

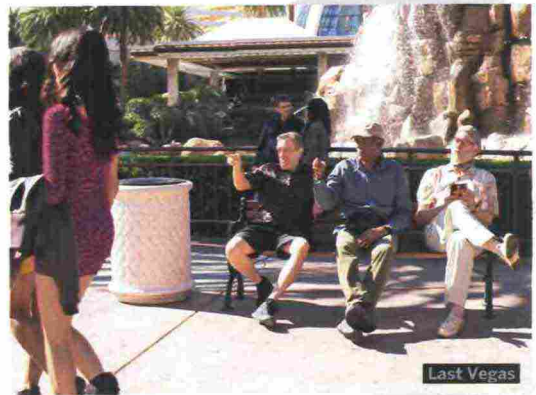
GIOIA! l'arte di invecchiare



La giovinezza



Ritorno al Marigold Hotel



Last Vegas

Giovinazza giovinazza...

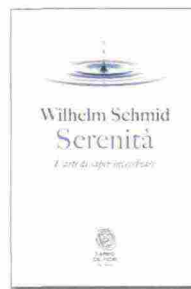
Fermare il tempo non si può, ci ricordano diversi film ora nelle sale. **E vivere di rimpianti non serve.** L'alternativa? Lasciar perdere l'*anti-aging* e dedicarsi all'*art of aging*: come suggerisce un filosofo tedesco

di Paola Maraone

«Ma qualcuno l'ha mai vinta la battaglia contro il tempo che passa, che lei sappia?»

Il filosofo tedesco Wilhelm Schmid, autore di *Serenità* (Fazi), su questo tema che a molti di noi umani toglie il sonno e il sorriso prima provoca, poi consola, offrendo la sua alternativa sostenibile: «L'*art of aging*, l'arte di saper invecchiare, vivendo con l'età e non contro l'età. Facile riconoscere chi ci riesce: ha un volto sereno». A differenza di quello contratto e stravolto di chi rinuncia alla sua faccia e opta per un lifting: «Io lo chiamo *Berlusconi effect*», ridacchia Schmid. «Per paradosso è in quel momento, vedendola trasfigura-

ta, che capiamo di colpo quanto una persona è invecchiata». Oltre ai libri e ai festival (l'ultimo, *La lunga vita*, si è svolto dal 7 al 10 maggio a Bologna), i film sull'argomento si moltiplicano: il più recente è *La giovinezza* di Paolo Sorrentino, ma prima c'erano stati *Last Vegas*, storia di quattro ex ragazzini che si ritrovano dopo 58 anni per fare squadra contro il tempo, e *Marigold Hotel*, tornato nelle sale con un sequel di successo. In tutti il tema è: accettare serenamente il tempo che passa, senza per questo sentirsi "finiti". Persino Rocco Siffredi, pornstar di lungo corso, reduce dall'esperienza dell'*Isola dei famosi*, ha capito che a 51 anni



Terza età Nelle foto sopra, scene da tre film sul tema del tempo che passa. Accanto, la copertina di *Serenità - l'arte di saper invecchiare* (Fazi), del filosofo Wilhelm Schmid.

può anche permettersi di ammainare la bandiera. «Intendiamoci, non

che non ce la faccia, però le ragazze sul set ormai hanno l'età delle fidanzate dei miei figli». Del resto, come ci ricorda Blake Lively in *Adaline* (vedi in basso), il mito dell'eterna giovinezza è fallace e pericoloso. «Sentirsi fisicamente fragili e vicini alla fine non piace a nessuno», dice Schmid, «ma se vivessimo mille anni ci annoieremmo mortalmente. Nel mio libro propongo allora i dieci punti per invecchiare bene e soffrire poco: tra gli altri, esercizio fisico, e molto contatto con i giovani». Il suo bestseller, in Italia appena uscito, in Germania è ancora in classifica dopo un anno: «L'hanno comprato anche molti ragazzi. Dico sempre che alla vecchiaia bisogna cominciare a prepararsi a 20 anni». Non è un po' presto? «Macché. È a quell'età che si gettano le basi per le migliori amicizie. Che alla fine, al netto di divorzi, malattie e tanti altri patimenti, la vita te la salvano». □

Adaline - L'eterna giovinezza



Sogno o incubo? Adaline, nata nel 1908, a 29 anni ha un incidente stradale che la rende immortale: una fantacommedia dai risvolti inquietanti, con Blake Lively (al cinema).

