

迎古夢旅 4606 **：** **ポルトガル**・早朝の散策 **P144**



ひとり旅の途上では、朝駆けは、いつもの習慣。
体の足し、腹の足し、心の足し、時に、危険回避。その後の朝食が美味しい。
出会いや、見るものが輝いて見えるから不思議。早起きは三文の得。
今は、生活のリズムが乱れがち。反省しきりだが、
口では、なんとでも言える。実践が大切と、言い聞かすが、厳しい日常が続いている。
今、9月1日、午前5時。もう一枚作成して、一眠り。

