

Мечтай и действуй. Как повзрослеть и начать ЖИТЬ

Автор:

[Inga Dream](#)

Мечтай и действуй. Как повзрослеть и начать жить

Inga Dream

Новая реальность

Жизнь Inga Dream – автора этой книги – достойна экранизаций и приключенческих романов: бизнес-леди, путешественница, писательница и поэтесса, многодетная мама, пережившая немало как горестей, так и минут истинного триумфа. Но однажды ее жизнь изменилась... нет, не полностью. Она стала гармоничнее, осознаннее, ярче. Почему? И как? Вы тоже сможете изменить свою жизнь к лучшему, прочитав эту книгу, в которой есть и практические советы, и отрывки из личных дневников автора, и откровенные рассказы о жизни... Это издание – особенное. Оно поведет вас за собой и изменит ваше сознание. Inga Dream – из тех людей, что всегда помогают другим. Помогают не только участием, добрым отношением, хорошим советом – но и личным примером. Сейчас ее основной род занятий – быть духовным наставником, знакомить людей с ведической философией и литературой. Вы находитесь на распутье? Вам кажется, что «все плохо»? Вы не знаете, что делать дальше? Откройте эту книгу...

Inga Dream

Мечтай и действуй. Как я повзрослела и начала жить

© Inga Dream, Олег Торсунов, текст, 2019

* * *

Предисловие Олега Торсунова

Здравствуйтесь, дорогие друзья. Я хочу вас познакомить с Ингой. Это удивительный человек с непростой судьбой. В ее жизни было всякое – и сложности, и настоящие трагедии, и огромные успехи...

Бизнес-леди и счастливая супруга и мать, путешественница и поэтесса, духовная наставница – все это она, Инга. «Я никогда не кричу – я пишу», – эта фраза, которую я встретил на страницах ее книги, поразила меня. И в самом деле, почему мы так часто думаем, что для того, чтобы нас услышали, нужно кричать, вопить, привлекать внимание другими «громкими» способами? Ведь гораздо действеннее доверительный разговор и личный пример!

Когда я узнал, что Инга пишет книги, – мне стало интересно ознакомиться с ними. И когда я сделал это, мне захотелось рекомендовать прочесть их всем! Несмотря на то, что свои почитатели у литературного творчества Инги есть уже давно и ее книги очень популярны! Они представляют вам модель жизни человека, который никогда не сдается. Инге прекрасно удавалось (и удастся!) решать возникающие сложности как с помощью духовной практики, так и прилагая собственные усилия. Она всегда находила выход из сложных или даже казавшихся безвыходными ситуаций... Согласитесь, более чем заслуживающая внимания способность!

И ей прекрасно удастся передать на страницах своих книг известные всем чувства: неуверенность человека, еще не нашедшего свой путь; надежду того, кто настроился изменить свою жизнь к лучшему; счастье, которое испытываешь, разобравшись в том, что в этой жизни важно, а что – второстепенно!

Инга – предельно откровенный автор. Она щедро делится с читателями отрывками из своих дневников, которые вела с самого нежного возраста; вместе с читателем рассуждает о самом главном и сокровенном; не боится приглашать

вас в мир своих переживаний и ощущений – подчас очень личных и не всегда легких. Такая доверительность вызывает желание не только сопереживать автору, но и задуматься о ценностях и смысле собственной жизни – вы согласны?

...Я, читая лекции по всему миру, часто сталкиваюсь с людьми, которые, к сожалению, не умеют строить правильные взаимоотношения с миром и с окружающими, не умеют добиваться успеха в жизни, находятся в постоянном – но, увы, бесплодном – поиске своего предназначения. Они задают вопросы: как добиться успеха? Как стать счастливыми? На что опираться в выборе своего жизненного пути? Конечно, я стараюсь всем помочь. Невозможно поговорить с каждым, кто нуждается в помощи, невозможно, к сожалению, организовать лекцию или семинар в каждом городе мира. И тогда на помощь приходят книги и интернет.

Инга – из тех людей, истории жизни которых могут служить прекрасным примером для всех, кто находится в поиске, кто не может разобраться со своим предназначением, кто уверен в том, что мир враждебен по отношению к нему. Нам всем может быть нужна помощь – как в «разруливании» повседневных жизненных ситуаций, так и в глобальном духовном поиске.

И поэтому на свет явилась эта книга – история жизни Инги. На ее страницах не только она сама поделится с вами своим бесценным опытом, но и я напишу для вас несколько важных вещей, можно даже сказать – секретов... Которые перестанут быть таковыми после прочтения! Это поможет нам сделать издание более разносторонним, логичным и в конечном счете – наверное, более полезным. Прочитав эту книгу, вы сможете сделать свою жизнь лучше, успешнее, наполненнее и глубже. Вы осознаете, как важно никогда не сдаваться и всегда идти вперед, делая и свою жизнь, и жизнь окружающих людей счастливее.

В книге – три основные содержательные и смысловые линии. Они не выделены как отдельные темы, но, как вы сами увидите, «выныривают» в тексте постоянно.

- Первая линия – достижение личного успеха в жизни, поиск своего предназначения.

