

---



# Dnevnik minimalizma

---



Vođeni dnevnik od 30 dana



Dnevni unos

Izrađeno pomoću LoomJournals

---

# Kako koristiti ovaj dnevnik

---

Dobrodošli u svoj dnevnik! Evo nekoliko savjeta kako da ga najbolje iskoristite:

- 1 Svaki dan odvojite nekoliko minuta za pisanje
- 2 Budite iskreni i pišite slobodno bez prosuđivanja
- 3 Pokušajte pisati u isto vrijeme svaki dan kako biste izgradili naviku
- 4 Pregledajte svoje zapise tjedno kako biste uočili obrasce



Skenirajte za detaljan vodič o korištenju ovog dnevnika

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Uklonjene stvari** (koje ste stvari, aplikacije ili obaveze danas uklonili?)

**Kategorija** (fizičko, digitalno, emocionalno, vrijeme, financijsko...)

**Zadržano i zašto** (što ste svjesno odlučili zadržati i kakvu to vrijednost dodaje?)

**Osjećaji pri puštanju** (olakšanje, krivnja, oslobođenje, nostalgija - što se pojavilo dok ste puštali?)

**Stvoreni prostor** (fizički prostor, mentalna jasnoća, oslobođeno vrijeme - što se otvorilo?)

**Današnje razmišljanje** (što je prošlo dobro? što bi moglo biti bolje?)

**Sutrašnja namjera** (koja namjera ili fokus će vas voditi sutra?)