

**Esta revista es de distribución libre y gratuita siempre que sea realizada en su totalidad y sin realizar ningún cambio en su contenido. Esto significa que USTED PUEDE:**

- Reenviárselo a todos sus amigos, o regalárselo a quien desee, por el medio que prefiera (email, Messenger, ICQ, impreso en papel, etc.).
- Autorizar a sus amigos a reenviarlo o regalarlo a quien ellos quieran.
- Enviarlo a través de un newsletter, lista de correos, foros, chat, Messenger, o por cualquier otro medio y a cualquier comunidad a la que pertenezca.

Regalarlo a través de su sitio web ya sea con acceso libre, con registro previo, como regalo para nuevos suscriptores, como bonus para sus clientes, etc.



Recursos y servicios para ayudarte a vivir tu vida en plenitud: amor y pareja, cursos, pps y libros gratuitos, becas, humor, recursos anti-edad, empleo, finanzas personales, crecimiento personal, y mucho más...

#0072 Agosto/2/04

Distribuido a más de 1.760.232 suscriptores.

## Contenido

- » **Imperdibles** ii Entérate ahora y no te quedes afuera !!
- » **Empecemos con una sonrisa:** Madre hay una sola... y justo me tuvo que tocar a mí
- » **Curso recomendado:** Decoración en Madera
- » **Tema destacado de hoy:** Cómo leer más rápido
- » **Una caricia en el alma:** La vasija
- » **Secretos para navegar como un experto** Chatea con el Messenger sin molestias
- » **Comunidad** Nuevas comunidades, Cursos, Programa de padrinos

## La frase

"El trabajo endulza la vida; pero no a todos les gustan los dulces".  
(Victor Hugo)

## Imperdibles

### Novedades en el sitio

No dejes de visitarnos con regularidad ya que incorporamos de modo permanente novedades de sumo interés.

**En este Boletín te sugerimos que leas:**

- 1) Técnicas sensuales para comunicarse en pareja  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloId=5718>
- 2) Los astros y la intimidad  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloId=5716>
- 3) Más ejercicios para la cola  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloId=5701>
- 4) Qué hacer cuando te echan la culpa de algo que no hiciste  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloId=5703>
- 5) Medios naturales para realzar tu belleza  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloId=5697>
- 6) Aprenda a desarrollar su inteligencia creativa  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloId=5696>
- 7) Claves para superar los calores y otros síntomas de la menopausia  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloId=5693>
- 8) ¿Mucho ejercicio, mejor "cama"?  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloId=5671>
- 9) Los hombres también cuidan su rostro  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloId=5677>

## Datos administrativos

- Suscribirse / Eliminarsé
- Recibir en otra dirección
- Version resumida
- Home
- Editor
- Números anteriores
- Privacidad
- Publicidad
- Contacto
- Recordar datos



## Becas:

Gana una beca de hasta 2000 euros para tus estudios  
Para conocer todos los requisitos y detalles de la convocatoria, haz **clik aqui**

10) ¿Por qué la misma prenda no te queda tan bien como a tu amiga?

<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=5670>

### LAS COLABORACIONES SON BIENVENIDAS !!

ENVIANOS tus notas, cuentos, poesías, recuerdos personales, relatos de viaje o lo que te interese que publiquemos !!!

Sólo tienes que escribirnos a: [redaccion@enplenitud.com](mailto:redaccion@enplenitud.com)

### ¿Te gustaron estas notas?, ¿Quieres compartirlas?

Reenvía este boletín ahora mismo a quién tú desees, o envíanos

su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a: [reenvios@enplenitud.com](mailto:reenvios@enplenitud.com)

