

HERRERIA

De Obra y Artística

15-3730-5353 - 691*1604 - Mariano

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.



EL ESPEJO MAGICO

BOLETÍN DE DIFUSIÓN DE DISCIPLINAS ORIENTALES
PROPIETARIO: JORGE HUMBERTO UZ (CUIL 20-16723109-9) - DIRECTOR: JORGE H. UZ

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

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

Atención Psicológica

en Peluffo 1450- San Miguel

1º entrevista s/cargo

Tel: 15-3103-4036

LIBRERIA MAXIKIOSCO "LOS HERMANOS"

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

4455 - 7038

Av. Sarmiento 2594 - San Miguel

INSTRUCTORADO DE TAI CHI CHUAN

-FORMAS ANTIGUAS-

INFORMES AL:
4664-1863

PANADERÍA VEANCO

Av. PTE SARMIENTO 2402

CELULAR: 15-3774-4116

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

SE APLICAN
INYECCIONES
EL MAESTRO 2530
Barrio Sarmiento
San Miguel

CENTRO INTEGRAL DE COPIADO

FOTOCOPIAS - DUPLICACION
IMPRESIONES en SISTEMA OFFSET
COMPOSICION LASER - LIBRERIA COMERCIAL
FORMULARIOS del AUTOMOTOR
Av. Perón 608 - Muñoz - 4664-7741

CURSO DE COCINA NATURISTA

En la Escuela Yamabushi
Sede Peluffo 1450

San Miguel

Son dos clases mensuales
Consulte al 4664-1863

"ABIERTA LA INSCRIPCIÓN AL
CURSO DE
DIGITOPUNTURA NIVEL I
LOS INTERESADOS LLAMAR
AL 4664-1863"

ESCUELA DE
DISCIPLINAS ORIENTALES

YAMABUSHI

PER. JUR. MAT. 33071

DISCIPLINAS

NINPO ZEN
TAI CHI CHUAN
HATHA YOGA
MANTRA YOGA
ARQUERÍA 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
ALBERDI 1510

MORÓN
SUCRE 1199

BELLA VISTA
SANTA FE 1425

VILLA DE MAYO
PEDRO UREÑA 2474

ITUZAINGÓ
MARTIN RODRIGUEZ 3535

4664.1863

ADIESTRAMIENTO ESPECIAL KUNOICHI

Nuestra Escuela tiene como lineamiento marcial el Ninpo Zen.

Dentro de este estilo propio nacido en el año 2005 y descendiente del Ninjutsu, existen antiguas técnicas de entrenamiento marcial para mujeres, que nuestra Escuela transmite en sus clases regulares.

Adiestramiento especial para damas:

- *Elongación*
- *Equilibrio*
- *Manejo de las manos y de las piernas*
- *Fortalecimiento de articulaciones, ligamentos y tendones*
- *Fortaleza psicológica a través de distintos ejercicios*
- *Manejo de armas de madera*
- *Manejo de armas corto punzantes*
- *Adiestramiento en el arte del camuflaje*
- *Adiestramiento en el arte del disfraz*
- *Ejercicios de respiración para el control de las emociones*
- *Armas arrojadas (shuriken, shaken, cerbatana, etc.)*
- *Educación marcial, conocimiento sobre Budismo y Shintoismo*
- *Preparación en técnicas especiales de defensa personal*
- *Aplicación de puntos vitales*
- *Adiestramiento especial en conocimiento sobre los elementos naturales*

Interesadas pedir entrevista con **Genbu** al 4664-1863

Las clases son para cualquier edad y no es relevante la condición física.

LA ESCUELA YAMABUSHI LE OFRECE:

TERAPIA INDIVIDUAL - PSICOANÁLISIS

atención de adicciones - familiares de adictos - violencia familiar
mujeres y hombres que aman demasiado - fobias - pánico - trastornos de la alimentación

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

MAS INFORMACIÓN EN NUESTRA PÁGINA



SÓLO SE NECESITA MIEDO

Había un rey de corazón puro y muy interesado por la búsqueda espiritual. A menudo se hacía visitar por yoguis y maestros místicos que pudieran proporcionarle prescripciones y métodos para su evolución interna. Le llegaron noticias de un asceta muy sospechoso y entonces decidió hacerlo llamar para ponerlo a prueba.

