



New Year's Resolutions

เมื่อใกล้วันปีใหม่เข้ามา นื่อง ๆ หลายคนอาจตั้งปณิธานกับตัวเองว่าปีใหม่นี้จะเปลี่ยนแปลงตัวเองหรือลงมือทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ซึ่งก็คือการตั้ง *New Year's Resolution* หรือความตั้งใจหรือเป้าหมายที่จะทำในปีใหม่นั้นเอง เช่น *I resolve to study harder to get better grades.* (แต่ในปีไป ฉันจะตั้งใจเรียนให้ได้เกรดดีขึ้น) หรือนื่อง ๆ บางคนอาจตั้งใจว่าปีใหม่นี้จะเล่นเกมออนไลน์ให้น้อยลงและหันมาออกกำลังกายให้มากขึ้น ก็อาจจะพูดว่า *This year I resolve to waste less time on online games and get more exercise.*

สำหรับทางประเทศแถบตะวันตกนั้น *New Year's Resolutions* ยอดนิยมได้แก่

- | | |
|---|--|
| <i>I resolve to lose weight.</i> | ฉันตั้งใจจะลดน้ำหนัก |
| <i>I resolve to get physically fit.</i> | ฉันตั้งใจจะทำให้ร่างกายแข็งแรง |
| <i>I resolve to get a better job.</i> | ฉันตั้งใจจะหางานใหม่ที่ดีกว่า |
| <i>I resolve to take a trip.</i> | ฉันตั้งใจจะเดินทางท่องเที่ยว |
| <i>I resolve to stop smoking.</i> | ฉันตั้งใจจะหยุดสูบบุหรี่ |
| <i>I resolve to eat right.</i> | ฉันตั้งใจจะรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ |
| <i>I resolve to reduce stress.</i> | ฉันตั้งใจจะลดความเครียด |
| <i>I resolve to save money.</i> | ฉันตั้งใจจะออมเงิน |
| <i>I resolve to get a better education.</i> | ฉันตั้งใจจะเพิ่มพูนความรู้ |
| <i>I resolve to learn something new.</i> | ฉันตั้งใจจะเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ |

แล้วนื่อง ๆ ละคะ *What are your New Year's resolutions?*