

Ahora puede descargar nuestra revista como pdf, y regalársela a todos sus amigos.

Para descargarla haga clic con el boton DERECHO del mouse en [este link](#) y elija la opción "GUARDAR DESTINO COMO."

- Sexo telefonico: si o no?
- Como mostrar interes sin parecer desesperada
- Como cortar el cabello en casa
- Tu Horoscopo de Diciembre
- Signos de que estas enamorado
- Como vencer el miedo al fracaso en 5 pasos
- De quien es la culpa de la crisis mundial?
- 6 preguntas eroticas que nunca te has atrevido a hacer
- Socorro! Tengo arrugas en la cara!
- Como eliminar las cicatrices con remedios caseros
- Como hacerte un nombre en los negocios
- La lucha por encontrar un hombre
- Ensalada antigripal



BECAS DE 2000 EUROS

CURSOS GRATIS

LIBROS GRATIS

TODO PARA TU MOVIL

Quieres saberlo?: **De quien es la culpa de la crisis mundial?**

<http://www.enplenitud.com/dinero/culpa.asp>



Sexo telefonico: si o no?

Cuales son las ventajas y desventajas del Sexo telefonico: si o no?

<http://www.enplenitud.com/amor/telefonico.asp>



6 preguntas eroticas que nunca te has atrevido a hacer

A continuacion. seis respuestas para aprender mas sobre sensualidad y amor...

<http://www.enplenitud.com/amor/preguntas.asp>

Como vencer el miedo al fracaso en 5 pasos

Que puedes hacer para que el miedo al fracaso no te aplaste? He aqui algunas recomendaciones al respecto...

<http://www.enplenitud.com/psicologia/fracaso.asp>

Tu Horoscopo de Diciembre

Todo lo que tienes que saber para iniciar bien el mes de diciembre, con las Predicciones del tarot para todos los signos

<http://www.astrologia-gratis.net/horoscopotarotdic.asp>

Como mostrar interes sin parecer desesperada

A veces es dificil descubrir cuando un hombre toma en serio o no una relacion. Que hay que tener en cuenta antes de que sea demasiado tarde?

<http://www.enplenitud.com/pareja/interesada.asp>

Nuevos cursos gratis

Asistencia dirigenial

<http://www.enplenitud.com/cursos/asistencia-dirigenial.asp>

Primeros auxilios

<http://www.enplenitud.com/cursos/primeros-auxilios.asp>

Ultimo momento

La lucha por encontrar un hombre

Quienes estan solas, deben saber que siempre es posible encontrar una pareja...

<http://www.enplenitud.com/pareja/lucha.asp>

Como cortar el cabello en casa

Cortar cabello con un estilo sencillo es facil de realizar en casa. Aqui te contamos como hacerlo...

<http://www.enplenitud.com/belleza/cabello.asp>

Como hacerte un nombre en los negocios

Como convertirte en una figura reconocida en el marco de tu actividad laboral? Conviertete en un experto en 6 pasos...

<http://www.enplenitud.com/negocios/branding.asp>

Socorro! Tengo arrugas en la cara!

Que hacer cuando aparecen las arrugas? Como controlarlas e, inclusive, retardar su llegada..?

<http://www.enplenitud.com/belleza/socorro.asp>

Signos de que estas enamorado

Sientes algo diferente por ella, pero no estás seguro... Las cosas ya no te parecen las mismas. ¿Estarás enamorado?

