

## خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ

۱۷ بهمن ۱۳۹۸، ۶ فوریه ۲۰۲۰



### 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](http://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](http://www.EFT.ir)

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

~~~~~

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

~~~~~

### در این شماره - برای همگان:

(۱) انگیزش امروز، (۲) فقط یکی از ما وجود دارد، (۳) آیا امیدی به درمان بیماری منیر وجود دارد؟، (۴) آیا می‌توانم بیماریهای ای-فیو و لایم خودم را شفا دهم؟، (۵) کمک بیشتری نیاز دارید؟

### برای اعضای دوره اوای‌اف‌تی - پیشرفته:

(۱) وینار بعدی ما، (۲) فایل ضبط شده وینار قبلی ما اکنون موجود است، (۳) توضیحاتی که از شری بیکر خواسته بودند، (۴) اگر دیگر آزار نبینم چه کسی می‌شوم؟، (۵) یادآوری گروههای تمرینی.

~~~~~

### انگیزش امروز

به کارل ساگان گوش دهید. وی فضانورد، منجم، اختریف‌یکدان و اختریست‌شناس است و "پیام انسانیت" را از کتابی که به نام "نقطه آبی کمرنگ" نوشته است می‌خواند. کتاب با نگاهی از فضاپیمای ویجر که در دهه ۹۰ تصاویری از زمین گرفته است شروع می‌شود.

هم کلمات او و هم تصاویری که به کتاب افزوده است زیباییند. به علاوه دیدگاهی برای آنچه که به اشتباه وقایع مهم زندگی می‌دانیم به ما می‌دهد. دست برداشتن از این توهمات موجب آزادی بیشتر و آرامیدن در دستان آن چهره بزرگتر (درمانگر نادیده) است.

از جودی ویتکرفت به خاطر ارسال این فیلم تشکر می‌نمایم. [لینک فیلم](#)

~~~~~

### فقط یکی از ما وجود دارد

باید آنچه را که فیزیک کوانتومی و گزارشهای متعددی که از تجربه‌های نزدیک به مرگ و همین‌طور

تجربیات افرادی نظیر من می‌گویند بفهمیم

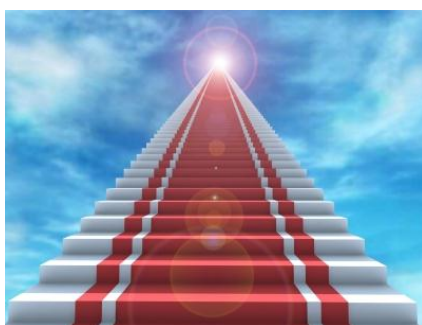
### دو دنیا

وقتی از پلکان معجزات بالا می‌رویم دو دنیا را کشف می‌کنیم: دنیای درون حسه‌ایمان و دنیای ورای حسه‌ایمان. هدف ما این است که به تدریج از دنیای اول به دنیای دوم برسیم که در آن درهای جدیدی به رویمان گشوده و باورهای محدود کننده کمرنگ می‌شوند.



دنیای درونمان مثل زندان است. ما را در این باور نادرست که میلیاردها انسان بر روی این سیاره زندگی می‌کنند و هر یک از ما منحصر به فرد هستیم نگه می‌دارد. حتی دوقلوهای یکسان نیز اندکی با هم متفاوتند و باورها و سلیقه‌های مختلفی دارند. هرچند که در حال فراگیری این نکته هستیم که این سرابی بیش نیست ولی به قدری قانع کننده به نظر می‌آید که مجبوریم آن را در زندگی روزمره‌مان به حساب آوریم. لذا تقریباً همه تصمیماتی که می‌گیریم تحت تاثیر واکنشهای این دنیا و مردمان موهومی آنند.

ولی هدف ما این است که ورای آن را نیز ببینیم. باید آنچه را که فیزیک کوانتومی و گزارشهای متعددی که از تجربه‌های نزدیک به مرگ و همین طور تجربیات افرادی نظیر من می‌گویند بفهمیم. اینها به ما می‌گویند که هیچ جدایی وجود ندارد و لذا ما همگی فقط یکی هستیم. این امر نیازمند آن است که همه مردم دنیا را با خود یکپارچه و حاضر در دنیایی فراتر از حسهایمان بدانیم. هیچ تفاوتی میان ما نیست. عشق تمایز نمی‌گذارد. باز هم می‌گویم که وقتی از پلکان معجزات بالا می‌رویم به اینها بیشتر توجه خواهیم نمود.



