

ΟΙ ΙΣΤΟΡΙΕΣ ΠΟΥ ΛΕΜΕ ΣΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΑΣ

Έχει το αισιόδοξο όραμα του Δαλάι Λάμα ελπίδα να αναστρέψει αυτή την παλίρροια αρνητισμού που ακούμε καθημερινά στις ειδήσεις;

Από την άλλη, όμως, κατά πόσο οι ειδήσεις αντικατοπτρίζουν την πραγματικότητα σε καθημερινή βάση; Μπορεί αυτή η αρνητική χροιά που αποδίδεται στα γεγονότα –ή στο τι μέλλει γενέσθαι– να οφείλεται σε μια συλλογική «μυωπία»; Ας συλλογιστούμε και πάλι αυτή τη δυσοίωση πλημμυρίδα για ένα λεπτό.

Φανταστείτε ένα κλάσμα το οποίο αντιπροσωπεύει την αναλογία καλοσύνης-βίας στον κόσμο. Στο αριθμητή βάλτε έναν αριθμό ο οποίος να αποτυπώνει κατά προσέγγιση τις πράξεις βίας που γίνονται από ανθρώπους σε όλο τον κόσμο μέσα σε μια οποιαδήποτε ημέρα – κάθε είδους πράξεις, από εκφοβισμό μέχρι φόνο.

Στον παρονομαστή βάλτε στην τύχη έναν αριθμό για τις πράξεις καλοσύνης σε οποιαδήποτε γωνιά του κόσμου την ίδια ημέρα – κάθε είδους πράξεις, από τις αναρίθμητες χειρονομίες φροντίδας των γονιών προς τα παιδιά τους μέχρι την καθημερινή ευγένεια και τη βοήθεια που προσφέρει κάποιος σε έναν συνάνθρωπό του που έχει ανάγκη. Ο παρονομαστής της καλοσύνης θα είναι πολύ μεγαλύτερος από τον αριθμητή της σκληρότητας σε οποιαδήποτε ημέρα του χρόνου.

Κι αν κοιτάξετε μόνο αυτές τις πράξεις κακίας, θα δείτε ότι μπορεί να προκύψει ένα εξίσου αποκαλυπτικό κλάσμα. Στον αριθμητή βάλτε τον ίδιο αριθμό πράξεων βίας που έχουν γίνει. Στον παρονομαστή βάλτε τον αριθμό των εξίσου σκληρών πράξεων που θα *μπορούσαν* να έχουν γίνει αλλά δεν διαπράχθηκαν: δολοφονικά ή απλώς κακά ένστικτα που δεν εκφράστηκαν, φιλονικίες ή ακόμα και καβγάδες που δεν οδήγησαν σε βία, και άλλα παρόμοια: η *δυσνητική* σκληρότητα είναι πολύ μεγαλύτερη από την επιθετικότητα που τελικά έλαβε χώρα.

Αυτό ίσως είναι δύσκολο να το φανταστούμε με δεδομένες την ανθρώπινη αναισθησία, τη διαφθορά και τη σκληρότητα με τις οποίες μας βομβαρδίζουν τα ΜΜΕ στο πλαίσιο της καθημερινής μας ενημέ-

ρωσης. Οι ειδήσεις ασχολούνται με τις λίγες αρνητικές πράξεις και αγνοούν τις πολύ περισσότερες πράξεις καλοσύνης που πραγματοποιούνται ευρύτερα στον κόσμο.

Αλλά το γεγονός ότι τα ΜΜΕ επικεντρώνονται στα «στραβά» του κόσμου, αντί για τα καλά του, είναι ένα από τα επακόλουθα της πολυετούς λειτουργίας της ίδιας της ενημέρωσης: είναι μια πρακτική που επιδιώκει να στρέψει την προσοχή μας σε αυτά που χρειάζονται διόρθωση, σε αυτά που ίσως είναι επικίνδυνα ή σε απειλές που είναι αρκετά πιθανές. Οι ειδήσεις δημιουργούνται από τα πράγματα που πάνε άσχημα· τα καλά γεγονότα δεν αποτελούν ειδήσεις. Αυτή η οπτική τού «τι συνιστά είδηση» αναπόφευκτα διαστρεβλώνει την εικόνα, αντιστρέφοντας την αναλογία καλοσύνης-βίας.

