



**برنامه گنج حضور با اجرای پرویز شهبازی
را در سایت زیر تماشا فرمایید.**

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت هشتصد و بیست و هشتم





خانم مرجان از استرالیا



بازی صورت‌ها

اگر ما عمیقاً به این باور برسیم که همه‌ی ما انسان‌ها یک هُشیاری واحد هستیم، دیگر تفاوت بین جنسیت، رنگ پوست، زبان و مرزها از میان برداشته می‌شود. اما اگر بر اساس دید کج‌بین شرطی‌شدگی‌های جمعی نگاه کنیم، به جز صورت و ظاهر چیزی نمی‌بینیم و در سطح پست قیاس خواهیم ماند.

یک آفریقایی سیاه‌پوست را غریبه می‌پنداریم چون در لول سطحی صورت‌ها و ظواهر هستیم. یک چینی را به جای دیدن انسانیت او، فقط به عنوان یک غریبه‌ی چینی می‌بینیم چون زبانش فارسی نیست، چون زبان چینی را با زبان فارسی قیاس کرده‌ایم. یک عرب را با دید غریبه نگاه می‌کنیم، چون که در آن طرف مرز زندگی می‌کند. مرزهایی که از جنس خاک است، اما تاریخ (بهتر است بگوییم من‌های ذهنی جمعی) این سرزمین‌ها و انسان‌هایش را از هم جدا کرده و بین آن‌ها تفرقه انداخته‌اند.

یادم می‌آید روزی برای پیک‌نیک به منطقه‌ای خوش آب و هوا در شهر ایلام که زادگاه من می‌باشد، رفته بودیم. منطقه‌ی مرزی ایران و عراق، طوری که خاک عراق به وضوح قابل دید بود. آن زمان حدود ۵ سالم بود و بیشتر با دید عدم می‌دیدم تا دید ظاهربین ذهن. وقتی به آن خط مرزی نگاه می‌کردم، آنقدر برایم عجیب بود که چطور ممکن است یک خط این گونه زمین خدا را به‌علاوه‌ی انسان‌هایش و هرچه که در آن است، این گونه از یکدیگر جدا کند. آنقدر نسبت به دنیای آن طرف مرز غریبه بودم که از پدرم پرسیدم: بابا آن طرف مرز آدم‌هایش چه شکلی هستند؟

چطور ممکن است که یک مرز این گونه انسان‌ها را از زمین تا مریخ جدا کند و بین آنها فاصله بیندازد؟

با این دید خطرناک جدایی، دشمنی و جنگ و خونریزی امری عادی و طبیعی است چراکه طبق قانون طبیعت، اگر از یک گل دو مجسمه بسازیم، دیگر این دو مجسمه با یکدیگر ترکیب نمی‌شوند، حتی اگر هر دو در ذات از یک جنس باشند، مگر این که هر دو شکسته و خورد شوند و به جنس اولیه خود بازگردند. این دو از یکدیگر جدا هستند، حتی اگر یک اسم را روی هر دو بگذاریم، مثلاً مجسمه‌ی میدان آزادی ایران و مجسمه‌ی آزادی آمریکا.

اصلاً مگر زمانی که گرهی زمین به وجود آمد، مرزی وجود داشت؟

همین اصل مذکور در دو جنس مرد و زن نیز صادق است. اگر دید جسمی داشته باشیم، خواهناخواه، جنس مرد را، طبیعتاً جدا و متفاوت از جنس زن می‌بینیم. دو مجسمه با اشکال و صورت‌های مختلف چطور می‌توانند عاشق یکدیگر شوند. چطور می‌توانند با دید جدابین ذهن، با یکدیگر ترکیب شده و وحدت و یگانگی را تجربه کنند؟ مگر این که هر دو به اصل خود پی برده و به آن زنده شوند. در غیر این صورت، تجربه‌ی عشق میان انسان‌ها غیرممکن است.

حال بیایید نظر مولانا را در این زمینه بررسی کنیم. در غزل شماره‌ی ۲۲۸۱ با زبان ساده می‌گوید: همه‌ی ما انسان‌ها از یک جنس هستیم. این از دید ظاهربین و صورت پرست توست که زن و مرد را جدا و متفاوت می‌بینی.