- Вторая – создание большой счастливой семьи. Инга родила пятерых детей, воспитывает четверых. Является супругой прекрасного мужа.
- Третья – и, пожалуй, самая важная – тема духовной жизни. Вы узнаете о том, как человек приходит к духовной практике, к молитве, к отношениям с Богом, к отношениям с духовными людьми и как все это меняет его жизнь к лучшему. Инга расскажет вам, как благодаря всему этому она смогла сохранить семью и укрепить отношения в кризисный момент.

На встречах со слушателями я часто слышу такие слова: «Помогите, пожалуйста, у меня совершенно уникальный случай...» На самом деле существуют универсальные рецепты решения большинства проблем, но люди хотят каких-то конкретных примеров, конкретных рекомендаций. И в этой книге вы сможете такие примеры увидеть.

Почему вообще возникает большинство проблем? К сожалению, в современном обществе люди не умеют строить правильные отношения, не умеют создавать крепкие семьи, сохранять их. Потому что семья и отношения – это динамический процесс. Любовь – это динамический процесс. Мы не можем «однажды пожениться» и счастливо прожить всю жизнь, если не прилагаем усилий к сохранению семьи и к приумножению своего счастья. Мы меняемся, в нашу жизнь приходят дети, случаются как приятные, так и неприятные ситуации. И чтобы сохранить семью и свое счастье, супруги должны быть гибкими, должны искать общие интересы, общие цели, постоянно «перезагружать» свои отношения, чтобы на протяжении всей жизни быть вместе.

На примере Инги вы увидите, как она, будучи очень сильной женщиной, смогла не только преодолеть все сложности – финансовые, бытовые, личные, но и сохранить семью, обрести счастье... Конечно же, это не только ее заслуга, но и ее супруга. Совместная жизнь – это всегда обоюдный процесс, необходимость совместных усилий.

Инге удалось все задуманное осуществить благодаря переменам в собственном сердце и благодаря тому, что она обрела духовное общение, встала на путь духовного развития. Это дало ей силы.

Я приглашаю вас отправиться в путешествие вместе со мной: прочитать эту книгу, вместе с Ингой пережить ее трудности и одержать победу над ними. Так

или иначе каждый человек в жизни сталкивается с трудностями, и не нужно их бояться. Нужно научиться быть сильными, нужно научиться справляться с трудностями, нужно понимать, что все трудности, которые есть в нашей жизни, – временны. И тогда мы сможем смело идти вперед, становиться счастливее и делать счастливым мир вокруг.

У вас в руках – не просто книга. Это книга, которая поможет вам изменить свою жизнь, сделать ее гармоничной, счастливой, осознанной. Вы найдете в ней личные дневниковые записи – это всегда сближает автора и читателя. Вы найдете в ней практические советы – это всегда очень ценно. Вы сможете «примерить» написанное Ингой на себя и задуматься о своем будущем... Ведь Инга смогла. А значит, сможете и вы.

Спасибо, что приобрели эту книгу. Я надеюсь, она вам очень понравится. Я желаю вам счастья.

Ваш Олег Торсунов

Inga Dream. Предисловие

«Все в нашей жизни бывает не просто так». «Нам не дано предугадать...». «Человек – сам кузнец своего счастья». «Все предопределено». Не правда ли, взаимоисключающие высказывания? А ведь все они по-своему верны.

Если бы мне в мои восемнадцать – двадцать лет сказали, что рожу пятерых детей, я поверила бы с трудом.

...Если бы сказали, что похороню своего первого ребенка, ни за что бы не поверила.

Если бы тридцать лет назад сказали, что выйду замуж за литовца, полицейского... оперуполномоченного уголовного розыска...

...что по окончании университета пойду работать в МВД, в Службу безопасности независимой Литвы, Службу охраны края, Службу охраны Президента, Оперативную службу управления контрразведки... Решила бы, что это шутка.

...Если бы лет двадцать назад мне сказали, что обрету статус многодетной матери, успешной женщины, бизнесвумен, миллионерши, страстной мечтательницы и максималистки...

...что стану Международным лидером сетевого маркетинга с двадцатидвухлетним стажем и моя дистрибьюторская сеть будет превышать тридцать тысяч человек, что в ней будут представители из двадцати пяти стран мира, меня будут встречать и узнавать в разных уголках земного шара, что стану популярным бизнес-тренером и длительное время буду входить в Chairman's Club крупной компании сетевого маркетинга в тройку лучших...

...что моя биография войдет во Всемирный справочник «Кто есть кто. Всемирное издание», 2011...

...что меня будут непрестанно приглашать на радио и телевидение, в рейтинговые телепередачи, проекты типа «Танцуй со звездой»...

...что своими глазами увижу и посетю более семидесяти семи стран...

...что получу награды и признание как поэт и писатель, что будет написано более пятидесяти песен на мои стихи, что ежегодно меня будут приглашать на международные поэтические фестивали Болгарии, Румынии, Сербии, Польши, Индии, Бангладеш, России, Украины, что книги будут изданы на трех языках (русском, английском и украинском), а стихи переведены на десять других языков (литовский, английский, украинский, польский, сербский, румынский, болгарский, хинди, бенгали, вьетнамский...

...и что в сорок пять лет все это для меня перестанет быть важным... станет менее ценным... менее значимым... от всего этого я откажусь... отойду... отпущу. Как и почему?

