



كورونا الآن ودائماً...

كانت هذه الفترة مناسبة للتوقف عن التزاماتنا اليومية المتراكمة والهدوء للصلاة الشخصية أو الجماعية عبر الشاشات واليوتيوب. شعرنا أننا باتحاد مع المرضى الكثر اليائسين والمحبطين بسبب الوحدة. يموتون بمفردهم وكأن الجميع تخلى عنهم؛ غير أن في الواقع والحقيقة الكل كان الى جانبهم، قريباً بصلاته ومحبهته.

نعم لقد أخافنا وأخاف غيرنا هذا الفيروس الكريه. صدمنا في بعض المرات عندما كنا نقترّب لمحادثة أحد، كان بحركة تلقائية يتراجع الى الوراء للإبتعاد عنا. " إلى هذا الحدّ نحمل العدوى " ؟

أما فيما يخصّ المدارس كان عليها أن تتأقلم مع الظرف في هذه الجائحة. تبنت التعلم عن بعد. تطورت هذه العملية، أتقنت وثبتت. أمن الممكن أن نكون قد أدركنا ظهرنا للتعلم التقليدي؟ هل سنرى يوماً يعود فيه التلاميذ الى مقاعدهم الدراسية؟

" لا لتجاوز العناية الربانية " لتركز نظرتنا وانتباهنا على الحاضر حيث ينتظرنا الله!

وبالأخص علينا ألا نسمح لكوفيد 19 وللأزمات على أنواعها أن تسرق منا الرجاء!



قبلاً، عرفناك بالسمع، والآن نستطيع أن نشهد لما عشناه وأثر فينا ومن حولنا من جزائك. لقد زرت أغلبية جماعاتنا في لبنان وسوريا. والكل تساءل من أين أتيت؟ والى أين أنت ذاهب؟ ولكن مَنْ يدري؟

زاد عدد الضحايا في الآونة الأخيرة، بالرغم من الحجر الإلزامي. لربما كانت هذه الزيادة بسبب اللقاءات التي قامت بها العائلات والأصدقاء في رأس السنة!

أما في ما يخصنا، نقول أن أغلبية الراهبات قد تعافين ولكن بأيّ ثمن ! التعب والوحدة والحُمى والأوجاع ومشاكل الجهاز الهضمي والتنفسي والقلق الدائم والتخوف من نقل العدوى الى الآخرين ومنهم إلينا، هذه العدوى التي لا نتمناها لأحد. هذا ما يدفعه كثر من مرضى الكورونا اللعين!

في هذه الظروف، قدّرنا وعرفنا أهمية التكنولوجيا الحديثة لما لها من منافع في أزمات كهذه. الواتساب، اليوتيوب وشاشات التلفزة: Noursat, KTO, you tube وغيرها من وسائل التواصل الإجتماعي. يا له من إختراع مفيد ! فمن روما وكافة مناطق الإقليم، من جارتنا القابعة في الغرفة المجاورة، من العائلة والأصدقاء أو من جماعتنا في كافة الإقليم، كان الواتساب هو وسيلة التواصل والسؤال وكسر الوحدة عندما كانت الشبكة متاحة. لقد تذوقنا فرح وقوة الأخوة... ثيابنا مغسولة ومكوية... طعامنا جاهز أمام غرفة كل واحدة منا.



إصابتهما : كيف أصيبتنا ؟ أين ومتى ؟ كيف سنسعى معاً للوصول الى الشفاء ؟ كيف سنحمي أنفسنا وباقي الراهبات ؟ فكان علينا التفكير في كيفية مواجهة هذه الحالة الجديدة!

عشنا الحجر معهما فقد كانتا تسهران على حمايتنا في البقاء في غرفتهما، ونحن نعتني بهما ونلبي احتياجاتهما ونصغي إليهما. في هذا الإطار، أكمل قصتنا وأبّر عن خبرتي الشخصية : بالنسبة لي، أن تكون حياتي في خدمة الآخرين لم تكن رسالة جديدة بالنسبة إلي. إنما الجديد يكمن في : أن أعالج المرضى ! نعم لعدة أيام تحولت الى ممرضة. وهكذا كل يوم صباحاً بدل التوجه الى الكنيسة كانت خطواتي تتجه الى غرف أختي المصابتين وكذلك الأمر أثناء الليل كنت أتوجه اليهما للتأكد من حرارتهما ومستوى الأوكسجين ولون الوجه وحالتهم الصحية.

بالنسبة لي، تحولت غرفتا الراهبتين المصابتين الى " مكان للعبادة " بما أنهما، كما قال مار بولس الرسول الهيكل المقدس للرب، هيكل حي للرب، هش وضعيف، ولكنه يحمل كنزاً حقيقياً.

أن أعيش دور الممرضة لعدة ايام جعلني أفهم القيمة الحقيقية لعمل الممرضين والممرضات الذين يعيشون يومياً هذا الأمر. فأصبحت صلاتي تضرعاً وتشفعاً لخدام الحياة الذين اختاروا أن يكونوا السامري الصالح؛ يعالجون جروح القريب بكل شغف وحب. ليعطهم الرب شجاعة ورجاء.

لنكن قريبين مع المحافظة على التباعد

بينما كنا نحاول معاً أن نكون منتهيين الى احتياجات أعضاء الجماعة التربوية المصابين بالكورونا، كانوا هم أيضاً، أثناء إصابة أختينا، قد أظهروا تضامناً قوياً وأخوياً : راهباتنا من مختلف الأديرة، زملاء، أصدقاء، جيران والرعاية الصحية في المدرسة، جميعهم أرسلوا الرسائل النصية يؤكدون صلواتهم اليومية التي أعطتنا تعزية وقوة. واعترف بأنه لولا هذه الوسائل التواصلية لكنت شعرت حقاً بانني وحيدة ومضطربة.

عندما يفتح فصل جديد في تاريخ البشرية فإن مسيرتنا وتاريخنا الشخصي يكمله ويغنيه ليبقى راسخاً في ذاكرة الزمن.

