



مركز الانطلاقة للدراسات

ALENTILAQAH RESEARCH CENTER (A.R.C)

مجلة تعني بالثقافة والتراث الفلسطيني تصدر كل يوم من أيام رمضان
بحررها الأخ خالد غنام أبو عدنان



ثمرة رمضان 17

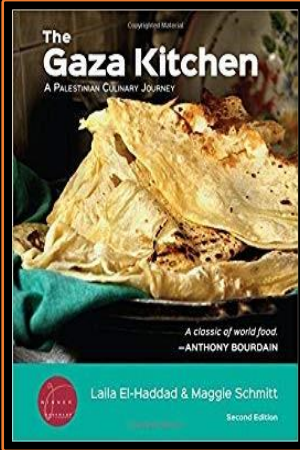
بسم الله الرحمن الرحيم

فَإِنْ طَبِنَ لَكُمْ مِّنْ شَيْءٍ مِّنْهُ نَفْسًا فَكُلُوهُ هَنِيئًا مَّرِيئًا

﴿ ٤ النساء ﴾

صدق الله العظيم

سلطة أبو صفية



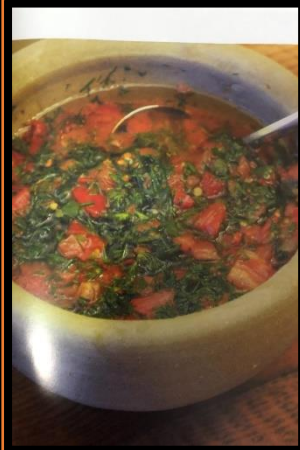
كتاب مطبخ غزة
Gaza Kitchen
لليلى حداد: صفحة (53)

المقادير:

(معلقة كبيرة من حبوب الشبث، 3 فصوص ثوم، 3 قرون فلفل حار مفرومين، أوراق بصل أخضر شالوت مفرومة، نصف كوب من الأعشاب المفرومة "نعنع وبقدونيس وكراث وكزبرة وحبق الريحان"، ثلاث حبات طماطم منزوعة القشرة ومفرومين فرم متوسط، عصير حبة ليمون، معلقة كبيرة من الطحينة، زيت زيتون، ملح طعام، ماء).

الطريقة:

(نقوم بوضع الملح وفلفل وثوم بالهاون ونهرسهم جيدا، ونقوم بفرم أوراق البصل وحببات الطماطم، وكذلك فرم أوراق الأعشاب بعد إزالة سيقانها، نضع كل المكونات في جاط ما عدا الطماطم ونقلبهم بشكل جيد، ثم نضيف الطحينة ونقلبهم مرة أخرى، وقبل تقديم الطبق بربع ساعة فقط يتم إضافة الطماطم المفرومة وزيت زيتون وعصير الليمون ونحرك المكونات جيدا ثم نسكبها بأطباق التقديم ونقوم بتزيين الأطباق بأوراق النعنع وحبق الريحان).



طبيب من فلسطين

الدكتور خالد مروان دمياطي

رئيس قسم الجراحة و المناظير- مستشفى النجاح الوطني الجامعي . حاصل على زمالة تخصص في جراحة الكبد و البنكرياس و القنوت المراريه. مركز سن لاينج الطبي (ماليزيا) . زمالة مناظير الجهاز الهضمي من كوالالمبور (ماليزيا) . زمالة جراحة المنظار (ماليزيا) ، ماجستير الجراحة العامه و تخصص عالي في الجراحة العامه و جراحة المنظار من جامعة العلوم الماليزيه. حاصل على البورد الوطني الماليزي و البورد الفلسطيني في الجراحة العامه و جراحة المنظار. حاصل على تدريب متقدم في عدة دورات في مجال الجراحات و المناظير المتقدمه و زراعة الكبد- بريطانيا، الهند و اليابان.

