

خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ

۲۹ فروردین ۱۳۹۸، ۱۸ آوریل 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 نهی 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، (۲) تاییدیه امروز، (۳) شفاهای غیرممکن - از غم به شادی در چند دقیقه، (۴) کمک بیشتری نیاز دارید؟ (۵) نکاتی برای اعضای دوره اپتیمال ای اف تی: وینار بعدی ما، راجول شاه از فایل‌های ضبط شده وینارهای ما برای بخشایش اساسی استفاده می‌کند، یادآوری گروه‌های تمرینی.

انگیزش امروز: آه خدای من! به ترانه آوه ماریا که توسط خواننده ۹ ساله‌ای به نام آمیرا ویلیگان خوانده می‌شود گوش دهید. حیرت‌آور است. [لینک فیلم](#).

تاییدیه امروز: گری عزیز، از دیروز کار بر روی مشکلات زندگی‌ام را آغاز نمودم. مشکلات اصلی‌ام احساس کشیدگی در سمت راست گردنم، دردی در پشت سرم و صدای ضربانی در گوش چپم هستند.

امروز صبح صدای راهنمایی درمانگر نادیده را شنیدم که می‌گفت "پشت سرت را بگیر". وقتی آن کار را کردم و چند نفس عمیق کشیدم انگار که افتادن آجر بزرگی را از زیر جمجمه‌ام شاهد بودم. درد گردنم ظاهراً از بین رفته است. درمانگر نادیده عزیز، از تو متشکرم. نام نویسنده به دلایل شخصی محفوظ است.

شفاهای غیرممکن

از غم به شادی در چند دقیقه

"از دست دادن" همواره در زندگی‌ام تکرار می‌شود. (از دست دادن دوستان نزدیک، از دست دادن دوست دختر، از دست دادن شغل، از دست دادن پول، از دست دادن یکی از اعضای خانواده...) ظاهراً این الگو اختیار مرا به دست گرفته است. این چیست؟ این چیست...؟"



تعریف غیرممکن: وقتی شفا فراتر از حیطة دسترسى روشهاى ساخته بشر حاصل مى‌شود.

مقدمه گری: این شرح کاربرد مشعوف کننده‌ای از درمانگر نادیده توسط یک انسان قدردان یعنی استفن لائو از هنگ‌کنگ است. فکر مى‌کنم برای ما خیلی مفید باشد چون تغییر غیرممکن از غم به شادی در چند دقیقه پدید آمده ... و ... او تنها از طریق کتاب مقدماتی‌ام یعنی درمانگر نادیده با این روش آشنایی دارد.

به علاوه کتاب به زبان انگلیسى است که زبان اول او محسوب نمى‌شود و لذا تسلطش بر روش تا حدی ناقص است. تاکید مى‌کنم که نامه او را که در زیر مى‌بینید ویرایش نکرده‌ام. توجه داشته باشید که او با وجود آن که مى‌گوید "شاید روش را دقیق و درست انجام نداده باشم ولی روش آرامش شخصی نه فقط به من امید جدیدی داد بلکه باورهای منفی‌ام را نیز زدود" نتیجه گرفته است. از استفن به خاطر شرح تجربه‌اش تشکر مى‌کنم.

ماجرای استفن:

سلام گری،

خیلی از تو ممنونم!!!! خدایا متشکرم!

من اهل هنگ‌کنگ هستم و نمى‌توانم باور کنم که این روش نتیجه مى‌دهد. ولی واقعا نتیجه مى‌دهد!!

ساعت ۳ بعد از ظهر امروز شدیداً احساس افسردگی، تنهایی و ناامیدی مى‌کردم...

به خودم گفتم "آه، این خوب نیست. غمگینم. مى‌گیرم و شاید بمیرم... اصلاً! باید کاری بکنم، هر کاری!"

نفس عمیقی کشیدم و فوراً به پارک رفتم تا آخرین فصل کتابت "درمانگر نادیده" را بخوانم.

وقتی به زندگی‌ام مى‌اندیشم خودم را شکست خورده مى‌بینم.

ظاهرا کودکی شادی داشته‌ام ولی از وقتی والدینم بیمار شدند همه امور برایم تغییر کردند. پدرم از سال ۲۰۰۱ به سرطان مبتلا شد و مادرم در سال ۲۰۰۹ سکته کرد. حس می‌کنم بار زیادی بر دوش دارم و فرصتهای بسیاری را از دست داده‌ام. همواره به دنبال راه حل هستم.

سپس مربی انال‌پی شدم. ولی این روش ظاهرا کمکی به من یا خانواده‌ام نمی‌کند. کشیش و دوستانم فکر می‌کنند آنچه که آموخته‌ام شیطنانی است. سردرگم و ضعیف شده‌ام و تعارض دارم. حس می‌کنم مثل پرنده-ای که بالهای بزرگی دارد ولی از پرواز عاجز است در حال تقلا کردن هستم.

"از دست دادن" همواره در زندگی‌ام تکرار می‌شود. (از دست دادن دوستان نزدیک، از دست دادن دوست دختر، از دست دادن شغل، از دست دادن پول، از دست دادن یکی از اعضای خانواده...) ظاهرا این الگو اختیار مرا به دست گرفته است. این چیست؟ این چیست...؟

و به ناگهان معجزه‌ای در پارک به وقوع پیوست!

