

Vyhněte se zprávám

Vzhůru ke zdravému novinovému životnímu stylu

Rolf Dobelli

Prolog

Tento článek slouží jako protijed na zprávy. Je dlouhý a pravděpodobně ho nebudete moci jen tak přelétnout. Mnoho lidí kvůli silné spotřebě zpráv ztratilo čtecí návyk a dělá jim potíže pohltnout více než čtyři strany najednou. Tento článek vám ukáže, jak se z této pasti dostat ven. Pokud tedy nejste již příliš hluboko.

Zprávy jsou pro mysl tím, čím je cukr pro tělo

Jsme tak dobře informováni, a přesto víme tak málo. Proč?

V této smutné situaci jsme se ocitli, jelikož jsme před 200 lety vynalezli toxickou formu vědění s názvem „zprávy“. Nadešel čas rozpoznat škodlivé účinky, které zprávy na jednotlivce a společnost mají, a přijmout nezbytná opatření k odvrácení tohoto nebezpečí.

Lidské bytosti jsou v jádru stále jeskynními lidmi. Jen v oblecích a šatech. Naše mozky jsou nastaveny na podmínky původního prostředí z doby lovců a sběračů, v nichž jsme bydleli v malých skupinkách o 25 až 100 osobách s omezenými zdroji potravy a informací. Naše mozky (a naše těla) nyní žijí ve světě, který funguje právě opačně, než na co jsme byli původně nastaveni. To vede k ohromnému riziku a nevhodnému, ba přímo nebezpečnému chování. V posledních několika desetiletích ti šťastnější z nás rozpoznali nebezpečí života v přebytku jídla (obezita, diabetes) a začali měnit své stravovací návyky. Avšak většina z nás ještě nepochopila, že zprávy jsou pro mysl tím, čím je cukr pro tělo. Novinky jsou snadno stravitelné. Média nás živí kousíčky triviálních záležitostí, ždibíky, které se našich životů vlastně ani netýkají a nevyžadují od nás samostatné přemýšlení. To je důvod, proč se téměř nikdy necítíme být nasyceni. To je rozdíl mezi čtením knih a dlouhých časopisových článků (které přemýšlení vyžadují) a horkými krátkými zprávami, jichž můžeme spolknout neomezené množství, ale které pro naši mysl budou vlastně jen lesklými barevnými bonbóny bez výrazné výživové hodnoty.

Co se týče našeho vztahu k informacím, dnes jsme dosáhli stejného bodu, kterému jsme čelili před 20 lety v souvislosti s jídlem. Začínáme si uvědomovat, jak toxické mohou zprávy být, a učíme se podnikat první kroky k informační dietě.

Tohle je můj pokus o vysvětlení, jaká jedovatá nebezpečí čtení zpráv skýtá, a doporučení několika cest, jak se s tím vyrovnat. Dnes už jsem se bez zpráv obešel čtyři roky, takže vidím a cítím účinky této svobody, kterou dokážu popsat z první ruky. Znamená to méně přerušování, úzkosti, hlubší myšlení, více času a pochopení. Není to snadné, ale rozhodně to stojí za to.

Můj dobrý přítel Nassim Nicholas Taleb, autor Černé labutě, byl jedním z lidí, kteří jako první ve spotřebě zpráv spatřili vážný problém. Vděčím mu za mnoho z následujících postřehů.

1. Zprávy nás soustavně klamou

Zprávy nepředstavují skutečný svět.

Naše mozky jsou nastaveny tak, aby věnovaly pozornost všemu, co je viditelné, velké, skandální, senzační, šokující, k lidem se vztahující, zabalené do příběhu, rychle se měnící, zvučné a křiklavé. Naše mozky mají omezenou schopnost věnovat pozornost jemnějším událostem, které jsou malé, abstraktní, nejednoznačné, komplikované, pomalu se rozvíjející a klidné. Zpravodajské organizace tohoto zkreslení soustavně využívají.

Zkrátka a dobře, zpravodajské sdělovací prostředky se zaměřují na to, co je velmi viditelné. Ukazují jakékoli informace, které mohou zprostředkovat poutavými příběhy a senzačními obrázky. Systematicky ignorují všechny, které jsou jemné a pozvolné. A to i v případě, že je jejich sdělení mnohem závažnější. Zprávy kradou naši pozornost. To je způsob, jakým funguje jejich business model. Dokonce i v případě, že by nefungoval reklamní model, stále bychom nasávali kusy novinek, protože jsou snadno stravitelné a povrchně velmi chutné.

Velmi viditelné nás klame.

Veźmte si následující událost (vypůjčeno od Nassima Taleba). Auto projíždí přes most a most se zborší. Na co se sdělovací prostředky zaměří? Na auto. Na člověka, který v autě jel. Odkud pocházel. Kam mířil. Jak prožíval pád (pokud přežil). Ale to všechno je nepodstatné. Co je podstatné? Stabilita mostu. Riziko, které se skrývá v jeho základech a které by se mohlo vyskytovat i v případě dalších mostů. To je lekce, kterou by nám tato událost měla dát. Na autě vůbec nezáleží. Most mohl spadnout kvůli jakémukoli jinému autu. Nebo kvůli silným poryvům větru. Nebo psovi, který by přes něj zrovna šel. Tak proč se média zaměřují na auto? Jelikož je to efektní, dramatické, neabstraktní, živé, protože se v tom jedná o člověka. Je to zpráva, kterou není úplně pracné dát dohromady.

