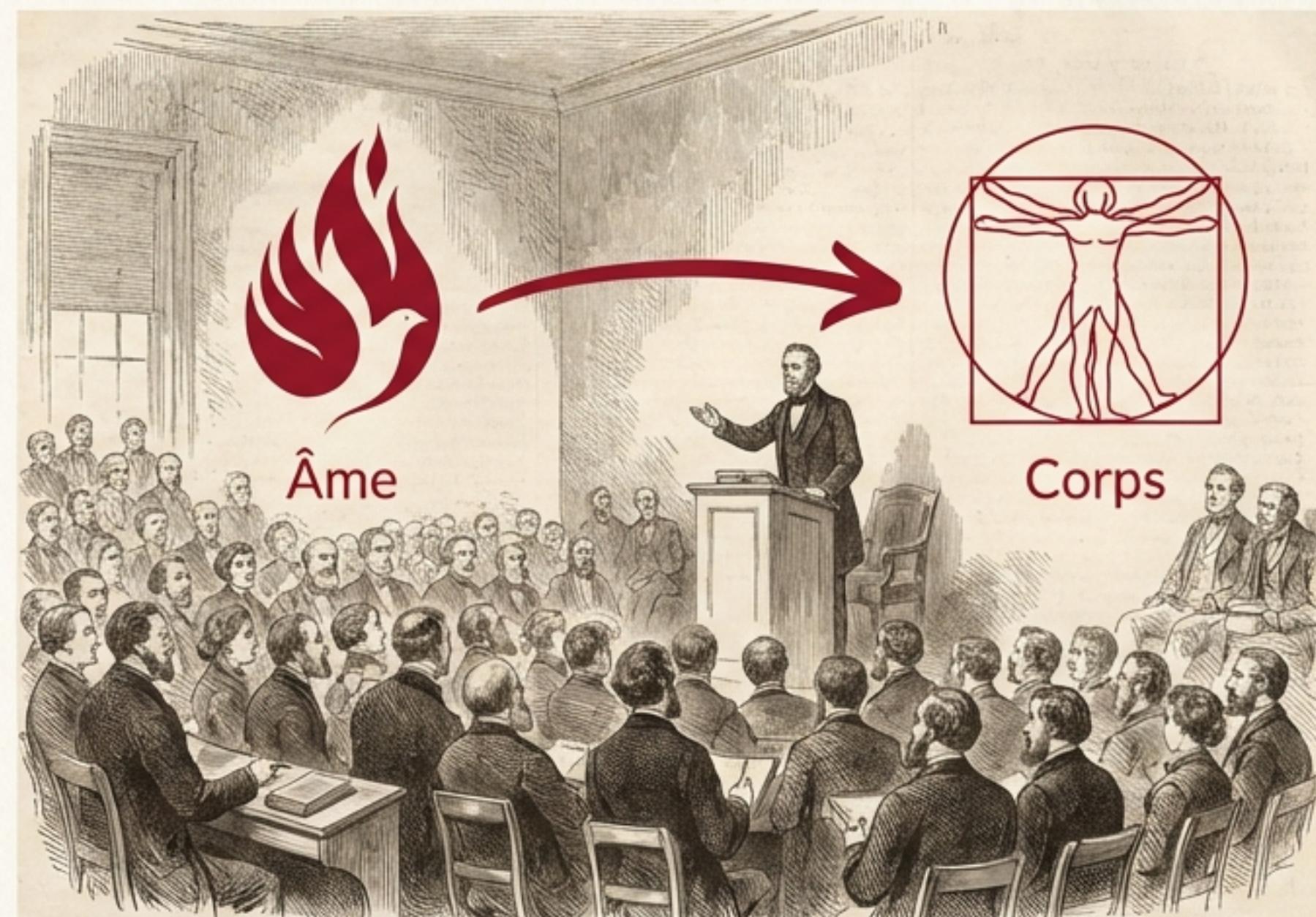


Inspiré de la thèse de doctorat de Pierre Fraser (PhD, linguiste et sociologue)

Le contexte du XIXe siècle : purifier le corps pour sauver l'âme

Aux États-Unis, au milieu du XIXe siècle, des courants spirituels chrétiens postulent un lien direct entre la pureté corporelle et la pureté spirituelle. Cette idée jette les bases d'une alimentation préventive et naturelle.