<http://www.enplenitud.com/pareja/enamorado.asp>

Como eliminar las cicatrices con remedios caseros

Te contamos cuales son los remedios caseros para eliminar las cicatrices rapidamente

<http://www.enplenitud.com/belleza/cicatrices.asp>

Libros digitales gratis

Remembranzas (casi una autobiografia)

<http://www.enplenitud.com/libros/libro170.asp>

Musculos del miembro inferior

<http://www.enplenitud.com/libros/libro171.asp>

RECOMENDADOS

Mascotas

[Este es mi amigo... el perro](#)

Pareja

[El Tantra, una vision diferente de la sexualidad](#)

Hogar

[Pintar la casa, una tarea que exige ciertos cuidados](#)

Familia

[Adolescencia y violencia](#)

Salud

[Osteoporosis, una enfermedad de nuestro tiempo](#)

Deportes

[Juegue al tenis sin temor](#)

Viajes

[Robos en las playas brasileñas: como prevenirse](#)

Empleo

[Curriculum Vitae, el puente que cruza el mar de la desocupacion](#)

Cocina

[Recetas "borrachas" con pavo](#)

Tiempo Libre

[El arte es para todos](#)

Eres profesional? Colabora con nosotros y hazte conocer gratis !!

Te gustaron estas notas?, Quieres compartirlas?

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

<mailto:reenvio@senplenitud.com>

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@enplenitud.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).

HAZTE CONOCER

QUIERES UN BLOG?

QUIERES SER PROFESOR?

CURSOS EN TU WEB

Descarga ahora! *Los mejores ringtones y logos para tu movil !!*

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

EMPECEMOS CON UNA SONRISA

Diario de una mujer madura

Dia 1 Hoy celebramos el 25º aniversario de matrimonio. Intentamos revivir nuestra Luna de miel, pero el no pudo... Tampoco lo hizo bien, como siempre ha sido.

Dia 2 Hoy el me conto su gran secreto: Esta medio impotente! Gran novedad..., y realmente piensa que yo no lo sabia...

Dia 3 Este matrimonio va mal... Toda mujer tiene sus necesidades... hay una edad en que deseas hacerlo...

Dia 4 Estoy entusiasmada... Lei en el periodico que hay una nueva medicina en el mercado que puede resolver nuestro problema, se llama Viagra. El va a cambiar el Prozac que toma por Viagra, con la esperanza que le levante algo mas que el entusiasmo...

Dia 5 Una bendicion del cielo! Resulto mejor.

Dia 6 La vida es maravillosa!

Dia 7 Tengo que confesar que Viagra ha ido muy bien! Nunca fui tan feliz!

Dia 8 Creo que el ha exagerado la dosis de Viagra este pasado fin de semana... Comienzo a estar un poco adolorida... me arde todo. Ahi viene el tiron...

Dia 9 No tengo tiempo para escribir... El me puede agarrar... en cualquier momento, esta enfiebrado.

Dia 10 Ok, admito, estoy escondida! Ninguna mujer puede aguantar tanto! Que voy a hacer? Estoy toda molida.

Dia 11 Ya no aguanto mas! Es lo mismo que ir a la cama con un taladro Black & Decker! Esta mañana me desperté debajo de la cama! No para! No me deja vivir!

Dia 12 No se que hacer para calmarlo... Deje de maquillarme, de bañarme, de lavarme los dientes... Pero a el no le importa..., me persigue. Se convirtió en un peligro!

Dia 13 Cada vez que cierro los ojos, me ataca de nuevo. Vivo con un misil Scud!

Dia 14 He hecho cualquier cantidad de cosas para que me deje en paz, pero nada sirve... Hasta me vesti como una monja, fue peor. Socorro!!

Dia 15 Voy a terminar matandolo... Tengo unos dolores infernales al sentarme... El perro y el gato huyen al verlo.

Dia 16 Hoy le sugeri que suspendiera el Viagra y volviera a tomar Prozac..., casi me pega!!

Dia 17 Hoy puse Prozac en la caja del Viagra, pero parece que no le hace efecto. Ahi viene otra vez!!

Dia 18 El Prozac comenzo finalmente a hacer efecto! Hay paz...

Mi marido pasa ahora el dia entero sentado frente al televisor, con el control remoto en la mano... mirando su futbol otra vez... y preguntando que vamos a cenar hoy... mientras bebe su whisky de siempre.

Ah! Que vida tan tranquila y maravillosa! Que buena es la normalidad.

UNA CARICIA EN EL ALMA

La Pareja Perfecta

—Nasrudin conversaba con un amigo.

