

パドマ・ヨーガ通信

No.11 2009年2月18日〔リニューアル再開号〕

ごあいさつ

代表 平野久仁子

昨年5月、豊島区南大塚にてパドマ・ヨーガ・アシュラムを再開してから、はや10ヶ月が経とうとしています。こじんまりした空間ではありますが、皆様にお出かけいただき、心より感謝申し上げます。この度、パドマ・ヨーガ通信をリニューアルし、不定期ではありますが、また発行していくことに致しました。

当アシュラムは、以前のにぎやかな下町から住宅街へと、環境も大きく変化しましたが、通りから少し入ったこの静かな空間は、思いのほか、私達に良い影響を与えてくれました。一つには、色々なことに対して以前よりも集中できること、もう一つには家でのご飯が美味しく感じられるようになったことです。原稿を書いたり、お弁当を作ったりと、集中の対象はさまざまですが、暮らしの一つひとつの営みが一層大切に思えるようになりました。以前は、夜も家の前の大通りを救急車が通るなど、少々騒がしい環境でした。食事については、外食の頻度がぐっと減りました。いわゆる「中食」も時々しますが、手間はかかるものの自分で料理する方が安心感を得られます。近所に昔ながらの八百屋さんがあることも便利です。外食として、たまには大塚駅や新大塚駅近くの庶民的なインド料理屋さんにも足を運びます。

住環境の影響は大きいと感じる今日この頃ですが、私たちの内的環境に関わる「ヨーガ」をとりまく環境も大きく変化しています。現在、「ヨーガ」や「ヨガ」は広く普及していますが、様々なスタイルがあり、また、健康体操、宗教的実践、哲学、セラピー等、そのアプローチの幅も広がってきました。そうした中、インドのカイヴァルヤダーマ・ヨーガ研究所附属ヨーガ・カレッジ(1992年D.Y.Edコース修了)で学んだ理論と実践を基礎に、また、上智大学大学院に於けるヴィヴェーカーナンダの研究などを通して得た知見をもとに、文理融合型の学問・実践体系とも言えるヨーガを、今後もバランスよく究めて参りたいと存じます。どうぞよろしくお願い申し上げます。

Information

- ・第2回教養講座「ヒンドゥー教からみた仏教」及川弘美先生(ヒンドゥー教研究家)
2/22(日)午後2時~4時
- ・ヨーガクラス予定: 2/21(担当:平野)、28(山田泰子:当アシュラム顧問)、
3/14(平野)、21(山田)、28(平野)
- ・平野学(臨床心理士、当アシュラム顧問)分担執筆、日本脱カルト協会編『カルトからの脱会と回復までの手引き』(遠見書房、2009年2月刊行) 好評発売中
- ・清泉ラファエラ・アカデミア教養講座『癒しのヨーガ』4/16(木)から開講
毎週木曜日・午後4時~5時(春期8回、秋期8回、冬期5回)

パドマ・ヨーガ・アシュラム ご案内

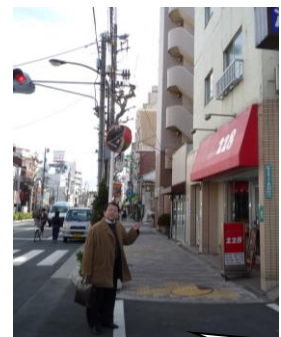


家の裏玄関側が入口となります

格子戸を開けると、ヨーガ、そしてカウンセリングコーナー



内部です...



プラタナス通りにて(228くフジヤ)、そしてデイリーヤマザキを目印に右へどうぞ)

パドマ・ヨーガ・アシュラム

URL: <http://www.padma-yoga.jp/> Eメール: padmayoga@padma-yoga.jp

無断転載はご遠慮ください