

جذابیت عروسی های سنتی افغانستان از خواستگاری تا ازدواج پیوند ازدواج زهاد تقارب دو روح و به عنوان نقطه عطف در سفر یک زوج است. این جشن شادی ها و غم های مشترک است

سفر تاب آور رویا پردازان افغان در دنیای رباتیک در قلمرو پویای روباتیک، تیم رباتیک دختران افغان، که با محبت به عنوان رویا پردازان افغان شناخته می شود، به عنوان نخبه از عزم تزلزل ناپذیر

تقویت همکاری های اقتصادی گریتر سنت لوئیس اینک ۲۳ اتاق بازرگانی را در رویداد تاریخی گرد هم آورد در یک ابتکار پیشگامانه، گریتر سنت لوئیس اینک با موفقیت ۲۳ نهاد اتاق های بازرگانی منطقه، از جمله

برنامه مچینگ گرنٹ موسسه بین المللی سنت لوئیس از اوسط عملکرد ملی پیشی گرفت مچینگ گرنٹ جایگزینی برای کمک های نقدی عمومی است که توسط اداره اسکان مجدد پناهندگان تامین می شود

تعلیم بزرگترین رویای یک کودک در کشور من است. رویایی که اغلب اوقات نحق میابد تیم رباتیک رویا پردازان افغان





۸.



۶.



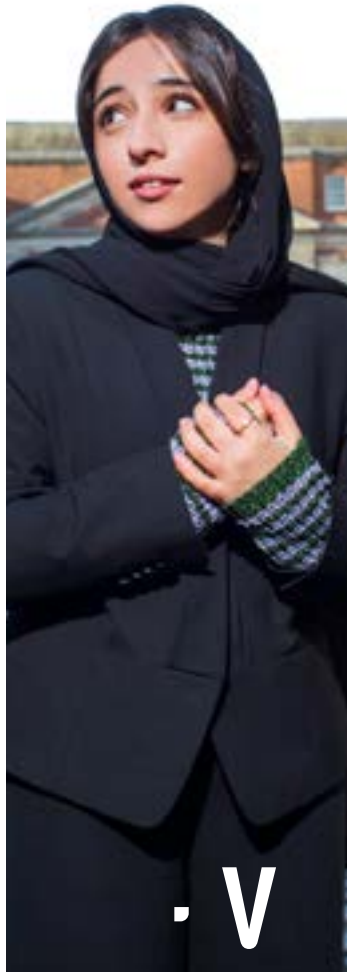
۵.



۴.



۱.



۷.



۱۲



۹.



۱۱

هزار داستان ناگفته در یک عکس



مرکز اجتماعی افغان

مرکز اجتماعی افغان یک فضای پر جنب و جوش و فراگیر در سنت لوئیس است که به عنوان مرکز برای تجمع افغان ها فعالیت دارد و این جامعه را با افراد و گروه های دیگر در این شهر وصل میسازد. هدف این مرکز ایجاد مرکزی است که نیازها، آرزوها و میراث فرهنگی جامعه افغانها را در ایالات متحده منعکس کند. همچنان هدف این مرکز اجتماعی ایجاد محیطی دلپذیر برای افغانها و ادغام اجتماعی، توانمندسازی و درک متقابل میباشد. مرکز اجتماعی افغان در صدد ایجاد فضایی پویا و فراگیر است که فرهنگ افغانستان را گرامی می دارد، انسجام اجتماعی را تقویت می نماید، و افراد و خانواده ها را برای پیشرفت در جامعه سنت لوئیس توانمند می سازد

فهرست مطالب

صفحه ۰۴
برنامه مچینگ گرنت موسسه بین المللی سنت لوئیس از اوسط عملکرد ملی پیشی گرفت

صفحه ۰۵
تقویت همکاری های اقتصادی
گریتر سنت لوئیس اینک ۲۳ اتاق بازرگانی را در رویداد تاریخی گرد هم آورد

صفحه ۰۶
جذابیت عروسی های سنتی افغانستان
از خواستگاری تا ازدواج

صفحه ۰۷
سفر تاب آور رویا پردازان افغان در دنیای رباتیک

صفحه ۰۸
تکامل سگ تازی افغانستان

صفحه ۰۹
حفظ عمارت تاریخی والی میزوری

صفحه ۱۰
قصر دارالامان: زهاد از مقاومت افغانستان

صفحه ۱۱
گنجینه آشپزی با مزایای سلامتی

صفحه ۱۲
کابل شهر تاریخ، فرهنگ و عشق

صفحه ۱۳
از رویاهای یک مهاجر تا موفقیت: سفر پرستیژ موتورز

برنامه مچینگ گرنت موسسه بین المللی سنت لوئیس از اوسط عملکرد ملی پیشی گرفت



برای موفقیت آماده میشوند و قادرند به طور مستقل برای خود و خانواده‌هایشان در جامعه مصدر خدمت شوند

موفقیت برنامه مچینگ گرنت نه تنها موفقیت سنت لوئیس را نشان میدهد بلکه از آنجایی که منطقه به طور مداوم در حال ایجاد و پرورش نیروی کار قوی و فراگیر است، با ایجاد فرصت‌های مرفه برای همه، ما آماده میشویم تا جمعیت خود را افزایش دهیم و از مهاجران بیشتر، مشاغل بیشتر، کارآفرینان بیشتر و فرصت‌های بیشتری برای موفقیت استقبال کنیم

