

خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ

۲۴ مرداد ۱۳۹۸، ۱۵ آگوست 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 ای اف تی](#) | [مدرک کامل ای اف تی](#) |

[راهنمای ای اف تی استاندارد طلایی](#) | [کاربران رسمی ای اف تی](#) |

~~~~~

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

~~~~~

در این شماره: (۱) سوالات بامزه امروز، (۲) جمله امروز، (۳) تفکراتی در مورد "ای اف تی مثبت" (۴) کمک بیشتری نیاز دارید؟ (۵) نکاتی برای اعضای دوره اپتیمال ای اف تی: وینار بعدی ما، فایل وینار قبلی موجود است، نتایج متعدد از اپتیمال ای اف تی، آگاهی‌هایی از جانب ژول، یادآوری گروه‌های تمرینی همراه با یادداشتی از دکتر ماریون بیلیج.

~~~~~

### سوالات بامزه امروز:

چرا برای تزریق آمپول مرگ سرنگ را استریل می‌کنند؟

چرا وقتی باران می‌بارد گوسفندها آب نمی‌روند؟

اگر پرواز با هواپیما آن قدر امن است چرا به فرودگاه می‌گویند پایانه؟

~~~~~

جمله امروز: "چشمانت را ببند، عاشق شو و همانجا بمان." مولوی

تفکراتی در مورد ای اف تی مثبت

یک اشتباه متداول در ای اف تی ضربه‌ای

وقتی منفی به شکل مناسبی از میان رود مثبت به صورت طبیعی رو می آید

سلام به همگی

در مورد "ای اف تی مثبت" زیاد می پرسند. این سوالی است که باید پاسخ داده شود. نام نویسنده محفوظ است.

