

**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...

#0065 Marzo/10/04

Distribuido a más de 1.760.232 suscriptores.

## Contenido

- » **Imperdibles** ii Entérate ahora y no te quedes afuera !!
- » **Empecemos con una sonrisa** Teorema del salario
- » **Sitios recomendados** Vivir Mejor
- » **Tema destacado de hoy:** ¿Es hora de cambiar de trabajo?
- » **Cursos especiales para suscriptores de En Plenitud:** Marketing por Internet, Estrategias efectivas de comunicación
- » **Una caricia en el alma:** Esto es madurez
- » **Secretos para navegar como un experto** Cómo chequear Hotmail con el Outlook Express
- » **Comunidad** Nuevas comunidades (Amantes del Buen Cine, Locos por el Fútbol), Cursos, Programa de padrinos

## Datos administrativos

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

## La frase

"Bienaventurados nuestros imitadores porque de ellos serán nuestros defectos".  
(Jacinto Benavente)

## 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) Seguramente sabes de qué se trata el punto G. Pero, ¿conoces el punto U?  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=5306>
- 2) Informe Astrológico: Marzo 2004  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=4642>
- 3) ¿Es buena la dieta de Atkins?  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=5339>
- 4) Ideas para una primera cita después de los 40  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=5317>
- 5) Maneje el estrés, antes que él lo maneje a usted  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=5311>
- 6) Cómo mejorar tu autoestima  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=5298>
- 7) El verdadero orgasmo como camino de sanación  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=5296>
- 8) ¿Cuáles son las mejores terapias para mantenerse joven?  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=5287>
- 9) Evite que sus uñas se vuelvan opacas  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=5284>



## 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) ¿Tienes tiempo para divertirte? Búscalo antes de que sea tarde  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=5277>

### 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:

# Teorema del salario

### El teorema del salario de Dilbert establece que:

Los Ingenieros y los Científicos, nunca pueden ganar tanto como los Ejecutivos y los Comerciantes.

Esto se demuestra matemáticamente a partir de los siguientes dos postulados que son del dominio popular:

Postulado No. 1: el Conocimiento es Poder.  
Postulado No. 2: el Tiempo es Dinero.

Todos conocemos el siguiente principio de la física:

- Potencia (Poder) es = Trabajo/Tiempo

- Pero considerando que Conocimiento es = Poder, tenemos que:  
Conocimiento es = Trabajo/Tiempo

- Y como Tiempo es = Dinero, tenemos que:  
Conocimiento es = Trabajo /Dinero

Ahora, si en ésta ecuación, despejamos la variable "Dinero" obtenemos que:

- Dinero es = Trabajo/Conocimiento

- Así se demuestra que, cuando Conocimiento se aproxima a cero (0), el dinero tiende al infinito, independientemente de la cantidad de trabajo realizado.

Con lo que queda demostrado que:

CUANTO MENOS SEPAS; MAS GANARAS

Nota: Si no has entendido la demostración de este teorema, no te preocupes, seguramente estarás gozando de un jugoso sueldo.

Atención !! No se lo pases a tu jefe, probablemente no lo entendería

Enviado por Carmita. ¡Muchas gracias!

### 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)

## Sitios recomendados:

# Vivir Mejor

Hoy queremos presentarte el que a nuestro juicio es uno de los mejores boletines de la web entre los que tienen como objetivo ayudarnos a vivir en plenitud: Vivir Mejor.

Lo que más nos atrae de este boletín, es que lo hace aportándonos ideas y soluciones que tienen que ver con tres ejes fundamentales de nuestro bienestar:

- La sexualidad
- El manejo del estrés
- Los procesos de cambio y crecimiento

## Encuentra los cursos que estabas buscando:

- Artesanías 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

### Descripción:

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

Haz clic en el nombre del curso de tu interés, 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.

Su directora, la lic. María Adela Mondelli, es Psicóloga Social, Sexóloga Educativa, y Psicoanalista, y tiene amplia experiencia profesional en los temas que trata.

Para suscribirte ahora en forma gratuita, envía un mensaje en blanco a:  
[manejodelestres-alta@eListas.net](mailto:manejodelestres-alta@eListas.net)

## 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:

## ¿Es hora de cambiar de trabajo?

Últimamente ¿se ha preguntado si es tiempo de cambiar de trabajo o, incluso, comenzar con una nueva carrera: debería quedarme dónde estoy o no?

Contestando las siguientes preguntas, usted podrá considerar mejor cuáles son sus verdaderos intereses.

### Su industria o rama de negocio, ¿está en problemas?

- ¿Son habituales los despidos temporarios, las uniones y adquisiciones entre empresas?
- ¿Está afectado su negocio por las decisiones gubernamentales?
- ¿Tiene la misma cantidad de clientes o menos?
- ¿Ha crecido el nivel de la competencia?

