tekst: W. Kerkhof - C. Pons, muziek: W. Kerkhof

Mijn trui krijgt al een buik, het hoofd wordt grijs en kaal
Conditie niet zo puik, steeds slapper wordt de straal
Ik lees nu al de krant met dubbelfocus bril
Ik draag met steunverband mijn donorcodicil

Ik ga langzaam achteruit, ik ga langzaam achteruit
Van de kruin tot aan de kuit
Als het overrijpe fruit

Ik ging psychisch door een dal en deed een kuur met peren
Nu weet ik het verval is toch niet meer te keren
Maar plotseling was jij daar op dezelfde helling
Nu samen en ik rij in de achteruitversnelling

We gaan samen achteruit, we gaan langzaam achteruit
Van de kruin tot aan de kuit
Als het overrijpe fruit

We gaan langzaam achteruit, we gaan langzaam achteruit
Terwijl ik vrolijk fluit
Want ik ben geen ijdeltuit