CARNET DE PENSÉES NOCTURNES

Note tes rêves

Imprimant gratuit de myebooksbuy.com

Mots à garder

"Un journal de rêves garde la porte de l'inconscient grande ouverte."

"Les rêves que tu oublies te façonnent quand même ; les écrire les rend tiens."

"Note-le pour te l'approprier ; un rêve écrit est déjà à moitié vivant."

Jour 1

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : Décris les couleurs du rêve

Émotions ressenties :

Signification possible :

Jour 2

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : As-tu volé ou bougé d'une façon étrange ?

Émotions ressenties :

Signification possible :

Jour 3

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : Quelle était la partie la plus vive ?

Émotions ressenties :

Signification possible :

Jour 4

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : Qu'y avait-il d'inhabituel ou de surréal ?

Émotions ressenties :

Signification possible :

Jour 5

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : Décris les couleurs du rêve

Émotions ressenties :

Signification possible :

Jour 6

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : Décris les couleurs du rêve

Émotions ressenties :

Signification possible :

Jour 7

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : Quelle était la partie la plus vive ?

Émotions ressenties :

Signification possible :

Jour 8

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : As-tu volé ou bougé d'une façon étrange ?

Émotions ressenties :

Signification possible :

Jour 9

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : Quelle était la partie la plus vive ?

Émotions ressenties :

Signification possible :

Jour 10

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : Y avait-il un symbole qui revenait ?

Émotions ressenties :

Signification possible :

Jour 11

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : Quelle était la partie la plus vive ?

Émotions ressenties :

Signification possible :

Jour 12

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : Qui étaient les personnes dans le rêve ?

Émotions ressenties :

Signification possible :

Jour 13

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : Ton rêve avait-il un message ?

Émotions ressenties :

Signification possible :

Jour 14

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : À quelle heure du jour était-ce ?

Émotions ressenties :

Signification possible :

Jour 15

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : Quelles émotions as-tu ressenties ?

Émotions ressenties :

Signification possible :

Jour 16

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : Quelle était la partie la plus vive ?

Émotions ressenties :

Signification possible :

Jour 17

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : Qui étaient les personnes dans le rêve ?

Émotions ressenties :

Signification possible :

Jour 18

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : Ton rêve avait-il un message ?

Émotions ressenties :

Signification possible :

Jour 19

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : À quelle heure du jour était-ce ?

Émotions ressenties :

Signification possible :

Jour 20

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : Qu'y avait-il d'inhabituel ou de surréal ?

Émotions ressenties :

Signification possible :

Jour 21

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : Décris le cadre de ton rêve

Émotions ressenties :

Signification possible :

Jour 22

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : As-tu volé ou bougé d'une façon étrange ?

Émotions ressenties :

Signification possible :

Jour 23

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : Décris le cadre de ton rêve

Émotions ressenties :

Signification possible :

Jour 24

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : Y avait-il un symbole qui revenait ?

Émotions ressenties :

Signification possible :

Jour 25

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : As-tu volé ou bougé d'une façon étrange ?

Émotions ressenties :

Signification possible :

Jour 26

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : Qui étaient les personnes dans le rêve ?

Émotions ressenties :

Signification possible :

Jour 27

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : Ton rêve avait-il un message ?

Émotions ressenties :

Signification possible :

Jour 28

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : As-tu volé ou bougé d'une façon étrange ?

Émotions ressenties :

Signification possible :

Jour 29

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : Ton rêve avait-il un message ?

Émotions ressenties :

Signification possible :

Jour 30

Date : Heure de réveil :

Résumé du rêve :

Sujet : Décris les couleurs du rêve

Émotions ressenties :

Signification possible :

À propos de ce document imprimable

CARNET DE PENSÉES NOCTURNES

Imprimant gratuit de myebooksbuy.com

Imprimez autant de copies que vous le souhaitez pour un usage personnel, familial ou scolaire.

Veuillez ne pas le revendre.

D'autres cahiers et planificateurs gratuits : myebooksbuy.com/free-resources