

۴ شهریور ۱۴۰۰، ۲۶ آگوست 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)

متأسفانه 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 بی‌ارزش و فاقد تأیید گری کریگ هستند. متأسفانه کسانی مدرک می‌دهند که خودشان مدرک ندارند. مراقب باشید.

منابع آموزشی ای‌اف‌تی به طور کامل به فارسی ترجمه شده و به رایگان در دسترس شما قرار گرفته‌اند. در همه جای دنیا مردم ای‌اف‌تی را از همین منابع رایگان و نه از اساتید(؟؟؟) می‌-

آموزند!!!!

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)

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

لطفاً 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 صریحاً نهی کرده است برگزار می‌کنند 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 هیچ‌کسی در دنیا استاد اپتیمال ای‌اف‌تی (درمانگر نادیده) نیست و هیچ‌کسی اجازه ندارد بر پایه این مفاهیم دوره‌ای را درس بدهد. متأسفانه با آگاهی کامل از عدم رضایت گری کریگ به این کار ادامه می‌دهند، ادعای استادی علوم عرفانی هم دارند و از خداپرستی حرف می‌زنند.

ترجمه فرهاد فروغمند [@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig) [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand) [www.EFT.ir](http://www.EFT.ir)

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

(۱) تحسین، (۲) درمانگر نادیده در حال کار: بازی سرزنش، شنیدن صدای درمانگر نادیده، درد پشت، علت ترس و وحشت و مسائل قلبی، (۳) مقاله‌ها/ ویدئوهایی برای مرور کردن، (۴) کمک بیشتری نیاز دارید؟

### برای اعضای دوره او ای اف تی - پیشرفته:

(۱) وینار بعدی ما، (۲) دوره فشرده شری بیکر، (۳) درس‌هایی از احساس فشار و گرفتگی در قفسه سینه، (۴) جواهراتی از وینارهای پیشین، (۵) یادآوری گروه‌های تمرینی

~~~~~

### تحسینی از فرانچسکا آرمنداریس

سلام گری، فقط می‌خواهم مراتب قدردانی‌ام را به خاطر ویدئوهایی که در یوتیوب قرار می‌دهی ابراز کنم. چیزهای زیادی از آنها یاد می‌گیرم و آنها را در تجربه شخصی کار با درمانگر نادیده به کار می‌بندم.

تمرینات معنوی دیگری را انجام داده‌ام، اما متوجه شده‌ام روش درمانگر نادیده به ویژگی‌هایی که دارم نزدیک‌تر و برایم بسیار مفیدتر است. نتایج عالی و متعددی از کار با درمانگر نادیده کسب کرده‌ام و حقیقتاً عاشقش هستم و آن را ادامه خواهم داد.

فرانچسکا

~~~~~

### درمانگر نادیده در حال کار - یک مجموعه

(چند مثال در زیر)

یادداشت: این مجموعه در درجه اول برای اعضای دوره اوای‌اف‌تی در نظر گرفته شده و فرض بر آن است که مخاطب از سطح درک ویژه و بالایی برخوردار است. با این حال به عنوان حسن نیت آن را برای غیر اعضا هم قرار می‌دهم با امید اینکه مزایا و فواید آن را برای همگان گسترش و افزایش دهیم. این مجموعه برای همگان ارزش دیدن دارد. از آن لذت ببرید. دوستان دارم، گری

~~~~~

### «بازی سرزنش» آرامش درونی ما را به یغما می‌برد

آیا می‌دانستید همه ما (درست است، همه ما) دلایل درونی برای سرزنش داریم؟ در حقیقت به قدری آن را مرتب انجام می‌دهیم که به ندرت حتی متوجه آن می‌شویم. به این ترتیب همان‌طور که سرزنش در زندگی روزمره مان آشکار می‌شود، با ظرافت آرامش شخصی ما را می‌فرساید و می‌دزد و در بروز بیماری‌های جسمی مؤثر است. پس نیاز داریم دست از سرزنش کردن برداریم. سرزنش غارتگر اصلی آرامش است و ما بیشتر در باره آن یاد می‌گیریم... سؤال اینجاست که چرا به سرزنش کردن ادامه می‌دهیم و بارها و بارها آن

را انجام می‌دهیم؟... بهتر است به فکر چاره‌ای برای آن باشیم. با تشکر از نامی اوساکابه، یکی از کسانی که دوره اپتیمال ای‌اف‌تی را گذرانده است و در این بحث مهم مرا همراهی می‌کند.

[ویدئو را ببینید.](#)

