



Trip nach innen

In Dubai oder Bern kann man dank der «Alphasphere Deluxe», einer holistischen Behandlung in futuristischem Gewand, mithilfe von Klängen, Farben, Vibrationen und Licht eine ganz besondere Entspannungsreise erleben

Links: Für die Entspannungsbehandlung «Alphasphere Deluxe» braucht es eine Liege, eine Moiré-Stoffhülle und die verschiedenen Programme, die über ein Tablet gesteuert werden.

Rechts: Das Hotel Mina A' Salam gehört zum Resort Madinat Jumeirah in Dubai.



Zum Spa? Am besten nehmt ihr das Boot», erklärt der Hotelmitarbeiter freundlich; das Resort Madinat Jumeirah ist so weitläufig, dass man zu Wasser tatsächlich am schnellsten von einem Ort zum anderen gelangt. Die Boote werden «Abrass» genannt, sie sind, ebenso wie der künstlich angelegte Fluss, inspiriert vom alten Dubai. Auch die Hotelkulisse spielt typisch arabische Architektur nach. Diese artifizielle Anmutung passt aber zur futuristischen Skyline der Wüstenstadt; man ist sehr im Jetzt in Dubai, in einem Jetzt, in dem die Menschen bestimmten, wie die Welt zu sein hat, ganz egal, was die natürlichen Voraussetzungen sind.

Wie von einem anderen Stern

Auch die «Alphasphere Deluxe», eine mehrfach ausgezeichnete Behandlung, die uns in den harem-artigen Räumen des «Talise»-Spa am Ende der zehminütigen Bootsfahrt erwartet, passt in diese synthetische Atmosphäre. Zum einen, weil der sehr strapazierte Begriff «wie von einem anderen Stern» auf die Liege samt dem zeltartigen Gebilde, das sie umgibt, voll und ganz zutrifft. Zum anderen, weil sie ebenfalls geschaffen wurde, um den Bedürfnissen von Menschen Rechnung zu tragen. Sie ist ein «Sinnesraum», erfunden von «SHA.», einem österreichischen Künstler und Wahrnehmungsforscher. «Wir sind in unserer Hochleistungsgesellschaft einem hohen Tempo und unzähligen Informationen ausgesetzt, haben aber den Schlüssel noch nicht gefunden, wie wir dies dazu nutzen können, um uns als Menschheit weiterzuentwickeln», erklärt der grosse, ganz in Schwarz gekleidete Mann, der die Ausgeglichenheit eines Menschen ausstrahlt, der viel meditiert. Er beschäftigt sich mit «Holismus», der Auffassung, dass ein System als

Ganzes funktioniert und nicht nur als Summe seiner Teile verstanden werden kann. An Spa-Behandlungen hatte er dabei nicht gedacht, er studierte Komposition, Computermusik und Elektroakustik, schuf Kunstwerke, Videos, Installationen. Der Raum, ob öffentlich oder privat, wurde immer mehr zu seinem Thema. «Räume haben heute die Aufgabe, uns zu regenerieren, uns zu stärken, zu berühren. Und das geht nur über unsere Sinne», sagt er.

Raum für Regeneration

Die «Alphasphere Deluxe» ist ein solcher Raum, und in einem Spa ist er perfekt aufgehoben; hierher kommen die Menschen schliesslich, um sich berühren zu lassen. 25 Minuten dauert ein Programm, vier stehen zur Auswahl, «Basis», «Sensitive», «Intense» und «Energy», die sich durch Klang, Farbe, Vibration, Licht und Duft unterscheiden. Man liegt da auf der ungemein bequemen Liege, die ab und an erzttert und so den Körper massiert, schaut zur Decke, die aus einem flirrenden Material gefertigt ist, Lichter

Auf einen Blick

Dubai, Resort Madinat Jumeirah

Hotels: Mina A' Salam (DZ ab etwa 700 Fr.), Al Qasr (DZ ab etwa 1100 Fr.), Dar Al Masyaf (DZ ab etwa 1350 Fr.) und die Malakiya Villas (auf Anfrage). Die Behandlung «Relax and Revive» (30 Min. Alphasphere, 60 Min. Massage) im «Talise»-Spa kostet etwa 185 Fr.; www.jumeirah.com

Bern, Praxis Therapool

Dr. med. Katrin Flückiger und Carmen Schild, diplomierte klassische Masseurin, bieten in der Praxis für integrative Gesundheit Behandlungen mit der Alphasphere an. Aarberggasse 24, Bern; www.therapool.ch



SHA.

Sha stammt aus einem kleinen Dorf in der Steiermark. Er studierte u. a. an der Wiener Musikhochschule, ehe er sich als Medienkünstler etablierte. Heute arbeitet er auch als Kreativ-Berater. Seine Arbeiten erhielten viele Preise. (rud.)

● www.sha-art.com

schwellen ab und an, Töne erklingen, Bilder erwachen im Kopf, man verliert das Zeitgefühl, lässt los, entspannt. Nach Dubai muss man nicht, um diese Reise nach innen zu unternehmen. In einem 400 Jahre alten Haus in Bern beherbergen die Ärztin Katrin Flückiger und die diplomierte Masseurin Carmen Schild ebenfalls zwei Liegen in ihrer Praxis für integrative Gesundheit, «Therapool». «Wenn meine Patienten zu-

erst auf der Liege waren, sind sie schon vor Beginn der Massage viel entspannter», so Schild; Flückiger, die Akupunktur auch auf der Liege anbietet, bestätigt dies. Dass sich all dies für manche Menschen esoterisch anhören mag, dessen sind sich sowohl Sha als auch die Bernerinnen bewusst; wissenschaftliche Studien, welche die Wirksamkeit der Alphasphere bestätigen, gibt es. Malena Ruder

ANZEIGE

Swiss Lubex anti-age® hydration oil heute jünger aussehen als gestern

neu



hydratisiert nachhaltig,
reduziert Fältchen und
das Spannungsgefühl

krebsliga

Gemeinsam gegen Brustkrebs
Permedem unterstützt mit jeder verkauften
Packung Lubex anti-age® die Krebsliga
Schweiz im Programm Brustkrebsprävention
mit einem Franken.

Bestellen Sie Mustersachets unter:
www.lubexantiage.ch

erhältlich in Apotheken und Drogerien

permedem
4106 Therwil