



# EL ESPEJO MÁGICO

BOLETÍN DE DIFUSIÓN DE DISCIPLINAS ORIENTALES

PROPIETARIO: JORGE HUMBERTO UZ (CUIL 20-16723109-9) - DIRECTOR: JORGE H. UZ

ESCUELA DE

DISCIPLINAS ORIENTALES

## YAMABUSHI

PER. JUR. MAT. 33071

DISCIPLINAS

NINPO ZEN  
TAI CHI CHUAN  
HATHA YOGA  
YOGA SOLAR  
ARQUERIA ZEN  
ESPADA SAMURAI  
BOXEO TAILANDES  
DIGITOPUNTURA  
REFLEXOLOGÍA  
ZA ZEN  
TENSEGRIDAD  
INSTRUCTORADO DE YOGA  
INSTRUCTORADO DE TAI CHI  
FORMACIÓN MUSICAL

NUESTRAS SEDES

SAN MIGUEL I  
EL MAESTRO 2530  
SAN MIGUEL II  
PELUFFO 1450  
MUÑIZ I  
ALBERDI 1510  
MUÑIZ II  
D'ELLIA 456  
MORÓN  
SUCRE 1199  
JOSÉ C. PAZ  
PAUNERO 3973  
BELLA VISTA  
SANTA FE 1425  
VILLA DE MAYO  
ARQUIMEDES 2648  
MORENO - TRUJUY  
VUCETICH 7580

4664.1863

SOLO ENTONCES

Sólo cuando te hayas sacado de los ojos la venda de tu propio ego,

podrás ver el mundo como es.

Cuando puedas ver el mundo como es,

podrás opinar.

Cuando puedas opinar,

tendrás derechos.

Cuando tengas derechos,

alguien te escuchará.

Cuando alguien te escuche,

aprenderás a hablar.

Cuando aprendas a hablar,

aprenderás a escuchar.

Cuando aprendas a escuchar,

el mundo te hablará.

Cuando el mundo te hable,

será difícil no aceptar.

Cuando aceptes,

comenzarás a ser.

Cuando comiences a ser,

comenzarás a sentir.

Cuando comiences a sentir, comenzarás a vivir.

Cuando comiences a vivir, sabrás la diferencia.

Cuando sepas la diferencia, valorarás.

Cuando valores,

dejarás de perder el tiempo.

Cuando dejes de perder el tiempo,

comenzarás a cambiar tu plantilla kármica.

Cuando cambie tu plantilla kármica,

Te habrás transformado en un ser humano.

Sólo entonces...

GEMBU,

EL GUARDIÁN DEL NORTE

HUEVOS DE CODORNIZ  
ADQUIÉRALOS EN

ESCUELA YAMABUSHI



Alberdi 1510 - Muñiz  
Peluffo 1450 - San Miguel

Corralón Sarmiento S.R.L.

VENTA DE MATERIALES DE CONSTRUCCIÓN

ALQUILER DE MÁQUINAS VIALES  
OBRAS VIALES Y MOVIMIENTO DE TIERRA

Av. Sarmiento 2400 Tel. 4465-2070  
1663 - San Miguel Pcia. Bs. As.

FARMACIA  
PINTAR

OBRAS SOCIALES  
RECETAS MAGISTRALES

Av. Sarmiento 2393  
San Miguel - Tel. 4455-5502



Estudio de Danzas y Ballet

SE DICTAN CLASES DE:

TAP - REGGATÓN - BALLET - ARABE - ESPAÑOL - JAZZ DANCE

Clases para Niños y Adultos todos los niveles

INICIACIÓN A LA DANZA

(*nenas de 3 a 5 años*)

CEL: 15.4915.4008

TE: 4664.7182

INFORMES: Peluffo 1468 (ex Fraga) - San Miguel

PROFESORA NACIONAL  
DE PIANO

CLASES INDIVIDUALES  
Y GRUPALES

COMUNICARSE AL:  
4664-7594 Sra. ELBA

LIBRERIA MAXIKIOSCO  
"LOS HERMANOS"

Golosinas - Galletitas - Despensa  
Juguetes - Art. de Librería  
Diarios - Revistas

4455 - 7038

Av. Sarmiento 2594 San Miguel

"LA ALBAHACA"  
Curso de Cocina Naturista

SEDE FENIX DORADO  
Peluffo (ex Fraga) 1450

San Miguel  
Laura 4451 - 1043  
15 - 3049 - 4497

"KOPIONES"

IMPRESOS EN GRAL.

