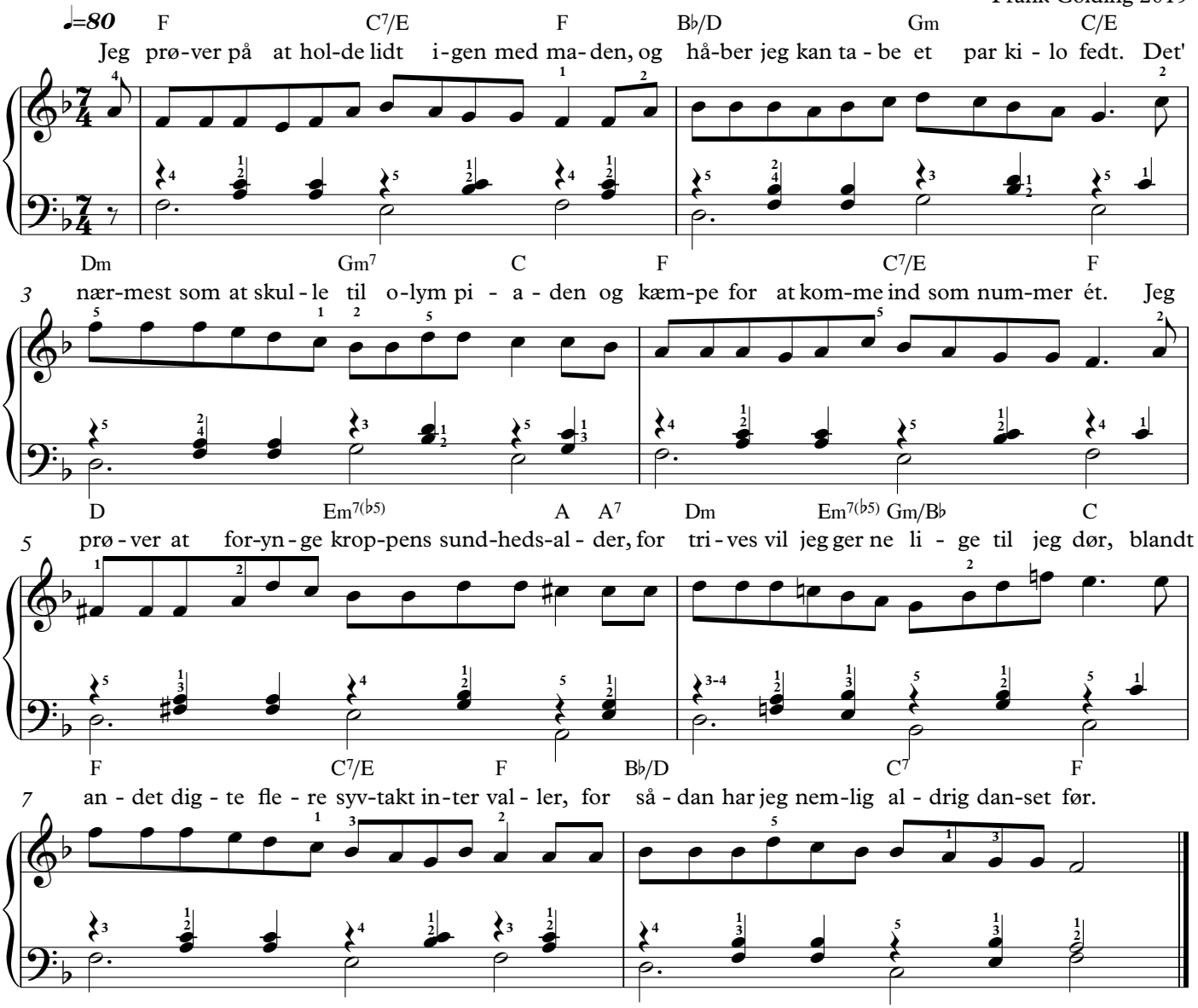
Jeg prøver på at holde lidt igen med maden

Rytmisk dansende

Frank Colding 2019



1. Jeg prøver på at holde lidt igen med maden,
og håber jeg kan tabe ét par kilo fedt.
Det' nærmest som at skulle til olympiaden
og kæmpe for at komme ind som nummer ét.
Jeg prøver at forynge kroppens sundheds-alder,
for trives vil jeg gerne, lige til jeg dør,
blandt andet digte flere syv-takt-intervaller,
for sådan har jeg nemlig aldrig danset før.

2. Jeg danser noget i en fitness-cross-maskine,
en fire-fjerdedele stavgangs-rytme-art.
Et træningscenter kan man ikke let forfine
med pep-musik i makedonisk syvtals-fart.
Herhjemme brummer jeg til dystre orgel-klange,
min mave føles som et indre håndgemæng,
imens min hjerne spiller sultens klagesange,
men spise må jeg ikke, snart skal jeg i seng.

3. Jeg indser lettet, at jeg faktisk kunne sove,
for jeg har fået mig en god og rolig nat.
Går frejdig til min hobby, nyder alt det sjove,
med ord og danserytmer er jeg sysselsat.
Og dybt i hjerteslaget ønsker jeg at tjene
min Gud og næste med et kunstens fadervor.
Og meget kan man sikkert hjælpe ved at træne.
Men, Herrens veje tror jeg ingen helt forstår.

Frank Colding 31. maj 2019