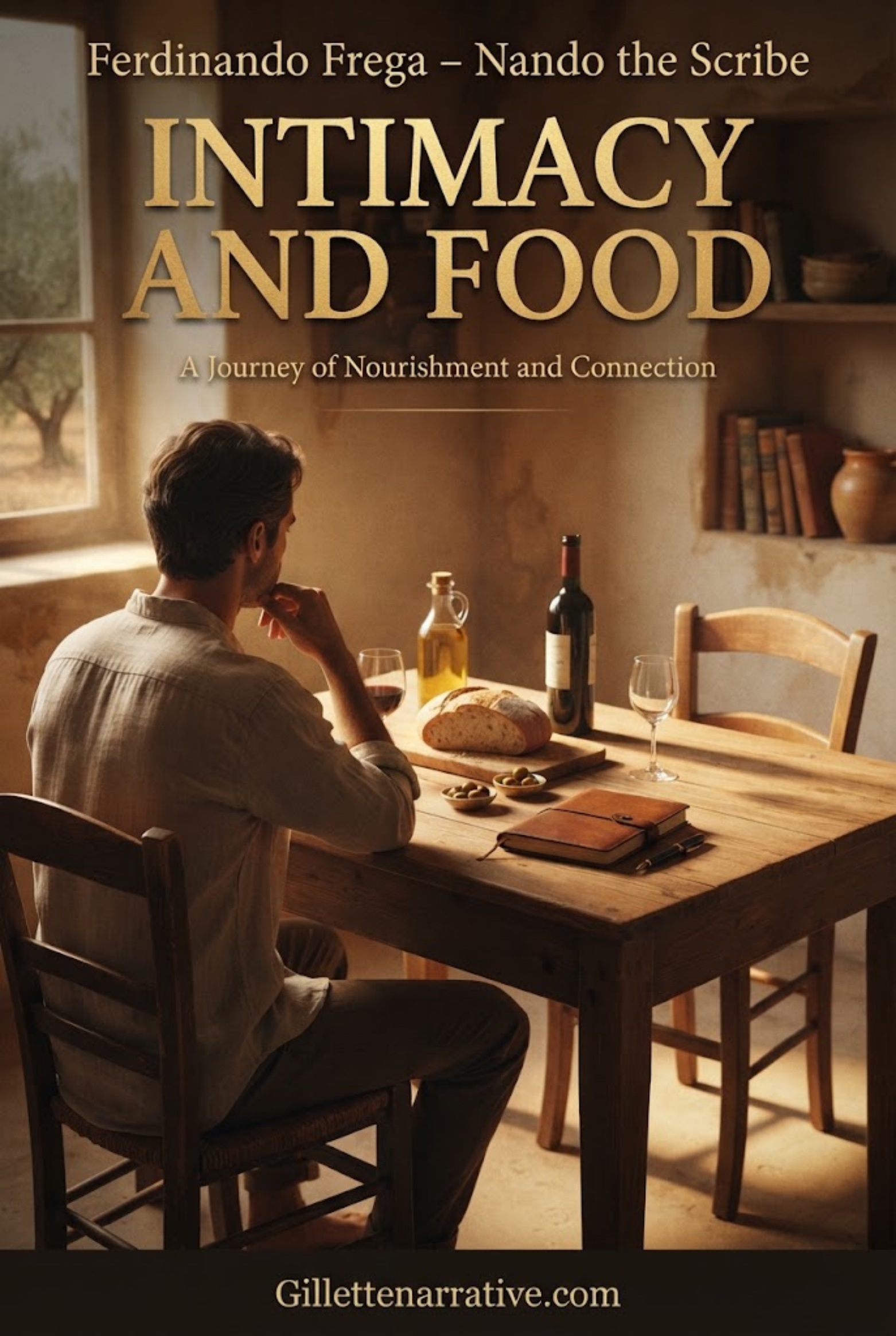
Ferdinando Frega – Nando the Scribe

# INTIMACY AND FOOD

A Journey of Nourishment and Connection



Gillettenarrative.com

# INTIMITEIT, ETEN EN GILLETTE

*GILLETTE AUDIO — NANDO THE SCRIBE — GILLETTENARRATIVE.COM*

Er zijn twee dingen die door de hele geschiedenis heen altijd de kwetsbare rand van de mens hebben bepaald: wat hij eet, en met wie hij zijn lichaam deelt.

Beide zijn behoeften. Beide zijn rituelen. Beide onthullen, tot in het extreme doorgevoerd of volledig ontzegd, iets over het karakter wat woorden alleen nooit doen.

Ik heb nooit geloofd dat wilskracht wordt bewezen door wat een man consumeert — maar door wat hij ervoor kiest te laten, en waarom. De reden telt meer dan de beperking zelf.

Voor mij kwam het antwoord altijd op dezelfde plek terug: Gillette. Mijn moeder, in elke betekenis die dat woord kan dragen. Wat ik in de loop der jaren heb opgegeven, heb ik nooit opgegeven om bewonderd te worden. Ik heb het opgegeven omdat iets anders op dat moment belangrijker was — het werk, het schrijven, de website, het verhaal dat verteld moest worden.

Het lichaam volgt de geest. Dat heeft het altijd gedaan. Maar ook de geest heeft iemand nodig die over hem waakt — en ik heb langzaam geleerd dat alles alleen doen niet altijd hetzelfde is als het goed doen.

Dus schrijf ik vandaag minder over ontzegging en meer over richting. Wat telt, is niet hoeveel een man opgeeft, maar waar hij naartoe loopt wanneer hij dat doet.

*Nando*