



# مركز الانطلاقة للدراسات

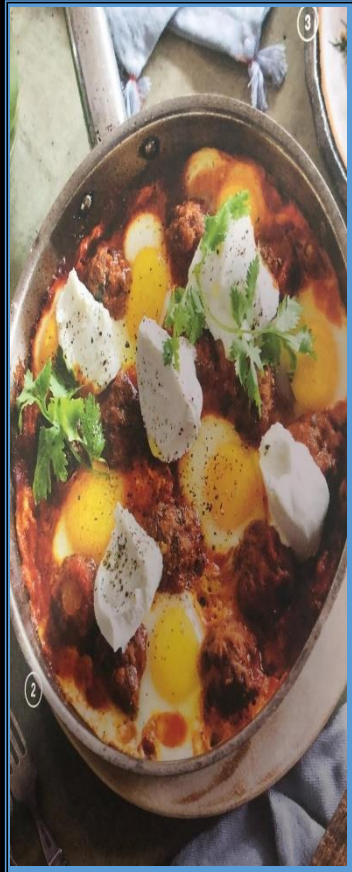
ALENTILAQAH RESEARCH CENTER (A.R.C)

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



بسم الله الرحمن الرحيم  
وَمَنْ كَانَ فَقِيرًا فَلْيَأْكُلْ بِالْمَعْرُوفِ  
﴿ ٦ النساء ﴾  
صدق الله العظيم

## كفتة بالبيض واللبننة



كتاب حمص وشركاؤه

Hummus & Co.

لميخائيل الرنتيسي ( صفحة 24 )

### المقادير:

(300) غرام لحمة عجل مفرومة، بيضة كبيرة مخفوقة، أربعة ملاعق من مكعبات الخبز المحمص، 3 ملاعق من زيت زيتون، بصلة بنية مفرومة، سنين ثوم مهروسين، 400 غرام من الطماطم المفرومة فرم ناعم، 200 ميلي لتر من مرقة الدجاج، معلقتان من بهار الباربيكا الحلوة، معلقة من الكمون المطحون، معلقة من الكزبرة المطحونة، ثمانية بيضات، أربعة ملاعق من اللبننة، أوراق أعشاب عطرية "كزبرة ونعنع وحبق ريحان"، فلفل أسود مطحون).

### الطريقة:

(نضع اللحمة المفرومة والبيضة المخفوقة ومكعبات الخبز المحمص في جاط كبير، نضيف عليهم الملح والبهارات، ثم نخلط المكونات ونقلبهم حتى يتجانس شكلهم، ثم نبدأ بتشكيل الخلطة على شكل كرات متوسطة الحجم بحجم اللقيمات، ثم نضع الزيت في المقلاة حتى تصبح حرارته متوسطة نضيف البصل والثوم ونقلبهم لمدة أربعة دقائق ثم نضيف الطماطم المفرومة ونرش القليل من الملح والفلفل الأسود ونغطي المقلاة لمدة خمسة دقائق حتى تصبح صلصة متجانسة، نضع كرات الكفتة في مقلاة كبيرة ونسكب فوقهم الصلصة ونقص الثمانية بيضات فوقهم، ونقلبهم لمدة ثلاث دقائق، ثم نخفف النار ونضع غطاء فوقهم ونتركهم لمدة خمسة دقائق، ثم نضعهم في طبق التقديم ونضع فوقهم القليل من اللبننة في زوايا الطبق، ونرش أوراق الأعشاب العطرية والقليل من الفلفل الأسود وزيت الزيتون).



### الطب الشعبي الفلسطيني

## رجل الحمامة

- أ. مكان وجودها: تنبت في الأراضي البور غير المزروعة.
- ب. الفصل الذي تنمو فيه: الربيع.
- ج. أوصافها: هي نبتة زاحفة على الأرض لها أغصان طويلة متشابكة مع بعضها البعض، لون الغصن أحمر والأوراق خضراء، تزهر زهرة بيضاء صغيرة بحجم نصف القرش، لون الغصن كلون رجل الحمامة ومن هنا جاء الاسم.
- د. الجزء الذي يستعمل منها: جميعها.
- هـ. المرض الذي تستعمل ضده: الحصى والإسهال.
- و. تؤخذ خضراء وتجفف لتستعمل في أيام عدم وجودها، حيث يؤخذ كيلو ماء تقريباً مع ربع وقية من النبتة ويغلى على النار، ثم يوضع في قناني زجاجية أو يتناولها المريض كبديل عن الماء حتى يزول المرض، والمدة المقررة التي يتناول فيها المريض الدواء 40 يوماً فقط، يشترط على المريض بعدها أن لا يشرب الشاي والقهوة. وتنطبق نفس المواصفات في حالة كون الحصى موجودة في الكلى أو المرارة، أما في حالة الإسهال فيشرب المصاب من العصير مرة أو مرتين فقط.

## طبيب من فلسطين

### الدكتور رياض عامر

استشاري أمراض الدم وزراعة نخاع العظم في مستشفى النجاح الجامعي.

يحمل شهادة البكالوريوس في الطب والجراحة من جامعة البصرة بالعراق. وشهادة الماجستير في أمراض الدم من جامعة لندن. حاصل على التخصص العالي في أمراض الدم وزراعة نخاع العظم. وشهادة البورد البريطاني والأردني والفرنسي والفلسطيني. وشهادة البورد البريطاني والأردني والفلسطيني في أمراض الدم. عضو جمعية أطباء الدم الأمريكية. أول من أجرى عملية زراعة نخاع العظم في فلسطين. أسس جمعية أطباء الأورام وأمراض الدم الفلسطينية.



