

برنامه **گنج حضور** با اجرای **پرویز شهبازی** را در وب سایت

[www.parvizshahbazi.com](http://www.parvizshahbazi.com)

تماشا فرمایید



## پیغام عشق

قسمت هزار و سیصد و هفتاد و نهم





خانم لیلا



خلاصه شرح ابیات مثنوی و دیوان شمس، موضوع برنامه ۹۷۴ گنج حضور، بخش ششم

چه حاللی خواست می باید ز من؟  
که منم مجرم تر اهلِ زَمَن

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۰۱  
زَمَن: زمان، روزگار

[نصوح در ادامه می گوید] از انسانی چون من چه حالیتی می طلبید؟ چراکه من از همه مردم روزگار گناهکارترم.

نکته: حال باید در خودمان بازبینی کنیم آیا ما می پذیریم که از همه بدتر هستیم، چراکه از طریق همانیدگی‌ها فکر و عمل کرده، باعث ایجاد درد و رنج شده‌ایم. و آیا اقرار می کنیم که خودمان زندگی مان را خراب کرده‌ایم. یا نه منتظریم تا دیگران از ما عذر بخواهند و آن‌ها را مسئول خرابی زندگی مان می دانیم؟

آنچه گفتندم ز بد، از صد یکی ست  
بر من این کشف است، ار کس را شکی ست

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۰۲

آنچه در بدی من گفتند و دزدیده شدن انگشتر را به من نسبت دادند، در واقع یکی از صدها گناهی ست که مرتکب شده‌ام و اگر این حقیقت از چشم دیگران پوشیده‌است و کسی در این مورد شک دارد، برای من این امر مکشوف و مسلم است و خودم آگاهم که مرتکب چه خطایی شده‌ام.

کس چه می‌داند ز من جز اندکی؟  
از هزاران جرم و بد فعلم یکی

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۰۳

دیگران جز اندکی چه چیزی درباره من می‌دانند؟ از هزاران گناه و زشتکاری‌ام فقط از یکی آگاه هستند.

نکته: ما با داشتن پندار کمال و ناموس، جرم و فعل بد خود را که فکر و عمل کردن براساس همانیدگی‌هاست از مردم پنهان کرده، مسئولیت خرابی زندگی‌مان را نمی‌پذیریم و دیگران را مقصر می‌دانیم.

مِنْ هَمِي دَانِمِ وَ اَنْ سَتَّارِ مِنْ  
جُرْمِهَا وَ زَشْتِي كَرْدَارِ مِنْ

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۰۴

سَتَّار: بسیار پوشاننده

فقط من می دانم و خداوند پوشاننده عیبها که چه گناهان و افعال زشتی با مرکز همانیده مرتکب شده ام.

اول ابلیسی مرا استاد بود  
بعد از آن ابلیس پیشم باد بود

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۰۵

در ابتدای ارتکابِ به گناه، ابلیس معلمِ من بود، اما بعد از مدتی ابلیس پیشِ من مثل باد هیچ بود.



حق بدید آن جمله را، نادیده کرد  
تا نگردم در فضاحت روی زرد

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۰۶  
فضیحت: رسوایی، بدنامی، عیب  
روی زرد: شرمگین و خجالت زده

[نصوح در ادامه می گوید:] خداوند اعمال زشت مرا دید، از آن‌ها چشم پوشید و حوادثی را به وجود نیاورد تا من در رسوایی شرمگین و خجالت زده شوم.

نکته: ما نباید فکر کنیم این همه اشتباه کرده‌ایم و خداوند دیگر نمی‌خواهد به ما کمک کند و در نتیجه دست از کار کردن روی خود بکشیم، چرا که خداوند رحمت اندر رحمت است و به شرط جدیت و صادق بودن ما در این راه، اشتباهاتمان را نادیده گرفته، آن‌ها را می‌پوشاند. بنابراین هرطور که شده باید روی خود کار کنیم و هیچ‌گاه نومید نشویم.