Fotocopias

Cuil - Negativa - Curriculum

Letonia 4365

Tel.: 4455-4091

J.D.L. Construcciones  
Instalaciones y Planos para Gas  
Natural.  
PROYECTOS PARA REDES  
Instalaciones de Agua en  
Termofusión  
SERVICE EN ARTEFACTOS A GAS.  
Zuviria 4169 (J.C. Paz)  
02320-443477

SE APLICAN  
INYECCIONES  
EL MAESTRO 2530

Barrio Sarmiento  
San Miguel

LILIANA FONTELA

PSICÓLOGA GRAFOANALISTA

- Atención en Crisis de Pánico  
- Tratamientos para el dolor  
- "E.M.D.R"

CONSULTAS:  
4668 - 2603



CENTRO INTEGRAL  
DE COPIADO

FOTOCOPIAS - DUPLICACION  
IMPRESIONES en SISTEMA OFFSET  
COMPOSICION LASER - LIBRERIA COMERCIAL  
FORMULARIOS del AUTOMOTOR

Av. Perón 608 - Muñiz - 4664-7741

## MASAJES TERAPÉUTICOS ESCUELA YAMABUSHI



**TECNICAS OCCIDENTALES:** *MASAJE RELAJANTE - DESCONTRACTURANTE - DESESTRESANTE - DRENAJE LINFÁTICO - PIEDRAS CALIENTES - MOVILIDAD ARTICULAR - ELONGACIÓN ASISTIDA*

**TECNICAS ORIENTALES:** *DIGITOPUNTURA - THAIANDES - TUEI NA - SHIATZU - REFLEXOLOGIA - AURICULOTERAPIA - SHIN KI DO (REIKI) - KAO TCHEN*

.....  
AMBIENTE CLIMATIZADO - DISPONIBILIDAD HORARIA  
.....

**PELUFFO (EX FRAGA) 1450 (SAN MIGUEL) - SANTA FÉ 1425 (BELLA VISTA) - ALBERDI 1510 (MUÑIZ)**  
LUNES A SÁBADOS DE 08HS A 20 HS | CONSULTAS Y TURNOS: 15.5822.2468 (SONIA) 15.3644.8616 (MONICA)

### Los dos lobos (sabiduría indígena)

Un viejo jefe de una tribu estaba charlando con sus nietos, acerca de la vida. Él les dijo:

—Una gran pelea está ocurriendo dentro mío es entre dos lobos. Uno de los lobos es la maldad, el temor, la ira, la envidia, el dolor, el rencor, la avaricia, la arrogancia, la culpa, el resentimiento, la inferioridad, la mentira, el orgullo, el egoísmo, la competencia y la superioridad. El otro lobo, es la bondad, la alegría, la paz, el amor, la esperanza, la serenidad, la humildad, la dulzura, la generosidad, la benevolencia, la amistad, la sinceridad, la sencillez, la misericordia, la verdad, la solidaridad, la compasión y la fe. Esta misma pelea está ocurriendo dentro de ustedes y dentro

de todos los seres de la Tierra.

Los niños pensaron por unos instantes y uno de ellos preguntó a su abuelo:

—¿Y cuál de los lobos crees que ganará?

El viejo cacique respondió simplemente:

—El que alimentes...

### LA ESCUELA YAMABUSHI LE OFRECE:

#### GRUPOS TERAPÉUTICOS



*atención de adicciones - familiares de adictos - violencia familiar  
mujeres y hombres que aman demasiado - expresión corporal - psicodrama - grupos de adolescentes*

Terapia Individual - Psicoanálisis

**4667.1172 - 15.3103.4036 - Turnos e informes (de 14hs a 21hs)**

MAS INFORMACIÓN EN NUESTRA PÁGINA

persona adulta, hoy solo puedo beber medio vaso. La ropa es descartable, lo que aumenta la cantidad de basura; tuvimos que volver a los pozos ciegos (cámara séptica) como en el siglo pasado porque las redes de cloacas no se pueden usar por falta de agua.

