

BENOÎT
BRINGER

RECETTES
POUR UN
MONDE
MEILLEUR

A stylized globe icon with a dark blue top half and a red bottom half, positioned between the words 'MONDE' and 'MEILLEUR'.A small blue leaf icon with a black stem, positioned to the right of the word 'MONDE'.

Changer l'avenir en mangeant mieux

SEUIL

RECETTES
POUR UN MONDE MEILLEUR

BENOÎT BRINGER

RECETTES
POUR UN MONDE
MEILLEUR

Changer l'avenir
en mangeant mieux

ÉDITIONS DU SEUIL
57, rue Gaston-Tessier, Paris XIX^e

ISBN 978-2-02-146987-5

© Éditions du Seuil, avril 2021

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

www.seuil.com

*À mon père,
qui m'a appris l'amour de la nature
et la nécessité de la protéger.*

*À mes deux garçons,
à qui j'espère réussir à transmettre cet amour.*

« Avons-nous la volonté de changer radicalement notre mode de vie ? Parce qu'il s'agit bien de ça. Ou allons-nous le reproduire et exiger de plus en plus d'énergie et de plus en plus de tout, jusqu'à mourir de suffocation, de pandémie, de famine ? »

Le présentateur Hugh Downs sur NBC,
lors de la première « Journée de la Terre »
en... 1970

« Respire l'air, bois le breuvage, goûte les fruits.
Vis pleinement chaque saison. Accepte l'influence
que la terre a sur toi. »

Henry David Thoreau

Prologue

Je me réveille le dos endolori par une nuit passée sur un petit lit d'appoint. Cela fait trois jours que je dors à la maternité. Ma future femme est sur le point d'accoucher, mais le bébé prend son temps. Dans l'attente de cet événement qui s'apprête à changer ma vie, j'ai mis en pause pour quelques semaines un travail mené dans la plus grande confidentialité. Je fais partie d'une équipe internationale de journalistes d'investigation montée en secret pour enquêter sur une fuite inédite de données : 11,5 millions de documents confidentiels sur le monde offshore. Ils révéleront bientôt le nom de chefs d'État, de célébrités, de dirigeants de grandes entreprises, impliqués dans des affaires de fraudes et de corruption. L'un des plus grands scoops de l'histoire du journalisme qui obtiendra, quelques mois plus tard, le prestigieux prix Pulitzer. Mais en attendant, dans les couloirs de la maternité, une autre aventure journalistique commence.

J'ai emporté un petit boîtier d'appareil photo qui me permet de filmer quelques images. Le ventre de ma compagne,

le moniteur qui enregistre à travers lui les battements de cœur de notre enfant, les levers de soleil marquant les jours qui passent.

Le jour de la naissance enfin. C'est un garçon. La première respiration. Un petit être dans les bras. Il se débat avec l'air, les sens en éveil. Bienvenue sur la planète Terre. Dans un scénario de film, on appelle ça un catalyseur. C'est l'élément déclencheur qui lance le héros dans l'aventure. Votre enfant vient au monde et soudain le regard que vous posez sur les choses évolue. Être témoin de ses premières rencontres avec la nature me rappelle à quel point celle-ci est unique et fragile. Au même moment, les révélations sur l'impact néfaste de notre système alimentaire sur la planète se multiplient. Alimentation et avenir du monde. Je commence à comprendre que les deux sont inextricablement liés. Donner ses premières bouchées à mon fils m'amène à considérer de plus près les choix que nous faisons pour nous nourrir. Peut-on manger différemment en respectant la nature et notre santé ? Soudain, pour lui, j'ai une obligation de savoir.

C'est le début d'une enquête de cinq ans. Cinq années de recherches, de rapports épiluchés, d'articles annotés. Cinq années de coups de fil, de rencontres, d'entrevues. Cinq années à parcourir le globe pour interroger les meilleurs experts, les témoins de premier ordre, pour visiter nos champs, nos pâtures, nos élevages, nos usines de transformation, nos abattoirs. Cinq années à découvrir le meilleur

PROLOGUE

et le pire. Un voyage sans retour qui allait bouleverser mon rapport à la nature et à notre assiette.

Soutenu par France Télévisions, ce travail a donné lieu à deux documentaires produits par l'agence Premières Lignes : *Faut-il arrêter de manger les animaux ?* et *Recettes pour un monde meilleur*, dont est issu le titre de ce livre. Ils sont une partie de cette longue aventure qui allait me permettre de découvrir que notre alimentation est la principale menace qui pèse sur l'humanité mais qu'elle peut aussi devenir demain la solution. J'ai voulu savoir comment.

Cinq ans après la naissance de mon premier enfant qui m'a lancé sur ce long chemin, et alors que le second s'apprête à naître, voici le résultat de cette quête.