باز، رحمت پوستین دوزیم کرد  
توبه شیرین چو جان روزیم کرد

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۰۷

—پوستین دوزی: وصله زدن بر پوستین، در این جا به معنی اغماض و چشم پوشی از گناه

دوباره رحمت خداوند ابروی مرا حفظ کرد و از گناه من چشم پوشید و توبه‌ای نصیب من کرد که از جان هم  
شیرین تر است.

نکته ۱: شناسایی حقیقی که نباید از طریق جسمی که من ذهنی به مرکز انسان هل می دهد فکر و عمل کرد، همان توبه و بازگشت از هم هویت شدگی ها به سوی زندگی و فضای یکتایی ست که بسیار شیرین می باشد.

نکته ۲: ما نباید با سبب سازی ذهن، خشم و انتقام جویی خود را به خداوند نسبت داده، فکر کنیم او ما را حقیر و ذلیل خواهد کرد و هیچ گاه نخواهد بخشید. بنابراین بدون این که فکر کنیم چقدر تابه حال با مرکز همانیده اشتباه عمل کرده ایم، باید شروع به فضاگشایی و کار کردن روی خود کنیم و نومید نشویم.

نکته ۳: باید در خود بازبینی کنیم که آیا ما نیز می توانیم مانند نصوص توبه ای حقیقی کنیم و مرکز خود را از مهم ترین چیزی که هر لحظه ما را به خود می کشد، خالی گردانیم و عدم کنیم؟

هرچه کردم، جمله ناکرده گرفت  
طاعتِ ناکرده آورده گرفت

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۰۸

خداوند از تمام کارهای اشتباه من که با مرکز همانیده انجام داده بودم، چشم پوشید و هر طاعت و عبادتی که انجام نداده بودم، انجام یافته فرض کرد. گناهان مرا برگرداند و آنها را درست کرد.

[به بیانی زندگی، با وجود کارهای ناجور ما در گذشته، همچنان به شرط فضاگشایی، به ما کمک می کند.]

همچو سرو و سوسنم آزاد کرد  
همچو بخت و دولتیم دلشاد کرد

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۰۹

فضا را گشودم، خداوند مرا از سلطهٔ همانیدگی‌ها بیرون آورد، چون سرو از سلطهٔ همانیدگی‌ها آزاد گشتم و چون  
سوسن زبان خردم باز شد. نیک‌بختی و برکت به زندگی‌ام آمد و شادمان گشتم.

نام من در نامه پاکان نوشت  
دوزخی بودم ببخشیدم بهشت

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۰

وقتی حقیقتاً فضا را باز کرده و از من ذهنی رها شدم، خداوند نام مرا در دفتر پاکان، انسان‌هایی که به خدا زنده شده‌اند، نوشت و با آن که دوزخی و در جهنم ذهن اسیر بودم، بهشتِ عدم را به من بخشید.

آه کردم، چون رَسَن شد آه من  
گشت اویزان رَسَن در چاه من

–مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۱  
رَسَن: ریسمان، طناب

آه کشیدم، آرزو و طلب واقعی کردم و آن چه را ذهنم نشان می داد به مرکز راه ندادم و این آه آرزومندی و فضاگشایی مانند طنابی به درون چاه همانیدگی ها که در آن زندانی بودم اویزان شد.

نکته: آه آرزومندی شناسایی این است که ما از جنس من ذهنی و شهوت آن نیستیم. بنابراین هنگامی که چیزی به مرکزمان راه می یابد، باید آه آرزومندی بکشیم، یعنی شناسایی کنیم که ما آمده ایم تا به زندگی زنده شویم نه این که حول محور همانیدگی ها بچرخیم.

