info@payamdaily.ir

نخستین روزنامه صبح البرز

پیام آشنا

شماره ۲۷۶۵
سه‌شنبه / ۳۰ اردیبهشت / ۱۴۰۴
۲۲ / ذوالقعده / ۱۴۴۶
20 / May / 2025

صاحب امتیاز: موسسه همگامان اندیشه زمان
مدیرمسئول: محمود حیدری سردبیر: یاهره حیدری
نشانی: کرج، بلوار تعاون، خیابان فرهنگ، جنب کافون کارشناسان رسمی دادگستری
تلفن: ۳۲۵۳۴۸۳۸-۳۲۵۳۴۴۴۳-۰۲۶ فکس: ۳۲۵۳۰۱۰۱
امتیاز در طرح ارزیابی کیفی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی: ۶۷/۸۰
چاپ: کارگر

دیدگاه

جنگ و صلح

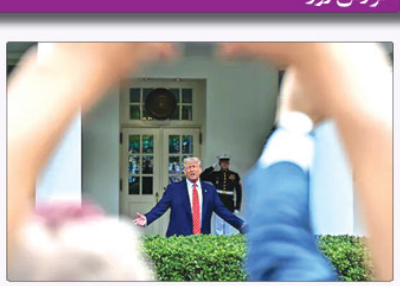
تجربه نشان داده که در بازی‌های ژئوپلیتیکی، برنده کسی است که بادقت بیشتری حرکت کند، نه الزاما سریع‌تر. جنگ یا صلح بین ایران و امریکا و متحدانش مستلزم دقت در این بازی مهم سیاسی خواهد بود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، بیژن همدرسی در یادداشتی با این عنوان به سوال «کدامین صبر راهبردی ایران یا دکترین سرعت‌گرای امریکایی» پاسخ داده است: در سال‌های اخیر، صحنه سیاست بین‌الملل شاهد مواجهه آشکاری میان دو رویکرد کاملا متفاوت در دیپلماسی بوده است. از یک‌سو، دیپلماسی «سرعت‌گرا»، قطبی و رسانه‌محور دولت دونالد ترامپ در ایالات متحده و از سوی دیگر، سیاست خارجی آهسته، تدریجی و متکی به عمق راهبردی جمهوری اسلامی ایران. این دو رویکرد نه تنها بازتاب‌دهنده اختلاف در شیوه‌های سیاست خارجی هستند، بلکه نمادین از دو فرهنگ سیاسی متفاوت در درک از قدرت، تعامل بین‌المللی و مدیریت تنش هستند. رویکرد ترامپ، در سیاست خارجی بر پایه سرعت عمل، تصمیم‌گیری‌های فوری و تبلیغ‌های رسانه‌ای قرار داشت. او با اتکا به ذهنیت تجاری و انتظارات انتخاباتی، سیاست خارجی را شبیه یک معامله تصور می‌کرد معامله‌ای که باید سریعا منجر به نتیجه شود و در صورت عدم موفقیت، به تهدید، فشار و انزوای دیپلماتیک روی می‌آورد. این منطق در قبال ایران به‌ویژه در قالب سیاست «فشار حداکثری» (**Maximum Pressure**) ظاهر شد. این استراتژی شامل تحریم‌های گسترده اقتصادی، تهدیدهای نظامی مستمر و تلاش برای انزوای دیپلماتیک ایران بود، با هدف اینکه ایران تحت فشارهای شدید، به خواسته‌های واشنگتن تن بدهد. این نوع دیپلماسی، علاوه بر اینکه اغلب غیرقابل پیش‌بینی بود، ضربه زیادی به نهادهای بین‌المللی و اعتماد به دیپلماسی چندجانبه وارد کرد. در مقابل، سیاست خارجی ایران، به‌ویژه پس از خروج یک‌جانبه امریکا از توافق هسته‌ای (برجام)، بر پایه منطقی آهسته، هوشمندانه و مقاومت‌پذیر شکل گرفت. ایران با درک از اینکه وارد یک رقابت بلندمدت ژئوپلیتیکی شده است، به جای واکنش‌های احساسی یا سطحی، به استراتژی‌های تدریجی و عمیق روی آورد. مقاومت فعال، حفظ ظرفیت چانه‌زنی و گسترش عمق راهبردی در منطقه، از جمله محورهای اصلی این سیاست بودند. ایران با حفظ خطوط ارتباطی با اروپا، روسیه و چین و همزمان تقویت پیوندهای منطقه‌ای با بازیگران غیردولتی، توانست در شرایط فشار حداکثری از فروپاشی دیپلماتیک و اقتصادی جلوگیری کند و فضای مانور خود را گسترش دهد. نقش رهبری در این ماجرا، برجسته و تعیین‌کننده بود. حضرت آیت‌الله خامنه‌ای در طول این دوره، با اتخاذ رویکردی هوشیارانه، مانع از ورود کشور به جنگ تمام عیار یا ولبستگی کامل به نتایج مذاکره شد. ایشان ضمن هشدار نسبت به فریب دیپلماتیک غرب و وعده‌های ناپایدار امریکا، اقداماتی را در جهت کاهش گام به گام تعهدات برجامی هدایت کردند، البته با حفظ امکان بازگشت‌پذیری در صورت تحقق شرایط لازم. همچنین، تأکید بر تقویت اقتصاد داخلی و کاهش وابستگی به روابط بین‌المللی، از جمله سیاست‌های مهمی بود که نقش کلیدی در مقاومت داخلی ایفا کرد. تجربه سال‌های اخیر نشان داده است که در رقابت‌های بین‌المللی، برنده همواره کسی نیست که سریع‌تر حرکت کند، بلکه کسی است که دقیق‌تر، عقلانی‌تر و با دید بلندمدت عمل کند. این موضوع به وضوح در تقابل ایران و امریکا مشهود بود. در حالی که سیاست ترامپی به دنبال نتیجه‌گیری سریع بود، اما غالبا بدون انسجام و پایداری، سیاست ایران با تمامی نقاط ضعف و چالش‌هایش، توانست در برابر فشارهای سنگین مقاومت کند و فضای مانور خود را حفظ کند. با توجه به تحولات فعلی در صحنه بین‌المللی و افول نسبی سیاست‌های یک‌جانبه امریکا، آینده را می‌توان در چند سناریو ترسیم کرد. اول، بازگشت به دیپلماسی چندجانبه در دوره جو بایدن، اگرچه با شکاف‌های موجود در داخل امریکا و بدون متحدان اروپایی، اما هنوز هم امکان احیای برجام با اصلاحاتی جدید را فراهم می‌کند. دوم، ادامه تقابل غیرمستقیم میان دو طرف، از طریق جنگ‌های نیابتی، تشدید تنش در مناطق حساس مانند تنگه‌ها و ادامه فشارهای اقتصادی، با این هدف که از درگیری مستقیم جلوگیری شود. و سوم، چرخش جهان به سمت چند قطبی‌گرایی که فرصتی استثنایی برای ایران برای گسترش روابط استراتژیک با قدرت‌های جدید مثل چین و روسیه است. برای ایران، این لحظه تاریخی نیازمند دیپلماسی هوشمندانه و متوازنی است که هم مقاومت را حفظ کند و هم درب مذاکره را بدون تسلیم شدن به خواسته‌های غیرواقع‌بینانه باز نگه دارد. در موازات این مسیر، تقویت بنیان‌های داخلی، به ویژه اقتصادی، باید در اولویت قرار گیرد تا دیپلماسی ایران اسیر شرایط بین‌المللی یا چرخه انتخابات امریکا نباشد. همچنین، تکمیل گام‌های بازدارندگی در منطقه، نه برای تحریک جنگ، بلکه برای تثبیت موازنه قدرت، امری ضروری است. در نهایت، ایران باید با استفاده از دیپلماسی عمومی و ارایه روایت واقعی از خود، بتواند افکار عمومی جهانی را از دریچه‌های غیر از رسانه‌های غربی آگاه کند.