### Empecemos con una sonrisa:

## Madre hay una sola... y justo me tuvo que tocar a mí

- Hola, ma, te puedo dejar los perros el fin de semana?
- ¿Vas a salir?
- Sí
- ¿Con quién?
- Con una amiga
- Yo no se porque te separaste de tu esposa, es una mujer tan buena.
- Yo no me separe mamá.....ella me dejó!
- Tú dejaste que se fuera y ahora andas por ahí con cualquiera...
- NOOO... no ando con cualquiera mamá!..... ¿ Te puedo dejar los perros el fin de semana?? ¿SI O...NO?
- ¡Yo jamás los dejé a ustedes para salir con alguien que no fuera tu padre!.
- Hay muchas cosas que tú hiciste y yo no hago.
- ¿Qué me quieres decir?
- Nada, nada... solo quiero saber si te puedo dejar los perros.
- ¿Vas a quedarte a dormir con esa vieja? ¿Qué diría tu esposa si se enterara?
- ¡Mi EX esposa!... y no creo que a ella le preocupe pues desde que nos separamos no debe haber dormido sola ni una noche!
- Entonces, ¿te vas a quedar a dormir con esa ninfómana?
- No es una ninfómana... ¡por favor mamá!
- Una vieja que sale con un divorciado... con perros... es una ninfómana, una vividora.
- No quiero discutir. ¿Te llevo los perros o no?
- Pobres perritos, con un dueño así!
- ¿¿¿¿¿ Así cómo ????????
- ¡Con pajaritos en la cabeza, por eso te dejó tu esposa!
- ¡Bastaaa!!!!!!!!!!!!
- ¿Encima me gritas?.... ¡Seguramente a esa vieja con la que sales también le gritas!
- ¡Ahhh! ¿Ahora te preocupa la cualquiera?
- ¿Viste que SI es una cualquiera?.... Si yo me di cuenta enseguida
- ¡Adiós mamá!!!!
- Espera... no cuelgues!... ¿A qué hora me traes los perros?
- No los voy a llevar.... ¡No voy a salir!!!!
- Hijito, si no sales nunca, ¿como piensas rehacer tu vida?

Enviado por Maia. ¡Muchas gracias!

### Encuentra los cursos que estabas buscando:

- Artesanias y Manualidades
- Autoayuda
- Ciencias Alternativas
- Computación
- Comunicación
- Diseño Grafico y Maquetación
- Gastronomía y cocina
- Hogar
- Humanidades
- Idiomas
- Marketing y ventas
- Medio ambiente
- Oposiciones
- Recursos humanos
- Salud
- Terapias alternativas
- Sexualidad

### Recomendados

- Aprende a ganar dinero haciendo que tu dinero trabaje para ti

#### Descripcion:

Todos los cursos dictados por En Plenitud son online y gratuitos. Para ver todos los cursos disponibles, saber como funcionan e inscribirte, **haz clic aqui.**

Haz clic en el nombre del curso de tu interes, regístrate como miembro si aun no lo has hecho (recuerda que el hecho de que recibas este boletín no significa que estes registrado como miembro)... y comienza a disfrutar de nuestros cursos.

Hay mucho más humor en:

<http://www.enplenitud.com/areas.asp?areaid=39>

¿Te gustó?, ¿Quieres compartirlo?

Reenvíalo ahora mismo a quién tú desees, o envíanos su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a: [reenvios@enplenitud.com](mailto:reenvios@enplenitud.com)

**Curso recomendado de hoy:**

## Decoración en Madera

En este curso, adquirirás las destrezas necesarias para alcanzar un nivel profesional en la especialidad de la madera, para satisfacción personal, para formar a otros en este campo, o para hacer de esta habilidad su profesión.

El curso te brinda una formación integral en pintado con colores acrílicos, teñido, decapado, barnizado y craquelado.

La formación incluye el envío de los materiales y videos con demostración de las técnicas paso a paso.

Durante todo el tiempo que dure el estudio, cuentas con el apoyo de un tutor personal, con el que podrás contactar por teléfono, por carta, a través del fax o del correo electrónico.

Pide más información ahora en: <http://cursos.enplenitud.com/masinfo.asp?curso=295>

## Programa de madrinas y padrinos

Ayúdanos a lograr que la comunidad de los que queremos vivir la vida en plenitud se fortalezca día a día.

Apadrina (o amadrina :-)) a tus amigos, familiares y/o colegas, para que puedan acceder a todos nuestros contenidos y servicios en forma totalmente gratuita.

