

# EL TETRIS

## evita adicciones

**UN GRUPO DE PSICOLÓGOS** australianos y británicos han demostrado que jugar al Tetris durante periodos de tiempo corto interfiere en los deseos de comer, tomar drogas y consumir otras sustancias estimulantes. Según los investigadores esto se debe a que jugar a este videojuego consume recursos mentales que de otra forma estarían enfocados a saciar estos deseos. Se ha planteado realizar pruebas para utilizarlos con drogodependientes.



# TODA UNIÓN

## tiene un propósito

**SIEMPRE HEMOS OÍDO QUE “LA UNIÓN HACE LA FUERZA”** ¿Es verdad? Sí. Pero la unión... ¿con quién? ¿Con toda la Humanidad? ¿Con nuestra familia? ¿Con nuestros compañeros de trabajo? ¿Con nuestro equipo de fútbol? ¿Con el universo? Por cierto eso del Universo suena muy bien ¿para qué? Si no hay propósito no hay sentido y sin sentido no hay motivación y sin motivación no hay acción, y sin acción no hay repercusión. Pues, el gran sentido de la unión es establecer en primer lugar una unión férrea con nosotros mismos, para no ir desbordados, fuera de foco, la mente hacia el pasado, el cuerpo caminando sin rumbo y el corazón sin respiro. Estar unidos con nuestro ser extraordinario, nos hace tener la mente más clara, el corazón vibrante y el cuerpo más puro, ¿para qué? Para establecer esa conexión infinita con el Universo donde nuestro microcosmo se armoniza con el macrocosmo y se establece el principio de sincronicidad, donde cada instante es eterno y fluye con felicidad. ¿Y la felicidad no es el propósito esencial de nuestra existencia?

**MAYTE ARIZA DE ALBERTY**

Coach Dreamer

[www.dreamsStrategy.com](http://www.dreamsStrategy.com)

@dreamsStrategy