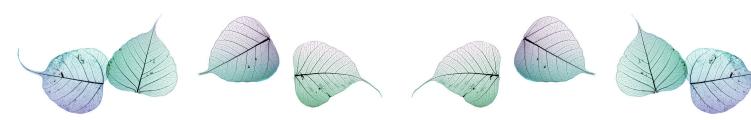
Dream Journal

11.

Date of Drea	i m::	• • • •	• • • •		• • • • •	• • • • • • •
Title of Drea	m:					
			• • • •		0 0 0 0 0	0 0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0	• • • • •	0 0 0 0	0 0 0		0 0 0 0 0	
Dream Desc (Describe your	dream in P		NSE, in as	much detail	as possible. Ir	nclude people,
places and sigr	nificant ever	nts.)	0 0 0			
			• • • •			
			• • • •		• • • • •	
0 0 0 0 0 0			• • • •	• • • • •	• • • •	
· · · · · · ·	• • • • • •	• • • • •				
					• • • • •	
			• • • •		• • • • •	
	• • • • •	• • • •	• • • •			
		0 0 0 0	0 0 0		0 0 0 0 0	
			• • • •			
		0 0 0 0	0 0 0			
			• • • •		• • • • •	
			• • • •		• • • • •	
						0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0			• • • •			
0 0 0 0 0	0 0 0 0 0	0 0 0 0	• • • •			
	0 0 0 0 0	0 0 0 0	• • • •			



Dream Journal

1.

Key (Lis ⁻		- 0							0	0			nts	th	at	sto		d o	ut	in y	you	ur c	dre	am	.)	•	•	•	•	•	•	•	•
• •	0	0	•			•	•	•	0	•	•	•	•	•	•	•	0	•	•	•		•		•	•	·							Ĭ
• •	٠	٠	۰	0	•	•	۰	0	0		۰	٠	٠	0	۰	0	0	•	۰	۰	0	0	0	•	•	•	0	0	0	٥	0	0	•
• •	٠	•	٠	•	۰	٠	٠	•	•	٠	٠	٠	٠	0	٠	0	0		۰	0	0	0	0	۰	۰	۰	0	0	0	0	0	0	•
• •	۰		۰	۰	۰	٠	٠	۰	•	٠	٠	٠	٠	٠	۰		0	۰	۰	0	0	0	0	٠	۰	٠	0	0	•	0	0	0	۰
• •	0		٠	۰	۰	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	۰	٠	٠	۰	۰	٠	0	٠	0	٠	0	0		0	0	0	۰
• •	٠		٠	٠	٠	٠	٠	٠		٠	٠	٠	٠	•	٠	٠	0	٠	٠	0	0	0	0	٠	0	٠	0	0	•	0	0	0	٠
• •	٠	٠	٠	•	٠	٠	٠	•	•	٠	٠	٠	٠	0	٠	0	0		۰	0	0	0	0	٠	۰	٠	0	0	0	0	0	0	۰
• •			٠	•	٠	•	•	•	•	٠	٠	•	•	•	٠		0	٠	۰	0	0	0	0	٠	•	٠	0	0	•	0	0	٥	۰
<u> </u>	•	•	•	0		٠	٠	•	•		•	٠	٠	•	٠	•	•	٠	•	٠	٠	٠		•	•	٠	0	0	•	0	•	•	۰
Em (De	ot	io	ns th	Fe	elt.	D	ur	ing	g t	he)re	ear Par	n:	å	irin	° d	۰ĥ	Å	°	ŝ		å	, f+ c	。		•		•	° N	0	0	٠
(De:	SCI	ine '	• UT1	e e	•			s y	°,	ex	.pe	ne •	•	-05	ů	•	ig i		• ui	ed.	•	dI			: ۱۲ ۱	, ,	۷۷ L		e U	ip.)	0	0	•
• •			•	•	•	•	٠	0	0	•	•			0			0	•	۰	0	0	0	0	٠	0	۰	0	0		0	0	0	•
	0	0	•	0	0	۰	0	0	0		•	•	•	0	•	0	0	•	•	•	0		0	•	•	•		0		•	•	•	•
• •	•		•	•	•	•				•	•	•	•	•	•		•	•	•	0	0				0	٠	0	0	•	0	0	•	•
					•	•					•			•					•	0	0		0	•	•	•	•	0		0	0	0	
							•	•		•		•	•		•			•	•	•	•			•		•		•		•	•	•	•
					•	•	•									0		•	•	•	0		0	•	•	•				•	•	•	•
																										•	•				•	•	
							-	-			-																						
•••	•		•		•	÷	÷				•	•	Ť	Ŭ	÷	Ŭ	Ū	Ŭ		Ŭ	Ŭ	Ŭ	Ŭ	Ŭ	Ŭ	Ŭ	Ŭ	Ŭ	Ŭ	Ŭ			
• •	•	•	•	0	0	٠	•	0	0	•	٠	٠	•	0	•			•	•	0	0	•	•	•	•	•	•		•	•	0	•	
• •	•	•	۰	۰	۰	•	٠	•	0	٠	۰	٠	٠	0	٠		0	۰	۰	۰	0	0	0	•	0	•	0	0	•	•	٥	٠	•
Ph	VS	ica	al /	′er	1ei	ra	eti	ica	al s	ser	nza	ati	or	IS İ	in	th	e	bo	d\		•		0	•	۰	۰	0	0	•	0	٥	•	•
(De	scr	ibe	e th	e e	em	oti	on	is y	′ou	ex	(pe	rie	nc	ed	du	urir	ng	the	e d	rea	'n	ar	nd a	afte	er y	, yoı	ı w	ok	eι	, p.)	•	0	•
• •	0	0	۰	0	0	٠	۰	0	0	•	۰	۰	۰	•	۰	0	0	٠	٠	۰	•	0		٠	۰	٠	•	•	۰	٠	۰	•	•
• •	٠	٠	۰	٠	۰	٠	٠	۰	•	۰	۰	٠	٠	0	٠	0	0	۰	٠	۰	0	0	0	•	0	۰	0	0	•	•	٥	٥	•
• •	٠	٠	٠	0	0	٠	۰	0	0	٠	۰	٠	٠	0	٠	0	0	0	۰	0	0	0	0	۰	۰	٠	۰	0	0	0	0	0	۰
• •	٠	•	٠	0	0	۰	0	0	0	٠	۰	٠	٠	0	۰	0	0		۰	0	0	0	0	۰	۰	٠	۰	0	0	0	0	0	٠
• •	0	0	۰	0	0	۰	۰	0	0	۰	۰	۰	۰	•	۰	0	0	٠	٠	۰	0	0	0	٠	۰	٠	٠	۰	٠	٠	٠	٠	٠
• •	٠		٠	٠	۰	•	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	•	٠	٠	0	0	۰	0	٠	0	٠	0	0	۰	0	٥	٠	٠
• •	٠	٠	٠	0	•	٠	۰	0	0	٠	۰	٠	٠	0	٠	0	0	•	۰	0	0		0	۰	۰	٠	•	0	0	0	0	0	•
															_																		













Dream Journal

1.1

1.

Type of Dream (Identifying the types of dreams—such as lucid dreams, recurring dreams, and nightmares—can help you understand which are more common for you and what they might signify.)
Possible Meanings and Associations:
(Reflect on what the dream might mean to you. Consider personal associations, current life situations, and any intuitive insights.)
Action Steps or Reflections:
(Consider any actions you might take, reflections or questions you have based on the
dream. This could include journaling further, discussing it with someone, or meditating
on its meaning.)

