

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 mas...

#0113 Mayo/1 - 2006

Distribuido a mas de 1.659.158 suscriptores.

## Contenido del nro 113

### - Imperdibles:

Despues de leer esto, diras: ! haberlo sabido antes !  
Novedades para tu celular o movil

### - Empecemos con una sonrisa

Día internacional del panzón

### - Una caricia en el alma

La Mejor y la peor comida del mundo

### - Cursos:

Becas de hasta 2000 euros  
Nuevos cursos  
Quieres ser profesor?  
Cursos en tu web

## Datos administrativos

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

## Empecemos con una sonrisa:

### Día Internacional del Panzón

Tú, colega Hombre, cansado de luchar contra la balanza, que te miras en el espejo y ves aquella barriga colgando, que sentís envidia del vecino carilindo al que le gusta andar sin camisa y todo trabado mientras lavas el auto, mostrándole el lomo a tu mujer, tus hijas, a tu cuñada, novia, amigas, etc..., no te pongas triste.

Solo piensa que este profesional del gimnasio, este autentico Adonis, pasa al menos 20 horas semanales trabajando ese cuerpo. 20 horas frente a los espejos del gimnasio, trabandose, mirandose cada centímetro sin fijarse en las bellas y deliciosas mujeres a su lado, a las que apenas las mira para pasarle las pesitas o la toalla que se les cayo al suelo. Solo imaginate cuantas cervezas se perdio de tomar ese gil; que se pasa la vida chupando Red Bull, Gatorade, jugo Clight, comiendo arroz integral, pescado crudo, proteínas, gelatina dietética, etc.

¿Grasas y harinas? ¿Una docena de medialunas? ¿Una picada con ingredientes y vermouth? ¿Un kilo de rabas? ¿Un kilo de pickles?

¿Un asadito al carbón lleno de achuras con toda su grasa?

¿Una pizza de jamon con morrones que se le chorrea todo el queso?

¿Un lemon pie? ¿Un panqueque con dulce de leche?

No, ni en pedo, ni soñándolo ¿y todo eso para que?

¿Para quedarse frente al espejo viendose lo hermoso que es?

¿Para quedarse mirando y diciendo "uh, que marcados que tengo

los abdominales, parezco una tabla de lavar", "mira los bíceps que tengo"?



### Becas:

Gana una beca de hasta 2000 euros para tus estudios  
Para conocer todos los requisitos y detalles de la convocatoria, haz [clic aqui](#)

!!!YA BASTA !!!

Ya todo el mundo sabe que a los únicos que les gusta un hombre bonito es a los gays. ¿¿¿Que cosa desea una mujer???

Hombre inteligente, cariñoso, dulce, tierno, calvo y con panza; pero principalmente... RICO; con la billetera llena de dolares, VISA, American Express y MasterCard Platino; y claro, una nave espacial de otro planeta (puede ser Alemania), con el mejor equipo de sonido y si es posible, un DVD con pantalla que se esconde en el tablero.

Por esto, se esta lanzando el DÍA INTERNACIONAL DE LOS PANZONES.

Ya basta de tener la conciencia pesada despues de tomarse aquellas cervecitas viendo el partido, despues de comer aquellos lomitos con ají o aquellas impresionantes milanesas napolitanas a caballo con fritas, o de tener que comerse un Toblerone extra-large en la plaza, o de bajarse una sopresatta con vino tinto.

Ahora, amigos, vamos a llenar los restaurantes y todos los bares del mundo.

Invitemos a nuestros amigos a que compartamos sabados de asado, con chorizo y molleja y todas las achuras; vamos a chuparnos todas las cervezas, las botellas del delicioso tequila, solo o con limón.

Tomemos Coca Cola común, sin sacarina, sola o con ron.

Pidamos unos bifés de chorizo con bastante grasa, doradita, crocante; unas chorizos a la pomarola, lentejas con longaniza calabresa, unas pizzas con doble y triple mozzarella, y lo que nos sirvan.

