



مركز الانطلاقة للدراسات

ALENTILAQAH RESEARCH CENTER (A.R.C)

مجلة تعنى بالتقافة والتراث الفلسطيني تصدر كل يوم من أيام رمضان
بحررها الأخ خالد غنام أبو عدنان



ثمرة رمضان
20

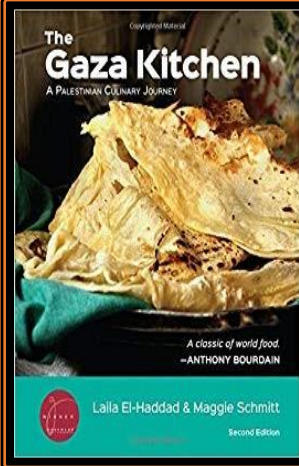
بسم الله الرحمن الرحيم

وَإِذْ قُلْتُمْ يَا مُوسَى لَنْ نَصْبِرَ عَلَىٰ طَعَامٍ وَاحِدٍ

(٦١ البقرة)

صدق الله العظيم

متبل أفوكادو



كتاب مطبخ غزة
Gaza Kitchen
للإلى حداد: صفحة (82)

المقادير:

حبتين أفوكادو منزوعتين القشرة واللب، عصير حبة ليمون، معلقة كبيرة من اللبن الرايب، سنين ثوم مهروسين، قرن فلفل حار مفروم، زيت زيتون، ملح طعام، ماء فاتر.

الطريقة:

(نضع الثوم والفلفل والملح بالهاون ونهرسهم جيدا، ثم نضعهم في جاط ونضيف عليهم قطع الأفوكادو ونهرسهم بعضا الهاون، ثم نضيف اللبن ونحرك الخليط بالمعلقة حتى يصبح متجانس، نضيف القليل من الماء لنجعل المتبل لزج قليلاً إذا كان ناشفاً، ثم ننقل المحتويات لطبق التقديم ونرش فوقه القليل من مسحوق الفلفل الأحمر ونقاط اللبن الرايب ونسكب القليل من زيت زيتون)).





طبيب من فلسطين

الدكتور قصي عبدالفتاح اسماعيل عبده

حصل على شهادته بكالوريوس في الطب العام من جامعه سانت بطرسبورغ

اختصاص الامراض الباطنية من المستشفى الاسلامي بالاردن
البيورد الاردني في الأمراض الباطنية. اختصاص امراض ومناظير
الجهاز الهضمي من الجامعة الأردنية

البيورد الاردني والفلسطيني في امراض الجهاز الهضمي والكبد.
اختصاص امراض و زراعه الكبد بمستشفى الملك فيصل التخصصي
و مركز الابحاث الطبية بالرياض
يعمل حالياً

استاذ مساعد بكلية الطب وعلوم الصحة بجامعة النجاح الوطنية
نابلس/

رئيس شعبه الجهاز الهضمي والكبد في مستشفى النجاح الوطني
الجامعي / نابلس

استشاري امراض وزراعه والكبد استشاري امراض ومناظير
الجهاز الهضمي

الطب الشعبي الفلسطيني

كزة الحمارة

ويسمى قثاء الحمير أو فقوس الحمير وهو ينتمي إلى الفصيلة الفقوسية و يتواجد بكثرة في بلدان حوض البحر الأبيض المتوسط و هو يشبه كثيراً الشمام و الخيار أما ثمرته التي تكمن فيها الفائدة العلاجية فهي فقوس مصغر.

أ. مكان وجوده: وسط الأرض المحيطة بالقرى، وفي الأرض البور منها وذات التربة السكنية بالذات .

ب. الفصل الذي تنمو فيه: على مدار السنة تقريباً .

ج. أوصافها: تمتد زاحفة على الأرض كبيت القرع غصناً أخضر، أوراقها مدورة، عرق الورقة طويل يزهر زهرة بيضاء، ينتهي إلى ثمرة في شكل حبة البلوط في حدود 3 سم .

د. الجزء الذي يستعمل منه: الثمار .

هـ. المرض الذي يستعمل ضده: آلام العيون، بالذات اليرقان (الاصفرار فيها) عن طريق إنزال نقطتين من سائل الحبة في أنف المريض، وتضعه النساء في الريف على نهودهن لفظم الأطفال وجعلهم يقلعون عن الرضاعة لمرارته القوية



من الأغاني الشعبية الفلسطينية زيتون بلادي

على دلعونة وعلى دلعونة * زيتون بلادي أجمل ما يكونا * زيتون بلادي واللوز الأخضر * والميرامية ولا
تنسى الزعتر * وقراص العجة لما تتحمر * ما أطيب طعمها بزيت الزيتون * خبز ملتوت وجبنة طرية * أكلة
تدفينا بالشتوية * وصحون السحلب والهيظلية * خلطنا ننسى بردك كانونا * يا ربي تشتي ونبس طاقة *
ونلبس كبود ونحمل شمسية * ونغني سوى يا فلسطينية * دايم في بلادي خبز الطابونا.

