

۱۲ فروردین ۱۴۰۰، ۱ آوریل ۲۰۲۱



ای اف تی رسمی

اپتیمال ای اف تی (درمانگر نادیده)

نکات - فوت و فن ها - 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

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

[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) مزاح امروز (۲) نشانگان نشتی شکم، (۳) سه شفای غیرممکن، (۴) مروری بر مقالات و فیلمها، (۵)

کمک بیشتری نیاز دارید؟

برای اعضای دوره اوای اف تی - پیشرفته:

(۱) وینار بعدی ما، (۲) فایل ضبط شده وینار اخیر ما آماده است، (۳) در ستایش دوره فشرده شری

بیکر، (۴) درک در مقایسه با تجربه خدا، (۵) یکی از اعضای دوره اوای اف تی سخن می گوید، (۶)

یادآوری گروههای تمرینی

~~~~~

**مزاح امروز**

این ویدئو را باید ببینید. با وجود اینکه فقط ۱۰ ثانیه است ولی شاید به عنوان یکی از بامزه ترین ویدئوها در

تاریخ بماند. راجع به سگی است که به تماشای رویدادهای ورزشی در تلویزیون علاقه دارد. دو ثانیه آخر آن

باعث شد که تا چند روز بخندم. [لینک ویدئو](#)

~~~~~

بینشهای بیشتری از کتاب درمانگر نادیده

دکتر دومینیک مونت از نشانگان نشتی شکم آسوده می شود

نشانگان نشتی شکم ظاهرا برای حرفه پزشکی یک راز است. نمی‌دانند چیست و چیز زیادی هم برای درمانش ندارند. به گفته وبسایت WebMD.com

دکتر لیندا لی متخصص گوارش و مدیر مرکز پزشکی یکپارچه در جانز هاپکینز می‌گوید "چیز زیادی در مورد نشانگان نشتی شکم] نمی‌دانیم و فقط می‌دانیم که وجود دارد. از آنجایی که شواهدی وجود ندارند نمی‌دانیم که این به چه معنی است و با چه درمانهایی می‌توان مستقیما به آن پرداخت".

ولی دکتر دومینیک مونت که طاقتمرموز بودن آن را نداشت چهار جلسه با درمانگر نادیده کار کرد و از علائم نشانگان نشتی شکم بهبود یافت. وی در کتابم این طور گفته است...

"اگر فوریت پزشکی وجود نداشته باشد به بیمارانم توصیه می‌کنم قبل از پناه بردن به داروها و اعمال جراحی یا سایر روش‌های تهاجمی پزشکی از درمانگر نادیده یاری جویند. او کارآمد، مهربان و بسیار موثر می‌باشد و در بهبودی من از نشانگان نشتی شکم نقشی اساسی ایفا کرده است."

~~~~~

### سه شفای غیرممکن

توسط کسی که به تازگی با درمانگر نادیده آشنا شده است

در این ویدئو ببینید که چیترا پرابهاکار که به تازگی با درمانگر نادیده آشنا شده است سه شفای غیرممکن را چگونه توصیف می‌کند:

- درد شدید گردن

- حساسیت شدید و عفونتهای مزمن گوش سگش

- درد ناشی از کشیدن دندان شوهرش

تعریف غیرممکن: وقتی شفا خارج از حیطه دسترسی روشهای ساخته دست بشر حاصل می‌شود.

[لینک ویدئو](#)

## مروری بر مقالات و فیلمها

۱- از مجموعه شفاهای غیرممکن: شفای غیرممکن جوش و سردردهای شدید

۲- از مجموعه پرسش و پاسخ: حیوانات چطور؟

۳- از مجموعه اندیشه نوین: همه ما مسائل مشابهی داریم

## 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 ۲۵ آوریل ۲۰۲۱ برگزار می‌شود.

برنامه‌هایم در روز ۱۱ آوریل تداخل دارند و لذا نمی‌توانم در آن روز وبینار داشته باشم. عذرخواهی می‌کنم.

~~~~~

فایبل ضبط شده وبینار اخیر ما آماده است. برای دسترسی به آن کافی است وارد [حساب کاربری خود در](#)

[دوره اوای اف تی](#) شوید و در منوی سمت چپ روی وبینارهای ضبط شده > وبینارهای ۲۰۱۷ و بعد از آن >

وبینارهای شماره ۱۰۶ تا ۱۳۵ > شماره ۱۰۹ باز هم در مورد عادت بهشتی کلیک کنید.

