



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

VIAJE AL MUNDO INTERIOR



En lo profundo de nuestro ser se oculta una joya. Más antigua que el tiempo, más grande que el universo.

Es el tesoro más valioso de todos lo que hay sobre la tierra.

Con orden y disciplina podemos llegar a ella.

Pero, tiene su precio.

Hay que cerrar los párpados, los oídos y la boca.

Y entonces, poco a poco se revela...

Maestro Azhel

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

INFORMES: Peluffo 1468 (ex Fraga) - San Miguel TE: 4664.7182

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.
Zuviría 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



CENTRO INTEGRAL DE COPIADO

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

Av. Perón 608 - Muñiz - 4664-7741

LILIANA FONTELA

PSICÓLOGA GRAFOANALISTA

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

**CONSULTAS:
4668 - 2603**

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 - AU-
RICULOTERAPIA - 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: 15.3644.8616 (MONICA)

Tao Te Ching

Los cinco colores ciegan el ojo del hombre.

Los cinco sonidos ensordecen el oído del hombre.

Los cinco sabores deterioran el gusto del hombre.

La carrera y la caza enloquecen la mente del hombre.

Las cosas raras y difíciles de obtener
incitan al hombre al mal.

Por eso, el sabio alimenta lo interno y no lo externo.

Excluye lo uno y acoge lo otro.

Lao Tse

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

SUPERSTICIONES JAPONESAS

Los japoneses son supersticiosos como en cualquier otro país. Solo que, como siempre, Japón es un país único y tiene algunas que realmente van a sorprenderlos.

Aquí una lista con supersticiones japonesas:

1- Lo números. Tradicionalmente, 4 y 9 traen mala fortuna. Una de las pronunciaciones de 4 es "shi", que también significa muerte. Nueve también es pronunciado "ku" que significa sufrimiento. Esto puede llegar a extremos realmente exasperantes como evitar la numeración de plantas de edificios con esos números (sobre todo en hospitales y hoteles). Un caso especial es evitar como sea la habitación 43 en las secciones de maternidad de los hospitales, pues la lectura de 43 significa literalmente "nacimiento muerto".

2- No dormir con la cabeza hacia el norte o podrías no vivir mucho tiempo. En los funerales se orienta hacia el norte a los muertos.

3- Si un coche fúnebre pasa, oculta tu pulgar dentro del puño: aunque no tenga mucho sentido, pulgar en japonés se traduce literalmente como el "dedo-padre" y guardarlo en el puño es considerado como un signo de protección a tus padres.

4- El Maneki Neko o "gato de la suerte" está presente en muchos negocios como tiendas o restaurantes para atraer la buena suerte y a los clientes.

5- Si cruzas tu mirada con la de un cuervo, es que algo malo te pasará.

6- Si ves una araña de mañana, significa buena suerte, así que no la mates, pero si la ves por la noche, significa que tendrás mala suerte, así que máatala

7- Las entradas de las puertas nunca deben estar orientadas al noroeste o estarás llamando al Oni (un demonio japonés)

8- No debes pasar de manera directa de un tatami a una alfombra ya que trae mala suerte.

9- Si alguien te trae plantas en macetas al hospital también da mala suerte porque significa que vas a echar raíces en el hospital y que tu enfermedad se prolongará.

10- Los grupos sanguíneos son en Japón similares a las predicciones que aquí hacen los horóscopos o la fecha de nuestro nacimiento. En Japón cada mañana se puede ver en la Tv cual es la predicción del día para cada grupo sanguíneo, si la persona va a tener suerte o no e incluso de qué color debe vestirse ese día.

11- Debes cubrir tus espejos cada noche o puede venir una mujer de otro mundo, tomar tu energía y morirás.

12- Cortarte las uñas por la noche es del mal agüero. Parece ser que si lo haces, no estarás con tus padres en su lecho de muerte, o sea que vas a morir antes.

