

خلاصه شرح مفاهیم کلیدی مطرح شده در برنامه ۸۷۴ گنج حضور، بخش دوم

### منظور

«منظور» اصلی و درونی تمام انسان‌ها زنده شدن به «آلت» زنده شدن به اصل خود، زنده شدن به عشق و یا به بی‌نهایت زندگی است. زندگی گنج نهان است و دوست دارد هشیارانه شناخته شود. [هر انسانی که به این جهان می‌آید، پس از همانیدگی با چیزهای آفل باید فضا را باز کند، مرکز را عدم نماید تا زندگی از طریق مرکز عدم به او کمک کند تا به بی‌نهایت خداوند زنده شود. این منظور همه انسانها است]

«منظور» بیرونی ما ریختن این انرژی زنده زندگی [برکت، خرد] [از این هشیاری مستقر] [به فکر و عمل ما و] [به جهان است. هر کس در هر کاری که می‌کند، خلاق شده و در خدمت زندگی، به دیگران نیز خدمت می‌کند. اگر ما به زندگی زنده شویم هم به خود و هم به دیگران کمک می‌کنیم چراکه خرد، عشق و برکت زندگی وارد چهاربعد ما شده و در بیرون نیز تجربه می‌شود.]

نمی‌توان جلوی جریان زندگی سد و مانع ایجاد کرد. عمل و کار ما یک کانالی است که انرژی زندگی جاری شود؛ باید خرد و برکت زندگی در عمل و کار ما جاری باشد. [اگر در این لحظه خردی که کل کائنات را اداره می‌کند به فکر و عمل ما نریزد، بی‌عقلی و انرژی مخرب من ذهنی می‌ریزد. که سبب ایجاد درد در بیرون می‌شود] درواقع، با عمل و کار براساس خرد و برکت زندگی، ما هم به اتفاقات، برکت و خرد زندگی می‌ریزیم و هم به تمام انسان‌هایی که در این اتفاق سهیم هستند. [باید فضاگشایی کنیم تا اتفاق این لحظه از برکت زندگی که از ما جاری است برخوردار شود.]

توجه کنیم که «منظور» و «مقصود» ما برای زنده شدن، در این «لحظه» محقق می‌شود. هدف متفاوت از «منظور» است. هدف در زمان است. ما برای انجام کارهای جهانی هدف‌گذاری و برنامه‌ریزی می‌کنیم.

### بیماری «می‌دانم»

بیماری «می‌دانم» بیماری من ذهنی است. خداوند بیماری «می‌دانم» ندارد؛ خرد کل است. در من ذهنی براساس شرطی‌شدگی‌ها در جهان علت و اسباب و تقلید، دانش ذهنی اندوخته‌ایم. [در ذهن می‌گوییم این چیز سبب آن چیز می‌شود.] یک عقل جزئی پیدا کرده‌ایم و آن را در برابر عقل کل زندگی، و با قضاوت خود در مخالفت با او به کار می‌بریم. [ما به جای بد و خوب کردن اتفاق این لحظه باید فضا را باز کنیم]

این که اتفاق این لحظه را قضاوت می‌کنیم و در برابر آن مقاومت می‌کنیم، از بیماری «می‌دانم» من ذهنی است. حتی جایی که اتفاق خوشایند ذهن است و ما با آن موافق هستیم، باز براساس بیماری «می‌دانم» داریم قضاوت و مقاومت می‌کنیم.

[ممکن است ذهن بگوید من با اتفاق موافق هستم، از آن خوشم می‌آید، بنابراین قضاوت و مقاومت نمی‌کنم، این درست نیست، موافقت ذهن هم نوعی مقاومت است. شما باید بدون قید و شرط در اطراف اتفاق این لحظه چه خوب یا بد فضا را باز کنید.]

«می‌دانم» ریشه قضاوت و مقاومت ماست و درد ایجاد می‌کند. «می‌دانم» ما را قربانی اتفاق این لحظه می‌کند. اتفاق این لحظه بازی زندگی است و جدی نیست، اما با «می‌دانم» من ذهنی، ما قربانی آن [یعنی از جنس آن اتفاق] می‌شویم و به جای طرب و شادی زندگی، دردهای جاهلانه من ذهنی را تجربه می‌کنیم؛ دردهای نظیر خشم، رنجش، و غیره.

