«Αίτημα προς όλες τις τοπικές Εκκλησίες για σαφή, ρητή αναφορά στην αποχή από τη χρήση του διαδικτύου και των κοινωνικών δικτύων στους κανόνες περί νηστείας» (Jean Claude Larchet)

Categories : ΘΕΟΛΟΓΙΑ

Date : 5 Νοεμβρίου, 2018

ΕΙΣΗΓΗΣΗ ΤΟΥ ΚΑΘΗΓΗΤΗ ΖΑΝ ΚΛΟΝΤ ΛΑΡΣΕ ΣΤΟ

ΔΕΥΤΕΡΟ ΔΙΕΘΝΕΣ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΨΗΦΙΑΚΩΝ ΜΕΣΩΝ ΚΑΙ ΟΡΘΟΔΟΞΗΣ ΠΟΙΜΑΝΤΙΚΗΣ

Αγαπητοί πατέρες, αδελφές και αδελφοί,Νέες διαδικτυακές μορφές, οι οποίες ονομάζονται ψηφιακά μέσα και στις οποίες έχουμε πρόσβαση μέσα από υπολογιστές, τάμπλετ και, ιδιαίτερα τώρα πια, «έξυπνα» κινητά τηλέφωνα, των οποίων το περιεχόμενο κυρίως συνίσταται στο Διαδίκτυο, τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και τα μηνύματα. Αυτές λοιπόν οι διαδικτυακές μορφές έχουν κυριολεκτικά εισβάλει στη ζωή του σύγχρονου ανθρώπου και ιδιαίτερα των νέων, από την ηλικία των 10 ετών και μερικές φορές και νωρίτερα.

Οι δυνατότητες των ψηφιακών μέσων να επικοινωνούν ταχύτατα και σχεδόν ανέξοδα, η δυνατότητα που δίδουν στον καθένα να έχει πρόσβαση στους πάντες και τα πάντα και η δύναμη της εικόνας στα ψηφιακά μέσα προσδίδουν σε αυτά τα μέσα μια έντονη σαγήνη. **Η κοινωνική πίεση (και ιδιαίτερα η πίεση να συμμορφώνεται κανείς), αλλά επίσης και η οικονομική διάρθρωση της κοινωνίας έχουν καταστήσει αυτά τα ψηφιακά μέσα τα εργαλεία, που όλοι σχεδόν πρέπει υποχρεωτικά να έχουν, έτσι ώστε να μην περιθωριοποιούνται και να μην εξαιρούνται από διάφορους κύκλους – κοινωνικούς, διοικητικούς, οικονομικούς.**

Κατά μείζονα λόγο, ωστόσο, έχουμε εδώ να κάνουμε με μία εξάρτηση εσωτερικής ή ψυχολογικής φύσης, η οποία έχει εδραιωθεί μεταξύ των χρηστών κάθε ηλικίας. Αυτός ο **εθισμός** ανησυχεί πάρα πολλούς γονείς, διότι τώρα, αυτή τη στιγμή, επηρεάζει πολλά παιδιά, και πολλές φορές και οι ίδιοι οι χρήστες του τον παρατηρούν. Βλέπουμε αυτόν τον εθισμό σαφέστερα και τον παρατηρούμε κυρίως **στα πιο σοβαρά περιστατικά, στα οποία απαιτείται δραστική θεραπεία, ιδιαίτερα θεραπεία μακροχρόνιας πλήρους αποχής από τέτοια μέσα**, ενώ μερικές φορές απαιτείται και κλινική ψυχιατρική φροντίδα. Ωστόσο, αυτή η έξη και ο εθισμός παραμένουν απαρατήρητοι στις λιγότερο σοβαρές περιπτώσεις, διότι **η συνήθεια μπορεί να καταστήσει κάτι το οποίο είναι μη φυσιολογικό να φαίνεται ως φυσιολογικό**. Θα πρέπει να παρατηρήσουμε ότι για τους περισσότερους χρήστες η χρήση αυτή έχει πλέον καταστεί **καταχρηστική**.

