

## Place aux jeûnes

Jeûne et abstinence : Un cardinal allemand s'extasie devant la belle plasticité d'une nonnette, « schön ! » ... « et abstinence, mon fils ! » lui rétorque son homologue francophone, ignorant la langue de Goethe.

Les restrictions alimentaires consenties, pratiquées par respect de principes religieux ou convictions philosophiques, pour des motivations environnementales, coutumes culturelles, convictions éthiques (souffrance animale), volonté de préserver sa santé, de réduire son impact sur le climat, souci sanitaire collectif, visée esthétique (monodiète, repas sauté, alimentation frugale matin et soir, jeûne fédéral, carême, ramadan, kippour, veganuary, régimes hypocalorique, inversé, Dukan, Atkins, programmes minceur, pas de grignotage, végétarisme, végétalisme, pesco-végétarisme, flexitarisme, véganisme, etc.) ne doivent pas nous faire oublier les privations subies.

**« En tout l'excès est un vice » Sénèque**

**« La faim est mauvaise conseillère » Virgile**

D'après un rapport de l'ONU, la faim dans le monde touchait 828 millions de personnes en 2021, soit une hausse de 46 millions par rapport à 2020 et de 150 millions depuis l'apparition de la pandémie de Covid-19, sécheresses ultérieures et crise de l'approvisionnement céréaliier russo-ukrainien non comprises. L'état mondial de la sécurité alimentaire continue donc à gravement se péjorer de façon affligeante.

Les enfants souffrant d'une très grande malnutrition ont un gros ventre, les grands obèses aussi. Les raisons en sont diamétralement opposées mais ces deux extrêmes sont le reflet exact du monde absurde et injuste dans lequel nous vivons.

Pour ne pas sombrer dans la neurasthénie, un conseil utile : rentrer son ventre quand on est sur la balance ne change pas son poids, mais permet de mieux voir l'aiguille !

Moi, je suis content et fier, j'ai réussi à fermer le bouton du haut de mon pantalon... Mais je ne l'ai pas encore enfilé ! Bon appétit !

Jean-François Ducaud