

PRESENTACIÓN

Este es el primer número de una revista que surge desde el *Instituto de Salud y Conciencia de Albacete*, asociación cultural sin ánimo de lucro. Para el desarrollo de sus contenidos se nutre de la contribución de personas que, desde su experiencia personal o profesional, buscan compartir la difusión de las terapias naturales y los valores humanos en todos los ámbitos. Todas las aportaciones tendrán en común su espíritu abierto y flexible, así como el interés por el crecimiento o desarrollo personal.

La revista toma su nombre, vivir AHORA, del término latino “ad oram”, que se traduce por “tiempo presente”. La meditada elección de este nombre se debe a la importancia de su significado, el momento en el que estamos, por su fuerza impulsora de nuevas acciones, y su imperativa premisa de hacernos conscientes de cada instante.

Es posible que los artículos que contiene contribuyan a despertar, en las mentes y los corazones de quienes los lean, el interés y curiosidad suficiente para profundizar en los diversos temas propuestos, o tal vez motivarles a buscar sus propios potenciales de cambio hacia una vida más equilibrada e integrada.

En cualquier caso nosotros hemos disfrutado poniendo en común nuestras inquietudes, y somos los primeros beneficiados con la iniciativa, ya que el mero hecho de hacer realidad esta publicación ha enfrentado a nivel individual a cada uno consigo mismo en muchos aspectos, sin olvidar que el trabajo grupal es siempre un modo de trabajar el propio ego.

A todos los que la han colaborado en este proyecto, nuestro sincero agradecimiento.