Kvůli zprávám po světě kráčíme s úplně špatnou mapou nebezpečí v hlavě.

Terorismus je přeceňovaný. Chronický stres podceňovaný.

Pád Lehman Brothers je přeceňovaný. Fiskální nezodpovědnost je podceňována.

Astronauti jsou přeceňováni. Zdravotní sestry jsou nedoceňovány.

Britney Spears je přeceňovaná. Zprávy IPCC (mezinárodního panelu pro změnu klimatu – pozn

Letecké havárie jsou přeceňované. Odolnost proti antibiotikům je podceňována.

Na to, abychom mohli být vystaveni štvanci tisku, nejsme dostatečně racionální. Je to velmi nebezpečná věc, protože pravděpodobnostní mapa, kterou dostáváme konzumací zpráv je zcela odlišná od nebezpečí, kterým ve skutečnosti čelíme. Když budete v televizi sledovat havárii letadla, bez ohledu na jeho skutečnou pravděpodobnost to k tomuto riziku změni váš postoj. Ať jste na jakékoli intelektuální výši. Pokud si myslíte, že to přemůžete silou svého vlastního vnitřního rozjímání, jste na omylu. Bankéři a ekonomové – ti, kteří jsou vystaveni silným podnětům k získání schopnosti vyrovnat se s riziky spojenými s novinkami – nám ukazují, že to není možné. Existuje jen jediné řešení – úplně se odříznout od konzumace novinových zpráv.

2. Zprávy jsou nedůležité

Z přibližně 10 000 novinových zpráv, jež jste v posledních 12 měsících přečetli, jmenujte jedinou, která vám tím, že jste se o ní dověděli, umožnila udělat lepší rozhodnutí o závažném a konkrétním problému ovlivňujícího váš život, kariéru nebo podnikání. Porovnejte to s tím, co byste věděli, i kdybyste se s tímto množstvím zpráv nasetkali. Fakt je, že pro síly působící ve vašem životě, na nichž doopravdy záleží, je konzumace zpráv nedůležitá. V nejlepším případě je zábavná. Ale pořád stejně irelevantní.

Předpokládejme, že byste navzdory všem očekáváním našli jeden novinový kus, který podstatně zvyšuje kvalitu vašeho života v porovnání s tím, jak by se odvíjel, pokud byste zprávu nepřečetli nebo neviděli. Kolik prkotin musel váš mozek strávit, aby se dostal k té jediné příslušné zlaté cihle? I tato otázka vyžaduje zpětné zhodnocení. Nikdy nemůžeme předvídat, jaká bude skutečná hodnota novinového sdělení. Tak jsme nuceni strávit strana 2

© Rolf Dobelli (www.dobelli.com), 2010

všechno, co se objeví v nabídce novinového bufetu. Stojí to za to? Pravděpodobně ne.

Novinová zpráva o atentátu v Sarajevu v roce 1914 převyšovala všechny ostatní zprávy z hlediska globálního významu. Avšak ten den vražda v Sarajevu byla jen jedním z několika tisíc příběhů v oběhu. Žádná zpravodajská organizace nepovažovala tuto historicky klíčovou vraždu za víc než jen další politicky inspirovaný atentát.

První internetový prohlížeč měl premiéru v roce 1995. Ale zrození tohoto nesmírně zásadního softwaru se do tisku dostalo jen stěží. Navzdory jeho obrovskému budoucímu dopadu.

Všimnout si opravdu důležitých věcí působí lidem potíže. Je mnohem jednodušší registrovat, co je nového. Nejsme vybaveni smyslovými orgány na rozpoznání důležitosti. Závažnost není na první pohled postřehnutelná. Zprávy ano. To je důvod, proč média sází na novotu. (Kdyby naše mysl byla uspořádána opačným způsobem, média by se jistě chovala jinak – sázela by na závažnost). Zásadní bitvou moderního člověka je boj mezi závažností a novostí.

Zprávy vás zaplavují s pohledem na svět, který pro váš život vůbec není důležitý. Co znamená důležitost? Jedná se o to, co je závažné pro vás osobně. Důležitost je osobní volba. Neberte pohled médií za svůj. Pro média je důležitý jakýkoli příběh, který prodá velké množství výtisků: Dárfúr, Paris Hiltonová, srážka vlaků v Číně, nějaký idiotský světový rekord (jako například někdo, kdo snědl 78 cheeseburgerů za hodinu). Tento švindl tvoří základ business modelu zpravodajského průmyslu. Prodává pod štítkem „důležité“, ale přináší jen to, co je nové.

Mediální organizace chtějí, abyste věřili a mysleli si, že vám zprávy nabízejí nějakou konkurenční výhodu. Na to mnoho lidí doplácí. Stáváme se nervózními, když jsme odříznuti od toku zpráv. Strachujeme se, že nám unikne něco důležitého. Konzumace zpráv je ve skutečnosti konkurenční nevýhoda. Čím méně zpráv zkonsumujete, tím větší výhodu získáte.

