

فهرست منابع آموزشی ای اف تی

فروردین ۱۴۰۱

تهیه شده توسط فرهاد فروغمند نماینده تام‌الاختیار گری کریگ (بنیانگذار ای اف تی)

www.EFT.ir

کانال تلگرام @FarhadForughmand

پیج اینستاگرام @EFT_FarhadForughmand

کانال آپارات aparat.com/forughmand

این فهرست در اوایل هر ماه بروز می‌شود و منابع جدید به رنگ سبز در آن نمایش داده می‌شوند. برای دریافت آخرین نسخه آن می‌توانید به [بخش اخبار در سایت فارسی ای اف تی](#) مراجعه کنید.

لطفاً به نکات زیر توجه کنید:

- ۱- کلیه مطالبی که در اینجا می‌بینید با رضایت کامل صاحب اثر (گری کریگ بنیانگذار ای اف تی) تهیه شده‌اند و برخلاف آنچه که شاید در جاهای دیگر ببینید کاملاً حلال هستند.
- ۲- برای فراگیری ای اف تی از کتاب و فیلمهای استاندارد طلایی شروع کنید. اینها را گری کریگ تهیه کرده است و هیچ منبع آموزشی بهتری در دنیا وجود ندارد. به طور کامل ترجمه و دوبله شده و رایگانند. استفاده از هر منبع دیگری فقط و فقط اتلاف وقت و پول شما خواهد بود. مراقب باشید!!
- ۳- کلیه مطالبی که لینک آنها را در این صفحه می‌بینید به فارسی ترجمه شده‌اند و هیچ کلیپ بدون ترجمه‌ای در اینجا نیست.

۴- هیچ دوره تخصصی ای اف تی (ثروت، لاغری، روابط، چاکرا، معنویت و غیره) نمی تواند وجود داشته باشد. هر کسی که چنین چیزهایی را ارائه می دهد قطعاً، در زمینه ای اف تی، ادعایی بسیار فراتر از سوادش دارد، فقط کلی گویی می کند و در واقع در مطالب آب می بندد. دوره ثروت به همین منظور در اینجا آمده است تا ببینید که چطور می توان دوره های کم اثری تهیه و به مردم بی خبر عرضه کرد.

۵- ارزش منابع رایگانی که در این فهرست می بینید بیش از مجموع منابعی است که از هر جای دیگری، در قبال پرداخت پول، برای فراگیری ای اف تی می توانید تهیه کنید. مراقب جیبتان باشید و پولتان را دور نریزید.

۶- برای آموزش بیشتر می توانید در [دوره جامع ای اف تی](#) شرکت کنید. این تنها دوره ای است که مورد تایید گری کریگ می باشد و هیچ دوره دیگری در دنیا حتی به گرد پای آن هم نمی رسد.

۷- این فهرست شامل هزاران صفحه مطلب و ۶۹:۱۷ ساعت فیلم است و هر ماه بیشتر هم می شود.

فهرست جداول

کتاب و کلیپهای استاندارد طلایی	رایگان	۶:۳۷ ساعت	صفحه ۵
کلیپهای ای اف تی ضربه ای	رایگان	۱۱:۳۶ ساعت	صفحه ۹
کلیپهای اندیشه نوین	رایگان	۲:۳۴ ساعت	صفحه ۱۳
کلیپهای اپتیمال ای اف تی	رایگان	۳۴:۲۸ ساعت	صفحه ۱۵
فیلم مستند شش روز در اداره سربازان قدیمی	رایگان	۱:۱۹ ساعت	صفحه ۱۹
کتاب کسب و کار ای اف تی	رایگان	کامل (سیزده فصل)	صفحه ۲۰
کتاب کاخ فرصتها	رایگان	کامل	صفحه ۲۱

کتاب اپتیمال ای اف تی و کلیپهای آن	رایگان	کامل	صفحه ۲۲
کتاب درمانگر نادیده و کلیپهای آن	رایگان	کامل	صفحه ۲۵
دوره ای اف تی ثروت	رایگان	کامل	صفحه ۲۷
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ	رایگان	از بهمن ۱۳۹۶ به بعد	صفحه ۳۵
لینک منابع آموزشی ای اف تی (فارسی) در یوتیوب	رایگان		از صفحه ۴۵ تا آخر
اپلیکیشن کاربرد ای اف تی (ایده آن متعلق به فرهاد فروغمند و به صورت مستقل از گری کریگ در دست تهیه است. نام و لینک آن بعدا اعلام می-شود.)			
<u>ای اف تی برای وسواس ۴۱ دقیقه</u>			۶۵۰۰۰ تومان
<u>دوره بی اس اف اف</u>			۳۹۸۰۰۰ تومان
<u>بازاریابی ای اف تی ۳ ساعت و ۴۵ دقیقه</u>			۲۲۵۰۰۰ تومان
<u>ایموشن کد ۶ ساعت و ۳ دقیقه</u>			۱۹۰۰۰۰ تومان
<u>بادی کد ۸ ساعت و ۹ دقیقه</u>			۲۵۷۰۰۰ تومان
<u>ایموشن کد و بادی کد (با هم و با تخفیف) ۱۴ ساعت و ۱۲ دقیقه</u>			۳۹۵۰۰۰ تومان

درمان سه بعدی T۳ ۲ ساعت و ۳۹ دقیقه	۱۱۲۰۰۰ تومان
زبان بدن ازدواج ۳ ساعت و ۲۶ دقیقه	۱۵۶۰۰۰ تومان
زبان بدن دروغگو	۶۷۰۰۰ تومان
کوانتوم تاچ ۵ ساعت و ۳ دقیقه	۱۷۹۰۰۰ تومان
ترک سیگار به روش آلن کار ۱ ساعت و ۶ دقیقه	۷۷۰۰۰ تومان
سمینار هو اوپونوپونو ۷ ساعت و ۴۰ دقیقه	۲۱۲۰۰۰ تومان
سمینار محدودیت صفر ۶ ساعت و ۳۶ دقیقه	۲۴۹۰۰۰ تومان
دو سمینار هو اوپونوپونو و محدودیت صفر (با هم و با تخفیف) ۱۴ ساعت و ۱۶ دقیقه	۳۹۷۰۰۰ تومان
درمانگر نهایی - ای اف تی ۱۲ ساعت و ۴۷ دقیقه	۵۷۳۰۰۰ تومان

فهرست کتاب استاندارد طلایی ای اف تی و ۵۴ کلیپ آن

دوبله و زیرنویس فارسی به مدت جمعا ۶:۳۷ ساعت

با مشاهده این کلیپها ای اف تی را به صورت اصولی یاد می گیرید.

مدت (دقیقه)	عنوان	ردیف
	کتاب ای اف تی استاندارد طلایی ۲۰۱۸	۱
۹:۳۲	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۰۱	۲
۸:۴۷	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۰۲	۳
۶:۵۳	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۰۳	۴
۴:۳۹	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۰۴	۵
۸:۵۴	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۰۵	۶
۳:۲۲	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۰۶	۷
۸:۲۱	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۰۷	۸
۱۱:۱۰	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۰۸	۹
۷:۴۹	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۰۹	۱۰
۲:۵۷	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۱۰	۱۱
۱۸:۳۳	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۱۱	۱۲
۹:۰۶	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۱۲	۱۳
۱:۲۷	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۱۳	۱۴
۱۲:۰۹	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۱۴	۱۵

۵:۲۱	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۱۵	۱۶
۴:۰۹	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۱۶	۱۷
۷:۵۶	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۱۷	۱۸
۳:۲۴	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۱۸	۱۹
۲۹:۱۴	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۱۹	۲۰
۱:۲۵	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۲۰	۲۱
۸:۱۶	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۲۱	۲۲
۳:۰۳	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۲۲	۲۳
۱۳:۱۳	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۲۳	۲۴
۱۱:۴۲	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۲۴	۲۵
۲:۳۰	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۲۵	۲۶
۱۰:۱۵	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۲۶	۲۷
۱۲:۰۸	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۲۷	۲۸
۱:۰۹	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۲۸	۲۹
۲:۲۷	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۲۹	۳۰
۳:۲۷	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۳۰	۳۱
۴:۳۲	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۳۱	۳۲
۲:۵۱	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۳۲	۳۳
۳:۳۱	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۳۳	۳۴

۲۰:۵۴	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۳۴	۳۵
۱۴:۵۵	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۳۵	۳۶
۷:۴۹	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۳۶	۳۷
۴:۳۵	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۳۷	۳۸
۲:۳۷	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۳۸	۳۹
۴:۰۰	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۳۹	۴۰
۲:۳۲	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۴۰	۴۱
۲:۵۷	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۴۱	۴۲
۱:۴۳	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۴۲	۴۳
۱۱:۱۵	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۴۳	۴۴
۱۹:۰۴	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۴۴	۴۵
۳:۴۵	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۴۵	۴۶
۳:۰۰	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۴۶	۴۷
۱:۵۳	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۴۷	۴۸
۶:۴۰	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۴۸	۴۹
۱:۴۸	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۴۹	۵۰
۱۸:۲۶	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۵۰	۵۱
۶:۴۷	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۵۱	۵۲
۴:۱۳	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۵۲	۵۳

۴:۲۶	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۵۳	۵۴
۴:۵۸	ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان ۵۴	۵۵

فهرست ۷۶ کلیپ ای اف تی ضربه‌ای با زیرنویس فارسی به مدت جمعا ۱۱:۳۶ ساعت

با مشاهده این کلیپها، علاوه بر آشنایی با ای اف تی ضربه‌ای، روش گری کرینگ در ریشه‌یابی را هم می‌بینید.

مدت (دقیقه)	عنوان	ردیف
۱۴:۵۳	راه دیگری برای یافتن مسائل ریشه ای در ای اف تی	۱
۱۰:۳۰	ای اف تی برای بخشیدن کسی	۲
۱۱:۳۳	نکات خنثی سازی خاطرات با استفاده از ای اف تی	۳
۸:۴۵	نتایج حاصل از ای اف تی نیابتی	۴
۱:۳۵	ضربات ای اف تی برای بی خانمانها	۵
۲:۰۳	ضربات ای اف تی برای خروپف	۶
۱۹:۲۱	دنبال کردن درد در ای اف تی	۷
۴:۴۱	در ای اف تی اگر نتوانم خاطره ای را به یاد بیاورم چه کنم؟	۸
۶:۲۸	در ای اف تی با کسی که نیاز به کنترل کردن دارد چه کنیم؟	۹
۱:۰۴	ای اف تی باعث اجتناب از جراحی می شود	۱۰
۳:۱۰	اهمیت کار بر روی وقایع خاص در ای اف تی	۱۱
۴:۲۵	استفاده حرفه ای از ای اف تی بر روی اعتیاد به سیگار	۱۲
۱۶:۳۷	تاثیر ای اف تی روی یک فرد بی خانمان و معتاد	۱۳
۲۵:۴۷	تاثیر ای اف تی روی خاطرات ناگوار کودکی	۱۴
۶۴:۵۶	ای اف تی نیابتی برای بیماری زوال عقل	۱۵
۴:۱۴	ای اف تی برای مسئله جویدن	۱۶
۱۸:۲۵	ای اف تی برای لکه های روی پوست	۱۷

