


Lunarni dnevnik



Vođeni dnevnik od 30 dana



Hibrid

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

-
- Svaki dan zabilježite trenutnu lunarnu fazu - koristite napomenu za nazive faza
 - Ocijenite svoju energiju (1-10), raspoloženje (1-10) i kvalitetu sna (1-5)
 - Napišite svoju lunarnu refleksiju: kako faza rezonira s vašim životom upravo sada
 - Postavite jasnu namjeru za lunarni ciklus i zabilježite svaki ritual koji ste prakticirali
 - Na pun ili mlad Mjesec zabilježite za što ste zahvalni i što ste spremni otpustiti



Skenirajte za detaljan vodič o korištenju ovog dnevnika

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu *(kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)*

Namjera *(što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)*

Ritual *(bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)*

Zahvalnost *(za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)*

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu *(kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)*

Namjera *(što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)*

Ritual *(bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)*

Zahvalnost *(za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)*

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu (kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)

Namjera (što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)

Ritual (bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)

Zahvalnost (za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu (kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)

Namjera (što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)

Ritual (bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)

Zahvalnost (za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu *(kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)*

Namjera *(što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)*

Ritual *(bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)*

Zahvalnost *(za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)*

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu (kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)

Namjera (što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)

Ritual (bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)

Zahvalnost (za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu (kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)

Namjera (što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)

Ritual (bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)

Zahvalnost (za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu *(kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)*

Namjera *(što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)*

Ritual *(bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)*

Zahvalnost *(za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)*

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu *(kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)*

Namjera *(što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)*

Ritual *(bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)*

Zahvalnost *(za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)*

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu *(kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)*

Namjera *(što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)*

Ritual *(bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)*

Zahvalnost *(za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)*

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu (kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)

Namjera (što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)

Ritual (bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)

Zahvalnost (za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu *(kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)*

Namjera *(što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)*

Ritual *(bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)*

Zahvalnost *(za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)*

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu *(kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)*

Namjera *(što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)*

Ritual *(bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)*

Zahvalnost *(za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)*

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu *(kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)*

Namjera *(što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)*

Ritual *(bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)*

Zahvalnost *(za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)*

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu *(kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)*

Namjera *(što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)*

Ritual *(bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)*

Zahvalnost *(za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)*

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu *(kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)*

Namjera *(što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)*

Ritual *(bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)*

Zahvalnost *(za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)*

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu *(kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)*

Namjera *(što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)*

Ritual *(bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)*

Zahvalnost *(za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)*

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu *(kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)*

Namjera *(što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)*

Ritual *(bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)*

Zahvalnost *(za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)*

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu (kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)

Namjera (što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)

Ritual (bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)

Zahvalnost (za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu *(kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)*

Namjera *(što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)*

Ritual *(bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)*

Zahvalnost *(za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)*

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu *(kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)*

Namjera *(što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)*

Ritual *(bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)*

Zahvalnost *(za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)*

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu *(kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)*

Namjera *(što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)*

Ritual *(bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)*

Zahvalnost *(za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)*

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu *(kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)*

Namjera *(što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)*

Ritual *(bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)*

Zahvalnost *(za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)*

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu *(kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)*

Namjera *(što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)*

Ritual *(bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)*

Zahvalnost *(za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)*

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu *(kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)*

Namjera *(što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)*

Ritual *(bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)*

Zahvalnost *(za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)*

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu *(kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)*

Namjera *(što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)*

Ritual *(bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)*

Zahvalnost *(za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)*

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu *(kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)*

Namjera *(što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)*

Ritual *(bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)*

Zahvalnost *(za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)*

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu (kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)

Namjera (što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)

Ritual (bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)

Zahvalnost (za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu *(kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)*

Namjera *(što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)*

Ritual *(bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)*

Zahvalnost *(za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)*

Datum: _____

Faza Mjeseca: _____

Razina energije (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Raspoloženje (1-10): 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Kvaliteta sna: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Refleksija o Mjesecu (kako današnja faza mjeseca odgovara mjestu na kojem se nalazite u životu uprav...)

Namjera (što želite manifestirati ili na što se želite usredotočiti danas? budite jasni i konkretni)

Ritual (bilo koji ritual mjeseca koji ste danas prakticirali - vođenje dnevnika, meditacija, svijeća, kristali...)

Zahvalnost (za što ste danas zahvalni? navedite jednu konkretnu osobu, trenutak ili stvar)