بزرگ‌ترین فرصت رشد برای ما وقتی است که نمی‌دانیم. [به شرط آنکه به جای مقاومت در برابر اتفاق این لحظه فضا را باز کنیم].

وقتی دانستن را به زندگی واگذار می‌کنیم و اجازه می‌دهیم خرد زندگی بدون دخالت «می‌دانم» من ذهنی در کار باشد، زندگی از علم خود به ما می‌آموزد و فضای درونمان را وسعت می‌بخشد. [و انعکاس آن در بیرون نیز نیک و بدون درد است].

حتی در زمینه‌های مادی هم اگر ادعای دانستن داشته باشیم، کسی به ما چیزی یاد نمی‌دهد، و حتی اگر یاد بدهند [بدهد] ما یاد نمی‌گیریم. چون گوش نمی‌دهیم. وقتی بیماری «می‌دانم» داریم، به حرف مردم گوش نمی‌دهیم. قبل از این که حرفشان را بشنویم، درست بشنویم، و در آن تامل کنیم، حرفشان را رد یا تایید می‌کنیم.

با «می‌دانم» به حرف بزرگان هم گوش نمی‌دهیم، به پیام‌های زندگی [که برای گسترش فضای درون و رها کردن ما از من ذهنی است] هم گوش نمی‌دهیم. زندگی با اتفاق این لحظه به ما پیامی می‌دهد و ما با بیماری «می‌دانم» از پیام محروم می‌شویم.

«می‌دانم» بیماری مسری است، موجب تقلید می‌شود. اگر در جمعی همه دانش خود را به فروش بگذارند، ما هم به تقلید می‌افتیم و می‌خواهیم بگوییم «می‌دانم». ما از نشان دادن «می‌دانم» توجه و تایید می‌گیریم. [اگر در جمعی اشخاصی می‌خواهند خاصیت‌های من ذهنی خود را به نمایش و فروش بگذارند تا مردم ببینند و تایید کنند؛ ما نباید به تقلید بیفتیم، بلکه باید بگوییم من آن توجه و تایید را نمی‌خواهم].

«می‌دانم» جلوی صنع و آفریدگاری خداوند را می‌گیرد. فکر این لحظه باید این لحظه خلق شود. با ادعای «خودم می‌دانم» و از قبل دانستن من ذهنی، ما از فکرهای گذشته استفاده می‌کنیم، نه از آفریدگاری زندگی در این لحظه.

«می‌دانم» فاصله بین فکرها را می‌بندد. افکار مسلسل‌وار شرطی شده از این «می‌دانم» است. خودمان برای حل مسائل براساس «می‌دانم» تدبیر می‌کنیم، و این تدبیرها مسائل جدید می‌آفریند. [ما دانش خود را از فکرهای مسلسل‌وار من ذهنی می‌گیریم درحالی‌که این فکرها را از دیگران گرفته‌ایم].

با «می‌دانم» به حرف بزرگان هم گوش نمی‌دهیم، به پیام‌های زندگی هم گوش نمی‌دهیم. زندگی با اتفاق این لحظه به ما پیامی می‌دهد و ما با بیماری «می‌دانم» از پیام محروم می‌شویم.

ما حتی دانش معنوی را به «می‌دانم» من ذهنی اضافه می‌کنیم! من ذهنی با دانش معنوی خود، می‌تواند ما را از فضاگشایی برای اتفاق این لحظه غافل کند. به عنوان مثال، اتفاقی [اتفاق] ناخوشایند من ذهنی می‌افتد، به جای فضاگشایی برای اتفاق این لحظه، من ذهنی اسباب مقاومت و فضابندی را گرفته و شروع به ملامت ما می‌کند: و «جف‌القلم» [اینکه خداوند حال ما را در درون و بیرون، براساس شایستگی یعنی میزان فضاگشایی ما ترسیم کند] را به دلخواه خود تعبیر می‌کند. که چرا کاری کردم که قلم این‌طور خشک شود؟! درحالی‌که اولین کار ما، که بر هر چیز مقدم است، فضاگشایی است در این فضای گشوده‌شده ما درست می‌بینیم و «کن‌فکان» کارش را برای تعبیر فرم و بی‌فرمی ما انجام می‌دهد؛ ما نیز درس و پیام زندگی را از این اتفاق، درست یاد می‌گیریم؛ آنچه در نظر زندگی است، نه آنچه من ذهنی براساس «می‌دانم» معنوی خود تصور می‌کند. [اگر ما درحالی‌که انسانی معنوی هستیم خودمان را ملامت کرده، فضابندی می‌کنیم من ذهنی توانسته از دانش معنوی ما به نفع خودش استفاده کند].

