

# 18-Day Gratitude Challenge of God

چالش ۱۸ روز شکرگزاری جان جانان



The Eleventh Day  
Exercise



برنامه روز یازدهم

به نام آن که خلاق جهان است

امید بی پناه و بی کسان است

به نام آن که یاد آوردن او

تسلی بخش، قلب عاشقان است

به روز یازدهم چالش شکرگزاری "جان جانان" در کنار

جناب سهیل سنگرزاده و فرشتگان و بسایت

[Sangarzadeh.com](http://Sangarzadeh.com) خوش اومدی.

الحمد لله



# 18-Day Gratitude Challenge of God

چالش ۱۸ روز شکرگزاری جان جانان



The Eleventh Day  
Exercise



برنامه روز یازدهم

برنامه امروز هم طبق معمول به برنامه ی ۱۰ روز قبل

اضافه میشه

۱. امروز دست پدر و مادرت رو با عشق ببوس  
و ازشون تشکر کن که حضور دارن که تو رو به دنیا آوردن،  
برای زحمت هایی که واست کشیدن با عشق ازشون تشکر کن.  
اگر دورن به اون ها زنگ بزن اگرهم آسمونی شدن روحشون  
شاد اشکالی نداره توی دفتر شکرگزاریت باهاشون عشق بازی  
کن و براشون هر چی که دلت می خواد بنویسی، باهاشون  
حرف بزن.



# 18-Day Gratitude Challenge of God

چالش ۱۸ روز شکرگزاری جانان



The Eleventh Day  
Exercise



برنامه روز یازدهم

۲. به صفحه ی گوشت نگاه کن، روی ماه بچه رو بین و

دعوتش کن به یه رستوران، بین کجا دوست داره بره

امروز باید بچه رو به یه رستوران همچین عیار دار دعوت کنی

در حد توانت باید بهترین رستوران باشه

نگران پولشم نباش تو با عشق بهترین غذا رو سفارش بده

هرچی که اون دوست داره

چون اون لایق بهترین غذاست

کی از اون عزیزتره؟

الهی شکرت یه روز دیگه از چالش شکرگزاری "جان جانان"

تموم شد



# 18-Day Gratitude Challenge of God

چالش ۱۸ روز شکرگزاری جان جانان



The Eleventh Day  
Exercise



برنامه روز یازدهم

۷ روز دیگه با عشق کنار همیم تا همگی باهم رشد کنیم.

همه ی شمارو به دستان پر نعمت و برکت

"دلبر جان" می سپارم.

بیاید بیاید به گلزار بگردیم

بر این نقطه اقبال چو پرگار بگردیم

بیاید که امروز به اقبال و به پیروز

چو عشاق نوآموز بر آن یار بگردیم



# 18-Day Gratitude Challenge of God

چالش ۱۸ روز شکرگزاری جان جانان



The Eleventh Day  
Exercise



برنامه روز یازدهم

Hello and Welcome to the 18-day  
Gratitude challenge of **God** with  
Mr. Soheil Sangarzadeh and the  
Angels team of [Sangarzadeh.com](http://Sangarzadeh.com)  
website.

**God**, my hope is in you.

I know you are over the moon, yeah,  
because you are with your inner  
child. That's great. Thank **God** a  
hundred thousand times.

So, let's start today, Today's program  
will be added to the program of  
previous days.





# 18-Day Gratitude Challenge of God

چالش ۱۸ روز شکرگزاری جان جانان



## The Eleventh Day Exercise



## برنامه روز یازدهم

**1.** Today, kiss your parents' hands with love and thank them for being present and giving birth to you.

If they are far away from you, call them. If they died, write them a letter in your gratitude notebook and write whatever you want.

**2.** Look at the background photo of your phone and see the child and invite him/her to a luxury restaurant. Ask him/her where he/she likes to go. It should be the best restaurant as much as you can. Don't worry about the cost. Order the best food



# 18-Day Gratitude Challenge of God

چالش ۱۸ روز شکرگزاری جان جانان



The Eleventh Day  
Exercise



برنامه روز یازدهم

he/she likes because he/she  
deserves the best food.

Thank **God**, another wonderful day  
of Gratitude challenge is over.

Remember my friend gratitude for  
receiving bounty, will increase your  
bounty. Denial of the bounty will  
cause you to lose what you already  
have.

We are together for the next 7 days  
to grow.

**God** bless you and fill your heart with  
his love.

