

۱۰ آذر ۱۴۰۱، ۱ دسامبر 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)

[www.EFT.ir](http://www.EFT.ir)

[www.EFTIranian.ir](http://www.EFTIranian.ir)

تلگرام @GaryCraig @FarhadForughmand

اینستاگرام [@eft.forughmand](https://www.instagram.com/eft.forughmand)

[کانال خبرنامه رسمی ای اف تی گری کریگ](#)

لینک‌های 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) انگیزش امروز، (۲) درمانگر نادیده در حال کار (الف) سیر تحول ای‌اف‌تی ضربه‌ای، اپتیمال و درمانگر نادیده، (ب) آیا درمانگر نادیده می‌تواند در هر زمان از عهده بیش از یک مسئله برآید؟، (۳) تجربیات جالب، (۴) مقالات/ ویدئوهایی برای مرور کردن، (۵) کمک بیشتری نیاز دارید؟

### برای اعضای دوره اوای‌اف‌تی – پیشرفته:

- (۱) وینار بعدی ما، (۲) فایل ضبط شده وینار اخیر ما آماده است، (۳) بروزرسانی وضعیت مارنی موریس، (۴) بدن کارن کلی به کمک درمانگر نادیده به صورت استعاری با او حرف می‌زند، (۵) یادآوری گروه‌های تمرینی

~~~~~

### انگیزش امروز

سالها پیش سوزان بویل در برنامه استعدادیابی امریکا شرکت کرد، مورد قضاوت قرار گرفت و به دلیل قیافه-اش فرصتی به دست نیاورد. ولی او خوانندگی را شروع کرد... حیرت‌انگیز!

[لینک ویدیو](#)

~~~~~

(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 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

~~~~~

### سیر تحول ای اف تی ضربه‌ای، اپتیمال و درمانگر نادیده

*"مشاهده این خلاصه برای مبتدیان ضروری و برای اعضای ماهر ما یک یادآوری عالی است."*

در این ویدیو جسی کانینگهام با من راجع به تاریخچه ای اف تی و پیشرفتهای متعددی که در طول سالیان به دست آمده‌اند مصاحبه می‌کند. مشاهده این خلاصه برای مبتدیان ضروری و برای اعضای ماهر ما یک یادآوری عالی است. راجع به تعداد زیادی سوال عمیقا به گفتگو می‌پردازیم و مثالهای واضحی می‌زنیم.

[لینک ویدیو](#)

لینک ویدیو با زیرنویس فارسی

~~~~~

### آیا درمانگر نادیده می‌تواند در هر زمان از عهده بیش از یک مسئله برآید؟

*"در اینجا چیزهای زیادی یاد می‌گیرید."*

آن رایان (کاربر پیشرفته اوای اف تی) و من به عمق این موضوع می‌رویم. آن بر اینکه درمانگر نادیده در پشت صحنه خیلی کارها می‌کند تاکید دارد و من می‌گویم که باید کار را به طور کامل انجام دهیم. در اینجا چیزهای زیادی یاد می‌گیرید.

[لینک ویدیو](#)

~~~~~

## تجربیات جالب کارینا بیسینگر با درمانگر نادیده

"بر روی همه چیز، از تنبیه خود گرفته تا احساس گناه، رابطه با غذا، درد جسمی، مسائل سلامتی و خاطراتی با جنبه‌های متعدد کار کرده‌ام."

گری،

قبل از هر چیز مایلم به خاطر ایجاد ای‌اف‌تی از تو قدردانی کنم و برایت عشق بفرستم. در ۱۲ سال گذشته که مشغول یادگیری و استفاده از آن بوده‌ام زندگی من و خیلپهای دیگر را پر از سعادت کرده است. بدیهی است که موارد خیلی بیشتری هم بوده‌اند که از آنها اطلاع ندارم. برای همه کارهایی که کرده‌ای از تو متشکرم!

پس از آن که کتاب درمانگر نادیده را خواندم، چیزهای بیشتری راجع به اپتیمال ای‌اف‌تی آموختم و عضو دوره تو شدم. تجربیات جالب متعددی با درمانگر نادیده داشتم. قبل از این که کتابت را بخوانم هم چند سال با او ارتباط داشتم. gd، پس از آن که از روش تو استفاده کردم ارتباطم با او عمیقتر و قویتر شده است. اکنون بیشتر به سراغ او می‌روم و به او اعتماد می‌کنم. پیامها و تجسمهایی از جانب او می‌گیرم و البته به شفا هم می‌رسم. بر روی همه چیز، از تنبیه خود گرفته تا احساس گناه، رابطه با غذا، درد جسمی، مسائل سلامتی و خاطراتی با جنبه‌های متعدد کار کرده‌ام.

این روش را بر روی مراجعان به کار گرفته‌ام و بازخورد آنان معمولاً این بوده است که آن را بسیار دوست می‌دارند. در پایان هر دفعه وقتی بار احساسی را بررسی می‌کنیم درمی‌یابیم که به صفر رسیده است و آنان هم با او احساس قرابت می‌کنند.

همچنین شرکت کردن در وبینارهای تو و مشاهده جلسات را خیلی دوست می‌دارم. اصولی را که راجع به بخشایش، اتصال، عشق و اینکه این دنیا فقط یک رویا است شرح می‌دهی را به کار بسته‌ام. دیدگاه بسیار زیبایی به من داده‌ای!

خیلی از تو متشکرم که این روشها را به مردم دنیا داده‌ای. تو بهترین و بسیار سعادتمند هستی.

با عشق و قدردانی، کارینا بیسینگر

