

# Suzzane Powel: la importancia de una alimentación sana y libre de sustancias tóxicas

I Congreso de Alimentación Consciente

21/08/2011 - Autor: Caja de Pandora - Fuente: [www.lacajadepandora.org](http://www.lacajadepandora.org)

Aprender a comer de forma consciente, combinando correctamente los alimentos (dieta disociada), en equilibrio yin-yang, para conseguir una digestión óptima, una evacuación eficaz y una desintoxicación continua. De esta forma se puede mantener la línea y la salud.

Aprender la importancia de alcalinizar el organismo para evitar enfermedades y recaídas. Cómo prevenir y tratar el cáncer de una manera complementaria o alternativa con la terapia holística. Conocer los alimentos más adecuados para una buena alimentación y aplicar buenos hábitos, de forma sencilla y práctica.

La importancia de salir de la ignorancia alimenticia y re-educar.

Zen como camino para el despertar de la consciencia, equilibrio y alimento para el alma; mente en paz, cuerpo en paz, espíritu en paz.