۲:۳۸	ای اف تی برای ترس از عمل جراحی	۱۸
۳۳:۴۷	ای اف تی برای ترس از صحبت کردن در جمع	۱۹
۴۱:۰۴	آموزش ای اف تی نیابتی (غیابی) توسط گری کریگ	۲۰
۳۴:۲۵	آموزش ای اف تی نیابتی (غیابی) توسط گری کریگ ۲	۲۱
۳۴:۳۹	استفاده مبتدیان از ای اف تی بر روی مسائل جسمی	۲۲
۳:۰۶	نظر گری کریگ درباره قانون جذب - دوبله فارسی	۲۳
۳۵:۲۳	ریشه یابی موانع موفقیت در کسب و کار	۲۴
۳۳:۴۷	ای اف تی برای ترس از صحبت کردن در جمع	۲۵
۱۹:۰۰	ای اف تی برای آسیب مغزی	۲۶
۵۳:۲۱	ای اف تی نیابتی برای کودک مبتلا به نشانگان داون و اوتیسم	۲۷
۳۳:۴۰	ترس از صحبت کردن در جمع	۲۸
۱۱:۰۵	وقتی درد برمی گردد	۲۹
۲:۴۳	ای اف تی برای دردها	۳۰
۴:۲۳	انعکاس از مسائل کودکی	۳۱
۳:۰۶	ای اف تی - برطرف شدن زانودرد شدید	۳۲
۱:۱۸	نتایج ای اف تی	۳۳
۶۵:۳۶	مصاحبه گری کریگ درباره روش خطرناک ای اف تی سریع	۳۴
۲:۳۷	تاثیر آب خوردن بر ای اف تی	۳۵
۰:۴۵	آه کشیدن در حین انجام ای اف تی	۳۶
۰:۵۰	وقتی دچار احساسات شدید می شویم چه کنیم؟	۳۷

۰:۴۲	وقتی خاطره ای به یاد نمی آید چه کنیم؟	۳۸
۱:۴۱	وامگیری مزایا چیست	۳۹
۱:۴۵	واقعه خاص یعنی چی؟	۴۰
۴:۴۸	نظر گری کریگ درباره دوره های ای اف تی ثروت و مدرسان آنها	۴۱
۰:۲۸	گفتن جملات به جای فرد	۴۲
۱:۵۸	فریاد بزیند	۴۳
۰:۴۵	فرق ای اف تی با روان درمانی رایج	۴۴
۰:۳۷	عکس العمل با تاخیر	۴۵
۹:۲۲	طرز کار ای اف تی	۴۶
۱:۲۰	شوخی با گری کریگ	۴۷
۱:۳۱	درمان اسکیزوفرنی با ای اف تی؟	۴۸
۰:۵۸	سنجش شدت	۴۹
۰:۳۴	روش آرامش شخصی	۵۰
۱:۰۹	دنباله چیست؟	۵۱
۰:۴۵	جمله سازی با کمک خود فرد	۵۲
۰:۳۶	تغییر جای درد	۵۳
۰:۲۶	تغییر جنبه	۵۴
۰:۴۱	تغییر تصویر خاطره	۵۵
۱:۰۵	تشبیه رویه و پایه های میز	۵۶
۲:۳۴	ترکیب تجسم خلاق با ای اف تی	۵۷

۰:۳۸	تاثیر یک جلسه ای اف تی بر ام اس	۵۸
۰:۵۶	تاثیر وامگیری مزایا	۵۹
۰:۳۳	تاثیر قاب بندی مجدد	۶۰
۴:۵۵	پیام گری کریگ بنیانگزار ای اف تی به فارسی زبانها	۶۱
۰:۳۷	بهترین موقع ضربه زدن	۶۲
۰:۴۲	بهترین موقع ضربه زدن ۲	۶۳
۰:۲۷	آیا همیشه به نتیجه دلخواه می رسیم؟	۶۴
۰:۳۷	آیا گری کریگ به پزشک مراجعه می کند؟	۶۵
۱:۴۵	ای اف تی و سرطان	۶۶
۱:۱۵	ای اف تی و درد	۶۷
۵:۰۸	ای اف تی کی و چگونه به وجود آمد؟	۶۸
۰:۳۰	ای اف تی برای لکنت زبان	۶۹
۱:۲۵	ای اف تی برای بیماریهای جدی	۷۰
۰:۳۵	ای اف تی برای بهبود بینایی	۷۱
۱:۲۲	ای اف تی بدون جمله	۷۲
۰:۱۴	استفاده از نقاط جایگزین	۷۳
۰:۳۵	استفاده از ای اف تی بر روی ام اس	۷۴
۲:۴۸	استاندارد طلایی ای اف تی چیست؟	۷۵
۰:۴۶	از خود فرد بپرسید	۷۶

فهرست کتاب و کلیپهای اندیشه نوین جمعا به مدت ۲:۳۴ ساعت

مدت (دقیقه)	اسم	ردیف
۰:۲۳	مقدمه اندیشه نوین	۱
۴:۱۴	اندیشه نوین ۱ - آسیب به مغز	۲
۵:۴۴	اندیشه نوین ۲ - اوتیسم	۳
۱۰:۲۶	اندیشه نوین ۳ - از ای اف تی تا کوزه طلا	۴
۴:۳۸	اندیشه نوین ۴ - چگونه عاشق یک پروانه شوید؟	۵
۲:۲۰	اندیشه نوین ۵ - درمان منحصر به فرد برای ام اس	۶
۵:۱۵	اندیشه نوین ۶ - از درمانگر نادیده بپرسید تا در وقت صرفه جویی کنید	۷
۲:۳۲	اندیشه نوین ۷ - سردردهای میگرنی، هدف گرفتن علت	۸
۴:۳۹	اندیشه نوین ۸ - آیا گری سایر آموزشهای ای اف تی را تایید می کند؟	۹
۱۰:۴۳	اندیشه نوین ۹ - انقلاب در دعا - مثال روابط	۱۰
۴:۵۱	اندیشه نوین ۱۰ - آیا درمانگر نادیده کافی است؟	۱۱
۲:۲۴	اندیشه نوین ۱۱ - ای اف تی نیابتی چرا نتیجه می دهد؟	۱۲
۵:۰۷	اندیشه نوین ۱۲ - شفاهای غیر ممکن ما	۱۳
۵:۴۷	اندیشه نوین ۱۳ - آیا درمانگر نادیده در اختیار ما مداخله می کند؟	۱۴
۶:۱۶	اندیشه نوین ۱۴ - چرا خاطرات بد باز می گردند؟	۱۵
۳:۳۷	اندیشه نوین ۱۵ - آیا می توانم یک نت بالاتر را بخوانم؟	۱۶
۶:۰۴	اندیشه نوین ۱۶ - یک درمان نهایی برای همه چیز	۱۷

۶:۴۹	اندیشه نوین ۱۷ - نظراتی در مورد پلکان معجزات	۱۸
۲:۳۴	اندیشه نوین ۱۸ - همه ما مسائل مشابهی داریم	۱۹
۲:۱۷	اندیشه نوین ۱۹ - آیا باید فردی معنوی باشم؟	۲۰
۳:۲۷	اندیشه نوین ۲۰ - اپتیمال ای اف تی چیست؟	۲۱
۲:۴۷	اندیشه نوین ۲۱ - مقایسه اپتیمال ای اف تی با ای اف تی ضربه ای	۲۲
۲:۳۱	اندیشه نوین ۲۲ - لکنت زبان	۲۳
۳:۳۱	اندیشه نوین ۲۳ - کلمات درست در ای اف تی ضربه ای چیستند؟	۲۴
۵:۱۹	اندیشه نوین ۲۴ - دنیا توهم است	۲۵
۳:۰۶	اندیشه نوین ۲۵ - گستاخی حسهای ما	۲۶
۲:۴۶	اندیشه نوین ۲۶ - نشانگان روده تحریک پذیر یا آی بی اس	۲۷
۳:۳۰	اندیشه نوین ۲۷ - ما تازه شروع کرده ایم	۲۸
۷:۲۳	اندیشه نوین ۲۸ - اپتیمال ای اف تی، از ساده تا پیشرفته	۲۹
۴:۲۳	اندیشه نوین ۲۹ - آیا همه در زندان هستند؟	۳۰
۱:۴۰	اندیشه نوین ۳۰ - آیا باید عاشق شما باشم؟	۳۱
۳:۲۲	اندیشه نوین ۳۱ - آگاهی در اینجا است	۳۲
۱:۳۱	اندیشه نوین ۳۲ - یاد بگیریم گوش دهیم	۳۳
۲:۳۷	اندیشه نوین ۳۳ - کار کردن با هم	۳۴
۱:۵۴	اندیشه نوین ۳۴ - آزادی واقعی چیست؟	۳۵
۲:۳۸	اندیشه نوین ۳۵ - بالاترین مشاور	۳۶
۴:۵۵	اندیشه نوین ۳۶ - کلیات او ای اف تی	۳۷

فهرست ۷۸ کلیپ اپتیمال ای اف تی به مدت جمعا ۳۴:۲۸ ساعت

مدت	نام	ردیف
۱۱:۵۸	نتیجه جادویی حاصل از اپتیمال ای اف تی	۱
۱۲:۳۰	یک شفای غیرممکن توسط درمانگر نادیده	۲
۲۳:۲۲	نتایج غیرمنتظره حاصل از کار با درمانگر نادیده	۳
۱۰۷:۵۵	ریشه یابی بیماری با اپتیمال ای اف تی	۴
۶:۲۸	آگاهی از جانب درمانگر نادیده	۵
۲۳:۰۶	استفاده از درمانگر نادیده برای ناخوشیهای جسمی	۶
۱۳:۵۸	نتایج متعدد و غیرممکن حاصل از اپتیمال ای اف تی	۷
۷:۴۳	نتایج غیرممکن حاصل از کار با درمانگر نادیده	۸
۱۱:۲۷	موقع انجام اپتیمال ای اف تی به درمانگر نادیده گوش دهید	۹
۳۲:۱۷	گری کریگ در مورد استفاده از ای اف تی بر روی بیماری ای ال اس راهنمایی میکند	۱۰
۱۵:۰۵	چطور صدای درمانگر نادیده را تشخیص دهیم؟	۱۱
۲۰:۳۸	برطرف شدن مشکل ۳۰ ساله دستگاه گوارش با اپتیمال ای اف تی	۱۲
۷:۱۳	کلام مشخص، راهی برای کار عمیقتر در ای اف تی است	۱۳
۱۹:۲۱	روش برقراری ارتباط با درمانگر نادیده	۱۴
۲۰:۴۸	چگونه با اپتیمال ای اف تی به بخشش حقیقی برسیم؟	۱۵
۱۹:۱۹	تردید در کار با درمانگر نادیده	۱۶

۱۴:۳۷	نتایج غیرممکن یک پزشک با اپتیمال ای اف تی	۱۷
۸:۲۹	نتایج یک مبتدی از اپتیمال ای اف تی	۱۸
۲۲:۴۸	نظرات اولیه گری کریگ در مورد اپتیمال ای اف تی	۱۹
۳۳:۵۰	ریشه یابی مسائل مالی با اپتیمال ای اف تی	۲۰
۱۵:۳۸	ای اف تی - مسئله احساسی است یا منطقی؟	۲۱
۴۴:۳۰	اپتیمال ای اف تی برای یک مسئله بینایی	۲۲
۶۱:۱۶	اپتیمال ای اف تی برای مسئله هیچ کسی مرا نمی خواهد	۲۳
۹:۱۳	ریشه یابی به کمک درمانگر نادیده	۲۴
۳۹:۴۵	درمانگر نادیده و دستهای دردناک	۲۵
۶:۰۵	در اپتیمال ای اف تی مسائل را روی میز بگذارید	۲۶
۹:۳۸	جریان یافتن انرژی به هنگام بکارگیری اپتیمال ای اف تی	۲۷
۶:۳۶	تجربه معنوی حاصل از اپتیمال ای اف تی	۲۸
۷۶:۳۳	بهبود سرگیجه و اضطراب با اپتیمال ای اف تی	۲۹
۱۶:۵۶	از کجا بدانم که در هنگام استفاده از ای اف تی کارم را درست انجام میدهم؟	۳۰
۵۰:۳۵	اپتیمال ای اف تی نیابتی به صورت عملی	۳۱
۷۸:۴۸	آشنایی با اپتیمال ای اف تی و پاسخ به سوالات	۳۲
۵:۱۷	فرق بین آموزشهای گری کریگ و دیگران	۳۳
۱۹:۱۷	تاثیر اپتیمال ای اف تی بر فشار روی قلب	۳۴
۸:۲۴	برطرف شدن درد شدید فک با اپتیمال ای اف تی	۳۵
۳:۰۷	چطور با ای اف تی به وسواس و افسردگی بپردازیم؟	۳۶