Наверное, потому, что сама жизнь подвела меня к этому. Потому, что я задумалась о выборе, о том, что на свете важно, а что второстепенно. Деньги? Достаток? Успех? Или нечто иное? В чем причина навалившихся проблем, в чем

причина непонимания с родными и близкими?

И точно так же как жизнь посылала мне испытания – она подарила мне встречу с уникальными людьми. Тогда казалось, что эти встречи происходят случайно. Ведь все мы в метро, по пути на работу, в аэропорту встречаем десятки, сотни человек – и что же, все они лишь случайные попутчики на нашей дороге жизни? Нет.

Все мы в метро, по пути на работу, в аэропорту встречаем десятки, сотни человек – и что же, все они лишь случайные попутчики на нашей дороге жизни? Нет.

Все не просто так, не случайно, но... с луча Божьего. И все в этой жизни приходит вовремя: мысли, испытания, деньги, награды, достижения, люди... Щедрой рукой Своей посылает Господь нам навстречу людей судьбоносных: мужа, Духовного Учителя, наставников... Одним из них и стал для меня Олег Геннадьевич Торсунов. Встретив его однажды в аэропорту, я даже имени его на тот момент не помнила, но по голосу «считала» свою судьбу! Интуитивно поняла: это судьба! И не ошиблась! Он был первым, кого я слушала, слышала, кому доверяла. Слова его цепляли и находили отклик в моем ищущем, израненном сердце. Его взгляды на жизнь укрепили мой интерес к ведической философии. Его советы помогли мне НЕ менять свою жизнь там, где НЕ нужно было этого делать... И подтолкнули к переменам там, где они были необходимы. Предполагала ли я тогда, что Олег Геннадьевич поможет мне в создании этой книги? Что обратит на меня внимание? Поддержит? Направит?

Все не просто... Все не зря...

Поверить в такое сложно не только мне... это до сих пор в голове не укладывается у большинства... поверить в такое практически невозможно...

...что по-новому задумаюсь о смысле жизни, о своем предназначении и сменю сферу бизнеса в сетевом маркетинге на психологию...

...что получу диплом Высшей школы практической психологии, став психологом-консультантом личностного развития...

...что за советами и помощью будут обращаться люди со всего мира, разного вероисповедания, пола и возраста, что буду профессионально проводить психологические консультации и стану профессиональным расстановщиком? Думала ли я – девочка «с-пид Одесы», что родилась в поселке Одесской области, что в школе страдала от жестокости одноклассников во время бойкота, тосковала по безвременно ушедшим родным и не могла найти общего языка с новыми родственниками, – что когда-нибудь буду помогать другим найти себя? Буду помогать людям «прорабатывать» их детские комплексы, проживать непрожитые чувства, разбираться в себе, удерживать от непоправимого шага?

Думала ли я, что закончу курсы фрактального рисования, овладев искусством диагностики и коррекции состояния человека, что отправлюсь в ежегодные паломничества по святым местам Индии, что обрету духовного наставника, – я сказала бы, что все это не про меня...

...Если бы мне сказали, что к своим пятидесяти успею сменить несколько имен и фамилий: девичью – Инга Шведа – на замужнюю – Инга Крукаускене, возьму писательский псевдоним Inga Dream, я бы сильно удивилась!

...Если бы мне сказали, что спустя двадцать пять лет совместной жизни нашему с мужем союзу станет угрожать развод, что мы перестанем понимать, слышать друг друга, что у меня будет желание развестись, искать более достойного...

Я бы никогда не поверила...

...Не поверила я и тогда, когда все так и случилось...

Именно поэтому я искала...

Искала и нашла: психологию... духовность... наставника... Бога... себя.

Эта книга именно об этом... О том, как искала и как нашла... Как жила и как выжила...

Как падала вверх...

12 сентября 2017 года мы с мужем отпраздновали тридцатилетие совместной жизни... Как результат – книга «Просто люби». В ней очень много сокровенного...

Сокровенное в ней все... В ней обо мне и о моих самых близких: муже, маме, детях... О моих самых лучших в мире учителях... А еще о том, как через них и через отношения с ними я открывала для себя Бога... Как выстраивала с Ним взаимоотношения... Как познавала Его... И как обретала Его Любовь... Одним словом, книга о том, как я УЧИЛАСЬ ПРЕОДОЛЕВАТЬ ТРУДНОСТИ... ЛЮБИТЬ...

Оказывается, все очень просто: хочешь быть счастливым – ПРОСТО ЛЮБИ...

Книга об этом...

Помогать людям верить в себя, находить себя, менять себя – в этом мое предназначение...

Люди! Милые, добрые, чистые, искренние... Когда читаю ваши письма и отклики, в голове не укладывается, что это обо мне... что про меня пишете... меня благодарите... Вот и сейчас... И хочется сказать каждому в отдельности: ВСЯ СЛАВА УЧИТЕЛЯМ и БОГУ, что я такая... что такой вы видите меня... что такой могу быть вам полезной... Моей в этом заслуги... нет, не могу сказать, что нет, тогда это было бы не честно... Но она (заслуга) минимальна, по сравнению с МИЛОСТЬЮ, которую проливает на меня Господь... Достояна ли ее – время покажет, а пока... Пока я только работаю над собой, шлифую свои качества, накапливаю знания... этим и делюсь. Спасибо всем за вашу доброту!

Опыт стоит дорогого. Успешный опыт – бесценен. Я не могу ничему научить вас. Я – не учитель, а вы – не ученики.

