

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

www.parvizshahbazi.com



پیغام عشق

قسمت نود و یکم





آقای حسام از مازندران



برنامه ۸۳۴، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۶
از قرین بی قول و گفت و گوی او
خو بدزد دل نهان، از خوی او

هر انسانی که همنشین ما شود، بدون حرف زدن روی ما تأثیر خواهد گذاشت. پس همانطور که همنشینی با من های ذهنی، خوی خدائیت را از ما می دزدد، همنشینی با انسانهای زنده به حضور و اینکه مرکز را مرتب عدم کنیم تا خدا همنشین ما شود نیز، خوی خدائیت را در ما تقویت می کند. پس فضاگشایی مکرر و در معرض خوی بزرگان قرار گرفتن، ما را تبدیل به زندگی خواهد کرد.

غزل ۲۹۴۸ مولانا

بشکفته است شوره، تو غوره ای و غوره
آخر تو جان نداری، تا چند مستمندی؟

خداوند می گوید: ای انسان مگر تو جان نداری که تا این حد بیچاره و
ناتوان شده ای؟

درخت خشک در کویر به گل می نشیند، مگر تو امتداد من نیستی؟ مگر
خوی مرا نداری؟ چرا اینقدر به غم و ترشی افتادی؟

آخر تا کجا می خواهی به دنیا نیازمند باشی و شادی را از چیزها گدایی
کنی؟

- غزل ۲۹۴۸ مولانا

با کان غم نشینی، شادی چگونه بینی؟
از موش و موش خانه، کی یافت کس بلندی؟

این سینه ات را خانه ی همانیدگی ها کرده ای. این موشهای آفلی که در
سرت جمع کرده ای هر لحظه حضورت را می جوئند و دلت را به معدن غم
و اندوه تبدیل کرده اند. تو هر لحظه جان و ثبات و انرژی ات را به یک
همانیدگی می دهی. آخر معلوم است با زندگی بر اساس یک چنین
مرکزی، فراوانی و ابدیت خدا را نخواهی فهمید. نگاه کن، بین تمام روز
و شب و هر لحظه مشغول به فکر کردن به موش های درون خانه ی دلت
هستی. معلوم است که با این وضعیت به شادی و بی نهایت خدا زنده
نمی شوی.

– مثنوی، دفتر اول، ابیات ۳۷۴ و ۳۷۶
صد هزاران دام و دانه ست ای خدا
ما چو مرغانِ حریصِ بی نوا

می رهانی هر دمی ما را و باز
سوی دامی می رویم ای بی نیاز

خدایا هزاران همانیدگی و فکرِ مربوط به آنها، هر لحظه ما را به سمت
خود می کشند و این منِ ذهنی ما حاضر نیست از هیچ کدامشان بگذرد و
هر دفعه ما را به دامِ یکی از آنها می اندازد.

خدایا تو هر بار ما را در فاصله ی بین فکرها به سوی خود و این لحظه می خوانی و ما همین که می خواهیم از حقیقت زندگی آگاه شویم، بلافاصله با یک فکر دیگر به دام یک همانندگی دیگر می افتیم.

خداوندا! تو بی نیازی از هر آنچه که می شناسیم و نمی شناسیم، و می خواهی ما را هم که امتداد تو ایم، نسبت به آنها بی نیاز گردانی.

– مثنوی، دفتر اول، ابیات ۳۷۷ و ۳۷۸ و ۳۷۹

ما در این انبار، گندم می‌کنیم
گندم جمع آمده گم می‌کنیم

می‌نیدیشیم آخر ما به هوش
کین خلل در گندم است از مکر موش

موش تا انبار ما حُفره زده ست
وز فَنش، انبار ما ویران شده ست

ما زحمت فراوانی برای اندوختن حضور و آنچه سعادت دنیا و آخرت می دانیم، متحمل می شویم، اما هیچ نتیجه ای نمی گیریم و هیچ آرامش و اطمینانی به ما نمی دهد. فکر نمی کنیم که این نقص ممکن است به خاطر وجود من ذهنی باشد، که هر لحظه محصول و دسترنج ما را به وسیله ی موشِ همانیدگی ها می دزدد.

