



مركز الانطلاقة للدراسات

ALENTILAQAH RESEARCH CENTER (A.R.C)



يحررها خالد غنام "أبو عدنان" - استراليا -2023

من مساجد مدينة القدس

مسجد مصعب بن عمير



مسجد أثري يعود تاريخه إلى الحقبة الأيوبية في فلسطين. يقع داخل أسوار البلدة القديمة لمدينة القدس، في حارة النصارى على يمين الداخل من باب العامود في سوق باب العمود، وتحديداً على يمين الداخل من هذا الباب إلى البلدة القديمة، مقابل مسجد الشيخ لولو وقبل مسجد الشوربجي. ما جعله مسجداً غير مطروق؛ سيما أنه ينخفض في موضعه من مستوى الأبنية المجاورة له حيث ينزل إليه ببضعة درجات. (**جامع دار الإمام**: يقع داخل الحرم، عند باب المجاهدين). (**جامع خان الزيت**: قع خارج الحرم، داخل السور في سوق خان الزيت. تقام فيه الصلوات).



### القدرة:

صحن القدرة ثلاث كفاكير رز مع قعطة لحم سعراته الحرارية 783

### مكونات خليط اللحم



- 1- خلطة اللحم: 600 غرام من لحم العجل
- 2- 3 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
- 3- ورق الغار
- 4- ملعقة صغيرة فلفل اسود كمون هيل
- 5- نصف ملعقة صغيرة من الكركم
- 6- بصلة
- 7- ملعقة كبيرة من الملح
- 8- حمص حب

### مكونات تحضير الأرز:

ملعقتان كبيرتان من زيت الزيتون + ملعقتان كبيرتان من الزيت الزيتون + بصلة مقطعة إلى شرائح + 15 إلى 18 فص الثوم + ملعقة صغيرة من الكركم + ملعقة صغيرة كركم كمون فلفل اسود هيل ملح + 500 غرام من الأرز الطويل + صنوبر ولوز مقلي لتزين ( محمر بالفرن ).

طريقة التحضير: قم بوضع زيت الزيتون في القدر وتسخينه ثم أضف التوابل ، ورق الغار والكمون، والحمص الحب ثم قم بإضافة اللحم وتقلبه لمدة 3 دقائق. أضف 8 أكواب من الماء والملح إلى اللحم، وانتظر الغليان ثم أزل الرغوة الظاهرة على وجه القدر. اترك اللحم على نار هادئة من 60 إلى 80 دقيقة لحين الاستواء، ثم اتركه مع مرقه جانباً. في الطنجرة التي تود تحضير الأرز فيها، نضع ملعقة من زيت الزيتون ثم اجعل النار هادئة وأضف البصل والحمص وقلبه من 5 إلى 10 دقائق، ثم أضف الثوم وحرك لمدة 3 دقائق أخرى. أضف الأرز والتوابل جميعها وحمص الحب وحرك جيداً، ثم قم بتشريب الأرز بمرقه اللحم، وانتظر لحين الغليان وقم بعدها بتهدئة النار ورتب اللحم على الوجه وقم بتغطية الطنجرة الفخار وتركها لمدة ساعة تقريباً لضمان استواء الأرز واللحم ، يمكن طبخ القدرة بالفرن أو على عين الغاز . أضف اللوز والصنوبر المحمص على الوجه بعد تجهيز الطعام، ويمكن تقديم الزبادي وسلطة الخضار .

### كنافة رملوية (غزاوية أو عربية)

قطعة واحدة لشخص بها 360 سعر حراري

### مكونات:

مقادير المفروكة: ( 3 أكواب سميد خشن + كوب ونصف من دقيق الطحين + 4 ملاعق كبيرة سكر + 3 ملاعق كبيرة زبدة أو سمنة + كوب ونصف ماء دافئ).  
مقادير الحشوة: ( كوب ونصف جوز مطحون + ربع كوب سكر + 3 ملاعق كبيرة قرفة مطحونة + ملعقة صغيرة هيل مطحون).  
لتحضير القطر: ( 4 أكواب سكر + كوبين ماء + معلقتين عصير ليمون + ملعقة كبيرة ماء زهر).