Obáváte se, že vám unikne „něco důležitého“? Na základě vlastní zkušenosti vím, že pokud se stane něco opravdu závažného, uslyšíte o tom, i když budete bydlet v kokonu, který by vás měl před zprávami chránit. Přátelé a kolegové vám o významných událostech sdělí mnohem spolehlivěji, než jakákoli mediální organizace. Budou vás informovat s přidanou hodnotou meta-informací, protože znají vaše priority a vy víte, jakým způso-

bem přemýšlí. O opravdu důležitých událostech a společenských změnách se mnohem více dozvíte při čtení specializovaných periodik, do hloubky jdoucích časopisů nebo dobrých knih a také tím, že budete mluvit s lidmi, kteří vědí.

3. Zprávy omezují porozumění

Zprávy nemají žádnou vysvětlující schopnost. Zprávy jsou jen bubliny vynořující se na povrchu hlubšího světa.

Zpravodajské organizace se pyšní podáváním přesných faktů, ale skutečnosti, jichž si cení, jsou jen konečné jevy odkazující na hlubší příčiny. Obě strany, jak zpravodajské organizace, tak i koneční spotřebitelé zpráv si pletou pochopení světa s povědomím o hromadě jednotlivých faktů.

Nejsou to „novinová fakta“, která jsou důležitá, ale vlákna, která je spojují. Co doopravdy chceme, je pochopení základních procesů, jak se věci odehrávají. Bohužel, nebezpečně málo zpravodajským organizacím se podaří vysvětlit příčinu, protože základní procesy, kterými se řídí významná sociální, politická a environmentální hnutí jsou většinou neviditelná. Jsou složité, nelineární a těžké pro naše hlavy (a hlavy novinářů) obtížně stravitelné. Proč zpravodajské organizace jdou po lehkých věcech, anekdotách, skandálech, lidských příbězích a obrázcích? Odpověď je jednoduchá – protože jsou laciné na výrobu.

Důležité události nejsou příběhy – jsou to pomalá a silná pohnutí, která se pod radarem novinářů rozvíjejí pomalu, ale mají transformační účinek.

Většina lidí věří, že když budou mít více informací, pomůže jim to rozhodovat se lépe. Zpravodajské organizace tuto víru podporují. Sakra, vždyť je to v jejich zájmu. Pomůže vám hromadění faktů pochopit svět? Bohužel ne. Vztah je vlastně obrácený. Čím více jednotlivých kousků strávíte, tím méně celý obraz pochopíte.

Neexistuje žádný důkaz, že by lidé závislí na zprávách dělali lepší rozhodnutí. Docela jistě nejsou úspěšnější než nějaký průměrný Pepa. Pokud by více informací vedlo k vyššímu ekonomickému úspěchu, očekávali bychom, že novináři budou na vrcholu pyramidy. To se však neděje. Právě na-

opak. Nevíme, co lidi dělá úspěšnými, ale shromažďování kousíčků zpráv to rozhodně není.

Čtení novin za účelem pochopení světa je horší než vůbec žádné čtení. Co je nejlepší – úplně se odříznout od každodenní spotřeby zpráv. Namísto polykání blikajících titulků čtete knihy a myšlenkami nabitě časopisy.

4. Zprávy jsou jedovaté pro vaše tělo

Zprávy neustále podněcují limbický systém. Poplašné zprávy podněcují uvolňování kaskád glukokortikoidů (kortizolu). Ty deregulují váš imunitní systém a potlačují uvolňování růstových hormonů. Jinými slovy se vaše tělo ocitá ve stavu chronického stresu. Vysoká hladina glukokortikoidů v těle způsobuje zhoršené trávení, zpomalení růstu (buněk, vlasů, kostí), nervozitu a náchylnost k infekcím. Mezi další potenciální nežádoucí účinky patří strach, agresivita, tunelové vidění a apatie.

5. Zprávy zvyšují pravděpodobnost kognitivních omylů

Novinky živí matku všech kognitivních omylů – touhu po potvrzení (confirmation bias). Automaticky a systematicky odfiltrováváme důkazy, které jsou v rozporu s našimi předsudky, ve prospěch důkazů, které potvrzují naše přesvědčení. Slovy Warrena Buffetta: „Co umí člověk nejlépe? Interpretovat všechny nové informace takovým způsobem, aby jeho stávající názory zůstaly nedotčené.“ To je ona touha po potvrzení. Spotřeba zpráv, a to zejména jejich přizpůsobený příjem, tuto lidskou chybu zhoršuje. Výsledkem je, že se procházíme po světě schovaní v oblaku zdánlivě potvrzujících dat, dokonce i když se naše teorie o světě a nás samotných mohou mýlit. Začneme mít sklony k přílišnému sebevědomí, podstupování hloupých rizik a nesprávnému ohodnocení příležitostí.

Zprávy nejenže živí touhu po potvrzení (confirmation bias), ale zhoršují i další kognitivní omyl – zkreslování příběhem (story bias). Náš mozek touží po příbězích, které „dávají smysl“, i když neodpovídají realitě. A zpravodajské organizace tyto falešné příběhy velmi rády dodají. Místo toho, aby televizní moderátor pouze zahlásil, že akciový trh poklesl (nebo vzrostl) o 2%, prohlásí, že „trh poklesl o 2% kvůli X.“ Dané X potom může být předpověď bankovního zisku, strach o euro, statistiky nezemědělských mezd, rozhodnutí FEDu, teroristický útok v Madridu, stávka metra v New Yorku, potřesení rukou dvou prezidentů, ... Může to být opravdu cokoli.

