



содержание

Примеры ведения ежедневника	4
планы на будущее	6
планы на три месяца	8
планы на месяц	10
Ежедневные практики	12
Итоги месяца	43
Итоги трех месяцев	114
Трекер привычек	116
список покупок	120
список для чтения	122
список для просмотра	124
для записей	126

