

Choice Point: Align Your Purpose

Copyright © 2012 Harry Massey and David Hamilton

Originally published in 2012 by Hay House UK Ltd

Ascultați Hay House Radio la <http://www.hayhouseradio.com>

www.hayhouseradio.com

Respect pentru vameni și cărți

Copyright © 2015 EDITURA FOR YOU

Redactare: Ana-Maria Datcu

Design copertă: www.graficadesign.ro

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

MASSEY, HARRY

Punctul de alegere : aliniază-ți scopul la ciclurile universale /

Harry Massey și David R. Hamilton ;

trad.: Mihaela Ivănuș. - București : For You, 2016

ISBN 978-606-639-111-5

I. Hamilton, David R.

II. Ivănuș, Mihaela (trad.)

159.9

Toate drepturile asupra versiunii în limba română aparțin Editurii For You. Reproducerea integrală sau parțială, sub orice formă, a textului din această carte este posibilă numai cu acordul prealabil al Editurii For You.

Tel./fax. 021/665.62.23;

mobile phone: 0724.212.695; 0724.212.691;

e-mail: foryou@editura-foryou.ro

website: www.editura-foryou.ro

Facebook: www.facebook.com/Editura-For-You

Instagram: <https://instagram.com/edituraforyou/>

Twitter: <https://twitter.com/EdituraForYou>

Printed in Romania ISBN 978-606-639-111-5

HARRY MASSEY ȘI DR. DAVID R. HAMILTON

PUNCTUL DE ALEGERE

Aliniază-ți scopul la ciclurile universale

**Traducere din limba engleză
de Mihaela Ivănuș**

**EDITURA FOR YOU
București, 2017**

Cuprins

Cuprins	
<i>Cuvânt înainte</i>	5
<i>Prefață.....</i>	7
<i>Introducere</i>	15
<i>Deschidere.....</i>	21
PARTEA I. ÎNTELEGE LUMEA ÎN CARE TRĂIEȘTI	
Capitolul 1. Firul comun	29
Fractalii în natură și în cosmos	30
Fractalii cuantici	32
Cicluri, cicluri pretutindeni	34
Cicluri în timp	37
Tipare personale	41
Capitolul 2. Înțelegerea și prezicerea tiparelor	46
Cercetează și pune întrebări	47
De la criză la cooperare	52
De la cooperare la comunicare	54
De la dragostea de putere la puterea dragostei	56

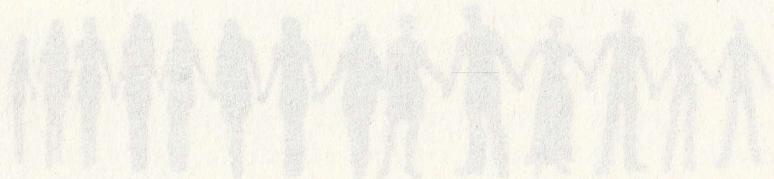
PARTEA A II-A. ALINIAZĂ-ȚI SCOPUL LA CICLURILE UNIVERSALE

Capitolul 3. Schimbul de informații	63
Informații pretutindeni	64
Un singur lucru mare	67
Interacționând cu informațiile	70
Modul în care mintea	
Iți influențează realitatea	73
Mintea ta vibrează	77
Capitolul 4. Aliniază-te la tipare cu înțelepciune	81
Multe lucruri sunt posibile, dar nu totul este probabil	83
Dansând în ritmul muzicii	87
Înțelege tiparele din viața ta	89
Capitolul 5. Totul ține de scop	95
Definește-ți scopul	96
Când devii mamă	100
Sfaturi pentru găsirea unui scop	104
Consecințele alinierii la scopul tău	107
Capitolul 6. Scopul meu este important?	114
Extinderea bunătății	115
Un tipar mai bun pentru afaceri	117
Bucuria de a dărui	119
Egoismul necesită efort	123
Cum să reușești făcând bine	124
Angajarea față de un scop	126