~~~~~

### مقاله‌ها / ویدئوهای قبلی پیشنهادی برای مرور:

۱. از مجموعه نتایج: [یکی از اعضای دوره اوای‌افتی از پیشرفت‌هایش می‌گوید](#)
۲. از مجموعه پلکان معجزات: [بخشایش حقیقی](#)
۳. از مجموعه تجربیات معنوی: [درک این که زمان یک توهم است](#)

~~~~~

### کمک بیشتری نیاز دارید؟

۱. [کتاب رایگان درمانگر نادیده](#) را بخوانید تا درک بهتری از آخرین پیشرفت ما یعنی اپتیمال‌ای‌افتی پیدا کنید.
۲. عضو [دوره اپتیمال‌ای‌افتی](#) ما که مخصوص افراد حرفه‌ای و شاگردان باانگیزه است شوید. خودم درس می‌دهم. کارهای عمیقی انجام می‌دهیم. اعتبار دارد. دنیا را تحت تأثیر قرار دهید.
۳. از طریق برنامه ارائه [مدرک کامل‌ای‌افتی](#) 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 رسمی‌ای‌افتی](#)
۵. برای کسب اطلاعات بیشتر لطفاً با [مراکز آموزشی رسمی‌ای‌افتی گری کریگ](#) تماس بگیرید.

~~~~~

**\*\*\*پیشرفته\*\*\***

## برای اعضای دوره اپتیمال ای اف تی:

(فرصتی غیر رایگان برای افراد حرفه‌ای و شاگردان بانگیزه)

### جزئیات و قیمت‌های عضویت

**وبینار بعدی ما:** در روز یکشنبه، ۴ دسامبر، در ساعت ۱۰ صبح به وقت غرب آمریکا برگزار می‌شود.

به سوالات و نظرات اعضا درباره دروس پیشرفته، جلسات خودیاری، موارد چالشی، کاربردهای شخصی یا هر چیز دیگری که به ما در بالا رفتن از پلکان معجزات کمک کند اختصاص دارد.

موضوعات این بار از این قرارند:

- بحث مهمی درباره غلبه بر مسائل ناشی از بدرفتاری، انتقاد، باورهای فرهنگی و غیره
- ماریان بیلچ راجع به تجربه‌ای که با درمانگر نادیده داشته است می‌گوید
- ادامه ارتباطهای شارون کنگ با درمانگر نادیده
- گری اشتباهات رایج شاگردان را باز هم شرح می‌دهد: طبیعت انسانی

این فرصتی عالی برای طرح سوالات و نظرات شما است. راجع به آنها برایم بنویسید یا در حین وبینار آنها را مطرح سازید. شری بیکر و دکتر گابریل روتن در پاسخگویی به شما به من می‌پیوندند.

~~~~~

### فایل ضبط شده وبینار 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 ۱۳۶ تا ۱۸۵ < شماره ۱۴۹:

آزمایشهای پزشکی، پیامی از طرف درمانگر نادیده

عناوین جالب آن از این قرارند:

۰:۰:۰۰ گری وینار را آغاز می کند. شری مقدمات را می گوید.

۰:۱۲:۳۲ گری گفتگو راجع به آزمایشهای پزشکی را شروع می کند. شری، گابریل، جودیت، کاتلینا، جورج، ایروین، دیو و جاگجیت نظر می دهند.

۱:۰۸:۳۸ گری از آن می خواهد که پیام زیبایی را که از درمانگر نادیده، به صورت یکجا و بدون اینکه به ویرایش نیاز داشته باشد، گرفته است بخواند. بسیار انگیزه بخش. هلی، شری و گابریل نظر می دهند. گری وینار را پایان می بخشد.

