

# Navegar en els oceans digitals

El secret de la felicitat familiar està en el que és quotidià, també en l'aprofitament de tots els avenços que ens proporciona la civilització, per fer la casa agradable, la vida més senzilla.

08/10/2017

L'aventura educativa, avui, inclou el desig d'aprendre i ensenyar a encarrilar els nous mitjans i maneres de comunicar perquè el seu ús ens ajudi a madurar com a persones, i

perquè els nois no disminueixin la qualitat de la seva vida familiar sinó que la millorin. Per tant, seria poc eficaç prohibir simplement l'ús de les noves tecnologies —la privació no sempre és una via d'educació—, al contrari, resulta millor aprendre a aprofitar-les, traient-los-en partit, seguint el consell del sant Pare Francesc, que diu que comunicar bé pot ajudar-nos a «conèixer-nos millor entre nosaltres, a estar més units».[1]

El camí adequat serà acompanyar els més joves perquè adquireixin una consciència recta i preparar-los per al dia a dia. Així creixeran i aprendran a espavilar-se amb naturalitat i sentit cristià en tots els ambients. La tasca d'educar cerca la formació en virtuts i alhora sembla criteris de fons. Només d'aquesta manera els fills podran portar una vida bona, ordenant i moderant els seus impulsos, controlant els seus actes, superant amb alegria els

obstacles per buscar i fer el bé,  
també en l'esfera digital.

Com que cada persona és diferent,  
val la pena pensar com arribar a  
cada fill. Caldrà buscar moments en  
què marit i muller estiguin sols per  
parlar sobre com ajudar cada fill; i  
un dels àmbits sobre el qual s'ha de  
reflexionar és, justament, l'ús de les  
noves tecnologies, ja que educar  
exigeix temps, dedicació i una mica  
d'organització.

L'educació ha d'afavorir que els nois  
siguin amos de si mateixos. Això  
s'aconsegueix ajudant-los a lluitar en  
coses concretes, a vèncer-se en  
petites batalles, a complir un horari,  
a respectar el silenci dels altres, a  
tenir hores previstes per utilitzar els  
videojocs o connectar-se a la xarxa.  
Com apuntava sant Joan Pau II «són  
necessaris aquesta fatiga i aquest  
esforç, en els quals no només es  
tempera el cos, sinó que l'home

sencer prova el goig de dominar-se i de superar els obstacles i les resistències. Certament, aquest és un dels elements del creixement que caracteritza la joventut».[2]

## **Domini de si**

El Catecisme de l'Església Catòlica descriu la funció de la temperància en el sentit de «moderar», «mantenir», «assegurar», «orientar», «guardar»... La temperància desemboca en una distinció en l'ús dels béns creats que s'assoleix «ordenant» les inclinacions envers el bé. Quan es viu aquesta virtut **«la vida recobra aleshores els matisos que la destemprança es difumina; estem en condicions de preocupar-nos dels altres, de compartir amb tothom el que és nostre, de dedicar-nos a les tasques grans»**.[3]

## **L'etiqueta digital**

«El desig de connexió digital pot acabar per aïllar-nos del nostre proïsme, de les persones que tenim al costat».[4] Una tasca sempre actual serà fomentar el tracte personal. Per exemple, per transmetre aquells continguts més significatius, el més normal ha de ser dir-ho “a la cara”. Les coses importants no es poden resoldre o decidir per missatgets o virtualment. Podria resultar molt útil establir aquest tipus de polítiques a casa: per demanar disculpes després d’un mal comportament, o per consultar sobre un pla d’envergadura convé recórrer a la conversa en el món físic.

A més, és oportú explicar amb paciència el valor que comporta no deixar-se portar pel que és immediat. L’atabalament pot conduir, per exemple, a faltes de cortesia i d’urbanitat amb el proïsme. Pot ser oportú tenir altres regles d’“etiqueta digital” com: no atendre el telèfon

quan s'està conversant amb algú,  
especialment si és una persona gran;  
posar en *off* els dispositius  
electrònics mentre mengem;  
respectar el torn per utilitzar la  
consola o l'ordinador de casa, etc.

També serà formatiu explicar per  
què no convé respondre amb el “cap  
calent”, en especial en mitjans que  
arriben a molta gent: xarxes socials,  
grups de WhatsApp, etc. En aquests  
àmbits no és bo fer gaires  
declaracions, ni comunicar decisions  
que es formen quan un està ofès o  
molest, perquè en aquestes  
situacions la passió porta a dir o  
escriure coses que un pot acabar  
lamentant poc temps després. Si els  
pares estan atents i s'adonen que un  
fill s'ha deixat portar per la ira o la  
precipitació, serà una bona ocasió  
per tenir una conversa més  
profunda, ensenyant-li a temperar el  
caràcter, animant-lo a actuar amb  
serenitat i a no reaccionar sota la

influència de les passions momentànies.