[اگر فضا را باز کنیم آن چیزی که مد نظر زندگی است را یاد می‌گیریم؛ اگر فضا را ببندیم و ملامت کنیم آن چیزی که خودمان با من ذهنی می‌دانیم را یاد می‌گیریم].

من ذهنی با دانستن سطحی، [عقل جزئی و می‌دانم] مانع از دانستن عمیق می‌شود؛ [دانستن عمیق با فضاگشایی صورت می‌گیرد] جلوی قضا بلند می‌شود. [چون خودش قضاوت می‌کند]. اگر زندگی براساس

«می دانم» های ما گشوده شود، زندگی ما همان تکرار من ذهنی گذشته است. ما نمی خواهیم دردها را تکرار کنیم. اجازه بدهیم زندگی ما، براساس عقل کل و اراده قضا گشوده شود. [هر موقع در بیرون اتفاق بدی می افتد انعکاس مرکز ماست، اگر علت و اسباب بیرونی را مسئول بدانیم در این صورت از فضاگشایی و درس زندگی که خداوند در این لحظه دارد محروم می شویم]

«می دانم» جفا به «آلست» است. ما را در علت و اسباب به دام می اندازد. با «می دانم» زندگی این لحظه را تلف می کنیم: «می دانم» چه جوری زندگی کنم! [وقتی می گوییم می دانم خرد کل را بی کار می کنیم یعنی این لحظه از جنس زندگی نبوده از جنس من ذهنی هستیم.]

اگر می دانی، چرا برای خودت این همه درد، مانع، مسئله و دشمن ساخته ای؟

### بیماری «ناز کردن» حس بی نیازی از کمک زندگی

«ناز کردن» یعنی حس بی نیازی از کمک زندگی یا خدا در این لحظه. «ناز کردن» با «می دانم» رابطه بسیار نزدیکی دارد. آیا ما در چالش ها از خرد زندگی استفاده می کنیم یا از «می دانم» من ذهنی؟ [اگر من ذهنی برای شما کافی ست یعنی بیماری «ناز کردن» دارید.]

وقتی در برابر اتفاق این لحظه مقاومت می کنیم [یعنی با اتفاق این لحظه در درون مسئله داریم]، وقتی چه به زبان و یا عملاً با مقاومت خود می گوییم: این اتفاق را نمی خواهم؛ این یعنی، من «می دانم» چه اتفاقی بهتر است و به خرد کل نیازی ندارم؛ یعنی بیماری «ناز کردن». [هر اتفاقی در این لحظه برای کمک کردن به ما می افتد، حتی اگر به نظر ذهن بد باشد.]

وقتی خیال می کنیم که برای حل چالش ها می توانیم از «می دانم» های خودمان استفاده کنیم، وقتی چه به زبان و یا عملاً با تندتند فکر کردن، می گوییم: خودم می توانم گلیم خودم را از آب بیرون بکشم؛ این یعنی من به کمک زندگی نیاز ندارم، نیاز به فضاگشایی و استفاده از خرد زندگی ندارم؛ یعنی بیماری «ناز کردن».

وقتی من ذهنی مورد تایید و توجه قرار می گیرد و بزرگ می شود، بیماری ناز کردن هم شدیدتر می شود. انسان های دوروبرمان با تایید و تشویق های خود که مورد علاقه من ذهنی ماست، این بیماری را شدیدتر می کنند.

هرکسی درد دارد، یعنی برای زندگی «ناز می کند». اوقات تلخی ها و سختی ها مکرر می آیند که ما را متوجه «ناز کردن» و حس بی نیازمان از زندگی کنند و ما متوجه نمی شویم. [کسی که زندگی خودش را نمی تواند اداره کند ناگهان مورد تأیید تعداد زیادی از مردم قرار می گیرد، من ذهنی او خودش را گم می کند، فکر می کند واقعاً می داند. نه تنها از فضاگشایی و خرد زندگی محروم می شود، بلکه می تواند تعداد زیادی از انسان ها را هم به نابودی بکشاند.]

