



مركز الانطلاقة للدراسات

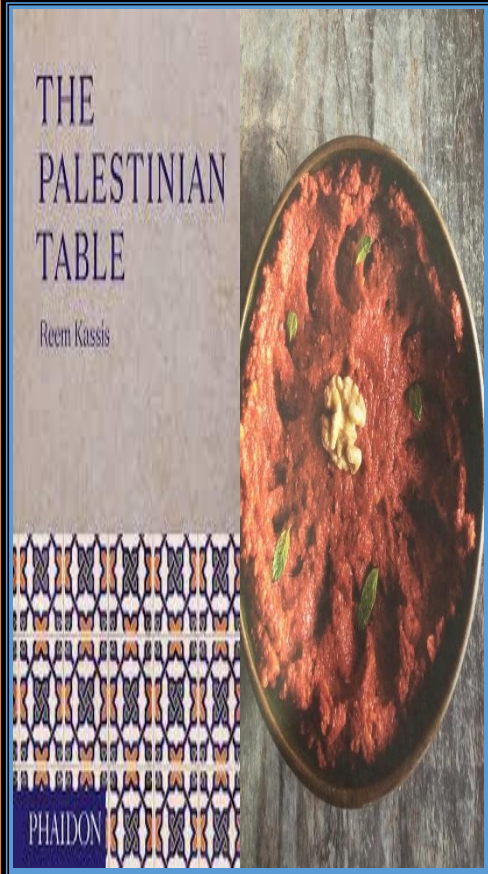
ALENTILAQAH RESEARCH CENTER (A.R.C)

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



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
وَأَنْزَلْنَا عَلَيْكُمُ الْمَنَّاءَ وَالسَّلْوى كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ
(٥٧ البقرة)
صدق الله العظيم

المحمرة



كتاب السفارة الفلسطينية
The Palestinian Table
لريم قسيس (صفحة 74)

المقادير:

(150 غرام من الفلفل الأحمر الكروي المحمص، زيت زيتون، أربع ملاعق كبيرة من فرط حبوب الرمان، ملعقة كبيرة من العسل، ملعقة كبيرة من الطحينة، معلقتين صغيرتين من مسحوق الفلفل الناشف، ملعقة صغيرة من بهار الباربيكا، ملعقة صغيرة من مسحوق الكمون، ربع ملعقة صغيرة من بن القهوة، كوبين من شرائح جوز عين الجمل، كوب من مكعبات الخبز المحمص الناشف، ملح طعام).

الطريقة:

(نضع كل المقادير - ما عدا شرائح جوز عين الجمل ومكعبات الخبز المحمص الناشف - في الخلاط ونهرسهم جيد ونحرك الخليط ونعيد خلطهم مرة أخرى حتى يصبح الخليط ناعم، ثم نضيف شرائح جوز عين الجمل ومكعبات الخبز المحمص الناشف ونشغل الخلاط قليلا حتى تتكسر شرائح الجوز دون أن تتفتت، ثم نضعها في طبق التقديم ونرش فوقها زيت زيتون وأوراق النعنع ومبروش جوز عين الجمل).



طبيب من فلسطين

الدكتور أنس مهنا

استشاري أمراض الروماتيزم وهشاشة العظام في مستشفى المقاصد في مدينة القدس. حصل على البورد الأمريكي للأمراض الباطنية والبورد الأمريكي للأمراض الروماتيزم. رئيس جمعية الأمراض الباطنية لعدة دورات.. عضو جمعيتي الروماتيزم الفلسطينية والأمريكية. ويشرف على إعداد برنامج التخصص لأمراض الروماتيزم بالترتيب مع المجلس الطبي الفلسطيني ومستشفى المقاصد.

الطب الشعبي الفلسطيني

شعرة الغولة

وتسمى أيضا كزبرة البير أو لبرشاوشان، شعر الغول، شعر الأرض.

أ. مكان وجودها: تنمو على النتش وهي نبتة (أي النتش) واسعة الانتشار على جبال فلسطين

ب. الفصل الذي تنمو فيه: في الشتاء، وتوجد حتى أوائل الصيف

ج. أوصافها: تلبس النتشة على شكل خيطان صفراء كثيفة متشابكة مع بعضها البعض

هـ. المرض الذي تستعمل ضده: الحصى في المرارة

و. طريقة الاستعمال: تغلى بالماء ويشرب المصاب لمدة أربعين يوم شريطة أن لا يشرب القهوة والشاي.