PARTEA A III-A. FII SCHIMBAREA

Capitolul 7. Cum să fii schimbarea	133
Schimbarea este contagioasă	134

Destin sau liber arbitru	136
Rezonanța	140
A privi în interior	144
Cum să-l abordezi pe ipocritul din interior	148
Pacea: În exterior precum este în interior	150
Capitolul 8. Realizarea schimbărilor	156
Viața este o călătorie	158
Folosirea abilităților tale pentru a face bine	163
Corectitudinea: Binele superior pentru toți cei implicați	170
Capitolul 9. Spre o lume mai bună	173
Nu trebuie să faci multe pentru a schimba viața cuiva	174
Să învățăm aceasta încă din școală	175
Lucrurile mici contează	177
Ce poate face fiecare dintre noi	179
Toți împreună chiar acum	181
De la criză la transformare	185
Capitolul 10. Puterea iubirii	191
Iubirea este ceva natural pentru noi	192
Lecții inspirate din trecut	198
A ne iubi pe noi însine	200
Punctul nostru de alegere – tu alegi	201
<i>Programul de Transformare. Punctul de alegere</i> <i>Aliniază-ți Scopul la Ciclurile Universale</i>	213
<i>Mulțumiri</i>	217



Într-o lume în care totul se mută și se schimbă, nu este ușor să te adaptezi. Cu toate acestea, există un mod de gândire care te poate ajuta să te adaptezi mai ușor la schimbările care se întâmplă în jurul tău. Este vorba de fractali, care sunt formele geometrice care se repetă la niveluri diferite de mărime și de complexitate. Aceste forme sunt cunoscute ca fiind capabile să descrie multe aspecte ale naturii și ale lumii umane. De exemplu, fractali pot să descrie cum se dezvoltă urmele unei criză sau cum se formează nubi. În cadrul acestui cărții, vom explora conceptul de fractal și să vedem cum poate să ne ajute să înțelegem și să reacțiemăm la schimbările care se întâmplă în lumea în care trăim.

Capitolul 1

Firul comun

Fractalii deschid calea către un mod de gândire complet nou

despre realitate și regulile din spatele ei.

Prof. Ian Stewart

Dacă vrem să facem alegerile corecte atunci când ne confruntăm cu crize, este util să înțelegem lumea în care trăim, cum și de ce se întâmplă lucrurile și în primul rând *de ce* ne confruntăm cu crize. Pe măsură ce vom înțelege toate acestea, vom vedea ce sunt de fapt crizele: oportunități nu doar de a supraviețui, ci și de a evoluă și a prospera.

În această parte a cărții vom explora ciclurile și tiparele ce apar în natură și în Cosmos. De asemenea, vom analiza modul în care apar, pentru că viața noastră este integrată în cadrul acestor cicluri și tipare – și ea urmează cicluri și tipare.

Toți trăim perioade cu suișuri și coborâșuri, câștiguri și pierderi, mai usoare și mai dificile, iar multe aspecte ale vieții noastre se repetă. Dar dacă vrem să ne schimbăm în bine viața și lumea în care trăim, este important să înțelegem de ce apar

aceste tipare în calea vieții noastre și să învățăm mai degrabă să lucrăm *cu* ele decât *împotriva* lor.

Și aşa ajungem în lumea fractalilor, tipare ce sunt similare la orice scară le privești. De exemplu, un tipar repetitiv din viața unei persoane – un același tip de lucru se întâmplă în momente diferite, la distanță de săptămâni, luni sau chiar ani – reprezintă un tipar fractal. Există un tipar ce se regăsește pe tot parcursul poveștii sale de viață. Un tipar repetitiv în lume este, de asemenea, un tipar fractal.

Vom explica acum de ce apar astfel de tipare, astfel încât să poți înțelege lumea mai bine și chiar să privești înainte, în viitor, ca să prezici ce poate veni de după colț.

Fractalii în natură și în Cosmos

*Dacă mărești un fractal și te uiți mai atent la el,
vei vedea ori ceva ce arată foarte similar,
ori o formă aproape identică la o scară mai mică.*

Prof. Ian Stewart

Un fractal este o formă ce poate fi divizată în părți, astfel încât fiecare dintre părți seamănă ca formă cu întregul. Prințipiu se numește „autosimilitudine“ – pentru că fiecare parte mică este similară cu întregul, deși nu întotdeauna identică.

Matematicianul Benoît Mandelbrot a consacrat în 1975 termenul „fractal“, derivat din termenul latin *fractus*, ce înseamnă „fracționat“. Când mărești orice parte a unui fractal, vei vedea o copie a întregului. Mărește și mai mult și vei vedea o altă copie și aşa mai departe. Tiparul se repetă la diferite scări de mărire.

Frunze de ferigă și fulgi de zăpadă

Tipare fractale există peste tot în jurul nostru. Ia frunza de ferigă – dacă te uiți atent la orice parte a frunzei, vei vedea că seamănă ca formă și textură în general cu frunza întreagă. Fulgii de zăpadă sunt și ei fractali. Dacă te concentrezi pe orice parte a unui fulg, vei vedea ceva ce este similar cu întregul fulg de nea, cu aproximativ aceeași formă și textură. În ambele exemple, vei observa că întreaga frunză sau fulgul de zăpadă este o copie aproximativă, la o scară mai mică, a unei ferigi mici sau a unui fulg.

