

Publicerad 2018-09-08 21:34 av Blomma-Stjärna

goda cirklar

jag valde en gång att hålla mig i form
med magdans
men dansen blev min glädje
och utmaning

jag hörde att simma skulle ge energi
men badhuset gav mig goda badvänner
så för att orka dit, även under regndagar
skaffar jag goda rutiner

kvällen före badet
gör jag i ordning mina kläder
och undviker sen Tv

mindre vin, socker och chips
mer vatten, korn, ärtor och bönor
förbränner mitt överflödsfett

allt går
inte utan vissa fall, förstås
upp igen

om och om igen
i glädje

!

Texten är utskriven från Poeter.se

Författaren Blomma-Stjärna med Poeter.se id #49808 innehar upphovsrätten