کریس بویکی
موسسه بین المللی سنت لوئیس



برنامه مچینگ گرنت از طریق کمیته پناهندگان و مهاجران ایالات متحده به پناهندگان، پناهجویان و سایر جمعیت‌های واجد شرایط برای دستیابی به خودکفایی از طریق اشتغال کمک مینماید. خودکفایی زمانی تعریف میشود که درآمد یک فرد به اندازه کافی مصارف زندگی را پرداخت نماید و بتواند به طور مستقل هزینه‌های زندگی خود را در یک دوره ۲۴۰ روزه یا ۸ ماهه پوشش دهد

مچینگ گرنت جایگزینی برای کمک‌های نقدی عمومی است که توسط اداره اسکان مجدد پناهندگان تامین می‌شود. از طریق برنامه مچینگ گرنت خودکفایی اقتصادی و امنیت اقتصادی بلندمدت پناهندگان، پناهجویان، مهاجران کوبایی و هائیتی، قربانیان قاچاق، و دارندگان ویزای مهاجرت ویژه را ترویج میکند. این خدمات شامل مدیریت پرونده، خدمات استخدام، کمک تعمیر و نگهداری، آموزش زبان انگلیسی، ارجاعات بهداشتی و پزشکی، و خدمات سازگاری اجتماعی است که این شبکه مچینگ گرنت کمیته پناهندگان و مهاجران ایالات متحده شامل ۳۱ سایت در ۲۲ ایالت است

برنامه مچینگ گرنت موسسه بین المللی سنت لوئیس از طریق کار کامل و روابط طولانی مدت خود در جامعه، در حال حاضر از اوسط ملی خودکفایی در میان سایر آژانس‌های اسکان مجدد پناهندگان پیشی گرفته است. این به اطمینان از موقعیت یابی بهتر و سریعتر شغل، منابع مسکن اضافی و موارد دیگر کمک میکند. خدمات اضافی ارائه شده از طریق مچینگ گرنت شامل مدیریت پرونده، کمک هزینه نقدی، کمک‌های مسکن و خدمات، کمک حمل و نقل برای فعالیت‌های کاری، آموزش‌های آمادگی شغلی، جستجوی کار و مدیریت پرونده استخدامی است. از طریق این رویکرد کل نگر، مهاجران و پناهندگان

تقویت همکاری های اقتصادی گریتر سنت لوئیس اینک ۲۳ اتاق بازرگانی را در رویداد تاریخی گرد هم آورد



در نظر گرفتن محدودیت های غذایی رایج در میان شرکت کنندگان از مناطق مختلف و زمینه های فرهنگی، تلاش بیشتری را برای اطمینان از فراگیری با برنامه ریزی یک منوی متنوع و سازگار انجام دادند. با توجه به اینکه افراد از نقاط مختلف جهان ممکن است از مصرف انواع خاصی از گوشت خودداری کنند و مسلمانان از گوشت خوک اجتناب کنند، برنامه ریزی سنجیده منو به موفقیت کلی صبحانه کمک کرد

بازخورد مثبت دریافت شده از شرکت کنندگان نشان دهنده موفقیت این رویداد در ایجاد فضایی بود که در آن صداها متنوع شنیده، تجلیل و شبکه سازی شود. ماهیت فراگیر این گردهمایی اهمیت کرد هم آوردن صاحبان مشاغل کوچک و کارآفرینان داخلی و خارجی را در یک فضا برای ارتقای همکاری های بین فرهنگی نشان میدهد

گریتر سنت لوئیس اینک از موفقیت چشمگیر این رویداد ابراز قدردانی کرد و پیش بینی می کند که در آینده میزبانی از گردهمایی های مشابه را داشته باشد. ایجاد فضاهایی که همکاری و شبکه سازی را میان طیف متنوعی از کسب و کارها تشویق میکند برای تقویت رشد اقتصادی و توسعه جامعه ضروری است. این رویداد پیشگامانه به عنوان نمونه ای درخشان از این که چگونه وحدت و فراگیری می تواند راه را برای یک جامعه تجاری قوی تر و پر جنب و جوش در منطقه بزرگ سنت لوئیس هموار کند عمل می کند

موجبی صدیقی
موسسه بین المللی سنت لوئیس

در یک ابتکار پیشگامانه، **گریتر سنت لوئیس اینک** با موفقیت ۲۳ نهاد اتاق های بازرگانی منطقه، از جمله **اتاق بازرگانی افغانستان ایالات متحده**، را در یک صبحانه گرد هم آورد تا به توسعه اقتصادی همکاری کنند. این رویداد بی سابقه که از ساعت ۸:۳۰ صبح مورخ ۹ نوامبر در هتل رنسانس فرودگاه سنت لوئیس برگزار شده بود، نقطه عطف مهمی در تقویت همکاری و فراگیری در جامعه تجاری بود

در حالی که بیماری کرونا همه گیر تعاملات حضوری را محدود کرده است، چنین همکاری ها از طریق جلسات هفتگی زوم به پیش برده میشد و به زمایندگان اتاق های مختلف اجازه داد تا فعالانه در برنامه ریزی و اجرای صبحانه توسعه اقتصادی مشارکت کنند. این رویداد با حضور ۵۰۰ شرکت کننده، از جمله صاحبان مشاغل و کارآفرینان از جامعه افغانستان که برای اولین بار در چنین مراسمی شرکت کردند، شاهد حضور چشمگیری بود

اتاق بازرگانی افغانستان ایالات متحده نقش محوری در این رویداد را ایفا کرده است و با اشغال دو میز نشان دهنده جامعه بزرگ افغان بوده است. همچنین نکته مهم این صبحانه اشتراک و حضور آری اوبنسون، مدیر عامل و رئیس موسسه بین المللی سنت لوئیس در میز گفتگو میباشد. اوبنسون پیش های ارزشمندی را در مورد کمک های پولی پناهندگان تازه وارد به سنت لوئیس به اشتراک گذاشت و بر تأثیر قابل توجه اجاره و مالیات به مبلغ بیش از ۱۵ میلیون دلار تأکید کرد. علاوه بر این، او آمار قابل توجهی را که بیش از ۸۸ درصد از تازه واردان شاغل هستند، برجسته کرد و بر سطح بالای خودکفایی آنها تأکید کرد

