COMUNICATO STAMPA

Anne Osborne
Fruttarismo, la via verso il Paradiso
Impronte di Luce
Pagine: 300
Euro: 17,00

SI PUÒ VIVERE BENE ANCHE DI SOLA FRUTTA!

Oltre il vegetarismo, i vantaggi della dieta fruttariana

Anne Osborne
Nata a Leicester, in Inghilterra, nel 1966, Anne Osborne ha scoperto la dieta fruttariana all'età di 24 anni.
Nel 2003 si è trasferita nel Queensland, nell'Australia subtropicale, dove il clima è favorevole alla crescita di frutta abbondante e succosa. Anne ha cresciuto i suoi due figli, Camlo e Cappi, con una dieta fruttariana, e oggi si dedica attivamente alla diffusione di questo stile di vita per condividere con tutti i benefici che ne ha tratto.

Impronte di Luce di Elena Grassi
Via Fiorenza Castelli, 30
20017 Rho (MI)
Tel. 02.93162325
www.improntediluce.it
info@improntediluce.it

Per informazioni:
Giro di Parole – divisione di Metaphor
Tel. 02 30910986 – media@girodiparole.it

«La frutta ha una stretta relazione con la luce. Il sole riversa nella frutta un flusso continuo di luce, e la frutta costituisce il cibo migliore di cui l'uomo necessiti per sostenere il proprio corpo e la propria mente.»

La missione di Impronte di Luce è pubblicare "tracce di nuovi percorsi per la comunicazione tra i regni della natura". Percorsi che tutti possono seguire anche senza essere degli illuminati, ma semplicemente modificando le abitudini quotidiane. Ad esempio, il cibo: non tutti sanno che si può vivere bene di sola frutta! ***Fruttarismo, la via verso il Paradiso*** di Anne Osborne, è un libro assai innovativo che racconta le personali esperienze di gioia e meravigliosa salute ottenute con una dieta a base di sola frutta fresca e cruda.

Senza pretendere di insegnare alcuna dottrina sulla vita e sull'alimentazione, l'autrice spiega i motivi per cui crede che una dieta fruttariana sia in grado di portare grande benessere, felicità e amore. Non si tratta di una scelta prettamente dietetica, quanto spirituale ed evolutiva, utile per purificare il corpo, la mente… e l'intero Pianeta.
Il fruttarismo è il tipo di alimentazione più ecologico che esista, perché la coltivazione di alberi da frutto riduce lo sfruttamento del suolo ed evita l'uccisione di animali e delle piante stesse: i frutti sono l'offerta spontanea della Natura agli esseri frugivori, come l'uomo.

Non tutti si sentiranno chiamati a una dieta totalmente fruttariana ma, ispirati da questo libro, potranno almeno iniziare a rompere con schemi mentali prestabiliti e capire che vivere di sola frutta è possibile. Perché, come sostenne l'emerito professor Arnold Ehret, originatore e Maestro del Sistema di Guarigione della Dieta Senza Muco, «Nessun animale, quando mangia, unisce insieme cibi diversi.». Le mono-diete, senza privare l'organismo di nutrienti vitali, non possono che aiutarci a emettere vibrazioni altamente positive, leggere e sottili, e a sviluppare armonia con l'ambiente che ci circonda.

«Durante gli anni della mia dieta fruttariana, ho avuto modo di apprezzare l'interesse e l'entusiasmo per i cibi crudi e naturali che si è sviluppato in Italia. Spero che il mio libro possa dare un piccolo contributo alla consapevolezza salutistica del vostro Bel Paese.»
Anne Osborne