من ذهنی حتی در ریزترین کارهای ما دخالت می کند. نگاه کنیم ببینیم که در طول روز چه بر سر روابط و وضعیت های ما می آورد. این سر ما را با فکرهای پی در پی، خانه ی وسواس کرده است و دمی آرامش برای ما نگذاشته است. انعکاسش در بیرون هم که این نابسامانی هاست.

ارادتمند شما
حسام، مازندران



خانم ناشناس



سلام استاد گرامی، خدا قوت. سلام دوستان همراه.

-از برنامه ۸۳۳، غزل ۵۱۹

گر سینه آینه کنی، بی کبر و بی کینه کنی
در وی بینی هر دمش، کَالصَّبْرِ مِفْتَاحُ الْفَرَجِ

اگر مرکزت را عدم کنی، و از کبر و غرور و دردهای من ذهنی خالی کنی،
در این صورت سینه ات آینه می شود و هر لحظه در آن خواهی دید که،
صبر کردن کلید آزادی از من ذهنی و گشایش و رستگاری است.

-دیوان شمس، غزل ۵۳۷

هر جا که بینی شاهدهی، چون آینه پیشش نشین
هر جا که بینی ناخوشی، آینه در کش در نمد

هر جا شخصی را می بینی که مرکزش عدم شده، مانند آینه پیش او
بنشین. زیرا انعکاس مرکز او روی تو اثر می گذارد، و هر جا من ذهنی که
پر از درد است دیدی، آینه خود را پنهان کن؛ یعنی از او تقلید نکن و در
معرض تشعشعات منفی او، خودت را قرار نده.

– مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۲۶۳۶
از قرین بی قول و گفت و گوی او
خو بدزدد دل نهان از خوی او

دل انسان بدون هیچ گفت و گو، به صورت ارتعاش، خو و سیرت همنشین
خود را می دزدد. مرکز انسانهای دیگر روی ما اثر می گذارد. یعنی بدون
هیچ گفت و گویی ما ارتعاش عشق و یا درد را از آنها می گیریم.

– مثنوی، دفتر ششم، بیت ۲۳۶
گشته بی کبر و ریا و کینه یی
حسن سلطان را رخس آینه یی

وقتی مرکز انسان از کبر و ریا و کینه، یعنی از درد های من ذهنی و همانیدگی ها خالی شود، در این صورت روی او آینه ای می شود که زیبایی های خدا را نشان می دهد.

– مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۰۱۴
در همه ز آینه کژساز خود
منگر ای مردود نفرین ابد

مولانا به انسانی که من ذهنی دارد می گوید: از آینه کژساز خود، به جهان و خدا نگاه نکن. تو در واقع مردود و طرد شده از درگاه خدا هستی و در معرض نفرین ابدی او.

با سپاس فراوان



خانم فرزانه از همدان



با سلام

برداشتی از برنامه شماره ۸۲۸ 

–غزل شماره ۱۱۷۰

بود به بصره به یکی کو خراب
خانه درویش به عهد عمر

مُفلس و مسکین بُد و صاحب عیال
جمله آن خانه یک از یک بتر

منظور مولانا از عهد عُمر، زمانی ست که انسان معنوی و زنده شده به
خدا در این جهان و در کائنات به وجود آمده و بصره هم رمز کائنات و
جهان وجود است.

می گوید: در زمان عمر در شهر بصره و در یک کوی بسیار فقیر نشین،
یک خانواده ای به نام انسان و انسانیت زندگی می کند. انسانی که در
افسانه من ذهنی زندگی می کند و در مرکزش همانیدگی دارد، گدا و
بسیار فقیر است، و به دورانی رسیده ایم که می شود فضای درون را باز
کرد، و انسان می تواند وارد حقیقت وجودی انسان شود. و شاه هم دنبال
همچین شکاری می گردد. می خواهد در سرزمین خودش چیزی پیدا کند
و در آن به خودش زنده شود.

در اینجا منظور از خانه انسانیت، یعنی همه انسانها. فرقی نمی کند، در همه انسانها یک هشیاری ست که آمده اند، با چیزهای مختلف همانیده شدند و به همین دلیل از هم جدا شدند، چون عینک هایی زدند و جدا می بینند و هر کسی دید جدایی خودش را دارد. بنابراین ما از خدا و از همه چیز جدا شده ایم، و حالا می خواهیم برگردیم و دوباره با خدا و همه چیز پیوندیم.

