

Dalarnas län

Insändare

Sluta med nyårslöften som ni ändå inte kan hålla

9 december 2022 09:12

i Detta är en insändare. Åsikterna är skribentens egna.

Sluta tramsa! Sluta med nyårslöften som ni inte kan hålla. Ingen bryr sig vad ni lovar eftersom ni inte håller det ni lovar. Det är lätt att prata men svårare att göra, så gör istället för att prata.

Efter nyår har alla nyårslöften avlagts. Det nyårslöftet jag stör mig mest på är det om träning på gym. De lovar att de ska börja gymma och leva ett mer hälsosamt liv. Och efter nyår är gymmet fullt och det finns ingen plats för oss som brukar vara där och träna regelbundet. Och efter cirka två veckor är det typ inga kvar på gymmet längre.



"Efter nyår är gymmet fullt och det finns ingen plats för oss som brukar vara där och träna regelbundet. Och efter cirka två veckor är det typ inga kvar på gymmet längre", menar insändarskribenten.

Foto: Noella Johansson/TT

Jag tycker att man ska sluta med nyårslöften eftersom man sätter upp mål man inte håller. Då anser jag att det är bättre att börja med det man vill göra istället. Och börja träna när man är redo, för annars blir det inte ett långvarigt löfte.

För att 2023 ska bli så bra som möjligt måste man börja med att vara uppriktig mot sig själv. Och inte lova en massa som man inte ändå kan hålla. Det gäller att inte göra en massa storslagna planer som ändå inte kommer att hålla. När man avger massa löften som man inte kommer klara av att hålla lever man inte ärligt. Det håller inte!

När du har löften du inte uppfyller kommer du att må dåligt. Så det är bättre att inte ha några löften alls. Det är alltså inte bra med nyårslöften eftersom man ljugar för sig själv och tror då att man är bättre än andra, och efter att man misslyckats anser man att man är sämre. Inte bra!

Hugo "The Hulk"

Har du något att säga? Här kan du enkelt [skriva och skicka in en insändare](#) eller [debattartikel](#).

Nästa artikel under annonsen



Tipsa oss

☎ 023-935 50

✉ tips@falukuriren.se

🔗 [Till vår tipsatjänst](#)

Kontakta oss

☎ 010-709 79 00

(Kundtjänst)

☎ 010-709 70 00

(Växel)

Information

[Om Falu-Kuriren](#)

[Personuppgiftspolicy](#)

[Cookiepolicy](#)

[IAB Sweden Gold Standard](#)

[Anpassa cookies](#)

Annonsera

[Företagsannonser](#)

[Självbetjäningen](#)

Falu-Kuriren

[🔗 Kontakta ansvarig utgivare](#)

Om Falu-Kuriren

Falukuriren.se är Falu-Kurirens nyhetssajt. Vi bevakar Falu kommun, Leksands kommun, Rättviks kommun, Gagnefs kommun, Vansbro kommun och Malung-Sälens kommun samt håller koll på de största nyhetshändelserna i Dalarna, dygnet runt. Vi finns som sajt, app, i nyhetsbrev och sociala medier. Vi granskar, berör, underhåller och avslöjar orättvisor för läsarna.