

Cómo disfrutar de la sabiduría maya sin tener que viajar a México

Los expertos en esto de pronosticar tendencias dicen que estamos obsesionados con la salud. El Wellness se ha convertido en una parte del estilo de vida de lujo y las sanaciones inspiradas en culturas ancestrales son el nuevo santo grial para quienes buscan ir más allá del mero relax físico. ¿Los que más interés suscitan? Los rituales de regusto maya, como los que han diseñado en el primer spa de autor de España: Mayan Secret Spa del Hotel Claris de Barcelona.

POR CLARA BUEDO

19 NOVIEMBRE 2018



El cambio de conciencia está generando una nueva oleada de interés en el binomio cuerpo-mente. Buscamos el equilibrio a todos los niveles, y la curación, se ha convertido en el objetivo de todos aquellos que buscan vías de escape alternativas. Los chamanes son los nuevos entrenadores mentales, y en los spas de lujo, al clásico descontracturante de espalda se le une un séquito de protocolos con ínfulas exóticas. Ahora que nos estábamos acostumbrando al Shiatsu japonés, al Tui-Na chino o a las pindas tailandesas, llegan otros al retortero para completar una oferta que se inspira en la tradición, la medicina ancestral y los antiguos ritos de sanación, como los inspirados en la cultura maya.

[La cadena Mayan Spa](#), gestionada por [Mayan Luxury Group](#), es el mejor ejemplo. El artífice detrás de la idea es Manuel de la Garza, mexicano de origen y legado maya (su abuelo, K'inam Canek fue sacerdote de *La Casa del Sol*, en Quintana Roo, México), el eslabón perfecto para mantener amarradas las raíces prehispánicas y revelarnos todos sus secretos. Mayan Spa es la niña bonita del exquisito [hotel de lujo Claris](#), en Barcelona, merecedor de dos premios en los World Luxury Spa Awards como mejor hotel emergente en 2017 y Luxury Historical Hotel Spa en 2018, además es uno de los pocos donde se puede encontrar un auténtico Temazcal, una construcción artesanal según las tradiciones de la Cultura Maya (el otro está en el Hotel Palace de Barcelona, también gestionado por Mayan Luxury Group), la pieza clave de las liturgias prehispánicas, y los primeros construidos en hoteles de lujo en Europa. Estos protocolos de firma con elementos exclusivos y lujo personalizado, es lo que lo convierten en un auténtico spa de autor.



La magia del Temazcal es algo que no se puede explicar con palabras. Este rito ancestral de purificación y renacimiento es lo más parecido a una catarsis mental y física que solo quien lo haya probado puede entender. En el Mayan Spa del Hotel Claris se puede elegir entre una sesión de Temazcal estándar (en su cúpula interior se calientan piedras volcánicas, también llamadas “Abuelitas”, los testigos del paso del tiempo, y se vierte agua con hierbas medicinales aromáticas provocando vapor), o bien un “Renacer Maya”, la auténtica

ceremonia completa del Temazcal dirigida por un Temazcaltzin o Chamán, una experiencia mística que purifica mente, cuerpo y alma. Mayas, Toltecas, Olmecas... El gran legado de la cultura de Mesoamérica han sido estos baños de vapor, habituales en sus ritos de sanación, estar dentro de esta construcción cuya forma se asemeja al vientre materno, al seno de la madre tierra, te hace formar parte de las culturas que más la han homenajeado.

El humo del Copal y el Palo Santo inician la liturgia, y las infusiones de hierbas medicinales van azuzando a las “Abuelitas” que emanan más vapor a medida que se van superando etapas, cuatro tramos que simbolizan los cuatro periodos más significativos de nuestra vida. Una auténtica invitación a la reflexión, a soltar, agradecer y a comenzar un nuevo ciclo. Pero aparte del Temazcal, el Mayan Spa pone a disposición de sus clientes otras joyas ancestrales como los protocolos de inspiración maya: Ts’aal, un masaje profundo; Ka’a Kuxtal, una auténtica pócima contra el jet-lag; Tuu Kul, el masaje holístico con serums y aceites esenciales para mitigar el estrés; Yaal Ook, la reflexología maya que equilibra energías a través de los puntos reflejos del pei; o Chuun Nak, la joya de la corona, una técnica tradicional de curación realizada con la cera caliente de una vela aromática que comienza en el abdomen, el área donde se guardan y procesan las emociones.



Todos los rituales comienzan con una ceremonia de homenaje a los sonidos de la cultura maya, como el Palo de Lluvia o palo de agua, un tubo de madera relleno de semillas que al

agitarse provoca un sonido absolutamente hipnotizador. Además del cuidado menú de tratamientos, tanto el spa como las estancias y habitaciones del Claris exhiben auténticas piezas arqueológicas originales datadas entre el 600 – 900 d.C., un reducto excepcional de una cultura que siempre guardaremos en nuestras memorias (y corazón).

<http://forbes.es/life/47086/como-disfrutar-de-la-sabiduria-maya-sin-tener-que-viajar-a-mexico/>