

Az internetes kapcsolatok

Mindig kapcsolódva vagy mindig egyedül?

Az alábbi írás a szerző Virtuális paradicsom vagy pokol.com? – A digitális forradalom veszélyei és esélyei című kötete harmadik fejezetének szövege. A teljes mű is hamarosan megjelenik magyar nyelven a Jezsuita Kiadó gondozásában. A jezsuita szerzetes pszichológus e könyvében az internettel kapcsolatos függőség értelmezési lehetőségeiről ír, az internetet a fizikai világ tükréként jellemezve. A témával kapcsolatos antropológiai kérdések és válaszok mellett megfogalmazza a kétarcú internethez fűződő egészséges emberi viszonyulás útját és a tudatosság (mindfulness) ebben játszott szerepét.

Kulcsszavak: internet, virtuális kapcsolatok, Dunbar-szám, online tanácsadás, gyenge kötések.

Ahogy egy új találmány, úgy a digitális technológia sem képes megoldani egy problémát anélkül, hogy ne okozna új nehézségeket – legyen mégoly átható és globális is. Ha a fiatal nem tesz fáradságos erőfeszítéseket arra, hogy megfelelő nevelői folyamat keretében (odafigyelve a kognitív, reflexív, kapcsolati dimenziókra, megtanulva, hogyan nyíljon meg a bizalomra érdemes felnőttek, nevelők előtt) megismerje, kifejezze és megossza érzelmi világát, azt kockáztatja, hogy kiszárad, terméketlenné válik, s ennek aggasztó következményei lesznek. A fiatalok körében mindinkább megfigyelhető a szerencsétlenség és a magány érzése, mely az érzelmi ürességhez kapcsolódik. Ebben a keretben az elektronikus kommunikációs lehetőségek számának megsokszorozódását úgy is lehet értelmezni, mint tünetet, vágyat vagy akár kísérletet, amely szembemegy e súlyos hiányokkal. A chat, az e-mail, az SMS, az MMS, a tweet, a Skype, a WhatsApp abban a pillanatban, amikor kompenzáló funkciót kap, sokkal inkább kiemeli, mintsem megszünteti a kapcsolatok és az intimitástól való félelem problémáját: állandóan kapcsolódunk egy gombnyomással vagy egy linkkel, hogy ne kelljen számot vetnünk azzal a szorongással, amely igen fontos igazságot közöl rólunk. Ám leginkább úgy tűnik, a hozzáférés a világhálózathoz lehetővé teszi a barátok számának elvileg végtelen és rendkívül gyors növelését, így leküzdve végül a kapcsolatok és a szocializáció valós életben tapasztalható nehézségeit.

MENNYISÉG ÉS MINŐSÉG KIZÁRJÁK EGYMÁST – A VILÁGHÁLÓN IS

Az ápolható kapcsolatok számának korlátja van, amelyet egy elég pontos intervallummal lehet kifejezni. Ezt Dunbar-számnak nevezik, azon antropológus nyomán, aki a múlt század kilencvenes éveiben kidolgozta. Robin Dunbar szerint egy adott társadalmi környezetben a tartósan nevezhető kapcsolatok maximális száma százötven körül mozog (még ha az általa meghatározott intervallum száz és kétszázötven közötti is). Ez a szám a társadalmi és történelmi szintű, kötődést jelentő csoportok tanulmányozása révén adódott

– ilyenek a falvak, a központok, a közösségek és a klánok. A minőség-mennyiség viszony megmutatkozik a kapcsolatok és az egyén életére gyakorolt hatásuk mélységében és megbízhatóságában – ami azt jelenti, hogy bizalmat szavazhatunk a másíknak.¹ E viszonynak van egy küszöbe, amely megfelel annak, amit *Malcolm Gladwell* szociológus „kritikus pontnak” nevezett. Ezen túl egy jelenség, legyen akár jó, akár rossz (a vírusoktól egészen a kulturális mozgalmakig), feltartóztathatatlaná válik. Az eszmék és a kommunikáció is „fertőzéssel” adódik át, terjed, növekszik. Ám amikor átlép egy kritikus pontot, elveszíti erejét, mindinkább elgyengül, mígnem feloldódik.²

Ha meg is határozzuk ezt az intervallumot, azzal még nem jelentettük ki, hogy a csoportoknak zártnak kell maradniuk, és meg kell akadályozniuk minden további kommunikációt és bővítést. A jelentőségteljes kötések elszórtak és kiterjedtek is lehetnek, és így előnyben részesítik a kreativitást – ugyanakkor van egy számszerűen is kifejezhető korlátjuk. Ezt megértjük, amikor megfontoljuk, miért fontosak a „gyenge kötések”, melyek törekények, mégis elengedhetetlenek az adott személy és csoport gyarapodásához, mivel hidat képeznek, lehetővé téve a más közegekhez való hozzáférést.

