

L'HEBDOMADAIRE CHRÉTIEN D'ACTUALITÉ

**La
vie**

Numéro spécial

MANGER

Fait-maison.
Bonnes manières.
Chef à domicile. Jeûne.
Véganisme. Gourmandise.
Lobbying. Santé.
Recettes de grands-mères.
Au monastère.
Steak végétal. Anorexie.
Cannibalisme.
Dieu...

N° 3806-3807 du 9 au 22 août 2018. France : 4 € ; Belgique : 3,90 € ; Suisse : 6,60 FS.

M 02863 - 3806 - F : 4,00 €



Dans les cuisines du monastère

Au cœur des Cévennes, frère Jean cultive et mitonne les légumes du prolifique potager de son ermitage orthodoxe. Une ode à la Création.

« **L**e jardin nous ouvre à une sagesse qui n'est pas intellectuelle, mais incarnée avec le Verbe qui s'est fait chair. » Agenouillé dans son potager, frère Jean s'adonne avec dévotion et précision à l'une de ses activités quotidiennes : un tête-à-tête avec ses légumes, radis, salades, blettes et courgettes, qui poussent ici en abondance. « Les enfants ne savent pas que pour que le fruit naisse, il faut que la graine meure. Qu'il y a une mort qui tue, et une mort qui est source de vie. Et ça, la nature nous l'apprend », poursuit-il.

Nous sommes au cœur des Cévennes, au sein du skite (monastère orthodoxe) Sainte-Foy, situé à une vingtaine de kilomètres d'Alès (Gard). Dans cet ancien prieuré du XVI^e siècle, surplombant la vallée du Gardon, demeurent frère Jean et frère Joseph depuis 1996. « Lorsque nous sommes arrivés, un champ de ronces bouchait la vue. Je suis allé voir un paysan du coin pour qu'il m'explique comment planter des graines. Je n'y connaissais rien. » Depuis, la nature s'est révélée généreuse et offre une telle profusion de fruits et de légumes que frère Jean, cuisinier en chef, doit parfois congeler ses produits, voire les troquer avec les fidèles et pèlerins de passage. « Ils ramassent ce qu'ils veulent, et en échange ils apportent café, thé, sucre, huile, etc. » L'homme, fin gourmet, est volontiers gourmand – « la gourmandise n'est pas un péché, mais c'est la dépendance qui l'est ». Et donc exigeant : « Si l'on m'apporte des choses, je demande que celles-ci soient bonnes ! » Ainsi, aucun produit chargé en agents de saveurs et autres ajouts toxiques n'est toléré au monastère. Et d'ailleurs, lorsqu'il se rend à la supérette du village, ce moine ultraconnecté reste branché sur son Smartphone pour consulter l'application Yuka, qui lui permet de connaître la composition des produits et leur impact sur la santé. « Il est très important d'être intégré à la vie locale, explique celui qui s'approvisionne aussi auprès de petits producteurs locaux. Nous faisons par exemple exprès de ne pas planter d'oignons, pour avoir à les acheter. » Toujours dans ce souci d'intégration, les deux acolytes participent à l'occasion aux loteries

“Seigneur, moi qui suis le jardinier de la Création, sois, toi, le jardinier de mon cœur.”

PRIÈRE DE FRÈRE JEAN



FRÈRE JOSEPH (à droite sur la photo), ancien agnostique converti à l'orthodoxie, travaillait à la Défense avant de rencontrer frère Jean. Au skite, il construit des murs de pierre sèche selon la tradition cévenole.

POUR FRÈRE JEAN, (à gauche), ancien photographe converti au mont Athos, la culture du potager est une prière quotidienne, une louange à la Création.

du village, avec comme gains des produits régionaux. « Le problème, c'est que nous avons plusieurs fois gagné le gros lot, ce qui a suscité des jalousies ! Le but escompté était donc raté... »

