

Zeenat steht am Strand und schaufelt Sand in eine grüne Harrods-Plastiktüte. Neben ihr wartet ein kleines Elektrowägelchen, um sie nach oben in ihre kleine Villa mit Meerblick zu fahren. „Die von der Beratung hat gesagt, mir fehlt die Bodenhaftung, und ich soll immer ein bisschen Erde mitnehmen von den Plätzen, an denen ich mich wohlfühle“, sagt die Dreißigjährige. Sie sei traurig, weil sie das thailändische Wellness-Resort verlassen müsse.

Zu Hause in Oman hat sie ein Haus mit zwanzig Zimmern, sie kennt den König von Oman, hat in Cambridge studiert, sie ist so etwas Ähnliches wie eine Prinzessin und sieht mit ihren langen Locken und dem feinen olivfarbenen Teint auf jeden Fall so aus. Jetzt steht sie da mit der Plastiktüte, und ihre Lippen zittern ein wenig. Ein handtellergroßer Schmetterling setzt sich in schwerer Zartheit auf ihre Lanvin-Tasche. Seine Flügel sind schwarz und orangefarben gestreift mit winzigen braunen Punkten. Zeenat war schon öfter hier, aber dieses Mal hatte sie erst drei Stunden vorher gebucht. Es musste schnell gehen, denn anders als die meisten anderen der Gäste kam sie nicht, um abzunehmen, sondern weil sie zunehmen wollte.

Das „Kamalaya“, auf der Insel Koh Samui im Golf von Thailand gelegen, ist eines dieser neuen Hotels, in denen der Gast bei seiner Ankunft gewogen wird, und trotzdem handelt es sich um keine Klinik. Ein seltsamer Jetset trifft sich hier, aus Singapur, London, Hongkong, New York. Eine Elite aus Reichen und Getriebenen, die schon alles probiert hat, um das ständige Optimierungsbedürfnis zu stillen: von Botox bis Bikini Boot Camp und natürlich jede Art von psychischer Therapie, gegen Burnout, Depression oder einfach nur zu schlaffe Oberarme.

Ins „Kamalaya Resort“ kommen sie, weil sie hier nicht nur den Körper, sondern auch ihre Seele reparieren lassen wollen. Dafür sind ihnen alle Mittel der Hippies und Alternativen recht, über die sie früher die Nase gerümpft haben: traditionelle chinesische Medizin, Yoga, Meditation, Thai-Massagen, Mantra-Singen, ja sogar Reinkarnationstherapie wird hier angeboten, ohne dass sich jemand darüber wundert. In der Branche heißt das Gefühl, das hier verkauft wird, *barefoot luxury*: der Gast soll simpel, mit den Füßen im Sand seine Zeit verbringen (barefoot), und genau darum wird ein Riesentheater veranstaltet (luxury). Zu Hause muss er sich zwischen seinem Porsche und Mercedes entscheiden, hier darf er mit einem der haus-eigenen, schlichten Sarongs um den Bauch gewickelt die schmalen Wege den Berg auf- und ablaufen.

Einfach an diesem Konzept ist natürlich nichts, im Gegenteil, die Umsetzung erfordert jede Menge Arbeit, Geschmack und Perfektion, damit es hinterher so leicht und selbstverständlich aussieht wie das Lächeln eines Buddhas.

Sorge ums Detail steckt in allem: in der Architektur, die Gästehäuser, Wellnessstrakt und Restaurant wie kleine, luftige Baumhäuser in den grünen Hang gesetzt hat – die drängende Natur immer auf Arm-länge entfernt; im Essen, das trotz vieler Detox-Menüs auf der Karte niemals den protestantischen Beigeschmack einer Buchin-



Silentium! Die thailändische Insel Koh Samui war nicht immer für ihre Rube bekannt. Doch im „Kamalaya“ ist es für gewöhnlich sehr, sehr still.

Fotos © by Kamalaya Co.Ltd./JD Marston

## Für mehr Bodenhaftung

In der Welt der Reichen und Getriebenen: Auf Koh Samui im Golf von Thailand stranden regelmäßig zivilisationsgeplagte Reisende zur Detox-Kur. Ein Besuch



Mein Pool! Mein Strand! Meine Rube! Im „Kamalaya“

### Der Weg zur Entspannung auf Koh Samui

**Anreise** Zum Beispiel mit Thai Airways (www.thai-airways.de, fliegt täglich ab Frankfurt und München) nach Bangkok. Von dort fliegt Bangkok Airways (www.bangkokair.com) nach Koh Samui.

