

## Fra mænd ingen adgang til holistiske spaer for alle moderne mennesker.

Af Julia Lahme

I skønhedsuniverset skal man have styr på sine begreber. Ord skifter mening, og kultur skifter indhold og betydning. Et af de fineste eksempler på dette er ordet spa; et ord og en kultur, som har undergået store forandringer. Og igen er noget nyt og spændende ved at ske.

### Spakulturen: Mænd masser af adgang?

Siden før middelalderen har mennesker valfartet til hellige kilder. I Danmark og i Norden har vi vores del af kilderne, ofte glemte og uden betydning som spabyer. I modsætning til dette har de hellige kilder i Sydeuropa ofte en fortid som først romerske spaer, eller kurbade. De forsvandt i glemslen i århundreder, for i 1700 og 1800-tallet at genopstå som elitens foretrukne feriebyer; spabyerne. I spabyernes kurbade genforstod man, at vand ikke var dårligt for mennesket, og "to take the waters", "at (ind)tage vandet" blev en helsebeholdrende aktivitet, som man kunne forsvare at bruge tid og (mange) penge på. I hele spakulturens levetid har mændene været en stor del af spakulturen. Det er faktisk kun i ganske få lande, at mænd har helt så svært ved at få foden ind i spaet, som i Danmark. I Finland, Rusland, Tyskland og mange, mange andre lande er det at bade sammen, gå i sauna og dampbade sammen, gå i tyrkisk hammam og at modtage massager af kyndige hænder ikke en feminin aktivitet, men ganske ofte noget mænd gør sammen side om side, ligesom kvinder gør præcis det samme med deres kønsfæller.

### Kroppens problemzoner

Det er paradoksalt, at vi i Danmark har set mændene forsvinde ud af spaet samtidig med, at en mængde spaer er skudt op i Danmark siden nullerne. Hvis vi skal forstå hvorfor, er vi nødt til at erkende, at det feminine i spakulturen har taget fuldstændig over samtidig med, at spaerne har opnået international kvalitet. I mange år var Danmark ikke ligefrem en destination, hvis man ønskede en spaoplevelse, men i dag kan vi i Danmark bryste os af flere spaer af international standard med individuelle profiler. Ofte dog ganske sjældent besøgt af mænd.

For at forstå hvor mændene er blevet af, er det en fordel at vende begreberne en halv omgang: Spa blev i Danmark til wellness, og wellness blev til skønhedsfremmende behandlinger. Spaen blev i sig selv en biting, et stort badekar og eventuelt en sauna, som kunden kunne slappe af i, inden det blev tid til en skønhedsbehandling for ansigt, krop, fød-



# Mændene kommer!

der eller hænder. I modsætning til andre kultururs, og ikke mindst til fortidens spaer, blev kroppen simpelthen delt op. I skarp kontrast til de tyske spaer, de svenske, eller sågar de franske, gjaldt det at være i spa i Danmark ikke om at tage vare på hele kroppen, men om at behandle sig ud af alders-tegn, tør hud eller hårvækst øst og vest for bikinilinjen. Kroppen blev ganske simpelt til dele, hvor hele den traditionelle spakultur i virkeligheden handler om at få kroppen og sindet til at hænge sammen, og mens kroppen blev gjort til problemzoner, som kvinder havde brug for hjælp til, forsvandt mændene stille og roligt ud af spaerne.

### Kroppen som sindets betingelse

Noget nyt er ved at ske. Man kan sige, at spaen er ved at vende tilbage til sit originale formål, men man kan også skåle i kildevand for, at det sker i overbevisende høj standard. Samtidig med at vi i Danmark er ved at ændre kropskultur på flere parametre, skyder der nemlig spaer op til at hjælpe os med det. For det første er vi blevet en nation af yogaelskende kvinder som mænd. At holde sig i form handler ikke mere kun om at kunne løfte vægte, til man ser ud på en bestemt måde, men også om at løbe for at holde sig i form og for at opnå nærmest meditativ tilstand. Yoga og pilates dyrkes heller ikke kun for at holde sig i form, men for at give sindet ro og den enkelte mulighed for at fordybe sig i sig selv, sin krop og sit sind. Vi – kvinder som mænd – tager langt mere ansvar for vores fysiske og psykiske helbred end nogensinde før. Vi interesserer os for økologi, kosttilskud, selvudvikling og ikke mindst for vore kroppe. Alt dette ses nu i de spaer, som giver slip på et ensidigt fokus på at behandle kroppens dele for skønhedsmæssige skavanker, men inviterer motiverede kunder indenfor for at give deres kroppe den ro, den omsorg og den pleje, de har brug for, for at kunne være det hjem for sindet, sjælen og det daglige arbejde, som de gamle græske



