

۱۴ بهمن ۱۴۰۰، ۳ فوریه ۲۰۲۲



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) خنده درمانی امروز، (۲) مقدمه‌ای بر اندیشه نوین، (۳) درمانگر نادیده در حال کار: (الف) گذر از "من بی‌ارزش هستم"، (ب) عوارض جانبی واکسیناسیون به کمک درمانگر نادیده ناپدید می‌شوند، (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) بینشهایی درباره باورها، (۴) درد چهل ساله عشق به ناگهان ناپدید می‌شود، (۵) یادآوری گروه‌های تمرینی

~~~~~

**خنده درمانی امروز**

هرگاه ناراحت می‌شویم نگرستن به نوزادانی که می‌خندند می‌تواند درمانی برایمان باشد. چالش شما این است که این ویدیوی سه دقیقه‌ای را بدون اینکه بی‌وقفه بخندید ببینید.

[لینک ویدیو](#)

## بخشی از کتاب در مانگر نادیده

### مقدمه‌ای بر اندیشه نوین

نوآوری‌های خیلی جدید اغلب با تردید روبرو می‌شوند. دلیلش این است که باورهای قدیمی و باارزش باید زیر سوال بروند تا فکر بکر یا "اندیشه نوینی" جای آنها را بگیرد. این فرایند ممکن است مملو از هیجان باشد چون تفکر در این حیطة جدید خوشایند و محرک است.

مقاومت در برابر  
امری عادی و  
تمایل داریم  
را حتی اگر  
خدمت‌مان  
به آنها عادت



با این وجود  
این گونه تغییرات  
قابل درک است.  
باورهای قدیمی‌مان  
همیشه هم در  
نباشند قدر بدانیم.

کرده‌ایم. با آنها راحت هستیم. نشانگر چیزهایی هستند که به آنها باور و امید داریم و حقیقت می‌پنداریم. به همین دلیل مهمترین وظیفه‌ام در اینجا تثبیت پایه‌های اندیشه نوین در شما است. برخلاف انتظاری که شاید داشته باشید قصدم این نیست که اعتبار روش شفابخشی‌مان را ثابت نمایم. این بخش ساده کار است چون با بکارگیری آن بر روی مسائل خودتان می‌توانید اعتبار غیرقابل انکار آن را دریابید. برای درک بهتر مفهوم اندیشه نوین آن را به چند تکه قابل هضم تقسیم کرده‌ام که با توالی منطقی در ادامه می‌آیند.

ولی باید آماده باشید. اندیشه نوین احتمالاً خیلی از باورهای تان را به چالش می‌کشد.

## 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

~~~~~

گذر از "بی‌ارزش هستم"

یک جلسه "شروع خوب"

این ویدیو شاید به کار عده خیلی زیادی از مردم بیاید و لذا بهتر است به آن توجه کنید.

همان طور که خواهید دید، دیو وقتی بچه بود مدام مورد بدرفتاری و انتقاد واقع می‌شد. لذا تعجبی ندارد که باورهایی همچون اینها را دارد: "من بی‌ارزش هستم... مرا دوست ندارند... از من متنفرند!". او عقلا می‌داند که این باورها برایش پرهزینه‌اند و در بزرگسالی به ضرر او تمام می‌شوند ولی نمی‌داند چگونه از آنها بگذرد.

به این جلسه کامل "شروع خوب" توجه کنید که در آن درمانگر نادیده و من قاب‌بندیهای مجدد خلاقانه و متعددی را بکار می‌گیریم و از تشبیه‌هایی هم استفاده می‌کنیم تا از شدت این باورهای نهادینه شده بکاهیم و درب را به روی آزادی دیو باز کنیم. بسیاری از بینندگان می‌توانند خودشان را در این شرایط بگذارند و با همین رویکردها پیش بروند و به مزایایی دست یابند. شاید بخواهید امتحانش کنید.

[لینک ویدیو](#)

عوارض جانبی شدید واکسیناسیون به کمک درمانگر نادیده ناپدید می شوند

اکنون معنی شفای "غیرممکن" را می فهمم.

