

۲ دی ۱۴۰۰، ۲۳ 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

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

[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) نکته امروز، (۲) درمانگر نادیده در حال کار: (الف) مسئله "به اندازه کافی خوب نبودن"، (ب) علت

نهایی، (۳) درمانگر نادیده از دید یک مبتدی باتجربه، (۴) مقالات/ ویدئوهایی برای مرور کردن، (۵)

کمک بیشتری نیاز دارید؟

برای اعضای دوره او ای اف تی - پیشرفته:

(۱) وینار بعدی ما، (۲) گروههای تمرینی باز هم بهبود می یابند، (۳) باز خورد تاثیرگذار درباره گروههای

تمرینی، (۴) یادآوری گروههای تمرینی

~~~~~

**نکته امروز**

به دلیل تعطیلات، این آخرین شماره خبرنامه در سال جاری است. خبرنامه بعدی در روز ۶ ژانویه منتشر

می شود.

~~~~~

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. دوستتان دارم، گری

~~~~~

### مسئله "به اندازه کافی خوب نبودن" برای ویرجینیا

یک جلسه "شروع خوب"

"این ویدیو باید خیلی مفید باشد چون اکثر ما با این مسئله روبرو هستیم."

ببینید ویرجینیا و من چگونه این مسئله متداول را عمیقا می‌کاویم. با سعی در تعریف کردن "به اندازه کافی خوب نبودن" شروع می‌کنیم و بعد قاب‌بندیهای مجدد متعددی انجام می‌دهیم تا از این باور شدیداً غیرمنطقی فاصله بگیریم.

در پایان هم یک جلسه خلاقانه با درمانگر نادیده داریم که شامل بالن هوای گرم، کیسه شن و "سنگهای پشیمانی" می‌شود. این ویدیو باید خیلی مفید باشد چون اکثر ما با این مسئله روبرو هستیم. می‌توانید خودتان را در این جلسه به شکلی که گویی ویرجینیا هستید غوطه‌ور سازید.

لینک ویدیو

~~~~~

علت نهایی تقریبا همه چیز

"ولی مزایایش برای آنان بیش از آسودگی از یک یا چند مسئله خاص است."

اکثر مردم به این دلیل به سراغ اوایافتی و درمانگر نادیده می‌روند که می‌خواهند به ناخوشی مشخصی پردازند. شاید آسیبی دیده‌اند که به کندی بهبود می‌یابد یا علائم بیماری، فوبیها و غیره موجب مشکلاتی برای آنان شده‌اند. در هر صورت بر این مسائل فوری تمرکز می‌کنند. حتی مشاهده‌گران عادی هم می‌توانند ببینند که در این زمینه‌ها موفقیت‌های چشمگیری داشته‌ایم.

ولی مزایایش برای آنان بیش از آسودگی از یک یا چند مسئله خاص است و موجب آرامش شخصی عمیقی می‌شود. در اینجا همان طور که خواهید دید به علت اصلی تقریبا هر ناخوشی که فکرش را بکنید می‌پردازیم.

ببینید آن رایان و من چگونه به سراغ جزئیات این موضوع مهم می‌رویم.

