

**Десет хиляди крачки в града – десет хиляди причини да бъдеш щастлив**

Ако някога почувстваш се нещастен,  
не стой изцяло безпристрастен!  
Решение бързо на този проблем намери  
и своята силна воля за успех измери!

Навън е лято и светът те чака с пълна сила.  
Природата в града необятна шир е украсила.  
Дърветата гордо са разперили корони яркозелени,  
не се бави – есента ще ги превърне във листа изпепелени.



И без това градът е сив, претъпкан,  
а пътят до парка – никога отъпкан.  
Промяната в твоите ръце е вече –  
започни да ходиш ти, човече!

Излез до близката градинка,  
срещни се с обичайната дружинка!  
Сетне посети красивата горица,  
спомни си аромата ѝ - нейната искрица!

Времето до магазина не пести със автобуса,  
просто твърде много друска.  
Така ще скъташ лев един,  
а със спестеното ще идеш до Берлин!

Остави изцяло софтуерната игра!  
Велосипедът точно теб за собственик избра.  
Покарай със компания добра и него –  
не вреди това на собственото его!

Отпий пешком ти глътка свежест  
и заличи от плещите си тази тежест!  
Не забравяй - крачките помагат,  
за да не ти се коленете по-натам обадят.

Десет хиляди на ден ти стигат.  
Краката оптимално здраве тъй постигат.  
Ще те слушат с удоволствие на старини  
само ако ги галиш с крачки-хитрини!

И ако някога почувстваш се нещастен,  
не стой изцяло безпристрастен!  
Много-много ти не се чуди,  
на разходки дълги отиди и в колелото се влюбì!

Сега разбра ли поуката каква е?  
Този, който ходи - той ще се ласкае.  
Този, който граби от живота с пълни шепи -  
само той блажен ще е навеки!