زان سوی کاندازی نظر، آن جنس می‌آید صور
پس از نظر آید صور، اشکال مرد و زن شده
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۲۲۸۱

حال، آیا امکان دارد شخصی با چنین نظریه‌ای، به جنس زن یا مرد بخواهد توهین کند؟

در غزل شماره‌ی ۱۲۶۳، از ما می‌خواهد که در صورت و ظاهر انسان‌ها گیر نکنیم، چرا که هر انسانی ذاتاً نور خداست.

این صورتش بهانه‌ست، او نور آسمانست
بگذر ز نقش و صورت، جانش خوشست جانش
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۱۲۶۳

به نظرم اگر جهان و صاحبان قدرت فقط یک مصراع از غزل شماره‌ی ۲۰۲۹ را درک کنند و به آن تبدیل شوند، آنقدر نرم و لطیف خواهند شد که دیگر جز عشق در انسان‌ها و موجودات هستی نخواهند دید.
و آن مصرع اینست:

بگذر ز آفریده بنگر در آفریدن
-مولوی، دیوان شمس، غزل شماره‌ی ۲۰۲۹

این بار روی صحبت‌م با خویشاوندان نازنین هم‌وطنم از تاجیکستان و افغانستان است.

چقدر از شنیدن صدای خواهران و برادران و علی‌الخصوص، کودکانِ عاشقِ افغان و تاجیکی‌ام به وجد می‌آیم ...

و هر بار با تمام وجودم ایمان می‌آورم که ارتعاش بزرگانی چون مولانا، به چه زیبایی می‌تواند خاک و مرزهای جدا افتاده را با ریسمان گسست‌ناپذیر عشق پیوند زند و تفرقه‌افکنی‌ها را با عشق جایگزین کند. به چه زیبایی توانست به موجود جدایی‌طلبی مثل من، بقبولاند که ما همه با هم یکی هستیم.

طوری که حالا می‌خواهم فریاد بزنم و بگویم تمام جهان وطن من است و تمام جهانیان هم‌وطنم.

خواهران و برادران عشقی‌ام!

ما هیچ نمی‌دانیم. اما این را خوب می‌دانیم که با تکیه بر بزرگی چون مولانا، هر کدامان خودمان را دیگر به حساب آورده‌ایم!
 تک تک ما به شخصه، چراغ خود را می‌افروزیم و با اتحاد انرژی قدرتمند عشق، جهان را تکان می‌دهیم، جهان را نورانی می‌کنیم و صلح ایجاد می‌کنیم.
 تا تاریخ همانند ویدیوی پخش شده در برنامه‌ی ۹۱۱، دوباره تصویری را به جهان نشان دهد.
 اما این بار تصویری حیرت‌انگیز از نور عشق و صلح و دوستی ...

تو مگو همه به جنگند و ز صلح من چه آید؟
 تو یکی نه‌ای، هزاری، تو چراغ خود برافروز
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۱۹۷

و در آخر باید بگوییم که: براستی که نیروی عشق، اثر دارد! اثر دارد!



آقای مهران از کرج



بهر اظهارست این خلق جهان
تا نماند گنج حکمت‌ها نهان
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۳۰۲۸

به نام خداوند مهرگستر

سلام و احترام بر جناب آقای شهبازی و مشتاقان حضور

عنوان پیغام: لیست امراض انسان، برگرفته از غزل ۲۶۶۰ دیوان شمس از برنامه ۷۵۳

این غزل تماماً از زبان زندگی خطاب به انسان همانیده است. در هر ۱۰ بیت این غزل، ۱۰ مرتبه کلمه «گشتی» به‌عنوان ردیف استفاده شده است. «گشتن» در این غزل به معنای «شدن» است.