При этом, как писал Коэльо, «ученик никогда не может в точности повторить движения своего учителя. Ибо у каждого – свой взгляд на мир, свой способ одолевать препоны и совершать завоевания. Учить – значит показывать: „Это возможно“. Учиться – значит сделать это возможным для себя».

И я хочу поделиться всем этим со своими читателями. Я не стремилась делать эту книгу ПРАВИЛЬНОЙ – мне хотелось сделать ее ИСКРЕННЕЙ. Поэтому я наполнила ее всем, что когда-то было для меня важно. Дневниковые записи, мысли, которые приходили внезапно после духовной практики или после

детских обид... Практические рекомендации, которые когда-то помогали мне – и, надеюсь, помогут и вам.

И еще одно важное уточнение.

В этой книге я делю свою жизнь на периоды, на циклы. Однажды я сделала открытие – каждые семь лет в моей жизни происходит... ЧТО-ТО. Не всегда приятное, не всегда логичное, но всегда важное. Какие-то уроки, которые преподносит мне жизнь. И об этих «семилетних циклах» я тоже буду вам рассказывать на страницах этого издания. Но – самое главное – воспринимать свою жизнь лучше не «от кризиса до кризиса», а «от ступени к ступени», «от урока к уроку»...

Раздел 1. Все – как будто вчера...

Говорят, мы все – родом из детства. Но не с детства хотелось бы мне начать. С того, что есть у меня сейчас. С того, что не пришло бы, не случилось бы – не будь потерь и разочарований в раннем возрасте. Нельзя разделить жизнь только на «до» и «после». Нельзя радоваться настоящему, забыв прошедшее. Как и нельзя жить только прошлым, не глядя вперед...

«Неужели началось?», или Как я живу и для чего пишу...

Как в анекдоте: сейчас начнется... Господи! Неужели началось?!

Задала вопрос – получила ответ – 0:00... точка отсчета...

Мысли догоняют. Фейерверк событий накрывает.

В голове проносится: все начнется в сентябре. И на ближайшие семнадцать лет.

Что начнется?

Люди потянутся. Уже тянутся. Поток. Ливнем. Лавиной (по моим ощущениям).

Отзыв прислала знакомая. И столько в ее словах глубины и искренности.

И после этого сразу прямой эфир в Инстаграм. Без слов. Только за один день его посмотрели больше тысячи человек, книгами интересуются, записями семинаров.

Выступление в Москве, консультации для людей, интервью для фильма «Общее дело» и «Баланс-ТВ» с Дмитрием Чагаевым[1 - Дмитрий Чагаев - ведущий просветительского телеканала «Баланс-ТВ».], Ингой Гончаровой[2 - Инга Гончарова - психолог, консультант, диетолог, телеведущая, модель, обладательница титулов Miss Summer International Russia (2012), Super Model Universe Russia (2014). Основатель Благотворительного фонда помощи детям «Мир Добра».], лекции, личные консультации, вебинары, семинары, ретриты...

Куда бы я ни приходила раньше, всегда складывалось ощущение, что меня недоприняли, недооценили, недолюбили... По принципу: вот увидите, мне или свистка не достанется, или акула глухая попадется...

Еще десять лет назад мне сказали: сейчас у тебя есть всего 30 % от того, что тебя ждет.

Мне казалось тогда, что у меня ЕСТЬ ВСЕ...

Что-то еще? Можно хотеть чего-то еще? В чем-то еще нуждаться?

Сегодня понимаю: можно! Иметь это все не для себя, но для Бога.

Я не знаю, что меня ждет.

Мне сложно понять, что может-должно произойти в моей жизни такого, что на 70 % ее улучшит, усилит, приумножит...

Снова начну ездить по миру. Снова будут встречать и провожать, а я... снова делиться тем, чем полна, тем, в чем реализована.

Все знакомо. Все это было. С одной лишь разницей: теперь все это – ДЛЯ БОГА!

А значит, все НОВОЕ... ДРУГОЕ... ТРАНСЦЕНДЕНТНОЕ...

Готова, Господи! Принимаю с благодарностью...

P. S. А еще... Еще рядом будут – счастливый и спокойный супруг. Реализованные дети...

Море внуков...

Счастливая мама...

Духовный наставник, искренне благословляющий меня на успех и славу... не для себя... для Него, для Бога...

Тепло ли тебе, девица?

Тепло ли тебе, девица?

Тепло ли тебе, ясная?

– Замерзла вдрызг, Боженька! И устала как-то... а еще голодная...

В ду?ше приходят мысли о «Морозко»... И совсем я на героиню Машеньку не похожа...

Нет во мне смирения. К вечеру раздражение появляется: весь день калькулятором работаю. Каким-то процессором... каждую секунду не смс, так пост, не пост, так прямой эфир... голосовое сообщение каждые двадцать минут... Люди, вопросы, ответы...

Очень сильно все изменилось... меняется...

До смешного и то, что меняется и ситуация. Нет, не в сторону «легче и лучше»... как раз все с точностью до наоборот... Обстоятельства становятся жесткими. Полный жесткач!

Наблюдаю и вижу: Господь гайки закручивает не по-детски...

И понимаю: МЫ СПРАВЛЯЕМСЯ! ВЫДЕРЖИВАЕМ!