سوزان هم مثل خیلی از مردم پس از تزریق واکسن کووید به عوارض جانبی ناخواسته ای دچار شد. از میان این عوارض می توان به تپش مداوم قلب که با هر نوع ورزش هم بدتر می شد اشاره کرد.

در این ویدیو می بینید که چگونه به شکل موفقیت آمیزی با درمانگر نادیده کار کردیم و هم علائم جسمی و هم عوامل احساسی موثر در آن را هدف گرفتیم. وی این نامه را اندکی پس از جلسه برایم نوشت:

سلام گری،

به خاطر این تحولی که در چند روز گذشته نصیبم شده است هر قدر هم که از تو تشکر کنم کم است.

وقتی همراه با درمانگر نادیده به من کمک می کردی و چشمانم بسته بودند در جای دیگری بودم و می توانستم تغییرات را حس کنم. با راهنمایی های تو عوض شدن رنگها و حرکت انرژی را می دیدم. بسیار موزون بود.

پس از جلسه به نتایج عالی رسیدم. مفهوم سه چهار بار پریدن برایم وحشتناک بود چون عملاً غیرممکن بود. ولی پس از انجامش هیچ حسی نکردم. تپش قلبم هم به همراه سایر علائم از بین رفت و فقط احساسی در سمت چپ بدنم باقی مانده بود. این یکی از علائمی بود که آن را فراموش کرده بودم ولی آن هم پس از مدتی برطرف شد. اکنون معنی شفای "غیرممکن" را می فهمم.

متشکرم، سوزان

[لینک ویدیو](#)

مقاله‌ها / ویدئوهای قبلی پیشنهادی برای مرور:

۱. از مجموعه شفاهای غیرممکن: خونریزی میشل یک‌شبه ناپدید شد – غیرممکن است؟
۲. از مجموعه پرسش و پاسخ: چطور شدت ناراحتی ستون فقراتم را بسنجم
۳. از مجموعه اندیشه نوین: از ای‌اف‌تی تا کوزه طلا

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:

(فرستی غیر رایگان برای افراد حرفه‌ای و شاگردان بانگیزه)

وبینار بعدی ما: در روز یکشنبه، ۳۰ ژانویه، در ساعت ۱۰ صبح به وقت غرب آمریکا برگزار می‌شود.

