



**OTTIMISTI**  
Francesco Guccini (a sinistra), 78 anni, e Roberto Vecchioni, 75, due magnifici anziani. Hanno appena scritto una canzone sulla pienezza della vita.



**FILANTROPI**  
Bill Gates, 63, e la moglie Melinda, 54, hanno lasciato il loro lavoro alla Microsoft per creare e condurre la più importante fondazione benefica mondiale.

# LA FELICITÀ CI ASPETTA DOPO LA CURVA DEI 60

LA TERZA ETÀ È PIENA DI VANTAGGI, BASTA ESSERNE CONSAPEVOLI. È QUESTA LA RICETTA MAGICA ESISTENZIALE CHE SPAZZA LUOGHI COMUNI, CONVENZIONI E PAURE

di Igor Ruggeri

**L**a metà è piuttosto ambiziosa, ma il tema prima o poi ci riguarda tutti. *Prove tecniche di resurrezione* (Marsilio, 17 euro) del giornalista Antonio Polito, vicedirettore del *Corriere della Sera*, non è il solito manuale di consigli pratici per la terza età. È una riflessione condotta a vari livelli, dal banale quotidiano fino alla dimensione spirituale, riguardo al “come riprendersi la propria vita” (sottotitolo del libro) una volta giunti alla vecchiaia, l’epoca dei bilanci. L’autore, che di anni ne ha 62, usa il termine di “quarto quarto” dell’esistenza.

«In realtà non è tanto una condizione biologica, ma piuttosto un processo che ogni persona sente in tempi e modi diversi», dice Polito. «L’inizio equivale a quando si prende coscienza della finitezza della vita. A me è capitato una mattina, mi radevo la barba e il viso nello specchio mi è sembrato quello di mio padre. È stato come un avviso di mortalità e mi sono chiesto come voglio vivere gli anni che mi restano. La risposta è nel libro».

**A VOLTE LA CREATIVITÀ SPUNTA POTENTE E GENIALE A 80 ANNI**

Che cosa significa riprendersi la propria vita? Chi ce l’ha rubata?

«Negli anni della maturità si finisce in un frullatore: siamo sempre occupati con il lavoro, con i figli, con le frequentazioni sociali di convenienza. Se poniamo un freno a tutto questo e ci riprendiamo il nostro tempo, siamo sulla strada buona per rinascere. Il segreto non è provare a fregare l’età che avanza cercando a ogni costo di sembrare giovani, come certi divi del cinema, ad esempio Richard Gere ed Helen Mirren, che a 70 anni ne dimostrano 40. Occorre diventare un’altra persona, risorgere. Prima però bisogna fare i conti con la morte».

**In che senso, scusi?**

«Parlarne, non occultarla come un tabù. La mentalità tecnologica moderna rifugge dall’argomento. La morte è considerata quasi un fallimento personale. Una volta si tenevano le veglie funebri intor-

**Antonio Polito**  
**Prove tecniche di resurrezione**  
Come riprendersi la propria vita



**UN GIORNO SI È SPECCHIATO**  
Il giornalista Antonio Polito, 62, e, a sinistra, il suo libro *Prove tecniche di resurrezione* (Marsilio), un manuale per vivere felicemente la terza età. «Per me è iniziata quando ho visto allo specchio nel mio volto quello di mio padre», dice.

no ai trapassati, adesso si seppelliscono in fretta e furia. Mio nonno mi chiamò a sé prima di morire e mi diede il suo anello e i suoi gemelli d’oro in ricordo. Con mio padre non è avvenuto niente del genere. Negli ultimi sei mesi della sua vita, quando era malato, si faceva tutti finta di niente con le frasi di circostanza del tipo: “Domani di sicuro starai meglio”. Io propongo invece di conversare della morte con chi sta per andarsene. Per me non desidero una fine improvvisa, ma annunciata e meditata insieme alle persone care». ▶

## VECCHIAIA, VITA NUOVA E APPAGANTE: LA TEORIA DI ANTONIO POLITO

### Perché esorcizzare la morte?

«Serve per risorgere. Non voglio apparire paradossale o blasfemo, dalla mia posizione di non credente. Intendo dire che in tarda età il vento cambia, come su una barca a vela, e per avanzare bisogna mettere al timone un altro se stesso, un uomo nuovo che punti verso una meta diversa. Del resto la conversione dei primi cristiani a una vita buona e giusta era da loro ritenuta una resurrezione terrena».