عناوین جالب آن از این قرارند:

۰:۰۰:۰۰ گری وبینار را آغاز می‌کند. شری مقدمات را می‌گوید.

۰:۰۸:۰۸ گری درباره سوال تاخیر ۱۵ دقیقه‌ای که در وبینار قبلی مطرح شد شفاف‌سازی می‌کند.

۰:۱۰:۰۱ گری ویدئوی یک سگ بامزه را نشان می‌دهد که به بحث راجع به عادت بهشتی منجر می‌شود.

۰:۱۵:۲۰ گری تعدادی عادت/فکر بهشتی را شرح می‌دهد. شری نظرش را می‌گوید.

۰:۲۴:۲۹ میری تجربه خودش در پاریس را می‌گوید که در آن نوزادی را در آغوش کسی دید و از آن به عنوان

یک عادت بهشتی استفاده کرد. گری نظر می‌دهد.

۰:۳۵:۱۲ کلودیو چند مثال برای عادت بهشتی می‌زند. گری و شری نظر می‌دهند.

۰:۴۷:۰۱ جن می‌پرسد که چگونه می‌توانیم از عهده آگاهی روحانی که برایمان در حال ظهور است برآییم.

گری و شری نظر می‌دهند.

۱:۰۷:۲۹ گری خداحافظی می‌کند.

~~~~~

**پریتی روی (یکی از اعضا) دوره فشرده شری را می‌ستاید**

گری عزیز،

به تازگی دوره فشرده شری را به پایان رسانده‌ام و مایلیم باز خورد کوتاهی به او و سایر اعضا بدهم. همچنین باید به تو بگویم که از ویدئوی توله سگ که در وبینار گذاشتی خیلی خوشم آمد! از "عشق به عشق ورزیدن" و "لذت ناشی از لذت بردن" که مدام نشان می‌دهی و خصوصا در وبینار اخیر نشان دادی هم خیلی خوشم می‌آید.

متشکرم. دوستت دارم

پریتی

مروری بر دوره فشرده شری بیکر:

شرکت در دوره فشرده درمانگر نادیده که توسط شری بیکر برگزار شد تجربه‌ای زیبا و قوی برایم بود. شری این را هم مثل همه کارهای دیگرش خیلی کامل انجام داد. کتابچه‌ای که به ما داد منبعی غنی برای شاگردان و کاربران اوای‌اف‌تی به حساب می‌آید. آن کتابچه مملو از آگاهی و راهنمایی و دسترسی به قسمت‌های مختلفش بسیار آسان است.

شری با شرح ماجراها و مثالهایی از زندگی شخصی و اصول معنوی خیلی "زنده" درس می‌دهد و این باعث می‌شود که "کل دوره از آغاز تا پایان یک قاب‌بندی مجدد عظیم باشد".

او توانست با هر یک از اعضای گروه ارتباط برقرار کند و حضور درمانگر نادیده را در طول جلسات به ما نشان دهد.

هر جلسه ابزاری برای ارتباط بیشتر و عمیقتر با درمانگر نادیده بود. به خوبی در مورد عناوین هر کلاس اندیشیده شده بود و اینها به نحوی ارائه شدند که همدیگر را تکمیل کنند تا بی هیچ زحمتی از پلکان معجزات بالا رویم.

شخصاً با نور درمانگر نادیده که همان عشق غایی و نور خدا است ارتباط عمیقتری برقرار می‌کنم. حس می‌کنم به درک بیشتری از درمانگر نادیده و چیستی خودمان رسیده‌ام.

لذا به شیوه‌ای تدریجی و در عین حال عمیقتر و قویتر دیدم که حتی بیش از گذشته دستهای درمانگر نادیده را در زندگی خودم و همین طور در جلسه با دیگران گرفته‌ام.

تا ابد مدیون گری کریگ و شری بیکر هستم که معلم و مربی من بوده‌اند. حس می‌کنم حضور در کنار آنان و عضویت در دوره اوای‌اف‌تی نعمتی برایم بوده است.

به کسانی که واقعا می‌خواهند ارتباط گسترده‌تری با درمانگر نادیده برقرار سازند شرکت در دوره فشرده شری بیکر را قویا توصیه می‌نمایم.

شری، متشکرم و دوستت دارم

پریتی روی

**پانوشت از گری کریگ:** اگر به شرکت در یکی از دوره‌های فشرده شری بیکر در آینده علاقمند هستید

می‌توانید از [اینجا](#) به او ایمیل بفرستید.