Σε αυτό το συνέδριο, το οποίο εδώ συγκεντρώνει πάρα πολλούς φορείς από Ορθόδοξα μέσα, τα μέσα παρουσιάζονται, στις περισσότερες των περιπτώσεων, με έναν τρόπο θετικό, είτε σαν να είναι μέρος της εκκλησιαστικής ζωής, είτε σαν να είναι κάτι που πρέπει να ανήκει σε αυτήν, με την ιδέα ότι έχουν γίνει πλέον κινητήριες δυνάμεις απόλυτα αναγκαίες για την ποιμαντική και ιεραποστολική δράση της Εκκλησίας. Το οιονεί παραδείσιο όραμα που προβάλλεται εδώ, όμως, θα πρέπει να μετριαστεί. Στην πραγματική ζωή οι άνθρωποι περνούν πολύ λίγο χρόνο επισκεπτόμενοι Ορθόδοξους ιστοτόπους σε σχέση με άλλους, και πολλοί νεαροί Ορθόδοξοι δεν γνωρίζουν καν ότι υπάρχουν οι Ορθόδοξοι ιστότοποι. **Στην μεγάλη πλειοψηφία των περιπτώσεων, τα πάθη, τα οποία χαρακτηρίζουν τον πεπτωκότα άνθρωπο, τον κάνουν να υποκύπτει σε αυτούς τους πειρασμούς**, μέσα από την επικοινωνία με κοινωνικά δίκτυα, όπως το Facebook, όπου ο **ναρκισσισμός** (τον οποίον οι Έλληνες Πατέρες της Εκκλησίας αποκαλούσαν ***φιλαυτία***) διαδραματίζει έναν σημαντικό ρόλο, είτε στο πώς παρουσιάζεται ο εαυτός του ανθρώπου μέσα σε αυτά, είτε μέσα από την φρενήρη και διακαή αναζήτησή του για την αρέσκεια των άλλων μέσω των “like”, η οποία κολακεύει το «εγώ».

Πρόσφατα δημοσίευσα ένα βιβλίο έκτασης 320 σελίδων στα Γαλλικά με τίτλο “***Malades des nouveaux médias***”. Έχει μεταφραστεί στα Ρουμανικά με τον τίτλο «***Φυλακισμένοι του Διαδικτύου***». Μεταφράζεται τώρα και στα Αγγλικά, με τίτλο “***Addicts of Modern Media***”, δηλαδή «***Εθισμένοι των Σύγχρονων Μέσων***». Σε αυτό το βιβλίο καταδεικνύω, με έναν λεπτομερή και τεκμηριωμένο τρόπο, τις **αρνητικές, διαβρωτικές και καταστροφικές επιπτώσεις που έχουν τα νέα μέσα σε διάφορες σφαίρες της ανθρωπίνου υπάρξεως: στην ψυχική, τη διανοητική, την πολιτιστική, την κοινωνική, τη σχεσιακή και, στο τέλος (και κυρίως), την πνευματική διάσταση**. Επίσης, προτείνω κάποια μέτρα, προληπτικά και θεραπευτικά, ιδιαίτερα μέτρα πνευματικής φύσεως. Για αυτήν την παρουσίαση, η οποία πρέπει εκ των πραγμάτων να είναι πολύ σύντομη, επέλεξα να μιλήσω μόνον για τη **νηστεία και την αποχή ως μέσα για να περιορίσουμε**

και να ελέγξουμε τη χρήση των νέων μέσων, τα οποία στις περισσότερες περιπτώσεις χρησιμοποιούνται πια με τρόπο καταχρηστικό και επιβλαβή.

Όσον αφορά την κατανάλωση της τροφής και τη σεξουαλική δραστηριότητα, η Ορθόδοξη Εκκλησία έχει θεσπίσει κανόνες περιορισμού και αποχής για τις περιόδους νηστείας, καθώς επίσης και για κάποιες συγκεκριμένες ημέρες της εβδομάδας και του χρόνου.

Ένας από τους κύριους σκοπούς αυτών των κανόνων είναι το να συνηθίζει ο νους να ελέγχει διάφορες παρορμήσεις σωματικές και ψυχικές, έτσι ώστε να επαναπροσανατολίζεται και να επανεστιάζει στην ψυχοσωματική δύναμη που οδηγεί στην πνευματική ζωή, να επιτυγχάνει δηλαδή μια κατάσταση πείνας και επιθυμίας, ώστε ο άνθρωπος να αισθάνεται την εξάρτησή του από τον Θεό και την ανάγκη που έχει για Αυτόν, και η ψυχή του να προετοιμάζεται ειρηνικά για μετάνοια και συγκέντρωση του νοός στην προσευχή.

