

خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ

۲۳ اسفند ۱۳۹۷، ۱۴ مارس ۲۰۱۹



ای اف تی رسمی

اپتیمال ای اف تی (درمانگر نادیده)

نکات - فوت و فن ها - مطالب جدید و بیشتر

کلیه مدارکی که در ایران صادر می شوند بی ارزش و فاقد تایید گری کریگ می باشند. متأسفانه

کسانی مدرک می دهند که خودشان مدرک ندارند. مراقب باشید.

منابع آموزشی ای اف تی به طور کامل به فارسی ترجمه شده و به رایگان در دسترس شما

قرار گرفته‌اند. در همه جای دنیا مردم ای اف تی را از همین منابع رایگان

و نه از اساتید(؟؟؟) می آموزند!!!!

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)

www.EFT.ir

لطفا از مدعیان استادی بپرسید که چرا علیرغم اطلاع از وجود اینها

هیچ سرنخی به شاگردان خود نمی‌دهند.

توجه: اینجانب اجازه ترجمه تمامی آثار گری کریگ را از ایشان گرفته‌ام. هر ترجمه دیگری از هر یک از مطالب ایشان بدون اجازه و نقض حق مالکیت معنوی نویسنده به حساب می‌آید. کسانی که ادعای استادی عرفان و معنویت را دارند و کتابهای او را بدون اجازه و ناقص منتشر می‌کنند و دوره‌هایی را که گری کریگ صریحا نهمی کرده است برگزار می‌نمایند بهتر است به فکر آخرت خود باشند. گری کریگ از اقدامات این افراد به خوبی مطلع است و به هیچ وجه رضایت ندارد!!!

توجه داشته باشید که هیچ کسی در دنیا استاد اپتیمال ای اف تی (درمانگر نادیده) نیست و هیچ کسی اجازه ندارد بر پایه این مفاهیم دوره‌ای را درس دهد.

ترجمه فرهاد فروغمند www.EFT.ir [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand) [@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)

کانال خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ

لینک‌های محبوب: کتاب درمانگر نادیده | عضویت در دوره اپتیمال ای اف تی | مدرک کامل ای اف تی |

راهنمای ای اف تی استاندارد طلایی | کاربران رسمی ای اف تی |

~~~~~

لطفا برای کسب اطلاعات بیشتر به وبسایت رسمی مراکز آموزشی گری کریگ مراجعه کنید.

~~~~~

در این شماره: (۱) انگیزش امروز- شیشه پاک‌کن، (۲) پلکان معجزات - سفری به سوی یگانگی، (۳) کمک بیشتری نیاز دارید؟ (۴) نکاتی برای اعضای دوره اپتیمال ای اف تی: وینار بعدی ما، از مری مک‌گروری - درباره آموزش غوطه‌وری، یادآوری گروههای تمرینی.

انگیزش امروز - شیشه پاک کن: ببینید یک شیشه پاک کن چگونه با کودکان بیمار ارتباط برقرار می کند.

[لینک فیلم.](#)

پلکان معجزات

سفری به سوی یگانگی

قدرت درون ما غوغا را ساکت می کند و عشقی را که گم کرده ایم از سر می گیرد.

برای یافتن کلید باید ورای هزینة جدایی را ببینیم.



پلکان معجزات

سلام به همگی،

آنچه که ذیلا می بینید بازتاب افکارم درباره یگانگی و باور توهم آلود ما به جدایی در قالب شعر است. به

تدریج که از پلکان معجزات بالا می رویم باید بر ایده اصلی بیشتر تاکید نمایم.

به یاد داشته باشید که...

این برای آنان که خواهانش هستند بالاترین مهارت به حساب می آید.

با عشق، گری

سفری به سوی یگانگی

در این شعر زمان وجود ندارد و قبل از پیدایش دنیا نیز همین طور بوده است.

فقط آهنگی بوده و هیچ بمب یا وزوزی نبوده است.

همه چیز ناب و عظیم بوده است.

هیچ جسمی نبود که غذا بخواهد و غم یا طمعی هم وجود نداشت.

فقط فکر عشق بود.

راحتی و آرامش بود نه ترس.

همگان به دنبال یگانگی و سرخوشی بودند.