این رویداد نه تنها فرصتی برای گفتگوهای تجاری بود، بلکه بستری برای درک و قدردانی فرهنگی بود. سازمان دهندگان با

جذابیت عروسی های سنتی افغانستان از خواستگاری تا ازدواج



رخصتی: رسم رخصتی در هنگام خداحافظی عروس با خانواده اش آشکار می شود که با بسنن پارچه سبز به دور کمر او مشخص می شود. این لحظه تلخ می تواند چند روز قبل از روز عروسی یا همزمان با مراسم نیکاه رخ دهد

نکاح: مراسم مذهبی نکاح در روز عروسی برگزار می شود که شامل عقد ازدواج است که بین دو خانواده توافق شده است. این مراسم یک امر خصوصی است که با حضور خانواده نزدیک این زوج و یک روحانی اسلا می برگزار می شود

مراسم عروسی: مراسم باشکوه عروسی با ورود مهمانان با راهنمایی خانواده عروس و داماد آغاز می شود. این شب مملو از موسیقی معاصر و سنتی است و فضای شادی را ایجاد می کند که تا ساعات اولیه صبح ادامه دارد

در اصل، یک عروسی سنتی افغانی از خواستگاری تا رقص اتن آشکار می شود که مسئولیت های مالی در درجه اول بر عهده خانواده داماد است. برای کسانی که به این خرج های گزاف فرهنگی فکر می کنند، جذب یک برنامه ریز عروسی حرفه ای که به سنت های افغانی آشناست، میتواند تجربه را حتی در محیط هایی مانند ایالات متحده افزایش دهد. این جشن فقط پیوند دو نفر نیست، بلکه تلفیقی از سنت، شادی و نوید یک زندگی جدید با هم است

حمدالله همدرد

موسسه بین المللی سنت لوئیس

پیوند ازدواج زهاد تقارب دو روح و به عنوان نقطه عطف در سفر یک زوج است. این جشن شادی ها و غم های مشترک است، رویدادی که فضایی را می طلبد که نه تنها لذت بخش و هیجان انگیز باشد، بلکه پر از خاطره باشد

تعمق در مورد نوع عروسی که باید مورد استقبال قرار گیرد، انتخاب های مدرن و سنتی اغلب ظاهر می شود. در چشمانداز کنونی، جذابیت عروسی های سنتی در حال افزایش است و بسیاری آداب و رسوم را انتخاب می کنند که شادی و سرگرمی را به جشن القا کند. برای کسانی که شیفته ملیله های فرهنگی بافته شده در سنت های عروسی هستند، یک عروسی سنتی افغانی به عنوان یک انتخاب فریبنده ظاهر می شود که نوید بخش مجموعه ای از آیین های نشاط آور است که از آغاز تا اوج مراسم را مجذوب خود می کند

خواستگاری: سفر با فرستادن خواستگاری داماد به خانواده عروس آغاز می شود و مجموعه ای از وقایع را آغاز می کند که در پیوند زن و شوهر به اوج خود میرسد. زهاد پذیرش این پیشنهاد با مبادله «خیمچه» و «دیسمال» است که زهایل خانواده با ارائه شیرینی معروف به «شیرینی» مشخص می شود

آداب قبل از عروسی: خانواده داماد در یک سری مراسم هدیه دادن شرکت می کنند و زمینه را برای جشن های شاد فراهم می کنند. این هدایا از **غذاهای سنتی** گرفته تا لباس و پول شامل مراسمی مانند افطاری در ماه **رمضان**، عیدی در عید، نوروزی جشن سال نو و براتی در شب چراغ در تقویم اسلا می است

جشن نامزدی (شیرینی خوری): جشن نامزدی که توسط خانواده عروس میزبانی می شود، به یکی از اجزای حیاتی روند عروسی تبدیل می شود و باعث ایجاد ارتباط عمیق تر بین عروس و داماد می شود

شب حنا (شب خینه): بعد از جشن نامزدی، شب حنا است که با هنر پیچیده حنا زدن روی دست عروس مشخص می شود. این شب با موسیقی و رقص پر جنب و جوش اتن همراه است، زیرا عروس و داماد لباس سنتی افغانی به تن دارند

سفر تاب آور رویا پردازان افغان در دنیای رباتیک



کرد. با وجود موانع، برخی از اعضا با موفقیت به مکزیک رسیدند و بر تعهد آنها به آموزش تأکید کردند. داستان آنها به وضوح در مستند "رویای پردازان افغان" به کارگردانی دیوید کیرینوالد و اولین نمایش آن در ماه می ۲۰۲۳ به تصویر کشیده شده است.

در سال ۲۰۲۲، رویا پردازان افغان مهارت ها و دانش خود را از طریق یک برنامه آموزشی در دانشگاه تگزاس ای آیند ایم در مرکز ستیم قطر گسترش دادند. این تیم خلأ قیادت های خود را در پنجمین کنفرانس سازمان ملل در مورد کشورهای کمتر توسعه یافته در سال ۲۰۲۳ به نمایش گذاشت و نقش علم و فناوری را در رسیدگی به چالش های جهانی برجسته کرد.