~~~~~

درک در مقایسه با تجربه ما از خدا

نامه‌نگاریهای رنه و گری

مقدمه گری کریگ: رنه یکی از اعضای دوره اوای‌اف‌تی است و با شوهر اوتیسمی و معتادش مسائلی داشت. فکر کردم نامه‌هایی که در زیر می‌بینید شاید برایتان مفید باشند.

گری عزیز،

به خاطر اینکه در این هفته وقت برایم گذاشتی تا کمک کنی از تو متشکرم. واقعا قدردان مهارتها و دلسوزیهایت هستم. اینکه گفתי هنوز از خدا می‌ترسم اشاره خیلی مفیدی برایم بود.

در جلساتی که بعد از آن با درمانگر نادیده داشتم دریافتیم که شوهرم دارای خیلی از ویژگیهایی است که در کودکی فکر می‌کردم خدا دارد. از یک سو از من به شیوه‌ای پدران مراقبت و محافظت می‌کند و از سوی دیگر قضاوت می‌نماید، ایراد می‌گیرد و هیچ حقی برای کسی که با او مخالفت کند قائل نیست.

پاسخ گری کریگ: معمولا فاصله زیادی بین درک ما از خدا و تجربه ما از خدا وجود دارد.

درک ما از والدین، دوستان، مذاهب، کتابها، فیلمها، تلویزیون و فهرستی طولانی از موارد دیگر می‌آید. اکثر اینها از رویا/توهم جدایی ناشی می‌شوند و به نظر ما خیلی هم واقعی هستند. متأسفانه درک اغلب حالت منفی دارد و خدا را قضاوت کننده و انتقام گیرنده ترسیم می‌نماید. این امر خصوصا در دوران کودکی شکل می‌گیرد. ولی تجربه ما از خدا خیلی فرق می‌کند. در مورد تجربه نزدیک به مرگ خودم در ۱۹۸۸ بسیار خواننده و با کسانی که تجربیات مشابهی داشته‌اند گفتگو کرده‌ام. تا جایی که می‌دانم از میان هزاران گزارش اکثریت بزرگی از آنها این تجربه را عاشقانه، پر از نعمت و بدون قضاوت یا انتقام دانسته‌اند.

در یک دور باطل گیر افتاده‌ام. باید به خاطر آنچه که او می‌کند قدر دان باشم و هرگز نمی‌توانم به اندازه کافی جبران کنم.

پاسخ گری کریگ: آیا این از تربیت والدین/ مذهب تو ناشی نمی‌شود؟ اینکه چگونه باید پاسخ دهی و نه اینکه او را برای دریافت کمک بطلبی؟ وقتی واقعا ببینیم که خودمان و دیگران از او کمک می‌طلبیم می‌توانیم به شکل خیلی موثرتری و نه از روی ترس یا خشم پاسخ دهیم.

به علاوه او مجسمه زیبای کوان یین را که اولین باری که همدیگر را دیدیم به من هدیه داده بود شکست. دلیلش را نمی‌دانم ولی آن مجسمه همیشه برایم مهم بود. شکسته شدن یک قدرت الهی زنانه توسط یک قدرت الهی مردانه و سلطه‌جو برایم خیلی بامعنی بود.

پاسخ گری کریگ: به نظرم رفتارش - و همین طور واکنش تو - شاید نوعی طلب کمک باشد.

وقتی به دنبال راهنمایی بودم حس کردم به من اشاره شد که نموداری از رابطه با خدا بکشم. این یک ابزار بهبودی از غم است و شامل کشیدن یک خط افقی به معنی زندگی از زمان تولد تاکنون و بعد کشیدن خطوط عمودی است. خطوط رو به پایین نشانگر تجربیات منفی و خطوط رو به بالا نشانگر تجربیات مثبت هستند. این روش به من کمک کرده است که بسیاری از تجربیات دروان کودکی ام را که باعث ایجاد دیدگاه منفی و ترسناک نسبت به خدا شده بودند کشف نمایم. فقط در سالهای اخیر بوده است که توانسته‌ام تجربیات مثبت و مهمی هم از خدا داشته باشم. این روش باعث شد چیزهای خیلی بیشتری برای کار کردن داشته باشم.

