

opusdei.org

Skrb za notranje življenje v digitalni dobi

Klici, sporočila, tweeti, opomniki ... telefoni in računalniki so spremenili naš dostop do stvarnosti. Kako doseči, da nam bodo v pomoč pri našem običajnem življenju v služenju Bogu in drugim?

16. Sep. 2015

Nove tehnologije so pomnožile volumen informacij, ki jih prejmemo v vsakem trenutku, in morda nas

danes več ne preseneča dejstvo, da v realnem času dobivamo novice iz oddaljenih krajev. Biti na tekočem in imeti podatke o dogodkih je vedno lažje. Morda pa se pojavljajo novi izzivi, še zlasti tale: kako upravljati z informacijskimi sredstvi?

Povečanje količine razpoložljivih informacij nalaga vsakomur izmed nas potrebo po tem, da vzdržuje refleksivno držo. Se pravi sposobnost razločevati podatke, ki kaj veljajo, od tistih, ki ne doprinesejo ničesar. Včasih je zapleteno, kajti »hitrost, s katero si sledijo informacije, presega našo zmožnost refleksije in presojanja ter posamezniku ne dopušča umerjenega in korektnega izražanja.«[1] Če slednjemu dodamo še to, da nam komunikacijske tehnologije nudijo veliko količino dražljajev, ki zahtevajo našo pozornost (besedilna sporočila, slike, glasba), obstaja očitno tveganje, da se navadimo na takojšen odgovor z

naše strani, brez da bi se ozirali na aktivnost, ki se ji v tistem trenutku posvečamo.

Tišina je del komunikacijskega procesa; trenutki refleksije človeku omogočajo, da usvoji sporočilo, ki ga je zaznal, in ustrezno odgovori svojemu sogovorniku: »Poslušamo in tako bolje spoznavamo sami sebe; tako se rodi in poglobi razmišljanje; jasneje razumemo to, kar želimo povedati, in kar pričakujemo od drugega; sami izberemo način izražanja.«[2]

V krščanskem življenju igra tišina nadvse pomembno vlogo, saj je pogoj za ohranjanje notranjega vzdušja, ki omogoča, da slišimo glas Svetega Duha in se ravnamo po njegovih nagibih. Sveti Jožefmarija je povezoval tišino, rodovitnost in učinkovitost[3], papež Frančišek nas prosi za molitev, »da bi moški in ženske našega časa, ki jih pogosto od

vseh strani obdaja hrup, znova odkrili vrednost tišine in bi znali poslušati Boga in svoje brate.«[4] Kako lahko dosežemo to notranjo držo v okolju, zaznamovanem z novimi tehnologijami?

Krepost zmernosti, naša zaveznica

Sveti Jožefmarija nam je zaupal izkušnjo, s katero se je lahko poistovetiti: ***“Po glavi se mi pletejo reči v najbolj neprimernih trenutkih ...,” praviš. Zato sem ti priporočal, da se potrudiš pridobiti nekaj časa notranje tišine ... ter varovanje zunanjih in notranjih čutov.***[5] Da bi dosegli zbranost, s pomočjo katere bi svoje zmožnosti usmerili v opravilo, s katerim se ukvarjamo, in bi ga tako mogli posvečevati, se je potrebno vaditi v varovanju čutov. To pa še posebej velja za uporabo informacijske tehnologije, ki jo je

treba — tako kot vse materialne dobrine — uporabljati zmerno.

Krepost zmernosti je naša zaveznica pri ohranjanju notranje svobode, ko se gibljemo po digitalnem svetu.

Zmernost je gospostvo[6], ker ureja naše težnje k dobremu pri uporabi orodij, ki jih imamo na razpolago. Vodi nas k temu, da pravilno uporabljamo stvari, ker jim dajemo njihovo pravično vrednost skladno z dostojanstvom božjih otrok.

