



di Alessandra Signorelli



# RELAX NEL CUORE DI ROMA

TERAPIE CON ENERGIE SOTTILI,  
PIRAMIDI RIVITALIZZANTI  
E TISANE BIOLOGICHE.  
NELLA SPA DELL'HOTEL DE RUSSIE,  
GISELA STROMMER AIUTA  
A RIEQUILIBRARE IL CORPO

**F**in da bambina nella sua nativa Carinzia, e precisamente nel paesino di Oberwollan, a 2.400 metri di altezza, Gisela Strommer è stata abituata a "sentire" la natura, l'energia di piante e luoghi, i flussi magnetici. E a conoscere la medicina naturale: «Ricordo che mia mamma in primavera faceva dei fori nei tronchi di betulla per estrarne una linfa che poi adoperava per frizionare i capelli, o come olio da bagno purificante» racconta. «Quando avevo la febbre, mi faceva impacchi con acqua e aceto e mi dava da bere il succo di sambuco rosso, preparato da lei stessa in casa». Oggi questa solare signora austriaca dalla vitalità contagiosa ha fatto della terapia energetica il punto focale della sua attività che svolge a Roma, dove dirige da quattro anni il centro benessere dell'Hotel de Russie, uno degli alberghi più eleganti della capitale. Qui una clientela di nomi noti e meno noti si avvale della sua terapia con le energie sottili. Una terapia molto efficace per ogni disturbo, anche nascosto, che sta raccogliendo sempre più adepti.

Spiega Gisela: «Ogni evento fisico, esistenziale, psicologico fissa in una parte del cervello il ricordo del dolore, dello stress; il cervello poi lo trasmette a una porzione del corpo: da qui nasce la malattia. Perché alla fine è sempre lo spirito che governa il fisico. Con l'*holoptia* (la diagnosi elettronica che permette di risolvere gli squilibri energetici eliminando la causa e non solo i sintomi delle malattie) si rompe il circolo vizioso della memoria: permette di leggere i blocchi del passato, le intolleranze, i traumi. Poi, attraverso la terapia energia-vibrazionale, si trasmutano le energie congeste con energie pulite, trasmesse da un apparecchio che è →



Gisela Strommer dirige il centro benessere dell'Hotel De Russie.



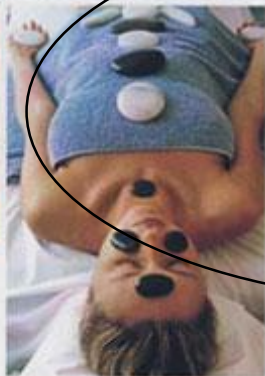
## LE SIGNORE DEL BENESSERE

come un amplificatore passivo». Si esce leggeri, con una sensazione di candore e freschezza, quasi come tornare all'infanzia. È un percorso lungo quello che ha portato Gisela a questa attività. Dopo gli studi a Vienna in fisioterapia, poi praticata nella Svizzera tedesca e francese, a Parigi e in Calabria, si ferma a Roma dove sposa un imprenditore italiano. Per poi dirigere nella capitale il centro benessere del Grand Hotel, quelli di La Sauna di Cortina d'Ampezzo e quello di Palazzo della Fonte a Fuggi. Studiando contemporaneamente medicina biologica a Lugano e in Austria, e seguendo corsi di kinesiologia in Germania. Oggi, nella Spa dell'Hotel de Russie, Gisela predilige cure estetiche in sintonia con le sue terapie, privilegiando prodotti "formati con criteri che rispettino la biologia dell'uomo". Da qui la scelta, per i trattamenti viso-corpo, della linea americana Revonia, creata da un'autentica biologa. «Credo che la bellezza nasca dallo star bene con se stessi, il che è una conquista, un lavoro giornaliero» dice. «Per questo raccomando a tutti almeno dieci minuti di meditazione, mattina e sera, e massaggi complementari alle energie sottili come lo shiatsu, il thai, il watsu o il Rolfing, un massaggio profondo che riassume il corpo aiutandolo a ritrovare il suo equilibrio, aumentando anche il livello energetico».

