

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
ACONTECIMIENTO							
SENSACIÓN CORPÓREA Y SENTIMIENTO							
PENSAMIENTO							
DESEO							
CALIFICACIÓN							
INVITACIÓN: IMPULSOS O CORRECTIVOS							
ESTADO DE ÁNIMO							
TRAYECTORIA							

ACONTECIMIENTO. Hecho que me suscitó el movimiento interno más significativo del día.

SENSACIÓN COPRÓREA Y SENTIMIENTO que brotaron en mí durante este acontecimiento.

PENSAMIENTO que acompañó a la sensación

DESEOS. La primera reacción o dirección a la que me sentía empujado

CALIFICACIÓN: Moción o treta en estado de consolación (vida) o desolación (muerte)

INVITACIÓN: impulsos o correctivos. ¿Qué tengo que impulsar, corregir, cambiar o explorar?

ESTADO DE ÁNIMO con el que me quedo después de hacer estos pasos

TRAYECTORIA o hilo conductor.