### ¿Es competitiva su empresa?

- ¿Las ganancias de su empresa han sido menores o inexistentes en los últimos años?
- ¿Ha disminuido el mercado de su empresa o es más chico, con respecto a sus competidores?
- ¿Depende su empresa del funcionamiento de otras organizaciones que están haciendo recortes presupuestarios?
- ¿Más del 20 por ciento de las ganancias es utilizado para pagar deudas?

Hay muchas más preguntas por hacerse, pero el espacio es tirano.

### Encontrarás la continuación de la nota en:

<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=5310>

### ¿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)

¿Has leído más arriba sobre nuestro "regalo atrasado"?

### Cursos especiales para suscriptores de En Plenitud:

## Marketing por Internet, Estrategias efectivas de comunicación

Muchos recordarán que hace unos meses conseguimos para los miembros de En Plenitud grandes beneficios (incluyendo una importante rebaja en el precio) en el curso de Management de la American Management Association, sin duda el más reconocido a nivel mundial en esa temática.

A partir de entonces, hemos recibido muchos mensajes pidiéndonos que consigamos beneficios similares en otros cursos de desarrollo profesional.

No siempre es fácil (sobre todo porque no recomendamos nada si no estamos absolutamente seguros de la seriedad y calidad profesional del curso y de sus autores), pero esta vez tenemos la satisfacción de poder presentar dos cursos que se cuentan entre los mejores en su ramo, y con grandes beneficios

### 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 área de interés para darte a conocer sin costo a las más de dos millones de personas que visitan En Plenitud todos los meses, a:  
[envionotas@gmail.com](mailto:envionotas@gmail.com)

y con gusto nuestra redacción los considerará 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 más de cinco notas aceptadas para su publicación tiene también a su disposición una página personal gratis alojada en nuestro sitio.



### Haz valer tu opinión 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>

(incluyendo importantes rebajas en los aranceles) para los miembros de En Plenitud.

Lo que no pudimos conseguir es poder ofrecer esos beneficios especiales por mucho tiempo porque la demanda es muy alta, así que solo podemos decir ¡Apresúrate a inscribirte !

### **MARKETING POR INTERNET**

Hace unos días enviamos como mensaje especial una invitación al curso "Como vender tu producto o servicio en Internet", el más reconocido en español sobre e-commerce y marketing en Internet.

Este curso es dictado por el lic. Francisco Segura, especialista en Informática de gestión y marketing online. CEO de MarketingEficaz.com, asesor de marketing de NetUsa Inc., Linux One Inc. y otras empresas de Estados Unidos y España. Columnista habitual de las principales publicaciones del sector, es profesor de Marketing en Internet de diversas escuelas empresariales de España.

Al ser un curso muy requerido, nos costó bastante conseguir los beneficios especiales para los miembros de En Plenitud, pero terminaron siendo tan buenos (25% de descuento, agregar gratis un Manual de Usabilidad que cuesta 35 euros habitualmente, etc.) -y tan corto el plazo para poder inscribirse con esos beneficios- que decidimos enviar un mensaje especial.

Fue tanta la gente interesada, que muchos no llegaron a inscribirse y se venció el plazo para poder hacerlo con 25% de descuento en los aranceles... con la consiguiente catarsis de emails pidiendo que consigamos una extensión en el plazo.

No queremos extendernos en lo que nos costó conseguirlo... pero finalmente lo logramos !!

Ahora puedes inscribirte en el mejor curso de marketing e Internet, con 25% de descuento y otros beneficios exclusivos, hasta el 11 de marzo a las 12 de la noche.

ii Insíbete ahora, ya no podremos conseguir más prórrogas !!

Para hacerlo, y tener más información sobre el curso, visita ahora:

<http://shmyl.com/djdison>

### **ESTRATEGIAS EFECTIVAS DE COMUNICACION**

Este curso es unánimemente reconocido como uno de los mejores en la web entre los destinados a desarrollar una de las habilidades imprescindibles en la vida diaria y en la actividad profesional: la COMUNICACION EFECTIVA.

Dictado por el lic. Pablo Buol -Consultor en Capacitación y Desarrollo, Coach con diseño Ontológico en Management y Liderazgo, y especialista en Coaching Ontológico en la Práctica Avanzada-, este curso aborda todas las estrategias de adquisición de habilidades comunicacionales orientadas al éxito relacional, sobre todo en lo relacionado con el mundo laboral y de negocios.

En palabras de una de las muchas personas que ya ha realizado este curso:

"El curso me parece perfecto y muy equilibrado. Se complementa perfectamente con otros trabajos de índole muy personal. Y me alegra mucho haber hecho esta elección. Agradezco todas estas posibilidades y nuevos enfoques. Me ha dado herramientas muy concretas".  
Adriana (Empresaria. Entrenadora)

Luego de mucho transpirar :-), logramos que los miembros de En Plenitud puedan inscribirse en el curso con un más que interesante descuento, y que además puedan realizarlo con el seguimiento de un coach personal (sin costo adicional).

i Pero debes inscribirte antes del 15 de marzo para poder disfrutar de estos beneficios !