Felmerült a kérdés, hogy a Dunbar-szám érvényes-e a *social network* világára is. Maga Dunbar is megvizsgált olyan virtuális közegeket, mint a Facebook és a MySpace, tünetszerű egybeeséseket találva a korábban tanulmányozott csoportokkal. Ezt az adott közegben végzett más kutatások is megerősítették. Egy 1,7 millió Twitter-felhasználóra kiterjesztett féléves vizsgálat kimutatta, hogy az adott időtartam alatt létrehozott és fenntartott stabil kapcsolatok száma száz és kétszáz között mozgott.³ Mindazonáltal továbbra is nyitott kérdés, hogy lehetséges-e a hatékony összehasonlítás a valóságos és tisztán virtuális (vagyis az offline életben soha nem látott személyekkel kialakított) kapcsolatok között, éppen a testiség dimenziójának nyilvánvaló hiánya, s ebből kifolyólag a biológiai megjelenést nem bevonó interakció miatt. A két közeg kapcsolatai tehát igen eltérők, és ez nagyon megnehezítheti a testiség sajátos jellemzőinek felmerülését, ezáltal megfosztva a kapcsolatot mindenekelőtt a megfelelő érzelmi karaktertől.

A legfiatalabbak körében tapasztalható, a promiszkuitáshoz és prostitúcióhoz kötődő némely magatartásforma (amely nemrég Olaszországban is felbukkant a hírekben) az érzelmi analfabetizmus helyzetét, a belső fagyottságot, a saját élményvilág (f)elismerésére való képtelenséget mutatja, amelyet *alexitímiának* is neveznek: „Mivel a rendelkezésre álló idő korlátozott, az úgynevezett virtuális »barátoknak« szentelt időt a valós

1 J. POQUÉRUSSE: *The Neuroscience of Sharing*, <http://www.uniiverse.com/neuroscience>; http://it.wikipedia.org/wiki/Numero_di_Dunbar. ■ 2 „Az evolucionista pszichológiában úgy vélik, hogy ez a szám egyfajta korlát lehet az emberi lények átlagos képessége terén, amellyel felismerik egy adott csoport összes tagját, és nyomon követik érzelmi történéseiket. Más magyarázatok sokkal inkább közgazdaságtani értékelésekre támaszkodnak, valamint a csoportok azon szükségletére, hogy beazonosítsák az élősködő vagy diszfunkcionális elemeket, lévén hogy nagyobb csoportok hajlamosak megkönnyíteni hazugok és családok jelenlétét”: http://it.wikipedia.org/wiki/Rete_sociale. Vö. R. DUNBAR: *How Many Friends Does One Person Need? Dunbar's Number and Other Evolutionary Quirks*, Faber and Faber, London, 2010. M. GLADWELL: *The Tipping Point. How Little Things Make a Big Difference*, Little Brown and Company, New York, 2000, pp. 177–181., 185–186. ■ 3 B. GONCALVES – N. PERRA – A. VESPIGNANI: *Modeling Users' Activity on Twitter Networks. Validation of Dunbar's Number in Twitter conversations*: <http://www.plosone.org/article/info%3Adoi%2F10.1371%2Fjournal.pone.0022656>

barátoktól vonják el. Már pusztán ez a megfontolás rámutathatna, hogy az utóbbiakkal való kapcsolatokat kellene előnyben részesíteni, hisz egyedül ők méltók a barát névre. De sokkal többről van itt szó. Arra vagyunk berendezkedve, hogy a másik emberségét a szemtől szemben megvalósuló kapcsolatokban ismerjük el, és ezt a képességet a társadalmi viszonyok konkrétságában gyakoroljuk. Ebből következik, hogy a hozzánk hasonlókkal való kapcsolatok elégtelen tapasztalata, különösen is a fejlődő években, szükségszerűen kárára van a másik ember létébe való behelyezkedés képességének, ebből kifolyólag a pozitív társadalmi létezésnek. A valóságban megélt konkrét személyközi kapcsolati helyzetek és a többiekkel szemtől szemben megvalósuló viszonyok hiánya azt a veszélyt rejti magában, hogy elhomályosul a másik emberségének elismerése, miközben ezzel ellentétesen igen könnyen terjednek az interneten az eszmék, köztük azok is, amelyek tagadják a közös emberséget, és az elembertelenítést hirdetik.⁴

A virtuális viszonyok bizonnal adhatnak társaságot, ugyanakkor nem helyettesíthetik a valós kapcsolatokat. Amikor erre sor kerül, azt kockáztatjuk, hogy megfosztjuk a személyt (különösen ha még fejlődő korban van) az együttélés néhány alapvető jellemzőjének kialakításától, mint amilyen a gyöngédség és az empátia. Ezáltal színre lépnek az érzéketlenség, illetve a saját érzések terén megnyilvánuló tisztánlátás képtelenségének fentebb említett esetei.

KI LEHET ALAKÍTANI ÉRZELMI VISZONYT EGY GÉPPEL?

A virtualitásba menekülés másik útja az a kísérlet, hogy a magányt és a kommunikációs nehézségeket – amelyek mindenekelőtt a különbözőségek el nem fogadásából adódnak – a technika legújabb találmányaival kompenzálják, egészen addig, hogy érzelmileg kötődni kezdenek egy robothoz, amelynek minden szempontból emberi ábrázata van.

Ez egyáltalán nem elképzelhetetlen vagy sci-fi-szerű hipotézis.