Κάτι παρόμοιο συντελείται και στο μυαλό μας. Οι περισσότερες από τις πληροφορίες που λαμβάνουμε δεν γίνονται ποτέ κτήμα της επίγνωσής μας. Και από τη μικρή ποσότητα των πληροφοριών που αντιλαμβανόμαστε, ένα σημαντικό κομμάτι τους αφορά προβλήματα, λάθη ή απειλές – έτσι ώστε να βρούμε λύσεις, να κάνουμε διορθώσεις ή να προετοιμαστούμε καλύτερα.

Όπως μας πληροφορεί η γνωστική επιστήμη, μια βασική λειτουργία της επίγνωσης είναι να παρατηρεί και να διορθώνει τέτοια «πήγαινε-έλα» στη ζωή μας. Όταν τα πράγματα πάνε καλά, δεν χρειάζεται να τους δώσουμε ιδιαίτερη προσοχή. Το μυαλό συνηθίζει στο καθημερινό και τετριμμένο, και λειτουργεί έτσι ώστε να μην συνειδητοποιούμε τη ρουτίνα και το οικείο.

Με αυτό τον τρόπο το μυαλό εξοικονομεί γλυκόζη, που είναι η πηγή της ενέργειάς του, κάνει όμως σχεδόν αόρατα και τα περισσότερα καλά στην προσωπική μας ζωή. Παρόμοια, σε συλλογικό επίπεδο, οι επικεφαλίδες προβάλλουν συνήθως το επιλεγμένο κομμάτι των πραγμάτων που πάνε στραβά.

«Πάντα λέω στους ανθρώπους των ΜΜΕ ότι φέρουν κάποια ευθύνη», είπε ο Δαλάι Λάμα. «Επικεντρώνονται στα αρνητικά, τα οποία προκαλούν αίσθηση, ενώ θεωρούν δεδομένα τα θετικά. Μπορεί λοιπόν να

καταλάβει κανείς γιατί οι άνθρωποι που ακούν συνεχώς δυσάρεστα νέα θα αναπτύξουν την αντίληψη ότι η ανθρώπινη φύση είναι κατά βάση αρνητική – οπότε το μέλλον της ανθρωπότητας είναι καταδικασμένο.

«Παρ’ όλα αυτά, αν δούμε την κατάσταση όπως πραγματικά είναι», παρατήρησε, «θα διαπιστώσουμε ότι οι πράξεις της συμπόνιας είναι πολύ, μα πάρα πολύ περισσότερες από αυτές του θυμού».

Η συνταγή του στο σημείο αυτό με εξέπληξε. Αντί να πει απλώς ότι τα ΜΜΕ θα πρέπει να αλλάξουν την αναλογία καλών-κακών νέων προς όφελος των καλών, ο Δαλάι Λάμα πρότεινε κάτι άλλο.

«Λέω στους ανθρώπους των μέσων ενημέρωσης ότι σε αυτούς τους σύγχρονους καιρούς έχουν την ιδιαίτερη ευθύνη να καλλιεργούν στους ανθρώπους την επίγνωση· όχι απλώς να ενημερώνουν για τα κακά νέα, αλλά να φέρνουν την ελπίδα».

«Πρέπει να αναφέρεις τα δυσάρεστα νέα, αλλά την ίδια στιγμή θα πρέπει να δείχνεις ότι τα πράγματα είναι δυνατόν να αλλάξουν ή να ξεπεραστούν. Αλλιώς, όλες αυτές οι πολύ αρνητικές αναφορές γίνονται δυσβάσταχτες και αποθαρρυντικές».

«Πρέπει να μιλάτε ανοιχτά», συμβούλευσε και πρόσθεσε ότι «οι άνθρωποι των μέσων ενημέρωσης θα πρέπει να είναι πιο σοβαροί – να μην προβάλλουν μόνο διαφημίσεις ή εικόνες ωραίων κοριτσιών, να μην ασχολούνται μόνο με φόνους και σκάνδαλα και με όλα αυτά τα αρνητικά συμβάντα, αλλά να παρουσιάζουν σοβαρά θέματα».