اگر عشق حاکم باشد هیچ محدودیتی وجود ندارد و همه چیزها فراهم می شوند.

و بعد افکاری بیگانه اوضاع را به هم ریختند و یگانگی به هم ریخت.

به جای تو و من ممکن نبود یک ما قرار گیرد.

با وجود این که رویا بود ولی واقعی به نظر می رسید این بود که به آن اعتماد کردیم.

جسمها و آن علائم عجیبی، که به نظر می آمدند از هم دور می شوند، پدیدار گشتند.

سپس محدودیتها و سرزنشها آمدند تا قلب ما را پنهان و زندانی سازند.

اکنون برای گذر از این شلوغی، که جنگ و خیلی چیزهای دیگر دارد، چه باید بکنیم؟

چگونه از آن بیرون رویم و تردیدها را کنار بزنیم و دوباره با صدای دلنشین عشق زندگی کنیم؟

قدرت درون ما غوغا را ساکت می کند و عشقی را که گم کرده ایم از سر می گیرد.

برای یافتن کلید باید ورای هزینه جدایی را ببینیم.

تمرین لازم دارد و زیبایی ها را پدید می آورد.

در این سفر همگی ما پیشرفت خواهیم نمود.

عشق از سر گرفته می شود و با ملایمت می شکفتد و آرامش شخصی پدیدار می گردد.

سپس می توانیم همه برادرانمان را صدا بزنیم و این راه را نشانمان دهیم.

تا آنها هم راه بودن را بتوانند ببینند و به ما به صورت همان یک بپیوندند.

گری کریگ

کمک بیشتری نیاز دارید؟

۱. [کتاب رایگان درمانگر نادیده](#) را بخوانید تا درک بهتری از آخرین پیشرفت ما یعنی اپتیمال ای اف تی بیابید.

۲. عضو [دوره اپتیمال ای اف تی](#) ما که مخصوص افراد حرفه ای و شاگردان بانگیزه است شوید. خودم درس می دهم. کارهای عمیقی انجام می دهیم. اعتبار دارد. دنیا را تحت تاثیر قرار دهید.

۳. از طریق برنامه ارائه [مدرک کامل ای اف تی](#) که در سطح بالایی برگزار می کنیم مدرک بگیرید. وارد گروه برتر افراد حرفه ای و موثر در شفابخشی شوید.

۴. با یکی از افراد بسیار آموزش دیده و دارای مدرک ما تماس بگیرید. [کاربران رسمی ای اف تی](#).

۵. برای کسب اطلاعات بیشتر لطفاً با [مراکز آموزشی رسمی ای اف تی گری کریگ](#) تماس بگیرید.

برای اعضای دوره اپتیمال ای اف تی:

(فرستی غیر رایگان برای افراد حرفه‌ای و شاگردان بانگیزه)

جزئیات و قیمت‌های عضویت

وبینار بعدی ما، آن را از دست ندهید: در ساعت ۱۰ صبح (به وقت غرب امریکا) روز یکشنبه ۱۷

مارس ۲۰۱۹ برگزار می‌شود.

موضوع آن ملاقاتی عمیق با دکتر گابریل روتن مدیر مرکز آموزشی گری کریگ به زبان هلندی است

او باز هم ما را در کاوش "مسائل ریشه‌ای" که معمولا از زمان تولد (یا در رحم) تا هفت سالگی شکل می‌گیرند و در سنین ۷ تا ۲۴ سالگی تحکیم می‌شوند یاری خواهد داد.

این مسائل اغلب زیربنای ناخوشیهای احساسی و جسمانی امروز ما هستند. اینها شامل موارد فراگیری همچون "به اندازه کافی خوب نیستم"، "دوست داشتنی نیستم"، "بی‌ارزشم"، "گناهکارم"، "بد/شریرم"، "اشکالی دارم" و خیلی چیزهای دیگر می‌شوند. اینها نیازمند برطرف ساختن هستند و همان طور که خواهید دید قصه‌اند.

گابریل و من رویکردهای مفیدی را با روش پیشرفته اپتیمال ای اف تی (که در حال فراگیری آن هستید) خواهیم کاوید و این رهنمان نعمات را رقیقتر یا برطرف خواهیم نمود. آن را از دست ندهید.

