


Дневник наслеђа



Вођени дневник за 30 дана



Дневни унос



Креирано помоћу LoomJournals

Како користити овај дневник

Добродошли у свој дневник! Ево неколико савета како да га најбоље искористите:

- 1 Одвојте неколико минута сваког дана за писање
- 2 Будите искрени и пишите слободно без осуђивања
- 3 Покушајте да пишете у исто време сваког дана како бисте изградили навику
- 4 Прегледајте своје записе недељно да бисте уочили обрасце

-
- Изаберите једну конкретну успомену или животни догађај - избегавајте да покријете превише одједном
 - Именујте животну фазу или еру да бисте дали контекст: детињство, рани брак, каријерне године
 - Напишите причу са живописним чулним детаљима - призорима, звуцима, мирисима и осећањима
 - Забележите кључне особе укључене и улогу коју су имале у том поглављу вашег живота
 - Завршите са лекцијом коју носите и саветом који бисте дали онима који долазе после вас



Скенирајте за детаљан водич о коришћењу овог дневника

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)

Датум: _____

Животна фаза (детињство, тинејџерске године, млада одрасла особа, сада...)

Опис (испричајте ово сећање или причу детаљно и живописно. користите чулни језик -- шта сте виде...)

Укључени људи (ко је био део овог сећања или приче?)

Данашња научена лекција (шта бисте другачије урадили следећи пут?)

Савет за будућност (коју мудрост бисте пренели будућим генерацијама?)

За шта сам данас захвалан/захвална (на чему сте захвални данас? наведите конкретну особу,...)