

DIE KUNST DES ANKOMMENS

Im Hotel Goldener Berg findet man vieles, das guttut. Vor allem aber findet man sich selbst. Gastgeberin Daniela Pfefferkorn erklärt im Interview, wie man mit ihrem Konzept „Holistic Selfcare“ ein heilsame Reise ins eigene Ich antreten kann.

Sie leiten seit über 30 Jahren das Goldener Berg. Wodurch entsteht das typische Wohlgefühl, auf das sich Urlauber in Ihrem Hotel freuen können?

Die reine Natur um uns, die wunderschönen Ausblicke und die Ruhe, die man ganz oben am Berg erleben kann. Und ein Team, das mit Freude für Menschen da ist. „Alles kann, nichts muss“ ist eine unserer Devisen, eine andere ist „Alpin Tradition meets boho lifestyle“. Wir sind bunt und fröhlich, weltoffen und bieten alles, was dem Gesundsein zuträglich ist.

Sie haben ein einzigartiges Konzept entwickelt, dass sich Holistic Selfcare nennt. Worum geht es dabei?

Wir bieten die verschiedensten Aspekte des wieder Bei-sich-Ankommens an. Jeder Gast entscheidet selbst, was davon und wieviel davon er in seinen Tag integriert. Es geht dabei um Heilung durch den Körper – mit Bewegung, Yoga, Meditationen, Alpenbaden sowie gesunder Ernährung aller Art – und durch die Seele: mit Energiemedizin und verschiedensten Anwendungen, die auf der Ebene der Seele heilen. Das Stichwort dabei ist „Selfcare“: Jeder kann sich nur selbst heilen. Wir bieten vieles, was dabei behilflich sein kann.

Als „Starthilfe“ kann man eine energiemedinische Beratung buchen. Wie läuft so eine Sitzung ab?

Wir nehmen uns Zeit und schauen, was in diesem Moment am meisten den Lebensfluss zu behindern scheint. Die Philosophie dahinter lautet: Ich bin ein leeres Gefäß und die geistige Welt arbeitet durch



mich und gibt vor, was zu tun ist. Meist sind zu Beginn Energien, die nicht zu der Person gehören, zurück in die Transformation zu leiten. In einem zweiten Schritt geht es oft um Seelenanteile, die in einem Trauma verloren gegangen sind.

Zum Holistic Selfcare Programm gehört auch gesunder Genuss. Was verstehen Sie darunter?

Wir bieten basische, wie auch vegan-vegetarische und ketogene Gerichte. Aber auch Genussvolles aus der österreichischen und internationalen Küche steht auf dem Menüplan – alles, was glücklich macht. Zubereitet werden die jeweiligen Speisen möglichst mit regionalen

Produkten von Landwirten unseres Vertrauens.

Welche Rolle spielt Nachhaltigkeit im Goldener Berg?

Sie ist mein Herzensanliegen seit jeher. Wir sind gerade dabei, das Eco Siegel zu bekommen. 2018 wurde das Hotel komplett thermisch saniert, im Augenblick widmen wir uns der gesamten Technik im Haus, um sie für unsere große Mutter Natur zu optimieren. Wir haben in Oberlech ein Bioheizschnetzelwerk gebaut und ein weitläufiges Tunnelsystem errichtet, in dem wir uns im autofreien Winter mit E-Mobilen fortbewegen und alle Waren und das Gepäck der Gäste auf- und abbefördern. ☺