[لینک ویدیو](#)

~~~~~

## درمانگر نادیده از دید یک مبتدی باتجربه

می‌خواستم به سراغشان بروم، آنان را در آغوش بکشم و بگویم "آیا می‌دانید که چقدر عالی هستید و خدا چقدر شما را دوست دارد؟"

نوشته مارگارت آگارد

سلام گری

**مقدمه:** سالها از ایفای برای کمک به دیگران و نه برای خودم استفاده می‌کردم. چند سال قبل راجع به درمانگر نادیده خواندم و با خودم فکر کردم "آه، می‌دانم این چیست. همان روح‌القدس است. می‌توانم این کار را انجام دهم. تجربه ۵۰ سال ارتباط با او را دارم."

ولی هرگز به این فکر نیفتاده بودم که از آن به عنوان ابزاری خصوصا برای شفای دیگران استفاده کنم. این امر دلیلی داشت. برای خودم از آن استفاده می‌کردم تا از شرمساری ناشی از کارهای گذشته‌ام آسوده شوم.

**به اشتراک گذاشتن تجربیات:** چرا اینها را به دیگران می‌گویم؟ تجربیاتم و همین طور نظراتی را که راجع به نحوه بکارگیری روش تو دارم با دیگران به اشتراک می‌گذارم. ملاقات با کسانی که در این سفر همراه هستند عالی است. چند ماجرا هم دارم که شاید برایت جالب باشند. اینکه چگونه از آن استفاده می‌کنم، تلاشم برای اینکه روح همیشه همراهم باشد، چه چیزهایی از آن آموخته‌ام و اینکه در پاسخ به دعاهایم خدا/روح‌القدس/ درمانگر نادیده برای مردم چه می‌کند.

**چطور از آن استفاده می‌کنم:** هر روز موقع مرور فهرست کارهایی که باید انجام می‌دهم دعا می‌کنم "امروز از من می‌خواهی چه کنم و مرا در راههای بهتر و جدیدتری هدایت کن". من هم مثل تو آرزو دارم عده بیشتری از مردم و خصوصا رهبران دنیا این کار را انجام دهند. در آن صورت دنیا خیلی فرق می‌کند. متن کوتاهی را هم در این مورد نوشته‌ام. فکر می‌کنم آخرین پاراگراف آن را به خوبی درک می‌کنی: "قبلا سعی می‌کردم خوب باشم تا خدا مرا دوست داشته باشد. ولی اکنون سعی می‌کنم کارهای خوبی انجام دهم چون می‌دانم که خدا مرا دوست دارد. می‌خواهم همان عشق و آسودگی نصیب دیگران هم بشود. هر بار که این کار را می‌نمایم شاد می‌شوم."

**همچنین دعای متفکرانه هم انجام می‌دهم:** در حضور روح‌القدس ساکت می‌نشینم و مراقبه می‌کنم.

**قطع ارتباط:** یک روز صبح پس از آن که به کسی کمک کردم و با خودرو به سمت خانه می‌رفتم سبکی، سرخوشی و آرامش عمیقی را که وقتی او حضور دارد نصیبم می‌شود حس کردم. در مقابل چراغ قرمز توقف

کردم و خودرویی را که به آهستگی نزدیک می‌شد نگریستم. خیلی به من نزدیک بود و با این وجود انگار که تا ابد طول کشید تا برسد. بعد او پیچید و من هم با خودم فکر کردم "عجب! او پیچید و من هم می‌توانستم به جای توقف بییچم."

فورا حس کردم که ارتباطم با روح قطع شد. فقط همان آزار کوچک کافی بود. توانستم با بخشیدن خودم و آن راننده دوباره حضور او را حس کنم و این درس خوبی برایم بود. اکنون ترافیک را فرصتی برای بخشایش و مشاهده دیگران به همان نحوی که او می‌بیند می‌دانم.

**عشق ورزیدن به دیگران:** یک بار در جلسه‌ای سرگرم اندیشیدن به سایرین بودم. می‌دانستم که کار خوبی نمی‌کنم و با این وجود نمی‌توانستم جلوی خودم را بگیرم. این بود که از او خواستم "لطفا کمکم کن این افراد را همان طور که تو می‌بینی مشاهده کنم." انگار که پرده‌ها از جلوی چشمم کنار رفتند و آنان به چیزهای درخشنده‌ای در برابرم تبدیل شدند. اشکم جاری شد و احساس عشق و اعجاب به قدری در من قوی بود که می‌توانم بگویم تقریبا دردناک بود. می‌خواستم به سراغشان بروم، آنان را در آغوش بکشم و بگویم "آیا می‌دانید که چقدر عالی هستید و خدا چقدر شما را دوست دارد؟"

**حفظ ارتباط:** به عنوان فردی که در حال بهبودی است شدیداً نیاز دارم که در مقابل دیگران احساس مسئولیت کنم و درهم‌ریختگیهای آنان را برطرف سازم. به علاوه همیشه مراقب مردم هستم و تصمیمات آنان را مورد قضاوت و انتقاد قرار می‌دهم و می‌خواهم آنها را رفع و رجوع نمایم. یک روز به خدا گفتم "چطور دست از این همه قضاوت و انتقاد بردارم؟" او هم جواب داد "لازم نیست مشکلات آنان را برطرف کنی." خیلی آزاد شدم. اکنون هرگاه که خودم را در حال قضاوت دیگران می‌بینم به یاد می‌آورم که نیازی نیست مشکلات آنان را برطرف کنم. بدین ترتیب فورا آسوده می‌شوم و عشق جریان می‌یابد. در تمام آن مدت هم عشق در ورای قضاوتهایم وجود داشته است.

امسال سعی کرده‌ام مشکل دیگران را برطرف نکنم و به جای اینکه حواسم به آنان باشد به شفای خودم بپردازم. هرچند که به نظر خودخواهانه می‌رسد ولی حداقل برای امسال چنین وظیفه و رفتاری را در پیش دارم.

این روش کار امسال من با درمانگر نادیده است.

متشکرم گری!

مارگارت

