

Belleza

CHOCOLATERAPIA.

Antidepresivo, antiestrés, antioxidante, aporta minerales y oligoelementos. Es relajante, estimula los sentidos, contribuye a la oxigenación celular, activa la circulación sanguínea y linfática, aporta suavidad y elasticidad. Retrasa el envejecimiento cutáneo.



TERAPIAS HOLÍSTICAS

Muy mencionadas últimamente, pero ¿qué son exactamente? Son aquellas que apuntan a la sanación natural del organismo, a estimular la capacidad de cada uno de volver al equilibrio. El ser humano es concebido como una unidad cuerpo, alma, mente, escapando a la tendencia de tratamientos sólo físicos, típicas maneras de abordar una dolencia según la halopatía. Uno de los centros más importantes en El Bolsón es *Lumina*, creado por Aluminé Honik, con más de 35 terapeutas en disciplinas como lectura del aura, limpieza energética o baño de Gong, masajes holísticos con técnicas mixtas, entre otros, y que recibe 1400 visitantes por mes. El espacio es imponente: dos pisos construidos con materiales naturales, paredes oxigenadas

“ESTA PARTE DEL SUR ES UN LUGAR ELEGIDO POR MUCHOS MAESTROS BUDISTAS Y CONVERGEN AQUÍ DISTINTAS FILOSOFÍAS QUE TIENEN QUE VER CON EL REGRESO A LO NATURAL”, ALUMINÉ HONIK.

con adobe, paja y arena volcánica, techos vivos y espacios sin ángulos rectos que favorecen la circulación energética. Para coronar este lugar casi místico, un salón de 100 m2 con dos enormes ventanales de vitraux en forma de ojo, símbolo de uno de los 7 Chakras. Claro, con la imponente vista al Piltriquitrón. “Sin duda la energía de este lugar es muy intensa. Hay quienes no la soportan y quienes se zambullen y emergen renovados. Es iniciar un camino, personal, único e ir encontrándose con la ayuda de herramientas, muchas ancestrales, que tenemos olvidadas. Ocurre que desconocemos nuestro propio poder para sanar”, explica con voz pausada y serena. “Es un lugar elegido por muchos maestros budistas y convergen aquí distintas filosofías que tienen que ver con el regreso a lo natural. Se trata un poco de cambiar la cabeza, de aprender recursos para encontrar nuestro propio ser, vivir en paz con nuestra energía”, resume. Uno de los tratamientos estrella es el baño de gong, que realiza ella misma. Consiste en una inmersión de sonido que se propone movilizar las aguas del cuerpo para así limpiar energéticamente ese alma. Y es que para entregarse a estas opciones hay que soltar lo conocido hasta aquí. Ni siquiera los masajes son como los que uno imagina en cualquier centro de wellness de las ciudades, sino que son un mix de técnicas para lograr un efecto holístico sensitivo.



YOGA.

“En *Anahata* se ofrece la posibilidad de iniciar un proceso de transformación a través de una práctica universal que cultiva y realiza el potencial de cada ser humano”, asegura Germán Garro.

