

TARI
ANNAMÁRIA



ÜRESRE TÖLTVE

A digitális hedonizmus
és az analóg depresszió

TARI
ANNAMÁRIA

ÜRESRE TÖLTVE

A digitális hedonizmus
és az analóg depresszió

Klinikai pszichológiai és társadalom-lélektani
szempontok az információs kor
érzelmi hatásainak elemzésében



21. SZÁZAD
KIADÓ

Budapest, 2025

Copyright © Tari Annamária, 2025

All rights reserved.

© XXI. Század Kiadó, 2025

ISBN 978 963 568 691 9

TARTALOM

Előszó

A szerző előszava

Hol volt, hol nem volt...

AI-család

Kamaszok a vadonban

A gyerek a család tünete...

Ki sem kell mennie a szobából ahhoz, hogy elveszítsd

Ugye szerethető vagyok?

Mindent megkaphatunk, amit csak szeretnénk

A szintetikus intimitás imádata

Üresre töltve

Jobban is vigyázhatnánk magunkra

Miért szippant be minket a mesterséges intelligencia örvénye?

Generációs korszakok

A szerzőről

Előszó

EGYETEMISTA VOLTAM, AMIKOR MEGKAPTAM első, Panasonic márkájú szürke kis mobiltelefonomat. Százhatvan karakterből állt egy sms, már ha nem használtam ékezeteket, különben annyiból sem. Rövidítettünk, amit csak lehetett, és spóroltunk a hívásokkal, az üzenetekkel, mert minden másodperc, minden elküldött kurta szöveg sokba került, különösen egy egyetemista büdzséjéhez képest. De a mobiltelefon így is valami futurisztikus dolognak tűnt, amit nagyszüleim már alig-alig tudtak megérteni. Ha valaki azt mondta volna nekem, hogy pár év múlva a telefon segítségével levelezni, internetezni, filmet nézni, zenét hallgatni, ételt rendelni fogunk, fizetünk a Tescóban, sőt a tanácsát kérve beszélgetünk vele chaten, azt mondtam volna neki, hogy nem normális. Ahogy azt sem hittem volna el, hogy a naponta telefonnal töltött időm időnként az alvással töltött idővel versenyez.

Negyvennyolc éves vagyok, a túlforrósodott diavetítők, a hétfői adásszünet, a takarékbélyeg-gyűjtés gyermeke, akinek első (családi) számítógépe még kazettával vagy flopival működött, de az én életemet is gyökeresen megváltoztatta a digitális világ, a digitális szokásokra épülő társadalom. A két kislányom a 2010-es évek második felének szülötte, digitális bennszülöttek, ahogy a szakkifejezés mondja. Ők azok, akik

nem értették, mi az, hogy valami a tévében élőben megy, nem lehet beletekerni, és egy mesekönyvet nem lehet egy suhintó ujjmozdulattal továbbhajtani, hanem lapozni kell. Számukra egy vizuális tartalom mértékegysége nem egy film vagy egy sorozatepizód hossza, hanem egy néhány másodperces videó. Hiszem, hogy az egymás iránti szeretet és a nem szűnő kíváncsiság hosszú távon is összetartja a családjukat, mégis azt gondolom, ez nem elég. Generációink között a világ felfoghatatlan sebességű változása, a mesterséges intelligencia megállíthatatlan térhódítása miatt egyre nagyobb szakadék nő, új értelmet kapnak olyan korábban egyértelműnek tűnő szavak, mint a tudás, az igazság, a barátság, vagy akár a szerelem. És eltűnnek a „nincs”, az „elfogyott”, a „vége” szavak is, mert az okostelefon és az MI irányította életben értelmezhetetlenek a mennyiségek. Mindenből van több, minden tarthat örökké. Legalábbis látszólag. És amikor az illúzió egyszer csak szertefoszlik, a helyén csalódottság, hiányérzet és a kielégíthetetlen habzsolási vágy marad. Pedig egyvalami nem változott az évek, évtizedek, évszázadok, sőt évezredek során: az ember boldog akar lenni. Csak közben túl sokat teszünk azért, hogy ezt megakadályozzuk. Hogyan álljunk helyt a gyermekeink mellett egy olyan, általunk is teremtett világban, amit tulajdonképpen magunk sem értünk igazán? Minden nappal egyre több a kérdés, és egyre kevesebb a válasz. Mostanáig.

