



# EL ESPEJO MAGICO

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

## ENSEÑANZA OCULTA



Cuando la noche cubra de sombras la tierra, el leopardo saldrá de su cueva y caminará agazapado hacia lo desconocido. Su paso firme despertará al tigre, que duerme mansamente a orillas del lago cristalino. Su enorme bostezo impacientará al dragón que echando fuego por su boca irá hacia la gran roca en busca de la astucia de la serpiente. Esta subirá la montaña en forma silenciosa y cuando llegue a la cima, la grulla se moverá ágil emprendiendo su vuelo hacia el infinito... entonces... habrá amanecido.

MAESTRO AZHEL

**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

**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 - DANZA CONTEMPORANEA - 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**

**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

**"KOPIONES"**  
IMPRESOS EN GRAL.  
Fotocopias  
Cuil - Negativa - Curriculum  
Letonia 4365  
Tel.: 4455-4091

**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

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

UN SABIO TAOISTA LLAMADO CHUAN TZU

LA TORTUGA SAGRADA

Chuang – Tzu paseaba por las orillas del Río Pu. El rey de Chou envió a dos altos funcionarios con la misión de proponerle el cargo del Primer Ministro.

La caña entre las manos y los ojos fijos en el sedal, Chuan Tzu respondió: “Me han dicho que en Chou veneran una tortuga sagrada, que murió hace tres mil años. Los reyes conservaban sus restos en el altar familiar, en una caja cubierta por un paño. Si el día que pescaron a la tortuga le hubiese dado la posibilidad de elegir entre morir y ver sus huesos adorados por siglos o seguir viviendo con la cola enterrada en el lodo ¿qué habría escogido?” Los funcionarios repusieron: “Vivir con la cola en el lodo”.

Pues ésa es mi respuesta: “prefiero que me dejen aquí, con la cola en el lodo, pero vivo”.

MASAJES

LUGARES DE ATENCIÓN

PELUFFO 1450 (SAN MIGUEL) -  
SANTA FÉ 1425 (BELLA VISTA)  
- ALBERDI 1510 (MUÑIZ)

CONTACTARSE CON MONICA:  
15.3644.8616

PANADERÍA  
VEANCO

Av. PTE SARMIENTO 2402

CELULAR: 15-3774-4116

INSTRUCTORADO DE  
TAI CHI CHUAN

-FORMAS ANTIGUAS-

INFORMES AL: 4664-1863

EL SERMÓN DE LA MONTAÑA

Bienaventurados los pobres en el espíritu: porque de ellos es el reino de los cielos.

Bienaventurados los mansos: porque ellos poseerán la tierra.

Bienaventurados los que lloran: porque Dios los consolará.

Bienaventurados los que tienen hambre y sed de justicia: porque ellos serán saciados.

Bienaventurados los misericordiosos: porque ellos obtendrán misericordia.

Bienaventurados los puros de corazón: porque ellos verán a Dios.

Bienaventurados los pacificadores: porque ellos serán llamados hijos de Dios.

Bienaventurados los que sufren persecución por [causa de] la justicia, pues de ellos es el reino de los cielos.

El Sermón del monte o de la montaña fue, de acuerdo al Evangelio según Mateo, un sermón dado por Jesús de Nazareth a sus discípulos y a una gran multitud (Mat. 5:1; 7:28). La tradición dice que la alocución se desarrolló en la ladera de una montaña (de ahí su nombre). Algunos cristianos contemporáneos creen que se trataba de un monte al norte del Mar de Galilea, cerca de Capernaum.

EL ZEN

El discípulo preguntó:

Maestro ¿qué dirías si viniera a verte sin traerte ningún regalo?

Arrójalo al suelo.

¿Qué podría arrojar en el caso de no traerlo?

En ese caso, llévatelo.

Este tipo de respuesta, deriva del Zen.

Desestructurar de toda lógica la mente del discípulo, para remover las profundidades de su propio ser.

### IMAGINA

Imagina que no hay paraíso,  
Es fácil si lo intentas,  
Ningún infierno debajo de nosotros,  
Arriba de nosotros, solamente cielo,  
Imagina a toda la gente  
Viviendo al día...

