

۵ فروردین ۱۴۰۰، ۲۵ مارس ۲۰۲۱



ای اف تی رسمی

اپتیمال ای اف تی (درمانگر نادیده)

نکات - فوت و فن‌ها - مطالب جدید و بیشتر

ترجمه فرهاد فروغمند (نماینده تام‌الاختیار گری کریگ در کشورهای فارسی زبان)

**توجه توجه توجه**

**گری کریگ با این کارها به شدت مخالف است:**

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

**کار را تحریف ای اف تی می‌داند)**

**۲- ترجمه و انتشار بدون اجازه آثارش (وی این کار را سرقت می‌داند)**

**متاسفانه در حال حاضر فردی هر دوی این کارها را انجام می‌دهد. گری کریگ از اقدامات**

**او کاملاً آگاه و بسیار ناراضی است.**

**کلیه مدارکی که در ایران صادر می‌شوند بی ارزش و فاقد تایید گری کریگ می‌باشند. متاسفانه**

**کسانی مدرک می‌دهند 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(؟؟؟) می‌آموزند!!!!

[@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 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 [@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](#)

لینک‌های محبوب: [کتاب درمانگر نادیده](#) | [عضویت در دوره اپتیمال ای اف تی](#) | [مدرك 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 - برای همگان:

(۱) جمله امروز (۲) آیا می دانستید؟، (۳) بینشهای بیشتر، (۴) مروری بر مقالات و فیلمها، (۵) کمک

بیشتری نیاز دارید؟

### برای اعضای دوره اوای اف تی - پیشرفته:

(۱) وینار بعدی ما، (۲) سه ایده مهم، (۳) پیشرفت شارون با درمانگر نادیده، (۴) جواهراتی از وینارهای

قبلی ما، (۵) یادآوری گروههای تمرینی

~~~~~

### جمله امروز

"جدا می خواهم به خاطر آنچه که به دنیا ارائه می دهی از تو تشکر کنم. عاشق ای اف تی و درمانگر نادیده هستم."

### اگنس پوپر، یکی از اعضای [دوره اوای اف تی](#)

~~~~~

### آیا می دانستید؟

درمانگر نادیده جایی در "آن بیرون" و در اتر شناور نیست. او در درون شما و نشانگر قدرت شفابخشی بسیار فراتر از دسترسی همه روشهای ساخته دست بشر است. ولی متأسفانه برای اغلب افراد در زیر خشم، دلخوری،

گناه و باورهای بیشمار نفس "مخفی می ماند".

چه کنیم؟

انسانها هزاران سال است که سعی کرده‌اند او را از مخفی‌گاهش بیرون آورند. از مراقبه، مواد مخدر و سایر روشها استفاده نموده و با این وجود به ندرت توانسته‌اند به شکل مداومی موفق شوند.

اما اپتیمال‌ای‌اف‌تی روش بسیار مفیدی است که با آن می‌توانیم به صورت موثر با "شفابخش روحانی درون" (درمانگر نادیده) ارتباط و از او راهنمایی و شفا بگیریم. ولی این امر به طرز فکر جدیدی (اندیشه نوین) نیاز دارد و همگان با تمرین می‌توانند به آن برسند. مراقبه‌های طولانی یا مواد مخدر هم لازم نیستند.

این رحمت را به کسی می‌رسانید؟

~~~~~

### بینشهای بیشتری از کتاب درمانگر نادیده

کارول اسمیت دیگر خودش را قربانی نمی‌داند

این یکی از صدها مورد موفقیت‌آمیزی است که در کتاب رایگان درمانگر نادیده آورده‌ام. کارول هم مثل بسیاری افراد مدام حس می‌کرد قربانی بوده است و در حین یک همایش از من درخواست جلسه نمود. هرچند که برطرف ساختن این بار معمولاً چندین جلسه طول می‌کشد ولی درمانگر نادیده این کار را در فقط یک جلسه انجام داد. کارول می‌گوید...

"پس از یک جلسه با گری و درمانگر نادیده دیگر در زیر فشار افکار دوران کودکی، که در اثر آنها خودم را قربانی می‌پنداشتم، نیستم."

این یعنی آزادی واقعی و از آن دسته مسائلی است که برای روشهای درمانی رایج ماهها یا سالها طول می‌کشد.

