|  |  |
| --- | --- |
| **Ein**  **langes**  **Leben** | The Top 4 Indicators of a Long Life - Move Daily Health Coaching |

*Möglichst lange leben und nicht nur kurz, darin könnte doch das Glück bestehen, oder? Der römische Philosoph Seneca erteilt da einen vielleicht unerwarteten Rat:*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 5  10  15  20  25 | Finem vitae scopulum esse putamus dementissimi:  <sed finis vitae> portus est,  aliquando petendus,  numquam recusandus. […]  Alium enim,  ut scis,  venti segnes ludunt ac detinent  et tranquillitatis lentissimae taedio lassant,  alium pertinax flatus celerrime perfert.  Idem evenire nobis puta:  alios vita velocissime adduxit,  quo veniendum erat etiam cunctantibus;  alios maceravit et coxit.  <Vita> non semper retinenda est;  non enim vivere bonum est, sed bene vivere.  Itaque sapiens vivet,  quantum debet,  non quantum potest.  Videbit,  ubi victurus sit,  cum quibus,  quomodo,  quid acturus <sit>.  Cogitat semper,  qualis vita,  non quanta sit. | **scopulus** der Fels, die Klippe  **dementus** wahnsinnig  **portus** der Hafen  **aliquando petendus** den man  irgendwann erreichen muss  **segnis**, is, e träge, sacht  **taedium**, i n. (+Gen.) der Überdruss  **flatus**, ūs m. das Wehen, der Wind  **idem** dasselbe  **quo** (dorthin,) wo  **veniendum erat etiam cunctantibus** ≈  homines etiam cunctantes debent  venire  **coquere** (coquo, coxi) ausdörren,  zerkochen  **victurus sit** ≈vivet  **acturus <sit>** ≈ aget |