A könyv, amelyet kezében tart az olvasó, útikalauz ahhoz a különös utazáshoz, amit különböző sebességgel, mégis együtt teszünk meg gyermekeinkkel. Tari Annamária a rá jellemző

pontossággal, szókimondással, de a szenzációhajhászást kerülő szakmaisággal fogja meg a kezünket és mutat rá a veszélyekre, de felmutatja a lehetőségeket is. Esettanulmányok, könnyen érthető elemzések segítségével szerezhethetjük vissza magabiztosságunkat, és olyan kulcsokhoz jutunk, amelyeket már régóta kerestünk.

Rényi Ádám

író, könyvkiadó, két lánygyermek édesapja

A szerző előszava

TIZENNÉGY ÉVVEL EZELŐTT SZÜLETETT MEG a cikk, amelyből idézni fogok. Már akkor látni lehetett, hogyan gondolkodnak a fejlesztők és hogyan a felhasználók.

Aki fejleszti/eladja a terméket, nagyon gondosan mérlegeli a marketing szabályait, és igyekszik megtalálni azt a piacot, amelyen a legtöbbet arathat. Mi meg, akik felhasználóként általában mindent elhiszünk – mert miért is hazudnának nekünk? –, azt érezhetjük, figyelnek ránk, életünk fontos szükségletein tartják a fókuszot, segítenek nekünk abban, hogy jobban élvezhessük az életet.

Ezen az alapon, kérdem én, mit kapunk egy MI chatbottól? Gondoljunk csak bele! A későbbi fejezetekben találnak erre vonatkozóan értelmezéseket, de a gyors és rövid válaszuk a következő lehet: alkothatunk „valakit”, aki mellettünk van, mindig szeret bennünket, nem ítélkezik, csak validál.

Ennyire szükségünk van valamilyen érzelmi támogatásra? És ha igen, azt miért egy nem emberi rendszer adja meg nekünk, miért nem keresünk inkább egy hús-vér embert?

Nem akarom azt mondani, hogy ennél okosabbak is lehetnénk, de azt igen, hogy ha már látjuk a lábunk elé leterített banánhéjakat, nem muszáj rájuk lépünk. Dönthetünk másképp, vigyázhatunk a józan eszünkre, és csak azért, mert a

ChatGPT két másodperc alatt válaszol minden kérdésünkre egy „okosat”, nem kellene kikiáltanunk egyenrangú társnak.

Ha most olvassák a következő írást, csak annyit szeretnék kérni, hogy gondolkozzunk el a miérteken és a hogyanokon.

Október végén még melegen süt a nap ott, ahol az információtechnológia óriásai, a Google, az Apple, a Yahoo, a Hewlett-Packard és a többi gigacég székhelyét találjuk.

2011-ben egy ilyen napon a New York Times egyik újságírója kérdéseket tett fel a Szilícium-völgyben dolgozó szülőknek, akik gyermekeiket a helyi kilencosztályos Waldorf-iskolába küldik.

Bár azt gondolhatnánk, az itt élő gyerekek sokkal gyorsabban hozzájutnak – talán még megjelenés előtt is – bizonyos digitális eszközökhöz, az derül ki, hogy ebben az iskolában a gyerekek sok mindent használhatnak, csak high-tech taneszközöket nem. De van számukra toll és papír, kötötű, esetenként sár is.