Če se želimo pravilno odločiti pri izbiri elektronskih naprav, pri sklepanju naročnine na storitve ali celo pri uporabi brezplačnih informacijskih sredstev, je razumljivo, da upoštevamo njihovo privlačnost in uporabnost, pa tudi vprašanje, ali ustrezajo zmernemu slogu življenja. Je to nekaj, s čimer bom bolje izkoristil čas, ali pa mi bo prineslo nezaželeno raztresenost? Upravičuje neka dodatna

funkcionalnost nov nakup, ali pa lahko še naprej uporabljam napravo, ki jo že imam?

Ideal svetosti pomeni iti onkraj tega, kar je zgolj dopustno — *ali lahko ...* —, in se vprašati: *Ali me bo to bolj približalo Bogu?* To vprašanje dobro osvetljuje neki odgovor svetega Pavla, namenjen Korinčanom: »Vse mi je dovoljeno, vendar ni vse koristno! Vse mi je dovoljeno, toda jaz se ne bom dal ničemur podvreči!«^[7] Ta apostolova potrditev samoobvladanja postane aktualna na nov način ob pogledu na nekatere izdelke ali informacijske storitve, ki ob tem, ko ponujajo takojšnjo ali relativno hitro *zadostitev*, spodbujajo ponavljanje. Če znamo postaviti mejo njihovi uporabi, se lahko izognemo pojavom pretiranih želja ali v skrajnih primerih celo odvisnosti. Na tem področju nam lahko koristi ta kratek nasvet: ***Navadi se reči ne***^[8], za katerim se skriva klic k boju

v pozitivnem duhu, kot je pojasnjeval sv. Jožefmarija: ***Iz te notranje zmage namreč izhaja mir v našem srcu in mir, ki ga prinašamo v naše domove — vsakdo v svojega —, ter mir, ki ga prinašamo družbi in vsemu svetu.***[9]

Uporaba novih tehnologij bo odvisna od okoliščin in potreb vsakega posameznika. Zato mora na tem področju vsakdo ob pomoči drugih najti svojo mero. Vselej se velja vprašati, ali je uporaba zmerna. Sporočila, na primer, so lahko koristna za to, da pokažemo bližino prijatelju, ampak če bi bila tako pogosta, da bi povzročala stalne prekinitve pri delu ali študiju, bi verjetno s tem zašli v banalnost in zapravljjanje časa. V tem primeru nam bo samoobvladanje pomagalo premagati nepotrpežljivost in odložiti odgovor na kasnejši trenutek, tako da se bomo lahko posvetili dejavnosti, ki zahteva

koncentracijo, ali preprosto posvetili pozornost osebi, s katero se ravno takrat pogovarjamo.

Določene države pomagajo k življenju zmernosti na tem področju. Na primer, priključitev mrežnega dostopa od določene ure dalje, določitev, kolikokrat na dan pogledamo socialna omrežja ali prebiramo elektronsko pošto, ugašanje naprav ponoči, izogibanje njihovi uporabi med obroki in v trenutkih zbranosti, kot so na primer, dnevi, namenjeni duhovni obnovi. Internet je mogoče uporabljati na primernem kraju in času, tako da se ne znajdeš v situaciji, da bi brskal po spletu brez konkretnega cilja s tveganjem, da naletiš na vsebine, ki nasprotujejo krščanskemu slogu življenja, oz. vsaj izgubljaš čas s trivialnostmi.

Prepričanje, da naša najvišja hrepenenja presegajo hitre

zadovoljitve, ki nam jih lahko prinese *en sam klik*, daje smisel prizadevanju za življenje zmernosti. Preko te kreposti se oblikuje trdna osebnost in ***življenje takrat ponovno dobi odtenke, ki jih je prekrila nezmernost; človek je ponovno zmožen skrbeti za druge, z vsemi deliti, kar je njegovega, se posvečati velikim nalogam.***[\[10\]](#)

Vrednost študija

Navada (*habitus*) študija, ki željo po spoznavanju usmerja k plemenitim ciljem, se navadno povezuje z zmernostjo. Sveti Tomaž označuje krepost *studiositas* kot »določeno navdušujoče zanimanje za pridobivanje spoznanja o stvareh«[\[11\]](#), kar pomeni premagovanje udobja in lenobe. Čim intenzivneje se um posveča nečemu, ker je to spoznal, tem bolj se razvija njegova želja po učenju in znanju.

