

۱۵ اردیبهشت ۱۴۰۱، ۵ می 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](http://www.EFT.ir)

لطفاً از مدعیان استادی بپرسید که چرا علی‌رغم اطلاع از وجود اینها هیچ سرنخی به شاگردان خود نمی‌دهند.

توجه: اینجانب اجازه ترجمه تمامی آثار گری کریگ را از ایشان گرفته‌ام. هر ترجمه دیگری از هر یک از مطالب ایشان بدون اجازه و نقض حق مالکیت معنوی نویسنده به حساب می‌آید. کسانی که ادعای استادی عرفان و معنویت را دارند و کتاب‌های او را بدون اجازه و ناقص منتشر می‌کنند و دوره‌هایی را که گری کریگ صریحاً نهی کرده است برگزار می‌کنند بهتر است به فکر آخرت خود باشند. گری کریگ از اقدامات این افراد به خوبی مطلع است و به هیچ وجه رضایت ندارد!!!

توجه داشته باشید که هیچ‌کسی در دنیا استاد اپتیمال ای‌اف‌تی (درمانگر نادیده) نیست و هیچ‌کسی اجازه ندارد بر پایه این مفاهیم دوره‌ای را درس بدهد. متأسفانه با آگاهی کامل از عدم رضایت گری کریگ به این کار ادامه می‌دهند، ادعای استادی علوم عرفانی هم دارند و از خداپرستی حرف می‌زنند.

ترجمه فرهاد فروغمند [@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig) [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand) [www.EFT.ir](http://www.EFT.ir)

[لینک های محبوب: کتاب درمانگر نادیده](#) | [عضویت در دوره اپتیمال ای اف تی](#) | [مدرک کامل ای اف تی](#) |

[راهنمای ای اف تی استاندارد طلایی](#) | [کاربران رسمی ای اف تی](#) |

~~~~~

لطفاً برای کسب اطلاعات بیشتر به [وبسایت رسمی مراکز آموزشی گری کرینگ](#) مراجعه کنید.

~~~~~

**در این شماره - برای همگان:**

- (۱) بینش امروز، (۲) ما علت را نمی دانیم، (۳) درمانگر نادیده در حال کار: (الف) چطور به یک خاطره ناگوار مهم پردازیم؟، (ب) تسریع بهبودی آسیب دیدگیها، (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) دکتر توبی استوکس از وینار اخیر ما نتایج مهمی می گیرد، (۴) یک مبتدی از وینارهای ما وامگیری مزایا می کند - شما هم می توانید، (۵) یادآوری گروه های تمرینی

~~~~~

**بینش امروز**

آلبرت اینشتاین روزی بر روی تخته سیاه نوشت:

$$9 \times 1 = 9$$

$$9 \times 2 = 18$$

$$9 \times 3 = 27$$

$$9 \times 4 = 36$$

$$9 \times 5 = 45$$

$$9 \times 6 = 54$$

$$9 \times 7 = 63$$

$$9 \times 8 = 72$$

$$9 \times 9 = 81$$

$$9 \times 10 = 91$$

ناگهان کلاس به هم ریخت چون اینستاین اشتباه کرده بود. بدیهی است که حاصل ضرب ۹ در ۱۰ برابر با ۹۱ نمی‌شود. همه شاگردانش او را مسخره کردند.

اینستاین صبر کرد تا همگی ساکت شوند و بعد گفت:

با وجود اینکه ۹ مورد را درست نوشتم ولی هیچ کسی به من تبریک نگفت. اما وقتی یکی را اشتباه نوشتم همه خندیدند. این یعنی حتی اگر کسی موفق باشد جامعه باز هم به کوچکترین اشتباهش توجه می‌کند.

پس نذارید انتقادها رویاهایتان را نابود کنند.

فقط کسی اشتباه نمی‌کند که هیچ کاری نکند.

**نویسنده ناشناس**