**Unterkunft** Das Hotel „Kamalaya“ liegt an einem Küstenhang im südlichen Teil der Insel Koh Samui, mit Blick auf den Golf von Thailand. Neben 24 Zimmern bietet das Hotel zehn Suiten und 26 Villen. Je nach Saison und Unterkunft kostet die Übernachtung ab

140 Euro. Zahlreiche Yoga-, Fitness- und Entspannungskurse, Sauna, Dampfbad und Meditationen werden kostenlos angeboten. Besonders gefragt sind die einwöchigen sogenannten Detox-Programme zum Gewichts- und Stressabbau sowie traditionelle asiatische Behandlungen. Mehr unter [www.kamalaya.com](http://www.kamalaya.com)

**Allgemeine Informationen** zu Thailandreisen erteilt das Thailändische Fremdenverkehrsamt unter [www.thailandtourismus.de](http://www.thailandtourismus.de).

ger-Klinik annimmt; in der Gastfreundlichkeit und ganz besonders im außergewöhnlichen Niveau, auf dem hier jede Behandlung durchgeführt wird.

Ob es der drahtige Dr. Song ist, der nach seinen Sprechstunden am Strand in die Grundlagen von Tai Chi einweist, oder die aus dem südindischen Kerala kommenden Therapeuten oder der indische Gelehrte Rajesh, der nach vierzehn Jahren als Mönch seinen Eltern zuliebe seine Weisheit nun der weltlichen Welt zur Verfügung stellt: In der Regel steht hier ein Expertenteam zur Verfügung, das dem von Natur aus misstrauischen Publikum signalisiert: „Du bist in den besten Händen.“

Dreißig Kilometer weiter sitzen von der Sonne geschundene, tätowierte Pärchen zufrieden vor einem Riesenteller Shrimps im Technolärm, hier im „Kamalaya“ ziehen die Leute schon die Augenbrauen hoch, wenn jemand zum Frühstück ein Käsebrötchen anstatt einen die Übersäuerung des Körpers regulierenden, ungesüßten Buchweizenpannkuchen.

Restriktive Maßnahmen sind, obwohl viele zum Abnehmen kommen, dennoch verpönt. „Lass uns ausflippen“, schlägt Philipp, ein New Yorker Künstler Mitte fünfzig, vor und regt an, zur Feier des Tages eine Portion Schokomousse zu bestellen. Er hat sein schwarzes Haar in Form gebracht wie zu Hause in Tribeca, wenn er zum Dinner geht, er hatte bereits zweimal die legendäre „Kati Vasti“-Massage, bei

der warmes Öl auf den Lendenwirbelbereich gegossen wird, er will es wissen. Alle stimmen zu am „Community Table“, wo sich abends trifft, wer neue Leute kennenlernen will. Die Hitze des Tages hat sich gelegt, aus der Bucht dringt das Plätschern des Meeres, das auch tagsüber niemals laut wird, herauf auf die Terrasse des Restaurants. Die Mousse kommt mit sieben Löffeln. Sogar die frisch geschiedene Französin ringt sich dazu durch, zu probieren. „Ich brauche die Endorphine.“ Um zehn gehen alle ins Bett. Ein leichter Abendwind rauscht in den Kokospalmen, die unablässige Sorge um die Veredelung des Körpers, die Angst vor den falschen Gefühlen, endlich lassen sie nach. Keine Chill-out-Musik ist zu hören, es ist die Stunde der Geckos und Frösche.

„Meine Zellen sind scheiße“, sagt Anna, 41, Anwältin aus Hongkong, am nächsten Morgen nach etwas, das „Bioelektrische Impedanzanalyse“ heißt und Flüssigkeitshalt und Körperperfekt misst, mit einem schiefen Lachen und erzählt, dass ein Freund von ihr gerade mit 43 an Herzinfarkt gestorben sei, weil er zu viel gearbeitet habe. Sie würde gerne zurück nach England ziehen und etwas Tempo aus ihrem Leben nehmen, weiß aber nicht, ob sie sich dort die Betreuung für ihre beiden Kinder leisten kann. Eingeklemmt zwischen Karriere und hocheffizientem Familienleben, hofft sie nun, in drei Tagen auf Vordermann zu kommen. Sie schiebt ihren Bananenblattsalat mit der Ta-

marindsauce zur Seite, trinkt ihren Saft aus Weizengras, Kokosnuss und Ananas aus und muss los, zum Aqua Aerobic.

„Viele wollen das Riesenergebnis.“ Hotelmanager Mark Cornaz, ein Schweizer, kennt das schon.

