



مركز الانطلاقة للدراسات

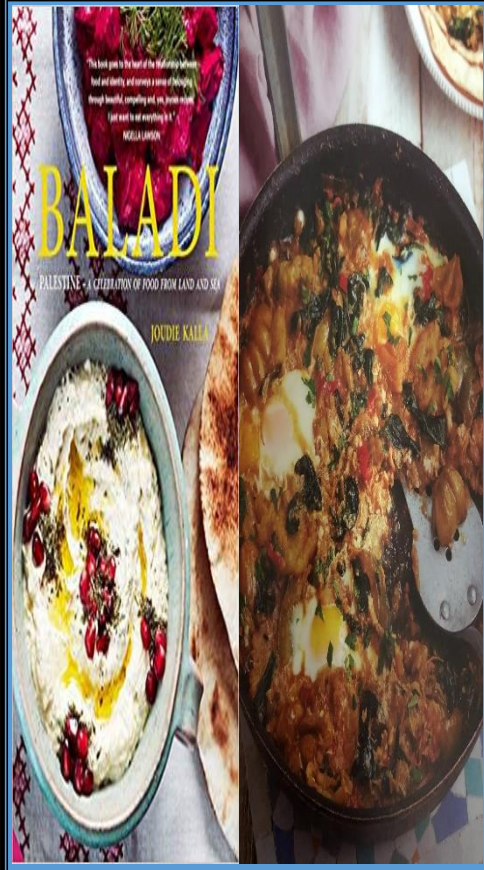
ALENTILAQAH RESEARCH CENTER (A.R.C)

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



بسم الله الرحمن الرحيم
وَطَعَامُ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ حَلٌّ لَكُمْ وَطَعَامُكُمْ حَلٌّ لَهُمْ
(٥ المائدة)
صدق الله العظيم

شكشوكة خضرة



كتاب بلدي فلسطين

Baladi Palestine

لجودي كالا (30 صفحة)

المقادير:

(كراث أخضر مقطع على شكل حلقات، سنين ثوم مهروسين، قرن فلفل أخضر مفروم، قرن فلفل حار مفروم، ست حبات طماطم أخضر مقطعات على شكل حلقات، ضمة من شارد السويسري منزوع السيقان ومقطع للقيمات متوسطة الحجم، 20 غرام من أوراق زعتر الأورغانو الطازجة، أربع بيضات كبيرات، معلقة صغيرة من بهار الباربيكا، معلقة صغيرة من مسحوق الكمون، نصف لتر ماء، ثلاث ملاعق كبيرة من زيت زيتون، فلفل أسود مطحون، ملح طعام).

الطريقة:

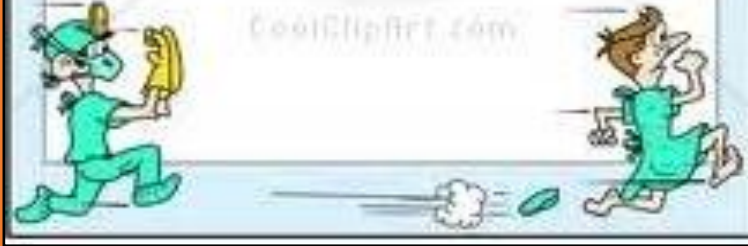
(نضع الزيت في مقلاة حتى تصبح درجة حرارته متوسطة، ثم نضيف الكراث الأخضر ونقلبه لمدة ثلاث دقائق حتى يذبل ويصبح طريا، ثم نضيف الفلفل والثوم ونقلبهم لمدة خمسة دقائق، ثم نضيف الطماطم ونقلبهم قليلا ثم نضع غطاء فوق المقلاة ونخفف النار لمدة سبع دقائق حتى تتكون الصلصلة السمكية، ثم نضيف الشادر السويسري ونقلب الخليط مع رفع درجة حرارة النار قليلا حتى تتشف الصلصلة قليلا، ثم نضيف البهارات والأعشاب ونقلب لمدة دقيقتين، ثم ننقل المحتويات لصينية الفرن، ونفقص فوقهم البيضات، ونخبزهم بالفرن لمدة سبع دقائق على درجة حرارة 200 درجة سيليزية).



طبيب من فلسطين

الدكتور رامي عجعج

أخصائي جراحة الأعصاب والمخ والعمود الفقري في ألمانيا . وهو من مواليد مدينة نابلس . قام بأجراء عدة عمليات ناجحة ونادره في الاعصاب والغدد النخامية وأوعية المخ, حيث تم تعييني نائب رئيس قسم جراحة المخ والأعصاب.



الطب الشعبي الفلسطيني

شرش العكول

- أ. مكان وجوده: السهل الساحلي، والسهول الجبلية
- ب. الفصل الذي تنمو فيه: الصيف
- ج. أوصافه: تطلق النبتة من الأرض أغصاناً خضراء طويلة، وهي نبتة شوكية ولون شوكتها أخضر
- د. الجزء الذي يستعمل منها: الجذور
- هـ. المرض الذي تستعمل ضده: الحصى في الكلى
- و. طريقة الاستعمال: تؤخذ الجذور وتغلى بالماء ويعطى المريض كأس منها قبل النوم وكأس صباحاً قبل الفطور.