To mi připomíná střední školu. Moje učebnice dějepisu uváděla sedm důvodů (ne šest, ne osm), proč vypukla francouzská revoluce. Pravda však je, že nevíme, proč francouzská revoluce vypukla. A už vůbec ne, proč zrovna v roce 1789. A nevíme, proč se akciový trh pohybuje tak, jak se pohybuje. Do takových posunů zasahuje příliš mnoho faktorů. Netušíme jistě, proč vypukne válka, proč se objeví nějaký technologický průlom nebo z jakého důvodu vyskočí cena ropy. Každý novinář, který píše: „Trh se posunul kvůli X“ nebo „firma zkrachovala kvůli Y“, je idiot. Samozřejmě že X mohlo mít nějaký nahodilý vliv, ale od toho, že by na něm byl daný posun postaven, jsme velmi daleko. Další vlivy mohou být mnohem smysluplnější. Novinové zprávy se do značné míry neskládají z ničeho než jednoduchých příběhů a anekdot, které fungují jako náhražka pro logicky promyšlenou analýzu. Tohohle laciného vysvětlování světa už mám po krk. Je to nevhodné. Je to iracionální. Je to podvrh. A odmítám si tím nechat zamořit své myšlení.

6. Zprávy zabraňují myšlení

Myšlení vyžaduje soustředění. Soustředění vyžaduje nepřetržitý čas. Novinové položky jsou jako volně plovoucí radikály, které se střetávají s jasným myšlením. Novinky jsou speciálně navrženy, aby vás vyrušovaly. Jsou jako viry, které kradou pozornost pro své vlastní záměry. Nejde tady o kradení času (viz důvod 8). Jedná se o neschopnost jasně myslet, protože jste otevřeli dveře rušivému toku kousků zpráv.strana 4

© Rolf Dobelli (www.dobelli.com), 2010

Novinky z nás dělají mělké myslitele. Ale je to ještě horší. Novinky silně ovlivňují paměť. Máme jí dva druhy – dlouhodobou a pracovní. Dlouhodobá má kapacitu téměř nekonečnou, avšak pracovní je omezena na udržení omezeného množství „kluzkých“ dat (zkuste zopakovat desetimístné telefonní číslo poté, co jste jej slyšeli poprvé v životě). Cesta z krátkodobé do dlouhodobé paměti vede přes zúžený bod v mozku. Všechno, co chcete pochopit, tudy musí projít. Je-li tato stezka přerušena, nic neprojde dál. A protože zprávy přerušují soustředění, zhoršují pochopení.

Paříž nenavštívíte jen na jednu hodinu a Muzeum moderního umění neprosvístíte za dvě minuty. Proč ne? Protože mozek potřebuje čas na vstřebávání. Vybudování koncentrace trvá minimálně 10 minut čtení. Pokud tomu věnujete méně času, váš mozek zpracuje informace povrchně a sotva je uloží. Novinky jsou jako vítr bičující vaši tvář. Zeptejte se sami sebe: jaká byla před měsícem desítka nejdůležitějších zpráv (které už ovšem dnes ve zprávách nejsou)? Pokud máte problémy s rozpomínáním, nejste sami. Proč byste měli chtít konzumovat něco, co vůbec nepřispěje k vašemu chrámu znalostí?

Co se týče on-line zpráv, ty mají ještě horší dopad. V roce 2001 dva kanadští vědci ve své studii ukázali, že pochopení textu klesá s tím, jak se počet hypertextových odkazů v dokumentu zvyšuje. Proč? Protože vždy, když se objeví odkaz, váš mozek musí minimálně učinit rozhodnutí, že na odkaz neklikne, což je už samo o sobě rušivé.

Spotřebitelé zpráv jsou něco jako násoskové ne důležitosti a spotřebitelé on-line zpráv jsou z nich ti největší. Zprávy jsou přerušovací systém. Chytí vaši pozornost jen proto, aby ji mohl rozhodit. Vyrušení novinkami představuje, kromě nedostatku glukózy v krvi, největší barikádu jasnému myšlení.

7. Zprávy mění strukturu mozku

Zprávy fungují jako droga. S tím, jak se příběh rozvíjí, chceme znát jeho pokračování. V hlavách se

1 Nicholas Carr: The Web Shatters Focus, Rewires Brains, Wired, May 2010

nám rozrůstají stovky možných alternativních pokračování a způsobují vzrůstající nepřekonatelnou touhu, kterou je těžké ignorovat.

Proč jsou zprávy návykové? Jakmile si jednou vytvoříte návyk na kontrolování zpráv, bude vás to pohánět, abyste je prohlíželi ještě častěji. Vaše pozornost je nastavena na rychlé a průlomové udá-

dobá potenciace“ (long-term potentiation = LTP) a obvody v mozku, jež mají na starost odměňování. Narkomani hledají stále více návykové látky, aby dosáhli stejného účinku. Aby dosáhli uspokojivějšího prahu odměny, potřebují více stimulace než lidé, jež závislí nejsou. Přeorientujete-li svou pozornost na jiné věci – jako je literatura, věda, umění, historie, vaření, péče o domácí mazlíčky nebo cokoliv jiného – získáte na ně více soustředění. Tak prostě mozek funguje.