- Développement d'approches de santé « holistiques » centrées sur une saine alimentation.
- Mise en avant d'un régime à base de céréales, fruits et légumes.
- L'objectif ultime : préserver la santé du corps pour garantir celle de l'âme.

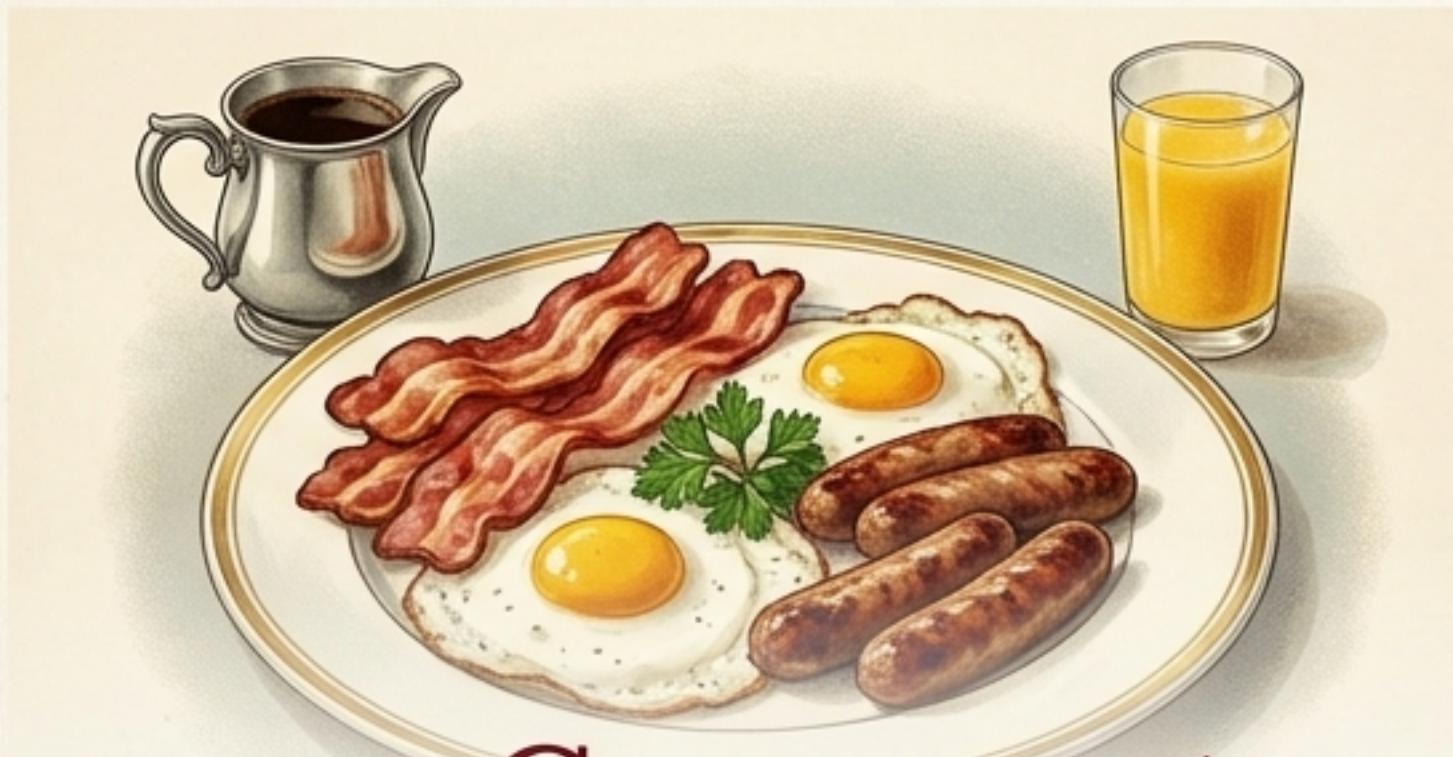


Le petit déjeuner d'avant : un repas de classe et de labeur

Loin de notre conception moderne, le repas du matin au XIXe siècle était copieux, peu digeste et fortement segmenté par la classe sociale.

Classes aisées

Bacon, œufs et saucisses. Un repas riche pour une journée de loisir ou de gestion.



