

# Dolomiten



Mehr Auszeit, Entspannung und Landflucht geht kaum: Unsere Autorin hat eine Woche lang die Großstadt gegen die Berge Südtirols eingetauscht, um im noblen Hotel Adler Mountain Lodge ein Digital-Detox-Programm zu genießen. Text ANNA PASDZIERNY Ihr Handy hat sie an der Rezeption abgegeben und nicht weiter vermisst – Illustrationen JONI MAJER stattdessen Bekanntschaft mit zwei Mitreisenden gemacht und allerhand analoge und überirdische Abenteuer erlebt.



Vielleicht war es schon der dritte Abend, als es beim Tischgespräch ans Eingemachte ging: „Mein Bruder, der nie was dafür übrig hatte, ist sich sicher, dass es Geister waren damals“, erzählt Michael. Es hatte gespuht in der Münchner WG seines älteren Bruders, zumindest in seinem Zimmer. Immer zur selben Zeit mitten in der Nacht war das Licht angegangen. Und der Nachmieter hatte ihn eines Tages auf einer Party nach einigen Bieren scheu gefragt, ob das mit der Lampe auch bei ihm so gewesen sei.

Michael, Matthias und ich sitzen auf 1600 Meter über null in Südtirol zusammen beim Abendessen im Gebirgshotel Adler Mountain Lodge. Seit dem letzten Streckenabschnitt der Hinreise, von München nach Brixen, kennen wir uns. Startpunkt waren Hamburg und Berlin. Gemeinsam ist uns ungefähr das Alter, die berufliche Beschäftigung mit dringend benötigten Überflüssigkeiten (in Blogs und Magazinen) und – hierum soll es im Folgenden gehen: dass unser Handy gerade für insgesamt sieben Tage im Körbchen hinter der Rezeption gelagert wird. „Wenn Sie’s brauchen, holen Sie’s sich jederzeit“, hatte die Rezeptionistin im eleganten Dirndl gemeint. Vielleicht aus Sorge vor ungeahnten Entzugserscheinungen. Weil: „Digital Detox“, so heißt die Programmwoche des Hotels, hat noch niemand hier so knallhart durchgezogen wie wir.

Entzugserscheinungen haben wir aber keineswegs. Sondern sitzen zu dritt fröhlich an unserem festlich eingedeckten „Familiertisch“ – so betitelt ihn die handgeschriebene Karte jeden Abend – und bestellen aus zwei Menüs den jeweils ansprechendsten Gang mit Weinbegleitung. Vielleicht spielen auch noch regionaltypische Kräuter mit rein, die wir uns per Vinschgerl-Brötchen einverleiben, jedenfalls ist die Stimmung alles andere als getrübt, und kein Handy wird schmerzlich vermisst.

Im Gegenteil: Kein Plingen oder Summen, kein verstohlener Blick in aufleuchtende Hosentaschen und keine geistesabwesenden Augenpaare kommen unserem Geistergespräch in die Quere. Weil wir dem Himmel so nah sind, wirken die übersinnlichen Geschichten ganz normal. Bei Matthias, mit Bart, langem Haar und immer einem Beautytipp auf den Lippen, sind Geister und alle möglichen Wesen längst im Alltag angekommen. Auch ich habe meine überirdischen Erfahrungen gemacht und glaube jedes Wort von Michaels Münchner WG-Geschichte. Als es uns gerade angenehm zu gruseln beginnt, wird uns gleichzeitig gewahr: Was nur, wenn

uns die Gespenster hier heimsuchen, allein in unseren Zimmern? Irgendwen zur Beruhigung anrufen, sich mit Komödien auf Netflix ablenken, das ginge ja alles jetzt gar nicht mitten in der Nacht.