۸:۲۸	تاثیر اپتیمال ای اف تی بر کبودی شدید	۳۷
۱۱:۰۵	تاثیر اپتیمال ای اف تی بر روی مشکل قلبی	۳۸
۱۱:۵۷	تاثیر اپتیمال ای اف تی بر بیماری کرون	۳۹
۵۰:۰۶	آسودگی از درد مزمن ۴۰ ساله با اپتیمال ای اف تی	۴۰
۱۱:۴۶	اپتیمال ای اف تی برای مدیریت خشم	۴۱
۱۲:۵۹	بهبودی غیرممکن به وسیله درمانگر نادیده	۴۲
۱۱:۱۶	بهبودی غیرممکن از آسیب ستون فقرات به کمک درمانگر نادیده	۴۳
۷:۵۶	اپتیمال ای اف تی برای شفای آسم و بی حسی دستها	۴۴
۱۲:۱۴	اپتیمال ای اف تی برای سینوس، گرفتگی گوش و خستگی مزمن	۴۵
۸۱:۵۹	اپتیمال ای اف تی برای کمردرد	۴۶
۲۹:۵۷	اپتیمال ای اف تی برای خاطره زورگویی قسمت ۱ از ۲	۴۷
۲۷:۴۲	اپتیمال ای اف تی برای خاطره زورگویی قسمت ۲ از ۲	۴۸
۳۵:۱۰	اپتیمال ای اف تی برای خاطرات بسیار وحشتناک	۴۹
۷:۰۴	اپتیمال ای اف تی برای بهبود شنوایی	۵۰
۹:۳۷	اپتیمال ای اف تی برای بهبود بینایی	۵۱
۱۱:۲۹	اپتیمال ای اف تی برای احساس قربانی بودن	۵۲
۸:۱۰	تاثیر اپتیمال ای اف تی بر روحیه افراد	۵۳
۳:۵۶	بهبودی غیرممکن آسیب دیدگی زانو	۵۴
۳۳:۴۶	ای اف تی برای بیماری پسوریازیس	۵۵
۲۸:۵۷	استفاده از ای اف تی بر روی خاطره ناگوار در دو سالگی	۵۶

۱۵:۴۷	اثر اپتیمال ای اف تی بر روی بیماری ارثی	۵۷
۹:۱۲	سرعت بی اثر شدن خاطرات با اپتیمال ای اف تی	۵۸
۹:۱۰	تاثیر اپتیمال ای اف تی بر سردرد میگرنی	۵۹
۷:۲۱	برطرف شدن درد گردن با اپتیمال ای اف تی	۶۰
۱۶:۳۱	برطرف شدن آسم	۶۱
۶:۴۷	اپتیمال ای اف تی برای ترک اعتیاد به الکل	۶۲
۱۴:۵۰	آسیب قدیمی	۶۳
۷:۵۹	استفاده از اپتیمال ای اف تی برای یک سگ	۶۴
۹:۴۹	آرام کردن بچه های استثنایی به کمک درمانگر نادیده	۶۵
۶:۵۳	تاثیر اپتیمال ای اف تی نیابتی	۶۶
۷:۴۶	سرعت و نتیجه حاصل از اپتیمال ای اف تی	۶۷
۵۴:۵۹	اپتیمال ای اف تی برای ادامه دادن روابط	۶۸
۷۷:۳۸	اپتیمال ای اف تی برای باید درست انجامش دهم ۱	۶۹
۹۶:۵۹	اپتیمال ای اف تی برای باید درست انجامش دهم ۲	۷۰
۱۳:۴۷	اپتیمال ای اف تی برای آنچه که هنوز انجام نشده است	۷۱
۷۸:۳۸	اپتیمال ای اف تی برای به اندازه کافی خوب نبودن	۷۲
۹۳:۰۵	اپتیمال ای اف تی برای بهبود آسیب دیدگی	۷۳
۸۶:۱۲	اپتیمال ای اف تی برای احساس بی ارزشی	۷۴
۳۴:۱۹	اپتیمال ای اف تی برای آرامش بیمار سرطانی	۷۵
۹:۵۸	اپتیمال ای اف تی برای بیماریهای جسمی	۷۶
۷۷:۳۶	اپتیمال ای اف تی برای ترش کردن معده، فتق و فیبریلاسیون دهلیزی	۷۷
۲۷:۲۲	اپتیمال ای اف تی برای جلوگیری از پرخوری احساسی	۷۸

ای اف تی: شش روز در اداره سربازان قدیمی (جمعا به مدت ۱:۱۹ ساعت)

۱۳:۳۱	<u>ای اف تی شش روز در اداره سربازان قدیمی قسمت ۱ از ۶</u>	۱
۱۵:۴۱	<u>ای اف تی شش روز در اداره سربازان قدیمی قسمت ۲ از ۶</u>	۲
۱۵:۰۰	<u>ای اف تی شش روز در اداره سربازان قدیمی قسمت ۳ از ۶</u>	۳
۱۴:۲۸	<u>ای اف تی شش روز در اداره سربازان قدیمی قسمت ۴ از ۶</u>	۴
۱۵:۲۶	<u>ای اف تی شش روز در اداره سربازان قدیمی قسمت ۵ از ۶</u>	۵
۵:۰۱	<u>ای اف تی شش روز در اداره سربازان قدیمی قسمت ۶ از ۶</u>	۶

کتاب کسب و کار ای اف تی

ردیف	فصل
۱	۰۱ کسب و کار ای اف تی خودتونو راه بندازین
۲	۰۲ کسب و کار ای اف تی خودتونو راه بندازین
۳	۰۳ کسب و کار ای اف تی خودتونو راه بندازین
۴	۰۴ کسب و کار ای اف تی خودتونو راه بندازین
۵	۰۵ کسب و کار ای اف تی خودتونو راه بندازین
۶	۰۶ کسب و کار ای اف تی خودتونو راه بندازین
۷	۰۷ کسب و کار ای اف تی خودتونو راه بندازین
۸	۰۸ کسب و کار ای اف تی خودتونو راه بندازین
۹	۰۹ کسب و کار ای اف تی خودتونو راه بندازین
۱۰	۱۰ کسب و کار ای اف تی خودتونو راه بندازین
۱۱	۱۱ کسب و کار ای اف تی خودتونو راه بندازین
۱۲	۱۲ کسب و کار ای اف تی خودتونو راه بندازین
۱۳	۱۳ کسب و کار ای اف تی خودتونو راه بندازین

کتاب کاخ فرصت ها

ردیف

کتاب کاخ فرصت‌ها	۱
------------------	---

فهرست کتاب اپتیمال ای اف تی و کلیپهای آن (جمعا ۸:۳۰ ساعت)

مدت (دقیقه)	عنوان	ردیف
	کتاب اپتیمال ای اف تی قسمت ۱	۱
	کتاب اپتیمال ای اف تی قسمت ۲	۲
	کتاب اپتیمال ای اف تی قسمت ۳	۳
	کتاب اپتیمال ای اف تی قسمت ۴	۴
	کتاب اپتیمال ای اف تی قسمت ۵	۵
	کتاب اپتیمال ای اف تی قسمت ۶	۶
	کتاب اپتیمال ای اف تی قسمت ۷	۷
	کتاب اپتیمال ای اف تی قسمت ۸	۸
	کتاب اپتیمال ای اف تی قسمت ۹	۹
	کتاب اپتیمال ای اف تی قسمت ۱۰	۱۰
	کتاب اپتیمال ای اف تی قسمت ۱۱	۱۱
	کتاب اپتیمال ای اف تی قسمت ۱۲	۱۲
	کتاب اپتیمال ای اف تی قسمت ۱۳	۱۳
۳:۳۹	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۱ از ۳۱	۱۴
۳:۳۰	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۲ از ۳۱	۱۵
۳:۰۷	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۳ از ۳۱	۱۶
۶:۵۳	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۴ از ۳۱	۱۷

۷:۰۹	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۵ از ۳۱	۱۸
۲۳:۳۴	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۶ از ۳۱	۱۹
۱۷:۵۴	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۷ از ۳۱	۲۰
۳۲:۰۷	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۸ از ۳۱	۲۱
۱۱:۰۸	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۹ از ۳۱	۲۲
۲۶:۲۵	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۱۰ از ۳۱	۲۳
۱۳:۱۶	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۱۱ از ۳۱	۲۴
۲۰:۳۰	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۱۲ از ۳۱	۲۵
۱۶:۵۷	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۱۳ از ۳۱	۲۶
۱۵:۳۰	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۱۴ از ۳۱	۲۷
۲۱:۵۲	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۱۵ از ۳۱	۲۸
۲۱:۰۹	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۱۶ از ۳۱	۲۹
۲۰:۱۷	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۱۷ از ۳۱	۳۰
۱۳:۰۴	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۱۸ از ۳۱	۳۱
۸:۱۶	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۱۹ از ۳۱	۳۲
۱۴:۴۲	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۲۰ از ۳۱	۳۳
۱۳:۲۰	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۲۱ از ۳۱	۳۴
۱۴:۴۲	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۲۲ از ۳۱	۳۵
۸:۰۴	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۲۳ از ۳۱	۳۶

۶:۵۳	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۲۴ از ۳۱	۳۷
۱۳:۴۹	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۲۵ از ۳۱	۳۸
۹:۵۷	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۲۶ از ۳۱	۳۹
۳:۰۹	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۲۷ از ۳۱	۴۰
۳۲:۰۸	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۲۸ از ۳۱	۴۱
۴۳:۵۹	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۲۹ از ۳۱	۴۲
۴۵:۳۷	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۳۰ از ۳۱	۴۳
۸:۲۸	فیلم اپتیمال ای اف تی گری کریگ قسمت ۳۱ از ۳۱	۴۴

فهرست کتاب درمانگر نادیده و فیلمهای آن (جمعا به مدت ۳:۴۰ ساعت)

مدت (دقیقه)	عنوان	ردیف
	کتاب درمانگر نادیده ۲۰۲۰	۱
۲:۵۵	فایل صوتی درمانگر نادیده	۲
	توضیح گری کریگ درباره کتاب درمانگر نادیده	۳
۰:۵۰	فیلم ۰۱ ای اف تی درمانگر نادیده	۴
۱۱:۰۸	فیلم ۰۲ ای اف تی درمانگر نادیده	۵
۲۰:۳۰	فیلم ۰۳ ای اف تی درمانگر نادیده	۶
۲۶:۲۵	فیلم ۰۴ ای اف تی درمانگر نادیده	۷
۱۷:۰۳	فیلم ۰۵ ای اف تی درمانگر نادیده	۸
۱۳:۱۶	فیلم ۰۶ ای اف تی درمانگر نادیده	۹
۱۵:۳۰	فیلم ۰۷ ای اف تی درمانگر نادیده	۱۰
۲۱:۵۴	فیلم ۰۸ ای اف تی درمانگر نادیده	۱۱
۲۰:۱۷	فیلم ۰۹ ای اف تی درمانگر نادیده	۱۲
۲۱:۰۹	فیلم ۱۰ ای اف تی درمانگر نادیده	۱۳
۱۳:۰۴	فیلم ۱۱ ای اف تی درمانگر نادیده	۱۴
۱۳:۲۰	فیلم ۱۲ ای اف تی درمانگر نادیده	۱۵
۸:۱۶	فیلم ۱۳ ای اف تی درمانگر نادیده	۱۶

۱۴:۴۲	فیلم ۱۴ ای اف تی درمانگر نادیده	۱۷
-------	---	----

فهرست دوره ای اف تی ثروت

ردیف	عنوان
۱	متن کتاب راز ثروت (انگشتان ثروت ساز) نوشته مارگارت لینچ، ترجمه فرهاد فروغمند
۲	مقدمه کتاب راز ثروت (انگشتان ثروت ساز)
۳	کتاب راز ثروت (انگشتان ثروت ساز) فصل ۱
۴	کتاب راز ثروت (انگشتان ثروت ساز) فصل ۲
۵	کتاب راز ثروت (انگشتان ثروت ساز) فصل ۳
۶	کتاب راز ثروت (انگشتان ثروت ساز) فصل ۴
۷	کتاب راز ثروت (انگشتان ثروت ساز) فصل ۵
۸	کتاب راز ثروت (انگشتان ثروت ساز) فصل ۶
۹	کتاب راز ثروت (انگشتان ثروت ساز) فصل ۷
۱۰	کتاب راز ثروت (انگشتان ثروت ساز) فصل ۸
۱۱	کتاب راز ثروت (انگشتان ثروت ساز) فصل ۹
۱۲	کتاب راز ثروت (انگشتان ثروت ساز) فصل ۱۰
۱۳	کتاب راز ثروت (انگشتان ثروت ساز) فصل ۱۱
۱۴	کتاب راز ثروت (انگشتان ثروت ساز) فصل ۱۲
۱۵	کتاب راز ثروت (انگشتان ثروت ساز) فصل ۱۳
۱۶	کتاب راز ثروت (انگشتان ثروت ساز) فصل ۱۴

کتاب راز ثروت (انگشتان ثروت ساز) فصل ۱۵	۱۷
کتاب راز ثروت (انگشتان ثروت ساز) فصل ۱۶	۱۸
کتاب راز ثروت (انگشتان ثروت ساز) فصل ۱۷	۱۹
راز ثروت ۱	۲۰
راز ثروت ۲	۲۱
راز ثروت ۳	۲۲
راز ثروت ۴	۲۳
چاکرای اول	۲۴
چاکرای دوم	۲۵
چاکرای سوم	۲۶
چاکرای چهارم	۲۷
چاکرای پنجم	۲۸
چاکرای ششم	۲۹
چاکرای هفتم	۳۰
سه هزار دلار بیشتر	۳۱
ضربه زدن برای اصول فکری خانواده	۳۲
ضربه زدن برای پاکسازی بدهی	۳۳
ضربه زدن برای شکست	۳۴
ضربه زدن برای معجزه	۳۵

ضربه زدن برای ناامیدی	۳۶
ضربه زدن روی حساب بانکی	۳۷
ضربه زدن روی کمبود درآمد	۳۸
هدف بلندپروازانه	۳۹
هزار دلار بیشتر در ماه	۴۰
یک اتفاق بزرگ قرار است بیفتد	۴۱
پنج نوع پول	۴۲
انرژی پرداخت بدهی و درآمد بیشتر	۴۳
درس ۱	۴۴
درس ۲	۴۵
درس ۳	۴۶
درس ۴	۴۷
درس ۵	۴۸
درس ۶	۴۹
درس ۷	۵۰
درس ۸	۵۱
درس ۹	۵۲
درس ۱۰	۵۳
درس ۱۱	۵۴

درس ۱۲	۵۵
درس ۱۳	۵۶
درس ۱۴	۵۷
درس ۱۵	۵۸
درس ۱۶	۵۹
تمرین ۱	۶۰
تمرین ۲	۶۱
تمرین ۳	۶۲
تمرین ۴	۶۳
تمرین ۵	۶۴
تمرین ۶	۶۵
تمرین ۷	۶۶
تمرین ۸	۶۷
تمرین ۹	۶۸
تمرین ۱۰	۶۹
تمرین ۱۱	۷۰
تمرین ۱۲	۷۱
تمرین ۱۳	۷۲
تمرین ۱۴	۷۳

تمرین ۱۵	تمرین ۱۵	۷۴
تمرین ۱۶	تمرین ۱۶	۷۵
تمرین ۱۷	تمرین ۱۷	۷۶
تمرین ۱۸	تمرین ۱۸	۷۷
تمرین ۱۹	تمرین ۱۹	۷۸
تمرین ۲۰	تمرین ۲۰	۷۹
تمرین ۲۱	تمرین ۲۱	۸۰
تمرین ۲۲	تمرین ۲۲	۸۱
تمرین ۲۳	تمرین ۲۳	۸۲
تمرین ۲۴	تمرین ۲۴	۸۳
تمرین ۲۵	تمرین ۲۵	۸۴
تمرین ۲۶	تمرین ۲۶	۸۵
تمرین ۲۷	تمرین ۲۷	۸۶
تمرین ۲۸	تمرین ۲۸	۸۷
تمرین ۲۹	تمرین ۲۹	۸۸
تمرین ۳۰	تمرین ۳۰	۸۹
تمرین ۳۱	تمرین ۳۱	۹۰
تمرین ۳۲	تمرین ۳۲	۹۱
تمرین ۳۳	تمرین ۳۳	۹۲

تمرین ۳۴	تمرین ۳۴	۹۳
تمرین ۳۵	تمرین ۳۵	۹۴
تمرین ۳۶	تمرین ۳۶	۹۵
تمرین ۳۷	تمرین ۳۷	۹۶
تمرین ۳۸	تمرین ۳۸	۹۷
تمرین ۳۹	تمرین ۳۹	۹۸
تمرین ۴۰	تمرین ۴۰	۹۹
تمرین ۴۱	تمرین ۴۱	۱۰۰
تمرین ۴۲	تمرین ۴۲	۱۰۱
تمرین ۴۳	تمرین ۴۳	۱۰۲
تمرین ۴۴	تمرین ۴۴	۱۰۳
تمرین ۴۵	تمرین ۴۵	۱۰۴
تمرین ۴۶	تمرین ۴۶	۱۰۵
تمرین ۴۷	تمرین ۴۷	۱۰۶
تمرین ۴۸	تمرین ۴۸	۱۰۷
تمرین ۴۹	تمرین ۴۹	۱۰۸
تمرین ۵۰	تمرین ۵۰	۱۰۹
تمرین ۵۱	تمرین ۵۱	۱۱۰
تمرین ۵۲	تمرین ۵۲	۱۱۱

تمرین ۵۳ تمرین ۵۳	۱۱۲
تمرین ۵۴ تمرین ۵۴	۱۱۳
تمرین ۵۵ تمرین ۵۵	۱۱۴
تمرین ۵۶ تمرین ۵۶	۱۱۵
تمرین ۵۷ تمرین ۵۷	۱۱۶
تمرین ۵۸ تمرین ۵۸	۱۱۷
تمرین ۵۹ تمرین ۵۹	۱۱۸
تمرین ۶۰ تمرین ۶۰	۱۱۹
تمرین ۶۱ تمرین ۶۱	۱۲۰
تمرین ۶۲ تمرین ۶۲	۱۲۱
تمرین ۶۳ تمرین ۶۳	۱۲۲
تمرین ۶۴ تمرین ۶۴	۱۲۳
تمرین ۶۵ تمرین ۶۵	۱۲۴
تمرین ۶۶ تمرین ۶۶	۱۲۵
تمرین ۶۷ تمرین ۶۷	۱۲۶
تمرین ۶۸ تمرین ۶۸	۱۲۷
تمرین ۶۹ تمرین ۶۹	۱۲۸
تمرین ۷۰ تمرین ۷۰	۱۲۹
تمرین ۷۱ تمرین ۷۱	۱۳۰

تمرین ۷۲ تمرین ۷۲	۱۳۱
تمرین ۷۳ تمرین ۷۳	۱۳۲
تمرین ۷۴ تمرین ۷۴	۱۳۳
تمرین ۷۵ تمرین ۷۵	۱۳۴
تمرین ۷۶ تمرین ۷۶	۱۳۵
تمرین ۷۷ تمرین ۷۷	۱۳۶
تمرین ۷۸ تمرین ۷۸	۱۳۷
تمرین ۷۹ تمرین ۷۹	۱۳۸
تمرین ۸۰ تمرین ۸۰	۱۳۹
تمرین ۸۱ تمرین ۸۱	۱۴۰
تمرین ۸۲ تمرین ۸۲	۱۴۱
تمرین ۸۳ تمرین ۸۳	۱۴۲
تمرین ۸۴ تمرین ۸۴	۱۴۳
تمرین ۸۵ تمرین ۸۵	۱۴۴
تمرین ۸۶ تمرین ۸۶	۱۴۵
تمرین ۸۷ تمرین ۸۷	۱۴۶
تمرین ۸۸ تمرین ۸۸	۱۴۷

فهرست خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ

ردیف	عنوان
۱	خبرنامه ای اف تی گری کریگ ۱۲ بهمن ۹۶
۲	خبرنامه ای اف تی گری کریگ ۱۹ بهمن ۹۶
۳	خبرنامه ای اف تی گری کریگ ۲۶ بهمن ۹۶
۴	خبرنامه ای اف تی گری کریگ ۱۰ اسفند ۹۶
۵	خبرنامه ای اف تی گری کریگ ۱۷ اسفند ۹۶
۶	خبرنامه ای اف تی گری کریگ ۳ اسفند ۹۶
۷	خبرنامه ای اف تی گری کریگ ۲۴ اسفند ۹۶
۸	خبرنامه رسمی ای اف تی ۹ فروردین ۱۳۹۷
۹	خبرنامه رسمی ای اف تی ۱۶ فروردین ۱۳۹۷
۱۰	خبرنامه رسمی ای اف تی ۲۳ فروردین ۱۳۹۷
۱۱	خبرنامه رسمی ای اف تی ۲ فروردین ۱۳۹۷
۱۲	خبرنامه رسمی ای اف تی ۳۰ فروردین ۱۳۹۷
۱۳	خبرنامه رسمی ای اف تی ۶ اردیبهشت ۱۳۹۷
۱۴	خبرنامه رسمی ای اف تی ۱۳ اردیبهشت ۱۳۹۷
۱۵	خبرنامه رسمی ای اف تی ۲۰ اردیبهشت ۱۳۹۷
۱۶	خبرنامه رسمی ای اف تی ۲۷ اردیبهشت ۱۳۹۷
۱۷	خبرنامه رسمی ای اف تی ۳ خرداد ۱۳۹۷

خبرنامه رسمی ای اف تی ۱۰ خرداد ۱۳۹۷	۱۸
خبرنامه رسمی ای اف تی ۱۷ خرداد ۱۳۹۷	۱۹
خبرنامه رسمی ای اف تی ۲۴ خرداد ۱۳۹۷	۲۰
خبرنامه رسمی ای اف تی ۳۱ خرداد ۱۳۹۷	۲۱
خبرنامه رسمی ای اف تی ۷ تیر ۱۳۹۷	۲۲
خبرنامه رسمی ای اف تی ۱۴ تیر ۱۳۹۷	۲۳
خبرنامه رسمی ای اف تی ۲۱ تیر ۱۳۹۷	۲۴
خبرنامه رسمی ای اف تی ۲۸ تیر ۱۳۹۷	۲۵
خبرنامه رسمی ای اف تی ۴ مرداد ۱۳۹۷	۲۶
خبرنامه رسمی ای اف تی ۱۱ مرداد ۱۳۹۷	۲۷
خبرنامه رسمی ای اف تی ۱۸ مرداد ۱۳۹۷	۲۸
خبرنامه رسمی ای اف تی ۲۵ مرداد ۱۳۹۷	۲۹
خبرنامه رسمی ای اف تی ۱ شهریور ۱۳۹۷	۳۰
خبرنامه رسمی ای اف تی ۸ شهریور ۱۳۹۷	۳۱
خبرنامه رسمی ای اف تی ۱۵ شهریور ۱۳۹۷	۳۲
خبرنامه رسمی ای اف تی ۲۹ شهریور ۱۳۹۷	۳۳
خبرنامه رسمی ای اف تی ۵ مهر ۱۳۹۷	۳۴
خبرنامه رسمی ای اف تی ۱۲ مهر ۱۳۹۷	۳۵
خبرنامه رسمی ای اف تی ۱۹ مهر ۱۳۹۷	۳۶

خبرنامه رسمی ای اف تی ۲۶ مهر ۱۳۹۷	۳۷
خبرنامه رسمی ای اف تی ۲۹ آبان ۱۳۹۷	۳۸
خبرنامه رسمی ای اف تی ۱۵ آذر ۱۳۹۷	۳۹
خبرنامه رسمی ای اف تی ۲۲ آذر ۱۳۹۷	۴۰
خبرنامه رسمی ای اف تی ۲۹ آذر ۱۳۹۷	۴۱
خبرنامه رسمی ای اف تی ۱۳ دی ۱۳۹۷	۴۲
خبرنامه رسمی ای اف تی ۲۰ دی ۱۳۹۷	۴۳
خبرنامه رسمی ای اف تی ۲۷ دی ۱۳۹۷	۴۴
خبرنامه رسمی ای اف تی ۱۱ بهمن ۱۳۹۷	۴۵
خبرنامه رسمی ای اف تی ۱۸ بهمن ۱۳۹۷	۴۶
خبرنامه رسمی ای اف تی ۲۵ بهمن ۱۳۹۷	۴۷
خبرنامه رسمی ای اف تی ۲ اسفند ۱۳۹۷	۴۸
خبرنامه رسمی ای اف تی ۹ اسفند ۱۳۹۷	۴۹
خبرنامه رسمی ای اف تی ۱۶ اسفند ۱۳۹۷	۵۰
خبرنامه رسمی ای اف تی ۲۳ اسفند ۱۳۹۷	۵۱
خبرنامه رسمی ای اف تی ۱ فروردین ۱۳۹۸	۵۲
خبرنامه رسمی ای اف تی ۸ فروردین ۱۳۹۸	۵۳
خبرنامه رسمی ای اف تی ۱۵ فروردین ۱۳۹۸	۵۴
خبرنامه رسمی ای اف تی ۲۹ فروردین ۱۳۹۸	۵۵

خبرنامه رسمی ای اف تی ۵ اردیبهشت ۱۳۹۸	۵۶
خبرنامه رسمی ای اف تی ۲ خرداد ۱۳۹۸	۵۷
خبرنامه رسمی ای اف تی ۹ خرداد ۱۳۹۸	۵۸
خبرنامه رسمی ای اف تی ۱۶ خرداد ۱۳۹۸	۵۹
خبرنامه رسمی ای اف تی ۳۰ خرداد ۱۳۹۸	۶۰
خبرنامه رسمی ای اف تی ۶ تیر ۱۳۹۸	۶۱
خبرنامه رسمی ای اف تی ۱۳ تیر ۱۳۹۸	۶۲
خبرنامه رسمی ای اف تی ۲۰ تیر ۱۳۹۸	۶۳
خبرنامه رسمی ای اف تی ۲۷ تیر ۱۳۹۸	۶۴
خبرنامه رسمی ای اف تی ۳ مرداد ۱۳۹۸	۶۵
خبرنامه رسمی ای اف تی ۱۰ مرداد ۱۳۹۸	۶۶
خبرنامه رسمی ای اف تی ۱۷ مرداد ۱۳۹۸	۶۷
خبرنامه رسمی ای اف تی ۲۴ مرداد ۱۳۹۸	۶۸
خبرنامه رسمی ای اف تی ۳۱ مرداد ۱۳۹۸	۶۹
خبرنامه رسمی ای اف تی ۷ شهریور ۱۳۹۸	۷۰
خبرنامه رسمی ای اف تی ۱۴ شهریور ۱۳۹۸	۷۱
خبرنامه رسمی ای اف تی ۲۱ شهریور ۱۳۹۸	۷۲
خبرنامه رسمی ای اف تی ۲۸ شهریور ۱۳۹۸	۷۳
خبرنامه رسمی ای اف تی ۴ مهر ۱۳۹۸	۷۴

خبرنامه رسمی ای اف تی ۱۱ مهر ۱۳۹۸	۷۵
خبرنامه رسمی ای اف تی ۱۸ مهر ۱۳۹۸	۷۶
خبرنامه رسمی ای اف تی ۲۵ مهر ۱۳۹۸	۷۷
خبرنامه رسمی ای اف تی ۲ آبان ۱۳۹۸	۷۸
خبرنامه رسمی ای اف تی ۲۳ آبان ۱۳۹۸	۷۹
خبرنامه رسمی ای اف تی ۷ آذر ۱۳۹۸	۸۰
خبرنامه رسمی ای اف تی ۱۴ آذر ۱۳۹۸	۸۱
خبرنامه رسمی ای اف تی ۲۸ آذر ۱۳۹۸	۸۲
خبرنامه رسمی ای اف تی ۱۲ دی ۱۳۹۹	۸۳
خبرنامه رسمی ای اف تی ۱۹ دی ۱۳۹۸	۸۴
خبرنامه رسمی ای اف تی ۲۶ دی ۱۳۹۸	۸۵
خبرنامه رسمی ای اف تی ۳ بهمن ۱۳۹۸	۸۶
خبرنامه رسمی ای اف تی ۱۰ بهمن ۱۳۹۸	۸۷
خبرنامه رسمی ای اف تی ۱۷ بهمن ۱۳۹۸	۸۸
خبرنامه رسمی ای اف تی ۲۴ بهمن ۱۳۹۸	۸۹
خبرنامه رسمی ای اف تی ۱ اسفند ۱۳۹۸	۹۰
خبرنامه رسمی ای اف تی ۸ اسفند ۱۳۹۸	۹۱
خبرنامه رسمی ای اف تی ۱۵ اسفند ۱۳۹۸	۹۲
خبرنامه رسمی ای اف تی ۲۲ اسفند ۱۳۹۸	۹۳

خبرنامه رسمی ای اف تی ۲۹ اسفند ۱۳۹۸	۹۴
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۷ فروردین ۱۳۹۹	۹۵
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱۴ فروردین ۱۳۹۹	۹۶
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۱ فروردین ۱۳۹۹	۹۷
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۸ فروردین ۱۳۹۹	۹۸
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۴ اردیبهشت ۱۳۹۹	۹۹
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱۱ اردیبهشت ۱۳۹۹	۱۰۰
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱۸ اردیبهشت ۱۳۹۹	۱۰۱
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۵ اردیبهشت ۱۳۹۹	۱۰۲
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۸ خرداد ۱۳۹۹	۱۰۳
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱۵ خرداد ۱۳۹۹	۱۰۴
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۲ خرداد ۱۳۹۹	۱۰۵
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۹ خرداد ۱۳۹۹	۱۰۶
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۵ تیر ۱۳۹۹	۱۰۷
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱۲ تیر ۱۳۹۹	۱۰۸
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱۹ تیر ۱۳۹۹	۱۰۹
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۶ تیر ۱۳۹۹	۱۱۰
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۹ مرداد ۱۳۹۹	۱۱۱
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱۶ مرداد ۱۳۹۹	۱۱۲

خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۳ مرداد ۱۳۹۹	۱۱۳
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۳۰ مرداد ۱۳۹۹	۱۱۴
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۶ شهریور ۱۳۹۹	۱۱۵
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱۳ شهریور ۱۳۹۹	۱۱۶
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۷ شهریور ۱۳۹۹	۱۱۷
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۳ مهر ۱۳۹۹	۱۱۸
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱۰ مهر ۱۳۹۹	۱۱۹
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱۷ مهر ۱۳۹۹	۱۲۰
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۴ مهر ۱۳۹۹	۱۲۱
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱ آبان ۱۳۹۹	۱۲۲
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۸ آبان ۱۳۹۹	۱۲۳
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱۵ آبان ۱۳۹۹	۱۲۴
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۲ آبان ۱۳۹۹	۱۲۵
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۹ آبان ۱۳۹۹	۱۲۶
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱۳ آذر ۱۳۹۹	۱۲۷
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۰ آذر ۱۳۹۹	۱۲۸
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۴ دی ۱۳۹۹	۱۲۹
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱۱ دی ۱۳۹۹	۱۳۰
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ، ۲۰ دی ۱۳۹۹	۱۳۱

خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۵ دی ۱۳۹۹	۱۳۲
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲ بهمن ۱۳۹۹	۱۳۳
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۹ بهمن ۱۳۹۹	۱۳۴
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱۶ بهمن ۱۳۹۹	۱۳۵
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۳ بهمن ۱۳۹۹	۱۳۶
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۳۰ بهمن ۱۳۹۹	۱۳۷
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۷ اسفند ۱۳۹۹	۱۳۸
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱۴ اسفند ۱۳۹۹	۱۳۹
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۱ اسفند ۱۳۹۹	۱۴۰
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۸ اسفند ۱۳۹۹	۱۴۱
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۵ فروردین ۱۴۰۰	۱۴۲
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱۲ فروردین ۱۴۰۰	۱۴۳
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱۹ فروردین ۱۴۰۰	۱۴۴
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۶ فروردین ۱۴۰۰	۱۴۵
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲ اردیبهشت ۱۴۰۰	۱۴۶
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۹ اردیبهشت ۱۴۰۰	۱۴۷
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۳ اردیبهشت ۱۴۰۰	۱۴۸
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۳۰ اردیبهشت ۱۴۰۰	۱۴۹
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۶ خرداد ۱۴۰۰	۱۵۰

خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱۳ خرداد ۱۴۰۰	۱۵۱
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۰ خرداد ۱۴۰۰	۱۵۲
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۷ خرداد ۱۴۰۰	۱۵۳
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۷ خرداد ۱۴۰۰	۱۵۴
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۳ تیر ۱۴۰۰	۱۵۵
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱۷ تیر ۱۴۰۰	۱۵۷
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۴ تیر ۱۴۰۰	۱۵۸
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۳۱ تیر ۱۴۰۰	۱۵۹
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۷ مرداد ۱۴۰۰	۱۶۰
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱۶ مرداد ۱۴۰۰	۱۶۱
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۱ مرداد ۱۴۰۰	۱۶۲
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۸ مرداد ۱۴۰۰	۱۶۳
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۴ شهریور ۱۴۰۰	۱۶۴
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱۱ شهریور ۱۴۰۰	۱۶۵
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱۸ شهریور ۱۴۰۰	۱۶۶
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۵ شهریور ۱۴۰۰	۱۶۷
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱ مهر ۱۴۰۰	۱۶۸
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۸ مهر ۱۴۰۰	۱۶۹
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱۵ مهر ۱۴۰۰	۱۷۰

خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۲ مهر ۱۴۰۰	۱۷۱
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۹ مهر ۱۴۰۰	۱۷۲
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۶ آبان ۱۴۰۰	۱۷۳
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱۳ آبان ۱۴۰۰	۱۷۴
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۰ آبان ۱۴۰۰	۱۷۵
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۷ آبان ۱۴۰۰	۱۷۶
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۴ آذر ۱۴۰۰	۱۷۷
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱۱ آذر ۱۴۰۰	۱۷۸
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱۸ آذر ۱۴۰۰	۱۷۹
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۵ آذر ۱۴۰۰	۱۸۰
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲ دی ۱۴۰۰	۱۸۱
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱۶ دی ۱۴۰۰	۱۸۲
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۳ دی ۱۴۰۰	۱۸۳
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۳۰ دی ۱۴۰۰	۱۸۴
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۷ بهمن ۱۴۰۰	۱۸۵
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱۴ بهمن ۱۴۰۰	۱۸۶
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۲۱ بهمن ۱۴۰۰	۱۸۷
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۵ اسفند ۱۴۰۰	۱۸۸
خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ ۱۹ اسفند ۱۴۰۰	۱۸۹

لینک منابع آموزشی ای اف تی در یوتیوب

تهیه شده توسط فرهاد فروغمند (نماینده تام‌الاختیار گری کریگ بنیانگذار ای اف تی)

کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی

ردیف	عنوان	مدت (دقیقه)
۱	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۰۱	۵:۰۴
۲	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۰۲	۷:۵۰
۳	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۰۳	۳:۳۹
۴	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۰۴	۱۴:۰۳
۵	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۰۵	۴:۲۹
۶	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۰۶	۴:۱۲
۷	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۰۷	۱:۴۲
۸	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۰۸	۱۲:۳۳
۹	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۰۹	۴:۰۶
۱۰	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۱۰	۳:۵۹
۱۱	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۱۱	۲۸:۰۴
۱۲	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۱۲	۳۸:۵۳
۱۳	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۱۳	۸:۰۹
۱۴	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۱۴	۸:۱۸
۱۵	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۱۵	۲۴:۲۰
۱۶	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۱۶	۱۳:۰۲
۱۷	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۱۷	۱۳:۱۴
۱۸	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۱۸	۹:۲۷
۱۹	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۱۹	۲۴:۲۷
۲۰	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۲۰	۲۰:۵۶
۲۱	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۲۱	۲۱:۱۰
۲۲	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۲۲	۳۳:۵۲
۲۳	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۲۳	۲۵:۰۸
۲۴	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۲۴	۱۳:۱۷
۲۵	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۲۵	۵:۵۳
۲۶	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۲۶	۲۵:۲۷

۲۶:۱۹	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۲۷	۲۷
۷:۱۶	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۲۸	۲۸
۶:۳۵	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۲۹	۲۹
۱۳:۵۴	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۳۰	۳۰
۱۴:۴۰	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۳۱	۳۱
۹:۵۴	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۳۲	۳۲
۸:۲۳	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۳۳	۳۳
۳۲:۵۲	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۳۴	۳۴
۲:۱۲	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۳۵	۳۵
۲۱:۲۰	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۳۶	۳۶
۲۵:۱۹	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۳۷	۳۷
۳:۵۷	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۳۸	۳۸
۴:۱۶	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۳۹	۳۹
۳۹:۰۶	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۴۰	۴۰
۳۴:۲۳	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۴۱	۴۱
۱۸:۲۲	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۴۲	۴۲
۲۸:۰۳	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۴۳	۴۳
۷:۳۲	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۴۴	۴۴
۳۲:۳۴	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۴۵	۴۵
۲۲:۴۲	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۴۶	۴۶
۳۳:۰۴	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۴۷	۴۷
۷:۲۸	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۴۸	۴۸
۲۹:۰۱	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۴۹	۴۹
۱۷:۳۰	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۵۰	۵۰
۱۸:۴۷	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۵۱	۵۱
۷:۳۲	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۵۲	۵۲
۸:۵۴	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۵۳	۵۳
۶:۱۹	کتاب صوتی ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۵۴	۵۴

کلیپهای ای اف تی استاندارد طلایی با زیرنویس فارسی

مدت (دقیقه)	عنوان	ردیف
۷:۰۹	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۰۱	۱
۸:۳۲	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۰۲	۲
۶:۳۷	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۰۳	۳
۴:۲۴	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۰۴	۴
۸:۴۴	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۰۵	۵
۳:۰۷	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۰۶	۶
۸:۰۶	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۰۷	۷
۸:۵۵	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۰۸	۸
۷:۳۳	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۰۹	۹
۲:۴۲	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۱۰	۱۰
۱۸:۱۸	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۱۱	۱۱
۸:۵۱	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۱۲	۱۲
۱:۱۲	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۱۳	۱۳
۱۱:۵۴	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۱۴	۱۴
۵:۰۰	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۱۵	۱۵
۳:۵۳	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۱۶	۱۶
۷:۴۱	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۱۷	۱۷
۳:۰۹	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۱۸	۱۸
۲۶:۰۵	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۱۹	۱۹
۱:۰۹	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۲۰	۲۰
۷:۱۲	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۲۱	۲۱
۲:۴۸	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۲۲	۲۲
۱۱:۴۰	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۲۳	۲۳
۱۰:۱۸	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۲۴	۲۴
۲:۰۲	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۲۵	۲۵
۸:۵۹	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۲۶	۲۶
۱۰:۴۱	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۲۷	۲۷
۰:۵۱	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۲۸	۲۸
۱:۵۸	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۲۹	۲۹
۲:۵۳	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۳۰	۳۰
۳:۵۲	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۳۱	۳۱
۲:۱۲	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۳۲	۳۲

۲:۴۷	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۳۳	۳۳
۲۰:۳۹	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۳۴	۳۴
۱۴:۴۰	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۳۵	۳۵
۷:۳۴	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۳۶	۳۶
۴:۲۰	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۳۷	۳۷
۲:۰۱	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۳۸	۳۸
۳:۱۱	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۳۹	۳۹
۲:۰۷	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۴۰	۴۰
۲:۳۱	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۴۱	۴۱
۱:۲۸	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۴۲	۴۲
۹:۲۱	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۴۳	۴۳
۱۸:۵۰	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۴۴	۴۴
۳:۳۲	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۴۵	۴۵
۲:۲۰	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۴۶	۴۶
۱:۳۸	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۴۷	۴۷
۵:۲۷	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۴۸	۴۸
۱:۱۹	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۴۹	۴۹
۱۸:۱۱	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۵۰	۵۰
۶:۳۲	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۵۱	۵۱
۳:۵۸	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۵۲	۵۲
۴:۱۱	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۵۳	۵۳
۴:۴۳	ای اف تی استاندارد طلایی گری کریگ ۵۴	۵۴

کلیپهای ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی

ردیف	عنوان	مدت (دقیقه)
۱	کلیپ ۰۱ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۹:۳۳
۲	کلیپ ۰۲ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۸:۴۸
۳	کلیپ ۰۳ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۶:۵۴
۴	کلیپ ۰۴ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۴:۴۰
۵	کلیپ ۰۵ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۸:۵۵
۶	کلیپ ۰۶ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۳:۲۳
۷	کلیپ ۰۷ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۸:۲۲
۸	کلیپ ۰۸ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۱۱:۱۱
۹	کلیپ ۰۹ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۷:۵۰
۱۰	کلیپ ۱۰ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۲:۵۸
۱۱	کلیپ ۱۱ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۱۸:۳۴
۱۲	کلیپ ۱۲ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۹:۰۷
۱۳	کلیپ ۱۳ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۱:۲۸
۱۴	کلیپ ۱۴ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۱۲:۱۰
۱۵	کلیپ ۱۵ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۵:۲۲
۱۶	کلیپ ۱۶ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۴:۱۰
۱۷	کلیپ ۱۷ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۷:۵۷
۱۸	کلیپ ۱۸ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۳:۲۵
۱۹	کلیپ ۱۹ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۲۹:۱۵
۲۰	کلیپ ۲۰ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۱:۲۶
۲۱	کلیپ ۲۱ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۸:۱۷
۲۲	کلیپ ۲۲ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۳:۰۴
۲۳	کلیپ ۲۳ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۱۳:۱۴
۲۴	کلیپ ۲۴ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۱۱:۴۳
۲۵	کلیپ ۲۵ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۲:۳۲
۲۶	کلیپ ۲۶ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۱۰:۱۶
۲۷	کلیپ ۲۷ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۱۲:۰۹
۲۸	کلیپ ۲۸ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۱:۱۰
۲۹	کلیپ ۲۹ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۲:۲۸
۳۰	کلیپ ۳۰ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۳:۲۸
۳۱	کلیپ ۳۱ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۴:۳۴
۳۲	کلیپ ۳۲ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۲:۵۲

۳:۳۲	کلیپ ۳۳ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۳۳
۲۰:۵۵	کلیپ ۳۴ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۳۴
۱۴:۵۶	کلیپ ۳۵ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۳۵
۷:۵۰	کلیپ ۳۶ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۳۶
۴:۳۶	کلیپ ۳۷ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۳۷
۲:۳۸	کلیپ ۳۸ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۳۸
۴:۰۱	کلیپ ۳۹ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۳۹
۲:۲۴	کلیپ ۴۰ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۴۰
۳:۱۴	کلیپ ۴۱ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۴۱
۱:۴۴	کلیپ ۴۲ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۴۲
۱۱:۱۶	کلیپ ۴۳ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۴۳
۱۹:۰۵	کلیپ ۴۴ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۴۴
۳:۴۷	کلیپ ۴۵ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۴۵
۳:۰۱	کلیپ ۴۶ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۴۶
۱:۵۴	کلیپ ۴۷ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۴۷
۶:۴۱	کلیپ ۴۸ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۴۸
۱:۴۹	کلیپ ۴۹ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۴۹
۱۸:۲۷	کلیپ ۵۰ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۵۰
۶:۴۸	کلیپ ۵۱ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۵۱
۴:۱۴	کلیپ ۵۲ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۵۲
۴:۲۷	کلیپ ۵۳ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۵۳
۴:۵۹	کلیپ ۵۴ از ۵۴ ای اف تی استاندارد طلایی دوبله فارسی رایگان	۵۴

ای اف تی: شش روز در اداره سربازان قدیمی

مدت (دقیقه)	عنوان	ردیف
۱۳:۳۲	ای اف تی شش روز در اداره سربازان قدیمی قسمت ۱ از ۶	۱
۱۵:۴۱	ای اف تی شش روز در اداره سربازان قدیمی قسمت ۲ از ۶	۲
۱۵:۰۰	ای اف تی شش روز در اداره سربازان قدیمی قسمت ۳ از ۶	۳
۱۴:۲۸	ای اف تی شش روز در اداره سربازان قدیمی قسمت ۴ از ۶	۴
۱۵:۲۶	ای اف تی شش روز در اداره سربازان قدیمی قسمت ۵ از ۶	۵
۵:۰۱	ای اف تی شش روز در اداره سربازان قدیمی قسمت ۶ از ۶	۶

کلیپهای گری کریگ (ای اف تی ضربه‌ای)

مدت (دقیقه)	عنوان	ردیف
۰:۱۴	استفاده از نقاط جایگزین در ای اف تی	۱
۰:۳۵	استفاده از ای اف تی بر روی ام اس، گری کریگ توضیح می‌دهد	۲
۰:۴۶	در جلسه ای اف تی از خود فرد بپرسید	۳
۰:۲۷	آیا با استفاده از ای اف تی همیشه به نتیجه دلخواه می‌رسیم؟	۴
۲:۲۸	وقتی بعد از استفاده از ای اف تی مسئله بر می‌گردد	۵
۰:۵۰	وقتی با استفاده از ای اف تی دچار احساسات شدید می‌شویم چه کنیم؟	۶
۱:۴۵	واقعه خاص در ای اف تی یعنی چه؟	۷
۰:۲۸	گفتن جملات ای اف تی به جای فرد	۸
۰:۴۵	فرق ای اف تی با روان درمانی رایج، گری کریگ توضیح می‌دهد	۹
۰:۳۷	ای اف تی و عکس‌العمل با تاخیر، گری کریگ توضیح می‌دهد	۱۰
۱:۰۹	دنباله در ای اف تی به چه معناست؟ گری کریگ توضیح می‌دهد	۱۱
۱:۰۵	تشبیه رویه و پایه های میز در ای اف تی، گری کریگ توضیح می‌دهد	۱۲
۰:۳۳	تاثیر قاب بندی مجدد در ای اف تی، گری کریگ توضیح می‌دهد	۱۳
۱:۵۴	ای اف تی برای سردرد، گری کریگ توضیح می‌دهد	۱۴
۰:۴۲	بهترین موقع برای ضربات ای اف تی، گری کریگ توضیح می‌دهد	۱۵
۱:۲۵	ای اف تی برای بیماریهای جدی، گری کریگ توضیح می‌دهد	۱۶
۰:۴۴	انجام ای اف تی به صورت ذهنی، گری کریگ توضیح می‌دهد	۱۷
۰:۴۵	آه کشیدن در حین انجام ای اف تی	۱۸
۲:۳۷	تاثیر آب خوردن بر ای اف تی، گری کریگ توضیح می‌دهد	۱۹
۰:۴۲	وقتی هنگام استفاده از ای اف تی خاطره ای به یاد نمی‌آید چه کنیم؟ گری کریگ توضیح می‌دهد	۲۰
۰:۳۴	روش آرامش شخصی در ای اف تی، گری کریگ توضیح می‌دهد	۲۱
۱:۳۱	درمان اسکیزوفرنی با ای اف تی؟ گری کریگ توضیح می‌دهد	۲۲
۳:۲۹	ای اف تی برای وقایعی که مدام تکرار می‌شوند، گری کریگ توضیح می‌دهد	۲۳
۰:۳۰	ای اف تی برای لکنت زبان، گری کریگ توضیح می‌دهد	۲۴
۰:۳۵	ای اف تی برای بهبود بینایی، گری کریگ توضیح می‌دهد	۲۵
۲:۴۹	استاندارد طلایی ای اف تی چیست؟ گری کریگ توضیح می‌دهد	۲۶
۰:۳۷	آیا گری کریگ (بنیانگذار ای اف تی) به پزشک مراجعه می‌کند؟ خودش توضیح می‌دهد	۲۷
۰:۲۸	در کار با ای اف تی مهم واکنش شماست	۲۸
۰:۴۷	مشخص کردن جای درد برای کار با ای اف تی	۲۹
۱:۳۵	طرد کردن گری کریگ در هنگام جلسه ای اف تی	۳۰
۰:۱۵	شهود گری کریگ را موقع استفاده از ای اف تی ببینید ۲	۳۱
۰:۵۷	در کار با ای اف تی پشتکار و تداوم داشته باشید	۳۲

۰:۱۹	نحوه تاثیر ای اف تی بر بیماری	۳۳
۱:۳۷	به هنگام استفاده از ای اف تی نقش بازی کنید	۳۴
۰:۱۳	موقع استفاده از ای اف تی هرچه تمرکز بیشتر باشد بهتر است	۳۵
۰:۳۶	کار کردن با ای اف تی روی اوج خاطره	۳۶
۰:۳۰	کار با ای اف تی روی علامت	۳۷
۱:۰۵	کار با ای اف تی روی علامت و نه علت	۳۸
۱:۱۱	با ای اف تی روی کدام خاطره کار کنیم؟	۳۹
۱:۲۴	کار کردن روی خاطره با ای اف تی	۴۰
۰:۵۹	اگر درد با ای اف تی از بین نرود	۴۱
۱:۳۷	اثر تداوم در ای اف تی	۴۲
۲:۵۷	فرهاد فروغمند نماینده تام الاختیار گری کریگ بنیانگذار ای اف تی	۴۳
۰:۴۰	ای اف تی و رویکرد علمی	۴۴
۰:۴۵	اصلاح جمله در ای اف تی	۴۵
۰:۵۳	اصلاح جمله در ای اف تی ۲	۴۶
۰:۲۶	در ای اف تی مفهوم مهم است نه کلمات	۴۷
۱:۱۸	نتایج ای اف تی	۴۸
۰:۵۹	مردم در استفاده از ای اف تی تداوم ندارند	۴۹
۱:۲۰	شوخا با گری کریگ در جلسه ای اف تی	۵۰
۱:۵۸	در جلسه ای اف تی اگر لازم است فریاد بزنید	۵۱
۰:۵۸	سنجش شدت در ای اف تی	۵۲
۰:۳۵	چطور بفهمیم خاطره با ای اف تی خنثی شده است؟	۵۳
۰:۳۶	تغییر جای درد به هنگام استفاده از ای اف تی	۵۴
۰:۴۵	ساختن جمله ای اف تی با کمک خود فرد	۵۵
۰:۲۶	تغییر جنبه موقع استفاده از ای اف تی	۵۶
۲:۳۴	ترکیب تجسم خلاق با ای اف تی، گری کریگ توضیح می دهد	۵۷
۰:۴۱	تغییر تصویر خاطره با استفاده از ای اف تی	۵۸
۰:۳۸	تاثیر یک جلسه ای اف تی بر ام اس، گری کریگ توضیح می دهد	۵۹
۰:۵۶	تاثیر وامگیری مزایا در ای اف تی	۶۰
۱:۴۵	ای اف تی و سرطان، گری کریگ توضیح می دهد	۶۱
۰:۳۷	بهترین موقع برای ضربات ای اف تی	۶۲
۱:۲۲	ای اف تی بدون جمله	۶۳
۱:۱۵	ای اف تی و درد، گری کریگ توضیح می دهد	۶۴
۲:۱۹	طرز معرفی ای اف تی به افرادی که نمی خواهند از آن استفاده کنند	۶۵
۲:۳۹	ای اف تی برای ترس از عمل جراحی	۶۶
۱۸:۲۶	ای اف تی برای لکه های روی پوست	۶۷

۴:۱۴	ای اف تی برای مسئله جویدن	۶۸
۵:۱۸	فرق بین آموزش های گری کریگ و دیگران	۶۹
۲:۴۴	ای اف تی برای دردها	۷۰
۶:۴۸	ای اف تی برای ترک اعتیاد به الکل	۷۱
۴:۲۴	ای اف تی: انعکاس از مسائل کودکی	۷۲
۱:۳۶	ضربات ای اف تی برای بی خانمان ها	۷۳
۲:۰۴	ضربات ای اف تی برای خروپف	۷۴
۲۵:۴۸	تاثیر ای اف تی بر روی خاطرات کودکی	۷۵
۷:۱۴	کلام مشخص راهی برای کار عمیق تر در ای اف تی است	۷۶
۱۶:۳۸	تاثیر ای اف تی بر روی یک فرد بی خانمان و معتاد	۷۷
۳۲:۱۸	گری کریگ در مورد استفاده از ای اف تی بر روی بیماری ای ال اس راهنمایی می کند	۷۸
۱۱:۰۶	ای اف تی - وقتی درد برمیگردد	۷۹
۱:۰۵	ای اف تی باعث اجتناب از جراحی می شود	۸۰
۴:۴۲	در ای اف تی اگر نتوانم خاطره ای را به یاد بیاورم چه کنم؟	۸۱
۴:۲۶	استفاده حرفه ای از ای اف تی بر روی اعتیاد به سیگار	۸۲
۳:۱۱	اهمیت کار بر روی وقایع خاص در ای اف تی	۸۳
۱۹:۲۲	دنبال کردن درد در ای اف تی	۸۴
۳:۰۸	چطور با ای اف تی به وسواس و افسردگی پردازیم	۸۵
۸:۴۶	نتایج حاصل از ای اف تی نیابتی	۸۶
۱۱:۴۷	ای اف تی برای مدیریت خشم	۸۷
۶:۲۹	در ای اف تی با کسی که نیاز به کنترل کردن دارد چه کنیم؟	۸۸
۳۴:۲۶	آموزش ای اف تی نیابتی (غیابی) توسط گری کریگ ۲	۸۹

کلیپهای اندیشه نوین گری کریگ (اپتیمال ای اف تی)

ردیف	عنوان	مدت (دقیقه)
۱	مقدمه اندیشه نوین	۰:۲۳
۲	اندیشه نوین ۱ - آسیب مغزی	۴:۱۴
۳	اندیشه نوین ۲ - اوتیسم	۵:۴۴
۴	اندیشه نوین ۳ - از ای اف تی تا کوزه طلا	۱۰:۲۶
۵	اندیشه نوین ۴ - چگونه عاشق یک پروانه شوید؟	۴:۳۸
۶	اندیشه نوین ۵ - درمان منحصر به فرد برای ام اس	۲:۲۰
۷	اندیشه نوین ۶ - از درمانگر نادیده بپرسید تا در وقت صرفه جویی کنید	۵:۱۵
۸	اندیشه نوین ۷ - سردردهای میگرنی، هدف گرفتن علت	۲:۳۲
۹	اندیشه نوین ۸ - آیا گری کریگ سایر آموزش های ای اف تی را تایید می کند؟	۴:۳۹
۱۰	اندیشه نوین ۹ - انقلاب در دعا - مثال روابط	۱۰:۴۳
۱۱	اندیشه نوین ۱۰ - آیا درمانگر نادیده کافی است؟	۴:۵۲
۱۲	اندیشه نوین ۱۱ - ای اف نیابتی چرا نتیجه می دهد؟	۲:۲۴
۱۳	اندیشه نوین ۱۲ - شفاهای غیرممکن ما	۵:۰۸
۱۴	اندیشه نوین ۱۳ - آیا درمانگر نادیده در اختیار ما مداخله می کند؟	۵:۴۷
۱۵	اندیشه نوین ۱۴ - چرا خاطرات بد برمی گردند؟	۶:۱۶
۱۶	اندیشه نوین ۱۵ - آیا می توانم یک نت بالاتر را بخوانم؟	۳:۳۸
۱۷	اندیشه نوین ۱۶ - یک درمان نهایی برای همه چیز	۶:۰۴
۱۸	اندیشه نوین ۱۷: نظراتی در مورد پلکان معجزات	۶:۴۹
۱۹	اندیشه نوین ۱۸- همه ما مسائل مشابهی داریم و فقط جزئیات آنها فرق دارند	۲:۳۴
۲۰	اندیشه نوین ۱۹: آیا باید برای دریافت کمک از درمانگر نادیده فردی معنوی باشم؟	۲:۱۸
۲۱	اندیشه نوین ۲۰ - اپتیمال ای اف تی چیست؟	۳:۲۸
۲۲	اندیشه نوین ۲۱ - مقایسه اپتیمال ای اف تی با ای اف تی ضربه ای	۲:۴۷
۲۳	اندیشه نوین ۲۲ - لکنت زبان	۲:۳۱
۲۴	اندیشه نوین ۲۳ - جملات درست در ای اف تی ضربه ای چیستند؟	۳:۳۱
۲۵	اندیشه نوین ۲۴ - دنیا توهم است	۵:۱۹
۲۶	اندیشه نوین ۲۵ - گستاخی حسهای ما	۳:۰۶
۲۷	اندیشه نوین ۲۶ - نشانگان روده تحریک پذیر و علت واقعی آن	۲:۴۶
۲۸	اندیشه نوین ۲۷ - ما تازه شروع کرده ایم	۳:۳۰
۲۹	اندیشه نوین ۲۸ - اپتیمال ای اف تی از ساده تا پیشرفته	۷:۲۳
۳۰	اندیشه نوین ۲۹ - آیا همه در زندان هستند؟	۴:۲۳
۳۱	اندیشه نوین ۳۰- من باید عاشق شما باشم	۱:۴۰
۳۲	اندیشه نوین ۳۱- آگاهی در اینجا است	۳:۲۲

۱:۳۱	<u>اندیشه نوین ۳۲ - یاد بگیریم گوش دهیم</u>	۳۳
۲:۳۷	<u>اندیشه نوین ۳۳- کار کردن با هم</u>	۳۴
۱:۵۴	<u>اندیشه نوین ۳۴- آزادی واقعی چیست؟</u>	۳۵
۲:۳۸	<u>اندیشه نوین ۳۵ - بالاترین مشاور</u>	۳۶
۴:۵۵	<u>اندیشه نوین ۳۶ - کلیات او ای اف تی</u>	۳۷

