

# اپتیمال ای اف تی

(فروردین ۱۳۹۸)

نوشتۀ کریگ

ترجمۀ فرهاد فروغمند

قسمت چهارم

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

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

اینجانب (فرهاد فروغمند) اجازه ترجمه کلیه آثار گری کریگ (مخترع روش ای اف تی) را گرفته و منابع آموزشی آن را به طور کامل به فارسی برگردانده و به رایگان در اختیار مردم گذاشته‌ام. هیچ کس دیگری اجازه ترجمه حتی یک کلمه از هیچ یک از آثار ایشان (کتابها، مقالات، فیلمها و غیره) را ندارد. به کسانی که آثار ایشان را بدون اجازه و ناقص به مردم بی‌خبر می‌فروشند و دوره‌هایی را که ایشان صریحا نهی کرده‌اند

برگزار می‌نمایند توصیه می‌کنم به فکر آخرت خود باشند. گری کریگ از اقدامات این افراد به خوبی مطلع و بسیار ناراضی است.

لطفا توجه داشته باشید که برای منابع آموزشی ای‌اف‌تی نباید حتی یک

ریال پردازید.

گری کریگ (مخترع ای‌اف‌تی) به صراحت تاکید می‌کند که بسیاری از منابعی که دیگران برای این روش تهیه کرده‌اند تحریف شده‌اند. لذا به همگان توصیه می‌کند که فقط از آثار خودش برای یادگیری استفاده نمایند. متأسفانه مدعیان دروغین استادی در کشور ما هر از چند گاهی یکی از همان تحریف کنندگان را به عنوان استاد برتر به مردم بی‌خبر معرفی و خودشان را سردمدار شیوه آموزشی او در ایران قلمداد می‌نمایند. این کار قطعاً خطا و بعضاً برای سلامت روان شما خطرناک است. مراقب باشید.

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

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

فیزیک کوانتومی

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

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

فیزیک کوانتومی به سرعت ما را به سفری فراتر از حس‌های مان می‌برد. همچون قالیچه پرنده‌ای است که به واقعیتی که هرگز انتظار آن را نداشته‌ایم ره می‌سپرد. مسحور کننده است. علم هم به شهود من رسیده و درب را به روی کاخ عظیمی از فرصت‌ها باز کرده است. بگذارید موضوع را برای تان بازتر نمایم.

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

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

اولین بار آلبرت اینشتاین بود که حدود یک قرن پیش گفت همه چیز و از جمله بدن ما از انرژی ساخته شده است. آن کشف "خارج از محدوده حس‌های ما" بود چون ما به نظر جامد و نه بسته‌های مرتعش انرژی می‌آییم.

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

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

سپس علم جدیدی به نام فیزیک کوانتومی به وجود آمد که به تحقیق بر روی ذرات ریز (کوانتایی) در مقیاس اتمی می‌پردازد و پدیده‌های مفتون کننده‌ای را کشف می‌کند که بسیار فراتر از حس‌های ما هستند.

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

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

این به معنای واقعی کلمه موهبتی الهی است چون این تحقیقات به چشم و گوش ما در دنیای اسرارآمیز زیرین وجود تبدیل شده‌اند. به خارج از وان حمام اشاره می‌کنند تا بتوانیم در دریایی از ممکنات شنا کنیم.

ولی همان طور که شما هم شاید فهمیده باشید افرادی با ذکاوت و پس‌زمینه‌ای همچون اینشتاین می‌توانند پیام‌های خارق‌العاده فیزیک کوانتومی را بکاوند. برای آزمایش‌های بی‌شماری که در چند دهه گذشته انجام شده‌اند به افرادی نیاز بوده است که از تسلطی کم‌نظیر بر علوم و ریاضیات برخوردار باشند.

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

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

خوشبختانه یافته‌های این علم بسیار پیچیده به زیبایی و به طور خلاصه در فیلم "ما چه می‌دانیم؟ درون سوراخ خرگوش" که در سال ۲۰۰۴ عرضه شد به نمایش درآمده‌اند (مشاهده آن را اکیداً توصیه می‌کنم). شامل گفتارهایی از برخی از برجسته‌ترین دانشمندان معاصر از قبیل کنداس پرت، ویلیام تیلر، جو دیسپینزا، لین مکتاگارت، جان هگلین، دیوید آلپرت، آمیت گوسوامی، دین رادین و فرد آلن وولف می‌شود. شاید چهره برخی از آنان که در زیر آمده‌اند برای‌تان آشنا باشند.

