

IL SAGGIO

L'arte perduta di invecchiare bene

Serenità

di Wilhelm Schmid

Fazi

pagg. 90, euro 14

FRANCESCA BOLINO

CONDURRE una vita con consapevolezza è un'arte. Lo sapevano bene gli antichi: il concetto di arte di vivere trae origine proprio dalla filosofia antica (téchne per i greci, ars vivendi in latino). E lo sappiamo noi contemporanei quando parliamo di art of



aging invece dell'anti-aging, ossia un'arte di invecchiare capace di farci vivere tutto questo processo invece di

insegnarci a resistergli. Questo il tema del quinto manuale (dopo *Filosofia*, *Felicità*, *Equilibrio*, *Amicizia*) del filosofo tedesco da bestseller Wilhelm Schmid: *Serenità*. Tra i passi fondamentali, il comprendere che cosa significa vecchiaia per arrivarci con la maggiore tranquillità possibile. Evitando l'aberrazione illusoria di un io eternamente giovane.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