Ahhoz képest, hogy még olykor a politikai döntéshozók is ostobaságnak minősítik, ha egy iskola nem indul el a digitális metódusok irányába, a völgyben, ahol a techgazdaság epicentruma van, épp az ellenpontot találjuk. Az ottani szülők és pedagógusok azt vallják: ne keverjük össze az iskolákat és a számítógépeket! A félsziget Waldorf-iskolája pedig ezt a szülői elvárást jól egyezteteti a saját tanítási filozófiájával, amelynek lényege, hogy egy gyereknek fizikai aktivitásra van szüksége, a tanulásban pedig a kreativitást gyakorlati feladatokkal kell

támogatni. Szerintük a számítógépek gátolják a kreatív gondolkodást, a mozgás fejlődését, az emberi kapcsolatok kialakítását és a figyelem terjedelmét.

Például a Google kommunikációs vezetője, Alan Eagle, aki két gyermekét járatja ebbe az iskolába, elutasítja azt az elképzelést, hogy a technológiára szükség lenne a gimnáziumban. Azt mondja: nevetséges ötlet, hogy egy iPad-alkalmazás jobban tanítaná a gyerekeket akár olvasni, akár számolni.

Az iskola tanulóinak körülbelül a háromnegyede olyan szülők gyermeke, akik a high-tech szakma óriásainál dolgoznak, vezetőként vagy alkalmazottként. De a gyerekek taníttatásánál nagyon komolyan figyelnek arra, hogy mindennek megvan a maga ideje és helye.

Az iskola tizennégy éves kortól engedélyez korlátozott használatot.

A szülők láthatóan nem ütköznek meg azon az ellentmondáson, hogy míg ők azért dolgoznak, hogy minél több eszköz álljon a világ rendelkezésére és minél több alkalmazás jusson el a felhasználókhöz, a saját gyerekeiket kimentik az általános trendből.

Tudnak valamit, amiből nem engednek.

Ez pedig az a felismerés, hogy a tanítás az emberi tapasztalatra kell hogy épüljön, a technológia pedig figyelemelterelés akkor, amikor pont nagy szükség lenne a figyelemre az olvasás, a számolás és a kritikai gondolkodás alapjainak elsajátításához.

Mindez ellentmond azoknak, akik állandó sürgetettséget éreznek, és azt mondják, egy gyereknek minél korábban meg kell tanulnia akár programozni is, de felhasználóként sem maradhat le a világ fejlődésének irányától.

Ezzel szemben a szilícium-völgyi szülők azt kérdezik: Mire ez a nagy sietség, amikor a gyerekek majd könnyűszerrel megtanulhatják mindezt akkor, ha már előtte megtapasztalták az offline létezés és tanulás élményét?^[1]

HOL VOLT, HOL NEM VOLT...

EGY PSZICHOTERÁPIÁS RENDELŐ ELŐTERÉBEN középkorú nőt látunk, aki tétován néz körbe, mint aki nem biztos benne, hogy jó helyen jár. Arcán elveszettség tükröződik, és szürke öltözékbe burkolózva áll a fal mellett, mintha észrevétlen próbálna maradni. Amikor meglátja a terapeutát, felderül az arca, és megszólal.

- Jó napot! Én telefonáltam, meg levelet is írtam önnek. És ezt az időpontot kaptam.

- Jó napot! Jöjjön be, foglaljon helyet.

- Köszönöm, de még nem ülnék le, mert jön a lányom is, meg a férjem is, vagyis az apja. Mármint a lányomé [*félszeg mosoly*].

- Hmm... Úgy emlékszem, hogy egyéni időpontot kért. Valami változott? Nos, megbeszéljük akkor, de ebben az esetben szeretne inkább itt kint várni rájuk?

- Igen. Azt hiszem. Vagyis, az is lehet, hogy késni fognak. Mindig ezt csinálják.

- Úgy érti, hogy megbeszélnek valamit, és utána megváratták?

