

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...

#0100 Noviembre/7 - 2005 |

Distribuido a más de 1.136.172 suscriptores.

Contenido

- » **Imperdibles** Después de leer esto, dirás: ¡haberlo sabido antes !
Novedades para tu celular o móvil
- » **Empecemos con una sonrisa** Vida sana para morir... de risa
- » **Una caricia en el alma** Te invito a encontrar un tesoro
- » **Cursos:** Becas de hasta 2000 euros - Nuevos cursos - ¿Quieres ser profesor? - Cursos en tu web - Libros gratis - Programa de padrinos

- Libros gratis
Programa de padrinos

NUMEROS ANTERIORES:

<http://www.enplenitud.com/newsletter/indice.ASP>

Distribuido a más de 1.334.848 suscriptores hispanoparlantes de todo el mundo. Direcciones para SUSCRIBIRSE, ELIMINARSE, CAMBIAR DE DIRECCION: Al final de este mensaje.

Datos administrativos

- Suscribirse / Eliminarsé
- Recibir en otra dirección
- Versión 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 aquí**

Imperdibles

Novedades en el sitio

En este ejemplar te sugerimos que leas:

- 1) ¿Por qué no puedo darle placer a mi mujer?
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=7969>
- 2.- Dime tu signo y te diré cómo besas
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=7978>
- 3.- Salvavidas para salvar a tu dieta del fracaso
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=8001>
- 4.- ¿A qué hora adelgaza más el ejercicio?
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=8007>
- 5.- Cómo eliminar las arrugas en la frente
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=3802>
- 6.- Como amar el empleo que odia
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=3282%20>
- 7.- Cómo elegir el mejor teléfono celular sin arruinar tu economía
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=7965>
- 8.- RCP: Guía para salvar a alguien de la muerte
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=8013>
- 9.- Cómo escribir y redactar sin errores
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=7995>
- 10.- Evita que tu hijo comience a fumar
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=8017>

Top Ten

1. Master en Comercio Internacional
2. Master en Dirección Comercial y Marketing
3. Master en Banca y Finanzas
4. Master en Negocio y Derecho de las Telecomunicaciones, Internet y Audiovisual
5. Master en Abogacía Internacional
6. Master en Dirección del Desarrollo Local
7. Auxiliar de Enfermería
8. Estética
9. Home English
10. Quiromasaje

¿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

¿Eres profesional? !!Hazte conocer gratis !!

Si quieres **darte a conocer sin costo** a las mas de **dos millones de personas** que visitan En Plenitud todos los meses, **envíanos tus notas o artículos sobre tu especialidad a: notas@enplenitud.com** y con gusto nuestra redacción los considerara para su publicación (las notas **pueden incluir tus datos de contacto** y antecedentes profesionales, pero NO deben ser meramente promocionales y deben contener información de utilidad para el lector).

¡Nuevo!

Con mas de cinco notas aceptadas para su publicación tiene también a su disposición **una pagina personal gratis alojada en nuestro sitio.**

Y si conoces a alguien que pueda aprovechar esta gran oportunidad, reenvíale este mensaje ahora.

Ringtones, Logos y Juegos para tu Movil

Incorporamos una nueva sección, para que estes siempre al día con todas las novedades de nuestro nuevo servicio para telefonos celulares y moviles.

¡Ya llegaron los ringtones y logos de Halloween!

Descargalos ahora en: <http://tinyurl.com/9fvdt>

Los nuevos juegos para tu móvil:

Speed Addict, Pirates y Spyro

Descargalos ahora en: <http://enplenitud.play-juegomovil.com/>

Por ultimo, si quieres "agregarle temperatura" a tu celular:

Descarga ahora los ultimos tonos, logos y juegos "hot" en: <http://enplenitud.melodias-logos-sexo.com/>

Empecemos con una sonrisa:

Vida sana para morirse... de risa

Dicen que todos los días hay que comer manzana por el hierro y una banana, por el potasio.

Y también una naranja, para la vitamina C.

Y una taza de té verde sin azúcar, para prevenir la diabetes.

Todos los días hay que tomarse dos litros de agua. (Sí, y orinarlos, que lleva como el doble del tiempo que llevó tomárselos).

Todos los días hay que tomarse un Actimel o un Yakult para tener "L.Cassei Defensis", que nadie sabe qué cornos es, pero parece que si no te mandás un millón y medio todos los días, entrás a ver a la gente como borrosa.