El asceta se presentó ante el monarca, y éste, sin demora, le dijo:

--¡O demuestras que eres un renunciante auténtico o te haré ahorcar!

El asceta dijo:

--Majestad, os juro y aseguro que tengo visiones muy extrañas y sobrenaturales. Veo un ave dorada en el cielo y demonios bajo la tierra.

¡Ahora mismo los estoy viendo! ¡Sí, ahora mismo!

--¿Cómo es posible -inquirió el rey- que a través de estos espesos muros puedas ver lo que dices en el cielo y bajo tierra?

Y el asceta repuso: --Sólo se necesita miedo.

****El Maestro dice: Caminar hacia la Verdad es más difícil que hacerlo por el filo de la navaja, por eso sólo algunos se comprometen con la Búsqueda.***

AUTOSERVICIO MARTÍN

LAS MALVINAS 4410

ART. LIMPIEZA CARNICERÍA

ART. PERFUMERÍA LÁCTEOS

FIAMBRERÍA COSMÉTICA

100% ARGENTINO

«EMPANADAS SALTEÑAS
NATURISTAS»

-CON SEITÁN-

VENTA X DOCENA AL 4664-1863

LLAME UNOS DÍAS ANTES DEL
EVENTO

¿Para qué sirve practicar Ninpo Zen en el siglo XXI?

"Practicar Artes marciales es sumergirse en su estudio. Es aprender a vivir y a convivir con los problemas de la sociedad actual y adiestrarse para resolverlos sin recurrir a la violencia. Es instruirse en la paz y saber que, para alcanzarla, es importante también aprender de la violencia".

"A nosotros -relata una pareja de practicantes - nos ha servido para adquirir confianza y fortaleza. Nos ha ayudado a los dos, como pareja, a superar muchos obstáculos".

Los Instructores de Ninpo Zen se preocupan por enseñarles a sus alumnos no sólo técnicas de combate y defensa personal, sino de darles elementos para que valoren más a la familia, al país, a los seres vivos y a la naturaleza.

"Buscamos que crezcan como seres humanos, que sean constructores de una humanidad mejor. La filosofía del **Ninpo** es perseverar, aguantar, esperar y aprovechar las oportunidades que nos brinda la vida".

Se adiestra a alumnos de cualquier sexo y edad. **Se necesita un mínimo seis años de entrenamiento continuo para llegar al cinturón negro donde se inicia el perfeccionamiento en el Ninpo.**

Después, hay diez grados hasta llegar al cinturón negro décimo Dan y luego siguen otros cinco niveles hasta obtener el título de shihan, que es el Maestro Jonín.

Origen

El Ninpo Zen es descendiente directo del Ninjutsu, se podría decir que es el aspecto espiritual. Se dice que el origen del Ninjutsu, proviene de los Tengu, poderosos Kamis de la mitología japonesa, al que, a su vez, se consideraba descendiente de Susanowo-nomikoto, el Dios de la Tormenta.

Escuela Yamabushi

FRASE DEL MES

<<El miedo llamó a la puerta, la confianza abrió y fuera no había nadie.>>

EL NINPO ZEN - UN ARTE MARCIAL DE ALTO RENDIMIENTO

El Ninpo Zen, nacido en el año 2005, tiene cuatro aspectos fundamentales que brindar a sus practicantes:

Mantener el cuerpo y la mente sanos.

Preparar al practicante para resolver situaciones en lapsos relativamente menos extensos del que lo haría cualquier persona.

Otorgar al practicante seguridad, energía interna y fortaleza espiritual para comportarse como un guerrero en cualquier momento de la vida. Sea en caso de paz o en

caso de guerra.

Transmitir técnicas muy antiguas y elaboradas de combate cuerpo a cuerpo, en grupo o en solitario, con y sin armas.

