





Núna vil ég að þú setjir niður þau skref sem þú þarft að taka til þess að nálgast hinn fullkomna dag eftir 3 ár. Hvaða litlu siðir og venjur þarft þú að taka upp og byrja að setja inní rútinuna? Hvað þarftu að hætta að gera? Og hvað þarftu að byrja að gera?

1.

---

---

---

2.

---

---

---

3.

---

---

---

4.

---

---

---

5.

---

---

---