## **Dominar la curiositat**

Un bon camí per consolidar la confiança que els nois tenen amb els seus pares és quan des de petits s'intenta respondre a les seves curiositats, quan pregunten el perquè de les coses. Un fill sol obrir-se amb els seus pares quan nota que ells estan acostumats a escoltar-lo en qualsevol moment, de qualsevol cosa. Serà convenient facilitar que preguntin els dubtes que vagin sorgint de manera natural. I quan no es tenen les respostes potser es pot dir amb claredat: “això no ho sé, però ho investigaré” i després, quan s'aconsegueixen les dades, acabar l'explicació.

Si els fills tenen la confiança de preguntar als pares els dubtes que els sorgeixen, s'evitarà que resolguin tots els seus interrogants només i

sempre a Internet. Molts pares de família es preocupen per les facilitats que ofereix la xarxa per accedir a pornografia o a informació potencialment nociva, com missatges que fomenten l'odi o informacions sobre com fabricar armes, etc. Fins i tot, de vegades, s'arriba a aquests continguts sense que els hàgim buscat. Es requereixen uns quants clics perquè un nen inquiet trobi un oceà de material violent i ple d'odi, de sensualitat i d'altres. A vegades, aquesta informació es troba en llocs web que semblen inofensius. En aquest camp és important ensenyar a utilitzar la xarxa amb un objectiu clar, no només per passar el temps, i si, sense voler-ho, apareixen continguts inconvenients, cal tallar sense concessions i posar en pràctica el consell de sant Josepmaria: «Deixa'm que t'ho repeteixi: tingues la valentia de fugir; i la fortalesa de no grapejar la teva debilitat, pensant fins on podries arribar».[5]

A vegades pot ser útil demanar ajuda als fills per configurar les opcions de privacitat de la xarxa social personal o conversar sobre un correu “maligne” que hagin rebut el pare o la mare. Així se’ls pot anar donant criteri, ja que al cap i a la fi seran ells mateixos els que actuïn, i és important llançar-se a l’arriscada confiança” de permetre’ls anar creixent en responsabilitat d’acord amb les seves diferents edats.

## **Ajudar a enfocar-se**

S’escolta amb freqüència que les noves tecnologies afavoreixen la superficialitat. Tanmateix, el que no arriba a dir-se és que el problema rau en la dispersió de l’atenció que es produeix quan es fan de manera simultània tres o quatre tasques: alguns nois, mentre pretenen llegir un llibre, no només escolten música, sinó que alhora revisen les actualitzacions de les seves xarxes

socials i estan atents a les notificacions que els han arribat a l'smartphone. Es desdibuixa la línia entre una activitat i una altra. Si bé és cert que algunes activitats es poden fer alhora, també és clar que n'hi ha d'altres que requereixen una concentració més gran, com és el cas de l'estudi. Normalment el cervell no té capacitat d'estar en diverses coses amb la mateixa intensitat. Serà molt útil buscar formes que els ajudin a centrar la seva atenció; a més, serà un dels millors consells perquè el dia de demà es converteixin en bons professionals.

En aquesta tasca serveix presentar les raons de fons. Davant d'una pregunta com “per què no puc veure ara un vídeo de tan sols tres minuts?” es pot explicar —per exemple— que no és només una qüestió de temps, sinó que cal evitar acostumar a seguir-se tots els estímuls que apareixen al nostre

voltant, i que ens distreuen de l'activitat que s'està duent a terme en aquell moment: fes el que cal i estigues pel que fas.[6]

Com recorda el Papa Francesc, «hem de recuperar un cert sentit de lentitud i de calma. Això requereix temps i capacitat de guardar silenci per escoltar».[7] Cal estar previnguts contra la dissipació. Val la pena evitar que l'atenció es dispersi excessivament, per facilitar que els fills es concentrin en l'estudi, o per aconseguir que resin amb gust. El contrari ho fa tot costa amunt, ja que així deixes que s'abeurin els teus sentits i potències qualsevol bassa. — I així vas tu després: dispers, escampada l'atenció, adormida la voluntat i desperta la concupiscència.[8]

## **El fals atractiu de la vanitat**

Molts dels avenços tecnològics actuals, quan no són rectament

utilitzats, tenen la potencialitat d'augmentar l'individualisme, de centrar-lo tot a millorar l'aparença manifestant-se una mentalitat superficial. «Els joves són particularment sensibles al buit de significat i de valors que sovint els envolta. I lamentablement en paguen les conseqüències».[9]

Una manifestació de vanitat és l'obsessió per incrementar a qualsevol preu la quantitat de contactes (*friends/followers*) acumulats en l'esfera digital. A les xarxes socials solen aconseguir més seguidors els qui publiquen amb constància material interessant, divertit o íntim. «El significat i l'eficàcia de les diferents formes d'expressió semblen determinats més per la seva popularitat que per la seva importància i validesa intrínseques. La popularitat, per la seva part, depèn sovint més de la

fama o d'estratègies persuasives que de la lògica de l'argumentació».[10]

Una possible temptació és publicar coses més íntimes, que criden més l'atenció o desperten la curiositat en els altres. Els joves sabran mantenir-se allunyats d'aquests extrems si posen la lluita —sempre positiva— en metes altes, a través de victòries concretes en petits actes de virtut i venciment.