Estos cuatro aspectos generan un alto rendimiento en los aspectos físico, mental y energético del practicante de Ninpo Zen.

Para comenzar la práctica, pedir entrevista con el Maestro al 4664-1863

JARDIN DE ISE EN LA ESCUELA YAMABUSHI

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 - MILANESAS DE ADUKI - MILANESAS DE SEITAN

PAN INTEGRAL - FACTURAS INTEGRALES - ALFAJORES

PREPIZZAS INTEGRALES - PASTAFROLAS - GALLETITAS

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

Envíos a domicilio

El Buda de Kamakura

En 1185, Yoritomo, el líder del clan Minamoto, se hizo con el control de Japón tras derrotar al clan rival, el de los Taira, que llevaba en el poder apenas tres décadas. Instaló entonces la sede de su gobierno en Kamakura para alejarse de la influencia de la corte de Heian y de los monasterios de la capital; e hizo que el emperador, convertido ya en una figura carente de ningún poder en la práctica, le otorgase el cargo con el que él y sus sucesores gobernarían durante casi 150 años, el de shōgun, inaugurando así la práctica de establecer shōgunatos.

Aunque el Budismo ya había entrado en el país hacía siglos y la misma corte de Heian lo había aceptado como propio, es a partir del periodo Kamakura (1185-1333) cuando podemos decir que su influencia se dejó notar con mayor importancia y fue ampliamente difundido entre el pueblo llano. De la misma forma, surgieron nuevas sectas y corrientes dentro del Budismo, siendo una de las más importantes la denominada Jōdo (Tierra Pura), que veneraba especialmente la figura de Amida Buda. Se dice que, antes de morir, Yoritomo comunicó a sus allegados su deseo de construir en Kamakura una gran estatua de Buda, como expresión de su gran poder al rivalizar con el existente en Nara, a cuya ceremonia de inauguración de su reconstrucción asistió en 1195. Nunca pudo llevar a cabo este proyecto pero, tras su muerte en 1199, Inada, una de las damas de su corte pidió permiso para empezar a recaudar fondos y así poder construir el Gran Buda tan deseado por su señor. El poder entonces había pasado a la familia de la viuda de Yoritomo, Masako, miembro del clan Hōjō, y éstos dieron su beneplácito a la misión pero no quisieron contribuir económicamente porque ellos no eran seguidores de la secta Jōdō y preferían destinar su ayuda económica a la construcción de templos de la rama Zen, como el Kenchō-ji, en la misma Kamakura. Así, la Dama Inada hizo que un monje llamado Jōkō empezase a viajar por todo el país solicitando donaciones para levantar la gran estatua y, en 1238, se empezó por fin a construir, dándose por terminada tanto la estatua en sí como el edificio que la albergaba en 1243. Continuará

ARTICULOS DE LIMPIEZA
PRODUCTOS PARA PISCINAS

LIM-PIO-LIN

4667-3149 / 4451-3486

Nextel: 173431

Av. Peron 802 y San José - Muñiz

Lim-pio-lin@hotmail.com.ar

AJO NEGRO

10 veces más aminoácidos

10 veces más alicina

Sólo 3% del olor a ajo

DISPONIBLE EN
ESCUELA YAMABUSHI

4664-1863

MASAJES TERAPÉUTICOS

ESCUELA YAMABUSHI



TECNICAS OCCIDENTALES: *MASAJE RELAJANTE - DESCONTRACTURANTE - MOXAS -*

MOVILIDAD ARTICULAR - ELONGACIÓN ASISTIDA

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

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: 4664.1863

VIAJE A AGUAS VERDES

ALOJAMIENTO EN HOGAR DON BOSCO
PRÁCTICA DE YOGA, TAI CHI CHUAN Y NINPO ZEN
CAMINATAS A ORILLAS DEL MAR
RESPIRACION, PRANAYAMA
FOGÓN NOCTURNO
ACTIVIDADES A ORILLAS DEL MAR
MEDITACIÓN
ALIMENTACIÓN NATURISTA
INTERESADOS LLAMAR AL 4664-1863