می گوید: در این خانه افراد خیلی زیادی هستند، ولی همه گدا هستند. می بینید که به هر کسی می رسید و می گوئید: حالت چطور است؟ می گوید: حالم خیلی خراب است و هر کسی فکر می کند حالش خراب ترین است.

پس در این حالت افسانه من ذهنی ما انسانها همه مُفلس و مسکین هستیم.

–غزل شماره ، ۱۱۷۰
هر یک مشهور به خواهندگی
خَلق ز بس کدیه شان بر حذر

در این کائنات موجودات زیادی زندگی می کنند و انسانها در این خانه مشهور هستند به گدایی، و تمام موجودات عالم و هر چه هست، از جمله انسانها، از گدایی همدیگر به تنگ آمده اند و از آنها فرار می کنند. و خواهندگی، یعنی موتور خواستن انسانها که قسمتی از من ذهنی شان است، به شدت در کار است.

ما از هر کسی و چیزی، یک چیزی می خواهیم و گدا هستیم، که این مورد نظر خدا نیست و این حال خراب ما به گدایی ما ربط دارد. خدا می خواهد مرکز ما باز شود، عدم شود؛ و این بینهایت باز شدن فضا در ما، زنده شدن ما به خداست. ولی در این حالت گدایی، همه موجودات از ما فرار می کنند. ما به همه ضرر می زنیم، جمادات، نباتات، حیوانات. ما از آنها هم، چیزی می خواهیم. اصلاً معلوم نیست چه کار می کنیم. ما راحت نیستیم، آرامش نداریم. اگر دقت کنیم، می بینیم که می خواهیم همانیدگی را زیادتر کنیم. کی این گدایی و خواهندگی ما تمام می شود؟

–غزل شماره ، ۱۱۷۰

شاه کریمی برسید از شکار
شد سوی آن خانه ز گردِ سفر

در بزد از تشنگی و آب خواست
آمد از آن خانه یتیمی به در

شاه کریم خداست، زندگی ست. می گوید: از شکار برسید. خدا در شکار چیست؟ این که بتواند باشنده ای را که خلق کرده پیدا کند و در آن باشنده به خودش زنده شود. پس به سوی خانه ای که انسانها زندگی می کنند، رفت. زندگی در هر انسانی را می زند و آب حیات می خواهد.

مولانا می خواهد بگوید که انسان که ساخته دست زندگی ست، در مرحله ای ست که می تواند به کار خدا بیاید. برای اینکار باید، به بینهایت خدا زنده شود و آب حیات را در جهان پخش کند، و باید مجدداً با زندگی یکی شود. برای همین در او را می زند. یک یتیمی از آن خانه بیرون آمد. یتیم است، برای اینکه از خدا جدا شده. اگر این یتیم به طور معمول حرف می زد، باید شکایت می کرد و می گفت: ما چیزی نداریم. شما حالا یک چیزی به ما بدهید. ولی مثل اینکه آن یتیم با عدم، آشناست و حرف حسابی می زند.

–غزل شماره ، ۱۱۷۰
گفت: که هست آب، ولی کوزه نیست
آب یتیمان بود از چشم تر

آن یتیم که دم در آمده، به شاه که زندگی است می گوید: آب هست، ولی کوزه نداریم و آب یتیمان، که من هم جزو آنها هستم، چشم گریان است. یعنی من شکایت ندارم، من فقط التماس دارم که به من کمک کنی. اینجا مشخص می کند که رابطه ما با زندگی چگونه باید باشد. انسان یتیم از پدرش که خداست جدا شده؛ ولی می گوید می دانم، مقاومت و قضاوت دارد، من دارد و هر لحظه بلند می شود و تکبر می کند! این یتیم، به یتیم بودنش اقرار می کند و در عمل گریان است، و گریه اش به خاطر من ذهنی و خواسته های این جهانی نیست. می گوید ما آب داریم، فقط این فضای درونمان باز نشده که آب را آنجا بریزیم. تو فضای درون ما را باز کن. پس این یتیم یا انسانی که تا حالا مقاومت و قضاوت می کرد، الان عقل پیدا می کند، می گوید، آب یتیمان که من هم جزو آنها هستم، اشک چشمم است.