13- No estrenes zapatos nuevos por la noche, que atrae la mala suerte.

14- Cuando estés nervioso, escribe "humano" en japonés ("ningen") y haz como que te lo tragas. Te ayudará a tranquilizarte

LA PROCRASTINACIÓN

UNA EPIDEMIA DE NUESTROS DÍAS.

La procrastinación (del latín: pro, adelante, y crastinus, referente al futuro) o posposición, es la acción o hábito de postergar actividades o situaciones que deben atenderse, sustituyéndolas por otras situaciones más irrelevantes y agradables utilizando excusas como por ejemplo:

“Bueno, tampoco es para tanto. Mañana a primera hora me pongo con ello”. “La verdad es que no hace falta que lo haga justo ahora, mañana antes de salir seguro que lo hago”. “Bufff, ¿ponerme con eso ahora? Si es que no me apetece... el mundo no se va a venir abajo porque lo retrase un par de días”.

La procrastinación como síndrome que evade responsabilizarse posponiendo tareas a realizar puede llevar al individuo a refugiarse en actividades ajenas a su cometido. La costumbre de posponer, si bien no se ha demostrado cabalmente, puede generar dependencia de diversos elementos externos, tales como navegar en Internet, leer libros, salir de compras, comer compulsivamente o dejarse absorber en exceso por la rutina laboral, entre otras, como pretexto para evadir alguna responsabilidad, acción o decisión.

Este problema de salud no necesariamente está ligado a la depresión o a la baja autoestima. El perfeccionismo extremo o el miedo al fracaso también son factores para posponer, como por ejemplo al no atender una llamada o una cita donde se espera llegar a una decisión.

Existen dos tipos de individuos que ejecutan esta acción: procrastinadores eventuales y procrastinadores crónicos. Los segundos son los que comúnmente denotan trastornos en los comportamientos antes mencionados.

Por otra parte, el llamado “síndrome del estudiante” (el hecho de que muchos estudiantes pospongan la entrega de sus trabajos hasta el último minuto del día de la fecha límite) está presente, al parecer, también en otros grupos sociales: en las temporadas en las que se acerca la fecha límite para pagar los impuestos (para presentar las declaraciones mensuales o anuales), las oficinas donde se llevan a cabo esos trámites (los bancos, por ejemplo) se saturan de personas que asisten a realizar ese trámite sólo hasta el último momento. Asimismo, se padece procrastinación al coleccionar muchas opciones, como excusa para no decidirse por alguna acción en concreto.

La procrastinación, en particular, es un problema de autorregulación y de organización del tiempo. Su solución consistiría, entre otras cosas, en lograr una adecuada organización del tiempo, concentrándose en realizar las tareas importantes que tienen un plazo de finalización más cercano. Quien pospone o procrastina una decisión, por no sentirse preparado -esperando que todo se resuelva por sí solo- suele aducir que lo hará después “... en cuanto tenga tiempo”, con lo que está presentando, en el fondo, una conducta evasiva.

LAS ACTIVIDADES Y DISCIPLINAS QUE PROPONE LA ESCUELA YAMABUSHI ATACAN DE RAÍZ ESTE SEVERO PROBLEMA.

LO INVITAMOS A PARTICIPAR Y SER PROTAGONISTA DE LA SOLUCIÓN...

**INSTRUCTORADO
DE YOGA
EN DOS AÑOS**

Informes al: 4664-1863



Bella flora

Terapia Floral (Sistema Bach)

“El privilegio de la vida es ser quién uno es”.