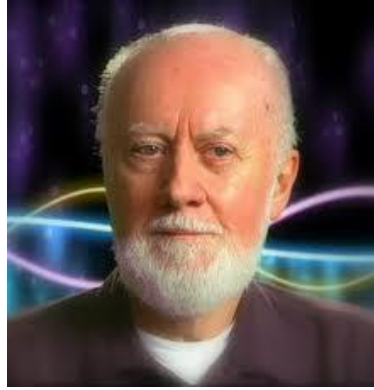
[www.emofree.com](http://www.emofree.com)    [www.EFT.ir](http://www.EFT.ir)

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان



کنداس پرت



ویلیام تیلر

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

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان



جو دیسپینزا

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

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان



لین مکتاگارت

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

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان



دین رادین

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

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان



آمیت گوسوامی

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

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان



دیوید آلپرت

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

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان



جان هگلین

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

[@GaryCraig](https://www.facebook.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.facebook.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

برخی از نتایجی که از سخنان آنان می‌توان گرفت ذیلاً ذکر شده‌اند. توجه داشته باشید که فصل مشترک تمامی آنها این است که ما از یکدیگر جدا نیستیم.

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

[@GaryCraig](https://www.facebook.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.facebook.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

• ما در بنیادی‌ترین سطح وجود همگی یکی هستیم و آن یگانه عشق است. خدا است. از یکدیگر یا هر چیز دیگری که در دنیا وجود دارد جدا نیستیم. البته حس‌های مان چیز دیگری به ما می‌گویند ولی آن فقط یک توهم است.

[www.emofree.com](http://www.emofree.com)    [www.EFT.ir](http://www.EFT.ir) •

[@GaryCraig](https://www.facebook.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.facebook.com/FarhadForughmand) •

• ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

• تمامی مشکلات دنیوی ما در این اشتباه خلاصه می‌شوند که فکر می‌کنیم از هم جدا هستیم.

[www.emofree.com](http://www.emofree.com)    [www.EFT.ir](http://www.EFT.ir) •

[@GaryCraig](https://www.facebook.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.facebook.com/FarhadForughmand) •

• ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان



- دنیا، آن گونه که آن را می‌بینیم، تصویری از اعتقاد ما به جدایی است. شرطی شده‌ایم که این را باور کنیم چون حس‌های محدودمان ما را فریب می‌دهند. چیزی خارج از وجود ما نیست و هر چه که چشمانمان می‌بینند توهم است. تصویری از باورهای خود را بر روی صفحه نمایش دنیا انداخته‌ایم و مطابق با همان تصویر غلط رفتار می‌کنیم. خارج از وجود ما چیزی وجود ندارد.

• [www.emofree.com](http://www.emofree.com) [www.EFT.ir](http://www.EFT.ir)

• [@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig) [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

• ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

- زمان و مکان وجود ندارند و صرفاً مخلوق ذهن هستند تا به ما در درک باور غلط جدایی یاری دهند. عین گفته‌های برخی از این دانشمندان فداکار در آن فیلم در زیر می‌آید. باز هم توجه داشته باشید که موضوع مشترک جدا نبودن ما و پیوستگی به شیوه‌ای پرشکوه است.

• [www.emofree.com](http://www.emofree.com) [www.EFT.ir](http://www.EFT.ir)

• [@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig) [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

• ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

- اکنون درمی‌یابیم که دیدگاه غلط جدایی ما از یکدیگر بسیار مخرب ... و باعث این همه مشکلات در دنیا شده است. درمی‌یابیم که این طرز فکر به کلی غلط است ... و ما همگی یکی هستیم. در اصل وجودمان ... با هم مرتبطیم.

• [www.emofree.com](http://www.emofree.com) [www.EFT.ir](http://www.EFT.ir)

• [@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig) [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

• ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

- عمیق‌ترین لایه حقیقت که توسط علم و فلسفه کشف شده همان حقیقت بنیادین یگانگی است. من و شما در عمیق‌ترین سطح زیرهسته‌ای وجودمان به معنای واقعی کلمه یکی هستیم.