در طول سفر دیوید بکام به قطر برای بیستمین مجمع دوحه، دیوید بکام بزرگ بازیکن سابق منچستریونایتد با تیم روباتیک دختران افغان همچنین دیدار کرد و روایات های آنها را آزمایش کرد. بکام در میان بحث و جدل بر سر قرارداد سالانه ۱۵ میلیون پوندی خود برای تبدیل شدن به سفیر کشور قبل از اولین جام جهانی، به دستگاہی که به یک جفت عینک متصل شده بود نگاه کرد و تیم رباتیک کارایی ساخت خود را نشان داد. این رویارویی بیشتر بر شناخت جهانی و تأثیر رویا پردازان افغان در زمینه رباتیک تأکید می کند.

تیم روباتیک دختران افغان از آغاز فروتنانه در زمین تا زحسین بین المللی، زهاد پیروزی عزم راسخ بر مصیبت است. سفر الهام بخش آنها همچنان به توانمندسازی و طنین انداز شدن با ذهن های جوان مشتاق در سراسر جهان ادامه می دهد. از آنجایی که آنها به پیشرفت های تکنولوژیکی کمک می کنند و استعدادها را خود را در پلتفرم های جهانی به نمایش می گذارند، رویای پردازان افغان به عنوان زهادی از انعطاف پذیری و توانمندی در زمینه رباتیک باقی می ماند.

در قلمرو پویای روباتیک، تیم رباتیک دختران افغان، که با محبت به عنوان رویا پردازان افغان شناخته می شود، به عنوان زحسین از عزم تزلزل ناپذیر، شکستن موانع، و الهام بخشیدن به ذهن جوانان در سراسر جهان است. این گروه از دختران ۱۲ تا ۱۸ ساله که در سال ۲۰۱۷ توسط رویا محبوب، مربی مدبر و بنیانگذار صندوق شهروند دیجیتال تأسیس شد و این تیم همراه با مربیان فداکار، سفری خارق العاده رویاها را آغاز کرد که در سال ۲۰۲۳ فیلم مستند درباره ایشان با عنوان **رویای پردازان افغان** به نمایش گذاشته خواهد شد.

دین کامن برای اولین چالش جهانی در سال ۲۰۱۷ در ایالات متحده تیم رویا محبوب را دعوت کرد و رویا علیرغم دست و پنجه نرم کردن با چالش های اولیه مانند منابع محدود و فضاهای آموزشی موقت، تیم را راه اندازی کرد و تیم ۱۲ نفره وی نیز بدون دلهره ظاهر شد و از محدودیت های جغرافیایی و اجتماعی فراتر رفت.

اولین حضور آنها در اولین چالش جهانی در سال ۲۰۱۷ با رد ویزا و عوارض گمرکی مشخص شد. علیرغم ناکامی ها، این تیم یک مدال نقره را برای موفقیت شجاعانه کسب کرد. پدر قاطمه قادریان، کاپیتان تیم، در آن زمان قربانی یک بمب گذاری انتحاری شده اما تیم بدون تعجب به کار خود ادامه داد و در چالش کار آفرینی در استونی با یک ربات با انرژی خورشیدی که برای کمک به کشاورزان طراحی شده بود، برنده شد که سال بعد آن شاهد بهبود مهارت های تیم در کانادا بود.

در سال ۲۰۱۹، این تیم به دنبال ایجاد یک مدرسه علم و فناوری برای دختران در افغانستان بود که نتیجه آن ایجاد مؤسسه زیر نام رویا پردازان با همکاری بخش های مختلف در پوهنتون یال بود. در میان همه گیری ویروس کرونا در سال ۲۰۲۰، این تیم با طراحی و نتیلاتورهای ارزان قیمت، با پشتیبانی یونیسف و استفاده از مواد غیر متعارف، به جامعه خود کمک کرد.

این تیم در آگوست ۲۰۲۱ در میان رویداد سیاسی پیچیده در افغانستان با چالش هایی روبرو شد و از کانادا درخواست کمک

تکامل سگ تازی افغانستان



زردین، ۱۹۰۲
یکی از تازی های اولیه افغان

غرب تثبیت کرد. در قلمرو پرورش سگ، سگ افغانی به عنوان یک نژاد منحصر به فرد و باستانی خودزمایی می کند. مطالعات ژنتیکی موقعیت پایه آن را در شجره خانواده سگ نشان می دهد و بر میراث متمایز آن در خارج از اروپای غربی تأکید می کند. شیوه های انتخابی پرورش و نظافت در قرن گذشته، سگ تازی افغان را به همدمی برانزده و ابریشمی که امروزه می شناسیم، تبدیل کرده است

سگ افغانی علیرغم ظاهر اشرافی و برجسته بودنش در زمایش های سگ، غرایز ذاتی شکار خود را حفظ می کند. لور کرسینگ یک بازی شکار شبیه سازی شده، به این سگ ها فرصتی می دهد تا سرعت و چابکی خود را به زمایش بگذارند و ارتباط خود را با ریشه های تازی خود حفظ کنند. در جریان سفر رسمی پادشاه افغانستان، **ظاهرشاه**، به لندن در سال ۱۹۷۱، سگ های افغان یک "گارد افتخار" تشکیل دادند و از حاکم میهن خود استقبال کردند. این لحظه ارتباط پایدار بین سگ شکاری افغان و کشور مبدأ آن را برجسته کرد

سفر از کوه های افغانستان به شکوه قصر **باکینگهام** روایت سگ افغان را در بر می گیرد. این داستانی از ظرافت، وفاداری، و آمیختگی یکپارچه سنت و مدرنیته است که سگ افغان را به نژادی گرامی و جاودانه تبدیل می کند. امروزه، در حالی که این نژاد با تغییر در محبوبیت و شیوه های پرورش مواجه می شود، سگ افغانی به عنوان شاهدی بر پیوند پایدار بین انسان ها و همراهان سگ وفادارشان است

