

УДК 159.9  
ББК 88.52  
Д74

**Dream, Inga.**  
Д74 Мечтай и действуй. Как я повзрослела и начала жить / Inga Dream. — Москва : Эксмо, 2019. — 288 с. — (Новая реальность).

ISBN 978-5-04-106093-0

Жизнь Inga Dream — автора этой книги — достойна экранизаций и приключенческих романов: бизнес-леди, путешественница, писательница и поэта, 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...

УДК 159.9  
ББК 88.52

ISBN 978-5-04-106093-0

© Inga Dream, Олег Торсунов, текст, 2019  
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2019

# СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ ОЛЕГА ТОРСУНОВА 7

INGA DREAM. ПРЕДИСЛОВИЕ 11

## РАЗДЕЛ 1. | ВСЕ — КАК БУДТО ВЧЕРА...

«Неужели началось?»,  
или Как я живу и для чего пишу... 18

Тепло ли тебе, девица? 20

2017. Новый год. Новый во всем... 22

Здравствуй, боль! 26

Первые семь лет. Радость — и слезы... 28 ==

Папа. Ты навеки оставил след... 31 3

Слишком рано? Или... вовремя? 43 ==

Все и сразу: ностальгия, бойкот, новая родня 46

Всего семь лет... целых семь лет! 50

Моя первая доченька 64

Если бы тридцать лет назад ты не ушла... 66

Оглядываясь назад... 74

## РАЗДЕЛ 2. | ДОРОГИ ПОИСКА

Очень серьезный фрагмент —  
о деньгах и профессии! 79

Из филологии — в полицию 82

Из МВД в МЛМ 85

Мой любимый Пакс... 89

Бизнес — и я 93

## СОДЕРЖАНИЕ

Если бы я так шла к Богу...	103
Кризис 1999 года	104
Венесуэла. У нас все получается!	105
Работа в команде	115
Чему научили книги	118
Пятый цикл завершается. Страх — и счастье...	120

## РАЗДЕЛ 3. | ДОРОГИ ПЕРЕМЕН

Дочка. Едем во Вьетнам	122
«Жизнь как у всех», или «Будет что вспомнить»...	126
== 2007. Писать книги — интересно.	
== Так же, как и читать	137
4 Мои мечты. Может быть, и ваши тоже?	145
== Меняя себя — мир меняю!	146
О предательстве — и об осознании...	149
Ухожу!	152
Самый темный час — перед рассветом	153
Слезы прозрения...	156
Притча о бамбуке и папоротнике	159
Душа — на бумаге	162
Письмо мужу...	163
Оптина пустынь и...	166

## РАЗДЕЛ 4. | СЧАСТЬЕ ОБРЕТЕНИЯ

Живу по-другому...	170
Я не сильная — я счастливая!	171

Я никогда не кричу... я пишу	173
Меняюсь... 2017	176
Самый лучший	179
Письмо мужу	180
Ищу баланс...	189
Спасибо Богу за маму...	195
Маме 72	200
Тело... храм или оболочка?	202

## РАЗДЕЛ 5. | ЧТО Я МОГУ СКАЗАТЬ ДРУГИМ?

Памятка для тех, кому трудно...	205	==
Об управлении временем	209	
Сильная женщина. Какая она?	212	5
«Взрачивание» души	213	==
Подумайте: как бы вы себя вели, если бы...	215	
Чтобы давать, нужен ресурс	216	
Сохранять спокойствие ума	218	
Оставаться в осознанности, не заваливаться в крайности	221	
«Мне не хватает денег», или Не бойтесь хотеть!	222	

## РАЗДЕЛ 6. | ЕЩЕ РАЗ О ГЛАВНОМ. СЕМЬЯ, БЛАГОПОЛУЧИЕ, ДУША

Мой день	224
Почему я не пью	227
Было — стало	228
Все сами	229

## СОДЕРЖАНИЕ

	Сию и улыбаюсь...	231
	Счастья становится больше	232
	Все желают чуда в Новый год	235
	И при чем тут демоны?	238
	О смысле жизни и брака	243
	Очередное воскресенье	251
	Если бы «сегодня» было моим последним днем...	256
	Принимаем гостей	258
	Ты — каток по моему ложному эго...	261
	Жизнь вдвоем...	264
	Взлетаем...	267
==	Вот оно, счастье, вот...	269
6	<b>ПРИЛОЖЕНИЕ. ШАГИ В НАПРАВЛЕНИИ МЕЧТЫ</b>	<b>272</b>

==

## ПРЕДИСЛОВИЕ ОЛЕГА ТОРСУНОВА

Здравствуйте, 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 сдаётся. 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?

8

...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.

==  
9  
==

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.

10 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

==

11

==

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.

14 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 личного 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 Одессы», что родилась в поселке Одесской области, что