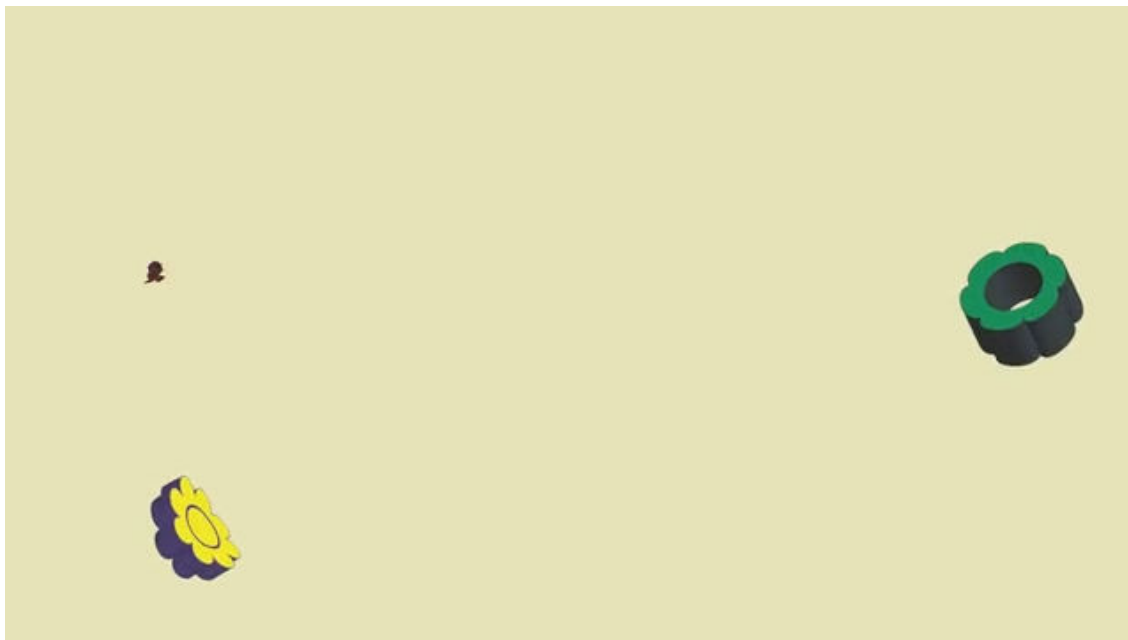


Il resort in Grecia dove rinascere ancora, e ancora, e ancora

Tra boschi e bellezza millenaria, il retreat deluxe dove indulgere nella tranquillità più totale.