Iată doi dintre numeroșii fractali pe care îi putem observa în natură. Dar ce se întâmplă la nivel cosmic? Există și fractali cu adevărat mari?

Ian Stewart, profesor emerit de matematică la Universitatea Warwick din Marea Britanie, consideră că întregul Univers este fractal. „Astronomii au descoperit că Sistemul Solar este format din planete grupate în jurul unei stele, după care există un spațiu mare până la următorul sistemul solar“, explică el. „Apoi stelele se unesc în grupuri, formând galaxii. Galaxiile formează clustere galactice. Clusterele galactice formează superclustere, apoi există spații imense ce nu conțin deloc materie. Universul nu este uniform. Nu e omogen. Este plin de aglomerări la toate scările.“

Așadar, tiparul fractal din Cosmos este format din „aglomerări“ interconectate și din zone mari cu puțină materie sau deloc, ce sunt la fel, la scări din ce în ce mai mari. Aceeași textură (de „aglomerări“ și „spații libere“) se repetă la diferite niveluri în întregul Univers.

Dar, în mod interesant, nu doar în Cosmos și în natură vedem acest tip de tipar. La o anumită rezoluție, o imagine a rețelei neuronale a creierului uman poate fi confundată cu o imagine galactică. Chiar dacă sunt foarte diferite ca dimensiune, creierul nostru și Cosmosul au aceeași „textură“. De

asemenea, observăm același tip de textură și în societate. La fel cum galaxiile se grupează împreună în rețeaua galactică, și celulele creierului se grupează în rețele neuronale, oamenii se grupează în rețele sociale și în așezări umane. Așadar, același tipar pare să existe la toate aceste scale. Există oare o legătură, un fir comun tuturor acestor scale?

Legile fizicii guvernează toate structurile din Univers – inclusiv rețelele neuronale sau cosmice – și își au originea la nivel subatomic. Prin urmare, nu este deloc surprinzător că, atunci când mărim lucruri de dimensiuni mai mici, vom găsi, de asemenea, tipare fractale.

Fractalii cuantici

Avem fractali de la cea mai mare scară din Univers până la structura internă a particulelor fundamentale.

Prof. Ian Stewart

Putem vedea tipare fractale la o scară foarte mică într-un fenomen cunoscut sub numele de mișcare browniană, descris prima oară de botanistul Robert Brown în 1827, după ce acesta a observat mișcările aparent aleatoare, în zigzag, ale micilor boabe de polen pe suprafața apei.

Dacă am trasa căile particulelor de polen ce manifestă mișcarea browniană, am vedea că ele „dansează“ în aceleasi zone pentru o vreme, creând grupuri aparente, înainte de a trece într-o altă zonă, unde dansează din nou. Iar dacă am pune acest desen alături de imaginea unei rețele neuronale a unui om, a unei rețele sociale sau a unei rețele galactice, am observat o asemănare izbitoare în textura celor trei. Ele au același tipar, iar acel tipar este fractal.

Mișcarea browniană a ajuns în atenția publicului în 1905, atunci când Einstein a explicat de ce se deplasează granulele de polen astfel. El a demonstrat că motivul este faptul că molecule mici de apă intră în coliziune cu marginile granulei. (Imaginează-ți granulele de polen ca mingi mici de plajă într-o piscină, deplasate în stânga și în dreapta pe măsură ce oamenii suflă printr-o țeavă boabe de mazăre în ele.) Prin urmare, tiparul fractal al mișcărilor granulelor de polen a fost cauzat de fapt de comportamentul unor molecule mult mai mici.

Reducând scala de la molecule la nivel cuantic, se știe că particulele subatomice își schimbă starea (direcția și energia) într-un mod haotic. Iar acest comportament este, de asemenea, aparent aleator – la fel ca mișcarea browniană. Așadar, avem același tipar în cosmos, în societate, în creier, în mișcarea particulelor de polen, a moleculelor și chiar a particulelor subatomice. Este un tipar fractal.