پلکان معجزات

بیایید مفهوم یگانگی را بکاویم و برخی از ویژگیهای آن را شرح دهیم:

- اگر ما همگی یکی باشیم، صرف نظر از این که این امر چگونه به وقوع می‌پیوندد، هر کسی انعکاس – یا آینه‌ای – از خود ما است.
- این شامل کسانی که آنها را فرشته می‌خوانیم و همین طور سارقان، متجاوزان، قاتلان و بچه‌بازان می‌شود. همه دوستان نزدیک و همین طور بدترین دشمنانمان را نیز دربرمی‌گیرد.
- در این رویای جدایی ویژگیهای افراد نشان دهنده قابلیت ما در عشق و نفرت ورزیدن است. بدهیم و طرد کنیم. آرامش و آشوب.
- لذا وقتی افراد ناخوشایندی را می‌بینیم عملاً انعکاسی از موارد درونی خودمان را که از آنها خوشمان نمی‌آید شاهدیم. شاید این طور به نظر نیاید و حتی به مجادله با این مفهوم پردازیم. ولی اگر ما همگی یکی باشیم پس شما آنها را می‌بینید و آنها شما را می‌بینند. شاید به استدلالی بیش از این برای پذیرش

چنین امری نیاز داشته باشید. تا آن زمان انکار این نوع یگانگی ما را در زندانی که آن را دنیای درون  
حسهایمان می‌نامیم نگه می‌دارد.

• در دنیای ورای حسهایمان فقط یک چیز امکان دارد - عشق. همه چیزهای دیگر به هیچ می‌گرایند  
چون "چیز دیگری" وجود ندارد.

این اندیشه خیره کننده نیز وجود دارد...

اگر کسانی که ما را می‌آزارند در واقع بخشی از خودمان باشند و می‌خواهیم خودمان را به صورت عشق  
بینیم پس باید ورای "کمبودهایمان" را نیز بتوانیم شاهد باشیم. عشق روحانی فراگیر است و هیچ چیز  
دیگری نمی‌تواند وجود داشته باشد. لذا اگر بخشی از وجودمان را بینیم که حتی اندکی تهاجمی است یعنی  
منکر حالت عشق کامل که واقعیت ما است شده‌ایم.

بخشایش حقیقی از این درک نشات می‌گیرد. باید بیاموزیم که این دنیای درون حسهایمان چیزی بیش از  
رویا نیست و رفتار غیرعاشقانه همگان و از جمله خود شما، من و کسانی که ما را می‌آزارند فقط افسانه است.  
به تدریج که به این درک می‌رسیم بخشایش حقیقی آسانتر می‌شود چون نهایتاً چیزی برای بخشودن باقی  
نمی‌ماند. اگر چیزی برای بخشودن نباشد پس همه امور پاکند و در حالت پرشکوه عشق و یگانگی می‌مانیم.  
هیچ نفرت و قضاوتی در کار نخواهد بود. فقط عشق.

