



Propósito: Decir Sí a la Vida

Cada participante puede llevar algo de comer, para al finalizar poder compartir impresiones en grupo mientras almorzamos. Se servirá infusión calentita para todos los participantes.

Más información y reserva de plaza : **639 557 784** (vía Whatsapp)

Plazas limitadas por orden de inscripción.

Inversión : 30 €

Para saber más:

El nombre de temazcal proviene de la palabra náhuatl “temazcalli”; que, a su vez, se divide en temaz – sudor y calli-casa; es decir, su traducción literal sería “casa de sudor”.Desde tiempos ancestrales, la ceremonia de Temazcal tiene fines higiénicos, rituales, terapéuticos y espirituales

En su dimensión espiritual, se busca la purificación y conexión con las energías primordiales del Universo.

Su estructura base es una choza redonda que tiene entre dos y cuatro metros de diámetro, pero sin sobrepasar el metro y medio de altura; con una pequeña apertura que sirve como puerta de entrada.

Por otro lado, hay una hoguera externa, o en casos especiales, un horno. Ahí, el fuego que se prende se considera fuego sagrado, el cual representa al dios del sol, cuya energía fecundante y creadora calienta las piedras volcánicas.

El temazcal representa la tierra, la diosa madre que nos sustenta y nos da vida; por eso se piensa que cuando la persona se introduce en él, está entrando en el vientre de la madre

tierra y por eso tiene forma de domo con pequeñas dimensiones, representando el vientre materno.

Antes de entrar al temazcal es necesario quitarse cosas de metal y todo rastro químico como protectores solares, es por eso que se suele realizar una limpieza con copal o salvia a todos los participantes.

Cuando el recinto se considera lo suficientemente caliente para el tipo de ceremonia que se desea hacer, entonces se llama a los participantes.

Se entra a gatas y en traje de baño o ropa ligera de algodón (hombres con pantalón corto, mujeres con camiseta y falda o pareo)

Los asistentes se van sentando en círculo, depende del número de participantes, se hará en varios círculos, dejando el centro libre, donde hay un hueco excavado, lugar donde se colocan las piedras ardientes que son salpicadas con agua y hierbas específicas para formar vapores. ¡La ceremonia está por comenzar! La pequeña abertura se cierra con jarapas o pieles y se le da la bienvenida a la absoluta oscuridad.

La persona que guía el temazcal, acompaña al grupo en un proceso de introspección y cantos, cuyo objetivo es lograr una limpieza espiritual gracias a la ayuda de los elementos y la conexión con la tierra y el agua.

Generalmente cada temazcal tiene un propósito grupal, y luego cada participante lleva un propósito individual para ser trabajado.

La ceremonia se divide en 4 tiempos de cantos, 4 estaciones energéticas, y 4 pausas donde se permite, si alguien lo necesita, salir de la ceremonia. Cada una de estas estaciones, se les llama "puertas", y también están relacionadas con las 4 fases de la vida.

Al terminar las cuatro puertas, se concluye el temazcal. El guía anunciará el final de la ceremonia, y se abrirá la puerta, momento en el cual podrás salir al exterior gateando, como si se saliera del vientre materno ... te llenará la sensación de un nuevo renacer a la vida.

Este evento cuenta también con beneficios físicos en la piel (se da una gran liberación de toxinas por medio del sudor), en el aparato respiratorio, sistema circulatorio, sistema nervioso, en el aparato digestivo y muscular entre otros.

Es recomendable llevar toalla y ropa de muda para poder cambiarse una vez termine la ceremonia.

Contraindicaciones: Antes de participar en una ceremonia temazcal, debes hacer saber al guía si padeces algún tipo de enfermedad, estás tomando algún medicamento o si estás embarazada. Por lo general, las embarazadas en el primer trimestre no deben asistir, al igual que pacientes con cardiopatías o problemas respiratorios graves.