

## ЗБЕРИ СЕБЕ, В ДІДЬКА, ДОКУПИ!

---

Ласкаво прошу скористатися нагодою по-новому спланувати своє повсякдення, розподілити завдання за пріоритетами й поміркувати про те, що вас насправді надихає. Заповнюючи сторінки цього щоденника, ви зможете відстежувати список справ, позбуватися стресу, малюючи кривульки, а ще вписувати нагадування про незначні, але збіса щасливі моменти, які стаються з вами щодня. Кожен тиждень розпочинайте з легких роздумів, сповнених сподівань і мрій, а закінчуйте — кинувши оком на минулі сім днів, щоб виокремити зі спогадів все-все-все найприємніше.

Уявіть, що стоїте на вершині світу, і це дасть вам змогу почуватися на висоті в будь-якій справі!

# ВИЗНАЧТЕ МЕТУ Й ДОСЯГНІТЬ

НАСТУПНОГО ТИЖНЯ СПОДІВАЮСЬ РОЗІБРАТИСЯ З ТАКИМ ПАСКУДСТВОМ:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## ВИКОНАЙТЕ ЦІ БІСОВІ ШТУКИ!

1.

---



---



---

2.

---



---



---

3.

---



---



---

4.

---



---



---

5.

---



---



---

## СЬОГОДНІ МОЯ ЧАШКА:

- Збіса пишна.
- Сповнена доброти.
- Наполовину повна.
- Долийте, прошу!
- Напрочуд порожня.

ЩО ТАКОГО ЖИВОДАЙНОГО  
ВІД ЦЬОГО ДНЯ МОЖНА  
БУДЕ ЗАЛЮБКИ ЗГАДАТИ:

---



---



---



---



---



---



## ВИКОНАЙТЕ ЦІ БІСОВІ ШТУКИ!

1.

---

---

---

2.

---

---

---

3.

---

---

---

4.

---

---

---

5.

---

---

---

## АПОКАЛІПСИС СЬОГОДНІ:

А Я НА ЦЕ СКАЖУ:

- Привіт,  
солоденький!
- Не сьогодні!
- Відвали  
по-доброму!
- Ну то що ж...
- Ласкаво прошу  
до пекла!

**КРИХТА НЕЗДІЙСНЕНИХ  
МРІЙ СЬОГОДНІ:**

---

---

---

---

---

---

---



## ВИКОНАЙТЕ ЦІ БІСОВІ ШТУКИ!

1.

---

---

---

2.

---

---

---

3.

---

---

---

4.

---

---

---

5.

---

---

---

## СЬОГОДНІ МІЙ СВІТ:

- Пречудовий!
- Сяє наче навіжений.
- Не такий і вбогий.
- Чистилище.
- У довбаному полум'ї.

ГЕНІАЛЬНА ДУМКА,  
ЯКА ЗРИНУЛА ПРОСТО  
З ГРЬБАНОГО НЕБА:

---

---

---

---

---

---

---

---



## ВИКОНАЙТЕ ЦІ БІСОВІ ШТУКИ!

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

## ЩОСЬ ОЧУМЕЗНО КРУТЕ!

ОСЬ ПРОЯВИ ДОБРОТИ — МОЇ АБО ТІ,  
ЩО ВИЯВИЛИ ДО МЕНЕ СЬОГОДНІ:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

ОДКРОВЕННЯ ДНЯ:  
ЯК ВОНО — КОЛИ БУВАЄШ  
ПО-ЧОРТЯЧОМУ МЕРЗЕННИМ

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## ВИКОНАЙТЕ ЦІ БІСОВІ ШТУКИ!

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

## ЛЮБЛЮ ЦЕ!

ОСЬ ЩО ЗБІСА ПОТІШИЛО  
МОЄ СЕРДЕНЬКО СЬОГОДНІ:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

ОЦЕ БУЛО ГІВНЯНО,  
АЛЕ МЕНЕ ВОНО  
НЕ ЗУПИНИТЬ:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---