Dřív si vědci mysleli, že spojení vytvořená mezi 100 miliardami neuronů v našich lebkách jsou v době dospělosti už pevně ukotvená. Dnes však víme, že to tak není. Lidský mozek je velmi tvárný. Nervové buňky stará spojení běžně rozbíjejí a nová vytvářejí. Když se přizpůsobíme novému kulturnímu fenoménu, jako je třeba spotřeba zpráv, skončíme s jiným mozkiem. K přizpůsobení zprávám dochází na biologické úrovni. Novinky nás přeprogramují. To znamená, že náš mozek funguje jinak, i když se zrovna čtení zpráv nevěnujeme. A to je nebezpečné.

Čím více novinek zkonzumujeme, tím víc posilujeme nervové okruhy věnované skimmingu (vybírání nejdůležitějších faktů) a multitaskingu, zatímco zanedbáváme okruhy používané pro důkladné čtení a přemýšlení s hlubokým soustředěním. Většina spotřebitelů zpráv ztratí schopnost vstřebat dlouhé články nebo knihy, přestože dřív byla tvořena vášnivými čtenáři. Po čtyřech pěti stranách se unaví, koncentrace zmizí a přijde neklid. Není to proto, že by daní lidé byli starší nebo by měli obtížnější a nabitější program. Je to tím, že se změnila fyzikální struktura jejich mozku. Dle slov profesora Michaela Merzenicha (z Kalifornské univerzity v San Franciscu), průkopníka v oblasti neuroplasticity: „Trénujeme naše mozky k tomu, aby věnovaly pozornost kravinám.“

Hluboké čtení je k nerozeznání od hlubokého myšlení. Když konzumujete zprávy, váš mozek se strukturálně mění. To znamená, že se mění způsob, jakým i přemýšlíte. Znovuzískání schopnosti strana

koncentrace a rozvažování nebude vyžadovat nic menšího než radikální novinovou dietu.

8. Zprávy jsou nákladné

Novinky plýtvají časem. Vynucují si přemrštěné náklady.

Zprávy daní výkonost třemi způsoby. Za prvé, musíte počítat s časem, který je třeba ke spotřebě zpráv. To je čas, jež skutečně ztrácíte čtením, poslechem a sledováním zpráv.

Za druhé, přičtete čas na přeorientování se – neboli přepínací náklady. Tím myslím čas, který ztrácíte snahou dostat se zpět k tomu, co jste dělali předtím, než vás novinky přerušily. Musíte si sesbírat své myšlenky. Co jste chtěli dělat? Pokaždé, když přerušíte svou práci, abyste zkontrolovali, co je nového, vyplýváte další čas snahou o přeorientování se nazpět.

Za třetí, zprávy nás rozptylují i hodiny poté, co jsme strávili dnešní horké články. Novinky a obrázky vám můžou probublávat v hlavě hodiny, někdy dokonce i dny poté s tím, že vám budou neustále přerušovat tok myšlenek. Proč byste si tohle chtěli způsobovat?

Pokud čtete každé ráno noviny po dobu 15 minut, 15 minut kontrolujete novinky po dobu oběda a 15 minut, než jdete do postele, ztrácíte značné množství času. Přidejte k tomu ještě pět minut sem a tam, když jste v kanceláři, a připočítejte rozptýlení a čas na návrat k práci. Když to shrneme, každý týden celkově ztratíte alespoň půl dne. Půl dne. A za co?

Když to vezmeme z globální úrovně, ztráta potenciální výkonosti je mimořádně obrovská. Vezměte si například teroristické útoky v Bombaji v roce 2008. Teroristé tehdy v aktu hrůzostrašného exhibicionismu zavraždili asi 200 lidí. Představte si, že miliarda lidí věnuje v průměru jednu hodinu své pozornosti bombajské tragédii. Tím, že bude sledovat zprávy, dívat se na nějaké důležité mluvčí v televizi a přemýšlet o tom. To číslo je docela divoký odhad, ale samotný odhad je ještě daleko od divokého čísla. Samotná Indie má více než miliardu obyvatel. Mnozí z nich sledováním onoho dramatu strávili celé dny. Jedna miliarda lidí krát jedna hodina je jedna miliarda hodin, což je více než 100 000 let. Globální průměrná délka života je dnes 66 let. Takže spotřebou zpráv bylo pohlceno téměř 2000 životů. To je mnohem víc než samotný počet zavražděných. V jistém smyslu se ze zpravodajských hlasatelů nechtěně stali společníci teroristů

dívejte se, kolik hodin takhle bylo ztraceno, když zemřel Michael Jackson. V příbězích žádný podstatný obsah a miliony vyplývaných hodin.

Informace již nejsou nedostatkovým zbožím. Tuto roli převzala pozornost. Když se jedná o vaše peníze, zdraví nebo pověst, nejednáte tak nezodpovědně. Proč se vzdávat myšlení?

