

Книга «Добро и Зло» — одна из базовых книг Владимира Жикаренцева, настоящего учителя, который помогает улучшить качество жизни. После прочтения первых трех книг Владимира Васильевича из серии «Путь к Свободе» мое мироощущение и мировосприятие кардинально изменились. Я испытала внутреннюю трансформацию, а на внешнем плане стали происходить события, о которых я раньше могла только мечтать. Улучшились мои отношения с родителями и дочерью. Я встретила мужчину своей мечты — мы женаты уже 20 лет. Материальная составляющая моей жизни улучшилась глобально. Благодаря Владимиру Васильевичу, его книгам и семинарам, я открылась миру, и он в ответ распахнул мне свои объятия.

*Вера Удальцова,  
Москва*

Благодаря книгам Владимира Васильевича Жикаренцева я открываю себя заново каждый день... и меня все больше увлекает это путешествие вглубь себя, а самое главное — дает потрясающие результаты. И в плане здоровья (обострения хронического гастрита исчезли из моей жизни пять лет назад, после книг и семинаров Владимира Васильевича). И на личном плане — я встретила любимого мужчину.

*Анастасия,  
Санкт-Петербург*

Я прочитала девять книг Владимира Васильевича, в числе которых «Добро и Зло». Посетила три его семинара. Пять лет стараюсь жить по системе, которую он преподает на семинарах и описывает в своих книгах. За это время моя жизнь постоянно меняется — кардинально, как день и ночь. Жизнь разделилась на две половины — до Жикаренцева и после знакомства с ним. Теперь я вижу себя, вижу людей вокруг себя, понимаю, что хочу. Прошла нервность, обидчивость и истеричность. Произошли позитивные изменения в семье. Спасибо Владимиру Васильевичу за все. Жду следующих семинаров и книг.

*Наталия,  
Санкт-Петербург*

После прочтения книг Владимира Жикаренцева я прошел его базовый курс, состоящий из четырех семинаров.

Благодаря школе Владимира Васильевича я стал заботливее относиться к своим желаниям, слушать их.

Улучшились отношения с супругой, стабильнее стало материальное положение, жить стало интереснее. Спасибо В. В. Жикаренцеву за тот труд, который дает нам возможность менять свою жизнь и направлять ее в желаемое русло.

Р. С. С нетерпением жду семинар «Дева обида» в Казахстане и планирую посетить «Диалог Голосов».

*Павел Карташов,  
г. Караганда, Казахстан*

Я прочел книги В. В. Жикаренцева из серии «Путь к Свободе» и прошел четыре семинара. В отличие от большинства современных авторов, которые лишь описывают «что», но не говорят «как», знания, которые дает система Жикаренцева, живые, готовы к применению в реальной жизни, и самое главное — результативны.

Мои результаты:

- стал более реально смотреть на жизнь;
- наладил нормальные отношения с отцом;
- перестали ссориться и обижаться друг на друга с супругой;
- стал спокойнее и увереннее в себе;
- начал привлекать больше клиентов;
- начало стабилизироваться финансовое положение.

Моя супруга прошла семинар и начала читать книгу. Ее результаты:

- наладила отношения с мамой и стала доносить до мамы те знания, которые получила сама;
- улучшила отношения с коллегами на работе;
- стала спокойнее относиться к жизненным ситуациям и перипетиям.

Мы очень благодарны Владимиру Васильевичу за его труд и готовы дальше обучаться в Реальной Школе Жизни.

*Алексей,  
Астрахань*

Проходила семинар «Обретение силы» в г. Астана в октябре 2016 г. Очень сильно и глубоко. Получила много ответов на свои вопросы во всех сферах жизни, особенно про родителей, взаимоотношения, деньги. Жизнь меняется и обретает новый смысл!!! Огромное спасибо Владимиру Владимировичу!!! И вновь ждем в Астану.

*Лилия Шафеева*



Владимир ЖИКАРЕНЦЕВ

*Путь к свободе*

*Добро и Зло –  
игра в дуальность*

Издание 7-е, расширенное и дополненное



Издательство  
АСТ  
Москва

УДК 159.9  
ББК 88.53  
Ж71

*Все права защищены. Никакая часть  
данной книги не может быть воспроизведена  
в какой бы то ни было форме без письменного  
разрешения владельцев авторских прав.*

**Жикаренцев, Владимир Васильевич.**

Ж71      Путь к свободе. Добро и Зло — игра в дуальность. Издание 7-е, расширенное и дополненное / Владимир Жикаренцев. — Москва : Издательство АСТ, 2018. — 288 с. — (Мудрец. Учитель. Мастер).