حمدالله همدرد
موسسه بین المللی سنت لوئیس

در کوه های برف پوش افغانستان، شکار زمستانی با تازی های سریع و باهوش، نژادی از سگ ها که به چابکی و هوش شهرت دارند، آغاز می شود. دنیا پیش بینی نمی کرد که این همراهان ماهر، که به خاطر مهارت شکارشان زجلیل می شوند، قلب افسران استعماری بریتانیا را تسخیر کنند و به سگ شکاری افغانی که امروز می شناسیم، تبدیل شوند

اصطلاح "تازی" به این سگ های شکاری استثنایی اشاره می کند که به دلیل بینایی نیز و سرعت بی نظیرشان در تعقیب طعمه به دقت پرورش یافته اند. در حالی که شکارچیان افغان در زمین های پوشیده از برف حرکت می کنند، تازی های آن ها یواشکی حرکت می کنند و از معدن کاری خود غافل می شوند و توانایی های شکار استثنایی خود را به زمایش می گذارند. تازی با بدنی بلند، سر باریک، بینی سیاه و چشمان تیره بادامی شکل، عظمت و ظاهری متمایز دار

در طی قرن ها، سگ ها، از جمله تازی ها، از گرگ های اهلی تکامل یافته اند و به همراهان ضروری انسان تبدیل شده اند. افراد تازی با بدن باریک، باهوش و برای تعقیب سریع پرورش گزینشی سگ ها را برای کارهای مختلف طراحی می کرد و تازی را به عنوان یک شکارچی ظاهر می کردند. شکارچیان افغان نسل ها تازی های خود را گرامی داشته اند و آنها را در تعقیب خرگوش، بز وحشی، شغال و حتی آهو های معتبر به کار می گیرند. انتقال از تازی به سگ افغانی زمانی آشکار شد که افسران مستعمره بریتانیا این سگ ها را در اوایل قرن بیستم به لندن معرفی کردند. **زردین**، یکی از سگ های اولیه افغان، پس از ارائه در کاخ باکینگهام و پس از آن در موزیم بریتانیا نگهداری شد، به شهرت رسید

ظرافت، رفتار اشرافی و زیبایی گوشه گیر این نژاد به افزایش سریع محبوبیت آن کمک کرد. سگ شکاری افغان که با حالت عجیب و غریب، گره ابریشمی بلند و طرح کت متمایزش متمایز شده بود، به سرعت به زمادی از سنت و پیچیدگی تبدیل شد. با این حال، فداکاری افرادی مانند کاپیتان جان بنف بود که زردین را در سال ۱۹۰۷ به لندن آورد، که حضور این نژاد را در دنیای



حفظ عمارت تاریخی والی میزوری



عمارت والی میزوری به عنوان شواهدی جاودانه بر تاریخ غنی این ایالت است، اقامتگاهی که از زمان تکمیل آن در اواخر دسامبر ۱۸۷۱ شاهد گذر زمان و سرپرستی فرمانداران متعدد بوده است. این ساختمان در ۱۰ جریب زمین و مشرف به رودخانه باشکوه میزوری و کاپیتول این ایالت میباشد. این مسکن تاریخی بیش از یک قرن است که زمادی از ظرافت و استقامت بوده است

این عمارت که در یک بازه زمانی بسیار کوتاه هشت ماهه ساخته شده است، تلاش مشترک زندانیان ندامتگاه مجاور سهم قابل توجهی در این کار داشتند. رویاپرداز پشت طراحی آن، معمار مشهور سنت لوئیس، جورج اینگهام بارت بود، که از آثار برجسته او نیز می توان به خانه هنری شا در بوتانیکل گاردن میزوری اشاره کرد

ساختار سه طبقه اصلی عمارت با نجرم سبک محبوب مانسار در زمان خود، با سقف شیب دار که فضای بیشتری برای نشیمن فراهم می کرد، دارای ۱۳ اتاق خواب بوده اما فاقد امکانات مدرن مانند حمام یا کمد بود. ایوان باشکوه، که با چهار ستون گرانیتی صورتی تزئین شده است، در ۲۰ جنوری سال ۱۸۷۲ از فرماندار بی گرانتر براون و خانواده اش استقبال کرد و آغاز یک میراث را رقم زد

اتاق شد و میلیون ها سرمایه خصوصی و شرکتی جمع آوری کرد

بانوی اول، ژان کارناهان، سفر "مرمت زندگی" را ادامه داد، به مسائل ساختاری، نوسازی زیرزمین، و جمع آوری کمک های مالی برای فواره ای که به عنوان یاد آور کودکان میزوری است، پرداخت. فداکاری او راه را برای فرمانداران بعدی و خانم های اول هموار کرد تا در میراث دائمی عمارت مشارکت کنند

بانوی اول ملانی بلانت ۳.۱ میلیون دلار از مجمع عمومی میزوری برای پروژه های مرمت دریافت کرد و بر اهمیت بازپس گیری طرح اصلی تاکید کرد. تعهد او به اهمیت تاریخی و مشارکت جامعه بیشتر از طریق رویدادهایی مانند ناهار با بانوان اول به نمایش گذاشته شد

عمارت فرماندار میزوری چراغی از گذشته، حال و آینده میزوری است. همانطور که با افتخار در خیابان مدیسون، مشرف بر رودخانه میزوری ایستاده است، جذابیت ماندگار و اهمیت تاریخی آن گواهی بر تلاش های مشترک فرمانداران، بانوان اول، و محافظان حفاظت از نسل های مختلف است