به شما علاقه دارم، گری

~~~~~

**آیا امیدی به درمان بیماری منیر وجود دارد؟**

**سوال:**

سلام گری. احتمالاً می‌دانی که به چه دلیل برایت می‌نویسم. ای‌فاتی در جایی که هیچ روش دیگری به من  
امید نداده بود باعث امیدواری‌ام شد. ولی پیدا است که آن را درست انجام نمی‌دهم چون این بیماری

وحشتناک منیر باز هم موانعی در زندگی‌ام پدید می‌آورد. چه اشتباهی می‌کنم؟ روی علائم و احساسات ضربه زده‌ام. انبوه آشغالهایی را که موجب اضطراب شدید می‌شده‌اند رو آورده‌ام ولی این هنوز از دستم درمی‌رود. نیازی به گفتن نیست که زندگی برایم به چالشی بزرگ تبدیل شده است. توصیه‌ای داری؟

پانوش: گری، به خاطر هدیه‌ای که به صورت امید به من می‌دهی از تو تشکر می‌نمایم. در بسیاری اوقات این تنها چیزی است که ما را از تاریکی به سوی نور می‌کشانند.

### جواب:

لابد می‌دانی که من پزشک نیستم و مهندس فارغ‌التحصیل دانشگاه استنفورد هستم. لذا به مشکلات سلامتی با عینک متفاوتی می‌نگرم. به نظرم اگر می‌خواهی به شکل درستی به هر بیماری و از جمله منیر بپرداز باید علت ناخوشی را هدف بگیری. ولی به گفته وبسایت کلینیک مایو:

"علت بیماری منیر شناخته شده نیست. علائم بیماری منیر ظاهراً به دلیل مقادیر غیرطبیعی مایعات (اندولنف) در گوش میانی پدید می‌آیند. علت این امر آشکار نیست."

من دیدگاه متفاوتی دارم. فکر می‌کنم آشکار است که چه چیزی باعث ایجاد مقادیر زیاد مایعات در گوش میانی می‌شود. این امر به خنثی سازی احساسات منفی (خشم، نفرت، گناه، ترس و غیره) که در طول زندگی انباشته‌ایم مربوط می‌شود. بیش از بیست سال است که شاهد بوده‌ام ای‌اف‌تی آرامش را برای عده بی‌شماری از مردم به ارمغان آورده است. به مرور که آنان به آرامش شخصی می‌رسند ناخوشیهای جسمانی و بیماریهایشان کم‌رنگ می‌گردند. منظورم این است که تومورها کوچک می‌شوند، افراد از روی صندلی چرخدار برمی‌خیزند، مصرف داروها قطع یا کاسته می‌شود و چیزهای مشابهی پدید می‌آیند.

هرچند که می‌پذیرم که در این زمینه گرایش خاصی دارم ولی بر این باورم که پاسخ تو در استفاده مناسب از ای‌اف‌تی است. نمی‌دانم ای‌اف‌تی را چطور فرا گرفته‌ای ولی در نامه‌ات انعکاسی از آموزشهای سطح بالا ندیدم. گفتمی که از ای‌اف‌تی ضربه‌ای استفاده کرده‌ای. آن روش اکنون قدیمی به حساب می‌آید چون در

سال ۲۰۱۴ اپتیمال ای اف تی را به دنیا معرفی نمودم. این روش جدیدتر و معنوی از ای اف تی مکانیکی بسیار فراتر می رود و قابلیت های نامحدودی دارد. تسلط بر آن نیازمند اندیشیدن در "خارج از چهارچوب" است و با این وجود همگان بر آن قادرند.

به تو علاقه دارم، گری

~~~~~  
**آیا می توانم بیماری های ای-فیب و لایم خودم را درمان کنم؟**

**سوال:**

سلام. بر این باورم که می توانم بیماری های ای-فیب و لایم خودم را درمان کنم ولی نیازمند قدری حمایت و تشویق در این راه هستم.

متشکرم

**جواب:**

من نیز بر این باورم که می توانی بیماری های ای-فیب و لایم و هر ناخوشی دیگری را که داری درمان کنی. یک نتیجه کیفی بهبودی از ای-فیب را در بخش شفاهای غیرممکن سایت ما و در مقاله [شفای غیرممکن](#) [نورما از ای-فیب](#) می توانی بخوانی.

راجع به راه درست انجام این کار پرسیدی. بدیهی است که این شامل کشف و برطرف ساختن علل واقعی ناخوشی هایت می باشد. اینجا است که مهارت لازم می آید. درمانگر نادیده در پیشرفت جدید ما یعنی اپتیمال ای اف تی می تواند هر علتی را که آزادانه بر روی میز می گذاریم برطرف نماید. ولی اول باید آن علل را مشخص کنیم و بعد تمایل به دست برداشتن از آنها را نیز داشته باشیم.

کتاب رایگانم درمانگر نادیده شروع خوبی در این راه است.