–مثنوی، دفتر دوم، ابیات ۱۹۵۳ و ۱۹۵۴

طفل حاجات شما را آفرید
تا بنالید و شود شیرش پدید

گفت: ادْعُوا اللَّهَ، بی زاری مباش
تا بجوشد شیرهای مهرهاش

می گوید، طفل نیازهای ما را آفرید. نیازهای ما همانیدگی های ما نیستند. اینها نیاز مصنوعی ست. مثل اینکه نیازمندی های ما طفل است، که باید گریه کنند که این نیازمندی ها را داریم. نیازمندی های ما شادی زندگی است، امنیت واقعی است، آزادی از من ذهنی است، عقل زندگی است که عقل واقعی است، نه عقل همانیدگی ها، شادی بی سبب و آرامش است.

خوشی خواستن از همانیدگی ها، نیازمندی های من ذهنی است. پس ما نیازمندی داریم تا بنالیم و شیر خدا پدید بیاید که همان لطف و فضل و کمک خداست؛ و نیروی شفا دهندگی او به ما برسد. می گوید: بخوانید خدا را. خدا را خواندن یعنی به او زنده شدن، خدا را خواندن یعنی فضا گشایی، نه اینکه فقط به لفظ بگویی. برای همین می گوید: بی زاری مباش. زاری هم معادل فضا گشایی و خاموش کردن ذهن و عذرخواهی است، حالت تواضع است، مقاومت و قضاوت صفر است. این ها زاری است، تا شیرهای مهر خدا بجوشد. زاری، ناله کردن برای به دست آوردن همانیگی ها و شکایت برای همانیدگی و کمبود آنها نیست.

قرآن کریم، سوره اسراء، آیه ۱۱۰
بگو: چه الله را بخوانید، چه رحمان را بخوانید، هر کدام را که بخوانید،
نامهای نیکو از آن اوست.

– مثنوی، دفتر سوم، بیت ۱۳۲۳
جز خضوع و بندگی و اضطرار
اندر این حضرت، ندارد اعتبار

خُضوع یعنی دیگر تکبر ندارم، من متواضع هستم. بندگی یعنی دائماً
تسلیم هستم؛ و اضطرار یعنی چاره ی دیگری هم ندارم؛ راه دیگری
ندارم. کارم مشخص است. این جا بارگاه خداست. می گوید: شما
می خواهید او به شما کمک کند؟ تسلیم شوید، مرکز را عدم نگه دارید و
همیشه به خودتان یادآوری کنید که من چاره ی دیگری ندارم.

– مثنوی، دفتر چهارم، بیت ۵۷۴
من نمی گویم مرا هدیه دهید
بلکه گویم لایق هدیه شوید

به میزانی که ما مرکزمان را عدم می کنیم، خدا به ما کمک می کند، و اگر
عدم نکنیم نمی تواند کمک کند، نه اینکه نخواهد کمک کند؛ ما کمکش را
رد می کنیم و نمی پذیریم، پس لایق هدیه خدا نمی شویم. ما باید با
فضاگشایی خودمان را لایق هدیه او بکنیم، ما چون رفتیم به جدایی و
همانیدگی، از خدا جدا شده ایم، یتیم هستیم و دیگر پدر نداریم. آن یتیم
فهمید که ما را هم خدا لایق هدیه می کند، برای همین گفت من غیر از
اشک چشمم چیزی ندارم.
با تشکر از توجه شما
فرزانه از همدان



خانم مریم از اورنج کانتی



برنامه شماره ۸۳۳

اگر خواب آیدم امشب، سزای ریش خود بیند
به جای مفرش و بالین، همه مشیت و لگد بیند
غزل شماره ۵۸۲ از دیوان شمس مولانا

سراسر بشارت و امید، برای تمامی انسان‌ها! اینکه انسان توانایی
شناسایی دردها و توانایی ناظر بودن بر ذهن و قدرت باز نگه داشتن فضا
در اطراف اتفاق این لحظه، و غلبه بر ترس را، به شرط تسلیم و خاموشی
ذهن از قضاوت و مقاومت دارد.