فتاريخنا اليوم هو تاريخ اضطرابات غير مسبوقه يسببها فيروس وبائي مخيف، لا يتردد أبداً في تحجيمنا وتخويفنا!

تمر الأيام ونكتشف أكثر فأكثر كم نحن ضعفاء وهشين كإناء من خزف.

"نحن" أي كل الآخرين والأصدقاء والزملاء والأقرباء والأهل وها نحن نتوقع بدورنا يوماً، تأتينا فيه نتيجة اختبار الفيروس وتكون إيجابية. أصبحت كلمة السر واحدة : تدابير صحية مشددة كي لا نصاب بالعدوى ونعدي الآخرين. لقد إتخذنا شعاراً في جماعتنا المدرسية : "حياتنا ثمينة، نعتني بها ولنحمي الآخرين".

بعد يومين من عيد الميلاد، كانت زيارة هذا الفيروس الشائن للأخت منى قرباني والأخت ماري قزي. لقد انتصرتا عليه وأصبحتا سالمتين بفضل نعمة الله وهما تستعيدان قواهما شيئاً فشيئاً. وكم كان هذا الوقت ثميناً إذ قُدم لنا فرصة العيش في الجماعة، ومعرفة جماعية أيضاً ضد هذا المرض. سمح لنا بوقت مثمر يستحق أن يُقرأ وتُعاد قراءته على ضوء أعمال الحب الثلاثة هذه:

(1) رعاية الحياة

(2) الإقتراب من الآخر

(3) الإحتفاظ بروح الدعابة.

رعاية الحياة

إن إصابة أختينا حثتنا في الجماعة على البحث عن طريقة



التي وفي هذه الأيام بالذات تقبلت عبور أمها الى السماء بصفاء
وهدوء كبيرين.

بالنسبة إليّ هذا الوقت كان وقت الطوبى الذي فيه أتى الرب وسار
على عاصفة خوفنا وشكنا. جاء يطمئننا ويمد يده لنا حتى تمتد
يدي وأيادي أخواتي الراهبات إليه... فقد وضع على لساني
الكلمة التي تعزي وتقوي.

أما الحياة الجماعية فقد اتخذت وجهاً جديداً لأن كل أخت كانت
في غرفتها، فشعرت بأن جناحيّ قد قصتنا. لا أستطيع أن أقترّب
منهما، أنا التي لم أخف يوماً أن أصاب بالكورونا فكنت أتمنى
ليكون لي الامتياز أن أكون بالقرب من سريرهما، أصغي إليهما
وأجيب على تساؤلاتهما وأطمئنهما. فكنت ألاحظ التحسن
وعلامات الشفاء وإن بدت صغيرة جداً. فإن الاهتمام بصحتهما
أصبح من أولوياتي فقد كانتا قريبتين مني لأنهما سكنتا صلاتي
وقلبي.

فالليتورجيا المتلفزة برحمت حياتنا: نشارك معاً في القداس، المسبحة
وصلاة المساء على شاشة KTO لكن ضمن المسافة المعتمدة،
لنرفع معاً الى الله نشيد التسبيح لهبة الحياة وصلاة الشفاعة والتضرع
من أجل البشرية المتألمة. غالباً ما كانت صلاتنا صمت وإصغاء الى
الكلمة التي تهديء العاصفة :

"لا تخف فأنا معك!"

الحفاظ على روح الدعابة

ألا يقال "إضحك لتنال الشفاء."

كنت أحاول بروح الدعابة أن أحجم الأزمة التي نعيشها وأن
أخفف من وطأة يومياتنا. أبحث عن "النوادر والنكات" لتغيير الجو
وأفكار المرضى ولرسم ابتسامة على وجهي راهبتي الشاحبتين.

بهذه المناسبة غير المحببة، كانت خطواتي الأولى في تحضير الطعام
تتوسط وتتقدم. فكم من مرة حاولت أن أغطي فشل خبرتي القليلة
بتزيين الأطباق عندما تكون محروقة قليلاً أو غير ناضجة جيداً!

كانت كل راهبة تأكل في زاويتها الخاصة، نفتح الخلويّ video
call لنستطيع أن نتحدث أو نتشارك الضحكات أو النكات التي
ترسم على وجهنا ابتسامة صغيرة.

فلنعترف بأن الخبرة التي عشناها كانت صعبة جداً لأننا كنا نتقدم
نحو المجهول والى ما لا يمكن التنبؤ به، ولكن في الوقت نفسه،
كنت أثق بقوة أنه في قلب الحجر، أعطانا الله موعداً وكان
حاضراً. ألم نتعرف على الرب الحي في إيمان ورجاء أختنا ماري قري





لأشجع المصابات وأقوي إرادتهن وأحثهن على الصمود ومقاومة الفيروس. طبعاً، كنت أرسل تقريرتي اليومي للسيدة كلير حول صحة المرضى، فكانت تُطمئني. في جو المرض المقلق وقد قطع علينا هذا الفيروس مسيرتنا نحو " ميلاد يسوع المسيح " واجبرنا على عدم اللقاء حول الذبيحة الإلهية و لا في صلاة الفرض الرهباني، كان علينا ألا ننسى حضور الرب المتجسد ولا ندع إهتماماتنا اليومية والمرضية تحول بيننا وبين الدخول في هذا السر الذي يجمعنا مع المسيح ويجعله حاضراً في بشرتنا الهشة والمتألماً!

وصل هذا الفيروس دخيلاً على جماعة يعيش أفرادها الواحد للآخر وبشراكة تامة. أتى متوجاً بالمحبة، بمحبة الأفراد وتفانيهم في خدمة بعضهم البعض، ثم إنسحب كما أتى. بنعمة الرب، تخلصنا منه الواحدة تلو الأخرى واستطعنا أن ننشد معاً: المجد لله في العلى وعلى الأرض فرح السماء. نعم خرجنا من محنتنا بفضل صلاة راهباتنا المسنات و بتواصل باقي الأخوات والسؤال عن صحتنا. وبفضل المبتدئات

وطالبات التلمذة اللواتي خدمن بكل محبة وإخلاص وتأمين كل المستلزمات اليومية. نطلب من الرب أن يبارك جميعهن ويبعد عنهن فيروس كورونا. فإن إنتباهكن ومحبتهن كانت هي الدواء الأنجح!