~~~~~

## مروری بر مقالات و فیلمها

- ۱- از مجموعه نتایج: [نتایج حیرت آور برای علائم](#)
- ۲- از مجموعه پلکان معجزات: [رژه عشق](#)
- ۳- از مجموعه تجربیات روحانی: [آنیتا موزارد از تجربه روحانی اش می گوید](#)

~~~~~

## 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 آمریکا) روز یکشنبه ۲۸ مارس ۲۰۲۱ برگزار می‌شود.

علاوه بر پاسخگویی به سوالات اعضا، این بار با نظراتی راجع به عادت بهشتی و چند درس بامزه و در عین حال پرمغز از یک سگ مشتاق آغاز می‌کنیم. سپس به گفتگوی عمیقی با جن اوانز می‌پردازم. او سوالاتی در مورد طرز برخورد با تحول آگاهی روحانی می‌پرسد.

برای همگان باید خیلی مفید باشد.

~~~~~

### سه ایده مهم لیندا برامت (یکی از اعضای دوره اوای اف تی)

۱. استفاده از روش راهنمای تلویزیونی: کارن کلی راجع به اعتماد کردن به اطلاعاتی که از روش راهنمای تلویزیونی به دست می‌آورید پرسیده بود. تجربه من این است که باید مراقب باشید که چه چیزهایی را کنار می‌گذارید. این روش را با یکی از دوستانم برای خنثی سازی چند واقعه خاص انجام دادم.

وقتی به درمانگر نادیده گوش می‌دادم اولین فکری که به ذهنم رسید کلمه "خانه" بود. سپس هفت توصیه دیگر به من نمود. وقتی اینها را با دوستانم بررسی کردم اولین مورد یعنی خانه را کنار گذاردم چون چند مورد دیگر به نظر مفیدتر می‌آمدند. سپس با اشاره به کلمه "خانه" به دوستانم گفتم "فکر نمی‌کنم این مهم باشد". کاملا اشتباه می‌کردم. آن کلمه انواع وقایع دوران کودکی را که در خانه تابستانی اتفاق افتاده بودند رو آورد. این احتمالا مهمترین چیزی بود که در آن تمرین به آن رسیدیم.

۲. ایده عادت بهشتی: از ایده عادت بهشتی خیلی خوشم می‌آید. اخیرا سعی کردم چیزی در مورد کسی یا کسانی که آرامشم را برهم می‌زنند بیابم. این کار در اغلب موارد سخت است. مثلا تنها چیزی که در مورد یک کسی یافتم این بود که او به کلیسا می‌رفت، یا لباس زیبایی پوشیده بود یا همسرش فرد خوبی بود یا از چیزی که من حامی آن بودم حمایت می‌کرد. سعی داشتم نور خدا را در مردم ببینم ولی این کار دشواری بود. ولی ساختار عادت بهشتی شاید با کمی تمرین همان شود که به دنبالش بوده‌ام.

۳. **قاببندی مجدد گلف:** هفته‌ای یک بار با چند خانم گلف بازی می‌کنم. قبلا از اینکه نمی‌توانستم یک دور خوب بازی کنم ناراحت می‌شدم. کیفیت بازی‌ام مثل یویو نوسان داشت. بارها دلم برای خودم می‌سوخت، بهانه می‌آوردم و غیره.

