



CICERONE
ELOGIO DELLA TARDA ETÀ,
DELLO SPIRITO E DELLA MENTE

Nell'epoca in cui il lifting fa ormai parte della normalità, vale la pena rileggere le pagine che Marco Tullio Cicerone ha lasciato su *La vecchiaia*, ora di nuovo tradotte e annotate, con testo latino a fronte, da Stefano Costa (La Vita Felice, pagg. 140, € 12). Opera

scritta dal celebre letterato poco prima della morte, dedicata all'amico Attico, il *De senectute* nasce sotto forma di dialogo tra il vecchio Catone, Gaio Lelio Minore e Publio Cornelio Scipione Emiliano. Elogio della tarda età, invita a «tener conto

della salute, svolgere esercizi fisici con moderazione, assumere tanto cibo e bevande in modo da ritemperare, non opprimere, le forze fisiche». E poi: «Non bisogna solo aiutare il corpo, ma molto di più la mente e lo spirito».