تحول بموجها فيروس كورونا الى فيروس رغبة... فيروس محبة وخدمة!



في 23 كانون الأول (ديسمبر) كانت فرحتنا كبيرة في دير الإبتداء، لأننا سنستقبل (Les Postulantes et les Aspirantes) لنقضي فترة الأعياد معاً. نمضي اسبوعين من الصلاة والتكوين والراحة والمرح، نبنى فيها العلاقة الأخوية والتعايش المشترك. لسوء الحظ، في 25 كانون الأول، يوم عيد الميلاد، زارنا فيروس كورونا. إذاً، كانت المجموعة كبيرة، وأول العوارض ظهرت على المبتدئات وعلى بعض من الزائرات. سريعاً، علينا أن نُجري فحص كورونا PCR كنت أنا أيضاً ضمن المجموعة. اتت النتيجة إيجابية. ما العمل؟ وكيف

سنتدبر أمرنا؟ مَنْ الذي سيحجر المصابات أما الأصحاء؟ أسئلة كثيرة سكنت قلبي وعقلي وأقلقتني بعض الشيء. نصحوني بأن أتواصل مع السيدة كلير، ممرضة مخضمة وعضو في لجنة متابعة كورونا في وزارة الصحة. تجاوبت معنا بكل ترحاب، وأعطينا التعليمات الطبية الضرورية والتي تبعناها بكل دقة وأمانة. أكيد حُجرت كل واحدة في غرفتها وبدأت النظافة المفرطة، التعقيم، البنادول والفيتامينات الخ.

كان ممنوعاً علينا تجاوز عتبة بيت راهباتنا المسنات خوفاً من أن نقل إليهن العدوى.

قامت الأخريات برعاية المصابات. كانت تحمل الطعام أمام كل غرفة وتهتم بغسيل الثياب والتعقيم وتهوئة الأماكن الخ.... كانت رائحة ماء الجافيل والديتول تملأ البيت.

أما أنا، فتحاملت على نفسي ونسيت أوجاعي وقمت بزيارة المرضى مرتين في اليوم لقياس الأوكسجين في الدم والحرارة. والأهم



Sr Marie Christine

يا كورونا لن تستطيعي أن تهزميني

Beyrouth

أتابع، في بعض الأحيان، KTO للقداس وللصلوات المختلفة.

إن إعتناء أخواتي الراهبات واهتمامهن بما يقدمنه من طعام وأدوية وغيره من الخدمات يملأ يومي الطويل، فسارت حياتي في الحجر على هذا الإيقاع اليومي المتكرر حتى أضعت معرفة الوقت والأيام.

في الأسبوع الثاني شعرت بتحسّن. إستطعت أن أصلي... وأفكر... فطبعاً كانت صلاتي وتضرعي على نية الأشخاص المحجورين والمصابين في المستشفيات والوحيدين. فأختبرت كم هو قاس الألم وأنت وحيد!

أما أصعب ليلة مرت علي، هي تلك التي أغمي عليّ فيها ووقعت في الحمام وخصرت بين المغسلة والباب. يا الله، لمن أنادي في الليل؟ كيف لي أن أعرض أخواتي الراهبات للعدوى؟ أبدأً لن أفعل هذا. علي أن أتدبر أمري وأخرج من هذا المأزق بالرغم من " بنيتي " الكبيرة. بدأت التحرك يميناً

بالحقيقة أنا لست ناسكة
أو راهبة حبيس...



وشمالاً لأخرج بسلام من ورطتي. تحاربت أكثر من نصف ساعة لتحرير جسدي بكامله وارتميت على سريري منهكة أسبح في تعريقي. سأموت وحيدة، وحيدة، لا أحد الى جانبي ليسقيني كوب ماء. يا له من شعور مخيف وامتحان صعب!

ثمانية عشر يوم قضيتها بين جدران غرفتي. بدأت أحسن شيئاً فشيئاً، وذلك بفضل الطبيب الذي يتابع حالتي وصلوات أخواتي الراهبات والأصدقاء.

أخيراً، رحبت المعركة ضد كوفيد 19 وما يبرهن على ذلك التقرير الطبي الذي أتت نتيجته سلبية!

شكراً لك يارب لأنك أعطيتني بضعة أيام بعد لأعيشها وأتخضر للقاء بك.

بالحقيقة أنا لست ناسكة أو راهبة حبيس...

يا كورونا لن تستطيعي أن تهزميني. ها أنا إنخذت جميع الإجراءات الصحية والتعليمات المطلوبة كي أهنمك! كنت أقول بنفسي: لا، لن أسمح لكورونا " صنع الصين " أن يتغلب علي ولن أفتح له بابي. ولكن، ها هو يدخل عندي لا أعرف كيف ومتى ولا أين!

31 كانون الثاني (ديسمبر) كان اليوم المشؤوم ونقطة الصفر. فرقت أن أعيد رأس السنة مع أختي التي أصبحت وحيدة بعد وفاة والدي.

شعرت بتعب وارتفعت حرارتي. قلت بنفسي، هذا رشح عادي، إنفلونزا. بالحقيقة كان شيئاً آخر... لقد زارني كورونا اللثيمة. رجعت سريعاً الى جماعتي ومُحجرت في غرفتي، أنتظر نتيجة فحص PCR. لسوء الحظ أتت النتيجة إيجابية. كنت قد قرأت على الفيس بوك أن عديداً من الأشخاص رحلوا من الدنيا الفانية الى دنيا الحق. قلت بنفسي: قربت نهايتك يا كريستين... الحظ قليل جداً أن تخصي من هذا الوباء المكيد.