• [www.emofree.com](http://www.emofree.com) [www.EFT.ir](http://www.EFT.ir)

• [@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig) [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

• ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

- این ارتباط درونی ... این بی‌زمانی ... فکر می‌کنم که سرآغاز درک علمی معنویت باشد.
- فقط یک خدا وجود دارد که آن هم همه ما هستیم. تمامی دنیا از آن نشأت گرفته است و هر یک از شخصیت‌های جداگانه‌ای که با توهم جدایی ظاهر شده‌اند از آن رشد یافته‌اند.

• [www.emofree.com](http://www.emofree.com) [www.EFT.ir](http://www.EFT.ir)

• [@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig) [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

• ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

- وقتی تجربه‌ای عرفانی نصیب مردم می‌شود و آن را شرح می‌دهند حس متداولی را که از واقعیت مادی اطراف خود دارند گم می‌کنند. در واقع اگر به اندازه کافی دور شوند و به تجربه یگانگی مطلق دست یابند دنیای مادی به شکلی که می‌شناسیم ناپدید می‌گردد. در اینجا سخن از وجود خالص، آگاهی خالص و شعور خالص است. [یادداشت گری کریگ: این به خوبی شهود مرا شرح می‌دهد.]

• [www.emofree.com](http://www.emofree.com) [www.EFT.ir](http://www.EFT.ir)

• [@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig) [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

• ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

- هیچ جدایی میان ما نیست. در نتیجه کاری که با دیگران می‌کنیم در واقع با جنبه‌ای از خودمان انجام می‌دهیم.
- جایی نیست که ما در آن پایان بگیریم و سایر چیزها آغاز شوند. همه ما به هم متصلیم.
- اساسی‌ترین چیز این است که همه ما به وسیله یک میدان انرژی به هم متصل و در دریایی از نور شناوریم. باید دست از تفکر جدایی بردارید چون جدایی بزرگترین مشکل کنونی دنیا است.

• [www.emofree.com](http://www.emofree.com) [www.EFT.ir](http://www.EFT.ir)

• [@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig) [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

• ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

- سپس افراد دیگران را به صورت بخشی از خودشان می‌بینند. درمی‌یابند که بهترین راه این است که به دیگران عشق بورزند و آنان را قضاوت نکنند و هر چه که برای ساختن دیگری انجام می‌دهند عملاً خودشان را می‌سازد. خواهید دید که شما هم متصل و بخشی از یک خانواده بزرگ هستید.

- [www.emofree.com](http://www.emofree.com)   [www.EFT.ir](http://www.EFT.ir)
- [@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)   [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)
- ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

تا ابد مدیون این دانشمندانی هستیم که زندگی‌شان را وقف این راه کرده و دنیایی پر از ممکنات را که حق مسلم ما است به ما نشان داده‌اند. اگر هدیه آنان را به خوبی درک کنیم درمی‌یابیم که هیچ مشابهی در طول تاریخ نداشته است.

- [www.emofree.com](http://www.emofree.com)   [www.EFT.ir](http://www.EFT.ir)
- [@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)   [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)
- ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

ولی یافته‌های آنان از یک چیز برخوردار نیست. آنچه را که ممکن است به ما نشان می‌دهند ولی نحوه رسیدن به آن را نشان نمی‌دهند. این کمبود به خوبی به وسیله دوره معجزات جبران می‌گردد.

- [www.emofree.com](http://www.emofree.com)   [www.EFT.ir](http://www.EFT.ir)
- [@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)   [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)
- ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

شواهد: ۳- دوره معجزات: کتاب معنوی حیرت‌انگیزی که فیزیک کوانتومی را بازتاب می‌دهد

- [www.emofree.com](http://www.emofree.com)   [www.EFT.ir](http://www.EFT.ir)
- [@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)   [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)
- ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

زمان بندی آن شگفت‌انگیز است.

- [www.emofree.com](http://www.emofree.com)   [www.EFT.ir](http://www.EFT.ir)
- [@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)   [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

فیزیک کوانتومی و دوره معجزات تقریباً هم‌زمان پدید آمده‌اند. هرچند که هر دو به وضوح به توهم جدایی اشاره می‌کنند ولی روش‌های متفاوتی را برای ارائه نظرات خود به دنیا برمی‌گزینند. فیزیک کوانتومی این کار را از طریق علوم متقن و ریاضیات انجام می‌دهد و دوره معجزات راه نرم‌تر و روحانی‌تر را می‌رود. هیچ یک از دو رویکرد به دیگری متکی نیستند و با این وجود هر دو به نتایج یکسانی می‌رسند. به علاوه دوره معجزات راهی برای وارد ساختن وعده‌های بی‌شماری که خارج از "آگاهی وان حمامی" هستند به درون واقعیت ارائه می‌دهد.

