

本报记者 孙云 文 周馨 摄

爱瑜伽,爱生活,爱上海——这是来自印度的一个三口之家给人留下的印象。比约什(Piyush)和迪比卡(Deepika)是沪上一家健身俱乐部的瑜伽教练,他们的儿子奥杰在上海长大,从邻居奶奶口中学会了流利的上海话,老爸和老妈几乎听不懂,但也常配合儿子,用沪语自称他们一家是“新上海人”。

在上海生活6年,比约什夫妇“桃李满沪上”,儿子也在幼儿园和学校里交到了很多朋友,这个家庭尽管还保持着典型的印度生活习惯,但他们已在上海如鱼得水。比约什说:“我们希望一辈子都在上海教瑜伽。”

### 夫妻俩粉丝多

6年前,比约什夫妇为推广瑜伽文化,带着只有11个月大的儿子第一次来到中国,目的地——上海。如今,他们是一家连锁健身俱乐部的金牌教练,每人每周至少都要上十几节课,每天往返于遍布全市的各个门店,比很多上海人还了解地铁和公交线路。

在比约什工作的健身会所,不少会员都是他的粉丝,时间最长的已经拜他为师6年。迪比卡也是明星教练。她喜欢穿着印度传统服装而不是普通的运动服做瑜伽,还会在动作中融入印度舞蹈元素,再加上双脚第二趾上戴着象征印度已婚妇女身份的银戒,只要有她在,健身房里就会弥漫着一股浓浓的异域风情。

### 来自瑜伽世家

很多人都夸他们教得好,一问才知道,原来他们来自瑜伽世家呢。

比约什自豪地说,他们来自印度瑜伽之都——瑞诗凯诗。在这个喜马拉雅山脚下的美丽小镇上,瑜伽不仅是一种运动,更是人们生活的哲学和文化的基石。他从小就在修习瑜伽的父亲身边耳濡目染,12岁正式练习,至今已有20年。

迪比卡的母亲是瑜伽教练,叔叔更是全球第一位呼吸法大师,屏息时间可达惊人的2分43秒,是普通教练的3倍。同时,他还是全球最大瑜伽研究院的院长,虽年逾古稀,仍每年周游世界讲学宣传瑜伽文化。迪比卡从小学习瑜伽同样是水到渠成的事,而来沪授课也是受叔叔影响。

### 一家子爱上海

和宝莱坞电影中的印度妇女一样,迪比卡最大的爱好是在眉心点上一粒红痣,穿着没脚蹼的传统长裙,戴上头纱跳舞。就连打电话时,她也会踩着彩铃节奏跳上一段。比约什不会跳舞,但最喜欢看着妻子在做饭时哼着音乐,舞动柔软腰肢,让狭小的厨房一下子妖娆明亮起来。

说到烹饪,比约什对妻子的手艺赞不绝口。他们一天三顿吃的都是传统印度食品,除了烧饭做菜,迪比卡每天要揉面团,在燃气灶上烤饼,还要手工酿制酸奶,所以,总是下课一回家就钻进厨房。

比约什的爱好则是逛街,和典型上海人一样,最喜欢逛的是淮海路、徐家汇,当然,还有淘宝网。出门逛街办事,他会带着通晓普通话和上海话、英语、印度语四种语言的儿子做翻译,上网购物则靠网络翻译器。有了这两个“宝贝”,他收获颇丰,连城隍庙小商品市场可以批发民族工艺品都摸得一清二楚,每次回国前,都去买上一箱中国结、纸扇、古画仿制品等工艺品作为礼物。

聪明的奥杰总是用“两个都”来对付“更喜欢爸爸还是妈妈?”之类的问题,在回答更喜欢家乡还是上海的问题时也不例外。不过,比约什直截了当说,他更喜欢上海。他眼中的上海,很多方面和印度孟买、德里等大城市很相似,但是,上海的安全、便利以及人们的友善更胜一筹。



# 比约什夫妇希望一辈子在上海教瑜伽



比约什和迪比卡在家也会一起练瑜伽,挑战一下高难度动作



奥杰的印度文由妈妈来补习



奥杰迫不及待地咬上一口妈妈做的印度主食



比约什边做示范边观察学员的动作是否到位



迪比卡常会穿上华美的印度服装,伴着印度音乐来一段舞蹈