~~~~~

## 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

~~~~~

**چطور به یک خاطره ناگوار مهم پردازیم؟**

**"دستیابی به آرامش فراوان ممکن است. آزادی."**

در اینجا راهی برای کاهش شدت یک خاطره ناگوار مهم ارائه می‌شود که با آن می‌توانید حداقل واکنش احساسی را در حین فرایند داشته باشید. اگر آن را به خوبی انجام دهید قادر می‌شوید در مورد همه جزئیات ناخوشایند خاطره به آسودگی بیشتری برسید. دستیابی به آرامش فراوان ممکن است. آزادی. سالها است که با این روش به موفقیت‌های بزرگی دست یافته‌ام. عده بی‌شماری هم از آن بهره برده‌اند.

[لینک ویدیو](#)

~~~~~

**تسریع بهبودی آسیب دیدگیها**

**"بعید است که آن را در کتابهای پزشکی رایج بیابید."**

اگر به درستی از ای اف تی یا درمانگر نادیده استفاده کنیم معمولا مدت بهبودی آسیب دیدگیها ۵۰ درصد کاهش می یابد. این را از ۱۹۹۵ که ای اف تی را ایجاد کردم مکررا دیده ام.

گاهی اوقات با هدف گرفتن علامت می توانیم به نتایج کیفی و از جمله نتایج تقریبا آنی برسیم. ولی اگر این طور نشود هم قادریم با هدف گرفتن مسائل احساسی موفقیت بیشتری کسب نماییم. رویکرد اخیر - هدف گرفتن مسائل احساسی - موجب تعجب عده زیادی از مردم می شود و بعید است که آن را در کتابهای پزشکی رایج بیابید. با این وجود کاملا واقعیت دارد. در این ویدیو جزئیات بیشتری راجع به آن می گویم.

[لینک ویدیو](#)

~~~~~

### مقاله ها / ویدئوهای قبلی پیشنهادی برای مرور:

۱. از مجموعه شفاهای غیرممکن: [یک معجزه مربوط به سنگ کلیه](#)
۲. از مجموعه پرسش و پاسخ: [سوالی در مورد جمله تصحیح](#)
۳. از مجموعه اندیشه نوین: [سردردهای میگرنی - هدف گرفتن علت](#)

~~~~~

### کمک بیشتری نیاز دارید؟

۱. [کتاب رایگان درمانگر نادیده](#) را بخوانید تا درک بهتری از آخرین پیشرفت ما یعنی اپتیمال ای اف تی پیدا کنید.
۲. عضو [دوره اپتیمال ای اف تی](#) ما که مخصوص افراد حرفه ای و شاگردان بانگیزه است شوید. خودم درس می دهم. کارهای عمیقی انجام می دهیم. اعتبار دارد. دنیا را تحت تأثیر قرار دهید.

۳. از طریق برنامه ارائه مدرک کامل ای اف تی که در سطح بالایی برگزار می کنیم مدرک بگیرید. وارد گروه برتر افراد حرفه ای و تأثیرگذار در شفاف بخشی 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 حرفه ای و شاگردان بانگیزه)

جزئیات و قیمت های عضویت

**وبینار بعدی ما: در روز یکشنبه، ۸ می، در ساعت ۱۰ صبح به وقت غرب آمریکا برگزار می شود.**

با شرح یک ماجرای واقعی که نشان می دهد چگونه با میل شدید می توانیم "دنیای اطرافمان را تغییر دهیم" شروع می کنم. انگیزشی است. به علاوه کمک می کند که سقف باورهایمان را بالاتر ببریم.

بقیه مدت وبینار به سوالات و نظرات اعضا درباره دروس پیشرفته، جلسات خودیاری، موارد چالشی، کاربردهای شخصی یا هر چیز دیگری که به ما کمک کند از پلکان معجزات بالا رویم اختصاص می یابد.

در اینجا مستقیماً از جانب من پشتیبانی می شوید و خودتان را در فرایند او ای اف تی و درمانگر نادیده غوطه ور می سازید. تبادلات زنده. سرگرم کننده و حاوی اطلاعات فراوان. مخصوص شما.