Imagina que no hay países,  
No es difícil hacerlo,  
Nada por lo que matar o morir,  
Ni religiones tampoco,  
Imagina a toda la gente  
Viviendo la vida en paz

Imagina que no hay posesiones,  
Me pregunto si puedes,  
Ninguna necesidad de codicia o hambre,  
Una hermandad del hombre,  
Imagina a toda la gente  
Compartiendo todo el mundo...

Tú puedes decir que soy un soñador,  
Pero no soy el único,  
Espero que algún día te nos unas,  
Y el mundo vivirá como uno solo.

John Lennon



**INSTRUCTORADO  
DE YOGA  
EN DOS AÑOS**

Informes al: 4664-1863



**Bella Flora**  
Terapia Floral (Sistema Bach)

"El privilegio de la vida es ser quien uno es".

Margarita Bourse (Mar. 413)  
4451-5344 / 15-5851-3669. En Zona Oeste y Cap. Fed.  
bellafloram@gmail.com

### 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; viernes y sábado de 19.30 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

### VENTA DE PRODUCTOS

LACA – LIDHERMA  
ROSTRO – CUERPO

REGALE Y REGALESE BELLEZA

CEL. 15-6012-0989

<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 14/07: 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 07/07 : 10.30 hs	
TAI CHI CHUAN:	Lunes: 8, 10.30, 15 y 19 hs Miércoles: 17 hs Viernes: 16 y 18.30 hs	Martes: 10.30, 16 y 18.30 hs Jueves: 8, 10.30, 15 y 19 hs Sábados: 14.30 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 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 AL MAR

**24, 25, 26 DE NOVIEMBRE DE 2012**

Como es habitual, estamos organizando otro viaje de práctica, esta vez iremos san clemente del tuyu.

El viaje incluye:

*Alojamiento, pasaje, todas las comidas y prácticas.*

Realizaremos:

*caminata del silencio - prácticas de chi kung y tai chi chuan - clase de ninpo zen - toma de iones - pranayama - juegos - recorrido de compras*

Los interesados deberán reservar su lugar al **4664-1863** o personalmente en **Alberdi 1510 - Muñiz** - de lunes a sábados de 8 a 18 hs.