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

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان



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

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

دوره معجزات یا آن طور که توسط هنرجویان مشتاق و روزافزونش خوانده می‌شود "دوره" در اواسط دهه ۱۹۶۰ به وسیله یک روانشناس وابسته به دانشگاه کلمبیا در نیویورک به نام هلن شاکمن آغاز شد. وی نوعی "ندای درونی" را بارها می‌شنید که می‌گفت...

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

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

"این دوره معجزات است. لطفاً یادداشت بردار."

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

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

همین خارج از چهارچوب‌های متداول بودن شروع کار باعث می‌شود که بسیاری افراد از این اثر حیرت‌آور، تا روزی که به لایه زیرین آن برسند و حقیقتاً پیام آن را درک نمایند، چشم‌پوشی کنند. منظورم این است که با خودشان می‌گویند "... ندای درونی، اثری هدایت شده؟" شما تا چه اندازه تحمل چیزهای عجیب یا جدید را دارید؟

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

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

مطالعه آن را صرفاً با اصرار دوستم باب اسکاچ، که هلن شاکمن را قبل از فوتش در ۱۹۸۱ دیده بود، آغاز کردم. باید بگویم که باب یکی از باارزش‌ترین کتاب‌ها را (به نام سفر بی‌بُعد) برای معرفی این اثر اقتناع‌کننده به مردم نوشته و جزئیات کار دشوار وی و مقاومتی را که در برابر نگارش این کتاب ۱۲۰۰ صفحه‌ای داشته شرح داده است. (این را هم باید بیفزایم که هلن شاکمن شخصاً به چیزی اعتقاد نداشت.) برای این که موضوع به نظر عجیب‌تر آید باید بدانید که او پیشینه یهودی داشت ولی "ندا" از عیسی [ع] می‌آمد.

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

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

در ابتدا دوره به نظرم نامفهوم و خواندنش دشوار آمد. ولی بعدها فهمیدم که پیامش بسیار واضح است و اصلاً هم نامفهوم نیست. برایم معلوم شد که مقاومتی در برابر آن به این دلیل بود که نمی‌خواستم پیامش را بگیرم. نمی‌خواستم از کسی بشنوم که دنیا، به شکلی که آن را می‌بینم، توهم است... و من و دیگران هیچ یک جسمی نداریم.

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

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

نمی‌خواستم بشنوم که دیوانه‌ام و با خیالاتم زندگی می‌کنم و همه باورهایم افسانه‌اند. نمی‌خواستم بشنوم که در آغوش خدا هستم و چیزهایی مثل کسب و کار، پزشکی و بیسبال صرفاً خیالبافی‌هایی هستند که برای منحرف کردن خودم از واقعیت حقیقی‌ام ساخته‌ام.

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

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

ولی نثر آن به قدری زیبا و قانع کننده بود که هر طور بود به خواندن ادامه دادم. به نظرم همچون ترانه‌ای می‌آمد که اشعارش (هنوز) با عقل جور در نمی‌آمدند.

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

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

سرانجام اعتراض شکاکان را که می‌گفتند این کار هدایت شده صرفاً ناشی از توهمات یک فرد است به کلی از ذهنم زدودم. چرا؟ چون ساختار هماهنگ ... نثر چشمگیر ... و خود پیام ... نمی‌توانستند از این دنیا آمده باشند. نیمکره چپ مغز مهندسی‌ام به راحتی به این نتیجه رسید که این پیامی از "دیگر سو" و برای این آمده است که به ما بفهماند حس‌های مان ما را فریب می‌دهند و آن "واقعیت" که نزدمان بسیار عزیزش می‌پنداریم خیالی است. این همان پیامی است که فیزیک کوانتومی نیز با نگرشی بسیار متفاوت به ما می‌دهد.

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

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

پس از آن دیگر اعتراض شکاکان را هم که می‌گفتند این اثر حیرت‌آور از نیاز نویسنده به شهرت و ثروت نشأت گرفته است بی اساس دانستم. برای این گفته مطلقاً هیچ دلیلی وجود ندارد و در واقع خلاف آن درست است. نام هلن شاکمن به عنوان نویسنده ذکر نشده است و وی هرگز هیچ پولی بابت تالیف یا تجدید چاپ نگرفت. به صورت هدیه‌ای به دنیا داده شد و وی از دید مردم خودش را کنار کشید.

