

## Le vacanze e lo stress da rientro

La storia di un momento non idilliaco che va vissuto con apparente tranquillità  
Dall'ultimo giorno alla valigia che non si chiude e piena di vestiti da lavare

GIANNI RIGHINETTI

■ Tutto ha un inizio e una fine. Anche le vacanze. Ma come fare in modo che sia un happy end e non una ripartenza all'insegna dello stress che rischia di azzerare in un botto il beneficio del relax marittimo o montano? È difficile, molto difficile. L'ultimo giorno di ferie è da sempre particolare, in quel momento ci ricordiamo che esiste un calendario settimanale, che i giorni non sono tutti uguali e che al polso abbiamo un orologio, abbandonato nel cassetto del comodino della camera d'albergo al nostro arrivo. Perché la vera e compiuta vacanza è quella che si vive appieno senza considerare il trascorrere del tempo e senza badare se c'è il sole o la luna (figli permettendo). Poi il segno bianco del cinturino e del quadrante sta proprio male su un braccio abbronzato.

L'ultimo giorno, anche se il budget è ormai consumato, non si bada propriamente alle spese, se il contante scarseggia c'è sempre la carta di credito, un gesto immediatamente indolore, ma gli effetti di quella mossa ci sorprenderanno al prossimo conteggio. Anche a livello di vestiti abbiamo ormai consumato il contingente, resta la maglietta meno trendy e i bermuda non propriamente freschi di lavatrice e lisci da ferro da stiro, ma a quel punto chisseneffrega, c'è ancora un giorno da gustare. La colazione è sempre un momento apprezzato, mentre a mezzogiorno non sappiamo più cosa ordinare, la piadina ha stufato, il prosciutto e melone pure e i sensi di colpa per aver esagerato con forchetta, coltello e bicchiere cominciano a farsi sentire: «Mi porti una bella macedonia di frutta fresca» chiediamo al cameriere solitamente con orgoglio per pulirci la coscienza, ma poi la sera, in occasione dell'ultima cena, sarà tutto dimenticato, dato che non avrà nessuna influenza sulla prova bilancia del giorno successivo. E, in realtà, le buone intenzioni scivolano via perché «non vorremo rovinarci l'ultima serata con pensieri eccessivamente razionali e salutari?».

Ma torniamo al rientro in serata in albergo, quando, ligio all'abitudine vacanziera, il programma consolidato è: bella doccia rigenerante e, senza neppure badare ad asciugarsi a puntino, relax sul letto con tanto di iPad per scorrere le

news della giornata e rispondere alla posta elettronica che non può restare in attesa del rientro ufficiale. Ma c'è un ma. Mentre l'uomo si dedica a questo genere di passatempo, con la Tv accesa, alla moglie tocca un compito ingrato. Preparare la valigia. Quella che era stata composta e curata con tanta attenzione e sull'arco di diversi giorni alla partenza, per evitare di dimenticare qualcosa, incastrando le mutande negli angoli per sfruttare ogni varco possibile e immaginabile. Quell'attenzione non c'è più e la biancheria da lavare viene scaraventata senza badare per niente alla forma. E, ovviamente, la valigia così non si chiude più. La tensione sale e basta un timido «ti posso dare una mano, posso fare qualcosa di utile» per trovarti gli occhi puntati, come neppure un raggio laser è in grado di fare. Sorvoliamo sulle parole. E allora non ti resta che stare zitto, per non peggiorare la situazione. Il clima si fa pesante, perché quello che piegato stava in valigia, ormai arruffato non ci sta più, ma commentare la situazione, dall'osservatorio maschile, sarebbe un azzardo.

La notte vola via in un attimo e i pensieri di quanto troveremo il lunedì in ufficio, iniziano a farsi sentire. Non resta che un momento per l'ultima (questa volta sì) colazione, l'ultimo passaggio in camera per lavare i denti, alla reception per saldare gli extra del soggiorno e accendere il motore. Ora sono finite le ferie, ma è appena iniziato l'ultimo valvario. Maledetto agosto, tutti in vacanza e tutti di rientro. Nessuna sorpresa, ci attende un rientro tra colonne, caselli e qualche caffè tra un «pavesino» e l'altro, unitamente a una bottiglia di acqua fresca. Lo stress è tutto per l'uomo al volante, mentre la moglie, piedi sul cruscotto, non pensa ad altro che ai molteplici bucati che l'attendono, unitamente alle pulizie in casa. Ora è finita e, per fortuna, ci fermiamo in Ticino. Passata la dogana inizia a martellare il bollettino di guerra delle code al San Gottardo e, puntualmente, non ci resta che chiederci: «Ma sono tutti masochisti coloro che attraversano il Ticino sapendo di finire in trappola? Nessuno ha mai detto loro che d'estate il passo del San Gottardo è aperto e il San Bernardino rimane un'alternativa valida? Vabbé, noi a casa ci siamo, il resto è un loro problema».



