



Journal de citations



Un journal guidé de 30 jours



Entrée quotidienne

Créé avec LoomJournals

Comment utiliser ce journal

Bienvenue dans votre journal ! Voici quelques conseils pour en tirer le meilleur parti :

- 1 Réservez quelques minutes chaque jour pour écrire
- 2 Soyez honnête et écrivez librement, sans vous juger
- 3 Essayez d'écrire à la même heure chaque jour pour créer une habitude
- 4 Relisez vos entrées chaque semaine pour repérer des tendances



Scannez pour un guide détaillé sur l'utilisation de ce journal

Date: _____

Citation *(écrivez la citation exacte qui vous a frappé — la précision honore la pensée originale)*

Auteur *(qui a dit ou écrit cela ? nom complet si possible)*

Source *(livre, discours, film, chanson — où avez-vous trouvé cette citation ?)*

Pourquoi cela résonne *(qu'est-ce qui dans cette citation vous parle personnellement en ce moment ?)*

Comment appliquer ceci *(une façon concrète d'appliquer cette sagesse aujourd'hui ou cette semaine)*

Réflexion du jour *(qu'est-ce qui s'est bien passé ? que pourrait-on améliorer ?)*

Date: _____

Citation *(écrivez la citation exacte qui vous a frappé — la précision honore la pensée originale)*

Auteur *(qui a dit ou écrit cela ? nom complet si possible)*

Source *(livre, discours, film, chanson — où avez-vous trouvé cette citation ?)*

Pourquoi cela résonne *(qu'est-ce qui dans cette citation vous parle personnellement en ce moment ?)*

Comment appliquer ceci *(une façon concrète d'appliquer cette sagesse aujourd'hui ou cette semaine)*

Réflexion du jour *(qu'est-ce qui s'est bien passé ? que pourrait-on améliorer ?)*

Date: _____

Citation *(écrivez la citation exacte qui vous a frappé — la précision honore la pensée originale)*

Auteur *(qui a dit ou écrit cela ? nom complet si possible)*

Source *(livre, discours, film, chanson — où avez-vous trouvé cette citation ?)*

Pourquoi cela résonne *(qu'est-ce qui dans cette citation vous parle personnellement en ce moment ?)*

Comment appliquer ceci *(une façon concrète d'appliquer cette sagesse aujourd'hui ou cette semaine)*

Réflexion du jour *(qu'est-ce qui s'est bien passé ? que pourrait-on améliorer ?)*

Date: _____

Citation *(écrivez la citation exacte qui vous a frappé — la précision honore la pensée originale)*

Auteur *(qui a dit ou écrit cela ? nom complet si possible)*

Source *(livre, discours, film, chanson — où avez-vous trouvé cette citation ?)*

Pourquoi cela résonne *(qu'est-ce qui dans cette citation vous parle personnellement en ce moment ?)*

Comment appliquer ceci *(une façon concrète d'appliquer cette sagesse aujourd'hui ou cette semaine)*

Réflexion du jour *(qu'est-ce qui s'est bien passé ? que pourrait-on améliorer ?)*

Date: _____

Citation *(écrivez la citation exacte qui vous a frappé — la précision honore la pensée originale)*

Auteur *(qui a dit ou écrit cela ? nom complet si possible)*

Source *(livre, discours, film, chanson — où avez-vous trouvé cette citation ?)*

Pourquoi cela résonne *(qu'est-ce qui dans cette citation vous parle personnellement en ce moment ?)*

Comment appliquer ceci *(une façon concrète d'appliquer cette sagesse aujourd'hui ou cette semaine)*

Réflexion du jour *(qu'est-ce qui s'est bien passé ? que pourrait-on améliorer ?)*

Date: _____

Citation *(écrivez la citation exacte qui vous a frappé — la précision honore la pensée originale)*

Auteur *(qui a dit ou écrit cela ? nom complet si possible)*

Source *(livre, discours, film, chanson — où avez-vous trouvé cette citation ?)*

Pourquoi cela résonne *(qu'est-ce qui dans cette citation vous parle personnellement en ce moment ?)*

Comment appliquer ceci *(une façon concrète d'appliquer cette sagesse aujourd'hui ou cette semaine)*

Réflexion du jour *(qu'est-ce qui s'est bien passé ? que pourrait-on améliorer ?)*

