

на платформе



ИЗДАТЕЛЬСКИЕ
ТЕХНОЛОГИИ

letmeprint.ru

ВЛАДИМИР ЖИКАРЕНЦЕВ

ВЗГЛЯД В СЕБЯ

Путь к свободе



ПАЛ Ъ МИ РА
Т8 ИЗДАТЕЛЬСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ

Москва / Санкт-Петербург

2 0 2 5

УДК 159.9
ББК 88.3
Ж71

zhikarentsev.ru

Жикаренцев, В.

Ж71 Взгляд в себя : Путь к свободе / Владимир Жикаренцев. — М. ; СПб. : «Т8 Издательские Технологии» / «Пальмира», 2025. — 280 с. — (Серия «Пальмира — психология»).

ISBN 978-5-517-12107-3

Книга «Взгляд в себя» предлагает читателям переосмыслить связь внутреннего мира человека с миром внешним. Руководствуясь идеей о том, что в коммуникации с окружающим миром человек все время смотрит на него через призму собственных мыслей, убеждений, верований и принимает свою, субъективную реальность за объективную, Владимир Жикаренцев подробно разбирает внутренний мир человека — психодинамику работы чакр, множественное строение личности и различные типы характеров.

УДК 159.9
ББК 88.3

ISBN 978-5-517-12107-3

© Жикаренцев В. В., 2025

© Оформление.

АО «Т8 Издательские Технологии», 2025

БЛАГОДАРНОСТИ

Работая над этой книгой, я ещё раз убедился, что мы, люди, прочно связаны друг с другом невидимыми нитями. Каждый человек, с которым я сталкивался последние десять лет, так или иначе внёс свой уникальный вклад в написание этой книги. Как сейчас я понимаю, не было ни одной случайной встречи, ни одной случайной ситуации, которые бы не открыли мне что-то новое о себе и о жизни здесь, на Земле. Иногда это был болезненный опыт, очень болезненный, но в конечном итоге всё оборачивалось к лучшему.

Лица этих людей проплывали перед моим внутренним взором, когда я старался обобщить свой опыт общения с миром, чтобы как можно доходчивее донести его до читателя. Спасибо всем.

Особую благодарность я приношу читателям, которые присылали письма, звонили и приходили на мои семинары. Это люди со всех концов нашей страны. Они больше всего придавали мне уверенности в том, что моя работа нужна людям. Они вдохновили меня продолжить начатое дело. Спасибо вам.

Я приношу благодарность своим друзьям и близким. Их советы помогли мне отшлифовать некоторые моменты, без которых данная книга не приобрела бы тот вид, который имеет сейчас.

Часть I

Переживание реальности



ВСТУПЛЕНИЕ

Более туманного и лишённого смысла заголовок для этой части нельзя было придумать, и, тем не менее, мне ничего не остаётся делать. Именно так я должен обозначить тему, о которой мы будем говорить. **Всё дело в том, что через наши чувства мы переживаем не то, что находится снаружи, а то, что находится у нас внутри.** Общаясь с внешним миром, мы переживаем нашу внутреннюю, но никак не объективную реальность.

Поскольку между нами и внешним миром стоит наш ум — мыслеформы, убеждения, верования, чувства, страхи и блоки, дуальные по своей природе, то есть несущие оценку «плохо—хорошо», — то переживать можно только внутреннюю реальность — наши мысли, убеждения, верования и т. д. То есть мы переживаем только то, что содержится у нас в уме. А раз Внешнее Равно Внутреннему (см. первую книгу «Путь к Свободе. Кармические причины возникновения проблем»), то наши мысли автоматически реализуются вовне.

Если вы принимаете новую мысль относительно какого-нибудь события или человека, вы начинаете смотреть на них уже сквозь эту мысль, и она проявляет себя для вас как реальность, то есть вы расцениваете происходящее как «объективную» реальность.

Например, тот, у кого есть негативное убеждение по отношению к дождю и ветру, переживает такую погоду как нечто ужасное, как небольшую личную катастрофу. Человек, обладающий противоположным убеждением, наслаждается этой погодой. Ясно, что в такие моменты оба эти человека живут в совершенно отличных друг от друга реальностях и переживают диаметрально противоположные эмоции.