Margarita Bourse (Mat.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

PUBLIQUE SU AVISO

LLAMANDO AL 4664.1863

SEDE MUÑIZ I	Alberdi 1510 (esq. M. Irigoyen) 46641863	
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 14/04: 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:	Este mes no hay yoga solar.	
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	
Consultar por clases de: MUAY THAI, KYUDO, IAI DO y ZAZEN al 4664-1863.		
SEDE BELLA VISTA	Santa Fe 1425 (casi Richieri) 46641863	
YOGA:	Lunes: 8.30 hs Miércoles: 8.30 hs Viernes: 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	
SEDE MORON	Sucre 1199, Morón Sur 4627-1057 / 15-5405-2572	
NINPO ZEN:	Martes y Viernes: 19 hs	
TAI CHI CHUAN:	Martes y Viernes: 18hs	
SEDE MORENO	Vucetich 7580, Moreno 4664-1863	
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 días de entrenamiento físico, 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

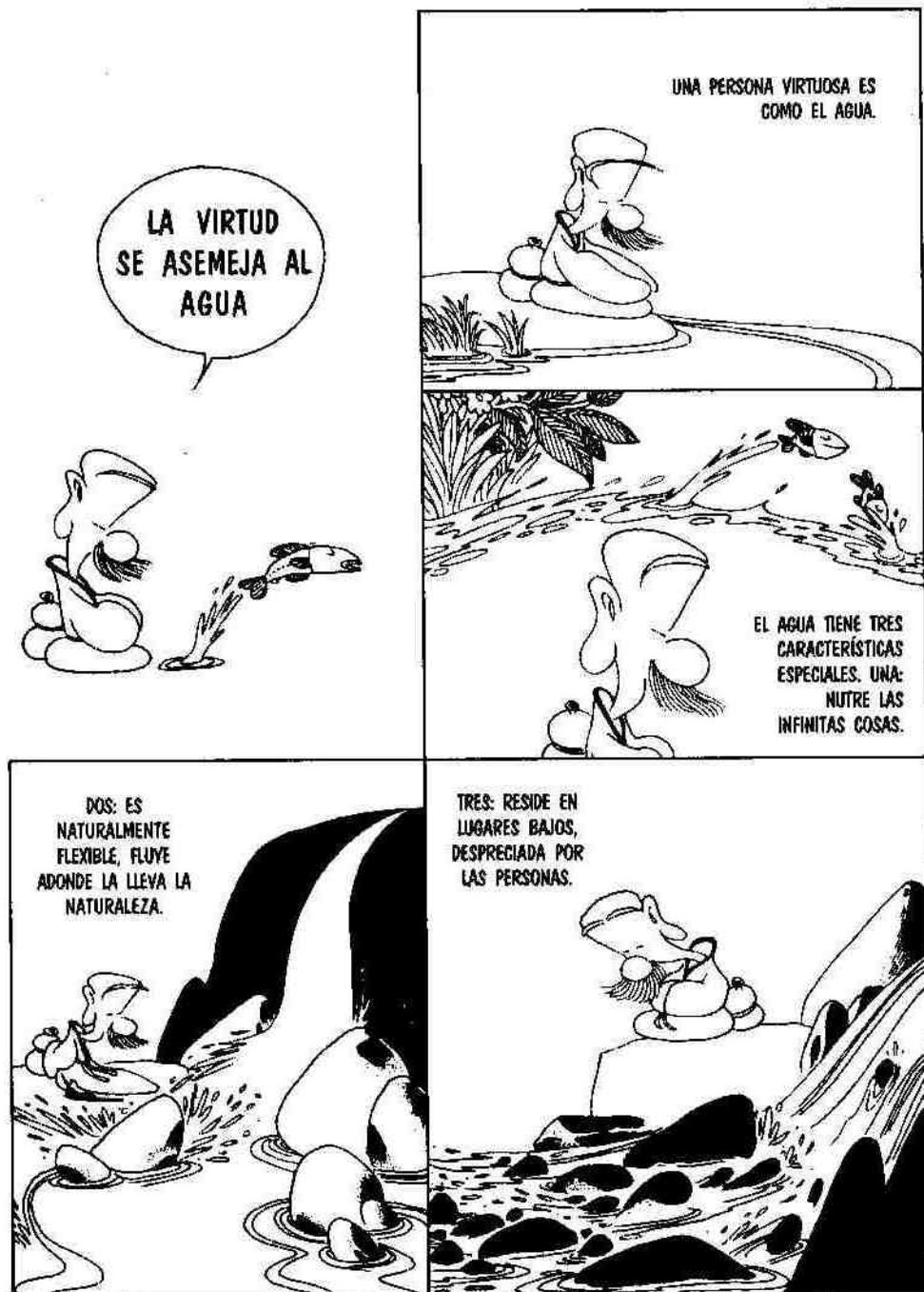
15-3730-5353 - 691*1604 - Mariano

BONSAI

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

4664-1863





SEDE SAN MIGUEL I	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	
SEDE SAN MIGUEL II	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, 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
SEDE JOSÉ C. PAZ	Paunero 3973 02320-439824	
YOGA:	Lunes : 8 y 9 hs Jueves: 8hs	
TAI CHI CHUAN:	Miércoles y Viernes: 8 hs	
SEDE MUÑIZ II	D'elia 456 4664-1863	
YOGA:	Lunes: 8 y 9.30 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
SEDE V. DE MAYO	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

ARTES MARCIALES – GOGYO

AL ciclo de control entre los elementos se denomina **GOGYO**.

-“**Madera destruye a Tierra**” - Ante un rival que concentra sus fuerzas, yo crezco y me expando. Aplicaría esta acción a un sitio a un punto fuerte o una fortaleza. Mientras el enemigo se prepara para defenderla, yo la rodeo y espero, pero pido refuerzos y crezco. Así el enemigo se debilita en fuerza y por el hambre, mientras yo crezco en fuerza y número.

