



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



01

بسم الله الرحمن الرحيم
{ إِنِّي نَذَرْتُ لِلرَّحْمَنِ صَوْمًا فَلَنْ أُكَلِّمَ الْيَوْمَ إِنْسِيًّا } (25 سورة مريم)
صدق الله العظي

لخنة نابلسية



المقادير: كليون ونص ورق لخنه، 3 كاسات رز مصري، نص كغم لحمه مفرومه ناعم او خشن نوعا ما، ملح وبهارات وخصوصي كمون، زيت لتتبيل الحشوه، 3 رروس من التوم، اي نوع من اللحوم ترغيبين بوضعه تحت الورق فوارغ مثلا او لحمه هبره او عناقيد، شرحات بندوره في قاع الطنجره، شرحات بصل في قاع الطنجره حتى تمتص زفرة اللحمه، رب بندوره لتمريق

الطريقة: نقوم بتقصيف ورق اللخنه عن الضلع و غسلها و سلقها كما نفعل مع ورق العنب. نجهز الحشوه وهي الرز مع اللحمه المفرومه مع الزيت مع البهارات. نبدأ باللف على شكل هرمي تشبه قرن الفلفل الحار الشطه. الى ان ننهي الكمية. نضع في قاع الطنجره شرحات البندوره و شرحات البصل و القليل من عروق اللخنه و اللحمه المرغوب الطبخ عليها مثلا عناقيد. بعد ذلك نضع ورق اللخنه و بين الطبقات نقشر التوم و نضعه على شكل اسنان كامله بين الورق. (موقع كوكباد)

أبرار جمل تنتصر على كورونا



تقرير محمد محسن وتد/ عرب 48: في قرية جت المثلث التي سجلت، في الأسابيع الأخيرة، ارتفاعا بمعدلات الإصابة بالفيروس ظهر الأمل والتفاؤل بتسجيل أول إصابة بالفيروس للطالبة الجامعية أبرار غازي جمل، التي تحضر للدكتوراه في علم الصيدلة بجامعة النجاح في مدينة نابلس. ومن خلال هذا الحوار في "عرب 48" مع طالبة موضوع "دكتور صيدلة" أبرار جمل،

نسلط الضوء على تجربتها بالإصابة بالفيروس ومعركتها لمواجهة كورونا وتسليحها بالإيمان والمعرفة لهزيمة الفيروس والشفاء

منه، وأيضا رسالتها للمجتمع العربي وأهالي بلدها للوقاية من الفيروس واعتماد تعليمات الصحة للحد من انتشاره.

"عرب 48": كيف تمت إصابتك بالفيروس، وكيف تم اكتشافك للإصابة؟

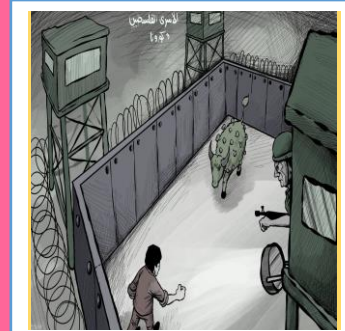
جمل: بداية أنا لا أعرف المكان تحديدا الذي أصبت منه، لكن بعثوا لي في شهر آذار/ مارس الماضي، رسالة من وزارة الصحة، مفادها "مرحبا أبرار، في تاريخ كذا وكذا كنت بجانب مصاب بفيروس كورونا، المرجو الدخول لحجر صحي لمدة 14 يوما". بعد يوم من وصول الرسالة ودخولي الحجر الصحي، أخذت أشعر بأعراض الاشتباه بالفيروس، وعليه قررت إجراء فحص لاكتشاف كورونا، وبعد ذلك تلقيت الإجابة والنتيجة الموجبة بالإصابة بالمرض.

"عرب 48": ما هي تجربتك مع الفيروس وكيف قضيت الفترة العلاجية للشفاء منه؟

جمل: أذكر هذا الأسبوع أنني أنهيت مسيرة العلاج بشكل كامل بالمستشفى والشفاء التام من الفيروس. في البداية كان الوضع صعبا بكل ما يتعلق بالإصابة والأعراض المرضية من جراء الفيروس، لكن بعد ذلك ومع بداية مسيرة العلاج في المستشفى ومع الأدوية المخففة من تأثير الأعراض المرضية، أصبحت بحالة جيدة، والحمد لله..

