

بسم الله الرحمن الرحيم

تربیت در جزیره



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

خَلَقَ السَّمَاوَاتِ بِغَيْرِ عَمَدٍ تَرَوْنَهَا وَأَلْقَى فِي
الْأَرْضِ رَوَاسِيَ أَنْ تَمِيدَ بِكُمْ وَبَثَّ فِيهَا مِنْ كُلِّ
دَابَّةٍ وَأَنْزَلْنَا مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَنْبَتْنَا فِيهَا مِنْ كُلِّ
زَوْجٍ كَرِيمٍ ﴿١٠﴾

سوره مبارکه لقمان

مساله های امروز کرونایی

حاصله ام سر رفت!!!

ساعت خواب!!!

مامانت اعصاب نداره ها!!!

دستت را شستی یا نه!!!

پذیرش تغییر

آرزوها

☐

کارهای عقب مانده

☐

خوب نوشتن

☐

برنامه ریزی

جزیره ی دکتر ارنست



خاطرات



- عکسها
- نوشته ها
- یادگاریها
- آلبوم

جهاد دری است از درهای بهشت

چهل دیگچه
پرستاران
عیادت
طب



دوستی با طبیعت



گلدانها
سبزیجات
دانه دادن به پرنده ها
حشرات

آشپزخانه ی قجری



نان پختن
رب درست کردن
مربا
شربت
چایی ذغالی

تربیت در جزیره

ماشین زمان

جهاد

آلبوم خاطرات

دوستی با طبیعت

آشپزخانه ی عصر قجر

بازیهای دسته جمعی

چله نشینی عارفانه

ساخت و ساز

شاهنامه خوانی



اصول کلی برای پذیرش تغییر

مقایسه ممنوع



همیشه به راه جدیدی هست



صبوری



تلقین مثبت



الحمد لله رب العالمين