Cada día una aspirina, para prevenir los infartos. Y un vaso de vino tinto, para lo mismo. Y otro de blanco, para el sistema nervioso. Y uno de cerveza, que ya no me acuerdo para qué era.

Si te lo tomás todo junto, por más que te dé un derrame ahí mismo, probablemente ni te enteres.

Todos los días hay que comer fibra. Mucha, muchísima fibra, hasta que logres ca.. un pulóver.

Hay que hacer entre cuatro y seis comidas diarias, livianas, sin olvidarte de masticar cien veces cada bocado. Haciendo el cálculo, sólo en comer se te van cinco horitas.

Ah, y lavarte los dientes después. Después de cada comida hay que lavarse los dientes, o sea: después del Actimel los dientes, después de la manzana los dientes, después de la banana los dientes... y así mientras tengas dientes.

Y pasarte hilo dental, masajeador de encías, buche con Plax...

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>

Encuentra los cursos que estabas buscando:

- Artesanias y Manualidades
- Autoayuda
- Ciencias Alternativas
- Computacion
- Comunicacion
- Estetica
- Gastronomía y cocina
- Hogar
- Humanidades
- Idiomas
- Marketing y ventas
- Medio ambiente
- Oposiciones
- Recursos humanos
- Salud
- Terapias alternativas
- Sexualidad

Nuevos cursos gratis

- Masaje infantil
- Parapsicología

Recomendados

- Aprende a ganar dinero haciendo que tu dinero trabaje para ti
- Como conseguir clientes (primer clase gratis)

Inscripción:

Todos los cursos dictados por En Plenitud son **online y gratuitos**

Para ver todos los cursos disponibles, saber cómo funcionan e inscribirte, haz **click aquí**.

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

Invita a tus amigos

Cuéntales sobre estos cursos ahora mismo, o envíanos su email para que lo hagamos en tu nombre a: reenvios@enplenitud.com

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**

Mejor ampliá el baño y meté el equipo de música, porque entre el agua, la fibra y los dientes, te vas a pasar varias horas por día ahí adentro.

Hay que dormir ocho horas y trabajar otras ocho, más las cinco que empleamos en comer, veintiuno. Te quedan tres, siempre que no te agarre algún piquete.

Según las estadísticas, vemos tres horas diarias de televisión. Bueno, ya no podés: todos los días hay que caminar por lo menos media hora (Dato por experiencia: a los 15 minutos andá volviendo, si no la media hora se te hace una).

Y hay que cuidar las amistades porque son como una planta: hay que regarlas a diario. Y cuando te vas de vacaciones también, supongo.

Además, hay que estar bien informado, así que hay que leer por lo menos dos diarios, para contrastar la información.

Ah!, hay que tener sexo todos los días, pero sin caer en la rutina: hay que ser innovador, creativo, renovar la seducción. Eso lleva su tiempo.

¡Y ni qué hablar si es sexo tántrico!! (Al respecto te recuerdo: después de cada comida hay que cepillarse los dientes!)

También hay que hacerse tiempo para barrer, lavar la ropa, los platos, y no te digo si tenés perro o mascota... hijos ?!

A esta altura podés ir considerando el suicidio como opción válida.

En fin: a mí la cuenta me da unas 29 horas diarias.

La única posibilidad que se me ocurre es hacer varias de estas cosas la vez, por ejemplo: te duchás con agua fría y con la boca abierta, así mientras tomás agua, salís del baño con el cepillo de dientes en la boca y le vas haciendo el amor (tántrico) de dorapa a tu pareja, que de paso mira la TV y te cuenta, mientras barrés con una escoba metida en el cu..

¿Te quedó una mano libre? Llamá a tus amigos. ¡Y a tus padres!! Tomate el vino (después de llamar a tus padres te va a hacer falta).

El Biopuritas con la manzana te lo puede dar tu pareja mientras se come la banana con el Actimel, y mañana cambian.

Y menos mal que ya crecimos, porque si no nos tendríamos que clavar un Danonino Extra Calcio todos los días. ¡ Úuuuf!

Si te quedan 5 minutos, reenviale esto a algún amigo mientras disfrutás de una cucharadita de Total Magnesiano, que hace de bien...

Y ahora te dejo porque entre el yogur Activia, el medio pomelo, la cerveza, el primer litro de agua y la tercer comida con fibra del día, ya no sé qué me estoy haciendo pero necesito un baño urgente.

Ah, ya que estoy aprovecho y me llevo el cepillo de dientes....

Enviado por José. ¡ Muchas gracias !

