



مركز الانطلاقة للدراسات

ALENTILAQAH RESEARCH CENTER (A.R.C)

مجلة تعنى بالثقافة والترااث الفلسطينيين تصدر كل يوم من أيام رمضان

يرحرها الأخ خالد غنام أبو عدنان

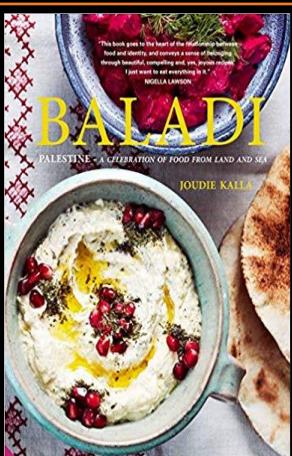


بسم الله الرحمن الرحيم

قُلْ لَا أَجِدُ فِي مَا أُوحِيَ إِلَيَّ مُحَرَّمًا عَلَى طَاعِمٍ يَطْعَمُهُ

﴿١٤٥﴾
الأنعام

صدق الله العظيم



كتاب بلدي فلسطين

Baladi Palestine

لجدوي كالة: صفحة(80)

المقادير:

(500) غرام من حبوب الفول الأخضر المجمد، 500 غرام من قطع لب الأرضي شوكي -
ضمة من أوراق الكزبرة الخضراء المفرومة، أربعة فصوص Artichoke المجمد -
ثوم مهروس، عصير جبدين ليمون، ملعقة كبيرة من السكر الناعم، زيت زيتون، ملح
طعام).

الطريقة:

(نسلق فول الأخضر بمحلول الماء المמלח مدة نصف ساعة، وكذلك نسلق لب الأرضي
شوكي لمدة 40 دقيقة في محلول الماء المמלח في طنجرة ثانية، ونراقبهما حتى يصلها
لمرحلة الاستواء، وفي نفس الوقت نضع 200 ملي لتر من زيت زيتون في مقلاة حتى
تصبح درجة حرارة الزيت متوسطة نضع الثوم ونقلبهم لمدة دقيقتين ثم نضيف الفول
 والأرضي شوكي ونقلب الخليط لمدة خمسة دقائق ثم نضيف الكزبرة وعصير الليمون
 والسكر ونرفع المقلاة عن النار ونضع المكونات في طبق التقديم ويتم تزيين الطبق
 بباقي الكزبرة المفرومة).

طبيب من فلسطين

الدكتور رامي أبو شمسية

من أطباء فلسطين الذين يعيشون خارج فلسطين. من مواليد مدينة الخليل في فلسطين عام ١٩٧٣ م . تعلم في مدرسة الحسين بن علي وأنهى دراسة الثانوية فيها عام ١٩٩٢ . في عام ١٩٩٩ انهى دراسة الطب العام في جامعة الطب القومية بمقمولنس.

-في العام ٢٠٠٢ انهى ماجستير بالجراحة العامة والمنظار بمرتبة امتياز

-في العام ٢٠٠٦ انهى دكتوراة بالجراحة العامة والمنظار وجراحة القولون والمستقيم بمرتبة الشرف وامتياز

-بداية من العام ٢٠٠٦ ولغاية ٢٠١١ عمل إستاذ في جامعة الطب في قسم الجراحة

-منذ العام ٢٠١١ ولغاية الان ترفع الى درجة كبير الجراحين في القسم الجراحي للجامعة الطب

-منذ العام ٢٠٠٨ ولغاية ٢٠١٤ عمل مساعد عميد الجامعة الطب في كييف

-صاحب اكثر من ٦٧ بحث علمي في اوكرانيا و العالم

-صاحب ٩ براءات اختراع بالجراحة العامة والمنظار.

الطب الشعبي الفلسطيني

الفيجن

عشبية معمرة شائعة في معظم أنحاء العالم ، موطنها الأصلي أوروبا الشرقية ، كثيرة الفروع متعددة السيقان ذات أوراق صغيرة الحجم خضراء ميالة إلى الأزرق ، أزهارها صفراء اللون بشكل مجموعات تنمو على نهايات الفروع و ثمرة كروية على شكل كبسولة ، يبلغ ارتفاع الشجيرة البالغة منها نحو مترين واحد ، الجزء المستخدم منها اوراقها ذات الرياحنة العطرية النفاذة المميزة ولهذا النبات الشهير عدة تسميات شائعة منها : الشذاب ، الفيجل ، حزاء ، الخفت ، الفيجن ومن المعروف بشكل شائع عن هذا النبات قدرته على إحداث الإجهاض لدى الحوامل.

