VERLOCKEND
Elegante Dessous machen selbst den Winter heiss
SEITE 67

VERTRAUT
Event-Moderatorin Zoe Torinesi wohnt gern kuschelig
SEITE 70

Erstaunlich **Seite 66**
Martina Bortolani über unterschiedlichen Neid

Erfrischend **Seite 69**
Das Zürcher Restaurant Hopfenau ist ein exquisites Bier & Dine

Erfreulich **Seite 71**
Die Sterne begünstigen innovative Ideen

AB IN DIE EIGENE MITTE

Heilende Erde, Energie des Wassers: In Wellnesshotels sind Moorbäder und Kneippkuren wieder en vogue

VON CHRIS WINTELER (TEXT)
UND ESTHER MICHEL (FOTO)

Der Holzzuber mit dem «Alpenzauber-Naturmoorvollbad» ist angerichtet. Ein paar Sägespäne liegen zur Dekoration obenauf. Nackt in den dicken, schwarzen Brei. Eine sanfte Frauenstimme ab Band spricht von Lebensfreude, Leichtigkeit und Wohlbefinden – sphärische Klänge im Hintergrund.

Ich soll geerdet werden. Runterfahren, Stress abbauen, mich und die Natur wieder bewusster wahrnehmen. Erdung – die Verbindung des Menschen mit der Natur –, das ist das neueste Schlagwort der Wellnesshotellerie. «Wer achtsam über eine Wiese geht, die Erde unter den Füssen spürt, das frische Gras riecht, der merkt, wie rasch der Alltagsstress dabei verfliegt», so Michael Altewischer, Geschäftsführer der Kooperation Wellness-Hotels & Resorts in Deutschland, Österreich und der Schweiz. Vor rund zehn Jahren konnten die Anwendungen nicht exotisch genug sein: Ayurveda aus Indien, Lomi-Lomi aus Hawaii, Hamam aus dem Nahen Osten. Heute steht die Frage nach der tatsächlichen Wirkung im Zentrum, bewährte Therapien aus der eigenen Kurtradition sind en vogue. Einige der Hotels bieten sogenannt heilende Erde an, andere setzen auf die Kraft des heilenden Wassers.

In Bad Bayersoien, in Oberbayern, liegt das bekannteste Wellnesshotel mit Moorritualen. «Grüss Gott» steht auf dem Ortsschild, Bauern mit Seppelmützen auf dem Kopf rasen auf ihren Traktoren durch die Strässchen. Sonst herrscht Ruhe. Das Parkhotel am Soier See, ein staatlich anerkanntes Moorheilbad, verspricht «ein Jungbrunnen für Körper und Geist» zu sein. Das voralpine Bergkiefern-Hochmoor, viele Tausend Jahre alt, wird in der Gegend gestochen und in der hoteleigenen Moorküche aufbereitet.

«Moor ist Erde, Moor ist also pure Erdung», sagt die Gastgeberin. Dr. Franziska Fehle-Friedel – hier wird noch Wert auf die Nennung des Titels gelegt – ist Hoteldirektorin, Ärztin und diplomierte Sommelière. Klar, dass sie «a Glaserl Wein» zum Abendessen nicht verwehrt. Erdung und Wein passten schliesslich bestens zusammen, «beides naturnah, beides wirkt entspannend».

Die meisten Gäste sind zwischen 45 und 65, darunter seien besonders viele Frauen, die unter der Mehrfachbelastung von Beruf und Familie leiden. Finanzieller Stress ausgenommen, sonst könnten sie sich diese Auszeit kaum gönnen (Verwöhnpension ab 115 Euro pro Person im DZ). Mindestens eine Woche Zeit sollte man sich nehmen. Voraussetzung für eine gelungene Erdung: «Möglichst keine Termine, in den Tag leben, in sich hineinhören, tun, worauf man Lust hat.»

Es ist wohlig warm im «Alpenzauber-Naturmoorvollbad», ich wühle im schwarzen Brei, ertaste Rinde, ein Stücklein Holz und … Lieber nicht weiterwühlen. Brigittes Erzählung von der Freundin, die eine tote Maus aus dem schwarzen Brei gezogen hat, ist noch frisch. Brigitte Pulmer aus Oberursel bei Frankfurt, eine eigenständige Frau Mitte 50, verbringt drei Wochen hier im Parkhotel. In ihrem «Moor-Tagebuch» hat sie festgehalten: «Ich möchte jeglichen Ballast, seelischen oder körperlichen, dem Moor abgeben.» Alle zwei Tage ein Moorbad, Spaziergänge um das Seelein, sie fotografiere jede Stimmung – «dieses Mystische, wenn sich der Nebel hebt, diese Klarheit, diese Tiefe …» Langeweile? Die Frage irritiert sie. Eigentlich plante sie, einen Ausflug ins eine Stunde entfernte München zu machen, aber sie verzichtet: «Das Bedürfnis nach Erdung ist stärker.»

Meine Moorfee trägt schwarze Regenstiefel und ist recht zackig

Bloss 13 Minuten darf ich im Zuber bleiben, länger würde den Körper zu sehr anstrengen. Die «gute Moorfee» sei immer in meiner Nähe, hat man mich beruhigt. Meine gute Moorfee trägt schwarze Regenstiefel und ist recht zackig: «Aus der Wanne, Moor abstreichen, in die Ecke, Beine spreizen!», befiehlt sie und spritzt mich mit dem Schlauch ab. «So, und jetzt wird geruht», die gute Moorfee wickelt mich in Tücher ein. Wieder ruhen? Gar nicht so einfach für unsereinen.

Das WLAN im Zimmer funktioniert nicht. Es sei nicht die Meinung, dass man vor dem Laptop sitze, stellt die Hoteldirektorin klar. Ginge es nach ihr, man hätte auch auf den Fernseher verzichtet. Der Gast soll unter Leute, reden, lachen, erleben. Aus diesem Grund fehle auch die Minibar. Das Glas Wein soll an der Bar, in Gesellschaft genossen werden.

Heute ist «Bayerischer Abend»! Mit Livemusik von Sepp und Wig-

FORTSETZUNG AUF SEITE 66

ANZEIGE