در این لحظه کیفیت حال خود را از نظر درد بسنجیم: آیا من در این لحظه حس ترس، نگرانی و نیازمندی به جهان دارم؟ اتفاقاً نیازمندی ما به جهان، یعنی حس بی نیازی از کمک زندگی. هر چقدر بیشتر به جهان نیازمندی، یعنی حس بی نیازی از زندگی می کنی. [اوقات تلخی ها و سختی هایی مکرر می آیند که ما را متوجه «ناز کردن» و حس بی نیازی مان از زندگی کنند.]

بیماری «کمال طلبی»

«کمال طلبی» حس توهمی کامل بودن در این لحظه است که به موجب آن من ذهنی انتظار و توقع کامل بودن مادی و معنوی خودم و دیگران، به ویژه اتفاق این لحظه را دارد، که شامل رفتار و گفتار خودم و دیگران نیز می شود. بیماری کمال طلبی، در حالت پیشرفته ممکن است تمام جنبه های زندگی مرا در بر گیرد. «کمال طلبی» به دردهایی مانند رنجش، ملامت، کنترل کردن و غیره می انجامد. [ما نمی توانیم انتظار داشته باشیم که رفتار دیگران کامل و آن گونه که ما می خواهیم باشد. دیگران مسئول رفتار خودشان هستند. ما توقع داریم دیگران مطابق میل ما رفتار کنند و اگر غیر آن باشد می رنجیم. کمال طلب روزی چندین بار خشمگین می شود زیرا هر روز عکس میل من ذهنی خود را می بیند.]

یک تصویری از خود و دیگران در ذهن ساخته ایم. براساس الگوهای من ذهنی، یک لیستی و نظمی از زندگی کامل، در ذهن خود چیده ایم و برای به دست آوردن و حفظ آن مقاومت می کنیم.

به محض مقاومت در برابر اتفاق این لحظه، که به وسیله قضا می افتد، از «کمال طلبی» و عوارض آن آسیب می بینیم.

ما در کار معنوی خود نیز «کمال طلبی» می کنیم؛ اگر من ذهنی در ما و دیگران بلند می شود و به واکنش می افتیم، این از «کمال طلبی» است. [ما باید خشمگین شویم تا زندگی به ما نشان بدهد در ما خشم هست. وقتی از وضعیتی متنفر هستیم، زندگی می خواهد تنفر، حرص و همانندگی را در ما نشان بدهد، و ما باید به عنوان حقیقتی آن ها را قبول کنیم.]

به آینده موکول کردن و تاخیر در هر کاری به بهانه کامل شدن آن از «کمال طلبی» است. این بیماری با همین به تاخیر انداختن، به کار معنوی ما و زنده بودن در این لحظه هم آسیب می زند. [ما کارها را به علت اینکه می گوییم هنوز کامل نشده ام و باید آن را به بهترین صورت انجام دهم، حتی یک تمرین معنوی را به علت این که می خواهیم کامل انجام دهیم، اصلاً انجام نمی دهیم! این بیماری با همین به تاخیر انداختن، به کار معنوی ما و زنده بودن در این لحظه هم آسیب می زند. شما در این لحظه می توانید کمی فضاگشایی کنید، کمی آرام شوید، کمی عقب بکشید و وضعیت را ببینید. نباید بگویید که من باید صد درصد فضاگشایی کنم، تا این کار را به صورت عالی انجام ندهم، شروع نمی کنم.]

تمام این مطالب، از جمله بیماری «کمال طلبی» را باید با توجه به «این لحظه» اعمال کرد. انتظار کمال از اتفاق این لحظه، یک توهم من ذهنی و جهل آن است. اتفاقاً چیزی که در این لحظه دیده می شود، این حقیقت است و باید باشد اما جهل من ذهنی با «کمال طلبی» می گوید، باید جور دیگری باشد. این توهم جاهلانه من ذهنی در برابر قضا است.

