

" با وجود اینکه " برای گلف

سلام به همگی

چندی پیش از من خواستند فهرستی از جملات " با وجود اینکه.... " برای استفاده در ورزش گلف تهیه نمایم . دیدم بد نیست چند مورد را توصیه کنم . ولی قبل از هر چیز باید بدانید که عملکرد گلف بازان معمولاً در " محدوده های راحتی " آنان است . یعنی آنان ، به شکلی نهانی ، احساس می کنند که به دستۀ بازیکنانی که امتیازاتشان باید در حدود هشتاد و خورده ای یا نود و خورده ای یا هر مقدار دیگر باشد تعلق دارند . شاید بتوانید به آنان در بهبود ضربات و غیره کمک نمایید . ولی تا وقتی که محدوده راحتی شان دست نخورده باقی مانده است ، احتمالاً بقیه قسمت‌های بازی را خراب می کنند و در نهایت به امتیازی که در حد محدوده راحتی شان است می رسند . به تجربه دیده ام که تمایل به چنین حالتی در انواع کارایی ها – ورزش ، در آمد ، موسیقی و غیره غالب است . بنابراین شاید بهتر باشد که به چند جمله " با وجود اینکه " که به محدوده های راحتی گلف بازان مربوط می شوند پردازیم . چند نمونه در زیر می آیند .

" با وجود اینکه مانعی در سر راهم در رسیدن به امتیاز ۷۰ وجود دارد "

" با وجود اینکه شکستن سد _____ برای من بسیار دشوار می باشد.... "

" با وجود اینکه تا _____ هم می رسم ولی حضور در بین نخبگان باعث ناراحتی ام می شود.... "

" با وجود اینکه برای رسیدن به امتیاز زیر _____ باید از کار و خانواده ام چشم پوشی کنم.... "

همچنین برای هر بازیکن موارد روحی منحصر به فردی (نوشته های روی دیوار های ذهنی – دنباله ها) وجود دارند . به بعضی از آنها می توان اینگونه پرداخت .

" با وجود اینکه اگر بهتر از برادرم بازی کنم از عکس العمل او می ترسم.... "

" با وجود اینکه خشمی را که نسبت به همسرم دارم با زدن ضربات محکم به توپ خالی می کنم.... "

" با وجود اینکه آن جایگاه خالی نشانگر احساس بی کفایتی ام در مورد بتی می باشد.... "

" با وجود اینکه همانطور که پدرم گفته بود من باید در این بازی (و هر چیز دیگری) خیلی تلاش کنم.... "

" با وجود اینکه فکر می کنم اگر در بین گروه گلف بازان ضعیف ترین فرد باشم می توانم به همبستگی گروه کمک نمایم.... "

همانطور که می بینید گلف هم می تواند محیطی عالی برای بهبودی مسائل روحی باشد . بسیاری از مشکلات شخصی گلف بازان در زمین گلف خود را نشان می دهند .

امیدوارم آنچه گفتم مفید واقع گردد .

به شما علاقه دارم ، گری

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