

COME (RI)PARTIRE

# Viaggia che ti passa: ecco la «travel terapia»

Per chi è stato mollato dal partner, per chi del partner non ne può più, per chi «festeggia» il licenziamento, per chi vuole ritrovare se stesso: con la meta adatta è possibile curare ogni tipo di problema. Un libro spiega dove e come

**Valeria Braghieri**

■ Ci sono luoghi che sono una cura, geografie che leniscono, passi che ci portano, spesso, a inciampare in noi stessi. Eric Rohmer (tra i molti altri) ce lo ha raccontato per tutto un film (del 1986) che si intitolava *Il raggio verde* (come il romanzo di Jules Verne) e che ha rischiato di far diventare verdi anche noi spettatori. Agguantati allo stomaco dall'ansia che, più del raggio, riusciva ad irradiare la nevrotica protagonista Delphine.

Trentenne, ossessiva, inospitabile (per tutta l'estate, prima di arrivare a Biarritz, se la rimbalzano di casa in casa amici e conoscenti infastiditi) e romantica al limite del patetico. Era anche l'unica nevrotica lenta nella storia del mondo, Delphine perciò la sensazione era che il film durasse davvero tutta un'estate. Ma comunque... di tappa in tappa, di meta in meta, la protagonista annoda i suoi complessi, decideva di coccolare la sua sociopatia, di accettarsi (agli altri di accettare lei non riusciva neppure alla fine della pellicola) e, piuttosto inverosimilmente, le capitava perfino di incontrare un uomo.

È che i viaggi fanno succedere le cose anche quando non succedono. Perché è un andare incontro al mondo. Viaggiare è già agire e scegliere e crescere. Secondo qualcuno, viaggiare è curarsi. Da un amore scaduto, da un lavoro frustrante, da una vita scentrata, da un marito noioso o da un amico che ha smesso di bastarci come tale. Come spiega un libro (indirizzato alle donne ma valido per tutti) appena uscito in libreria: *Travel Therapy-Come scegliere il viaggio giusto al*

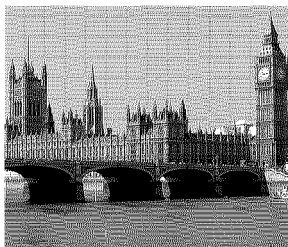
*momento giusto* di Federica Brunini (Morellini editore, 136 pagine, 9,90 euro). Posti e luoghi e nicchie e avvertimenti perché il mondo diventi il nostro piatto. Perché ci torni l'appetito perché ricominciamo a sentirci sazi senza mortificarci in dissennate indigestioni. Le città vivaci, le isole indolenti, i mari tiepidi, le cime frizzanti. A seconda che la vita ci abbia prese a schiaffi o più banalmente in giro. A seconda che ci sentiamo sfinite o inutilizzate da troppo tempo. A seconda che salpiamo con un custode o con la compagnia della solitudine. Tre mete contro ogni malessere: dalla più vicina alla più lontana. Un consiglio per viverle al meglio, uno per non viverle al peggio e qualche chicca sotto al titolo "Il consiglio in più": dalla libreria introvabile, al bar spirituale, dal negozio vintage, all'imperdibile take away. Tutto in un libretto agile e compatto, come dovrebbero essere tutti quelli che si mettono in viaggio: con più futuro che bagaglio. C'è anche un test, che sta alla fine ma dovrebbe essere all'inizio. Perché è la condizione. Perché serve a capire se davvero siamo pronte e (ri)partire.

E in mezzo l'autrice, Federica Brunini, che ha già fatto tutto per noi. Prima di noi: «Ho trovato me stessa in una stanza d'albergo a Chicago, ho attraversato i miei silenzi nelle moschee di Istanbul e nel deserto cileno dell'Atacama, mi sono lanciata al mio inseguimento per le street di Londra, di New York, di Adelaide. Mi sono innamorata in Estonia, in Polonia, in Marocco. E ho rimesso in discussione tutto a Mumbai, a Dubai, in Sardegna...».

Ecco. Ancora prima di partire, non siamo già più sole.

**SINGLE IN LACRIME**

**Nelle vie di Londra per non sentirsi sole**



Dove dirigere i vostri passi in caso di fresco fallimento sentimentale? In città, naturalmente (ma non la vostra, è ovvio!) dove negozi, musei, mostre, teatro e «street life» possono alleviare la vostra solitudine. Oppure puntate su programmi itineranti e ad alto tasso di attività «outdoor», meglio se con gruppi di sconosciuti. I van-

taggi? Uno, la concentrazione che vi serve per imparare gesti e atteggiamenti nuove cancella la nostalgia sentimentale. Due, con gli estranei, non siete obbligate a essere brillanti, in forma esecutiva. Terzo, non potete piangere sulla loro spalla (almeno il primo giorno) aggiornandoli sui dettagli tragicomici della vostra recente *débacle* amorosa.