قضا حقیقت است. چیزی که هست، این لحظه و اتفاق آن قضاست و درست است. فرم و وضعیت این لحظه را باید ببینیم و اطرافش فضا باز کنیم. [اما جهل من ذهنی با کمال طلبی چه می گوید؟ می گوید باید جور دیگری باشد. اگر اتفاق این لحظه را شما نمی پسندید و اطرافش فضا باز نمی کنید، این از کمال طلبی است. این توهم جاهلانه من ذهنی در برابر خرد کل و اراده خداوند است که تمام کائنات را اداره می کند.] اگر اشتباهی کردیم، یعنی دانشش را نداشتیم باید در فضای گشوده شده، آن را یاد بگیریم و بگذریم. اما اگر یک کار اشتباه را دائم تکرار می کنیم، نتیجه اش عوض نمی شود، نباید عصبانی شویم، باید یاد بگیریم و روش و کارمان را اصلاح کنیم؛ «کمال طلبی» درست نیست.

«کمال طلبی» نظم پارک است. نظم قضا و زندگی، نظم جنگل است. من ذهنی با جهل و توهم خود، تصویری از یک بخش جزئی از این جنگل را گرفته، می خواهد آن را با «کمال طلبی» خود، به نظم پارک دریاورد؛ این

سبک زندگی ذهنی و توهمی است! این شیوه «کمال طلبی» دردهایی مثل رنجش، خشم، و در نهایت ناامیدی و سرخوردگی می‌آورد.

«کمال طلبی» باعث برچسب زدن به انسان‌ها می‌شود. براساس برچسب‌های انسان‌ها و نقش‌هایشان، ما آن‌ها را قضاوت می‌کنیم و در ارتباط با آن‌ها، به‌جای استفاده از (خرد) فضای گشوده‌شده، از بایدها و نبایدهای (ذهن) و رفتارهای پیش‌ساخته استفاده می‌کنیم.

«کمال طلبی» باعث جدایی و واکنش‌های شدید می‌شود. در بیماری «کمال طلبی» ما در برابر رفتار ناکامل خود، دیگران و یا وضعیت ناکامل این لحظه، واکنش‌های بسیار شدیدی می‌کنیم. ما از آن واکنش‌های شدید آسیب می‌بینیم، نه از آن شرایطی که به عقیده ما، ناکامل یا اشتباه هستند!

### حیله

#### داشتن منظوره‌های مادی ذهنی به‌جای منظور اصلی

من ذهنی با «حیله»‌های خود، می‌خواهد از اتفاقات زندگی بگیرد؛ بد و خوب می‌کند و برای ایجاد اتفاقات خوب «حیله» می‌کند. تمام خواستن‌های ما در من ذهنی «حیله» است. در این حالت ما ناصلاً کار شده و به خود ضرر می‌زنیم. [یعنی اگر ما قرار باشد که مرتب از یک فکر همانیده به فکر همانیده دیگر بپریم، دیگر به خداوند یا زندگی فرصت نمی‌دهیم از طریق ما فکر کند، این حیله است.]

هر فکر و بینش ما براساس هم‌هویت‌شدگی‌ها، «حیله» است. [به‌طور ساده حیله یعنی فکر کردن به‌وسیله من ذهنی]. وقتی برای به‌دست آوردن چیزی که ذهن نشان می‌دهد، منقبض شده و فضای گشوده‌شده را از دست می‌دهیم، دچار «حیله» من ذهنی شده‌ایم.

فکر یک هم‌هویت‌شدگی در این لحظه ما را تسخیر می‌کند. ما به‌جای زندگی در این لحظه، به‌دنبال آن هم‌هویت‌شدگی و یا حفظ آن در آینده هستیم؛ این «حیله» من ذهنی است. [من ذهنی دائماً با این حیله دنبال یک وضعیتی در آینده یا یک چیزی در آینده، یک خواستی در آینده است که به زندگی برسد. یعنی این لحظه که جای زندگی است برای من ذهنی زندگی نیست. در نتیجه ما به‌طور توهمی با حیله زندگی را به آینده موکول می‌کنیم.]

تمام کارهای من ذهنی «حیله» است؛ با مکر و فریب، زندگی این لحظه را از ما می‌دزدد و ما را به زمان می‌اندازد. پریدن از فکری به فکر دیگر «حیله» است!

هر کاری در من ذهنی می‌کنیم، «حیله» است؛ دورویی و نفاق داریم؛ یعنی هدف ما از فکر، گفتار و رفتارمان با آن‌چه که در ظاهر نشان می‌دهیم، مطابقت و هماهنگی ندارد.