به شما علاقه دارم، گری

~~~~~

سلام گری،

به تازگی مطالعه [استاندارد طلایی](#) را آغاز نموده‌ام. کارت عالی است! جزئیات را به دقت نوشته‌ای و همه چیز واضح است. متاسفم که سالها پیش آن را ندیدم.

**نظر گری کریگ:** به خاطر کلمات پرمهت تشکر می‌کنم. استاندارد طلایی راه اصلی فراگیری روش ای اف تی- تی ضربه‌ای است و سالها پیش به رایگان در دسترس مردم قرار گرفت. دخترم تینا و من تلاش زیادی برای تهیه آن صورت دادیم چون مردم از گونه‌های متعدد روش ای اف تی ضربه‌ای که در اینترنت می‌یافتند سردرگم شده بودند.

هنوز هم تنها استاندارد برای انجام ای اف تی ضربه‌ای است.

فکر می‌کنم آنچه که موجب سردرگمی من شده این است که همایشها، مصاحبه‌ها، فیلمهای ضربه زدن و خیلی چیزهای دیگر را در اینترنت دیده‌ام. ظاهرا در اکثر آنها بر مثبت تمرکز می‌نمایند. ولی تا جایی که از کتابت فهمیده‌ام تو نمی‌خواهی سراغ مثبتها بروی. لذا اندکی سردرگم شده‌ام.

**نظر گری کریگ:** این "رویکرد مثبت" در روش ای اف تی ضربه‌ای یک اشتباه متداول است. ولی در فروش خیلی تاثیر دارد و لذا اینترنت را پر کرده است. هرچند که مثبت بودن هیچ اشکالی ندارد ولی هدف اصلی

حذف منفیها است. از روز اول هم همین طور بوده است ولی در شلوغی اینترنت و به خاطر تغییراتی که باعث تحریف روش اصلی شده‌اند گم شده است. وقتی منفی به شکل مناسبی از میان رود مثبت به صورت طبیعی رو می‌آید.

اگر به آن فکر کنی درمی‌یابی که مطابق با عقل سلیم است. اکثر جملات تاکیدی مثبت به این امید ساخته می‌شوند که بر نوعی منفی غلبه نمایند. ولی در درازمدت اینها موثر و قابل اتکا نیستند. دلیلش آن است که اینها با باورهای قوی، که اکثر ما از کودکی پیدا کرده‌ایم، به رقابت می‌پردازند. البته این رقابت مزایایی هم دارد و کسانی که "ای‌اف‌تی مثبت" را می‌آزمایند به همانها می‌رسند.

ولی از آن بهتر این است که منفیها را از سر راه کنار بزنی و به دنبال رقابت نباشی. نتایج، همان طور که شاید انتظارش را هم داشته باشی، خیلی عمیقتر و بادوامتر خواهند بود. رویکرد "ای‌اف‌تی مثبت" چیزهای خیلی زیادی را بر روی میز باقی می‌گذارد.

مثلا می‌توانم بگویم "کمرم عالی است و هر روز هم بهتر می‌شود" ... و بعد ضربات ای‌اف‌تی را بزنم و فقط بر منفی "این همه کمردرد" تمرکز نمایم. وقتی ای‌اف‌تی انجام می‌دادم به نظرم معقولتر آمد که بگویم "این همه کمردرد" و بعد بر موارد مختلف کمردرد و احساساتی که رو می‌آیند ضربه بزنم. در پایان هم چند دور برای "رها کردن این کمردرد، درد در حال رها شدن است، کمرم عالی است و غیره" ضربه بزنم.

**نظر گری کریگ:** پس از مطالعه سطور فوق سردرگمی‌ات برایم قابل درک شد. نه فقط مثبت را به شکل ناقصی وارد کار می‌سازی بلکه علامت (کمردرد) را به جای علت مشکل هدف می‌گیری. این برخلاف یکی از اهداف اصلی یعنی هدف گرفتن علت به جای علامت است. در بخشهای دوم تا پنجم استاندارد طلایی بر رسیدن به علت مشکل تاکید شده است.

از رویکردی که در پیش گرفته‌ای هم می‌توانی به نتایجی برسی. ولی آنها احتمالا خیلی کمتر از آن چیزی هستند که واقعا برایت ممکن است.

همچنین بگذار بگویم که مشکل ای‌اف‌تی در اینترنت کلاً تقصیر من است. وقتی ای‌اف‌تی ضربه‌ای را در ۱۹۹۵ معرفی کردم اصلاً فکر نمی‌کردم که به ۲۳ زبان ترجمه شود و به دست میلیون‌ها تن برسد. لذا هیچ محدودیت قانونی برایش قائل نشدم. مردم هر طور که خواستند آن را به کار گرفتند. شور و شوق فراگیر شد. برای کسب اطلاعات بیشتر می‌توانی مقاله [روشهایی که از ای‌اف‌تی مشتق شده‌اند را بخوانی](#).

در آخر این را هم بگویم که هرچند با استفاده از روش ای‌اف‌تی ضربه‌ای خیلی بیشتر از آنچه که اکثر مردم فکر می‌کنند می‌توان انجام داد ولی مرحله بالاتر آن شامل بکارگیری بُعد معنوی (اپتیمال ای‌اف‌تی) است. [لینک کتاب رایگان و مقدماتی من](#).

~~~~~

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 شفافبخشی 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)

[جزئیات و قیمت‌های عضویت](#)

وبینار بعدی ما: در ساعت ۱۰ صبح (به وقت غرب امریکا) روز یکشنبه ۲۵ آگوست ۲۰۱۹ برگزار

می شود. موضوعات آن بعدا اعلام می شوند.

فایل وبینار قبلی موجود است: وبینار قبلی (شماره ۷۱) مملو از بینش بود. برای دسترسی به آن کافی است

وارد [حساب کاربری خود در دوره اوای اف تی](#) شوید و در منو روی وبینارهای ضبط شده > وبینارهای ۲۰۱۷ و

بعد از آن > وبینارهای شماره ۴۶ تا ۷۵ > شماره ۷۱ کلیک کنید.

عناوین جالب آن از این قرارند:

۰۰:۰۰:۰۰ گری برای شروع شری را معرفی می کند.

۰۰:۰۳:۱۴ گری راجع به "فرصتهای بی شمار" نظر می دهد.

۰۰:۰۶:۰۱ گری با نامی راجع به نتایج موفقیت آمیزی که برای اگزا و لوزه دو پسرش گرفته است صحبت

می کند.