La apariencia de la población es horrorosa, cuerpos desfallecidos, arrugados por la deshidratación, llenos de llagas en la piel por los rayos ultravioletas que no tiene la capa de ozono que los filtran en la atmósfera. Por la sequedad de la piel, una joven de 20 años está como si tuviera 40.

Los científicos investigan, pero no hay solución posible, no se puede fabricar agua, el oxígeno también está degradado por falta de árboles, lo que disminuyó el coeficiente intelectual de las nuevas generaciones

Se alteró la morfología de los espermatozoides de muchos individuos. Como consecuencia hay muchos chicos con insuficiencias, mutaciones y deformaciones. El gobierno hasta nos cobra por el aire que respiramos 137 metros cúbico por día por habitante y adulto. La gente que no puede pagar es retirada de las zonas ventiladas, que están dotadas de gigantescos pulmones mecánicos que funcionan con energía solar. No son de buena calidad pero se puede respirar. La edad media es de 35 años. En algunos países quedaron manchas de vegetación con sus respectivos ríos que es fuertemente vigilado por el ejército.

El agua se volvió un tesoro muy codiciado, más que el oro o los diamantes. Aquí en cambio no hay árboles porque casi nunca llueve y cuando llega a registrarse una precipitación es de lluvia ácida. Las estaciones del año están severamente transformadas por las pruebas atómicas y de las industrias contaminantes del siglo XX. Se advertía de que había que cuidar el medio ambiente y nadie hizo caso.

Cuando mi hija me pide que le hable de cuando era joven, describo lo bonito que eran los bosques. Le hablo de la lluvia, de las flores de lo agradable que era darse un baño y poder pescar en los ríos y en las represas, beber toda el agua que quisiese. Y lo saludable que era la gente. Ella me pregunta, papá ¿Porqué se acabó el agua? Entonces siento un nudo en la garganta, no puedo dejar de sentirme culpable porque pertenezco a la generación que terminó destruyendo el medio ambiente o simplemente no tomamos en cuenta tantos avisos. Ahora nuestros hijos pagan un precio alto. Sinceramente creo que la vida en la tierra ya no será posible dentro de muy poco porque la destrucción del medio ambiente llegó a un punto irreversible. ¡Cómo me gustaría volver a atrás y hacer que toda la humanidad hubiera comprendido esto cuando todavía podíamos hacer algo para salvar nuestro planeta Tierra! "

## CARTA ESCRITA EN 2070

Carta escrita en el año 2070. Su importancia es impresionante. A lo Mad Max... pero tiempo al tiempo.

Ayer por la mañana al levantarme encontré bajo mi puerta un sobre extraño, el papel era grueso y gris, como una especie de aleación de papel y metal. No es rígido, no tiene estampillas, pero mi nombre y dirección están claramente escritos; lo abrí con suma curiosidad, al extender las hojas me extrañó que la letra escrita a mano me era familiar y lo más sorprendente es la fecha y el contenido, el cual comparto con ustedes:

Carta escrita en el año 2070, documento publicado en la revista Crónica de los tiempos de abril de 2002.

“Estamos en el año 2070, acabo de cumplir los 50, pero mi apariencia es de alguien de 85. Tengo serios problemas renales, porque bebo muy poca agua. Creo que me resta poco tiempo. Hoy soy una de las personas más viejas en esta sociedad. Recuerdo cuando tenía 5 años. Todo era muy diferente. Había muchos árboles en los parques. Las casas tenían bonitos jardines, y yo podía disfrutar de un baño quedándome debajo de la ducha por una hora. Ahora usamos toallas humedecidas en aceite mineral para limpiar la piel. Antes las mujeres mostraban sus bonitas cabelleras. Ahora deben raparse la cabeza para mantenerla limpia sin usar agua, antes mi padre lavaba el coche con el agua que salía de una manguera. Hoy los niños no creen que el agua se utilizaba de esa manera. Recuerdo que había muchos anuncios que decían: cuide el agua, solo que nadie les hacía caso. Pensaban que el agua jamás se podía terminar. Ahora todos los ríos, represas y mantos acuíferos están irreversiblemente contaminados o agotados. Inmensos desiertos constituyen el paisaje que nos rodea por todos lados. Las infecciones gastrointestinales, enfermedades de la piel y vías urinarias, son las principales causas de muerte. La industria está paralizada y el desempleo es dramático. Las fábricas desalinizadoras son la principal fuente de empleo y te pagan con agua potable en lugar de salario. Los asaltos por un bidón de agua son comunes en las calles desiertas. La comida es 80 % sintética. Antes la cantidad de agua indicada como ideal era 8 vasos por día para una

