

**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** Ecuaciones de la pareja y la oficina
- » **Sitios recomendados** Hoy cocina Robotina
- » **Tema destacado de hoy:** Recetas naturales para el cuidado del rostro
- » **Cursos especiales para suscriptores de En Plenitud:** Aprende a redactar textos de venta que dupliquen tu facturación
- » **Una caricia en el alma:** Las tres plenitudes
- » **Secretos para navegar como un experto** Envía un mail desde el escritorio
- » **Comunidad** Nuevas comunidades, 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

"Todos los hombres son sabios; unos antes, los otros, después".  
(Proverbio chino)

## 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) ¿Qué quieren las mujeres?  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloId=5376>
- 2) Deja que tu signo decida tus vacaciones  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloId=5362>
- 3) Cómo puede una pareja sobrevivir en tiempos de crisis  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloId=5382>
- 4) Los colores que lo harán sentir mejor, según el Tantra  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloId=5379>
- 5) Diez cambios para perder peso  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloId=5375>
- 6) Las causas de la celulitis  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloId=5370>
- 7) Viagras naturales  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloId=5369>
- 8) Usted, ¿cómo aprende?  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloId=5363>
- 9) Recetas naturales para el cuerpo y el cuidado de la piel  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloId=5347>



## 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) Consejos saludables para prevenir el mal de Alzheimer  
<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=5340>

### 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: Ecuaciones de la pareja y la oficina

### MATEMATICAS DEL ROMANCE

Hombre inteligente + mujer inteligente = romance  
Hombre inteligente + mujer tonta = aventura  
Hombre tonto + mujer inteligente = matrimonio  
Hombre tonto + mujer tonta = embarazo

### ARITMETICA DE OFICINA

Jefe inteligente + empleado inteligente = beneficio  
Jefe inteligente + empleado tonto = producción  
Jefe tonto + empleado inteligente = ascenso  
Jefe tonto + empleado tonto = horas extras

### MATEMATICAS DE LAS COMPRAS

Un hombre pagará 2,83 \$; por un objeto de 1,83 \$; que necesita.  
Una mujer pagará 1,83 \$; por un objeto de 2,83 \$; que no necesita.

### ECUACIONES Y ESTADISTICAS GENERALES

Una mujer se preocupa por el futuro hasta que encuentra marido.  
Un hombre nunca se preocupa por el futuro hasta que encuentra mujer.  
Un triunfador es un hombre que hace más dinero de lo que puede gastar su mujer.  
Una triunfadora es la mujer que encuentra a ese hombre.

### FELICIDAD

Para ser feliz con un hombre, tienes que entenderle mucho y quererle un poquito.  
Para ser feliz con una mujer, tienes que quererla un montón y no intentar entenderla.

### LONGEVIDAD

Los hombres casados viven más que los solteros, pero están mucho más dispuestos a morir.

### PROPENSION A LOS CAMBIOS

Una mujer se casa con un hombre esperando que cambiará, pero no lo hace.  
Un hombre se casa con una mujer esperando que no cambie, pero sí lo hace.

### TECNICAS DE DISCUSIÓN

Una mujer tiene siempre la última palabra en una discusión.  
Cualquier cosa que el hombre diga después de eso, es el comienzo de una nueva discusión.

### COMO HACER QUE LA GENTE DEJE DE INCORDIARTE CON CUANDO TE VAS A CASAR

Mis tías solían acercarse a mí en las bodas, dándome golpecitos en las costillas y diciendo: "Eres el siguiente..."  
Dejaron de hacerlo cuando yo empecé a hacer lo mismo en los funerales.

### 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)

## 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

### 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.

## Sitios recomendados:

### Hoy cocina Robotina

El de hoy no es realmente un sitio de Internet, pero es algo tan increíble (en el real sentido de la palabra, ese que te hace decir: "debe ser una broma, no puede ser cierto") que me tiene intrigado desde hace varios días: un "robot" que cocina lo que quieras con solo apretar un par de botones.

Clic, clic, te vas a trabajar... y a la vuelta tienes la comida lista, como si tuvieras el mejor chef en casa !!

"Guau, yo quiero eso !!!", dijo mi esposa cuando un amigo español nos comentó sobre este aparato que parece directamente salido de los Supersónicos (¿recuerdas a Robotina haciendo la cena?).

Y comenzamos la búsqueda en Internet... y no encontramos nada !!