9. Zprávy rozdělují vztah mezi prestiží a úspěchem

Prestiž ovlivňuje, jakým způsobem lidé ve společnosti spolupracují. V naší dávné minulosti byla pověst člověka přímo spojena s jeho úspěchy. Viděli jste, že váš kmenový kolega zabil tygra bez cizí pomoci, tak jste začali šířit slovo o jeho statečnosti.

S příchodem sériově vyráběných zpráv do naší společnosti vstoupil podivný pojem „sláva“. Sláva je zavádějící, jelikož obecně se lidé proslaví z důvodů, které pro naše životy mají nepatrný význam. Média zajišťují slávu filmovým hvězdám a moderátorům televizních zpráv z nicotných důvodů. Zprávy tak rozdělují vztah mezi pověstí a úspěchem. Smutnou skutečností je, že popularita těch, kteří jsou vidět, vytlačuje úspěchy těch, kteří přinášejí zásadnější příspěvky.

10. Zprávy píší novináři

Dobrý profesionální novinář si dá se svou prací načas. Ověřuje fakta a promýšlí věci do konce. Ale jako každá jiná profese i žurnalistika má nekompetentní a nepoctivé pracovníky, kteří nemají čas nebo kapacitu pro hlubší analýzu. A člověk nemusí

© Rolf Dobelli (www.dobelli.com), 2010

být schopen rozeznat rozdíl mezi vyleštěnými profesionálními zprávami a uspěchanými zbrklými a před-objednanými články pocházející od spisovatele, který si potřebuje s někým vyřídit účty. Všechno to vypadá jako zpravodajství.

Podle mého odhadu je méně než 10 % novinových zpráv původní. Méně než 1 % z nich je skutečně investigativní. A jen jednou za 50 let novináři odhalí nějaký Watergate. Mnoho reportérů slepuje zbytky zpráv z reportáží jiných lidí, obecného povědomí, mělkého myšlení a toho, co lze najít na internetu. Někteří reportéři opisují od sebe navzájem nebo odkazují na starší kusy, aniž by se nutně obtěžovali s opravou faktů, které se v mezidobě změnily. Kopírování a kopírování kopií násobí nedostatky v přibězích a jejich bezvýznamnost.

11. Údaje jsou občas mylné, prognózy jsou špatně vždy

Někdy jsou sdělovaná fakta prostě pomýlená. Ve významných publikacích se snižují redakční rozpočty, kvůli čemuž se kontrola faktů v celém tiskovém procesu stává ohroženým krokem.

Časopis *The New Yorker* je pro svou kontrolu skutečností vyhlášený. Vypráví se, že kdyby byl v nějakém článku uveden *Empire State Building*, někdo z oddělení kontroly faktů by šel ven a pohledem zkontroloval, jestli daná budova ještě pořád opravdu stojí. Nevím, jestli je ten příběh pravdivý, ale zdůrazňuje moji pointu. Dnes je ověřovatel faktů ve většině zpravodajských společností ohroženým druhem (i když je v *The New Yorkeru* stále naživu a daří se mu dobře).

Mnoho zpráv obsahuje předpovědi, avšak ve složitém světě je předpovědět cokoli přesně nemožné. Ohromné množství důkazů naznačuje, že prognózy novinářů a expertů v oblasti financí, sociálního rozvoje, globálních konfliktů a technologií jsou téměř vždy úplně špatně. Tak proč si těmi braky plnit hlavu?

Předpověděly noviny první světovou válku, velkou hospodářskou krizi, sexuální revoluci, pád sovětského impéria, vzestup internetu, odolnost vůči antibiotikům, pokles porodnosti v Evropě nebo všeobecný rozmach deprese? Možná byste v

moři milionů mylných předpovědí našli jednu nebo dvě správné. Nesprávné prognózy jsou nejen zbytečné, ale dokonce škodlivé.

Chcete-li zvýšit přesnost svých vlastních předpovědí, odstříhnete se od zpráv a hodíte si kostkami. Nebo pokud jste připraveni na hlubší porozumění, čtete knihy a informované časopisy, díky nimž pochopíte neviditelné motory, které ovlivňují náš svět.

12. Zprávy jsou manipulativní

Naše evoluční minulost nás vybavila skvělým detektorem nesmyslů pro styk z očí do očí. K detekci manipulace automaticky používáme mnoho vodítek a nápověd, které jdou nad rámec vyčtené zprávy a zahrnují gesta, výrazy obličeje, známky nervozity (jako zpocené dlaně, červenání a tělesný pach). Při žití v malých skupinkách lidí jsme téměř vždy znali původ posla a prostředí, ze kterého pocházel. Informace vždy přišly s bohatým souborem metadat. V současné době i svědomití čtenáři zjišťují, že rozlišování nezaujatých novinových zpráv od těch, které mají vlastní soukromé zájmy, je obtížné a příliš náročné na energii. Proč tím vůbec procházet?

Příběhy jsou vybírány nebo zabarvovány tak, aby potěšily inzerenty (advertising bias) nebo vlastníky médií (corporate bias). Každý mediální výstup má pak navíc tendenci hlásit totéž, co hlásí všichni ostatní, a zabraňovat vyprávění příběhů, které by někoho urazily (mainstream bias).