هذا يبدو صحيحاً لأن الأيام الأولى كانت صعبة جداً. لم أقدر على فعل أي شيئاً. كنت منهكة لدرجة أنني لم أستطع أن أصلي ولا أن أفكر ولا أن أقرأ شيئاً. كان ممنوعاً علي أن أخرج من غرفتي، خوفاً على أخواتي الراهبات بالجماعة. أخرج الى الشرفة لأنشق الهواء وأمتع نظري بخضرة حديقة الدير وأستمع الى زقزقة العاصفير؛ فأجد الخالق معها ومع جميع المخلوقات. هذا ما كنت افعله في هذه الأيام الحرجة!

ما عزاني وفرّج عني هي إتصالات أخواتي الراهبات والأصدقاء والأهل. لقد أعطتني شجاعة وقوة لكي أتحمّل الليالي التي بها هجر النوم عيني والأيام الطويلة التي لم تكن تنتهي.

الحمد لله على وجود وسائل التواصل الإجتماعية إذ سمحت لي أن



وحساسيتها المفرطة أمام مَنْ يقدم لها خدمة مهما كانت صغيرة. فما كان على فمها إلا الشكر والإمتنان لكل شخص كان حاضراً الى جانبها: شكراً... ممنونة... ساحموني... من فضلك... سبحتها في يدها، كانت تقضي النهار بالصلاة والدعاء لهذا الطاقم الخدم الذي حولها.

لقد أعطت لكل مَنْ قام بخدمتها مسلماً كان أو مسيحياً، صفة تظهر ميزة يتحلى بها. لقد أحببت تفان حسن وحضور إيلي واستعداد مكرم وحيوية فاطمة وفكاهة ديالا وصبر وخفة ميرفت وحنان وخبرة بشرى وحنان عيبر.

مع الأيام، اخذ الحديث بين الطبيب المعالج بيار حنا والأخت نهي بعداً آخر لا صلة له بالمرض والدواء. إنجّمت المسيرة الطبيّة نحو الفلسفة الى أن قال لها الطبيب يوماً: " يا أخت نهي، لن تخرجي من المستشفى قبل ان تعطينا محاضرة، ولو لخمس دقائق حول الموضوع الذي تختارينه أنت ". أتى الجواب سريعاً واختارت القديس أغوستينوس.



سيطرت الأخت نهي على وجعها وتعبها وبصوت متقطع قالت له وهو واقف الى جانب سريرها وكأن لا مرضى آخرين لديه : " قضى اغوستينوس حياته كلها بالتفتيش عن الله، وباللله وحده وجد سلامه الداخلي ".

شكراً أخت نهي هذا يكفي ليوم.

حاولت الأخت نهي محاربة الفيروس بكل عزيمة لتعود الى دبرها الى الكفور. غادرت بعد ثلاث أسابيع. ولم تترك المستشفى قبل أن تشكر أفراد الطاقم الطبي وتؤكد لهم أنها تحمل جميعهم في صلاتها. أشكر الرب الذي سمح لي بأن أعيش هذا " الخروج " لأطلع على واقع مختلف عن الواقع المدرسي، ولألتقي باناس أضعفهم المرض. ولأشهد على هذه المقاومة الجماعية!

أنتخيل يوماً بأن زمن الأزمة هو زمن الروح !
مَنْ يستطيع إقناعنا بأن ظلمة هذا الزمن تخيي لنا نعمة؟



كيف نتكلم عن الرجاء في عالم هزّه فيروس مفسد وضار؟
مَنْ يقنعنا بأن هذه المحنة أعطيت لنا لمراجعة حساباتنا ولنخطو خطوة الى الأمام؟
ما هو الجديد الذي يحمله لنا فيروس كورونا، هو الذي يحدد الملايين؟

كيف نستفيد من هذه الأوقات الصعبة وكيف نجعلها خصبة؟
كيف لنا أن نرى بداية جديدة في هذه الأزمة وكثير من الناس يتألمون ويموتون؟

كلمات البابا فرنسيس تبقى حبراً على ورق إذا لم نختبرها.

أنا أيضاً أخذت نصيبي من كورونا. وبعدما شُفيت، إهتممت بالأخت نهي التي مرضت هي أيضاً.

التقيت بالأخت نهي في الطابق الثاني المخصص لمرضى الكورونا. وكان فيه 30 مريضاً، يحاربون جميعهم ليتغلبوا على هذا الفيروس اللعين، عدو البشرية جمعاء.

في هذا القسم الذي نفوح منه رائحة الخوف من الموت، بدت الحياة أقوى بلفتاتها الإنسانية. وذلك بالصدقة والفرح والحنو والانتباه الذي أظهره الجيش الأبيض، من أطباء وممرضات وممرضين ومتدربين، تراهم الى جانب مرضاهم يقدمون لهم الخدمات، يواسونهم، يلاطفونهم، يعالجونهم وينبهون كل مَنْ لا يتقيد بالوقاية الصحية المطلوبة حفاظاً على صحة الجميع.

لم تؤثر قلق الأجهزة والأدوات الطبية اللازمة على هذا الجيش ولم يسلموا سلاحهم؛ بل بالعكس، كانوا على أتم الإستعداد لتلبية طلبات المرضى مما خلق صداقات ولقاءات بين الطاقم الطبي والمرضى.

كلنا نعرف الأخت نهي بطبعها الذي لا يجب إزعاج الآخرين.



بأعجوبة في مناسبات ومحن سابقة... ومن خلال هذه اللقاءات الداخلية : من القلب الى القلب مع الرب، تشجعت وعاودت الكفاح من أجل الحياة !...

" إذا كان الرب قد حفظني في كل هذه المواقف الصعبة، فكيف لا يستطيع أن يفعل ذلك الآن ؟ " فإله الذي حفظني وحماني أعطاني قوة للقتال من أجل الحياة... فاستبدلت برنامج عملي المدرسي والتعليمي بالمعركة الجديدة الخاصة بي : " إن فعل المشي البسيط والتنفس بشكل أفضل كنت أشعر به كفعل انتصار... والقدرة على الجلوس لمدة نصف ساعة على الأريكة كان مصدراً جديداً للسعادة.

أصبحت انتصاراتي أكثر تواضعاً ! أن أقوم ببعض الخطوات والوقوف لبضع دقائق كان إنجازاً يشعرني بالفرح والنصر.