سوالات و نظراتتان را برایم بنویسید یا در حین وبینار مطرح سازید.

~~~~~

## فایل ضبط شده وینار اخیر ما آماده است

برای دسترسی به آن کافی است وارد [حساب کاربری خود در دوره اوای اف تی](#) شوید و در منوی سمت چپ روی وینارهای ضبط شده < وینارهای ۲۰۱۷ و بعد از آن < شماره‌های ۱۰۶ تا ۱۳۵ < شماره ۱۳۴ کلیک کنید.

عناوین جالب آن از این قرارند:

۰۰:۰۰:۰۰ گری وینار را آغاز می‌کند. شری مقدمات را می‌گوید.

۰۰:۰۴:۴۲ گری و شری درباره "دریافت عشق" نظر می‌دهند.

۰۰:۱۴:۲۵ گری به سوالی درباره اینکه چگونه با ملایمت به سراغ یک خاطره ناگوار برویم جواب می‌دهد. شری نظرش را می‌گوید.

۰۰:۱۹:۵۶ گری ایده "درمانگر نادیده بودن" را مطرح می‌سازد.

۰۰:۲۳:۱۱ کیم و گری راجع به ماجرا و ایده کیم در زمینه استفاده از ترانه به عنوان یک عادت بهشتی گفتگو می‌کنند. شری نظر می‌دهد.

۰۰:۵۰:۵۲ "آن" و گری درباره تجربه "آن" در زمینه نگرانی از مسائل جسمی و همین طور "درمانگر نادیده بودن" و بخشایش به گفتگو می‌پردازند. گابریل، شری و جورج نظر می‌دهند. یک گفتگوی پرمغز.

۰۱:۲۸:۱۵ شری نظرات آخرش را می‌گوید و گری خداحافظی می‌کند.

~~~~~

**دکتر توبی استوکس از وینار اخیر ما نتایج مهمی می‌گیرد**

"کیم امروز خاطره‌ای را به یادم آورد. زیبایی آن خاطره و ماجرای او مرا به لرزه انداخت و اشکم را درآورد."



گری،

مایلم چند چیز را درباره وینار امروز به اطلاعات برسانم. "آن" گفت که در حین رانندگی به سوی سایر رانندگان عشق می‌فرستد. از وقتی که جیمی کار با من را شروع کرده است مواقعی که مثلا در فروشگاه یا در حال پیاده‌روی در خیابان هستم به کسانی که برایم کاملا غریبه هستند علاقمند شده‌ام و به سویشان عشق می‌فرستم. هنوز هم می‌گیرم ولی گریه‌ام از شادی و نه از غم است. گریه ناشی از عشق و زیبایی. بارها شده است که با شنیدن یک موسیقی زیبا، همان طور که امروز هم راجع به آن گفته شد، اشکم درآمده است.

تجربه کیم (زمزمه پروانه) مرا تکان داد. تو می‌دانی که وقتی جوان بودم چقدر مرگ دیگران را دیده‌ام و می‌دانی که به عنوان یک پزشک در ادامه عمرم هم شاهد موارد متعددی بوده‌ام.

چیزی نمانده بود که امروز دست بلند کنم ولی شدیداً می‌لرزیدم و می‌گریستم. کیم خاطره قدرتمندی را در من رو آورد. در مکزیک پزشکی خواندم. روزی داشتم به تنهایی با فولکس قورباغه‌ای کوچکم در صحرای مکزیک به سمت کوهها رانندگی می‌کردم. کاملا تنها بودم و هیچ خودرویی دیده نمی‌شد. به ناگهان و بدون هیچ پیش‌آگهی وارد دسته‌ای از هزاران پروانه پادشاه شدم. در همه جهات در حال پرواز بودند. مسحور آن همه زیبایی شده بودم.

پروانه‌های پادشاه هر سال به مکزیک مهاجرت می‌کنند و بسیار زیبا هستند. مدتی رانندگی کردم و بعد از میان آنها خارج شدم. کیم امروز آن خاطره را به یادم آورد و باعث شد در اثر آن زیبایی بلرزم و بگیرم. از کنتاکی تو، جیمی، کیم، آن و هر کس دیگری را که به این قضیه مربوط می‌شود در آغوش می‌گیرم.