ISBN 978-5-17-109635-9

«Добро и Зло» — одна из важнейших книг известного российского философа, писателя и психолога Владимира Жикаренцева.

Добро и Зло — две силы, управляющие нашей жизнью и поступками. Наш ум привык делить мир на «хорошо — плохо», «я и они», поэтому мы зачастую не живем, а боремся с Вселенной и людьми. Эта борьба не просто делает нас несчастными. Она создает вполне реальные проблемы: с деньгами, здоровьем, личной жизнью. Научиться управлять сознанием, отслеживать и заменять негативные установки на позитивные — это Путь к свободе, избавление от проблем, страданий, неудовлетворенности.

Эта книга выдержала шесть переизданий, о ней написаны сотни отзывов читателей. В каждом из них — слова благодарности и подтверждение: «это работает», а «чудеса возможны».

Макет подготовлен редакцией



ISBN 978-5-17-109635-9

© Жикаренцев В., 2018  
© ООО «Издательство АСТ», 2018

# ОГЛАВЛЕНИЕ

---

|                     |    |
|---------------------|----|
| Благодарности ..... | 12 |
| Предисловие .....   | 13 |

## Глава 1

|                                         |           |
|-----------------------------------------|-----------|
| <b>ВЕЛИКАЯ ИГРА В ДУАЛЬНОСТЬ .....</b>  | <b>17</b> |
| Борьба двух начал .....                 | 18        |
| Взаимодействие противоположностей ..... | 21        |

## Глава 2

|                                  |           |
|----------------------------------|-----------|
| <b>ОЦЕНКИ, ОПРЕДЕЛЕНИЯ</b>       |           |
| <b>И ПРИВЯЗАННОСТИ УМА .....</b> | <b>25</b> |
| Дуальная природа ума .....       | 26        |
| Сила .....                       | 39        |
| <i>Здесь и сейчас</i> .....      | 49        |

## Глава 3

|                                   |           |
|-----------------------------------|-----------|
| <b>ЭГО .....</b>                  | <b>57</b> |
| Сущность «я» .....                | 58        |
| Сравнение .....                   | 64        |
| Время .....                       | 70        |
| Я буду делать наоборот .....      | 76        |
| Свобода воли/Свобода выбора ..... | 81        |
| Собственность .....               | 83        |
| Желания .....                     | 91        |
| Быть собой .....                  | 93        |

## Глава 4

|                                    |     |
|------------------------------------|-----|
| <b>ЦЕЛОСТНОЕ ВИДЕНИЕ</b> .....     | 105 |
| Внутреннее содержание .....        | 106 |
| Перекидывание монады .....         | 110 |
| Проявление противоположности ..... | 115 |

## Глава 5

|                                                      |     |
|------------------------------------------------------|-----|
| <b>ДУАЛЬНЫЕ ПАРЫ</b> .....                           | 117 |
| Внешнее и внутреннее, левое и правое, верх и низ ... | 118 |
| Решение дуальных пар .....                           | 121 |
| Любовь — ненависть .....                             | 126 |
| Сила — слабость .....                                | 136 |
| Победа — поражение .....                             | 141 |
| Ум — тело .....                                      | 143 |
| Мысль — действие .....                               | 148 |

## Глава 6

|                                                                      |     |
|----------------------------------------------------------------------|-----|
| <b>ДВОЙНЫЕ УЗЛЫ</b> .....                                            | 153 |
| Единственный способ не иметь проблем .....                           | 154 |
| Двойные узлы и типы характеров .....                                 | 158 |
| <i>Шизоидный тип</i> .....                                           | 159 |
| <i>Оральный тип</i> .....                                            | 159 |
| <i>Мазохистский тип</i> .....                                        | 160 |
| <i>Психопатический тип</i> .....                                     | 160 |
| <i>Жёсткий тип</i> .....                                             | 161 |
| Шизоидный характер .....                                             | 162 |
| <i>Жизнь — смерть</i> .....                                          | 163 |
| <i>Опасность — безопасность</i> .....                                | 165 |
| Оральный характер .....                                              | 166 |
| <i>Дарение — получение</i> .....                                     | 167 |
| <i>Ответственность — безответственность</i> .....                    | 170 |
| Психопатический характер .....                                       | 171 |
| <i>Контроль — доверие,</i><br><i>сопротивление — уступание</i> ..... | 172 |

