

---



# Nhật Ký Thiên Nhiên

---



Nhật ký có hướng dẫn 30 ngày



Kết hợp

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

- 
- Điền phần trên với địa điểm, thời gian, thời tiết, điều kiện bầu trời và cảm nhận nhiệt độ
  - Trong "Tôi Nhận Thấy" viết mọi thứ bạn quan sát — màu sắc, hình dạng, kết cấu, chuyển động
  - Trong "Tôi Thắc Mắc" biến quan sát thành câu hỏi — đừng lo về việc trả lời chúng
  - Trong "Nó Gọi Tôi Nhớ Đến" liên kết với ký ức, loài khác hoặc những gì bạn đã đọc
  - Liệt kê các loài cụ thể bạn đã thấy và âm thanh bạn đã nghe
  - Sử dụng phần phác họa cho bản vẽ nhanh với chú thích — không cần kỹ năng nghệ thuật



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

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---

Ngày: \_\_\_\_\_

Địa điểm: \_\_\_\_\_

Thời điểm trong ngày: \_\_\_\_\_

Thời tiết: \_\_\_\_\_

Tình trạng bầu trời: \_\_\_\_\_

Cảm nhận nhiệt độ:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10



**Tôi nhận ra** (nhìn kỹ hơn — màu sắc, hình dáng, kết cấu, chuyển động, hoa văn. điều gì thu hút mắt bạn?)

---

---

---

**Tôi tự hỏi** (những câu hỏi nào nảy sinh? tại sao lại màu này? nó đến từ đâu? điều gì sẽ xảy ra tiếp?)

---

---

---

**Nó gợi cho tôi nhớ đến** (bạn liên tưởng đến điều gì? một ký ức, một loài khác, điều gì đó bạn đã đọc?)

---

---

---

**Loài quan sát được** (thực vật, động vật, côn trùng — bạn đã thấy gì?)

---

---

---

**Âm thanh nghe được** (tiếng chim, gió, nước, xào xạc — bạn đã nghe gì?)

---

---

---