~~~~~

چگونه بفهمیم «صدای» درمانگر نادیده را می‌شنویم؟

«درهایی از چشم‌اندازهای فراوان و جدید به رویتان گشوده خواهند شد»

مبتدی‌ها در کار با درمانگر نادیده اغلب در تمایز و تشخیص بین گفتگوی درونی خودشان با صدای دوست‌داشتنی و اصیل درمانگر نادیده به مشکل برمی‌خورند. با این حال با قدری تمرین این تفاوت واضح‌تر می‌شود و در نهایت می‌توانید با سهولت بیشتری صدای گفتگوی درونی‌تان را از صدای درمانگر نادیده تشخیص دهید و بین آنها تمایز قایل شوید. البته ممکن است همیشه مایل به شنیدن صدای این راهنما نباشید، اما به‌زودی از حکمت آن مطلع خواهید شد. در این صورت درهایی از چشم‌اندازهای فراوان و زیادی به رویتان گشوده خواهند شد.

در ویدئوی زیر دکتر ماریون بیلچ، کاربر حرفه‌ای دوره اپتیمال ای‌اف‌تی، راهنمایی‌ها و نکات زیادی را راجع به این موضوع ارائه می‌دهد. صحبت‌هایش را گوش بدهید. در پس‌اندیشه‌های او تجربه‌ای عالی نهفته است.

[ویدئو را ببینید.](#)

~~~~~

پشت درد آدریان دی: شفای چشمگیر و با تأخیر

«فقط به خاطر اینکه نتیجه سریعی نمی‌گیریم نباید فرض کنیم «اتفاقی نمی‌افتد».

بعضی اوقات درمانگر نادیده را برای مسائلمان به کار می‌بریم و ظاهراً اتفاقی نمی‌افتد. مانند مورد پشت‌درد آدریان دی. در این ویدئو خواهید دید که او ای‌اف‌تی نیابتی و سایر راه‌ها را امتحان می‌کنم در حالی که پشت‌درد آدریان تغییری نمی‌کند. به هر حال نتیجه داد و آدریان انرژی قابل توجهی را احساس کرد.

بعد از آن آدریان ایمیل کوتاهی برایم فرستاد و گفت پشت‌دردش به طور قابل توجهی بهبود یافته است و افسردگی‌اش که مستقیماً آن را هدف نگرفته بودیم از بین رفته است. در واقع او راضی بود.

نمی‌دانیم چرا بعضی مواقع بهبودی‌ها و شفاها با تأخیر رخ می‌دهند. این به درمانگر نادیده بستگی دارد، اما فقط به خاطر اینکه نتیجه سریعی نمی‌گیریم نباید فرض کنیم اتفاقی نمی‌افتد.

[ویدئو را ببینید.](#)

~~~~~

**کشف علت ترس و وحشت و مسائل قلبی و موارد دیگر**

**«... به تدریج از حدس و گمان به جلسه بسیار مفید کار با درمانگر نادیده پیش می‌رویم.»**

اگر از معماها لذت می‌برید این مورد را شگفت‌انگیز خواهید یافت.

از من خواسته شده بود به یکی از گروه‌های تمرینی اپتیمال ای‌اف‌تی‌مان بپیوندم و به یکی از اعضا به اسم جی در واکنش‌های غیر قابل توضیح وحشت و ترس وی و ارتباط آنها با مسائل قلبی و معده کمک کنم.

در ابتدا سرنخی در باره علت این مسائل نداشتیم، اما با کمک درمانگر نادیده (که به من اشارات زیادی کرد و تلنگرهای زیادی زد) به تدریج به جای حدس و گمان جلسه بسیار مفیدی با درمانگر نادیده داشتیم. در

ویدئوی زیر مثالی عالی از چگونگی آشکار شدن فرآیندی ظریف را مشاهده خواهید کرد.