المرض الذي تستعمل ضده بالدرجة الأولى: الأطفال الذين تغور أعينهم وتتجف أنوفهم ويصابون بالإسهال وتتأثره فعال لدرجة كبيرة وإذا شم طفل من بيت مجاور رائحته، فإنه يمرض وقد يموت، وكذلك يستعمل ك قطرة للعيون للكبار، حيث يعصر ماء الأوراق ثم يغلى ويصفى ثم ينقط منه في العيون . طريقة الاستعمال: بالنسبة للأطفال يغلى ويعرض الطفل لبخاره، كما ينقطون من السائل في آذن وأنف المريض.



من الأغاني الشعبية الفلسطينية
يا طلت خيلنا من قاع وادي

يا طلت خيلنا من قاع وادي * عوايد رجالنا تكيد الأعادي * عوايد رجالنا من دير حنا * يا طلت خيلنا من دير حنا * يومك يا أرضنا والشعب غنى * يومك يا أرضنا والشعب غنى * يا طلت خيلنا منصب عرابة * يا طلت خيلنا منصب عرابة * لاجلك يا بلادنا صحو الشباب * لاجلك يا بلادنا صحو الشباب * يا طلت خيلنا من تل ساخنين * يا طلت خيلنا من تل ساخنين * يومك يا أرضنا نحنا وشاهدين * يومك يا أرضنا نحنا وشاهدين * يا طلت خيلنا من فوق الرامة * يا طلت خيلنا من فوق الرامة * تسلم يا شعبنا يا أبو الكرامة * تسلم يا شعبنا يا أبو الكرامة * يا طلت خيلنا من أرض البغنة * يا طلت خيلنا من أرض البغنة * بقى ع بلادنا والكل سامعني * بقى ع بلادنا والكل سامعني * يا طلت خيلنا من مجد يليكروم * يا طلت خيلنا من مجد يليكروم * دمك شبابنا ع الأرض بيعدون * دمك شبابنا ع الأرض بيعدون * يا طلت خيلنا من أبو سنان * يا طلت خيلنا من أبو سنان * حبك يا بلادي مكتوب ع لسانى * حبك يا بلادي مكتوب ع لسانى * يا طلت خيلنا من صوب عكا * يا طلت خيلنا من صوب عكا * ما نسيك أرضنا لو رحنا مكة * ما نسيك أرضنا لو رحنا مكة * يا طلت خيلنا من صوب طمرة * يا طلت خيلنا من صوب طمرة * نرقص بفراحنا ع ضي القمرة * نرقص بفراحنا ع ضي القمرة * يا طلت خيلنا من شفا عمرية * يا طلت خيلنا من شفا عمرية * ما بنرضي يكمب ديفد حل القضية * ما بنرضي يكمب ديفد حل القضية * يا طلت خيلنا من صوب حيفا * يا طلت خيلنا من صوب حيفا * عوايد رجالنا ترقص ع كيفه * عوايد رجالنا ترقص ع كيفه * يا طلت خيلنا من صوب يافا * يا طلت خيلنا من صوب يافا * تسلم يا شعبنا كلّ لطافة * تسلم يا شعبنا كلّ لطافة * يا طلت خيلنا هالنصراوية * يا طلت خيلنا هالنصراوية * تسلم يا شعبنا لأجل الحرية * تسلم يا شعبنا لأجل الحرية * يا طلت خيلا من صوب الرينة * يا طلت خيلنا من صوب الرينة * اصمد يا شعبنا الله بعيني * اصمد يا شعبنا الله بعيني * يا طلت خيلنا من أرض المشهد * يا طلت خيلنا من أرض المشهد * مظلوم يا شعبنا والله بيشهد * يا طلت خيلنا من كفر كنا * يا طلت خيلنا من كفر كنا * يومك يا أرضنا والدم غنى * يومك يا أرضنا والدم غنى * يا طلت خيلنا من جبل طرعن * يا طلت خيلنا من جبل طرعن * اصمد يا شعبنا بأرظ الجولان * اصمد يا شعبنا بأرظ الجولان * يا طلت خيلنا من تل الزعتر * يا طلت خيلنا من تل الزعتر * عوايد رجالنا للعدا تفهر * عوايد رجالنا للعدا تفهر * يا طلت خيلنا من عيلبوني * يا طلت خيلنا من عيلبوني * لاجلك يا شعبنا والروح يهون * لاجلك يا شعبنا والروح يهون * يا طلت خيلنا من كوفر ياسف * يا طلت خيلنا من كوفر ياسف * رايتك يا بلادنا عالينا ترافر * رايتك يا بلادنا عالينا ترافر

مناطق سياحية في فلسطين

معارة "بيت ليد"

جعيتا فلسطين، التي تضاهي في تكوينها وجمالها "جعيتا" لبنان، وتتخذ من قرية "بيت ليد" الواقعة ما بين مدينتي طولكرم ونابلس في شمال فلسطين مكان لها منذ أكثر من مليون عام.