Az Egyesült Államokban és Japánban az elektronikus modellek egy idő óta már betöltik azt a funkciót, hogy társaságot biztosítsanak az időseknek (és a *hikikomorik*nak – [a japán szó jelentése: „külön, elszigetelve lenni”; autisztikusan visszavonuló fiatalok elnevezése]). Gondoskodnak minden szükségletükről, éjjel-nappal; mindig rendelkezésre állnak és hatékonyak, nincsenek „rossz napjaik”, kedélyingadozásaik és emberi szeszélyeik. Tudnak hűségesek lenni, mindig igent mondanak, és mindenekfölött nem öregszenek. Megőrzik a technikai szempontból tökéletes szépség és harmónia változatlan kánonjait, amelyek alól a férfiak és nők (minden természetes bájuk ellenére) láthatóan szünet nélkül kibújnak. A *lifting* és a plasztikai sebészet minden sikere ellenére sem képesek versengeni a robotok technikai tökélyével. Akinek húsa-teste van, az nem lehet hibáktól mentes...

Ezért kezdik úgy gondolni, hogy a robotok hamarosan jelentős segítséget nyújtanak majd a magánytól, gátlásoktól és a túl sok csalódástól frusztrált férfiak és nők érzelmi és szexuális kielégületlenségeinek orvoslásában. *David Levy*, a robotika terén úttörőnek számító egyik nagy cég igazgatója 2007-ben megjelentetett egy *Love and Sex with Robots* [Szerelem és szex robotokkal] című könyvet, amelyben kifejti, hogy a napjainkban a lakosság nagyobb részét

4 S. BONINO: *Altruisti per natura*, Laterza, Roma–Bari, 2012, p. 118.

sújtó problémákat (melyek lényegileg kötődnek a magányhoz és az elismerés hiányához) fel lehet majd oldani robotok gyártásával. Ezek minden emberi problémát technikailag megoldhatóvá tesznek, legfőképpen az érzelmi nehézségeket: „A robotok iránti szerelem annyira normális lesz, mint az emberek iránti.”⁵ A robotok valóban nem hűtlenkednek, nem csálnak meg, nem öregszenek, nem önzők, hanem mindig a felhasználó rendelkezésére állnak.

Az erkölcsi akadályok, azok a problémák és nehézségek, amelyek mindig is jellemezték a „tiltott gyümölcs élvezetét”, így a csábítás, a paráználkodás és a megcsalás (melyekről minden korban beszámol az irodalom), végre megoldásra lelnek. A tízparancsolatban rögzített ősi tilalom („ne kívánd felebarátod feleségét”, Kiv 20,17) végre megoldódik. Semmi probléma, mondaná Levy: rövidesen annyi, a felebarát feleségével azonos kinézetű robotot lehet majd gyártani, amennyit csak akarunk. Ám ezek a „nők”, szemben az eredetivel, nem fogják megismerni az öregedés romlását. Más szóval: a robotika lesz a megoldás minden problémára; megvalósítja Kalüpszó nimfa Odüsszeusznak tett ígérését, miszerint olyan kapcsolatban élnek majd (legalábbis részben), amely érintetlenül megőrzi a frissességet és időtlen bájít, amit egyetlen nő sem adhat meg egy férfinak.⁶

A robotok képesek lemásolni, még hozzá az eredetnél jobb formában, az emberi lény minden vetületét, ők az új Kalüpszó (ez minden lifting álma), aki megbabonázza Odüsszeuszt, és megakadályozza, hogy hazatérjen, vissza a gyökereihez. A robotok megértésben, üdeségben és vonzerőben felül is múlhatják az embereket (ahogyan azt nem egy animációs filmben látjuk, mint például a *Tekken 4*-ben, ahol a számítógép-vezérelt személyiségek sokkal harmonikusabbak, tökéletesebbek és vonzóbbak, mint a hús-vér szereplők). Csakhogy mindezért súlyos árat kell fizetni, mivel arról van szó, hogy elfedjük a kapcsolatok terén átélt kudarcainkat: lévén hogy az emberi lények nem felelnek meg nekünk, elmenekülünk a tárgyak, a lélektelen létezők közé. A dolgokkal kialakított viszonyoknak természetesen van érzelmi vetülete is, különösen ha a saját képtelenségek kompenzációjának egy módját látjuk benne. A dolgok nem változékonyak, legfőként pedig mindig ott vannak, rendelkezésünkre állnak. Mindez a hatalomról, a biztonságról és a fájdalomcsillapításról szól.

Sherry Turkle azonban megjegyzi: az ezért az új lehetőségért fizetendő ár az, hogy megszüntetjük azt az összetettséget, amely lényegi része életünknek és önmagunk legigazibb és legmélyebb vonása – azaz törekenységünk – megvalósulásának. Ily módon „hamis” nyugalomba ringatjuk magunkat anélkül, hogy azt bármikor is megkérdőjeleznék: „Az, hogy jól érezzük magunkat, nem mindennek a mércéje: elhibázott okokból kifolyólag is érezhetjük jól magunkat. És ha egy robottárs úgy segítene jól érezni magunkat, hogy közben elvesz tőlünk valamit? Levy vakmerő álláspontjának az a legfőbb erénye, hogy elgondolkodásra kényszerít: egy ilyen típusú gépkapcsolat kialakítása lehetséges, kívánatos

5 D. LEVY: *Love and Sex with Robots. The Evolution of Human-Robot Relationships*, Harper Perennial, New York, 2008, p. 22. ■ 6 „...a szót így kezdte Kalüpszó, isteni úrnő: [...] »de nem is vetekedhet / földi halandó nő ilyenekben az istennőkkel«. / Válaszul erre eképen szólt leleményes Odüsszeusz: / »Úrnóm, istennő, ne neheztelj. Jól tudom én is, / s biztosan azt, hogy nálad a jóeszű Pénélopeia / gyarlóbb szépségű és kisebb, hogyha tekintjük: / földi halandó ő, te örök vagy s meg nem öregszel. / Ám még így is vágyva kívánom minden időben / otthonomat s hazatértem napját látni, elérni.«” HOMÉROSZ: *Odüsszeia*, V. ének, pp. 202., 213–220., Devecseri Gábor fordítása: <http://mek.oszk.hu/00400/00408/html/01.htm#5>.