Classes modestes

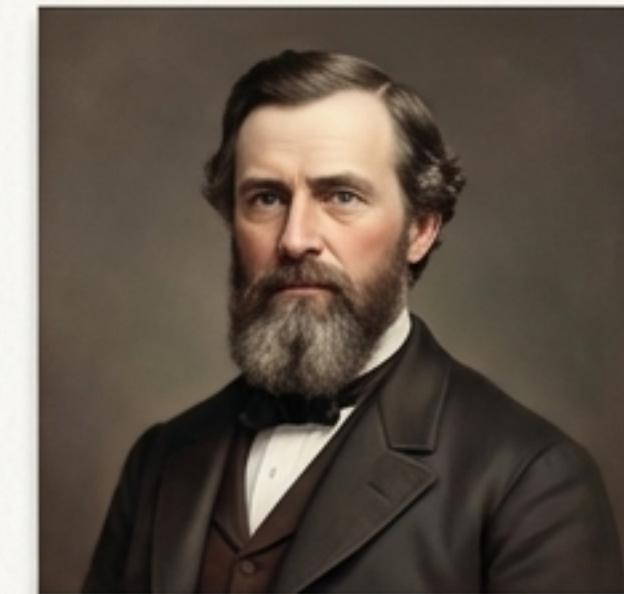
Porridge et gruau. Un repas simple et calorique pour une journée de travail physique.



Comment améliorer ce repas?

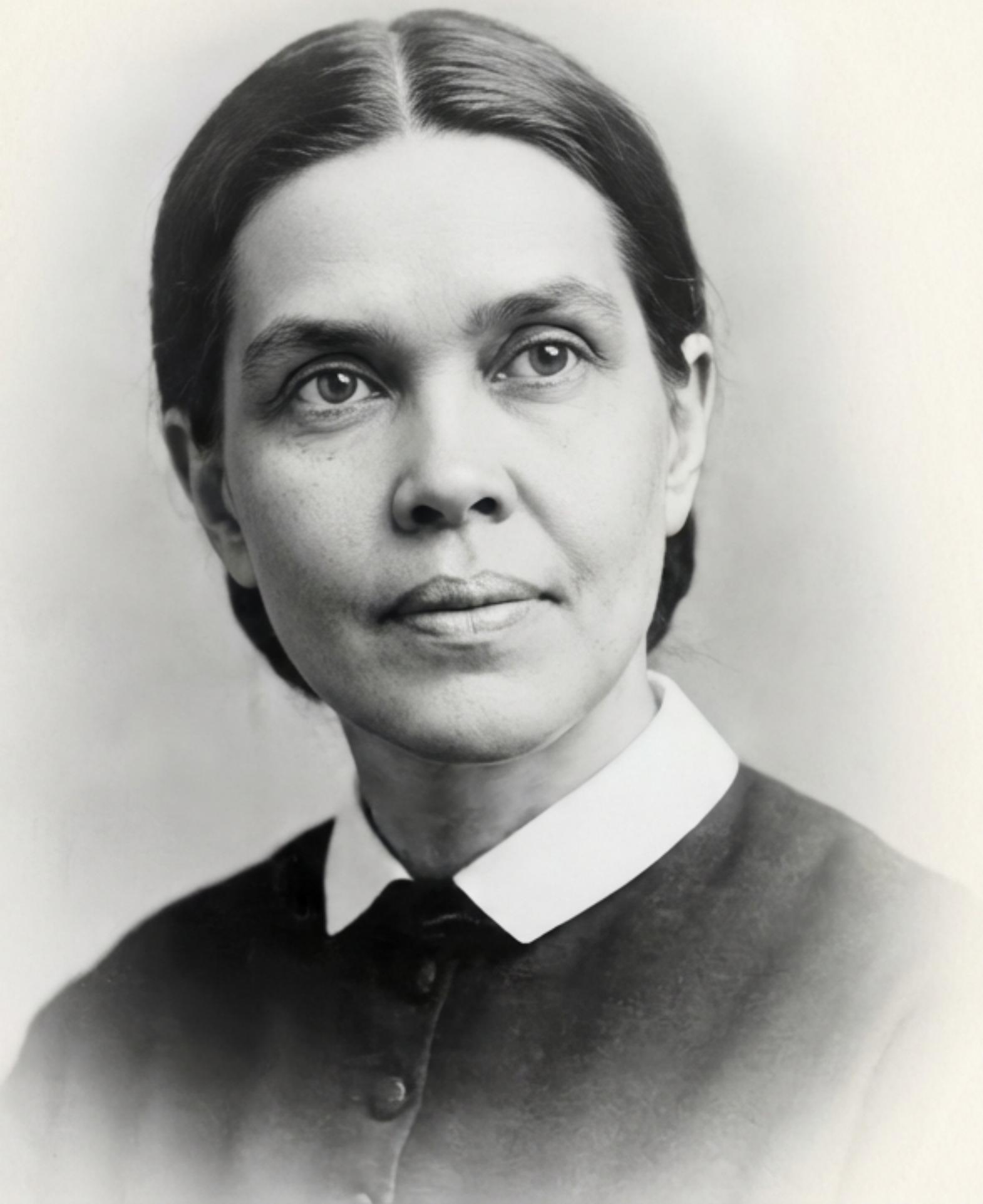
Le pionnier : docteur James Caleb Jackson et sa Granula