-“**Fuego destruye a Metal**” - Ante un enemigo en un punto de mi defensa, yo le ataco en muchos de la suya. Atacaría al enemigo en sus flancos (lados) y en su retaguardia, enviando tropas que se infiltrasen y atacaran su espalda.

-“**Tierra vence a Agua**” - Ante un enemigo en retirada, ataco con mis fuerzas concentradas y le elimino poco a poco. Aplicaría esta acción al avanzar por territorio enemigo que me es desconocido, para evitar emboscadas y atacar a unidades rivales más débiles.

-“**Metal destruye a Madera**” - Ante un enemigo en crecimiento, ataco por sorpresa y corto el crecimiento. Son las “acciones relámpago”, o “guerra relámpago”, con las que aún teniendo menos fuerzas que el enemigo, al atacar fuerte a un punto sorprendo y separo sus fuerzas, con lo que consigo vencer.

-“**Agua vence a Fuego**” - Ante un ataque generalizado, retrocedo poco a poco y hago desgastarse al enemigo. El mejor ejemplo es la “guerra de guerrillas”. Mis tropas realizan emboscadas, buscan superioridad en número en acciones puntuales de ataque, vencen, y luego vuelven a retroceder y disgregarse. Así menguo poco a poco al enemigo y él sólo puede atacar al vacío.

Antigua enseñanza basada en “El Arte de la Guerra” de Tsung Tsu



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 NINPO ZEN

A CARGO DE INSTRUCTORES Y PROFESORES

FORMAS ANTIGUAS DE COMBATE CUERPO A CUERPO
MANEJO DE ARMAS ANTIGUAS (SAMURAI – NINJA)
KATAS – FORMAS CON Y SIN ARMAS
FORMAS DE ENTRENAMIENTO NINJA
ACROBACIAS – GRUPO DE MENORES

SÁBADO 30 DE JUNIO A LAS 16 HS.

TEATRO MARECHAL - CHARLONE 1146
SAN MIGUEL

RESERVAR SU UBICACIÓN 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

INGRESOS 2012:

2 de Junio, 1 de Septiembre y 1 de Diciembre.

HORARIO: 16hs | SEDE: Alberdi 1510

INFORMES AL 4664-1863