



Temazcal

EN CASA SUMAPAZ





• Temazcal •

El temazcal o Inipi, como se llama en la cultura Lakota, es una ceremonia ancestral de sanación y purificación física, mental y espiritual.

Se lleva a cabo en una casita con forma de iglú que simboliza el vientre de la madre. Frente a ella se enciende un fuego donde se calientan un número de piedras volcánicas, que posteriormente entraran al rojo vivo el centro de esta casita.

Las personas que participan de esta ceremonia entran a la casita y se sientan alrededor de las piedras calientes, una vez cerrada la puerta el lugar queda totalmente a oscuras, y la persona que dirige la ceremonia pone agua en las piedras y comienza a salir vapor calentando todo el ambiente y haciendo que los cuerpos suden. Acompañamos este sudor con cantos y oraciones por nuestra salud y nuestras vidas, en general.





El temazcal en Casa Sumapaz es guiado por la profundidad y dulzura de Diana Pinto

Diana Pinto



Soy mamá de Valentina de 11 años, formada en artes escénicas, Kundalini yoga y Yoga prenatal, Doula y Partera; A partir de la maternidad surgió en mi la inquietud formarme como Doula y eventualmente como Partera, he transitado el camino de la medicina indígena desde hace 20 años, con distintas formas de ceremonias, con plantas, con diferentes etnias de Colombia, México y Estados Unidos, encontrando en estas 2 ultimas la ceremonia del temazcal que ha sido el gran regalo que me da la madre tierra, en donde puedo integrar mi labor como partera con mi camino espiritual.





Esta ceremonia no tiene restricciones de ningún tipo, sin embargo si alguna persona tiene una condición de salud importante, es necesario comunicarlo para analizar el caso y poder tomar una decisión acorde y responsable sobre su participación en la ceremonia.

Recomendaciones

DE BUEN USO DEL TEMAZCAL

Para el uso del Temazcal te recomendamos traer vestido de baño, pareo y toalla. Preferiblemente prendas que se puedan untar de barro. Una vez finalizada la ceremonia te ofreceremos un baño de hierbas dulces.

Después del baño de hierbas y antes de ingresar a la habitación, te pedimos el favor de remover todo el barro ya sea con manguera o en la ducha.

Si vas a tomar una ducha final en tu habitación aconsejamos secarte con la toalla que trajiste de casa o una toalla de piscina de Casa Sumapaz.

De esta manera nos ayudas a cuidar la dotación de toallas blancas de Casa Sumapaz.

