



# كورونا مدرسة تربوية تعلمنا



اعداد فريال أبو العمل  
المرشدة الاجتماعية

## مقدمه

في أيامنا العادية يمكننا القيام بكل الأعمال التي قد نظّمنا حياتنا عليها. نهتم بالعائلة نعمل خارج البيت، نزر الأهل والأصدقاء، نطالع الكتب، نتسوق من السوق وأشياء عديدة أخرى.

كانت تمر الأيام على رتابتها مع بعض المفاجآت البسيطة، إلى أن

كانت المفاجأة الكبرى التي لم نعهد  
مثلها من قبل كورونا التي فرضت  
علينا نمطًا جديدًا لم نعهده. انزعجنا  
في البداية، وهذا أمر طبيعي لأن  
التغيير الجبري يؤثر على راحتنا  
فنزعج أولًا إلى أن نعتاد مرة جديدة  
على نمط جديد، ونرتاح بالسير معه.  
مرّت أيام وأيام الى أن التفتُّ إلى آية  
{عسى أن تكرهوا شيئًا وهو خير لكم}،

حين بدأت بتلمّس الخير الذي نجنيه  
من الهدوء الذي حصلنا عليه. وبدأنا  
نحول كورونا إلى مدرسة تربية تعلمنا  
نحن وأطفالنا.

## هدف النشرة

الهدف من هذه النشرة التعايش مع  
فلسفة الصدمة: صدمة حدوث أي  
مكروه؛ سواء فقد عزيز أم خوف من  
شيء، أم إصابة بمرض، أم نقص

مال أم.... والخ، وأن نكون على استعداد لتهيئة النفس لاستقبال الأمر بنفس مطمئنة ينبعث منها الرضا بما قسمه الله تعالى مع الأخذ بالأسباب التي حثَّ عليها الشرع الحنيف في كل الأحوال دون جذع أو قنوط. فالمؤمن يتقلب بين نعيمين: نعيم الشكر في السراء، ونعيم الحمد والصبر في الضراء.

## واقع الحال الجديد



طبيعي أن تفاجئنا الحياة الدنيا بأقدار  
لم نكن نضعها في الحسبان، ولكن  
غير الطبيعي ألا نتعايش معها ونهلك  
بسبب هول صدمة حال الجديد  
وعظمته. حقا دوام الحال من المحال،

ولا ينبغي لحال أن يستقر على حاله،  
وهذه سنة الله في خلقه.

كنا فقراء فأغنانا الله، وضعفاء فقوانا  
سبحانه، وكنا مرضى فرزقنا لباس  
العافية، وهكذا تستمر الحياة، فلا تهناً  
بما عندنا بشكل مفرط يجعلنا نظن أن  
تغيير وضعنا للأسوأ أمر مستحيل، أو  
أن بإمكاننا أن نحول بيننا وبين ما  
ينغص علينا حياتنا، في الوقت نفسه

علينا أن ندرك جيدا أن الحالة التي  
نظنها أسوأ مراحل حياتنا الآن حين  
يخرج من رحمها خير عظيم لو كان  
بإمكان عقلنا أن يتخيله من تدبير الله  
لأمرنا، تلك لحظة سنجد أنفسنا  
نضحك ونبكي ولكن ليس كبكاء  
الثكالى وإنما ستبكي بدموع الفرح  
والسعادة من جميل صنيع الله تعالى  
معنا.

في ظل أزمة فيروس كورونا ليس  
ببعيد أن نصاب بهذا الوباء نحن، أو  
أقاربنا، أحبابتنا وأصدقائنا، جيراننا،  
زملائنا، الأمر بات طبيعي.

للتفكر. نعم؛ التفكر



نعيش بنعم لا تعد ولا تحصى،  
وأخشى أن أقول ألفناها فإذا سلبت منا  
شعرنا بقيمتها، وكيف كانت رحمة الله  
بنا ولطفه بحالنا ونحن غافلون  
متغافلون عنها، ولكن المصيبة الكبرى  
حين يتغير ذلك الحال فجأة ونصاب  
بصدمة الانبهار والاندحاش مقرونة  
بصدمة العجز وعدم القدرة على فعل  
شيء.