در مجموع، مواجهه میان ایران و امریکا، تنها یک تعارض نظامی یا ایدئولوژیک نیست، بلکه نمادی از دو منطق کاملا متفاوت در درک از دیپلماسی، قدرت و روابط بین‌الملل است. سرعت بدون ثبات در سیاست خارجی ترامپ، در برابر صبر، حسابرسی و راهبردی ایران. تجربه نشان داده که در بازی‌های ژئوپلیتیکی، برنده کسی است که با دقت بیشتری حرکت کند، نه الزاما سریع‌تر. جنگ یا صلح بین ایران و امریکا و متحدانش مستلزم دقت در این بازی مهم سیاسی خواهد بود.

گزارش روز

راه مواجهه با ترامپ این است



ترامپ نه به ایدئولوژی پایبند است و نه به پروتکل و مقررات بین‌المللی اهمیت می‌دهد. طرف های مقابل به این نتیجه رسیده اند که باید با ترامپ همچون خودش تعامل کرد. این را بسیاری از کشورها از جمله روسیه، ترکیه، عربستان سعودی و دیگر کشورهای حاشیه خلیج‌فارس دریافته‌اند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از اطلاعات، سرانجام دونالد ترامپ، رئیس جمهوری ایالات متحده آمریکا در نخستین سفر خارجی خود بر خلاف سنت پیشین، نه به اروپا یا اسرائیل، بلکه به عربستان سعودی و سپس به قطر و امارات سفر کرد. درباره این سفر، مقالات و تحلیل های زیادی در رسانه ها منتشر شده اما آنچه ما در این یادداشت بی می گیریم حقایق و نکاتی است که کمتر مورد توجه تحلیل‌گران قرار گرفته است.