Date: _____

Citation *(écrivez la citation exacte qui vous a frappé — la précision honore la pensée originale)*

Auteur *(qui a dit ou écrit cela ? nom complet si possible)*

Source *(livre, discours, film, chanson — où avez-vous trouvé cette citation ?)*

Pourquoi cela résonne *(qu'est-ce qui dans cette citation vous parle personnellement en ce moment ?)*

Comment appliquer ceci *(une façon concrète d'appliquer cette sagesse aujourd'hui ou cette semaine)*

Réflexion du jour *(qu'est-ce qui s'est bien passé ? que pourrait-on améliorer ?)*

Date: _____

Citation *(écrivez la citation exacte qui vous a frappé — la précision honore la pensée originale)*

Auteur *(qui a dit ou écrit cela ? nom complet si possible)*

Source *(livre, discours, film, chanson — où avez-vous trouvé cette citation ?)*

Pourquoi cela résonne *(qu'est-ce qui dans cette citation vous parle personnellement en ce moment ?)*

Comment appliquer ceci *(une façon concrète d'appliquer cette sagesse aujourd'hui ou cette semaine)*

Réflexion du jour *(qu'est-ce qui s'est bien passé ? que pourrait-on améliorer ?)*

Date: _____

Citation *(écrivez la citation exacte qui vous a frappé — la précision honore la pensée originale)*

Auteur *(qui a dit ou écrit cela ? nom complet si possible)*

Source *(livre, discours, film, chanson — où avez-vous trouvé cette citation ?)*

Pourquoi cela résonne *(qu'est-ce qui dans cette citation vous parle personnellement en ce moment ?)*

Comment appliquer ceci *(une façon concrète d'appliquer cette sagesse aujourd'hui ou cette semaine)*

Réflexion du jour *(qu'est-ce qui s'est bien passé ? que pourrait-on améliorer ?)*

Date: _____

Citation *(écrivez la citation exacte qui vous a frappé — la précision honore la pensée originale)*

Auteur *(qui a dit ou écrit cela ? nom complet si possible)*

Source *(livre, discours, film, chanson — où avez-vous trouvé cette citation ?)*

Pourquoi cela résonne *(qu'est-ce qui dans cette citation vous parle personnellement en ce moment ?)*

Comment appliquer ceci *(une façon concrète d'appliquer cette sagesse aujourd'hui ou cette semaine)*

Réflexion du jour *(qu'est-ce qui s'est bien passé ? que pourrait-on améliorer ?)*

Date: _____

Citation *(écrivez la citation exacte qui vous a frappé — la précision honore la pensée originale)*

Auteur *(qui a dit ou écrit cela ? nom complet si possible)*

Source *(livre, discours, film, chanson — où avez-vous trouvé cette citation ?)*

Pourquoi cela résonne *(qu'est-ce qui dans cette citation vous parle personnellement en ce moment ?)*

Comment appliquer ceci *(une façon concrète d'appliquer cette sagesse aujourd'hui ou cette semaine)*

Réflexion du jour *(qu'est-ce qui s'est bien passé ? que pourrait-on améliorer ?)*

Date: _____

Citation *(écrivez la citation exacte qui vous a frappé — la précision honore la pensée originale)*

Auteur *(qui a dit ou écrit cela ? nom complet si possible)*

Source *(livre, discours, film, chanson — où avez-vous trouvé cette citation ?)*

Pourquoi cela résonne *(qu'est-ce qui dans cette citation vous parle personnellement en ce moment ?)*

Comment appliquer ceci *(une façon concrète d'appliquer cette sagesse aujourd'hui ou cette semaine)*

Réflexion du jour *(qu'est-ce qui s'est bien passé ? que pourrait-on améliorer ?)*

Date: _____

Citation *(écrivez la citation exacte qui vous a frappé — la précision honore la pensée originale)*

Auteur *(qui a dit ou écrit cela ? nom complet si possible)*

Source *(livre, discours, film, chanson — où avez-vous trouvé cette citation ?)*

Pourquoi cela résonne *(qu'est-ce qui dans cette citation vous parle personnellement en ce moment ?)*

Comment appliquer ceci *(une façon concrète d'appliquer cette sagesse aujourd'hui ou cette semaine)*

Réflexion du jour *(qu'est-ce qui s'est bien passé ? que pourrait-on améliorer ?)*