Foto: Ystad Saltsjåbad





tænkere også mente, man skulle forstå kroppen som. Vi tager ansvar for vores krop og vores individuelle helbred, men ikke som i wellness-nullerne, hvor spaen indimellem kunne mistænkes for at være en slags vandland for voksne. Barren er i den grad flyttet, og vi er på vej ind i en ny high-end fase for de danske spaer. Derfor ser vi også, hvordan de spabehandlinger, der tilbydes er lige så holistiske, som det enkelte menneske er begyndt at se på sig selv, sit sind og sin krop. Det er vitterligt ikke længere kun det ydre, der tæller, men i lige så høj grad det indre velbehag.

### Mændene er på vej

For mændene har det den konsekvens, at de er ved at søge tilbage til spaen. Når kroppen igen opleves som et hele frem for kun som dele, der skal behandles individuelt, føler de sig igen inviteret indenfor; noget som spaer rundt om i Danmark nyder godt af. Spaen er nu ikke længere et venteværelse inden skønhedsbehandlinger eller et slags vandland for voksne, men et rum til personlig, individuel og konsekvent fordybelse. Dette appellerer i lige så høj grad til mændene, som det gør til kvinderne, og i de kommende år er det ikke svært at se en øget tilstrømning fra netop mændene til de danske spaer. Læg dertil at mange af spaerne er blevet så smukke, at de i sig selv udgør en destination, og mændene er hverken svære at lokke med deres kærestes eller sene til selv at klikke en booking igennem.

## Fem spaer, der vil din krop, dit sind og din mand det godt



### Vejle Fjord Spa

Vinderen af kategorien Årets Spa står efter en udvidelse som en dansk perle i international klasse. De termiske bade er nemlig nu ledsaget af Thalasso-spa, hvor ophold i det store saltbad og saltsaunaen øger blodgennemstrømningen, styrker immunforsvaret og plejer huden. Stedet rummer efterhånden alt det, der kan give kroppen så meget ro, at sindet følger med. Sammen med massager, varme og kolde bade samt dampbade og saunaer rummer dette sted alt det, både du og din mand ikke vidste, I manglede.

### Dronning Dorotheas Badstue

I Kolding findes et nordisk bud på forkælelse til kroppen og afstresning til sindet. En konsekvent holistisk indgangsvinkel, hvor alt står i afslapningens tegn, blev nomineret til Årets Spa ved Danish Beauty Awards 2017 og præsenterer både lysterapi, relaxbassin, duftbassin og saltvandsbassin.

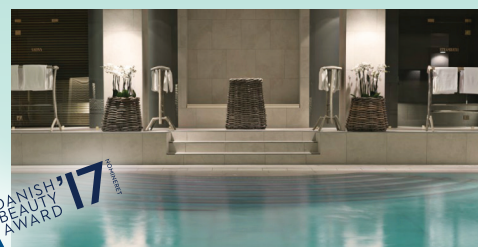


### Kurbadet Ilse Jacobsen

Hos Kurbadet Ilse Jacobsen i Hornbæk er det igen den holistiske approach, der trækker folk til. Her kan man bade i en opvarmet udendørs pool, nyde sauna og mange andre ting i en holistisk tilgang, der både arbejder med mindfulness samtaler, krops- og ansigtsbehandlinger og opfordrer alle – mænd som kvinder - til at bruge en formiddag på at opnå konsekvent velvære og afstresning.

### Amazing Space

I hjertet af København, på Kongens Nytorv, ligger Amazing Space, som er en af Danmarks absolut førende locations, når det kommer til skønhed. Med et tilknyttet bassin, sauna, dampbad og behandlinger, der fokuserer lige så meget på det indre som det ydre, har Amazing Space lagt en linje, som vil lære os alle, hvordan man bliver smuk indefra og ud.



### Skodsborg Kurhotel

Cremen af cremen og med en international kundekreds, der ofte lander på hotellets helikopterplads, er der dømt endeløs selvforkælelse og afkobling fra den virkelige verden i et spa, der bruger både lys og vand til at give den enkelte energi til at yde sit bedste. ■