«شدن»های این غزل به شرح زیر می باشد:

۱. بیچاره شدن (چاره جویی از من ذهنی بیچاره)

۲. غم خواره شدن (خوردن غم فراق همانیدگی ها)

۳. پاره پاره شدن (پخش شدن در همانیدگی ها)

۴. آواره شدن (در جهان بیرون زندگی جستن)

۵. تخته گهواره شدن (منقبض شدن فرم یا چهار بُعد انسان)
۶. خار شدن (تنزل کردن به مرتبه همانیدگی‌ها)
۷. هرکاره شدن (اجرای تمام امور من ذهنی)
۸. دَرساره شدن (توسل به خانه ذهن)
۹. اَمّاره شدن (مطیع امر من ذهنی بودن، همان نفس اماره)
۱۰. مست غمزه خمّاره شدن (بالقوه مست خدا بودن)

مولانا در ۹ بیت اول، تمام مرض‌های ما را لیست می‌کند و به ما نشان می‌دهد، تا با توجه به زندگی خودمان، آن امراض را شناسایی کنیم و در بیت آخر، ما را به سوی خاموشی و فضاگشایی دعوت می‌کند، تا به اصل خود در این تن زنده شویم.

چرا ز اندیشه‌یی بیچاره گشتی؟
 فرورفتی به خود، غمخواره گشتی؟
 -مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۶۰

زندگی می‌گوید: «چرا ز اندیشه‌یی بیچاره گشتی؟» یعنی چرا با ماندن در ذهن و تسلسل افکار، بیچاره و عاجز شده‌ای؟ وقتی چاره‌جویی ما از من‌ذهنی باشد، قطعاً ما بیچاره خواهیم شد. اندیشه من‌ذهنی، درد و جدایی از زندگی را چاره‌کار می‌داند. درد و جدایی اگر چاره بود، انسان من‌ذهنی این قدر از غم و غصه تغذیه نمی‌کرد.

«فرورفتی به خود» یعنی منقبض شدی و من ساختی. این من ساختگی عاشق غم است. من ذهنی اگر غم تغذیه نکند، بقایی نخواهد داشت. بنابراین می‌کوشد با غم خوردن توسط انسان، خود را زنده نگه دارد. تمام کشتارهای دنیا و جنگ و ستیزه انسان‌ها نتیجه بقای من ذهنی است.

مرض شناسایی شده در این بیت:

✓ تسلسل افکار

✓ چاره‌جویی از من ذهنی بی‌چاره

✓ ساختن یک من ساختگی که تغذیه‌اش غم است.

تو را من پاره پاره جمع کردم
چرا از وسوسه صد پاره گشتی؟
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۶۰

قبل از ورود هشیاری انسانی به تن، ما به صورت جمع یا واحد، در عالم الست مستقر بودیم. وقتی وارد جهان فرم و ماده شدیم، خداوند هشیاری ما را در جسمی دمید و ما به صورت «پاره پاره» در نقاط مختلف زمین، از رحم مادر زاییده شدیم.
وقتی می گوید «تو را من پاره پاره جمع کردم» این بدان معناست که ما با وجود تقسیم شدن به عنوان جسم در این جهان، بتوانیم دوباره به عنوان هشیاری حضور، «جمع» و وحدت را تجربه کنیم.

قرار بر این بود که ما ابتدا یک هشیاری جسمی ضعیفی را تشکیل بدهیم، سپس آن را رها کرده و وحدت و یکی شدن با خدا را تجربه کنیم، اما انسان در غالب من‌ذهنی «از وسوسه صد پاره» شده است. من‌ذهنی مخالف وحدت است، زیرا او وحدت را نمی‌شناسد. سازوکار من‌ذهنی، خاصیت شناسایی وحدت و یکی شدن را ندارد، به همین دلیل است که سوی «وسوسه»های خود به این جهان سوق دارد و همچنین تمایل به چیزهایی دارد که می‌تواند آن‌ها را از طریق حواس پنجگانه شناسایی کند و چون فقط چنین قابلیت‌هایی دارد، تمام تلاش خود را می‌کند که هشیاری ما را در صدها چیز بیرونی قسمت یا «پاره پاره» کند.

مرض شناسایی شده در این بیت:

✓ پاره‌پاره شدن هشیاری در جهان فرم

✓ عاجز شدن در شناسایی وحدت زندگی

زِ دَارِ الْمُلْكِ عَشِقَم رَخْت بُرْدِي
 دَرِ اَيْنِ غُرْبَتِ چُنِينِ اَوَارِهْ گَشْتِي
 -مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۶۰

دَارِ الْمُلْكِ یعنی شهر حکومت‌نشین یا پایتخت (نماد فضای یکتایی).

