

18-Day Gratitude Challenge of God

چالش ۱۸ روز شکرگزاری جان جانان



The Thirteenth Day
Exercise



برنامه روز سیزدهم

آفرین جان آفرین پاک را
آنکه جان بخشید و ایمان خاک را

عرش را بر آب بنیاد او نهاد
خاکیان را عمر بر باد او نهاد

درود و خدایوت به همسفرای عزیزم

به روز سیزدهم از چالش شکرگزاری "جان جانان" در کنار

جناب سهیل سنگرزاده و فرشتگان و بسایت

Sangarzadeh.com خوش اومدی.

الحمد لله

18-Day Gratitude Challenge of God

چالش ۱۸ روز شکرگزاری جان جانان



The Thirteenth Day
Exercise



برنامه روز سیزدهم

الهی شکر که همگی باهم به روز سیزدهم رسیدیم

امروزم مثل همیشه برنامه ی امروز رو به برنامه ی ۱۲ روز قبل
اضافه کن و جانانه انجامش بده.

۱. امروز یه عکس از بچگیت رو استوری کن و یه متن عاشقانه
براش بنویس.

اگه واقعا هیچ عکسی از بچگیت نداری اشکالی نداره براش یه
متن بنویس و استوری کن

تا بینه که به بودنش افتخار می کنی و اسمش رو فریاد میزنی

18-Day Gratitude Challenge of God

چالش ۱۸ روز شکرگزاری جان جانان



The Thirteenth Day
Exercise



برنامه روز سیزدهم

۲. از امروز تا آخرین روز چالش فرصت داری حداقل به یک
پاکبان عزیز هدیه بدی می تونه غذا باشه یا یه شاخه گل یا
هرچیز دیگه ای که درونت بهت می گه.

الهی شکرت یه روز دیگه از چالش تموم شد

دوست نازنینم یادت نره

که ۵ روز دیگه با همیم تا با هم رشد کنیم.

همه ی شما عزیزانم رو به دستان پر نعمت و برکت "دلبرجان"
می سپارم.

18-Day Gratitude Challenge of God

چالش ۱۸ روز شکرگزاری جان جانان



The Thirteenth Day
Exercise



برنامه روز سیزدهم

هله خیزید

که تا مست و خوشی دست زنیم

وین خیال غم و غم را

همه در گور کنیم

هله من مطرب عشقم

دگران مطرب زر

دف من دفتر عشق و

دف ایشان دف تر

18-Day Gratitude Challenge of God

چالش ۱۸ روز شکرگزاری جان جانان



The Thirteenth Day
Exercise



برنامه روز سیزدهم

Hello and Welcome to the 18-day
Gratitude challenge of **God** with
Mr. Soheil Sangarzadeh and the
Angels team of Sangarzadeh.com
website.

God, my hope is in you. As always,
add today's exercise to the previous
ones and do them.

1. Today, story a photo from your
childhood and write a lovely text for
him/her. If you really don't have any
photos from your childhood, no
problem! It's okay to write a text for
him/her.



18-Day Gratitude Challenge of God

چالش ۱۸ روز شکرگزاری جان جانان



The Thirteenth Day
Exercise



برنامه روز سیزدهم

He/she should know that he/she is important for you, you love him/her, and you are proud of him/her.

2. From today until the end of the challenge, you must give a gift to a sweeper. It can be food or a flower or anything else you want.

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

18-Day Gratitude Challenge of God

چالش ۱۸ روز شکرگزاری جان جانان



The Thirteenth Day
Exercise



برنامه روز سیزدهم

Thank **God** that another day of this challenge is over. We are together for the next 5 days.

God bless you and fill your heart with his love.