وكل يوم كانت أولوياتي تتأقلم مع انتصاراتي الجديدة...

إن الرب ذاته الذي أفرغ جدولي سيمأله بمشاريع جديدة ومن المؤكد أفضل وأكثر كفاءة وفعالية.

وأصبحت صلاتي دائمة ومكثفة لكل العاملين في الحقل الصحي الذين أنهكوا وتعبوا ولكنهم جاهدوا كثيراً ليكونوا حاضرين هنا بالقرب من مرضاهم لتهدئتهم ولتخفيف أوجاعهم.

ولا يسعني إلا أن أتحدث عن الحضور الأخوي من القريبيين والبعيدين الذين لم يتوقفوا عن الاتصال هاتفياً ويومياً.

تحيا الأخوة ! تحيا المحبة العالمية ! من خلالها انتصرنا على الكوفيد 19.

خلال الأسبوعين الأخيرين من عيد الميلاد كان التلاميذ يحضرون إلى المدرسة للقيام بالإمتحانات الكتابية مقسومين إلى مجموعات أو اقسام وكنت أنتقل بينهم من

دون خوف أو تردد... وفي نهاية يوم الإثنين 21 كانون الأول وعند وجبة العشاء لاحظت بأن لا رغبة لي بالطعام كما أنني بدأت أشعر بارتفاع في الحرارة فانعزلت في غرفتي خوفاً من الإصابة بالكوفيد وإعطاء العدوى لأخواتي الراهبات.

وفي اليوم التالي، ارتفعت الحرارة الى 39 درجة مع تسرع في نبضات القلب وألم شديد في العضلات وكل أنحاء الجسم ثم توالى العوارض الأخرى: فقدان حاسة الشم وقحة جافة، دموع في العيون وألم في كل الجسم...

بعد ستة أيام من الحمى والقشعريرة بدأت أشعر بأن معدل ضربات القلب يرتفع ونسبة الأكسجين تتدنى يومياً. فحاولت من خلال تمارين للتنفس أن أحسن من معدل الأكسجين ولكن

كان ذلك صعباً لأن الإلتهاب الرئوي كان قد وصل الى نسبة 50%... وبعد محاولات عديدة، وجدنا سريراً شاغراً لاستقبالي في المستشفى وذلك بسبب كثرة الحالات...

فكنت في المستشفى لمدة ثمانية أيام : أيام من العزلة لا أرى فيها إلا للحظات الممرضات والطبيب... ثم أعود وحيدة... وبينما كنت أراجع ذكرياتي ومسيرتي، فإذا بي أمس وعوداً، أعادت إليّ الشجاعة لأتباع مواجهة الكوفيد... ولمست كيف أن الرب حفظ حياتي





كوفيد... أقلقنتي طويلاً!

Baabda

Sr Zmorrod



دقيقة للأوكسيجين في الدم.

أظهرت هذه الجائحة هشاشتي وضعفي. هذا الإنسان الذي حُلق
كرماً وعظيماً على صورة الله، تراه كزهر الحقل وعشبهه، يزهر في
الصباح أما في المساء يذبل ويموت!
في فترة الحجر حملت بصلاحي المرضى الوحيدين والذين يموتون
بشعور الحجر البشع بعيدين عن كل مساندة إنسانية. ماذا أقول
عن ألم الأهل الذين يشاهدون أحباءهم وأقارب يغادرون هذه
الحياة، بدون أن يكونوا إلى جانبهم لمواساتهم وإظهار حبههم لهم!

إرحمنا يارب نحن الخطاة. وليبر

روحك القدوس قلوبنا وبيغبرنا من

الداخل، لنكون مستعدين لسماع

نداءاتك.



كوفيد... كوفيد... أقلقنتي طويلاً!

نظراً للحساسية التنفسية التي أعاني منها، عملت جاهدة على
تحصيني ضدك. ولكن، وقع المحذور! ما العمل عندما يكون
أقرب الناس إليهم هم المصابون، جماعتي! فإن كل الإحتياطات
الوقائية التي إتخذتها ضدك: كمامة... نظافة... تباعد... تطهير،
كلها باءت بالفشل.

شكراً لك لأنك وصلت متأخراً. وكنت أفضل ألا أرى وجهك
عندي أبداً. تأخيرك سمح لي بأن أعنتي بأخواتي المصابات، وإلى
إحتياجتهن. وفي يوم لم يكن متوقفاً، وصلت إلي أيها الفيروس
اللعين.

تقيأت وارتفعت حرارتي مما أقلق الجماعة " الجارة " فنصحت
بنقلي إلى المستشفى. أجريت لي الصور الشعاعية والتحليل على
أنواعها، والحمد لله لا شيء يقلق.

عدت إلى جماعتي وأنا مسرورة لأنني لا أريد البقاء في المستشفى.
التزمت بالعلاج الذي وصفه الطبيب، مضاض حيوي ومراقبة



صمت ضعفي في هذا الحجر. وقد إستفدت من هذا الوقت لأصلي وأتأمل وأقرأ وبفضل نعمة الله، توقف سبالي اليومي في خدمة الرسالة، لأختلي في عمق نفسي للتأمل والقراءة. كنت أصلي الفرض خلال ساعات اليوم بالاتحاد مع الراهبات المحصنات في القدس...

اختبرت في وحدتي، الإنتماء الى الجسم الرهباني وشكرت الرب على عائلتي الرهبانية. أخواتي الراهبات اللواتي من قريب وبعيد رافقوني بانتباه ورعاية أثناء الحجر حتى لحظة الشفاء من خلال رسائلهم واتصالاتهم واطمئنائهم على شفائي الكامل. قلبي مليء بالشكر لكل واحدة منهن.

كل واحدة منا كانت في قلق على أختها الأكثر إصابة والأكثر تعباً وألماً، تحاول دعمها باقصى جهدها. وكما يقول لنا قانون الرهبنة ساد بيننا: " مناخ من الثقة، والتعاون الصريح والارتباط المتبادل. شكراً لكنّ أخواتي لصلواتكنّ واتصالاتكن اليومية.