چرا مولانا فضای یکتایی را با اصطلاح «دَارِ الْمُلْكِ عشق» بیان می‌کند؟

«دَارِ الْمُلْكِ» به معنای شهری ست که حاکم یا پادشاه در آن جا مستقر است. کسی که از این شهر به شهری دیگر مهاجرت کند، این بدان معناست که از مرکز حکومت دور شده و طبیعتاً از امکانات کم‌تری هم برخوردار خواهد شد و دیگر در آن شهر کسی او را تحویل نمی‌گیرد. زیرا او آن جا غریب و «اواره» است. او از پادشاه فاصله گرفته است! پس از مدتی، او مجبور خواهد شد که به دیار خود بازگردد.

مولانا می خواهد بگوید که تو از فضای یکتایی به فضای محدود ذهن «رخت بُردی» یعنی سفر کردی. در آن جا «آواره» شدی. چرا ما در جهان بیرون غریب هستیم؟ زیرا ما به وطن خود تعلق داریم. وطن ما «دارالملک عشق» است. اگر ما از جنس جهان فرم بودیم، این چنین «آواره» و سرگردان نمی ماندیم. شکر خدا که در این «غربت»، بزرگی همچون مولانا ما را از وطن اصلی خود، آگاه کرد و تابلوهای راهنما را مقابل چشمان دلمان قرار داد، تا ما قبل از مرگ تن، حضور در «دارالملک عشق» را تجربه کنیم.

انسان های آواره، من های ذهنی هستند. آنها از هر کس و از هر چیزی که زندگی می خواهند، دست رد به سینه اش می زنند. زیرا زندگی را از آفلین طلب می کنند.

مرض شناسایی شده در این بیت:

✓ به غربت ذهن رفتن

✓ با مقاومت در فضای غریب ذهن ماندن

✓ آوارگی در همانیدگی ها

زمین را بهر تو گهواره کردم
فسرده تخته گهواره گشتی
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۶۰

زمین یعنی نماد فرم انسان یا چهار بُعد «تن، هیجان، فکر، جان».
فسرده یعنی افسرده.

زندگی یا خدا می گوید، من خودم را به عنوان هشیاری یا روح، در فرم یا «گهواره» تو دیدم.
حال چرا مولانا می گوید فرم ما «گهواره» است؟ «گهواره» محلی ست برای آسایش و راحتی کودک و باید جنس لطیف و نرمی داشته باشد. زیرا کودک، بدن بسیار ظریف و لطیفی دارد. کودک که نماد هشیاری ماست، بسیار لطیف است. پس باید «گهواره» به لطافت و نرمی کودک باشد.

ما باید با فضاگشایی و استفاده از خرد زندگی، فرم خود را به لطافت زندگی تبدیل کنیم، تا در این زمان موقتی که در این جهان هستیم، از جنس لطافت کودک یا هشیاری حضور بشویم. اما انسان با من‌ذهنی، مدام این گهواره را به سفتی و ناراحتی «تخته» می‌کند و اجازه نمی‌دهد ما از جنس لطافت زندگی بشویم. «فسرده» شدن انسان همان غم‌خوارگی‌ست، که در بیت اول به آن اشاره شد. انسان با تغذیه غم، افسرده می‌شود و لطافت و نرمی خود را در همانیدگی با غم از یاد می‌برد. چرا می‌گوییم از یاد می‌برد؟ زیرا او قبل از ایجاد همانیدگی‌ها تجربه زیبایی و لطافت زندگی را داشته است.

مرض شناسایی شده در این بیت:

✓ انقباض و تخریب فرم یا چهار بُعد

✓ فراموش کردن لطافت اصیل خود یا زندگی

روان کردم ز سنگت آب حیوان
به سوی خشک رفتی، خاره گشتی
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۶۰

آب حیوان یعنی آب زندگانی یا دم ایزدی.