من ذهنی به‌ظاهر به ما می‌گوید که با فلان اتفاق، تو به زندگی و خوشبختی می‌رسی، «حیله» می‌کند؛ با آن فکر، توهم‌ها و وسواس‌هایش، ما را از زندگی در این لحظه محروم می‌کند.

### تسلیم و فضاگشایی

«تسلیم» یعنی در سلامت بودن، یعنی صلح و آشتی، یعنی عدم مقاومت. تسلیم یعنی پذیرش «اتفاق این لحظه» بی قیدوشرط، بدون هیچ قضاوتی. وقتی ما به‌عنوان هشیاری اتفاق این لحظه را دیده و بدون قیدوشرط می‌پذیریم «فضاگشایی» را تجربه می‌کنیم. «فضاگشایی» طبیعی است. کار ما عدم فضا‌بندی، عدم مقاومت است. اگر مقاومت نکنیم، از این فضای گشوده‌شده، خرد و برکت زندگی به اتفاق این لحظه می‌ریزد، و ما می‌توانیم از این خرد، برای تغییر وضعیت استفاده کنیم. [تسلیم به‌معنی این نیست که ما ضعیف شویم و در



اتفاق این لحظه اگر ظلمی به ما می‌شود آن را قبول کنیم. تسلیم و فضاگشایی یعنی اتفاق این لحظه را تغییر دهیم اما نه با عقل من‌ذهنی بلکه با آرامش و خرد فضای گشوده‌شده.]

من‌ذهنی «تسلیم» را به معنی قربانی و اسیر شدن می‌پندارد. «تسلیم» قربانی اتفاق این لحظه شدن نیست. اتفاقاً ما با مقاومت، قربانی اتفاق این لحظه می‌شویم. ما «تسلیم» زندگی می‌شویم، نه این که قربانی و اسیر یک اتفاق بشویم. ما با «تسلیم» و «فضاگشایی»، برای تغییر وضعیت این لحظه فعال هستیم، اما با استفاده از خرد زندگی، نه براساس «می‌دانم»‌ها و «حیله»‌های من‌ذهنی.

«فضاگشایی» طبیعی است [یعنی ذات اصلی ما فضاگشا است.] «فضاگشایی» کار زندگی است، اما من‌ذهنی با «حیله» و «می‌دانم» می‌خواهد مقاومت و فضابندی کند. صبر هشیارانه ما در این حالت و عدم دخالت در کار زندگی، بسیار مهم است.

ما در لحظات مختلف نیستیم. ما در این لحظه هستیم. وضعیت و فرم این لحظه تغییر می‌کند ولی این لحظه تغییر نمی‌کند. ذهن ما وضعیت این لحظه را به صورت اتفاق‌ها به ما نشان می‌دهد. اتفاق‌ها می‌آیند و می‌گذرند تا ما فضای باز بین آن‌ها را، این لحظه، را ببینیم، مانند این که کلاغ‌ها در آسمان می‌گذرند و ما زیبایی و عظمت آسمان را می‌بینیم؛ البته اگر کلاغ‌ها برایمان مهم نباشند و تمام توجه ما را جذب نکنند. به همین صورت، اگر ما تمام توجه خود را جذب اتفاق نکنیم، با گذشتن اتفاقات می‌توانیم فضای باز و ساکن بین آن‌ها را ببینیم.

اگر فکر کنیم اتفاق این لحظه مهم است، اتفاق تمام توجه ما را جذب می‌کند. عمیقاً درک کنیم که اتفاق مهم نیست. اتفاق بازی است. فضا مهم و جدی است! بپذیریم که قضاوت ما در مورد اتفاق هرچه باشد، باطل است. اتفاق این لحظه اولاً مهم نیست و ثانیاً برای تجربه «فضاگشایی» در ما مفیدترین اتفاق است.

«فضاگشایی»، ما را به جنس اصلی خود تبدیل می‌کند. «فضاگشایی» وفا به عهد «آلت» است.

با تشکر،  
سمیه

کارگروه  
خلاصه نویسی  
برنامه‌های گنج حضور

منابع: برنامه ۸۷۴ گنج حضور (استاد پرویز شهبازی)  
کتاب های تفسیر مثنوی (استاد کریم زمانی)  
با تشکر: کارگروه خلاصه نویسی متن برنامه های گنج حضور

پایان