ترامپ در این سفر خیلی بیشتر از آنچه خودش انتظار داشت، پول پارو کرد. جمعا چهار تریلیون دلار به اضافه یک کاخ پرنده از قطر. اما همه این پول ها بر خلاف گذشته، باج خواهی در مقابل امنیت نبود بلکه ورود و بدهبستان در اقتصاد مبتنی بر زندگی و دیجیتالی و هوش مصنوعی بود که در ساحل جنوبی خلیج فارس مدت هاست عربستان سعودی، قطر، امارات و حتی سلطان نشین عُمان در این زمینه به تکاپو افتاده اند و کویت تنها کشوری است که هنوز وارد این میدان نشده است.

نگاهی به هیات همراه ترامپ این واقعیت جدید را نشان می دهد. این بار سران کارتل های نفتی و تسلیحات سازی همراه ترامپ نبودند و به جای آنها تعداد زیادی از سران شرکت های بزرگ فناوری نوین مانند میکروسافت، آمازون، اُپنهایمر اوبر و غیره او را همراهی می کردند و همه این شرکت ها به قراردادهای تجاری مهمی با شرکای عرب دست یافتند که به تعدادی از این قراردادها بطور گذرا اشاره می کنیم. عربستان سعودی بجز قرارداد تسلیحاتی ۱۴۲ میلیارد دلاری، قرار شد ۶۰۰ میلیارد دلار نیز ظرف سه سال آینده در آمریکا سرمایه گذاری کند.

شرکت بزرگ چندملیتی انویدیا (**Nvidid**) واقع بر ساحل کالیفرنیا که رهبری جهانی در توسعه سخت افزار ها و نرم افزارهای هوش مصنوعی را برعهده دارد و نیز شرکت رقیبش «ای ام دی» (**Advanced Micro Devices (AMD**) برای وارد کردن تراشه های هوش مصنوعی، به قراردادهای چند ده میلیارد دلاری دست یافتند.

شرکت بزرگ آمازون نیز برای ایجاد زیرساخت های پیچیده و سرورهای مجهز به تراشه های بسیار پیچیده، علاوه بر سرمایه گذاری های قبلی، یک قرارداد ۵ میلیارد دلاری جدید با عربستان امضا کرد. سایر شرکت های مشابه نیز به قراردادهای هنگفتی در عربستان، قطر و امارات دست یافتند. جالبتر اینکه حتی شرکت چندملیتی اوبر (**Uber**) متخصص در ایجاد وسیله نقلیه کرایه‌ای با استفاده از اپ **app** موبایل نیز که خود عربستان سعودی از سهامداران عمده‌اش است، توانست با مدیر ایرانی اش یک قرارداد شامل ۵۰۰ خودران را با عربستان امضا کند.

اینها فقط مشتی از نمونه خروار بود که صرفا به منظور دریافت فضای جدید معاملات به آن اشاره کردیم.

با توجه به آنچه گذشت و بررسی ابعاد سفر ترامپ، نتایج زیر به دست می آید:

۱: کشورهای عرب یاد شده که از درآمد های هنگفت نفت و گاز و ساختن برج و اجرای پروژه های حیرت انگیز ترفیهی اشباع شده اند اینک در جهت پیشبرد اقتصاد غیر نفتی و دست اندازی به زمینه های دیگر بویژه شهرهای دیجیتالی و نفوذ در خارج روی آورده اند و معیارهای اقتصادی آنها تغییر یافته است.

۲: وضعیت امنیت برای این کشورها کاملا دچار تغییر شده و منبع تهدید، زمانی نفوذ کمونیسم بود که با فروپاشی اتحاد شوروی، دیگر وجود ندارد. از داخل نیز با توجه به اکمالات رفاهی گسترده که ایجاد کرده اند احساس خطر نمی کنند. تروریسم نیز که خود آنها برایش هزینه کرده اند دامنگیرشان نخواهد شد و تهدیدی برای آنها محسوب نمی شود. تاجایی که ابومحمد الجولانی بزرگترین تروریست منطقه را که آمریکا برای سرش ۱۰ میلیون دلار جایزه تعیین کرده بود اینک با کت و شلوار و کراوات نزد ترامپ آوردند و پس از تعهدی مبنی بر ورود به توافق ابراهیم (عادی سازی روابط با رژیم صهیونیستی) و دوستی با اسرائیل، ترامپ دست وی را فشرد و فوراً همه تحریم ها را از سوریه برداشت.