در این بیت مولانا از همان تخته گهواره صحبت می کند که انسان به وسیله من ذهنی خود تشکیل داده است. زندگی می گوید، من آب حیات را پیوسته و مستمر، به سوی جسم سنگ شده ات روانه کرده ام. اما تو مخالف جریان آب زندگی، در حرکت هستی. این مخالفت و مقاومت، تو را در درگاه زندگی خوار و حقیر کرده است. درست است که ما در خشک زار ذهن دست و پا می زنیم، اما همیشه آب زندگانی در دسترس ماست. زندگی می خواهد که این آب حیات بخش و زنده کننده، مرکز سنگ ما را دربرگیرد. اما ما با من ذهنی، می خواهیم مرکز سنگ ما وجود ما را دربرگیرد این مقاومت است.

اولین خاصیت من‌ذهنی که باید در ابتدای راه زنده شدن از میان برداشته شود، همین مقاومت است. مقاومت که برداشته شد، پس از آن ما به دنبال آب حیات در مرکز خود خواهیم بود و دیگر به‌سوی خشکی جذب نخواهیم شد. من‌ذهنی از جنس خشکی و تخته بودن است. بنابر قانون جذب، بدیهی است که به‌سوی خشکی جذب شود و ما را با وجود داشتن آب حیات، به‌سوی خشکی بکشاند. پس هیچ‌امیدی به این من‌ذهنی نیست که بخواهد حتی سر سوزنی به ما کمک کند. پس تنها راه ما این است که با فضاگشایی و تسلیم، به‌سوی آب حیات برویم و این مرکز سنگ شده‌مان را در آن بپوشانیم تا دیگر نتواند عرض اندام کند.

مرض شناسایی شده در این بیت:

✓ مقاومت در برابر سنگ نگه‌داشتن مرکز

✓ کور شدن نسبت به زندگی توسط من‌ذهنی

تویی فرزند جان، کار تو عشق است
چرا رفتی تو و هر کاره گشتی؟
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۶۰

مولانا از زبان زندگی، ما را «فرزند جان» خطاب می کند. ما فرزند زندگی هستیم. پس یعنی قیّم و سرپرست ما زندگی است. منظور مولانا این است که اوست که پدر و مادر ماست و ما به عنوان فرزند زندگی، باید تابع قوانین زندگی باشیم. کار زندگی عشق است. پس ما به عنوان امتداد زندگی، باید کارمان عشق باشد.

عشق، فضاگشایی در این لحظه ابدی است. عشق، تنها مأموریت انسان در این جهان موقت است. انسان مثل کودکی است که دست مادر را رها کرده و در بازار شلوغ ذهن و همانیدگی ها گم شده است و از گریه و زاری دست برنمی دارد. بزرگی مانند مولانا او را در میان آن شلوغی پیدا کرده و دست او را به دست مادر خود بازمی گرداند.

در مصرع دوم می‌گویید: ای انسان چرا تو از پیشه اصلی‌ات فاصله گرفتی و در این جهان شلوغ، مشغول به کارهای بیهوده هستی؟
«هرکاره» شدن، اتلاف انرژی در راستای یافتن زندگی در بیرون است که می‌توان آن را کارافزایی تلقی کرد.

مرض شناسایی شده در این بیت:

✓ جستن زندگی در جهان موقت و آفل

✓ انجام هر کاری به جز فضاگشایی و بازگشت به این لحظه ابدی

از آن خانه که تو صد زخم خوردی
 به گرد آن در و درساره گشتی؟
 -مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۶۰

درساره یعنی درگاه.

ما از کدام خانه «صد زخم» خوردیم؟ همان خانه‌ای که مولانا آن را غربت نامید. زخم را غربتِ ذهن می‌زند. شهری که از شاه خبری نباشد، بیگانگان به ما صدمه خواهند زد. من ذهنی بیگانه‌ایست که ما را در دیار خود غریب گیرآورده و پشت هم به ما آسیب می‌زند. سلاح من ذهنی برای زخمی کردن ما چیست؟ غم‌خوارگی. غم، مادر تمام دردهای من ذهنی است. دردهایی مانند خشم، ترس، حس ناامنی و شک، به غم منتهی می‌شوند.