PR průmysl (public relations – styk s veřejností, pozn. překl.) je stejně rozsáhlý jako zpravodajský průmysl. Což je ten nejlepší důkaz pro fakt, že novináři a zpravodajskými organizacemi lze zmanipulovat. Nebo alespoň ovlivnit či zviklat. Pokud by to nefungovalo, velké korporace, zájmové skupiny a další organizace by na PR takové obrovské částky nevynakládaly. Pokud tiskoví mluvčí mohou zmanipulovat novináře, kteří ze své podstaty chovají vůči mocným organizacím přirozený skepticismus, co vás vede k myšlence, že jejich podvodu uniknete zrovna vy?

Vezměte příběh zdravotní sestřičky *Nayirah*. *Nayirah* byla 15letá kuvajtská dívka, která svědčila v americkém Kongresu v době před válstrana 7

© Rolf Dobelli (www.dobelli.com), 2010

kou v Perském zálivu v roce 1991. Tvrdila, že byla v Kuvajtu svědkem zavraždění kojenců iráckými vojáky. Prakticky každá zpravodajská organizace tento příběh pokryla. Americká veřejnost byla pobouřena, čímž zatlačila Kongres ještě blíž ke schválení války. Její svědectví, které tehdy všechny sdělovací prostředky považovaly za důvěryhodné, se od té doby uvádí jako příklad válečné propagandy. Novinařina tvaruje obecný obraz světa a obecný soubor příběhů, jichž se bude používat pro diskusi. Stanovuje veřejnou agendu. Ale počkejte – opravdu chceme, aby veřejnou agendu určovali reportéři? Řekl bych, že určování agendy médií je prostě špatná demokracie.

13. Zprávy způsobují, že jsme pasivní

Novinové příběhy v drtivé většině mluví o věcech, které nemůžete ovlivnit. Tím čtenářům nastaví rezignovaný pohled na svět.

Srovnejme to s naší historií – tehdy byste mohli reagovat prakticky na úplně každý kousek novinek. Naše evoluční minulost nás připravila jednat. Avšak každodenní opakování zpráv o věcech, na něž nemůžeme mít vliv, způsobuje, že jsme pasivní. Vysává nám to energii. Mele nás to do té doby, než přijmeme pohled na svět, který je pesimistický, znečitlivělý, sarkastický a osudu odevzdaný.

Jestliže lidský mozek narazí na příval nejednoznačných informací, aniž by mu bylo umožněno na základě této informace jednat, může začít být pasivní a cítit se jako oběť. Vědecký termín toto označuje jako naučená bezmocnost. Je to zveličené, ale nedivil bych se, kdyby konzumace zpráv alespoň částečně přispívala k všeobecnému rozšíření deprese. Ukážeme-li si to na časové ose, můžeme spatřit, že rozšíření deprese se téměř dokonale shoduje s růstem a ustanovení mass médií. Možná je to náhoda. Avšak možná k depresi přilévá do ohně konstantní nápor požárů, hladomorů, povodní a různých jiných selhání, přestože tyto smutné zprávy přicházejí z dalekých krajů.

14. Zprávy nám dávají iluzi péče o okolní svět

Kathleen Norrisová to vystihla nejlépe (přestože většinu jejích myšlenek nesdílím), když řekla: „Když naše oči kloužou střídavě z tváře televizního moderátora (oznamujícího zprávy od nějakého nejnovějšího zvěrstva až po poslední výsledky NBA) na citace akciového trhu proudící v dolní části obrazovky, ještě pořád můžeme chtít věřit, že jsme zaujati a že se nás to týká. Jenže neustálé bombardování obrazy a záplavou slov nás vůči starosti o okolní svět dělá pěkně lhostejnými.“

Zprávy nás jako do příkrývky zabalí do pocitu hřejivého celosvětového citění. Všichni jsme světoví občané. Všichni jsme propojeni. Naše planeta je jen jedna velká víska. Zpíváme „We Are the World“ (My jsme svět) a máváme malým plamínkem zapalovačů v dokonalé harmonii s tisíci ostatními. To nám dává nejasný zářící pocit a iluzi péče. Ale to nás sotva někam dostane. Jakékoli zdání prozrazující myšlenku globálního bratrství zavání ohromnou chimérou. Pravdou totiž je, že spotřeba zpráv není totéž, co vzájemné propojení. Propojení nastává tehdy, když jsme ve vzájemné interakci či obchodu.

15. Zprávy zabíjí tvořivost

Věci, které známe, staví hranice naší tvořivosti. To je jeden z důvodů, proč matematici, spisovatelé, skladatelé a podnikatelé často vytváří svá největší díla v mladém věku. Nehledí na to, co už kdo zkusil před nimi. Jejich mozky disponují širokým neobyčejným prostorem, který je pobízí, aby přišli s neotřelými myšlenkami a rozvíjeli je.

Neznám jedinou opravdu kreativní mysl, která by byla závislá na zprávách. Takový není ani žádný spisovatel, ani skladatel, ani matematik, ani lékař, ani vědec, ani hudebník, ani návrhář, ani architekt, ani malíř. Na druhou stranu znám řádku strana 8

© Rolf Dobelli (www.dobelli.com), 2010

velmi netvořivých myslí, které zprávy konzumují jako drogy.