Η κατάχρηση των νέων μέσων, η οποία έχει γίνει πλέον συνήθης, επιφέρει αποτελέσματα τα οποία είναι ακριβώς αντίθετα με αυτά που επιδιώκει η νηστεία και η αποχή, γιατί εδώ έχουμε τη μάταιη εξάντληση ενέργειας, μία διαρκή εξωστρέφεια και περισπασμό του νοός, μία αδιάκοπη εσωτερική κίνηση και θόρυβο, μία αδιάκριτη κατάληψη του χρόνου και την αδυναμία να δημιουργήσει και να διατηρήσει κανείς την εσωτερική του ηρεμία, ενώ ταυτόχρονα υπάρχει η απώλεια της προσοχής και της συγκέντρωσης που είναι απαραίτητες για την επαγρύπνηση και την προσευχή.

Θα πρέπει να τονιστεί ότι αυτές οι επιπτώσεις σχετίζονται με τη χρήση των νέων μέσων μετά από κάποιο συγκεκριμένο όριο και ανεξαρτήτως περιεχομένου. Όπως είπε ο Marshall McLuhan, ο οποίος ήταν ένας επιφανής ειδικός για τα νέα μέσα, «*το μέσο έχει μεγαλύτερο αντίκτυπο από το ίδιο το μήνυμα που μεταφέρει*», σε βαθμό που μπορούμε να πούμε ότι «*το μέσο είναι το μήνυμα*». Αυτό βεβαίως δεν θα πρέπει να μας κάνει να ξεχνούμε **το ζήτημα του περιεχομένου, το οποίο, όταν είναι κακό, καταλήγει στο να πυροδοτεί και να τρέφει τα πάθη των ανθρώπων, να αυξάνει τον βαθμό ασυμβατότητας με την ασκητική ζωή**, όπως την καταλαβαίνουμε, και να **βλάπτει ολοένα και περισσότερο την πνευματική ζωή**.

Η Εκκλησία θα πρέπει να λάβει υπ᾽ όψιν αυτές τις καινούργιες συνθήκες, οι οποίες δημιουργήθηκαν από την εποχή μας. **Θα πρέπει να θεσπίσει κατάλληλους κανόνες**, οι οποίοι θα συνοδεύουν τους κανόνες της νηστείας από τροφές και της αποχής από τη σεξουαλική δραστηριότητα, έτσι ώστε να βοηθήσουν τον σύγχρονο άνθρωπο να κάνει έναν **εθελούσιο περιορισμό**, ώστε να απελευθερωθεί από τις

έξεις και τους νέους εθισμούς του και να του δώσει τα μέσα για να βιώσει πλήρως την πνευματική ζωή που αρμόζει στη φύση του, για την αληθινή προσωπική του πρόοδο.

Θα μπορούσε να πει κανείς ότι δεν χρειαζόμαστε κανόνες συγκεκριμένους γι᾽ αυτό το θέμα, ότι αρκούν οι συστάσεις του ποιμένα, αλλά φαντάζομαι ότι θα μπορούσαμε να πούμε το ίδιο και για τη νηστεία και την αποχή από τη σεξουαλική δραστηριότητα, για τα οποία όμως η Εκκλησία έχει θεσπίσει κανόνες, και μάλιστα τους έχει διατυπώσει και σε Οικουμενικές Συνόδους. Οι κανόνες οι οποίοι διατυπώνονται επισήμως και με ακρίβεια έχουν έναν μεγαλύτερο αντίκτυπο, έχουν μια καθολικότερη αποδοχή και ως εκ τούτου είναι υποχρεωτικού χαρακτήρα, περισσότερο από μια απλή σύσταση σε ενοριακό επίπεδο, η οποία πολλές φορές δεν γίνεται καν.

Το ερώτημα που προκύπτει εδώ είναι αυτό της φύσεως της νηστείας και της αποχής.

Όπως προανέφερα, **το θέμα είναι ο περιορισμός του χρόνου κατά τον οποίον κάποιος είναι συνδεδεμένος και ο αυστηρός έλεγχος και η ρύθμιση της χρήσης και του περιεχομένου των μέσων αυτών**. Είναι πολύ σημαντικό να σταματήσει κανείς να είναι διαρκώς συνδεδεμένος και να περιορίσει τη σύνδεση σε ένα συγκεκριμένο χρονικό διάστημα της ημέρας. Πρέπει να απαλλαγούμε από μη απαραίτητα μέσα, όπως για παράδειγμα τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης (το Facebook, το Instagram, το Twitter και όλα αυτά), καθώς επίσης και να σταματήσουμε να χρησιμοποιούμε όλους τους ιστοτόπους διασκέδασης. Κάθε ιστότοπος ο οποίος αποτελεί πειρασμό ή είναι τόπος κακών συναναστροφών θα πρέπει σαφέστατα να απαγορεύεται. Επίσης αρμόζει να περιορίζει κανείς τη σύνδεσή του σε ό,τι αφορά αυστηρά την εργασία του ή τις σπουδές του.