В каждом из нас живут тысячи и тысячи мыслеформ, которые оформляют собой вселенные, в которых мы обитаем, и эти вселенные иногда полностью отличаются друг

от друга, как, например, вселенные обычного человека и слепоглухонемого. Каждый из нас является и с т о ч н и к о м и Богом для своей вселенной, каждый из нас проживает свою реальность, присущую только ему одному. Ситуация, когда два человека или группа людей одинаково переживают одно и то же событие, просто невозможна.

Получается очень интересная картина. Каждый человек, с которым вы встречаетесь в своей жизни, является посланцем или, если хотите, богом, правителем другой вселенной. Мы из кожи лезем, чтобы встретиться с представителями других цивилизаций, а не видим того, что происходит под самым носом. Как всегда, всё находится рядом с нами.

Но мы немного отвлеклись. Сейчас нас интересуют не другие миры, а тот мир, который находится внутри у каждого из нас. Нас также интересует, как он устроен, как работает и, самое главное, как с ним работать. Познав себя, мы сможем познать и другие вселенные, потому что всё вокруг строится по принципу подобия.

Давайте проделаем небольшой опыт. Посмотрите внимательно вокруг себя, отметьте формы, окружающие вас объекты, звуки. А теперь закройте глаза и уши. Внешний мир исчез, а внутри всё равно что-то происходит, вы слышите что-то, видите какие-то образы, которые мелькают перед вами. Откройте глаза и уши. Внешний мир буквально врывается и заполняет ваши чувства — вы мгновенно теряете то, что происходит внутри. Вы говорите себе тогда: «Вот он, внешний мир! Он реально существует, и я могу его увидеть, услышать, потрогать и т. д.».

Можете проделать это упражнение несколько раз, убеждаясь, так сказать, на личном опыте, что внешний мир «реально существует». Всё здесь выглядит чинно и благообразно, за исключением одной, казалось бы, совсем небольшой мелочи — он существует реально таким, каким вы представляли его себе в своём уме. Вы давно создали его в своём уме, и, открывая глаза и уши, вы имеете дело с тем, что уже было создано внутри вас. Всё уже существует

Переживание реальности

внутри вас, и снаружи нет ничего, что не существовало бы у вас внутри. Здесь автоматически возникают следующие вопросы-коаны:

Что было раньше создано — этот мир или мы?

Что было раньше создано — наш ум или мы?

Что было раньше создано — яйцо или курица?

Я сейчас не буду ничего объяснять вам, подумайте сами над этими вопросами. Мы идём дальше.

Обратите внимание: каждый раз, открывая глаза, вы помещаете источник, причину своих переживаний вовне. Так работает ловушка наших чувств: вы не видите того, что происходит у вас внутри, потому что чувства всегда, в любой момент времени, переводят ваше внимание на то, что происходит вовне.

Вы говорите себе: «Вот дом, вот машина, вот звуки музыки» или «Он обманул меня, поэтому мне стало плохо и я заболела». **Но это вы являетесь источником переживаний**, а не дом, машина или музыка. Это в вас существовал обман. Это вы присвоили определённым действиям людей название «обман» и теперь переживаете поступки своего знакомого, например, как обман, хотя он рассматривает своё поведение как совершенно невинное и справедливое. Мыслеформы и убеждения — или страхи, блоки — находятся у вас внутри, и вы каждое мгновение проживаете их.

Один мужчина, работая литературным агентом, помог одному человеку стать известным писателем. У него действительно есть чутьё на произведения, которые будут пользоваться спросом, чувство стиля и самые широкие связи среди издательств. Он вёл этого человека с самого начала, с первой рукописи, исправляя стиль и помогая внести необходимые изменения, чтобы книга «пошла». Прошло несколько лет, и сейчас книги этого писателя издаются сотнями тысяч в разных концах страны и за рубежом. По ним ставятся телесериалы.