Želja po znanju človeka bogati, kadar je v službi drugih, in prispeva k spodbujanju pravilne ljubezni do sveta, s katero sledimo razvoju kulturne in družbene stvarnosti, v kateri se giblremo in ki jo hočemo ponesti k Bogu. Toda to ni isto, kot gledati samo na zunanost ali se prepuščati radovednosti, ki se na primer pokaže v tem, da hočemo biti o vsem obveščeni ali da nočemo ničesar zamuditi. Takšen neurejen pristop bi se nazadnje končal v površinskosti, v umski raztresenosti, v težavnosti za ohranjanje odnosa z Bogom, v izgubi apostolske gorečnosti.

Nove tehnologije so zaradi širjenja virov dostopnih informacij velika pomoč na tako različnih področjih, kot so znanstveno-raziskovalni projekti ali pa izbira kraja za družinski dopust. Vendar pa obstajajo tudi različne oblike nereda v želji po spoznavanju: tako lahko

nekdo opusti določeno raziskovalno delo, ki zanj pomeni obveznost, in se posveti »drugemu, manj koristnemu raziskovanju«. [12] Na primer, ko se pozornost osredotoči na odgovarjanje sporočila ali na najnovejšo posodobitev, namesto skoncentriranosti na študij ali delo.

Nenadzorovana radovednost, ki jo sv. Tomaž označuje kot »tavajoča vznemirjenost duha« [13], lahko privede do zakrknjenosti: do žalosti v srcu, do obremenjenosti duše, ki ne zmore odgovoriti na svojo poklicanost, ki zahteva pozornost in trud pri stiku z bližnjim in z Bogom. Zakrknjenost je združljiva z določeno živahnostjo uma in telesa, ki pa zgolj odseva notranjo nestabilnost. Po drugi strani pa navajenost na študij ohranja trdnost ob času za delo in pri druženju z drugimi, daje učinkovitost času, ki ga uporabljamo in celo pripomore k temu, da najdemo

zadovoljstvo v aktivnostih, ki zahtevajo umski napor.

Zavarovati čas tišine

Zmernost zravna pot do svetosti, saj gradi notranji red, ki omogoča uporabo uma in volje za to, s čimer smo trenutno zaposleni. ***Si zares želiš biti svetnik? — Izpolnjuj majhne dolžnosti vsakega trenutka. Stori, kar moraš storiti, in bodi v tem, kar delaš.[14]*** Da bi prejel božjo milost, da bi rasel v svetosti, se mora kristjan zatopiti v dejavnost, ki je prvina njegovega posvečevanja.

Ali nove tehnologije spodbujajo površinskost? Brez dvoma bo to odvisno od načina, kako jih uporabljamo. Vseeno pa je treba vnaprej predvideti nevarnost raztresenosti: ***Dopuščaš, da se tvoji čuti in sposobnosti napajajo v vsaki mlaki. — Potem ostaneš brez pravega temelja, tvoja pozornost***

***se razprši, tvoja volja zaspi,
prebudi pa se tvoje poželenje.[15]***

Kadar se človek prepusti raztresenosti zaradi neurejene uporabe telefona ali interneta, je očitno, da se pojavijo ovire za razvoj molitvenega življenja. Vseeno pa nas krščanski duh vodi k temu, da ohranjamo umirjenost, medtem ko se spretno gibljemo skozi različne okoliščine modernega življenja: ***Božji otroci moramo biti kontemplativni: ljudje, ki sredi trušča množice znamo najti tišino duše v nenehnem pogovoru z Gospodom.[16]***