1

Une si petite planète

Une route remonte une colline sous une forêt de chênes blancs et d'acacias. Au sommet se trouve le vieil observatoire d'astrophysique de Potsdam, petite ville tranquille à quelques dizaines de kilomètres de Berlin. Il dresse, au-dessus de ses briques rouges et orange, ses trois coupoles grises. En ce 1^{er} juillet 2019, je m'apprête à faire, dans les jardins de ce vénérable bâtiment, une rencontre décisive pour cette enquête sur notre alimentation.

Au lendemain de sa fondation, en 1879, on étudiait dans cet observatoire la physique du Soleil, ainsi que les relations entre notre astre, la Terre, et le climat. Cent quarante ans plus tard, ce ne sont plus les étoiles que l'on observe ici, mais les conséquences du réchauffement planétaire. Le bâtiment néoclassique accueille désormais l'Institut de recherche de Potsdam sur les effets du changement climatique (PIK, pour Potsdam-Institut für Klimafolgenforschung en allemand). Il s'agit de l'un des plus importants instituts de recherches scientifiques sur l'environnement

au monde. Il emploie plus de 300 personnes. Sa mission n'est pas seulement de mesurer les impacts de la hausse des températures sur la planète, mais aussi de trouver des solutions pour un avenir climatique sûr et juste. Les scientifiques du PIK contribuent notamment aux rapports du célèbre Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat des Nations unies, le GIEC.

J'ai réussi à obtenir un rendez-vous avec le directeur du PIK, le professeur spécialiste de la science des systèmes terrestres Johan Rockström. C'est une chance, car l'homme est toujours en mouvement. Lorsqu'il ne participe pas à une conférence ou une réunion internationale sur le climat, il travaille sur les données de son institut. Johan Rockström préside également Future Earth, le plus grand réseau mondial de scientifiques explorant les liens entre le climat et les écosystèmes. Ce qui fait courir ce Suédois, c'est l'avenir du monde.

Je parcours avec lui les allées arborées du vieil observatoire. Il est grand, le visage acéré, le regard clair. Il me dresse sans détour l'état de la situation à laquelle nous avons abouti.

« Nous savons depuis plusieurs décennies que nous avons pris une trajectoire très risquée, m'explique-t-il. Mais ce n'est qu'au cours des six ou sept derniers mois, en analysant la masse colossale d'éléments scientifiques dont nous disposons désormais, que nous avons réalisé à quel point nous étions dans une urgence planétaire. »

Depuis le début de l'ère industrielle, la température globale a déjà augmenté de 1,1 °C. Le GIEC vient d'établir ce que nous devrions affronter si cette hausse dépassait 1,5 °C. Nous ne risquons pas seulement la destruction de tous les récifs coralliens tropicaux de la planète. Nous ne sommes pas seulement susceptibles de voir disparaître la calotte glaciaire de l'Antarctique occidental et de déclencher l'irréversible fonte des glaces du Groenland qui provoquerait une augmentation du niveau des mers de plus de 10 mètres. Non, ce serait plus grave encore. Dépasser 1,5 °C déclencherait un effet domino. Le réchauffement alimenterait le réchauffement. Le dépérissement des forêts et le dégel du pergélisol, ces couches de sol constamment congelées qui couvrent un cinquième de la surface terrestre, renforceraient encore la hausse des températures, nous entraînant sur un chemin sans retour.

Dans les mois qui ont précédé ma rencontre avec Johan Rockström, un autre tableau alarmant était dressé par la Plateforme intergouvernementale sur la biodiversité et les services écosystémiques (IPBES), l'organisme international chargé d'évaluer l'état de la biodiversité. Selon un rapport réalisé par ses 150 experts issus de 50 pays, la nature décline à un rythme sans précédent dans l'histoire de l'humanité. Environ 1 million d'espèces animales et végétales sont aujourd'hui menacées de disparaître à tout jamais, notamment au cours des prochaines décennies. Le rapport conclut que l'homme est bien le responsable de cette extinction de masse. À cause de la disparition des

pollinisateurs, des prédateurs, et d'un réseau tout entier d'espèces dont dépend la santé des écosystèmes, nous sommes entrés dans une trajectoire qui peut conduire à leur effondrement et à celui de leur capacité à permettre la vie humaine en fournissant de la nourriture, un air pur et de l'eau potable.

« La science est claire avec l'humanité, me dit Johan Rockström. Nous devons diminuer de 50 % nos émissions de carbone d'ici 2030. La fenêtre est encore ouverte, mais le temps presse. »

Si cet objectif n'est pas atteint, il sera impossible de rester en dessous des 2 °C d'augmentation des températures. Il sera aussi impossible de stopper la chute de la biodiversité. Nous atteindrons alors un point de bascule.

« Si nous continuons comme si de rien n'était, en 2030 nous aurons consommé notre budget mondial de carbone », précise Johan Rockström.

