



بروي العشايش



تقاليد مميزة لبائعي العصائر



مشروب رمضان

العصائر التقليدية تطفئ عطش الصائمين في سوريا

العرقسوس والتمر الهندي والخرنوب والجلاب تزين مواعيد رمضان

إلى دكان والده ليمد له يد العون في محل العصائر الصغير.

ومنذ أكثر من عشر سنوات، يشارك لؤي (23 عاماً) في عمل والده، وهو اليوم حريص على الحفاظ على الوصفة التقليدية للجلاب الموروثة عبر أجيال في عائلته، كما تعلمها.

ويصنع الجلاب من ماء الورد والتمر وحبس العنب، وغالباً ما يقدم مع الثلج والصنوبر والزبيب.

وتبدأ عملية صنعه بصب ماء ساخن على دخان بخور يحترق ويخلط بباقي المكونات ثم يقلب كثيراً.

ورغم حرص لؤي على إتباع وصفة عائلته بدقة، فإنه يسعى جاهداً لتحقيق توازن بين التقليد والتوجهات الجديدة.

وقال لؤي "العصائر التقليدية لا تغيب عن مائدة رمضان، فلا بد أن يكون هناك تمر هندي أو جلاب أو سوس مع الحلويات، هذه عادات لا يتنازل عنها لا فقير ولا غني".

التمر هندي من أكثر العصائر التي يقبل عليها الصائم وهو محبب عند الكبار والصغار حيث يستخدم كملين ومنعش

وقال أحد زبائن دكان عائلة لؤي "في رمضان، المشروب المفضل هو التمر والجلاب، كلاهما يحافظ على عدم العطش، كل الصائمين يقبلون على هذه المشروبات التقليدية التي ورثناها عن أجدادنا".

وإضافة إلى الجلاب يبيع لؤي التمر الهندي والليمون وشراب التمر والعرقسوس وعصير المشمش التقليدي المعروف باسم قمر الدين.

ويختص مشروب قمر الدين، بشهر الصيام، ويصنع من عجينة المشمش المجفف. وهناك عدة أسباب لتسميته بهذا الاسم، أحدها أنه يطرح في الأسواق قبيل رمضان بيوم، أي ليلة رؤية الهلال، فارتبط اسمه باسم رؤية قمر أو هلال رمضان.

ويقول لؤي، إن عصر قمر الدين يصنع من شرائح المشمش المجفف، ثم صبه في صحن كبيرة أو على ألواح خشبية ملساء ويترك ليحفظ في الشمس ويقطع إلى قطع مستطيلة أو مربعة، ومن ثم يقدم مشروباً للصائمين بعد نعه في الماء وإضافة السكر.

السوس حيث تطحن وتجهز أعشاب وجذور العرقسوس في آلة خاصة، وتخلط معها كمية قليلة من الماء وتقلب مدة ساعة أو ساعتين ثم توضع في أكياس من القماش ناعمة للحصول على شراب نقي وصاف ويصب عليها الماء بشكل مستمر، ثم ينقل إلى آلة خاصة بالتعبئة والتغليف ليتم بيعها للصائمين.

ويعتبر شراب التمر الهندي من أكثر العصائر التي يقبل عليها الصائمون في رمضان وهو محبب عند الكبار والصغار حيث يستخدم كملين لطيف ومبرد منعش ويفيد لحالات الإمساك والاضطرابات المعوية والسكري. ويحضّر التمر الهندي بنقعه في الماء البارد لعدة ساعات، أو في الماء المغلي لمدة بسيطة وتركه حتى يستقر ثم يصفى ويضاف إليه قليل من السكر ووضعه بأباريق، ويمكن أن يضاف إليه قليل من قطرات ماء الزهر.

يقول خبير التغذية عروة محمود إن "تناول التمر الهندي علاج مطهر ويقلل من ارتفاع حرارة الجسم ويخفف من أعراض الحمى".

من جهة أخرى يحذر محمود من الإفراط في تناول التمر الهندي لاحتوائه سكر الفركتوز مع ضرورة انتباه المرضى الذين يتناولون عقاقير تحتوي مادة الأسبيرين أو الإيبوبروفين.

يشار إلى أن التمر الهندي أهم أشجار البقوليات المعمرة والخضمة وأزهاره مائلة للون الأبيض المصفر.

أما بالنسبة لشراب الخرنوب، فيبين أحمد أنه ينقع في الماء الساخن لفترة ممددة ويصفى ثم يضاف إليه السكر وماء الزهر ويقرب جيداً حتى يدوب السكر ثم تتم تعبئته في أكياس ويصبح جاهزاً للبيع.