همچنین مری مک‌گروری هم از تجربیاتش با آموزش غوطه‌وری و کاربرد خاص آن در گروه تمرینی‌اش می‌گوید. امکانات بالقوه زیادی در اینجا وجود دارند. به عنوان مقدمه نامه مری را که در زیر آمده است ببینید.

از مری مک‌گروری – درباره آموزش غوطه‌وری

سلام گری،

پس از وبینار اخیر آموزش غوطه‌وری را دیدم تا درکی از آن به دست آورم.

دوشنبه مجدداً درس اول را خواندم و فیلم اضطراب سندی را دیدم و خودم را به جایش گذاشتم. فکر کردم که دو بار به خواب رفتم ولی عمیقتر از آن بود. مطمئن نیستم که واقعا چه اتفاقی افتاد. پس از آن هم اندکی گیج بودم. خیلی قوی بود.

نورما هم در وبینار شماره ۵۹ راجع به استفاده از آن در گروه تمرینی‌اش گفته بود. این بود که همان را به گروهم توصیه کردم.

همان طور که قبلاً هم برای توضیح دادم روش ما کمی فرق دارد. هر کسی بر اساس موضوع هفته به واقعه-ای می‌پردازد. اعضای گروه نامی بر آن می‌گذارند و شدتش را در دور اول می‌سنجند و سپس از درمانگر نادیده دعوت به عمل می‌آورند. معمولاً در هر جلسه یک ساعته سه دور برای هر کسی انجام می‌دهیم. گروه شش عضو دارد و نتایج تا به حال خوب بوده‌اند.

دیشب پس از گفتگو با گروه اندکی روش را تغییر دادیم و به راهی برای بکارگیری بهتر آن دست یافتیم. تصمیم گرفتیم در هر زمان فقط بر روی یک نفر کار کنیم و این روند را ادامه دهیم.

یکی از اعضا ماجرای را شرح می‌دهد و ما خودمان را جای او می‌گذاریم و جداً احساس مزبور را حس می‌کنیم و آن را متعلق به خودمان می‌دانیم.

نظر گری کریگ: منظور من این است که احساس مشابهی را حس می‌کند نه این که احساس او را به خودش گرفته باشد. این تمایز مهم است و او در وبینار ما راجع به آن خواهد گفت.

سپس درمانگر نادیده را صدا می‌زنیم و همه چیزها را بر روی میز می‌گذاریم. شدتهایی که در پایان کار به دست می‌آیند خیلی کمتر هستند.

معمولاً با ۸ یا ۹ یا ۱۰ شروع می‌نماییم و پس از یک دور به ۲ یا ۱ یا صفر می‌رسیم.

برای من این طور است که انگار واقعه اصلی و احساسات مربوط به آن دیگر مهم نیستند و با حالت بسیار دلنشین تری از عشق جایگزین شده‌اند.

سپس به سراغ نفر بعدی می‌رویم.

از آنجایی که وقت کافی نداشتیم جزئیات امر را نیازمودیم. هنوز در ابتدای این کاریم و قطعا اصلاحاتی در آن صورت خواهیم داد. با این وجود همگان از آن خوششان آمد. ارتباط خیلی بیشتری برقرار شد و البته نوعی احساس قوی عشق و تعلق به خانواده هم پدید آمد.

شخصا وقتی ماجرایم را شرح می‌دهم و همگان عاشقانه به من توجه می‌کنند احساس نوعی حمایت می‌نمایم.

وقتی از درمانگر نادیده دعوت به عمل آوردیم می‌دانستم که همه اعضا به لحاظ انرژیکی به من توجه دارند و اجازه دادند انرژی کارش را انجام دهند. می‌دانستم که حامی منند و از طریق احساسات خودشان به ماجرای من مربوط گشته‌اند.

این روش قوی است. پس از آن حس کردم سبکتر و سرخالتز شده‌ام.

منتظر جلسه بعدی گروه هستم.

مری مک‌گروری

یادآوری گروههای تمرینی: در گروههای تمرینی ما منظمآ فرصتهایی برای بهبود مهارتهای خود می‌یابید.

لطفا این را در بخش مخصوص اعضای وبسایت ما بررسی نمایید.

به شما علاقه دارم، گری

© گری کریگ

فرهاد فرزند