Cela veut dire que nous aurons épuisé notre quantité restante autorisée de gaz à effet de serre. Le bouton qui nous mènera au-delà des 2 °C sera alors enclenché irréversiblement. À ce stade, nous ne serons plus en mesure de garder la planète telle que nous la connaissons. Telle qu'elle a permis à l'humanité de se développer. Cela entraînera des conséquences désastreuses pour des millions de personnes dans le monde, depuis les États insulaires jusqu'aux zones côtières, et des pays en développement, notamment tropicaux, jusqu'aux régions sèches d'Europe.

« Nous sommes déjà frappés par des vagues de chaleur comme en cet été 2019, poursuit le scientifique. La situation était exactement la même en 2018. Ce ne sont pas des vagues de chaleur fortuites. Nous savons maintenant avec certitude que cela est dû au changement climatique causé par l'homme. Nous avons atteint un point de saturation. Nous ne sommes plus ce petit monde sur une grande planète capable d'encaisser les impacts de nos modes de vie, de consommation et de production. Nous sommes désormais un grand monde sur une toute petite planète. »

Je n'ai pas sollicité le chercheur uniquement pour sa compétence sur les conséquences du réchauffement climatique, mais également pour sa connaissance de l'impact de notre alimentation sur l'environnement. Il préside la fondation Eat, une initiative internationale dédiée à la transition vers un système alimentaire mondial durable et sain. Le scientifique suédois doit sa renommée mondiale à un modèle qu'il a établi il y a une dizaine d'années et qui est aujourd'hui reconnu et utilisé par l'ensemble de la communauté scientifique : celui des « limites planétaires ». C'est un élément fondamental pour comprendre le rôle de notre alimentation dans le dérèglement actuel. Je suis allé à la rencontre de Johan Rockström pour qu'il me raconte cette incroyable aventure scientifique.

Révélation

Au cours des trente dernières années, les dérèglements environnementaux se sont terriblement accélérés. Mais la science a également fait des progrès considérables pour comprendre le fonctionnement de la Terre. Nous savons désormais que la planète est un système totalement interconnecté dans lequel les calottes glaciaires, l'atmosphère, la biosphère et les océans fonctionnent ensemble comme un tout autorégulé. À cette certitude scientifique s'en ajoute une autre : un écosystème peut avoir plusieurs états séparés les uns des autres par des points de basculement.

« Une forêt, m'explique le scientifique, peut être tempérée ou tropicale, ou encore à l'état de savane. Nous savons qu'elle peut basculer d'un état à un autre sous la pression de certains facteurs lorsque des limites sont dépassées. Cela vaut également pour les zones humides, les calottes glaciaires, les océans, mais aussi pour la planète tout entière. »

Face à ces données, Johan Rockström s'est posé une question fondamentale. Peut-on définir scientifiquement ces points de basculement, ces limites à ne pas franchir sous peine de voir la planète se transformer en un lieu inhospitalier pour l'homme ? Peut-on déterminer de manière universelle les frontières à l'intérieur desquelles nous sommes assurés que la Terre reste dans son état actuel, celui qui a permis l'apparition et la survie de l'humanité ? Johan Rockström décide alors de réunir les principaux scientifiques mondiaux de l'environnement pour répondre à cette question.

En 2009, ils délimitent ensemble, dans la prestigieuse revue scientifique *Nature*, ce cadre de bon fonctionnement qu'ils nomment en anglais *safe operating space for humanity*.

« Dans un premier temps, notre mission était d'identifier les processus environnementaux qui régulent l'état de la planète, me détaille le Suédois. Puis il s'agissait de définir de manière scientifique les limites quantitatives qui nous garantissent un espace de vie sûr. En clair, si nous restons dans ces limites, la planète restera vivable. Sinon, nous risquons de déclencher ce que nous appelons des "rétroactions auto-accélérationnelles" qui rendraient notre maison commune inhabitable. »

Le modèle proposé par les chercheurs est une sorte de ligne directrice qui définit la manière dont nous pouvons naviguer à l'intérieur de ce cadre, sans risquer de dépasser les limites. Il est destiné à la communauté internationale, aux gouvernements, aux organisations internationales, mais aussi à la société civile et au secteur privé. Il

Remerciements

Merci à ma femme Sandy, ma première lectrice et correctrice, pour son soutien sans faille à ce projet et aux nombreux autres qui m'éloignent parfois longuement de la maison.

Merci aux pionnières et pionniers du monde de demain qui ont accepté de partager avec moi leurs connaissances, leur expérience et leur passion. Ils sont ceux qui, en coulisses, font bouger les lignes.

Merci à ma mère qui m'a toujours laissé libre de réaliser mes rêves dont ce livre est l'un des développements.

Merci à celles et ceux qui m'ont accompagné dans cette longue enquête et qui l'ont rendue possible :

Le Seuil, Mireille Paolini, France Télévisions, Nathalie Darrigrand, Renaud Allilaire, Anne Gouraud, Antoine Guerre, Luc Hermann et les équipes de Premières Lignes.