|                                                       |     |
|-------------------------------------------------------|-----|
| Мазохистский характер .....                           | 174 |
| <i>Свобода — тюрьма, действие — бездействие</i> ..... | 176 |
| Жёсткий характер .....                                | 178 |
| <i>Вера — безверие, открытость — закрытость</i> ..... | 179 |
| Решение двойных узлов .....                           | 181 |

## Глава 7

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| <b>КОАНЫ</b> .....      | 185 |
| Состояние «не-ум» ..... | 186 |
| Юмор .....              | 191 |

## Глава 8

|                        |     |
|------------------------|-----|
| <b>МЕДИТАЦИЯ</b> ..... | 195 |
| Ошибки .....           | 203 |
| Ожидание .....         | 205 |
| Подводя итоги .....    | 208 |

## Приложение I

|                                 |     |
|---------------------------------|-----|
| <b>РАБОТА С ТЕЛОМ</b> .....     | 211 |
| Отпускание .....                | 214 |
| Рубеж роста .....               | 218 |
| Новые мысли и утверждения ..... | 219 |

## Приложение II

|                                           |     |
|-------------------------------------------|-----|
| <b>МНОЖЕСТВЕННЫЕ ПЕРСОНАЛЬНОСТИ</b> ..... | 221 |
| Общий обзор .....                         | 226 |
| Внутренние лица .....                     | 229 |
| Исключительные способности .....          | 239 |
| Наказания и издевательства .....          | 241 |
| Условия зарождения мультиплета .....      | 243 |
| Как распознать мультиплетность .....      | 244 |

### **Приложение III**

#### **ОГРАНИЧЕНИЯ И НОВЫЕ МЫСЛИ**

|                                                      |            |
|------------------------------------------------------|------------|
| <b>Оценки, определения и привязанности ума . . .</b> | <b>249</b> |
| Оценки . . . . .                                     | 250        |
| Определения . . . . .                                | 252        |
| Привязанности . . . . .                              | 254        |
| Сила . . . . .                                       | 256        |
| Здесь и сейчас . . . . .                             | 258        |
| Эго . . . . .                                        | 259        |
| Сравнение . . . . .                                  | 262        |
| Время . . . . .                                      | 264        |
| Я буду делать наоборот . . . . .                     | 265        |
| Свобода воли/Свобода выбора . . . . .                | 268        |
| Собственность . . . . .                              | 270        |
| Желания . . . . .                                    | 272        |
| Быть собой . . . . .                                 | 274        |
| Целостное видение . . . . .                          | 276        |

#### **ШКОЛА МИРА**

|                                        |            |
|----------------------------------------|------------|
| <b>ВЛАДИМИРА ЖИКАРЕНЦЕВА . . . . .</b> | <b>277</b> |
| Семинары Школы Мира . . . . .          | 278        |

*Детям, нашим Учителям,  
посвящается*

# БЛАГОДАРНОСТИ

---

Прежде всего, я хотел бы выразить благодарность моему сыну Александру. Только благодаря его вере в меня, опыту литературного агента и мастерству редактора смогли появиться мои книги.

Я хотел бы выразить свою благодарность жене Марине и дочери Елене. Они мастерски владеют темой данной книги, каждая по-своему. Я многому от них научился в прошлом и продолжаю учиться сейчас.

Я выражаю признательность моим друзьям, которые, так или иначе, принимали близкое участие в моём труде.

И конечно же я благодарен всем, кто посетил и посещает мои семинары.

# ПРЕДИСЛОВИЕ

---

Со времени первого издания этой книги произошло много событий. И вот уже более двадцати лет я веду семинары. Я несколько раз приостанавливал семинар по Обретению Внутренней Силы. Последний перерыв длился около двух лет. За это время я пытался понять, не создал ли я очередную ловушку, обучая людей методам работы с мыслью, — и так хватает капканов, которые расставляет нам наш собственный ум.