~~~~~

مقاله‌ها / ویدئوهای قبلی پیشنهادی برای مرور:

۱. [از مجموعه نتایج: مثالی از یکی از وینارها - پیامی از طرف درمانگر نادیده](#)

۲. [از مجموعه پلکان معجزات: درسی از یک گل سرخ](#)

۳. [از مجموعه تجربیات روحانی: تجربه زیبای هلن بیتس](#)

~~~~~

### 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 [مدرك كامل 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، ۲ ژانویه، در ساعت ۱۰ صبح به وقت غرب آمریکا برگزار می‌شود.

عناوین آن بعداً اعلام می‌شوند.

~~~~~

### **گروههای تمرینی باز هم بهبود می‌یابند**

بروزرسانی توسط دکتر ماریان بیلیچ که مشاور برخی از گروههای تمرینی جدید است

سلام گری. از آنچه که این روزها در این گروه در حال وقوع است بسیار هیجان زده‌ام. امروز سومین ملاقات را با آنان داشتم و پس از گفتگو راجع به درس دوم یکی از آنان بر روی صندلی داغ نشست. عمق و شدت کاری که اعضا برای او کردند باور کردنی نبود.

سریعا وارد کار شدند و از درمانگر نادیده خواستند تجربیات دردناک دوران کودکی او را شفا و همین طور بینشها و پیامهایی هم به او بدهد.

همگی آنان!

شدت احساس طرد شدن از ۸ به صفر رسید. طرز فکر او نسبت به آن واقعه هم تغییر کرد و این همیشه علامت خوبی است. در پایان جلسه آزمایش کردیم و شدت صفر باقی مانده بود. هفته آینده باز هم بررسی خواهیم کرد.

آنان همچنین با در نظر گرفتن توصیه‌های من در حال ایجاد "قوانین گروه" هستند. مثلاً تصمیم گرفتند به جای اینکه گروه مثل گروهی که من دارم بدون مدیر باشد به نوبت مدیریت آن را بر عهده گیرند. این روش برای آنان نتیجه می‌دهد.

امروز راجع به همین موضوع با مری مک‌گروری صحبت می‌کردم و او گفت "انگار بسیاری از اعضای دوره اوای‌اف‌تی به فکر خرید یک خودروی معمولی بودند. ولی حالا فهمیده‌اند که می‌توانند به سراغ لامبورگینی بروند!"

به این می‌ماند که تولد گروهها یا خلق لامبورگینی را شاهد هستم.