Prima e dopo i trattamenti, sono offerte tisane preparate con erbe biologiche che arrivano dall'orto di Gisela, nella campagna laziale, vicino Sutri. Come quella di citronella, benefica per le donne per il suo olio essenziale simile all'estrogeno. E acqua energizzata, esposta a un trasmutatore energetico e trattata con biofotoni: "pulita". A disposizione dei clienti ci sono anche piscina-jacuzzi, sauna, bagno turco e palestra. E naturalmente il famoso giardino dell'hotel, adiacente a Villa Borghese: dove prendere una boccata d'ossigeno passeggiando fra piante esotiche.



Sopra: Gisela offre la sua tisana bio a una cliente; trattamento di stone therapy (a lato) e il giardino interno dell'Hotel de Russie (in alto).



### INFO E PREZZI

De Russie Spa, via del Babuino 9, Roma, 06/328881. L'entrata giornaliera alla Spa costa 35 euro (11 per gli ospiti dell'hotel), e permette di usufruire di sauna, bagno turco, idromassaggio e palestra. Terapie energo-vibrazionali: a 120 euro.

### NUOVA LINFA CON LE RICETTE "ENERGETICHE"

**Caffè energetico:** unisci pollice e indice di entrambe le mani, rilassati, chiudi gli occhi e rimani in posizione per circa dieci minuti. Ti "risveglierai" con nuova energia. Meglio di un espresso!

**Sonnifero energetico:** unisci pollice e medio di entrambe le mani, chiudi gli occhi, rilassati, e rimani in posizione per una decina di minuti. Un "risveglio" senza tensioni. Per stimolare il sistema immunitario fai lo stesso unendo pollice e anulare.

**Per una buona digestione:** unisci pollice e mignolo di entrambe le mani, chiudi gli occhi, rilassati e rimani in posizione per una decina di minuti.

### ...E I BENEFICI PURIFICANTI DELLE TISANE BIO

Gisela Strommer coltiva erbe nell'orto biologico della sua casa nei pressi di Sutri, nella campagna laziale. Le raccoglie nelle fasi calanti della luna, quando le loro proprietà sono potenziate al massimo.

**Tisana di Salvia aromatica all'ananas** (tutto l'anno). Lascia 20 grammi di foglie fresche in infusione, per dieci minuti, in un litro di acqua bollente. Filtra e servi. Aiuta a risolvere i disturbi ormonali.

**Tisana di Ortica** (da primavera a inizio estate). Lascia 20 grammi di foglie fresche in infusione, per dieci minuti, in un litro di acqua bollente. Filtra e servi. Ha effetti diuretici, purificanti e drenanti.

Le presenti tecniche sono tratte dal Corso Introduttivo alle Energie Sottili del Dr. Roberto Zamperini

### NUOVA LINFA CON LE RICETTE "ENERGETICHE"

**Caffè energetico:** unisci pollice e indice di entrambe le mani, rilassati, chiudi gli occhi e rimani in posizione per circa dieci minuti. Ti "risveglierai" con nuova energia. Meglio di un espresso!

**Sonnifero energetico:** unisci pollice e medio di entrambe le mani, chiudi gli occhi, rilassati, e rimani in posizione per una decina di minuti. Un "risveglio" senza tensioni. Per stimolare il sistema immunitario fai lo stesso unendo pollice e anulare.

**Per una buona digestione:** unisci pollice e mignolo di entrambe le mani, chiudi gli occhi, rilassati e rimani in posizione per una decina di minuti.

### ...E I BENEFICI PURIFICANTI DELLE TISANE BIO

Gisela Strommer coltiva erbe nell'orto biologico della sua casa nei pressi di Sutri, nella campagna laziale. Le raccoglie nelle fasi calanti della luna, quando le loro proprietà sono potenziate al massimo.

**Tisana di Salvia aromatica all'ananas** (tutto l'anno). Lascia 20 grammi di foglie fresche in infusione, per dieci minuti, in un litro di acqua bollente. Filtra e servi. Aiuta a risolvere i disturbi ormonali.

**Tisana di Ortica** (da primavera a inizio estate). Lascia 20 grammi di foglie fresche in infusione, per dieci minuti, in un litro di acqua bollente. Filtra e servi. Ha effetti diuretici, purificanti e drenanti.