**INSTRUCTORADO  
DE YOGA  
EN DOS AÑOS**

**Informes al: 4664-1863**

**BONSAI**

Compra + Venta  
Arboles preparados para ser  
trabajados como bonsai +  
bonsai trabajados - siembra

**4664-1863**

Casa de comidas Yamabushi



COMIDAS TRADICIONALES, NATURISTAS Y ORIENTALES

ALMUERZOS, CENAS Y ENTREGAS A DOMICILIO

Horarios: de lunes a sábado de 11.30 A 14hs. Y de 19 a 23hs.

*Un ambiente propicio para almorzar o cenar en armonía, lejos del ruido, pero cerca de su casa...*

*Peluffo (ex Fraga)1450 - entre Belgrano y Charlone (4664-9656)*

### **JARDIN HAIS DE LA ESCUELA YAMABUSHI**

ALMUERZOS Y DESAYUNOS NATURISTAS

COMIDAS PARA LLEVAR

MILANESAS DE QUINOA – DE LENTEJAS - DE MIJO

MILANESAS DE QUINOA PARA CELÍACOS - HAMBURGUESAS DE SEITÁN – PIZZAS – TARTAS-  
EMPANADAS – HAMBURGUESAS COMPLETAS

PAN INTEGRAL – FACTURAS INTEGRALES – ALFAJORES

PREPIZZAS INTEGRALES – PASTAFROLAS - TRUFAS

**Alberdi 1510 - Muñiz (4664-1863) o Peluffo (ex Fraga) 1450 (4664-9656)**

**Envíos a domicilio**

### **AJO NEGRO**

10 veces más aminoácidos

10 veces más alicina

Sólo 3% del olor a ajo

DISPONIBLE EN  
ESCUELA YAMABUSHI  
4664-1863

### **CONVERSACIONES INDIVIDUALES**

¿Hay situaciones o aspectos de tu vida que no te están haciendo sentir bien?

¿Te gustaría que lo conversemos?