Живем в обстоятельствах: ЧЕМ ХУЖЕ, ТЕМ ЛУЧШЕ...

А как по-другому Господь понял бы, что мы смиренны? Что принимаем? Что соглашаемся с Его волей? Как бы понял, что не спорим с обстоятельствами, но благодарим за испытания?

Как бы смогли уразуметь, что шлифует нас Господь... не на шутку разошелся...

Закаляет. В парниковых условиях-то что вырастет? Парниковое!

А чтобы бриллианту родиться, огонь нужен, да пожарче... погорячее... Температура нужна, чтобы аж зашкаливало давление... и контраст обязательно нужен: высокое – низкое, жара и холод, невежество – благость...

Последние недели живу один к одному образом из «Морозко». В ушах так и стоит голос из фильма: «Тепло ли тебе, девица? Тепло ли тебе, ясная?»

Ответить временами хочется по-разному...

Да, только с радостью обнаруживаю, что нет истерики... нет претензии... горечи нет...

Так и понимаю, что на все у Бога свой план на нас. И ситуации в жизни нашей не просто так, но с особым смыслом...

Самое главное – понимать, чего сам-то хочешь? Для чего тебе это надо? Цель благой должна быть, чтобы никому зла не причинять... чтобы без насилия... Хорошо еще, чтобы польза от желаемого не только мне самой была, но и окружающим...

– и вера! Вера святая, что возможно это! Что для Бога нет ничего невозможного! Что невозможно для человека, то Богу по силам!

– и молиться! Молиться! Денно и ночью! Как умеешь! Искренне! Уповать!

– благодарить!

Не роптать и сокрушаться, но просить... просить... просить... С благодарностью и упоением...

Разы уже таким образом отвечал на мои молитвы Господь! Ответит ли в этот раз?!

Верю: ОТВЕТИТ!

Просто время еще не пришло. Качеств еще недостаточно. Уроки свои еще не прошли. Не закалились... не засверкали... не стали, какими Господь нас видит...

Вот и на вопрос, в ушах стоящий: «Тепло ли тебе, девица? Тепло ли тебе, ясная?!», в этот раз как в сказке ответить хочется: «Тепло, батюшка. Тепло, милый».

Испытай! Шлифуй!

Все же и так понятно. Вот и сил у тебя попрошу... И мудрости испытания с радостью принимать. Уже не то пережили и выжили. Выживем и в этот раз с Твоей помощью... по милости Твоей...

Уповаю на Тебя, Господи! На все воля Твоя, но не моя...

10:16. 2019.02.06

2017. Новый год. Новый во всем...

У камина. Медитирую. Фоном – любимые мантры... Все счастливы. Никого не раздражает ни то, что я молюсь («Ты иди помолись, а я камин зажгу», – говорит супруг...), ни то, что благовониями пахнет, ни то, что мантры звучат на весь дом... уже который день подряд...

И даже то, что в доме уже который год подряд на праздничном столе не будет индюшки... поросенка... карпа... лосося... Не будет виски... водки и даже пива... Зато будет кисель!

Муж поехал в магазин за продуктами. Звонит:

– Мы не находим того, что в списке...

– Паста для мисо, – говорю...

– Мясо? – удивленным голосом спрашивает супруг.

– Мисо – не мясо, мисо – суп... И для него нужна паста...

Вчера весь вечер на одном дыхании. Что там вечер, весь день как одно волшебное мгновение, как воздушный поцелуй Бога, как Его трансцендентные объятия...

Рождество Христово – вот оно, проявленное в нашем доме... семье... настроении... отношениях...

Сажу и думаю: помню ли еще подобное Рождество по свету и наполненности? Сравнивать не хочется. Каждый раз было что-то новое... другое... особенное...

Но, обычно, всегда было напряжение: не дай Бог не то сказать... не так посмотреть... не то сделать...

В этот раз даже мыслей об этом не было. Принимали все всё так, как шло... как ложилось... как падало. От Тебя все это было...

Год 2016 удался на славу!

Удивительный год. Год погружения и углубления...

Год истинных ценностей...

- Что ты там учишь, в своей Индии?

- Устройство Вселенной... Кто все создал? Кому все принадлежит?

- Это ведь и так понятно... Все работает, как часики. Зачем это изучать?

- Да, верно, работает... но до поры, до времени... Когда рушатся отношения в семье, кажется, что рушится вся Вселенная... И наоборот, когда отношения в семье налаживаются, Вселенная снова начинает работать, как часики... Учусь, как сохранять свою Вселенную в гармонии и балансе... Изучаю, как и от чего это зависит...

Дочурка беспокоится: «Мама! Ты еще больше погрузилась во все это...»

Но как же не погружаться?

Ведь есть такой соблазн: зажить привычной обывательской жизнью, втянуться в серые будни потребителя, впасть в до боли знакомое состояние, когда не то что шепоту любви, не то что голосу совести, но даже рупору страданий будет снова до меня не доораться... (Последнее – это то, что Господь от безысходности включает по отношению к нам, когда по-другому в упор Его не слышим: боль, болезнь (Бог лечит знанием), испытания, потери, утраты, трудности...).

Так стираем из нашей жизни чудо... чудеса... волшебство само по инерции уходит... вместе с ним уходит Бог... Бог и есть – волшебство! Тайна! Магия! Чудо!