~~~~~

### بروزرسانی وضعیت مارنی موریس

"حس می کنم در یک جزیره و خیلی تنها هستم"

سلام گری،

در یکی از شماره های قبلی خبرنگار ویدیوی خودمان را دیدم این بود که فکر کردم بهتر است وضعیتم را بروزرسانی کنم. چند بار این جمله "حس می کنم در یک جزیره و خیلی تنها هستم" را آزمودم و واقعا هیچ باری برایم نداشت. حتی وقتی در بیرون از خانه پیاده روی می کنم و مردمی را می بینم که ماسک زده اند باز هم مثل قبل تحریک نمی شوم. لذا باید عمیقا از تو و درمانگر نادیده تشکر کنم. در واقع از آنجایی که می دانم او همیشه با من است پس هیچگاه واقعا نمی توانم احساس تنهایی بکنم. این را هم باید بگویم که اکنون خیلی بیشتر از قبل یعنی در مقایسه با روشهای مذهبی و روحانی به او عشق می ورزم.

سایر موارد از این قرارند:

- در گروه تمرینی بر روی دروس کار می کنم. این بار به سراغ جلسات خودیاری هم می روم.

• هر بار که بتوانم در جلسات شفای گروهی به وسیله اوای اف تی هم شرکت می کنم. گهگاه با یکی دو شاگرد دیگر جلسه تک به تک دارم. یک بار یکی از آنها یکی از خاطراتم را مشخص کرد که در آن در ۸ سالگی ترسیده بودم. از آنجایی که خاطره مشخصی را به یاد نمی آوردم در جلسه روزانه خواستم واضحتر شود و به ناگهان "داستانهای اشباح" به ذهنم رسید. سپس به یاد آوردم که در آن زمان یک داستان اشباح شنیده بودم و بدین شکل توانستم مسائل ناشی از آن واقعه را هم آرام سازم.

• نهایتاً هم اینکه چند تن برایم به یک "دیوار آجری" رسیدند. ظاهراً آن را در همان سنین ساخته بودم تا مانع از احساسات عمیقم شوم. لذا باز هم باید کار کنم...

اگر به چیز جدیدی برسم به تو اطلاع خواهم داد.

با عشق و قدردانی

مارنی

~~~~~

**بدن کارن کلی به کمک درمانگر نادیده به صورت استعاری با او حرف می زند**

*یکی از دوستانم، که با ای اف تی آشنا نیست، به من گفت "اگر احساس ناشی از پس مانده یکی دیگر باشد"*

**چطور؟**

سلام گری،

نمی دانم که آیا شرح اینکه بدنم بدین شکل به صورت استعاری با من حرف می زند برای دیگران مفید است یا خیر:



برای مدتهای زیادی نمی‌توانستم غذایی را که حتی ۲۴ ساعت مانده بود بدون اینکه دچار اسهال شوم بخورم. وقتی از درمانگر نادیده پرسیدم او به سادگی گفت "غذا فاسد شده است". ولی خوردن همان غذاها هیچ تاثیری بر شوهرم نداشت.

یکی از دوستانم، که با ای‌اف‌تی آشنا نیست، به من گفت "اگر احساس ناشی از پس‌مانده یکی دیگر باشد" چطور؟ **نظر گری کریگ: همان طور که اغلب گفته‌ام درمانگر نادیده به شکل‌های مختلفی و از جمله از طریق دیگران با ما حرف می‌زند. این برای خودم هم بسیار پیش می‌آید. بدیهی است که به دنبال وقایعی گشتم که در آنها حس کرده بودم پس‌مانده کس دیگری هستم. آنها را یافتم و پردازش کردم و پس از چند هفته توانستم بدون هیچ علامتی غذاهای باقی مانده را بخورم.**

یک جنبه دیگر این مسئله که باید به آن هم می‌پرداختم این بود که باقی مانده‌های خودم را معمولاً در ظروف پلاستیکی نگه می‌داشتم. حس کردم این هم بخشی از مشکل است. این بود که به این فکر کردم که ظروف پلاستیکی چه نقشی در محافظت دارند... مثلاً محافظت از خشک شدن و غیره. بدین ترتیب وقایع خاصی را پیدا نمودم که در آنها احساس ناامنی یا عدم محافظت کرده بودم و بعد با درمانگر نادیده همه آنها را خنثی کردم.

اخیراً در حال نوشیدن شراب قرمز بودم ولی به جای این که مزه همیشگی‌اش را بدهد مزه‌ای شبیه به سرکه برایم داشت. جدیداً آن را خریده بودم و لذا فکر کردم که مشکل از شراب نیست. سپس به یاد آوردم که وقتی مسیح [ع] را به صلیب کشیده بودند به او سرکه داده بودند. این باعث شد به این فکر بیفتم که چه کسی را باید ببخشم. بدیهی است که نام کسی به ذهنم رسید. او را بخشیدم، شراب را مجدداً چشیدم و مزه‌اش هیچ مشکلی نداشت.

اینها فقط چند مورد از چیزهایی بودند که شاهد بوده‌ام. اگر فکر می‌کنی مفیدند می‌توانی به دیگران هم اطلاع دهی.

با آرزوی سعادت، کارن

~~~~~

**یادآوری گروه‌های تمرینی:** در گروه‌های تمرینی ما منظمأ 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.

فهرست و غنید