"عرب 48": أبناء المجتمع العربي بشكل عام، وكذا في قريتك جت، يمرون بحالة خوف وإرباك إثر انتشار الفيروس، هل حالة الخوف هذه مبررة؟

جمل: الخوف لا بد منه لأن هذا المرض بالفعل يشكل خطرا على فئات معينة من الناس ومن المجتمع، وبضمنها شريحة الكبار بالسن والأطفال ومن يعانون من أمراض مزمنة، لكن إذا كان الخوف مبررا فلا داعي للهلوع. على المصاب بالفيروس التقيد بتعليمات الأطباء وتنفيذ إرشاداتهم بشكل دقيق وستكون مسيرة الشفاء أسرع مما هو متوقع، وأيضا والأهم



فلسطين في أوراق سلام الراسي

جورة الذهب التي خسرها العرب قرية "المطلة" وتد جحا في لبنان

قبيل نهاية القرن الماضي اشترى البارون روتشيلد اليهودي، قرية المطلة، إحدى قرى منطقة مرجعيون في تلك الأيام، من مالكاها جبور بك رزق الله من صيدا، وذلك في نطاق المخططات الصهيونية، لجعل قرية المطلة قرية يهودية، و "مغط" حدود "أرض الميعاد" إلى ما وراءها. وكان زعيم المطلة الشيخ علي الحجار من زعماء الدروز المعروفين ومن أصحاب المكانة عندهم، إذ سبق له أن قاد إحدى حركات العصيان المسلح ضد الدولة العثمانية وبطش بإحدى حملاتها فقتل بعض أفرادها وشتت شمل من تبقى منها، ويقال إن نسيب بك جن بلاط توسط يومئذ بين الدولة والحجار فعفى عنه.

وفي أحد الأيام استدعاه قائم مقام مرجعيون "رفعت بابان بك" لغاية ما، وعند المساء توجه عائداً إلى قريته، إلا أن فرسه وصلت صباح اليوم التالي إلى المطلة، بدون فارسها، فهب رجاله يبحثون عنه حتى عثروا عليه مقتولاً ومطروحاً قرب نبع الحمام في سهل مرجعيون. قيل يومئذ إن قائم مقام مرجعيون كان واء مصرعه، كما أشيع أن أحد زعماء المنطقة كان يترصد خطواته، إلا أن مقتل الحجار ما زال سرّاً مغلفاً لم يستطع أحد أن يكشف حقيقته، وقد يجوز التكهن، بالنسبة إلى تسلسل الأحداث، أن إزالة الحجار من الطريق سهلت عملية اقتلاع الدروز من قرية المطلة واستقدام بعض العائلات اليهودية للإقامة فيها، ولم يفتن أحد في ذلك الوقت، أن قرية المطلة هذه ستصبح في ما بعد "وتد جحا" الصهيونية في لبنان. وعندما انتهت الحرب الكونية الأولى شرع اليهود يخططون لتوسيع رقعة وطنهم المنشود، فألفوا عدة كتب ونشروا عدة دراسات ملفقة، زعموا فيها أن حدود أرض الميعاد تمتد شمالاً إلى ما وراء قرية المطلة اليهودية، دون أن يثيروا طبعاً، إلى أن أقدم اليهود لم تكن قد وطنتها قبل عشرين سنة خلت، وهكذا صارت المطلة رأس الحربة لشق خريطة لبنان، ولسيطرة اليهود على منطقة الحولة.

(سلام الراسي الأعمال الكاملة: المجلد الأول/ لثلاث تضييع، صفحة رقم 97-99)

مسارات سياحية

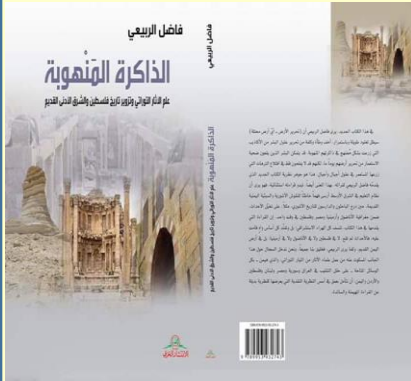
مسار طمون - سهل البقعة
(العاطوف)

المسار سهل 8 كيلو تقريبا في
جبل بلدة طمون القريبة من
طوباس.. والجبل مظل على
أراضي قرية النصرارية الزراعية
من اليمين وسهل البقعة من
اليسار حيث سيكون نهاية المسار
هناك.



المعنى المقصود: الأزم

أصل كل دواء الأزم: أي الحمية والامتناع عن الأكل



إصدارات فلسطينية

أطلق المفكر العراقي فاضل الربيعي كتابه
"الذاكرة المنهوبة، علم الآثار التوراتي وتزوير تاريخ
فلسطين والشرق الأدنى القديم"

الكتاب صادر عن دار الانتشار العربي - بيروت

إحكي كنعاني

إجر: أي رجل وجمعها إجرين



ترخبط الحروف بس نفس المعنى

معلقة / ملقعة