

TECNOLOGÍAS DIGITALES Y VIDA CRISTIANA



WWW.OPUSDEI.ORG

TECNOLOGÍAS DIGITALES Y VIDA CRISTIANA

J. C. Váscquez y R. Valdés

© 2015 Oficina de Información
del Opus Dei

www.opusdei.org

Índice

Introducción.

1. Nuevas tecnologías y coherencia cristiana.
2. Cultivar la interioridad en la era digital.
3. Del contacto virtual a las relaciones personales.
4. Educar en las nuevas tecnologías.
5. Cómo navegar de manera segura en los océanos digitales.

Compartir...

Introducción

La vida actual está marcada por las tecnologías de comunicación, que rápidamente se han propagado en todos los ámbitos: el trabajo, las relaciones personales, el hogar, el entretenimiento, etc. Junto a un gran número de efectos positivos, este fenómeno también presenta retos. Por esto, es oportuno reflexionar sobre cómo estas tecnologías nos afectan en la vida diaria, cómo cambian nuestro trato con los demás y, por supuesto, cómo influyen en nuestra relación personal con Dios.

Recientemente, el Papa Francisco ha dicho: «hoy, los medios de comunicación más modernos, que son irrenunciables sobre todo para los más jóvenes, pueden tanto obstaculizar como ayudar a la comunicación en la familia y entre familias»*. Se impone, por tanto, la necesidad de aprender a utilizar los instrumentos de comunicación, para que realmente sean medios que unan a las personas, y no obstáculos que las separen y lleven al aislamiento. Es una tarea que no puede reducirse al seguimiento de unas reglas, sino que implica el desarrollo de actitudes personales y hábitos positivos: se trata, en definitiva, de aprender a vivir las virtudes en el mundo digital.

Este *ebook* desea ofrecer algunas reflexiones y varias pautas de acción. Los tres primeros artículos plantean algunas ideas sobre cómo desenvolvemos en el universo de internet, mientras que los dos últimos se dirigen más a padres y educadores, con sugerencias para la formación cristiana en virtudes.

JUAN CARLOS VÁSQUEZ – RODOLFO VALDÉS
FEBRERO DE 2015

* Francisco, *Mensaje para la XLIX jornada mundial de las comunicaciones sociales*, “Comunicar la familia: ambiente privilegiado del encuentro en la gratuidad del amor”, Vaticano, 23 de enero de 2015.

[Volver al índice](#)

Nuevas tecnologías y coherencia cristiana

En este artículo se anima a desarrollar un estilo “virtuoso” de utilizar las tecnologías móviles, para que sean instrumentos útiles que acompañen al cristiano en su vida diaria.

La tecnología está cada vez más presente en el día a día de gran parte de la humanidad. El fácil acceso a teléfonos móviles y computadoras, unido a la dimensión global y a la presencia capilar de Internet, han multiplicado los medios para enviar instantáneamente palabras e imágenes a grandes distancias en pocos segundos.

De esta nueva cultura de comunicación se derivan muchos beneficios: las familias pueden permanecer en mayor contacto aunque sus miembros estén muy lejos unos de otros; los estudiantes e investigadores tienen acceso fácil e inmediato a documentos, fuentes y novedades científicas; por fin, la naturaleza interactiva de los nuevos medios facilita formas más dinámicas de aprendizaje y de comunicación que contribuyen al progreso social¹.

Se puede afirmar que, además del entorno físico en el que se desarrollan nuestras vidas, actualmente existe también un *ambiente digital*, que no se puede considerar ya simplemente **un mundo paralelo o puramente virtual, sino que forma parte de la realidad cotidiana de muchos, especialmente de los más jóvenes**².

LA UNIDAD DE VIDA EN EL AMBIENTE DIGITAL

Las nuevas tecnologías son fuente de grandes posibilidades. Amplían el conocimiento sobre distintos temas –noticias, métodos de trabajo, oportunidades de negocio, etc.–, de modo que se abren muchas opciones para la persona que debe decidir sobre variadas cuestiones; contribuyen a que la información se procese y actualice con rapidez, se difunda por el

globo con facilidad, y esté disponible en cualquier sitio, quizás en el teléfono móvil que tenemos en la palma de la mano.

Para el cristiano, todas estas nuevas posibilidades se enmarcan en un ejercicio positivo de la propia libertad, que se configura así como «una fuerza de crecimiento y de maduración en la verdad y la bondad»³. Este ejercicio virtuoso lleva a actuar conforme a lo que cada uno es, con la autenticidad del que sigue ***una única vida, hecha de carne y espíritu, y ésta es la que tiene que ser –en el alma y en el cuerpo– santa y llena de Dios***⁴.

La llamada a la santidad da sentido a todas las obras de los bautizados y las unifica. Señala san Josemaría: ***No soportamos los cristianos una doble vida: mantenemos una unidad de vida, sencilla y fuerte en la que se funden y compenetran todas nuestras acciones***⁵. No tenemos un modo de actuar en el “mundo virtual” y otro en el “mundo real”. La unidad de vida empuja a presentarse y moverse en el *ambiente digital* de un modo coherente a la situación personal, empleando todas las posibilidades para cumplir mejor los deberes cotidianos con la familia, la empresa y la sociedad.

Por esto, cada uno ha de saber llevar consigo su propia identidad, que es una identidad cristiana, a los ambientes digitales⁶. Por otro lado, precisamente porque las nuevas tecnologías permiten obrar con cierto anonimato, e incluso crear identidades falsas, cabe el riesgo de transformarlas en un “refugio” que distrae de afrontar la innegable realidad que tenemos frente a nosotros: ***Dejaos, pues, de sueños, de falsos idealismos, de fantasías, de eso que suelo llamar mística ojilatera –¡ojalá no me hubiera casado, ojalá no tuviera esta profesión, ojalá tuviera más salud, ojalá fuera joven, ojalá fuera viejo!...–, y ateneos, en cambio, sobriamente, a la realidad más material e inmediata, que es donde está el Señor***⁷.

El ambiente de lo digital se configura hoy en día como una “extensión” de la propia vida cotidiana, y será lógico que sea también un lugar de búsqueda de la santidad y de apostolado, pues también influimos en los demás al actuar en la red. Esto es especialmente importante para quienes, quizá por su cargo o posición, cuentan con cierto ascendiente sobre otros: por ejemplo, los padres de familia, profesores, dirigentes, etc.

Desenvolverse con autenticidad cristiana implica para el cristiano

obrar ***de tal manera que quienes le traten perciban el bonus odor Christi (cfr. 2 Cor 2, 15), el buen olor de Cristo***⁸ de tal modo que ***a través de las acciones del discípulo, pueda descubrirse el rostro del Maestro***⁹: también en el entorno digital.

VIVIR LAS VIRTUDES Y SER *ALMAS DE CRITERIO*

Evidentemente, el uso de las nuevas tecnologías depende de la situación de cada persona (edad, profesión, entorno social), de sus posibilidades y conocimientos. No todos están llamados a usarlas, y no por esto se verán con recelo. Cabría comparar las habilidades informáticas con conducir un coche: aunque no es indispensable que todos sepan hacerlo, sí es muy útil que algunos cuenten con esta destreza.

En este sentido, se han ido desarrollando ciertas habilidades específicas y modos adecuados de comportamiento para *transitar* en el *ambiente digital*. De hecho, en varios sitios se está creando una legislación sobre el uso de los medios informáticos, en vista de la repercusión que tienen en el bien común. Contribuyen al bien integral de la persona cuando facilitan el despliegue de las virtudes cristianas y el respeto de la ley moral. Así, progreso técnico y formación ética irán a la par, de modo que seamos *fortalecidos en el hombre interior*¹⁰, que se caracteriza por utilizar dichos medios con libertad y responsabilidad.

Para gestionar con prudencia las nuevas tecnologías, además de contar con un mínimo de conocimientos técnicos, es necesario discernir sus posibilidades y los riesgos que conllevan. Esto implica tener presente, por ejemplo, que todo lo que se hace en la red (escribir un correo electrónico, hacer una llamada telefónica, enviar un *sms*, colgar un *post*, etc.), no es algo completamente privado; otros pueden leer, copiar o alterar esos contenidos, y puede ser que nunca conozcamos quiénes lo hicieron ni cuándo.