- Entonces, Nunca pensaste en casarte?

- Si pense —respondio Nasrudin—. En mi juventud resolví buscar a la mujer perfecta. Cruce el desierto, llegue a Damasco, y conoci a una mujer muy espiritual y linda; pero ella no sabia nada de las cosas de este mundo.

Continue viajando, y fui a Isfahan; allí encuentre una mujer que conocia el reino de la materia y el del espiritu, pero no era bonita.

Entonces resolví ir hasta El Cairo, donde cene en la casa de una moza bonita, religiosa, y conocedora de la realidad material.

- Y por que no te casaste con ella?

- Ah, compañero mio! Lamentablemente ella tambien queria un hombre perfecto”.

Cuantos de nosotros estamos como el personaje de la historia, buscando una pareja perfecta tratando de llenar nuestras expectativas, olvidando que todos somos solo seres humanos con cualidades y limitaciones.

Por eso antes de esperar a que alguien ideal llegue a nosotros, debemos preguntarnos si somos el ideal para esa persona que deseamos atraer a nuestra vida.

Tienes derecho a la felicidad, y a experimentar el gozo de sentirte libre de elegir como vas a vivir el resto de tus dias, y si estas solo, puedes decidir con quien vas a compartirlos.

Pero, como estamos acostumbrados a ver a los demas y a interpretar su comportamiento, muchas veces sabemos mas de ellos, que de nosotros mismos.

Convivir en pareja implica que estamos dispuestos a compartir nuestro espacio vital con una persona por la que sentimos amor, respeto, admiracion, pasion y afinidad.

No podemos esperar a que una nueva persona llegue y se quede en un rinconcito de nuestra vida, porque asi lo decidamos para protegernos de lo que otros nos hicieron.

Para darte otra oportunidad, deja de buscar. Ocupate de trabajar en ti mismo, para convertirte en un mejor ser humano. Tu felicidad depende de ti y solo podras experimentarla si logras sentirte a gusto contigo mismo. Cuando menos lo esperes, el amor tocara a tu puerta.

Abrete al amor. Muchas veces dices que estas listo para una nueva pareja, pero en realidad tienes miedo o no estas del todo dispuesto. Vale la pena que lo asumas, porque solo si estas abierto en verdad, podras recibirlo.

Muestrate dispuesto a compartir. No seas celoso de tus posesiones o de tu espacio personal, permítele a la otra persona que forme parte de el y comparte todo lo tuyo sin temor.

No busques una pareja perfecta, busca a una persona que sienta el mismo amor, compromiso y entrega que tu.

Enviado por Adriana. Muchas gracias!

Enviado por Javier. Muchas gracias!

Te gusto?, Quieres compartirlo? Deseas regalarle una sonrisa a un amigo/a?

Te gusto?, Quieres compartirlo? Deseas regalarle una sonrisa a un amigo/a?

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

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

<mailto:reenvios@enplenitud.com>

<mailto:reenvios@enplenitud.com>

Los nuevos blogs ▶

Placer Privado

<http://blogs.enplenitud.com/placerprivado/>

Salud Natural

<http://blogs.enplenitud.com/SaludNatural/>

Imperdibles ▶

Becas de hasta 2000 euros

<http://www.enplenitud.com/expocursos/becas.html>

Personales gratis

<http://personales.enplenitud.com>

[Suscribirse ▶](#)

[Eliminar ▶](#)

[Cambiar de email ▶](#)

[Version resumida ▶](#)

Todas las opiniones y articulos recogidos en este Newsletter pertenecen exclusivamente a sus respectivos autores, y son publicados a efectos meramente informativos. 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.

Todos los derechos reservados.

(c) Latin Seniors Inc. <http://www.enplenitud.com/> 2001-2007. Esta permitido el libre reenvio de esta revista mientras la misma se realice sin cambios. Se autoriza su reproduccion total o parcial con mencion de la fuente e inclusion de un link activo hacia <http://www.enplenitud.com/>