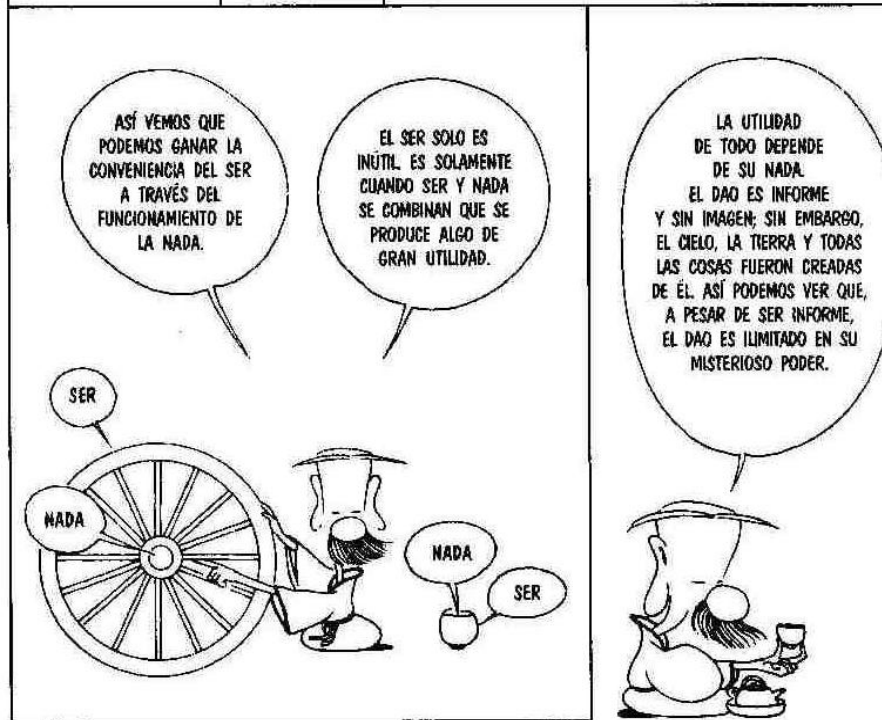
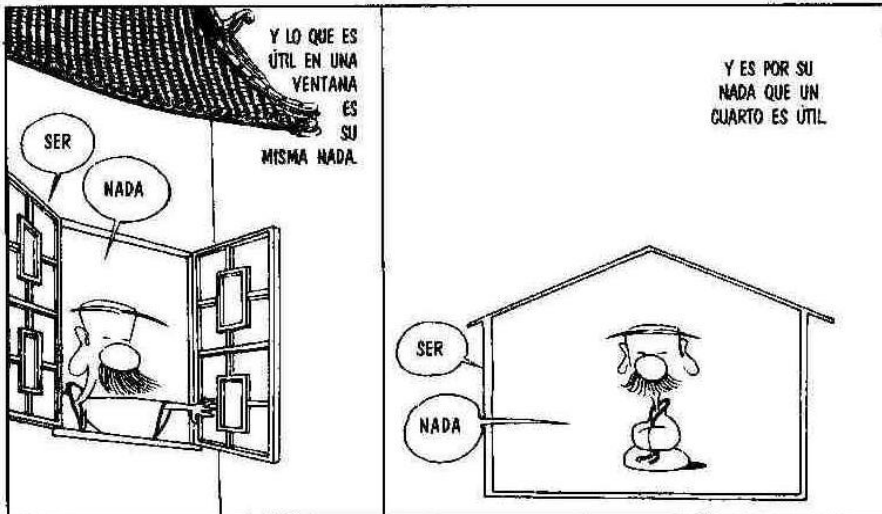
IMPORTANTE: *Para recibir el ESPEJO vía e-mail, por favor envíanos un mail a escuelayamabushi@hotmail.com*

HAGAKURE (HOJAS OCULTAS) Capítulo 10

MUSHIN

EL MONJE TANNEN TENÍA COSTUMBRE DE DECIR: "LA GENTE HA TERMINADO POR NO ENTENDER NADA PORQUE LOS SACERDOTES YA NO ENSEÑAN MÁS QUE LA DOCTRINA DE MUSHIN. LO QUE SE LLAMA MUSHIN ES UN ESPÍRITU SIN MANCHA Y SIN COMPLICACIÓN. ESTO ES INTERESANTE."