- Igen. Elintézem, hogy mehessünk valahova, és akkor utána... Hát ez történik, mintha nem is közösen döntöttünk volna. Vagyis inkább úgy fogalmaznék, hogy a férjem ilyenkor

olyan lesz a lányommal, mintha egykorúak lennének, és együtt késnek, meg vihognak, meg...

– Úgy hangzik, mintha ebből kihagynák önt. Nem akar mégis bejönni? Itt a váróban ne kezdjünk bele...

– De, jó, bejövök! Majd megmondom nekik, hogy maga hívott be – ül le a nő féloldalasan egy fotelba.

– Rám kell hivatkoznia? Nehéz lenne saját döntésként vállalni ezt? Nem történik nagy dolog, csak ha már megérkezett időre, elkezdhet nekem beszélni arról, miért is keresnek szakembert [*mosolyog*].

– Hát én megírtam önnek, hogy szerintem baj van a családjukban. Nem emlékszik?

– Egy bejelentkező e-mail sajnos nem elég, sokkal többet és bővebben kellene beszélnünk arról, hogy miért látja szükségét...

– Nem csöngettek? Elnézést, figyelek, és mondom is, de nem lehet, hogy csengettek, és ők azok? Beengedhetem őket? – kérdezi sűrgetően, miközben már áll is fel, és indulna ki az ajtón.

– Majd én beengedem őket, maradjon itt nyugodtan.

– Na, csak ideértünk! – jelenik meg az ajtóban egy jól megtermett férfi, aki mintha a felesége ellenpárja lenne: harsány színekbe öltözve, ruganyos léptekkel jön. Mellette egy tinédzser lány, akinek az arcán látszik, hogy bárhol szívesebben lenne, mint itt.

– Foglaljanak helyet! Először meghallgatnám hármójukat, aztán meglátjuk a folytatást, mert ma nem családterápiás

alkalomra készültem. Ahhoz több időre lenne szükség, amit most nem tudok megoldani – mondja a terapeuta.

– Igazán? Hát ezt is elszúrtad? – fordul a férfi a feleségéhez. – Nem vagy képes ennyit sem elintézni? Komolyan? Meghaladta a képességeidet? Hogy jövök el még egyszer a cégtől munkaidőben? Egyáltalán, miért ilyenkor kellett idejönnöm? Ezt is te találtad ki?

– Ha kérhetem, a bemutatkozáskor még ne kezdjenek el veszekedni, előfordul az ilyen, majd megoldjuk. Viszont ehhez az kellene, hogy lássam, mi a probléma...

– Láthatja! – emeli fel hangját a férfi. – Itt prezentáljuk! Mi eljövünk a lánnyal, mert ÉN azt gondolom, hogy ránk férne, ő meg – mutat a másik fotelban ülő feleségére – direkt úgy intézi, hogy többet ne tudjak eljönni. Így tesz nekem keresztbe!

– Úgy látom, ez nem először játszódik le önök között. Mintha bevett játszmájuk lenne. Ön mit szól ehhez? – szólítja meg a lányt a terapeuta.

– Nem lehetne inkább, hogy tegezzen? Még csak tizenkilenc vagyok! Úgy könnyebb lenne nekem.

– Rendben. Mit szólsz ahhoz, ami most zajlik?

– Semmit.

– (...)

– Úgy értem, mindig ez van.

– Nem úgy érti! – szól közbe az anya. – Nincs mindig ez, ne túlozzunk! Azért van nekünk egy rendes kis családuknak. Csak vannak problémáink, de hát kinek nincsenek manapság, ugye? – mosolyog kényszeredetten körbepillantva.

- Úgy látom, erre most a családból senkinek sincs válasza – mondja a terapeuta. – Szóval, mondanának valamit arról, hogy miért is jöttek el hozzám?