Also versichern wir uns bei Ariana, der anmutigen Kellnerin, die um keine Antwort verlegen ist und einen guten Spürsinn für den Humor und die Grenzen ihrer zu bewirtenden Kandidaten hat. „Spukt es hier im Hotel?“, fragen wir sie geradeheraus, als sie unsere Krümel mit Silberschaber wegschiebt und den Sauvignon auffüllt. Ihr Blick fährt uns über den Mund, den ein elfjähriger Junge womöglich kennt, der sein Au-pair-Mädchen beim Umziehen heimlich beobachtet und dann von ihm erwischt wird – große wimpernumkränzte Augen erstarren für Millisekunden. Jedenfalls ich schäme mich sogleich für den Übermut, was Arianas Reaktion abzumildern scheint. Hier spukt es nicht, sagt sie noch streng und holt zur Auflockerung eine Story aus dem Nähkästchen, die aber beweist: anderswo umso gewaltiger.

Wir kommen also überein, dass hier höchstens ein paar gute Geister eingezogen sind. Die Lodge, eine Art riesige Almhütte mit allen Schikanen, gibt es erst seit ein paar Jahren, und spirituell eingegroovt wird sie von einem 15 Meter langen Totem. Das hat der fast 90-jährige Adolf Vallazza, aus der weltbekannten Herrgottschnitztradition des Grödnertals stammend, aus verschiedenen Hölzern fürs Treppenhaus angefertigt. Sein Kopf schaut in den im obersten Stockwerk angelegten Spa-Bereich. Aber auch anderswo finden sich Einflüsse aus anderen Kulturen, die neu interpretiert sind: zum Beispiel fotografisch belichtete Holzpaneele, die von Reisen nach Namibia erzählen und der Lodge eine Mischung aus Weltläufigkeit und Heidi’scher Urgemütlichkeit verleihen.

Die kulinarischen Höchstleistungen, afrikanische Massagen, der dampfende Außenpool und die Panoramasauna halten uns bei Laune. Genauso wie die rote



Wärmelampe im Bad, die Anlass für uns alle drei ist, zu überlegen, wie man das eigene Badezimmer für solch ein Wickeltischfeeling umbauen müsste – Matthias hätte wenigstens genügend Platz, im Gegensatz zu den Nasszellen der Berliner Fraktion. Aber das Eigentliche, was das Handy so entbehrlich macht, sind nicht die Extravaganzen, sondern die Magie dieses Ortes mit seinem unverstellten Blick auf die Dolomiten. Beim ersten Schritt in die geräuschlose Natur kommt mir eine Träne.

Hier oben auf 1600 Metern ist eine innere Fülle zu verspüren, die mit dem Essen nichts zu tun hat. Die nach nichts verlangt. Erst recht nicht nach Berieselung. Das bestätigt uns auch die gebürtige Polin Ariana. „Ich bin aus einem Bremer Hotel hierhergekommen. Mein Handy hatte ich dann erst mal wochenlang aus. Ich wollte die Natur wirken lassen“, erzählt sie. Aber Ariana ist auch für ihre 29 Jahre ganz schön weise. Sie geht dahin, wohin das Schicksal sie ruft. Hier zu arbeiten kommt einem Pakt gleich. Denn nur die Mitarbeiter aus den umliegenden Orten können ihren Feierabend zu Hause verbringen, die anderen leben hier, mit Haut und Haar: Ariana hat sich in einen der Köche verliebt, ihn aber drei Monate zappeln lassen. „Obwohl ich gleich am ersten Abend gespürt habe: Diesem Menschen kann ich alles erzählen“, sagt sie uns am letzten Abend unseres Aufenthalts, als wir uns in den Armen liegen.

Kurz vor Abgabe des Handys hatte ich für alle Fälle einen Screenshot der Hotelfestnetznummer für meine Verbliebenen gemacht – man weiß ja nie.