۰۰:۱۴:۱۲ شلی، میت، گینت و کیت راجع به سطوح بالاتری از آرامش که در اثر کار در گروه تمرینی به آن

رسیده اند حرف می زنند.

۰۰:۲۹:۰۹ کیت و گری راجع به پیشرفتی که او در مورد نابینایی و درد و آسیبهای مفاصل که ناشی از

آرتريت روماتوئید هستند حرف می زنند. شری و دکتر گابریل روتن نیز وارد بحث می شوند. آنچه را که شاید

بر سر راه شفای کیت در آینده باشد و خصوصا مزایای ناشی از بیمه از کار افتادگی را می کاویم.

۰۰:۵۱:۰۰ هل، گری، گابریل و شری راجع به مورد جالبی حرف می زنند که در آن ظاهرا علائم قلبی بسیار

بهبود یافته اند. ویژگیها و نکات تعجب آور متعددی دارد. نورما هم نظر می دهد.

۰۱:۲۰:۰۰ گری خداحافظی می کند.

~~~~~

## نتایج متعدد از اپتیمال ای اف تی

نوشته اف ان (یکی از اعضای دوره اوای اف تی)

نتایج حاصل از اپتیمال ای اف تی:

- ۱- خشمی که زنی در قلبش حس می کرد ظرف ۱۵ دقیقه برطرف شد. در آن مدت بر روی حداقل شش احساس کار کردیم. اگر می خواستیم از ای اف تی ضربه ای استفاده کنیم وقت خیلی بیشتری لازم بود. روز بعد از طریق پیامک گفت که پس از یک سال که هر شب کابوس می دیده شب گذشته خواب راحتی داشته است.
- ۲- دختری که دوست پسرش سه ماه قبل در گذشته بود در خانه منزوی شده بود، سر کار نمی رفت و بسیار ناخوش بود. پس از یک ساعت (که بر روی مسائل متعددی کار کردیم) آسوده شد. روز بعد در یک فعالیت گروهی که تا شب به طول انجامید شرکت نمود.
- ۳- مادرم آرتروز دارد و سالها است که انگشتان و مچش درد می کنند. به کمک درمانگر نادیده و ظرف چند روز تمامی آن مشکلات ناپدید شدند. بر روی بخش احساسی مشکلش هم کار خواهم نمود. تجربه مشابهی هم در مورد دردهای سه خواهرم داشتم.
- ۴- با افراد زیادی کار کرده ام و منتظر بازخوردهایشان هستم تا ببینم چه تاثیری بر زندگی آنان گذاشته است.

اپتیمال ای اف تی خیلی جالب، قوی و سریع است و با زحمت کمتر نتایج بهتری به دست می دهد.

اف ان

~~~~~

آگاهیهای از جانب ژول

(به واسطه فرانسواز واش یکی از اعضای دوره اوای اف تی)

این سوال عالی را که نوهام ژول چند ماه پیش راجع به خدا پرسید با شما مطرح می‌کنم.

روزی در حال رانندگی بودم که با تظاهرات جلیقه زردها بر علیه دولت روبرو شدم.

آن شب در حالی که به بستر رفته بود و طبق معمول ای‌اف‌تی انجام می‌داد از من پرسید: "چرا خدا مردم را کثیف و بیمار آفریده است و دیگران را می‌کشد؟" جواب دادم خدا آن کار را نکرده است بلکه مردم انجامش می‌دهند. خدا مردم را دوست دارد و آنها را با عشق آفریده است. ولی آنها عشق را از یاد می‌برند و می‌خواهند جای خدا را بگیرند. ژول، وقتی به والدینت فکر می‌کنی آیا عشقی را نسبت به آنان در قلبت حس می‌کنی؟" جواب داد "بله! این عشق مثل عشق خدا همیشه وجود دارد. می‌توانم آن را حس کنم. ولی فراموشش می‌کنم." در پاسخ گفتم "همین است! ما فراموش می‌کنیم. انسانها فراموش می‌کنند."

از این گفتگو بسیار خوشم آمد.