آن رَسَن بگرفتم و بیرون شدم  
شاد و زَفْت و فَرِبِه و گُلگون شدم

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۲

زَفْت: بزرگ، ستبر

آن طناب شناسایی را گرفته، درد هشیارانہ کشیدم و از چاه همانیدگی‌ها بیرون آمدم. در نتیجه شادی بی سبب را تجربه کردم، فضای درونم گسترده شد و عمق پیدا کردم، گل حضورم باز شد، به بی‌نهایت خدا تبدیل گشتم و آثار این تبدیل در چهار بعد من نمایان گشت.



در بُن چاهی همی بودم زبون  
در همهٔ عالم نمی گنجم کنون

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۳

[تا قبل از رهایی از من ذهنی،] در ته چاه همانیدگی‌ها پست و حقیر بودم، اما اکنون که فضا را گشوده و مرکز را  
عدم کرده‌ام، به بی‌نهایت خدا تبدیل شده و در سراسر جهان نمی گنجم.

نکته: هر کس که می‌گوید من هیچ همانیدگی در مرکز ندارم، باید دوباره در خود بازبینی کند که اگر این‌طور  
است، پس چرا پندار کمال، ناموس و درد دارد؟

آفرین‌ها بر تو بادا ای خدا  
ناگهان کردی مرا از غم جدا

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۴

خداوندا آفرین‌های بی‌شمار نثار تو باد که ناگهان مرا در فضای گشوده‌شده از غم من‌ذهنی، دردها و حس  
نقص‌هایش نجات و رهایی بخشیدی.

نکته ۱: آفرین گفتن به خداوند زمانی اتفاق می افتد که ما تسلیم می شویم و اجازه می دهیم خرد زندگی ما را آزاد کند.

نکته ۲: نصوح پس از انجام توبه حقیقی، دیگر به ذهن بازنگشت و با من ذهنی حيله و سوءاستفاده نکرد و به عبارتی رهایی خود را به ذهنش نسبت نداد.

نکته ۳: اگر زندگی گناه ما را می پوشاند، حماقت است که ما گناه خود را نزد مردم فاش کرده و آبروی خودمان را ببریم، چراکه اگر لازم بود، زندگی آن را فاش می کرد.

گر سر هر موی من یابد زبان  
شکرهای تو نیاید در بیان

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۵

خداوندا اگر سر هر موی من زبان پیدا کند و همه در حال شکر گفتن باشد، باز هم نمی تواند شکر و سپاس تو را به جای آورد.

اگر کسی فضا را باز کند و از شرّ من ذهنی اش خلاص شود، درمی یابد که باید شکر کند، اما این را که چگونه شکر کند هیچ گاه نخواهد فهمید.

می زَنَم نعره در این روضه و عیون  
خلق را یا لیت قومی یَعْلَمُون

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۶  
روضه: گلشن، بوستان  
عیون: جمع عین به معنی چشمه

«من در میان این بوستان‌ها و چشمه‌ساران در خطاب به مردم فریاد برمی‌آورم که ای کاش قوم من بدانستندی.»

نکته: کسی که به حضور می‌رسد انعکاس فضای گشوده‌شده درونش در بیرون باغ و چشمه‌های زیباست و هر لحظه دم ایزدی از مرکز او عبور می‌کند. چنین شخصی آرزو می‌کند همه متوجه شوند که در من ذهنی با همانیدگی‌ها اشتباه می‌بینند. به همین دلیل انسان‌هایی مانند مولانا با اشعار خود بسیار به انسان‌های دیگر کمک می‌کنند، چراکه آرزو دارند همه بشریت مانند ایشان با مرکز عدم بینند و فکر و عمل کنند.

قرآن کریم، سورہ یس (۳۶)، آیه ۲۶

«قِيلَ ادْخُلِ الْجَنَّةَ قَالَ يَا لَيْتَ قَوْمِي يَعْلَمُونَ.»

«گفته شد: به بهشت درآی. گفت: ای کاش قوم من می دانستند.»