- Persze! – veszi át a szót az apa. – Az a baj, hogy szerintem én jobban értem a világot, a gyerekünket, az életet, egyáltalán mindent. A Magdi meg – mutat a feleségére – pont úgy maradt, mint amilyen harminc évvel ezelőtt volt. Olyan, mint egy múzeumi teremőr, mindent a helyén kell tartani, minden változatlan kell hogy maradjon. Legfeljebb a portörlő változhat, amivel a tárgyakat – és most ezt értse úgy, ahogy mondom – leporolja, akárcsak minket meg az életünket. Képtelen változtatni!

- Min akarnál változtatni? – szólal meg kicsit élesebben a nő.
- És ne magdizzál, ha kérhetem, nem vagyok a takarítónőd!

- Na, látja? Egyik percben még szende szűz, aki meg se mukkan, a másik pillanatban meg tüzet okádó sárkány, aki elől jobb menekülni! Erről beszélek, hogy mindig az övé az utolsó szó! Mi meg kucorgunk a konyhában, és...

- APA! Nincs is konyhánk, amerikai nappalink van, és nem kucorgunk! Ne túlozz már!

- Akkor elmondanád a pszichológusnőnek, hogy mi is lenne az a nagy változtatás? – veti oda neki a felesége.

- Oké, oké – emeli fel mindkét kezét a férfi –, megadom magam! Szóval, beszereztem egy olyan kütyüt, ami... Nem is tudom, ért maga ezekhez egyáltalán? Honnan kezdjem? Mesterséges intelligencia? Robotok? ChatGPT? Ha azt mondom, Ai-Da? Mond ez magának valamit? Nem ciki, ha nem, végül is

maga egy rendelőben ücsörög, én meg programozok. Na mindegy, nem akartam megbántani, csak jobb tudni, hogy mi a helyzet. Mert ha nem tudná...

- Úgy látom, mindenképp be akar mutatkozni - mosolyog a terapeuta. - Talán nem is arról van szó, hogy én mihez értek vagy sem, hanem arról, hogy érteni fogom-e magát.

- Na, már tekergeti a mondanivalómat! Tudtam amúgy, hogy ez lesz! Nem lep meg persze, maguk jól értenek ehhez. De nem ezt mondtam, hanem azt, hogy...

- Szerintem maradhatunk annyiban, hogy majd szólok, ha kérdésem lenne, addig pedig beszélhet nyugodtan - veszi vissza a szót a terapeuta. - Szóval, milyen kütyüről van szó?

- Ez nem egy kütyü! - szólal meg a lány. - Anya attól nem akadt volna ki ennyire. Ez egy robot. Vagyis még nincs teste, csak ki lehet tenni a konyhába, vagy bárhova, és akkor beszélget velünk. Vagyis válaszol, ha kérdezzük. Önállóan nemigen tud...

- Az sincs már messze - dől hátra a bennfentes szakemberek önbizalmával az apa. - Nemsokára új családtagunk lehet! Azért ez marha nagy dolog ám! Csak kár, hogy a családom... Khm, pontosítok, a feleségem, a múlt században ragadt.

- Árulja el nekem, kérem, hogy erre mit lehet mondani! - jajdul fel a feleség. - Mit tehetnék, hogy visszahozzam őt a realitásba? Hogy megértse, nem kell új családtag, mert mi vagyunk a családja? Miért kell neki még valaki?

- ANYA! Szerintem apának nem valaki kell, hanem így... Érted, valahogy... Nem tudom... Jó fej akar lenni. Ilyen kúl programozó. De ez nem azt jelenti, hogy minket nem szeret...

- Kislányom, én nem akarok úgy kávézni reggel, hogy egy géphang megkérdezi, hogy aludtam.

- De miért nem? Ezt már akartam kérdezni tőled – mordul fel a férj. – Miért ne szólalhatna meg ilyenkor egy hang? Min gondolkozol egyébként? A világ megfejtésén? A nagy kérdéseken? Én csak azt látom, hogy a kávéfőző mellett molyolsz, mint egy élőhalott, üveges tekintettel iszod az első csésze kávédat, és nem szólsz senkihez.