Matthias und Michael sind in Sachen Erreichbarkeit gelassener, beide reiseerfahren und ohne Kinder. Was nicht heißt, dass ihre Liebsten kein Thema sind. Weil keine Fotos herumgezeigt werden können, beschreiben wir uns gegenseitig unsere Partner oder lassen die anderen erraten, wie sie sein könnten. Und jeder, der dran ist mit Erzählen, bekommt leuchtende Augen und auch ein bisschen Demut vor dem Menschen, zu dem er gehört. „Meine Freundin hat ihr Haar meistens hochgebunden und kombiniert ihre Kleidung immer unglaublich gut – jedes Mal ein bisschen anders“, erzählt Michael bewundernd. Und Matthias ist ganz froh darüber, dass er unter uns dreien endlich ungeniert Österreichisch sprechen kann. „Mein Mann ruft immer: hör auf!“, sagt er augenverdrehend. Ein Problem, das mir allzu bekannt vorkommt. Niemand außer meiner Mutter will jemals mein Dilettantenwienerisch hören. Dabei macht es so höllischen Spaß. Michael stört's eh nicht, also nutzen Matthias und ich die Gelegenheit, endlich mal in Ruhe gebrochen zu wienern. Manchmal wirft Michael ein schweizerisches „Odr?“ hinterher. Und dann falle ich vor Lachen fast vom Stuhl beim Diner oder ertrinke beinahe im Außenpool.

Abends lungere ich meistens in der Nähe der für alle zugänglichen Bar herum. Hier geht es weniger darum, sich zu betrinken, als vielmehr die neu eingetroffe-



#### ADLER MOUNTAIN LODGE

Ein Digital-Detox-Programm bietet das auf der Seiser Alm gelegene Hotel nur sporadisch an, aber der Aufenthalt hier ist auch ohne Entspannung pur. Wer will, kann sein Handy jederzeit an der Rezeption abgeben und das Gebirgs Panorama einfach im Gedächtnis abspeichern. [adler-lodge.com](http://adler-lodge.com)

nen Gäste zu beobachten. Dass eine komplett bestückte Bar ungefragt benutzt werden kann, überfordert so manchen Herrn: Erst scharwenzeln sie im Sicherheitsabstand drum herum, greifen dann zögerlich eine Flasche und nehmen sie in Augenschein. Öffnen den Kühlschrank mit einer Vorsicht, als ginge es ums Bombenentschärfen. Aber sobald ein „alteingesessener“ Gast dazustößt und wie selbstverständlich den Mixbecher rüttelt, kommt auch Bewegung in den Neuling. Auf diese Weise setzt sich die Tradition fort, und ich freue mich über jeden Eingeweihten.

Wegen verpasster Anrufe stecken mehrmals Kärtchen an meiner Tür. Und jedes Mal sind es andere Namen, die auf meinen Rückruf warten: Herr Jim, Herr Jack, am Ende sogar ein berühmter Detektiv. Spätestens als mein genervter Freund der Rezeptionistin erzählt, Sherlock sei am Apparat – Sherlock Holmes –, und er möchte gern Frau Anna sprechen, da fängt sie an zu zweifeln, fängt mich beim Treppenhochgehen ab und überreicht mir lächelnd einen Zettel: „Herr Scherlock hat angerufen, ist der Ihnen ein Begriff?“ Zum Glück hat sie die Telefonnummer erfragt, und ich rufe Holmes endlich zurück.

Ich habe das Gefühl, hier oben schlägt das Herz langsamer und die Atemfrequenz ist niedriger. Manchmal gucken wir drei leicht abschätzig auf die anderen Gäste, die nichts mit Digital-Detox am Hut haben. Die Selfies vorm Außenkamin oder der fantastischen Bergkulisse machen, laut telefonieren und wie in Trance ihre Timeline abarbeiten. Wir sind jetzt schon Profis. Michael zum Beispiel lässt sich morgens von seiner inneren Uhr wecken – und plötzlich klappt das auch bei mir. Je nachdem wo die Sonne gerade steht, weiß ich, ob ich die morgendliche Yogastunde schaffe oder nicht.