Llamame que juntos busquemos un mejor resultado

**4666-6939 / 15-5149-8263 | [nuevoslogros@gmail.com](mailto:nuevoslogros@gmail.com)**

María Ines García Conde

Coach Ontológico Profesional

Técnica Superior en Coordinación Grupal

<b>SEDE MUÑIZ I</b>	<b>Alberdi 1510 (esq. M. Irigoyen) 46641863</b>	
NINPO ZEN:	Lunes: 21hs Miércoles: 14.15 hs y 21hs Viernes: 9, 14.15 y 19.30 hs	Martes: 9 y 19.30 hs Jueves : 21hs Sábados: 16hs
NINPO ZEN P/ NIÑOS:	Martes y Viernes: 17.30 hs	
Iai Do	Sábado 18/02: 9hs	
YOGA:	Lunes: 8, 9, 14, 16, 18 y 20 hs Miércoles: 8, 9, 10.30, 19 y 20 hs Viernes: 8, 9, 10.30, 15, 20 y 21 hs	Martes: 8, 9, 14, 15, 20 y 21 hs Jueves: 8, 9, 14, 16, 18 20 y 21 hs Sábados: 9 hs
YOGA SOLAR:	Sábado 11/02: 10.30 hs	
TAI CHI CHUAN:	Lunes: 8, 10.30, 15 y 19 hs Jueves: 8, 10.30, 15 y 19 hs Sábados: 14.30 hs	Martes: 10.30, 16 y 18.30 hs Viernes: 16 y 18.30 hs
WU SHU:	Martes y Viernes: 17 hs	
<b>Consultar por clases de: MUAY THAI, KYUDO, IAI DO y ZAZEN al 4664-1863.</b>		
<b>SEDE BELLA VISTA</b>	<b>Santa Fe 1425 (casi Richieri) 46641863</b>	
YOGA:	Lunes: 8.30 hs Miércoles: 8.30 y 19 hs Viernes: 8.30 y 19 hs	Martes: 8, 14 y 19 hs Jueves: 8.30 y 14 hs
TAI CHI CHUAN:	Lunes, Jueves y Viernes: 9.30 hs Martes y Viernes: 17 hs	
NINPO ZEN:	Martes y Viernes: 15.30 hs	
NINPO ZEN P/ NIÑOS:	Martes y Viernes: 18 hs	
<b>SEDE MORON</b>	<b>Sucre 1199, Morón Sur 4627-1057 / 15-5405-2572</b>	
NINPO ZEN:	Martes y Viernes: 19 hs	
TAI CHI CHUAN:	Martes y Viernes: 18hs	
<b>SEDE MORENO</b>	<b>Vucetich 7580, Moreno 4664-1863</b>	
NINPO ZEN:	Martes y Viernes: 19 hs	

## INFORMACIÓN DE HOY

### ESCUELA YAMABUSHI

En el Centro de Estetica Corporal  
Farias 711 - San Miguel - 4664-1863

#### CLASES DE YOGA:

**Martes:** 17 Hs. - **Miércoles:** 10 y 19 Hs. - **Viernes:** 10 – 17 y 19 Hs.

#### VIAJE A SIERRA DE LA VENTANA – BUENOS AIRES



Comparta con nosotros cuatro dias de entrenamiento fisico, mental y espiritual. Ascenso al cerro tres picos y cerro ventana.

Clases de Yoga, Tai Chi Chuan, Ninpo Zen (arte marcial Yamabushi), caminatas, meditación, comida naturista realizada por nosotros **5 – 6 – 7 – 8 de abril de 2012.**

Alojamiento en Hogar Don Bosco.

MAS INFORMACIÓN AL 4664 – 1863

#### CLASES DE GUITARRA EN LA ESCUELA YAMABUSHI

**GUITARRA:** Miércoles de 19 a 20 hs. y de 20 a 21 hs. en Alberdi 1510 – Muñiz

INFORMES AL 4664-1863

### HERRERIA

De Obra y Artística

15-3730-5353 - 691\*1604 - Mariano

### VENDO HORNO

PIZZERO

GRANDE

¡MUY BARATO!

4664-1863

Escuela Yamabushi



<b>SEDE SAN MIGUEL I</b>	El Maestro 2530 Barrio Sarmiento   4664-1863	
NINPO ZEN:	Lunes y Jueves: 19 hs	
YOGA:	Miércoles: 9 y 17 hs Sábados: 9 hs	Viernes: 17 hs
TAI CHI CHUAN:	Lunes y Jueves: 18 hs	
<b>SEDE SAN MIGUEL II</b>	Peluffo 1450   4664-1863	
YOGA:	Lunes: 8.30, 14.30, 19 y 20 hs Miércoles: 9, 18 y 20 hs Viernes: 8, 9, 16, 18 y 19 hs	Martes: 8, 9, 14, 16 y 19 hs Jueves: 8.30, 14.30, 19 y 20 hs Sábados: 9 hs
TAI CHI CHUAN:	Lunes: 10 y 16 hs Miércoles: 10 y 19 hs Viernes: 20 hs	Martes: 15 hs Jueves: 10 hs
NINPO ZEN:	Lunes y Jueves: 14.30 hs	Miércoles y Viernes: 19.30 hs
<b>SEDE JOSÉ C. PAZ</b>	Paunero 3973   02320-439824	
YOGA:	Lunes : 8 y 9 hs Jueves: 8hs	
TAI CHI CHUAN:	Miércoles y Viernes: 8 hs	
<b>SEDE MUÑIZ II</b>	D'elia 456   4664-1863	
YOGA:	Lunes: 8, 9.30 y 18 hs Miércoles: 15.30, y 19 hs Viernes: 15.30 hs	Martes: 9.30 y 19 hs Jueves: 8 y 10hs
TAI CHI CHUAN:	Lunes: 15.30 hs Jueves: 9 hs	Martes: 8 y 20 hs Viernes: 20 hs
<b>SEDE V. DE MAYO</b>	Arquímedes 2648 (a 4 Cuadras Estación)  4664-1863	
YOGA:	Lunes: 8 y 10 hs Jueves: 8 y 10 hs	Miércoles: 17.30 hs
TAI CHI CHUAN:	Lunes: 9 hs Miércoles: 19.30 hs	Jueves: 9 hs Viernes: 19.30 hs