- Na, ez az! Hogy már a reggelek se lehetnek olyanok, amilyennek szeretném! Nem gondolkodom, ez tény. Próbálok felébredni. Nem szeretek ilyenkor beszélgetni.

- Ezt tudom, együtt élünk hatvan éve!

- APA! Miért kell ennyire...

- Ebbe ne szólj bele! Nem bántom anyádat, csak mielőtt litániába kezd, hogy neki milyen nehéz, emlékeztetném őt, hogy én is kint vagyok a konyhában olyankor. És mi van, ha én meg pont beszélgetni szeretnék? Miért az legyen mindig, amit anyád akar? Az miért nem lehet, ennyi év után, amit én akarok? Na, tudnál erre válaszolni?

- Ha beleszólhatok – mosolyodik el a terapeuta –, talán az egy fontos kérdés lehet, hogy a lányukat miért hozták el ma. Mert jelen pillanatban úgy tűnik, egymással elégedetlenek. Neki mi a szerepe itt és most?

- Mi? Én nem akartam, hogy jöjjön! – csattan fel az anya. – Ő akarta! – mutat vádlón a férjére.

- Én?! Nem te mondtad, hogy majd a gyerek dönt? Hogy az a lényeg, hogy ő jól érezze magát? De velem mi van, én meddig ne

érezzem jól magam? Még hány évet kell várnom, hogy a saját lakásomban, a saját családommal, a saját konyhámban, a saját...

- Apa, meddig folytatod? Miért hisztizel?

- Na, látja? - szólal meg határozottan a feleség. - Ez megy otthon. Most már szinte mindennap. Nekem is kezd elegendem lenni, meg a lányomnak is!

- Ne beszélj a nevemben!

- Tényleg ne? Akkor mondd el te a pszichológusnőnek, hogy mennyire elegend van apádból!

- MI VAN?! - hördül fel az apa. - Én azt hallgatom, hogy mennyire elege van belőled! Nem belőlem! Belőled!

- Úgy látom, a lányuk most legszívesebben kirohanna az ajtón. Nem gondolják, hogy nem az ő dolga igazságot tenni? Ez a kettejük problémája, nem az övé. Nehéz érzelmi helyzetbe hozzák, miközben arról kevés derült ki, hogy ő hogyan érzi magát önökkel, és mit gondol a saját életéről. Úgy tűnik, eléggé belegabalyodtak a házassági problémáikba, amiből a lányuk viszont menekülne.

- Hát pont ezért kellene nekem a konyhába egy kellemes női hang! Az ilyen gabalyodások miatt - mondja dühösen a férj. - Aki ilyen helyzetekben megkérdezi, hogy akarom-e, hogy lejátssza a kedvenc számomat. Érti? Most már látja, hogyan élünk. Így! Marjuk egymást. Nekem ebből elegendem van! Úgyhogy behozok egy új hangot, és nem érdekel más véleménye.

- Hozzad! Majd meglátom, ráborul-e az első csésze kávé!

- Ne fenyegezz, Magdi! Kislányom, most hova rohansz? Előbb köszönj el! Na, erről is te tehetsz! - szúrja oda a feleségének. -

Oké, menj csak, majd este otthon tali! – kiabálja a lánya után.

– Szóval, ha jól látom, akkor ön azért szeretne beszélgetőpartnert a konyhába, mert...

– Már ne is haragudjon, a mondatából egyértelmű, hogy az egész nem érti. A mesterséges intelligencia már mindenhol ott van, a...

– Úgy tűnik, mindig pontosításra kész attitűddel ül itt – mosolyodik el a terapeuta. – Attól tart, hogy ha nem fogalmazunk egzaktul, akkor félremegy valami? Esetleg más lesz a jelentése?

– Meg ne bántódjon már! Én nem úgy értettem. De végül is nekem ez a szakmám, és bántja a fületem, ha szakszerűtlenül fogalmaznak.

