




ANNAPIASECZNA

PODCAST

PRZEBUDZENIE DUSZY



 PRZEBUDZENIE DUSZY

CZYM

JEST

DUCHOWOŚĆ?

ODCINEK 4

WSZYSTKIE TREŚCI W PLIKACH PDF SĄ ZASTRZEŻONE PRAWAMI AUTORSKIMI.

WSZELKIE PRAWA DO KOPIOWANIA, ROZPOWSZECHNIANIA, PUBLIKACJI ORAZ SPRZEDAŻY ZABRONIONE.

WWW.ANNAPIASECZNA.PL

WITAJ W MOJEJ DUCHOWEJ PRZESTRZENI

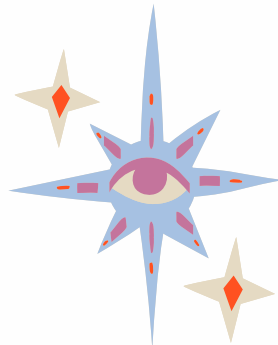
Witaj w przestrzeni, gdzie duchowość spotyka się z codziennością, a pradawna mądrość splata się z nowoczesnymi metodami uzdrawiania.

W tym podcaście prostymi słowami przekazuję tajemnice świadomości, siłę rytuałów oraz głęboką moc uzdrawiania duchowego i energetycznego.

Nazywam się Anna Piaseczna i tworzę te treści aby połączyć wiedzę moich przodków z teraźniejszością.

Jeśli szukasz inspiracji, harmonii i głębszego zrozumienia siebie oraz otaczającego świata, jesteś we właściwym miejscu.

Dołącz do podróży w głąb duszy! 🌿



ZATRZYMAJ SIĘ NA CHWILĘ



Po prostu usiądź w ciszy. Zamknij oczy i pozwól sobie na chwilę spokoju.


Nie analizuj, nie oceniaj, nie planuj. Skoncentruj się na swoim oddechu i doświadczaj chwili obecnej. Jak się czujesz? Co odczuwasz w swoim ciele?

 Zapisz swoje odczucia:

OBSERWUJ SWOJE ŻYCIE



Zastanów się, jakie rzeczy Cię inspirują. Kiedy czujesz się spokojny i spełniony? Może to być chwila przy dobrej książce, spacer wśród drzew czy rozmowa z bliską osobą. Zapisz trzy sytuacje, w których poczułeś spokój i inspirację.

 Wypisz trzy sytuacje:

1.
2.
3.

EKSPERYMENTUJ Z RÓŻNYMI ŚCIEŻKAMI



Nie zmuszaj się do niczego – sprawdzaj różne sposoby na odnalezienie harmonii. Może to być medytacja, spacer, muzyka czy malowanie. Wybierz jedną nową aktywność i spróbuj jej przez kilka dni. Jakie są Twoje odczucia?

 Jaką aktywność wybrałeś?

.....

 Jakie są Twoje odczucia po kilku dniach?

.....

.....

.....

EKSPERYMENTUJ Z RÓŻNYMI ŚCIEŻKAMI



Nie zmuszaj się do niczego – sprawdzaj różne sposoby na odnalezienie harmonii. Może to być medytacja, spacer, muzyka czy malowanie. Wybierz jedną nową aktywność i spróbuj jej przez kilka dni. Jakie są Twoje odczucia?

 Jaką aktywność wybrałeś?

.....

 Jakie są Twoje odczucia po kilku dniach?

.....

.....

.....

EKSPERYMENTUJ Z RÓŻNYMI ŚCIEŻKAMI



Nie zmuszaj się do niczego – sprawdzaj różne sposoby na odnalezienie harmonii. Może to być medytacja, spacer, muzyka czy malowanie. Wybierz jedną nową aktywność i spróbuj jej przez kilka dni. Jakie są Twoje odczucia?

 Jaką aktywność wybrałeś?

.....

 Jakie są Twoje odczucia po kilku dniach?

.....

.....

.....

ZAUFAJ SWOJEMU WNĘTRZU



Nie szukaj gotowych odpowiedzi – to Ty jesteś swoją własną mądrością. Wsłuchaj się w siebie i zastanów się, co teraz jest dla Ciebie najważniejsze.

Zapisz myśli, które do Ciebie przychodzą. Co mówi Ci Twoja intuicja?

 Zapisz swoje myśli:

.....

.....

.....

Subskrybuj podcast
PRZEBUDZENIE DUSZY
i bądź na bieżąco!



YouTube



Spotify