پاسخ گری کریگ: در دوره اوای اف تی تجربیات مثبت خیلی بیشتری از خدا وجود دارند. شاید اگر به آنها توجه کنی کفه مثبت ترازو را سنگینتر کند. به علاوه به یاد داشته باش که هر یک از آن "دیدگاههای منفی و ترسناک نسبت به خدا" می‌تواند واقعه خاصی باشد که درمانگر نادیده (خدا) برطرف می‌سازد.

به خاطر کمکی که می‌کنی خیلی متشکرم.

پاسخ گری کریگ: به خاطر حضورت از تو متشکرم.

با عشق، رنه

~~~~~

یکی از اعضای دوره اوای اف تی سخن می‌گوید

نظرات هلن مک کانل

سلام گری،

**ایمیل‌های ذهنی:** یک روز در فرودگاه سانفرانسیسکو یکی دو ساعت بیش از آنچه که فکر می‌کردم معطل شدم. این بود که در بخش شلوغ فرودگاه نشستم. وقتی مردم از برابرم می‌گذشتند برایشان ایمیل‌های ذهنی

می‌فرستادم. هر پیام شامل چیزی شبیه به "دوستت دارم" بود. نمی‌دانم چه تاثیری بر آن افراد گذاشت ولی قطعاً برای خودم مفید بود.

**من هم این کار را کرده‌ام:** کار دیگری که اغلب و خصوصاً وقتی در خودرو هستم انجام می‌دهم این است: وقتی کسی جلویم می‌پیچد یا کاری را که به نظرم احمقانه است می‌کند می‌بینم که با خودم می‌گویم "عجب احمقی" یا "مشکلت چیست؟" و غیره. بعد به خودم می‌گویم "من هم این کار را کرده‌ام". این خیلی موجب آرامشم می‌شود.

**اشارات شهودی:** از آنجایی که سالها کاربر ای‌اف‌تی بوده‌ام به اشارات شهودی که دریافت می‌دارم خیلی اعتماد می‌کنم. همیشه آنها را با مراجعانم در میان می‌گذارم. معمولاً این اشارات شهودی نوعی راهنمایی از بالا هستند. در اوایل کارم به نتیجه جلسه خیلی وابسته بودم. نفسم می‌خواست که آنها نتیجه بگیرند. ولی اکنون نتیجه‌گیری را به او می‌سپارم.

**درباره بخشایش:** بخشایش این نیست که "آنها را از قلاب برهانم" بلکه آن است که "خودم از قلاب رهایی یابم".

**درباره خاطرات ناگوار:** در طول سالیان دریافته‌ام که چیز دیگری در ورای مسئله‌ای که مطرح می‌شود وجود دارد. خاطره ناگوار، خصوصاً، سایر چیزها را می‌پوشاند. نفس ما به سختی کار می‌کند تا مانع شفا دادن مسائل ریشه‌ای شود. ما را در پشت یک واقعه ناگوار نگه می‌دارد و می‌داند که اگر آن واقعه را شفا دهیم می‌توانیم سایر مسائل را با وضوح بیشتری ببینیم.

**تصویری از یگانگی:** تصویر دیگری که برای یگانگی به کار می‌برم یک میلیارد قلب است که هماهنگ با هم می‌تپند.

**مورد عشق واقع شدن:** اخیراً دریافتم که در کودکی مورد عشق واقع نشده بودم. حداقل نه به وسیله والدینم. ولی گفتن یا اندیشیدن این غیر قابل قبول بود و لذا منکرش شده بودم. روزی که تنها نشستم و با خودم گفتم

"والدینم به من عشق نورزیدند ولی تصمیم می‌گیرم بدانم که الوهیت به من عشق ورزیده است" پیشرفت بزرگی نصیبم شد.

**پرداختن به امور دیگر:** یکی از مراجعانم به من گفت "حس می‌کنم انگار می‌خواهم دیگران بدانند که چقدر رنج کشیده‌ام". این بود که در آن جلسه او را از آن قلاب رها کردم. اکنون به کرات از آن عبارت استفاده می‌نمایم. "حس می‌کنم انگار می‌خواهم دیگران بدانند که چقدر رنج کشیده‌ام و اکنون می‌توانم به امور دیگر بپردازم".

با عشق، هلن مک کانل

~~~~~

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.