با گذشت سالها، این عمارت به بوم بانوی اول متوالی تبدیل شد و هر کدام اثری پاک نشدنی در تاریخ خود بر جای گذاشتند. بانوی اول دالتون، با درک اهمیت تاریخی این اقامتگاه، تلاش هایی را برای بازسازی و ایمن سازی اثاثیه عتیقه، نوسازی درهای ورودی، و حمایت از یک ناظر تاریخی انجام داد - سنتی که توسط کسانی که دنبال کردند ادامه یافت. بانوی اول بتی هرنس، با انگیزه یک سقف نشستی، بازسازی های گسترده ای را آغاز کرد و گنجینه های پنهانی مانند کرکره های اصلی پنجره داخلی را ساخت و ساز کرد. او خود را وقف تعمیر آهن کاری های زینتی، سقف های تخته سنگی، و قاب پنجره کرد و سابقه ای برای تلاش های آتی مرمت ایجاد کرد

در سال ۱۹۷۴، بانوی اول کارولین باند، حفاظت از عمارت میسوری را تأسیس کرد، این سازمان غیرانتفاعی که متعهد به حفظ و بازسازی عمارت فرماندار است رهبری رویایی خانم باند منجر به بازسازی کتابخانه و راه اندازی تلاش های بهبود اتاق به



حمدالله همدرد
موسسه بین المللی سنت لوئیس

قصر دارالامان: زهاد از مقاومت افغانستان



این قصر در طول سالها با آتش سوزی های سالهای ۱۹۶۸ و ۱۹۷۸، و همچنین در طول جنگ داخلی افغانستان در دهه ۱۹۹۰، که در آن گروه های مجاهدین رقیب برای کنترل کابل میجنگیدند، آسیب زیادی دید. گلوله باران شدید کاخ را ویران کرد و تا اوایل دهه ۲۰۰۰ به عنوان محل اسکان پناهندگان و اردوگاه کوچی ها خدمت کرد، زمانی که این قصر به یک مرکز گردان برای ارتش ملی افغانستان تبدیل شد

در سال ۲۰۰۵، طرح هایی برای بازسازی قصر برای پارلمان آینده افغانستان، با کمک های مالی خصوصی، روزمایی شد. با این حال، در سال ۲۰۱۲ در یک سلسله حملات به هدف طالبان تبدیل شد. در نهایت، یک ساختمان جدید برای استقرار پارلمان ساخته شد و توجه به بازسازی خود کاخ دارالامان معطوف شد.

در سال ۲۰۱۶، یک پروژه مرمتی با بودجه ۱۶ تا ۲۰ میلیون دالر آغاز شد، با هدف احیای کاخ برای جشن صدمین سالگرد استقلال کامل افغانستان. مرمت گسترده شامل برداشتن نزدیک به ۶۰۰ تن آوار بوده و در سال ۲۰۱۹، کار بازسازی عمده به پایان رسید.

امروز، کاخ دارالامان، با معماری نئوکلاسیک خود که به شکوه سابق خود بازگردانده شده است، به عنوان شاهدی بر پایداری و وحدت افغانستان است. زمانی زهادی از رویاهای متروک به حساب میآید، اکنون نشان دهنده استقلال، مقاومت و فداکاری های ملت است.

محمدالله همدرد
موسسه بین المللی سنت لوئیس

قصر دارالامان که به «محل صلح» ترجمه میشود، یکی از عجایب معماری سه طبقه است که تقریباً در ۱۶ کیلومتری جنوب غربی کابل، افغانستان، در منطقه دارالامان واقع شده است. این کاخ که در دهه ۱۹۲۰ در زمان امیر امان الله خان ساخته شده است، تاریخ پرفراز و نشیبی را پشت سر گذاشته است که با تخریب، متروکه شدن، و اخیراً تلاش های قابل توجه مرمتی مشخص شده است.

امیر امان الله خان ساخت قصر دارالامان را در اوایل دهه ۱۹۲۰ به عنوان بخشی از برنامه بلند پروازانه خود برای مدرن سازی افغانستان آغاز کرد. در ماه جون سال ۱۹۲۶، او خود را پادشاه افغانستان اعلام کرد و قصر را به عنوان مرکز شهر پایتخت جدید، دارالامان، که از طریق راه آهن باریک به کابل متصل می شود، در نظر گرفت. امان الله خان برای تحقق بخشیدن به این دیدگاه، ۲۲ معمار از آلمان و فرانسه را به خدمت گرفت و بر روابط پایدار بین افغانستان و آلمان تأکید کرد.

کاخ دارالامان که توسط معماران فرانسوی هر یکی ایم گودارد و اسی گودارد به همراه مهندس آلمانی والتر هارتن و تیمش طراحی شده است، این سازه نئوکلاسیک با ابهت است که بر روی تپه ای قرار گرفته است و منظره ای پانوراما از دره غبار آلود در قسمت غربی کابل را ارائه می دهد. این یکی از اولین ساختمان هایی در کشور بوده که دارای گرمایش مرکزی و آب جاری بود و پیشرفت های تکنولوژیکی خود را برای آن زمان به نمایش گذاشت.

این کاخ علیرغم طراحی بزرگش، زمانی که محافظه کاران مذهبی پادشاه امان الله را در سال ۱۹۲۹ از قدرت برکنار کردند، با شکست مواجه شد. این ساختمان که به عنوان مقر پارلمان آینده در نظر گرفته شده بود، برای سال ها تا حدی کامل باقی ماند. با گذشت زمان، اهداف مختلفی از جمله به عنوان یک دانشکده پزشکی برای دانشگاه کابل، یک انبار، و مقر وزارتخانه های کوچکتر انجام شد.

