

Bruno Patino

LEVOTTOMAT

– Huomiotalous ja keskittymiskyvyttömyys

Suomentanut Tapani Kilpeläinen

Tämä on näyte.
Osta koko teos osoitteesta
netn.fi



niin & näin
Tampere 2020

RANSKANKIELINEN ALKUTEOS

La Civilisation du poisson rouge. Petit traité sur le marché de l'attention

© Éditions Grasset & Fasquelle, 2019

Lainauksen T. S. Eliotin runosta “Burnt Norton” on suomentanut Sinikka Kallio-Visapää (T. S. Eliot, *Autio maa. Neljä kvartettia ja muita runoja*. Otava, Helsinki 1972, 147).

Lainaukset Neil Postmanin kirjasta *Huvitamme itsemme hengiltä* on suomentanut Ilkka Rekiaro (Neil Postman, *Huvitamme itsemme hengiltä*. WSOY, Porvoo 1987, 3–4).

SUOMENNOS

© Tapani Kilpeläinen & Eurooppalaisen filosofian seura ry

ISBN-NUMERO

978-952-7189-69-6

KANSI

Pasi Romppanen

TAITTO

Susanna Laurola

PAINOTYÖ

Tallinnan kirjapaino-osakeyhtiö,
Tallinna 2020

KUSTANTAJA

Eurooppalaisen filosofian seura ry / *niin & näin*

SISÄLLYS

1. 9 SEKUNTIA	11
2. ADDIKTIOITA	17
3. UTOPIA.	31
4. KATUMUS	39
5. MUOTTI	45
6. SUUNNANMUUTOS	55
7. LOPUTON PÄIVÄ	63
8. LIIKA TODELLISUUS TAPPAA TODELLISUUDEN	67
9. EPÄSYMMETRINEN KALEIDOSKOOPI	75
10. EPÄTASAINEN TAISTELU INFORMAATIOSTA	91
11. TAISTELU JA PARANNUSKEINOT.	103
LISÄYS	118
KIRJALLISUUS	119
KIITOKSET	126

Marielle ja Sarahille

Aivan kuin kaiken takana olisi mestari.

– TSUANG TSE

Last thing I remember, I was running for the door
I had to find the passage back to the place I was before
Relax, said the night man, we are programmed to receive
You can check out any time you like but you can never leave
– THE EAGLES, “Hotel California”

It's the economy, stupid!

– BILL CLINTON

Jos näet pelkkää harmaata, siirrä norsua.

– INTIALAINEN SANANLASKU

LUKU 2

ADDIKTIOT

Meillä ei enää ole yötä.

Nykyisin puolipimeää valaisee kännykän näyttö. Sen kirkkaus on säädetty mahdollisimman vähäiseksi, mutta siitä huolimatta se valvoo aktiivisesti. Se häiritsee omistajansa unta, eikä hän tiedä mitään retinansa melanopsiinissa sijaitsevien gangliosolujen toiminnasta. Mahtaako hän tietää edes niiden olemassaolosta? Juuri ne lähettävät hänen aivojensa hypotalamuksen supraskiasmaattisille tumakkeille käskyn herätä, sillä ne luulevat LEDien sinistä valoa päivän valkoiseksi valoksi. Nukkujan sisäinen kello menee sekaisin, hänen unensa on levotonta. Ylivoimaiset mieliteot täyttävät hänen leponsa, samat, jotka alituisesti kiusaavat hänen päiviään, elämäänsä, työtään, lomaansa, ystävyysuhteitaan, rakkaussuhteitaan, ajatuksiaan ja rukouksiaan.