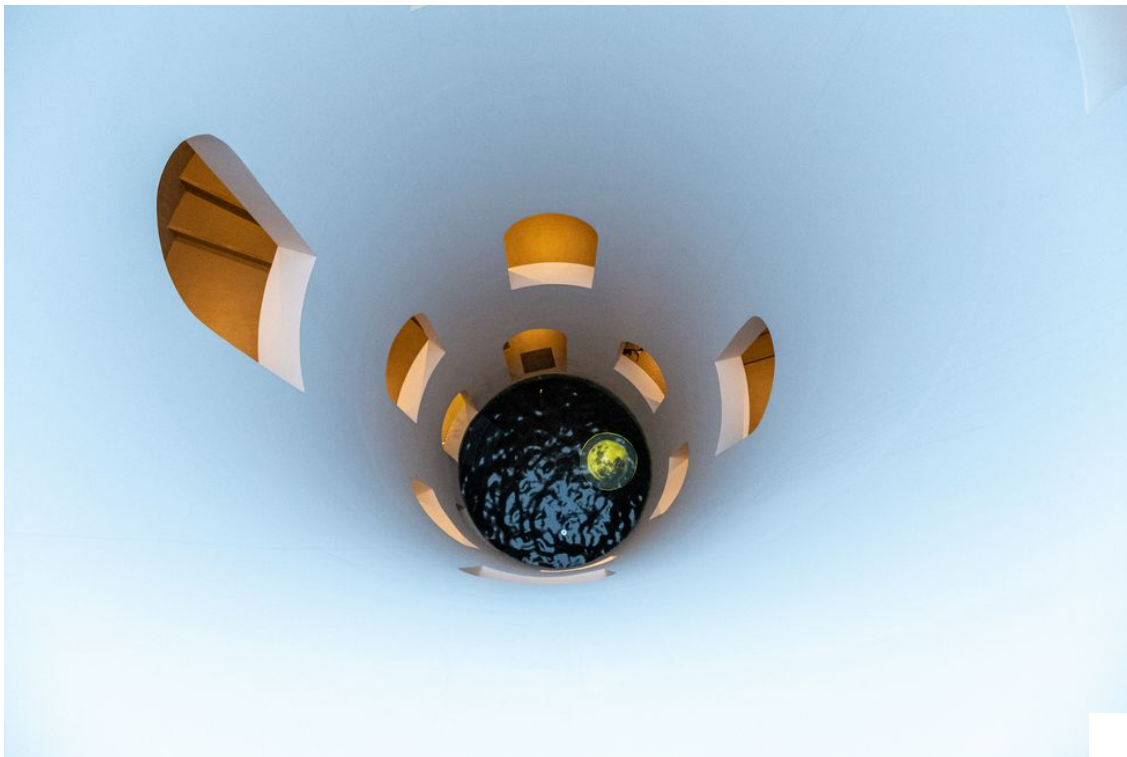
Di Elena Givone PUBBLICATO: 13/08/2023



Nel cuore del **Peloponneso**, tra boschi, storia millenaria e bellezza naturale, si trova una **Grecia** autentica, destinazione intima per un viaggio alla riscoperta del proprio benessere interiore. Attraversando Corinto, Tripoli e Sparta, si è avvolti dalla magia delle pagine di storia che sono state scritte in questi luoghi: ogni centimetro di strada emana un profumo epico di avventura. L'equilibrio e la potenza che hanno ispirato gli Spartani nel V secolo a.C., l'energia e il misticismo dell'arte bizantina radicatasi nel millennio seguente, dominano questa natura incontaminata. Il complesso montuoso del **Taigeto** è una delle zone più affascinanti del Peloponneso, ricchissimo di flora e fauna, di gole profonde, ruscelli, cascate, ma anche di villaggi pittoreschi e antiche rovine. Tra queste, spicca come un gioiello l'insediamento bizantino di **Mistra**, patrimonio dell'UNESCO. In ogni stagione dell'anno, i colori sempre nuovi della vegetazione dominano i boschi ai piedi delle rovine del sito archeologico, creando una cornice incantevole. Alberi di melograno, ulivi, agrumi, abeti e pini neri diffondono un senso di pace senza tempo.



ELENA GIVONE



ELENA GIVONE

L'arrivo a Mistra offre un'atmosfera unica, resa speciale dalla storia di Marina Efraimoglou, donna saggia e visionaria che, insieme alla propria mentore spirituale Mary Vandorou, ha realizzato il proprio sogno: l'**Euphoria Retreat**. Questo luogo rappresenta un "methodos" in greco antico, una via per raggiungere la felicità. Il nome stesso, Euphoria, evoca il significato di "Eu": "colui o colei che porta", e "phoria": "bene, gioia". Dopo una carriera nel settore finanziario a Wall Street e la nomination come "imprenditrice dell'anno" nel 1999, la sua vita cambia drasticamente a causa di una grave malattia, che anni dopo riesce a superare. Per esprimere gratitudine all'universo, intraprende "il Viaggio", alla scoperta dei migliori percorsi di benessere nel mondo, con l'intento di restituire ciò che le è stato donato. Unendo filosofie e pratiche della medicina cinese, indiana e dell'Antica Grecia, Marina crea un ambiente immerso nella natura che avvolge l'intero complesso.

