



ANNAPIASECZNA

PODCAST

PRZEBUDZENIE DUSZY



PRZEBUDZENIE DUSZY



KIM

JESTEM?

DROGA

DO SIEBIE

ODCINEK 1

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

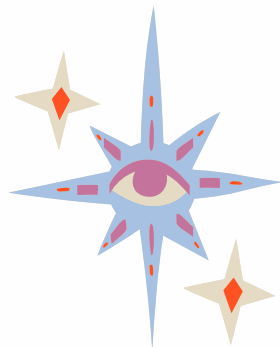
Witaj w przestrzeni, gdzie duchowość spotyka się z codziennością, a pradawna mądrość splata się z nowoczesnymi metodami uzdrawiania.

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! 🌿



ZATRZYMANIE SPÓJRZ W LUSTRO



 Zapisz pierwszą myśl. Bez cenzury.

Role, które pełnię w życiu (żona, matka, płatnik ZUS, córka, przedsiębiorca itd.) - wpisz:

Gdybyś dziś miała porzucić wszystkie role, które grasz, kim byś była?

Rozczarowanie innych - czego najbardziej się boisz?

UWAŻNOŚĆ – ROZPOZNAJ SWOJE KAJDANY



Co robisz, bo „tak wypada”?

Co lub kto zabiera Ci energię, ale wciąż to tolerujesz?

 Podkreśl to, co boli najbardziej. Tam jest prawda.

Podkreśl to, co boli najbardziej. Tam jest prawda.

- **Relacje, które już dawno wygasły** – Ludzie, z którymi nie masz już nic wspólnego, ale nadal się z nimi spotykasz z poczucia obowiązku.
- **Praca, której nie znosisz** – Każdy dzień zaczynasz z ciężarem, ale boisz się zmiany.
- **Udawanie kogoś, kim nie jesteś** – Dopasowujesz się do oczekiwań, zamiast być sobą.
- **Zgadanie się, gdy chcesz powiedzieć „nie”** – Poświęcasz swoje granice, by inni byli zadowoleni.
- **Ciągłe rozmyślanie o przeszłości** – Obwiniasz się za błędy, których już nie możesz cofnąć.
- **Porównywanie się do innych** – Mierzysz swoją wartość cudzymi osiągnięciami i czujesz, że nigdy nie jesteś „wystarczająca”.
- **Strach przed oceną** – Nie robisz tego, co chcesz, bo boisz się, co inni pomyślą.
- **Związek bez miłości lub szacunku** – Tkwisz w relacji, która Cię wyniszcza, ale nie chcesz „zawodzić” albo „być sama”.
- **Niekończące się zobowiązania** – Bierzesz na siebie za dużo, bo nie chcesz nikogo zawieść.
- **Bałagan w przestrzeni wokół Ciebie** – Chaos w otoczeniu odbiera Ci spokój, ale nie masz siły na porządki.
- **Spożywanie negatywnych treści** – Scrollowanie wiadomości, które Cię przytłaczają, ale nie dają Ci nic dobrego.
- **Nadmiar ekranów i bodźców** – Żyjesz online, ale czujesz się coraz bardziej oderwana od siebie.
- **Niedokończone sprawy** – Lista rzeczy „do zrobienia”, która ciąży Ci na barkach, ale nigdy nie masz czasu, by ją zamknąć.
- **Nieustanne analizowanie wszystkiego** – Rozbierasz każdą sytuację na czynniki pierwsze, zamiast po prostu żyć.
- **Brak troski o siebie** – Odkładasz swoje potrzeby na ostatnie miejsce, licząc, że „jakoś to będzie”.



ANNAPIASECZNA

ŚWIADOME WYBORY POWIEDZ „NIE”

 Zapisz jedno zobowiązanie wobec siebie..

Co w Twoim życiu nie jest Twoje, ale nadal to dźwigasz?

Czego już dziś możesz się pozbyć – choćby w myślach?

Subskrybuj podcast PRZEBUDZENIE DUSZY i bądź na bieżąco!



YouTube



Spotify