Sveti Jožefmarija je pravil: ***Tišina je kot vratar notranjega življenja, [17]***in v tej smeri je vernike, ki živijo sredi sveta, spodbujal, naj imajo trenutke večje zbranosti, kar je združljivo z intenzivnim delom. Poseben pomen je dajal pripravi na sveto mašo. V okolju, prepojenem z

novimi tehnologijami, znajo kristjani najti čas za pogovor z Bogom, pri katerem se zberejo čuti, domišljija, um, volja. Tako kot prerok Elija odkrijemo Gospoda ne v hrupu prvin in okolja, temveč v *lahnem šumljanju*.
[18]

Zbranost, ki odpira vrata za pogovor z Jezusom Kristusom, zahteva, da postavimo ob stran aktivnosti, ki bi terjale našo pozornost. Molitev vključuje predpostavko, da se odklopimo od tega, kar bi nas lahko raztreslo, in pogosto bo primerno, da je odklop opravljen "fizično": tako da onemogočimo obvestila na neki napravi, da zapremo aktivne programe, ali da napravo konec koncev ugasnemo. To je trenutek, ko povzdignemo pogled h Gospodu in prepustimo njegovim rokam vse ostalo.

Po drugi strani nas tišina vodi k pozornosti do drugih in krepi

bratstvo, tako da odkrijemo ***osebe, ki potrebujejo pomoč, ljubezen in prijaznost.***[19] V dobi, ko imamo na voljo tehnološka sredstva, ki nas nekako silijo k temu, da ves naš dan zapolnimo z iniciativami, z aktivnostmi, s hrupom, je dobro, da znamo doseči tišino zunaj in znotraj nas. V tem pogledu, nas je ob razmišljanju o vlogi komunikacijskih sredstev v sodobni kulturi papež Frančišek povabil, »naj znova pridobimo določen čut za počasnost in umirjenost. To zahteva čas in sposobnost ohranjati tišino ter poslušati. (...) Če imamo pristno željo poslušati druge, potem se bomo naučili gledati svet z drugačnimi očmi in ceniti človeško izkušnjo tako, kot se izraža v različnih kulturah in tradicijah.«[20] Prizadevanje za oblikovanje osebne drže poslušanja in spodbujanje tega, da se daje prostor tišini, nas odpira za druge, na poseben način pa nas odpira za božje delovanje v naših dušah in v svetu.

[1] Frančišek, *Sporočilo za Svetovni dan družbenega komuniciranja*, 24. 1. 2014.

[2] Benedikt XVI., *Sporočilo za Svetovni dan družbenega komuniciranja*, 24. 1. 2012.

[3] Prim. *Brazda*, 300 in 530.

[4] Frančišek, *Splošni namen za apostolat molitve za september 2013*.

[5] Sv. Jožefmarija, *Brazda*, 670.

[6] Sv. Jožefmarija, *Božji prijatelji*, 84.

[7] 1 Kor 6,12.

[8] Sv. Jožefmarija, *Pot*, 5.

[9] Sv. Jožefmarija, *Zapiski s srečanja*, 28. 10. 1972.

[10] Sv. Jožefmarija, *Božji prijatelji*, 84.

[11] Sv. Tomaž Akvinski, *S. Th. II-II*, q. 166, a. 2 ad 3.

[12] Sv. Tomaž Akvinski, *S. Th. II-II*, q. 167, a. 1 resp.

[13] Sv. Tomaž Akvinski, *De Malo*, q. 11, a. 4.

[14] Sv. Jožefmarija, *Pot*, 815.

[15] Sv. Jožefmarija, *Pot*, 375.

[16] Sv. Jožefmarija, *Kovačnica*, 738.

[17] Sv. Jožefmarija, *Pot*, 281.

[18] Prim. 1 *Kr* 19,11-13.

[19] Sv. Jožefmarija, *Pogovori z msgr. Escrivájem*, 96.

[20] Frančišek, *Sporočilo za Svetovni dan družbenega komuniciranja*, 24. 1. 2014.

.....

pdf | document generated
automatically from [https://opusdei.org/
sl-si/article/skrb-za-notranje-zivljenje-v-
digitalni-dobi/](https://opusdei.org/sl-si/article/skrb-za-notranje-zivljenje-v-digitalni-dobi/) (2. Mar. 2026)