

Nati con la valigia » Blog Archive » Travel Therapy: guarire viaggiando - Windows Internet Explorer

http://hotman.me/naticonlavaligia/2011/06/23/travel-therapy-guarire-viaggiando/

File Modifica Visualizza Preferiti Strumenti ?

Nati con la valigia » Blog Archive » Travel Therapy: g...

HOMEPAGE DIETRO LE QUINTE I VIAGGIATORI LUNEDÌ 27 GIUGNO 2011

NATI CON LA VALIGIA

COSSA SUCCEDER IN CITTÀ FOOD AND WINE GREEN CARD ISOLE DEL GIORNO PRIMA LE VELINE (NOTTIZIE FLASH) LUINGO RAGGIO MEDIO E CORTO RAGGIO

CERCA IN NATI CON LA VALIGIA

Condividi Nati con la Valigia su Facebook 24

VIDEO NEWS

CAPRI: NOBLESSE OBLIGE
Di: Eleonora Boggio Rimane nelle narici il profumo di questo angolo di eden. Ingresso indelebile come un ricordo, che [...]
Leggi tutto COMMENTA

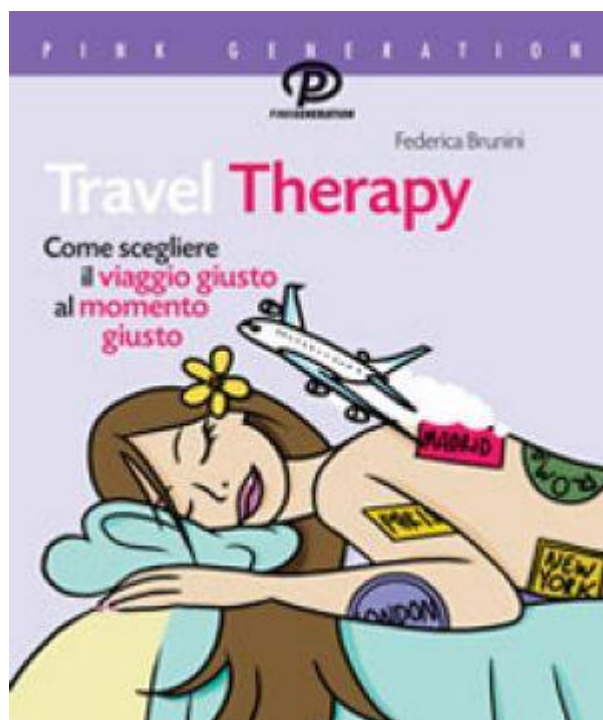
LAMPEDUSA, TRA DAMMUSI E
Di: Eleonora Boggio A seconda della prospettiva, se la si abbraccia a volo d'angelo o si raggiunge per mare, la [...]
Leggi tutto COMMENTA

TRA STELLE E GAMBERI ROSSI
Una cena a base di pasta nella cornice del Raddison Blu di Milano Questa volta a deliziare il palato dei [...]
Leggi tutto COMMENTA

Download immagine http://hotmag.me/wp-content/themes/chronicle/images/Banner%20club%20180x150.gif...

start Gmail - La tendenza d... Nati con la valigia » Bl... Travel Therapy IT Cerca sul PC 18.04

Travel Therapy: guarire viaggiando



Di Eleonora Boggio

“Adesso basta! Mollo tutto e me ne vado”.

Frase vagheggiata, sognata e detta un milione di volte senza avere il coraggio di tradurla in realtà. Lo abbiamo pensato quando è finito un amore, quando il lavoro che avevamo desiderato si era trasformato in una timbrata di cartellino. Quando una persona cara si è trasferita dall'altra parte del mondo (e noi, in cuor nostro, avremmo voluto emularla in diretta), quando non ce la facevamo più a buttarci sui mezzi nell'ora di punta per chiuderci nella gabbia di un ufficio.

E il viaggio, vissuto o sognato, sembrava la vera panacea ai mali della routine.

Bastava l'idea per riprendere fiato, per realizzare un vecchio sogno, per trovare l'amore ideale e dimenticare quello reale, magari finito. Per ricominciare e ritrovare se stessi (o almeno una

parte), insomma.

D'altronde ci sono luoghi che cambiano, se non la vita, almeno l'umore. E lo sa bene Federica Brunini, che con **“Travel Therapy – Come scegliere il viaggio giusto al momento giusto” (Morellini editore, 136 pagine, 9,90 euro)**, da ieri in libreria, offre al lettore una guida per orientarsi nel mondo e non sbagliare “cura”.

Perché viaggiare fa bene, a patto di sapere dove andare. Ad esempio, quale meta può aiutare ad aggiustare un cuore spezzato? Quale può rendere indelebile un amore ai suoi albori? E per curare il mal da vita quotidiana o festeggiare le dimissioni, un nuovo inizio, la promozione?

Nel libro i viaggi e le mete consigliate sono catalogati per stati d'animo e "tasso di benessere psicologico" che possono offrire. Vengono inoltre dispensati consigli sugli itinerari da seguire come "rimedi", suddivisi per criterio di distanza: da vicino (Italia) a lontano (Europa), fino a lontanissimo (gli altri continenti) e una manciata di consigli pratici da una vera viaggiatrice.

Allora sta a voi decidere se scegliere i sapori del Salento e i colori del Rajasthan.

L'importante è tornare arricchiti. O perlomeno convinti di avere trovato la risposta che stavate cercando.