

UNA GASTRONOMIA AMB INTENCIONALITAT PSICOESTÈTICA

Per a qui s'estranyi de la relació entre noms que no sembla lògic posar plegats o es pugui pensar que estan mal compaginats, els explicaré el perquè de la gastronomia amb intencionalitat Psicoestètica. Veuran que res no queda massa salat.

Tinc la pulcritud com a norma i mai no he volgut que res que pogués passar per uns fogons em fos desconegut. Ja de molt jovenet m'agradava i creia en la meva professió, m'il.lusionava ser cuiner. Però quan vaig conèixer al psicòleg Carles Muñoz Espinalt va ser la clau del meu èxit professional. A mesura que més estudiava la ciència que ell va crear, la Psicoestètica, millor veia com caldria que fos el cuiner del futur. És més, em feia descobrir que el cuiner, amb les rutines del passat, se'ns moria entre les paelles i les casseroles, i, en canvi, m'indicava cap on aniria en el futur, les tècniques gastronòmiques.

Les tècniques gastronòmiques consisteixen a dominar en tota l'extensió i com mai l'art culinària, sense descuidar un profund coneixement de la història de la professió. Cal saber minuciosament com s'ha menjat, com es menja i com es menjarà o, si volen dir-ho d'una altra manera, cal conèixer amb precisió que s'ha cuinat, què és la cuina i què es cuinarà. També és imprescindible una forta capacitat directiva per aglutinar l'equip de treball i tirar endavant les tasques que li són idònies. Comporten, per altra banda, actualitzar el menjar d'acord amb el caràcter de l'home d'avui, analitzar com el sedueixen les modes i, alhora, interpretar i enriquir el seu gust bo i copsant-ne les evolucions.

Només hi ha un mitjà per aconseguir aquesta preparació amb la màxima eficiència: es tracta de practicar i estudiar la Psicoestètica, que ens explica les motivacions reals per les quals l'home ara fa això o abans feia allò. Coneixem bé els gustos i les reaccions de la gent? Prou estem envoltats de llibres de psicologia, però, com deia Muñoz Espinalt, a la pràctica les persones es coneixen menys que mai. Sovint, fins i tot per un pare un fill sembla un estranger.

He vist restaurants on miren els clients com si fossin flams fets amb el mateix motlle i calcats els uns dels altres. Quan hem de tractar molta gent de manera seguida i en poc temps, al final veiem una massa sense forma, en lloc de persones. En una època que ningú no vol ser igual a ningú altre, tractem la gent com si entre ells no hi haguessin diferències. Si no sabem distingir-los bé, com volem entendre'ls? Quan vaig cuinar un luxós banquet per a una delegació del Soviet Suprem de la URSS, aquí a Barcelona, després de dinar tots varen sentir-se individualitzats d'allò més; ens felicitaven satisfets que haguéssim interpretat el gust de cadascú. Però, que hauria passat si jo prèviament no hagués estudiat les seves peculiaritats personals i, en canvi hagués aplicat el principi que ells pregonen o que anys enrera pregonaven que no hi ha d'haver entre els homes cap diferència?

Si no volem errar-nos, necessitem aprofundir un xic més en el tema. La Psicoestètica, segons la defineix el mateix creador, Carles M. Espinalt, és l'estudi de l'ésser humà per mitjà dels artificis que li calen per sobreviure i afirmar-se. Així ja es comprèn que també es pugui aplicar aquesta ciència a la cuina, on l'artifici fa possible que es mengi gairebé tant pels ulls com per la gana. Es vol que la

presentació del menjar faci bonic. A més, si no analitzem les elaboracions i les transformacions que la cuina ha sofert, amb la quantitat de plats que s'han posat de moda i els que s'han deixat de menjar sense gairebé ningú sabés perquè, qui se'n surt? Veurem, doncs, que la Psicoestètica aporta a la cuina uns coneixements i una racionalització que abans no teníem i que sense ella ara aniríem perduts.

Per poder constatar aquest fet, seguim un esquema bàsic per a comprendre la Psicoestètica. Hi veiem quatre motivacions fonamentals que mouen l'ésser humà: **AFAVORIR, ACTUALITZAR, ESCAURE, i SABER-SE VEURE.**

AFAVORIR. Per mitjà d'aquesta motivació l'home té la sensació d'adquirir categoria i sort. Tothom es queda perplex quan dic que la immensa majoria d'executius d'empreses americanes i la majoria de líders polítics d'aquell país són reacis a menjar bé per por que se'ls puguin contagiar els trets de docilitat d'aquest animal gregari i espantadís, de la mateixa manera que els antics pells-roges no menjaven conill, temerosos de la gran timidesa d'aquest animal pogués passar a les seves persones.