همچنین بررسی و مقایسه دو حالت در انسان، وقتی که با قضاوت و
مقاومت در برابر اتفاق این لحظه به شکایت و انتقاد و ستیزه می پردازد و
هنگامی که با تسلیم و پذیرش اتفاق این لحظه، از قوه تشخیص و
شناسایی و توانایی فضاگشایی بهره مند می شود.

نیک و بد هر کس را از تختهٔ پیشانی
می بیند و می خواند، با تجربه خط خوانی
دیوان شمس، غزل شماره ۲۵۷۰

آگاهی از این نکته که انسان در معرض عقل محدود و ناقصی قرار دارد که دائماً به او ضرر می زند، کمک خواهد کرد که انسان مسئولیت هوشیاری خود را برعهده گرفته و بر ذهن و دردهای آن نظارت کند. در نتیجه از فکر و عمل کردن با این عقل ناقص پرهیز کند. بنابراین، باز کردن فضا اطراف اتفاق این لحظه و پذیرش و رضایت از آن است که تعیین کننده نیک و بد حقیقی است. هر گونه فکر و عمل از فضای بسته ذهن، اگرچه که نیک و در راه معنویت باشد، از نظر زندگی بیهوده و تعبیر بد به دنبال خواهد داشت.

رو مکن زشتی که نیکی های ما
زشت آمد، پیش آن زیبای ما
مثنوی، دفتر دوم، بیت ۳۳۷

ذات زندگی از جنس صبر و شکر و فضاگشایی است و هر گونه فکر و
عمل خارج از آن، از روی نیاز ذهنی می باشد که از نظر زندگی مردود و
زشت بوده و نتیجه و سودی به همراه ندارد.

می شود مُبدَل به خورشید تموز
آن مزاج بارد بردالعجوز
مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۸۹

با شناسایی ذهن و دردهای آن و با طلب رهایی از آن به واسطه صبر و درد هوشیارانه، امید است که هوشیاری ناقص و محدود ذهن به هوشیاری حضور تبدیل شود. امید است که این سوز طلب و کوشش و کار روی خود، با صبر و پرهیز و شکر و با تعهد در این راه، به رهایی از ذهن و دردهای آن بیانجامد.

می شود مُبدَل به سوز مریمی
شاخ لب خشکی، به نخلی خرمی
مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۹۰

با احترام، مریم از اورنج کانتی



خانم ساناز از اصفهان



با عرض سلام و ادب
ابیاتی راجع به غیرت خداوند نسبت به انسان:

تو لیلی ای، ولیک از رشک مولی
به گنج خاطر مجنون نگنجی
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۶۵۰

جناب مولانا در این بیت می فرمایند: ای انسان، تو زیبا هستی چون
امتداد زندگی هستی ولی این را بدان که زندگی (منظور خداوند) نسبت به
تو رشک، یعنی غیرت دارد؛ و اجازه نمی دهد که غیر از او نزد کس
دیگری بروی.

در این بیت، منظور از لیلی انسان و منظور از مولی، خداوند و منظور از مجنون، من ذهنی است. پس خداوند به قدری ما را که خودش هستیم، دوست دارد که غیرتش اجازه نمی دهد به گنج خاطر مجنون برویم. چون انسان به قدری بی نهایت است که در آنجا (یعنی من ذهنی) نمی گنجد.

بنابراین وقتی به زور، خودمان را که بی نهایت هستیم در من ذهنی جا می دهیم، لاجرم دچار درد می شویم. در واقع این درد برای این است که ما بفهمیم باید از من ذهنی خارج شویم.

جمله معشوق است و عاشق پُرده ای
زنده معشوق است و عاشق مرده ای
-مولوی، دفتر اولِ مثنوی، -بیت ۳۰

جناب مولانا می فرمایند: تماما معشوق است و عاشق، پرده. ای انسان،
تو باید خودت را در معشوق محو کنی و اگر محو نکنی، یعنی اینکه من
داری.

با احترام
ساناز هستم از اصفهان



خانم زهره از کانادا



با سلام

ره گم کردگانیم!