الذي لم نكن نملك الوقت الكافي له  
في أيامنا السابقة.

## التفكير بالنعم

✓ عندما التقينا صديقتنا وأردنا

أن نحضنتها تذكرنا كورونا

فتراجعنا.

✓ عندما أردنا الذهاب إلى

المكتبة لشراء بعض الحاجيات

المعتادة، تذكرنا كورونا  
فتراجعنا.

✓ حين تمنينا أن ندعو  
أصدقاءنا على الغداء تذكرنا  
كورونا فتراجعنا عن الفكرة.

✓ حين أحببنا أن نزر جيراننا  
للهنئة بالمولود تذكرنا كورونا  
فتراجعنا.

✓ حين اشتقتنا الى التنفس  
بعمق والمشي في السوق  
تذكرنا كورونا فأعدنا الكمامة  
إلى ووجهنا وتنفسنا بهدوء  
وتطول اللائحة.

وقفنا نفكر؛

كل هذه الأشياء هي أمور بسيطة جدًا  
كنا نقوم بها يوميًا. هي أمور كانت  
دومًا في متناول أيدينا، وكانت

رخيصة الثمن دون أية تكلفة. هي  
أمور كنا نظن أنها حقنا الطبيعي  
كبشر على هذه الأرض.  
جاءت كورونا: لتعيد إلى أذهاننا أن  
كل ما لدينا من نِعَمٍ ليست حقنا  
الطبيعي، بل هي هدايا يهبها الله لنا  
لأنه رحيم بنا.

ولنشكر الله الرحيم على كل نعمه،  
ونرجوه ألا نخسر نعمًا أخرى بسبب

جفائنا.

ما أجمل أن تعلموا أطفالكم أن يتلمّسوا نِعَمَ الله مهما كانت بسيطة، وأن يشكروا الله على هذه النعم دوماً.

## التفكير في سبب هذه المشكلة

نعيش في بلد صغير ، نعرف بعضنا البعض. لنا تقاليدنا وعاداتنا. ولدينا مدن وقرى، لدينا جامعات ومدارس، وعمال ومزارعون.

كل انسان منا يهتم بعائلته وبيته  
وجيرانه وتلامذته وزملائه. وتمرّ  
الحياة... نؤثر بمن نلتقيهم ونتأثر بمن  
نراهم ونعمل معهم  
وقفنا نتأمل؛

قد تتغير حياتنا بشكل كامل بسبب  
إنسان لا نعرفه، إنسان لم نره أبدًا،  
إنسان لا نتكلم لغته، إنسان يعيش في  
بلاد بعيدة؛ في الصين! هل تتصوّرون

الأمر؟! إنسان أكل طعامًا لا نأكله  
نحن أبدًا. لا نعرف متى وأين ومع  
من تناول هذا الطعام (هذا إن كان  
هو السبب الحقيقي لكورونا!)  
ونتساءل هنا: هل يمكن أن يكون  
للإنسان هذا التأثير الكبير؟! إنسان  
واحد يؤثر على مليارات البشر! لا بل  
على كوكب بضمخامة الأرض! لندعوا

الله أن يكون تأثيرينا البشر تأثيراً طيباً،  
جميلاً، رحيماً.

مهمّ أن تلفتوا نظر أطفالكم الى تأثير  
كلامهم وتأثير تصرفاتهم على البيئة  
من حولهم، بل على العالم كله.  
علموهم بذلك كيف ينتبهون لكلامهم  
ويقيمون عملهم قبل القيام به لما له  
من تأثير كبير. وقبل كل شيء، ركّزوا  
معهم على نمط الحياة (كيف نأكل،

كيف نلبس، كيف نعيش) التي أرادنا  
الله أن نحياها والتي تحمينا من الكثير  
من الأوبئة والمصائب.

## التفكير في وقت العلم والعمل



حياتنا وواقع يومنا كان:

✓ يجب أن نبتعد عن بيتنا  
وعائلتنا كي نعمل ونكسب  
رزقنا.