Una fluida comunicació familiar ajudarà a comprendre les qüestions de fons i a crear un ambient de confiança en el qual es puguin resoldre els dubtes i expressar les incerteses. Sant Josepmaria solia aconsellar parlar noblement amb els fills, mirar-los créixer amb afecte, deixant-los anar la corda poc a poc, perquè necessiten la seva llibertat i personalitat.

**La sociabilitat**

L'home és un ésser social per naturalesa: comunicar-nos i estar en contacte amb altres persones forma part del nostre desenvolupament personal. Cadascú es mou en diversos cercles socials: família, amics, coneguts. L'adolescència és l'etapa en què aquestes relacions van prenent forma i, sobretot, fons. La necessitat de relacionar-se socialment va molt unida al sentit de pertinença a un grup. Les noves tecnologies ofereixen recursos als joves per donar cohesió al grup d'amics; de fet, és comú que entre ells formin grups virtuals i comparteixin continguts d'accés restringit.

Les noves tecnologies se solen utilitzar com a mitjà per enfortir les amistats que s'han constituït fora de la xarxa, encara que s'admet l'amistat d'amics d'amics, que no necessàriament se situen en el cercle íntim, per la qual cosa convé fer

notar que el contingut que allà s'aboqui quedarà disponible per a un ampli públic.

Però de vegades el sentit de pertinença al grup pot portar-los a estar excessivament pendents de les actualitzacions en els estats dels seus amics, de les noves interaccions. Pot passar també que en reunions socials, o festes, estiguin més pendents de les fotos que fan i de la immediatesa amb què les pugen a la xarxa que de divertir-se amb les altres persones presents a la reunió. És un repte no deixar passar aquestes ocasions i, de manera amable, educar-los en el respecte als altres, en la noblesa de sentiments i en la finor de maneres.

## **Fortalesa i llibertat**

Ensenyar a dir que no equival a ensenyar a dir un gran sí, mostrant la bellesa de les virtuts, via cap a una vida feliç. Per això, és de gran ajuda

explicar el valor d'oposar-se raonablement i de saber dir que no —si cal dir que no— amb claredat i fermesa. Dir que no serà la manifestació concreta del domini propi, sense perdre l'elegància i la mesura, ni oblidar les bones maneres.

Els fills han de trobar en els pares els partidaris més decidits de la seva llibertat personal. Llibertat amb responsabilitat, tot i que depenent de l'edat és important respectar la intimitat dels seus dispositius electrònics. Quan tinguin *smartphones* o tauletes el normal no serà oposar-se que hi posin contrasenyes; tot i que en algunes famílies també se'ls anima que en algun moment un altre germà els pugui compartir i, en aquest cas, el contingut quedarà exposat. D'aquesta manera, saben que han de ser transparents i que, en qualsevol moment, algú més de la família pot

entrar als seus aparells, encara que sigui de forma esporàdica i inesperada, no per “fer el xafarder” sinó per un sentit de despreniment i de vida comunitària familiar.

En definitiva, no podem oblidar que el secret de la felicitat familiar és en allò que és quotidià, **en l'aprofitament també de tots els avançaments que ens proporciona la civilització, per fer la casa agradable, la vida més planera, la formació més eficaç.**[\[11\]](#)

*Juan Carlos Váscquez*

@jucavas

---

[\[1\]](#) Francesc, *Missatge per a la XLVIII Jornada Mundial de les Comunicacions Socials*, 23 de gener de 2014.

[2] Sant Joan Pau II, Carta Apostòlica Dilecti Amici, n. 14.

[3] Sant Josepmaria, Amics de Déu, 84.

[4] Francesc, Missatge per a la XLVIII Jornada Mundial de les Comunicacions Socials, 23 de gener de 2014

[5] Sant Josepmaria, Solc, n. 137.

[6] Sant Josepmaria, Camí, n. 815.

[7] Francesc, Missatge per a la XLVIII Jornada Mundial de les Comunicacions Socials, 23 de gener de 2014.

[8] Sant Josepmaria, Camí, n. 375.

[9] Francesc, Àngelus a la Plaça de Sant Pere, diumenge 4 d'agost de 2013.

[10] Benet XVI, Missatge per a la XLV Jornada Mundial de les

Comunicacions Socials, 5 de juny de 2011.

[11] Sant Josepmaria, Converses, 91.

.....

pdf | document generat  
automàticament des de <https://opusdei.org/ca-es/article/com-es-pot-navegar-de-manera-segura-en-els-oceans-digital/> (18/03/2026)