

Exercise of the day



2022-03-16

As regards health, I have nothing useful to say since I have little experience of illness. I eat and drink whatever I like, and sleep when I cannot keep awake.

Bertrand Russell, *On how to grow old*

Was die Gesundheit anbelangt, habe ich nichts Nützliches zu sagen, da ich ja kaum eine Erfahrung von Krankheiten habe. Ich esse und trinke alles, was mir gefällt, und gehe schlafen wenn ich nicht wach bleiben kann.

Bertrand Russell, *Über das Älterwerden*

关于健康，倒是没什么可以建议的，因为很少生病。我想吃吃，想喝喝，瞌睡了就睡觉。

博特兰·罗素，关于如何变老