И оно проявляется во всем и везде:

– вот встала, и хожу! А еще недавно еле с кровати сползала...

– легла, и не болит! С боку на бок могу переворачиваться, ноги в коленях сгибать... и не нужно руками ногу переключивать... сама движется... А полгода назад... Даже вспоминать не хочется, как там оно было... только и забывать нельзя! А то ведь решу, что само все устроилось и заработало...

Как, впрочем, и с Индией... Жила я своей жизнью и жила... и совсем мне не до устройства Вселенной было... Так много забот, задач, целей и планов... своих... насущных... эгоистичных... потребительских...

Богу четвертую скорость пришлось включать, чтобы включить мои мозги и чувства... И ведь сработало! Заработали мои мозги, как часики... чувства включились... И включилась ученическая позиция, понимание своей доли, знание, от кого в этом мире все зависит и кому все принадлежит...

Когда отношения в семье налаживаются, Вселенная снова начинает работать, как часики...

И так страшно становится от одной только мысли, что однажды снова память отшибет... что напрочь снова можно впасть в привычную жизнь: на первое место ставить свои эгоистические желания и потребности, наслаждаться собой и своим телом, снова начать жить по принципу: вина и зрелищ!

Дай Бог, чтобы это никогда в моей жизни больше не повторилось.

Молю о ясности ума и позиции осознанности. О молитвенном состоянии и ученической позиции...

И как написано в Библии от Матфея 20:26:

«...а кто хочет между вами быть большим, да будет вам слугою; и кто хочет между вами быть первым, да будет вам рабом; так как Сын Человеческий не для того пришел, чтобы Ему служили, но чтобы послужить и отдать душу Свою для искупления многих».

Главное, всегда помнить об этом и никогда не забывать...

Но так было не всегда...

Здравствуй, боль!

Боль – неизменный спутник нашей жизни.

Часто меня спрашивают, почему я хочу говорить про боль?

Хочу ли я говорить о боли? – это вопрос, но могу ли я о ней говорить – это ответ!

Долгие годы задавала себе вопрос: что такое боль в моей жизни? Поняла: боль – это зона моего личностного роста. Боль – эволюция моей души. В моей жизни было много боли, и поняла, что я ее выдерживаю. Могу ее понимать, принимать, могу о ней говорить, говорить не западая в это состояние, могу ею делиться, для того, чтобы тем самым показать, что боль – развивает!

Большинство людей стараются избегать боли. В священных писаниях есть информация, что боль – это неизменный спутник нашей жизни, что есть различные виды боли: боль, которая приходит к нам по судьбе, боль, которая связана с нашим телом, потому что мы все боеем, стареем, умираем...

Есть ли инструменты, способные помочь нам правильно ее проживать?

Нас не готовят родители, не дают нам инструкции – как принимать, особенно, как принимать первую боль, потом вторую, следующую... Анализирую эту тему

давно и понимаю, что многие родители, конечно, из хороших побуждений, стараются спрятать своих детей от боли, стараются оградить от нее... Например, не говоря, что кто-то из близких или знакомых умер, не беря с собой на кладбище, на проводы, не говоря о тех потерях, которые будут и были у родителей родителей... и, таким образом, дети растут в парниковых условиях, дети не знают настоящей жизни. Также мы знаем истории из жизни Будды: отец пытался оградить от страданий драгоценного наследника, устроить его жизнь так, чтобы не было в ней старости, боли, смерти, нищенства... Привело это к тому, что Будда, уйдя из дома, встретил все то, что от него так долго скрывали. Случится то, что предрешено, что предначертано...

Уже было сказано: я давно поняла, что в моей жизни, как по плану, как по сценарию – каждые 7 лет по-крупному – кризис... Вот так была жизнь! Поняла: вот почему я выдерживаю боль, вот почему и говорить об этом могу.

Первые семь лет. Радость – и слезы...

Родилась я на Украине, в поселке городского типа Одесской области. Я была очень долгожданным ребенком. Мама долго не могла забеременеть, долго и мучительно меня рожала (выдавливали простынями...). Мне были рады! Только папа очень мечтал иметь сына...

В школу пошла в семь лет подготовленная (в полтора года знала весь алфавит, в два с половиной года читала! – мама педагог и русовед). Зато сразу стало ясно, что с точными науками мне не по пути.

Первая учительница – Таисия Ивановна – «намекнула», что во мне преобладают гуманитарные способности, благодаря чему я перестала грузить себя математикой и ей подобными предметами. Благодаря этому моя жизнь заведомо «потекла» в правильном русле. Зато Раиса Ильинична (учитель русского языка и литературы) меня и мои сочинения очень хвалила. В десятом классе после госэкзамена тетрадь с моими сочинениями просто украли (представляла реальную ценность для учеников).

Когда мне было пять-шесть лет, я иногда гостила у бабушки. Бабушка Настя – папина мама. Нас, внуков, у нее было много. Она родила 12 детей, трое из которых умерли. Вырастила бабушка девятерых. Преклоняюсь перед невероятной судьбой этой великой женщины. Отчетливо помню то, чему долго не находила объяснения, – бабушкину веру в Бога, молитву перед сном, это было непривычно, мама так не делала, а мне самой понадобились долгие годы для понимания и приятия. Тогда это казалось мне странным. Сегодня точно так же делаю я сама: ежедневно склоняюсь у алтаря, днем и ночью обращаясь ко Всевышнему. Молюсь о том, чтобы исполнить волю Господа, чтобы быть инструментом в Его руках. Чтобы очистил мое сердце от грязи и всего лишнего, чтобы даровал мне мудрости и терпения выдерживать все, что посылает мне жизнь.