[ویدئو را ببینید.](#)

~~~~~

## مقاله‌ها / ویدئوهای قبلی پیشنهادی برای مرور

۱. از مجموعه شفاهای «غیرممکن» ما: [مزایای «غیرممکن» و دور از دسترس](#)
۲. از مجموعه پرسش و پاسخ‌های ما: [آیا می‌توانید به دوستم که با سرطان دست و پنجه نرم می‌کند](#)

### کمک کنید؟

۳. از مجموعه تفکر نوین ما: [اپتیمال ای‌اف‌تی - از مبتدی تا پیشرفته](#)

~~~~~

## کمک بیشتری نیاز دارید؟

۱. [کتاب رایگان درمانگر نادیده](#) را بخوانید تا درک بهتری از آخرین پیشرفت ما یعنی اپتیمال ای‌اف‌تی پیدا کنید.
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 تأثیر قرار دهید.
۳. از طریق برنامه ارائه [مدرک کامل ای‌اف‌تی](#) که در سطح بالایی برگزار می‌کنیم مدرک بگیرید. وارد گروه برتر افراد حرفه‌ای و تأثیرگذار 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.

~~~~~

**\*\*\*پیشرفته\*\*\***

**برای اعضای دوره اپتیمال ای‌اف‌تی:**

(فرصتی غیر رایگان برای افراد حرفه‌ای و شاگردان بانگیزه)

## جزئیات و قیمت‌های عضویت

**وبینار بعدی ما:** در روز یکشنبه، ۲۹ آگوست، در ساعت ۱۰ صبح به وقت غرب آمریکا برگزار می‌شود. این

جلسه را اختصاص می‌دهیم به پرسش‌ها و نظرات اعضا در باره درس‌های پیشرفته، جلسات خودیاری، موارد چالش برانگیز، کاربردهای شخصی یا موارد دیگری که به ما کمک می‌کنند از پلکان معجزه‌ها بالا برویم.

این وبینار فرصت مهمی برای بررسی سئوالات و نظراتتان است. در باره آنها برایم بنویسید یا آنها را در وبینار مطرح کنید.

~~~~~

## **به‌زودی دوره فشرده اوای‌اف‌تی شری بیکر آغاز می‌شود**

آیا کاربر پیشرفته اوای‌اف‌تی هستید؟ شاید زمان آن فرا رسیده است که درکتان را از اوای‌اف‌تی بالاتر ببرید. روز شنبه ۹/۱۱، شری بیکر دوره فشرده جدید و آنلاین اوای‌اف‌تی راجع به برقراری ارتباط با درمانگر نادیده را شروع می‌کند. این کارگاه با تأکید بر ارتباط با شفادهنده معنوی برای کاربران پیشرفته‌ای است که می‌خواهند مهارت‌های کلی خود را در اوای‌اف‌تی ارتقا دهند. کلاس‌ها برای شش هفته متوالی از ساعت ده صبح تا ظهر (به وقت شرق آمریکا) در روزهای ۹/۱۱، ۹/۱۸، ۹/۲۵، ۱۰/۲، ۱۰/۹ و ۱۰/۱۶ برنامه‌ریزی شده‌اند.

این کارگاه، که فقط برای اعضای دوره اوای‌اف‌تی ارائه می‌شود، آموزشی بنیادی و پیش‌نیاز ورود به دوره فشرده مسائل مزمن جسمی است که گابریل روتن درس خواهد داد.



شهریه این دوره شش هفته‌ای ۵۰۰ دلار است. برای اطلاعات بیشتر و مشاهده نظرات شرکت‌کنندگان، لطفاً از لینک دوره فشرده اوای‌اف‌تی که در قسمت پشتیبانی در منوی سمت چپ بخش محتوای اعضا قرار دارد بازدید کنید.

اگر سئوالی دارید یا می‌خواهید ثبت‌نام کنید، لطفاً با شری از طریق ایمیل [sheribaker29@gmail.com](mailto:sheribaker29@gmail.com) تماس بگیرید.