SEDE SAN MIGUEL I	El Maestro 2530 Barrio Sarmiento 4465-3855
NINPO ZEN PARA NIÑOS:	Lunes y Jueves 19 hs
YOGA:	Miércoles 9 y 17 hs. Viernes 17 hs. Sábados 9 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. Martes 9, 10, 14, 16 y 19 hs. Miércoles 9, 18 y 20 hs. Jueves 8.30, 14.30, 16, 19 y 20 hs. Viernes 8, 9, 16, 10, 18 y 19 hs. - Sábados 9 hs.
TAI CHI CHUAN:	Lunes 10 y 16 hs. - Martes 15 hs. Miércoles 10 y 19 hs. - Jueves 10 hs. - Viernes 20 hs.
NINPO ZEN:	Lunes y Jueves 14.30 hs. Miércoles y Viernes 19.30 hs.
VILLA DE MAYO	Pedro Ureña 2474 4664-1863
YOGA:	Martes y Viernes 8 y 10 hs.
SEDE ITUZAINGÓ	Martín Rodríguez 3535 4664-1863
TAI CHI CHUAN:	Lunes y Jueves 18 y 19 hs. Martes y Viernes 19 hs.
YOGA:	Lunes y Jueves 14 hs.
SEDE MORÓN	Sucre 1199 (Morón Sur) 4627-1057 / 15-5405-2572
NINPO ZEN:	Martes y Viernes 19 hs.
TAI CHI CHUAN:	Martes y Viernes 18 hs.
ZA ZEN:	1er Martes de cada mes 18 hs..



CASA DE COMIDAS YAMABUSHI



COMIDAS NATURISTAS Y ORIENTALES

ALMUERZOS, CENAS Y ENTREGAS A DOMICILIO

-todos los viernes pizza libre -

¡ORGANICE SUS EVENTOS EN NUESTRA CASA!

EVENTOS ESPECIALES PARA GRUPOS

CONSULTAR POR PRECIOS

HORARIOS: Lunes a Sabados de 11.30 A 14 Hs. | Viernes y sábados de 19 a 23 Hs.

UN AMBIENTE PROPICIO PARA ALMOZAR O CENAR EN ARMONÍA, LEJOS DEL RUIDO, PERO CERCA DE SU CASA...

Peluffo 1450 (ex Fraga) - casi Belgrano - 4664-9656

Boletín exclusivo para el grupo de menores

Informamos que este mes saldrá el número 1 del boletín *Pao Chuan* en el cual habrá información exclusiva para el grupo de menores, usted lo podrá retirar en la Escuela y recibirlo vía e-mail.

EL TOFU

Propiedades: Proteína 13.28% - Grasa 9.4 % - Fibras 0.8 % - Hidratos de carbono 2.4 % - Agua 73 % - Cenizas 1.2 % - Vitaminas a-b-c

Contiene minerales: hierro, fósforo, sodio, potasio, lecitina y ácido graso fosforado.

El tofu es sano para niños, adultos y ancianos. Para mujeres con menopausia previene el cáncer de útero y osteoporosis. En los hombres, previene las afecciones cardíacas e infartos. Al integrarse a otros alimentos, nutren las células del cerebro, refuerzan los músculos oculares y trastornos digestivos, como la úlcera o gastritis. También es utilizado como papilla para bebés a partir de los siete meses.

