

# Karta wdzięczności

## *dla mojego ciała*

---

Ta karta jest wyrazem wdzięczności i docenienia swojego ciała,  
które jest niezwykle i niepowtarzalne!

Możesz ją wypełniać dowolną liczbę razy, dopisywać wszystko, co przyjdzie ci do  
głowy! Wypisz w niej nawet te rzeczy, które do tej pory umykały twojej uwadze.

Wracaj do niej w chwilach dobrych i trudnych!

Dzięki mojemu ciału mogę:

W swoim ciele najbardziej lubię: