

۱ اردیبهشت ۱۴۰۱، ۲۱ آوریل 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](#) | [مدرك كامل 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 کرینگ](#) مراجعه کنید.

~~~~~

در این شماره - برای همگان:

- (۱) قدردانی امروز، (۲) ما علت را نمی دانیم، (۳) درمانگر نادیده در حال کار: (الف) آیا درمانگر نادیده می تواند بی عدالتی موجود در دنیا را تغییر دهد؟، (ب) اگر مسائل تغییر نکنند چه کنیم؟، (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 اخیر ما آماده است، (۳) دوره فشرده گابریل روتن برای مسائل جسمی مزمن، (۴) یادآوری گروه های تمرینی

~~~~~

**قدردانی امروز**

"شوهرم هرگز نمی تواند لباسهای کثیفش را در سبد رختهای چرک بگذارد. آنها را همیشه بر روی زمین ولو می کند. این باعث می شود حتی بیشتر قدر او را بدانم."

این مطلب را مدتی قبل دیدم. درباره این بود که مردان حاضر در زندگی ما چطور هرگز نمی‌توانند لباسهایشان را پس از کار درآورند و در سبد رختهای چرک بگذارند و همیشه بر روی زمین ولو می‌کنند.

در ابتدا با نویسنده موافق بودم. با خودم فکر کردم "خدایا! همین است! چقدر مرا می‌آزارد!" حتی مقاله را به شوهرم هم نشان دادم و گفتم "چرا این طور رفتار می‌کنی؟" تا دیروز این طور فکر می‌کردم.

دیروز شوهرم پس از کار به خانه آمد، کمی با بچه‌ها بازی کرد، پرسید شام چه داریم، آیا چیزی لازم دارم و بعد دوش گرفت. ده دقیقه بعد سبد رختهای چرک را دیدم. مشاهده آن همیشه باعث می‌شد درب حمام را باز کنم و جیغ بکشم. این کارش همیشه مرا می‌آزرد. ولی این بار چیزی فرق کرده بود.

لکه‌های زیادی را بر روی شلوارش دیدم.

جورابهای کثیفش در چکمه‌های پوشیده‌اش بودند.

پراهنش بوی عرق می‌داد.

شواهد سختی کارش در همه لباسهایی که روی زمین ولو کرده بود دیده می‌شدند.

این بود که نگاهی به لباسهای روی زمین، که معمولا باعث می‌شدند دعوی را شروع کنم، انداختم. آنها را برداشتم، درون سبد گذاشتم و از آنجا رفتم.

وقتی از حمام بیرون آمد متوجه شد که کفشها و لباسهای کثیفش آنجا نیستند و من نیز چیزی نگفتم. از من تشکر کرد. قبلا هرگز چنین نکرده بود. شاید چون خیلی سریع دعوی را به راه می‌انداختم.

گفت "ممنون که آنها را جمع کردی. روز سختی داشتم."

گفتم "می‌دانم. می‌توانستم نشانه‌های آن را بر روی لباسهایت ببینم."

گاهی اوقات می‌توان به چیزهایی که موجب آزار ما می‌شوند به شکل دیگری نگریست. به آنها به صورت لباسهای چرکی که بر روی زمین ولو شده‌اند نگاه نکردم بلکه آنها را دلیلی بر اینکه شوهرم به سختی کار می‌کند تا هزینه زندگی ما را فراهم آورد دیدم.

قدرانم که او آن روز لباسهایش را بر روی زمین ولو کرد. از زاویه دیگری او را دیدم. فقط مدتی طول کشید

تا او را این طور ببینم. **برگرفته از EpochBright**

~~~~~

قسمتهایی از کتاب درمانگر نادیده

ما علت را نمی‌دانیم

یک روز صبح دو ساعت وقت گذاشتم تا علل ناخوشی‌های مختلف را در سایت WebMD.com که یکی از بزرگترین و معتبرترین سایت‌های پزشکی موجود می‌باشد ببابم. نتوانستم هیچ چیزی را که شبیه به علت واقعی هیچ یک از بیماری‌ها باشد پیدا کنم. درواقع به وضوح قبول دارند که نمی‌توانند علت واقعی را درک کنند. موارد زیر نشان می‌دهند که تا چه اندازه این عدم آگاهی را قبول دارند (تاکیدها از من هستند).

ام اس: "پزشکان هنوز علت ام اس را نمی‌دانند. اما اطلاعات جالبی حاکی از این هستند که ژنتیک، محیط زندگی فرد و حتی شاید نوعی ویروس نقشی در این قضیه داشته باشند."

سردردهای میگرنی: "متخصصان اطمینان ندارند که علت میگرن چیست. برخی خانواده‌ها به آن مبتلا می‌شوند و متخصصان دریافته‌اند که با ژنتیک ارتباط دارد. ولی آشکار نیست که چرا بعضی به میگرن مبتلا می‌شوند و دیگران نمی‌شوند."

آسم: "در واقع هیچ کسی نمی‌داند علت آسم چیست. فقط می‌دانیم که آسم نوعی بیماری التهابی است که بر مجرای تنفس اثر می‌گذارد."

نشانگان روده تحریک پذیر: "علت دقیق نشانگان روده تحریک پذیر (آی بی اس) شناخته نیست. ولی متخصصان سلامتی اعتقاد دارند ارتباط معیوب میان مغز و مسیر روده یکی از دلایل علائم آن است."

آرتریت روماتوئید: "پزشکان دقیقا نمی دانند چه چیزی باعث آرتریت روماتوئید می شود. شاید ترکیبی از عوامل ژنتیکی و محیطی باشد. برخی محققان فکر می کنند نوعی عفونت باکتریایی یا ویروسی می تواند منجر به تحریک بیماری در بعضی افراد شود. ولی تا به حال ویروس یا موجود دیگری که چنین کاری بکند شناخته نشده است."

اسکولیوز: "در اکثر موارد علت اسکولیوز شناخته نیست. این بیماری را اسکولیوز ایدیوپاتیک می نامند. اغلب در کودکان و نوجوانان پدید می آید و به نظر می رسد که به چند چیز و از جمله ژنتیک مربوط باشد چون اغلب در خانواده ها شایع است."

بیماری شوگرن: "پزشکان علت دقیق آن را نمی دانند. شاید ژن هایی داشته باشید که از این بابت شما را با مخاطره روبرو نمایند. عفونت ناشی از باکتری یا ویروس هم می تواند بیماری را تحریک کند."

اختلال بیش فعالی کمبود توجه: "هیچ کسی دقیقا نمی داند که چه چیزی باعث ای دی اچ دی می شود. ولی می دانند که برخی چیزها در آن نقش دارند."

نارساخوانی: "علت نارساخوانی آشکار نیست. احتمالا نوعی اختلال ارثی است چون در خانواده ها شایع است. برخی پژوهش ها نشان داده اند عملکرد قسمت هایی از مغز افراد مبتلا به نارساخوانی، که در خواندن و زبان نقش دارند، غیرطبیعی است."

اضطراب: "علت دقیق اختلال های اضطرابی معلوم نیست. ولی اختلال های اضطرابی همچون سایر ناخوشی های ذهنی ناشی از ضعف یا نقص شخصیت یا تربیت ناصحیح نیستند. در اثر تحقیقات دانشمندان بر روی ناخوشی های ذهنی آشکار شده است که بسیاری از این اختلالات ناشی از چند عامل و از جمله تغییراتی در مغز و تنش های محیطی می باشند."

اختلال هراس: "علت دقیق اختلال هراس آشکار نیست. بر این باورند که شاید ناشی از عدم تعادل مواد شیمیایی (انتقال دهنده‌های عصبی) در مغز باشد. همچنین در خانواده‌ها منتقل می‌گردد (ژنتیکی)."

ترس‌های مرضی: "علت ترس‌های مرضی معلوم نیست. اگر یکی از اعضای خانواده‌تان به ترس مرضی مبتلا است بیشتر احتمال دارد که شما هم دچار شوید."

اندومتريوز: "علت دقیق اندومتريوز معلوم نیست."

سرطان خون: "متخصصان نمی‌دانند سرطان خون به چه علتی به وجود می‌آید. ولی برخی چیزها می‌توانند میزان مخاطره بعضی از انواع سرطان خون را افزایش دهند."

اختلال دوقطبی: "پزشکان علل اختلال دوقطبی را به طور کامل درک نکرده‌اند. ولی در سال‌های اخیر درک بهتری از طیف دوقطبی، که شامل اوج شیدایی و حضيض افسردگی شدید است و همچنین حالات گوناگون بین این دو را یافته‌اند."

نشانگان خستگی مزمن: "پزشکان علت نشانگان خستگی مزمن را نمی‌دانند. علائم آن در بسیاری افراد پس از یک ناخوشی و ویروسی پدید می‌آیند. در برخی موارد به نظر می‌رسد که پس از یک آسیب شدید جسمانی یا احساسی یا تماس با مواد سمی ایجاد می‌شود. هیچ علت واحدی برای آن شناخته نیست."

اگزما: "پزشکان دقیقاً نمی‌دانند که چه چیزی باعث اگزما می‌شود. متداول‌ترین نوع اگزما - اتوپیک درماتیت - به نوعی حساسیت شباهت دارد. ولی ناراحتی پوستی که در کودکان بیش از بزرگسالان شایع است نوعی واکنش حساسیتی نیست."

این چشم‌انداز ناامید کننده است و متأسفانه فقط حدود یک درصد از کل فهرست را نشان می‌دهد. لذا علی-رغم هزینه‌های هنگفتی که برای یافتن درمان‌ها صرف شده‌اند پزشکان ما هنوز باید به دنبال علت واقعی گستره وسیعی از بیماری‌ها بگردند. با این وجود به پزشکان اتکا می‌کنیم و هر چند که گاهی اوقات به موفقیت‌هایی دست می‌یابیم ولی اغلب تحت اعمال جراحی غیر ضروری قرار می‌گیریم، تشخیص نادرست

برای مان می دهند و به اثرات جانبی داروهای تجویز شده دچار می شویم. چه شاهی از این بهتر که محققان پزشکی هدف نادرستی را نشانه رفته اند؟ در جایی که علل وجود ندارند به دنبال آنها می گردند. به جستجوی طلا در وان حمام می ماند. آنجا نیست.

این کار را برای ناخوشی تان بکنید. به وبسایت WebMD.com یا هر وبسایت پزشکی دیگری بروید و به دنبال علت واقعی بگردید. اگر چیزی یافتید به من هم خبر دهید. در جستجوی خود چنین مواردی را به عنوان تعریف علت واقعی نپذیرید: "به نظر می آید ریشه ژنتیکی دارد..." یا "مبتلایان به دیابت بیشتر احتمال دارد که به این بیماری دچار شوند..." یا "عوامل مخاطره عبارتند از...". احتمال تاثیرات دست دوم و عوامل مخاطره علت نیستند. اینها فقط پزشکان را یاری می دهند که حدس های حساب شده ای بزنند و سعی کنند که از این طریق آنچه را که در حال وقوع است توجیه کنند.

~~~~~

### 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 می دهم 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

~~~~~

آیا درمانگر نادیده می تواند بی عدالتی موجود در دنیا را تغییر دهد؟

"ولی درمانگر نادیده می تواند واکنش ما را، به آنچه که در زندگی مان بی عدالتی به نظر می آید، تغییر دهد و این امتیاز بزرگی است."

چقدر خوب می‌شد اگر درمانگر نادیده می‌توانست این کار را بکند. بدین ترتیب حتما مشکلات زیادی حل می‌شدند. ولی آنچه که از نظر یک شخص بی‌عدالتی است شاید از نظر شخص دیگری کاملا عادلانه به حساب آید. پس تغییر آنچه برای شخص اول بی‌عدالتی محسوب می‌شود فقط موجب انتقال بی‌عدالتی به شخص دوم می‌شود. لذا باید بگوییم که متأسفانه او نمی‌تواند این کار را بکند.

ولی درمانگر نادیده می‌تواند واکنش ما را، به آنچه که در زندگی‌مان بی‌عدالتی به نظر می‌آید، تغییر دهد و این امتیاز بزرگی است.

به من و دکتر گابریل در گفتگو راجع به جزئیات این موضوع پیوندید.

[لینک ویدیو](#)

~~~~~

**اگر مسائلم تغییر نکنند چه کنم؟**

**"این روش پیشرفته می‌تواند مزایای زیادی به بار آورد و موجب صرفه‌جویی در وقت نیز بشود."**

اکثر کاربران ای‌اف‌تی، حداقل آنهایی که هنوز از روش ضربه‌ای استفاده می‌کنند، یا علائم را هدف می‌گیرند (که معمولا رویکرد ضعیفی به حساب می‌آید) یا با استفاده از "کارهای کارآگاهی" سعی می‌کنند علت را بیابند. ولی در روش پیشرفته می‌توانیم از درمانگر نادیده (شعور معنوی) بپرسیم و مستقیما به جواب برسیم. این روش پیشرفته می‌تواند مزایای زیادی به بار آورد و موجب صرفه‌جویی در وقت نیز بشود.

[لینک ویدیو](#)

~~~~~

مقاله‌ها / ویدئوهای قبلی پیشنهادی برای مرور:

۱. از مجموعه شفاهای غیرممکن: برطرف شدن غیرممکن ترس از حضور در اجتماع
۲. از مجموعه پرسش و پاسخ: آیا می‌توانید در مورد بیماری پارکینسون کمک کنید؟
۳. از مجموعه اندیشه نوین: از درمانگر نادیده بپرسید تا در وقت صرفه‌جویی کنید

~~~~~

### 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

وبینار بعدی ما: در روز یکشنبه، ۲۴ آوریل، در ساعت ۱۰ صبح به وقت غرب آمریکا برگزار می‌شود و به سوالات و نظرات اعضا درباره دروس پیشرفته، جلسات خودیاری، موارد چالشی، استفاده‌های شخصی یا هر چیز دیگری که موجب بالا رفتن ما از پلکان معجزات شود اختصاص دارد.

در اینجا مستقیماً از جانب من پشتیبانی می‌شوید و خودتان را در فرایند اوای‌اف‌تی و درمانگر نادیده غوطه‌ور می‌سازید. تبادلات زنده. سرگرم کننده و حاوی اطلاعات فراوان. مخصوص شما.

عناوین مهم آن از این قرارند:

- گفتگوی انگیزشی با کیم درباره استفاده از ترانه به عنوان یک عادت بهشتی.
- ادامه گفتگو با "آن". این بار درباره سطوح مهم بخشایش (و سایر موضوعات)
- سوالات و نظرات شما. آنها را برایم [بنویسید](#) یا در حین وبینار مطرح سازید.

~~~~~

### **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 < شماره‌های ۱۰۶ تا ۱۳۵ < شماره ۱۳۳ باز هم درباره سقف باورها و عادات بهشتی کلیک کنید.

عناوین جالب آن از این قرارند:

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

۰:۰۵:۵۶ "آن" و گری راجع به پیشرفتی که "آن" در مسائلیش به دست آورده است به گفتگو می‌پردازند.

شامل سقف باورها و عادات بهشتی هم می‌شود.

۰:۴۵:۴۲ گابریل از عادت بهشتی "پس از واقعیت" می گوید. گری نظر می دهد.

۰:۵۳:۱۳ کیم از استفاده خودش از عادت بهشتی می گوید. گری نظر می دهد.

۱:۰۵:۰۶ گابریل نظرش را درباره "رسیدن به صفر" و پزشکی نوین آلمانی می گوید. گری و شری نظر می دهند.

۱:۱۸:۰۰ جاگجیت از گابریل به دلیل آنچه که درباره حساسیتها گفته است تشکر می کند و مثالی از عادت بهشتی خودش می زند. گری نظر می دهد.

۱:۲۱:۳۴ کارا از "آرامش جسمی عمیق" خودش که به دلیل درخواست کمک از درمانگر نادیده نصیبش شده بود می گوید. گری نظر می دهد و وینار را تمام می کند.

~~~~~

اطلاعیه

دوره فشرده بعدی گابریل روتن برای مسائل جسمی مزمن

این دوره فشرده برای آن دسته از شاگردانی است که درک کاملی از اوایافتی و کار با درمانگر نادیده دارند. سی درس پیشرفته را خوانده و تمرین کرده اند. ویدیوهای خودیاری و همین طور تعداد کافی از وینارها را دیده و دانش کاربردی خوبی از ساختار اوایافتی و روش آرامش شخصی به دست آورده اند. به علاوه دوره فشرده شری بیکر از هم گذرانده اند یا در حال اخذ مدرک هستند.

این دوره فشرده شامل شش هفته آموزش و یک ساعت مشاوره خصوصی با مدرس آن یعنی گابریل روتن می شود.

هدف از آن ارائه برنامه عملی برای کار بر روی مسائل جسمی شما (یا مراجعانتان) است و این موضوعات را دربر می گیرد:

- بررسی علائم جسمی مزمن که اکنون وجود دارند
- پرسشنامه مخصوص
- نقشه راه برای رسیدن به مسائل احساسی زیرین
- نقش باورهای محدود کننده، تشخیص و تجویز و درمان، درد و احساسات و باورهای منفی به عنوان محرکهای مزمن
- برنامه عملی برای استفاده موثر و روزانه از روش آرامش شخصی

روزها: ۲۸ می، ۴، ۱۱، ۱۸ جون، ۲ و ۹ جولای. (مشاوره خصوصی بعد از اینها انجام می شود)

زمان: ۶ تا ۸ بعد از ظهر به وقت اروپای مرکزی یا ۹ تا ۱۱ صبح به وقت غرب امریکا

بها: ۵۰۰ دلار یا ۴۴۰ یورو

برای کسب اطلاعات بیشتر و از جمله تاییدیه های شرکت کنندگان قبلی کافی است وارد [حساب کاربری خود در دوره اوای اف تی](#) شوید و در منوی سمت چپ روی دوره های فشرده اوای اف تی و بعد مسائل جسمی مزمن کلیک کنید.

برای ثبت نام لطفاً یک ایمیل به gabriellerutten@pm.me بفرستید.

~~~~~

**یادآوری گروه های تمرینی:** در گروه های تمرینی ما منظمأ فرصتهایی برای بهبود مهارت های خود می یابید. 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.

فرداد فرغیند