

予告：長岡式酵素玄米講習会

期日：2月25日・土・10時～13時頃まで

場所：アトリエ&かふえ悠遊

内容：長岡式酵素玄米のお話しと炊き方 新井敦之氏

会費：500円 *別紙チラシは近日配布になります。

個人的ではありますが、私の酵素玄米との出会いは、東北の大震災以前ですから12、3年前。おばあちゃんになったら織りものをやろうかと、寺崎慈子先生宅へ習いに向かい、そこで知りました。

天然酵素が母体である産み出す生命力を養う源となるお話しを当時聞いて関心をもち、根本から知ろうと「太陽の家」（長岡式玄米誕生の地）を訪ねました。

この度講習会は、講師に太陽の家の新井先生をお迎えして開かれます。「酵素とは」「酵素玄米とは」と分かるようお話しくたします。

開催主催寺崎慈子氏は、多くの人に酵素玄米を炊き健康生活を広め続けて22年の活動をされている方です。

トリアンバカム・ヨーガ・センターでお分けする酵素玄米は、寺崎先生に炊飯をご依頼したものになります（圧力釜や保温器が独自のもので炊くわたくしとは異なり、基本通りの道具や材料を使った方法であり生業の方であるため間違いありません）。

直接、かふえ悠遊（寺崎氏）へ依頼もできます。関心のある方は早野までお訊ねください。 (5)

リシケーシュ

ऋषिकेशの風 Akiko Kawasaki-mata-ji

川崎あき子さんから届くリシケーシのいまを〈リシケーシュの風〉でお伝え。皆さんと訪れられたなら……

「コロナの再燃がインドでも取り沙汰されていますが（特に南）今のところその影響らしいものは見えません。外国人は増えましたよ、だけれど日本人はまだ少ないかな？来る人は来ています。智子さんも知っているK.Mさん、お父様の看病や逝去、コロナで毎年来ていたけれど、4年のギャップは大きいのですがそれも何のその、アーシュラム内でしっかり修行しています。



リシケーシは聖なる街というより若いもの対象のレジャー都市になってしまいました。特に私のいるタポヴァンは夕方のアーラティの音楽も聞こえなくなったし、たまに流れるマハマントラも変にアレンジされた耳に心地よくないメロディや歌い方です。

オレンジ色を纏っていても本物のごくわずかです。ハムサナンダジジはそれなりにお年を召したけれど、以前と変わらぬ日課をこなしていらっやいます。Serve Love give のグルデーブの生き方をしっかり踏襲されている方です。「私はこの身体ではない」が度を過ぎて未だに靴下も草履も履かず、下半身はペラペラのドーティー一枚です。具合が悪くても薬も飲まないし、医者にも行かず。これも度を過ぎると考えものです。

私はといえばあちこちたいへんになって来ましたよ。意味のあることや人のお役に立てることで忙しいのは嬉しいのですがそうではないので。

川崎あき子さんは訪れる日本のヨギの修行が、短い滞在期間中であれスムーズに困難少なく向くようサポートされるまさに Serve の方。