

心とからだのハーモニー



むらかみ ゆきこ



しじとからだのハーモニー



あらかみゆきこ

すきり目さめた朝は
両手をあげて深呼吸
不思議な力か
みなぎってくる

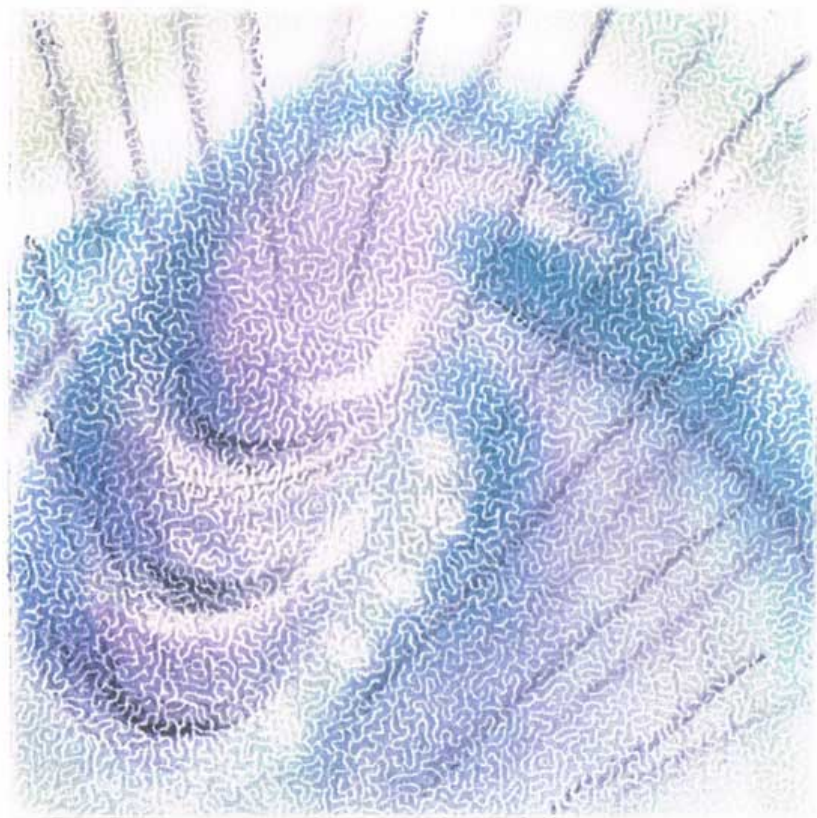


悩んで 弱気になつていると

からだから うつむく

とんたん

氣持ちから しずんでく



じとからたは いっも一緒

じ模様からたは子



（じとからたか）元気でいらねえように

テケテケ歩いよ
ウウ汗かいて



自分とむきあい

笑うことも忘れない



お風呂で

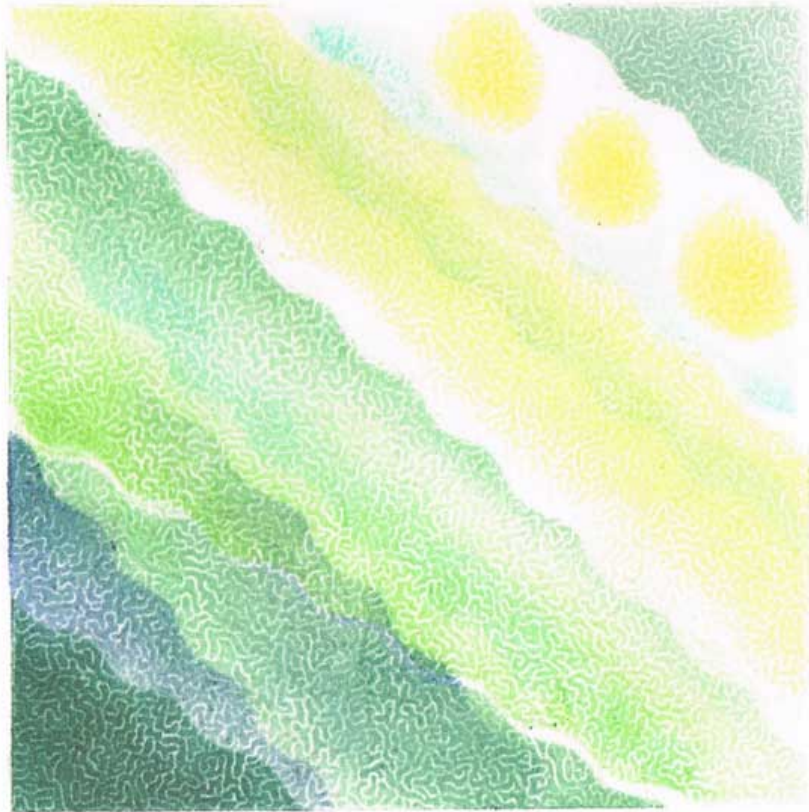
からだをほぐし

心をほぐし



食事も楽しみ
ぐっすり眠る

心とからだか
至福のハーモニーを
奏でたい



加齢とともに

からだの力が ^し 衰へていく

病は気から ... というように

心の持ちようから ^し 衰へていく

衰へていく

華麗に...

「衰へていくは

（じとからだのハーモニー）」

むらさきゆきこ

2009年 5月