Adicionalmente, será necesario que el usuario fomente una actitud reflexiva para utilizar con eficacia las numerosas posibilidades informáticas que se le presentan. Con frecuencia, al imperativo ético “si debes, puedes”, los intereses comerciales proponen lo opuesto: “si puedes, debes”. La prudencia lleva a relativizar el sentido de urgencia con que a veces se nos presentan algunas noticias u ofertas comerciales, y a tomar el tiempo necesario para que las decisiones en el “mundo virtual”

correspondan a las necesidades reales. Se trata, en el fondo, de procurar el crecimiento en el *ser*, y no solo en el *tener*, pues también a los recursos informáticos se aplica aquella advertencia de Jesucristo: *¿de qué le sirve al hombre haber ganado el mundo entero si se destruye a sí mismo o se pierde?*¹¹

En cierto sentido, las nuevas tecnologías regalan *mundos* de información, noticias, contactos, y cada uno tendrá que reflexionar sobre cómo, en sus circunstancias, puede servirse de estos recursos de una manera positiva, sin que su uso le haga perder el dominio de las propias acciones. En cualquier caso, hay que desechar aquella **idea de la autosuficiencia de la técnica, cuando el hombre se pregunta sólo por el cómo, en vez de considerar los porqués que lo impulsan a actuar**¹².

Sin embargo, no bastaría con seguir una “lista de reglas” o de “criterios” que probablemente quedaría superada al poco tiempo, en un ámbito en continua evolución. Son útiles tales reglas, pero el ideal es conseguir que el uso de las nuevas tecnologías redunde en la mejora integral de la persona.

Por esto, resulta más importante –y es más atractivo– centrar los esfuerzos en adquirir buenos hábitos: en definitiva, virtudes. Quien ha desarrollado un “estilo” virtuoso de utilizar los aparatos electrónicos y las redes, sabe adaptarse con facilidad a los cambios, y discernir las ventajas y riesgos de los avances informáticos a la luz de su vocación cristiana. Retomando unas palabras de san Josemaría, podríamos decir que también aquí el ideal es convertirse en un ***alma de criterio***¹³.

UN NUEVO CAMPO PARA LA FORMACIÓN

De ordinario, no se aprende a conducir un coche solo: es necesario pasar tiempo con algún familiar o instructor, que da consejos y señala los peligros en la carretera. Algo similar ocurre en el uso de las nuevas tecnologías: notamos la importancia del acompañamiento de los demás, especialmente si quien empieza a utilizarlas es joven. Es deseable que adquiera cierta independencia –como el conductor, que algún día tendrá que moverse solo en el coche–, y para eso hace falta una auténtica labor educativa: **Vivimos en una sociedad de la información que nos satura indiscriminadamente de datos, todos en el mismo nivel,**

y termina llevándonos a una tremenda superficialidad a la hora de plantear las cuestiones morales. Por consiguiente, se vuelve necesaria una educación que enseñe a pensar críticamente y que ofrezca un camino de maduración en valores¹⁴.

Es lógico, por lo tanto, que en los distintos centros educativos se preste creciente atención a la formación en el uso virtuoso de los medios informáticos. Esta tarea no se limita a alcanzar la simple “alfabetización tecnológica” o dar los últimos avances, sino que mirará a que los chicos desarrollen esos hábitos morales para que los utilicen con criterio, aprovechando el tiempo.

La formación no termina con la juventud: en todas las edades será natural apoyarse en el consejo de gente con mayor experiencia, familiares y amigos. Después de todo, estamos ante una “extensión de la vida cotidiana”, que compartimos con las demás personas. Por ejemplo, muchos encuentran en la dirección espiritual personal un buen momento para estudiar juntos los horarios en que se utiliza internet o las redes sociales, cómo enfocar algún problema o malentendido que haya surgido al emplearlos, qué iniciativas apostólicas se podrían hacer en ese campo.

En los siguientes editoriales trataremos en profundidad sobre el empleo virtuoso de las nuevas tecnologías. Se abordarán hábitos y actitudes que, por el carácter de estos medios, son especialmente oportunos: templanza, estudio, recogimiento. Además, como muchas relaciones personales hoy pasan habitualmente por el *ambiente digital*, también se prestará atención a las virtudes más relacionadas con la sociabilidad, que permiten cumplir la meta que san Pedro señala a los cristianos de estar *siempre dispuestos a dar respuesta a todo el que os pida razón de vuestra esperanza*¹⁵.

J.C. VÁSQUEZ – R. VALDÉS

¹ Cfr. Benedicto XVI, *Mensaje para la XLIII Jornada mundial de las comunicaciones sociales*, “Nuevas tecnologías, nuevas relaciones”, 24 de mayo de 2009.

² Benedicto XVI, *Mensaje para la XLVII Jornada mundial de las comunicaciones sociales*, “Redes Sociales: portales de verdad y de fe; nuevos espacios para la evangelización”, 24 de enero de 2013.

- 3 *Catecismo de la Iglesia Católica*, n. 1731.
- 4 *Conversaciones*, n. 114.
- 5 *Es Cristo que pasa*, n. 126.
- 6 Cfr. Francisco, Discurso al Consejo Pontificio para las Comunicaciones Sociales, 21 de septiembre de 2013, n. 2.
- 7 *Conversaciones*, n. 116.
- 8 *Es Cristo que pasa*, 105.
- 9 *Ibid.*
- 10 *Ef* 3,16.
- 11 *Lc* 9,25.
- 12 Benedicto XVI, Enc. *Caritas in veritate*, 29 de junio de 2009, n. 70.
- 13 *Camino*, Al lector.
- 14 Francisco, Ex. Ap. *Evangelii gaudium*, 24 de noviembre de 2013, n. 64.
- 15 *1 P* 3,15.

[Volver al índice](#)

Cultivar la interioridad en la era digital

Llamadas, mensajes, tweets, alertas... teléfonos y ordenadores han cambiado nuestro acceso a la realidad. ¿Cómo lograr que sean una ayuda para nuestra vida ordinaria al servicio de Dios y de los demás?

Las nuevas tecnologías han aumentado el volumen de información que recibimos en cada instante, y quizás hoy ya no nos sorprenda que nos lleguen en tiempo real las noticias de sitios lejanos. Estar enterado y tener datos de lo que sucede es progresivamente más fácil. Surgen, quizá, nuevos retos, y en particular este: ¿cómo gestionar los recursos informáticos?

El aumento de la información disponible impone a cada uno de nosotros la necesidad de cultivar una actitud reflexiva. Es decir, la capacidad de discernir los datos que son valiosos de los que no lo son. A veces es complicado, pues **la velocidad con la que se suceden las informaciones supera nuestra capacidad de reflexión y de juicio, y no permite una expresión mesurada y correcta de uno mismo**¹. Si a lo anterior se suma que las tecnologías de comunicación nos ofrecen una gran cantidad de estímulos que reclaman nuestra atención (mensajes de texto, imágenes, música), es evidente el riesgo de acostumbrarse a responder a estos inmediatamente, sin tener en cuenta la actividad que estábamos realizando en ese momento.

El silencio forma parte del proceso comunicativo, al abrir momentos de reflexión que permitirán asimilar lo que se percibe y dar una respuesta adecuada al interlocutor: **Escuchamos y nos conocemos mejor a nosotros mismos; nace y se profundiza el pensamiento, comprendemos con mayor claridad lo que queremos decir o lo que esperamos del otro; elegimos cómo expresarnos**².

En la vida cristiana, el silencio juega un papel importantísimo, pues es condición para cultivar una interioridad que permite oír la voz del Espíritu Santo y secundar sus mociones. San Josemaría relacionaba al silencio, la fecundidad y la eficacia³, y el Papa Francisco ha pedido oraciones **para que los hombres y mujeres de nuestro tiempo, a menudo abrumados por el bullicio, redescubran el valor del silencio y sepan escuchar a Dios y a los hermanos**⁴. ¿Cómo conseguir esta interioridad, en un ambiente marcado por las nuevas tecnologías?

LA VIRTUD DE LA TEMPLANZA, UNA ALIADA

Señala san Josemaría una experiencia con la que es fácil identificarse: ***“Me bullen en la cabeza los asuntos en los momentos más inoportunos...”***, dices. ***Por eso te he recomendado que trates de lograr unos tiempos de silencio interior,... y la guarda de los sentidos externos e internos***⁵. Para alcanzar un recogimiento que lleve a meter las potencias en la tarea que realizamos, y así poder santificarla, es preciso ejercitarse en la guarda de los sentidos. Y esto se aplica de modo especial al uso de los recursos informáticos, que –como todos los bienes materiales– se deben emplear con moderación.