– Megértem, hogy nehéz lehet önnek. De ettől még a lélektani helyzet úgy fest, hogy a felesége azt érzi, hogy ön új családtagot akar beiktatni, pontosabban egy új hangot, aminek érzelmi hatást tulajdonít, ez láthatóan bántja őt.

– Mit bántja? Nem csalom meg! Ámbár ahhoz is jogom lenne ennyi boldogtalan és meg nem értett év után!

– Te hallod magad? – szólal meg a feleség. – Mi az istenről beszélsz? Ne hidd, hogy nem látom át, hogy most is azt csinálod, amit mindig szoktál! Először felépíted a mesét, aztán beigazolod, és természetesen az lesz, amit te szeretnél! Ne nézzél már hülyének!

– Na, most aztán láthatja, hogy amikor nincs itt a gyerek, anyukának felbukkan egy másik stílusa, egy olyan... Hogy is mondjam, olyan tenyérbemászó! Nem is tudom, ezzel egyébként

nem azt akarom mondani, hogy nő bennem az agresszió, mert az egyáltalán nem nő!

- Ennek épp az ellenkezője látszik - mondja a terapeuta. - De ha a felesége megbántott és esetleg féltékeny, akkor érzelmileg mégis többről van itt szó, mint egy új eszköz beállításáról.

- Érzelmileg? Szerintem örülnie kéne, hogy ilyen kitartó vagyok, és nem váltunk el, szépen élünk.

- Ez neked szép?! - csattan fel a feleség. - Ez? Hogy majd nézhetem, ahogy cseverészel egy hanggal, aki kinyalja a...

- Ó, sajnos ilyeneket még nem tud - heherészik a férj. - Bárcsak tudna! Megnyugodhatsz, nem foglak vele megcsalni!

A MESTERSÉGES INTELLIGENCIA MÁR A SPÁJZBAN VAN...

A hosszú házasságok olykor válságba kerülnek. Van, ahol viharos gyorsasággal lefut egy krízis, ami után szétválás, vagy jobb esetben egy jó újrakezdés indulhat. De rengeteg olyan házaspár él a földön, amelyek együtt morzsolják a napjaikat, vezeti őket a robotpilóta, és látszólag mindent elrendez a rutin. Rutin a cselekvésekben, a napi feladatokban, az érzelmekben, és főleg a kettejük közötti interakciókban. A boldogtalanság észrevétlen útitárssá válik, mintha a felek közös motivációja az lenne, hogy akkor „rendben, legyen így”.

Ez lesz a mi életünk.

Olykor a problémák túl fárasztónak és túl nyomasztónak látszanak ahhoz, hogy bármelyikük is ténylegesen nekiálljon felgöngyöltetni a szálakat. Ha egyszer lehetetlennek látszik, akkor nem is lehet hozzáfogni.

Egy ilyen házaspár élete valóban nem könnyű, de ahogy látjuk, a huszonegyedik század információtechnológiája új lehetőségeket kínál abban az élethelyzetben, ahol mindkét fél keres valamilyen kiutat. Nem is olyan régen a nők sokszor valamilyen „lelki önképzés”-t választottak, a férfiak meg a távirányítót. Ma viszont már akár lehet egy olyan chatbotunk is, amivel pótolhatunk valamit az érzelmi hiányokból.

A jelenetünkben az apa az, aki a felesége akarata ellenére behozná az új fejlesztést. Amint látjuk, valójában ez a döntés egy régóta fennálló problémát lenne hivatott megoldani, nevezetesen az eltérő érzelmi elvárásokat. Nyilván nem arról van szó, hogy húsz év házasság után derül ki, hogy egyikük utál reggel megszólalni, a másiknak meg be nem áll ilyenkor a szája. A helyzetet az változtatja meg radikálisan – eltérően a „hagyományos” megoldásoktól –, hogy a pár egyik tagja eddig szokatlan megoldáshoz nyúlna azért, hogy a saját elégedettségi szintjét növelhesse.