В первой моей книге из серии «Путь к свободе» я предлагал вам увидеть, что главной ловушкой является наша же мысль, — стоит вам только её принять, как она незамедлительно превращается в карму. Такой мысли было дано название «ограничивающее убеждение». Человек обладает множеством подобных убеждений; они формулируются в основном в детстве, определяют окружающую его реальность — Внешнее Равно Внутреннему — и служат ему той клеткой, в которой он живёт всю оставшуюся жизнь.

Однако можно научиться создавать новые мысли, которые бы полностью или частично перекрывали старые убеждения. Таким образом вы выходите из ловушки, в которую попали благодаря старым мыслям, — новые мысли создают новую реальность.

Этот метод изящен и крайне эффективен в своём применении, в чем убедились многие испытывавшие его на себе. Можно было бы порадоваться — наконец-то найден способ, прибегнув к которому люди смогут обрести счастье. И они на самом деле могут стать счастливыми, но парадокс заключается в том, что, действуя подобным образом, люди попадают в другую клетку, потому что новая мысль в свою очередь также

превращается в ограничение. Это в принципе всё та же ограничивающая мысль, но сформированная вами уже сознательно.

Да, эта клетка пошире и более комфортна, вы в ней чувствуете себя спокойнее, но от этого она не перестаёт быть клеткой. Вы всё равно находитесь в плену своего ума, порождающего непрерывный поток мыслей. Некоторое время — возможно, в течение достаточно длительного периода — вы будете наслаждаться покоем и благополучием, но настанет час, когда вы опять ощутите давление клетки, которое порой выражается очень своеобразно, и вам снова придётся расширять или менять свои мысли о себе и об окружающем мире.

И нет конца этой вечной погоне за счастьем. Вы будете всегда недовольны тем, что имеете, и это заставит вас создавать новые мыслеформы, отвечающие новым стремлениям. Осознание этого может очень удручающе подействовать на психику — особенно на психику людей, верящих в перерождения. Только представьте, что чувствует человек, в котором начинает просыпаться понимание, что удел его заключается в порождении новых и новых мыслеформ, за которыми будут действия, а за ними — следствия... и так до бесконечности. Но, как всегда, я призываю вас не торопиться с выводами, особенно с обескураживающими. Ведь это очередная мыслеформа, которая заставит вас страдать, а это вряд ли принесёт пользу. Выход есть всегда.

Эта книга была написана как раз для того, чтобы расширить ваше понимание того, как работает ум, какие ещё ловушки он расставляет и какова природа мыслей, которые он порождает. Любая наша мысль может быть отнесена либо к добру, либо к злу. То есть когда мы оцениваем какое-либо событие, происходящее с нами, мы смотрим на него с точки зрения последствий, которые могут произойти, а затем относим его к одной из этих категорий. Но всем известно, что наши

оценки относительны, и то, что для одного — добро, для другого является злом.

Если вы когда-нибудь внимательно следили за тем, как работает ум, то наверняка заметили, что он, во-первых, мыслит линейно, а во-вторых, всё разделяет на категории. Его линейность заключается в том, что он выстраивает происходящие события в цепочки. Этот принцип лучше всего объяснить на примере книги — буква следует за буквой, слово за словом, предложение за предложением, мысль за мыслью.



Разделяющая способность ума заключается в том, что он всегда говорит: вот это то, а вот это другое, вот это плохо, а вот это хорошо, вот это добро, а вот это зло.

Мы с вами будем подробно исследовать, как работает ум, будем учиться формировать объективный взгляд на вещи и события, когда во внимание принимаются противоположные точки зрения. Вам будет показан путь, как выходить за пределы ума. На Востоке это состояние называется «не-ум». Если вы чувствуете, что вам нужно это знать, тогда это ваша книга.

И последнее. Когда вы начнёте читать эту книгу, не подходите к ней с предубеждением — с предварительно составленным мнением — иначе оно станет вашим ограничением и будет очень сильно мешать. Многие люди, прочитав первую мою книгу, говорили, что она очень просто и доходчиво написана и легко читается. Вы, возможно, тоже отметили это. Естественным состоянием человека является создать предубеждение, что вторая книга будет такая же, и ожидать этого. Это и будет вашей ловушкой.

Предубеждение — оно же ограничение — обманет ваши ожидания. Не потому, что вы не найдёте в книге чего-то очень нужного вам, а потому, что вы будете