Οι γονείς θα πρέπει να διδάξουν στα παιδιά τους, τα οποία χρησιμοποιούν αυτά τα νέα μέσα, να εφαρμόζουν και εκείνα τέτοιους περιορισμούς, εξηγώντας τους για ποιο λόγο γίνεται αυτό.

Η περίοδος της Μεγάλης Σαρακοστής και οι περίοδοι της νηστείας αποτελούν ευκαιρίες για όλους ώστε να εγκαταλείψουν τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης με τις τεχνητές και εικονικές σχέσεις, έτσι ώστε να ανακαλυφθούν εκ νέου οι βαθιές, στέρεες και πραγματικές σχέσεις με την οικογένεια και τους φίλους, έτσι ώστε να δίνεται περισσότερη προσοχή στους ανθρώπους που μας περιβάλλουν. Αυτές οι περίοδοι νηστείας αποτελούν επίσης ευκαιρία για να ανακαλύψουμε εκ νέου τη σιωπή και την απομόνωση, που είναι απαραίτητες για την άσκηση και την πρόοδο της πνευματικής ζωής.

Τώρα, εδώ ελλοχεύει κίνδυνος να προκαλέσω την οργή και την αγανάκτηση στο

πλαίσιο αυτού του συνεδρίου μιλώντας για το κατά πόσον ο κανόνας της νηστείας και της αποχής από τα νέα ψηφιακά μέσα θα πρέπει να επεκτείνεται και στους ιστοτόπους τους Ορθόδοξους επίσης. Δεν θέλω να χάσουν τη δουλειά τους πολλοί από τους μετέχοντες στο συνέδριο και, ακόμα περισσότερο, ο στόχος μου δεν είναι να περιοριστεί η παρουσία του Χριστιανικού και εκκλησιαστικού κόσμου εκεί όπου ήδη είναι πολύ περιορισμένος.

Αλλά πρώτα απ᾽ όλα θα ήθελα να τονίσω ότι κατά τη διάρκεια των περιόδων νηστείας, και ιδιαίτερα της Μεγάλης Σαρακοστής, ένας σημαντικός αριθμός Ορθόδοξων μέσων, και ιδιαίτερα αυτά που έχουν πνευματικό περιεχόμενο, αυτο-περιορίζονται, είτε δηλαδή κλείνουν τους ιστοτόπους τους για κάποια συγκεκριμένη χρονική περίοδο ή τουλάχιστον μειώνουν την παραγωγή τους.

Αυτός ο περιορισμός έχει μια αξία παραδειγματισμού και μαρτυρά με τον δικό του τρόπο την ύπαρξη αυτής καθαυτής της νηστείας και τους περιορισμούς στους οποίους μας καλεί.

Το δεύτερό μου σχόλιο, τώρα, αφορά στην ανάγνωση. Είναι αληθές ότι με έναν τρόπο πολύ θετικό τα περισσότερα Ορθόδοξα μέσα προσφέρουν πνευματικά αναγνώσματα, τουλάχιστον τμηματικά, και μερικοί ιστότοποι είναι αφιερωμένοι αποκλειστικά σε τέτοιου είδους αναγνώσματα. Επομένως, δεν υπάρχει κανένας λόγος, καταρχήν, να περιορίζεται η παραγωγή ή η επίσκεψη σε τέτοιες ιστοσελίδες και φαίνεται ότι μάλλον θα έπρεπε και να ενθαρρύνεται, στο βαθμό που οι πιστοί παροτρύνονται για περισσότερη πνευματική ανάγνωση κατά τις περιόδους της νηστείας.

Ωστόσο, θα ήθελα εδώ να τονίσω ότι οι επιστημονικές μελέτες που έχουν ασχοληθεί με τη μέθοδο της ανάγνωσης σε οθόνη δείχνουν ότι το να διαβάζει κανείς κοιτώντας μια οθόνη είναι κάτι που γίνεται ταχύτατα και επιφανειακά.

Στις οθόνες, τα κείμενα μας φαίνονται ως εικόνες. Για αυτό το λόγο, το κείμενο σε μια οθόνη γίνεται αντικείμενο ενός φευγαλέου βλέμματος, όπως γίνεται στην περίπτωση μιας εικόνας, με το μάτι συνήθως να μένει σε λίγες μόνο γραμμές.