ويقول المهندس الزراعي نضال رسلان، إن ثمار الخرنوب غنية بالعناصر المعدنية مثل الكالسيوم والحديد والمغنيزيوم والبوتاسيوم والفيتامينات التي تساعد الصائم على تحمل ساعات الجوع الطويلة، البكتيريا الضارة في الأمعاء.

ومن العصائر التقليدية التي تدخل كل البيوت في رمضان، مشروب الجلاب ويعد من العصائر المفضلة والمحبة للصائمين في سوريا ودول أخرى مجاورة.

ويستخلص الجلاب من التوت الشامي أو زبيب العنب والتمر، وفي السنوات القليلة الماضية أصبح يحضر بطريقة صناعية. يقول الشاب لؤي من سكان دمشق والذي يشرف على دكان والده في الصالحية، إنه كان منذ طفولته يذهب

في رمضان يحتاج الصائم إلى كميات من السوائل لتنشط الجسم، لذلك يلجأ السوريون إلى العصائر التقليدية ذات الفوائد الصحية التي تعلموها عن أجدادهم من زمان، أغلبهم يشتريها جاهزة من الدكاكين عادة أو البسطات التي تنتشر في الأسواق في هذا الشهر من السنة.

دمشق - يعتبر العرقسوس والتمر الهندي والخرنوب وقمر الدين من أشهر المشروبات الرمضانية التي لا تكاد تخلو منها مواعيد الإفطار وتمتاز بمذاقها اللذيذ واحتوائها على الكثير من العناصر الغذائية التي تروي الظما وتنعش خلايا الجسم وتمنحها الطاقة والحيوية.

وتنتشر في الأسواق السورية البسطات والدكاكين التي تباع هذه العصائر طيلة شهر رمضان الذي يفقد الكثير من نكهته هذا العام بسبب الحجر الصحي.

الشاب أحمد الجود لم تمنعه دراسته الجامعية من تعلم كيفية صناعة هذه المشروبات للحفاظ على المهنة التي توارثتها العائلة أبا عن جد في دكانهم في مدينة اللاذقية.

يقول أحمد إن العرقسوس والتمر الهندي من المشروبات التي ارتبط اسمها بشهر رمضان وتحظى بإقبال كبير إلى جانب الخرنوب وشراب التوت والتي يكثر الطلب عليها في رمضان خلال فصل الصيف أيضاً، مضيفاً أن والده يزال هذه المهنة منذ أكثر من 50 عاماً، وقد تمكن بفضل عمله المتقن أن يصنع لنفسه اسماً في هذا المجال.

ويقول صالح الباشا بائع العرقسوس والتمر الهندي في دمشق، "على الرغم من أن



أهالي مدغشقر يرتشفون أعشاباً لمقاومة كورونا

المواطنين. من المقرر توزيع مشروب "كوفيد العضوي" في كل أنحاء الجزيرة، مع التركيز بشكل خاص على المدن الأكثر تضرراً وهي أنتاناناريفو وفياتانانتسوا وتواماسينا. كما أنشئت مراكز ثابتة لتوفير هذا المشروب في العاصمة.

وفي تجاهل واضح لإرشادات التباعد الاجتماعي، تجتمع حشود حول أحد الأكشاك للحصول على ما سمي "الشراب المعجزة" الذي يقدم في زجاجات بلاستيكية معاد تدويرها. وقال المسؤول في البلدية رفوفين رافانوميزانتسوا، "هنا توجد نسخة سائلة من الشاي جاهزة للشرب ومناحة للجميع".

وبالنسبة إلى جان بول راكوتوزافي (72 سنة) الذي ينتظر دوره في الطابور، طالما أن منظمة الصحة العالمية لا تستطيع توفير أي دواء لمعالجة هذا المرض فإنني أتفق في العلاج الذي اقترحه الرئيس أندري راجولينا".

وقد حذرت منظمة الصحة العالمية من العلاجات المنزلية غير المختبرة. وأوضحت المنظمة في بيان عبر البريد الإلكتروني، "في حين أن بعض العلاجات الغربية والتقليدية أو المنزلية قد توفر الراحة وتخفف من أعراض كوفيد 19، لا يوجد دليل على أن العلاجات الحالية يمكن أن تحمي من المرض أو تعالجه".

ونشرت مدغشقر الجيش الشهر الماضي للمساعدة في فرض تدابير الإغلاق في مدنها الرئيسية الثلاث للحد من انتشار كوفيد - 19.

ينتشر الجنود الذين يقيمون حواجز على الطرق وينظمون دوريات في الشوارع، من حصول جميع السكان على أكياس من هذا الشاي ويقدمون لهم تعليمات لطريقة استخدامه.

