

mỗi khi người ấy bắt gặp bạn vi phạm một trong những nguyên tắc.

- Mỗi tuần hãy kiểm tra lại những tiến bộ mà bạn đạt được. Tự hỏi xem mình đã phạm những sai lầm gì, đạt được những tiến bộ gì, rút ra được những bài học gì cho tương lai.
- Ghi lại thời gian và cách thức cụ thể mà bạn đã ứng dụng những nguyên tắc này vào cuốn sổ nhỏ.