Y no nos olvidemos del delicioso queso mantecoso. Pidamos las frutillas con el doble de crema y salsa de chocolate, y no le tengas miedo a los helados con kinotos al rum, banana split, crema tramontana, dulce de leche granizado, etc.

Nuestro Lema:.

\*\*\*\*\*

Quieres conseguir una beca de hasta 2000 euros para tus estudios?  
Para conocer todos los detalles y requisitos de la convocatoria,  
visita

\*\*\*\*\*

"Mas vale un panzón bueno en la cama que un gimnasta frente al espejo con el "amigo" de adorno".Nuestro idolo: "Homero Simpson" Pasalo a todos tus amigos con panza cervecera y a todas aquellas inteligentes mujeres simpatizantes. Ya sabes que son muchas. La verdad: no estamos solos.

Y a ti, musculoso carilindo que te excitas mirandote lo bien formado que estas, te mandamos un muy serio consejo:

"Mientras estas en el gimnasio, tu esposa o novia, tu querida, tu hija y hasta tu secretaria, esta en el hotel que ya sabes, tomandose un gin tonic con ese gordito panzón que vos creías incapaz de agacharse para recoger un billete.

Pero no te preocupes, sigue frente al espejo tallando tu cuerpo".

Enviado por Fernando. ! Muchas gracias !

**Te gusto?, Quieres compartirlo? Deseas regalarle una sonrisa a un amigo/a? Reenvialo ahora mismo a quien tu desees, o envianos su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a: <http://cursos.enplenitud.com/boletin>**

Hay mucho mas humor haciendo clic aqui <mailto:reenviosenplenitud@gmail.com>

## Programa de madrinas y padrinos

Ayudanos a lograr que la comunidad de los que queremos vivir la vida enplenitud 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.

Envianos su email a: <mailto:padrinosenplenitud@gmail.com>

para enviarle, en forma personalizada, la ultima publicacion de En Plenitud y una invitacion a unirse a nuestra comunidad.

GRACIAS !!!  
Conoce a las **MADRINAS Y PADRINOS DESTACADOS** de este número en la columna de la derecha.

## 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 teléfonos celulares y moviles.

- En estas fiestas, regala a tus amigos logos y melodias para sus moviles!

Descargalos ahora en:

- Los nuevos juegos para tu movil:

**Llego el Sudoku para moviles!**

Descargalos ahora en:

Encuentra los cursos que estabas buscando:

- Artesanias y Manualidades
- Autoayuda
- Ciencias Alternativas
- Computacion
- Comunicacion
- Diseño Grafico y Maquetacion
- 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.

## 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!

- Envianos tus notas o artículos sobre tu especialidad o area de interes para darte a conocer sin costo a las mas de 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>

#### LO MAS DIVERTIDO PARA TU MOVIL

- Los mas divertidos videos  
<http://tinyurl.com/9fvdt>

- Los mas originales smileys para tu Messenger (no los encontraras en ningun otro sitio):  
<http://tinyurl.com/99szb>

- NUEVO !

Ahora puedes tener tu foto personal en tu movil, en solo 3 clicks:  
<http://tinyurl.com/awbb>

#### MOVILES "HOT"

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

Descarga ahora los ultimos tonos, logos y juegos "hot" en:

<http://tinyurl.com/9whde>

<http://tinyurl.com/bzlnw>

<http://enplenitud.melodias-logos-sexo.com>

## Imperdibles

En este ejemplar te sugerimos que leas:

### 1) Ejercicios abdominales para un mejor (s) -e-x-o

<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=8500>

### 2) Se busca hombre con cama afuera

<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=8510>

### 3) Como lograr que nuestros hijos nos hagan caso

<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=8459>

### 4) Dieta facil para perder esos kilitos de mas

<http://www.doctordietas.com/dieta-facil.asp>

### 5) Como elegir shorts que favorezcan tu figura

<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=8490>

### 6) Se puede ser sexy en el trabajo?

<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=8503>

### 7) Test de las zonas erogenas: cuales son las tuyas?

<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=8502>

### 8) Feng Shui para el exito en los negocios

<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=8501>

### 9) Como criar a los niños de cada signo

<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=8504>

### 10) Optimiza tu computadora para que funcione mas rapido

<http://www.enplenitud.com/nota.asp?articuloid=8481>

Te gustaron estas notas?, Quieres compartirlas?

