



GILLETTE DIET

Ferdinando Frega — Nando the Scribe

ไโดเอตแบบ GILLETTE

THE SYSTEM · 03

อย่าให้ชื่อเรื่องหลอกคุณ Gillette ไม่ได้เปิดตัวผลิตภัณฑ์ไโดเอตใด ๆ — อย่างน้อยก็ยังไม่ แม้ว่าบริษัทแม่ออย่าง P&G ซึ่งมีพอร์ตโฟลิโอที่รวมแบรนด์สำคัญและจำเป็นที่สุดบางแบรนด์สำหรับครอบครัวทั่วโลก จะอยู่ในตลาดยาแล้วก็ตาม แต่นั่นเป็นอีกเรื่องหนึ่ง

วันนี้ผมจะเล่าให้คุณฟังถึงผลที่เกิดจากเหตุ

บน Gillettenarrative เราประกาศอย่างเปิดเผยแล้วว่าผมใช้ชีวิตด้วยเงินเดือนและเท่าไร — และจนถึงตอนนี้ก็ยังจัดการไม่ให้ตัวเองระเบิดในฐานะมนุษย์ได้ ใครอยากรู้จักเข้าไปอ่านได้ มันไม่ใช่คำสารภาพ — มันคือข้อเท็จจริง และข้อเท็จจริงนั้นอธิบายทุกอย่างที่ตามมา

ผู้คนลดน้ำหนักเพื่อให้คนอื่นพอใจ เพื่อให้ได้รับความชื่นชม แล้วโรคก็มาถึง และการคุมอาหารก็กลายเป็นข้อบังคับทางการแพทย์ แล้วพวกเขาก็มอบหมายให้คนอื่น — นักโภชนาการ อาหารเสริม ระเบียบปฏิบัติ แอป พวกเขายจ่ายเงิน พวกเขาขอให้คนอื่นมาช่วยร่างกายของพวกเขา พวกเขาไม่เข้าใจ — หรือไม่อยากเข้าใจ — ว่าผู้แสดงมีเพียงคนเดียวมาตลอด: ตัวพวกเขาเอง สมองเป็นผู้ตัดสินใจ ไม่ใช่หมอ ไม่ใช่อัลกอริทึม สมอง

นี่คือความจริงแท้ที่ทำให้ผู้คนนับล้านต้องเสียเงินหลายพันล้านทุกปี เพราะพวกเขาเลือกจ่ายเงินให้คนอื่นมากกว่าจะรับผิดชอบตัวเอง

ส่วนผม ผมกลับพบว่าตัวเองอดอาหารมาสามเดือนด้วยเหตุผลที่ตรงกันข้ามและง่ายกว่า: ผมใช้เงินทั้งหมดไปกับการจดลิขสิทธิ์อเมริกันให้หนังสือของผมและการซื้อ ISBN ผมเลือกเองว่าจะใช้เงินที่ไหน ร่างกายตามมา ไม่มอบหมายให้ใคร ไม่มีหมอ มีแค่น้ำ ความแฉะ และการขอให้ผู้คนมาอ่าน Gillettenarrative — เพื่อให้เกิด และบางทีอาจยิ่ง

ผมลดไปแล้ว 20 กก. แต่ผมได้ผู้อ่านใหม่มา กลิ่นหอมของความพริ้งคองหอมอยู่

เจ้านายของผมตัดสินใจแล้ว เจ้านายของผมคือสมองของผม

และสมองของผมรู้ว่า Gillette คือแม่ของผม

ยินดีต้อนรับครับ

Nando