پس از انجام روش آرامش شخصی احساس راحتی نمودم!

خاطره‌ای از دوران کودکی‌ام بود. آن فیلم ذهنی را دیدم. در کودکانستان تنها بودم و از پدر و مادرم عذرخواهی کردم و با خودم اندیشیدم که مساله حل شده است. ولی آن طور نبود.

از دستورالعمل‌های پیروی کردم. به یاد یک لحظه عاشقانه افتادم (روی دوش پدرم نشسته بودم و والدینم بسیار شادمان بودند). سپس سراغ فیلم ذهنی غمناک رفتم (در کودکانستان تنها بودم و از پدر و مادرم عذرخواهی کردم). دو فیلم با هم یکی شدند و شدت غم از ۱۰ به ۶ رسید.

به ناگهان حس کردم که حالم خیلی خوب است!

شاید روش را دقیق و درست انجام نداده باشم ولی روش آرامش شخصی نه فقط به من امید جدیدی داد بلکه باورهای منفی‌ام را نیز زدود.

روش را فقط یک بار انجام دادم و ظرف چند دقیقه احساسم از غم به شادی متحول شد! خیلی شادمان شدم و برای خودم و مادرم بستنی خریدم. درواقع اکنون می‌خواهم یکی هم برای تو بخرم.

اکنون خیلی شادمانم و برای همین هم هست که این نامه را برایت می‌نویسم.

خیلی متشکرم!

روش آرامش شخصی را باز هم انجام خواهم داد و مایل‌م در آینده به عمق بیشتری بروم.

باز هم متشکرم!

استفن لائو (از هنگ‌کنگ)

کمک بیشتری نیاز دارید؟

۱. [کتاب رایگان درمانگر نادیده](#) را بخوانید تا درک بهتری از آخرین پیشرفت ما یعنی اپتیمال ای‌اف‌تی بیابید.
۲. عضو [دوره اپتیمال ای‌اف‌تی](#) ما که مخصوص افراد حرفه‌ای و شاگردان بانگیزه است شوید. خودم درس می‌دهم. کارهای عمیقی انجام می‌دهیم. اعتبار دارد. دنیا را تحت تاثیر قرار دهید.
۳. از طریق برنامه ارائه [مدرک کامل ای‌اف‌تی](#) که در سطح بالایی برگزار می‌کنیم مدرک بگیرید. وارد گروه برتر افراد حرفه‌ای و موثر در شفابخشی شوید.
۴. با یکی از افراد بسیار آموزش دیده و دارای مدرک ما تماس بگیرید. [کاربران رسمی ای‌اف‌تی](#).
۵. برای کسب اطلاعات بیشتر لطفاً با [مراکز آموزشی رسمی ای‌اف‌تی گری کریگ](#) تماس بگیرید.

برای اعضای دوره اپتیمال ای‌اف‌تی:

(فرصتی غیر رایگان برای افراد حرفه‌ای و شاگردان بانگیزه)

وبینار بعدی ما: در ساعت ۱۰ صبح (به وقت غرب امریکا) روز یکشنبه ۲۸ آوریل ۲۰۱۹ برگزار می‌شود. عناوین آن بعدا اعلام می‌شوند.

~~~~~

**راجول شاه از فایل‌های ضبط شده وبینارهای ما برای بخشایش اساسی استفاده می‌کند:** از راجول به خاطر شرح تجربه‌اش تشکر می‌کنم. دو ایمیل وی را در زیر می‌آورم. اولی به سوء استفاده قرار گرفتن و احساس تنفر ناشی از آن (که توسط درمانگر نادیده به آن پرداخته شده) مربوط است و دومی نشان می‌دهد که پس از گوش دادن به فایل‌های ضبط شده دو وبینار ما آن مورد را بخشیده است.

**ایمیل اول:** درمانگر نادیده‌ام اظهار داشت که برادرم مرا مورد سوء استفاده قرار داده بود و پدرم هم خبر داشت. اعضای خانواده برادرم را خیلی دوست می‌داشتند. پدرم هم برایم الگو بود. نمی‌فهمم که چرا این مساله این قدر طول کشیده است. اکنون از هر دوی آنان متنفرم. برادرم را در موارد متعددی بخشیده‌ام ولی این را درک نمی‌کنم.

**ایمیل دوم:** پس از گوش دادن به سالی (یکی از وبینارهای ضبط شده ما) و توضیحات دکتر گابریل روتن (وبینار قبلی) توانستم برادرم را ببخشم. قبلا تقلاهای برادرم را وقتی در شکم مادرم بود یا در دوران کودکی - اش ندیده بودم. ولی این بار رنجی را که او در ۱۵ تا ۲۰ سال اخیر زندگی‌اش کشیده است مشاهده نمودم. او خیلی بیش از من رنج برده است. نقش پدرم را نیز درست درک نکرده بودم.

به خاطر همه آموزش‌هایت از تو متشکرم، راجول

**یادآوری گروه‌های تمرینی:** در گروه‌های تمرینی ما منظم‌ا فرصتهایی برای بهبود مهارت‌های خود می‌یابید. لطفا این را در بخش مخصوص اعضای وبسایت ما بررسی نمایید.

به شما علاقه دارم، گری

© گری کریگ

تمامی حقوق محفوظ است

فرهاد فروغی