Ensimmäinen, tärkein ja alituisin näistä mieliteoista on se, että hän tahtoo kiiruhtaa tuon samaisen puhelimen luo, joka ei koskaan ole täysin kiinni. Se tapahtuu avoimesti tai piilotellen, sen mukaan, paljonko syyllisyyttä muita läsnäolijoita kohtaan tuntee. Kuumeinen sormi käynnistää sairaalloisen levottoman verkottuneen ihmisen initiaatiomatkan: aloitetaan viesteistä, tekstiviestit tai iMessage, pian. Sitten mennään Twitteriin, ensin *timeline*, sitten maininnat. Samaan syssyyn

WhatsApp, Telegram ja Messenger. Henkeä pidätellen ajattelee, että on saattanut missata sen, mikä olisi pitänyt tietää heti. Lopulta, hitaammin, Instagram ja Facebook, ja lopulta uutishälytykset ja sähköpostiviestit. Kierros saa tuntemaan itsensä bulimikoksi, joka on ahmaissut pizzaviipaleen yhdellä haukkauksella: olo ei ole lainkaan kylläinen vaan epämääräisen syyllinen, pahoinvointi uhkaa. Ja sitten sama alkaa taas. Uudelleen ja uudelleen. Aina 2 minuutin välein, 30 kertaa valveillaolotuntia kohti, kerran jokaista kolmea nukkumistuntia kohti, 542 kertaa päivässä, 198 000 kertaa vuodessa.

Tämä nukkuja en ole minä. En ainakaan vielä. Vähän ajan päästä saatan hyvinkin muistuttaa häntä, minun kun on päivä päivältä vaikeampi taistella älypuhelimien näytön magneettista vetovoimaa vastaan. Voin yrittää panna puhelimen taskuuni, palauttaa sen takaisin pöydälle, sijoittaa sen katseeni ulottumattomiin, sujauttaa sen selkäreppuuni, jopa sammuttaa sen, mutta en mahda mitään: tartun siihen aina uudelleen.

Eikö niin loppujen lopuksi käy meille kaikille? Olemmeko muka todella yllättyneitä, että Pennsylvanian yliopiston tutkijat ovat voineet tehdä diagnoosin ja esittää suosituksen: yli 30 minuuttia somessa on uhka mielenterveydellemme. Heidän koekaniineinaan toimi sataneljäkymmentäkolme 18–22-vuotiaasta opiskelijaa, jotka antoivat luvan käyttää digitottumukseen tutkimuskohteena kahden lukukauden ajan ennen kuin heidät pantiin kokeisiin, jotka vain vahvistivat sen, minkä me kaikki jo aavistamme. Minun tapauksessani 30 minuuttia ylitettiin jo kauan sitten.

Enkä suinkaan ole ainoa. Älypuhelimien ääressä päivittäin vietetty aika on kaksinkertaistunut useimmissa maailman maissa vuosina 2012–2016 ja saavuttanut jo levottomuutta herättävän tason: 4 tuntia 48 minuuttia Brasiliassa, 3 tuntia Kiinassa, 2 tuntia 37 minuuttia Yhdysvalloissa ja 1 tunti 32 minuuttia

Ranskassa. Useimmat asiantuntijat olettavat, että aika tuplaantuu uudelleen vuoteen 2020 mennessä. Ranskan mielipide- ja markkinatutkimuskeskus Ifopin mukaan 59 %:ia ranskalaisista on huolissaan näyttöjen vaikutuksista lapsiinsa ja lähes 70 %:ia heistä tunnustaa olevansa riippuvaisia noista samoista näytöistä. Eikä näyttöjen tuijottaminen rajoitu pelkkiin puhelimiin. Yhdysvalloista saadut tilastotiedot ylittävät mielikuvituksen rajat: Kaiser Family -säätiön mukaan nuoret amerikkalaiset käyttävät 5 ja puoli tuntia päivässä viihdetekniikkaan, videopeleihin, nettivideoihin ja sosiaaliseen mediaan ja kuluttavat päivässä yhteensä 8 tuntia erilaisten näyttöjen ääressä. Kolmannes elämästä, kun 22 %:lla 22–30-vuotiaista ei ole nykyisin mitään koulua tai työtä. Luku on kaksinkertaistunut viidessätoista vuodessa.