vagy erkölcsös-e? A szerelmi viszony azt is jelenti, hogy megízleljük a meglepetéseket és nehézségeket, amikor egy másik személy szemszögéből tekintünk a világra, akit a történelem, biológia, sérülések és örömök formáltak. A számítógépeknek és a robotoknak nincs ilyen megosztható élményük [...]. A *Love and Sex* láthatóan az érzelmi felvizeződést ünnepli, az emberi kapcsolatok összetettségének tudatos elutasítását. A fikció így lesz új esztétikává.⁷ A „jól érezni magunkat” megszállott keresése alapján véve nem egyéb, mint az, ami a függőségek és rossz szokások zömét összekapcsolja: ezek, még ha nem is halálos kimenetelűek, az életöröm elvesztéséhez vezetnek.⁸

Szemközt a géppel olyan, mintha tükörbe botlanánk, amely jó érzéssel tölt el minket, mivel megelégszik azzal, hogy megismételje, amit már tudunk, megóvva minket a csalódásoktól és váratlan eseményektől. A gépek által felkínált alternatívák sikere leginkább a passzív megadást teszi nyilvánvalóvá az élet kihívásaival szemben. Az ember lemond a reflexió, a játék, a kockáztatás és mindenekelőtt a szeretett személyért vállalt szenvedés lehetőségének ápolásáról. Ez a leginkább aggasztó szempont, egyfajta megadás az étellel szemben. Az ember belefárad a kapcsolatokba, s előnyben részesít egy másolatot (vagy megelégszik vele), amely hamis, ám mégis *soft*, nem követel túl sokat és nem von be: „A robotokat bekapcsoljuk az emberi törekenységről folytatott valamennyi diskurzusba. Az emberi lényeknek túl sok az igényük, míg a robotokat sokkal könnyebb kezelni; a személyek megcsalnak, a robotok nem. Amikor a robotokkal kialakított kapcsolatokról beszélnek, akkor házasságtörő férjejről, orgazmust színlelő feleségekről, kábítószerrel gyerekekről van szó. Panaszkodnak, hogy nehézséget okoz nekik családtagjaik és barátaik megértése. Kezdetben megleptek az ilyen kommentek, amelyek teljesen nyilvánvalóan arra irányulnak, hogy lejjebb vigyék az emberi személyesség szintjét.”⁹

Ily módon elhull a kapcsolat értékes szempontja, a *másmilyenség*, amely valódi *speculum*, tükör, mely képes visszavezetni önmagunk igazságához. Csakis egy más nézőponttal való megosztás és kommunikáció révén léphetünk kapcsolatba saját énünk mélyével. Ez a nézőpont lehet zavaró, ugyanakkor megmutathatja a valóság alapvető szempontjait, és könnyebbé teszi számunkra, hogy ápoljuk emberségünk értékes adottságait. Az empátia képessége, amely alapvető fontosságú az emberi kapcsolatokban, mindenekelőtt az arckifejezésekben mutatkozik meg, amelyeket egy gép nem tud lemásolni, még akkor sem, ha az arckifejezések egy bizonyos szimulációja hatást gyakorolhat ránk, mivel az ember hajlamos a saját érzéseit kivetíteni a gépre, „emberinek” tartva azt, s azt képzelni, hogy a gép valóban érzi, amit szóban közöl, épp ahogy mi is. *Silvia Bonino* ezzel kapcsolatban megjegyzi: „Ez az összezavarodás a valós élet gyakorlatának nem kielégítő voltából következik, ami oda vezet, hogy képtelenné válunk azon jelzések felismerésére, amelyeknek megértésére a biológia alkalmassá tett minket. Ezért nagyon is sürgető, hogy előnyben részesítsük a valós kapcsolatokat a virtuálisakkal szemben: az altruizmust nem sajátítjuk el virtuálisan, ahogy az empátiát, a másik ember személyességével való kapcsolatba lépés képességét sem.”¹⁰

7 S. TURKLE: *Insieme ma soli. Perché ci aspettiamo sempre più dalla tecnologia e sempre meno dagli altri*, Codice, Torino, 2012, p. 9. ■ 8 Lásd G. CUCCI: *Il fascino del male. I vizi capitali*, Adp, Roma, 2012. ■ 9 S. TURKLE: *Insieme ma soli...*, i. m. p. 13. ■ 10 S. BONINO: *Altruisti per natura*, i. m. p. 118.

ONLINE TANÁCSADÁS

A digitális forradalomhoz köthető egy nagy újdonság: a gépek terápiás segítséget is fel tudnak kínálni, kiegészítve minket ősi kommunikációs és kapcsolati nehézségeinkből.