أمي راحت تتسوق * أختي بتخبز في الطابون * ستي عملت لي عجة * قلتها بزيت الزيتون * قالت لي طعمي
صحابك * لا تنسى تدفي حالك * قلت لها شكرا كثير * عالعة زيت الزيتون * أمي راحت تتسوق * أختي
بتخبز في الطابون * ستي عملت لي عجة * قلتها بزيت الزيتون * قالت لي طعمي صحابك * لا تنسى تدفي
حالك * قلت لها شكرا كثير * عالعة زيت الزيتون

مناطق سياحية في فلسطين



كان الفلسطينيون يضربون المثل بوادي المالح في الأغوار الشمالية في
منطقة طوباس، أحد روافد نهر الأردن، باعتباره منطقة بيئية جميلة تجلب
آلاف السياح سنويا. ويرجع السبب في هذا الأمر إلى وجود المياه الدافئة
والمعدنية، التي كان يستفيد منها الوافدون للمنطقة بالعلاج والاستجمام

أسماء ثورية للنبات

ثائرة

سم علم مؤنث عربي، معناه: هانجة، غاضبة. وهي مذكر ثائر. والثائرة كذلك مصدر مثل الثورة، بمعنى: الشعب، الضجة، الغضب. ويقال ثَائِرٌ عَلَى مَا حَلَّ بِهِ مِنْ غُبْنٍ أَوْ غَضْبَانٍ. ومنها قالوا ثَارَ ثَائِرُهُ": ثَارَ غَضْبُهُ، أما ثَائِرٌ عَلَى قَتْلِ أَخِيهِ يَقْصِدُ بِهَا مَنْ يَبْقَى عَلَى شَيْءٍ حَتَّى يُدْرِكَ ثَأْرَهُ. أما ثَائِرٌ عَلَى أَوْضَاعِ بِلَادِهِ فَهُوَ مُتَمَرِّدٌ عَلَيْهَا وَعَامِلٌ عَلَى إِصْلَاحِهَا حَسَبَ مَذْهَبِهِ، وبهذا قال بدر شاكر السياب: أَسْلَحَةٌ فِي أَدْرُجِ الثَّائِرِينَ. وفي اللغة بُرْكَانٌ ثَائِرٌ أَيْ حَيٌّ نَشِيطٌ، عكسه بُرْكَانٌ خَامِدٌ. وثائر الرأس هو أشعث، وثَارَ إِلَيْهِ ثُورًا وَثُورًا وَثُورَانًا أَيْ وَثِبَ، وَالثَّوْرَةُ تُعْنَى المَوَاتِبَةُ، وَثَاوَرَهُ مُثَاوَرَةً وَثَوَارًا بِمَعْنَى وَاثَبَهُ وَسَاوَرَهُ. أبيات شعر باسم ثائرة

- (مَنْ مُبْلَغُ المَرْتَضَى أَنْ العَدَى صَدَعَتْ * أهليه نصفين مقتولاً ومقهوراً)
(مُصِيبَةٌ أَسْعَرَتْ فِي القَلْبِ نَارَ جَوَى * يزيدها مستمرُّ الذِّكْرِ تسعيراً)
(يَا آلَ أَحْمَدَ كَمْ حَلَّتْ فِجَائِعُكُمْ * وكاءَ عيني بدمع ليس منزورا)
(لَوْ كَانَ سَلْوَانٌ قَلْبِي فِيكَ مَقْدُورًا * ما كنتُ فيه بِشَرِّعِ الحُبِّ معذورا)
(مَنْ مُبْلَغُ الزَّهْرَاءِ أَنْ سَلِيلِهَا * عارٍ ثلاثاً بالعرأ لَنْ يُقْبِرَا)
(وَفَرَى سِنَانٌ نَحْرَهُ بِسِنَانِهِ * شَلَّتْ يَدَاهُ أَكَانَ يَعْلَمُ مَا فَرَى)
(وَبِنَاتُهَا يَوْمَ الطُّفُوفِ سَلِيبَةٌ * تُسَبِي عَلَى عَجْفِ المَطَايَا حُسْرًا)
(لِمَنْ الخَبَا المَضْرُوبُ فِي ذَاكَ العَرَا * مِنْ كَرِبْلَاءِ جَرَى عَلَيْهِ مَا جَرَى)



إصدارات فلسطينية أدبية

صدرت عن دار طباق للنشر والتوزيع في رام الله، رواية "لست امرأة من ورق" التي تدور أحداثها في 218 صفحة، وذلك في طبعتها الأولى. وتلقي الرواية للكاتبة مية كفري الضوء، على مسيرة امرأة تنقلت بين أزمنة متعددة، في خط سير درامي مشوق، وأخذ فيها السرد أشكالاً متنوعة بين الروائي والراوي العليم. وصدرت الرواية بحجم القطع المتوسط، صم غلافها أيمن حرب.

أسيرات فلسطينيات في سجون الاجتلال الإسرائيلي

اسم الأسيرة: جيهان محمد عبد الرسول حشيمة

مكان السكن: القدس/ العيسوية

تاريخ الاعتقال: 2016 / 12 / 30

اسم المعتقل: سجن الدامون | 4 سنوات



من الأدوات التراثية



مغرفة مخابط: وهي مصنوعة من الخشب، وكبيرة الحجم، وتستخدم لتحريك الطعام في أواني الطبخ كبيرة الحجم أثناء عملية الطبخ.