### ANZEIGE

**BARBADOS**

...woah, I'm going to Barbados!

z.B. Flug hin/zurück FRA am Freitag 25.3. – 8.4. p.P. inkl. Steuern ab € 648,-

z.B. inkl. Hotel, z.B. Almond Beach Village, 4 Sterne, im DZ. All inclusive, 7 Nächte, inkl. Flug z.B. am 25.3. ab/bis FRA p.P. ab € 1.799,-

mit Condor ab FRA direkt [barbados-karibik.de](http://barbados-karibik.de)

„Sie stopfen sich zehn Jahre voll, arbeiten wie die Irren und wollen dann in zwei Wochen alles loswerden. Ist ja schön und gut, wenn sie nach Hause gehen und merken, dass es auch ohne literweise Kaffee geht. Aber noch schöner wäre es, wenn sie nach Hause kommen und endlich mal wieder mit dem Bruder sprechen. Eine positive Entwicklung kommt von innen.“

Nebenan sitzt David, ehemaliger Flugkapitän bei der Cathay Pacific, und ist einen scharfen Algen-salat mit Mango und ein Kürbiscurry. Er kaut langsam, wie er es im Lanserhof gelernt hat.

Dann geht er zum Strand. Hikari, seine Frau, versteht nicht, was er daran findet. „Was soll das bringen?“ Sie ist Anfang sechzig, hat die Figur eines Schulmädchens und einen vollen Therapieplan. Viele der Gäste halten sich überwiegend in dem terrassenförmig mitten in den Urwald gebauten Wellnessstrakt auf, wo sie in luftigen Hütten auf glattgebügelt Leintüchern liegen, in schattigen Wasserbecken dösen und von wunderschönen Thailänderinnen auf tausendundeine Art massiert werden. Keine Chill-out-Musik, kein Vogelgezwitscher vom Band, keine La-Prärie-Kosmetik, keine Duftkerzen stören. Alles, was die durchschnittliche Spa-Kultur hervorgebracht hat, ist hier überflüssig, da von der Natur im Überfluss bereitgestellt.

Nach ein paar Tagen schmilzt jeder Zynismus. Schwer vorzustellen, dass Oliver Stone in diesem Frieden hier seine Drehbücher schreibt. Kaum einer der Gäste verlässt das Resort, wenn er nicht muss. Der Osten mag das Rezept kennen, nach dem sich der erschöpfte Westen so sehnt. So genau wollen die Gäste den Osten hier anscheinend aber doch nicht kennenlernen.

John Stewart, der Gründer von „Kamalaya“, saß sieben Jahre als Yogimönch in einer Höhle im Himalaja, seine Frau Karina studierte Kulturanthropologie in Princeton und chinesische Medizin. Die Leichtigkeit und das Lächeln der Thailänder sehen sie als Geschenk, eine wesentliche Zugabe zu ihrem ohne jede Marktstudie erkämpften Projekt, den Menschen eine Gelegenheit zu geben, sich auf sich selbst zu besinnen. Die demütige Geste des Danks, mit der das Personal die Hände vor der Brust zusammenlegt und sich fortwährend für die Gelegenheit bedankt, großzügig zu sein, hat jeder Gast längst drauf. Nur ein Anfänger würde fragen, ob das Lächeln auf beiden Seiten überhaupt echt ist oder nur dazu da, die Tatsache zu verschleiern, dass Geben und Nehmen hier wie überall auf der Welt recht ungerecht verteilt sind.

Das Hin- und Herlächeln gewinnt jedenfalls derart an Dynamik, dass ein allgemeines Lächeln wie ein Scheinwerfer über der ganzen Anlage hängt, als wären alle nonstop bekißt. Ein Landsmann liest den Bestseller „Hummel-dumm“, schlägt sich immer wieder auf die Schenkel vor Lachen und ruft: „Das ist ja der Hammer.“ Später wird er den Reinkarnationsexperten fragen, ob die Zahl der Seelen „limitiert“ sei, insgesamt.

Am späten Nachmittag, sobald Ebbe ist, waten unten am Strand in respektvollem Abstand einheimische Krabbenfänger durch das knietiefe Wasser, den Kopf tief über das graue Wasser gebeugt. Magere Kühe und kleine Bullen mit Höckern wandern aus dem angrenzenden Dschungel durch den vom zurückweichenden Meer freigelegten Matsch. In der Ferne zieht ein Fischkutter vorbei. Menschen, die sonst nichts dem Zufall überlassen, beobachten konzentriert den Sonnenuntergang. Ein Gast schwört, dass der Sonnenuntergang, hier von der internationalen Wellnesselite nur „Sungazing“ genannt, den Hunger bekämpft und schlank macht. Man müsse nur bei Youtube nachschauen. Schade, dass sich das noch nicht bis in die Entwicklungsländer herumgesprochen hat.

