

15 June 2025

Untitled

Everyone gathered around her, her mother and her siblings, listening with fascination and admiration. They took advice from her, even looked up to her, for she had overcome a tragic chapter in her life. She would kneel on her prayer mat, quietly pleading with God to grant peace to the souls of her husband and father, with patience akin to that of saints enduring trials.

M.S was 37 years old, much like any other woman in our Palestinian society. She had married, loved her husband, and given birth to four children who were like stars in her sky. She lived a quiet, content life, until war erupted, its flames raging violently. Forced to flee her home with her family, displaced repeatedly, their economic situation worsened with each move.

But fate had more in store. Her father, a compassionate man who had been her and her children's refuge, was martyred. Before she could even process the shock of losing him, she was struck with another blow: the destruction of her home, the last safe haven for any human being. She returned to the rubble with her family, searching for remnants of the life she had lost. Yet, circumstances only deepened her suffering beyond imagination. A suffocating siege was imposed on eastern Khan Younis, where they lived, forcing them to flee once more, but this time was different.

"We ran barefoot, terrified," she said in a voice heavy with pain. "Gunfire was everywhere around us. I was scared for everything and everyone. I couldn't comprehend anything. We kept running until we reached Hamad City, walking over scattered limbs and corpses along the way. I was exhausted beyond words, but all I cared about was protecting my family. Sadly, not everything we wish for in this life is granted to us."

At the final stop of their displacement, the Mawasi Khan Younis area, warplanes targeted fleeing civilians. Tragically, her husband was among the victims, dying right before her and their children's eyes. Imagine a father dying in front of his wife and children.

She became a widow, her children, orphans. Despair took hold, and the world seemed to close in on them. She let out a scream, then collapsed into the depths of severe psychological distress, losing her appetite, suffering from insomnia, and living in a constant state of confusion.

By fate's design, she was among those selected by the MAAN team for family counseling sessions. At first, she was distant and withdrawn, but gradually, she began to express herself. We gave her space to speak, opportunities to interact with others, and dedicated special

attention to her. Step by step, with regular follow-ups, her confidence was restored. She began repeating positive affirmations and teaching them to others, declaring with unwavering strength:

"I am strong. I am capable. I can do this".

Now, she can face pressures head-on, stronger than ever, bearing the responsibility of her children after losing her husband and the comfort of her father. With patience, faith, and resilience, she says:

"Now I control my anger; I deal with things more calmly. Prayer soothes me, and I recite the Qur'an for my husband. Life is worth living, even if we lose some of those we love. We still have others who need us to be strong for them, to cherish their presence with us."

15 juin 2025

Sans titre

Tout le monde s'était rassemblé autour d'elle, sa mère et ses frères et sœurs, l'écoutant avec fascination et admiration. Ils lui demandaient conseil, la regardaient même avec admiration, car elle avait surmonté un chapitre tragique de sa vie. Elle s'agenouillait sur son tapis de prière, implorant silencieusement Dieu d'accorder la paix aux âmes de son mari et de son père, avec une patience semblable à celle des saints endurent les épreuves.

M.S. avait 37 ans, comme beaucoup d'autres femmes dans notre société palestinienne. Elle s'était mariée, aimait son mari et avait donné naissance à quatre enfants qui étaient comme des étoiles dans son ciel. Elle menait une vie tranquille et heureuse, jusqu'à ce que la guerre éclate, ses flammes faisant rage avec violence. Contrainte de fuir sa maison avec sa famille, déplacée à plusieurs reprises, leur situation économique s'est détériorée à chaque déménagement.

Mais le destin lui réservait encore d'autres épreuves. Son père, un homme compatissant qui avait été son refuge et celui de ses enfants, a été martyrisé. Avant même qu'elle ait pu surmonter le choc de sa perte, elle a été frappée par un autre coup dur : la destruction de sa maison, le dernier refuge sûr pour tout être humain. Elle est retournée sur les décombres avec sa famille, à la recherche des vestiges de la vie qu'elle avait perdue. Mais les circonstances n'ont fait qu'aggraver sa souffrance au-delà de l'imagination. Un siège étouffant a été imposé à l'est de Khan Younis, où ils vivaient, les forçant à fuir une fois de plus, mais cette fois-ci, c'était différent.

« Nous avons couru pieds nus, terrifiés », a-t-elle déclaré d'une voix lourde de douleur. « Les coups de feu fusaient de toutes parts autour de nous. J'avais peur pour tout et pour tout le

monde. Je ne comprenais rien. Nous avons continué à courir jusqu'à Hamad City, en marchant sur des membres et des cadavres éparpillés le long du chemin. J'étais épuisée au-delà des mots, mais tout ce qui m'importait était de protéger ma famille. Malheureusement, tout ce que nous souhaitons dans cette vie ne nous est pas accordé. »

À la dernière étape de leur exil, dans la région de Mawasi Khan Younis, des avions de combat ont pris pour cible les civils en fuite. Tragiquement, son mari figurait parmi les victimes, mourant sous ses yeux et ceux de leurs enfants. Imaginez un père mourant devant sa femme et ses enfants.

Elle est devenue veuve, ses enfants orphelins. Le désespoir s'est emparé d'eux, et le monde semblait se refermer sur eux. Elle a poussé un cri, puis s'est effondrée dans un profond désarroi psychologique, perdant l'appétit, souffrant d'insomnie et vivant dans un état de confusion permanent.

Le destin a voulu qu'elle fasse partie des personnes sélectionnées par l'équipe MAAN pour participer à des séances de thérapie familiale. Au début, elle était distante et renfermée, mais peu à peu, elle a commencé à s'exprimer. Nous lui avons donné l'espace nécessaire pour s'exprimer, l'occasion d'interagir avec les autres et nous lui avons accordé une attention particulière. Petit à petit, grâce à un suivi régulier, elle a retrouvé confiance en elle. Elle a commencé à répéter des affirmations positives et à les enseigner aux autres, déclarant avec une force inébranlable :

« Je suis forte. Je suis capable. Je peux y arriver ».

Aujourd'hui, elle peut affronter les pressions de front, plus forte que jamais, assumant la responsabilité de ses enfants après avoir perdu son mari et le réconfort de son père. Avec patience, foi et résilience, elle déclare :

« Maintenant, je contrôle ma colère ; je gère les choses plus calmement. La prière m'apaise, et je récite le Coran pour mon mari. La vie vaut la peine d'être vécue, même si nous perdons certains de ceux que nous aimons. Nous avons encore d'autres personnes qui ont besoin que nous soyons forts pour elles, que nous chérissions leur présence à nos côtés. »