¿Te gustó?, ¿Quieres compartirlo?

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

reenvios@enplenitud.com

Hay mucho mas humor haciendo [clic aquí](#)

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

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

Colabora con nosotros y ... ¡ Hazte conocer gratis!

- Envíanos tus notas o artículos sobre tu especialidad o area de interés para darte a conocer sin costo a las mas de dos millones de personas que visitan En Plenitud todos

los meses, a: notas@enplenitud.com y con gusto nuestra redacción los considerara para su publicación (las notas pueden incluir tus datos de contacto y antecedentes profesionales, pero NO deben ser meramente promocionales y deben contener información de utilidad para el lector)

¡Nuevo!

Con mas de cinco notas aceptadas para su publicación tiene también a su disposición **una pagina personal gratis alojada en nuestro sitio.**

Nuevos colaboradores:

- **Jorge y Blanca Velazquez**
- **Maria Failde**
- **Ester Altvarg**
- **Sacerdotisa Maya**

Haz valer tu opinion y gana dinero

Puedes ganar hasta US\$ 10.000

Si vives en los Estados Unidos, haz [clic aquí](#) para inscribirte o visita:

<http://tinyurl.com/7exvo>

Madrinas y padrinos destacados de este número (en orden "de llegada"):

- Alicia de la Hoz,
- Doris Vasquez, Maria Dominguez, L. Rengel
- Rosa Guijarro, Leo Liliana Buffa, Gildardo Pineda, Beatriz Diaz
- Bernardina Peralta, Consuelo Barrios, Gustavo Flores, Kike
- Arlen Vilchez, Angel del Valle, Juan Gomez
- Luz Vasquez, Katy Palacios, Teodoro Flores, Reina Cordova
- Iscela Renteria, Lindomera Melendez, Yrasema Hernandez
- Liliana Lorenzo, Danilina Cardenas, Norma Cavazos
- Martha Silva, Belen Duarte, Eugenia Diaz
- Maria Coello, Norma Gamarra, Javier Perez, Rosana Melian
- Diana, Maria Borrell, Marysol Funes, Marita Custodio,
- Eduardo Zielinski, Maria Baigen, Yasaira Rodriguez
- Homero Garza, Azucena Garcia, Rosa Rosas, Maria Ferrero
- Jorge Hernandez, Norma Mendez, Isidoro Herrera
- Maria Barrios, Sonia Hernandez- Ana Musella, Ruth Briceño, Damian Lopez, Josefina Gonzalez, Carlos Conte

Una caricia en el alma:

Te invito a encontrar un tesoro

La estatua del Buda de barro alcanzaba casi tres metros de altura. Durante generaciones había sido considerada sagrada por los habitantes del lugar.

Un día, debido al crecimiento de la ciudad, decidieron trasladarla a un sitio más apropiado.

Esta delicada tarea le fue encomendada a un reconocido monje, quien, después de planificar detenidamente, comenzó su misión.

Fue tan mala su fortuna que, al mover la estatua, ésta se deslizó y cayó, agrietándose en varias partes.

Compungidos, el monje y su equipo decidieron pasar la noche meditando sobre las alternativas.

Fueron unas horas largas, oscuras y lluviosas.

El monje, en vez de desesperarse, se enfocó en encontrar una salida.

¿Quieres ganar hasta 10.000 dolares?

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

Inscríbete ahora en:

<http://join.miencuesta.com/join.cfm?r=2163878>

De repente, al observar la escultura resquebrajada, cayó en cuenta que la luz de su vela se reflejaba a través de las grietas de la estatua.

Pensó que eran las gotas de lluvia.

Se acercó a la grieta y observó que detrás del barro había algo, pero no estaba seguro qué.

Lo consultó con sus colegas y decidió tomar un riesgo que parecía una locura:

Pidió un martillo y comenzó a romper el barro, descubriendo que debajo se escondía un Buda de oro sólido de casi tres metros de altura.

Durante siglos este hermoso tesoro había sido cubierto por el ordinario barro.

Los historiadores hallaron pruebas que demostraban que, en una época, el pueblo iba a ser atacado por bandidos.

Los pobladores, para proteger su tesoro, lo cubrieron con barro para que pareciera común y ordinario.

El pueblo fue atacado y saqueado, pero el Buda fue ignorado por los bandidos.

Después, los sobrevivientes pensaron que era mejor seguir ocultándolo detrás del barro.

Con el tiempo, la gente comenzó a pensar que el Buda de Oro era una leyenda o un invento de los viejos.

