



# Gate to travel

MAGAZIN FÜR EXKLUSIVE REISEN



# Im siebten Himmel

FLUGSAFARI  
NAMIBIA

Beyond time NAUTILUS MALDIVES

D 9 € · CH 15,90 SFR · AT 9,90 €  
BENELUX 10,40 € · IT 11,70 € ·  
ES 11,70 € · SK 11,70 € · GR 12,80 €

16



4 197594 409008

- + **ISLAND** *Eine spröde Schönheit*
- + **SHORT BREAKS** *Kurzreisen mit Esprit*
- + **MAURITIUS** *Drei tropische Träume*
- + **TOSKANA** *Bella Italia im Borgo San Felice*



*... vier Mal  
ein besonderer  
Twist*

*Schnell mal raus. Den Alltag für ein paar Tage hinter sich lassen. Aber nicht einfach nur so. Unsere vier Kurzreisen bieten mehr. Sich in der **Provence** an eine anspruchsvolle Bike-Tour wagen, endlich ein Haken auf der Bucket-List machen und in **Zermatt** den berühmtesten Gipfel der Welt wenigstens sehen, auf **Mallorca** Tipps bekommen, wie man eine Kunstsammlung aufbaut oder sich in **Griechenland** auf die vielleicht wichtigste Reise begeben – der Reise zu sich selbst*

Story **BÄRBEL HOLZBERG**

## Reisen zu sich selbst

EUPHORIA RETREAT MYSTRAS PELEPONNES

**E**s kann eine lange Reise sein mit vielen verschlungenen Wegen, es kann eine kurze Reise sein: die Reise zu sich selbst. Vielleicht führt sie nach Griechenland auf die Peleponnes zur untergegangenen Stadt Mystras, die seit 1989 zum UNESCO-Weltkulturerbe zählt. Oberhalb des legendären Spartas, umgeben von Burgen- und Klosterresten, hat die griechische Unternehmerin *Marina Efraimoglou* ein Retreat der Extraklasse eröffnet, das Menschen bei ihrer persönlichen Journey begleiten will – auf eine umfassende, viele unterschiedliche Aspekte miteinbeziehende Weise.

Ein gewichtiger Baustein ist die Architektur. Die Gebäude aus heimischem Sandbruchstein inmitten von Pinien- und Orangenbäumen passen sich behutsam in die umgebende Landschaft ein. Bögen zitieren die Bauweise der umgebenden Klöster. Sie ziehen sich auf unterschiedlichen Ebenen den Hang hoch. Von den Terrassen eröffnet sich eine weite Sicht in die arkadische Landschaft des Eurostas-Tals. Olivenbäume flirren silbern in der Sonne. Zypressen lenken den Blick. Es duftet nach Lavendel und Rosmarin.

Lange war die frühere Investmentbankerin auf der Suche, bis sie diesen Ort fand, an dem sie ihren persönlichen Traum realisieren konnte. Sie hatte eine schwere Erkrankung überstanden. Auf der Suche nach Genesung reiste sie nach Fernost, be-

suchte viele der einschlägigen Holistic-Adressen und kam zu dem Schluss, dass die Antwort in ihrem griechischen Erbe liegt. Wie sehr sich die Lehren von Konfuzius, Laotse, Buddha und der griechischen Antike ergänzen. Sie entschloss sich, etwas in Europa anzubieten, das sich sonst nur in den fernöstlichen Healing-Zentren findet.

Herzstück der Signature-Behandlungen sind die „Euphoria Methodos“. Sie sollen die Gäste dabei unterstützen, ihr Wohlbefinden und letztlich ihre Gesundheit selbst in die Hand zu nehmen, der eigene ‚Heiler‘ zu werden, „Spiritualität in unserem Alltag zu finden“, so *Marina Efraimoglou*. Und zwar eine, die in unserem europäischen Erbe wurzelt. Einen Zustand der Freude zu erreichen, die die alten Griechen als ‚Euphorie‘ beschrieben.

„Alles kann, nichts muss“, lautet die Leitlinie für die Behandlungen, die emotionalen Stress abbauen und zu mehr Energie verhelfen sollen. Schon rein optisch hebt sich die vertikal gestaltete Fassade des Spas deutlich von den anderen Gebäuden ab, signalisiert, dass etwas Neues beginnen kann, man etwas hinter sich lässt.

Architektur und Design – an beiden waren zwei Schwestern der Be-

sitzerin beteiligt – greifen die Idee von den fünf Elementen auf: Wasser, Feuer, Holz, Erde und Metall.

Jedes Detail spielt eine Rolle. Der Kontrast von Heiß und Kalt, Licht und Dunkelheit. In der Tiefe liegt der Pool, wer in das Wasser eintaucht, hört die Gesänge von Delphinen und Walen. Das Kneippbecken ist mit Mosaiken ausgekleidet, die Umkleiden erinnern an Katakomben.

Die 45 Zimmer und Suiten in sechs Kategorien sind in warmen Erdtönen gestaltet mit einem ruhigen zeitgemäßen Interior. Auf allen Ebenen finden sich verschwegene schattige Plätze, wo man sich zurückziehen kann.

Die Verbindung zur reichen Geschichte des Ortes wird auf Exkursionen erfahrbar, die Teil der Programme sind. In den frühen Morgenstunden durch eine Schlucht zur Höhlenkirche *Panagia Lagadiotissa* oder zu den Festungen und Klöstern, Zeugen des Reichtums der Region.

Altgriechisch ‚Methodos‘ bedeutet nichts anderes als Weg. Letztendlich geht es darum, sich auf den Weg zu machen. Im Bewusstsein, dass wir das innere Potential haben, gesund und glücklich zu sein. Das offen zu legen - dabei will man im EUPHORIA die Klienten unterstützen.

[www.euphoriaretreat.com/de](http://www.euphoriaretreat.com/de)