### Il Racconto

## Una goccia

di Martina Ravioli

Il *Nautilus* solca le acque. La sua bianca pancia affonda nel liquido nero; le potenti pale lo sospingono traverso le onde. Trasporta pochi passeggeri, altre volte sono stati di più. Mirella lo osserva dalla riva. A tratti resta nascosto dai canneti, mentre silenzioso scivola nella lieve corrente. Il lago di Lugano lo conosce a menadito, ma il varo lo ha vissuto lungo le rive locarnesi. Con il suo profilo elegante è passato sotto al ponte diga ed ha sostato a Morcote, ammirato da turisti e residenti. Qualche volta, secondo le necessità di servizio, si è spinto fin nello stretto di Lavena e ha incrociato battelli di rotta e barchini di scampagnate, imponenti colleghi bardati a festa che trasportano spose felici e invitati saltolli e pedalò carichi di turisti tedeschi da cui si è sentito apostrofare: «Fai piano! Rischi di infestirci, razza di fillano!». A volte, durante l'ormeggio della notte, ha rischiato cattiverie di veri villani, ma è sempre riuscito a portare in salvo i suoi passeggeri.

Oggi si lascia ammirare perfino dalle anatre che, rispettose, si scostano al suo passaggio. Qualche bambino lo saluta dalla riva mentre altri, monelli, gli lanciano contro le levigate pietruzze del lago: i passeggeri si scostano infastiditi e si ripara-

no dietro gli alti parapetti. I ragazzi corrono lungo la riva e si tuffano in acqua. Fanno a gara con il *Nautilus*, si sfidano a chi va più veloce, ma due gambette di bambino, seppur robuste, non possono nulla. Se è per questo nulla potrebbero neppure le gambe robuste di un nuotatore: le zampe palmate del cigno saranno sempre più veloci.

Il maestoso uccello naviga tranquillo con i piccoli sul dorso e si allontana dagli schiamazzi, cercando il silenzio e un posto dove insegnare ai suoi passeggeri a nuotare.

Mirella, invece, ama le risate; proprio lei che è così silenziosa, spesso assente, sente vibrare le viscere al ritmo di quel suono argentino. «Un problema alla nascita». Così hanno detto i medici: «Quanto grave? Signora non sappiamo dirlo, solo crescendo si potrà valutare il danno». Questo

si è sentita dire una madre spaventata e impotente quando, un'estate di tanti anni prima, l'hanno portata a casa dall'ospedale. Filippo e Manuela hanno avuto paura che non ci fosse futuro, che tutto finisse con il punto al termine di quelle quattro parole dure come granito e sicuramente più pesanti per le orecchie che le ascoltano che per la bocca che le pronuncia: «Un problema alla nascita».

L'estate è la stagione preferita di Mirella. Le piace stare fuori, assaporare il sole sulle gambe sottili. Peccato che l'abbronzatura sia sempre tagliata a metà dai supporti che fissano gli arti ai sostegni. Mirella ride tra sé. La tengono legata come se volesse scappare, ma lei non ha intenzione di andare da nessuna parte, almeno con il corpo. Con la mente, invece, è tutta un'altra storia. Spes-

so attraversa mari e montagne, vola su pianure innestate e su campi coltivati che brillano come oro al sole. A volte diventa un delfino, altre un lupo e ogni tanto perfino un millepiedi, giusto per sentire che gusto ha camminare non con due, bensì con mille minuscole appendici che scalpitano frenetiche. È come una tartaruga, questa piccola anima chiusa in un corpo troppo sgraziato per apparire degno di far parte della perfezione del mondo e al contempo troppo delicato per la bruttezza del pregiudizio. La vita di Mirella accade sempre d'estate: è nata con il caldo e i momenti più felici li ha passati con i nonni al mare. Loro non capivano, ma neppure giudicavano e avevano il tempo di tenerle la mano, mentre mamma e papà tornavano in città a lavorare. D'estate è diventata orfana e d'estate è stata affidata alla casa per anziani in riva al lago. Eh già, la donna non è più una bambina, almeno nel corpo. Ha l'età per essere nonna a sua volta, ma in questa vita sarà sempre nipote e mai ava. Mirella sorride, immaginando la vita del cigno che sparisce in lontananza. Ne conosce così intimamente i pensieri da averlo anche battezzato: *Nautilus*. Una goccia di saliva sfugge dal labbro aperto e gocciola sul bavaglino.