من الأغاني الشعبية الفلسطينية

## أغنية وساري سار الليل

وساري سار الليل \* وساري سار الليل \* إحقّ حبيبك \* سار الليل وساري سار الليل  
\* إحقّ حبيبك \* سار الليل وساري سار الليل \* وساري سار الليل \* وساري سار  
الليل \* وساري سار الليل \* إحقّ حبيبك \* سار الليل وساري سار الليل \* إحقّ  
حبيبك \* سار الليل وساري سار الليل \* كان عندك عدالة تبعثلي رسالة \* كان  
عندك عدالة تبعثلي رسالة \* تظفي النار لي بقلبي \* وساري سار الليل \* تظفي النار  
لي بقلبي \* وساري سار الليل \* وساري سار الليل \* وساري سار الليل \* وساري سار  
الليل \* إحقّ حبيبك \* سار الليل وساري سار الليل \* إحقّ حبيبك \* سار الليل  
وساري سار الليل \* حلفتك بربي ياساكن بقلبي \* حلفتك بربي ياساكن بقلبي \* لا  
تهجر لي حبي \* وساري سار الليل \* لا تهجر لي حبي \* وساري سار الليل \*  
وساري سار الليل \* وساري سار الليل \* إحقّ حبيبك \* سار الليل وساري سار الليل  
\* إحقّ حبيبك \* سار الليل وساري سار الليل

## مناطق سياحية في فلسطين



### محمية عين القرن

تقع شمال الخليل وهي غابة بلوط طبيعية ذات درجة حرارة معتدلة  
بالصيف ومعدلات رطوبة منخفضة. فيها أشجار البلوط والقيقب والبطم  
والزعرور والعبهر والإجاص. تتنوع أراضيها فمنها المزروع ومنها الجرداء  
الصخرية والمشجرة. تتواجد فيها عدة حيوانات مثل السنجاب والثعالب  
والقناذ.



## أسماء ثورية للبنات

### أمجاد

معنى اسم أمجاد هي جمع لكلمة مجد والتي تعني رفعة المكانة وعزة النفس والتاريخ المشرف، ولما كانت تلك هي معاني مفردة فدل الاسم بصيغة الجمع على كثرة المناقب ونبيل الخلق ومكارم الأخلاق، وهو اسم عربي الأصل ويستخدم كذلك للدلالة على الأرض المرتفعة عما حوله، واستخدم أيضاً للإشارة إلى النسب الشريف والمقام الرفيع.

وهو كم اسم مؤنث له اشتقاقات أكثر شهرة مثل مجد، مجيدة، مجدية، ماجدة، ومن هذه الأسماء يمكننا أن نبحث عن اشتقاق أمجاد من مجد بمعنى رائد ذو رفعة وإذا كان من ماجد فيكون بمعنى النيل ذو الخلق الحسن أما إذا كان حذره من مجد فهذا يعني المروءة والكرم، ومعنى اسم امجاد في اللغة العربية هو رفعة الشأن ومن صفات امجاد انها طيبة وحنونة وخلوقة وتحب الاخرين.

وفي شعر وردت كلمة أمجاد في مفاخر العرب:

(تَمَاجِدُ الْقَوْمِ وَالْأَلْبَابُ مَخْبِرَةٌ \* أَنْ لَيْسَ فِي هَذِهِ الْأَجْيَالِ أَمْجَادُ)  
(الكَرِيمُ الْكَرِيمُ مِنْ ضَمِّ فِي \* التَّارِيخُ أَمْجَادُهُ إِلَى أَحْسَابِهِ)  
(الْمَرْوَعَاتُ وَالْعُلَا لَمْحِ بَلَّةٌ \* وَأُمُّ الْأَمْجَادِ ، يَامَجْدُ عَاقِرُ)  
(خَيْرُ فَخْرٍ لِأُمَّةٍ ذَاتِ مَجْدٍ \* فَخْرُهَا الْأَكَارِمُ الْأَمْجَادُ)

### إصدارات فلسطينية أدبية



أطلق الشاعر بدر عثمان، مجموعته الشعرية "ترجمة باخ"، وصدرت المجموعة عن الدار الأهلية للنشر والتوزيع في الأردن، بالتعاون مع مؤسسة عبد المحسن القطان، وكانت قد حصلت على إشادة لجنة التحكيم في مسابقة الكاتب الشاب التي أجرتها مؤسسة وتقع المجموعة في 104. القطان عام 2017، مع توصية بالنشر صفحات من القطع المتوسط، وصمم غلافها الشاعر زهير أبو شايب، واحتوت على 7 نصوص.

### أسيرات فلسطينيات في سجون الاجتلال الإسرائيلي

اسم الأسيرة: حلوة سليم محمد عليان حمامرة

مكان السكن: بيت لحم/ حوسان

تاريخ الاعتقال: 2015 / 11 / 8

اسم المعتقل: سجن الدامون | 6 سنوات، و4000 شيكل غرامة



### من الأدوات التراثية



جرة حفظ زيت الزيتون

وهي إناء زجاجي أسطواني الشكل معتم اللون لحفظ الزيت من تأثير الضوء، له عنق ضيق تتوسطه فتحة يتم إغلاقها بقطعة من الفلين.