

Nº8

2 0 1 7

exclusive

Brannt- Stifter

*Wie der mexikanische
Mezcal gemacht wird*





Als Schildkröte am Gardasee

TEXT SEBASTIAN HANDKE

LEFAY RESORT & SPA LAGO DI GARDA

Gargnano, Italien

Man kann auch auf dem Landweg anreisen. Aber warum sollte man? Auf Wunsch kommt ein kleines Motorboot nach Sirmione, bekannt als „i-Tüpfelchen des Gardasees“, und bringt mich – einmal mitten durch den südlichen Bauch des Gewässers – an die Küste unterhalb des Resorts. Dann geht es, an Zitronengärten vorbei, noch ein paar Serpentinaen den Hang hinauf. Oben angekommen, im Infinity Pool, wandert der Blick nach Süden:

Von hier aus öffnet sich der See, so weit, als blicke man auf ein Meer hinaus. Es gibt Schaumwein.

Man kann sich gehen lassen im Lefay. Aber eigentlich sollte man das nicht tun. Wellness bedeutet hier: Gesundheit durch Bewusstsein. Es geht zwar nicht so streng zu wie in der Sha Wellness Clinic in Spanien, doch auch im Lefay beginnt alles mit dem Besuch beim Dottore. Er teilt mich ein: Solange ich hier bin, gehöre ich zur Gruppe der schwarzen Schildkröten. Es gibt auch weiße Tiger und grüne Drachen. Und, etwas seltener, den roten Phoenix. Jeder Gast wird einem von vier Ritualen

zugeteilt, in meinem Fall bedeutet das: Tee aus Melisse und Schachtelhalm, Musik von Brahms und Moxibustion der Akupunktur-Punkte BL23-52. Denn bei uns schwarzen Schildkröten, da geht's vor allem um die Niere.

Das Lefay verknüpft westliche und chinesische Medizin, um das energetische Gleichgewicht seiner Gäste wieder herzustellen. Die Methode? Ganzheitliche Anregung der Sinne. Also doch wieder sehr italienisch. Ich schwebe guten Gewissens im salzigen Mond-Pool und nehme noch einen Schaumwein.

lagodigarda.lefayresorts.com