به تو علاقه دارم، گری

~~~~~

## 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 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 ای اف تی](#) 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 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:

(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 ۱۶ فوریه ۲۰۲۰ برگزار می‌شود. به سوالات و نظرات کاربران درباره دروس پیشرفته، جلسات خودیاری، موارد چالشی، استفاده‌های شخصی یا هر چیز دیگری که باعث شود از پلکان معجزات بالا رویم اختصاص می‌یابد.

در اینجا مستقیماً از جانب من حمایت می‌شوید و خودتان را در فرایند اوای اف تی و درمانگر نادیده غوطه‌ور می‌سازید. تبادلات زنده، سرگرم کننده و حاوی اطلاعات فراوان. مخصوص شما.

## فایل ضبط شده وینار اخیر ما اکنون آماده است:

رویکرد نوآورانه "این را ببین، آن را انجام بده" برای کار بر روی وقایع خاص در آن نشان داده می‌شود. بسیار مورد توجه قرار گرفته است. برای دستیابی به آن کافی است به [حساب کاربری خود در دوره اوای اف تی](#) وارد شوید و در منو روی وینارهای ضبط شده < وینارهای ۲۰۱۷ و بعد از آن > وینارهای شماره ۷۶ تا ۱۰۵ > شماره ۸۲ تمرین "این را ببین، آن را انجام بده" کلیک کنید.

## عناوین جالب آن از این قرارند:

۰:۰۰:۰۰ گری و وینار را آغاز می‌کند. شری کلیات را می‌گوید.

۰:۰۴:۲۸ گری و گابریل راجع به ویروس کورونا و ارتباط آن با باورهای ما گفتگو می‌کنند.

۰:۲۳:۵۵ گری افکار جالب و بامزه‌ای در مورد مسابقات بسکتبال امریکا دارد.

۰:۲۶:۳۰: تای و گری راجع به استفاده خلاقانه تای از تمرین تالار بزرگ رقص در یکی از گروههای تمرین اوای اف تی گفتگو می‌کنند.

۰:۳۷:۰۹ گری از ایمیلهایی می‌گوید که حاکی از چالشهای مردم در استفاده از درمانگر نادیده می‌باشند. اینها به تمرین امروز ما در مورد وقایع خاص مربوطند و بر اهمیت اجازه دادن به درمانگر نادیده برای انجام کارش و نه توقع بیش از حد از او تاکید دارند. گری اینها را به مزایایی که در فرایند آموزش غوطه‌وری وجود دارند مربوط می‌سازد. شری نظر می‌دهد.

۰:۵۰:۵۱ گری رویکرد نوآورانه‌ای را برای وقایع خاص مطرح می‌سازد و نام آن را "این را ببین، آن را انجام بده" می‌گذارد. ایده آن را از صنعت تبلیغات گرفته و بکارگیری آن در روش ما بسیار موفقیت‌آمیز بوده است. آن را بر روی جویدیت و کلیه حاضران استفاده می‌کند. شری و گابریل نظر می‌دهند.

۱:۳۲:۰۱ گری، شری و گابریل خداحافظی می کنند.

برخی از نظراتی که راجع به آن داده اند در اینجا می آیند...

- جالب بود. به قدری از شدت واقعه خاصی که داشتم کاسته شد که اکنون نمی توانم به آن بیاندیشم. از ۹ به صفر.
- فوراً حس کردم که بار احساسی آن از بین رفت.
- نمره من از ۹ به ۱ رسید.
- از ۸ به ۲.
- هر بار که واقعه را مرور کردم کسانی را که در آن بودند از زاویه متفاوتی دیدم.
- هر بار احساسم بهتر و بهتر شد.
- چیزهای جدیدی برایم رو آمدند که باید بر رویشان کار کنم.
- متشکرم گری. عالی بود.

در اینجا هم آمار نتایج حاصل از تمرین را که بعد از آن گرفته شده است می آورم:

۹۳,۳ درصد به بهبودی قابل توجهی دست یافتند.

۵۵,۶ درصد به بهبودی بین ۷۶ تا ۱۰۰ درصد دست یافتند.

ادامه دارد.

~~~~~

### توضیحاتی که از شری بیکر خواسته بودند

شری بیکر اغلب در ابتدای وبینارهای اوای اف تی توضیحاتی می دهد. یکی از آنها را مستقلاً در بخش ویژه اعضای سایت گذاشته ایم. برای دسترسی به آن کافی است وارد [حساب کاربری خود در دوره اوای اف تی](#) شوید و در منو روی نکات، راهنمایی ها و غیره > توضیحات شری بیکر در وبینار ۲۰۲۰/۲/۲ کلیک کنید.

~~~~~  
**اگر دیگر آزار نبینم چه کسی می شوم؟**

**سوال**

آماده‌ام که دیگر آزار نبینم و دیگران را نیز یاری دهم که دیگر آزار نبینند. ولی این سازوکار دفاعی گاهی اوقات به نظرم به دوستی قدیمی و وفادار می ماند.

اگر دیگر آزار نبینم چه کسی می شوم؟ آیا آن "مارجی" که می شناسم می میرد؟ مطمئنم که فقط من نیستم که چنین نگرانی‌هایی دارم. بسیار شکرگزارم که به هر دلیلی که هست آماده این امر می باشم. وعده آرامش و آزادی (که آن را باور کرده‌ام و به خاطر آن از تو تشکر می کنم) بر ترس‌هایی که در دل دارم غلبه یافته است.

**جواب:**

این که می گویی "اگر دیگر آزار نبینم چه کسی می شوم" نگرانی بسیار متداولی است. متشکرم که به من فرصت دادی که به آن بپردازم.

برای مطالعه ادامه متن وارد [حساب کاربری خود در دوره اوای اف تی](#) شوید و در منو روی نکات، راهنمای‌ها و غیره > اگر دیگر آزار نبینم چه کسی می شوم کلیک کنید.

~~~~~

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

به شما علاقه دارم، گری

© گری کریگ

تمامی حقوق محفوظ است