Verkossa vietetty aika ilmaisee elämän sisäänsä. Vuoden 2013 lopulla amerikkalaisen *Huffington Postin* artikkelissa kerrottiin 14-vuotiaasta New Jerseyssa asuvasta tytöstä Caseyta. Otsikolla ”Mitä teini-ikäisen iPhonessa todella tapahtuu” varustettu kirjoitus kertoo vankeudestaan tietoisesta orjasta: ”Herään aamulla ja menen heti Facebookiin, vain koska... no, en siksi, että tahtoisin, minun täytyy vain tehdä niin, ihan kuin minut pakotettaisiin tekemään niin. En tiedä miksi, tarvitsen sitä. Facebook on vienyt elämäni”. Casey'n elämä kuluu siihen, että hän ravitsee petoa, joka muodostuu hänen 580 Instagram-”ystävästään” ja 1110 Facebook-”ystävästään”. Hän yrittää saada jokaiselle postaukselleen mahdollisimman paljon tykkäyksiä. Häntä ahdistaa ajatellakin, että hän saisi alle 100 tykkäystä, ja jos hän saa vähemmän tykkäyksiä kuin ystävänsä, hänestä tulee täysin lohduton.

Lääkärien vastaanotot ovat täynnä nuoria, joilta näytöt ovat vieneet lapsuuden. He kokevat rakkaustarinansakin pelkkänä rakastettunsa vierustoverina: tämäkin on verkottunut ja

uppoutunut sosiaalisen median ”keskusteluun”. He eivät pysty olemaan yhdessä jättämättä hetkestä todistusta valokuvalla tai *story*lla, he pinnaavat koulusta ja vajoavat masennukseen, joskus jopa tekevät itsemurhan. Näitä apokalyptisia poikkeustapauksia on vähän eivätkä ne kerro koko totuutta, mutta silti ne tuovat tulevaisuutemme uuden synkän sävyn.

@cap0w:in twiitti, joka on jaettu tuhansia kertoja sen jälkeen kun se julkaistiin ensimmäisen kerran 2014, esittää yhteenvedon ajastamme: siinä nähtiin asemalaiturilla parikymmentä ihmistä, naisia, miehiä, nuoria ja vanhoja, työtä tai vapaa-aikaa varten pukeutuneita, pää painuneena kohti älypuhelinta, kuin yleismaailmallisen alistumisen asentoon kivettyneinä. Laiturin perällä seisojien pää pystyssä katse suunnattu suoraan eteen. Hänen poikkeavuutensa teki verkon kommentaattorit levottomiksi, ja puoliksi sarkastisina ja puoliksi epätoivoisina he pohtivat twiittaajan tavoin: ”Mikä tuota kaveria vaivaa? Mitä hän oikein katselee? Maailmaako?”

Sairautemme ovat tuttuja. Niitä on jo tarjottu persoonallisuus- ja käyttäytymishäiriöiden valikoimaan. Uudet ilmaisut kertovat kadonneeseen vapauteemme kohdistuvasta surusta. Ne meistä, jotka välttävät syvää unta koska pelkäävät missaavansa kännykkänsä signaalin, ovat unihäiriöisiä, *dormeurs sentinelles*, ”vartiossa odottavia nukkuja”. Jos joutuu paanisen pelon valtaan joutuessaan väliaikaisestikin eroon kännykästään, on nomofobi (*no mobile phone phobia*). *Phnubbing* puolestaan tarkoittaa älypuhelimien tarkastelemista näkyvästi kollegojen, ystävien, rakastettujen ja saman perheen jäsenten parissa silloinkin, kun puhutellaan. Sana on koottu termeistä *phone*, puhelin, ja *snubbing*, ”töykeä käytös”. Se on rakenteeltaan optimistinen, sillä se olettaa teon tahdonalaiseksi. Havaintojen perusteella on pakko väittää päinvastaista: *phnubbingista* on