La virtud de la templanza es una aliada para conservar la libertad interior al moverse por los ambientes digitales. ***Templanza es señorío***⁶, porque ordena nuestras inclinaciones hacia el bien en el uso de los instrumentos con los que contamos. Lleva a obrar de manera que se empleen rectamente las cosas, porque se les da su justo valor, de acuerdo con la dignidad de hijos de Dios.

Si queremos acertar en la elección de aparatos electrónicos, la contratación de servicios, o incluso al usar un recurso informático gratuito, resulta lógico que consideremos su atractivo o utilidad, pero también si aquello corresponde con un estilo templado de vivir: ¿Esto me llevará a aprovechar más el tiempo, o me procurará distracciones inoportunas? ¿las funcionalidades adicionales justifican una nueva compra, o es posible seguir utilizando el aparato que ya tengo?

El ideal de la santidad implica ir más allá de lo que es meramente lícito –*si se puede...*–, para preguntarse: *esto, ¿me acercará más a Dios?* Da mucha luz aquella respuesta de san Pablo a los de Corinto: *«Todo me*

*es lícito». Pero no todo conviene. «Todo me es lícito». Pero no me dejaré dominar por nada⁷. Esta afirmación de autodomínio del Apóstol cobra nueva actualidad, cuando consideramos algunos productos o servicios informáticos que, al procurar una *recompensa* inmediata o relativamente rápida, estimulan la repetición. Saber poner un límite a su uso evitará fenómenos como la ansiedad o, en casos extremos, una especie de dependencia. Nos puede servir en este campo aquel breve consejo: ***Acostúmbrate a decir que no⁸***, detrás del cual se encuentra una llamada a luchar con sentido positivo, como el mismo san Josemaría explicaba: ***Porque de esta victoria interna sale la paz para nuestro corazón, y la paz que llevamos a nuestros hogares – cada uno, al vuestro–, y la paz que llevamos a la sociedad y al mundo entero⁹***.*

El uso de las nuevas tecnologías dependerá de las circunstancias y necesidades propias. Por eso, en este ámbito cada uno –ayudado por el consejo de los demás– debe encontrar su medida. Cabe siempre preguntarse si el uso es templado. Los mensajes, por ejemplo, pueden ser útiles para manifestar cercanía a un amigo, pero si fueran tan numerosos que acarrearán interrupciones continuas en el trabajo o el estudio, probablemente estaríamos cayendo en la banalidad y la pérdida de tiempo. En este caso, el autodomínio nos ayudará a vencer la impaciencia y a dejar la respuesta para más tarde, de modo que podamos emplearnos en una actividad que exigía concentración, o simplemente prestar atención a una persona con la que estábamos conversando.

Ciertas actitudes ayudan a vivir la templanza en este ámbito. Por ejemplo, conectar el acceso a las redes a partir de una hora determinada, fijar un número de veces al día para mirar la cuenta de una red social o para comprobar el correo electrónico, desconectar los dispositivos por la noche, evitar su uso durante las comidas y en los momentos de mayor recogimiento, como son los días dedicados a un retiro espiritual. Internet se puede consultar en momentos y lugares apropiados, de modo que uno no se ponga en una situación de navegar por la web sin un objetivo concreto, con el riesgo de toparse con contenidos que contradicen un planteamiento cristiano de la vida, o al menos perder el tiempo con trivialidades.

El convencimiento de que nuestras aspiraciones más altas están más allá de las satisfacciones rápidas que nos podría dar un *clic*, da sentido al

esfuerzo por vivir la templanza. A través de esta virtud, se forja una personalidad sólida y ***la vida recobra entonces los matices que la destemplanza difumina; se está en condiciones de preocuparse de los demás, de compartir lo propio con todos, de dedicarse a tareas grandes***¹⁰.

EL VALOR DEL ESTUDIO

El hábito del estudio, que ordena el afán de conocer hacia metas nobles, suele relacionarse a la templanza. Santo Tomás caracteriza la virtud de la *studiositas* como un «cierto entusiasmante interés por adquirir el conocimiento de las cosas»¹¹, que implica la superación de la comodidad y la pereza. Cuanto más intensamente la mente se aplique a algo gracias a haberlo conocido, tanto más se desarrolla regularmente su deseo de aprender y saber.

El afán de saber es enriquecedor cuando se pone al servicio de los demás, y contribuye a fomentar un recto amor al mundo, que nos impulsa a seguir la evolución de las realidades culturales y sociales en las que nos movemos y que queremos llevar a Dios. Pero esto es distinto del vivir abocado hacia fuera, dominado por una curiosidad que se manifestaría, por ejemplo, en el ansia de estar informados de todo o de no querer perderse nada. Esa actitud desordenada acabaría conduciendo a la superficialidad, a la dispersión intelectual, a la dificultad para cultivar el trato con Dios, a la pérdida del afán apostólico.

Las nuevas tecnologías, al ampliar las fuentes de información disponibles, son una ayuda valiosa en el estudio de asuntos tan variados como un proyecto académico de investigación, la elección de un sitio para las vacaciones familiares, etc. Sin embargo, también existen varias formas de desorden del apetito o deseo de conocimiento: una persona puede abandonar un determinado estudio que constituye para ella una obligación, y comenzar «otra investigación menos beneficiosa»¹². Por ejemplo, cuando la atención se centra en la respuesta a un mensaje o a la última actualización, en lugar de concentrarse en el estudio o el trabajo.

La curiosidad desmedida, que santo Tomás caracterizaba como una «inquietud errante del espíritu»¹³, puede conducir a la acidia: una tristeza del corazón, una pesadez del alma que no consigue responder a su vocación que exige poner atención y esfuerzo en el trato con el prójimo

y con Dios. La acidia es compatible con una cierta agitación de la mente y el cuerpo, pero que solo refleja la inestabilidad interior. Por el otro lado, el hábito del estudio mantiene el vigor a la hora de trabajar y relacionarse con los demás, da eficacia al tiempo que empleamos e incluso ayuda a encontrar gusto a las actividades que exigen un esfuerzo mental.

PROTEGER LOS TIEMPOS DE SILENCIO

La templanza allana el camino hacia la santidad, pues construye un orden interior que permite emplear la inteligencia y la voluntad en lo que se trae entre manos: **¿Quieres de verdad ser santo? –Cumple el pequeño deber de cada momento: haz lo que debes y está en lo que haces**¹⁴. Para recibir la gracia divina, para crecer en santidad, el cristiano ha de meterse en la actividad que es su materia de santificación.

¿Las nuevas tecnologías favorecen la superficialidad? Dependerá, sin duda, del modo en que se utilicen. Sin embargo, hay que estar prevenidos contra la disipación: **–Dejas que se abreven tus sentidos y potencias en cualquier charca. –Así andas tú luego: sin fijeza, esparcida la atención, dormida la voluntad y despierta la concupiscencia**¹⁵.

Evidentemente, cuando se cede a la disipación por un empleo desordenado del teléfono o de internet, la vida de oración encuentra obstáculos para su desarrollo. No obstante, el espíritu cristiano lleva a conservar la calma mientras uno se mueve con soltura en las diversas circunstancias de la vida moderna: **Los hijos de Dios hemos de ser contemplativos: personas que, en medio del fragor de la muchedumbre, sabemos encontrar el silencio del alma en coloquio permanente con el Señor**¹⁶.

San Josemaría señalaba que **el silencio es como el portero de la vida interior**¹⁷, y en esta línea animaba a los fieles que viven en medio del mundo a tener momentos de mayor recogimiento, compatibles con un trabajo intenso. Especial importancia daba a la preparación de la Santa Misa. En un ambiente permeado por las nuevas tecnologías, los cristianos saben encontrar tiempos para el trato con Dios, donde se recogen los sentidos, la imaginación, la inteligencia, la voluntad. Como el profeta Elías, descubrimos al Señor no en el ruido de los elementos y el ambiente, sino **en un susurro de brisa suave**¹⁸.

El recogimiento que abre espacio al coloquio con Jesucristo exige dejar en un segundo plano otras actividades que reclaman nuestra atención. La oración pide desconectarse de lo que nos pueda distraer, y con frecuencia será oportuno que la desconexión sea física: desactivando las notificaciones de un dispositivo, cerrando los programas en ejecución o, eventualmente, apagándolo. Es el momento de dirigir la mirada al Señor, y dejar en sus manos el resto.

