

خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ

۳۰ خرداد ۱۳۹۸، ۲۰ جون ۲۰۱۹



ای اف تی رسمی

اپتیمال ای اف تی (درمانگر نادیده)

نکات - فوت و فن ها - مطالب جدید و بیشتر

توجه توجه توجه

گری کریگ با این کارها به شدت مخالف است:

۱- برگزاری هرگونه دوره ای اف تی ثروت: ذهن ثروت ساز، انگشتان ثروت ساز و غیره (وی این

کار را تحریف ای اف تی می داند)

۲- ترجمه و انتشار بدون اجازه آثارش (وی این کار را سرقت می داند)

متأسفانه در حال حاضر فردی هر دوی این کارها را انجام می دهد. گری کریگ از اقدامات

او کاملاً آگاه و بسیار ناراضی است.

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 نمی دهند.

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 می آید. کسانی که ادعای استادی عرفان و معنویت را دارند و کتابهای او را بدون اجازه و ناقص منتشر می کنند و دوره‌هایی را که گری کریگ صریحا نهی کرده است برگزار می نمایند 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 [@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig) [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand) www.EFT.ir

[کانال خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ](#)

[لینک‌های محبوب: کتاب درمانگر نادیده](#) | [عضویت در دوره اپتیمال ای‌اف‌تی](#) | [مدرک کامل ای‌اف‌تی](#) |

[راهنمای ای‌اف‌تی استاندارد طلایی](#) | [کاربران رسمی ای‌اف‌تی](#) |

~~~~~

لطفاً برای کسب اطلاعات بیشتر به [وبسایت رسمی مراکز آموزشی گری کریگ](#) مراجعه کنید.

~~~~~

در این شماره: (۱) انگیزش امروز، (۲) جمله امروز، (۳) معمای کاهش وزن، (۴) کمک بیشتری نیاز دارید؟ (۵) نکاتی برای اعضای دوره اپتیمال ای‌اف‌تی: وینار بعدی ما، بازخوردهای تمرین اخیر ما – دریاچه عشق (وینار شماره ۶۷)، پرسش و پاسخ – یکی از اعضا سوالات مهمی را می‌پرسد و گری جواب می‌دهد، یادآوری گروه‌های تمرینی.

~~~~~

**انگیزش امروز:** به آواز کالین تاکری که "عشق همه چیز را تغییر می‌دهد" را به همراه گروهش می‌خواند گوش دهید. مردم می‌ایستند و برایش دست می‌زنند. از آن رایان برای ارسال این فیلم متشکرم. [لینک فیلم](#)