Végétarien convaincu et fondateur du Dansville Sanitarium en 1863, le docteur Jackson est le premier à commercialiser une céréale pour le petit déjeuner.



- Invention : La Granula, conçue pour remplacer les petits déjeuners traditionnels.
- Publications influentes : *How to treat the sick without medecine* et *The sexual organism and its helathfull management*.
- L'échec commercial : La céréale était si dure qu'il fallait la faire tremper toute une nuit avant de pouvoir la consommer, un obstacle majeur pour son adoption.





La visionnaire : l'impulsion religieuse d'Ellen G. White

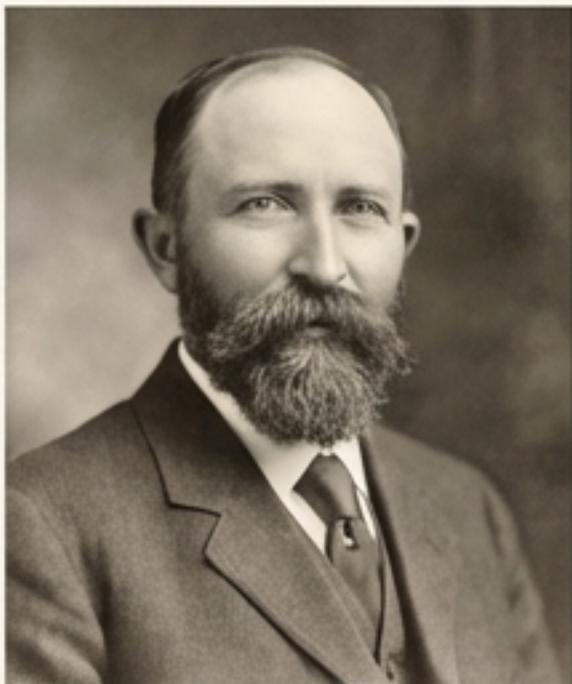
Cofondatrice de l'Église adventiste du septième jour, Ellen G. White transforme une idée de santé en un commandement divin après avoir fréquenté l'établissement du docteur Jackson.

“ Dieu m'a fait une révélation : son peuple élu doit purifier son âme et son corps en devenant végétarien. **”**

Elle crée une communauté de fidèles prêts à adopter un nouveau mode de vie et d'alimentation, préparant le terrain pour les Kellogg.

Les innovateurs : les frères Kellogg, de la foi à la fabrique

L'un des dévots d'Ellen G. White, le docteur John Harvey Kellogg, directeur du Western House Reform Institute, s'associe à son frère William Keith pour créer le produit parfait.



John Harvey Kellogg

Le médecin et l'idéologue. Sa motivation est la réforme de la santé et la pureté corporelle.



William Keith Kellogg

Le gestionnaire pragmatique. Il voit le potentiel commercial et gère les opérations.



Ensemble, ils développent le Granola, un produit naturel et, surtout, immédiatement consommable.

L'argumentaire de vente : la naissance des Corn Flakes

La publicité de la Sanitarium Food Company, fondée par les frères Kellogg, repose sur deux arguments révolutionnaires qui définissent une nouvelle catégorie de produit.



1. Praticité absolue

La céréale est « déjà bien cuite et prête à la consommation », la démarquant radicalement de la Granula du docteur Jackson.



2. Supériorité nutritive (revendiquée)

« La consommation d'une livre de céréale correspondrait à celle de trois livres de bœuf », avec l'avantage de produire « moins de déchet organique ».