من الأغاني الشعبية الفلسطينية

أغنية خذيني عندك

هيه يادلعونا خذيني عندك * ها اللي احرموني النومه ع زندق * ضحك عليك وبوسلك خذك * وخش
البياره وذاق الليمونا * ياللي رميتي شعرك ع ظهرك * وانت بتعرفي امري من امرك * سوسحتي
قلبي بلفة شعرك * يام العيون العسلونيه * يا للي مريتي والصدر دالع سوسحتي المشايخ والله
المجامع * يا للي مريتي والصدر دالع سوسحتي الرهيان و شيوخ الجامع * يا للي ذبحني والعقل
لامع سوسحتي قلبي يام العيوننا * وعلى دلعونا وهيه يا مدله ذوبتي قلبي وانا لحالي * يا طير
الطاير ودي سلامي لام العيوننا احلى ما يكونا * يام التنوره من فوق بلوزه * طلبتي روعي معزوزه
ولفي ع الجبل وجفا مايجوزي سوسحتي قلبي بسود العيوننا * يا للي قطعوا وراق الرزنامه ياما
استنينا الحبايب ياما * وهيه يافري مع الحمامه ودي سلامي للي يريدونا * ما حدا داري بيا وعذابي
قضيت العمر داير عزابي * من عضم الصدر لعمل شبابه واصير اغني دلعن دلعونا

مناطق سياحية في فلسطين

محمية وادي القف

يقع بالمنطقة الشمالية لمدينة الخليل . مزروع بالاشجار الحرجية مثل
السرو والصنوبر. في فصل الربيع تتواجد فيه أنواع متعددة من الفراش
الذي يجذب الزوار . ويوجد فيه 5 ينابيع وكهف تاريخي تتواجد فيه
الخفافيش.



أسماء ثورية للبنات

استقلال

اسم علم عربي مؤنث ومذكر. وهو من الأسماء القومية المستحدثة، معناه: تفرد الدولة الوطنية بحكم نفسها من غير دخيل. وله معانٍ أخرى، منها: الاستبداد، التفرد، الرحيل، القليل، الحمل. وفي اللغة الاستقلال بالرأي أي الاستبداد به وعدم مشاركة الناس الآخرين فيه، ويقال استقلَّ الطائرة أي علاها وركبها استقلوا قاربًا، ومنها استقلَّ المهاجر بمعنى ارتحل، أما استقلَّت الرعدة فلأنها أصابته، كما أن استقلَّ تأتي بمعنى ارتفع، وكذلك يقال استقلَّ الشخص بالحكم أي تحرر وانفرد بتدبير أمره، وأما استقلَّ الطعام تعني وجدته قليلًا. وفي علم السياسة يقصد بها تحرر من أية سلطة خارجية، ومنها استقلَّ البلد: استكمل سيادته وانفرد بإدارة شؤونه الداخلية والخارجية، ولا يخضع في ذلك لرقابة دولة أخرى، كما أن الاستقلال الذاتي: حرية اختيار الشرائع.

في استقلال كتبوا: (الى كل امرأة في هذا العالم * انتِ وطن * انتِ استقلال * انتِ قمه لا يستطيع احد الاستعلاء عليك * أنتِ جميلة * سواء كنتي بيضاء أو سمراء أو شقراء * طويلة أم قصيرة * نحيفة أم بدينة * أنتِ في أسوء حالتك جميلة * أنتِ الأمان لهذا الكوكب)
(فإلى هذا والله انتهت استقلُّ الحزن)
(الاستقلال ينمو بالتأخي * ويضمُر بالشفاق ويستدق)
(فصار استنكارهم منها استقللاً)

إصدارات فلسطينية أدبية



صدر عن دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان، رام الله، للروائي والقصص الراحل جمال ناجي رواية "تلوج الليلة الأخيرة"، وهي آخر إبداعه الذي خطه قبل رحيله، ليختم بها مشواره الذي بدأ منذ العام 1982، واستمر حتى العام 2018، وقد تُرجم العديد من أعماله إلى لغات أجنبية.

أسيرات فلسطينيات في سجون الاجتلال الاسرائيلي

اسم الأسيرة: عائشة يوسف عبد الله الأفغاني

مكان السكن: القدس

تاريخ الاعتقال: 2016 / 12 / 25

اسم المعتقل: سجن الدامون | 15 سنة



من الأدوات التراثية



الصفريّة : الصفريّة إحدى أواني الطبخ (قدر) مصنوع من النحاس الأحمر المطلي بالخارصين ما يعطيه لونا أبيض لامعاً، يكون أكثر نظافة ويمنع النحاس من التأكسد. وللصفريّة أحجام عدة بحيث تكون صغيرة جداً لا تتعدى سعتها اللتر؛ أو تكون كبيرة جداً وكافية لطبخ ذبائح كاملتين. وتوجد منها أحجام أكبر عند علية القوم، قد يصل بعضها الى ارتفاع متر ونصف المتر، أو أكثر، وقطرها أكثر من مترين ونصف المتر. وكانت أحجام الصفريّة تقاس بعدد حلقاتها، فالكبير منها له ثماني حلقات؛ لكي يتمكن من حملها ثمانية رجال، وكلما صغر الحجم قل عدد الحلقات.