Encara que res es confessi, tothom vincula bona part del que menja a forces màgiques.

Hi ha una anècdota que il·lustra molt bé això que els afirmo. Quan el dejuni de Quaresma es complia amb molt rigor, un home descregut i menjador de mena va anar a un hostel per fer-hi un tec. Amb una bona propina convencé l'hostaler que li posés un bon tros de pernil a dins d'una truita de quatre ous. Dissimulat el pernil dins la truita, ningú s'adonaria que ell no feia abstinència. Un cop feta la truita i quan ja estava a punt de menjar-se-la, va començar una gran tempesta amb molts llamps i trons; de tant terrabastall que feien diríeu que podien ensorrar la casa. L'hoste, entre empipat i esporuguit, va obrir la finestra i tirant daltabaix la truita com encarant-se amb Déu exclamà: «Que n'ets d'exagerat, tant soroll per una truita!» Pura superstició? Que ningú es precipiti, ja que hi ha més sibaritisme sensual menjant allò que creiem que afavoreix l'esperit que no pas el golafre afany d'afartar els sentits.

ACTUALITZAR. Es tenir la sensació d'estar al dia. L'ésser humà no es vol quedar enrera i no li agrada que es pugui considerar que ja li ha passat el tren de vida. No hi ha res més insultant que et puguin dir que estàs **demodé**. Qui de vostès no té un amic que es complau a explicar l'últim premi editorial, el metge que ara és considerat el millor, l'últim restaurant que s'ha obert o el plat que ell ha trobat més exquisit i ben cuinat dels que ara estan en voga, encara que hi hagi hagut d'anar a menjar-se'l en un restaurant situat a centenars de quilòmetres lluny d'on viu.

Aquesta necessita d'actualització genera la moda i està tan arrelada en l'home com el mateix instint de menjar. Per això els tècnics gastronòmics han de saber fer noves propostes culinàries i no s'han de deixar esclavitzar pel tòpic: «Sempre s'ha cuinat així!» S'ha de ser molt dúctil en el camp de les modes. Fins i tot l'absurd pot infiltrar-se entre les formes de menjar. En volen una prova? La tenim en el fet que al segle XVII les dames castellanques trobaven un menjar delicat i exquisit allò que es coneixia amb el nom de **búcaros** o **barros**, que es menjaven com si fossin bombons però no eren res més que polsets de fang que els cavallers els hi regalaven per donar-los gust. De tants com en menjaven, les dones, se'ls posava la panxa com una pedra i s'anaven tornant grogues. Però com diu la Psicoestètica, l'ésser humà té tanta

necessitat d'actualitzar-se que no veu els inconvenients que això li pot comportar.

Els que comprem el fet diem sempre «la moda no incomoda». Però respecte a la moda l'ésser humà té unes ambivalències que tot bon professional que practiqui Psicoestètica haurà de tenir molt en compte si pretén potencialitzar el seu client, que són: **TEMOR AL CANVI, TEMOR A DESPERSONALITZAR-SE i TEMOR AL RIDÍCUL**, en contraposició, naturalment, a uns afanys: **AFANY DE VARIAR, AFANY D'ATRAURE i AFANY DE SINGULARITZAR-SE**.

Analitzem-ho amb deteniment. L'AFANY DE SINGULARITZAR-SE l'he constatat en alumnes meves, que competien entre elles per poder sorprendre primer les seves amistats amb els plats que acabaven d'aprendre. En contraposició hi ha TEMOR AL CANVI, que sempre fa que la persona dubti si allò nou que menjarà li agradarà; aquest cas queda més difós si es té molta confiança en la professionalitat del cuiner. És aquí on veiem que la cuina és un dels camps que va més a poc a poc a assimilar els canvis. Hi ha després l'AFANY D'ATRAURE, no solament físicament sinó també socialment, que en la cuina es veu reflectit en la quantitat de llibres de cuina afrodisíaca —potser el client et dirà que no hi creu, però si de cas— i socialment només cal veure la quantitat d'àpats de negocis i d'àpats polítics que avui dia es fan als restaurants. El TEMOR A DESPERSONALITZAR-SE és un dels aspectes que es fa més evident en el menjar, perquè no hi ha res que ens costi tant d'assimilar com el menjar d'un altre país, si hem de marxar del nostre. Això els passà a homes tant eminents com el mateix Freud que considerava els americans gent estranya perquè segons ell menjaven coses rares. L'AFANY DE VARIAR és el que ens esperona i ens crea la necessitat d'anar actualitzant la cuina catalana. EL TEMOR AL RIDÍCUL també el trobem sovint: qui no ha estat en una reunió i no s'ha atrevit, per allò del que diran, a demanar una cosa que no pren ningú dels presents?