Une solution pour les maux de la vie moderne



Les personnes à digestion lente



Les enfants « au tonus plus faible »

Les frères Kellogg présentent leur céréale comme un remède universel adapté aux défis de la société industrialisée, ciblant des segments de population très spécifiques.



Les voyageurs et les excursionnistes



Les personnes souffrant de problèmes d'assimilation et d'ordre nerveux



Les travailleurs du secteur des services



Le rival : Charles William Post et la validation par la concurrence

L'idée des céréales prêtes à consommer était trop puissante pour rester la propriété d'une seule entreprise. Un patient du sanatorium Kellogg va le prouver.



Février 1893

C.W. Post arrive au sanatorium des Kellogg suite à une dépression nerveuse.



Observation :

Il observe et décortique soigneusement le processus de fabrication.



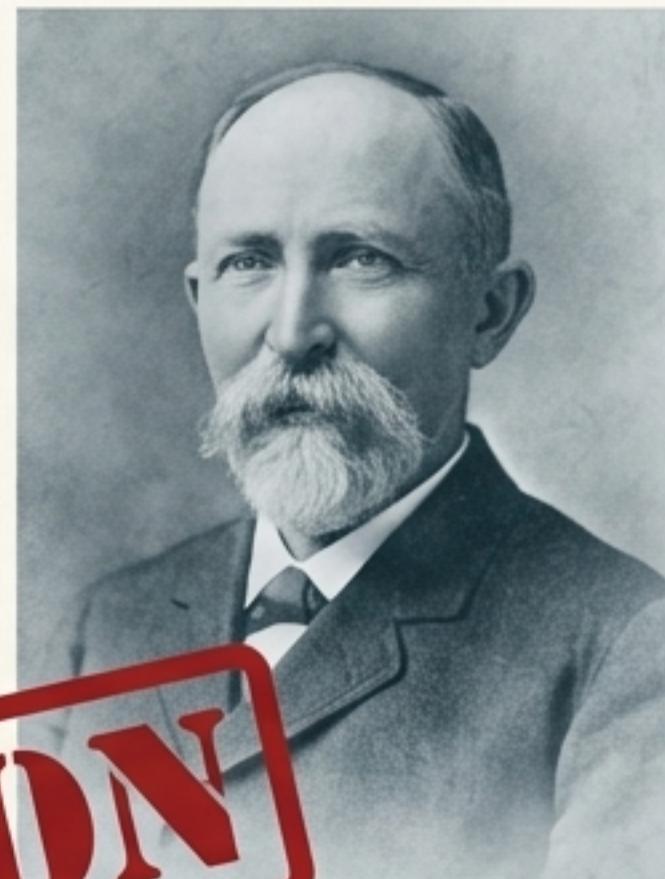
1897

Il fonde la C. W. Post Company, lance ses propres céréales et connaît un succès commercial retentissant.

La rupture : le sucre divise l'idéologie et le commerce

Le futur de l'entreprise se joue sur une question simple mais fondamentale : faut-il ajouter du sucre aux Corn Flakes pour plaire au grand public ?

John Harvey (le puriste)



Refus catégorique. Le sucre est un adultérant qui contredit les principes de santé originels.

William Keith (le pragmatiste)



Insistance. Le sucre est la clé indispensable pour un succès commercial de masse et pour concurrencer Post.

La résolution (1906) : William rachète les parts de son frère et fonde The Kellogg Company, un futur géant de l'agroalimentaire.

La nouvelle norme : l'institution du rituel du petit déjeuner

Grâce aux efforts commerciaux et à la vision pragmatique de William Kellogg et C.W. Post, les céréales quittent le cercle des initiés pour devenir une pratique de santé quotidienne.

Lato



Impact culturel

Le petit déjeuner aux céréales est érigé en pratique de santé et devient, au cours du XXe siècle, le rituel alimentaire du matin dans de nombreux pays industrialisés.

Lato

Le basculement : la question alimentaire a changé

Le succès des céréales n'est pas seulement commercial, il marque un changement structurant et déterminant dans notre rapport collectif à la nourriture. C'est le passage d'une préoccupation à une autre.

AVANT

Quelle quantité de
nourriture faut-il
absorber ?