Deși nu putem spune cu certitudine, este posibil să existe o relație reală între comportamentul și structura lucrurilor foarte mici și ale acelora gigantice, aşa cum explică Ian Stewart: „Dacă există posibilitatea manifestării unui comportament fractal la scară foarte mică, este destul de rezonabil să presupunem că el se poate transpune oarecum la tipuri similare de structură pentru obiecte mai mari“, spune el. „Deci, eu cred că este rezonabil să sugerăm că structura fractală unifică întreaga natură și are legătură cu modul în care legile naturii produc structură în Univers.“

Și, din moment ce noi facem parte din natură și, prin urmare, suntem influențați de tiparele ei, putem începe să vedem modul în care aspectele legate de lumea noastră și de viața noastră formează tipare ce pot fi o simplă consecință a acestor tipare naturale.

Să aruncăm o privire la unele dintre tiparele naturale ce ne influențează.

Cicluri, cicluri pretutindeni

Majoritatea textelor și tradițiilor antice universale și înțelepciunea trecutului nostru ne spun că trăim într-un univers de cicluri și de cicluri în cicluri, incluse în cicluri.

Gregg Braden

Un alt tipar fractal ce există de la nivelul cuantic până la cel cosmic este tiparul ciclurilor sau al oscilațiilor. Particulele subatomice oscilează ori vibrează. Ele pot fi considerate unde, iar comportamentul lor înăuntru-în afară, sus-jos, activat-dezactivat, înainte-înapoi este ciclic. Și putem vedea cicluri peste tot, de la unele foarte mici până la unele foarte, foarte mari.

Așa cum subliniază Ian Stewart, este rezonabil să presupunem că există o legătură între comportamentul la nivel cuantic și tiparele mai mari din Univers. Universul așa cum îl cunoaștem a început, probabil, ca un fenomen cuantic, înainte de a se extinde de la Big Bang până la dimensiunea sa actuală, așa că am putea chiar să considerăm că ciclurile pe care le vedem în Univers sunt, de fapt, versiuni la scară ale comportamentului cuantic. Ele nu împărtășesc doar o structură comună, ci pot fi, de fapt, mult mai conectate decât atât, comportamentul la scară mai mare fiind oarecum o consecință a comportamentului la scară mai mică.

Autorul și profesorul american Gregg Braden consideră că ciclurile din întregul Univers încep într-adevăr la nivel subatomic: „Una dintre întrebările ce apar frecvent în conversațiile științifice și filosofice despre natura realității noastre este aceasta: acum, când știm că trăim într-un univers fractal, de unde încep fractali? Care este factorul declanșator primar ce inițiază un fractal? Se pare că germenele, începutul unui fractal, este pur și simplu o oscilație de energie. Este o formă de energie ce pune în mișcare o serie de oscilații și tipare, ce se

transmit prin țesătura substanței din care este alcătuită lumea noastră.“

Gregg sugerează că oscilațiile fundamentale ale lumii cuantice se „intensifică“ oarecum, astfel încât vedem oscilații sau cicluri peste tot în natură, la toate nivelurile. În biologie, de exemplu, structura dublu elicoidală a ADN-ului este de fapt ca o undă în plan tridimensional, formând un cerc ce urcă în spirală – sau ciclu.

Autorul și medicul german Rainer Viehweger subliniază alte câteva oscilații găsite în biologie. „În cazul bătăilor inimii, ritmurile sunt oscilații“, explică el. „Respirația este o oscilație. Toate lucrurile ritmice sunt oscilații.“ El consideră că ar trebui să luăm în considerare că tot ceea ce se mișcă este o oscilație sau o parte dintr-o oscilație și oferă un exemplu mai puțin evident, ceva ce este, totuși, un ciclu și o consecință a geneticii: „Când te duci la plimbare, oscilezi“, subliniază el, „întrucât picioarele și se deplasează cu o frecvență“.

Cicluri cosmice și cicluri biologice

Fenomenul ciclurilor este observabil în biologie, dar și la scară cosmică. Luna se rotește în jurul Pământului, Pământul se rotește în jurul axei sale și în jurul Soarelui, iar Soarele se rotește în jurul galaxiei. De asemenea, Pământul se înclină și se balansează, producând cicluri de variații climatice, precum și ceea ce se cunoaște drept „precesia echinocțiilor“ – mari cicluri cosmice de aproximativ 26 000 de ani.

Și, pentru că trăim în mijlocul lor, aceste cicluri cosmice ne influențează. Mișcarea de rotație a Pământului în jurul axei sale – un ciclu de 24 de ore – creează ciclul de zi și noapte, care, la rândul său, produce variații ciclice în corpul nostru. Hormonii, inclusiv melatonina, reacționează la lumina