من الأغاني الشعبية الفلسطينية

أغنية حُبك يا سمرة

ويلي دلعونا ويلي دلعونا * بيتي عمّرتو ما بين عيونا * حُبك يا سمرة خبيتو بروحي * وإنّتي عذابي
وبلسم جروحي * مطرُح ما بدك بعيني رُوحِي * قلبي ع حسابك فيكي مجنونا * قلبا عفاقن زادت
دقاتو * بالغربة يما شوفي حالاتو * مهموم و ضايع زادت جمراتو * و بنار الغربة عم يحرقونا *
مشي معاي عائلته العالي * بدي غنيلك اووف و ليالي * دخلك يا عيني تعالي قبالي * ونغي سوا
على دلعونا * يا جبل حايط يا جبل حايط * عقل البنيه من الفرقة شايط * لاذبح لابوها سبع ربايط *
واذبح لامها كبش بقرونا * على دلعونا وليش دلعتيني * لبن الفدائي يوم رضعتنيني * خلتيني فراقك
صعب و حزين * سامحيني يا أم الحُضن الحنونا * نسّم تالانا يا هوا بلادي * سلم علجبل سلم علوادي
* مشتاق أشوفك يا أرض جدادي * طالت الفرقة عللي حبونا

مناطق سياحية في فلسطين

محمية المكسر

هي عبارة عن أشجار كثيفة متشابكة الأغصان جنوب مدينة جنين. يمكن الوصول إليها عن طريق قرية سيريس. تمتاز بتربة حمراء ضاربة للون البني تتخللها سلاسل من الصخور الصلدم. التي تثبت في شقوقها أنواع مختلفة من النباتات على مدار فصول السنة. قُربها من مرج صانور أثري هذه المحمية وساعد على عبور الطيور من خلالها واستقرار الطيور فيها.

أسماء ثورية للبنات

صمود

اسم عربي يطلق على الإناث بمعنى الثبات والرسوخ، وهو من أسماء البنات التي تدل على القوة والمثابرة، وهو اسم علم مؤنث ذو أصل عربي، وهو اسم سهل وبسيط مكون من أربع حروف، وهو يعني في اللغة العربية الثبات والكبرياء والعزة والكرامة، والاسم "صمود" من الأسماء الحديثة التي ظهرت في مجتمعاتنا العربية الحديثة.

نُطَلِعُكُمْ هُنَا عَلَى أَجْمَلِ آيَاتِ الشِّعْرِ الَّتِي تَحْمِلُ اسْمَ صُمُودٍ وَمِنْ هَذِهِ الْآيَاتِ:

- (لعيون صمود تشرق الشمس وتغيب * نبض الحياة بخافقي من نظرها)
- (بنت القصيد أخت النجوم المراقيب * وجه السنين المقبله وقمرها)
- (كن أسمها عطر القلم والمكاتيب * لامن بدت فيه القصيد شهرها)
- (من بعدها مالي جروح معاطيب * من بعدها عيني هجرها سهرها)
- (هذا غلاها له بالاعماق تجليب * انشد وتلقا بالمحاني خبرها)
- (هي مطلبي لاجيت اعد المطاليب * هي بسمة أيامي وعالي قدرها)
- (بنت الرجال اللي بهم يفخر الطيب * أفعالهم حبر القلم ماحصرها)
- (مادامها تشفق على القلب وتغيب * معذور لو قلبي وروحي مهرها)

إصدارات فلسطينية أدبية



أطلقت الشاعرة شذى أبو حنيش ديوانها "أغوتي الهاوية"، وتقع المجموعة الشعرية في 160 صفحة من القطع المتوسط، وهي صادرة عن مكتبة كل شيء في حيفا، والرسومات والغلاف للفنانة تغريد عبد العال..

أسيرات فلسطينيات في سجون الاحتلال الإسرائيلي

اسم الأسيرة: ملك يوسف حمد سلمان

مكان السكن: القدس/ بيت صفافا

تاريخ الاعتقال: 2016 / 2 / 9

اسم المعتقل: سجن الدامون | 10 سنوات



من الأدوات التراثية



الباطية أو الكرمية: الباطية إناء من الخشب، مستدير الشكل، كان يستعمل للجنج ووضع الخبز فيه، وأحيانا وضع الطبخ فيه للأكل، وهو جزء أصيل من تراث فلسطين، كان يصنع من جذع شجرة، يجوف من الداخل، ويتم تحويره من الخارج بشكل دائري يتسع من الأعلى ويضيق من الأسفل، ويشذب كي يصبح ألمس الملمس. وهو بعدة أحجام؛ كي يتناسب مع عدد أفراد العائلة، أو عدد الضيوف. وكانت الباطية تستخدم في المناسبات الاجتماعية؛ فتقدم فيها المناسف (الرز باللحم واللبن) للضيوف، كما كانت تستخدم لعجن الطين، ولصنع المفتول. ويسمى الوعاء الخشبي الأصغر من الباطية بـ الكرمية