Egy terápia megkezdésének és lefolytatásának egyik legnagyobb akadálya a valós személlyel kialakítandó kapcsolat körülményeihez kötődik: a tekintet, a kifejezőmódok, a lehetséges kommentárok, ám mindenekelőtt az a tény, hogy (akár csak rejtett) *érzéseket* tapasztalok a másik fél részéről, gyakran ítélezésnek tűnik a páciens szemében. Amikor elkészítették az első terápiát szimuláló programokat, sok felhasználó úgy volt képes beszélni a nehézségeiről, mint korábban, más emberekkel még soha. Épp a gép által szavatolt névtelenség miatt tudták leküzdeni gátlásaikat: tisztában voltak azzal, hogy a másik téréfelen nem egy tekintet, hanem egy *monitor* van, s ez láthatóan megkönnyítette a megnyílást és az intim, nehéz és fájdalmas részletek megosztását. Ez a számítógép által adható választóktól függetlenül így volt: már az elhangzott mondat egyszerű megismétlése is azt az érzést keltette, hogy meghallgatták és elfogadták az illetőt, mentesen bármينemű előítélettől.

A kilencvenes évek elején terveztek egy *Listener* nevű szoftvert, amely sztereotíp, ám igen hatásos frázisokkal jóindulatúan fogadta a felhasználót, soha nem keltve a megrökönyödés vagy a türelemvesztés benyomását. Ezt követte egy másik, párterápiás program is, a *Sexpert*, amely néhány előre rögzített kérdés alapján párbeszédet alakított ki a nyilatkozóval. A felhasználók kommentjei vegyesek voltak, s nem tűnt úgy, hogy előnyben részesítenék az ilyen módon végzett terápiát a hagyományos, emberrel folytatott terápiával szemben. A steril és névtelen közeg minden esetben úgy mutatkozott meg, mint a megosztás ideális *setje*. Ez megerősítette, hogy döntő fontosságú a terápia szempontjából az optimális távolság és az ítélezésmentesség, amely a nehéz helyzetekben lehetővé teszi az egyén legfájdalmasabb és legnegatívabb vonásainak feltárását: „Egy alkoholistákkal foglalkozó központ számítógép által meginterjúvolt páciensei harminc százalékkal magasabb szintű alkoholfogyasztást ismertek be, mint a szemtől szemben megkérdezett betegek. A szexuális problémákkal is könnyebb egy számítógép, s nem egy pszichiáter segítségével szembesülni.”¹¹

A kapcsolat terápiás dimenziója egy idő óta megjelent a *média és a közösségi hálók* világában is. A *privacy*, a névtelenség és a legintimebb adatok bárki előtti feltárására való hajlam között meglévő paradox kapcsolat összetettsége ma egyre kisarkítottabban mutatkozik meg a kibeszélős tévéműsorokban (hogy ne is szóljunk a mind gyakrabban hallható intim mobiltelefonos beszélgetésekről, amelyeknek kényszerű tanúi vagyunk a köztereken), ahol a minden korosztály és társadalmi réteg képviselőiben felvonuló személyek gátlások nélkül kitegetik a magánéletüket, nem törődve azzal, hogy ezeket a vallomásokat rögzíti a digitális emlékezet.¹² Látszólag semmilyen akadályt nem jelent a bizalmas

11 P. WALLACE: *La psicologia di Internet*, Cortina, Milano, 2000, p. 279. J. H. GREIST – M. H. KLEIN: Computer programs for patients, clinicians, and researchers in psychiatry, in T. A. WILLIAMS (szerk.): *Technology in mental health care delivery systems*, Ablex, Norwood, New Jersey, 1980, pp. 161–182.

■ 12 Lásd P. WALLACE: *La psicologia di Internet*, i. m. p. 281. J. H. GREIST – M. H. KLEIN: Computer programs for patients, clinicians, and researchers in psychiatry, i. m. pp. 161–182.

adatok kitérőjében az, ha tudjuk, a kulisszák mögött mások is hallgathatják a beszélgetésünket. Ez mutatkozott meg egy különféle online tanácsokat adó, *Ask Aunt Dee* [Kérdezd Dee nénit!] címet viselő program kiértékeléséből is (ez az olasz *Donna Letizia risponde* [Letizia asszony válaszol] című műsornak az amerikai változata). E műsor által vált híressé, hogy nagyon sokan kapcsolódtak bele, és igen könnyen feltártak érzékeny vagy éppen megdöbbentő részleteket is. Sikere hátterében ugyanaz a mechanizmus működik, amely egykor népszerűséget biztosított a mágusoknak, a kártyajósoknak és a horoszkópoknak: valamiféle bebiztosító forrást találnak az emberek életük fontos kérdéseivel kapcsolatban, legyen ez akár milyen természetű. A lényeg, hogy sikert és jólétet érjének.

A 2010-es németországi futball-világbajnokság idején híressé vált egy müncheni akváriumban élő polip, amelynek Paul volt a neve: azt a benyomást keltette, hogy a csápjai mozgásával előre jelzi a meccsek végeredményét. Válaszait visszaigazolták az eredmények, olyannyira, hogy hamar megjelentek a poliptól ihletet merítő online programok, amelyek segítségével véleményt lehetett kérni a legkülönbélebb kérdésekről, például az egészség, a munka, a pénzügyek vagy a szerelem témájában (az oldal címe *www.askpaul.com* volt).

Másodsorban fontos meggondolni, hogy *kivel* s nem pusztán mivel akar az ember kommunikálni. A social network nem csupaszítható le egy túlnyomást levezető szeleppé. Arra van szükség, hogy szembenézzünk vele, magunkat pedig arra neveljük, hogy (f)elismerjük és feldolgozzuk azt, amit megéltünk, és egyre jobban tudjuk használni a rendelkezésünkre álló eszközöket.