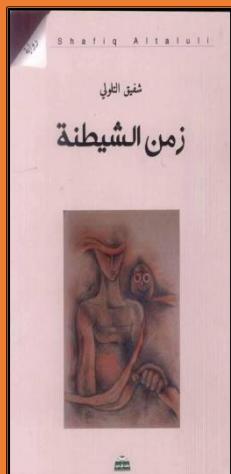
أسماء ثورية للبنات

فداء

معناه: المائلة عن القصد، العنيدة، السحابة الكثيرة المطر لا تكاد تقلع. ويقال: عقبة عنود، أي صعبة المرتفق.
من الفعل عند: عتا وطفي وجواز قدره. وعنود على وزن فَعُول. كما يحمل معنى اسم العنود صفة العند ومعنى صعبه المنال، والجدير بالذكر أن من المعاني الأخرى لهذا الاسم على الغزال التي تقدُّم قطيعها، ويُستخدم اسم العنود لوصف فتاة بالجمال والحسن. وهو اسم عربي مؤنث لمن لا يختلط بالناس، عند يعند عناداً ويعني التشبث بالرأي والإصرار عليه.

وفي قصيدة العنود لياسر التويجري: لا شموخ وكبراء وأنف يرقى للسنود والقضية أكبر أكبر من شموخي وأدبى للجهالة * إيه والله فزت في كل البنود * والبغاء لكل شخص ما يقر إنني غبي * أستبد وكني اللي ما خلق منه أسود * لين داور هالزمان وقص خشمي وشنبي * إيه راحت وتركتني ويمكن إنه ما تعود * وداست برجله لعاته وجه قلبي وأهبي * من خيانة قيديني بالقيود * وعقدي لي تحت نمله وسط غار مربعي * ما على من الملامة والإهانة لو تزود * والرجولة مانبيها لا نويتي تقربي * واحد اللي يحسبون الحب تفتيل الزنود * ظافرين وكل واحد بنت قلبه تتسببي * الدعاية دلاجتهم من شموخ وبيت جود * في بحور لو تبعته كان يغرق مرکبی * ما علينا ارجعى لي لو سمحتي يا عنود * دامك أنتي أكبر أكبر من شموخي وأدبى * وصدقيني لو يحول الوقت دونك بالسدوذ * ما أنكر إنك يوم رحتي طحت واثق برکبی.

إصدارات فلسطينية أدبية



سبعة عشر عاماً مضت وما زالت معاناة ستة وعشرين فلسطينياً من مبعدي كنيسة المهد في بيت لحم إلى قطاع غزة متواصلة، فقد مررت تلك السنوات وهم بعيدون عن أهلهم وأحبائهم وأمكنتهم بما تحملها من ذكريات وحيوات، أي عن بلداتهم الأصلية، لتشكل تلك المعاناة قضية سياسية ذات أبعاد اجتماعية تجذرت وامتدت دون إيجاد حل لها.
أبعاد هذه القضية وتفاصيلها، كانت مصدر إلهام للروائي الفلسطيني شقيق التلوي، الذي سير أغوارها، وتعقق في حكاياتها، ليسطر صفحات رواية أدبية حملت عنوان "زمن الشيطنة"، تناولها من خلالها أبعاد تلك القضية السياسية من زاوية اجتماعية وإنسانية.

أسيرات فلسطينيات في سجون الاحتلال الإسرائيلي

اسم الأسيرة: صابرين محمد حيدر زبيدات

مكان السكن: سخنين

تاريخ الاعتقال: 2016 / 9 / 22

اسم المعتقل: سجن الدامون | 50 شهر و 8 آلاف شيكل غرامة



من الأدوات التراثية



السفرطاس: هو مجموعة من الأواني المعدنية الأسطوانية الشكل، المرتبة على شكل طبقات تحمل في رزمة واحدة. ويستخدم لنقل أصناف عدة من الطعام، في ذات الوقت، إلى أماكن بعيدة، كي لا تبرد عند نقلها.