شكراً لكل بادرة أخوية. شكراً لقربكن بالرغم من المسافات. لقد أظهرتن وشهدتن لغنى وجمال الحياة الأخويّة.



لغاية 31 كانون الأول، كنا نعرف الكوفيد من خلال ما نسمعه أو نراه ولم يؤثر في الواقع على حياتنا اليومية. ولكن تغيراً حقيقياً عشناه ليلة عيد رأس السنة عندما استلمت الجماعة نتيجة اختبار PCR أربع راهبات مصابات بالفيروس وانا منهن والخامسة لم تتأخر كثيراً للانضمام الى المجموعة وكانت نتيجتها " إيجابية "...

كيف ننظم حياتنا لنعيش هذا الحجر الذي فرض علينا؟ كيف نحافظ على التباعد بيننا لنحترم البروتوكول الصحي ؟

في غرفتي، مكان حجري، كنت متحدة بقوة مع كل المرضى وخاصة الذين يعيشون الآلام والعزلة. كنت أفكر بكل الجسم الطبي: الأطباء والمرضى والمساعدين والعمال... فكانت صلاتي العفوية تشملهم وتشمل كل المرضى الذين في المستشفيات، يعيشون الوحدة بعيدين عن عائلاتهم وأصدقائهم، متألين وموجوعين، ينتقلون الى الحياة الأبدية تحت نظرة الأطباء والمرضى العاجزة.

هذه الصحراء التي فُرِضت عليّ جعلتني أتأمل بوجه يسوع الذي ينحني على ضعف الإنسان... يسوع الذي بكى على قبر لعازر صديقه، نعم إن الله قريب منا ويعمل من خلال بشريتنا.

أنا شخصياً، لم أعاني من أعراض قاسية إنما اختبرت وتقبلت في



Sr Hélène

كل ما يُصينا نعمة منك يا الله!

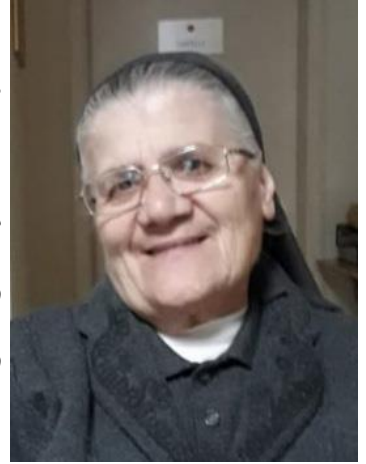
Kefraya

تابعت إرشادات الطبيب كلها وهذا ما ساعدني كثيراً لأتجاوز مرحلة الحجر والوحدة. زد على ذلك التواصل مع الأهل والأصدقاء وطبعاً أخواتي الراهبات جميعاً. كنا نتشارك، عبر وسائل التواصل، خبرات الحجر مع الذين زارهم هذا الفيروس غير المرحب به. كل هذه الالتفاتات الأخوية ساعدتني هي أيضاً على اجتياز هذه المرحلة الصعبة بصبر وثبات.

أشكر أخواتي في الجماعة على خدمتهن لي بكل محبة أخوية. كما أشكرهن على تشجيعهن لي وصلاتهن. إني مدينة لهن بالكثير!

تم شفائي تدريجياً وهذا بفضل الله ونعمته. وإن القلق الداخلي وعدم الرضى هما علامة من الرب لنفهم ونكتشف باننا لا نستطيع شيئاً من دونه. أدركت بأن لهذه الجائحة إيجابياتها. الحجر زمن نعمة يرجعنا الى ما هو جوهري، يكشف لنا عدم منفعة المظاهر ويساعدنا على اكتشاف الحقيقة. أخيراً، إن ما يُثبتني في هذه التوبة الداخلية هي محبة المسيح التي تلتقيني وتغذيني بكلمته وبسر الإفخارستيا. له المجد مدى الدهور.

هذه السنة، أتى عيد الميلاد بصمت وتحفظ بعيداً عن مظاهر العظمة. غير أنني، وبالرغم من الأجواء الحزينة والفقر على كافة الأصعدة، صممت أن أرد الفرحة والإبتسامة الى وجوه الأطفال



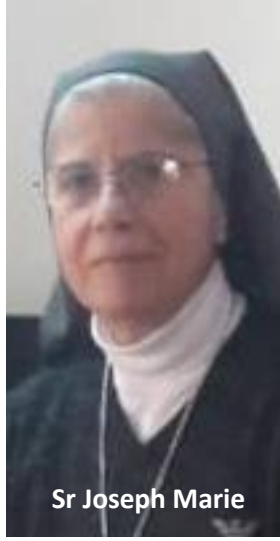
بهدية صغيرة.

لقد قابلت الأولاد في عائلاتهم منعاً للتجمعات بسبب كوفيد 19. عندما أهدمت كل نشاطاتي الرعوية، شعرت بتعب وبارتفاع حرارة جسمي. أجريت فحص الكورونا وجاءت النتيجة إيجابية. حجرت نفسي في غرفتي مدة 15 يوماً. صلاتي الوحيدة في هذا اليوم، كانت على نية أخواتي في الجماعة كي يبعد الرب عنهن العدوى. لم يكن الأمر سهلاً عليّ في البداية أن أعيش هذا الحجر. وبالوقت عينه، شعرت أنه وقت معطى لي لأرجع الى ذاتي وأتعلم أن أنظر الى الجانب الإيجابي في الأمور.

كيف عشت فترة الحجر هذه؟ وضعت برنامجاً يساعدني على تنظيم يومي. فكان زمن للصلاة وزمن للقراءة وآخر للإهتمام بصحتي المتعبة. كنت أرتاح فترة وأسير أخرى وأقوم بتمارين تنفسية الخ...



شكراً على زيارتك يا إلهي



Sr Joseph Marie

منذ شهر أصبت بفيروس كورونا الذي يخاف منه الجميع . الإصابة كانت خفيفة الحمد لله ، لأن مناعتي ساعدت لكي أخرج منها بسرعة. خلال أسبوع كانت الحرارة قد اختفت نتيجة أخذ الأدوية والانتباه . رغم ذلك بقيت محجورة لمدة ثلاثة أسابيع خوفاً على الآخرين .