### Qual è la mèta ideale dell'anziano?

«La ricerca della felicità, possibile solo a questa età. Prima siamo troppo impegnati da mille cose, ora possiamo eliminarle. Si tratta di fare pulizia del superfluo per tenere ciò che vale. Si può iniziare dai libri, risparmiando solo quelli che vorresti leggessero i tuoi figli. Poi si continua con il cibo eccessivo, con le ideologie obsolete, con l'egocentrismo (l'altruismo fa bene), con la frenesia e la rabbia (pazienza e senso dell'umorismo sono grandi virtù), con la nostalgia incondizionata del passato (il rifiuto del nuovo è una chiusura negativa). I filosofi greci consideravano l'eudaimonia, cioè la ricerca della felicità,

come la più alta occupazione dell'uomo».

### Dove va cercata oggi la felicità?

«È una domanda con numerose risposte. Bill Gates ha smesso di lavorare e con la moglie Melinda ha creato la maggiore fondazione benefica del mondo. Anche il miliardario cinese Jack Ma, creatore del sito di commercio online Alibaba, si è autopensionato, ma con una prospettiva diversa. «Non voglio morire in ufficio, ma in spiaggia», ha detto. C'è chi vorrebbe tra-

da età. E a volte porta a una sorprendente creatività. I registi Manoel de Oliveira e Clint Eastwood hanno dato il meglio di sé da anziani. Giuseppe Verdi ha composto il rivoluzionario *Falstaff* a 80 anni».

### A lei ora cosa interessa?

«Con il mio libro voglio riportare al centro l'uomo, sempre più preda dell'alienazione nella società attuale, dominata dalla competizione e dal narcisismo. L'identità individuale è minacciata dalla omolo-

## IN TARDA ETÀ POSSIAMO METTERCI ALLA RICERCA DELLA FELICITÀ. PER I FILOSOFI GRECI ERA LA PIÙ ALTA OCCUPAZIONE DELL'UOMO

scorrere i suoi ultimi anni ai Caraibi, magari con un'amante giovane e con l'aiuto del viagra. Ma io credo che la ricerca della felicità sia qualcosa di più spirituale».

### Come trovare la via giusta?

«Un grande vantaggio degli anziani è la possibilità di andare dritti per la propria strada. Eugenio Scalfari, 94 anni, ha dichiarato di avere raggiunto una età in cui se ne frega della opinione altrui. Dire e fare ciò che interessa davvero, senza preoccuparsi del successo, è un privilegio della tar-

gazione nei social network, dalla precarietà lavorativa e da molti altri fenomeni. Io ritengo indispensabile recuperarla».

### Lei ha scritto *Riprendiamoci i nostri figli*. C'è un legame tra i due libri?

«Sì, certo. Nel primo trattavo della perdita di autorità dei genitori rispetto al passato. In *Prove tecniche di resurrezione* affronto un'altra perdita, quella del senso del proprio io, spiazzato dalla vecchiaia. La soluzione è creare un io nuovo, risorgere».

Igor Ruggeri

# MANGIO, BEVO...

# ANCHE SE HO UN'AFTA

# Dermovitamina AFTACLIN®

## GEL ORALE

### SI APPLICA, ASCIUGA, PROTEGGE

IN POCHI SECONDI RAPIDAMENTE E A LUNGO

Forma un film protettivo ad effetto barriera che:

**Riduce il dolore e il bruciore**  
**Protegge durante il consumo di alimenti e bevande**  
**Favorisce la guarigione**



SENZA ZUCCHERO  
SENZA GLUTINE  
SENZA LATTOSIO

PHC  
PASQUALI HEALTHCARE

www.dermovitamina.it

È un dispositivo medico C.E. Leggere attentamente le avvertenze e le istruzioni per l'uso. Aut. del 13/03/2018

Flacone 7 ml - € 10,50\*  
**IN FARMACIA E PARAFARMACIA**

\*Prezzo suggerito. Può subire variazioni.