

Ora sei qui: [Home](#) > Serenità. L'arte di saper invecchiare, di Schmid Wilhelm

## Serenità. L'arte di saper invecchiare, di Schmid Wilhelm

di [Denise Grosso](#) - MAGGIO 27, 2015 in [LIBRI](#)

*“Da molto tempo l'arte di vivere è il tema di cui mi occupo, non perché la possiedo, ma perché ne ho bisogno”.*



L'autore ci consiglia “dieci passi per raggiungere la serenità, che possono emergere dalle nostre osservazioni, dalle nostre esperienze e da ciò a cui siamo sopravvissuti”, poiché nessuno può dirci con certezza come vivere e invecchiare con serenità. Di certo la consapevolezza e l'accettazione del fatto, che non siamo eterni, ci porta ad accettare al pieno tutte le stagioni e le fasi della nostra esistenza. Infanzia, giovinezza, maturità e vecchiaia o se volete, primavera, estate, autunno, inverno.

L'autore ci vuole indirizzare a raggiungere una serenità piena. **Quelle serenità che oggi sembra quasi impossibile raggiungere**, impegnati come siamo a raggiungere sempre più il successo e la gloria, in una corsa infinita, dove il futuro non è mai presente. Per raggiungere la gioia di vivere, dobbiamo riappropriarci della serenità e pensare alla morte non come una cosa tremenda, ma come ultima tappa di un lungo e meraviglioso viaggio, a cui arrivare con tutta la serenità possibile. “Vivere non è morire, ma affinare l'arte di saper invecchiare”.