

ART DE VIE

TOURISME
UN
HAVRE
AUX
CANARIES.

COACHING DOUX, PERMACULTURE ET HÉDONISME...
DANS UNE OASIS ÉCO-DURABLE NICHÉE À TENERIFE,
CHRISTOPHE RAYGOT ENCOURAGE LES VISITEURS À LA
SYMBIOSE AVEC LA NATURE ET AUX PLAISIRS SIMPLES.

PAR ÉDOUARD DUTOUR PHOTOGRAPHE MATTHIEU SALVAING



« JE FAIS TOUT POUR RESSEMBLER À RIEN! » À l'heure du tout-déco, du règne des architectes d'intérieur et de la surchère life-style, c'est le mantra très étonnant de Christophe Raygot. « No style », répète-t-il en vous faisant visiter son Symbiosis Living Tropical Lodge, petit paradis de quiétude et de plaisirs niché dans le sud de Tenerife. Après une première vie à cent à l'heure, entre une naissance au Maroc, une carrière de dentiste parisien à la tête d'une clinique, un départ pour Miami, puis Dubai, où il implante Sushi Shop, c'est sur cette île des Canaries à l'infinie biodiversité – proche de celle d'Hawaï – qu'il pose ses valises lestées d'une existence (trop ?) occidentale et mercantile. « J'avais de l'argent, une super copine, un quotidien flamboyant... tout en ayant l'impression que je passais à côté de l'essentiel. » L'essentiel, cela pourrait être le surnom de ce refuge éco-durable avec projet de permaculture intégrée. Ici, il y a le ciel, le soleil (toute l'année !) et la mer, comme le dit la chanson... mais aussi tout autre chose à découvrir pour ceux qui y passeront une retraite – à défaut de la prendre ? Il y a surtout chez Christophe de belles convictions partagées avec la manière douce : « Je veux offrir à mes clients une immersion dans une oasis où ils pourront expérimenter la notion de symbiose, pilier fondamental de l'équilibre. La symbiose, c'est l'interaction entre deux systèmes sans qu'aucun d'entre ● ● ●

ANASTASIA ET
CHRISTOPHE,
LES HÔTES DU
TROPICAL LODGE.



SIMPLICITE
ET CONFORT
DANS CHAQUE
BUNGALOW.

« MOI, JE
PROPOSE
UNE
SORTE
DE MÉDECINE
PRÉVENTIVE
PAR
LE
FUN! »
CHRISTOPHE RAYGOT

● ● ● eux n'en soit altéré. Il s'agit d'adopter un art de vivre grâce auquel on parvient à exister sur la planète sans la détruire. Et mieux encore : entrer en interaction avec la nature pour renforcer sa vitalité et son immunité. » Et quid de l'apéro ? demande-t-on, plus par esprit de provocation que par soif ! « Ce n'est pas du tout incompatible. Au contraire... Mon but, c'est que le séjour au Symbiosis Lodge soit plaisant, hédoniste, ainsi, les gens auront peut-être envie d'emporter chez eux un peu de cette philosophie holistique. Je ne suis pas pour une retraite dans la rupture, dans l'ascèse, dans la souffrance. Du genre une tisane et douze heures de marche ! Car la mémoire va associer cette expérience à la contrainte. Et ainsi écarter les chances de la reproduire... Moi je propose une sorte de médecine préventive par le fun ! » Concrètement, ça donne quoi ? D'abord, une incroyable douceur de vivre, sans clim' ni chauffage, un air délicieux et pur qui vous enveloppe du matin au soir. Puis une hypnotique vue sur La Gomera, l'île voisine où faire un trek dans une forêt primaire, que l'on aperçoit depuis son bungalow. Adorable refuge à la déco aussi simple que chic, au confort impeccable sans en faire de trop, avec un choix de tons et de matières qui s'inscrivent parfaitement dans la nature douce de ce Tropical Lodge. On peut aussi, en bateau, aller voir des baleines et les dauphins qui longent une incroyable falaise de trois



cents mètres. Faire du surf, du deltaplane, découvrir le Teide (un stratovolcan de 3 715 mètres) et les paysages lunaires où furent tournés tant de films. Alternier entre l'immense plage tropicale au nord et l'atmosphère désertique du sud. Et, enfin, observer les étoiles, une fois la nuit tombée, en silence... Autrement dit, passer de l'infiniment grand à l'infiniment petit pour calmer son ego. Comprendre, ressentir même, que l'on est peu de chose face à la nature et qu'il est possible de vivre autrement. « Dans une retraite de yoga, il y a ceux qui sont déjà en introspection, sensibles à des perceptions subtiles... et les autres qui s'emmerdent ! Ce sont eux qui m'intéressent, je vais les accrocher par une nature puissante et par le plaisir. » ● ● ●



PISCINE AU PREMIER PLAN,
ET MÉR EN FOND D'ÉCRAN



FRUITS ET LÉGUMES DU JARDIN SONT PRÉPARÉS DANS LA CUISINE OUVERTE ET SERVIS AU BORD DE LA PISCINE.

● ● ● Il suffit de goûter la cuisine de Lucas, un chef italien, dont tous les aliments issus du potager maison sont préparés avec une patte qui n'a pas de frontières : houmous, pommes de terre ridées, taboulé du jardin, mojo (sauce) au piment rouge et fromage de chèvre ou au cerfeuil, salade de poulpes, alfonsiño (poisson local) grillé au feu de bois, paëlla familiale et tiramisu des familles ! Vous pourrez même, via des ateliers, saisir tout l'esprit de la permaculture, préparer vous-mêmes une confiture avec les mangues qui poussent en contrebas de votre chambre, arrangée par Anastasia, architecte et compagne de Christophe. L'objectif ? Apprécier réellement ce que vous mangez. Comprendre comment le principe de la fermentation, fondamentale à votre bonheur intestinal, peut aussi redonner des propriétés nutritionnelles à une salade, une tomate ou un fruit – qui en manque cruellement quand il est récolté avant maturation pour voyager jusqu'aux étals des supermarchés. Bref, au bord de la piscine ou dans un coin de votre tête, vous retrouverez les plaisirs et vertus du temps long. Ou comment, et c'est à peu près la même chose, s'autoriser une petite introspection et laisser tremper ses haricots pendant deux nuits avant préparation ! Christophe aime à dire, sans prosélytisme, mais avec une voix douce, que « l'on devient ce que l'on fait », que l'on peut tout à fait « soigner son terrain avec un bon lifestyle » et que « le monde occidental vous impose de plus en plus de stimuli auxquels on est de moins en moins réceptif ». Du bon sens qui donnerait envie de tenter un cours de respiration, de méditation, un « high intensity training »... afin de réussir un « biohacking » sur son organisme. Vaste programme ? Une chose est sûre, vous repartez de cet endroit singulier le cœur (le foie ?) léger, sans aucun dogme, aucune certitude, aucune culpabilité sur votre passé, mais avec quelques questions sensées sur votre futur. Merci. Symbiosis Living Tropical Lodge, à Tenerife. symbiosisliving.com



SOLEIL ET VÉGÉTATION TROPICALE, DÉPAYSEMENT À 100 %.

MATTHIEU SAUVAING