~~~~~

جمله امروز: خشم فقط در سینه /حلقها جای می‌گیرد. آلبرت اینشتاین

~~~~~

**معمای کاهش وزن**

ای‌اف‌تی، اگر به شکل مناسبی مورد استفاده قرار گیرد، بخش مهمی از آن است.

"برای کارهای درازمدت قطعاً ضروری است"

سلام به همگی

ذیلا دو نامه از یکی از مشترکان (لوری) را می‌بینید. این نامه‌ها به من کمک می‌کنند تا طرز استفاده مناسب از اپتیمال ای‌اف‌تی را برای کاهش وزن بهتر توضیح دهم. متشکرم لوری.

این ویژگی فرایند ما بسیار بد فهمیده شده و بد مورد استفاده قرار گرفته و لذا موجی از ناامیدی را در میان کاربران ای‌اف‌تی پدید آورده است. ای‌اف‌تی، اگر به شکل مناسبی مورد استفاده قرار گیرد، بخش مهمی از حل معمای کاهش وزن است. ولی اگر به شکل نامناسبی آن را به کار برید احتمالا نتایج موقتی می‌دهد یا اصلا نتیجه نمی‌دهد.

نامه‌های لوری در پی می‌آیند. نظراتم را نیز در انتهای هر نامه نوشته‌ام.

**نامه اول:** سلام گری، در کاهش وزن موفقیت اندکی داشته‌ام. اندکی پیشرفت و بعد فورا کارم را خراب می‌کنم. با درمانگر نادیده شروع کردم و بعد دریافتم که بار غم ناشی از فوت مادرم و همین طور بار نومی‌دی، غم و جدایی از یکی از اعضای خانواده باعث آنند. وقتی دست از اینها برداشتم وزنم بی هیچ تلاشی و نسبتا به سرعت رو به کاهش نهاد. بهتر خوردم و تحرکم بیشتر شد!

**نظر گری کریگ:** لوری، اینها بینشهایی عالی هستند. فرایند را با شرایط خاص خودت وفق داده‌ای. این قطعا برای کارهای درازمدت ضروری است. کشف مسائل احساسی (وقایعی) که در زیر نیاز ما به پرخوری قرار دارند برای کاهش وزن دائمی ضروری است. آن بارها یا اضطرابهای زیرین اند که طالب رهایی (آرام ساختن) می‌باشند و موجب حمله ما به یخچال، حتی در مواقعی که گرسنه نیستیم، می‌شوند. اینها دلایل اصلی مشکلات کاهش وزن هستند.

به علاوه احتمالا موارد دیگری نیز در زیر چالش تو در کاهش وزن وجود دارند. اگر دوباره چاق شوی این امر آشکار خواهد شد. چاقی یک علامت است. مسائل احساسی برطرف نشده علتند. شاید آموزشهای پیشرفته اپتیمال ای‌اف‌تی برای آشکار ساختن این علل چالش برانگیز (و اغلب پنهان) لازم باشند.

**نامه دوم (پی گیری):** سلام گری، گفتگویی که امروز با تو داشتم عالی بود. از وقتی با درمانگر نادیده کارم را شروع کرده‌ام سطح هورمون A1C از دیابتی به عادی کاهش یافته و کبدم نیز از حالت چرب به عملکرد کاملا عادی برگشته است. این می‌تواند یکی از نتایج کاهش وزن باشد.

**نظر گری کریگ:** اگر به درمانگر نادیده اجازه دهیم ما را از زیر بارهای احساسی که در طول زندگی جمع کرده‌ایم رها سازد اتفاقات بسیار خوبی می‌افتند. کاهش وزن و قطع علائم بیماری برخی از اینها هستند. برای همین است که روش آرامش شخصی در اپتیمال ای‌اف‌تی از اولویت زیادی برخوردار است. لابد می‌دانی که من مهندس فارغ‌التحصیل دانشگاه استنفورد هستم. لذا یکی از معادلات مورد علاقه‌ام این است:

آرامش بیشتر = آزادی بیشتر + شادی بیشتر + روابط بهتر + علائم بیماری کمتر + عمر طولانی‌تر + ایمنی در برابر آزردهای دنیوی

مایلی اپتیمال ای‌اف‌تی را بر روی کسی انجام دهی؟

همراه با عشق، گری

**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 ای اف تی:

(فرصتی غیر رایگان برای افراد حرفه‌ای و شاگردان بانگیزه)

### جزئیات و قیمت‌های عضویت

**وبینار بعدی ما:** در ساعت ۱۰ صبح ( به وقت غرب امریکا) روز یکشنبه ۳۰ جون ۲۰۱۹ برگزار می‌شود. عناوین آن بعدا اعلام می‌گردند.

~~~~~

بازخوردهای تمرین اخیر ما – دریاچه عشق (وبینار شماره ۶۷): همان طور که می‌دانید تمرینات متعددی برای ورود به یگانگی که به وضوح توسط علم (فیزیک کوانتومی) و هزاران تجربه نزدیک به مرگ مستند شده است تهیه کرده‌ایم. این تمرینات را در تعداد زیادی از وبینارهای ما می‌باید. اینها شامل سالن بزرگ جشن، باغ آرامش، روندا کرگدن قرمز و اخیرا دریاچه عشق می‌شوند. ذیلا بازخوردی را که پتسی آنتونی راجع به دریاچه عشق داده است می‌بینید.

سلام گری،

فقط خواستم بگویم که چقدر از کار کردن با تشبیه دریاچه عشق لذت بردم. خیلی انعطاف‌پذیر و قابل تطبیق دادن و همین طور راهی عالی برای دستیابی به لحظه عاشقانه با درمانگر نادیده است. به علاوه تشبیه موثری برای شفا دادن و حل مسائلی است که بر روی میز گذاشته شده‌اند. آن را هم به تنهایی و هم با گروه‌های اپتیمال ای اف تی به کار برده‌ام. گاهی اوقات صرفا تصور می‌کنم که در آن شنا می‌کنم و به احساس عاشقانه و آرامش بیشتری می‌رسم.