ایران نیز دیگر تهدید نیست زیرا همه آنها روابط دوستانه ای با تهران دارند و دیگر اینکه اگر در گذشته آمریکا را تشویق به حمله نظامی به ایران می کردند، اینک نه تنها مخالف حمله هستند، بلکه برای توافق آمریکا با جمهوری اسلامی پافشاری و وساطت می کنند. لذا در این دادوستدها نگرانی امنیتی جای زیادی ندارد.

۳: ترامپ همچنان که خود بارها بر زبان آورده، دنبال جنگ نیست چون جنگ هزینه دارد. البته او هم از سیاست هویج و چماق استفاده می کند اما هویجش سرمایه گذاری در فناوری های مدرن و چماقش تحریم های خردکننده است و با همین روش به دیگران دستور می دهد به تنایاهو می گوید جنگ در نوار غزه را متوقف کند با حماس مذاکره می کند و ورود کمک های انسانی به غزه آغاز می شود. با انصارالله یمن هم به توافق و آتش بس می رسد به هند و پاکستان دستور آتش بس می دهد و آنها هم بلافاصله اعلام آتش بس می کنند. مذاکرات پوتین و زلنسکی را به جای ریاض به استانبول می برد و اردوغان را دوست خود می خواند و مشخص است که نفوذ ترکیه در شمال و نفوذ اسرائیل در جنوب سوریه را پذیرفته است.

۴: آیا ترامپ، اسرائیل را خور زده و برایش اهمیتی ندارد؟ قطعا چنین نیست. او با دولت نتانیاهو اختلاف دارد ولی همانطور که به "رُن درمر" (مغز متفکر سیاست‌های خارجی نتانیاهو) تأکید کرده به امنیت راهبردی اسرائیل پایبند است اما طبق فهم خودش و نه خواسته های نتانیاهو. توافق ابراهیم را نیز همچنان پیگیری می کند. هرچند به عربستان سعودی برای پیوستن علنی به این پروژه فشار نمی آورد و فقط از احتمال پیوستن سعودی ابراز خوشحالی می کند چون موقع پیش روی عربستان را می داند.

۵: مدتی است که تحلیلگران، روی واژه ترامپیسم کار می کنند تا اصول و قواعدی را در این چهارچوب تعریف کنند اما ترامپ قاعده پذیر نیست. ترامپ ترامپ است و همه چیز را از زاویه "اول آمریکا" می بیند نه به ایدئولوژی پایبند است و نه به پروتکل و مقررات بین المللی اهمیت می دهد. حال و حوصله مذاکرات طولانی و تشریفات آن را هم ندارد و قابل پیش بینی نیست. ناگهان تصمیم می گیرد و حتی با حماس و انصارالله یمن وارد معامله می شود. طرف های مقابل به این نتیجه رسیده اند که باید با ترامپ همچون خودش تعامل کرد و این چیزی است که بسیاری از کشورها از جمله روسیه، ترکیه، عربستان سعودی و دیگر کشورهای حاشیه خلیج فارس آن را دریافته اند.

اینک سؤال مهم این است که آیا این پدیده یا این روند در سیاست خارجی آمریکا تا سه سال آینده و بعد از ترامپ نیز ادامه خواهد یافت یا اینکه مخالفان این پدیده بویژه وال استریت و لابی های مختلف که اینک ظاهرا ساکت هستند وارد عمل خواهند شد؟!

محمدعلی مهتدی

مکث

خودتی یا شبیه همه؟

در دنیای فناوری محور امروز، «بگوی دیجیتال» به آرامی جای هویت واقعی ما را می گیرد طوری که گاهی خودمان هم تصویری را که در فضای مجازی ارائه می دهیم، فارغ از نسبتی که با واقعیت دارد، باور می کنیم؛ چرا و چگونه این هویت مجازی ساخته می‌شود و چطور می‌توانیم از نامهایش فرار کنیم؟

