

۱۸ آذر ۱۴۰۰، ۹ دسامبر 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)

[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) جمله امروز، (۲) درمانگر نادیده در حال کار: (الف) وزوز گوش و مشکلات کلیه، (ب) مسائل مربوط به اضطراب، (۳) مطالعه پژوهشی، (۴) مقالات/ ویدئوهایی برای مرور کردن، (۵) کمک بیشتری نیاز دارید؟

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

(۱) وینار بعدی ما، (۲) فایل ضبط شده وینار اخیر ما آماده است، (۳) وسواس آندره ناپدید شد، (۴) یادآوری گروه های تمرینی

~~~~~

**جمله امروز**

"هر صبح که از خواب برمی خیزم آرزو می کنم که برای دیگران مفید واقع گردم." **دالایی لاما**

~~~~~

**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

~~~~~

### وزوز گوش و مشکلات مربوط به کلیه دلیل احساسی دارند

یک جلسه "شروع خوب"

"ببینید جنی و من چگونه وقت باکیفیتی را برای کاوش در دلایل احساسی صرف می‌کنیم و بعد با هم درمانگر نادیده را وارد می‌سازیم تا جلسه واقعا سازنده‌ای داشته باشیم."

اگر بخواهم مثل پزشکان حرف بزنم باید بگویم که هرگز نشنیده بودم که وزوز گوش و مسائل کلیه به هم مربوط باشند. به نظر نامربوط می‌آیند و احتمالا دلیل یکسانی ندارند.

با این وجود، این جلسه عمیق با جنی شواهد گسترده‌ای را نشان می‌دهد که حاکی از مشکلات احساسی برطرف نشده هستند. در این مورد: "باید کامل باشم" می‌تواند به مسائل جسمی متعددی منجر شده باشد. به تجربه دریافته‌ام که می‌توان انتظار بروز چنین چیزهایی را داشت.

"ببینید جنی و من چگونه وقت باکیفیتی را برای کاوش در دلایل احساسی صرف می‌کنیم و بعد با هم درمانگر نادیده را وارد می‌سازیم تا جلسه واقعا سازنده‌ای داشته باشیم."

[لینک ویدیو](#)

~~~~~

## برطرف کردن اضطرابهای شما

در اینجا به علل متعدد اضطراب و همین طور راههای مفیدی برای برطرف ساختن آنها می‌پردازیم

اضطراب یکی از متداولترین ناخوشیهای ما است و تقریباً همگان به نوعی باید با آن مقابله کنند. شکل‌های گوناگونی دارد و اغلب به ترس منجر می‌شود.

به گفتگوی دکتر گابریل روتن و من درباره این موضوع گسترده و همین طور کتاب جدیدی که به نام "الفبای رسمی ای‌اف‌تی" با هم نوشته‌ایم و در سال ۲۰۲۲ به زبان انگلیسی منتشر می‌شود توجه کنید. در اینجا به علل متعدد اضطراب و همین طور راههای مفیدی برای برطرف ساختن آنها می‌پردازیم.

[لینک ویدیو](#)

~~~~~

## یک پژوهش جدید رویکرد ما را تایید می‌کند

اتفاقات بدی که در دوران کودکی می‌افتند چه تاثیری بر سلامتی ما دارند؟

**برگزیده مطالعه پژوهشی:** پژوهش جدیدی که در دانشگاه اوکلند انجام شده است نشان می‌دهد که وقایع بد دوران کودکی می‌توانند بر سلامتی ما اثر بگذارند. سلامت ذهنی آن دسته از بزرگسالان ساکن نیوزیلند که حداقل چهار واقعه ناخوشایند در دوران کودکی داشته‌اند تقریباً سه بار کمتر از کسانی است که هیچ مورد مشابهی را تجربه نکرده‌اند. ارسال شده توسط لیندا وایت

[لینک مقاله](#)

~~~~~

## مقاله‌ها / ویدئوهای قبلی پیشنهادی برای مرور:

۱. از مجموعه نتایج: مثالی از وینار - بهبودی درد استخوان لگن

۲. از مجموعه پلکان معجزات: من عاشق یک پروانه‌ام

۳. از مجموعه تجربیات روحانی: سگی به ملاقات صاحبش که فوت کرده است می‌رود

~~~~~

### 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

**وینار بعدی ما: در روز یکشنبه، ۲ ژانویه، در ساعت ۱۰ صبح به وقت غرب آمریکا برگزار می‌شود.**

عناوین آن بعدا اعلام می شوند.