## RETIRO DE YOGA Y JORNADA DE SILENCIO

En el mes de **febrero (20 y 21)** realizaremos un retiro de yoga y una jornada de silencio.  
Retiro de yoga: desde las 7 hs. hasta las 19 hs. Que incluirá, práctica de asanas, mantra yoga con instrumentos, técnicas de automasaje, teoría sobre iniciación al budismo, meditación.  
Jornada de silencio: **a partir de las 19 hasta las 19 del otro día.**  
Es una antigua práctica denominada jornada del silencio, en la cual no se habla por 24 hs.

En dicha jornada haremos:

- Meditaciones
- Lectura
- Desarrollo en papel y lapiz de un tema a elección
- Momentos de reflexión
- Cena, desayuno y almuerzo personal en silencio.

Ud. Puede participar de las dos actividades o bien de una de ellas.

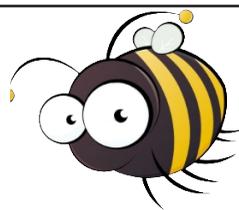
Valor:

Por las dos actividades \$ 300

Por cada una en forma individual \$ 200

Incluye todos los desayunos, almuerzos y una cena, más las prácticas

**Reservar su lugar en administración – cupos limitados o al 4664-1863 /Sra. Mabel o Chandra**



ネオン  
**NEON**

SERVICIO TECNICO - COMPUTACIÓN - JUEGOS  
ACCESORIOS - ELECTRONICA

WWW.NEONVIRTUAL.COM.AR | CONTACTO@NEONVIRTUAL.COM.AR

PRA JUNTA 760 BIS - SAN MIGUEL -- CEL. 15.5613.7566 / 15.3538.3101 / ID. 627\*4185

## DEMOSTRACIÓN DE YOGA Y TAI CHI CHUAN



*ASANAS EN PAREJAS – YOGA ARTÍSTICO – KIRTANS*

*FORMA DEL GUERRERO - DANZA DEL AGUA - PRIMAVERA RADIANTE - EL LABERINTO  
FORMA DEL DRAGÓN - FORMA DEL ÁGUILA - WU HSING CHUAN*

**SÁBADO 31 DE MARZO A LAS 16 HS.**

**EN EL TEATRO MARECHAL**  
CHARLONE 1146 - SAN MIGUEL

*Reservar su ubicación al 4664-1863*

## PRÓXIMA DEMOSTRACIÓN DE NINPO ZEN

**SÁBADO 30 DE JUNIO DE 2012 A LAS 16 HS.**

**TEATRO MARECHAL - SAN MIGUEL**

*PRESENTACIÓN DE TÉCNICAS DE COMBATE - MOVIMIENTOS CON ARMAS MENORES  
Y MAYORES - PRESENTACIÓN DEL GRUPO “ÁGUILAS NEGRAS” Y GRUPO “PAO CHUAN”  
FORMAS ANTIGUAS DEL NINJUTSU*

RESERVAS AL 4664-1863

## Ninpo Zen

*Un arte para gente que le gusta el compromiso con la vida.*

Incorpore los antiguos códigos de los **Guerreros**:

- + Compromiso + Lealtad + Benevolencia + Compasión + Valor + Palabra
- + Responsabilidad + Vivir en primera persona
- + Comprensión de los fenómenos del Universo

Próxima incorporación: **Sábado 3 de Marzo 16 hs. – 4664-1863**