"Te lo dije, era demasiado bueno para ser cierto" le dije a mi esposa mientras pensaba con qué compensaría la desilusión...

Pero justo me salvó el gong en la forma de mi amigo español reenviándome el mail con el que se había enterado de la existencia de la maravilla en cuestión (mail que algunos de ustedes también recibieron la semana pasada).

Un mail muy claro, un cocinero-robot que te soluciona el gran problema de todos los días, dejas tus datos en el mismo mensaje y enseguida se comunican para darte todos los detalles que desees...

Ya estaba por salir corriendo a darle la buena nueva a mi esposa, cuando... me di cuenta que solo se vende en España !!

Así que si vives en España, ya sabes. Envía ahora un mensaje a: [cocinera@quicktell.net](mailto:cocinera@quicktell.net)

Llena el pequeño formulario que recibirás, y cuando te cuenten cómo funciona esta maravilla de ciencia ficción, ¡por favor escíbeme para que al fin nos enteremos de qué se trata!

## 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:

### Recetas naturales para el cuidado del rostro

#### CREMA HIDRATANTE

Mantenga la piel húmeda y más joven con este aceite que suaviza la piel.

Ingredientes:  
15 ml de aceite de jojoba  
5 gotas de Incienso  
3 gotas de salvia silvestre  
3 gotas de geranio

Combine todos los ingredientes.  
Aplicar todas las noches después del lavado de su rostro.  
Déjeselo toda la noche, hasta la mañana.

#### LIMPIEZA DE LOS POROS

Este tratamiento de vapor es para limpiar la piel y destapar los poros

Ingredientes:  
Aceite de Tea Tree o de limón

## Libro gratis

### Todo sobre la Bolsa

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

Para descargar el libro **haz clic aquí**

### 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 aquí** para inscribirte o visita: <http://tinyurl.com/7ejn2>

Agregue unas gotas de aceite vegetal de Tea Tree o de limón en un tazón con agua caliente. Cubra su cabeza y el tazón con una toalla e inhale profundamente durante un minuto. Destápese por un minuto y repita

Encontrarás muchas más recetas naturales para el cuidado de tu piel en:

<http://www.enplenitud.com/seccion.asp?seccionid=28>

**¿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)

## Cursos especiales para suscriptores de En Plenitud: Aprende a redactar textos de venta que dupliquen tu facturación

Muchos de ustedes nos han escrito solicitando, además de nuestros cursos gratuitos, que dicemos o recomendamos otros que les sirvan para acrecentar sus habilidades de ventas y relación con el cliente, o que toquen estrategias que son fundamentales para lograr vender más, pero sobre las que no existen, o son muy raros, los cursos serios y de fácil acceso.

Uno de los que más nos han pedido, hasta con carácter de urgencia por su tremenda importancia, es un curso para aprender a redactar una Carta de Ventas realmente efectiva, y con instrucciones prácticas sobre todos sus aspectos.

No nos extrañó este interés, porque la Carta de Ventas es uno de los medios de venta más eficaces del marketing tradicional, y un instrumento imprescindible en el marketing por Internet: una web que no tiene una carta de ventas adecuada, sencillamente no vende.

Pero una carta de ventas adecuada permite duplicar o triplicar las ventas sin necesidad de aumentar las visitas a un comercio o el tráfico a un sitio web.

Por eso buscamos mucho un curso semejante, pero no encontrábamos ninguno en español, y muy pocos en inglés (y extremadamente caros: más de USD 500 los más económicos). Probablemente porque los especialistas en redactar cartas de ventas como Dan Kennedy cobran 9200 dólares para redactar una sola carta de ventas y lo que menos quieren es que otros conozcan sus secretos.

Pero, finalmente, tenemos buenas noticias...

Acaba de lanzarse el primer curso en español que te enseña a redactar Cartas de Ventas realmente efectivas, y con todos los secretos que los expertos tenían muy guardados para sí (hasta ahora):

- 15 aspectos psicológicos, para aumentar definitivamente tus ventas.
- La técnica del "encadenamiento", para conseguir retener la atención de los visitantes y que sigan leyendo.
- Cómo y cuando presentar el producto y el precio. Aprende esta técnica o despídete de tus ventas
- Cómo persuadir al visitante y aumentar su deseo de compra.
- Técnicas infalibles, para aumentar el valor de tu producto.
- La importancia de "contar una buena historia" como arma para catapultar ventas.
- La importancia de un buen testimonio y cómo conseguir testimonios que vendan.
- La técnica de la comparación. Una de las fórmulas más poderosas para aumentar tus ventas.
- Cómo definir correctamente el precio de tu producto.
- Cómo quitar los miedos o las indecisiones de nuestros visitantes, para que compren sin riesgos.
- Cómo conseguir que tus visitantes se decidan a comprarte YA.
- Cómo usar las posdatas, como una de las herramientas más poderosas de ventas.

