

La guida Il fascino discreto di luoghi noti L'«altra» Milano Centouno modi per vincere lo stress

Succede quando la giornata non ha più voglia di tornare indietro. E ti senti come un tappo di sughero che viaggia dentro le cascate del Niagara. Hai bisogno di un posto per riprendere fiato. Riaprire gli occhi, snebbiare la mente. Togliere dal tuo cuore l'effetto jet lag: Milano ti svuota. Però ti regala anche le pile per ricaricarti. In posti che non conosci anche se hai «visto» mille volte. «È facile vincere lo stress a Milano se sai dove andare» (Newton Compton editori, pag.290, 9,90 euro) di

care le rughe. Dal cielo alla terra, anzi sotto. A scovare l'unica cripta romana rimasta in città. Piazza Missori, San Giovanni in Conca. Magari è vicino all'ufficio. Quello dove ti sei appena beccata con il tuo collega. Supponente e spocchioso.

E se la cripta non basta prova con la cioccolatoterapia. Tre ore di massaggi col dolce più buono che c'è, in corso Italia, al Percorso di Venere. Il cibo aiuta il buonumore. Ma anche la location vuole la sua parte. I dintorni di Milano sono

belli da sbatterci le ciglia. Cascine e fattorie. Palazzi di un'epoca quando la città era un reticolo di canali che mancavano i tulipani per confonderla con Amsterdam.

Questa è una città che pretende di farsi guardare. Ci ha messo una vita per farsi bella. Quasi tutta natu-

rale, giusto un po' di trucco ma senza esagerare. Milano è sincera come la tua maestra. Che sa quanto vali. Di più di quello che credi. Ti sa regalare pause caffè in posti dove è passata la Storia e basta un sorso per rimetterti in pari con la discariche di cose idiote che ti sono capitate addosso. Perché Milano è così. Capace di farsi amare che voler bene non basta.

Carlo Baroni

© RIPRODUZIONE RISERVATA

La copertina

Il libro di
Francesca
Cassani sui
luoghi di Milano
dove si può
combattere la
fatica e
ritrovare lo
smalto



Francesca Cassani è una guida per ritrovare la strada della serenità. E può essere per un'ora, un giorno, una vita. Non c'è bisogno di trovare prati verdi e cieli azzurri (ci sono anche questi). Puoi persino non schiodarti dal centro.

E salire, magari, fino al settimo piano della Rinascente. Se la giornata aiuta lo sguardo arriva dove neanche una lince riesce a guardare. Le guglie del Duomo che puoi toc-