تیترا

«باز خواندنِ شهزاده نصوح را از بهر دلاکی، بعد از استحکامِ توبه و قبول توبه و بهانه کردنِ او و دفع گفتن»

بعد از آن آمد کسی کز مرحمت  
دخترِ سلطانِ ما می خواندت

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۷

پس از آن اتفاق شخصی از طرف دختر پادشاه نزد نصوح آمد و گفت: «دختر پادشاه ما از روی لطف و مرحمت  
شما را نزد خود فرا خوانده است.»

دختر شاهت همی خواند، بیا  
تا سرش شویی کنون، ای پارسا

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۸

ای مردِ پارسا، دختر شاه فقط به تو اطمینان دارد به همین علت تو را نزد خود خوانده و به تو می گوید که بروی و سرش را بشویی.



جز تو دلاکی نمی خواهد دلش  
که بمالد یا بشوید با گلش

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۱۹

دختر شاه، جز تو دلاک دیگری نمی خواهد که او را مشت و مال دهد و یا سرش را با گل سرشویی بشوید.

نکته: با «گل شستن» اشاره بدین معنا نیز دارد که شاهزاده می خواهد نصوح را با جهان همانیدگی ها آشنا کند و دوباره به ذهن برگرداند.

گفت: رَوِ رَوِ، دستِ من بی کار شد  
وین نَصوحِ تو کنون بیمار شد

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۲۰

نصوح به آن فرستاده گفت: برو، برو که دست من از کار افتاده است و اکنون نصوح تو بیمار شده است. به عبارتی این نصوح دیگر آن نصوح قبلی نیست که توبه خود بشکند.

رو، کسی دیگر بجو اشتاب و تفت  
که مرا والله دست از کار رفت

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۲۱

اشتاب: شتاب  
تفت: شتابان

[نصوح در ادامه می گوید:] با شتاب و عجله برو و کسی دیگر را پیدا کن، زیرا به خدا قسم دستم از کار افتاده و دیگر توانایی کار کردن ندارد.

با دل خود گفت: کز حد رفت جرم  
از دل من کی رود آن ترس و گرم؟

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۲۲  
گرم: اندوه، دلتنگی

نصوح در دل گفت که گناه من از حد گذشته است و آن ترس و اندوه که بر من وارد شده است کی از یاد من می رود؟ به عبارتی نصوح مواظب است تا قولی را که به زندگی داده است فراموش نکند و دوباره در دام همانیدگی قبل نیفتد.

نکته: جرم ما در همانیده شدن با چیزها نیز از حد گذشته است و بسیار دچار ترس و اندوه شده ایم، اکنون باید مواظب باشیم تا دوباره در دام این همانیدگی ها نیفتیم.

من بمردم یک ره و باز آمدم  
من چشیدم تلخی مرگ و عدم

—مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۲۳

من یک بار مردم و زنده شدم، من تلخی آن همانش و واهمانش را چشیدم.

توبه‌ای کردم حقیقت با خدا  
نشکنم تا جان شدن از تن جدا

-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۲۴

من نزد خداوند توبه‌ای راستین کردم و عهد بستم که دیگر چیزی را که ذهنم نشان می‌دهد به مرکزم نیاورم و  
تا وقت مرگ آن عهد را نشکنم.

بعد آن محنت که را بار دگر  
پا رود سوی خطر؟ اِلا که خر

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۳۲۵

بعد از تجربه آن درد و سختی و ترسِ ناشی از همانش و واهمانش که گویی چون مردن و زنده شدن است،  
به جز خر چه کسی سوی خطر می‌رود و ذهنش را به مرکزش می‌آورد؟

با تشکر:

کارگروه خلاصه‌سازی متن برنامه‌ها  
گوینده: لیلا

–منابع: برنامه ۹۷۴ گنج حضور (استاد پرویز شهبازی)

–کتاب‌های تفسیر مثنوی (استاد کریم زمانی)

–با تشکر: کارگروه خلاصه نویسی متن برنامه‌های گنج حضور

–پایان





آقای علی از تهران



به نام خدا

و با سلام خدمت جناب مولانا، آقای شهبازی و همهٔ دوستان.