به گزارش پیام آشنا به نقل از خراسان، زندگی امروز ما، گره خورده با موبایل و شبکه‌های اجتماعی است. ابزاری که نعمتها ارتباطات را آسان کرده، بلکه بخش بزرگی از هویت و تصویر ما از خودمان را هم شکل می‌دهد. حالا دیگر کمتر کسی است که صفحه‌ای در فضای مجازی نداشته باشد یا لحظاتی از زندگی‌اش را با دنبال کنندهها به اشتراک نگذارد. اما آنچه در این رخ‌دادها می‌یابان میان دنیای دیجیتال و واقعیت به تدریج اتفاق افتاده شکل گیری یک هویت نو و تازه است؛ هویتی که شاید چندان به خود واقعی ما شبیه نباشد. «بگوی دیجیتال» یا همان تصویری که از خودمان به دیگران در فضای مجازی نشان می‌دهیم، حالا به بخشی جداشدنی از زندگی‌مان تبدیل شده است. اهمیت پرداختن به این موضوع در این است که این هویت مجازی می‌تواند تاثیرات عمیقی بر روان، احساسات و حتی روابط اجتماعی ما بگذارد. اگر ندانیم مرز کجاست، این ایگو و خیلی راحت جای هویت واقعی ما را می‌گیرد و ممکن است باعث بروز اضطراب، مقایسه بیش از حد و حس ناکافی بودن شود. در این مطلب ابتدا درباره چگونگی شکل گیری ایگوی دیجیتال و نقش شبکه‌های اجتماعی در تقویت آن می‌خوانید. سپس به پیامدهای روانی و اجتماعی این پدیده خواهیم پرداخت.

شکل گیری و بروز ایگوی دیجیتال

در دوران گذشته، هویت هر فرد بیش از هر چیز در جمع‌های کوچک و میان آشنایان واقعی معنا پیدا می‌کرد. اما امروز با رشد سرسام‌آور شبکه‌های اجتماعی، فرصتی بی‌سابقه برای ساختن و نمایش چهره‌های جدید و بزرگ و برق از خودمان فراهم شده است. این چهره تازه، همان ایگوی دیجیتال ماست. تصویری که الزاما با واقعیت زندگی‌مان یکی نیست. خلاصه ایگوی دیجیتال درواقع همان تصویری است که خودمان در فضای مجازی برای دیگران می‌سازیم. این تصویر با خود واقعی ما که ضعف‌ها، محدودیت‌ها و ناکامی‌هایی طبیعی دارد، متفاوت است. بسیاری از ما در فضای مجازی ترجیح می‌دهیم تنها بخش‌هایی از شخصیت و زندگی‌مان را که جذابتر و بستندیدهتر است، به نمایش بگذاریم و نقاط ضعف، شکست‌ها یا احساسات ناخوشایند را پنهان کنیم.

نقش شبکه‌های اجتماعی در تقویت این ایگو

پلتفرم‌هایی مانند اینستاگرام و پیام‌رسان‌های مختلف، با ساختار و قابلیت‌هایی مثل پستدیدن، نظر دادن، تعداد دنبال کننده و حتی ابزارهایی برای ویرایش عکس و محتوا، میل به تأیید گرفتن و دیده شدن را در ما تشدید می‌کنند. هر بار که عکسی زیبا یا جمله‌ای برای تأثیرگذاری منتشر می‌کنیم و با واکنش مثبت دیگران روبه‌رو می‌شویم، یک پله به سمت ایگوی دیجیتال قوی‌تر و ساختگی‌تر قدم برداشته‌ایم. شاخص‌هایی مثل تعداد لایک و دنبال کننده، ناخودآگاه تبدیل به معیارهای سنجش ارزش فردی می‌شوند.

تلاشی برای ایده‌آل دیده شدن

خیلی‌ها تلاش می‌کنند از خودشان یک «برند» بسازند یعنی تعهد بیرونی شخصیت، علایق و موفقیت‌هایشان را طوری انتخاب می‌کنند که بیشتر یک انسان کامل را القا کنند. این انتخاب‌ها معمولا هوشمندانه و هدفمند هستند: افراد معمولاً تصاویری از سفرهای خوش و فضاهای شاد یا دستاوردها و موفقیت‌ها را به اشتراک می‌گذارند و از غم‌ها، دغدغه‌ها و شکست‌ها حرفی نمی‌زنند. نمایش زندگی لوکس یا موفقیت‌های گزینشی، بدون اشاره به تلاش‌ها و شکست‌های پشت صحنه، انتشار تصاویر و نوشته‌هایی فقط برای جلب توجه و تحسین، پنهان کردن نقاط ضعف یا تجربه‌های ناخوشایند در زندگی واقعی، استرس یا اضطراب از کم بودن میزان پسندیده شدن و احساس رضایت یا نارضایتی وابسته به تأیید مخاطبان از نشانه‌های رایج بروز ایگوی دیجیتال است. واقعیت این است که ایگوی دیجیتال نعمتها برای دیگران که گاهی برای خودمان هم بلوبذیر می‌شود و ما را به سمت مقایسه دایمی و دوری از خود اصیل سوق می‌دهد. این فرایند اگر بی‌وقفه و بدون آگاهی ادامه پیدا کند، می‌تواند به مرور میان دنیای واقعی و مجازی ما از هم‌خوش کند و آرام آرام هویت‌مان را تحت تأثیر قرار دهد.

