


Quote Journal



Diario Guidato di 30 Giorni



Voce giornaliera

Creato con LoomJournals

Come Usare Questo Diario

Benvenuto nel tuo diario! Ecco alcuni consigli per sfruttarlo al meglio:

1 Dedicare qualche minuto ogni giorno alla scrittura

2 Sii onesto e scrivi liberamente senza giudicarti

3 Cerca di scrivere alla stessa ora ogni giorno per creare un'abitudine

4 Rileggi le tue annotazioni settimanalmente per notare gli schemi



Scansiona per una guida dettagliata su come usare questo diario

Data: _____

Citazione *(scrivi la citazione esatta che ti ha colpito — la precisione onora il pensiero originale)*

Autore *(chi l'ha detto o scritto? nome completo se noto)*

Fonte *(libro, discorso, film, canzone — dove l'hai trovata?)*

Perché risuona *(cosa di questa citazione ti parla personalmente in questo momento?)*

Come applicarlo *(un modo concreto in cui puoi agire su questa saggezza oggi o questa settimana)*

Riflessione di oggi *(cosa è andato bene? cosa si potrebbe migliorare?)*

Data: _____

Citazione *(scrivi la citazione esatta che ti ha colpito — la precisione onora il pensiero originale)*

Autore *(chi l'ha detto o scritto? nome completo se noto)*

Fonte *(libro, discorso, film, canzone — dove l'hai trovata?)*

Perché risuona *(cosa di questa citazione ti parla personalmente in questo momento?)*

Come applicarlo *(un modo concreto in cui puoi agire su questa saggezza oggi o questa settimana)*

Riflessione di oggi *(cosa è andato bene? cosa si potrebbe migliorare?)*

Data: _____

Citazione *(scrivi la citazione esatta che ti ha colpito — la precisione onora il pensiero originale)*

Autore *(chi l'ha detto o scritto? nome completo se noto)*

Fonte *(libro, discorso, film, canzone — dove l'hai trovata?)*

Perché risuona *(cosa di questa citazione ti parla personalmente in questo momento?)*

Come applicarlo *(un modo concreto in cui puoi agire su questa saggezza oggi o questa settimana)*

Riflessione di oggi *(cosa è andato bene? cosa si potrebbe migliorare?)*

Data: _____

Citazione *(scrivi la citazione esatta che ti ha colpito — la precisione onora il pensiero originale)*

Autore *(chi l'ha detto o scritto? nome completo se noto)*

Fonte *(libro, discorso, film, canzone — dove l'hai trovata?)*

Perché risuona *(cosa di questa citazione ti parla personalmente in questo momento?)*

Come applicarlo *(un modo concreto in cui puoi agire su questa saggezza oggi o questa settimana)*

Riflessione di oggi *(cosa è andato bene? cosa si potrebbe migliorare?)*

Data: _____

Citazione *(scrivi la citazione esatta che ti ha colpito — la precisione onora il pensiero originale)*

Autore *(chi l'ha detto o scritto? nome completo se noto)*

Fonte *(libro, discorso, film, canzone — dove l'hai trovata?)*

Perché risuona *(cosa di questa citazione ti parla personalmente in questo momento?)*

Come applicarlo *(un modo concreto in cui puoi agire su questa saggezza oggi o questa settimana)*

Riflessione di oggi *(cosa è andato bene? cosa si potrebbe migliorare?)*

Data: _____

Citazione *(scrivi la citazione esatta che ti ha colpito — la precisione onora il pensiero originale)*

Autore *(chi l'ha detto o scritto? nome completo se noto)*

Fonte *(libro, discorso, film, canzone — dove l'hai trovata?)*

Perché risuona *(cosa di questa citazione ti parla personalmente in questo momento?)*

Come applicarlo *(un modo concreto in cui puoi agire su questa saggezza oggi o questa settimana)*

Riflessione di oggi *(cosa è andato bene? cosa si potrebbe migliorare?)*

Data: _____

Citazione *(scrivi la citazione esatta che ti ha colpito — la precisione onora il pensiero originale)*

Autore *(chi l'ha detto o scritto? nome completo se noto)*

Fonte *(libro, discorso, film, canzone — dove l'hai trovata?)*

Perché risuona *(cosa di questa citazione ti parla personalmente in questo momento?)*

Come applicarlo *(un modo concreto in cui puoi agire su questa saggezza oggi o questa settimana)*

Riflessione di oggi *(cosa è andato bene? cosa si potrebbe migliorare?)*

Data: _____

Citazione *(scrivi la citazione esatta che ti ha colpito — la precisione onora il pensiero originale)*

Autore *(chi l'ha detto o scritto? nome completo se noto)*

Fonte *(libro, discorso, film, canzone — dove l'hai trovata?)*

Perché risuona *(cosa di questa citazione ti parla personalmente in questo momento?)*

Come applicarlo *(un modo concreto in cui puoi agire su questa saggezza oggi o questa settimana)*

Riflessione di oggi *(cosa è andato bene? cosa si potrebbe migliorare?)*

Data: _____

Citazione *(scrivi la citazione esatta che ti ha colpito — la precisione onora il pensiero originale)*

Autore *(chi l'ha detto o scritto? nome completo se noto)*

Fonte *(libro, discorso, film, canzone — dove l'hai trovata?)*

Perché risuona *(cosa di questa citazione ti parla personalmente in questo momento?)*

Come applicarlo *(un modo concreto in cui puoi agire su questa saggezza oggi o questa settimana)*

Riflessione di oggi *(cosa è andato bene? cosa si potrebbe migliorare?)*