Por otro lado, el silencio lleva a ser atento con los demás y refuerza la fraternidad, para descubrir **personas que necesitan ayuda, caridad y cariño**¹⁹. En una época donde contamos con recursos tecnológicos que parecen empujarnos a llenar todo nuestro día de iniciativas, de actividades, de ruido, es bueno hacer silencio fuera y dentro de nosotros. En este sentido, al reflexionar sobre el papel de los medios de comunicación en la cultura actual, el Papa Francisco ha invitado a **recuperar un cierto sentido de lentitud y de calma. Esto requiere tiempo y capacidad de guardar silencio para escuchar. (...) Si tenemos el genuino deseo de escuchar a los otros, entonces aprenderemos a mirar el mundo con ojos distintos y a apreciar la experiencia humana tal y como se manifiesta en las distintas culturas y tradiciones**²⁰. El esfuerzo por formar una actitud personal de escucha, y la promoción de espacios de silencio, nos abre a los demás, y de modo especial, a la acción de Dios en nuestras almas y en el mundo.

J.C. VÁSQUEZ – R. VALDÉS

¹ Francisco, *Mensaje para la Jornada mundial de las comunicaciones sociales*, 24-I-2014.

² Benedicto XVI, *Mensaje para la Jornada mundial de las comunicaciones sociales*, 24-I-2012.

³ Cfr. *Surco*, nn. 300 y 530.

⁴ Francisco, *Intención general para el apostolado de la oración para septiembre de 2013*.

⁵ *Surco*, n. 670.

⁶ *Amigos de Dios*, n. 84.

⁷ 1 Cor 6, 12.

- 8 *Camino*, n. 5.
- 9 San Josemaría, Apuntes tomados en una tertulia, 28-X-1972.
- 10 *Amigos de Dios*, n. 84.
- 11 Santo Tomás, *S. Th.* II-II, q. 166, a. 2 ad 3.
- 12 Santo Tomás, *S. Th.* II-II, q. 167, a. 1 resp.
- 13 Santo Tomás, *De Malo*, q. 11, a. 4.
- 14 *Camino*, n. 815.
- 15 *Ibid.*, n. 375.
- 16 *Forja*, n. 738.
- 17 *Camino*, n. 281.
- 18 Cfr. 1 *Re* 19, 11-13.
- 19 *Conversaciones*, n. 96.
- 20 Francisco, *Mensaje para la XLVIII Jornada mundial de las comunicaciones sociales*, 24 de enero de 2014.

[Volver al índice](#)

Del contacto virtual a las relaciones personales

El uso de las redes sociales y otros canales es positivo si facilita una comunicación verdaderamente humana.

¿Qué hacer para alcanzar la bienaventuranza? El Evangelio de san Lucas recoge esta pregunta, que dirigió un doctor de la Ley a Jesucristo¹. Nuestro Señor invitó a su interlocutor a que se fijara en lo que decían las Escrituras, donde se encuentra el mandamiento del amor a Dios y al prójimo. *Pero él, queriendo justificarse, le dijo a Jesús: —¿Y quién es mi prójimo?*² El Maestro respondió con la parábola del buen samaritano, que, traída ahora a nuestra consideración, puede ayudarnos a ensanchar el horizonte de las relaciones personales, como hizo Jesús con aquel doctor de la Ley, para incluir a todos los hombres, sin distinción de clases o procedencias.

Ser sinceramente cercanos a la gente que nos rodea es una enseñanza que adquiere una especial vigencia en nuestra cultura, permeada por las tecnologías de comunicación. El Papa Francisco recurre al relato del buen samaritano para señalar cómo estas nuevas realidades han de convertirse en un auténtico lugar de encuentro entre personas, un medio para vivir la caridad con los demás: **No basta pasar por las “calles” digitales, es decir simplemente estar conectados: es necesario que la conexión vaya acompañada de un verdadero encuentro. No podemos vivir solos, encerrados en nosotros mismos. Necesitamos amar y ser amados. Necesitamos ternura**³.

Actualmente, los momentos en los que entramos en contacto con parientes, amigos o colegas de trabajo, se multiplican. Gracias a las nuevas tecnologías, la frecuencia de la comunicación aumenta: es posible conversar con alguien que vive quizá a miles de kilómetros de distancia, e incluso compartir imágenes y vídeos sobre lo que hacemos en ese mismo instante. Ante esta situación, cabe preguntarse qué hacer para que esos

gestos sean, más que un simple intercambio de información, un medio para establecer relaciones auténticas, con sentido cristiano.

LA IDENTIDAD EN LAS REDES

La virtud de la sinceridad es imprescindible en las relaciones sociales. «Los hombres no podrían vivir juntos si no tuvieran confianza recíproca, es decir, si no se manifestasen la verdad»⁴, observa santo Tomás de Aquino. Así, para mantener el orden en una comunidad es indispensable que quienes la componen se digan la verdad: de otro modo sería difícil emprender proyectos juntos o confiar en un líder, por dar algunos ejemplos. Esta sinceridad abarca no solo los hechos externos (el precio de un producto, los resultados de una encuesta, etc.), sino también la identidad de las mismas personas involucradas: quiénes son, cuál es su posición en la sociedad, cuál es su historia, etc.

Para que las relaciones con los demás sean enriquecedoras y duraderas, es lógico que en el mundo digital busquemos presentarnos de un modo coherente con lo que somos. Esto implica, por ejemplo, que la identidad –o “perfil”– que se crea en las redes sociales refleje nuestro modo de ser y de actuar. Así, quienes entran en contacto con nosotros en la red tienen la confianza de que los contenidos que compartimos corresponden a la vida que llevamos, y que no usaremos esos medios para fines de los que quizá nos avergonzaríamos en el mundo “real”.

Es propio de la condición social del hombre que, conforme las relaciones crecen y maduran –en el seno de una familia, o entre amigos–, la sinceridad adquiera un matiz especial: se comunican no tanto los hechos externos, sino lo que sucede en el mundo interior: se expresan los propios gustos, estados de ánimo, modo de ser, opiniones. Y pasa a ser fundamental mostrarse uno mismo con franqueza, sin ocultar la propia identidad. En el contexto actual, esta manifestación suele apoyarse en los recursos que ofrecen las nuevas tecnologías: un mensaje instantáneo, una publicación en una red social, un correo electrónico. Por este motivo, no podemos olvidar que, al mismo tiempo que compartimos noticias u opiniones, también nos estamos dando a conocer. Así lo señalaba Benedicto XVI al tratar sobre las redes sociales: **Las personas que participan en ellas deben esforzarse por ser auténticas, porque en estos espacios no se comparten tan solo ideas e**

informaciones, sino que, en última instancia, son ellas mismas el objeto de la comunicación⁵.

PROTEGER LAS RELACIONES HUMANAS

En el ambiente digital, además de vivir la sinceridad, que lleva a no ocultar la propia identidad, la prudencia empujará a conocer bien el alcance que tienen los aparatos y aplicaciones que utilizamos para mantener el contacto con los demás, de modo que podamos adoptar un estilo comunicativo adecuado al medio. El público que verá los contenidos en la red no siempre será el mismo, pues en ocasiones nos dirigimos a familiares, compañeros, conocidos, miembros de un grupo, etc. Al mismo tiempo, somos conscientes de que las publicaciones pueden ser compartidas y, eventualmente, alcanzar una visibilidad mucho más amplia de la inicial (se ha hecho una práctica habitual el compartir mensajes o fotografías de terceros). En ocasiones, este efecto es precisamente el que se buscaba, por ejemplo al informar de una noticia positiva, o de iniciativas a las que vale la pena sumarse. Sin embargo, cuando se comparten elementos que tienen que ver con la vida personal, la difusión excesiva ya no resulta tan deseable. Además, estos contenidos suelen dejar rastros en el entorno digital y, con cierta facilidad, puede ser consultada tiempo después, habiendo cambiado el contexto que ayudaba a entender qué se quería decir.

Definir y controlar límites de lo público y privado no siempre es fácil en la red. Ciertamente, los proveedores de servicios son cada vez más conscientes de dicha necesidad, y ayuda estar enterados de las soluciones técnicas disponibles. Sin embargo, esto no exime de la responsabilidad personal en la gestión de la propia información: las imágenes que se comparten en la red, los comentarios que se publican. Por ejemplo, una frase que en el lenguaje hablado se entendería como una broma –por el tono de voz, la expresión del rostro, etc.– en la red podría resultar molesta o ruda. Un mensaje escrito quizá con precipitación, puede hacer perder el tiempo a los demás, resultar ambiguo en relación a los sentimientos que se guardan hacia otras personas, y sin pretenderlo, podría generar una confusión poco afortunada.

