

Амина7 Семь

**Сердце, которое  
не умело  
обижаться**

Амина7 Семь

**Сердце, которое не  
умело обижаться**

«Автор»

2026

## **Семь А.**

Сердце, которое не умело обижаться / А. Семь — «Автор», 2026

Эта книга — искреннее послание и протянутая рука помощи для каждой женщины, которая сейчас проходит через темные дни, терпит несправедливость и прячет свои слезы. Как исцелить израненное сердце, если ты не умеешь копить обиды, а окружающие лишь сильнее топчут твою душу? Личная история автора о том, как найти внутреннюю опору, защитить свои границы и обрести истинную независимость и покой через искреннее обращение к Богу. Поверь, твоя боль не вечна, и над твоей головой снова взойдет солнце.

© Семь А., 2026

© Автор, 2026

# Содержание

Глава	5
Конец ознакомительного фрагмента.	7

# Сердце, которое не умело обижаться

## Глава

### ВСЕ, КТО НЕ УМЕЕТ ОБИЖАТЬСЯ

*(Книга-наставление для мягких сердец о том, как найти Аллаха внутри себя)*

#### Аннотация

Эта книга — крик души и одновременно протянутая рука помощи для каждого, кто страдает от тревоги, переживаний и чужой жестокости. Автор на собственном горьком опыте 12 лет тяжелого брака, измен и обесценивания показывает разницу между слепым земным терпением и истинной верой. Это честная история о том, как перестать прощать ради людей, начать прощать только ради Аллаха и открыть Его свет внутри своего собственного сердца.

#### Глава 1. Разница между разумом и сердцем

В пятнадцать лет я была совсем ребенком. Девочкой, которая шагнула во взрослую жизнь, связав себя узами брака. Тогда мир казался огромным, непонятным и пугающим. Сейчас, оглядываясь назад из своих двадцати восьми лет, я почти не помню, как пролетело это время. Тринадцать лет пронесли словно в тумане.

Сегодня та девочка из прошлого и я нынешняя — это два совершенно разных человека. Моя внутренняя вселенная, мои мысли и моё восприятие мира изменились до неузнаваемости. И эта книга рождается как манифест, как помощь для тех, кто прямо сейчас потерялся в собственной тревоге, страхах и душевных переживаниях.

Я пишу её для людей с мягкими, открытыми сердцами. В этом жестком мире таким людям жить невероятно тяжело.

Если у тебя мягкое сердце, люди будут ранить тебя чаще других. Тебя будут обижать, использовать твою доброту, не задумываясь о том, какую боль причиняют. Все эти годы меня постоянно обижали. Но удивительно: моё сердце было устроено так, что оно совершенно не умело копить злость. Я физически не могла ходить в ссоре или носить в себе обиду дольше трех дней. Это жгло меня изнутри.

Поэтому я всегда подходила первой. Неважно, была ли в чем-то моя вина, или меня несправедливо обвинили — я переступала через гордость и шла мириться. Окружающие могли принимать это за слабость. Но на самом деле в этой мягкости скрывалась огромная тайна. Именно через такую уязвимость человеческое сердце способно открыться по-настоящему.

Люди с жесткими сердцами закрыты от мира и от Бога. Но те, кого ранят, чья душа кровоточит от несправедливости, способны прийти к самому главному знанию. Я хочу, чтобы через свои испытания вы научились не просто знать Аллаха умом, по правилам и книгам. Знать Аллаха головой и чувствовать Его сердцем, искренне ощущая Иман (веру) внутри себя — это две разные вещи. И эта книга о том, как обрести этот внутренний свет, когда весь мир вокруг кажется слишком жестоким.

#### Глава 2. Ловушка земного прощения

Двенадцать лет. Целых двенадцать лет моей жизни прошли в месте, которое должно было быть крепостью, но стало моей личной тюрьмой. Мой муж изменял мне. Он предавал меня снова и снова, стирая мою личность в порошок. Дошло до того, что меня просто перестали считать за человека. Мои чувства, моя боль, мое присутствие в доме — всё это обесценилось.

И даже тогда, находясь на самом дне этого унижения, я продолжала подходить первой. Виновата я была или нет, я шла мириться. Моё мягкое сердце искало мира, но мир отвечал мне новой жестокостью.

И только пройдя через этот ад, я поняла самую главную, самую важную истину, ради которой я и пишу эту книгу. Я хочу обратиться ко всем женщинам, которые сейчас находятся в такой же темноте:

**Если вы прощаете изменника и обидчика НЕ ради Аллаха — это никогда не закончится хорошо.**

Когда мы прощаем человека ради самого человека, ради сохранения брака, ради детей или из-за страха остаться одной, мы совершаем духовную ошибку. Мы ждем, что человек оценит нашу жертву. Мы ждем, что он изменится, раскается и наконец-то полюбит нас. Но люди этого не ценят. Они видят в таком прощении лишь слабость и начинают унижать еще сильнее. Земное прощение без Бога внутри — это тупик, который разрушит вас до основания.

## **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.