✓ يجب أن يستيقظ أطفالنا  
باكرًا؛ باكرًا جدًا كي يذهبوا الى  
المدرسة.

✓ يجب أن نعمل من الساعة  
الثامنة حتى الرابعة.

✓ يجب أن نقضي وقتًا لا بأس

به في ازدحام السير والدخان

المؤذي. يجب ويجب ويجب.

وجاءت كورونا: واتضحت لنا الأوهام

التي كنا نعيشها:

✓ ها نحن نعمل من البيت.

✓ ها أطفالنا يتعلمون من البيت

وينجزون تكاليفهم ويدعون

نشاطات كثيرة.

✓ ها نحن نتعرف من جديد على  
مواهبنا.

✓ ها هي الطرقات تصبح طبيعية  
ويقل الدخان الخانق.

✓ ها نحن نكتشف الكثير عن  
علاقاتنا مع من يحيطون بنا.

✓ جاء كورونا وأخرجنا من أوهام  
كثيرة كنا نظنها مسلمات.

ندعوا الله أن يخرجنا من الأوهام التي  
نعيشها كي يصبح لحياتنا معنى.

مهم أن تشرحوا لأبنائكم وتساعدتهم  
على تنمية مهارات عديدة تمكّنهم فيما  
بعد أن يعملوا وهم في البيت إذا ما  
اضطروا، دون أن تؤثر عليهم  
الظروف الطارئة. وتؤكدوا لهم أن  
طلب العلم ليس مقرونًا بالمدرسة فقط،

بل يمكنكم طلب العلم حتى وأنتم في  
منازلكم.

## التفكير في الوقت ونعمته

- ✓ كنا نأكل بسرعة.
- ✓ ننام بشكل غير كاف.
- ✓ نرتب البيت بسرعة.
- ✓ نعمل بسرعة

✓ ونركض كي نصل الى العمل  
بسرعة كي لا نخسر شيئاً من  
حقوقنا المالية.

✓ كنا في سباق مع الوقت طوال  
الوقت.

وجاءت كورونا:

✓ أعطتانا نعمة التلذذ بالوقت.

✓ نأخذ وقتنا الكافي في تناول  
الطعام.

✓ نأخذ الوقت الكافي في الترتيب.

✓ نأخذ الوقت الكافي في النوم.

✓ نأخذ الوقت الكافي في النظر

إلى وجوه أطفالنا واللعب معهم.

رفعت يدي وشكرت الله المنعم على

نعمة الوقت الذي يمكن أن نستغله

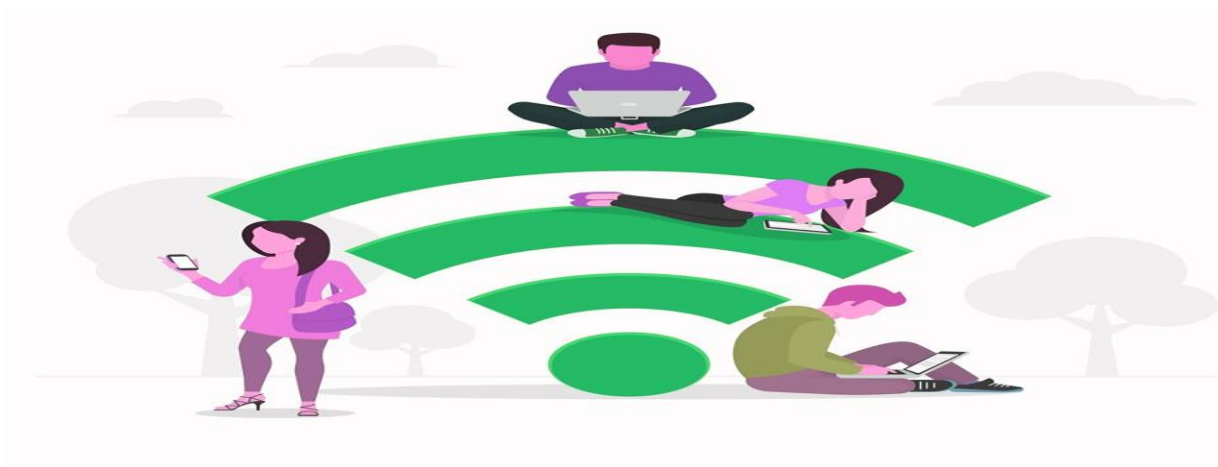
في أجمل لحظاته.

