

۲۲ مهر ۱۴۰۰، ۱۴ اکتبر 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(؟؟؟) می‌گرفته‌اند.

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)

[لینک های 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 - برای همگان:**

(۱) انگیزش امروز، (۲) درمانگر نادیده در حال کار: (الف) "تقصیر من است"، (ب) ناتوانی جنسی، (۳)

مقالات/ ویدئوهایی برای مرور کردن، (۴) کمک بیشتری نیاز دارید؟

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

(۱) وینار بعدی ما، (۲) فایل ضبط شده وینار قبلی ما آماده است (۳) پیوستگی و گسستگی، (۴)

یادآوری گروه های تمرینی

~~~~~

**انگیزش امروز:** زنان ساکن نیویورک ۴۰۰۰ پیام تشکر برای پلیس می فرستند تا آنان را به ادامه کارشان

تشویق کنند. [لینک مقاله](#)

~~~~~

**درمانگر نادیده در حال کار - یک مجموعه**

(چند مثال در زیر)

یادداشت: این مجموعه در درجه اول برای اعضای دوره اوای اف تی 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

~~~~~

**"باید درست انجامش دهم" و "تقصیر من است" و خیلی چیزهای دیگر**

**جلسه "شروع خوب" به صورت کامل**

ببینید باربارا و من چگونه عللی را که در ورای مسائل محدود کننده زندگی او وجود دارند می‌کاویم. همان طور که خواهید دید عنوان مسئله از "بی‌حوصلگی" به "مسائل مربوط به مادر" و بعد به "باید درست انجامش دهم" و "تقصیر من است" و "طرد شدن" تغییر می‌کند. توجه داشته باشید که درمانگر نادیده وقتی ما مشغول کار هستیم و حتی قبل از آن که جلسه را رسماً آغاز نماییم شروع به حل کردن بخشهایی از آن می‌کند. موارد فراوانی را می‌توانید از آن بیاموزید.

[لینک ویدیو](#)

~~~~~

**برطرف ساختن ناتوانی جنسی استن**

**جلسه "شروع خوب" به صورت کامل**

همسر استن اخیراً با اعلام اینکه معشوقی دارد و می‌خواهد هر دو رابطه را ادامه دهد وی را غافلگیر کرد. استن در ابتدا هیجان‌زده شد ولی بعد از یک ماه انگیزه عاشقانه‌اش را از دست داد. او و من راجع به علل احتمالی این مشکل به گفتگو پرداختیم و متوجه شدیم یکی از عوامل اصلی آن تربیت او به لحاظ فرهنگی،

مذهبی و اجتماعی می‌باشد. ببینید چگونه با درمانگر نادیده کار می‌کنیم تا از این محدودیتها بکاهیم و "شروع خوبی" برای بهبودی استن باشد.

لطفا توجه داشته باشید که به علل ارتباط ضعیف اینترنتی صدای استن کمی گرفته است. این امر اشکالی پدید نمی‌آورد چون بارها از او خواستم حرفش را تکرار کند و منظورش را واضح‌تر بیان دارد. صدای من واضح است و در ۷۵ درصد از مدت جلسه من هستم که حرف می‌زنم. لذا درهایی که برای استن باز کردیم باید برای عده زیادی آشکار و بارز باشند.

[لینک ویدیو](#)

~~~~~

### مقاله‌ها / ویدئوهای قبلی پیشنهادی برای مرور:

۱. از مجموعه شفاهای غیرممکن: [هرگز در حرفه پزشکی ام چیزی شبیه به این ندیده‌ام](#)
۲. از مجموعه پرسش و پاسخ: [آیا اصلا می‌توانیم به خاطر روابط به هم خورده ناراحت نباشیم؟](#)
۳. از مجموعه اندیشه نوین: [فراگیری گوش سپردن](#)

~~~~~

### 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 ای اف تی](#)
۵. برای کسب اطلاعات بیشتر لطفاً با [مراکز آموزشی رسمی ای اف تی گری کریگ](#) تماس بگیرید.

~~~~~

**\*\*\*پیشرفته\*\*\***

### **برای اعضای دوره اپتیمال ای اف تی:**

(فرصتی غیر رایگان برای افراد حرفه‌ای و شاگردان بانگیزه)

#### جزئیات و قیمت‌های عضویت

**وبینار بعدی ما: در روز یکشنبه، ۲۴ اکتبر، در ساعت ۱۰ صبح به وقت غرب آمریکا** برگزار می‌شود. این وبینار مختص نظرات/ پرسش‌های اعضا پیرامون درس‌های پیشرفته، جلسات خودیاری، موارد چالش برانگیز، کاربردهای شخصی یا هر چیز دیگری خواهد بود که به ما در بالا رفتن از پلکان معجزات یاری می‌رساند.

این فرصتی عالی برای پرسیدن سئوالاتتان از ماریون و بررسی پرسش‌ها و نظرات شما راجع به موضوعات دیگر است. [آنها را برایم بنویسید](#) یا با خودتان به وبینار بیاورید.

~~~~~

**فایل ضبط شده وبینار اخیر ما آماده است:** برای دسترسی به آن کافی است به حساب کاربری خود در دوره اوای اف تی وارد شوید و روی وبینارهای ضبط شده > وبینارهای ۲۰۱۷ و بعد از آن > وبینارهای شماره ۱۰۶ تا ۱۳۵ > شماره ۱۲۱ جزئیات گروه‌های تمرینی کلیک کنید.