Ως δημοσιογράφος και ο ίδιος, έκανα τη σκέψη ότι παρόλο που αυτή η άποψη μου φαίνεται ελκυστική, μάλλον δεν υπάρχουν πολλοί στο ειδησεογραφικό κομμάτι των ΜΜΕ που θα υιοθετούσαν μια τέτοια αλλαγή (για να είμαι δίκαιος, κάποιες λίγες πηγές ενημέρωσης κάνουν ήδη κάτι τέτοιο και πιθανώς μερικοί να ενστερνιστούν επίσης αυτή την πρακτική).

«Να προβάλλετε τη θετική πλευρά, να προτείνετε λύσεις», επέμεινε. Να λέτε, για παράδειγμα, «έχουμε αυτό το περιβαλλοντικό πρόβλημα, αλλά ιδού τι μπορούμε να κάνουμε για να το προλάβουμε, αντί τα πράγματα να παραμένουν ως έχουν». Αν ακούν μόνο την αρνητι-

κή πλευρά, οι άνθρωποι νιώθουν αβοήθητοι. Ο Δαλάι Λάμα προτείνει να τους ενισχύσουμε το αφήγημα «Έχουμε την ικανότητα να αλλάξουμε». Αυτό θα τους κινητοποιήσει.

ΣΚΕΠΤΟΜΕΝΟΙ ΜΕ ΝΕΟΥΣ ΤΡΟΠΟΥΣ

Ο Δαλάι Λάμα θυμάται μια συζήτηση το 1973 με κάποιους καθηγητές στην Αγγλία, οι οποίοι του μίλησαν για τις τεράστιες διαφορές ανάμεσα στους πλουσιότερους και τους φτωχότερους ανθρώπους του κόσμου, κυρίως στον εκβιομηχανισμένο «Βορρά» έναντι του αγροτικού «Νότου». Ακόμα και τότε εκείνοι οι καθηγητές αναρωτιόνταν αν υπάρχουν αρκετοί πόροι για όλους.

Στις μέρες μας, με τη ραγδαία αύξηση του βιοτικού επιπέδου σε ορισμένες παλαιότερα φτωχές χώρες –όπως η Κίνα, η Ινδία και η Βραζιλία– και με την πρόβλεψη ότι έως το τέλος αυτού του αιώνα ο πληθυσμός στον πλανήτη θα φτάσει τα δέκα δισεκατομμύρια, το ζήτημα της ανεπάρκειας των πόρων γίνεται ακόμα πιο δυσοίωνα.

«Δεν πρέπει να λέμε: “Ε, καλά, έως τώρα τα πράγματα είχαν έτσι, άρα αν παραμείνουν έτσι, δεν υπάρχει πρόβλημα”. Αυτό είναι λάθος! Ο πληθυσμός αυξάνεται, οι μαζικές καταστροφές πληθαίνουν, ο πλανήτης υπερθερμαίνεται και την ίδια στιγμή τα αποθέματα μειώνονται διαρκώς. Είναι σίγουρο ότι θα εμφανίζονται όλο και περισσότερα προβλήματα, μαζί και πιθανές συγκρούσεις για την οικονομία ή για τον έλεγχο σημαντικών πόρων», που θα υποκινηθούν από την ιδιοτέλεια των δυνάμεων της Δύσης, της Ρωσίας και της Κίνας.

Εκτός των παραπάνω, βλέποντας τις όλο και πιο πολλές σημαντικές φυσικές καταστροφές (ή τουλάχιστον τη μεγαλύτερη παγκόσμια αντίληψη σχετικά με αυτές), ο Δαλάι Λάμα έκανε την εξής παρατήρηση: «Η Φύση μοιάζει να μας λέει ότι τώρα ο κόσμος χρειάζεται ευρύτερη συνεργασία».

«Πρέπει να σκεφτούμε το θέμα σοβαρά», προειδοποιεί. «Τώρα είναι