

דף עבודה – הרגלים חדשים שלי להיות מאושר ושמח

יש להדפיס קובץ זה ולעבוד איתו במשך 21 יום

מחקרים מוכיחים שמחשבה, דיבור או מעשה קבועים על בסיס יום יומי למשך 21 יום מתקבעים בנו ויוצרים בנו מציאות חדשה

אני מתחייב ליישם הרגל חדש זה כדי לחוות יותר אושר, שמחה וסיפוק בחיים

.....חתימה

..... שם מלא

.....חתימה

..... שם איש מחויבות.

.....תאריך