niin & näin -kirjoissa ilmestynyt

1. MIKKO LAHTINEN (toim.), *Henkinen itsenäisyys*
2. MARTIN HEIDEGGER, *Silleen jättäminen*
3. RALPH WALDO EMERSON, *Luonto*
4. PEKKA PASSINMÄKI, *Kaupunki ja ihmisen kodittomuus – Filosofinen analyysi rakentamisesta ja arkkitehtuurista*
5. QUENTIN SKINNER, *Kolmas vapauden käsite*
6. PERTTI AHONEN, *Vireällä mielellä – Ymmärtämisen ja eettisyyden mielialat*
7. JULIEN OFFRAY DE LA METTRIE, *Ihmiskone*
8. T. P. USCHANOV, *Wittgenstein in Finland – A Bibliography 1928–2002*
9. MIKA HANNULA, JUHA SUORANTA & TERE VADÉN, *Otsikko uusiksi – Taiteellisen tutkimuksen suuntaviivat*
10. TOMMI WALLENIOUS, *Filosofian toinen – Levinas ja juutalaisuus*
11. DANIEL JUSLENIUS, *Suomen onnettomuus – De Miseriis Fennorum*
12. MICHEL ONFRAY, *Kapinallisen politiikka – Tutkielma vastarinnasta ja taipumattomuudesta*
13. J. J. F. PERANDER, *Yhteiskunta uutena aikana & muita kirjoituksia*
14. JUSSI BACKMAN, *Omaisuus ja elämä – Heidegger ja Aristoteles kreikkalaisen ontologian rajalla*
15. NICCOLÒ MACHIAVELLI, *Castruccio Castracanicin elämä*
16. JUKKA PAASTELA (toim.), *Terrorismi – Ilmiön tausta ja aikalaisanalyysjä*
17. LAURI MEHTONEN, *Moderniteetin jäljillä – Tekstejä aistisuudesta, tiedosta ja sivistyksestä*
18. ARTHUR SCHOPENHAUER, *Taito olla ja pysyä oikeassa – Eristinen dialektiikka*
19. JUHA DRUFVA, *Unohdettuja ajatuksia etsimässä*
20. JUHA VARTO & HAKIM ATTAR, *Syvä laulu*
21. JUSSI BACKMAN & MIIKA LUOTO (toim.), *Heidegger – Ajattelun aiheita*
22. KARI VÄYRYNEN, *Ympäristöfilosofian historia – Maaäitimyytistä Marxiin*

23. TERE VADÉN, *Karhun nimi – Kuusi luentoa luonnosta*
24. GUY HAARSCHER, *Tunnustuksettomuus*
25. JOSÉ ORTEGA Y GASSET, *Ajatuksia tekniikasta*
26. TAPANI KILPELÄINEN (toim.), *Kääntökirja
– Kirjoituksia kääntämisen filosofiasta*
27. MARTIN HEIDEGGER, *Tekniikka ja käänne*
28. SIMONE WEIL, *Juurtuminen
– Alkusoitto ihmisvelvollisuuksien julistukselle*
29. MIKA HANNULA, *Suomalaisuudesta – Erään sukupolven tarina*
30. FRIEDRICH NIETZSCHE, *Tragedian synty*
31. EDMUND HUSSERL, *Geometrian alkuperä
– Johdanto Jacques Derrida*
32. WILLIAM JAMES, *Pragmatismi
– Uusi nimi eräille vanhoille ajattelutavoille*
33. TUUKKA TOMPERI & HANNU JUUSO (toim.), *Sokrates koulussa
– Itsenäisen ja yhteisöllisen ajattelun edistäminen opetuksessa*
34. JUHA VARTO, *Tanssi maailman kanssa – Yksittäisen ontologiaa*
35. GIORGIO COLLI, *Nietzschen jälkeen – Miten tullaan filosofiksi*
36. FJODOR DOSTOJEVSKI, *Talvisia merkintöjä kesän vaikutelmista*
37. MIGUEL DE UNAMUNO, *Traaginen elämäntunto*
38. JOYCE CAROL OATES, *Nyrkkeilystä*
39. MARTIN HEIDEGGER, *Esitelmiä ja kirjoituksia osa II*
40. E. M. CIORAN, *Hajoamisen käsikirja*
41. MARIE-FRANCE DANIEL, LOUISE LAFORTUNE,
RICHARD PALLASCIO & PIERRE SYKES,
Matildan ja Taavetin matemaattiset seikkailut
42. MARIE-FRANCE DANIEL, LOUISE LAFORTUNE,
RICHARD PALLASCIO & PIERRE SYKES,
Matildan ja Taavetin seikkailut tieteen maailmassa
43. OSCAR BRENIFIER, *Keskusteleva opetus*
44. MAUGHN GREGORY, *Filosofiaa lapsille ja nuorille*
45. MARIE-FRANCE DANIEL, LOUISE LAFORTUNE,
RICHARD PALLASCIO & PIERRE SYKES,
Filosofoidaan matematiikasta ja luonnontieteistä
46. JOHN DEWEY, *Taide kokemuksena*
47. PIERRE HADOT, *Mitä on antiikin filosofia?*
48. MARTIN HEIDEGGER, *Mitä on metafysiikka?*
49. ANN MARGARET SHARP, *Nukkesairaala*