Azok a megoldások, amelyek lehetővé tehetnék a távolság leküzdését és az idő megtakarítását, mint például a Skype, abban a pillanatban, amikor csupán egy lesznek az egyidejűleg végzett tevékenységek közül, azzal fenyegetnek, hogy még jobban kiemelik a megszólalók közötti távolságot. Ám ami a legfontosabb, ezek a megoldások nem tudják helyettesíteni a valós kapcsolatok sajátos jellemvonásait. Ezért az előadások, konferenciák, továbbképzések, amelyeket online kínálnak fel, rendszerint csak igen alacsony figyelmi szintet tudnak kiváltani. Ebben az összefüggésben hiányzik a valós, fizikai kontaktus, s érzékelhetően alábbhagy a motiváltság és az érdeklődés. Nem tapasztalunk mást a *meeting*ek, összejövetelek, szemináriumok esetében sem, ahol mindenki bekapcsolt számítógéppel van jelen a teremben, hogy valahol máshol bocsátkozzon kalandba: ellenőrzi az e-mailjeit, üzeneteket küld, felkeresi a Facebook-oldalát, ciklikusan linkekre és a *newsra* kattint.

A kapcsolat sajátos jellemzője a másság dimenziója, az, ami eltérőként és a saját szempontra visszavezethetetlenként mutatkozik meg. A megszólaló másik ember egyszerre válhat segítséggé és fenyegetéssé, mivel arra készlet, hogy szembesüljünk a transzcendenciával, azzal, amit nem lehet birtokolni, ami egyrészt korlátokat szab ki, másrészt azonban visszautal egy tágabb dimenzióra, melyet a tekintet fejez ki. Ez a filozófus *Lévinas* számára a szent, az „elkülönített” jele, azé, ami nem áll rendelkezésünkre, s kibújjik a kontrollra és uralomra irányuló igényeink alól. A másik megszólít engem, azt kéri, áldozzam fel magam, szenvedjek oly módon, hogy kilépek önmagamból, és találkozom vele. Amikor az alany elfogadja a másik másságát, transzcendenciáját, akkor ragadja meg saját transzcendenciáját, túlnan-valóságát is, amely méltóságának és értékességének



a gyökere.¹³ Egy géppel vagy a képekkel való viszony azt kockáztatja, hogy alakot ad a saját képzelet projekcióinak, a „mindenható” én szempontjait emelve ki (tökéletesség, rendelkezésre állás, újdonság, hatalom), ami hiányzik az offline világból, és jellemző a narcisztikus személyiségzavarra. Ebben az arra való patológikus képtelenség mutatkozik meg, hogy elfogadjuk a másságot, s – ebből kifolyólag – hogy szeressünk. Nem véletlen, hogy ez a dinamika túlteng a szexuális függőség esetében.¹⁴ Ily módon minél nagyobbra nő a szakadék a két szempont (a nagyság és a gyöngeség) között, annál erősebbé válik az internetes szörfölés által felkínált párhuzamos univerzumba menekülésre irányuló ösztönzés is. Az érintettek elveszítik legbensőbb és legértékesebb dimenziójukat, amelyhez lassúságra, kockáztatásra és önnön törekenységük megosztására van szükség. Más szóval: elvész a leginkább emberi dimenzió.

A technológia – mint mindig – a nagy lehetőségekkel együtt rejtett, ám veszélyes csapdákat is hordoz magában. Tudnunk kell ezekről, hogy végül ne ott találjuk magunkat, ahová nem szeretnénk kerülni. A kritikus gondolkodás és a kifejezés totális lehetőségének korában helyes, ha mérleget készítünk ennek az óriási kulturális átalakulásnak a következményeiről: beváltattak az ígéretek? A viszonyok szempontjából a social network nem oldotta meg a magány problémáját: „Számos tanulmány szerint az amerikaiak mindinkább bizonytalanok, elszigeteltek és magányosak. Sokkal többet dolgozunk, mint eddig bármikor, gyakran több eltérő munkaterületen is [...]. Sokan a hátuk mögött hagyták a vallási és civil társaságokat, amelyek egykor egymáshoz kapcsolták az embereket [...]. Napjainkban az a mechanikus álmunk, hogy soha ne legyünk egyedül – ugyanakkor nem mondunk le az ellenőrzésről. Ez képtelenség, amikor szemtől szemben vagyunk a másik emberrel, ugyanakkor lehetséges, ha egy robotról van szó.”¹⁵

Ez a tanulás felbukkan a mitológia ősi, mégis mindig aktuális gondolatvilágában. Odüsszeusz – aki *Homérosz* elbeszélésében nemcsak a ravaszság, de a bölcsesség és a hűség jelképe is – visszautasítja Kalüpszó mégoly csábító ajánlatát, hogy hagyja el az