KRISTIN RÜBESAMEN

## Für mehr Mondschein

So etwas gab es lange nur in guten und teuren Hotels: Vor zehn Jahren eröffnete das „Just Pure Dayspa“. Noch immer wird dort im Rhythmus des Mondes behandelt. Ein Besuch in München.

Die kürzeste Entfernung zwischen dem Mond und der Erde beträgt 356 410 Kilometer. Das ist weit, weswegen nur die wenigsten in den Genuss kommen, je dorthin zu gelangen.

200 Meter hingegen sind eine überschaubare Distanz. So nah liegen in München die Siegesstraße und die Leopoldstraße auseinander. Und doch könnten die Orte kaum unterschiedlicher sein: Unwirklich still ist es im „Just Pure Dayspa“, in dem es leicht nach Orange und vielleicht einem Hauch Salbei und Rose duftet. Nur das Holz im offenen Kamin knackt, während einen Steinwurf entfernt die Welt mit Geheule, Geknatter, dem Plappern in Handys und dem Geräuschmüll aus den mit Waren, Mobilien und Kunden vollgestopften Läden dröhnt. Nichts gegen die Leopoldstraße. Sie hatte ihre Zeit, hatte prominente Flaneure, Glamour und Rock 'n' Roll. Doch nachdem selbst Uschi Obermaier dem wilden Leben zugunsten von *wellbeing* entsagt hat, begeistert die Ausfallstraße nur noch eine große Zahl von Städte-

touristen, die ein paar Tage ausgehungert über Kultur und Shoppingangebote herfallen und ebenso unauffällig verschwinden, wie sie kamen.

Der Mensch in Mitteleuropa verweist immer kürzer, dafür öfter. So besahen hat Gabriela Just mit ihrem Dayspa, das vor gut zehn Jahren als erstes Spa außerhalb eines Hotels in Europa eröffnet wurde, sehr weitsichtig gehandelt: Denn ganz ohne lästigen Flug ist eine der vielen Kosmetikbehandlungen in den lichten Räumen wohl der denkbar kürzeste Kurztour in eine entspannte Welt. Selbst Berlin, dessen Bewohner nicht unbedingt für ihre Kaufkraft bekannt sind, ist mittlerweile voller Dayspas.

Justs Konzept war seiner Zeit voraus: Der großzügige Raum mit einem massiven Holztisch in der Mitte, weißen Wänden und hellem Boden, mit Regalen, in denen die Kosmetik wie kleine Kunstwerke präsentiert wird, wurde bei der Eröffnung noch als minimalistische Architektur bezeichnet, eine Beschreibung, die heute ebenso infla-

tionär benutzt wird wie der Begriff Wellness. Und reduziert wie die seit zehn Jahren unveränderte Innenarchitektur sehen auch die Produkte von Just Pure aus, die gläsernen Flaschen und Tiegel haben meist hölzerne Stopfen, nur Dusch-

gels und Abfüllungen in Reisegröße werden in Kunststoffflaschen angeboten. Die Ingredienzien stammen zum überwiegenden Teil aus kontrolliert-biologischem Anbau und werden unter Berücksichtigung der Mondphasen hergestellt



Hinter diesen Wänden verschwindet München: im „Just Pure Dayspa“. Foto: h. o.

und angewandt. Beruhigende Vollbäder, Ganzkörper- und Kopfmassagen, Ölpackungen und Körpermasken werden daher vor allem bei Vollmond angeboten, weil, so heißt es, dann die Haut ihre maximale Speicherfähigkeit erreicht. Während bei abnehmendem Mond oder Neumond der Schwerpunkt auf reinigenden und entschlackenden Behandlungen liegt, da dann die höchste Entgiftungsbereitschaft des Körpers bestehen soll.

Wissenschaftlich beweisbar ist die Wirksamkeit der Mondkosmetik und ihrer Anwendung übrigens nicht, der promovierte Astronom Florian Freistetter etwa entlarvt in Scienceblogs den Einfluss des Mondes auf den Menschen als esoterischen Humbug. Wer weiß. Sicher allerdings ist: Einen erholsameren Schlaf als nach einem Besuch im „Just Pure Dayspa“ kann man kaum finden, egal ob bei Voll- oder bei Neumond.

KATHARINA MATZIG

Mittlerweile gibt es zwei „Just Pure Dayspa“ in Deutschland: Eines in der Siegesstraße in München und eines in der Calwer Straße in Stuttgart. Weitere Informationen unter [www.justpure.de](http://www.justpure.de)