Reenvia este boletin ahora mismo a quien deseas, o envianos su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a:

<mailto:reenviosenplenitud@gmail.com>

Eres profesional? Colabora con nosotros y 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, envianos tus notas o articulos sobre tu especialidad a:

<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 mas de cinco notas aceptadas para su publicación tiene también a su disposicion una pagina personal gratis alojada en nuestro sitio. Si conoces a alguien que pueda aprovechar esta gran oportunidad, reenviale este mensaje ahora

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

- Paola Escobar, Elisabeth GH, Graciela Berrondo, Ana Govin
- Carmen Anaya, Maria Monterrubianes, Luis Gimenez, Ibis PM
- Cecy Ramirez, Rosa Garcia, Beatriz de los Santos, Cecilia Ruiz
- Oscar Laredo, Elias Martinez, Roberto Torres, Paty Garcia
- Douglas Ugarte, Carmen Henriquez, Gregori Camacho
- Neyra Leal, Erendira Garcia, Ana Berumen
- Cristina Cianferoni, Martha Luison, Telggy Navarro
- Sandra Crespo, Maria Zapata, Monica Gaitan, Lauro Buendia
- Soraya Vasquez, Bella de Sales, Daniela Rodriguez
- Alberto Guerrero

Haz clic aqui para apadrinar a tus amigos y ver tu nombre en esta lista



Descarga tu ringtone favorito

Top Ten Tonos Locos

- Ji ji ji ja ja ja
- Rana psicotica
- El dueño al movil por favor
- Sonar de submarino
- Ferrari (F1)
- French phone
- Grito de Eminem
- Atchis !!!
- Telefono antiguo
- Sirena de policia

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>

# Una Caricia para el alma

## La mejor y la peor comida del mundo

Hace mas de 2.000 años, un rico mercader griego tenía un esclavo llamado Esopo. Un esclavo no muy bien parecido, feo, mas de sabiduría única en el mundo.

Cierta vez, para probar las cualidades de su esclavo, el mercader ordenó:

-Toma, Esopo. Aquí esta este saco de monedas. Corre al mercado y compra los mejores ingredientes para un banquete. La mejor comida del mundo!

Poco tiempo después, Esopo volvió del mercado y colocó sobre la mesa

un plato cubierto por un fino paño de lino. El mercader levantó el paño

y se sorprendió: -¡Ah!!! , ¿lengua? Nada como una buena lengua que los pastores griegos saben preparar muy bien. Pero? porqué escogiste exactamente a la lengua como la mejor comida del mundo?

El esclavo, con la mirada baja, explicó su preferencia:

-¿Qui hay mejor que la lengua, señor? La lengua nos une a todos, cuando hablamos. Sin la lengua no podríamos entendernos.

La lengua es la llave, el órgano de la verdad y la razón.

Gracias a la lengua se construyen ciudades, gracias a la lengua podemos expresar nuestro amor. La lengua es el órgano del cariño, de la ternura, del amor, de la comprensión. Es la lengua que torna eternos los versos de los poetas, las ideas de los grandes escritores.

Con la lengua se enseña, se persuade, se instruye, se reza, se explica, se canta, se describe, se elogia, se demuestra, se afirma.

Con la lengua decimos "madre" y "querida"y "Dios". Con la lengua decimos "sí", con la lengua decimos "¡yo te amo"!

¿Puede haber algo mejor que la lengua señor?