DES GESTES EMPREINTS DE DÉVOTION

En cette fin de journée estivale, les derniers rayons du soleil rasant la cime des arbres fruitiers. Le bourdonnement des abeilles a fait place au chant des cigales. Dans sa longue soutane noire protégée par un tablier de travail, frère Jean profite de la fraîcheur de la nuit tombante pour arroser ses poireaux. Ses gestes pour extraire le fruit de la terre ou libérer les plants cernés d'herbes sauvages sont empreints de dévotion. Et propices à la contemplation. « Lorsque j'enlève les ronces, révèle-t-il, je prononce souvent cette prière : “Seigneur, moi qui suis le jardinier de la Création, sois, toi, le jardinier de mon cœur.” » D'ailleurs, pour frère Jean, les mauvaises herbes n'existent pas. « Tout est une question d'emplacement. Si la ronce se trouve dans le potager, elle est mauvaise ; mais placée à ses extrémités, elle sert de barbelé naturel et retient les prédateurs. C'est la même chose pour l'homme et ses passions. Non ordonnées dans le cœur, elles peuvent faire mal. Mais elles sont essentielles. Car un être sans passion est un être éteint. » Il se

LE SKITE SAINTE-FOY

accueille aussi des artistes (de la fraternité Saint-Martin fondée par frère Jean) et des personnalités – dont des chefs cuisiniers ! – en quête de sens et de ressourcement.

redresse, et tout en s'appuyant sur sa pioche, le dos fatigué, il plante son regard dans le mien : « *Quand je sème des radis, je suis trois : il y a moi, avec mes maux de dos, la graine en tant que création, et le Créateur qui fait pousser et croître avec le soleil, la lune, la terre, la pluie... Ce n'est pas moi qui ai fait la salade, la tomate, le chou. Je ne suis qu'un serviteur de Dieu et ne fais que parachever la Création dans l'écoute de la nature.* »

« TOUT EST PRIÈRE »

Aux yeux de frère Jean, enterrer des graines, veiller à disposer des plantes qui s'aiment entre elles – « *ce qui n'est pas toujours le cas* » – et, plus tard, les préparer dans le silence de sa cuisine est un prolongement de la prière, laquelle « *n'est pas une formule mais un état* ». « *Un moine ne chante pas, il prie. Un moine ne cuisine pas, il prie. Un moine ne jardine pas, il prie. Tout est prière.* » Et pour celui qui passe deux heures par jour dans son potager, la répétition des gestes n'est pas habitude : « *Je ne vis jamais les offices de la même manière, alors que ce sont les mêmes chaque jour, ou presque, tout comme chaque instant au potager est différent. Un geste répété peut être à chaque fois nouveau.* » Toujours muni de son Leica, cet ancien photographe de presse et de mode s'est converti en 1983 lors d'un reportage au mont Athos, en Grèce. Bouleversé par la vie monastique, il décida du jour au lendemain de donner sa vie à Dieu. Après le mont Athos, le jeune moine s'installa plusieurs années au monastère de Saint-Saba, dans le désert de Judée, où il apprit à cuisiner. Plus de 30 ans plus tard, l'artiste converti n'a de cesse de fixer par la photo la particularité de chaque élément, de chaque instant, « *à l'image de l'amour, qui est unique* ». Un cornichon arrivé à maturité, une salade caressée par le vent, une fraise bécotée par une goutte de rosée... Tout est beauté, tout est émerveillement, dans une fugacité au goût d'éternité. En témoignent ses photographies exposées en plein air, au beau milieu du verger et du potager.