العلماء يحذرون من المخاطر المحتملة من المشروبات العشبية غير المختبرة حيث لم يتم تقييم فعالية هذا العلاج

وما زالت الإصابات بفيروس كورونا في مدغشقر منخفضة نسبياً ولم يتم تسجيل أي حالة وفاة حتى الآن. لكن نظام الرعاية الصحية الهش في البلاد سيؤدي بسرعة في حال زيادة عدد الحالات، والسلطات تعتمد على الوقاية. وهي تهدف إلى زيادة الوعي بالفيروس وتقوية جهاز مناعة

علاج فايروس كورونا أو الوقاية منه، "لا يوجد دليل علمي على أن أي من هذه العلاجات البديلة يمكن أن تمنع أو تعالج المرض الذي يسببه فايروس كورونا المستجد".

ولا يوجد حالياً علاج لفايروس كورونا الذي أصاب ما لا يقل عن 123 شخصاً في مدغشقر وأكثر من 2.6 مليون شخص في أنحاء العالم، لكن مسؤولين عسكريين في هذه الدولة الواقعة في المحيط الهندي يقولون إن هذا المشروب العشبي أفضل من لا شيء.

وأوضح الطبيب العسكري الكولونيل ويلي راتوفونديريني عبر القناة التلفزيونية الحكومية فيما كان يوزع الجنود أكياس الشاي على السكان، أن هذا المنتج "سيعزز جهاز المناعة".

ويعيش معظم سكان مدغشقر البالغ عددهم 26 مليون نسمة في فقر مدقع مع تمتع محدود بالرعاية الصحية وهم يشربون الشاي العشبي بانتظام لمعالجة مجموعة من الأمراض الشائعة.

وقالت دومينيك رابيفاريهي وهي تمسك بكيس من "كوفيد العضوي" في حي أنكانومانغا الفقير، "أعتقد أنه جيد جداً". وأضافت "تطمئنتني معرفة أن الجنود ساهرون على صحة أسرتي وأمنها".

المعلومات. وحذر العلماء من المخاطر المحتملة من المشروبات العشبية غير المختبرة، حيث لم يتم تقييم فعالية هذا العلاج دولياً، ولم تنتشر أي تجارب علمية حوله، غير أن راجولينا قد نفى أي تحفظات من هذا القبيل، وقال إنه سيتم تقديمه لأطفال المدارس، حيث أن من واجبه حماية شعب مدغشقر.

وقالت المراكز الأمريكية لمكافحة الأمراض والوقاية منها، في إشارة إلى ادعاءات العلاجات العشبية وقدرتها على

تشارلز أندريانجارا "سيستخدم كوفيد العضوي كعلاج وقائي، لكن الملاحظات السريرية أظهرت اتجاهها نحو فعاليتها في علاج كوفيد - 19".

والشيخ من النباتات المعمرة التي لها رائحة عطرية ومذاق مر، ومنتشرة في الكثير من المناطق العربية، ويقال إن لها فوائد كثيرة مثل تنشيط الدورة الدموية وتساعد على التخلص من التهابات وتعالج الاكتئاب ومفيدة أيضاً لمرضى السكري، لكن لا توجد أبحاث تؤكد دقة

أنتاناناريفو - يجول جنود غير مسلحين على المنازل في أنتاناناريفو عاصمة مدغشقر ويوزعون أكياساً من الشاي العشبي المحلي الذي يروج له الرئيس أندري راجولينا كعلاج فعال ضد فايروس كورونا.

هذا الشاي العشبي الذي يطلق عليه "كوفيد العضوي" مصنوع من نبات الشاي الذي أثبتت فعالية في معالجة الملاريا إضافة إلى أعشاب محلية أخرى. وقد طوره معهد مدغشقر للبحوث التطبيقية لكن لم يتم اختباره على نطاق واسع.

وقال راجولينا خلال إطلاق هذا المنتج بشكل رسمي الأسبوع الماضي في معهد مدغشقر للأبحاث التطبيقية، الذي طور المشروب "لقد أجريت الاختبارات، وتمت معالجة شخصين الآن بواسطة هذا العلاج".

وأضاف "هذا الشاي العشبي يعطي نتائج في 7 أيام"، مشيراً وهو يرتشف جرعة منه "سأكون أول من يشرب هذا العلاج اليوم أمامكم، لاأبنت لكم أن هذا المنتج ينفي ولا يقتل". وأضاف بعد حصوله على جرعة منه "يمكننا تغيير تاريخ العالم بأسره. لقد تعافى شخصان إلى حد الآن بعد حصولهما على هذا العلاج". من جانبه، قال المدير العام لمعهد مدغشقر الدكتور



يشربون الشاي في الفصل الدراسي