این بود که چند هفته قبل تصمیم گرفتم نگرشم را نسبت به بازی تغییر دهم. گلف باید کاری لذت‌بخش باشد. خداوند می‌خواهد که همه ما لذت ببریم، شاد باشیم و احساس آرامش و عشق بکنیم. پس چرا اینها را در حین بازی گلف نداشته باشیم؟ اکنون به هنگام بازی به آن چهار کلمه توجه می‌کنم. آنها را به سوی هم‌بازی‌هایم، سایر کسانی که بازی می‌کنند، خودم و دنیا هدف می‌گیرم. هرگاه فکری منفی به ذهنم می‌رسد آن را کنار می‌گذارم و با یکی از آن کلمات جایگزین می‌نمایم. سه بار این کار را کرده‌ام و رفتارم بهتر شده است. امتیازاتم هم پنج نمره بهبود یافته‌اند. به خاطر آن وینار عالی از تو متشکرم!

با عشق، لیندا

~~~~~

### **پیشرفت شارون با درمانگر نادیده**

شارون کَلگ یکی از اعضای دوره اوای‌اف‌تی است و به نظرم می‌تواند الگویی برای کارهای عمیق و دستیابی به آنچه که با درمانگر نادیده ممکن است اتفاق بیفتد باشد. پشتکار شارون باعث شده است که از کسی که در کودکی مورد سوء استفاده‌های شدید جنسی (و از جمله خاطرات سرکوب شده‌ای تا چهل و چند سالگی) واقع شده بود به کسی که هر روز به آرامش بیشتری دست می‌یابد تبدیل شود. برخی از شما شاید به یاد داشته باشید که در یکی از وینارهای قبلی شارون از زیرزمین حرف زد. وی به افسردگی شدیدی که حدود یک هفته به طول انجامید دچار شد. همان طور که ذیلا می‌بینید آن مسئله به کلی ناپدید شد. بخشهایی از نامه‌ای را که اخیرا برایم نوشته است مشاهده می‌کنید.

سلام گری،

هنوز هم برای کسب آرامش به سراغ تمرین آرامش طوفان می‌روم. تمرینهای دلخوری، گناه و ترس را هم بسیار دوست دارم و منظمآ آنها را انجام می‌دهم.

دیروز متوجه شدم که شدیدآ می‌ترسم. این بود که سه بار تمرین ترس را انجام دادم. در نتیجه امروز راحت هستم و دیگر از آن بابت نمی‌ترسم. هیجان زده‌ام.

می‌خواستم به تو پیام دهم و بخواهم که تمرینی هم برای خشم در سکوت تهیه کنی. ولی درمانگر نادیده به من گفت که خودم این کار را انجام دهم: ابر قرمزی بساز، کلمه خشم را در وسط آن بنویس و بگذار بر روی آن کار کنم. دقیقا همان کار را کردم و او هم دیدگاه خودش را نسبت به آن خشم به من گفت. بدیهی است که با گذشت زمان آن را آزمایش خواهم نمود و اگر دوام داشته باشد به تو خواهم گفت. این چیزها غیر قابل باور هستند. خیلی از اینها خوشم می‌آید!!

همچنین مایلیم به تو بگوییم که مسئله زیرزمین بازنگشته است. لذا می‌خواهم از این بابت هم از تو تشکر کنم. تمام عمر با این مسئله روبرو بوده‌ام. هرگز نتوانسته بودم از آن بگریزم و مدام از آن می‌ترسیدم. به خاطر این آسودگی از تو بسیار متشکرم.

با عشق، شارون

~~~~~

## جواهراتی از وینارهای قبلی ما

ذیلا عناوین جالب وینار شماره ۵ (یکی از ۱۰۸ وینار) می‌آیند. شامل بینشهای مفید و یادآوریهایی هستند و همه اعضا باید آنها را بازبینی کنند.

۰:۰:۰۰ شروع. چگونه به درمانگر نادیده دسترسی بیابیم. تعریف عشق و ملایمت. نظراتی در مورد افراد دلسوز. طرز مقابله با کلافگی در حین فرایند.



۰۰:۰۸:۱۵ گفتگو درباره نتایج لیندا کار. کاهش سرفه‌های شدید، حالت روحانی، غوطه‌ور شدن در یگانگی، نظراتی درباره تغییر وضعیت ما، مزایای حاصل از مشاهده و شرکت در وبینارها.

