

SPAS AU SOLEIL / MALDIVES

Le Night Spa propose quatre rituels de 2 h 30 chacun, aux propriétés boostées lorsqu'elles sont associées aux cycles correspondants du calendrier lunaire, cher à l'Ayurveda.



RENDEZ-VOUS AVEC **LA LUNE**

S'INSPIRANT DE L'AYURVEDA, L'ISLAND SPA DU **FOUR SEASONS KUDA HURAA** A IMAGINÉ UNE EXPÉRIENCE NOCTURNE UNIQUE AUX MALDIVES. LES RITUELS, PRESCRITS AU CLAIR DE LUNE, RÉCONCILIENT BIORYTHMES ET CYCLES NATURELS.

TEXTE LUCIE TAVERNIER



SEULE LA LUEUR DU CLAIR DE LUNE Éclaire les rituels « Night Spa »

DEPUIS DES MILLÉNAIRES, l'Ayurveda intègre dans sa philosophie l'influence des cycles lunaires sur l'équilibre du corps et de l'esprit. Afin de le vérifier, survolons l'océan, à quelques encablures des côtes indiennes, patrie de cette médecine ancestrale et naturelle, jusqu'à l'île du Four Seasons Kuda Huraa, l'un des premiers resorts à avoir élu domicile aux Maldives. Le coucher du soleil y est un signe qui ne trompe pas : c'est l'heure du spa. Pour cela, direction le ponton. Les eaux translucides ont grignoté du terrain au fil des années et isolé une langue de sable du reste du resort tapi derrière la végétation tropicale. L'Island Spa y élève son architecture épurée, inspirée par les traditions locales. Seul un dhoni, l'embarcation typique maldivienne, permet d'y accéder et garantit la tranquillité

absolue des lieux. bercée par le clapotis du lagon, la traversée silencieuse, rideaux tirés, prépare à l'atmosphère feutrée qui règne du lounge aux cabines de soin. La nuit tombée, elles se déplacent sur le sable blanc, à ciel ouvert pour mieux se fier aux cycles lunaires. En fonction de la position de l'astre, les thérapeutes conseillent l'un des quatre rituels lunaires : équilibrant, revitalisant, apaisant ou purifiant. Ainsi, les actifs naturels des produits de la marque australienne Sodashi, « green » et chic, délivrent tous leurs bienfaits à des « massés » en phase avec leur propre rythme, calqué sur celui qui régit les éléments. Un instant de délasserment profond autant qu'un moment de poésie nocturne, au clair de la lune... ■



Carnet de voyage

Tselana Travel propose un séjour à partir de 8 128 € par personne (en base double) incluant les vols A/R Paris-Malé via Mascate sur Oman Air en classe économique, taxes incluses, 6 nuits en Sunrise Beach Bungalow avec piscine, pension complète, transferts en bateau aéroport-hôtel, un rituel Night spa en couple, un massage Kuda Huraa de 60 min pour deux personnes, ainsi que l'assurance rapatriement. www.tselana.com