ابیاتی از برنامه ۹۷۲ گنج حضور (۲)

در تگ جو هست سرگین ای فتی  
گر چه جو صافی نماید مر تو را

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۱۹

گاهی فکر می‌کنیم با دانش معنوی، دیگر من‌ذهنی نداریم، اما اگر زندگی ببیند که ما هنوز در لایه‌های زیرین همانندگی داریم و هنوز پاک نشدیم،

ضربه‌ای با اتفاقی می‌زند تا خشم و نفرت و حسادت و نگرانی و طمع و حرص و شهوت و خودنمایی و دیگر هیجانات بالا بیاید تا ما متوجه شویم که در ظاهر معنوی هستیم، اما هنوز در لایه‌های عمیق همانیده هستیم و باید روی خود کار کنیم و بگذاریم زندگی به ما ضربه‌هایی بزند، تا ما را متوجه کند چه همانیدگی‌هایی داریم.

و بعد از آن با تسلیم و خم شدن و عذرخواهی و پرهیز و درد هشیارانه اجازه می‌دهیم زندگی مرکز ما را پاک و تمیز و شاد و عمیق کند.

کرده حق، ناموس را صد من حدید  
ای بسی بسته به بند ناپدید

-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۴۰

حدید: آهن

اگر ناموس و تعصب و باورهایی داریم و به آنها چسبیده‌ایم و یا وقتی اشتباه می‌کنیم خم نمی‌شویم و یا نقص‌های خود را قبول نمی‌کنیم و جر و بحث و ناشکری و مقاومت می‌کنیم و عیب‌بینی می‌کنیم و دیگران را مانع می‌بینیم و سرزنش می‌کنیم و قهر می‌کنیم و به ما برمی‌خورد، مثل این است که وزنه‌ای سنگین و آهنی را به پای خود بسته ایم. اما اگر هر لحظه و در برابر هر تدبیر و اتفاق زندگی تسلیم و پرهیزکار و شاکر و صبور باشیم، زندگی آن وزنه را کوچک و نابود می‌کند و به ما بال‌های شادی بی‌سبب و سبک‌بالی و رهایی و آرامش را می‌دهد.

چون ملایک، گوی: لا علمَ لنا  
تا بگیرد دستِ تو عَلَمَتَنَا

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۱۳۰

مانند فرشتگان بگو: «ما را دانشی نیست.» تا «جز آنچه به ما آموختی.» دست تو را بگیرد. همچون فرشته‌ها اقرار به نمی‌دانم کنیم و فضا را باز نگه داریم، تا زندگی هر لحظه و همیشه ما را هدایت کند و عقل درست را در هر لحظه به ما بدهد، تا ما با خواست خرد بی‌نهایت زندگی پیش رویم.

لیک مقصودِ ازل، تسلیمِ توست  
ای مسلمان بایدت تسلیمِ جست

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۷۷

اولین کار در هنگام اتفاق و وضعیتی تسلیم است، یعنی زندگی ما را با وضعیتی روبرو می کند تا ما را بتواند عمق بخشد و از ما فضاگشایی و تسلیم و توکل می خواهد تا بتواند عقل درست و مطلوب را به ما بدهد. پس قبل از قضاوت و گمان و فکر و واکنش کردن تسلیم شویم، تا از ظاهر بگذریم و باطن زندگی را ببینیم.