50. ANN MARGARET SHARP & LAURANCE JOSEPH SPLITTER, *Kuka minä olen? – Nukkesairaalan opettajanopas*
51. SAMI PIHLSTRÖM, *Elämän ongelma – Filosofian eettinen ydin*
52. NORMAND BAILLARGEON, *Älyllisen itsepuolustuksen pikakurssi*
53. BEATE BØRRESEN, BO MALMHESTER & TUUKKA TOMPERI, *Ajatellaan yhdessä – Taitavan ajattelun työkirja*
54. ROGER-POL DROIT, *Filosofoidaan lasten kanssa*
55. LEENA KURKI & TUUKKA TOMPERI, *Väittely opetusmenetelmänä – Kriittisen ajattelun, argumentaation ja retoriikan taidot käytännössä*
56. LUDWIG WITTGENSTEIN, *Ajatusliikkeitä – Päiväkirjat 1930–1932 & 1936–1937*
57. SIMO KYLLÖNEN, JUHANA LEMETTI, NIKO NOPONEN & MARKKU OKSANEN (toim.), *Kiista yhteismaista – Garrett Hardin ja selviytymisen politiikka*
58. HERBERT MARCUSE, *Taiteen ikuisuus*
59. HEINRICH HEINE, *Romantiikan koulu*
60. MATTHEW B. CRAWFORD, *Elämän korjaajat – Kädentaitojen ja käytännöllisen ammattityön ylistys*
61. TAPANI KILPELÄINEN, *Itsemurhan filosofia*
62. JULIAN BAGGINI & PETER S. FOSL, *Etiikan pikkujättiläinen*
63. FRIEDRICH HÖLDERLIN, *Teokset*
64. MICHEL DE CERTEAU, *Arkipäivän kekseliäisyys I – Tekemisen tavat*
65. ANTTI SALMINEN & TERE VADÉN, *Energia ja kokemus – Naftologinen essee*
66. MICHEL FOUCAULT, *Klinikan synty*
67. JULIAN BAGGINI & PETER S. FOSL, *Ajattelun pikkujättiläinen*
68. ERMANNO BENCIVENGA, *Olipa toisen kerran – 52 ajattelemisen arvoista satua*
69. VILLE LÄHDE, *Niukkuuden maailmassa*
70. MICHEL DE CERTEAU, LUCE GIARD & PIERRE MAYOL, *Arkipäivän kekseliäisyys 2 – Asuminen, ruuanlaitto*
71. MICHEL FOUCAULT, *Parhaat*
72. PIA HOUNI & PERTTU SALOVAARA (toim.), *Filosofi tavattavissa – Ajatuksia filosofisesta elämästä*
73. VERA TRIPODI, *Sukupuolen filosofia*