~~~~~

### فایل ضبط شده وینار 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 وینارهای ضبط شده < وینارهای ۲۰۱۷ و بعد از آن < وینارهای شماره ۱۰۶ تا ۱۳۵ < شماره ۱۲۵ ایده‌هایی برای گروههای تمرینی کلیک کنید.

عناوین جالب آن از این قرارند:

۰:۰:۰۰ گری وینار را آغاز می کند. شری مقدمات را می گوید.

۰:۰۴:۵۴ گری به معرفی گابریل و کتابی که با همکاری او نوشته است می پردازد. گابریل هم راجع به ملانومای پوست می گوید.

۰:۱۸:۳۵ ماریان کارهایی را که در گروههای تمرینی انجام داده است برزسانی می کند.

۰:۲۶:۲۵ برد و پاملا سوالی از ماریان می پرسند و او جواب می دهد.

۰:۲۹:۰۰ دایان راجع به کاری که با شاگردانش می کند و اینکه چگونه آنان را هدایت می نماید تا ارتباط موثرتری با درمانگر نادیده بگیرند توضیح می دهد .

۱:۰۶:۰۹ جاگجیت راجع به بخش لذت حرفهای دایان نظر می دهد.

۱:۰۸:۱۳ شری هم راجع به کار گروهی نظر می دهد.

۱:۱۱:۰۴ گابریل راجع به عدم وابستگی به نتیجه نظر می دهد. دایان هم در این مورد می گوید.

۱:۱۴:۱۴ باربارا از تجربه مثبتی که در گروه داشته است می‌گوید. گری نظر می‌دهد.

۱:۱۷:۰۵ سوزانا سوالی از ماریان می‌پرسد و او جواب می‌دهد.

۱:۲۰:۵۰ تنزیل سوالی در مورد کار نیابتی می‌پرسد. شری و گری جواب می‌دهند.

۱:۲۸:۴۳ آتمور به گری یادآوری می‌کند که نویسنده کتاب "قدرت شفابخشی خنده" نورمن کازین است.

گری وینار را پایان می‌دهد.

~~~~~

## وسواس آندره ناپدید شد

این به وضوح نشان می‌دهد که اکنون وسواس چیزی مربوط به گذشته است.

**مقدمه گری کریگ:** لابد به یاد دارید که یکی از اعضای دوره اوای‌اف‌تی بهبودیهای خارق‌العاده‌ای در زمینه‌های ترس از جاهای شلوغ، حملات عصبی و مسائل مرتبط با آنها به دست آورده بود. ولی او با تعجب متوجه شد که مسائل وسواسی‌اش، بدون اینکه مستقیماً بر روی آنها کاری کرده باشیم، ظاهراً ناپدید شده‌اند. وقتی شواهد بیشتری از اینکه وسواسش از بین رفته است نصیبش شد نامه‌ای را که در زیر می‌بینید برایم نوشت.

**نامه آندره:** سلام گری، اکنون که در حال خواندن نامه‌ای که دیروز برایت نوشتم هستم خنده‌ام گرفته است. چند غلط‌املائی و انشایی در آن است. این به وضوح نشان می‌دهد که اکنون وسواس چیزی مربوط به گذشته است. اینکه نامه بی‌نقص نبوده و فکر می‌کردم وجود غلطها به معنی این است که به اندازه کافی خوب و زرنگ نیستم بالقوه می‌توانست موجب احساس حقارت شود و بعد هم مضطرب شوم.

هرگز به خودم اجازه نداده بودم غلط بنویسم و این امر هم به ندرت اتفاق می‌افتاد چون حداقل پنج شش بار نوشته‌هایم را می‌خواندم و غلط‌گیری می‌کردم. این کار برایم طاقت‌فرسا بود. حدس می‌زنی چه شد؟



بدون اینکه وقتم را صرف جزئیاتی بکنم که درواقع هیچ کسی اهمیتی به آنها نمی‌دهد کارهای خیلی بیشتری را به پایان می‌برم.

خود قبلی‌ام عمیقاً از اینکه وقت تو را تلف کرده است پوزش می‌طلبم. شاید اینکه می‌گویم چند غلط چیز مهمی نیست برای دیگران مفید باشد.

خیلی ممنون گری،

آندره

~~~~~

**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.