

A woman with long brown hair, wearing a white, long-sleeved dress, stands with her back to the viewer, looking towards a waterfall cascading over dark rocks. The scene is set in a lush forest with trees in vibrant autumn colors of orange, yellow, and red. In the background, a large, stone castle with multiple towers and spires is visible, partially obscured by the trees and a soft, golden light. The overall atmosphere is serene and ethereal.

Альга Стецко

Прелюбодействие с жизнью - не грех

Ольга Стецо

Прелюбодействие с жизнью - не грех

<https://litres.ru/74047183>

SelfPub; 2026

Аннотация

Не смотря на столь провокативное название, книга очень добрая. О безграничной любви к жизни, умению радоваться моментам, которые, с первого взгляда кажутся неоднозначными, неприятными, о способности дорожить жизнью и благодарить. Не только философско-психологические размышления. Автор дает много ценных советов, рабочих практик, вдохновляющих примеров. Книга заряжает на все 100 чтобы, читатель осознал и сказал себе: "Я очень люблю тебя, моя жизнь! Я делаю и буду делать все возможное чтобы быть счастливым каждый день, каждую минуту!"

Содержание

Глава 1	4
Конец ознакомительного фрагмента.	8

Ольга Стецо

Прелюбодействие с жизнью - не грех

Глава 1

Ох, заранее предвижу ярое несогласие, злопыхательство, раздраженные отзывы уже от одного названия книги, но может не стоит судить заранее. Не торопитесь, пожалуйста, с выводами. Дайте мне шанс аргументированно разъяснить свою личную позицию, жизненные приоритеты, а также реализовать свое авторское право профессиональное намерение дать 12 ценных мыслеформ, которые, по сути, являются рабочими схемами самопознания, инструментами само-терапии. И, как знать, возможно, сэкономлю вам энное количество тысяч кровно заработанных рублей, отложенных на психолога, коуча и иже с ними.

А можете ли вы прямо сейчас ответить себе на вопрос — На сколько процентов вы любите свою жизнь? Без притворства, 20, 30, 40, 50, 60, 70. 80, 90%? Если на все 100%, я с радостью пожимаю вашу руку, улыбаясь подобно чеширскому коту, ибо вы — счастливый человек. Вы — молодчик! Или умничка, если ваша рука как и моя принадлежит слабой

половине человечества. Те, кто ответили в пределах от 20 до 60, вангую что в эту же минуту в голове вы начали вспоминать, перебирать факты, обстоятельства в пользу недовольства, разочарования, обиды и даже злости на свою жизнь. И мгновенно получать сигналы от мозга примерно такого содержания — Да, за что любить! За долги? За болячки? За раны душевные? За то, что мечта юности не сбылась? За то, что кручусь как белка в колесе? и т.д. и т.п. Верно?

А теперь моя очередь ответить на вопрос, кто я и почему взяла на себя смелость размышлять на эту тему, почему взяла это дерзкое название книги и что ценного, важного из нее каждый из вас может почерпнуть. В обозначенном порядке и начну.

Представляю. Ольга Стеценко, мне 56, живу в красивом, богатом реками, лесами, традициями, солнечном и медовом крае — Башкирия. В профессиональном мире психолог, педагог, мотивирующий наставник для начинающих экспертов, спикер женских сообществ, копирайтер и автор книги «Тайна твоей лени под лупой цифровой психологии» (Литрес). В социальном мире уже 34 года как жена, мама двух взрослых, красивых, самостоятельных и успешных дочерей, бабуля шустрого, любознательного внучка, а еще заботливая дочь и сестра, надежная, умеющая хранить секреты, подруга, щедрая на гостинцы соседка... Неустанно познающая себя, людей вокруг и этот мир. Открывающая в себе новые грани, новые способности. Где-то сомневающаяся и

несмелая. По утверждению других, умеющая умиротворить, пояснить и прояснить, гармонизировать и исцелить присутствием, словом, мягкой поддержкой. Не люблю жаловаться. Боюсь мышей, крыс и прочих приближенных к этому виду особей. Безгранично обожаю собак всех пород и беспородных. Млею от белочек в парках. Люблю фотографировать, слушать шум морских волн и щебет птиц в лесу, пить кофе рано-поздну сидя на террасе, выращивать цветы, ягоды и овощи. Да, такая же как многие из вас. А еще, признаюсь открыто и нескромно, я — абсолютно счастливая женщина! И очень желаю, чтобы вы, дорогие мои читатели, перевернув последнюю страницу этой книги, искренне произнесли: «Я счастливый человек!» По усмотрению можно добавить: «Не смотря ни на что и вопреки всему. Сегодня, сейчас и всегда» или что-то свое утверждающее, усиливающее внутреннее состояние максимального, безусловного удовлетворения и удовольствия. Уверю, причины для счастья мы с вами отыщем и по пунктикам распишем, чтоб не забывать, время от времени возвращаться и вновь ловить этот внутренний вайб кайфования от себя и собственной жизни. Собственно к этому и поведу вас, от главы к главе, от строчки к строчке, вкладывая в каждую мыслеформу намерение подсветить вам, да что уж там, раскрыть глаза на великую, на мой взгляд формулу обретения счастья. Это желание и умение *ПРЕ ЛЮБО ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ* с жизнью. Сразу прошу прощения у тех, кому по религиозным соображениям претит этот термин, понимаю и

уважаю ваши чувства. Что ж, или отложите эту книгу куда подальше, как говорится с глаз долой из сердца вон или идите дальше вместе со мной из соображений любопытства, расширения своих взглядов, своей личной компетенции, словно ученый профессор на пороге нового лабораторного опыта. К чему приведет этот опыт, не знаю ни я, ни вы. Пишу книгу в режиме реального времени, без строго плана и даже без великой надежды что она вообще будет издана (*пока в режиме черновика*). Знаю точно, что смогу раскрыть, помогу увидеть новые смыслы неоднозначного, запретного «прелюбодействовать», задать новый тембр вашим жизнеутверждающим принципам, замотивировать на иное, светлое, вдохновляющее, созидающее и благодарное мироощущение. Готовы идти со мной дальше? Тогда до встречи в следующей главе, где мы погрузимся в этимологию этого слова — корни происхождения, истины смысла. Не литературные и не теологические изыскания, будем говорить на понятном человеческом языке. Это как дышать. Мы же не задумываемся каждую секунду о включенных в процесс органах и этапах вдоха-выдоха. Просто дышим. Потому давайте просто читать. Захочется рассуждать, задавать вопросы, наблюдать и чувствовать, сомневаться и утверждать, что-то вспоминать, грустить и радоваться, начинать и менять, да пожалуйста. И пусть ваше погружение будет живым как вдох и выдох, интересным, полным важных открытий и осознаний. От души желаю.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.