

# Belső világunk

## Az információrobbanás veszélyei

Százmilliárd idegsejt összetett, a másodperc 2–3 ezredrészének gyorsaságával működő hálózata – ez az emberi agy, amelynek tárolókapacitása akár végtelen is lehet – hallhattuk nemrég a Veszprémből elszármazott Freund Tamás agykutató telt házban tartott előadásán a VEAB székházban.

**S. BONNYAI ESZTER** cikke a facebookról.

Minden, ami velünk valaha is történt, nyomot hagy, elraktározódik az agyban, de hogy abból mennyit tudunk előhívni (memória) és hasznosítani (kreativitás), jórészt azon múlik, mennyire fejlett a belső világunk, ami az érzelmeink, a motivációink és a több ezer éves kulturális örökségünk összességéből tevődik össze. Az előadás legizgalmasabb felvetése az volt, miként hat az információrobbanás az egyének belső világára, végső soron pedig a közösségek és a társadalmak működésére.

### Rendkívül káros

Az információáramlás felgyorsulása közel száz éve, a rádióval kezdődött, és mostanra olyan sebességre váltott, amihez az agyunk nem tud biológiailag adaptálódni. Az ismeretekhez való korlátlan hozzáférés ma már egy okostelefonnal is lehetséges, de ez egyúttal azt is jelenti, hogy nem marad idő és agyi kapacitás, veszélyben az igény és nincsenek meg a feltételek a belső világ impulzusainak bevonására, a klaszszikus tanulási folyamatokra.

– Rendkívül káros dologgal állunk szemben – figyelmeztetett az akadémikus –, de tehetünk ellene, hiszen a belső világ fejleszthető, gazdagítható.

*A belső világ gazdagításának ezer színtere és lehetősége van, a lényeg, hogy mindenki rátaláljon a sajátjára – állítja az agykutató*

A kutató szerint az internetfüggés az agykéreg szintjén ugyanolyan elváltozásokat okoz, mint a heroinaddikció. Jellemző tünetei vannak, így például az internet hiányától való szorongás, a teendők és kapcsolatok elhanyagolása, a világhálón töltött idő kontrolljára való képtelenség. De nem feltétlenül kell ilyen szintig eljutni. Általánosságban elmondható, hogy a belső világ kiiktatásával megszerzett ismeretdömping nem, vagy nem jól hasznosul. Nem születnek belőle eredeti gondolatok, ez sikertelenség-élményhez, frusztrációhoz, végül pedig krónikus stresszhez vezethet, ami a depresszió melegágya.

### Elmagányosodás és önzés

Egyre rosszabb hatásokkal valósul meg a kulturális örökség továbbadása is, a közösségeket az elmagányosodás és az önzés morzsolja fel. Közvetlen emberi kapcsolatainkat ugyancsak a virtuális térbe helyezzük, érzelmeinket lebutított emojikkal





**Sikeres közösséget csak sikeres egyének tudnak építeni, de úgy, hogy az egyéni boldogulás szempontjai ne kerekedjenek felül a közösségi érdekeken – mondta Freund Tamás. Fotók: a szerző**

(mosolygó, síró, csodálkozó „fejecskekkel”) közvetítjük egymás felé. Ennél még a telefon is jobb, mert ha a szemkontaktust, az érintést, a másik testének illatát nem is pótolja, az emberi hangnak van érzelmi ereje. Ha mindez hiányzik az életünkben, az lelki elsívárosodást, szellemi és fizikai leépülést, de akár személyiségtorzulást is okozhat.

Társadalmi vetületét tekintve Freund Tamás a legnagyobb veszélynek az önzést nevezte, és ezt a denevérekolóniák hasonlatával világította meg. A denevérek – mondta – 30–40 egyedet számláló közösségekben élnek, nem véletlenül. Ez az a nagyságú populáció, ami alkalmas rá, hogy fenntartsa az egymást életben tartó, a társakat is tápláló önzetlenséget, ennél nagyobb létszámnál már az önzők válnak túlélővé. Csak hogy, amint azt a nyálkás penészgombák példáján láthatjuk – mutatott rá egy újabb meghökkentő párhuzammal –, az önzés előbb-utóbb az egész gombatelepet elpusztítja. Ha van elég nedvesség, a penészgombák mindegyike zavartalanul fejlődik, de szárazság esetén az egyedek egy része feláldozza magát és szárrá alakul, hogy mások spórákká válva túlélhessék a nehéz időszakot. Közben azonban létrejönnek olyan genetikai variánsok, amelyek soha nem akarnak szárrá változni, sőt, mivel a környező sejteket erőszakos módon áldozatszerpebe kényszerítik, csak belőlük lesznek, lehetnek a spórák. Mi történik? Az önzetlenek kihalnak, és végül az egész önző gombatelep megsemmisül.

Az emberi faj egyedei 100–200 tagot számláló kisközösségekben képesek monitorozni a viszonyosságot. Nagyobb csoportokban – mint amilyenekben a XXI. század embere is

él – egyesek óhatatlanul önzővé, míg mások kihasználhatóvá, alárendeltté válnak. Mivel nálunk az önzés nem genetikai mutáció következtében alakul ki, hanem a közvetített viselkedésminták által terjed, a médiának – beleértve az internetet is – óriási szerepe és felelőssége van. Sikeres közösséget csak sikeres egyének tudnak építeni, de úgy, hogy az egyéni boldogulás szempontjai ne kerekedjenek felül a közösségi érdekeken. Ez a kettő megfér egymás mellett, mert ha mégsem, az a társadalmak összeomlásával fenyeget.

## Van kiút

Mi tehát a teendő, melyek a lehetséges kiutak az információ-robbanás okozta káoszból? A belső világunkat kell erősíteni, fejleszteni és gazdagítani. A társadalmi együttélés normáit, az erkölcsi-etikai szabályokat, az együttélési stratégiákat kell életben tartanunk és továbbadnunk az utánunk következőknek. Kisközösségekbe szerveződni, ahol másokkal együtt alkothattunk, hozhatunk létre értékeket. Hagyni magunkat megérinteni az érzelmek által, örömet, katarzist átélni. Vonzó alternatívákat kínálni a fiataloknak, hogy az internet helyett társaságba, a természetbe kíváncsok legyenek. Freund Tamásnak veszprémi gimnazista kora óta elsősorban a zene adja meg azt a forrást, amiből a belső világa táplálkozik. Ma is aktív kórustagja az Ars Nova Sacra Énekegyüttesnek, ahol minden egyes próbán átéli a közös alkotás örömét. Ám mint mondta, a belső világ gazdagításának ezer más színtere és lehetősége van, a lényeg, hogy mindenki rátaláljon a sajátjára.