گنجینه آشپزی با مزایای سلامتی



سیر مدت هاست که به خاطر فواید بی شماری برای سلامتی شناخته شده است و به عنوان درمانی برای بیماری‌های مختلف و محافظی در برابر عفونت‌های خطرناک عمل میکند

اگر میخواهید وزن سالمی داشته باشید، فشار خون را تنظیم کنید، از سطوح طبیعی کلسترول اطمینان حاصل کنید، بینایی خود را واضح نگه دارید، و سیستم گوارشی و ایمنی خود را تقویت کنید، ترکیب سیر در رژیم غذایی‌تان کلید اصلی است

روش اول: سه حبه سیر را ریز خرد کنید و در یک لیوان آب گرم خیس کنید. دو قاشق چایخوری عسل خالص را در معجون مخلوط کنید و بگذارید دم بکشد. این مخلوط را هر روز صبح به مدت ۱۵ روز متوالی مصرف کنید تا معده سالم، بینایی شفاف و سطح کلسترول نرمال شود. این روش مغز را جوان میکند، میکروب‌ها را دفع میکند و سیستم دفاعی بدن را تقویت میکند

روش دوم: حبه‌های سیر را ریز خرد کرده، در یک لیوان سرکه سیب گرم دم کرده و با آب دو عدد لیمو مخلوط کنید. این معجون را یک بار در روز، ترجیحاً صبح، مصرف کنید تا سلامت کلی بدن را افزایش دهید. به ویژه برای کسانی که با بیماری‌های تنفسی، ضعف مردانه و مشکلات قلبی عروقی سر و کار دارند مفید است

روش سوم: سیر ریز شده را با ماست و آب لیمو در یک وعده نصف لیوان مخلوط کنید. این را هر روز صبح و عصر به مدت ۲۰ روز مصرف کنید تا فواید بی شمار آن را برای سلامتی تجربه کنید. این روش به ویژه در رفع مشکلاتی مانند بوی بد دهان، درد مفاصل و سطوح غیرطبیعی کلسترول موثر است

روش چهارم: از سیر برای بیماری‌های تنفسی استفاده کنید. حبه‌های سیر را له کنید و به یک قابلمه آب داغ اضافه کنید. برای رفع مشکلات تنفسی بخار را استنشاق کنید

به یاد داشته باشید که سیر را به طور مداوم مصرف کنید، و نه تنها سیستم ایمنی بدن شما را تقویت می‌کند، بلکه به عنوان یک اقدام پیشگیرانه در برابر بیماری‌های مختلف عمل می‌کند

روش پنجم: با ترکیب حبه‌های سیر با دانه‌های گشنیز، برای مفاصل درمان کنید. مخلوط را یک شب در آب خیس کنید و صبح روز بعد مصرف کنید. این یک درمان موثر برای درد مفاصل است

سیر نه تنها یک عنصر همه‌کاره آشپزخانه است، بلکه یک گیاه دارویی قوی است. عادت گنجاندن سیر را در رژیم غذایی روزانه خود بپذیرید تا شاهد تاثیرات دگرگون کننده آن بر سلامت کلی خود باشید



فوزیه شهاب
نطاق سابق رادیو تلویزیون
ملی افغانستان

کابل شهر تاریخ، فرهنگ و عشق



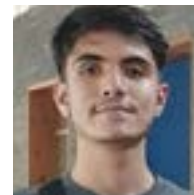
کابل شهر زیبا با قصه های شیرین و با تاریخ کهن، تاریخ پر فراز و نشیب که شاهان و حکمرایان جبار بسیاری را در خود دیده و به دلیل موقعیت خاص جیو پولیتیک همواره مورد توجه و نفوذ ملل مختلف دنیا قرار گرفته است. از نظر جغرافیایی این شهر در یکی از حوزه های مسطح مرتفع جنوب کوه های "هندوکش" واقع شده و از نظر ژئولوژیک موقعیت و ساختمان آن به سلسله جبال هندوکش مرتبط است. بعد از عصر یخبندان، کابل آهسته آهسته به قلات کشاورزی تبدیل شد و رسوبات برجای مانده حاصل خیزی بیشتری به نواحی مختلف کابل بخشید

شهر کابل را تپه ها و کوهپایه ها احاطه نموده است. کوه شیر دروازه و کوه آسمایی، تپه مرزجان، تپه بالا حصار تپه قلعه بلند تپه بی بی مهر و تپه کلوله پشته همه در عهد سوم زمین شناسی به میان آمده اند. این شهر که تاریخچه آن به پیش از ۳۰۰۰ سال قبل برمی گردد، بیش از چهار میلیون جمعیت را در مساحتی ۴۲۵ کیلومتر مربع در خود جا داده است

به تدریج اقوام مختلف به هم آمیختگی پیدا کردند و از رسوم و سنت های خوب یکدیگر سرمشق گرفتند که هیچ تفاوتی میان عرف و عادات آنها دیده نمی شد، و چنان به هم آمیختند که یک ملت را تشکیل دادند و کابل را رنگارنگ ساختند، و صمیمیت بیشتر به کابل می بخشند. کابل همان شهرن است که محبت و مهربانی در مردم آن چوش می زند. مردم کابل اصیل و مهمان نواز بوده. و به یکدیگر خود احترامی خوبی قائل اند

مردان دلیر و جواهرمد، زنان زیبا و شجاع. زنانیکه هیچگاه ابرو خم نکرده اند و همیشه برای آینده روشن کوشیدن. پسران و دختران فعال و زحمتکش که در طول تاریخ همیشه دستاورد های بیشمار داشته اند جدا از دیگر بخش ها آنان در عرصه علم و هنر همیشه درخشیده اند