۰۰:۱۸:۰۱ گفتگو درباره نتایج شارون دوول. آسودگی قابل توجه از "من دوست داشتنی نیستم" که در یک لحظه برایش اتفاق افتاد و هنوز هم ادامه دارد.

۰۰:۲۶:۲۴ مرور فهرست پنج واقعه خاص شما. تمرین تشعشع عشق برای گسترش دادن توانایی وارد ساختن عشق.

۰۰:۳۲:۴۶ تمرین تشعشع عشق که در آن عشق را آن قدر گسترش می‌دهیم که همه گروه را دربر گیرد.

۰۰:۳۸:۱۷ تجربه رنه. بهبودی چشمها که چند هفته قبل نصیبش شده بودند هنوز دوام دارند. در حین فرایند آسم رو آمد و بعد تخفیف یافت. وقایع خاص خیلی بهتر شدند.

۰۰:۴۲:۵۴ تجربه فدرا. عشق در ابتدا محدود بود ولی با تمرین خیلی گسترش یافت. احساس مورمور در صورت. شدت یک واقعه خاص، که حتی به آن توجه هم نکرده بود، از ۱۰ به ۲ رسید.

۰۰:۴۸:۱۹ تجربه اولگا. درد سینه مانع توانایی او در ایجاد عشق بود. کار گروهی بر روی درد سینه او که در ابتدا شدت ۹ داشت. به ۴ کاهش یافت و بعد به گلو رفت. احساس "لیاقت شفا را ندارم" رو آمد. کار گروهی بر روی گلو و مسئله لیاقت داشتن. بهبودی قابل توجه در هر دو مسئله.

۱:۰۳:۵۶ تجربه شانون. وی از احساس دلسوزی نسبت به اولگا و اینکه چگونه به آن پرداخته است می‌گوید. برای یکی از وقایع خاص مسئله بخشیدن رو می‌آید.

۱:۰۶:۲۵ تجربه ایزابل. وی به هنگام تشعشع عشق حس کرد که انگار بدنش را ترک کرده و کره زمین را دید که از عشق لبریز شده است. تجربه روحانی خودش را که در ۲۹ سالگی اتفاق افتاده و یک سال هم ادامه پیدا کرده بود شرح می‌دهد. در حین فرایند آن را دوباره حس کرد و هنوز هم همان طور است.

۱:۱۱:۰۱ تجربه شلی. وی نتوانسته بود مثالی از عشق بیابد. فقط به مدت کوتاهی حضور خدا را حس کرده بود. از دست مادرش کمتر عصبانی است. بهبودیهای قابل توجهی در مورد رابطه با پسرش حاصل شده‌اند.

۱:۱۷:۱۳ تجربه بورلی. در حین دادن عشق به کهکشانشانها رفت. شدت همه وقایع خاصش بهبود یافتند و بعضی از آنها از ۱۰ به صفر رسیدند. امروز یک دوره‌می خانوادگی دارد و می‌تواند اینها را در آن بیازماید.

۱:۲۰:۵۴ تجربه جین. درد سینه به هنگام مشاهده و بینارهای قبلی ناپدید شد.

۱:۲۵:۰۲ سوال ویوک. چگونه از اپتیمال ای‌اف‌تی برای دختر سه ساله‌اش، که به دشواری می‌توان وقایع خاص او را مشخص نمود، استفاده کند.

۱:۳۰:۰۰ تجربه آنا. موارد خاصی را که در تمرین امروز برایش پیش آمده بودند شرح می‌دهد. جنبه‌های مهمی برایش رو آمده بودند.

۱:۳۴:۳۲ تجربه مرلین. ۱۱ مسئله برایش ناپدید شدند و وی به درمانگر نادیده تبدیل شد.

~~~~~

**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

توجه: لطفا در تمامی موارد درمانی با پزشکان مشورت نمایید.