عناوین جالب آن از این قرارند:

۰:۰:۰۰ گری وینار را آغاز می‌کند. شری مقدمات را می‌گوید. گری و شری راجع به موضوع "دعوت کامل" حرف می‌زنند.

۰:۰۷:۵۰ گری راجع به اینکه مراجع را در جلسه با درمانگر نادیده بیشتر درگیر کنید می‌گوید. بدین ترتیب امکان کار عمیقتر و برقراری اعتماد بیشتری وجود دارد.

۰:۱۲:۱۸ ماریون راجع به گروههای تمرینی نکات و راهنمایی‌هایی را می‌گوید. گری و شری پاسخ می‌دهند.

۰:۳۸:۲۸ پائولین درباره گروههای تمرینی و تجربه‌ای که در مورد تونل مچ دستی داشته است حرف می‌زند. گری، شری و ماریون نظر می‌دهند.

۰:۵۶:۵۰ آلانا سوالاتی را در مورد گروه مطرح می‌نماید. گری، شری و ماریون جواب می‌دهند.

۱:۰۹:۴۶ گری می‌گوید که اگر گروه شما را تحریک کند این یک مزیت به حساب می‌آید. مری، شری و ماریون هم نظر می‌دهند.

۱:۱۷:۱۸ تنزیل سوالاتی راجع به عضویت در گروه تمرینی می‌پرسد. گری و ماریون جواب می‌دهند.

۱:۲۱:۴۵ گری و شری ضمن تشکر از ماریون خداحافظی می‌کنند.

~~~~~

### راههایی برای پرداختن به مسئله پیوستگی و گسستگی

این یکی از دلایلی است که اغلب می‌گوییم "نمی‌خواهم هرگز فریب نتایج موقتی را بخورم"

سوال: سلام گری،

به وینار شماره ۱۱۹ گوش می‌کردم که در آن دکتر گابریل روتن راجع به پیوستگی و گسستگی می‌گفت. از آنجایی که از ای‌اف‌تی ضربه‌ای بر روی مراجعانم استفاده می‌کنم شاهد بوده‌ام که وقتی ضربه زدن بر روی

وقایع خاص و جنبه‌های آنها تمام می‌شود مراجعان اغلب نمی‌توانند مثل قبل واقعه را به صورت پیوسته "به یاد آورند". همیشه فرض می‌کردم که اگر مراجع نتواند خاطره را بازبایی کند یا از آن گسسته شود یعنی آن واقعه یا جنبه را برطرف ساخته‌ایم. درواقع باور داشتیم که این یکی از علائم برطرف شدن مسئله‌ای است که بر روی آن کار می‌کنیم.

ولی بعد از آن صحبتها اکنون به این فکر افتاده‌ام که شاید مراجع آن را سرکوب می‌کند یا نمی‌تواند واقعه یا جنبه را به صورت پیوسته به یاد آورد و عملاً آن را برطرف نساخته‌ایم.

مایلم نظرت را در این باره بدانم. هرچند که همیشه از هر راهی که بتوانم نتایج را می‌آزمایم ولی اگر سرکوب شده باشد باید باز هم به مراجع فشار بیاوریم تا در هنگام آزمایش واقعه را به صورت پیوسته ببیند.

با احترام، نها مهتا

**جواب:** سلام نها

هیچگاه به طور قطع و تا وقتی آزمایش نکنیم نمی‌دانیم که آیا مراجع در حالت گسسته است (و درواقع مسئله هنوز برطرف نشده است). این یکی از دلایلی است که اغلب می‌گویم "نمی‌خواهم هرگز فریب نتایج موقتی را بخورم". راههای مختلفی برای آزمودن این امر وجود دارند و در اینجا برخی از آنها را ذکر می‌کنم... از مراجع بخواه وارد خود دوران جوانی‌اش که آن اتفاق افتاده است شود و عمداً با نگرستن از دریچه چشمانش با آن پیوسته شود. برای اینکه کارت کاملتر شود می‌توانی از او بخواهی که هرچه را که پیش آمده است بشنود، حس کند، ببویید یا بچشد.

از مراجع بخواه که ماجرای آن واقعه خاص را به وضوح برایت شرح دهد (روش شرح ماجرا). اگر این کار را به شکل خیلی "سطحی" انجام می‌دهد به او اصرار کن که به خوبی با آن پیوسته شود.



از مراجع بخواه که فیلم را در ذهنش ببیند و در مناظر، اصوات، حسها و غیره آن اغراق نماید. وادارش کن که به دنبال مواردی که هنوز انجام نشده‌اند بگردد. این روشها اغلب باعث می‌شوند که کارهای بیشتری انجام گیرند. ولی معمولاً این کارها را بعد از آن انجام می‌دهم که از شدت احساس ناشی از چیزی که شاید مسئله شدیدی باشد کاسته‌ایم. ترجیح می‌دهم با نرمی و ملایمت کار را شروع کنم.

امیدوارم برای‌ت مفید باشد، گری

**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

© گری کریگ

تمامی حقوق محفوظ است

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