Las nuevas tecnologías y, más en concreto, las redes sociales estimulan al usuario a jugar un papel activo, creando y alimentando

contenido. Por eso, conviene ser especialmente prudentes al compartir elementos que se acercan a la intimidad, propia o ajena. No es una cuestión de mero control de la información. Atañe de modo particular al sentido del pudor, que lleva a salvaguardar la propia intimidad y la de los demás, reservándose aquellos datos personales o familiares que, puestos al alcance de otros, pueden despertar simplemente la curiosidad y fomentar la vanidad. Con autodominio, es bueno preguntarse, antes de publicar algo que implique a más personas, si estas estarían de acuerdo en aparecer en ese contexto, o si quizá preferirían que determinados eventos o situaciones no se mostraran en la red.

ALCANZAR UN DIÁLOGO AUTÉNTICO

El desarrollo de las redes sociales requiere un compromiso: las personas se sienten implicadas cuando han de construir relaciones y encontrar amistades, cuando buscan respuestas a sus preguntas, o se divierten, pero también cuando se sienten estimuladas intelectualmente y comparten competencias y conocimientos⁶. Las redes favorecen el diálogo y con frecuencia lo enriquecen, pues puede ir acompañado de imágenes y textos alusivos; además, permiten interactuar con gente que se desenvuelve en culturas muy distintas a la propia, en sitios lejanos. Esta posibilidad nos sitúa ante el reto de establecer un diálogo fructífero, conservando la capacidad de reflexión cuando la velocidad de las conexiones parece exigirnos respuestas cada vez más inmediatas. Sin quererlo, podríamos afectar el diálogo por no saber esperar, y considerar las cosas con más calma.

Como enseña la epístola de Santiago, el dominio de la lengua es un acto de verdadera caridad, pues descontrolada puede causar daños incalculables: *¡Mirad qué poco fuego basta para quemar un gran bosque!*⁷. En este sentido, pregunta san Josemaría: **¿Sabes el daño que puedes ocasionar al tirar lejos una piedra si tienes los ojos vendados?**⁸ Si un comentario oral puede tener un efecto imprevisible, ¿cuánto cuidado no será necesario tener en el entorno digital, donde se puede difundir a una velocidad insospechada? Afirmaba Benedicto XVI: **Los medios de comunicación social necesitan, por tanto, del compromiso de todos aquellos que son conscientes del valor del diálogo, del debate razonado (...); de**

personas que tratan de cultivar formas de discurso y de expresión que apelan a las más nobles aspiraciones de quien está implicado en el proceso comunicativo⁹. En este contexto daremos un testimonio cristiano si nos empeñamos en vivir una especial delicadeza, adoptando un estilo positivo y respetuoso en la red.

AMISTAD Y APOSTOLADO EN LA RED

Es natural que quien ha recibido el don de la fe, desee compartirla, con respeto y sensibilidad, con quienes interactúa en el ambiente digital, ya que ***hemos de conquistar, para Cristo, todo valor humano que sea noble***¹⁰. Es una consecuencia del ser cristiano, que empuja a difundir el Evangelio a través de los canales que tiene a su disposición. Sin embargo, para transmitir el mensaje cristiano, conviene conocer las peculiaridades del medio que se utiliza y cómo funcionan las relaciones que ahí se establecen. La caridad lleva, más que al envío de mensajes religiosos explícitos a una lista de contactos, a interesarse por las personas y ayudarles a cada una, dentro y fuera de la red.

Quien cuenta con la suficiente preparación –también técnica– puede difundir la fe a través del entorno digital. En cualquier caso, conviene atender siempre al impacto real que tienen estos medios, evitando perder energías que cabría invertir en otras iniciativas de mayor impacto apostólico. De hecho, existen medios sencillos y eficaces para influir en la sociedad que están al alcance de todos, como reenviar alguna noticia o artículo positivo y escribir mensajes al autor de una publicación. Con esta perspectiva, y teniendo en cuenta las propias circunstancias personales, sabremos dar la dimensión justa a las nuevas tecnologías, mediante un uso correcto, virtuoso, propio de un cristiano corriente en medio del mundo.

Las nuevas tecnologías son un nuevo canal para expresar la amistad. En esa medida, también pueden contribuir para aquello que san Josemaría llamaba el ***apostolado de amistad y de confianza***¹¹ donde ***a través del trato personal, de una amistad leal y auténtica, se despierta en los demás el hambre de Dios y se les ayuda a descubrir horizontes nuevos***¹². A veces una red social ha sido el medio para recuperar el trato con un antiguo compañero, o para mantener la relación con alguien que ha cambiado de residencia. Sin

embargo, tenemos la experiencia de que las relaciones personales se forjan especialmente durante la convivencia en el mundo real, y no podemos olvidar que el apostolado cristiano cuenta especialmente con el contacto directo, pues **el Evangelio nos invita siempre a correr el riesgo del encuentro con el rostro del otro, con su presencia física que interpela, con su dolor y sus reclamos, con su alegría que contagia**¹³. El deseo sincero de transmitir el tesoro de la fe impulsará a los cristianos a salir al encuentro de los demás, en un auténtico trato apostólico, que sabe servirse de todos los medios que tiene a su alcance, también los digitales.

R. VALDÉS

1 Cfr. *Lc 10*, 25ss.

2 *Lc 10*, 29.

3 Francisco, *Mensaje para la Jornada Mundial de las comunicaciones sociales*, 24-I-2014.

4 Santo Tomás, *S. Th.* II-II, q. 109, a. 3 ad 1.

5 Benedicto XVI, *Mensaje para la Jornada Mundial de las comunicaciones sociales*, 24-I-2013.

6 Benedicto XVI, *Mensaje para la Jornada Mundial de las comunicaciones sociales*, 24-I-2013.

7 *St 3*, 5.

8 *Camino*, n. 455.

9 Benedicto XVI, *Mensaje para la Jornada Mundial de las comunicaciones sociales*, 24-I-2013.

10 *Forja*, n. 682.

11 *Conversaciones*, n. 66.

12 *Es Cristo que pasa*, n. 149.

13 Francisco, Exhort. apost. *Evangelii gaudium*, 24-XI-2013, n. 88.

[Volver al índice](#)

Educar en las nuevas tecnologías

La tecnología vertebra en gran medida la vida de los hombres y mujeres de hoy. Tenemos que encauzarla para que su uso nos ayude a desarrollarnos como personas.

Las nuevas generaciones han nacido en un mundo interconectado al que sus padres no estaban acostumbrados. Acceden muy pronto a internet, a las redes sociales, a los chats, a las video consolas. Su capacidad de aprendizaje en este ámbito avanza al mismo ritmo vertiginoso con que se desarrollan las tecnologías.

Desde tempranas edades los niños y jóvenes están expuestos a un universo aparentemente sin fronteras. Esta situación ofrece una gran cantidad de beneficios, pero al mismo tiempo comporta algunos riesgos que hacen aún más necesaria la cercanía y la orientación de los padres.

Conviene asomarse positivamente a la “era digital”, porque como señala Benedicto XVI, **si se usa con sabiduría, puede contribuir a satisfacer el deseo de sentido, de verdad y de unidad que sigue siendo la aspiración más profunda del ser humano**¹. Pero a la vez, la realidad presenta hechos que no se pueden ignorar: por ejemplo, que la sobre-exposición de los niños a las pantallas ha sido asociada a riesgos de salud como la obesidad, y a conductas agresivas o problemáticas en el colegio.

La tecnología vertebra en gran medida la vida de los hombres y mujeres de hoy. Tenemos que encauzarla para que su uso nos ayude a desarrollarnos como personas, y estar atentos para que los hijos la utilicen de forma adecuada. Educar requiere una buena dosis de paciencia y planificación, pero cuando se habla de nuevas tecnologías es necesario, además, que los padres adquieran un cierto conocimiento, algunas ideas y un poco de práctica, para formarse un criterio y orientar a los hijos acertadamente.

Cada vez más, los dispositivos tecnológicos permanecen conectados a internet. Esto permite llegar a audiencias muy amplias y abre la posibilidad de difundir mensajes de forma inmediata y, a prácticamente, sin costo. A la vez, produce incerteza de quiénes tendrán acceso a esos contenidos y cuándo lo harán.

