


Дневник манифестације



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

-
- Поставите јасну намеру за оно шта желите да манифестујете данас -- будите конкретни
 - Запишите 3 ствари за које сте искрено захвални управо сада да бисте подигли вибрацију
 - Напишите афирмације у садашњем времену као да већ имате оно што желите -- осетите истину сваке
 - Визуализујте своју жељу испуњену: опишите где се налазите, шта видите, чујете и осећате у том тренутку
 - Скриптујте своју идеалну стварност у живописним детаљима -- напишите наратив у првом лицу као да живите свој дан из снова
 - Наведите 2-3 конкретна корака акције које ћете данас предузети ка свом циљу



Скенирајте за детаљан водич о коришћењу овог дневника

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)

Датум: _____

Намера (шта желите да манифестујете или на шта да се фокусирате данас? будите јасни и конкрет...)

За шта сам данас захвалан/захвална (људи, тренуци или мале ствари које данас цените)

Данашња афирмација (пишите у садашњем времену као да је већ истина: 'ја сам изобилан', 'лако...')

Визуализација (затворите очи на тренутак, затим опишите сцену: где сте, шта видите, чујете и осе...)

Скриптовање (пишите у садашњем времену као да је оно што желите већ стварно. будите живопис...)

Кораци за акцију (конкретни кораци које можете данас предузети ка свом циљу)