ومهم هنا أيضًا أن تعلموا أطفالكم

احترام الوقت لأنه نعمة، والاستفادة

منه في الاتقان وليس فقط في إنهاء  
العمل، وأن نلفت نظرهم كيف أننا  
نقوم بأعمالنا بلذة أكبر دون ربطها  
بالمال الذي قد نخسره إن تأخرنا في  
الوصول إلى مكان العمل، أو إن لم  
تنجز المطلوب منا في الوقت المحدد.  
ونؤكد لهم أنّ علينا التصالح مع  
الوقت وليس السباق معه!

**أثر كارونا على حياتنا**



✓ قدمت لنا دروس انسانية

واخلاقية تحتم العودة لجزورنا

الانسانية وللواقع الذي نعيش فيه.

✓ تماسك وترابط الأسري ، وأصبح

أفراد الأسرة الواحدة يلتفون حول

مائدة الطعام يومياً، عودة الدفاء

والروح الأسرية والتفاف الأسرة

حول افرادها والتواصل بين الأب  
والأم والأبناء وزيادة التماسك  
والترابط بينهم, كل ذلك بعد ما  
كانت الأسرة تعيش حالة من  
التوازن بسبب التغيرات الاجتماعية  
والتحولات الاقتصادية .

✓ نجح فيروس كورونا في أن  
نعدل عن عادات سيئة بل ونحولها

لعادات حسنة وجعلنا نحافظ على  
نظافة وطهارة أبداننا .

✓ أحدثت طفرة إبداعية لدينا ونحن  
عالقين في عزلة، وكانت لنا فرصة  
للإبداع.

✓ ذكرتنا ان عالمنا شبه خالي من  
الاخلاقيات والانسانيات.

✓ جعلتنا جبهة موحدة في العمل  
والحياة المنزلية، لأن الفيروس يؤثر

علينا جميعا، فجعلتنا أكثر قريبا  
لبعضنا البعض، ودفع بنا جميعا  
ان نقف امام الموت وامام المصير  
المشترك صفا واحدا.

✓ برزت أهمية العاملين في القطاع  
الصحي والخدمات الرئيسية.

✓ ذكرتنا بمسؤوليتنا على كوكب  
الارض والحفاظ على الحياة

ومراعاة توازنات الطبيعة مهمة  
اساسية من مهامنا الحياتية.

✓ كلنا امام مصير مظلم بسبب  
التلاعبات الحاصلة في البيئة  
ومستويات التوازنات الحيوية التي  
كانت قائمة والتي خربت بسبب  
تدخلاته الضارة.

✓ اسعدادنا لمواجهة حروب  
بيولوجية.

✓ إدارة الأزمات الشخصية

وتشجيعنا على إدارة حياتنا في ظل ظروف ليست عادية.

✓ الاستعداد لإيجاد البدائل في كل

شيء. بالتكاتف والتضامن والتطوع،

والعمل بروح الفريق الواحد.

✓ سنحت لنا الفرصة لإعادة

الاتصال بأصدقاء وأحباء عبر

الهاتف أو مكالمات الفيديو، بينما

نظمت مجموعات من الأصدقاء  
جلسات احتفال افتراضية، باستخدام  
تطبيقات الهواتف المحمولة.

✓ الغناء واللهو والاختلاط في  
المطاعم والأماكن السياحية  
والملاعب والشيشة توقفت تماماً، و  
أقبلنا على الذكر والدعاء ورجعنا  
إلى الله تعالى.

✓ رغم من حرماننا من الصلاة في  
المساجد وبيوت الله؛ أصبح الأب  
أو الأخ الأكبر هو الإمام في أهل  
بيته، ويصلي بهم جماعة، وفي  
هذا تعليم للصغار، وأجر كأجر  
الصلاة جماعة في المسجد.

✓ المستشفيات متأهبة وجاهزة،  
وأصبحت أكثر استعدادا ونظافة.