شری بیکر، مدیر مرکز آموزش رسمی ای‌اف‌تی گری کریگ (انگلیسی زبان) و مدرس دوره فشرده اوای‌اف‌تی.

~~~~~

### درس‌هایی از احساس فشار در قفسه سینه

«خودم را مثل شمایی از نور دیدم که در جاده زندگی گام برمی‌داشتم در حالی که با هاله طلایی رنگی از نور که مرا در بر گرفته بود محافظت می‌شدم. همچنین تشعشعات این هاله به هر چیزی که در اطرافم بود می‌تابید.»

گری عزیز،

امروز را با مراقبه کوتاهی که معمولاً انجام می‌دهم آغاز کردم. جایی بودم که در آنجا از درمانگر نادیده دعوت می‌کنم یا بهتر بگویم از او برای حضورش در آنجا و قصدم برای گوش دادن به او تشکر می‌کنم. این کار را با یادآوری لحظه‌ای عاشقانه و سپس «افزایش» سکوت خود با ضربه زدن (ای‌اف‌تی) انجام می‌دهم.

مراقبه را برای این انجام دادم تا از احساس فشار و گرفتگی‌ای که در قفسه سینه و ریه‌هایم داشتم رها شوم، چون امروز صبح وقتی از خواب بیدار شدم حالتی شبیه سرماخوردگی فقط در اعماق قفسه سینه‌ام داشتم.

نسیم شفابخش عاشقانه‌ای را احساس کردم و فوراً کلمه «مقاومت» در ذهنم تداعی شد. بعد درمانگر نادیده به من گفت مقاومت را نگه می‌دارم و مرا راهنمایی کرد تا چگونه همه مقاومت‌ها را کنار بگذارم... اگر به او

اعتماد می‌کردم و خودم را به او می‌سپردم چه می‌شد؟ «تصور کن چیزی به تو آسیب نمی‌زند.» خودم را مثل شمایی از نور دیدم که در جاده زندگی گام برمی‌داشتم در حالی که با هاله طلایی رنگی از نور که مرا در بر گرفته بود محافظت می‌شدم. همچنین تشعشعات این هاله به هر چیزی که در اطرافم بود می‌تابید. تجربه زیبایی بود.

سپس همکار سابقم و ناراحتی‌های او در ذهنم ظاهر شدند (موقعیت و ناامیدی‌اش را می‌شناختم). روی او و مسئله‌اش تمرکز کردم و با درمانگر نادیده ناراحتی‌اش را از بین بردم. ناراحتی همکار سابقم به صورت ارتعاش ناخواسته‌ای در قفسه سینه‌اش نمایان و به آرامی با نسیم خنکی از جانب من و درمانگر نادیده محو شد.

بعد از آن هدایت شدم به اینکه احساس فشردگی در قفسه سینه و ریه‌ام را بررسی کنم. متوجه شدم به کلی از بین رفته است. شگفت‌انگیز بود!

سه ساعت بعد دو باره بررسی کردم. قفسه سینه و ریه‌هایم عالی بودند. با این حال مسئله گرفتگی در قفسه سینه و ریه‌هایم به جای دیگری از بدنم حرکت کرده بود و حالا گرفتگی بینی داشتم.

فوراً یک جلسه فوق‌العاده کوتاه حداکثر دو دقیقه‌ای روی گرفتگی بینی انجام دادم و آن هم حدود ۸۰ درصد رفع شد. تصمیم گرفتم یک مقدار به آن وقت بدهم.

یک یا یک ساعت و نیم بعد گرفتگی بینی صد درصد رفع شد، اما تحریک خفیفی در گلویم احساس کردم. بنابراین جلسه فوق‌العاده کوتاه دیگری هم برای برطرف کردن این مسئله انجام دادم. یک ساعت بعد که بررسی کردم گلویم صد درصد خوب شده بود! حالا در غروب امروز چند ساعت بعد از آن جلسات کار با درمانگر نادیده تمامی علائم کاملاً برطرف شده‌اند.

اکنون می‌گویم این معجزه نیست... فقط خوشحالم که از سرماخوردگی راحت شدم، اما چیزهایی که بروز کردند و برایم متفاوت بود، اینها هستند...

زمان سپری شده اهمیتی ندارد. درمانگر نادیده به زمان سپری شده اهمیتی نمی‌دهد. همه چیز به میزان آمادگی ما بستگی دارد. ممکن است به زمان بیشتری نیاز داشته باشیم. عامل مهم قداست نیست بلکه تمایل شما است (مجبور نیستید در جلسه با درمانگر نادیده چیز خاصی را احساس کنید. مجبور هم نیستید برای دعوت موفقیت‌آمیز از درمانگر نادیده چیز خاصی را احساس کنید یا کلمات مناسبی را بگویید). درمانگر نادیده، بدون توجه به اینکه مسئله چقدر بزرگ است، کاملاً ما را راهنمایی می‌کند! اینها را دریافته‌ام!

بنابراین دو باره می‌گویم: متشکرم، متشکرم، متشکرم!

با عشق، جسیکا لیونگ

~~~~~

### جواهراتی از وینارهای گذشته ما

[وارد حساب کاربری عضویت در اوای‌اف‌تی شوید](#) و روی وینارهای ضبط شده کلیک کنید. در آنجا گنجینه‌ای از بینش‌ها و مثال‌هایی از فرآیند سطح بالای کار با درمانگر نادیده خواهید یافت.