### طريقة التحضير:

نحضر القطر بوضع السكر والماء وعصير الليمون على نار متوسطة حتى يغلي المزيج وينوب السكر تماماً (دون تحريكه). نخفض النار لمدة 5 دقائق ثم نطفئ النار ونضيف ماء الزهر ونترك القطر ليبرد. نسخن الفرن على 260 درجة مئوية ونضع الرف في الأسفل. نعين مقادير المفروكة معاً بالعجانة أو باليد حتى نحصل على عجينة لمساء. بالعجانة الكهربائية نقوم بعجنها 7 دقائق أما باليد فهي تحتاج حوالي 12 دقيقة.  
نفرد عجينة المفروكة في صينية بحيث يكون سمك العجينة 1 سم وبأطراف الأصابع نقوم بالضغط على السطح في أماكن متعددة. ندخل الصينية إلى الفرن وبعد 5 دقائق نخفض الحرارة إلى 150 درجة ونخبزها لمدة 15-20 دقيقة حتى تجف العجينة. نطفئ الفرن ونترك الصينية داخله حتى تبرد. نقوم بتكسير الفرق المخبوز إلى قطع ونستخدم محضر الطعام لطحنها حتى نحصل على حبيبات بحجم المفتول أو أصغر. لتحضير صينية كنافة واحده بقطر 28 سم نحتاج إلى 4 أكواب من المفروكة. نصب السمن أو الزبدة على المفروكة ونفرکه بأطراف أصابعنا حتى تنتشر المفروكة السمن تماماً. نقسم الفرق إلى 3 أقسام، ندهن صينية الخبز بالسمن أو الزبدة المذابة، نفرد جزئين من الثلاثة في قاعدة صينية الخبز ويفضل أن تكون صينية بايركس بحواف منخفضة. نضغط على المفروكة بباطن اليد حتى تتماسك، نقوم بتوزيع مقادير الحشوة بالتساوي فوق القاعدة. نوزع الجزء الباقي من المفروكة على سطح الحشوة ونضغط بباطن اليد لتتماسك الطبقات معاً. نخبزها على درجة حرارة 200 حتى يكتسب القاع والأطراف لونا ذهبياً (تساعدك الصينية الباركس على معرفة لون القاعدة)، نضع الصينية تحت الشواية حتى يكتسب السطح لونا ذهبياً. نخرج الصينية من الفرن ونوزع القطر عليها. نتركها لتبرد 15 دقيقة، تقلب في صحن التقديم وتزين بالفستق المطحون

## الديك الفصيح: الشروال والسروال واللباس

في مدينة القدس، ويوجد في ريف القدس الشروال المطرز من الأسفل، كما يلبس منفرداً في المدن والقرى، ويغلب لبسه في الأحياء الشعبية داخل المدن، وخاصة حي الصيادين في يافا وحيفا وعكا، وفي المدن الفلسطينية الداخلية: اللد والرملة وقراها، ويربط عليه حزام يعرف بالشملة، ويرتدى معه قميص شعبي، وطاقيّة تلف حولها شملة، والشروال له جيبان على جانبيه. وغالبا ما كان يلبسه الشباب، أما الرجال من كبار السن، فكانوا يلبسون السروال، وهو أقل عرضاً من الشروال، وقليل الطيات .

والنوع الثاني السروال، وهو يشبه الشروال في شكله العام إلا أنه أضيق "وليّته صغيرة"، بحيث تعطي حرية في الحركة، وفي الغالب لونه أبيض، وله فتحتان على جانبي أرجله من الأسفل، يطرز عليهما بعض الوحدات الزخرفية، وفي بعض الأحيان يكون لونه بلون الدماية التي يرتديها الشباب، وغالباً ما يوجد السروال المتوافق مع لون الدماية في الريف المقدسي، وفي الأحياء الشعبية داخل المدينة نفسها. أما النوع الثالث فهو اللباس، وهو مثل السروال ولكنه بدون لية، ويصل طول ساقه إلى الحد الأعلى من الركبة، وهو واسع نوعاً ما عن الجسم ويرتدى تحت الدماية في مدينة القدس وقراها، كما ينتشر في الأماكن الفلسطينية التي توجد فيها الدماية .

وفي الأمثال الشعبية يظهر أن أحد أنواع ألبسة عبارة عن الملابس الداخلية للذكر والأنثى فيقال: طيزين في لباس - سروال مُحَرَّقٌ وَدَكُّهُ أَرْبَعُ أَذْرُعٍ - عِفْنَةٌ وَعَ إِيْذَاهَا طِفْلَةٌ وَأَجَاهَا ضِيُوفٌ عَ غَفْلَةٌ وَإِنْجِلٌ سِرْوَالُهَا وَشَوْ صَارَ بَحَالُهَا؟ - إِذَا كَانَ بُوْسُطُكَ لِبَاسٌ جِلَّةٌ - إلباس ما إله وَكْتُهُ بِأَلْفَيْنِ - إللي بِدَاقِرْ طِيْرُهُ بِخَرَا بِلْبَاسُهُ - دَقَارَةٌ فِي الطَّهَارَةِ شَحُوا فِي اللبَاسِ - كُلُّ ثَوْبٍ إله لِبَاسٍ وَكُلُّ جِسْمٍ إله لِمَاسٍ - كُلُّ مَدَاسٍ إله لِبَاسٍ - كُلُّ هِدْمٍ بيبين علبَاسُهُ. وكذلك يقال حمامة مسرولة أي أن الريش يغطي قدميها. وأيضاً: البراطيل، بَثْلُ السراويل/ أو الشراويل.