ننگرم کس را و گر هم بنگرم  
او بهانه باشد و تو منظرم

عاشقِ صنَعِ توام در شکر و صبر  
عاشقِ مصنوعِ کی باشم چو گبر؟

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۰ و ۱۳۵۹

عاشقِ صنَعِ خدا با فر بود  
عاشقِ مصنوعِ او کافر بود

-مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۶۱

هر چیزی که مرکز ما بیاد، بهانه‌ای است برای فضاگشایی و عدم کردن مرکز و دریافت شادی بی سبب، انسانی که طعم فضاگشایی و سکوت و سکون و تسلیم را چشیده باشد، عاشق قضا و تدبیرهای زندگی می‌شود و از هر اتفاق استقبال می‌کند، تا زندگی او را عمق بیشتر ببخشد. اما انسانی که هنوز با چیزهای این دنیا و افکار تقلیدی خودش هم‌هویت است و شادی را از آن‌ها گدایی می‌کند، از اتفاقات و قضا ناشکری و قضاوت و ستیزه می‌کند و واکنش نشان می‌دهد و کفر می‌گوید و در رنج و درد زندگی می‌کند، زیرا اجازه نمی‌دهد که فکر را خرد زندگی در او جاری کند و این یعنی صبر و پرهیز و تسلیم به زندگی را انجام نمی‌دهد.



هر لحظه و هر ساعت یک شیوه نو آرد  
شیرین تر و نادرتر زان شیوه پیشینش

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۱۲۲۷

هر اتفاق و وضعیت و قضا که زندگی ایجاد می کند، برای رشد و تکامل روح و جنس اصلی ما است، حتی اگر به ظاهر خیلی تلخ و ناحق به نظر برسد، اما انسانی که یقین و توکل صد در صد پیدا کرده، از ظاهر چیزی نمی خواهد و برای شادی بی سبب و آرامش حقیقی صبر می کند و واکنش نشان نمی دهد و دست خرد زندگی را رها نمی کند و گول افکار واکنشی و نگران و کم بین و حسود و طماع و متنفر را نمی خورد.

از هر جهتی تو را بلا داد  
تا باز گشدد به بی جهات

-مولوی، دیوان شمس، غزل ۳۶۸

زندگی از زمانی که ببیند ما اصل خود را فراموش کردیم و توهم جسم بودن و چسبیدن به این جهان و اشیاء و انسان‌ها و شهوات مرکز ما را اشغال کرد، زندگی با ایجاد اتفاقات و وضعیت‌های مختلف روی ما کار می‌کند تا پوسته توهمی خود را بشکنیم و دوباره متولد شویم، شاید در این مسیر چیزهایی از دست بدهیم، شاید به چیزهایی نرسیم، شاید آسیب ببینیم، اما این تا زمانی است که ما چسبیده‌ایم و تسلیم نشدیم و عقل خرد زندگی را جدی نگرفتیم.

حال این که از وقتی تسلیم شویم، قضا و اتفاقات را روزبه‌روز شیرین‌تر می‌بینیم. زیرا که این‌ها را راهی برای صحبت با زندگی می‌بینیم و از این که می‌توانیم این جریان را با زندگی پیش ببریم و تسلیم و فرمان‌بردار زندگی و خدا باشیم شاد و شاکر می‌شویم و زندگی هم قدرت و صبر و آرامشی به ما می‌دهد که در برابر اتفاقات فضا را باز کنیم و واکنش را کنار بگذاریم و روزبه‌روز بهشت درونی خود را گسترده‌تر ببینیم. این نکته را فراموش نکنیم که این مسیر طی کردن اتفاقات و ضربه‌خوردن‌ها برای همه هست، اما ما برای دیگران را نمی‌بینیم و نمی‌توانیم از روی ظاهر زندگی لاکچری (تجملاتی luxury) و پول‌دار و مشهور دیگران بگوییم پس این‌ها چرا با ما فرق دارند؟! خیر، زیرا بهشت درونی و جهنم درونی به نچسبیدن ربط دارد، نه بیشتر داشتن و بیشتر جمع کردن و بیشتر دیده شدن و بیشتر حال کردن و بیشتر و بیشتر.

با سپاس از همه  
علی از تهران



با سپاس از بینندگان گنج حضور بابت ارسال پیغام‌های معنوی خود



پیغام عشق - پایان قسمت هزار و سیصد و هفتاد و نهم

برنامه **گنج حضور** با اجرای **پرویز شهبازی** را در وب سایت

[www.parvizshahbazi.com](http://www.parvizshahbazi.com)

تماشا فرمایید