La experiencia de los últimos años enseña que las nuevas tecnologías no son una mera herramienta que permite obtener una mejora en la extensión y el nivel de la comunicación, sino que en cierta manera han pasado a constituir un ambiente, un lugar², se han convertido en uno de los tejidos conectivos de la cultura, a través del cual se expresa la identidad³.

Parte de la tarea de los padres cristianos de hoy es enseñar a santificar este ambiente, ayudando a los chicos a comportarse virtuosamente en el mundo digital, haciéndoles ver que también es un ámbito para expresar su identidad cristiana. Con los cambios tan continuos y radicales no sería eficaz facilitar solo un listado de reglas, que enseguida quedarían obsoletas; la obra educativa debe buscar la formación en virtudes. Sólo de ese modo, niños y jóvenes podrán llevar una vida buena, ordenando sus pasiones, controlando sus actos y superando con alegría los obstáculos que les impidan la consecución del bien en la esfera digital. Como señala el Papa Francisco **la problemática no es principalmente tecnológica. Nos tenemos que preguntar ¿somos capaces, también en este campo, de llevar a Cristo, o mejor, de llevar al encuentro de Cristo?**⁴

Al mismo tiempo, para evitar poner en peligro innecesario a los hijos, hay que estudiar a partir de qué momento es oportuno que utilicen dispositivos digitales, y cuáles se ajustan más a la madurez propia de su edad. En muchas ocasiones, será posible «incluir el uso de un filtro tecnológico en los dispositivos, para protegerlos lo más posible de la pornografía y de otras amenazas»⁵, sabiendo, al mismo tiempo, que la vida virtuosa es el único filtro que no falla y está disponible de modo continuo.

VIRTUDES EN JUEGO: IMPORTANCIA DEL BUEN EJEMPLO

La familia es escuela de virtudes: crecen mediante la educación, mediante actos deliberados y con el esfuerzo perseverante. La gracia

divina las purifica y las eleva⁶. Siendo la familia el lugar donde se aprenden las primeras nociones del bien y del mal, de los valores, es en el hogar donde se va construyendo el edificio de las virtudes de cada niña y de cada niño.

Hay estilos de vida que facilitan el encuentro de los hijos con Dios, y otros que lo dificultan. Es lógico que los padres cristianos procuren formar en sus hijos una mentalidad y un corazón cristianos, y que pongan los medios para que su familia sea una escuela de virtudes. La meta es que cada hijo aprenda a tomar sus decisiones con madurez humana y espiritual, de forma adecuada a su edad. Las nuevas tecnologías son un aspecto más que debería estar presente en las conversaciones y también en las reglas organizativas del hogar, que suelen ser pocas y dependen de la edad de los hijos.

Las virtudes no se pueden vivir de modo aislado, en unos aspectos concretos de la vida y no en otros. Por ejemplo, ayudar a un chico a que no sea caprichoso en la comida o el juego, le ayudará también a comportarse mejor en el mundo digital, y viceversa.

Las nuevas tecnologías atraen a todos. Enseñar virtudes implica que los padres han de saber contagiar la exigencia personal, dando ejemplo de moderación. Si los chicos son testigos de nuestras luchas, se sentirán estimulados a poner más de su parte. Por ejemplo, prestar atención al hablar con ellos: dejar el periódico de lado, quitar el sonido de la televisión, centrar la mirada en quien habla, no estar pendiente del teléfono. Y cuando es una conversación importante, se apagan los dispositivos para que no nos interrumpen. ***La educación exige de los padres comprensión, prudencia, saber enseñar y, sobre todo, saber querer; y poner empeño en dar buen ejemplo***⁷.

CUANDO SON MÁS PEQUEÑOS

Es la niñez el momento cuando se empieza a practicar las virtudes, y a aprender el buen uso de la libertad. De hecho, en esta etapa se dan los períodos sensitivos para desarrollar con más facilidad el carácter: podemos decir que se construyen las autopistas que se recorrerán en la vida.

Aunque toda regla general es matizable, la experiencia de muchos educadores dice que cuando los hijos son muy jóvenes es preferible que

no tengan dispositivos electrónicos avanzados (tabletas, *smartphones*, consolas). También por motivos de sobriedad, es aconsejable que sean de propiedad de la familia y que, en general, se tienda a utilizarlos en lugares comunes, con un plan para ayudar a los hijos a moderar su uso, con normas y horarios familiares que protejan otros tiempos fundamentales para el estudio, el descanso y la vida de familia, y que permitan aprovechar el tiempo y descansar las horas oportunas.

Al mismo tiempo que los niños conocen los beneficios y los límites del mundo digital, conviene enseñarles el valor del contacto humano directo que ninguna tecnología puede sustituir. En el momento adecuado, hay que acompañarles por el ambiente digital como un buen guía de montaña, para que no se hagan daño ni lo causen a los demás. Consultar juntos internet, “perder tiempo” jugando en una Consola o fijar los ajustes de un *smartphone* serán oportunidades concretas para entablar conversaciones más profundas. «Los padres y los hijos deberían discutir juntos lo que se ve y experimenta en el ciberespacio. También es útil compartir con otras familias que tienen los mismos valores y preocupaciones»⁸.

A estas edades, sería desproporcionado que tuvieran dispositivos que estén conectados constantemente a internet. Es mejor que sigan un plan de acceso de tiempo determinado, que se conecten sólo en lugares y horarios claros (desconectándose o apagándolo por las noches), a la vez que se les enseña a protegerse de situaciones riesgosas, que tengan la tranquilidad de poder recurrir siempre a los padres. Como enseñaba San Josemaría, ***el ideal de los padres se concreta en llegar a ser amigos de sus hijos: amigos a los que se confían las inquietudes, con quienes se consultan los problemas, de los que se espera una ayuda eficaz y amable***⁹.

ADOLESCENTES

Al llegar a la adolescencia, los hijos reclaman con gran fuerza unas cuotas de libertad que en muchos casos no son capaces de manejar adecuadamente. Esto no significa que haya que privarles de la autonomía que les corresponde; se trata de algo mucho más difícil: es preciso enseñarles a administrar su libertad responsablemente. Sólo entonces serán capaces de lograr un ensanchamiento de miras que les permita

aspirar a objetivos altos.

Como afirma Benedicto XVI, **educar es dotar a las personas de una verdadera sabiduría, que incluye la fe, para entrar en relación con el mundo; equiparlas con suficientes elementos en el orden del pensamiento, de los afectos y de los juicios**¹⁰. En la adolescencia la formación se adquiere libremente y, aparte de las lógicas reglas de la vida familiar, los padres cuentan con un recurso fundamental: el diálogo. Es importante explicar el porqué de algunos comportamientos, percibidos quizá por el joven como formalismos; o las razones de fondo de algunas maneras de hacer que pueden ser vistas como límites, y que en realidad no son simples prohibiciones sino grandes afirmaciones en las que se forja una personalidad auténtica, que sabe ir contra corriente. Es más eficaz mostrar cómo la virtud es atractiva ya ahora, haciendo presentes los ideales magnánimos que llenan sus corazones, los grandes amores que les mueven: la lealtad hacia sus amigos, el respeto a los demás, la necesidad de vivir la templanza y la modestia, etc.

La labor de los padres se facilita cuando conocen los intereses de sus hijos. No se trata de espiarles, sino de generar la confianza suficiente para que se sientan cómodos hablando de lo que les atrae, de saber lo que les interesa y, en su caso, compartir tiempo y aficiones con ellos. Hay jóvenes que escriben blogs o usan las redes sociales, y sus padres no los conocen o nunca han leído ninguno de sus textos, por lo que el hijo puede pensar que lo que ellos hacen no interesa o no gusta a sus padres. Para algunos padres, ver con cierta frecuencia lo que escriben y crean sus hijos en internet supondrá un grato descubrimiento y un motivo de enriquecimiento de la conversación y la vida familiar.

También a estas edades es conveniente fomentar el valor de la austeridad en cuanto a los dispositivos, *gadgets* y programas (aplicaciones, etc.). Enseñar a vivir el desprendimiento, no sólo por lo que cuesta el hardware y el software, sino para **no dejarse dominar por las pasiones, pasar de una cosa a otra sin discernimiento, seguir la moda del momento**¹¹, que en ocasiones, es un comportamiento inducido por las empresas, y de la que no se pueden librar fácilmente.

También será una forma de enseñarles a vivir la moderación con el tiempo que pasan en las redes sociales, video consolas, juegos en línea,

etc. Al proponer en casa estas líneas cuentan mucho las “explicaderas” y, sobre todo, la coherencia de los padres: vivirlas personalmente es el mejor modo de comunicarlas en un ambiente de cariño y libertad.

