

Perfection simple. Pour une pensée occidentale, l'expression sonne comme un oxymore qui associe l'agencement harmonieux de qualités multiples à l'élan de l'indivisible. Mais, dans la bouche du Chef de la Pyramide, Patrick Henriroux, c'est un aphorisme par lequel saisir à cœur le sens de la cuisine japonaise.

Monsieur Doi Yushiharu, dont chacun des propos est précisément traduit par Adrien Padirac, directeur de l'école hôtelière Tsuji, en France, en révèle patiemment les principes. Ils pourraient s'énoncer par ces mots : se purifier, se concentrer, se connecter.

Pour ce spécialiste du *washoku*, au commencement est la propreté. L'eau, purifiée par la roche, lave les mains, avant la préparation du repas, comme à l'entrée du temple. L'eau lave le poisson écaillé. Elle rend le bouillon limpide. Elle blanchit les légumes pour en raviver l'éclat. Rien n'altère la fraîcheur de la chair, rien ne l'échauffe, ne l'amollit, n'en change l'aspect ni le goût. Les choses ont la saveur de ce qu'elles sont, nous dit M Doi, comme le noir chez Soulages trouve dans sa profondeur la lumière, précise Patrick Henriroux.

La simplicité fait la beauté du plat, comme celle des discours qui l'évoquent.

A la fin du repas, l'eau nettoie et redonne au lieu et aux ustensiles leur état initial.

Ainsi, la cuisine est un art qui imite la nature, non parce qu'il lui emprunte ses motifs, mais parce qu'il en épouse le rythme. Il coïncide avec le cycle naturel et cette coïncidence définit sa concentration. Dans les arts martiaux auxquels la cuisine s'apparente, comme tous les arts au Japon, la concentration n'est pas la focalisation de l'esprit sur un objet, mais au contraire son détachement. Être concentré, c'est rester disponible, comme le calligraphe, libéré du tracé préconçu, ou le sabreur, affranchi de la garde par laquelle se préparer à l'attaque. Ainsi, le cuisinier ne dépend pas de ses recettes, mais du moment présent auquel il sait s'adapter. Sa cuisine est toujours de saison, même si celle-ci dure peu, le temps d'une floraison.

*Soja, miso, sake* doivent leur saveur unique au *koji*, moisissure, née du riz, qu'on élève, étale et ratisse avec soin comme un sable sacré. Aucun artifice ne s'en mêle, mais seulement une nature généreuse que M Doi n'a de cesse de louer. Par l'entremise du cuisinier s'accordent les goûts, s'harmonisent les couleurs dans des récipients choisis pour être en phase.

Ainsi, par l'expérience sensible, c'est la conscience du lien que la cuisine réveille. Lier l'homme à la nature, c'est revenir en amont du dualisme qui les oppose et qui inspire à l'homme son pouvoir, qu'il soit de destruction ou de protection. L'écologie trouve alors une voie nouvelle qu'elle emprunte à l'éthique martiale lorsque celle-ci cherche à trouver la paix non à l'issue des combats, mais en amont, dans le lien à l'autre qui les désamorce.

André Cognard, fondateur de l'Académie Autonome d'Aïkido, et disciple direct de Kobayashi Hirokazu, poursuit la réflexion sur ce lien renoué qui fait de l'art culinaire et de l'art martial une

pratique de santé, tandis que la maladie est rupture du lien et repli sur soi. Il évoque l'aïkido et le lien qui permet la justesse de l'action.

Il relie cette conscience partagée aux neurones miroirs en qui l'interaction sociale, l'empathie ou encore l'accès au langage trouvent leur source.

Il relie en elle le corps et la pensée, en amont de toute distinction.

Ainsi s'harmonisent les intelligences, les émotions, les respirations pour donner au partage un sens profondément humain.

Sylvie Lopez-Jacob