

# Nhật Ký Giấc Mơ

Nhật ký có hướng dẫn 30 ngày

Ghi chép hàng ngày

Được tạo bởi LoomJournals

# Cách sử dụng nhật ký này

---

Chào mừng bạn đến với nhật ký của mình! Dưới đây là một số mẹo để tận dụng tối đa:

- 1 Dành vài phút mỗi ngày để viết
- 2 Hãy thành thật và viết tự do, không phán xét
- 3 Cố gắng viết vào cùng một thời điểm mỗi ngày để tạo thói quen
- 4 Xem lại các bài viết hàng tuần để nhận ra các xu hướng

- 
- Viết lại giấc mơ ngay khi thức dậy
  - Ghi chú các biểu tượng và nhân vật chính
  - Suy ngẫm về cảm xúc và ý nghĩa có thể



Quét mã để xem hướng dẫn chi tiết cách sử dụng nhật ký này

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

**Tiêu đề giấc mơ** (đặt tên như một bộ phim ngắn)

---

---

**Nội dung giấc mơ** (viết ở thì hiện tại: 'tôi đang đứng...' những mảnh vụn cũng có giá trị)

---

---

---

---

---

---

---

---

**Cảm xúc trong giấc mơ** (trong giấc mơ và khi tỉnh dậy)

---

---

---

---

**Biểu tượng trong giấc mơ** (người, nơi chốn, đồ vật nổi bật)

---

---

---

---

**Liên hệ với đời thực** (điều gì trong cuộc sống có thể được phản ánh qua giấc mơ này?)

---

---

---

---

**Giải mộng** (giấc mơ này có ý nghĩa gì với riêng bạn?)

---

---

---

---