عضو هيئه تدريسيه في كلية الطب و علوم الصحة في جامعة النجاح و حاصل على رتبة استاذ مساعد و تعين كرئيس لقسم الجراحة منذ عام 2012 ساهم في تاسيس اقسام الجراحه و المناظير في مستشفى النجاح الوطني الجامعي و تجهيزها و تشغيلها

قام باجراء العديد من العمليات الجراحيه و عمليات المناظير المعقده في المستشفى بعضها يجرى لأول مره في الوطن. قام بتاسيس وحدة جراحة الكبد و البنكرياس و القنوت المراريه و هي الاولى في الوطن المتخصصه في هذا النوع من الجراحات. تهدف الوحده ايضا للتحضير و التاسيس لبدء عمليات زراعة الكبد في الوطن . قام بالمساهمة مع زملائه في انشاء برنامج طبي لتدريب الاطباء في مستشفى النجاح الوطني الجامعي للحصول على شهادة البورد الفلسطيني في الجراحة العامه قام بالعديد من الابحاث و الدراسات الطبيه اللتي تم نشرها و تقديمها في مؤتمرات محليه و عالميه. ناشط في مجال مكافحة السرطان و علاجه و عضو في جمعية اطباء الاورام الفلسطينية

الطب الشعبي الفلسطيني

البقدونس

هو نبتة معروفة لا تحتاج إلى
وصفة، تستعمل ضد الحمى،
وطريقة الاستعمال في غاية
البساطة: تغلى النبتة في الماء،
ويشرب المريض الماء السائل بعد
أن تخرط فيه النبتة تماماً.
ينصح أخصائيو الحمية الغذائية
بشرب كوب من مغلي البقدونس
على الريق، للتخلص من الوزن
الزائد، ويتسائل الكثير من
الأشخاص هل له فوائد أخرى غير
إنقاص الوزن؟، بالطبع نعم
فالبقدونس المغلي يوجد به
الفيتامينات والمعادن الهامة لصحة
الجسم وللوقاية من الأمراض
المختلفة، في هذا المقال تعرف
على فوائد مغلي البقدونس لإنقاص
الوزن وللوقاية من الأمراض
والطريقة الصحية لتحضيره
وموانعه.

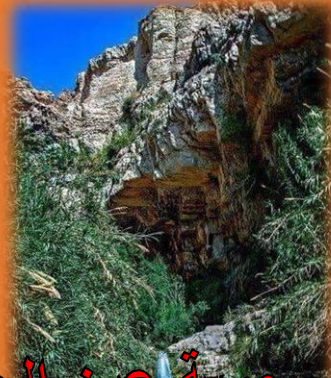


من الأغاني الشعبية الفلسطينية

نزلنا ع الدبكة

على دلعونا وعلى دلعونا * ما احلاها الدبكة ونظرة العيون * نزلنا ع الدبكة ونزلني حدو * شبك بايدي وخدي
ع خدو * بالدبكة يمكن ماني من قدو * رح بعمل منو قيس المجنونا * نزل عالدبكة ومسكني بحده * وشلحني
المحبس الله لا يرده * والله لا بعته كلام يهده * ان كنه رجال يقرب لهونا * نزلت عالدبكه صارت تتلوي *
حرق حشيشه قلبي من جوا * الله يهديكوا يا جنس حوا * علمتو الجاهل غمز لعينا * نزل ع الدبكه اللويح
الشاطر * لوحة يا مينه بتجبر خاطر * والله لا أهجم والله لا خاطر * كرمال عيونك يا فلسطينا * على دلعونا
وعلى دلعونا * الله يسامحهم هلي هجرونا * قلبي قدمتو للغالي هدية * وزينتو باسمو بأحلى جورية * عا حبو
أنا لأبقى وفيه * مهما جافاني أسمر اللونا * على دلعونا وعلى دلعونا * وشباب بلادي أجمل ما يكونا * أمي يا
أمي محبوبي وينو * تسلمي روجو تسلمي عينو * طالت الفرقة ما بيني وبينو * قوليلو يعود لقلبي الحنونا *
على دلعونا وعلى دلعونا * ع فراق الغالي دبلت الجفونا * يما حبيبي قلبو شو قاسي * عزبلي روجي جرح
إحساسي * طيفو شعلني وجعلي راسي * بن سينا وعلمو مارح يشفونا * على دلعونا وعلى دلعونا * ع
البيرد كانت و الهوى جنونا * قر بت عليها و غمزيتا عيونني * اشتلقو الحصادي عليّ و لحقوني * رصا
ص بوار يدن عم يمطروني * لو جابو الهاون ما بيقتلونا

مناطق سياحية في فلسطين



محمية عين الجدي

تقع هذه المحمية على الشاطئ الغربي للبحر الميت على بعد 65 كم من

مدينة القدس.



