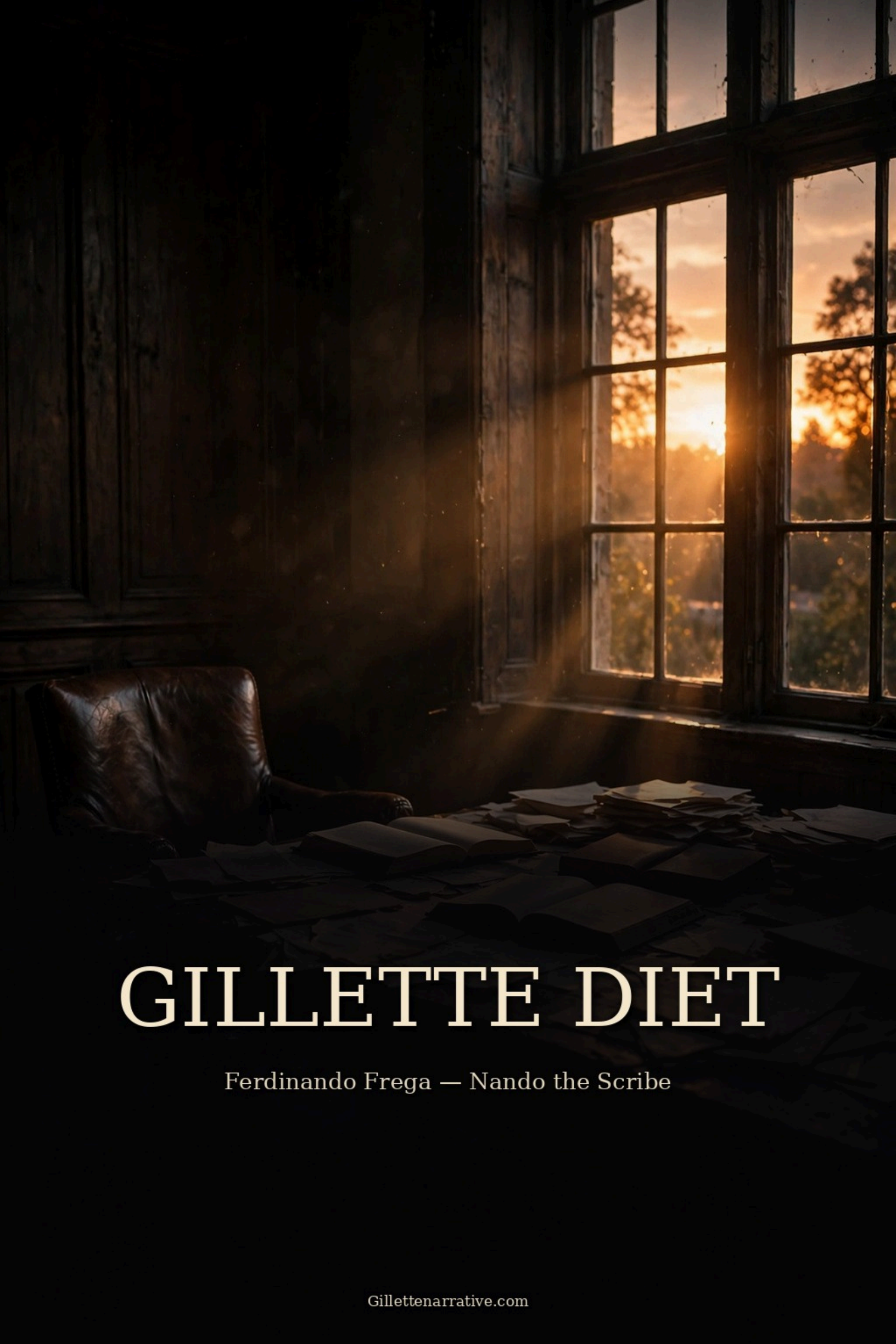




GILLETTE DIET

Ferdinando Frega — Nando the Scribe

حمية GILLETTE

لا يخذعك العنوان. لم تطرح Gillette أي منتج للحمية — على الأقل حتى الآن. مع أن الشركة الأم P&G، التي تضم محفظتها بعضاً من أهم العلامات وألزمها للأسر في أنحاء العالم، حاضرة أصلاً في سوق الأدوية. لكن تلك حكاية أخرى.

اليوم أحدثك عن آثار وُلدت من أسباب.

في Gillettenarrative أعلنّا صراحةً بكم أعيش في الشهر — وقد أفلحتُ، حتى الآن، في ألا أنفجر بوصفي كائناً بشرياً. من يدفعه الفضول فليدخل وليقرأ. ليس هذا اعترافاً — إنه واقعة. وتلك الواقعة تفسّر كل ما يلي.

يتّبع الناس الحمية ليرضوا الآخرين. يُعجّب بهم. ثم يأتي المرض فتصير الحمية فرضاً طبياً. وهكذا يفوضون — اختصاصي التغذية، والمكملات، والبروتوكول، والتطبيق. ينفقون. ينتظرون من غيرهم أن ينقذ أجسادهم. لا يفهمون — أو لا يريدون أن يفهموا — أن الفاعل الوحيد كان دائماً واحداً: هم أنفسهم. الدماغ يقرّر. لا الطبيب. لا الخوارزمية. الدماغ.

هذه حقيقة مطلقة تكلف ملايين من الناس مليارات كل عام، وهم يؤثرون أن يدفعوا لغيرهم على أن يتحمّلوا مسؤولية أنفسهم.

أما أنا فأجدني أصوم ثلاثة أشهر للسبب المعاكس والأبسط: أنفقت كل مالي على تسجيل حقوق المؤلف الأمريكية لكتبي وعلى اقتناء أرقام ISBN. أنا من اختار أين أضعه. والجسد يتبع. لا تفويض. لا طبيب. ماء فقط، وصفاء، وانتظار أن يقرأ الناس Gillettenarrative — أن يفكروا، وربما يتسموا.

خسرت حتى الآن 20 كيلوغراماً. لكنني كسبت قرّاء جديداً. لرائحة المجّان عبير لا يزول.

رئيسي قرّر. ورئيسي هو دماغي.
ودماغي يعرف أن Gillette أمّي.
على الرحب والسعة.

ناندو