✓ عدم التبذير والإسراف في الطعام.

✓ العمل عن بعد، وتجاوز كل المعوقات التي كانت سبب لمنعه، والقفز للبدء وقهر الظرف الاستثنائي. وبالتأكيد قد تكون الخطوة لا تزال في بدايتها ، ولم تثبت الفاعلية القصوى بعد، لكنها

مرحلة مهمة للبدء في تأسيس  
أنظمة وكيانات مشابهة.

✓ توفر الوقت اللازم لنا لتعلم  
مهارات جديدة وتنمية المواهب  
الموجودة، أو تخصيص الوقت  
لممارسة الرياضة المنزلية، وغير  
ذلك من تعزيز الصحة الذهنية  
والجسدية.

✓ أظهر أهمية التكنولوجيا  
والتعاطي معها للعمل عن بعد،  
والتعليم عن بعد، وتقديم خدماتها  
لنا عن بعد، فقد أظهرت أزمة  
تفشي كورونا ، أهمية دور  
التكنولوجيا في إدارة الأزمات، إلى  
جانب الترفيه والتسلية.

✓ تحول وسائل التواصل  
الاجتماعي من منصات تستغل

لنشر السوداوية ومرتعا لنشر  
السلبية وأحيانا العدمية، لمنصات  
غابت عليها محتويات إيجابية  
تسعى للتوعية والتأطير الإيجابي  
في ظل هذه الأزمة، ونشر  
المعلومة الصحيحة وكشف  
المعلومات الزائفة وإطلاق  
مجموعات بأهداف نبيلة وتضامنية

✓ بروز قيم التعاون والتضامن،  
والتكاتف في هذه الأزمة تجلى في  
مبادرات إنسانية لأفراد داخل أسرهم  
ومقربيهـم، ودخل أحيائهم وما إلى  
ذلك، وكذلك مبادرات المجتمع  
المدني، وبالتالي وجدنا أن مجتمعنا  
لا زال بخير.

✓ ظهور إبداعات وابتكارات  
نوعية، تستجيب لطبيعة الأزمة

التي نعيشها من قبيل ابتكار جهاز  
تنفس اصطناعي، وممر معقم،  
وأشكال جديدة للكمامات الطبية .

✓ حسن الوضع البيئي فطبقة  
الأوزون مستمرة في التعافي.

✓ أدى الحظر المفروض على  
مختلف أوجه الحياة للحد من  
درجات التلوث، وسجل انخفاض  
في غاز ثاني أكسيد النيتروجين،

وهو ملوث هواء خطير وعنصر  
كيميائي مسبب لارتفاع درجة  
الحرارة في ظل انخفاض النشاط  
الصناعي ورحلات السيارات.

✓ انخفاض أول أكسيد الكربون  
الذي ينبعث بشكل رئيسي من  
السيارات.

✓ حقق تعليق المصانع والشركات  
وتراجع معدلات حركة السيارات في

فوائد بيئة عدة، جعلت من كوكب  
الأرض المستفيد الأول.

## خاتما



هدايا كثيرة تقدمها لنا البلاءات وعلى  
الرغم من كل هذه الهدايا الثمينة التي  
قدّمتها لنا كورونا نأخذ بأسباب  
السلامة، ونرفع أيدينا وندعو الله

تعالى أن يكف أذى هذا الفيروس عنا  
وعن كل البشر .

وفي كل الأحوال ينبغي أن نعي أن  
الحال الذي يختاره الله لنا هو أفضل  
حال، فما نظنه خيرًا قد يكون شرًا،  
وما نراه شرًا قد يحمل في طياته الخير  
الكثير . وبالتالي فإن كورونا لم تأت  
لتقتل، وإنما أتت لتربي وتعديل في  
سلوكياتنا الخاطئة، فكم راغب

بالخروج؛ الآن بقي في المنزل ويؤثر  
السلامة، وكم عاشق للسفر ينتظر  
عودته لوطنه.

وأختم بمقولة : (يبتلى الإنسان دوما  
ليعذب؛ وإنما قد يبتلى ليهذب).

---