#### 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

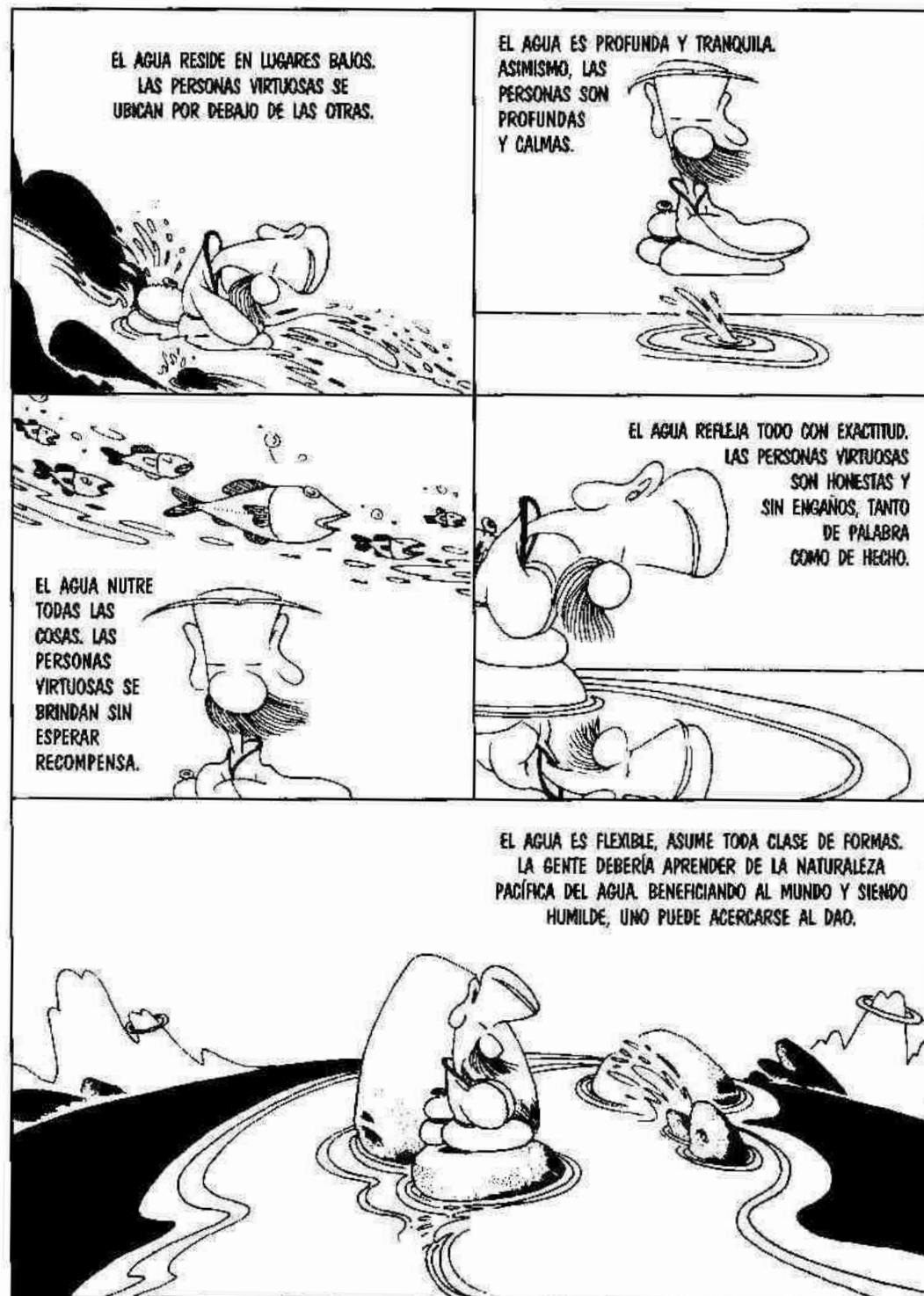
15-3730-5353 - 691\*1604 - Mariano

## BONSAI

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

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: 9, 14, 16 y 19 hs Jueves: 8.30, 14.30, 16, 19, 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 y 9.30 hs Miércoles: 15.30, y 19 hs Viernes: 15.30 hs	Martes: 9 y 19 hs Jueves: 8 y 10hs
TAI CHI CHUAN:	Lunes: 17.30 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

## RECETA

### BERENJENAS RELLENAS CON ARROZ INTEGRAL

#### Ingredientes:

4 berenjenas medianas - 1 cucharada de sal marina gruesa - 3 pocillos de arroz integral  
2 cucharadas de pasas de uva - 1 cucharada de orégano - 200 gr. de queso blanco -  
2 cucharadas de Ketchup - sal a gusto.

#### Preparación:

Lavar las berenjenas, partirlas al medio a lo largo y cocinarlas en agua con la sal gruesa.

Escurrirlas y enfriar bien.

Con una cucharita extraer la pulpa y picarla fino.

Cocinar en agua el arroz integral, escurrirlo y enfriar.

Mezclar en un bol la pulpa de las berenjenas junto con el arroz, las pasas de uva, el orégano, el queso, el Ketchup y sal a gusto.

Rellenar en forma abundante las berenjenas y mantenerlas en la heladera hasta el momento de servir.

## 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

INGRESOS 2012:

**1 de Septiembre y 1 de Diciembre.**

HORARIO: 16hs | SEDE: Alberdi 1510

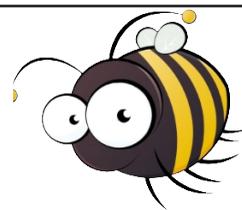
INFORMES AL 4664-1863



FRASE DEL MES

“APRENDE A ACEPTAR LAS COSAS COMO SON, Y NO A ESPERAR QUE SEAN DE UNA DETERMINADA MANERA”

MAESTRO AZHEL



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

#### LA ESCUELA YAMABUSHI LE OFRECE ALGUNOS SERVICIOS

JARDINERÍA - REPARACIÓN DE MUEBLES - MUEBLES HECHOS A MEDIDA - TRABAJOS DE ALBAÑILERÍA - TRABAJOS DE PINTURA - TRABAJOS DE CARPINTERÍA - TRABAJOS DE PLOMERÍA - SERVICIO DE ENTREGA DE PAQUETES Y/O CORRESPONDENCIA - ARREGLO DE PRENDAS DE VESTIR - REPARACIÓN DE ZAPATOS Y/O ZAPATILLAS - PREGUNTAR POR OTROS - SERVICIO TÉCNICO PCS, NOTEBOOKS Y NETBOOKS.

COMUNICARSE AL 4664-1863