این بار هم به تلاشمان برای بالاتر بردن "سقف باورها" ادامه می‌دهیم. در این مجموعه "آن سی" داوطلب شده است و بسیار امیدوارم که آینده‌ای عالی نصیب هر کسی که در آن شرکت کند شود.

~~~~~

### **فایل ضبط شده وبینار اخیر ما آماده است**

برای دسترسی به آن کافی است وارد حساب کاربری خود در دوره اوای‌اف‌تی شوید و در منوی سمت چپ روی وبینارهای ضبط شده > وبینارهای ۲۰۱۷ و بعد از آن > شماره ۱۰۶ تا ۱۳۵ > بالا بردن سقف باورها – قسمت دوم "آن" کلیک کنید.

عناوین جالب آن از این قرارند:

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

۰:۰۴:۳۲ شری جزئیات دوره فشرده‌اش را که به زودی برگزار می‌شود می‌گوید.

۰:۰۸:۵۷ گری بازخوردها و مفاهیم وبینار قبلی را مرور می‌کند. شری و آن نظر می‌دهند.

۰:۴۱:۱۷ باربارا از کوچک شدن اندازه سینه‌هایش و سپس بزرگ شدن آنها می‌گوید. آن نظر می‌دهد.

۰:۵۲:۵۴ گری و آن راجع به جلسات قبلی که با هم داشتند حرف می‌زنند. سپس یک جلسه کامل با درمانگر نادیده دارند.

۱:۴۳:۴۴ گری خداحافظی می‌کند.



## لیندا برامت بینشهای حاصل از وینار ۱۲۷ درباره باورها را شرح می دهد

"به نظرم این تاییدی بر آن است که ما موهومی هستیم و لذا هر چیزی را که لازم باشد می توانیم تغییر دهیم."

سلام گری،

وقتی مقدمه این مجموعه جدید را که برای بالاتر بردن سقف باورهایمان طراحی کرده ای شرح می دادی چند چیز به ذهنم رسیدند.

فکر من: اگر ما واقعا موهومی باشیم پس هر چیزی ممکن است.

جالب هم این بود که به تازگی برای چهارمین بار مطالعه دوره ای در معجزات را شروع کرده بودم. یکشنبه به درس ۱۵ رسیده بودم که می گفت "افکارم تصاویر ساخته خودم هستند". همیشه خیالاتی در مورد خودم دارم و یادم می آید که از ابتدای دوره دبیرستان همین طور بوده ام. به نظرم این تاییدی بر آن است که ما موهومی هستیم و لذا هر چیزی را که لازم باشد می توانیم تغییر دهیم. همان طور که کسی می تواند فیلمی را تدوین کند، صحنه هایی را از آن حذف یا به آن اضافه کند یا نتیجه آن را تغییر دهد.

پس چرا ما نتوانیم؟

درمانگر نادیده خوابی را که در سال ۲۰۱۶ دیده بودم به یادم آورد. آن را در کتابچه ام این طور نوشته ام:

بیرون از خانه روی نردبانی ایستاده بودم و از بالای یک دیوار ۳ و نیم متری زمین مسطحی را می دیدم. می خواستم بدانم که آیا کسی آن را تمیز کرده است یا نه. سپس فردی که در سمت چپم قرار داشت گفت "چرا از آن دربی که قفل نشده است وارد زمین نمی شوی؟" به او گفتم "چرا وقتی می توانم از یک دیوار ۳ و نیم متری بالا بروم از درب وارد شوم؟" پس از آنکه این خواب را نوشتم این فکر را هم نوشتم: آیا این زندگی من است؟ آیا در حالی که در بهایی به رویم باز هستند در تقلای بالا رفتن از دیوارها هستیم؟

امروز باور دارم که آن دیوار نفسم را نشان می‌دهد. سعی می‌کنم با آن از موانع عبور کنم و تو، گری، همان کسی هستی که قفل درب آن زمین را باز کردی. اکنون باید تصمیم بگیرم که بر روی نردبام بمانم و نگاه کنم یا از درب بگذرم. فکر می‌کنم درب را انتخاب نمایم. بسیار مشتاقم که بدانم این ما را به کجا می‌برد.

**نوشته‌های روی دیوارهای ما - کاخ فرصتها:** نوشته‌های روی دیوارهای من: اتاق بزرگی است که

دیوارهای بلندی دارد و بر روی دیوارها چیزهایی نوشته شده‌اند. ولی یکی از دیوارها که بلند هم هست هیچ نوشته‌ای نداشت. به رنگ خاکستری بود و از پایین آن افراد خیلی کوچکی بودند که محو می‌شدند. سایه-هایی در تاریکی به رنگهای قهوه‌ای و خاکستری بودند و با هم می‌خواندند و به سوی تاریکی می‌رفتند. وقتی به گوشه دیوار رسیدند به کلی ناپدید شدند. آنها دیگر هیچ جایی در اتاق یا بر روی دیوارهایم ندارند. آنها همان کسانی بودند که قبلاً برایشان کار می‌کردم و بر علیه من موضع می‌گرفتند. دیوارهایم قبلاً مملو از نوشته‌های آنان بود و الان دیگر تقریباً هیچ چیزی از آن موارد باقی نمانده است.

این به نوعی نشان می‌دهد که به کلی خودم را از وقایع منفی سالیان کاری‌ام رها کرده‌ام. مطمئن نیستم که این چیزها اکنون چه ربطی به وینار شماره ۱۲۷ دارند.

**تو تشبیه اسفنج عشق را وارد کار ساختی:** در اتاقم هستم و نوشته‌ها روی دیوارها هستند. در حالی که

اسفنج عشقم پر می‌شود من هم بزرگتر می‌شوم و لذا اتاق جای خالی کمتری دارد. اسفنج عشقم در ابتدا به شکل "باب اسفنجی" است و بعد جدی‌تر می‌شود و به شکل جسمم درمی‌آید. می‌بینم که درمانگر نادیده دست "آن" را می‌گیرد و او را آماده می‌کند تا از اتاق بیرون رود. من هم دست دیگر "آن" را می‌گیرم. بعد فکر عجیبی به ذهنم می‌رسد. آیا این درمانگر نادیده من است که دست او را گرفته است؟ آیا دو درمانگر نادیده وجود دارند؟ وقتی درمانگر نادیده را می‌بینیم که از فردی که عشق به سویس می‌فرستیم حمایت می‌کند آیا با هم یکی می‌شویم یا خود روحانی ما به صورت جداگانه نشان داده می‌شود؟

تو از ۱۲۰ تن خواستی که عشق به سوی "آن" بفرستند و لذا آن ۱۲۰ تن باید در اتاق آن می‌بودند یا فقط یک تن؟ آیا اینها به نظرت معقول می‌آیند یا فقط حرفهای نفسم هستند؟ پاسخ گری کریگ: عشق وقتی به اشتراک گذاشته شود بیشترین فایده را دارد. فرقی هم نمی‌کند که چطور آن را انجام دهیم.

در انتها هم یک فکر دیگر داشتم. "آن" معلم است و به ما یاد می‌دهد که چگونه از موهبت‌هایی که خدا به ما داده است به نحو احسن استفاده کنیم.

وبینار عالی بود! متشکرم!

با عشق، لیندا برامت

