


Self-Discovery Journal



Un Diario Guiado de 30 Días



Entrada Diaria

Creado con Loomjournals

Cómo Usar Este Diario

¡Bienvenido a tu diario! Aquí tienes algunos consejos para aprovecharlo al máximo:

- 1 Dedicar unos minutos cada día a escribir
- 2 Sé honesto y escribe libremente, sin juzgarte
- 3 Intenta escribir a la misma hora cada día para crear un hábito
- 4 Revisa tus entradas semanalmente para notar patrones

-
- Start with today's life purpose question
 - Reflect on your core values and strengths
 - Explore fears and limiting beliefs honestly
 - Capture insights and lessons learned
 - End with a moment of gratitude



Escanea para una guía detallada sobre cómo usar este diario

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podria mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podria mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podria mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podria mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podria mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podria mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podria mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podria mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podria mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podría mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podria mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podria mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podria mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podria mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podria mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podria mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podria mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podria mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podria mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podría mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podria mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podria mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podría mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podria mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podria mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podria mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podria mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podria mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podria mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*

Fecha: _____

Pregunta de propósito de vida *(hazte una pregunta profunda sobre quien eres o quien quieres ser)*

Valores fundamentales *(que valores guian tus decisiones? honestidad, libertad, crecimiento...)*

Mis fortalezas *(en que eres bueno? que aprecian los demas de ti?)*

Miedos explorados *(que miedo notaste o enfrentaste hoy?)*

Creencias Limitantes *(que historia te cuentas a ti mismo que podría estar frenandote?)*

Lo que aprendí *(que leccion o descubrimiento fotografico te dejo esta sesion?)*

Reflexión de hoy *(que salio bien? que podria mejorar?)*

Gratitud *(por que estas agradecido hoy? nombra una persona, momento o cosa especifica)*