پیامدهای ایگوی دیجیتال بر فرد و جامعه

افزایش اضطراب یکی از مهم‌ترین پیامدهای ایگوی دیجیتال، رشد احساس اضطراب و نگرانی مداوم است. افراد به دلیل مشاهده مکرر زندگی، موفقیت‌ها و لحظات خوش دیگران در شبکه‌های اجتماعی ناخودآگاه خود را با آن‌ها مقایسه می‌کنند. این مقایسه عموماً ناعادلانه است، زیرا هر کس تنها بخش‌های خوب و جذاب زندگی‌اش را به اشتراک می‌گذارد. ضمن این که وقتی ایگوی دیجیتال شکل نیمه‌های زیبا و بی‌نقص زندگی را نشان می‌دهد، احساس ناکافی بودن در کاربران بیشتر می‌شود. ترس از عقب ماندن؛ دیدن جشن‌ها، سفرها، پیشرفت حرفه‌ای و شادی‌های دیگران در فضای مجازی، یک نگرانی همیشگی برای برخی از دست دادن فرصت‌ها (FOMO) ایجاد می‌کند. کاربر حس می‌کند که ممکن است اتفاق مهمی را از دست بدهد. این موضوع باعث بی‌قراری، نداشتن تمرکز و حتی کم‌خوابی می‌شود.

وابستگی به تأیید آنلاین: شبکه‌های اجتماعی با سازوکاری مثل لایک، کامنت و تعداد دنبال کننده، فرد را به سمت وابستگی به تأیید دیگران سوق می‌دهند. احساس خوب یا بد بودن، مستقیم به کم و زیاد شدن این واکنش‌ها گره می‌خورد و فرد دیگر نمی‌تواند مستقل از نظر دیگران دوباره خودش قضاوت کند.

افزایش تظاهر گرایی: برخی افراد به دلیل نیاز دایمی به دیده شدن و تأیید گرفتن، به انتشار بیش از حد عکس‌ها و موفقیت‌های ظاهری رو می‌آورند. این رفتار به تدریج باعث تقویت حس خودشیفتگی و تمرکز غیرمتعقلی روی ظاهر و زندگی پر زرق و برق می‌شود که فاصله‌ای عمیق بین آن‌ها و واقعیت ایجاد می‌کند.

روح فرهنگ سطحی‌نگری: در فضای مجازی ارزش‌گذاری افراد عموما بر اساس ظاهر، دارایی، سبک زندگی و موفقیت‌های سطحی انجام می‌شود. این اتفاق باعث می‌شود افراد به جای عمق روحیات و ویژگی‌های انسانی، بیشتر دنبال تبلیغ و نمایش بخش‌های خاصی از خودشان باشند.

کمرنگ شدن روابط واقعی: بسیاری از تعاملات اهمیت خود را از دست داده و جای خود را به گفت و گوهای کوتاه، پیام‌ها و واکنش‌های سطحی داده‌اند. این فاصله گرفتن از ارتباط واقعی، باعث کاهش صمیمیت، همدلی و شکل‌گیری سوءتفاهم‌های زیاد در جامعه شده است.

نشانه‌های فاصله گرفتن از هویت واقعی

حفظ فاصله سالم میان هویت دیجیتال و هویت واقعی، به معنای انکار فضای مجازی نیست بلکه پیدا کردن توازن است. قرار گرفتن بیش از حد در نقش ایگوی دیجیتال، فرد را از لذت ساده زندگی روزمره، پذیرش اشتباهات و رشد طبیعی دور می‌کند. هرچه ارتباط ما با خود واقعی تقویت شود، ارتباطات اجتماعی‌مان عمیق‌تر و حس رضایت‌مان بیادارتر خواهد بود. برای همین باید به نشانه‌های غلبه ایگوی دیجیتال بر هویت واقعی حساسیت نشان دهیم. بعلوه مثل کسانی که بیش از اندازه در ساخت و نمایش تصویری بی‌نقص غرق می‌شوند، معمولاً در تنهایی و خلوت خود دچار احساس پوچی، ناشناس رضایت و گاه هویت‌پریشی می‌شوند. فرد ممکن است به جایی برسد که باور کند فقط به خاطر ظاهر یا دستاوردهای ظاهری دوست‌داشتنی و پذیرفتنی است. نه به خاطر ویژگی‌های اصیل انسانی. ترس از قضاوت دیگران یا در حاشیه قرار گرفتن، باعث می‌شود فرد بخشی از شخصیت واقعی خود را پنهان کند به جای این که آن را با آرامش و اطمینان نمایش دهد.