74. ROBERTO CASATI & ACHILLE C. VARZI,
Ylittämättömiä yksinkertaisuuksia – 39 filosofista kompakertomusta
75. EDUARD HANSLICK, *Musiikille ominaisesta kauneudesta*
– *Yritys säveltaiteen estetiikan uudistamiseksi*
76. MESTARI ECKHART, *Jumalallisen lohdutuksen kirja*
77. TAPANI KILPELÄINEN, *Silmät ilman kasvoja – Kauhu filosofiana*
78. DAVID HUME, *Keskusteluja luonnollisesta uskonnosta*
79. FJODOR DOSTOJEVSKI, *Kulta-aika taskussa*
– *Kirjoituksia Venäjän maasta ja hengestä*
80. STEPHEN TOULMIN, *Argumentit – Luonne ja käyttö*
81. BELL HOOKS, *Rakkaus muuttaa kaiken*
82. GEORGES BATAILLE, *Uskontoteoria*
83. KENAN MALIK, *Monikulttuurisuus*
84. DANI RODRIK, *Globalisaation paradoksi*
– *Miksi globaalit markkinat, valtiot ja demokratia eivät sovi yhteen?*
85. HANNELE HUHTALA, SAMI SYRJÄMÄKI & JARKKO S. TUUSVUORI,
Ajatuspajoista innovaatiokumppanuuksiin. Tapaus Filosofian Akatemia
– *Raportti uusimmasta valmennuskonsultoinnista ja julkisen järjenkäytön ohentuvasta kriittisyydestä*
86. KENAN MALIK, *Moraalin suuntaa etsimässä*
– *Etiikan maailmanhistoria*
87. J. L. AUSTIN, *Näin tehdään sanoilla*
88. EDMUND HUSSERL, *Filosofia ankarana tieteenä*
89. PETER MARSHALL, *Reformaatio*
90. TUUKKA TOMPERI, *Filosofianopetus ja pedagoginen filosofia*
– *Filosofia oppiaineena ja kasvatuksena*
91. JUKKA MIKKONEN, *Metsäpolun filosofaa*
92. FREDRIK LÅNG, *Kuva ja ajatus*
93. JAN-WERNER MÜLLER, *Mitä on populismi?*
94. GRAHAM PRIEST, *Logiikka*
95. ALDO LEOPOLD, *Sand Countyn almanakka ja luonnoksia sieltä täältä*
96. ELIO LUGARES, *Uni – Sikeydet ja vaikeudet*
97. SAMI SYRJÄMÄKI (toim.), *Vapaus*
98. ANTTI SALMINEN & TERE VADÉN, *Elo ja anergia*
99. SARA AHMED, *Tunteiden kulttuuripolitiikka*

100. ANDRÉ SPICER, *Paskanjauhantabisnes*
101. MICHAEL POLLAN, *Toinen luonto – Puutarhurin oppivuodet*
102. GUILLAUME LE BLANC, *Juoksu – Fyysisiä mietiskelyjä*
103. VESA OITTINEN, *Marx ja moderni*
– *Jatkuvuuksia ja katkoksia Marx-kuvassa*
104. ALVA NOË, *Omituisia työkaluja – Taide ja ihmislunto*
105. LEV ŠESTOV, *Tolstoin ja Nietzchen käsitys hyvästä*
– *Filosofiaa ja saarnaa*
106. RICHARD OSBORNE & RALPH EDNEY, *Filosofia aloittelijoille*
107. MICHAEL FREEDEN, *Mitä on ideologia?*
108. SILVIA BOVENSCHEN, *Vanheneminen – Muistiinpanoja*
109. DONATELLA DI CESARE, *Pysyvästi vieraana*
– *Muuttoliikkeen filosofiaa*
110. MATTHEW LIPMAN, *Ajattelu kasvatuksessa*
– *Kasvatusfilosofinen johdatus ajattelun taitojen opettamiseen*
111. PHILIP CAM, *20 ajattelun työkalua*
– *Opas tutkivan ajattelun opettamiseen*
112. BELL HOOKS, *Mies tahtoo muuttua – Miehet, maskuliinisuus ja rakkaus*
113. JANE BENNETT, *Materiaan väre – Olioiden poliittinen ekologia*
114. MICHAEL FREEDEN, *Mitä on liberalismi?*
115. BRUNO PATINO, *Levottomat – Huomiotalous ja keskittymiskyvyttömyys*
116. DAVIDE SISTO, *Verkon muisti – Elämä ja kuolema somessa*
117. VÁCLAV HAVEL, *Euroopan toivo – Esseitä ja puheita 1978–2002*

Tilaukset
www.netn.fi/kirjat
niin & näin
PL 730
33101 TAMPERE