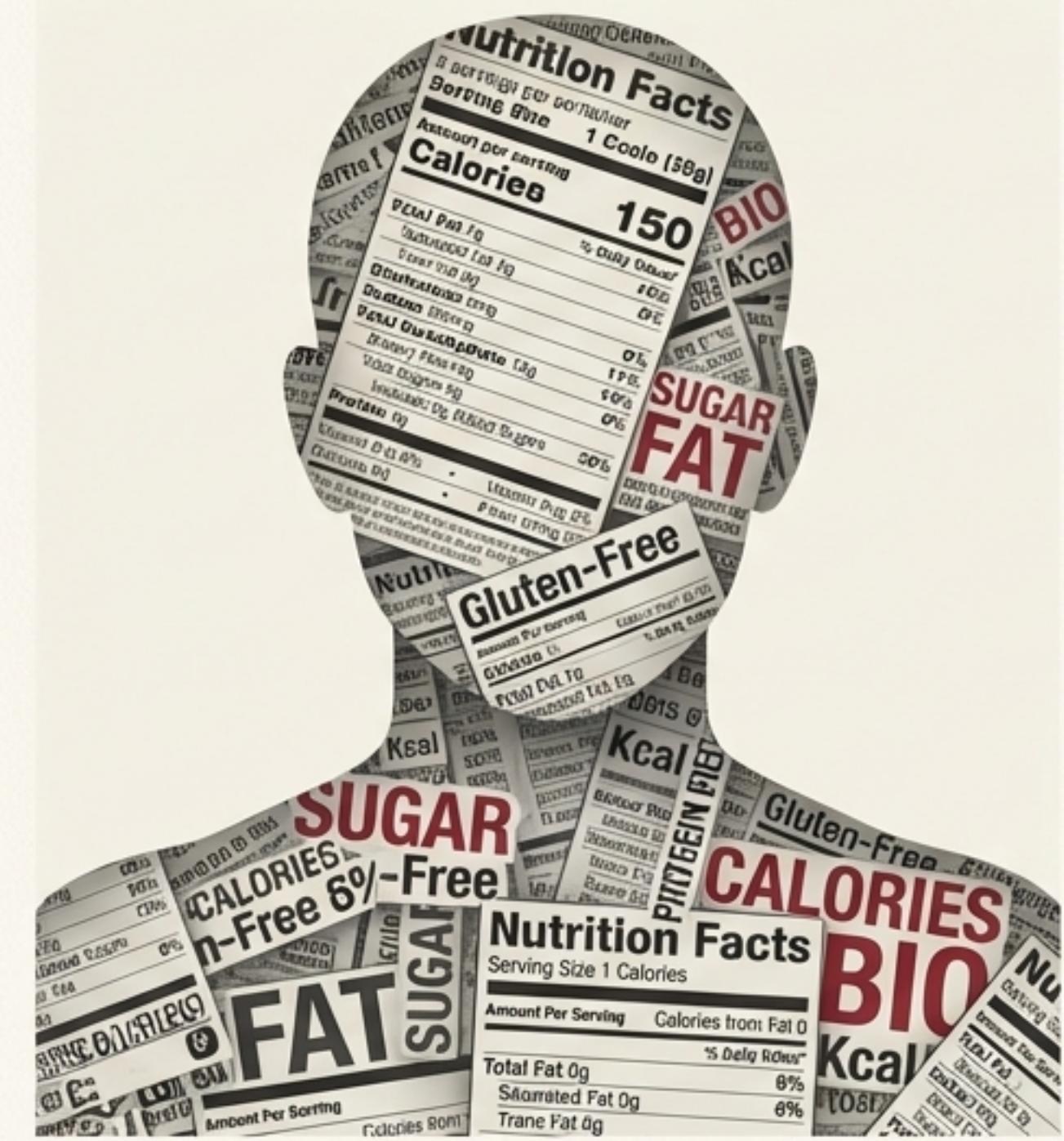
APRÈS

**Quel type d'aliments
faut-il consommer ?**

Conclusion : l'héritage de la police du corps

De la quête du salut de l'âme à l'optimisation du corps, l'histoire des céréales est celle de la naissance d'une nouvelle forme de discipline.

La « **police du corps** » est cette **gestion quotidienne** de la santé par des **choix alimentaires calculés**. C'est une **surveillance de soi** qui a commencé comme un **impératif spirituel** pour devenir un pilier de la culture de consommation moderne.



Source et auteur

Cette présentation est une interprétation et une synthèse narrative des recherches présentées dans la thèse de doctorat « Kellogg et la police du corps ».

Pierre Fraser (PhD, linguiste et sociologue)



Kellogg et la police du corps