ESCAURE. Quan s'aplica aquest concepte a la cuina, l'ésser humà té la sensació de menjar allò que va millor pel seu cos. És un factor tan personal, aquest, que en el menjar encara no està del tot estudiat perquè unes persones, el cafè per exemple, no els deixa dormir i altres no poden fer-ho si no en beuen. O perquè uns plats a uns els engreixen i a d'altres no els fa res. El que sí que és evident és que hi ha un factor de convenciment que si allò que mengem creiem que ens va bé per la salut, doncs serà així. És el cas dels espinacs, que s'ha descobert que no porten tant de ferro com es creia i que aquest descobriment comporta la corresponent decepció de les persones que es trobaven millor i les enfortia menjar-ne.

SABER-SE VEURE. És la sensació de ser allò que és apropiat a la personalitat. Ho veiem a la cuina nacional de cada poble i en les discussions que provoca com es cuinen determinats plats. Per exemple, a Suïssa hi ha més baralles per quina part d'aquest país fa millor la fondit que per qualsevol problema social o de caire polític. En aquest sentit, en el meu estudi ***Hàbits gastronòmics dels catalans*** ja dic: «*Quan els botiflers de València volen posar la gent de punta amb els del Principat, (...) cap argument insidiós fa més efecte que un crit, en aparença banal, com: Volen robar-nos la paella!*»

Amb tot això vull posar de relleu que la Psicoestètica aplicada a la cuina m'ha permès poder interpretar el gust del català actual. He recuperat plats oblidats de la nostra cuina i d'altres els he adaptat als nostres dies. Alguns d'aquests plats s'han posat tan de moda que han passat la frontera, com el bufat de garotes, que els mateixos francesos imiten, o el cas e l'arròs negre, que es fa a molts llocs de

Catalunya amb gran èxit i fins i tot a València en alguns restaurants ja el tenen en els seus menús. Aquests plats i molts, molts d'altres he mirat de difondre'ls en els cursos de cuina amb intencionalitat Psicoestètica que imparteixo a diferents punts de Catalunya.

Aquesta tasca important, la compagino amb la meva feina diària com a xef-director en un restaurant barceloní. L'objectiu és molt ambiciós: pretenc amb l'ajuda d'altres restauradors que ja comencen a practicar la Psicoestètica, que la nostra cuina prestigiosa, renovada i enriquida, marqui estil arreu, que sigui capdavantera entre les cuines del món, com en un passat llunyà ja ho va ser, cosa que es pot comprovar —entre d'altres testimonis— en un llibre de Francesc A. Miquel, que descriu el viatge per Catalunya d'un conseller del rei de França l'any 1603. Fixeu-vos-hi bé: un francès ple d'orgull, embadalit en el ritual tan refinat de taula que teníem nosaltres, deia espaterrat referint-se als catalans: «Que cadascú mengés sempre en el propi plat, i que aquest fos canviat a cada cosa diferent que es menjava...» «Als catalans els agradava que cada vianda tingués el seu propi gust, ben distint: que la perdiu tingués gust de perdiu, i que el porc el tingués de porc...» Remarcava que la gent d'aquí «no brindava gaire, ni s'emborratxava l'un a l'altre. Però bevia» i en valorava els refinats sabors.

Ho tenim clar? Si és que els catalans, quan no deixem que se'ns arronsi el llombrígol, des de la cuina fins a parar la taula fem les coses ben fetes, en el seu punt i amb senyoriu. Com volen que no sigui exquisida la nostra cuina? I poc ens embafa, perquè encara ens proposem refinar-la molt més.

Josep Bullich
Assessor Gastronòmic Psicoesteta
Mestre en cuina amb intenció psicoestètica