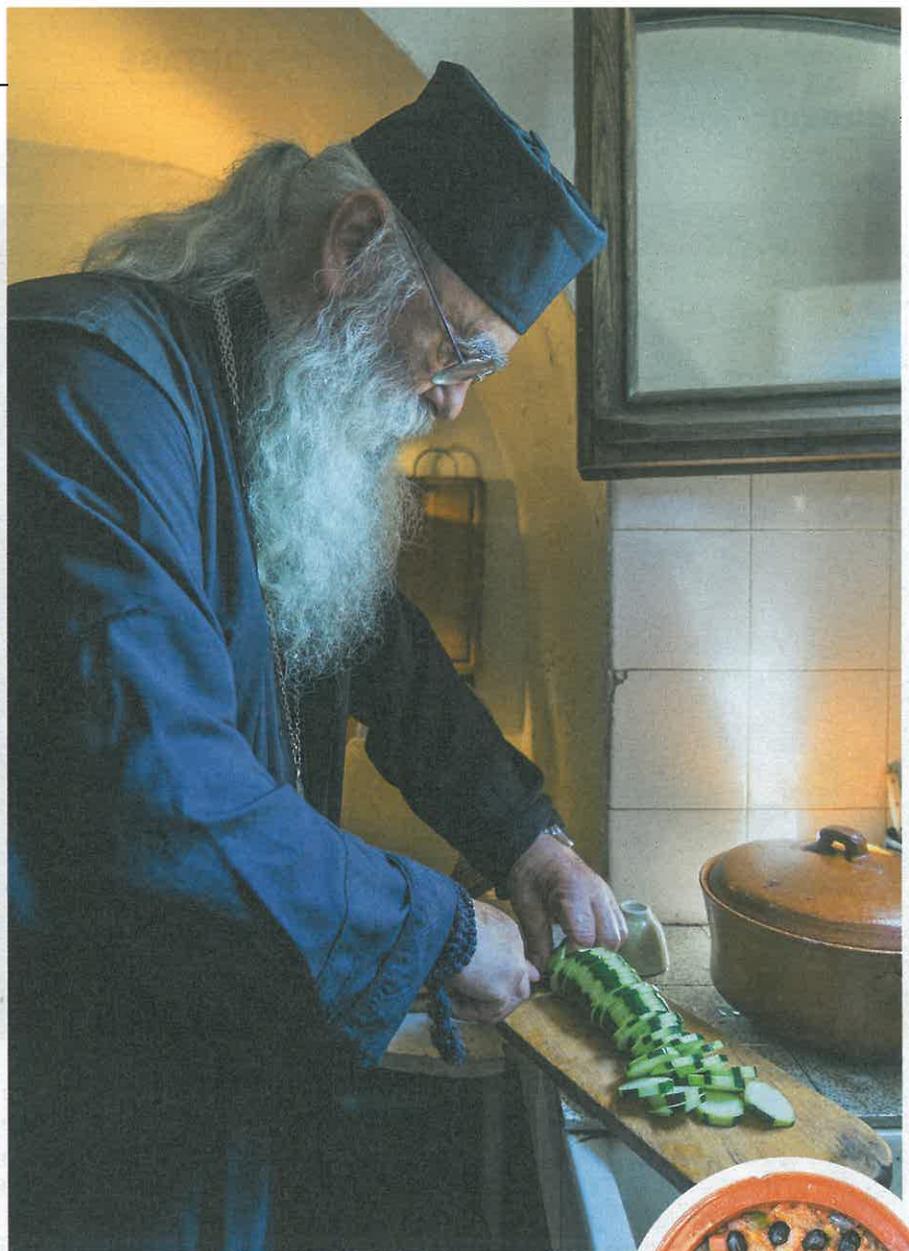
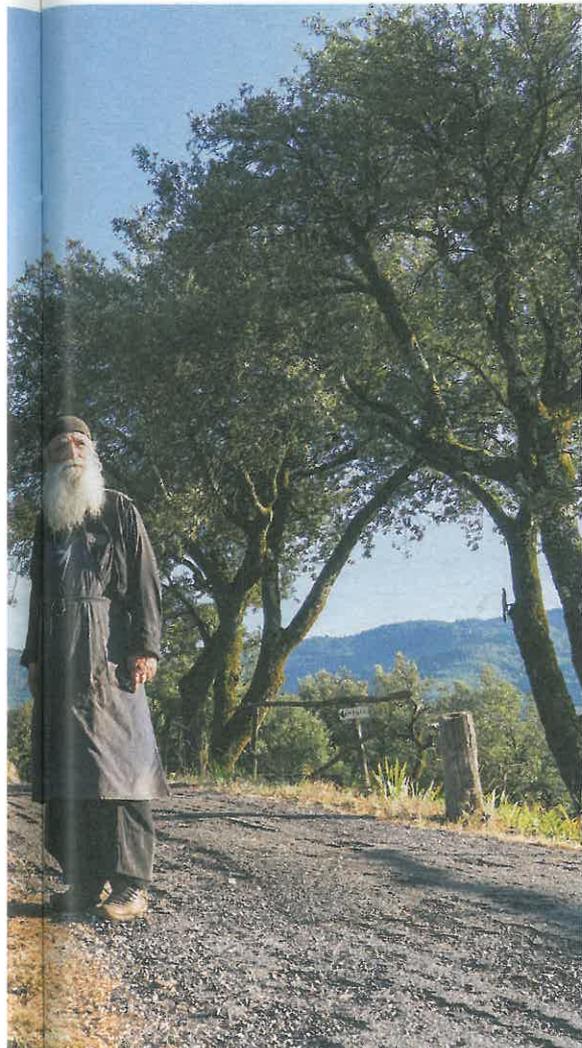
Dans la pénombre de sa cuisine, frère Jean concocte une tarte aux courgettes et au pélarдон, un fromage de chèvre des Cévennes. De ce lieu simple et authentique bâti dans la pierre de schiste, il conçoit chaque matin, « *dans une obéissance amoureuse* », pour frère Joseph, pour lui-même et, de temps en temps, pour le pèlerin de passage, des mets selon la récolte, les besoins de chacun et les circonstances : « *Si je fais un plat pour un moine, une princesse, une journaliste, ce*