El mercader se levantó entusiasmado:

-¡Muy bien. Esopo! Realmente me has traído lo mejor que hay.

Toma ahora este otro saco de monedas.

Anda de nuevo al mercado y trae lo que haya de peor, pues quiero ver tu sabiduría.

Despues de algún tiempo, el esclavo Esopo volvió del mercado trayendo un plato cubierto por un paño. El mercader lo recibió con una sonrisa:

-Hummm.....ya, si lo que hay de mejor. Veamos ahora lo que hay de peor...

El mercader descubrió el plato y quedós indignado:

\*\*\*\*\*

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>

!Saludamos a los ganadores del último sorteo!:

Javier R, Las Vegas, NV

Jorge V, Woodside, NY

Heriberto D, Baxley, GA

Cynthia M, Middletown, RI

\*\*\*\*\*

¿Quee?! ¿Lengua? ¿Lengua otra vez? ¿Lengua? ¿No dijiste que la lengua era lo mejor que había? ¿Quieres ser azotado?

Esopo bajó la mirada y respondió:

-La lengua, señor, es lo peor que hay en el mundo. Es la fuente de todas las intrigas, el inicio de todos los procesos, la madre de todas las discusiones.

Es la lengua la que separa a la humanidad, que divide a los pueblos.

Es la lengua la que usan los malos políticos cuando quieren engañar con sus falsas promesas.

Es la lengua la que usan los pícaros cuando quieren estafar. La lengua es el órgano de la mentira, de la discordia, de los malos entendidos, de las guerras, de la explotación.

Es la lengua la que miente, la que esconde, que engaña, que explota, que blasfema, que insulta, que se acobarda, que mendiga, que provoca, que destruye, que calumnia, que vende, que seduce, que corrompe.

Con la lengua decimos "muere" y "canalla" y "demonio". Con la lengua decimos "no". Con la lengua decimos "¡yo te odio!"

Ahí esta señor, porqué la lengua es la mejor y la peor de todas las cosas!

Enviado por Gladys. ! Muchas gracias !

Te gusto, Quieres compartirlo? Conoces a alguien que necesita de este mensaje? Reenvialo ahora mismo a quien tu deseese, o envíanos su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a: <mailto:reenviosenplenitud@gmail.com>

## Nuestros Servicios

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

## 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>

\*\*\*\*\*

### **Decoracion de Cajas y Muebles Pequeños**

<http://www.enplenitud.com/cursos/decoracion-de-cajas.asp>

### **Como mejorar las habilidades sociales**

<http://www.enplenitud.com/cursos/mejorar-habilidades.asp>

### **Magia Wicca**

<http://www.enplenitud.com/cursos/magia-wicca.asp>

Recomendados

Aprende a ganar dinero haciendo que tu dinero trabaje para ti



## Becas

Quieres conseguir una beca de hasta 2000 euros para tus estudios...  
y ademas ganarte una Play Station?

Para conocer todos los detalles y requisitos de la convocatoria, visita <http://cursos.enplenitud.com/boletin>

## Invita a tus amigos

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

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

## Quieres ser profesor de nuestro Centro de Aprendizaje gratuito?

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:

<mailto:profesores@enplenitud.com>

o visita:

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

## Nuestros 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:

L' Italiano Senza Aiuto

<http://www.enplenitud.com/libros/libro62.asp>

Todas las opiniones y articulos 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 unicamente a quienes se han suscrito voluntariamente al mismo.

EnPlenitud.com no realiza envios no solicitados de correo-e, y nuestra politica de privacidad no admite la comercializacion de los datos de nuestros suscriptores.

.....  
Datos del Editor:

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

Tiene 43 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 estudios interdisciplinarios de la sociedad.

.....  
Todos los derechos reservados.

(c) Latin Seniors Inc. <http://www.enplenitud.com/> 2001-2005

Prohibida su reproduccion total o parcial sin autorizacion escrita del Editor