أسماء ثورية للبنات

رودينا

إسم الردين ينسب ويقال الرديني للرمح وليس السيف، رماح ردينية الرمح الرديني سمي بهذا الإسم تيمناً ونسبة إلى امرأة في عصر الجاهلية كانت تمتهن صناعة الرماح واسمها ردينة. وحشبه معجم تاج العروس : رُدِينَةٌ: امرأة في الجاهلية كانت تسوي الرماح بخط هجر ، إليها نسبت الرماح الردينية. وحسب المذكور في المعجم فإننا لا نجد أصلاً للإسم في اللغة العربية وهو غالباً اسماً أعجمياً وأفدأ لا يُعرف معناه . ويقال أيضاً أن ردينة هي أول امرأة صانعة للأدوات القتالية سيوفاً ورماحاً وفي معنا آخر فيقال : رُدِينَةٌ إسم علم مؤنث عربي أصله "الرَدْن" وهو عَزْلٌ غير منتظم، تصغير له. والرَدْن: صوت السلاح بوقعه بعضه على بعض. أما في لسان العرب هو اسم علم مؤنث من أصل عربي مشتق من كلمة الرَدْن وهي كلمة عربية قديمة تعني الغزل غير المنتظم واسم روديته ما هو إلا تصغير للفظ رَدْن، ويقال أيضاً أن لفظ رَدْن القصد بها هو الصوت الذي يصدره السلاح عندما يوضع فوق بعضه وهناك العديد من المعاني وردت حول اسم روديته في اللغة العربية فقيل أنه اسم سيدة كانت تصنع السيوف قديماً، وقيل أنه وصف للرمح، ويقال أيضاً أن روديته هو اسم غيمه مباركة تمر وتنزل مطراً خفيفاً جميلاً يحمل معه الخير، لكن لا يوجد ما يثبت أي معنى هو الصحيح. وفي شعر: روديته سامحيني لو غلط قلبي عليك وقال أحبك أعذريني.. ولو قسي قلبي عليك ورد أسمك.. وأغفري لي ذلة عيون تمتت أنها بلحظة تشوفك.. وأرحلي عني بعيداً ولا يهملك أتركي..

إصدارات فلسطينية أدبية



نوال أسعد

أطلقت الكاتبة نوال أسعد روايتها "رائحة الرماد". تقع الرواية في 224 صفحة من القطع المتوسط، وصدرت عن دار الرصيف للنشر والإعلام في رام الله، وتتناول الرواية عبر قرن من الزمان حياة عائلتين فلسطينية ويهودية وعلاقتها بالأحداث في العالم وعلى أرض فلسطين. ولدت أسعد عام 1965، وتخرجت من جامعة لندن للفديو والأفلام LCP، وتعمل صحفية في عدد من الوكالات العالمية، وأصدرت مجموعة قصصية وهذه روايتها الأولى.

أسيرات فلسطينيات في سجون الاجتلال الإسرائيلي

اسم الأسيرة: أمل جهاد علي طقاطقة

مكان السكن: بيت لحم/ بيت فجار

تاريخ الاعتقال: 2014 / 12 / 1

اسم المعتقل: سجن الدامون | 7 سنوات



من الأدوات التراثية



صينية قش: طبق منسوج من قش القمح، وقد يصبغ القش بعدة ألوان، وأحياناً يصنع من خيوط بلاستيكية ملونة. ويستخدم لتقديم الطعام وللزينة.