

مقالات جاك خromo | تصل بنا أضف مقالاً أو خبراً أعلن معنا موقع صديقة من نحن | المجلة المطبوعة


[الرئيسية](#) | [القدس](#) | [البلد](#) | [الأسرى](#) | [48 فلسطين](#) | [العربية](#) | [دولية](#) | [إسرائيليات](#) | [دينية](#) | [مقالات](#) | [رياضة](#) | [منوعات](#) | [وفيات](#)

مشاركة الأحزاب في الانتخابات.. حمادة فراعنة

▶ الرئيسيه <> المنبر الحر <> هل يمكن أن يغير الخروب مصير شعب بأكمله؟ فوائد الخروب بين الماضي والحاضر ودوره في التنمية المستدامة بالمغرب/بعلم نورة مارتيتشلاغر

## هل يمكن أن يغير الخروب مصير شعب بأكمله؟ فوائد الخروب بين الماضي والحاضر ودوره في التنمية المستدامة بالمغرب/بعلم نورة مارتيتشلاغر

٥ أكتوبر 14, 2020 في 8:34 م



كانت شجرة الخروب مصدر اهتمام منذ عصور نظراً لميزاتها المتميزة. وفي أيامنا هذه، بدأ الناس اكتشاف فضائل هذا النبات المذهل من جديد. فهي شجرة برية تتواجد عادة في الغابات، لكن من المهم أيضاً غرسها ورعايتها مع باقي الأشجار المثمرة. ويسهل كونها تجمع بين هاتين الخاصيتين، فإن شجرة الخروب تتفتح محلاً واسعاً أمام عدد كبير من الخيارات الممكنة، وهذا الأمر يجعلها الشجرة المثالية والمناسبة لمواجهة مجموعة من التحديات الاقتصادية والبيئية العالقة في المغرب.

وسرعان ما يتبادر السؤال هنا إلى ذهننا: ما هي الخاصية التي تجعل هذه النبتة فريدة من نوعها؟ ولنجاها وجرب أولاً إلقاء نظرة على مكامن استخدام الخروب عبر الزمان والمكان.

يمكن تحديد الموطن الأصلي للخروب بالنظر إلى موقع تواجده، حيث ينتشر على نطاق واسع في مناطق البحر الأبيض المتوسط الحادة والشبة القاحلة. وكانت تُعرف ثمار هذه الشجرة باسم حبة الجراد أو خنزير القديس يوحنا. يعود هذا المصطلح إلى تقنيات المعدنان يوحنا وإلى فكرة أن "الجراد والعمل البري" ورد وصفهما في الكتاب المقدس، وأن المادة الأساسية التي عاش عليها أثناء رحلته الوعظية في الصحراء كانت هي نبات الخروب البري. وعرف روما القديمة استخدام بذور الخروب كادة من أدواتقياس بسبب ثبات وزنهما، مما أدى إلى توحيد طريقة تحديد نقاط معانٍ مختلفة بينها الذهب. ويفسر هذا سبب استعمالنا مصطلح "القيراط" المنشئ من كلمة "كيراتيون" اليونانية التي تعني الخروب. ونظرًا لأن قطعة ذهبية واحدة لها نفس وزن 24 جبة خروب، فإن 24 قيراطاً تعني أن ما يتم وزنه ذهب نقي بنسبة 100%.

ويتم في الوقت الحاضر استخدام الخروب في مجموعة متنوعة من المنتجات الغذائية والفنية. ونجد هنا مثلاً في شكل مسحوق، أو شراب، أو مستخلص، أو حبوب غذائية. هناك منتج آخر يسمى علقة نبات الخروب (LBBG)، وهي مادة لزجة يتم دمجها بزيادة كثافة العديد من المنتجات الغذائية وغير الغذائية. أما من كان يبحث عن الخروب فيسهله في متاجر الأطعمة الصحافة أو المتاجر الكبرى للمركبات العضوية الطبيعية التي تروجها كمكمل غذائي أو كبديل للشوكولاتة. ويعويض الشوكولاتة بالخروب، يمكن تخفيف السعرات الحرارية والدهون بشكل كبير. بالإضافة إلى ذلك، يحتوي الخروب على كمية كبيرة من الكالسيوم - حوالي ثلاثة أضعاف ما يحتويه الحليب. كل هذا يصنف هذه النبتة كبديل رائع للشوكولاتة بالنسبة لمن يبتعد نظيرًا بيئيًّا، حيث توفر لهم كمية الكالسيوم اللازم لظام غذائي صحي.

الخاصية الأخرى التي تميز الخروب تتجلى في كونه غنياً جداً بالألياف. وتساعدنا الألياف في المحافظة على إحساس الشبع لفترة أطول بعد الأكل، مما يمنعنا من تناول وجبات أكثر مما نحن بحاجة إليه. ويساعد في التحكم في نسبة السكر في الدم كما أن له تأثيراً إيجابياً يساعد على ضبط مستويات الكوليسترول، مما يجعله ذا فائدة كبيرة لدى مرضى السكري. أما بخصوص استخداماته في الأغراض الطبية، فإن مسحوق الخروب كان يستعمل لعلاج حالة الإسهال منذ أجيال مضت. ووفقاً لبعض الأشخاص الذين يضيفونه إلى نظامهم الغذائي فإن له فوائد عديدة مثل فقدان الوزن وانخفاض أمراض المعدة.

