

## Javier Luque Guzmán

### *Ciclo de sensibilidad alimenticia*

La alimentación es un elemento clave en la integración de Prana. Aprenderemos la relación cuerpo/mente/espíritu con el alimento. A lo largo del festival Javier irá adentrándonos en este mundo. Mostrándonos recursos y herramientas prácticas sobre fundamentos de higiene vital que podremos poner en práctica de forma personalizada acorde a nuestras necesidades y punto de partida.

### **Bio**

Desde temprana edad ha estado en una búsqueda espiritual experimentando diferentes técnicas para llevar una vida consciente. Comienza su práctica de Kundalini yoga desde el 2005 y hace 2 años es instructor certificado por KRY. Javier es chef vegano y crudivegano, experto en higiene vital. Imparte cursos de nutrición y cocina desde hace 10 años; colabora en numerosos retiros de yoga como encargado de la Nutrición y como profesor de alimentación yóguica en cursos de instructores. Practica la agricultura ecológica y permacultura desde hace 10 años en Coin (Málaga).