**Envíanos su email, nombre y apellido a: [padrinos@enplenitud.com](mailto:padrinos@enplenitud.com)**

para enviarle, en forma personalizada, la última publicación de En Plenitud y una invitación a unirse a nuestra comunidad.

GRACIAS !!!

Conoce a las MADRINAS Y PADRINOS DESTACADOS de este número yendo al pie de este boletín

**Nota destacada:**

## Cómo leer más rápido

Cuando uno aprende a hacer algo pareciera que nunca puede llegar a realizarlo rápidamente. El tiempo se volvió, en estos últimos años, en un bien muy preciado por todos los seres humanos. Siempre escasea.

Por eso también uno "pierde" tiempo al leer algo ya sea revistas, diarios, lecturas en el trabajo, o inclusive el bombardeo de información que facilita Internet.

La idea de esta nota es que usted aprenda a leer rápido. Ahorrar tiempo en la lectura.

Aunque esto no significa no prestar atención a lo que se está leyendo. Todo lo contrario. Se trata de aprender a leer más rápido de lo que usted acostumbra a hacerlo y poder retener todo en su memoria.

¿Cuándo comenzar?

Lo primero que hay que determinar es lo que usted está leyendo. Si es un papel de negocios tendrá que leer cuidadosamente los artículos más importantes y estar bien alerta a lo que está redactado en ellos.

Para comenzar

Primero, relájese: Una de las primeras cosas que debe recordar a la hora de leer es relajarse.

Si por ejemplo le presentan un informe de 300 páginas a leer en un fin de semana, su primera reacción puede ser la de tensionarse, como la mayoría de la gente. Pero ponerse de esa manera causará una mayor demora en su mente, haciendo imposible que usted se concentre.

Trate de estar lo más relajado posible o su mente se centrará solamente en la tarea más que en el contenido y la comprensión del material.

## Libro gratis

### Todo sobre la Bolsa

En este libro digital que le ofrecemos hoy -sin costo alguno-, encontrara las claves necesarias para ganar dinero en la Bolsa y el mercado de acciones sin correr riesgos.

Para descargar el libro **haz clic aqui**

### Colabora con nosotros y...

! Hazte conocer gratis!

- Envíanos tus notas o artículos sobre tu especialidad o area de interes para darte a conocer sin costo a las mas de dos millones de personas que visitan En Plenitud todos los meses, a: [envionotas@gmail.com](mailto:envionotas@gmail.com)

y con gusto nuestra redaccion los considerara para su publicacion (las notas pueden incluir tus datos de contacto y antecedentes profesionales, pero NO deben ser meramente promocionales y deben contener informacion de utilidad para el lector)

Nuevo!

Con mas de cinco notas aceptadas para su publicacion tiene tambien a su disposicion una pagina personal gratis alojada en nuestro sitio.



## Haz valer tu opinion y gana dinero. Puedes ganar un iPod de 60GB de Apple !!

Si vives en los Estados Unidos, **haz clic aqui** para inscribirte o visita: <http://tinyurl.com/7ejn2>

Si se trata de un libro entero que usted tiene que leer, primero chequee el índice para ver su contenido, y lea las cubiertas del libro (sí, muchas veces usted puede juzgar a un libro por su contratapa).

Esto lo ayudará a comenzar con el pie derecho.

**Continúa en:**

<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=5682>

**¿Te gustó esta nota?, ¿quieres compartirla?**

Reenvíala ahora mismo a quién tú desees, o envíanos su e-mail Para que lo hagamos en tu nombre a:

[reenvios@enplenitud.com](mailto:reenvios@enplenitud.com)

**Una caricia en el alma:**

## La vasija

Contaba el Maestro en cierta ocasión la historia de una antigua vasija de cerámica, de valor inestimable, por lo que había pagado una fortuna en una subasta pública.

La vasija había sido usada durante años por un mendigo que acabó sus días en la miseria, totalmente ignorante del valor de aquel objeto con el que había pedido limosna.

Cuando un discípulo preguntó al Maestro qué representaba aquella vasija, el Maestro le dijo:

- "A ti mismo".