به خاطر اینکه این فرصت را به من دادی از تو متشکرم

با عشق،

ماریان

~~~~~

بازخورد موثر درباره گروههای تمرینی

همان طور که می‌دانید دکتر ماریان بیلیچ به برخی از گروههای تمرینی در کار با درمانگر نادیده کمک می‌کند. و نهایتاً با همراهی مری مک‌گروری و نورما بیتریز راهنمایی‌هایی برای همه گروههای تمرینی خواهند نوشت. ولی تا آن زمان به این نظرات تشکرآمیز که از طرف اعضای گروهها ابراز شده‌اند توجه نمایید.

اکنون در حال کار بر روی یک مسئله مربوط به سلامتی هستم و به خاطر آن اندوه زیادی هم دارم. از کاری که دوشنبه با هم کردیم انگیزه گرفتم و چشمانم را بستم و گفتم "همه سلولهای بدنم را دوست دارم. هم آنهایی که بیمار هستند و هم سالمها را. تک تک آنها را." فوراً حس کردم درمانگر نادیده با من در اتاق است و می گوید "دختر، این همان روح است". عشق، گرما و سلامتی همه جسمم را پر کرد و این چیزی بود که قبلاً هرگز تجربه نکرده بودم.

از تو برای افزایش احساس عشق بسیار متشکرم!

از طرف کسی که نمی توانست در جلسه حضور یابد و مجبور شدیم برایش آن را ضبط کنیم: باورت نمی شود که چقدر از اینکه می توانم جلسه گروه را ببینم خوشحالم. وقتی آن را می بینم حس می کنم خیلی به تو نزدیکم. انگار که خیلی بیشتر از یک هفته است که با تو آشنا شده ام. بیست دقیقه پایانی آن را فردا خواهم دید. خیلی از تو متشکرم.

پس از جلسه به این فکر افتادم که آنچه را که وقتی درمانگر نادیده را دعوت کردیم به ذهنم رسید بر روی کاغذ بیاورم. ولی در عوض به فکر مسائل خانواده افتادم. امروز صبح که یادداشتها را می دیدم همان کار به یادم آمد. من هنرمند نیستم و با این وجود در زیر آنچه که می نوشتم تصاویری هم کشیدم و شاهد بودم که نور زیبایی به سراغ الف آمد تا او را شفا دهد.

در شکلی که کشیده بودم نوری الف را احاطه کرده بود و او طرد شده و تنها بود. سپس اطرافش را با چهره دیگران پر کردم و بدین ترتیب به خودم یادآوری شد که ما هرگز تنها نیستیم و درواقع با هم یکی هستیم. از همگی متشکرم.

درس دوم را خواندم تا برای جلسه روز دوشنبه آماده باشم. خوشحالم که ئی نه فقط روحا با ما است بلکه جسمش هم حضور دارد. به خاطر گروهمان بسیار شکرگزارم. هرچه سنم بالاتر می‌رود بیشتر قانون جذب را باور می‌کنم. پس از ملاقاتی که با هم داشتیم قویا حس می‌کنم تقدیر این بوده است که با هم باشیم و این کار معنوی را مشترکا انجام دهیم. امیدوارم به زودی باز هم شما را ببینم!

وقتی راجع به قانون جذب می‌خواندم و به گروه می‌اندیشیدم دریافتم که این در عمق وجودم حضور دارد. حتی بدون اینکه پیام بدهی هم این را آگاهانه باور داشتم. منتظر دیدار همه شما در روز دوشنبه هستم.

صبح همگی به خیر. امیدوارم حال همگی خوب باشد. دیشب خیلی خوب خوابیدم و امروز صبح خیلی آرام هستم. فیلم جلسه دیروز را دانلود کردم و دوباره به یاد آن صحنه‌ای که در مقابل شیرینی فروشی بودم افتادم. آنچه را که راجع به مادرم گفته بودند به یاد آوردم. ابتدا فکر کردم غمگینم ولی درواقع سردرگمی بود. این را با شدت ۵ و ۶ در چاکرای خورشیدی‌ام حس کردم. روش آرامش شخصی را انجام دادم و از درمانگر نادیده خواستم راه را برایم باز کند. خاطرات زیادی از دوران کودکی به یاد آمدند. فریادی نه از روی غم بلکه به خاطر اینکه خودم را به صورت کودکی شادمان دیدم کشیدم. از همگی برای کمک‌هایی که کردید متشکرم. این هم یکی دیگر از پایه‌های میز بود و اکنون می‌توانم آن را از جا بکنم. ولی همیشه باید حرف گری را به یاد داشته باشم که می‌گوید آزمایش، آزمایش، آزمایش چون بدین ترتیب سایر جنبه‌ها نیز رو می‌آیند. این بود که باز هم آزمایش کردم و احساس آرامش نمودم.

امیدوارم روز شکرگزاری به همه شما خوش بگذرد. فقط می‌خواستم به شما بگویم که این هفته‌ها چقدر
برایم شبیه به معجزه بوده‌اند. هیچ چیزی ثابت نیست و همه وضعیتها در حال نوسان هستند. دو تحولی که
در مورد دو وضعیت به کمک گروه و درمانگر نادیده داشته‌ام بسیار عظیم بوده‌اند. منتظر جلسه پنج‌شنبه
هستم.

سلام به همه بانوان گروه الهی. فقط می‌خواهم برای شما آخر هفته آرام و شادی را آرزو کنم. باورم نمی‌شود
که وقتی ارتعاش درستی داریم زندگی تا چه اندازه مراقب ما است. حس می‌کنم این موقعیت سعادت برایم
به حساب می‌آید. اینکه در میان چنین افراد حمایتگر و خوش‌قلبی هستم نیز سعادت مضاعفی برایم می-
باشد. آخر هفته‌ای عالی داشته باشید.

~~~~~

**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.