Tra sentieri e storia bizantina

Euphoria si distingue per la sua posizione privilegiata a pochi passi dalla graziosa piazza principale, nei pressi del pittoresco villaggio di Mistra. L'atmosfera incantata del borgo è arricchita dall'ombra protettiva di un maestoso albero che si erge nella piazza centrale, circondato da una luce che crea un'atmosfera suggestiva ed accogliente. Da qui partono numerosi sentieri che conducono alla scoperta della meravigliosa natura circostante. Le passeggiate tra il villaggio e il sito archeologico, offrono un'opportunità unica per immergersi nella storia millenaria della regione, ammirando antiche rovine e godendo di panorami mozzafiato.





ELENA GIVONE

Pubblicità - Continua a leggere di seguito

Foresta, filosofia costruttiva e i 5 elementi

Rivisitando l'architettura bizantina e monastica, Euphoria offre un rifugio ricco di spiritualità, immerso in una foresta privata che emana energia. Il design è curato secondo i principi del Feng Shui, con al centro il benessere e l'armonia. La filosofia del retreat si basa sui cinque elementi fondamentali - Acqua, Legno, Fuoco, Terra e Metallo - simboleggiando energie e qualità sia dell'essere umano che della natura. Tali suggestioni sono sapientemente riproposte nello sviluppo verticale della torre cilindrica ipogea e della scala a spirale che connette i quattro livelli della Spa. Alla base, l'acqua della piscina circolare del Waterwell Kneipp Therapy, adornata con disegno lunare, cattura immediatamente l'attenzione, evocando l'aura storica e l'eterna bellezza del Pozzo di San Patrizio. La luce del sole proveniente dalla sommità del cilindro, crea una connessione immediata con l'elemento "Fuoco", dando inizio al percorso che unisce Yin e Yang, o Pyr e Ydor in greco antico. Il percorso ascendente rappresenta l'elemento "Legno", la crescita e la pianificazione, attraversando le sale per i trattamenti e culminando nel labirinto esterno, luogo ideale per la meditazione e la connessione con la natura. Il cammino discendente, rappresenta l'elemento "Metallo", simboleggia il lasciar andare, l'alleggerirsi ed il ritorno all'elemento "Terra".



ELENA GIVONE



ELENA GIVONE

Pubblicità - Continua a leggere di seguito

Nuotare con il suono dei delfini e delle balene

Al primo livello della torre, l'affascinante Sphere Pool con il soffitto ispirato alla cupola di Santa Sofia a Istanbul rende omaggio all'elemento "Acqua". L'esperienza magica di immersione nelle profondità della piscina (-4metri) potenziata dalla riproduzione del dolce canto di delfini e balene, stimola un legame profondo con il proprio io, evocando la sensazione di ritorno al grembo materno. Si riscopre così la meraviglia della nascita e si assorbe l'energia Yin nella sua massima espressione. Per un'esperienza Yang, nuotando verso la piscina esterna, si entrerà in sinergia con la natura sotto il cielo stellato. Tra le molteplici offerte, spiccano l'hammam bizantino e le attività guidate dai terapeuti, come il Qui Gong e il Watsu. Inoltre, la presenza dello chef George Leon, maestro di cucina greca, permette di coccolare il palato con creazioni personalizzate, perfettamente bilanciate per le esigenze individuali di ogni ospite. Durante l'anno, vengono proposti diversi retreat, tra cui "Odysseus Journey" e "Feel New Again". I trattamenti mirano a lavorare sui tre livelli dell'essere: emotivo, fisico e spirituale. Grazie a tecniche di meditazione e al lavoro di gruppo, l'obiettivo è liberare le emozioni più profonde, alleviando lo stress. L'esperienza del soggiorno è totalizzante, ricca di emozioni incarnando appieno il motto di Euphoria Retreat: "La tua Vita, il tuo Viaggio".



ELENA GIVONE