A veszekedés már rutinos a házaspár számára. Az évek során a szemrehányások és kérdőre vonások menetének is lesz egy kialakult sorrendje. Ki az, aki általában kezdi, ki fogja bedobni a törülközőt, ki kezd először gúnyolódni vagy indulatoskodni, és ki lesz az, aki jól megérdemelten megsértődhet? Mint egy színdarabban. Előre leosztott szerepek, apró improvizációk, de a

forгатókönyv alapvetően ugyanaz, mint az első olvasópróbán. A játszmaszabályok kialakulnak. A felek érzelmi stratégiái szinte percre pontosan kezdődhetnek, a rutinos házaspárok még azt is meg tudják jósolni, mikor indul például a vádaskodás, vagy a „Ha tudtam volna, hogy ilyen vagy!” effektus.

A veszekedések és viták nem feltétlenül azt jelzik, hogy egy párkapcsolat boldogtalan. Egy összetűzés konstruktív is lehet, ha arra szolgál, hogy a mélyből a felszínre kerüljenek az ellenérzések, a sértettség, vagy bármi olyan tényező, amely nagy valószínűséggel távolítani kezdené a feleket egymástól.

A destrukciót az jelzi, ha nincs egymásra fókuszált figyelem, a felek nem is néznek egymásra, „párhuzamosan” kommunikálnak, azaz mindenki hajtogatja a magáét. Ha egy huszonegyedik századi fejlesztésnek köszönhetően behozhatunk a magánéletbe egy olyan tényezőt, amely a szokásos „párhuzamosok” mellett állandóan jelen lehet, akkor az radikálisan változtathat az érzelmeken. Nem nehéz meglátni, hogy egy ilyen fordulat mennyire csökkentheti a restauráció, vagyis a párkapcsolati kommunikáció megjavításának az esélyeit.

„Rákapcsoltam Ádámot a töltőre, kávét főztem Mirandának és magamnak, majd átgörgettem a 470 oldalas online kézikönyvet. Javarészt világos, pontos használati utasításokat tartalmazott. [...] Tizenhat órányi töltés kellett neki, hogy életre keljen. Aztán a frissítések letöltése és az egyéni beállítások következtek. Az izgatott hírverésből tudtuk, hogy

levegővel képzik a hangokat, nyelve, fogai, szájpadlása is részt vesz a műveletben. Élethű bőre máris meleg tapintású volt, és gyermekin sima. Ádám nem szexuális játékszer volt. Közösülni azonban tudott, és rendelkezett az ehhez szükséges nyálkahártyákkal, melyek karbantartásához napi fél liter vizet igényelt.

A beharangozó társat, szellemi vitapartneret, barátot és mindenest ígért Ádám személyében, olyat, aki mosogat, beágyaz és »gondolkozik«. Létezésének minden pillanatát, mindent, amit hall és lát, megjegyez, és bármikor képes előhívni. [...] Két óra alatt képes egy töltéssel lefutni tizenhét kilométert, vagy ugyanannyi energiával tizenkét napig egyfolytában beszélgetni.”^[2]

21. Század Kiadó – XXI. Század Kiadó Kft., Budapest Felelős kiadó Bárdos András
és Rényi Ádám Kiadványfelelős Kovács-Rényi Anna Szerkesztette Peiker Éva

Előkészítés Takács Andrea

Tördelés Váraljai Nóra

Korrektúra Bérci Ágnes

Borítóterv Tabák Miklós

Elektronikus változat Ambrose Montanus Felhasznált betűtípusok EB Garamond –
SIL Open Font License Noto Serif – SIL Open Font License Source Serif 4 – SIL Open
Font License Urbanist – SIL Open Font License VOLLKORN SC – SIL OPEN FONT

LICENSE