با صمیمانه‌ترین احترامها، تویی

~~~~~

**یک مبتدی از وینارهای ما وامگیری مزایا می‌کند - شما هم می‌توانید**

"قصه دارم باز هم با این در زندگی روزمره‌ام به تجربه بپردازم. همچنین از تو ممنونم که وبینارها و امکان ارتباط با افراد دیگری را فراهم کردی که در حال بالاتر بردن سقف هر آنچه که ممکن است هستند. به نظرم اینها خیلی برانگیزاننده‌اند. منتظر مواردی که بعدا می‌آیند هستم."

سلام گری،

امیدوارم این بازخورد به نحوی مفید واقع شود.

تاکنون در سه وبینار به عنوان بخشی از دوره اوای‌اف‌تی شرکت کرده‌ام. در دو وبینار فهرست وقایع را که برای روش آرامش شخصی تهیه کرده‌ام به همراه داشتم تا بر روی آنها وامگیری مزایا کنم.

در اولین وبیناری که شرکت داشتم این کار را کردم چون فکر می‌کردم باید در حین انجام اوای‌اف‌تی برای یکی از حضار برایش به صورت نیابتی انجام دهیم. وبینار بیشتر از آنچه که انتظار داشتم گفتگو داشت (که واقعا از آن لذت بردم) و لذا توقع نداشتم که اصلا از وامگیری مزایا بهره‌ای نصیبم شود. ولی بعدا که فهرستم را بررسی نمودم دیدم که هیچ یک از خاطراتی که در آن نوشته بودم برایم بار احساسی ندارند.

فکر می‌کنم عامل اصلی شنیدن حرفهای "آن" درباره بخشیدن و کار با راهبه بود. وقتی ماجرای او را می‌شنیدم حس کردم موجی از لطف الهی از جسمم عبور نمود و مرا به گریه انداخت. مطمئن نیستم ولی حدس می‌زنم همین روی فهرست خاطراتم اثر گذاشت (به مسائلی که با یک فرد قدرتمند در زندگی‌ام داشتم مربوط بودند). از "آن" به خاطر اینکه نظراتش را با ما در میان گذاشت و این گونه درخسید ممنونم.

پس از وبینار دیشب فهرستم را مجددا بررسی و هرچه تلاش کردم نتوانستم هیچ بار احساسی ناشی از اکثر وقایعی که در آن بودند بیابم. ولی چند مورد هم بودند که جنبه‌های جدیدی برایشان رو آمده بودند و لذا تصمیم گرفتم به سراغشان بروم و پاکسازی‌شان کنم.

همان طور که در وبینار توصیه کرده بودی تصمیم گرفتم از جمله "من درمانگر نادیده هستم" بر روی این خاطرات استفاده کنم و تجربه خیره‌کننده‌ای نصیبم شد که نمی‌توانم آن را به سادگی با کلمات بیان کنم.

انگار به طور همزمان به آن بار احساسی که هنوز وجود داشت دلبستگی داشتم و عمیقاً می دانستم که خودم آن را به وجود آورده‌ام. دیگران را فقط به این دلیل وارد زندگی‌ام کرده بودم که نقشی در شفایم داشته باشند. جایی هم در وجودم بود که از بخشایش فراتر می‌رفت. چیزی برای بخشیدن نبود و همگان و از جمله خودم فقط نقش بازی می‌کردند.

اینها حالت گذرا یا گسسته نداشتند چون دلبستگی عمیقی به هر درد یا جراحی که وجود داشت حس می‌کردم. فقط به نظر می‌رسید که می‌توانم به حقیقت عمیقتری دست یابم. از اینکه می‌فهمیدم نفسم دنیا را چقدر جدی می‌داند خنده‌ام گرفت.

حدود سی سال است که سفری معنوی را آغاز و سعی کرده‌ام واقعیت ایجاد را بفهمم. عقلاً دریافته بودم که بازیگرانی را وارد زندگی‌ام نموده بودم و دیشب این را به شکلی عمیق و فراگیر فهمیدم.

قصد دارم باز هم با این در زندگی روزمره‌ام به تجربه بپردازم. همچنین از تو ممنونم که بینارها و امکان ارتباط با افراد دیگری را فراهم کردی که در حال بالاتر بردن سقف هر آنچه که ممکن است هستند. به نظرم اینها خیلی برانگیزاننده‌اند. منتظر مواردی که بعداً می‌آیند هستم.

تو را در آغوش می‌کشم، کارا

~~~~~

**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.

فرداد فروغی