



Bisogna mangiare quando si ha fame. Siamo stati abituati da bambini a fare tre pasti interi al giorno, tutta quell'idea da Rivoluzione industriale di come bisognerebbe mangiare. Ma prima non era affatto così. Bisogna mangiare poco e spesso, ogni ora. Ma quando dovettero darci delle regole valide per tutti, dissero "Okay, è ora di pranzo!".

Ecco cos'è la scuola. Scordatevi la geografia, la storia e la matematica, quello che ti insegnano è come si lavora in fabbrica. Si mangia quando suona la sirena. Che tu lavori in ufficio o ti abbiano addestrato per diventare primo ministro, è sempre la stessa cosa. Ficcarsi dentro tutta quella roba in una volta fa male. E' meglio mangiare un pochino qui, un boccone là, qualcosina ogni poche ore. Il corpo umano lo gestisce molto meglio che non mandar giù per il gozzo un sacco di stronzate in un'ora.

Keith Richards - *Life*