کلیپهای اپتیمال ای اف تی

مدت (دقیقه)	عنوان	ردیف
۹:۵۰	آرام کردن بچه های استثنایی به کمک درمانگر نادیده	۱
۱۵:۴۸	اثر اپتیمال ای اف تی بر روی بیماری ارثی	۲
۱۴:۵۱	اپتیمال ای اف تی برای آسیب قدیمی	۳
۱۴:۳۸	نتایج غیر ممکن یک پزشک با اپتیمال ای اف تی	۴
۸:۳۰	نتایج یک مبتدی از اپتیمال ای اف تی	۵
۷:۰۵	اپتیمال ای اف تی برای بهبود شنوایی	۶
۲۹:۵۸	اپتیمال ای اف تی برای خاطره زورگویی قسمت اول	۷
۲۷:۴۳	اپتیمال ای اف تی برای خاطره زورگویی قسمت دوم	۸
۳۳:۴۷	ای اف تی برای بیماری پسوریازیس	۹
۳:۵۷	بهبودی غیر ممکن آسیب دیدگی زانو ۲	۱۰
۱۱:۱۷	بهبودی غیر ممکن از آسیب به ستون فقرات به کمک درمانگر نادیده ۲	۱۱
۳۳:۴۷	بهبودی غیر ممکن از آسیب به ستون فقرات به کمک درمانگر نادیده ۱	۱۲
۹:۳۸	اپتیمال ای اف تی برای بهبود بینایی	۱۳
۶:۵۴	تاثیر اپتیمال ای اف تی نیابتی	۱۴
۱۱:۳۰	اپتیمال ای اف تی برای احساس قربانی بودن	۱۵
۸:۱۱	تاثیر اپتیمال ای اف تی بر روحیه افراد	۱۶
۱۹:۱۸	تاثیر اپتیمال ای اف تی بر فشار روی قلب	۱۷
۸:۲۹	تاثیر اپتیمال ای اف تی بر کبودی شدید	۱۸
۹:۱۴	ریشه یابی به کمک درمانگر نادیده	۱۹
۱۶:۳۲	برطرف شدن آسم	۲۰
۱۹:۰۱	ای اف تی برای آسیب مغزی	۲۱
۲۸:۵۸	استفاده از ای اف تی بر روی خاطره ناگوار در دو سالگی	۲۲
۳۰:۷	برطرف شدن زانودرد شدید به کمک ای اف تی	۲۳
۹:۱۱	تاثیر اپتیمال ای اف تی بر سردرد میگرنی	۲۴
۳۳:۴۸	اپتیمال ای اف تی برای ترس از صحبت کردن در جمع	۲۵
۸:۲۵	برطرف شدن درد شدید فک با اپتیمال ای اف تی	۲۶
۹:۱۳	سرعت بی اثر شدن خاطرات با اپتیمال ای اف تی	۲۷
۷:۲۲	برطرف شدن درد گردن با اپتیمال ای اف تی	۲۸
۱۴:۳۸	نتایج غیر ممکن یک پزشک با اپتیمال ای اف تی	۲۹
۹:۳۹	جریان یافتن انرژی به هنگام بکارگیری اپتیمال ای اف تی	۳۰
۳۴:۴۰	استفاده مبتدیان از ای اف تی برای مسائل جسمی ۲	۳۱
۱۳:۰۰	بهبودی غیر ممکن توسط درمانگر نادیده	۳۲

۱۱:۵۸	تاثیر اپتیمال ای اف تی بر روی بیماری کرون	۳۳
۶:۳۷	تجربه معنوی حاصل از اپتیمال ای اف تی	۳۴
۳۵:۲۴	ریشه یابی موانع موفقیت در کسب و کار با اپتیمال ای اف تی	۳۵
۸:۲۵	تاثیر ای اف تی بر روی درد شدید فک	۳۶
۶:۰۶	در اپتیمال ای اف تی مسائل را روی میز بگذارید	۳۷
۱۱:۳۴	نکات خنثی سازی خاطرات با ای اف تی	۳۸
۱۲:۳۱	یک شفای غیر ممکن توسط درمانگر نادیده	۳۹
۱۵:۳۴	نحوه دستیابی به تجربیات معنوی با اپتیمال ای اف تی	۴۰
۷۸:۴۹	آشنایی با اپتیمال ای اف تی و پاسخ به سوالات	۴۱
۷:۴۴	نتایج غیر ممکن حاصل از کار با درمانگر نادیده	۴۲
۱۶:۵۹	نتیجه غیر ممکن از کار با درمانگر نادیده	۴۳
۱۶:۵۲	اپتیمال ای اف تی نیابتی برای مشکل مری قسمت ۱ از ۳	۴۴
۱۶:۵۲	اپتیمال ای اف تی نیابتی برای مشکل مری قسمت ۲ از ۳	۴۵
۱۶:۵۱	اپتیمال ای اف تی نیابتی برای مشکل مری قسمت ۳ از ۳	۴۶
۲۵:۰۴	آسودگی از درد مزمن چهل ساله با اپتیمال ای اف تی قسمت ۱ از ۲	۴۷
۲۵:۰۲	آسودگی از درد مزمن چهل ساله با اپتیمال ای اف تی قسمت ۲ از ۲	۴۸
۳۵:۱۱	اپتیمال ای اف تی برای خاطرات بسیار وحشتناک	۴۹
۲۲:۴۹	نظرات اولیه گری کریگ در مورد اپتیمال ای اف تی	۵۰
۱۱:۰۶	تاثیر اپتیمال ای اف تی بر روی مشکل قلبی	۵۱
۱۴:۴۹	نتایج غیر ممکن حاصل از اپتیمال ای اف تی	۵۲
۷:۵۷	اپتیمال ای اف تی برای شفای آسم و بی حسی دستها	۵۳
۱۱:۵۹	نتیجه جادویی حاصل از اپتیمال ای اف تی	۵۴
۱۱:۱۷	بهبودی غیر ممکن از آسیب ستون فقرات به کمک درمانگر نادیده	۵۵
۳۹:۴۶	درمانگر نادیده و دستهای دردناک	۵۶
۱۲:۱۵	اپتیمال ای اف تی برای سینوس، گرفتگی گوش و خستگی مزمن	۵۷
۲۳:۲۳	نتایج غیر منتظره حاصل از کار با درمانگر نادیده	۵۸
۹:۱۴	ریشه یابی ای اف تی به کمک درمانگر نادیده	۵۹
۱۶:۵۷	از کجا بدانم که در هنگام استفاده از ای اف تی کارم را درست انجام می دهم	۶۰
۲۰:۴۹	چگونه با اپتیمال ای اف تی به بخشش حقیقی برسیم؟	۶۱
۲۱:۰۶	چطور در جلسات اپتیمال ای اف تی موشکافی کنیم	۶۲
۳۳:۵۱	ریشه یابی مسائل مالی با اپتیمال ای اف تی	۶۳
۱۵:۰۶	چطور صدای درمانگر نادیده را تشخیص دهیم؟	۶۴
۶۰:۰۹	آسودگی از خاطرات بدرفتاریهای کودکی به کمک درمانگر نادیده	۶۵
۱۹:۲۰	تردید در کار با درمانگر نادیده	۶۶
۴۴:۳۱	اپتیمال ای اف تی برای یک مسئله بینایی	۶۷

۱۹:۲۲	روش برقراری ارتباط با درمانگر نادیده	۶۸
۲۰:۳۹	برطرف شدن مشکل ۳۰ ساله دستگاه گوارش با اپتیمال ای اف تی	۶۹
۱۴:۵۴	راه دیگری برای یافتن مسائل ریشه ای در ای اف تی	۷۰
۱۰:۳۱	ای اف تی برای بخشیدن کسی	۷۱
۱۵:۳۹	ای اف تی - مسئله احساسی است یا منطقی؟	۷۲
۲۳:۰۷	استفاده از درمانگر نادیده برای ناخوشیهای جسمی	۷۳
۱۶:۵۷	از کجا بدانم که در هنگام استفاده از ای اف تی کارم را درست انجام میدهم؟	۷۴
۳۰:۰۹	اپتیمال ای اف تی برای کمردرد	۷۵
۱۳:۲۱	آیا درمانگر نادیده می تواند همزمان از عهده چند کار برآید؟	۷۶
۶:۲۹	آگاهی از جانب درمانگر نادیده	۷۷
۷:۱۱	آیا برای کار با اپتیمال ای اف تی بر روی خودآزایی به متخصص نیاز داریم؟	۷۸
۹:۳۵	بهبود سرگیجه و اضطراب با اپتیمال ای اف تی قسمت ۱ از ۸	۷۹
۹:۳۵	بهبود سرگیجه و اضطراب با اپتیمال ای اف تی قسمت ۲ از ۸	۸۰
۹:۳۵	بهبود سرگیجه و اضطراب با اپتیمال ای اف تی قسمت ۳ از ۸	۸۱
۹:۳۵	بهبود سرگیجه و اضطراب با اپتیمال ای اف تی قسمت ۴ از ۸	۸۲
۹:۳۵	بهبود سرگیجه و اضطراب با اپتیمال ای اف تی قسمت ۵ از ۸	۸۳
۹:۳۵	بهبود سرگیجه و اضطراب با اپتیمال ای اف تی قسمت ۶ از ۸	۸۴
۹:۳۵	بهبود سرگیجه و اضطراب با اپتیمال ای اف تی قسمت ۷ از ۸	۸۵
۹:۳۴	بهبود سرگیجه و اضطراب با اپتیمال ای اف تی قسمت ۸ از ۸	۸۶
۱۰۷:۵۶	ریشه یابی بیماری با اپتیمال ای اف تی	۸۷
۳۲:۲۹	ای اف تی نیابتی برای بیماری زوال عقل قسمت ۱ از ۲	۸۸
۳۲:۲۷	ای اف تی نیابتی برای بیماری زوال عقل قسمت ۲ از ۲	۸۹
		۹۰

ویدیوهای موفقیت مالی دن لاک

مدت (دقیقه)	عنوان	ردیف
۷:۲۷	دن لاک ۱ - پنج مهارت برای درآمد بالا	۱
۶:۴۸	دن لاک ۲ - هر کاری دوست داری بکن و پول دنبالت میاد	۲
۱۰:۳۴	دن لاک ۳ - افراد بسیار موفق چطور فکر می کنند؟	۳
۸:۵۰	دن لاک ۴ - چطور میلیونر شویم؟	۴
۱۱:۲۵	دن لاک ۵ چطور یک مربی پیدا کنیم؟	۵
۱۰:۳۲	دن لاک ۶ - برای شروع کسب و کار چطور پول جور کنیم؟	۶
۶:۲۱	دن لاک ۷ - چطور اعتماد به نفس بیشتری به دست آورم؟	۷
۹:۰۶	دن لاک ۸ - چطور در بیست و چند سالگی به درآمد سالانه صد هزار دلار برسید؟	۸
۱۸:۳۹	دن لاک ۹ - چگونه هدف گذاری کنید و عملا به آن برسید	۹
۱۰:۱۲	دن لاک ۱۰ - چطور کسب و کاری را بدون پول اولیه شروع کنیم؟	۱۰
۱۲:۱۰	دن لاک ۱۱- اصول سرمایه گذاری برای مبتدیان	۱۱
۶:۴۹	دن لاک ۱۲- بهترین راه یادگیری	۱۲
۸:۱۸	دن لاک ۱۳- چند مثال از مهارتهای درآمد بالا	۱۳
۹:۵۴	دن لاک ۱۴- چرا کتاب نمی خوانم؟	۱۴
۵:۳۳	دن لاک ۱۵- چرا کتاب خواندن شما را فقیر نگه می دارد؟	۱۵
۵:۳۱	دن لاک ۱۶- چرا فقیر هستید؟	۱۶
۵:۴۶	دن لاک ۱۷- مهمترین عادتی که باید پرورش بدید	۱۷
۵:۴۹	دن لاک ۱۸- چرا ویدیو های انگیزشی نتیجه نمی دهند؟	۱۸
۶:۴۸	دن لاک ۱۹- کاری رو که دوست داری بکن و پول به دنبالش میاد	۱۹
۶:۴۳	دن لاک ۲۰- ثروتمندان چطور سرمایه گذاری می کنند؟	۲۰
۱۰:۴۱	دن لاک ۲۱- چطور هدف زندگی تونو پیدا کنید؟	۲۱
۷:۲۰	دن لاک ۲۲- چطور از هر سمینار بیشترین بهره رو ببرید؟	۲۲
۱۴:۵۵	دن لاک ۲۳- چطور جلوی به تعویق انداختن کارها را بگیریم؟	۲۳
۹:۴۴	دن لاک ۲۴- چطور بر ترس از موفقیت غلبه کنیم؟	۲۴