

## « Open réfrigérateur »

*Alain*

Nous étions au sortir de la guerre. Nos parents avaient tant souffert de malnutrition qu'ils s'appliquaient à nous gaver comme des oies, nous, leurs six petits « ouailles ». Il fallait compter, par enfant, pas moins de quatre tranches de gigot, vingt quatre crêpes à la Chandeleur, et chaque jour cinq litres de lait pour toute la famille. Tous ces excès alimentaires s'apparentaient davantage à du gaspillage.

A la maison, c'était « Open réfrigérateur » 24h/24.

Nous étions en pleines « Trente glorieuses » et nous nous sentions glorieux. « Seuls les dollars ne se mangent pas ! » avait coutume de répéter mon père.

Encore fallait-il bien manger et non pas trop manger !

Par chance ce père autant vénéré que craint, dirigeait la station d'épuration de Paris, située à Fromanville, entre Achères et Maisons Laffitte. Une station d'épuration épure l'eau, l'eau sale des égouts, sépare le grain de l'ivraie, l'eau de la terre et des objets les plus divers. Le premier procédé d'épuration est la décantation de l'eau d'égout, appelée aussi « méthanisation », car cette opération produit du méthane. Gaz précieux, qui nous faisait grand usage. Nous le récupérions à des fins domestiques et automobilistes. En effet, nous nous chauffions et cuisinions au méthane. Tout comme nous nous véhiculions à l'époque avec de grosses bouteilles de gaz sur le toit de la voiture, un Chevrolet Sedan 1954.

Nous étions les Gaspard. On pouvait nous reconnaître de loin. Nous ne représentions pas vraiment la normalité. Les égouts étaient notre terre nourricière.

La seconde opération, après la méthanisation, consistait à aérer l'eau, avec de puissants aérateurs qui métamorphosaient l'eau d'égout en une eau sauvage : « l'eau vive ! ». Mon père qui faisait régulièrement visiter l'usine à nombre d'étrangers ne manquait pas de proposer à boire un verre de l'eau épurée.

Evidemment personne ne se portait candidat. Alors, tel un grand chevalier, plein de vaillance et de courage, il vidait le verre d'un trait, devant son public médusé.

Par ailleurs, la boue récupérée après la décantation, était étendue sur de grands champs d'épandage, entre Maisons-Laffitte et Conflans-Sainte Honorine. Ces champs étaient pour nous autres les gamins de la cité de

Fromanville, gavroches pré-écologiques, notre garde-manger. Cette boue devenait le terreau naturel d'une génération spontanée de tomates, aussi fermes que goûteuses, aguichant nos désirs gastronomes. Bien sûr, dans un premier temps, nous les mangions goulûment. Puis, très vite, nous nous en servions comme projectiles.

« La guerre des boutons » nous en avait montré l'exemple. Véritable école de la vie, ces années-là m'ont appris l'écologie, le respect de la nature, le respect des autres, des humains, comme des animaux, des insectes, de la boue, de l'eau, du gaz, de la chimie, de la physique et de la philosophie.

« Éduquons » disait mon père. Et il avait raison.

Aujourd'hui, j'ai fait fructifier la semence écologique de mon éducation. Bien me nourrir est devenu un vrai savoir-faire et un vrai plaisir. Choisir les produits les plus sains, les plus vrais, les plus simples ou les plus nobles dans leur simplicité. Trier, éliminer les parties non diététiques, est devenu après un jeu, un réflexe. Sur les six enfants devenus gras. Euh ! Grands ! Je suis le premier, moi le cinquième à ouvrir la voie de la diététique, quand les aînés restaient au régime banane. Notre fratrie s'en trouva un peu désolidarisée. A vouloir devenir un beau cygne, je suis très vite devenu le vilain petit canard. Cette solitude ne me gêna pas. Mieux, elle me stimulait.

« Je suis donc dans le vrai, si tous les moutons ne me suivent pas !  
« Tout d'abord, j'exclus, je bannis, j'excommuniais le mot « régime » de mon vocabulaire. Certes, avec un point de regret, parce que sémantiquement, le vocabulaire nutritionnel, c'est le monde à l'envers !  
Aujourd'hui, il est de bon ton d'exclure le mot « régime » qui signifie pourtant « durée » en grec, pour peut-être que l'on maîtrise le grec – ce qui est loin d'être mon cas. A contrario, on met de nos jours en avant le mot « programme », mot tendance, branché, in, qui signifie « processus pour atteindre un objectif ». Ce qui sous-entend la notion « temporaire » de l'opération !

Je ne prononce plus le mot « régime », mais je vis au régime. Au régime crétois, comme un nouveau mode de vie, une nouvelle façon de me nourrir, sans frustration, ni culpabilité, à partir de mes us et coutumes, en l'occurrence d'abondance. Oui, je me nourris d'abondance. D'abondance de légumes, de fruits et même de pétales de fleurs de coquelicots, de marguerites, de roses. Et bien sûr, toujours des tomates, fruits de mon enfance, que je glane sur les étals du marché !