Date: _____

Citation *(écrivez la citation exacte qui vous a frappé — la précision honore la pensée originale)*

Auteur *(qui a dit ou écrit cela ? nom complet si possible)*

Source *(livre, discours, film, chanson — où avez-vous trouvé cette citation ?)*

Pourquoi cela résonne *(qu'est-ce qui dans cette citation vous parle personnellement en ce moment ?)*

Comment appliquer ceci *(une façon concrète d'appliquer cette sagesse aujourd'hui ou cette semaine)*

Réflexion du jour *(qu'est-ce qui s'est bien passé ? que pourrait-on améliorer ?)*

Date: _____

Citation *(écrivez la citation exacte qui vous a frappé — la précision honore la pensée originale)*

Auteur *(qui a dit ou écrit cela ? nom complet si possible)*

Source *(livre, discours, film, chanson — où avez-vous trouvé cette citation ?)*

Pourquoi cela résonne *(qu'est-ce qui dans cette citation vous parle personnellement en ce moment ?)*

Comment appliquer ceci *(une façon concrète d'appliquer cette sagesse aujourd'hui ou cette semaine)*

Réflexion du jour *(qu'est-ce qui s'est bien passé ? que pourrait-on améliorer ?)*

Date: _____

Citation *(écrivez la citation exacte qui vous a frappé — la précision honore la pensée originale)*

Auteur *(qui a dit ou écrit cela ? nom complet si possible)*

Source *(livre, discours, film, chanson — où avez-vous trouvé cette citation ?)*

Pourquoi cela résonne *(qu'est-ce qui dans cette citation vous parle personnellement en ce moment ?)*

Comment appliquer ceci *(une façon concrète d'appliquer cette sagesse aujourd'hui ou cette semaine)*

Réflexion du jour *(qu'est-ce qui s'est bien passé ? que pourrait-on améliorer ?)*

Date: _____

Citation *(écrivez la citation exacte qui vous a frappé — la précision honore la pensée originale)*

Auteur *(qui a dit ou écrit cela ? nom complet si possible)*

Source *(livre, discours, film, chanson — où avez-vous trouvé cette citation ?)*

Pourquoi cela résonne *(qu'est-ce qui dans cette citation vous parle personnellement en ce moment ?)*

Comment appliquer ceci *(une façon concrète d'appliquer cette sagesse aujourd'hui ou cette semaine)*

Réflexion du jour *(qu'est-ce qui s'est bien passé ? que pourrait-on améliorer ?)*

Date: _____

Citation *(écrivez la citation exacte qui vous a frappé — la précision honore la pensée originale)*

Auteur *(qui a dit ou écrit cela ? nom complet si possible)*

Source *(livre, discours, film, chanson — où avez-vous trouvé cette citation ?)*

Pourquoi cela résonne *(qu'est-ce qui dans cette citation vous parle personnellement en ce moment ?)*

Comment appliquer ceci *(une façon concrète d'appliquer cette sagesse aujourd'hui ou cette semaine)*

Réflexion du jour *(qu'est-ce qui s'est bien passé ? que pourrait-on améliorer ?)*

Date: _____

Citation *(écrivez la citation exacte qui vous a frappé — la précision honore la pensée originale)*

Auteur *(qui a dit ou écrit cela ? nom complet si possible)*

Source *(livre, discours, film, chanson — où avez-vous trouvé cette citation ?)*

Pourquoi cela résonne *(qu'est-ce qui dans cette citation vous parle personnellement en ce moment ?)*

Comment appliquer ceci *(une façon concrète d'appliquer cette sagesse aujourd'hui ou cette semaine)*

Réflexion du jour *(qu'est-ce qui s'est bien passé ? que pourrait-on améliorer ?)*

Date: _____

Citation *(écrivez la citation exacte qui vous a frappé — la précision honore la pensée originale)*

Auteur *(qui a dit ou écrit cela ? nom complet si possible)*

Source *(livre, discours, film, chanson — où avez-vous trouvé cette citation ?)*

Pourquoi cela résonne *(qu'est-ce qui dans cette citation vous parle personnellement en ce moment ?)*

Comment appliquer ceci *(une façon concrète d'appliquer cette sagesse aujourd'hui ou cette semaine)*

Réflexion du jour *(qu'est-ce qui s'est bien passé ? que pourrait-on améliorer ?)*