مدیریت ایگوی دیجیتال و مسیر بهسوی تعادل

در عصر دیجیتال، حفظ تعادل بین ایگوی مجازی و هویت واقعی بیش از هر زمان دیگری اهمیت دارد. گام اول برای مدیریت ایگوی دیجیتال، افزایش خودآگاهی است. یعنی شناخت دقیق از خود: نقاط قوت و ضعف و پذیرش بخش‌های مختلف شخصیت بدون آن‌که ارزش فردی را به نظرات و بازخوردهای آنلاین گره بزنیم. باید آگاه باشیم که میزان لایک و دنبال کنندهها تعیین‌کننده ارزشمندی ما نیست. در ادامه سواد رسانه‌ای هم نقش کلیدی دارد. با تحلیل و فهم درست محتوای منتشرشده و تشخیص تصویرسازی‌های اغراق‌شده، دیگر اسیر باورهای اشتباه و مقایسه‌های ناعادلانه نمی‌شویم و می‌توانیم ارزش‌گذاری را از نمایش جدا کنیم. گاهی لازم است با یک دیجیتال دتوکس آگاهانه، یعنی فاصله‌گیری موقتی و انتخابی از شبکه‌های اجتماعی، ذهن و احساسات خود را بازیابی کنیم. این فرصت به ما کمک می‌کند تا نگرش‌مان نسبت به خود و زندگی بازسازی شود. نکته بعد تقویت روابط واقعی است. یعنی برقراری ارتباط چهره به چهره، حمایت انسانی و تجربه حس تعلق خاطر که بهترین پادزهر برای آثار مخرب ایگوی دیجیتال است. در نهایت باید تعریفی شخصی و درونی از موفقیت و خوشبختی بسازیم. موفقیت بر مبنای رشد فردی، حال خوب، رضایت واقعی و اهداف اصیل، بدون آن که همیشه خود را با دیگران در فضای مجازی مقایسه کنیم. این رویکرد به ما کمک می‌کند در جهان دیجیتال، اصالت و آرامش بیشتری را تجربه کنیم.

خواندنی

به دوستی که گزم دسترس
به جان باشد
به مزد، کینه دهم دشمنان
جانی را

کلیم

امروز با حافظ

مرغ دل بازهوادار کمان ابروییست
ای کبوتر نگران باش که شاهین آمد
ساقیا می بده و غم مخور از دشمن و دوست
که به کام دل ما آن بشد و این آمد

اوقات شرعی

اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
۰۳:۱۶	۰۴:۵۶	۱۲:۰۲	۱۹:۰۹	۱۹:۲۹

برگه

با آنچه به‌دست می‌آوریم، زندگی و معیشت خود را می‌سازیم، اما با آنچه می‌بخشیم، گوهر زندگی را به‌دست می‌آوریم...

وینستون چرچیل

برش

نگاهی به رشد پایه پولی و نقدینگی و نقش آن در تورم

مدیریت نقدینگی برای حفظ ثبات اقتصادی و جلوگیری از مشکلاتی مانند تورم فزاینده یا رکود اقتصادی حیاتی است. اگر حجم نقدینگی در یک اقتصاد بیش از حد افزایش یابد، ممکن است به تورم منجر شود که می‌تواند قدرت خرید مردم را کاهش داده و ناپایداری اقتصادی ایجاد کند. از سوی دیگر کاهش نقدینگی کل کشور می‌تواند به رکود اقتصادی، کاهش تولید و افزایش بیکاری منجر شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از جام‌جم آنلاین، اگر رشد نقدینگی توسط بانک مرکزی و دولت‌ها به‌درستی مدیریت نشود، می‌تواند به بی‌ثباتی اقتصادی منجر شود. افزایش سریع نقدینگی بدون برنامه‌ریزی می‌تواند حباب‌های مالی، افزایش بدهی‌ها و افزایش نوسانات در بازارهای مالی را ایجاد کند. نقدینگی به مجموع پول و دارایی‌های مالی قابل استفاده در اقتصاد گفته می‌شود؛ پایه پولی شامل پول نقد در گردش و ذخایر بانک‌ها نزد بانک مرکزی است. رشد بیش از حد این دو عامل معمولا نشانی از سیاست‌های پولی انبساطی، چاپ پول یا افزایش بدهی‌های دولت است. افزایش نقدینگی منجر به افزایش سطح عمومی قیمت‌ها می‌شود. در ایران طی دهه‌های اخیر، رشد سریع نقدینگی غالبا همراه با تورم بالا بوده که سبب کاهش قدرت خرید مردم شده است. با این حال رشد نقدینگی و پایه پولی می‌تواند اهداف ایران اثرات متفی قابل توجهی بر اقتصاد به‌خصوص طی دو دهه داشته که به‌طور مستقیم یا غیرمستقیم سبب افزایش تورم، بی‌ثباتی اقتصادی و کاهش رفاه عمومی شده که حتی دیرخی سال‌ها رشد این شاخص بیش از ۴۰ درصد هم‌سویه است. این رشد به‌خودی‌خود مشکلی ندارد، ولی در اقتصاد ایران رشد این شاخص پولی سبب افزایش تقاضا شده یا در بخش غیرمولد مانند بازارهای مصرفی و سرمایه‌گذاری اثر منفی گذاشته که منجر به تورم‌های بالا شده است.