Μια επιστημονική μελέτη ανακάλυψε ότι η συντριπτική πλειοψηφία των ανθρώπων δεν διαβάζει το κείμενο γραμμή προς γραμμή, όπως θα έκαναν σε ένα βιβλίο, αλλά μεταπηδούν γρήγορα από την κορυφή της σελίδας στο τέλος της, με μια κίνηση, η οποία ακολουθεί τη μορφή του γράμματος F: διαβάζουν τις πρώτες γραμμές, κατεβαίνουν λίγο πιο κάτω, διαβάζουν την αριστερή πλευρά ορισμένων γραμμών, μετά κατεβαίνουν ακόμα πιο κάτω στο αριστερό μέρος της σελίδας.

Μια δεύτερη επιστημονική μελέτη κατέληξε στο συμπέρασμα ότι ένας μέσος αναγνώστης του Διαδικτύου **διαβάζει περίπου μόνο το 20% του κειμένου**.

Μία τρίτη μελέτη ανακάλυψε ότι οι περισσότερες ιστοσελίδες ουσιαστικά **διαβάζονται για 10 δευτερόλεπτα το πολύ**, κάτι που δείχνει σαφώς ότι δεν διαβάζονται πραγματικά.

Η ανάγνωση σε μια οθόνη σπάνια σταματά σε λέξεις ή φράσεις. Είναι μια ανάγνωση όπου υπάρχει μικρή δυνατότητα επιστροφής στα προηγούμενα και δεν είναι καθόλου στοχαστική. **Πρόκειται για επιφανειακή ανάγνωση, η οποία σπάνια δίνει αφορμή για προσπάθεια κατανόησης και απομνημόνευσης**.

Με πολλούς τρόπους τα νέα μέσα καθιστούν τη σχέση με το κείμενο πιο ελαφριά, πιο ασταθή, πιο εύθραυστη, πιο εφήμερη.

Οι περίοδοι νηστείας μπορούν και θα έπρεπε να είναι περίοδοι κατά τις οποίες ο χρόνος και η ποιότητα της ανάγνωσης θα ανακτηθούν, εγκαταλείποντας τα ψηφιακά μέσα και προτιμώντας τα έντυπα και ιδιαίτερα τα βιβλία, για τα οποία όλες οι μελέτες δείχνουν μια πολύ πιο εποικοδομητική ανάγνωση, σε σχέση με τις οθόνες, ενώ στερούνται τα μειονεκτήματα των ψηφιακών μέσων.

Η πλήρης αποσύνδεση από τα μέσα οποιουδήποτε είδους κατά τις περιόδους της νηστείας είναι μία ιδανική λύση για να βρει κανείς την απαραίτητη *ησυχία* για την εμβάθυνση της πνευματικής ζωής, η οποία είναι ακριβώς ο κύριος στόχος της νηστείας.

Εν κατακλείδι, θα ήθελα να επισημάνω ότι πολλές ιδιωτικές κλινικές και ξενοδοχεία προσφέρουν διαμονή, μεγαλύτερης ή μικρότερης διάρκειας, με πλήρη αποσύνδεση, ξεκινώντας να χρεώνουν 1.000 ευρώ, δηλαδή περίπου 1.200 δολάρια, την εβδομάδα γι᾽ αυτό το λόγο. Η Ορθόδοξη Εκκλησία θα πρέπει επισήμως να προσφέρει αυτήν τη δυνατότητα κατά τη διάρκεια των περιόδων νηστείας ως μία εγγυημένη δωρεάν υπηρεσία, προσβάσιμη σε όλους και, μάλιστα, με ένα πνευματικό όφελος που δεν βρίσκει κανείς πουθενά αλλού. Μία από αυτές τις κλινικές που προανέφερα έχει ως διαφημιστικό σλόγκαν το «*Αποσυνδέσου για να ξανασυνδεθείς*». Η Εκκλησία λοιπόν μπορεί να υιοθετήσει αυτό το σλόγκαν και να το αλλάξει λίγο και να πει: «**Αποσυνδέσου από τα νέα μέσα για να επανασυνδεθείς με τον Θεό και Κύριό σου και τον πλησίον σου**».

Ευχαριστώ πολύ για την προσοχή σας.

(Πηγή: http://www.imglyfadas.gr/portal/gr/details.asp?cdPro={D4D1C3D1-48F6-4211-BB5B-2F8FF345025C})