Adquiéralo en Escuela Yamabushi

SEDE MUÑIZ I	Alberdi 1510 Esq. M. Irigoyen 4664-1863
NINPO ZEN:	Lunes 21 hs. Martes 9 y 19.30 hs. Miércoles 14.15 y 21 hs. Jueves 21 hs. Viernes 9, 14.15 y 19.30 hs. Sábados 16 hs.
NINPO ZEN p/ NIÑOS:	Martes y Viernes 17.30 hs.
IAI DO:	Sábado 09/11 9 hs.
ZA ZEN:	Sábado 02/11 10 hs.
YOGA:	Lunes 8, 9, 14, 16, 18 y 20 hs. Sábados 9 hs. Martes 8, 9, 14, 15, 20 y 21 hs. Miércoles 8, 9, 10.30, 19 y 20 hs. Jueves 8, 9, 14, 16, 18, 20 y 21 hs. Viernes 8, 9, 10.30, 15, 20 y 21 hs.
TAI CHI CHUAN:	Lunes 8, 10.30, 15 y 19 hs. Martes 8, 10.30, 16, 18.30 y 20 hs. Miércoles 17 hs. Jueves 8, 10.30, 15 y 19 hs. Viernes 16, 18.30 y 20 hs. Sábados 14.30 hs.
MANTRA YOGA:	Sábado 16/11 10.30 hs.
Consultar por Clases de: MUAY THAI, KYUDO, IAI DO, ZA ZEN y WU SHU al 4664-1863.	
SEDE FARIAS	Farías 711 – Muñiz 4664-1863
YOGA:	Martes 17 Hs. - Miércoles 10 y 19 Hs. - Viernes 10, 17 y 19 Hs.
SEDE BELLA VISTA	Santa Fe 1425 (casi Richieri) 4664-1863
YOGA:	Lunes 8.30 hs. Martes 8, 15.30 y 19 hs. Miércoles 8.30 hs. Jueves 8.30 y 15.30 hs. Viernes 8.30 y 19 hs
TAI CHI CHUAN:	Lunes y Jueves 9.30 hs Martes y Viernes 17 hs.
NINPO ZEN:	Martes y Viernes 19 hs.
NINPO ZEN PARA NIÑOS:	Martes y Viernes 18 hs.

FERIA AMERICANA EN EL CORREDOR

ROPA USADA – SAHUMERIOS – LIBROS USADOS – PRODUCTOS DE ALMACÉN INTEGRAL – PANADERÍA INTEGRAL VERDULERÍA – COSAS USADAS EN BUEN ESTADO – BEBIDAS COMIDAS CASERAS (EMPANADAS – PIZZA – PASTELITOS – PAPAS FRITAS)

BONSAI – AROMÁTICAS – MIEL PURA

HORARIO: DESDE LAS 8 HASTA LAS 18 HS.

LUGAR: DONDE COMIENZA EL CORREDOR AERÓBICO – A DOS CUADRAS DE LA ESTACIÓN MUÑIZ

FECHAS: DOMINGOS 3 y 17 DE NOVIEMBRE



www.bodegamundonuevo.com



MUNDO NEON

ventasmundoneongmail@gmail.com
Tel: (011)4451-41110-Nextel 627*4185

MANTRA YOGA

ESTAMOS FORMANDO UN GRUPO PARA TRABAJAR CON MANTRAS Y KIRTANS ACOMPAÑADOS POR INSTRUMENTOS. NOS JUNTAREMOS UNA VEZ AL MES EN ALBERDI 1510 - MUÑIZ LOS INTERESADOS DEBEN LLAMAR AL 4664-1863

SHIGUE - IDIOMA Y CULTURA

idiomas: japones / ingles - danzas japonesas - yoga - taller de origami - furoshiki (arte de envoltorio con telas) - origata wrapping (arte de envoltorio con papel) - shodo (caligrafía japonesa) kitsuke (arte de vestir kimonos) - caricatura manga y comics - dibujo y pintura - decoración con globos

Fleming 1654 (e/ Fraga y Farias) S. Miguel - Facebook: Shigue
Tel.: 4664-9982 / 4664-7620 - Cel.: 15-3893-5738 / 15-6640-5824
Email: shigue114@gmail.com | Web: www.shigue.com.ar

JUNIO: Comienzo del taller de SUMI-E