

Fasten!

Ape ©2009

Nach jahrelangen, wilden Sünden
Werd` ich ab Montag endlich fasten
Bin dankbar einen Grund zu finden
Und lass die Flaschen zu, im Kasten!

Denn im Urlaub und an Stränden
Sind Waschbärbäuche nicht gefragt
Und schon kitzelt`s in den Lenden
Hab` Fett und Süßes abgehakt

Im Kühlschrank schimmeln die Pasteten
Die Currywurst wird auch gestrichen
Werd` dafür die Pedalen treten
Und fühle mich bald ausgeglichen

Zur Tagesschau gibt's Möhrensaft
Zum Spielfilm muss es Wasser sein
Um kurz nach Zehn ist es geschafft
Ich schlafe wie ein Baby ein

Drei Wochen später auf der Waage
Sind satte dreizehn Kilo runter
Zum Urlaub sind`s noch ein paar Tage
Und meine Träume werden bunter

Das Bewusstsein weit und weiter
Der Körper frei von alten Schlacken
Ich seh' das Leben wieder heiter
Und man kann so herrlich *kacken!*