

Se nourrir dans un monastère

Le frère Jean-Marc Jérôme, o.c.s.o., moine de l'abbaye Val Notre-Dame, nous a transmis ce message : «Être moine, c'est consacrer sa vie à la prière... pour bien prier, être en bonne santé, cela aide! Bien nourri, même d'une façon frugale, c'est essentiel. Dès le début de ma vie monastique, on m'a assigné un service important à l'abbaye : cuisinier! Durant 55 ans j'ai eu le bonheur de servir mes frères moines en me dévouant à la cuisine de la communauté. À noter qu'au début (1950 à 1960) le menu ne comportait pas de viande, d'œufs ou de poisson... (les œufs et le poisson furent autorisés que plus tard). Donc, végétarien nous étions et nous le sommes encore! Pour déjeuner, menu très simple : gruau, céréales, fromage ; plus tard, les fruits furent autorisés! Le midi : soupe, légumes ou poisson, pâtes alimentaires avec salade et dessert de fruits cuits ou nature. Le soir, simple collation! Après plusieurs années, l'adaptation s'est faite graduellement et le choix d'aliments fût plus grand mais jamais de viande n'apparaissait au menu. Ce n'est que ces dernières années qu'à Noël et au jour de l'An la viande accompagne les légumes...! Comme on mange autant avec les yeux qu'avec sa bouche je m'appliquais à être attentif à la présentation des mets : un peu de persil suffit parfois pour faire apprécier des carottes... Les repas du matin et du soir se prennent en silence. Le midi, un moine fait une lecture durant le repas. Les jours de fêtes, la lecture est remplacée par un temps de musique classique. Comme on le remarque, les repas dans un monastère se prennent dans une ambiance de paix, de sérénité et même en mangeant dans une ambiance de prière. »



Le frère Jean-Marc entre en communauté à l'âge de 17 ans. Lui qui rêvait aussi d'ouvrir un restaurant, nous dit que dans la vie il faut toujours faire un choix. Lorsque qu'il débute son travail de cuisinier à l'abbaye d'Oka, au début des années 1950, 150 moines habitent le monastère. Frère Jean-Marc passera les 16 premières années sans sortir à l'extérieur des terrains de la communauté. Une des premières femmes qu'il reverra sera Sœur Angèle (chef-cuisinier et enseignante à l'ITHQ) lorsqu'elle viendra cuisiner avec eux pour les aider à créer leur version de gâteau aux fruits et de caramel. Aujourd'hui, retraité des cuisines de l'abbaye, il s'implique dans la fabrication des chocolats et des produits vendus à la boutique de l'Abbaye Val Notre-Dame de Saint-Jean-de-Matha.

Sur cette photo : Frère Jean-Marc, cuisine de l'Abbaye d'Oka, Basses-Laurentides, autour de 1960 (Collection de l'abbaye Val Notre-Dame)

Saint-Éloi : La religion catholique reconnaît Saint-Éloi à titre de patron des agriculteurs.

Source : (p. 37, Hommes engagés à nourrir le Québec, Rose-Hélène Coulombe et Michel Jutras, Éditions GID, 2017)