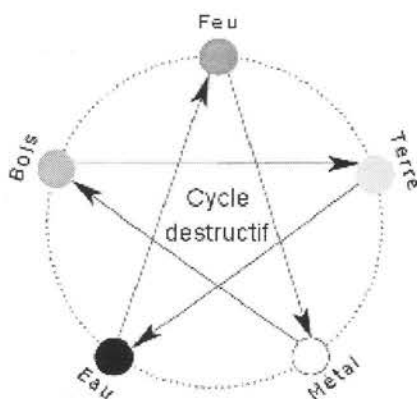


# Le Bourguignon des 5 éléments.

Vous connaissez tous la théorie des cinq éléments, théorie que l'on retrouve au fil de nos lectures sur la civilisation chinoise ou la pratique des arts martiaux chinois, mais que vaut une théorie si on ne la mesure pas à l'aune de notre quotidien. Cet assemblage de postulats, en apparence si raffinés et dont les relations nous semblent abscones peut-il être un instrument opératoire dans nos pratiques ou dans notre vie courante.

Quel rapport, me direz-vous, entre ce plat traditionnel de nos contrées, qui ravit nos papilles et mêle avec subtilité les produits de nos terroirs, vin, bœuf, herbes et condiments, emblématiques de notre culture, et ce mode opératoire issu d'une civilisation aux antipodes de la nôtre ?

Hé bien voilà, le « bœuf bourguignon » est peut-être le trait d'union entre nos deux univers en ce sens que sa conception met en lumière les principes directifs de la théorie des cinq éléments.



Un petit rappel tout d'abord sur les cinq éléments, sous forme d'un tableau synthétique et d'un schéma mettant en lumière les principes dynamiques qui sous-tendent cette construction intellectuelle mais qui s'applique si bien au monde réel.

BOIS		FEU		TERRE	MÉTAL	EAU
<b>YIN</b>	FOIE	CŒUR	M.C	RATE PANCREAS	POUMON	REIN
<b>YANG</b>	V.B	I.G	3.R	ESTOMAC	GROS.INTESTIN	VESSIE
PRINTEMPS		ETE		ETE INDIEN	AUTOMNE	HIVER
VUE / ŒIL		GOUT / LANGUE		TOUCHER / BOUCHE	ODORAT / NEZ	OUIE / OREILLE
ACIDE		AMER		SUCRE	PIQUANT	SALE
MUSCLE		SANG		CHAIR	PEAU	OS
VERT		ROUGE		JAUNE	BLANC	NOIR
COLERE		JOIE		SOUCCIS	TRISTESSE	PEUR

Concrètement quels sont les liens entre ce plat et la théorie ?

Vos invités sont partis, la bouteille de vin entamée reste sur un coin de dessert, oubliée là pendant plusieurs jours, jusqu'à ce que vos yeux se posant sur ce témoin de vos agapes vous révèlent l'ampleur du désastre, du si bon vin laissé aigrir, ses délicats bouquets transformés un acide jaja, perdus pour nos papilles raffinées, c'est trop injuste, la colère vous saisit devant votre négligence. Que faire pour apaiser cette souffrance ? Heureusement vous connaissez la théorie des 5 éléments et vous pouvez l'appliquer à ce désastre

l'élément bois se caractérise notamment par l'acidité et est associé à l'émotion « colère », sa part organique est le « muscle », un excès de bois à tendance à attaquer l'élément « TERRE », il engendre l'élément « FEU ».

Nous sommes en présence d'élément bois en excès, le vin acide, la colère, le muscle c'est la viande du bourguignon, l'alchimie du « FEU », la saveur des épices, laurier, thym, poivres vont transformer cet excès, le vin acide se transformant par l'effet du feu et des sucs imprégnant les muscles, en un liquide au goût charnel, d'un beau rouge violacé, nappant la viande attendrie, prête à être livrée à votre appétit, votre esprit apaisé et rempli de joie à l'idée du festin.

Cependant il faut encore modérer l'excès de bois qui affaiblit la terre, il faut renforcer cette élément et marier au bourguignon un élément terre qui tempèrera ces excès. La pomme de terre est représentatif de cet élément, tubercule que l'on récolte durant l'été indien, extrait de la terre, à chair jaune et saveur sucrée, il renforcera l'élément terre et apportera à l'ensemble une touche de modération, facteur d'harmonie.

Voilà, modestement appliquée à la vie quotidienne, une illustration de la théorie des cinq éléments, vous trouverez sans nul doute de nombreuses applications de cette théorie dans votre vie et maintenant, bon appétit et n'oubliez pas le dicton de Lao Tseu

'Les odeurs nourrissent le corps et l'âme'.

J-W LEBouc