در اینجا به عنوان نمونه موضوعات مورد علاقه وینار شماره ۱۶ را آورده‌ایم.

۰:۰۰:۰۰ معرفی شری بیکر کاربر حرفه‌ای دوره‌ای در معجزات. او پیرامون دوره به صورت کلی صحبت و مقدمه‌ای را بیان می‌کند.

۰:۱۳:۲۷ معرفی هلن برسلر که بیش از ۲۰ سال پیش برخی از اصول اپتیمال‌ای‌اف‌تی را برای غلبه بر بیماری ام‌اس به کار برد. او تجربیات معنوی خود و چگونگی سؤال کردن از درمانگر نادیده را شرح می‌دهد. در مورد او، عیسی(ع) به کمک آمده بود. داستان و بحث شگفت‌انگیزی بود.

۰:۳۲:۲۷ گابریل روتن که با بیماران مبتلا به ام‌اس کار می‌کند سئوالاتی از هلن می‌پرسد. همچنین گری و شری به بحث پر تحرک و آموزنده گابریل و هلن می‌پیوندند.

۵۳:۳۵:۰ دکتر ایزابل ریز درباره روش‌های درمان ام‌اس و موفقیت‌هایش در کار با اپتیمال ای‌اف‌تی صحبت می‌کند. گری، هلن و شری اندیشه‌هایشان را بیان می‌کنند.

۱:۰۴:۴۹ دوروتی روش خود را از دعوت واضحی که داشت توصیف می‌کند. گری نظراتش را می‌افزاید. همچنین دوروتی درباره کار نیابتی برای دیگران می‌پرسد و گری پاسخ می‌دهد.

۱:۱۲:۵۳ تای از موفقیتش در کاربرد نیابتی اپتیمال ای‌اف‌تی برای اضطراب پسرش و مشکلات خواب او صحبت می‌کند. یادداشت: ویدئوی او نشان داده نشد، اما صدایش به‌خوبی شنیده می‌شود.

۱:۱۸:۳۵ گابریل، شری و گری پیرامون نسخه‌ها و تجدید نظرهایی از دوره‌ای در معجزات بحث می‌کنند.

۱:۲۲:۴۹ شریل چند مطلب برای خواندن پیشنهاد می‌دهد.

۱:۲۷:۵۶ دوروتی راجع به الگویی از شفا که آن را به کار می‌برد حرف می‌زند.

۱:۲۹:۲۹ ایروین استفاده از نسخه صوتی دوره‌ای در معجزات را پیشنهاد می‌دهد و سئوالی در باره «یکی شدن همه» می‌پرسد که آیا این بدین معناست که هویت فردی ما از بین رفته است؟ گری و شری نظر می‌دهند.

۱:۳۷:۰۸ رحمان کان در باره ایجاد تشبیهات در خلال فرآیند اپتیمال ای‌اف‌تی سؤال می‌کند. گری پاسخ می‌دهد و در باره ارزش تمرین‌ها بحث می‌کند. همچنین رحمان در باره مجموعه کتاب‌های «گفتگو با خدا» می‌پرسد و شری جواب می‌دهد.

۱:۴۴:۲۴ دایان درباره اپتیمال ای‌اف‌تی برای بیماری‌هایش می‌پرسد. گری پاسخ می‌دهد.

۱:۴۹:۱۴ هنک ویدئوهای مارشا را به کار برد و نتایج خوبی گرفت. او از گری پیرامون احتمال دستیابی به نتایج بیشتر (و از آنجا که در بُعد معنوی زمان وجود ندارد) می‌پرسد و می‌خواهد گری از افراد بیشتری بخواهد به آن ویدئوها دسترسی پیدا کنند. گری جواب می‌دهد.

~~~~~

**یادآوری گروه‌های تمرینی:** در گروه‌های تمرینی ما منظم‌اً فرصت‌هایی برای بهبود مهارت‌های خود می‌یابید. لطفاً این را در بخش مخصوص اعضای وبسایت ما بررسی کنید.

~~~~~

به شما علاقه دارم، گری

ارائه بازخورد، پرسش‌ها، نتایج اپتیمال ای‌اف‌تی، غیره

© گری کریگ

تمامی حقوق محفوظ است

توجه: لطفاً در تمامی موارد درمانی با پزشکان مشورت کنید.

فراوان  
در و غنید