وذكر الأستاذ عبد الرحمن المزين: إذا ما رجعنا إلى تاريخ فلسطين القديم فإننا نجد في الصور الجدارية في طيبة بمصر رسومات لكنعانيين يرتدون الدماية والهدم والشملة والشروال والعباءة، منذ القرن الخامس عشر قبل الميلاد. وأن الكنعانيون عرفوا فن التطريز منذ العصر البرونزي المبكر حيث عثر على المنقبون على آثار أنوال وفلكات الغزل في مواقع عديدة. ووصف الرحالة دارفيو البغالة (المكاري) في رحلته من يافا للقدس بالقرن السابع عشر: إن الشرويل Le Sharweel أو سروال لاكيلوت La Culotte واسع فضفاض، وهو يتدلى حتى الركبتين، وقد صنع من الجوخ".

## نبات أصله فلسطيني: زهرة أم رُويس الفلسطينية

الاسم العلمي Scabiosa palaestina D. Dietr

نُشر لأول مرة في

Syn. Plant. 1: 448 (1839), nom. Illeg

لها اسم علمي مرادف

Lomelosia brachiata (Sm.) Greuter & Burdet

نُشر لأول مرة في (1985) Willdenowia 15: 73

زهرة أم رُويس الفلسطينية: أم رُويس أو إسْكَبِيُوْرَة أو زهرة الجَرَب (في إشارة إلى استخدام النبتة كعلاج للجرب في القرون الوسطى في أوروبا)، جنس نباتات مُزهرة من فصيلة الخمانية: فصيلة نباتية تتبع رتبة من طائفة ثنائيات الفلقة. له استخدامات طبية عديدة.

**تقاليد شعبية قديمة:** (احتفال شركسي): إذا تمكن الطفل الشركسي من المشي يحتفل الأهل بتلك المناسبة السعيدة؛ حيث تقدم الحلويات والمشروبات ويؤتى بصينية عليها بعض الأغراض الخاصة بالمهن والحرف مثل السيف والقلم ومنشار النجار وسيكين الجزار... ويضعونها أمام الطفل، وحيث يمد يده سيكون مستقلاً بارع بهذه الصنعة.

**آداب الطعام:** (لقمة العيب): في المعتقد الشعبي يكره أن يخرج الضيف رائحة كريهة حتى لو كانت مجرد رائحة عرقه لأن هذا يعتبر إنقاص من قيمة المضيف، وكذلك يجب الإصرار على خلع الحذاء. وتجنب دعس على بقايا الأطعمة.

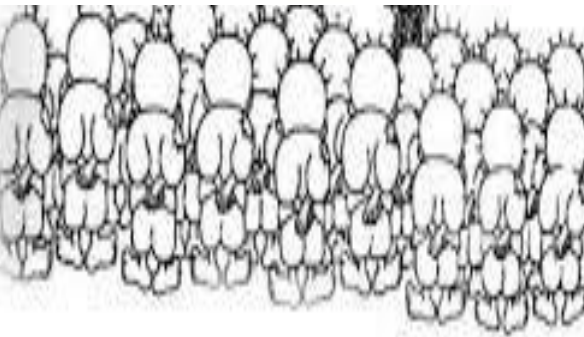
**قالت لي ستي:** كانت النسوة يخافون أن يسرق أحد شعرهن ويعمل له أعمال سحرية، لذا كانوا يدفنون شعرهن المتساقط، وكانت النساء يخبئن مشاطة شعورهن في الثقوب قائلين: يا أرض اكفلي ويا ملائكة اشهدي. أو يضعنه في مخدة ينمن عليها.

# صدر حديثا



## ضيعة القوارير

صدر عن دار كيوان للطباعة والنشر بمدينة سويداء السورية رواية ضيعة القوارير للروائية الفلسطينية الاسترالية دينا سليم حنحن. رواية قصيرة وشيقة، محزنة أيضًا، كُتبت في لغة سلسة وأحداثها متصاعدة، تبدأ عند استيقاظ الأسرة على صوت انفجار مخيف، بعد البحث لا يعثرون على شيء، ولكنهم في الصباح يكتشفون أن قارورة قديمة كبيرة الحجم في الطابق السفلي قد تحطمت! رواية فيها من الواقعية الكثير، وفيها من الخيال الذي رفعت الكاتبة على معطيات واقعية، وربما من تجربة شخصية خصوصًا بما يتعلق بمرض الابن الذي تهديه روايتها. وهي تشبه سيناريو لفيلم رعب إلى حد ما.



[Type here]