sera différent à chaque fois. Je m'adapte. La cuisine monastique ne va pas séduire les papilles, mais toucher le cœur. Elle doit éveiller des émotions spirituelles, explique-t-il, avant de confier avoir beaucoup appris avec une Japonaise auprès de laquelle il vécut avant de devenir moine. « *Les Japonais ont le sens du sacré.* »

Dans un silence recueilli, frère Jean prend le temps de disposer les aliments. Les mains épaisses du jardinier se font alors délicates. « *C'est toujours une création composée d'œuvres d'art. Car chaque radis, chaque courgette peut être une œuvre d'art. Le tout est de s'y arrêter* », glisse-t-il dans un sourire. Son inspiration sans bornes – comme ses steaks de betterave à la crème de noix et de soja ou son velouté de courges – puise sa source dans deux enseignements divulgués par sa mère : « *Lorsque j'étais petit, elle me faisait découvrir le repas par*

« Parfois, je ne mange pas le soir car je veux maigrir. Frère Joseph, lui, veut grossir. Nous sommes les Laurel et Hardy de l'orthodoxie ! »



Manger Dieu

l'odorat. Ma mère m'a aussi appris à ne pas avoir honte de me tromper. Donc je peux inventer des plats en toute confiance. » Mais il avoue dans la foulée avoir tout de même recours à des livres de recettes pour un sanglier ou un foie gras. Frère Jean a toujours fonctionné à l'audace, notamment auprès de grands chefs. Alors qu'un jour, dans un restaurant avignonnais, il goûtait la « meilleure ratatouille de (sa) vie », il décida d'attendre la fin du service pour aller questionner le chef et connaître son secret. Verdict ? « *La cuisson au four !* » Auprès de ce moine à la créativité débordante, on apprendra, non sans étonnement, que selon la façon dont vous coupez une carotte, le goût ne sera pas le même, mais aussi que des cacahuètes bouillies à l'eau peuvent être « somptueuses ».

PARTAGE ET ÉMERVEILLEMENT

« Parfois, je ne mange pas le soir car je veux maigrir. Frère Joseph, lui, n'arrête pas de manger car il veut grossir. Nous sommes les Laurel et Hardy de l'orthodoxie !