نحن الراهبات كانت خدمتنا لبعضنا البعض رائعة فيها كثير من المحبة والأهتمام .

عندما يسمح الرب بشيء ما في حياتنا محنة أو مرض يريد أن يوصل لنا رسالة ليقول لنا :

أولاً : قديش أنت هش وضعيف يا إنسان ، أنت بدوي عدم ...

ثانياً : يريدنا أن ننضج في بعض مفاهيمنا ومواقفنا في حياتنا الروحية والإنسانية ...

بعد هذه المحنة حسيت وفهمت أن هناك شيئاً ما قد تغير في .. حسيت ذاتي قريبة أكثر من الرب وحضوره واضح بالنسبة لي .. نعم الرب نبع محبة واهتمام وحنان لكل نفس ويريدها قريبة منه وله .

أشكرك يا يسوع على كل ما سمحت به. أنت تخرج من الشر

خير ...



Sr Manar

" يارب إن شئت فأنت قادر على أن تبرئني "

إصابتي بفيروس كوفيد-19 اقتصرّت على فقداني لحاسة الشم والتذوق ...

أمراً أغضبني وأزعجني في البداية لأنه أرغمني على حجر نفسي في غرفتي من باب حسّي بالمسؤوليّة تجاه أخواتي وعدم نقلي العدوى للآخرين.

يوماً بعد يوم، لمست إيجابيات هذا المرض الذي سمح لي أن اكتشف محبة الله ورحمته وأشكره دون انقطاع.

فما نلت من خدمة ورعاية واهتمام وصلاة من أخواتي علمني أن أقبل ببساطة وتواضع محدوديتي وحاجتي للآخر.

غريب هذا الفيروس فبدل أن أشعر بالوحدة اختبرت بمحبة الحياة الأخوية وفرح اللقاء بالآخر بأشدّ لحظات ضعفي ...





École des Sœurs de la Charité de Besançon- Baabda



نلاحظ بأن هدف هذه الطرق التربوية

هو تسليط الضوء على ذكاء كل متعلم وحفظ حقه بالمشاركة الفعالة. فهي تساهم في تطوير المهارات وتأمين التواصل التربوي بالرغم من التباعد الاجتماعي.

التأثير المباشر... حسنات التعليم عبر الشاشة.

نحن كطلاب، نُعطينا هذه الطرائق عدة منافع. تعطينا الشعور بالراحة وتجعلنا خلاقين. فجو المنزل مريح يبعدها عن التوتر. فكل طالب يستطيع أن يختار المكان والوضعية التي تناسبه للدراسة. إن التعلم عبر الشاشة يتماشى مع إهتمامتنا ويلزمنا أكثر للإنخراط في العمل والدراسة. ننظم جدولنا بطريقة مرنة مما يزيد نسبة إنتاجنا الدراسي. بهذا، يصبح الإيقاع اليومي كما نريده شخصياً محاطاً بأفضل الشروط.

هل التعلم عبر الشاشة يشكل ضرراً للتربية؟

إن التواصل الافتراضي بالرغم من ميزاته نجد أن له بعض السلبيات التي توتر متابعتنا للدرس: ضعف الشبكة... إنقطاع التيار الكهربائي المتكرر... سوء الأحوال الجوية... تسمرتنا لساعات أمام الشاشة الخ... هذا كله يؤثر على صحتنا ويزيد التباعد ويُهتت العلاقات الاجتماعية ويقود العالم الى العدم. كما أننا فقدنا فن المعيشة وآدابها وانغمسنا في الشاشة.

هل من حل؟

لسوء الحظ لا حلول متاحة ومفيدة حتى الآن لمشكلة الشبكة. غير أن لا شيء غير مُستطاع عند أساتذتنا. إنهم يسجلون الدروس وهذا ما يساعدنا على إعادة ما بحسب وقتنا. ولمعالجة عدم الحركة وجلسنا طويلاً أمام الشاشة، إرتأت الإدارة تخصيص ساعة للرياضة البدنية، تساعدنا على التحرك من خلال التمارين المقدمة من قبل معلم الرياضة.

أما من الناحية الاجتماعية والإنسانية، فإننا نكتشفها ونستشعرها من خلال تفان أساتذتنا وعلاقتنا الجيدة مع المدرسة حيث يسود جو عائلي.

أنهي واقول: المدرسة عبر الشاشة هي جواب مباشر يرد على إحتياجات هذه الظروف القاهرة. إنها تُدخل طرائق ناشطة تحملنا على بناء معلوماتنا شخصياً وتزيدنا حافية. تساعدنا على اكتساب ثقتنا بنفسنا، على الإستقلالية البناءة وعلى تحمل المسؤولية.

على كل حال، يبقى السؤال قائماً.

هل ستحل يوماً هذه التكنولوجيا المتطورة والمبهرة مكان التعليم الحضوري التقليدي؟

تواصل عن بُعد...

إن إنتشار كوفيد 19 عالمياً أقلق النظام الإقتصادي والتربوي في بلادنا. لكي نحافظ على إستمرارية التعليم، تبنت المدرسة، كباقي المدارس والجامعات، التعلم عبر

الشاشة.

ماهي المدرسة عبر الشاشة؟

هي وسيلة تربوية قائمة على التواصل عن بُعد بين الأساتذة والطلاب. هذا البديل يساعد على خلق جو تربوي وثقافي ملائم وجددي. يعوّض عن التجمع الصفّي في هذه الجائحة.

للتعمق، هناك تقنية في العمل

إن نجاح التعلم عن بُعد يتطلب وضع معايير وتصميم للعمل، مفصل ومدرس مجدية. بعد الخبرة الشخصية وسنة من العمل الجدي، أرى أن الطرق التي اتبعها الأساتذة، في جميع المواد، أعطت فوائد كبيرة في اكتساب المعرفة والمفاهيم.

