



1. כתבו האם יש לכם מטרה שלא הצלחתם להגשים כי לא הצלחתם להתמיד לאורך זמן וחזרתם להרגל ישן

---

---

---

---

---

---

2. כתבו עבור אותה מטרה שלא הצלחתם להגשים, מהי הזהות הנכונה אותה הייתם צריכים לממש כדי שתוכלו להתמיד לאורך זמן

---

---

---

---

3. כתבו מטרה חדשה אותה אתם רוצים לממש והגדירו עבורה את הזהות הנכונה שאתם צריכים לאמץ לעצמכם כדי להתמיד ולסגל הרגלים חדשים

---

---

---

---



21

הרגלים מנצחים