~~~~~

درد عشق ۴۰ ساله کارن کلی به ناگهان ناپدید می‌شود

"یک شب بر روی صندلی راحتی نشسته بودم و خیالپردازی می‌کردم..."

سلام گری،

قبلا با هم راجع به درد عشق ۴۰ ساله‌ای که داشتم (دوست پسر مرا رها کرده بود) حرف زده بودیم. آن درد هرگز از میان نمی‌رفت. با تو و درمانگرهای گوناگون به روش اوای‌اف‌تی و روشهای پیشین به آن پرداخته بودم.

لایه‌های پیاز یکی‌یکی کنده شدند. اخیرا پس از یک جلسه ظاهرا موفقیت‌آمیز اوای‌اف‌تی که خودم انجام دادم یک لایه دیگر رو آمد. فکر کردم این هم باید فایده‌ای برایم داشته باشد و لذا تصمیم گرفتم برای آن تجربه و در کنار او بودن در آن سالها و همین‌طور احساسی که داشتم و هر چیز دیگری که به آن مربوط بود و به ذهنم می‌رسید شکر کنم.

سپس یک شب بر روی صندلی راحتی نشسته بودم و خیالپردازی می‌کردم و ذهنم به همه جا می‌رفت. به ناگهان و بی هیچ مقدمه‌ای درمانگر نادیده پرده را کنار زد و نشانم داد آن عشقی که فکر می‌کردم باید داشته باشم و بدون آن زنده نمی‌مانم فقط یک توهم بوده و اصلا عشق نبوده است.

نهایتاً معلوم شد که به جای اینکه عشق را در وجود خودم جستجو کنم به دنبال آن در خارج از وجودم بودم. این را عقلاً هم می‌دانستم ولی این قاب‌بندی مجدد هرگز به طور کامل برایم جا نیفتاده بود تا اینکه درمانگر نادیده مرا در شرایطی که پذیرا بودم گیر آورد و یک لحظه "آهان" برایم پدید آورد. سرانجام توانستم دست از آن رشته بردارم و می‌توانم بگویم که آزاد شدم. تو، گری، (و شری و گابریل و دیگران) و اوای‌اف‌تی نقش مهمی در رهایی من داشتید و از این بابت قدردان شما هستم. از صمیم قلبم از شما تشکر می‌کنم.

کارن

~~~~~

**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.