Pero eso no es todo... hemos conseguido, para nuestros suscriptores, un precio especial, válido hasta el martes 23 de Marzo a la medianoche.

Además, quienes compren antes de esa fecha, recibirán 4 bonos gratuitos, que incluyen un mini-curso para redactar titulares realmente efectivos, y una lista de control para evaluar todos los aspectos de una carta de ventas, de comienzo a fin.

Te invito a que conozcas todos los detalles del curso y escuches los testimonios de algunos de los alumnos y colegas.

Espero que aproveches los beneficios que obtendrás de este excelente curso, y que el mismo te brinde la posibilidad de duplicar tus ventas.

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

<http://shmyl.com/cmeison>

## Una caricia en el alma: Las tres plenitudes

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 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 deseas, o envíanos su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a:  
[reenvios@enplenitud.com](mailto:reenvios@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>

\*\*\*\*\*

## Secretos para navegar como un experto: Envía un mail desde el escritorio

Con este truco vamos a crear un acceso rápido y sencillo que nos permita escribir un correo directamente.

Si eres adicto al correo electrónico y no puedes pasar un rato sin enviar mensajes, puedes crear un icono en el escritorio para redactar y enviar misivas sin necesidad de tener abierto el programa Outlook Express.  
También es un buen truco para aquellos cuyo ordenador no sea muy rápido.

1- En cualquier espacio en blanco de tu escritorio, haz clic con el botón derecho del ratón y selecciona Nuevo y luego Acceso directo.

2- En la caja de diálogo que aparece, teclea mailto: y haz clic sobre Siguiente.

3- El siguiente paso es escribir un nombre para este acceso directo (por ejemplo, correo rápido) y pulsa en Finalizar.

4- Al pulsar sobre el icono, se activa la pantalla de mensaje para que lo enviemos sin más dilaciones.

Este truco es válido también para Outlook 2003

Tip enviado por Anita Alma. ¡Muchas gracias!

Por último, recuerda:

ii Todos los expertos fueron novatos alguna vez !!



## 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

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)

\*\*\*\*\*

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>

\*\*\*\*\*

## 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 !!

**Nuevos cursos:**

Maquillaje, Astrología, Velas mágicas, Nutrición saludable

**Cursos en preparación:**

Huerta orgánica, Costura, Cocina vegetariana, Cocina Japonesa, Inversiones en bonos

**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"):**

- Delia Meza, Sara Sepúlveda, Erica Hansen, Vicente Castro, Miriam G.
- Michel Drossos, Teresa Rosdríguez, Yamilet Guevara, Aldemar Sarria
- Estela Garbisu, Lauro Morelos, David Ramírez, Ramona Pérez, Gabysan
- Romeo Coronado, Nohemí Morado, Adriana Covarrubias, Rodolfo Bollo
- Jeannette Baltodano, Mariana Olvera, Consuelo Jaramillo, Hilda Sandler
- Olivia Larrazábal, Alicia Pellegrini, Víctor Villagrán, Pedro Viteri
- Otilia Sandoval, Norma Cavazos, Marité Frau, Globiplus Domínguez
- Amalia Román, María Endara, María Colmenarez, Yinet Gutiérrez
- Adriana Corazón, Lindomera Meléndez, Dora Salinas, Marypaz Valle
- Marisa Nicolini, Nora Torres, Roberto Caparrós, Gacela Schmidt
- Ronald Ramírez, Elda Rivero, Kathya Castro, Mónica Benítez, Alejandra
- Alicia Stelter, Migdalia Villa, Danilo Suárez, Clelia López, Jorge
- Augusto Morales, Mónica Saint Pierre, Patricia Navarrete, Nadia Bartolo
- Rodolfo Peralta, María Cañas, Patricia Franco, Mónica Bonifazio
- Marco Antonio Dávila, John Díaz Ortega, Martha Busai, María Camacho
- Esmed Cuervo, Humberto Vargas

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/>