طرح زندگی این است که ما به عنوان هشیاری، در این دنیا وارد می‌شویم و سپس با داشته‌ها، باورها، و دردهایمان هم‌هویت شده و به این ترتیب هشیاری‌ای که از نبات به حیوان، و از حیوان به انسان رسیده است، در ذهن انسان به تله افتاده و به خواب می‌رود. طبق طرح زندگی، ما بعد از حدود ۱۰ سال زندگی در ذهن، که هر چه کمتر باشد بهتر است، باید بتوانیم به آفل بودن این همانیدگی‌ها پی برده و هویت خودمان را از آنها بیرون کشیده و به سمت زندگی برگردیم.

اما ما در مسیر بازگشت، راه را گم می کنیم چرا که این مسیر بازگشت به سوی خدا یا زندگی، مسیر همواری نیست و پر از تله‌هایی است که هر لحظه من ذهنی بر سر راه ما پهن می کند. طی این طریق و رسیدن به سر منزل مقصود و زنده شدن به خدا مسیری آسان نیست و نیازمند مجاهده و تلاش است. من ذهنی ما در طول این مسیر، مدام سنگ اندازی می کند و یا مسیرهای انحرافی سر راهمان قرار می دهد. اما ما هر بار که به حرف من ذهنی گوش نمی کنیم، نه تنها یک گام در مسیر، رو به جلو پیش می رویم، بلکه شمع حضورمان نیز روشن تر می شود و در نتیجه مسیرمان روشن و هموار می گردد.

من ذهنی هزاران مسیر کج انحرافی نشانمان می‌دهد که ما هر لحظه با آگاهی و با رجوع به مرکزمان که عدم است یا همانیدگی، متوجه خطا بودن مسیر می‌شویم و دوباره در مسیر درست می‌توانیم گام بنهیم. هر لحظه که باید بین فضاگشایی و یا من‌ذهنی انتخابی داشته باشیم، مصداق همین است. قرار گرفتن در محفل‌های غیبت و قضاوت و اظهار فضل، واکنش نشان دادن، ناراضی بودن، نگران بودن، ناراحتی از اتفاقات بد و ناشکری کردن، رفتن به زمان روانشناختی و هزاران مثال دیگر، همه مسیرهای انحرافی هستند که در خلاف مسیر واهمانش و برگشت به سوی زندگی‌اند.

همچنین من ذهنی در جاده بازگشتی ما به سوی خدا سنگ اندازی هایی نیز می کند که ما باید هر لحظه از آنها آگاه باشیم. من ذهنی در میانه راه ممکن است شروع به «پرسیدن سوال» بکند، یا وقتی کمی پیشرفت کرد، «اظهار دانایی» کرده و فکر کند که دیگر بی نیاز شده است، یا برعکس، اگر پیشرفتی حاصل نشود، شروع به «اظهار ناامیدی» کرده و بخواهد دلسردمان کند. سنگ دیگر من ذهنی بر سر راه ما، «اندازه گیری میزان پیشرفت» است. نمی توان با خط کش ذهن تعیین کرد که چقدر زنده شده ایم و چقدر از راه باقیست! من ذهنی ممکن است ما را به «تنبلی» بیندازد و نگذارد که روی خودمان کار کنیم، یا اینکه ما را در دام «مقایسه» با سایر یاران و همراهان بیندازد.

«ترس از دست دادن همانیدگی ها»، «حس حقارت من ذهنی»، «تلاش برای آگاه کردن دیگران»، «شک»، «تقلید»، «غافل شدن از ابعاد دیگر زندگی» و هزاران مورد دیگر، همگی از سنگ‌های بزرگ و کوچک من ذهنی هستند که در طول مسیر به نوعی با آنها مواجه شده و یا مواجه خواهیم شد.


به قول آیدا جان ۱۵ ساله از اصفهان، "مرکز بی‌نهایت یعنی بی‌نهایت فضاگشایی" و بینهایت سنگ و مسیر انحرافی که باید شناسایی شود و به قول یلدا جان از تهران، باید "مراقب شمع کوچک حضورمان باشیم که بادها و سنگ‌های من ذهنی خاموشش نکند" که همین شمع، چراغ راه ما در این مسیر پرفراز و نشیب است.

با احترام
زهرة از کانادا



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