

GILLETTE DIET

Ferdinando Frega — Nando the Scribe

Gillettenarrative.com

GILLETTE RÉGIME

Ne vous fiez pas au titre. Gillette n’a lancé aucun produit diététique — du moins pas encore. Même si la maison mère P&G, dont le portefeuille compte quelques-unes des marques les plus importantes et les plus indispensables aux familles du monde entier, est déjà présente sur le marché pharmaceutique. Mais c’est une autre histoire.

Aujourd’hui, je vous parle d’effets nés de causes.

Sur Gillettenarrative, nous avons déclaré ouvertement avec combien je vis chaque mois — en ayant réussi, jusqu’ici, à ne pas exploser en tant qu’être humain. Les curieux peuvent aller lire. Ce n’est pas une confession — c’est un fait. Et ce fait explique tout ce qui suit.

On se met au régime pour plaire aux autres. Pour être admiré. Puis une maladie arrive et le régime devient une obligation médicale. Alors on délègue — le nutritionniste, les compléments, le protocole, l’appli. On dépense. On attend que quelqu’un d’autre sauve son corps. On ne comprend pas — ou on ne veut pas comprendre — qu’il n’y a jamais eu qu’un seul acteur : soi-même. Le cerveau décide. Pas le médecin. Pas l’algorithme. Le cerveau.

C’est une vérité absolue, qui coûte chaque année des milliards à des millions de gens qui préfèrent payer quelqu’un d’autre plutôt que de répondre d’eux-mêmes.

Moi, en revanche, je me retrouve à faire trois mois de jeûne pour la raison inverse, et plus simple : j’ai dépensé tout mon argent pour enregistrer le copyright américain de mes livres et acquérir les ISBN. J’ai choisi où le mettre. Le corps suit. Pas de délégation. Pas de médecin. Juste de l’eau, de la lucidité, et l’attente que les gens lisent Gillettenarrative — pour réfléchir, et peut-être sourire.

J’ai déjà perdu 20 kg. Mais j’ai gagné de nouveaux lecteurs. L’odeur du gratuit garde son parfum.

Mon patron a décidé. Mon patron, c’est mon cerveau.

Et mon cerveau sait que Gillette est ma mère.

Je vous en prie.

Nando