ПОСЛУШАЙ, ЧТО Я СКАЖУ...

«Послушай, что я тебе скажу: сначала молись, а потом говори.

Так поступай и со своими детьми. Если будешь все время их наставлять, то сделаешься для них тягостной и они, когда подрастут, будут ощущать одно давление с твоей стороны.

Так вот, предпочтение отдавай молитве. Говори с ними через молитву. Говори об этом Богу, а Бог скажет это внутри них. То есть не нужно давать детям советы при помощи голоса, чтобы слышали их уши. Можно поступать и так, но прежде всего ты должна говорить о своих детях Богу.

Говори: „Господи Иисусе Христе, просвети моих деток. Я вверяю их Тебе. Ты дал их мне, но я бессильна, не могу их хорошо воспитать. Поэтому прошу Тебя: просвети их“. И Бог будет с ними говорить, и они скажут: „Ах, не нужно было огорчать маму тем, что я сделал!“ И это по благодати Божией будет исходить из них самих.

Это совершенно, чтобы мать говорила Богу, а Бог говорил ребенку. Если так не произойдет, то ты будешь говорить, говорить, говорить... А все будет в одно ухо входить, а из другого выходить, а в конце станет восприниматься как одно давление. И когда ребенок станет взрослым, тогда начнет сопротивляться, то есть некоторым образом мстить своим отцу и матери, которые его принуждали.

Хотя совершенным является лишь одно: слова любви во Христе и святость отца и матери. Сияние святости, а не человеческие усилия делают детей хорошими».

(Старец Порфирий Кавсокаливит)

Так делала моя бабушка. Так стараюсь поступать сегодня я сама...

Первая боль случилась в семь лет, когда умер дедушка... Говорят, мудрость можно найти двумя способами – это искать ее и найти, или состариться, и она придет... в течение жизни. Меня никто не обучал этому искусству. С семи лет я начала знакомиться с болью.

Мамин папа, мой дедушка Остап, умер еще до моего рождения.

Впервые со смертью я столкнулась, когда хоронили дедушку Ивана, папиного папу. Мне было семь лет.

На дедушкины похороны, конечно же, собрались все родные. Мне сложно было сосчитать количество присутствующих взрослых, одно знаю, что нас, детей, было немерено!

При всем при этом у гроба дедушки весь день просидела только я. Говорят, чтобы не было страшно и покойник потом не снился, нужно подержаться за ноги.

По традиции, умершего целуют в руки или лоб. Я сидела рядом с бабушкой, проделав все эти формальности до момента, пока не пришел отпевать священник.

Никогда не забуду тех чувств, которые наизнанку перевернули мою детскую душу.

Вот он, священнослужитель, в красивом одеянии зажег кадило, медленно размахивая им и обходя гроб, начал отпевать усопшего... Никогда раньше я не слышала да и не видела священников. Тембр голоса, нараспев произносимые

слова, покачивающееся кадило с благовониями, сама обстановка... Мое тело свело от рыданий, вырывающихся из глубины души... Мне хотелось кричать, плакать навзрыд... я никак не могла остановиться и в этом состоянии забились за стенку шкафа, который стоял в комнате (там было мое любимое место, когда мы играли с детьми в прятки), чтобы меня никто не видел. Я была как замороженная. Рыдания утихли только тогда, когда остановился священник. Я выползла из своего убежища, но плакать так и не перестала.

Когда гроб закапывали, я бросила горсть земли, таким образом навсегда прощаясь с единственным дедушкой, который меня очень любил и баловал.

А через четыре года умер папа.

Первый цикл – первые семь лет жизни.

Главное испытание, кризис – смерть дедушки в мои семь лет.

Папа. Ты навеки оставил след...

Мой первый «кризис семи лет» плавно перетекал во второй цикл – восемь – четырнадцать лет, знакомя меня с понятием «смерть» на практике... Мне было одиннадцать, когда умер папа.

Это была реально первая трагедия в моей жизни. Я перенесла смерть отца стоически, а со временем, ища ответы, поняла главное: с этого момента я начала искать Бога! Сначала неумело, с вопросов: «За что мне это? Почему умер именно мой папа? Как жить дальше? Встречусь ли я когда-нибудь с папой еще?»

С этого момента я начала интересоваться, есть ли жизнь после смерти. Мои родственники живут на Западной Украине, я к ним ездила в гости на летние каникулы. Люди там набожные (а моя мама – атеистка). С детьми вечерами смотрели в небо, и я мечтала, что когда-то умру и увижу папу... Реально, благодаря этим милым детям я получала свою первую веру в реинкарнацию, так

реализовывалась на практике «тяга к таинственному и неизведанному»[3 - В. О. Рузов, «Чакравидья и планирование успеха». Философская книга, 2012.]