Saber explicar los porqués no requiere tener un conocimiento técnico avanzado. En muchos casos los consejos que los chicos necesitan para desenvolverse en los ambientes digitales son los mismos que apuntalan el comportamiento en los espacios públicos: buenas maneras, recato y pudor, respeto al prójimo, cuidado de la vista, dominio de sí, etc.

De acuerdo a la edad de cada hijo, resulta crucial mantener conversaciones profundas sobre la educación de la afectividad y la verdadera amistad. Vale la pena recordar a los chicos que lo que se publica en la red suele ser accesible a un sinnúmero de personas en cualquier parte del mundo y que casi todas las acciones que se hacen en el medio digital dejan un rastro al que se puede acceder a través de búsquedas. El mundo digital es un gran espacio en el que hay que moverse con naturalidad y, a la vez, con mucho sentido común. Si en la calle, al chico no se le ocurre hablar con el primero con el que se cruza, en la red, tampoco. Una fluida comunicación familiar ayudará a entender todo esto, y a crear un ambiente de confianza en el que se puedan resolver las dudas y expresar las incertidumbres.

JUAN CARLOS VÁSQUEZ

- 1 Benedicto XVI, *Mensaje para la XLV Jornada Mundial de las Comunicaciones Sociales*, 2011.
- 2 Cfr. Benedicto XVI, *Mensaje para la XLVII Jornada Mundial de las Comunicaciones Sociales*, 2013.
- 3 Cfr. Benedicto XVI, *Mensaje para la XLIII Jornada Mundial de las Comunicaciones Sociales*, 2009.
- 4 Francisco, *Discurso al Consejo Pontificio para las Comunicaciones Sociales*, 21 de septiembre de 2013, n. 3.
- 5 Pontificio Consejo para las Comunicaciones Sociales, *La Iglesia e Internet*, (2002), n. 11.
- 6 Cfr. *Catecismo de la Iglesia Católica*, n. 1839.
- 7 San Josemaría, *Es Cristo que pasa*, n. 27
- 8 Pontificio Consejo para las Comunicaciones Sociales, *La Iglesia e Internet*, (2002), n. 11

- 9 San Josemaría, *Es Cristo que pasa*, n. 27
- 10 Benedicto XVI, Discurso a los Obispos italianos, 27 de mayo 2008, “La Emergencia Educativa”, n. 11
- 11 Francisco, Discurso en la Basílica de Santa María la Mayor, 4 de mayo de 2013, n. 3.

[Volver al índice](#)

Cómo navegar de manera segura en los océanos digitales

El secreto de la felicidad familiar está en lo cotidiano, también en el aprovechamiento de todos los adelantos que nos proporciona la civilización, para hacer la casa agradable, la vida más sencilla.

La aventura educativa, hoy, incluye el deseo de aprender y enseñar a encauzar los nuevos medios y modos de comunicar para que su uso nos ayude a madurar como personas, y para que los chicos no disminuyan la calidad de su vida familiar sino que la mejoren. Por lo tanto, sería poco eficaz prohibir simplemente el uso de las nuevas tecnologías –la privación no siempre es vía de educación–, por el contrario, resulta mejor aprender a aprovecharlas, sacándoles partido, siguiendo el consejo del Santo Padre Francisco, que dice que comunicar bien puede ayudarnos a **concernos mejor entre nosotros, a estar más unidos**¹.

El camino adecuado será acompañar a los más jóvenes para que adquieran una conciencia recta, y prepararles para el día a día. Así crecerán y aprenderán a desenvolverse con naturalidad y sentido cristiano en todos los ambientes. La labor de educar busca la formación en virtudes, a la vez que siembra criterios de fondo. Sólo de ese modo los hijos podrán llevar una vida buena, ordenando y moderando sus impulsos, controlando sus actos, superando con alegría los obstáculos para buscar y hacer el bien, también en la esfera digital.

Como cada persona es diferente, vale la pena pensar cómo llegar a cada hijo. Será conveniente buscar momentos en que marido y mujer estén solos para hablar sobre cómo ayudar a cada hijo; y, uno de los ámbitos sobre el que se debe reflexionar es, justamente, el uso de las nuevas tecnologías, ya que educar exige tiempo, dedicación y algo de organización.

La educación debe favorecer que los chicos sean dueños de sí mismos.

Esto se logra ayudándoles a luchar en cosas concretas, a vencerse en pequeñas batallas, a cumplir un horario, a respetar el silencio de los demás, a tener horas previstas para usar los videojuegos o conectarse a la red. Como apuntaba san Juan Pablo II **son necesarios esta fatiga y este esfuerzo, en los que no sólo se temple el cuerpo, sino que el hombre entero prueba el gozo de dominarse y de superar los obstáculos y resistencias. Ciertamente, éste es uno de los elementos del crecimiento que caracteriza a la juventud**².

DOMINIO DE SÍ

El Catecismo de la Iglesia Católica describe la función de la templanza en el sentido de «moderar», «mantener», «asegurar», «orientar», «guardar»... La templanza desemboca en un señorío en el uso de los bienes creados que se alcanza «ordenando» las inclinaciones hacia el bien. Cuando se vive esta virtud **la vida recobra entonces los matices que la destemplanza difumina; se está en condiciones de preocuparse de los demás, de compartir lo propio con todos, de dedicarse a tareas grandes**³.

LA ETIQUETA DIGITAL

El deseo de conexión digital puede terminar por aislarnos de nuestro prójimo, de las personas que tenemos al lado⁴. Una tarea siempre actual será la de fomentar el trato personal. Por ejemplo, para transmitir aquellos contenidos más significativos, lo normal deberá ser decirlo “a la cara”. Las cosas importantes no se pueden resolver o decidir por mensajitos o virtualmente. Podría resultar muy útil establecer este tipo de políticas en casa: para pedir disculpas después de un mal comportamiento, o para consultar sobre un plan de envergadura conviene recurrir a la conversación en el mundo físico.

Además, es oportuno explicar con paciencia el valor que comporta no dejarse llevar por lo inmediato. El atolondramiento puede conducir, por ejemplo, a faltas de cortesía y de urbanidad con el prójimo. Puede ser oportuno tener otras reglas de “etiqueta digital”, como: no atender el teléfono cuando se está conversando con alguien más, especialmente si es una persona mayor; poner en *off* los dispositivos electrónicos durante las comidas; respetar el turno para utilizar la consola o el ordenador de casa,

etc.

Será también formativo explicar por qué no conviene responder con la “cabeza caliente”, en especial en medios que llegan a mucha gente: redes sociales, grupos de *WhatsApp*, etc. En esos ámbitos no es bueno hacer muchas declaraciones, ni comunicar decisiones que se forman cuando uno está ofendido o molesto, porque en esas situaciones la pasión arrastra a decir o escribir cosas que poco tiempo después uno puede acabar lamentando. Si los padres están atentos y se dan cuenta de que un hijo se ha dejado llevar por la ira o la precipitación, será una buena ocasión para tener una conversación más profunda, enseñándole a templar su carácter, animándole a actuar con serenidad, y a no reaccionar bajo la influencia de las pasiones momentáneas.

DOMINAR LA CURIOSIDAD

Un buen camino para consolidar la confianza que los chicos tienen a sus padres, es cuando desde pequeños, se intenta responder a sus curiosidades, cuando preguntan el porqué de las cosas. Un hijo suele abrirse con sus padres cuando nota que ellos están acostumbrados a oírle en cualquier momento, de cualquier cosa. Será conveniente facilitar que pregunten las dudas que naturalmente vayan surgiendo. Y cuando no se tienen las respuestas quizá decirlo con claridad: “esto no lo sé pero lo voy a investigar” y luego, cuando se consiguen los datos, terminar la explicación.

Si los hijos tienen la confianza de preguntar a los padres las dudas que les surgen, se evitará que resuelvan todos sus interrogantes sólo y siempre en internet. Muchos padres de familia se preocupan por las facilidades que ofrece la red para acceder a pornografía o a información potencialmente dañina, como mensajes que fomentan el odio o informaciones sobre cómo fabricar armas, etc. Incluso, a veces, se llega a esos contenidos sin que uno los haya buscado. Se requieren unos pocos clics para que un niño inquieto encuentre un océano de material violento y lleno de odio, de sensualidad y demás. En ocasiones, esta información se encuentra en sitios web que parecen inofensivos. En este campo es importante enseñar a utilizar la red con un objetivo claro, no sólo por pasar el tiempo, y si sin quererlo aparecen contenidos inconvenientes, cortar sin concesiones, poniendo en práctica el consejo de san Josemaría:

Déjame que te lo repita: ten la valentía de huir; y la reciedumbre de no manosear tu debilidad, pensando hasta dónde podrías llegar⁵.