Hasta que, finalmente, todos olvidaron el verdadero tesoro porque pensaron que algo tan hermoso no podía ser cierto.

Tus tesoros son tu capacidad de dar, disfrutar, agradecer, reír; de perdonar, de soñar en grande, de pasar por encima de las pequeñeces y de valorar en ti mismo y en otros lo que verdaderamente es importante.

Arriégate a ver tu vida a través del barro y te darás cuenta de que eres un tesoro rodeado de riquezas.

Enviado por Carlos. ¡Muchas gracias!

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

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

reenvios@enplenitud.com

Tu conoces a alguien que necesita leerla, ¡envíasela ahora!

Quieres ser uno de nuestros padrinos destacados?

Envíanos el email de tus amigos, familiares y colegas, para que los invitemos en tu nombre a beneficiarse de todos nuestros servicios en forma gratuita.

Haz [clic aquí](#) para invitarlos.

Descarga tu ringtone favorito

Top Ten

- La Camisa Negra
- All the Way
- Psychedelic Sally
- Streets of Love
- Tortura
- Trooper
- Don't phunk with my heart
- Pasion de gavilanes
- Nada fue un error
- Fiera inquieta

Cursos online

Para ver todos los cursos disponibles, saber como funcionan e inscribirte, visita:

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

Nuevos cursos gratis

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>

Virus informáticos

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

Español para extranjeros

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

Cómo montar una "Empresita Industrial Casera"

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

Prevenir y tratar la depresión

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

Sexualidad para vivir en plenitud

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

Recomendados

Aprende a ganar dinero haciendo que tu dinero trabaje para ti

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

Como conseguir clientes

<http://corian-mkt.com/sc/prd/MktProf/es/CV-EP.asp?Dato=Y&ref=27>

(primer clase gratis)

BECAS

¿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/promo.asp>

ESTUDIA EN COMPAÑÍA DE TUS AMIGOS

Porque estudiar de a dos o mas es mas divertido, enviales una tarjeta de invitacion haciendo clic aqui o visita :

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

¿QUIERES SER PROFESOR?

Conozca la mejor manera de ayudar a los demas y, al mismo tiempo, promocionar sus servicios y aumentar las visitas a su sitio web.

Envianos tu propuesta a: profesores@enplenitud.com

o visita: <http://www.enplenitud.com/cursos/profesores.asp>

CURSOS EN TU WEB

Si tienes un sitio web y deseas ofrecer nuestros cursos a traves de tu sitio -o si deseas enterarte de las ventajas para ti de hacerlo- visita:

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

LIBROS GRATIS

Todo sobre la Bolsa

En este libro digital que le ofrecemos hoy -sin costo alguno-, encontrará las claves necesarias para interpretar el mercado bursátil en el mediano plazo, así como también una metodología de análisis para seguir la evolución del precio de las acciones y poder realizar inversiones bursátiles con riesgo controlado. <http://www.strikeoption.com/plenitud/>

NUEVOS LIBROS GRATIS

Guía para disimular los defectos bajo la ropa

<http://www.enplenitud.com/libros/libro44.ASP>

Guía para prevenir la osteoporosis

<http://www.enplenitud.com/libros/libro45.ASP>

Manual Básico de Feng Shui

<http://www.enplenitud.com/libros/libro46.ASP>

MADRINAS Y PADRINOS DESTACADOS de este número

(en "orden de llegada")

- Antonio Osorio, Beatriz Arcila, Bernardina Peralta, Carlos Montoya
- Carmen Carranco, Carolina Are, Carolina Fuenzalida, Claudia López
- Eduardo Condor, Eduardo Ledo, Efraín Martínez, Elba Fernandez, JAG26945
- Elinda Vega, Ella Kreisselmeyer, Enrique Ponce, Fabián López, Maythia
- Eve River, Flor Gómez, Francisco Lagos, Gavriela del Casso, Alberto
- Gledys Tapia, Guillermo Cabrales, Gustavo Penilla, Irma Padilla, Remedios
- Jennifer Krause, JOel Díaz, José Figueroa, Leopoldo Amaya, Rubén Silva
- María Landeros, Mario Infantas, Mercedes Diez, Mirta Caraccio, Rosa Coca
- Nagela Vieira, Ofelia Corrales, Rafael Lancellotti, Sorayda Cruz
- Samuel Díaz, Víctor Torres, Yaned Paucar, Yasdina Luque

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

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

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/>