13 „Az ember mindig túl van önmagán. Ez az önmagántúliség tudatában kell legyen annak, hogy ő maga is a transzcendencia forrása.” J. WAHL: *Traité de métaphysique*, Payot, Paris, 1953, p. 721. Lásd Emmanuel Lévinas megjegyzését: „Ebben a másikhoz való viszonyban nincs zavar, a másikhoz való viszonyt a mássághoz való viszonyként gondolják el. A másik és a másság [...]. Ez a társaságiasság képezi a tekintet, a másikért-valóság másságát, amely megszólít engem, olyan hang ez, amely minden szóbeli kifejezésnél előbb születik meg bennem, az én halandóságában, gyöngeségem alapjából. Ez a hang parancs, annak parancsa, hogy válaszoljak a másik ember életére.” E. LÉVINAS: *Alterità e trascendenza*, il melangolo, Genova, 2006, pp. 91–92. ■ 14 Gondoljunk Otto Kernberg klasszikus diagnózisára e személyiségtypusról: „Ezek a páciensek szokatlan szintű autoreferencialitást mutatnak más személyekkel való interakcióikban [...] és egy különös, de magától értetődő ellentmondást az igen magasra tartott énkép és a másoktól kapott megerősítés mértéken felüli szükséglete között. Érzelmi életük felszínes. Kevés empátiát éreznek a többi ember érzelmei iránt [...]. Különösen is hiányoznak belőlük a *szomorúság* és a *gyász* hiteles érzései; a lehangoló dolgok megélésére való képtelenség alapvető vonása személyiségüknek [...]. Ez egy kiéhezett, haragvó és üres énkép, amely talve van féktelen haraggal a csalódásokkal szemben, és rettegéssel tölti el a világ, amely gyűlölettel és bosszúval telinek tűnik, akárcsak maga a páciens.” O. KERNBERG: *Sindromi marginali e narcisismo patologico*, Boringhieri, Torino, 1978, pp. 310–311. ■ 15 S. TURKLE: *Insieme ma soli...*, i. m. p. 201. Vö. H. GUSTERSON – C. BESTEMAN (szerk.): *The Insecure American. How We Got Here and What Should Do About It*, University of California Press, Berkeley, 2010. R. PUTNAM: *Capitale sociale e individualismo. Crisi e rinascita della cultura civica in America*, il Mulino, Bologna, 2004.

immár idős Pénélopét, s a vég nélküli ifjúságnak örvendjen. Házastársa mellett van a helye, még ha az kevésbé szép is és az elvirágzás a sorsa, mivel csakis ő lesz képes megosztani Odüsszeusszal egész lényét, különösképpen mind külső, mind belső törekénységét, a közös megöregedésben.¹⁶

Odüsszeusz csak Pénélopével együtt tud megöregedni (ami már az ókortól az elért bölcsesség jele), és megtalálni gyökereit – vagyis stabilitását és identitását, véget vetve nyugtalan bolyongásának. Ezt fejezi ki az eposz híres szimbóluma, az olajfa törzséből kifaragott ág.¹⁷

SEGÍTSÉG A BÖRTÖNBŐL VALÓ KIJUTÁSHOZ: A GYENGE KÖTÉSEK

Ha nagyobb mélységben járjuk be a web világát, nagyon is ősi helyzetekre bukkanunk, amelyek segítenek megérteni az új problémákat. De segítenek abban is, hogy szembenézzünk velük. Vegyük például a kapcsolódás/magány [...] témáját. Az online megosztásokban nem az üzenetek és a virtuális barátok száma a legfontosabb – ezt a Dunbar-szám kapcsán is megfigyelték. Ez megerősíti a jelenlegi kutatások nyomán azt az alapfeltételezést, mely szerint az online világ tükörszerűen viszonyul az offline-hoz, ám nem azonos vele. *Mark Granovetter* – az internet jelenségénél korábbi egyik írásában, amely mégis végtelenül érdekes e téma vonatkozásában, olyannyira, hogy valódi klasszikusnak számít – a kapcsolatokról szólva arra irányította a figyelmet, amit „gyenge kötéseknek” nevezett. Személyek olyan csoportjáról van itt szó, akik nem látogatják meg egymást, nem is lehet azt mondani, hogy alaposan ismerik egymást, ahogyan az az (intimitás foka, az eltöltött idő, az ismeretek és vélemények megosztása szempontjából) „erős” szinteken történik. Ugyanakkor jelentősen képesek gazdagítani az ismeretre irányuló lehetőségeket, az elfoglaltságokat, gyakorlatilag az élet által kínált esélyeket, bevezetve az addig megismerthez képest még ismeretlen világba.

A döntő fontosságú elemet, amely lehetővé teszi ezt a lépést, Granovetter „hídnak” nevezi, vagyis olyan viszonyoknak, amely képes kapcsolatba hozni minket más csoportokkal, kitágítva viszonyaink s ezáltal szabadságunk körét is. Az „erős” kötések ugyanis, különösképpen ha korlátozottak és zártak, azt kockáztatják, hogy börtönné válnak, vagy mindig ugyanazokat a dolgokat osztják meg bennük. Sokkal inkább ingyenes viszonyokról van itt szó, amelyek a legváratlanabb helyzetekben és körülmények között bukkanhatnak fel. Ugyanakkor értékesnek bizonyulhatnak, és megőrződhetnek mindaddig, amíg életben tartják a kommunikációs figyelmet és érdeklődést, ezáltal legyőzve a kényelmetlen helyzetek elől való menekülés és az önmagunkba záródás iránti hajlamot. Ez alapvető fontosságú az ismeretek, a rendelkezésre álló kompetenciák átadásakor, és kétségkívül új és hatékony alkalmazási módozatokat kapott a virtuális közösségekben: „hídnak lenni” sokkal nagyobb viszonybeli értékű valóság, mint az, hogy hány barátja