Matthias, der gerne mal freche Kommentare abgibt, ist der Erste, der ein bisschen Spannung einfordert. Wir haben hier oben zwar alles, was das Herz begehrt. Können aber die umliegenden Orte kaum erreichen, weil sich Autos nur vor neun Uhr morgens und ab dem späten Nachmittag aus Naturschutzgründen die Serpentine hochschlängeln dürfen. Als ich eines frühen Abends zur Cocktailzeit in der Lounge erscheine, eröffnet Matthias uns, dass morgen Bademanteltag sei. Und der gelte für uns alle drei. Ihn hatte fasziniert, mit welcher Nonchalance manche Gäste zu jeder Tageszeit in Frottee herumlaufen. So mancher Frühstücksgast könnte als römischer Feldherr durchgehen – wenn man sich das Müsli auf dem Tablett wegdenkt.

So was lasse ich mir nicht zweimal sagen und schlage ein. Der nächste Tag steht also unter dem Motto: Weniger ist mehr.

Aber ich vergesse das Vorhaben morgens, muss umkehren und mich wieder umziehen. Schnüre mir den weißen Mantel um, klemme meine Füße in Flipflops und schlappe mit Sonnenbrille in den Frühstückssaal, wo mich Matthias bereits im Bademantel erwartet. Jetzt

weiß ich auch, woher sein Eifer rührt. Matthias' Attitüde, sein federnd-schwebender Gang, hat ohnehin etwas unglaublich Jesushaftes – aber in cool. So, in schneeweißer Montur, würde ich mich sogar glatt von ihm taufen lassen. Wenig später kommt auch Michael dazu. Er hat ein weißes T-Shirt zum Bademantel kombiniert, was seinen Look etwas förmlicher, aber nicht weniger stylish macht. Bis zum Nachmittag ziehen wir's durch, legen uns sogar in die metallisch scheinende Sonne, geraten über das Thema Lama zum texanischen Alpakakarneval und kichern uns ordentlich was zusammen, als Matthias beschreibt, wie er einmal die hochnäsigen dreinblickenden, als Prinzessinnen verkleideten Tiere während einer Amerikareise bestaunen durfte.

Anders als im „Zauberberg“ nimmt unsere Reise ein baldiges, aber genau rechtzeitiges Ende. Lukas, der uns schon vor einer Woche von Brixen hochchauffiert hat, bringt uns zum Bahnhof Bozen. Während der dreiviertelstündigen Fahrt bekommen wir einen fundierten ökonomischen und soziologischen Einblick in die autonome und produktive Provinz Italiens, durch die ein Riss geht bei der Frage, ob man bei der Fußball-WM zu Italien oder Deutschland halten muss. „Hier zieht keiner weg“, sagt Chauffeur Lukas über die Südtiroler. „Und wenn doch, dann kommt er garantiert wieder zurück.“ Nichts Bedrohliches schwingt da mit, eher die Belustigung über die, die meinten, hier wegzukönnen.

Im Bordrestaurant des IC, das hier „Henry am Zug“ heißt und Schwammerlgulasch und Stibitzer Cider im Angebot hat, ziehen die beschneiten Wälder vorbei. Ich bestelle nur Kaffee. Der Kellner, der ihn bringt, hätte gut eine hochdramatische Männerrolle neben Romy Schneider einnehmen können: Er ist altmodisch schön und wirkt doch unendlich traurig. Nach und nach schwellen die Alpen ab und machen Platz für die zunehmenden Dekorationsbedürfnisse der Hausbewohner.

In Berlin zurück, hält meine tiefe Gelassenheit noch eine Weile an. „Weißt du, woran ich gemerkt habe, wie gut dir der Trip getan hat?“, meinte viele Wochen später eine meiner Arbeitskolleginnen. Ich schüttelte neugierig den Kopf. „Als ich dir von dem ganzen unnötig Verpassten berichten wollte, da hast du einfach gesagt: ‚Weißt du was? Das interessiert mich gerade überhaupt nicht.‘“ ●