تورم مزمن و بی‌ثباتی قیمتی

میانگین رشد نقدینگی در دو دهه اخیر بالای ۲۵ درصد بوده که در کنار ظرفیت محدود تولید، باعث شده که این پول جدید به‌جای تحریک عرضه، تقاضا را افزایش دهد و در نتیجه افزایش قیمت‌ها را رقم بزند. رشد پایه پولی از کانال هایی مانند افزایش بدهی بانک‌ها به بانک مرکزی و کسری بودجه دولت نیز مستقیم بر تورم تأثیر گذاشته است. همچنین در سال‌هایی که رشد پایه پولی بالا بوده، معمولا نرخ ارز نیز جهش کرده است. این رابطه باعث شده ارزش ریال در برابر ارزهای خارجی کاهش یابد.

کاهش قدرت خرید مردم

تورم ناشی از رشد نقدینگی باعث شده دستمزدهای واقعی کاهش یابد و به‌رغم افزایش ظاهری درآمدها، قدرت خرید مردم در دهه اخیر به‌ویژه اقشار حقوق‌بگیر به‌شدت افت کرده است. تورم همچنین به نفع صاحبان سرمایه (ملک، ارز، طلا) و به ضرر افراد بدون دارایی (فقرا) است؛ بنابراین رشد نقدینگی در ایران به افزایش شکاف طبقاتی و کاهش عدالت اقتصادی انجامیده است.

رابطه رشد نقدینگی و پایه پولی با تورم در ایران

رشد نقدینگی از سال ۱۳۸۰ تا ۱۴۰۲ تقریبا همیشه دو برابر رشد اقتصادی واقعی بوده است. در سال‌هایی که رشد نقدینگی و پایه پولی بالا بوده (مثل ۱۳۹۲، ۱۳۹۸، ۱۴۰۰)، نرخ تورم نیز با یک تا دو سال تأخیر افزایش یافته است. به همین دلیل نرخ تورم میانگین بلندمدت ایران حدود ۲ تا ۳۰ درصد بوده که به‌طور مشخص با روند رشد نقدینگی همبستگی دارد. یک مرکزی و مرکز پژوهش‌های مجلس در گزارش‌های تحلیلی تأکید کرده‌اند که رشد نقدینگی، به‌ویژه زمانی که ناشی از افزایش پایه پولی باشد، عامل اصلی تورم مزمن در ایران است. با این حال این موضوع نشان می‌دهد در نبود بازارهای مالی عمیق و بدون وجود ظرفیت تولیدی بالا، پول جدید عمدتا صرف فعالیت‌های غیرمولد و سوداگری شده است؛ بنابراین رشد کنترل‌نشده نقدینگی و پایه پولی در ایران، به‌جای تحریک تولید، موجب تحریک تقاضا و افزایش عمومی قیمت‌ها شده است. این رشد اگر بدون پشتیبانی از بخش واقعی اقتصاد باشد، نه فقط رشد اقتصادی ایجاد نمی‌کند بلکه باعث تورم، کاهش سرمایه‌گذاری، خروج سرمایه و رکودتورمی می‌شود. برای مهار این روند باید بر سیاست‌هایی مانند اصلاح بودجه‌نویسی و کاهش کسری بودجه، اصلاح نظام بانکی، تقویت تولید و استقلال بانک مرکزی تأکید شود. کنترل رشد نقدینگی و پایه پولی یکی از کلیدهای مهار تورم در اقتصاد ایران است که بانک مرکزی در سه سال گذشته این موضوع را هدف‌گذاری کرده به‌طوری که پس از سال‌ها رشد نقدینگی در سال گذشته دوباره به سیاست‌های بانک مرکزی به کانال ۲۰ درصد برگشت.