16 Lásd a 6. lábjegyzetet. ■ 17 „Máshova, mondd, ki is állította az ágyam? Az értők / sem tudnák azt tenni, hacsak nem jön be egy isten, / s könnyen a kedve szerint nem hordja ki máshova onnan: / ember olyan nem akad, de nagyon fiatal se; ki könnyen / elmozdítja, mivel nagy titkot rejt az az értőn / készített ág, mit nem más, de az én kezem ácsolt.” HOMÉROSZ: *Odüsszeia*, XXIII. ének, i. m. pp. 183–189.

van az embernek a Facebookon, vagy mennyi lájkot gyűjtött egy bejegyzése vagy az oldalára posztolt fényképe.¹⁸

Ha foglalkozunk e problémával, az azt jelenti, hogy újra szemügyre vesszük az intimítással kapcsolatos aktuális keresés/menekülés érzékeny és kétértelmű témáját, amely szorosan kötődik a törekenységhez való viszonyhoz, ami a legértékesebb kincsünk, az, ami teljességgel emberré tesz bennünket. Elgondolkodtató, hogy az evangéliumi kísértések (vö. Mt 4,1–11) tétje pontosan az emberi lényt jellemző gyöngeség: a kísértő azt javasolja Jézusnak, hagyja hátra ezt a gyöngeséget, öltözzön erőbe, mindenhatóságba. Legyen képes megoldani az élet nehézségeit anélkül, hogy áthaladna rajtuk, s magára venné a terhüket. Mondjon le arról, hogy megéli a megosztást és a kockázatot, de még a veszteséget és a vere-séget is, amelyek jellemzik az emberi tapasztalatot s a férfi és nő sajátos érzelmi kötelékét. Jézus visszautasítja az élet problémáiból kivezető kényelmes egérutakat, amelyek lényének súlyos elszegényedését, az emberi mivoltáról való lemondást eredményezné. Ehelyett inkább megerősíti a bizalom és a ráhagyatkozás, a hagyomány, saját hitelessége gyökérzetének értékét, ami nem zárja ki a fáradtságot és a kockázatot, melyet az vállal, aki kész a kalandra. A vállalt törekenység lehetővé teszi, hogy jobban megéljük a viszonyok terén meglévő számos, az internet által felkínált lehetőséget is.

A „gyenge”, „hídként szolgáló” kötésekre példát nyújt az online altruizmus: sok ezer felhasználó azért kapcsolódik a világhálóra, hogy felkínálja kompetenciáját és idejét, hogy ingyen segítsen annak, aki nehézségbe került – ilyenek például az internetes segélyező csoportok. A névtelenség, mint már említettük, lehetővé teszi, hogy megnyíljanak, s megosztják sebeiket és szenvedéseiket: „Glenn Tallmann esete ragyogó példa: miközben AIDS-ben haldoklott, sok online segítői csoportra bukkant. Maga is részt vett ezekben, méghozzá nagy tettvágygal, megosztva a félelmeket és a tapasztalatokat, így próbálva segíteni másokon.”¹⁹ Paradox módon épp a névtelenség – mint egyfajta „elektronikus gyóntatószék” – teszi lehetővé intim és pontos részletek feltárását, amelyek nem merülhetnének fel ugyanazzal a spontaneitással egy közvetlen találkozás során (ez természetesen lehet pusztító visszaélések forrása is): az, hogy nem látnak minket, mint mondtuk, teret ad annak, hogy túl a hazugságon és az agresszivitáson nagyobb őszinteség szülessen, mivel úgy érezzük, nem ítélnek meg minket. Ez is része annak a *forum*nak, amely az internet világát jellemzi. A gyenge kötések konkrét lehetőséget jelentenek arra, hogy a világhálót ne kompenzációként éljük meg, „kapcsolódva, de egyedül”.

Tehát minden „technikai” megoldás megnyitja az életre és az emberre vonatkozó általánosabb problematikák – az úgynevezett *bölcsességi kérdésvetetések* – útját, amelyeket számításba kell vennünk, mert a probléma valódi gócpontját jelentik.

Fordította: Török Csaba

A szerző jezsuita szerzetes, pszichológus, a Pápai Gergely Egyetem tanára.

18 M. GRANOVETTER: The strength of weak ties, *American Journal of Sociology*, 78 (1973), pp. 1360–1380. Vö. H. RHEINGOLD: *Perché la rete ci rende intelligenti*, Cortina, Milano, 2013, pp. 294–297. ■ 19 P. WALLACE: *La psicologia di Internet*, i. m. p. 277. Vö. G. CUCCI: *Altruismo e gratuità. I due polmoni della vita*, Cittadella, Assisi, 2014, különösen is az V. fejezet.

Giovanni Cucci SJ: Internet relationships. Always connected or always alone? *The study is the third chapter of the author's book entitled Virtual Paradise or Hell.com? – The Dangers and Possibilities of the Digital Revolution. The complete volume will be soon published in Hungarian by the Jesuit Publishing House. In this book, the Jesuit psychologist writes about the possibilities of interpreting internet addiction, describing the web as a mirror of the physical world. Beside the anthropological questions and answers related to the topic he draws up the healthy way of relating to the internet and the role of mindfulness in it.*

Keywords: *internet, virtual relationships, Dunbar's number, online counselling, weak ties.*