**SINGLE IN CERCA D'AMORE**

**La Grande Mela per chi morde ancora**

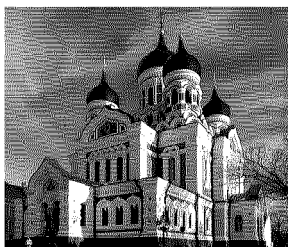


L'amore va in vacanza eccome. Secondo le statistiche, in tempi di mobilità estrema e viaggi «low cost», sono sempre più numerose le coppie che si incontrano in viaggio: in aereo, in albergo, in treno. Ma anche in bus o soltanto in coda per aspettare il taxi. Quindi non perdetevi tempo e viaggiate: subito. Le destinazioni adatte a

voi sono quelle che fanno da «meeting point», quelle che non dormono mai. Come New York. La Grande Mela è una città della quale tutti sanno ormai tutto ma che conserva sempre qualche boccone di polpa prelibata per chi osa mordere ancora. Non è un caso se la maggior parte delle pellicole d'amore sono state ambientate proprio qui.

**IN COPPIA RODATI (TROPPO?)**

**Tallinn, una fiaba ma mai noiosa...**

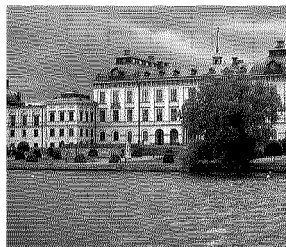


Il viaggio, per le coppie «troppo» colaudate è un antidoto da assumere in un'unica dose periodica contro la routine della vita a due. Ci sono luoghi dove la spina non si stacca ma si...attacca a nuove sorgenti rigeneranti. I cosiddetti sentieri dell'amore sono sempre un toccasana, come i rifugi lontani dalla pazzia folla o le piccole dimore di charme. Non tutti

gli uomini però amano trascorrere giorni chiusi in luoghi troppo tranquilli. Siate furbe e scegliete quindi delle mete che abbiano anche qualcosa di maschile. Come l'Estonia. La sua capitale Tallinn, affaccia sulle acque del Mar Baltico e sembra uscita da una fiaba. Come i suoi abitanti. Belli (soprattutto le donne) amichevoli, disponibili, mai invadenti. E sognatori.

**STANCHE DEL LAVORO (SBAGLIATO?)**

**A Stoccolma, la prima della classe**

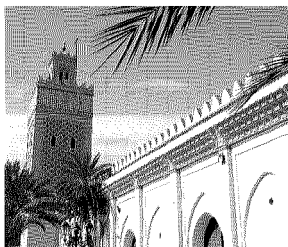


«Se fossi un medico, prescriverei una vacanza a tutti i pazienti che considerano importante il proprio lavoro» sosteneva Bertrand Russell. Non che il lavoro non sia importante. Anzi lo è, e per rimanere tale deve possedere le tre caratteristiche individuate dal buddismo: bellezza, valore, guadagno. Diversamente, ci rovinerà la vita. Quindi

prendiamoci tempo per meditare se siamo davvero nel «posto» giusto. Un luogo adatto per farlo è Stoccolma, la testimonianza del fatto che si può coniugare benessere economico e rispetto per l'ambiente, qualità del lavoro e della vita privata, parità salariale tra i sessi e rispetto dei ruoli, senso civile e senso dell'individualità, organizzazione, creatività e bellezza.

**CON L'AMICA DEL CUORE (SENZA AMORE)**

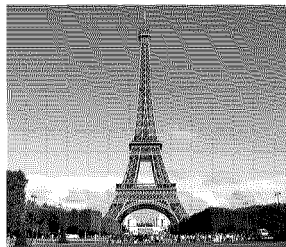
**Sentirsi vivi e liberi nel film di Marrakech**



Quando è successo a voi, lei c'era. E vi ha coccolato, ascoltato, aiutato, supportato e sopportato. Nonostante le abbiate fatto fuori la scorta di kleenex, di gelato e di pazienza. C'era ad asciugarvi le lacrime, a portarvi al cinema, a farvi ubriacare e mettervi a letto dopo l'ultimo sorso. E c'era anche quando, davanti all'ipotesi Natale-Capodanno-Ferragosto in solitudine le avete proposto di partire con voi. Ecco: è arrivato il momento di restituire. Per l'amica tradita o «malata di cuore», la piazza di Jemaa el-Fna di Marrakech è perfetta. Nessuno può dire di aver viaggiato se non ha messo piede lì. Marrakech è davvero un film: voglia di fuggire dalla realtà, di non invecchiare mai, di sentirsi vivi, liberi.

**CON L'AMICO DEL CUORE (CON AMORE)**

**Parigi per dare una svolta all'amicizia**



Lo conoscete da sempre. O comunque da abbastanza tempo per sapere che di lui potete fidarvi. con lui potete confidarvi (e lo avete fatto...) andare al cinema, e a fare shopping. Ma con lui non è andata là dove si incontrano tutte le coppie, cioè in camera da letto. Non ancora, almeno. Perché recentemente avete iniziato a guardare il vostro caro amico con occhi diversi. Se fosse lui l'uomo giusto? Lo spiante di sottocchi, cercando di capire se, sotto alle spalle sulle quali avete pianto tante volte, batte un cuore innamorato di voi. C'è solo un modo per scoprirlo: metterlo alla prova. «Parigi non è fatta per cambiare aerei. È fatta per cambiare vita» dichiara Audrey Hepburn in «Sabrina». E ha ragione.



**LEGGERI** Una griffata (e poco armonica) partenza di Carrie e Mister Big in «Sex and the City»

www.ecostampa.it



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.