

یک گلف باز برای اولین بار از ئی اف تی استفاده میکند

موفقیت بزرگی بود!! از محل کارم در رفته تا یک ساعت با مدتی را با دوست درمانگرم بگذرانم. وی در بین راه تعدادی توپ گلف خرید. چوبهایش را هم به همراه داشت. با هر چوب ۴ توپ زد. معمولاً دو سوم ضرباتش را "خراب" میکرد. منظورم از خراب کردن زدن توپ در جهت نادرست و یا به فاصله نامناسب است. سپس شروع به استفاده از ئی اف تی بر روی او کردم. بلافاصله ضرباتش دقیق تر شد و توپ ها مسافت بیشتری را هم طی کردند. با هر بار تعویض چوب چند دور دیگر هم از ئی اف تی استفاده کردیم و نتایجش پیوسته بهتر شد. دیگر فقط یک چهارم ضربات را خراب میکرد. متحیر شده بود. من هم همینطور.

واقعاً لذت بردیم. موافقت کرد که نامه تاییدیه ای برایم بنویسد. البته آزمون واقعی در زمین گلف خواهد بود. وی هیچگاه نتوانسته رکورد ۱۰۰ امتیاز را بشکند و اکنون چنین هدفی دارد. متوسط امتیازاتش تاکنون ۱۱۰ بوده است.

جزئیات کارهایی که کردیم از این قرارند:

دوستم چهار چوب برداشت. (نوع و تعداد چوبها به انتخاب خودش بود). چوبها مخصوص زدن توپها در مسافتهای متفاوت بودند. با هر چوب چهارضربه زد تا پایه ای برای کارمان باشد. هر ضربه را به لحاظ سادگی "خوب" یا "بد" نامیدیم. (شاید بهتر بود سه درجه میداشتیم: خوب و متوسط و بد) از او پرسیدم که آیا مایل است در چه چیزی پیشرفت نماید. پاسخ داد میخواهم جهت ضرباتم مستقیم به سوی هدف باشد و توپها مسافت زیادی را هم طی کنند. سوال کردم ترجیح میدهی اول بر روی کدام یک کار کنیم؟ (ترجیح دادم جنبه های مختلف را حتی الامکان از هم جدا سازیم و در هر زمان بر روی یک مسئله کار نماییم.)

سپس ئی اف تی را بدین شکل اجرا کردیم. در حالی که او نقطه دلریش را میمالید سه بار میگفت "با وجود اینکه برای زدن توپ تا چنین مسافتی اضطراب دارم عمیقاً و کاملاً خودم را قبول میکنم." سپس دو دور برنقاط ابرو تا زیر بغل ضربه میزد. از ۹ گاموت استفاده نکردیم و با نقاط انگشتان هم کاری نداشتیم. وی سپس چهار توپ دیگر را با هر چوب زد. با هر چوب روش میانبر ئی اف تی را انجام میدادیم. گاهی از بعضی نقاط دیگر نظیر فرق سر و داخل مچ دست و بالای قوزک پا هم استفاده میکردیم. یک بار هم آزمایش عضله را برای "میخواهم امتیازاتم کاهش یابند." در مقابل "میخواهم در همین حد باقی بمانم." انجام دادیم. عضله اش در "میخواهم امتیازاتم کاهش یابند" قوی بود که نشان میداد وارونگی روانی در کار نیست. ولی با این وجود در هر دور ئی اف تی تصحیح را هم انجام دادیم. حتی در همان هنگام هم احساس کرد که چقدر آرامتر شده و چند بار که ضرباتش را خراب کرد اظهار داشت "قبل از اینکه ضربه بزنم احساس تنش کردم." از آنجایی که به سرعت پیشرفت میکرد پدیده ایپکس مشاهده نشد. در پایان اظهار داشت که از لحاظ گلف این بهترین روز زندگی اش بوده است.

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