

⑤ 村上リコ 著

『図説英国執事：貴族をささえる執事の素顔』

(河出書房新社)

このところ日本のサブカルチャーでよく目にする執事。お嬢様学校に付き添ったり、主人に代わって殺人事件の謎解きをしたり。携帯ではヒツジの顔をした執事がいろいろと世話を焼いてくれます。では、正真正銘のイギリスの執事(Butler)は、いったいどのような仕事ぶりだったのでしょうか。こんな風に身の回りの世話をしてもらえたらと、きっと思えてきますよ。

233.06 ||Mur (N.T.)

⑦ ジャスティン・ピカディ 著、栗原百代、高橋美江 訳

『ココ・シャネル：伝説の軌跡』

(マーブルトロン：フォンツ・ホールディングス
フォンツ・パブリケーション)

この本は、華やかなファッションの世界で大成功を収めたココ・シャネルのバイオグラフィーの決定版です。窮屈な重たいドレスから女性達を解放し、活動的なスタイルと自由な生き方でファッション界に革命を起こし、数多くの才人との交友、恋愛など華麗な人生を送ったことで知られています。自由に生きるため、自らの手で富や名声をつかみ取り大モード帝国を築き上げたその裏側には生涯ひた隠しにしてきた生い立ちがあります。神秘に満ちた伝説的生涯を詳細に研究・追跡した緻密なテキストです。

289.3 ||Jas (M.T.)



⑥ 佐野藤右衛門 著、塩野米松 聞き書き

『桜のいのち庭のこころ』

(筑摩書房)

京都の植木職、植藤十六代目佐野藤右衛門氏は、祖父、父と三代に渡り全国の桜保存に奔走する「桜守」として知られていますが、本業でも、イサム・ノグチに請われて海外で庭作りを手掛けるなど、一流の職人として活躍されてきました。

自然との共生に貫かれた人生観、氏から紡ぎだされる自然への畏敬に溢れた言葉は、大震災を経験した私たちの心へ深く届くに違いありません。本書を通して自然との関わり方、ひいては生き方のようなものを改めて考えるきっかけになるのではないのでしょうか。

629.04 ||San (A.U.)

⑧ 永田晟 著

『呼吸の極意：心身を整える絶妙なしくみ』

(講談社)

呼吸は人が生きていく上で欠かせない運動です。睡眠中の無意識な状態でも人は呼吸をします。24時間何気なく行っている呼吸に少し意識を向けることによって日常のストレスを緩和し、肉体的にも健康な体へ導けることを、本書は科学的にその原理と効果を説明しています。

第5章「健康と活力を生み出す呼吸体操」では写真付きでヨガや太極拳等の呼吸法が紹介されています。代謝を上げる呼吸法を習得すれば、食欲の秋も恐くないかも!?

491.33 ||Nag (Y.H.)