كان الخروب على مر العقود أهمية كبيرة مصدر طبيعي للسكر بسبب اسعاره المعقولة. ونظرًا لخصائصها الكثيرة - ارتفاع مستويات الكالسيوم والألياف

مقالات مشابهة

ترامب ونتنياهو والسعى لجائزة نوبل للسلام.. دكتور ناجي صادق شراب



مشاركة الأحزاب في الانتخابات.. حمادة فراعنة



يكتفي حديث عن القائمة المشتركة بين فتح وحماس نريد أن نعرف هل هناك انتخابات أم كلام مجسس؟



الحكومة وأهمية التعاون الفلسطيني الأردني.. بعلم سري القدوة



كلمة لفتح وحماس يجب أن تقال.. كمال الرواغ



تابعنا على فيسبوك



Al-Bayader Assiyyeh

3,421 likes

Like Page

Learn More

Be the first of your friends to like this

الشبكات الاجتماعية

in | t | f | n |

FOLLOW

Subscribe to notifications

دردشة



والسكر وانخفاض أنسعره – فقد كانت ثبات الخروب مصدرًا مهمًا للتغذية خلال أوقات الحرب والمجاعة. وفي بلدان مثل قبرص ومالطا وإسبانيا، يدين عدد لا يحصى من الناس حياتهم لفروع الخروب المغذي خلال الحرب الأهلية الإسبانية وال الحرب العالمية الأولى وال الحرب العالمية الثانية. وعلى نفس المنوال يمكن أن يلعب الخروب دورًا مهمًا في مستقبل المغرب أيضًا. فهذا الأشجار تتوافق تماماً مع المناخ والظروف البيئية بال المغرب: حيث إنها لا تحتاج إلا إلى قليل من الرعاية والري لكي تعمر طويلاً حتى لو كانت التربة فقيرة. موازاة مع ذلك، تنمو أشجار الخروب في أصعب الظروف الطبيعية، مثل سفوح التلال الهشة وعلى التربة الرملية أو القاحلة. وتتغير هذه ميزات جو هرية يجب توظيفها في جهود إعادة تثمير واستصلاح الأراضي المدحورة. اتضح حديثًا أن السلطات الوطنية بدأت تدرك قيمة وامكانيات هذا النوع. وفي هذا السياق، تركت المندوبيات السامية للمياه والغابات و محاربة التصحر بشكل متزايد على زراعة أشجار الخروب. ونظرًا لطبيعتها الغابوية، يمكن زراعة أشجار الخروب في الأراضي التالفة لمندوبية المياه والغابات، وهو أمر يتعدى إيجازه بالنسبة لباقي أنواع الأشجار المثمرة. وما إن تتجه السلطات المغربية إلى المجتمعات المحلية والمنظمات غير الحكومية وتعمل معها جنباً إلى جنب، إلا وفتحت بذلك أبواب وفرص كثيرة تضمن مساعدة وتمكن الفلاحين من لا يملكون أراضي، حيث تعتبر هذه الفئات الأضعف بين قطاع المناطق القروية. ظلت الجهات المسؤولة المغربية في السنوات القليلة الماضية تظاهر جهودها سعيًا منها لتوسيع نطاق مزارع الأشجار. وفي عام 2018، وضع تصنيف دولي المغرب في المرتبة السادسة بين أكبر مصادر الخروب في العالم – مع العلم أنه بلد غالباً ما يتناول الفاكهة والبنجر الثمينة فقط بسبب قدراته المحدودة في المعالجة المحلية. وبالتالي، فإن الحديث هنا عن إمكانات كبيرة، ولكن يجب استغلالها لاحفاظ على الوضع الحالي في السوق أو بالآخر تحسينه. هكذا يبدو أن الاستثمار في الخروب فرصة مثالية أمام الاقتصاد والبيئة في المغرب. وما يجعل الشجرة استثمارًا مثاليًا ليس فقط ملائمتها للحفاف، بل قدرتها على الدخ من التعرية وتدور أو انجراف التربة والتصحر، تتحدى هنا عن بعض المشاكل الملحمة والتي سيصبح إيجاد حل لها أشد استعجالاً في المستقبل القريب.

إن الاهتمام بشجرة الخروب عملية من شأنها التخفيف من حدة الفقر في المناطق القروية نظراً لإمكانية زيادة إيرادات الفلاحين وحماية الأجيال القائمة، ويمكنها في الوقت نفسه أن تساهم في مكافحة التدهور البيئي. وفي سبيل ذلك، فهي مناسبة تماماً لاحتياجات مجتمع مغربي يتغير وتتطور مساعيه لتحقيق التنمية المستدامة.

نورة ماريتشلاغر، طالبة متخصصة في الدراسات العليا حول العمل الاجتماعي الدولي بجامعة العلوم التطبيقية – ألمانيا.

Tweet

Like 1

## مقالات متشابهة



ترامب ونتانياهو والسعى لجائزة نوبل للسلام.. دكتور/ ناجي صادق شراب

20 أكتوبر, 2020



مشاركة الأحزاب في الانتخابات.. حمادة فراونة

15 أكتوبر, 2020



يكفي حديث عن القائمة المشتركة بين فتح وحماس نريد أن نعرف هل هناك انتخابات أم كلام مجالس؟

15 أكتوبر, 2020

أخبار القدس أهم الأخبار إسرائيليات إسلاميات اقتصاد الأسرة المنبر الحر تكنولوجيا ثقافة دولية

رياضة شؤون الأسرى شؤون مسيحية طب وعلم عربية فلسطين 48 صحة وعافية محلية

مقالات جاك خزمو منوعات وفيات وتعازي

المجلة المطبوعة من نحن موقع صديقة اعلن معنا اضف مقالاً او خبراً اتصل بنا مقالات جاك خزمو

جميع الحقوق محفوظة البيادر السياسي 2020

in tw f fi

Social Media Auto Publish Powered By : XYZScripts.com