و نام افغانستان را به جهانیان آشنا ساخته اند. **آبده های تاریخی** زیادی در کابل وجود دارد. قصر چهل ستون، قصر دارالامان، قلعه بالا حصار، تپه توپ و قصر باغ بالا از آبده های نامدار در پایتخت به شمار می روند. که قصر باغ بالا یکی از کهن ترین مکان های دیدنی و تاریخی کابل در این باغ است. که مردم به این میراث های فرهنگی احترام قائل شده و بازدید کننده گان فراوانی دارد. بلی، این و صد ها موارد دیگر کابل را بزرگ و دوست داشتنی ساخته است. کابل شهر عشق و هنر است



الیاس میرزایی
کابل افغانستان

از رویاهای یک مهاجر تا موفقیت: سفر پرستیژ موتورز



را تقویت کرد. در سال ۱۹۹۹، سنت لوئیس کمتر از ۱۰ خانواده افغان از جمله احمد و فیصل داشت. فقدان مراکز اجتماعی، مساجد، خواربار فروش ها یا رستوران های افغان، همسان سازی را به چالش می کشاند. با این حال، در طول سال ها، جامعه افغان در سنت لوئیس شکوفا شده است. احمد از مشارکت در این رشد و کمک به هموطنان افغان برای اسکان سریعتر با ارائه وسایل نقلیه مطمئن، که اغلب اولین خرید برای بسیاری از تازه واردان است، افتخار می کند

رضایت مشتری سنگ بنای موفقیت پرستیژ موتورز بوده است. احمد و فیصل فروش خودروهای باکیفیت را در اولویت قرار می دهند و اطمینان حاصل می کنند که مشتریانشان مشتریان طولانی مدت شوند. این تعهد به تعالی نه تنها به رشد تجارت آنها کمک کرده است بلکه به موفقیت گسترده تر جامعه افغان در سنت لوئیس نیز کمک کرده است

همانطور که پرستیژ موتورز به پیشرفت خود ادامه می دهد، سفر احمد و فیصل به عنوان گواهی الهام بخش از قدرت سخت کوشی، پشتکار و اهمیت بازپرداخت به جامعه است. از رویاهای مهاجر گرفته تا موفقیت، داستان آنها به عنوان یک چراغ امید برای کارآفرینان مشتاق و تازه واردان به طور یکسان طنین انداز می شود

PRESTIGE MOTORS
4024 S GRAND BLVD
SAINT LOUIS, MO 63118

4205 S GRAND BLVD
SAINT LOUIS, MO 63111
(314) 481-5777

www.prestigemotorsstl.com

در سال ۱۹۹۹، احمد صفری در سن ۱۰ سالگی، سفری به آمریکا را آغاز کرد و وطن خود را پشت سر گذاشت و به دنیای جدیدی از فرصت ها قدم گذاشت. سریع به جلو به امروز، احمد، در کنار شریک تجاری خود فیصل فائز، به عنوان یک مالک مفتخر پرستیژ موتورز، یک زهاندگی فروش خودرو در سنت لوئیس، ایستاده است. داستان آنها داستان عزم، سخت کوشی و قدرت جامعه است

سفر احمد در آمریکا با پیمایش در چالش های دوران نوجوانی، گذر از کلاس پنجم، مدرسه راهنمایی و در نهایت کسب مدرک لیسانس در رشته مالی از دانشگاه میزوری سنت لوئیس آغاز شد. با این حال، احمد فقط دنبال دانشگاه نبود بلکه دنبال یک تجارت موفق و نحق رویایی بود که او و فیصل از دوران دانشگاه پرورش داده بودند

این دو به طور مستقیم وارد تجارت خودرو نشدند. آنها با صنعت تلفن همراه شروع کردند و قبل از ورود به دنیای چالش برانگیز زهاندگی های خودرو در سال ۲۰۱۷، طناب کارآفرینی را آموختند. احمد و فیصل در محاصره دوستان همفکر که روحیه کارآفرینی خود را به اشتراک می گذاشتند، در فراز و نشیب های تاسیس به یکدیگر انگیزه دادند

روزهای اولیه پرستیژ موتورز همچنین بدون مانع و چالش نبود. آنها با یک بودجه متوسط و تعداد انگشت شماری موترها شروع کردند و با آزمایشات تازه وارد بودن به این عرصه مواجه شدند. کسب و کار خودرو، که به دلیل پتانسیل آن برای متحمل شدن سریع زیان های قابل توجه بدنام است، به انعطاف پذیری و یک رویکرد استراتژیک نیاز داشت. با این حال، احمد و فیصل به دلیل خانواده محور بودن و دیدگاه مشترک، هرگز در مسیر خود تردید نکردند

احمد با تأمل در سفر خود، بر اهمیت داشتن اهداف مشابه و انجام کار سخت مورد نیاز برای رشد کسب و کار تأکید می کند. آنها شروع به کار کوچک کردند و سال به سال به طور پیوسته موجودی خود را گسترش دادند. فداکاری های این انجام را متحمل شدند، اما اعتقاد تزلزل ناپذیر به رویاهای آنها عزم راسخ آنها



افغان ژورنال با خرسندی اعلام می نماید که ما اکنون مطالب از نویسندگان با استعداد محلی را در این نشریه ماهوار نشر مینماییم. داستان های جذاب خود را با ما به اشتراک بگذارید و اجازه دهید صدای شما شنیده شود. مقالات خود را امروز برای ما ارسال کنید

3611 South Grand, Suite 105, St. Louis, Missouri

+1 (314) 827 1821

Hhammadard@afghancenter.org

Www.afghancenter.org