El discípulo le pidió que se explicara, y el Maestro prosiguió:

- "Tú centras toda tu atención en el insignificante conocimiento que adquieres de los libros y de los maestros. Sería mejor que le prestaras más atención a la vasija en la que lo guardas".

Todos somos valiosísimos objetos creados por Dios.

Valórate. A pesar de tus errores, vales mucho.

Enviado por Liliana. ¡Muchas gracias!

- ¿Te gustó?, ¿Quieres compartirlo?, ¿Conoces a alguien que necesita de este mensaje?

**Más pensamientos y reflexiones para hacer la vida más fácil en:**

<http://www.enplenitud.com/areas.ASP?areaid=8>

**¿Te gustó?, ¿Quieres compartirlo?**

Reenvíalo ahora mismo a quién tú desees, o envíanos su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a:

[reenvios@enplenitud.com](mailto:reenvios@enplenitud.com)

**Secretos para navegar como un experto:**

## Chatea con el Messenger sin molestias

Te contamos los pasos para eliminar para siempre las molestas ventanas "extra" que se abren junto con el MSN Messenger, como el "MSN Hoy".

- Abre el MSN Messenger (no hace falta estar conectado, la operación puede hacerse offline)

- Ve a la solapa Herramientas

- Elige Opciones, y luego la solapa General.

- Quita el tilde de la opción "Mostrar MSN Hoy al iniciar sesión en Messenger"

- Haz clic en Aceptar

¡Y listo! Ahora el Messenger se abrirá más rápido, y sin la pantalla de noticias.

- Comparte este consejo con tus contactos en el Messenger, ¡¡ te lo agradecerán !!

**Por último, recuerda:**

¡¡ Todos los expertos fueron novatos alguna vez !!

**Envíanos tu secreto a:** [redaccion@enplenitud.com](mailto:redaccion@enplenitud.com)

\*\*\*\*\*

Quieres conseguir una beca de hasta 2000 euros para tus estudios?

Para conocer todos los detalles y requisitos de la convocatoria,

visita <http://cursos.enplenitud.com/boletin>

\*\*\*\*\*

**Más tips y consejos para hacer tu relación con la PC más fácil en:**

<http://www.enplenitud.com/areas.asp?areaid=40>

**¿Te gustó?, ¿Quieres compartirlo?**

Reenvíalo ahora mismo a quién tú desees, o envíanos su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a:

[reenvios@enplenitud.com](mailto:reenvios@enplenitud.com)

## Cursos online

**INSCRIBETE AHORA EN FORMA GRATUITA !!**

Para saber qué cursos están disponibles, cómo funcionan e inscribirte, visita:

<http://www.enplenitud.com/cursos>

Haz clic en el nombre del curso de tu interés, regístrate si aún no lo estás (recuerda que el hecho de que recibas este boletín no significa que estés registrado como miembro) o ingresa tu nombre de usuario y contraseña.. y listo !!

**NUEVO BUSCADOR DE CURSOS**

Más de 2000 cursos a tu alcance en:

<http://www.enplenitud.com/cursos>

**INVITA A TUS AMIGOS !!**

**Porque estudiar de a dos o más es más divertido, envíales una tarjeta de invitación:**

<http://www.enplenitud.com/mandapostal.asp?id=258>

**¿QUIERES DICTAR UN CURSO?**

Envíanos tu propuesta a: [profesores@enplenitud.com](mailto:profesores@enplenitud.com)

**NUESTROS CURSOS EN TU WEB**

Si tienes un sitio web, y deseas poder ofrecer nuestros cursos a través de tu sitio, visita:

<http://www.enplenitud.com/cursos/cursosentusitio.asp>

**MADRINAS Y PADRINOS DESTACADOS de este número (en orden "de llegada"):**

- Juan Jiménez, Patty Salazar, María Núñez, Angela Vallejo, Peggy
- Ricardo Madrid, Luis Espinoza, Rocío Flores, Estela Pastor, Bease
- Guillermina Caubet, Ana Sosa, María Reynoso, Rogelio Sepúlveda
- Elvira Castillo, Patricia Monroy, Emma Cuerva, Carlos Juri, Luistor
- Marita Luna, Jessica Rodríguez, José Lizarraga, Nando Albarracín
- Cecilia Carrasco, Petty Alvarado, Nora Villagra, Irma Cavazos, Pili
- Sergio Frings, Noemí Herdía, Lorena Murguía, Priscilla Cardozo
- Patty Vetancourt, Alejandra Onate, Bertha Martínez, Emily Gonzales
- Luis Bardalez, Leticia Pérez, Flavia Ivanoff, H. Lacasa, Mariela
- Flor García, Sandra Oñatibia, Lilia de la Fuente, María Torres
- Luis Marcellini, Elba Granda, Martha Silva, Liliana Rivera, César
- Doris Reyna, Victoria Millazato, Ana Mansilla, Yasdina Luque
- Claudia Suárez, Roxana Benveniste, Pepa Frank, Carlos Barrientos
- Loreto Muñoz, Blanca Penilla, Nohemí Morado, Gabriela Reyes
- Eloina Hernández, Américo Fiori, Juan Palacios, Josefina Minora

A todos ellos, muchas gracias !!

**¿QUIERES VER TU NOMBRE AQUI?**

Apadrina (o amadrina :-)) a tus amigos, familiares y/o colegas, para que puedan compartir contigo todos nuestros contenidos y servicios en forma totalmente gratuita.

**Envíanos su email a: [padrinos@enplenitud.com](mailto:padrinos@enplenitud.com)**

para enviarle, en forma personalizada, la última publicación de En Plenitud y una invitación a unirse a nuestra comunidad.



**Descarga tu ringtone favorito**

Top Ten Tonos Locos

- Movil avergonzado
- Filtro de basura movil
- Baby
- Cosas imposibles
- El hombre de tus sueños
- Soy yo, tu movil
- Perros contra gatos
- Llamada del diablo
- Señor presidente
- Idiota al teléfono

\*\*\*\*\*

Quieres ganar un iPod de 60GB de Apple?

Si vives en los Estados Unidos, haz valer tu opinion y !gana un iPod!!

Inscríbete ahora en: <http://tinyurl.com/7ejn2>

\*\*\*\*\*

## Saludos Finales:

Nuestra propuesta es recorrer juntos este camino para mejorar nuestras vidas en la etapa más importante y rica para vivirlas.

Les saluda,

Dr. Daniel Gueller

Director

<http://www.enplenitud.com/>

## Nuestros Servicios

- Consigue pareja
- Pasion
- Horoscopo gratis
- Clasificados gratis
- Postales gratis
- Chat
- Foros

## Regalos y sorpresas

Las mejores ofertas y descuentos para los miembros de EnPlenitud

Si no funciona el link de arriba, visita:

<http://tinyurl.com/o54nx>

Todas las opiniones y artículos recogidos en este Newsletter pertenecen exclusivamente a sus respectivos autores, y son publicados a efectos meramente informativos, al igual que las ofertas laborales y de servicios, que son de exclusiva responsabilidad de quienes las formulan.

Este correo-e es enviado únicamente a quienes se han suscrito voluntariamente al mismo. EnPlenitud.com no realiza envíos no solicitados de correo-e, y nuestra **política de privacidad** no admite la comercialización de los datos de nuestros suscriptores.

Datos del Editor:

El Dr. Daniel Gueller, CEO de Latin Seniors, es el responsable de la edición.

Tiene 44 años, una esposa y tres hijos :-)

Aparte de eso, tiene un master en la Universidad de Paris VIII y estudios doctorales en la Sorbona en el campo de los estudio interdisciplinarios de la sociedad.

Todos los derechos reservados.

(c) Latin Seniors Inc. <http://www.enplenitud.com/> 2001-2006

Esta permitido el libre reenvío de esta revista mientras la misma se realice sin cambios.

Se autoriza su reproducción total o parcial con mención de la fuente e inclusión de un link activo hacia <http://www.enplenitud.com/>