زندگی می‌گوید با وجود تمام زخم‌هایی که از من ذهنی خوردی، باز هم حول محور آن می‌تنی و تمایل به زخمی شدن داری تو عاشق درد شده‌ای.
ای انسان، چقدر باید درد بکشی تا بفهمی که نباید درد بکشی؟ چرا به گرد درد و غم چنبره زده‌ای؟
من ذهنی با درد، تو را می‌راند به سوی زندگی، اما تو هزار باره به گرد آن طواف می‌کنی.

مرض شناسایی شده در این بیت:

✓ تمایل فراوان به درد کشیدن

✓ عدم دریافت پیغام دردهایی که به ما پیغام (زننده شو) می‌دهند

دَر آن خانه که صد حلّوا چشیدی
نگشتی مطمئن، اماره گشتی
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۶۰

صد حلّوا یعنی بی‌نهایت شیرینی زندگی (صد نماد بی‌نهایت است).
اماره یعنی امر کننده یا من‌ذهنی

ما در الست (خانه اصلی مان)، از شیرینی صد حلّوای زندگی، سراسر عشق شدیم و پس از استقرار در این تن در سنین ۱۰ سال به بالا، شروع کردیم به فراموش کردن اصل بی‌نهایتان.
به راستی خانه اصلی ما کجاست؟ خانه اصلی ما پشت حصار خانه ذهن است. زمانی که از ذهن خارج بشویم، تنها یک خانه می‌ماند که آن خانه زندگی است، خانه‌ای سراسر حلّوا و شیرینی. حال باید بدانیم که خانه اصلی انسان چگونه شناسایی می‌شود؟ از طریق خانه ذهن. یعنی ابتدا باید درد غربت و جدایی را بچشیم، سپس به خانه زندگی برسیم.

زندگی به انسان می‌گوید، چرا با وجود این که حلوای زندگی را چشیدی، راه آن را گم کرده‌ای و تحت امر و دستور من ذهنی گشته‌ای؟ چرا هیچ‌وقت از دیوار ذهن فراتر نرفتی تا بینی آن طرف چه گلستانی را از دست داده‌ای؟ تو اهل خانه‌ای هستی که از جنس جسم نیست. اما معصومانه در اجسام و هم‌هویت‌شدگی‌ها سرمایه‌گذاری شده‌ای و این اجسام به محض متلاشی شدنش، تو را به درد خواهند کشاند.

مرض شناسایی شده در این بیت:

✓ فراموش کردن خانه اصل انسان

✓ آشفتگی چهار بعد، در اثر حبس شدن در خانه تاریک ذهن

خَمْشُ كُنْ، كَفْتُ، هُشْيَارِيَّتْ أَرَدَ
نَه مَسْت غَمَزَه خَمَّارَه كَشْتِي؟
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۶۰

غَمَزَه یعنی عشوه، دلربایی
خَمَّارَه یعنی می فروش زن (مونث)

در بیت آخر، نسخه امراض ذکر شده در ۹ بیت قبل را می‌دهد. نسخه مولانا به ما خاموشی است. خاموشی یعنی ای هشیاری جامد، دست از فعالیت بردار تا بتوانم خانه زندگی را از پشت دیوار ذهن بینم و به سوی آن روانه شوم. یک لحظه خاموش کردن ذهن ما را به تجربه هشیاری اصیل خود می‌رساند.

در مصرع دوم مانند بیت قبل ما را یادآور الست می‌کند که در آن شیرینی زندگی را چشیدیم. می‌گوید غیر از این است که تو بالقوه مست زندگی هستی؟ «مستِ غمزه خماره» تجربه ما در عالم الست است. «خماره» به معنای می‌فروش مؤنث است.

منظور مولانا این است که زندگی زیبا، لطیف و مستی‌بخش است. باده او بی‌نهایت است و همچنین جام ما بی‌نهایت گنجایش باده بی‌نهایت را دارد. بنابراین انسان از جنس بی‌نهایت زندگی است و توانایی معراج را دارد. پس خمش کن تا مستانه بشوی.

سپاس بی‌کران از جناب شهبازی و تمام مشتاقان گنج حضور

مهران از کرج



با سپاس از بینندگان گنج حضور بابت ارسال پیغام‌های معنوی خود





**برنامه گنج حضور با اجرای پرویز شهبازی
را در سایت زیر تماشا فرمایید.**

www.parvizshahbazi.com