Из моей книги «Мечтай и действуй»[4 - «Мечтай и действуй» – первая книга Inga Dream, которая вышла 30 ноября 2007 г. (автору сорок один год). Книга автобиографическая, издана на трех языках – русском, литовском, английском.]: «Папа был очень простым и добрым, работал трактористом. Как многие другие, выпивал. Выпивая, либо засыпал там, где сидел, либо устраивал сцены ревности, скандалил, а я встревала и разнимала. Я умела его успокоить, когда он заводился. Я оттаскивала его от мамы, гладила волосы, обнимала его голову, разговаривала с ним, как с маленьким. И он успокаивался. Часто мы засыпали вместе в небольшом кресле-кровати, узком даже для одного человека.

Я любила папу, со всей силой я ощутила это, когда его не стало. Как жаль, что ты покинул меня так рано. Но, невзирая на это, именно ты сумел посеять в моей душе умение любить.

Ты любил меня, я это чувствовала. Я была нужна тебе, а ты – мне. Ты делился со мной своими мыслями и переживаниями. „Никто и никогда не будет любить твою маму больше, чем люблю ее я“. Ты по-настоящему любил маму. Навсегда ты остался однолюбом. Я мечтаю о том, чтобы мои сыновья повторили тебя. Таким я тебя помню. Таким люблю все свои сорок лет. Спасибо тебе, папа, что ты был и остался в моей жизни, наполнив ее особенным смыслом – смыслом поиска правильных ответов и своего предназначения на земле. Я до сих пор безумно тебя люблю, папа».

Папе посвящается

Ты ушел, чтобы я страдала,

Чтобы рано познала боль,

Чтобы очень сильною стала,

Чтоб узнала, что значит «любовь».

Тебя не стало, а я искала

На вопросы свои ответ:

«Как жить дальше?» «Кто всем управляет?»

Люди лгали, что Бога нет...

Я не слушала, я искала

Бога, Веру, Любовь, себя...

По дороге – мудрою стала,

Не кляня судьбу, а благодаря.

Выбор твой, для меня судьбоносный,

Моим первым экзаменом стал,

Для того, чтоб счастливой была я,

Ты трагическую смерть избрал.

Знаю то, что вчера не знала,

Помню то, чего больше нет...

В моей памяти, милый папа,

Ты навеки оставил след.

3 июня 2008 года

...В субботу вечером, 8 апреля 1978 года, ничто не предвещало перемен. Мама с папой собрались в кино.

Одеваясь, мама надела свой любимый ярко-красный берет.

– Сними, – сказал папа.

– С чего бы это? – с удивлением спросила мама, закрепляя на голове яркий убор.

МОЯ ЖИЗНЬ

Цикл первый. От года до семи лет.

Цикл второй. 8-14 лет.

Цикл третий. 15-21 год.

Цикл четвертый. 22-28 лет.

Цикл пятый. 29-35 лет.

Цикл шестой. 36-42 года.

Цикл седьмой. 43-49 лет.

Цикл «здесь и сейчас».

- Сними, или я никуда не пойду с тобой, если ты будешь в этом берете.

Находясь рядом в комнате, я почувствовала, что назревает конфликт. Самолюбие мамы было задето, и она не намеревалась идти ни на какие уступки. «С какой стати я должна делать то, что он хочет?! Щас, уже сняла...»

В этот момент терпение папино лопнуло, он сорвал берет и швырнул его в сторону...

Маму это завело еще больше. Воинственно настроенная, она вытащила злосчастный берет и снова надела на голову. Настроение было испорчено. Никто не хотел уступать. Время поджимало. Мама уже не пыталась разрядить обстановку – ситуация зашла слишком далеко, она взяла меня за руку, и мы вместе пошли в кино.

Жили мы в поселке. Клуб, где показывали кино, находился аж на другом конце. Ходили пешком (был свой мотоцикл, но папа остался дома, поэтому пришлось идти пешком).

Мы успели, пришли вовремя. Фильм закончился поздно, по крайней мере помню, что было совсем темно, предстояло проделать такой же путь обратно... Я устала. Хотелось спать. Уже по дороге мама решила, что мы можем переночевать у бабушки, которая жила как раз посередине того пути, что нам предстояло проделать от клуба до дома...

«Завтра воскресенье. Выспимся и вернемся утром домой», – решила мама. Если честно, я была довольна. Побыстрее в кровать, и спать!

Проснулись рано, около восьми. Бабулька приготовила завтрак.

«Мам, такой сон странный приснился. Всю ночь на санках с горы вниз спускалась...» – поделилась своими ночными сновидениями мама.

Конец ознакомительного фрагмента.

notes

Примечания

1

Дмитрий Чагаев – ведущий просветительского телеканала «Баланс-ТВ».

2

Инга Гончарова – психолог, консультант, диетолог, телеведущая, модель, обладательница титулов Miss Summer International Russia (2012), Super Model Universe Russia (2014). Основатель Благотворительного фонда помощи детям «Мир Добра».

3

В. О. Рузов, «Чакравидья и планирование успеха». Философская книга, 2012.

4

«Мечтай и действуй» – первая книга Inga Dream, которая вышла 30 ноября 2007 г. (автору сорок один год). Книга автобиографическая, издана на трех языках – русском, литовском, английском.

Купить: https://tn.knigapoisk.com/dream_inga/mechtay-i-deystvuuy-kak-povzroslet-i-nachat-zhit

надано

Прочитайте цю книгу цілком, купивши повну легальну версію: [Купити](#)