**Para ver todos los detalles del curso e inscribirte ahora mismo, visita:**

<http://www.cocrear.com/comunicacion3.htm>

## **Una caricia en el alma: Esto es madurez**

Dicen que a cierta edad nos hacemos invisibles, que nuestro protagonismo en la escena de la vida declina y que nos volvemos inexistentes para un mundo en el que solo cabe el ímpetu de los años jóvenes.

Yo no se si me habré vuelto invisible para el mundo, es muy probable, pero nunca fui tan consciente de mi existencia como ahora, nunca me sentí tan protagonista de mi vida, y nunca disfruté tanto de cada momento de mi existencia.

Descubrí que no soy una princesa de cuento de hadas, descubrí al ser humano que sencillamente soy, con sus miserias y sus grandezas.

Descubrí que puedo permitirme el lujo de no ser perfecta, de estar llena de defectos, de tener

\*\*\*\*\*

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>

\*\*\*\*\*

debilidades, de equivocarme, de hacer cosas indebidas, de no responder a las expectativas de los demás.

Y a pesar de ello... ¡quererme mucho!

Cuando me miro al espejo ya no busco a la que fui... sonrío a la que soy...

Me alegro del camino andado, asumo mis contradicciones.

Siento que debo saludar a la joven que fui con cariño, pero dejarla a un lado porque ahora me estorba.

Su mundo de ilusiones y fantasía, ya no me interesa.

¡ Qué bien vivir sin poner el listón tan alto !

¡ Qué bien no sentir ese desasosiego permanente que produce correr tras los sueños!.

Enviado por Martha. ¡Muchas gracias!

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

**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:**

## Cómo chequear Hotmail con el Outlook Express

¿Usas Hotmail?

¿Estás cansado de tener que abrir uno por uno todos los mensajes para saber qué hay dentro?

¿Ya no sabes cómo hacer para que Hotmail abra los links que recibes en tus mensajes (como los de este boletín)?

Una opción recientemente agregada al Outlook Express (está incluida en la versión 6, que viene con Windows XP) es habilitar la lectura de tus mensajes de Hotmail.

Esto te brinda una facilidad de uso y una mejor manera de hacer y leer mensajes, comparada con el acceder a Hotmail a través de un browser.

Si estás familiarizado con las funciones del Outlook Express para leer el correo regular POP3, podrás apreciar el tener el mismo formato y herramientas para usar el Hotmail (y habrás solucionado todos tus problemas con Hotmail).

Encontrarás todas las instrucciones para hacerlo en:

<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=5619>

**Por último, recuerda:**

ii Todos los expertos fueron novatos alguna vez !!

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

**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)



### 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>

\*\*\*\*\*

**Nuevas comunidades:**

## **Cinéfilos, Locos por el Fútbol**

Seguimos recibiendo pedidos para crear nuevas comunidades !!

Ya puedes inscribirse cuando lo desees en las listas de correo de nuestras nuevas comunidades, y comenzar a reunirte e intercambiar ideas y opiniones con con las personas que tienen tus mismas inquietudes.

### **AMANTES DEL BUEN CINE**

Si amas el buen cine, este espacio es para ti.

Inscríbete ahora, enviando un mensaje en blanco a:

[enplenitudcine-subscribe@yahoogroups.com](mailto:enplenitudcine-subscribe@yahoogroups.com)

i No es necesario ser miembro de En Plenitud para inscribirse !

Reenvía esta invitación ahora mismo a todos los docentes y pedagogos que conozcas, o envíanos su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a: [cine@enplenitud.com](mailto:cine@enplenitud.com)

### **LOCOS POR EL FUTBOL**

Un espacio para todos los amantes del fútbol (o soccer, como más te guste).

Inscríbete ahora, enviando un mensaje en blanco a:

[futbol-soccer-subscribe@yahoogroups.com](mailto:futbol-soccer-subscribe@yahoogroups.com)

i No es necesario ser miembro de En Plenitud para inscribirse !

Reenvía esta invitación ahora mismo a todos los docentes y pedagogos que conozcas, o envíanos su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a: [futbol@enplenitud.com](mailto:futbol@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>

### **Nuevos cursos:**

Maquillaje, Astrología, Velas mágicas, Nutrición saludable

### **Cursos en preparación:**

Huerta orgánica, Costura, Cocina vegetariana

### **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>

## **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>

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

- Hortensia Islas, Pablo Lores, Silvia Somare, Medardo Cortés, Manu
- Orlando González, Soledad Rodríguez, Chila Ardila, Guadalupe Moreno
- Miguel Saldaña, Danilo Suárez, Gabriela Pinto, Sonja Ruiz, Sonboricua
- Patricia Fregoso, Irma Linares, Estela Isabel, Betty Artin, Daniel
- Iveth Guardo, Mauro Pavón, Cécica Monzón, Delia Meza, Marietta Condori
- Mercedes Elia, Sara Sepúlveda

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.

## **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/>

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/>