همراه با عشق و قدردانی

فرانسواز

~~~~~

**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.

**یادداشتی از دکتر ماریون بیلیچ**

گروه تمرینی که در زیر شرح داده می‌شود از پنج زن که در رشته‌های سلامت جسم و ذهن شاغلند تشکیل شده است. من یعنی ماریون بیلیچ، آن رایان، ماریا کریستینا کاردیلو، نامی اوساکابه و نورما بئاتریس. هدف از تشکیل گروه این بوده است که از درمانگر نادیده در کارمان استفاده نماییم. با وجود این که معمولاً در مطبهایمان به طور مستقیم با این روش بر روی افراد کار نمی‌کنیم ولی این گروه تاثیر عمیقی بر کارهای بالینی‌ام گذاشته است.

## پنج انگشت یک دست

پنج انگشت یک دست. این تصویری بود که در اولین جلسه گروه تمرینی که برای شاغلان حرفه‌های سلامت جسم و ذهن ایجاد کرده بودم نصیبم شد. خیلی ساده بود: یک دست با پنج انگشت گشاده. هر انگشت نشانگر یکی از اعضا بود. برایم تصویری قوی و بسیار بامعنی بود. وقتی به آن می‌اندیشیدم این کلمات را شنیدم: "این دست خیلی بیشتر از تک‌تک انگشتان می‌تواند کار انجام دهد."

ما پنج زن با سنین مختلف هستیم. در دو قاره زندگی می‌کنیم و جزئیات اندکی از زندگی یکدیگر می‌دانیم. با این وجود حس می‌کنم به آنها متصلم و از قدیم با هم دوست بوده‌ایم. هر یک از ما نقاط قوتی دارد و یاد گرفته‌ام که از آنها استفاده نمایم:

با بانویی کار می‌کنم که به درد شدید گردن مبتلا است و ظاهراً هیچ چیزی از شدت دردش نمی‌کاهد. سپس نامی را می‌بینم که لبخندی بر لب دارد و به یاد می‌آورم که می‌تواند به صورت شهودی به علل احساسی دردهای جسمانی برسد. از تواناییهای شهودی نامی استفاده می‌کنم. از درمانگر نادیده دعوت به عمل می‌آورم که در جلسه حاضر شود. بینشهای شهودی در مورد علل احساسی ممکن، که می‌توانم آنها را بکاوم، نصیبم می‌شوند. چند مساله مهم احساسی را مشخص می‌کنیم و بعد درد به سرعت برطرف می‌گردد. فردی برای اولین بار به من مراجعه کرده است. کسی که برایش احترام فراوانی قائلم مرا به او معرفی نموده است. اصلاً نمی‌خواهم با نتیجه نگرفتن از کار بر روی او همکارم را نومید سازم. اندکی عصبی هستم. شعور آن و رفتار آرام او را به یاد می‌آورم. انگار که بخشی از شعور آن در من جریان می‌یابد و می‌توانم ترسهایم را تخفیف بخشم و با تمام وجود در جلسه حضور پیدا نمایم.

وقتی می‌خواهم به یکی از مراجعانم منابعی را برای تطبیق یافتن با مشکلات ناشی از مهاجرت به کشوری دیگر معرفی کنم به یاد کتابها و مقالاتی که ماریاکریستینا توصیه نموده بود می‌افتم.

وقتی صدای نورما را می‌شنوم که می‌گوید برای کسانی که مشکلات احساسی یا جسمانی دارند به دنبال وقایع خاص و مهمی که در گذشته اتفاق افتاده‌اند بگردم لبخند می‌زنم. غالباً فراموش می‌کنم که به این بخش مهم کار با درمانگر نادیده هم بپردازم. نورما کمکم می‌کند که به راه بازگردم.

پنج انگشت یک دست. ما با هم قوی می‌شویم. این همان راه درمانگر نادیده و یکی از بزرگترین مزایای

گروههای تمرینی است.

به خاطر آن بسیار شکر می‌نمایم.

دکتر ماریون بیلیچ

~~~~~

به شما علاقه دارم، گری

© گری کریگ

تمامی حقوق محفوظ است