En ocasiones, puede ser útil pedir ayuda a los hijos para configurar las opciones de privacidad de la red social personal o conversar sobre un correo “maligno” que hayan recibido el padre o la madre. Así se les puede ir dando criterio, puesto que al fin y al cabo serán ellos mismos los que actúen, y es importante lanzarse a la “arriesgada confianza” de permitirles ir creciendo en responsabilidad de acuerdo a sus distintas edades.

AYUDAR A ENFOCARSE

Se escucha con frecuencia que las nuevas tecnologías favorecen la superficialidad. Sin embargo, lo que no llega a decirse es que el problema radica en la dispersión de la atención que se produce cuando se realizan de forma simultánea tres o cuatro tareas: algunos chicos mientras pretenden leer un libro, no solo escuchan música, sino que a la vez revisan las actualizaciones de sus redes sociales, y están atentos a las notificaciones que les han llegado al *smartphone*. Se desdibuja la línea entre una actividad y otra. Si bien es cierto que algunas actividades pueden hacerse a la vez, también es claro que hay otras que requieren una mayor concentración, como es el caso del estudio. Normalmente el cerebro no tiene capacidad de estar en varias cosas con la misma intensidad. Será muy útil buscar formas que les ayuden a centrar su atención; además, será uno de los mejores consejos para que el día de mañana se conviertan en buenos profesionales.

En esta tarea sirve presentar las razones de fondo. Ante una pregunta como ¿por qué no puedo ver ahora un vídeo de tan sólo tres minutos? cabrá explicar –por ejemplo– que no es solo una cuestión de tiempo, sino que hay que evitar acostumbrarse a seguir todos los estímulos que aparecen a nuestro alrededor, y que nos distraen de la actividad que se está realizando en ese momento: ***haz lo que debes y está en lo que haces***⁶.

Como recuerda el Papa Francisco, **tenemos que recuperar un cierto sentido de lentitud y de calma. Esto requiere tiempo y capacidad de guardar silencio para escuchar**⁷. Hay que estar

prevenidos contra la disipación. Vale la pena evitar que la atención se disperse excesivamente, para facilitar que los hijos se concentren en el estudio, o para conseguir que recen con gusto. Lo contrario hace todo cuesta arriba, pues así **dejas que se abreven tus sentidos y potencias en cualquier charca. -Así andas tú luego: sin fijeza, esparcida la atención, dormida la voluntad y despierta la concupiscencia⁸.**

EL FALSO ATRACTIVO DE LA VANIDAD

Muchos de los avances tecnológicos actuales, cuando no son rectamente utilizados, tienen la potencialidad de acrecentar el individualismo, de centrarlo todo en mejorar la apariencia manifestándose una mentalidad superficial. **Los jóvenes son particularmente sensibles al vacío de significado y de valores que a menudo les rodea. Y lamentablemente pagan las consecuencias⁹.**

Una manifestación de vanidad es la obsesión por incrementar a cualquier precio la cantidad de contactos (*friends/followers*) acumulados en la esfera digital. En las redes sociales suelen lograr más seguidores quienes publican con constancia material interesante, divertido, o íntimo. **El significado y la eficacia de las diferentes formas de expresión parecen determinados más por su popularidad que por su importancia y validez intrínsecas. La popularidad, a su vez, depende a menudo más de la fama o de estrategias persuasivas que de la lógica de la argumentación¹⁰.**

Una posible tentación es publicar cosas más íntimas, que llaman más la atención o despiertan la curiosidad en los demás. Los jóvenes sabrán mantenerse alejados de estos extremos si ponen la lucha –siempre positiva– en metas altas, a través de victorias concretas en pequeños actos de virtud y vencimiento.

Una fluida comunicación familiar ayudará a comprender las cuestiones de fondo, y a crear un ambiente de confianza en el que se puedan resolver las dudas y expresar las incertidumbres. San Josemaría solía aconsejar hablar noblemente con los hijos, mirarlos crecer con cariño, soltándoles la cuerda poco a poco, porque necesitan su libertad y su personalidad.

LA SOCIABILIDAD

El hombre es un ser social por naturaleza: comunicarnos y estar en contacto con otras personas forma parte de nuestro desarrollo personal. Cada uno se mueve en diversos círculos sociales: familia, amigos, conocidos. La adolescencia es la etapa en la que estas relaciones van tomando forma y, sobre todo, fondo. La necesidad de relacionarse socialmente va muy unida al sentido de pertenencia a un grupo. Las nuevas tecnologías ofrecen recursos a los jóvenes para dar cohesión al grupo de amigos; de hecho es común que entre ellos formen grupos virtuales y compartan contenidos de acceso restringido.

Las nuevas tecnologías se suelen usar como medio para fortalecer las amistades que se han constituido fuera de la red, aunque se admite la amistad de amigos de amigos, que no necesariamente están en el círculo íntimo, por lo que conviene hacer notar que el contenido que allí se vuelque quedará disponible para un amplio público.

Pero a veces el sentido de pertenencia al grupo puede llevarles a estar excesivamente pendientes de las actualizaciones en los estados de sus amigos, de las nuevas interacciones. Puede suceder también que en reuniones sociales, o fiestas, estén más pendientes de las fotos que toman y de la inmediatez con que las suben a la red, que de disfrutar con las otras personas presentes en la reunión. Es un reto no dejar pasar esas ocasiones, y de modo amable, educarles en el respeto a los demás, en la nobleza de sentimientos y en la finura de modales.

FORTALEZA Y LIBERTAD

Enseñar a decir que no, equivale a enseñar a decir un gran sí, mostrando la belleza de las virtudes, vía hacia una vida feliz. Por eso, es de gran ayuda explicar el valor de oponerse razonablemente, y de saber decir que no –si hay que decir que no–, con claridad y firmeza. Decir que no, será manifestación concreta del dominio propio, sin perder la elegancia y la mesura, ni olvidar los buenos modales.

Los hijos deben encontrar en sus padres a los más decididos partidarios de su libertad personal. Libertad con responsabilidad, aunque dependiendo de la edad es importante respetar la intimidad de sus dispositivos electrónicos. Cuando tengan *smartphones* o *tablets* no será lo corriente oponerse a que les pongan contraseñas; aunque en algunas

familias también se les anima a que en algún momento otro hermano pueda compartírselos, y en ese caso quedará expuesto el contenido. De esa manera saben que deben ser transparentes, y que en cualquier momento alguien más de la familia entrará a sus aparatos, aunque en forma esporádica e inesperada, no por “husmear” sino por un sentido de desprendimiento y de vida comunitaria familiar.

En definitiva no podemos olvidar que el secreto de la felicidad familiar está en lo cotidiano, ***en el aprovechamiento también de todos los adelantos que nos proporciona la civilización, para hacer la casa agradable, la vida más sencilla, la formación más eficaz***¹¹.

JUAN CARLOS VÁSQUEZ

- 1 Francisco, *Mensaje para la XLVIII Jornada Mundial de las Comunicaciones Sociales*, 23 de enero 2014.
- 2 San Juan Pablo II, Carta Apostólica *Dilecti Amici*, n. 14.
- 3 San Josemaría, *Amigos de Dios*, 84.
- 4 Francisco, *Mensaje para la XLVIII Jornada Mundial de las Comunicaciones Sociales*, 23 de enero 2014
- 5 San Josemaría, *Surco*, n. 137.
- 6 San Josemaría, *Camino*, n. 815.
- 7 Francisco, *Mensaje para la XLVIII Jornada Mundial de las Comunicaciones Sociales*, 23 de enero 2014.
- 8 San Josemaría, *Camino*, n. 375.
- 9 Francisco, *Ángelus* en la Plaza de San Pedro, 4 de agosto de 2013.
- 10 Benedicto XVI, *Mensaje para la XLV Jornada Mundial de las Comunicaciones Sociales*, 5 de junio 2011.
- 11 San Josemaría, *Conversaciones*, 91.

[Volver al índice](#)

Compartir este libro...

© Oficina de Información
del Opus Dei, 2015

www.opusdei.org