بالرغم من صعوبة التواصل، بسبب ضعف الشبكة والإنقطاع المتكرر للتيار الكهربائي، فإن التعلم عبر الأنترنت يقدم تفاعلاً وتنشيطاً للحصص المعطاة بمدة لا تتعدى 45 دقيقة. الهدف، مساعدتنا على التركيز ما من دون ملل. كل هذا بفضل التكنولوجيا والتطبيقات المستعملة على مختلف المنصات المجهزة لهذا الغرض. الكثير من الدروس مفعلة بواسطة الفيديوهات، هدفها حث الذكاء البصري عند المتعلم، وجعل المعرفة واقعية وحمله على الإلتزام في عمله. هذا كله بفضل التطور التكنولوجي والمشاركة عبر المنصات المجهزة بتطبيقات تربوية، تقدم الدروس بطرق تجعلها جذابة وفي متناول الجميع.

مثل PowerPoint ... dissertation puzzle ... الخ... تمتزج هذه العروض بتقييم شخصي، وتأخذ مكانتها في تصحيح النصوص الأدبية التي تعالج مواضيع الساعة. كل هذه التقنيات الناشطة تجعلنا فاعلين في مسيرة تعلمنا. ضف الى ذلك، إستثمار الأخطاء في نهاية كل تقييم ما يسمح لنا بتصحيح مفاهيمنا الخاطئة.

علاوة على ذلك، ما ينشط الصف هي تقسيمه الى مجموعات تساهم في التنشيط والمشاركة.

إن " الصف العكسي " " classe renversée " يساعدنا على تطوير روح النقد البناء ويعطينا المعنى الدقيق لتعلمنا.



Ste Anne Beyrouth

التعلم عن بُعد...

Rebecca Sarkis

من مهارات وتقنية.

التعلم عن بُعد...

نعم التعلم عن بُعد يتطلب الكثير من التحضير والتعب. غير أنني أرى فيه منفعة بعكس الذين يجدونه سلبياً. إنه يساعد الطالب على رؤية الحياة من زاوية جديدة تجذبه وتساعد على خلق عالمه الخاص. إن التعلم عن بُعد هو إمتحان صعب. أما بالنسبة لي كمعلمة فهو ذو منفعة كما للطلاب ايضاً. فالظروف الحالية وتفاقم الأزمة الصحية تشكل فرصة لتطوير وإخضاع الرقمي لخدمة الإنسان ومنفعته.

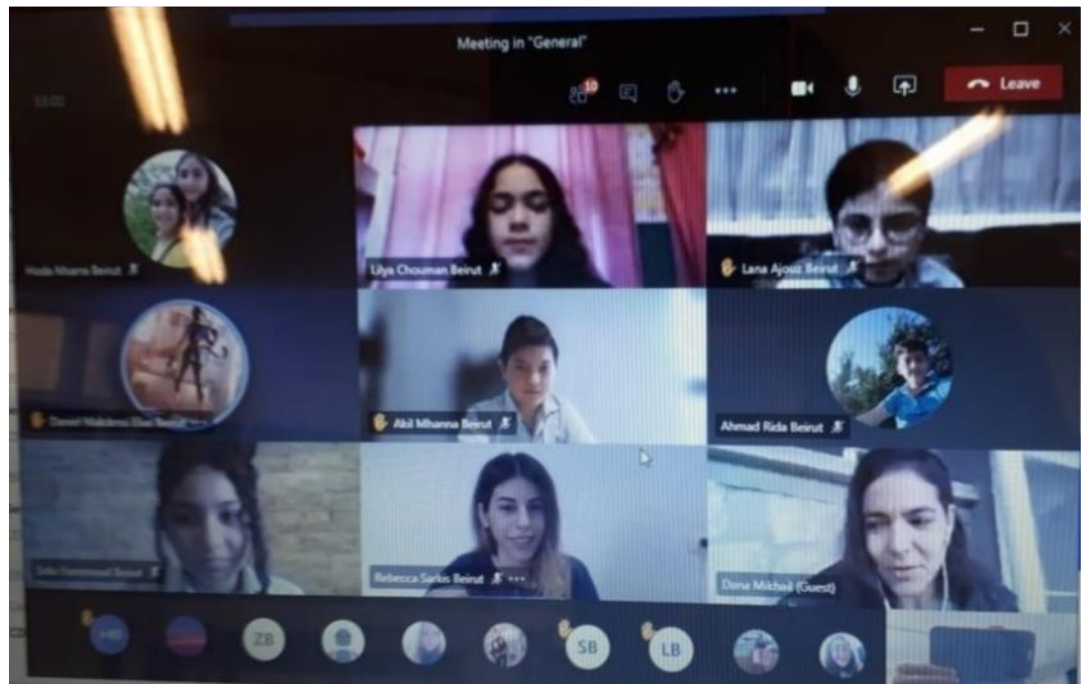


"فما الصعوبة إلا الطريق نحو السهولة"...

في سنة 2020 أجبرت المدارس على إغلاق أبوابها أمام طلابها وتبني التدريس عن بُعد، بسبب جائحة كورونا فيروس التي ضربت العالم بأسره. واليوم، في سنة 2021 وفي قلب الجائحة، تبني مدرستنا التعليم المدمج، أي حضورياً وعن بُعد.

المشكلة الأولى هي عدم توفر شبكة مستمرة الإرسال، لضعفها أولاً ولرداءة الطقس ثانية. بادئ الأمر، وجد أساتذتنا صعوبة في التأقلم مع المنصات المختلفة والتي تخدم المسيرة التعليمية.

ففضل تنظيم الإدارة ومهنية قسم المعلوماتية في المدرسة، والتكوين المستمر للأساتذة، إستطاعوا تقديم تعليمهم بطرق مختلفة حديثة وناشطة. ما يدهشني هي قدرة الطلاب على التعامل، وبجدارة مع كل هذه التكنولوجيا، مما سمح لهم بالتعبير بطرق جديدة بعيدة عن التقليد، وأعطاهم فرصة لتفجير مواهبهم عبر المنصات والبرامج المختلفة التي تقدمها شبكة الأنترنت (فيديوهات... عمل جماعي... صور... موسيقى... الخ) طرق تبين ما إكتسب كل طالب



Capture d'écran