همراه با عشق، پتسی آنتونی

~~~~~

## پرسش و پاسخ - یکی از اعضا سوالات مهمی را می‌پرسد و گری جواب می‌دهد

س. با جدیت برای یافتن وقایع ریشه‌ای که شاید مانع شفای جسمی‌ام شده‌اند کار کرده‌ام. با این وجود پیدا کردن جنبه‌هایی که شدت زیادی برایم داشته باشند دشوار است. آیا فعلاً بهتر است بگذارم امور نمایان شوند، به جلسات تمرینی گوش دهم، دروس پیشرفته را بارها و بارها بخوانم و بعد ببینم که چه پیش می‌آید؟

ج. ظاهراً در مورد آن وقایع خاص و جنبه‌هایی که شدت قابل تشخیصی دارند به نتایج تاثیرگذاری رسیده‌ای. عالی است. همان طور که قبلاً هم به تو گفتم آرامش شخصی افزونتر و بهبودیهای جسمانی مهمی که نصیب شده‌اند شواهد واضحی هستند.

ولی در زیر آن مسائل آشکار بنیانهای پنهان چالش اصلی ما یعنی مشاهده و رای توهم جدایی قرار دارند. تا وقتی که درگیر رویای جدایی هستیم باید تقلا و برای بقا و غیره رقابت کنیم تا بتوانیم بهروزی‌مان را حفظ نماییم.

این باورها به شکل اجتناب‌ناپذیری موجب تردید، نگرانی، نفرت و فهرستی طولانی از مسائلی می‌شوند که به قدری به آنها عادت کرده‌ایم که برایمان "عادی" و از حیطة آگاهی فوری ما خارج شده‌اند. در نتیجه این نگرانیهای بنیادی آرامش شخصی را که هدف غایی ما است از ما می‌ربایند.

اینجا است که جلسات خودیاری، قاب‌بندیهای مجدد و تمرینات گوناگون (سالن بزرگ جشن، باغ آرامش، دریاچه عشق و غیره) به کار می‌آیند. هدف از اینها تغییر دادن جهت ادراک ما از دنیای جداییها و حرکت به سوی یگانگی است. اگر به طور مداوم با اینها کار کنی (و تمرینات خودت را هم بسازی) و همین طور در گروههای تمرینی و وینارهای ما شرکت کنی در پلکان معجزات بالا می‌روی. همه این چیزها برای کاستن از گیرهای محکم نفس ما به باور جدایی است و ناخوشیها در پی آن از میان می‌روند.

س. آیا حتماً باید برای کار بر روی یک واقعه با درمانگر نادیده یک نقطه اوج احساسی داشته باشم؟

ج. خیر. اوجهای احساسی از این جهت مفیدند که با معیار صفر تا ۱۰ قبل و بعد از انجام روش می‌توان میزان پیشرفت را تخمین زد. ولی هر واقعه خاصی را که بتوانی به یاد آوری احتمالا بر آرامش شخصی‌ات اثر دارد و لذا می‌تواند بی‌اثر شود. شاید نتوانی میزان پیشرفت بر روی آنها را فوراً دریابی ولی کار بر هر چیزی که رو می‌آید قطعا در درازمدت منافی دربر دارد.

یک نکته دیگر: بدیهی است که مسائل جسمانی توجه ما را به خود جلب می‌نمایند و در میان اولویتهای شفابخشی قرار می‌گیرند. ولی اگر به قدری وقتمان را صرف "مقابله" با آنها کنیم که فکرمان را مشغول و تلاشهایمان را به سوی خودشان معطوف کنند احتمالا تا حد زیادی بر "واقعیت" آنها می‌افزاییم و همین می‌تواند با ممانعت از آرامش شخصی برخلاف اهدافمان عمل کند. شاید بهتر باشد که بر رسیدن به آرامش شخصی تمرکز نماییم و بگذاریم به مرور زمان همین به خدمت مسائل جسمانی ما برسد.

~~~~~

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

تمامی حقوق محفوظ است