Smrtící účinek noviněk na tvořivost může být také způsoben něčím jednodušším, o čem jsme už diskutovali předtím. Rozptýlením. Nemůžu si představit, jak by se dalo skloubit přemýšlení nad novými nápady s rozptýlením, které zprávy vždy přináší. Pokud chcete přijít se starým řešením, čtěte noviny. Pokud hledáte řešení nové, noviny zahodte.

Co dělat místo toho

Obejděte se bez zpráv. Dejte si terapii šokem. Nechte je úplně být.

Ujistěte se, že jsou vám zprávy tak nepřístupné, jak je to jen možné. Vymažte si ze svého iPhone aplikace pro zprávy. Prodejte televizi. Zrušte všechna předplatná novin. Neprohlížejte si žádné noviny ani časopisy, které se povalují na nádražích a letištích. Nenastavujte si výchozí prohlížeč na žádný zpravodajský web. Vyberte si místo toho stránku, která se málokdy mění. Čím jednodušší, tím lepší. Odstraňte všechny zpravodajské stránky ze seznamu oblíbených. Vymažte z počítače všechna zpravodajská udělátká.

Pokud si chcete zachovat iluzi „že jste nic důležitého neprošvihli“, navrhuji vám, abyste si jednou týdně přečetli souhrnnou stránku v časopise The Economist. Ale neztraťte tím víc než pět minut.

Čtěte časopisy a knihy, které vysvětlují, jak funguje svět. Publikace o vědě, přírodě nebo The New Yorker či The Atlantic Monthly. Najděte časopisy, které propojují jednotlivé body a nebojí se ukazovat složitost života (nebo vás jen prostě pobavit). Svět je složitý, s tím nemůžeme nic dělat. Takže si musíte číst poněkud dlouhé a hluboké články a knihy, které tuto jeho složitost představují. Zkuste přečíst knihu týdně. Nebo lépe dvě nebo tři. Dějiny jsou dobré. Co třeba biologie? Nebo psychologie. Tímto způsobem se naučíte pochopit základní mechanismy světa. Hledejte hloubku namísto šířky. Užijte si objevování informací, které vás opravdu zajímají. Dobře se bavte.

První týden bude nejtěžší. Rozhodování nekontrolovat zprávy, zatímco přemýšlíte, píšete nebo čtete, vyžaduje disciplínu. Bojujete s hluboce zakořeněným návykem. Zpočátku se budete cítit bez kontaktu, nebo dokonce společensky izolovaně. Každý den budete v pokušení zkontrolovat svou oblíbenou webovou stránku se zprávami. Odolejte. Držte se šokové terapie. Obejděte se 30 dní bez no-

více času, lépe se soustředíte a máte hlubší porozumění světa.

Po nějaké chvíli si uvědomíte, že jste ani navzdory zatemnění proti přívalu zpráv nepromeškali (a ani v budoucnu nepromeškáte) žádné důležité skutečnosti. Pokud je trocha informací k vaší profesi, firmě, rodině nebo komunitě opravdu důležitá, uslyšíte ji včas. Od svých přátel, tehdy nebo od kohokoli, s kým budete mluvit nebo koho uvidíte. Když jste s přáteli, zeptejte se jich, jestli se ve světě děje něco důležitého. Takle otázka je účinný konverzační startér. Avšak většinou bude odpověď znít: „Ani ne...“

Bojíte se, že z vás život bez zpráv udělá na nějaké párty vyvrhele? No, možná nebudete vědět, že Lindsay Lohanová šla do vězení, ale rozhodně budete disponovat mnohem inteligentnějšími fakty ke sdílení. Můžete mít povědomí o kulturním významu potravin, které jíte, nebo o objevu planet mimo sluneční soustavu. Nikdy se nestydíte mluvit o svém životním stylu bez zpráv. Lidé budou fascinováni.

Dobré zprávy

Společnost žurnalistiku potřebuje – avšak jinou, pozměněnou.

Investigativní žurnalistika je důležitá v jakékoli společnosti. Potřebujeme více do hloubky jdoucích novinářů, kteří budou vykopávat smysluplné příběhy. Potřebujeme mít zpravodajství, které by chránilo a hlídalo naši společnost a odhalovalo pravdu. Nejlepším příkladem je aféra Watergate. Důležitá zjištění však nemusí přicházet v podobě zpráv. Vytváření dobré reportáže nemůže podléhat citlivosti na termíny. Skvělými místy pro investigativní žurnalistiku jsou dlouhé časopisecké články a knihy jdoucí do hloubky. A teď, když jste

si proti zprávám naordinovali terapii šokem, budete mít čas je číst.

Odvolání do budoucna

Výše uvedené údaje odrážejí nejvíce pravdivé stanovisko, kterého jsem v době psaní tohoto článku mohl dosáhnout. Vyhrazuji si právo své názory kdykoli změnit. Také si chci dopřát svobodu být sám se sebou v rozporu. Už se mi to stalo v minulosti a s největší pravděpodobností tomu tak bude i v budoucnosti. Avšak jediný důvod, kvůli němuž si právo měnit názory vyhrazuji (což by byla otečka, které by si nepochybně všimla „policie konzistence“ – obvykle novináři s dobrými známkami ze střední školy), je ten, že nový pohled může být bliž pravdě. Nikdy to není z důvodu, abych získal jakoukoli osobní výhodu.