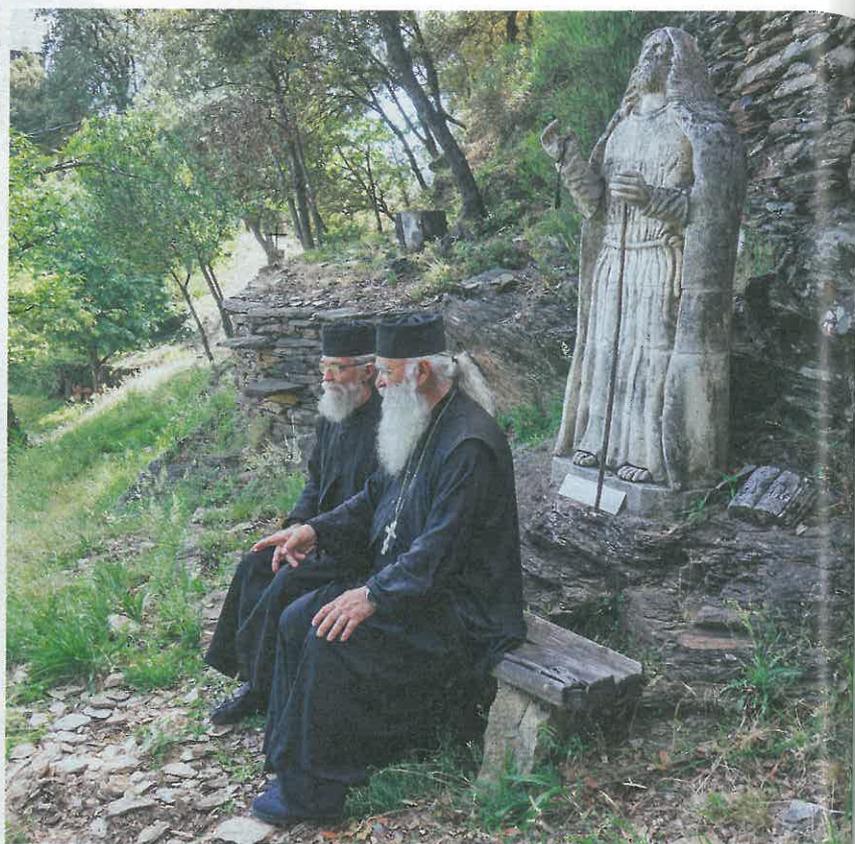
La ratatouille de frère Jean

Ingredients pour 4 personnes

- » 2 courgettes
- » 2 aubergines
- » 2 oignons doux, des Cévennes
- » 1 poivron rouge
- » 1 poivron vert
- » 2 tomates rouges
- » 2 tomates jaunes
- » 2 gousses d'ail
- » poivre de Sichuan et sel
- » piment d'Espelette
- » olives noires
- » huile d'olive ou de noix

Laver les légumes, zébrer la peau des courgettes. Découper en morceaux moyens et irréguliers les légumes. Mettre les poivrons dans une marmite en fonte avec un peu d'huile. Ajouter les oignons. Faire rissoler quelques minutes. À feu moyen, ajouter les courgettes, puis les aubergines. Remuer délicatement en incorporant les olives noires et les épices. Ajouter les tomates. Couvrir et laisser mijoter 35 à 40 minutes. Pendant ce temps, dans une poêle, émincer les gousses d'ail et les faire dorer. Quand les légumes sont cuits, éteindre le feu et incorporer l'ail revenu. Déguster tiède.





DU PRODUIT RÉCOLTÉ dans le potager géré en permaculture à la table dressée, c'est une véritable histoire d'amour, de prière et de générosité qui doit palpiter.

Un gros grincheux et un maigre timide. » Il est 19 h, et, comme lors de chaque repas, les deux moines partagent un moment fraternel après une lecture de la Parole ou d'un écrit spirituel. Sur la table dressée, chaque détail a été pensé. La multitude de mets, disposés dans de petites coupelles, forme une mosaïque de couleurs. « *Plus que d'esthétique, je préfère parler d'harmonie, car elle est un tout* », souligne le moine, tout en disposant quelques groseilles sur les verrines de caviar d'aubergine (voir sa recette ci-contre). « *On essaie de toujours faire bien. Ce n'est pas parfait, il n'y a rien de cher, rien d'extraordinaire, mais c'est bien.* » Pour frère Jean, chaque repas est une fête, car synonyme de partage et d'émerveillement. « *On a choisi les légumes, on les a lavés. On les a vus grandir... Les blettes ont une histoire, et je connais l'artisan qui a fait ce pain. C'est comme une fête de village : elle ne sera joyeuse que si vous connaissez les personnes !* » Entre chaque bouchée, frère Jean et frère Joseph conversent « *de choses simples* », dans une complémentarité complice. « *Il est tellement triste de manger tout seul. Un jour, j'ai cuisiné un crabe farci au basilic. C'était tellement bon que j'ai appelé un ami pour qu'il vienne !* »

Le repas, précédant l'office du soir, ne s'éternisera pas, mais le bal était bien là, telle une danse entre terre et ciel. ♡

TEXTE ANNE-LAURE FILHOL

PHOTOS LUDOVIC MAILLARD POUR LA VIE



Caviar d'aubergine

Faire cuire durant 20 minutes les aubergines à la vapeur ; vérifier à la pointe du couteau. Enlever la chair à la cuillère avant qu'elles refroidissent. Écraser au presse-purée dans un saladier. Hacher finement l'ail et l'incorporer à la chair des aubergines avec l'huile d'olive. Ajouter le jus de citron, saler, poivrer, mélanger et laisser reposer une heure dans la cuisine. Servir en verrine avec une brandade de morue ou du tarama.

Ingrédients pour 4 personnes

- » 3 aubergines
- » 2 gousses d'ail
- » 1/2 tasse à café de jus de citron
- » 20 cl d'huile d'olive
- » sel et poivre