Исходный текст  
  
Будильник прозвенел в пять часов утра. Нужен был домкрат, чтобы поднять моё тело с кровати. Зато какой вчера был энтузиазм! Буду бегать по утрам, зарядку делать, качаться...Проявлю усилие воли, встану, а когда привыкну – буду вставать не напрягаясь. Я даже завёл свой тренировочный дневник для записи упражнений…  
Сладко потягиваясь, я решил подремать ещё 5 минут…Проснулся уже в обед, как всегда. Внутри грызла совесть, но я успокоил себя тем, что сегодня плохая погода, и вообще сегодня пятница, так что начну с понедельника. С этими мыслями я включил компьютер и пошёл ставить чайник…Очередной день моей жизни пролетит перед монитором…  
  
Мой рерайт  
  
Звон будильника разбудил меня в пять утра. Несмотря на весь вчерашний энтузиазм, сегодня нужен был хороший домкрат, чтобы поднять меня с постели. А ведь вчера так рвался бегать по утрам! Даже завёл дневник для тренировок, твёрдо решил заниматься…Сначала будет тяжело, но ничего – привыкну!  
Ладно, подремлю ещё минут пять…и сладко потянувшись, закрыл глаза. Открыл я их только в обед…как обычно. Муки совести, раздиравшие меня изнутри, я отогнал рассуждениями о плохой погоде, и тем, что вообще нужно начинать с понедельника, а не с пятницы. Включив компьютер, я пошёл на кухню поставить чайник…Я проведу этот день так же как и все дни своей жизни…глядя в монитор…