

## کنترل درد

پرسش و پاسخهای زیر از نامه تاییدیه ای که هالی هولمز مردیت نوشته برگرفته شده اند .

### پرسش : درباره استفاده از تی اف تی برای کنترل دردهای شدید چه نظری دارید ؟

پاسخ : استفاده از تی اف تی برای کنترل درد یکی از مفیدترین راهها هم برای کاربر تی اف تی و هم برای دریافت کننده آن است . اینکه ظرف چند دقیقه بتوانید تغییر وضعیت فردی را از احساس درد به آرامش و راحتی ببینید خودش نعمتی است . اغلب دردهای ما دو جنبه دارند : جسمی و روحی .

### پرسش : آیا میتوانید مثالی از کنترل دردهای شدید ارائه کنید ؟

پاسخ : بتسی یکی از همکاران ما و متخصص هیپنوتیسم است . روزی به منشی دفتر زنگ زد و گفت که در طول هفته نمیتواند هیچ بیماری را ببیند . چون چهار روز بود که به پشت دراز کشیده بود . شدت دردش در مقیاس صفر تا ده بین هشت تا ده در نوسان بود . وی فقط برای رفتن به دستشویی از بستر برخاسته بود .

### پرسش : علائم او چه بودند ؟

پاسخ : عضلات پشتش دائماً در حال تشنج بودند . وی ویکودن<sup>۱</sup> مصرف میکرد که به نظر میرسید تنها کمی دردش را کاهش میداد . چهار روز بود که چشم بر هم نگذاشته بود .

### پرسش : آیا وی قبلاً با تی اف تی به عنوان روشی برای کنترل دردهای شدید آشنا شده بود ؟

پاسخ : بتسی دوره دروس پایه تی اف تی را نگذرانده بود و فقط چند ماه پیش که مچ پایش درد میکرد و من برای آن بر او ضربه زدم تا حدی با دستور اساسی آشنا شد .

### پرسش : نتیجه کاربرد تی اف تی به عنوان روشی برای کنترل درد چه بود ؟

پاسخ : اشک از چشمانش جاری شد و دردش کاهش یافت . تازه در آن هنگام بود که فهمید سیستم انرژی و عضلاتش چگونه احساسات و نرفتها را بصورت ناخودآگاه در خود نگاه داشته بود . پس از ۴۵ دقیقه ضربه زدن شدت دردش " ۲ " بود . آن قدر خسته شده بود که دیگر نمیتوانست ضربه بزند و میخواست بخوابد . با وجود اینکه چهار روز بود راه نرفته بود از بستر خارج شد و مرا تا دم درب همراهی نمود و تشکر کرد .

## نکته

هر چند که ئی اف تی موجب دستیابی به نتایج بالینی قابل توجهی شده است ولی باید در نظر داشت که هنوز در مرحله آزمایش قرار دارد و لذا کاربران آن و مردم عادی باید مسئولیت کامل استفاده از آن را به عهده بگیرند . به علاوه گری کریگ و فرهاد فروغمند هیچ مدرک پزشکی ندارند و ئی اف تی را صرفاً به عنوان وسیله ای برای کمک به مردم در اختیار آنان قرار می دهند و لذا مسئولیت استفاده از آن را در هیچ شرایطی به عهده نمی گیرند . اکیداً توصیه می شود افرادی که مایلند از ئی اف تی بر روی مشکل خاصی استفاده نمایند به افراد حرفه ای ( در انواع شاخه های سلامتی ) مراجعه کنند . در هر حال مسئولیت استفاده از آن به عهده خود استفاده کنندگان است .

www.eft.ir