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

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان



هلن شاکمن

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

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

برخی از نکات مهم دوره و نقش آن در نوشته‌هایم ذیلاً می‌آیند:

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

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

- دوره هیچ‌گونه جهت‌گیری فرقه‌ای ندارد. هر چند که از ساختار مسیحی سود می‌برد ولی اصول آن اغلب از تمامی مذاهب رسمی و از جمله مسیحیت فراترند.

[www.emofree.com](http://www.emofree.com)    [www.EFT.ir](http://www.EFT.ir) •

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand) •

• ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

- دوره تنها راه رسیدن به آگاهی معنوی نیست. ولی قطعاً راه من است و بر نوشته‌هایم اثر می‌گذارد. شاید شما راه دیگری داشته باشید و همین طور هم باید باشد. ولی توصیه می‌کنم مقالاتم را بخوانید چون اصول آنها هم جهانی هستند و احتمالاً شما را در راه خودتان یاری خواهند داد.

[www.emofree.com](http://www.emofree.com)    [www.EFT.ir](http://www.EFT.ir) •

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand) •

• ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

- در بسیاری مواقع نکاتی را از دوره ذکر می‌کنم و اصول آن را شرح می‌دهم تا نظراتی که به اندازه کافی خارج از چهارچوب‌های متداولند ارائه داده باشم. نیازی نیست که به هیچ یک از آنها اعتقاد پیدا نمایید. تنها چیزی که از شما می‌خواهم این است که با ذهنی باز با آن برخورد کنید و خودتان ببینید که شما را به کجا می‌برد.

[www.emofree.com](http://www.emofree.com)    [www.EFT.ir](http://www.EFT.ir) •

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand) •



• ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

اصلاً ادعا ندارم که پیام دوره را با نوشته‌هایم جایگزین می‌کنم چون این امر بسیار فراتر از توانایی‌های من است. برای این که به جزئیات بیشتری دست یابید شما را به متن دوره ارجاع می‌دهم. به تدریج که در این نوشته‌ها پیش می‌روید گهگاه به اصول دوره اشاراتی خواهم داشت.

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

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

گام بعدی چیست؟

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

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

آیا اینها بدین معنی اند که فقط باید یک کلید معنوی را بزنییم و دست از شغل، غذا خوردن، فیلم دیدن، روابط جنسی و سایر مشغله‌های این دنیا بکشیم؟ به هیچ وجه! دنیای بدن‌های مجزا، هر چند که توهم است، ولی بسیار واقعی می‌نماید و مدتی به طول می‌انجامد تا به کلی دست از این باورهای مستحکم بردارید. به نظر می‌آید که بدن‌های ما درد، لذت، بیماری و مرگ را تجربه خواهند کرد. نیازمند آموزش، مراقبت در برابر آب و هوا و قدردانی از جانب دیگرانند. تا وقتی اینجا هستیم باید تصمیم‌هایی بگیریم و باید آنها را به طور مناسبی هم بگیریم. در غیر این صورت در رویای خود به سوی فاجعه خواهیم رفت.

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

[@GaryCraig](https://www.instagram.com/GaryCraig)    [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

ولی یکی از آن تصمیم‌ها هم این است که بیاموزیم فراتر از رویای خود را نیز ببینیم ... و از "بینش" به جای بینایی استفاده کنیم ... و به تدریج از وان حمام خود خارج شویم و در دریایی از برکت که همان واقعیت حقیقی ما است شنا نماییم.

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

[@GaryCraig](#)    [@FarhadForughmand](#)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان

این نوشته‌ها به تدریج راه‌هایی را برای ورود به عجایب خالق می‌کاوند و نهایتاً به ترس‌ها، خشم‌ها، وقایع ناگوار و معضلاتی که در رویای خود ساخته‌ایم خواهیم خندید. مطمئن باشید که تجربه‌ای جادویی و در پوششی از اپتیمال‌ای‌افتی است. البته به زمان و پشتکار هم نیاز دارد. به صرف خواندن این مطالب به چیزی نخواهید رسید. تمرین‌ها و مثال‌هایی ذکر می‌کنم و در طول این سفر از مزایای بی‌شماری بهره‌مند خواهید شد. نتایجی که می‌گیرید به تلاش‌های خودتان بستگی دارند.

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

[@GaryCraig](#)    [@FarhadForughmand](#)

ترجمه انحصاری، با اجازه و رایگان