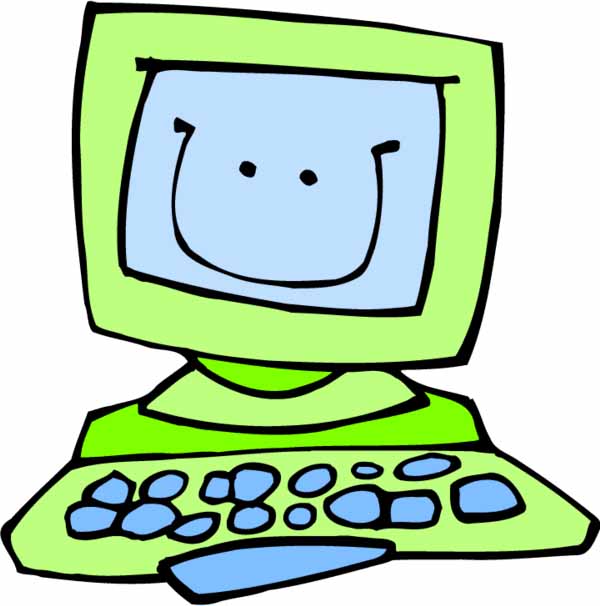
**Les technologies numériques**

Désormais, *« l’environnement numérique n'est pas un monde parallèle ou purement virtuel, mais fait partie de la réalité quotidienne de nombreuses personnes, en particulier des plus jeunes »* (Benoît XVI, 24 janvier 2013).

**A. Grandir dans les vertus**

• Éviter de **parler sans nécessité de soi-même** sur les réseaux sociaux ou dans les blogs.

• **Être** **à ce que l’on fait** à tout moment, en désactivant la possibilité de recevoir des notifications, des appels, des mails, etc., en particulier durant les périodes de travail ou d’étude plus intense et pendant les **moments consacrés à la prière.**

• Éviter de céder à l’impatience pour **consulter sa messagerie**. Prévoir des temps pour cela.

• Ne pas répondre ni consulter ses messages **lorsqu’on parle avec quelqu’un**, **par** **respect**, ni pendant les repas ou les réunions.

• Utiliser avec **tempérance** les possibilités offertes par les smartphones, etc. pour satisfaire sa **curiosité** d’être informé en permanence, d’avoir des réponses immédiates.

• **Préserver son intimité** en n’étalant pas sur la place publique des **photos** ou vidéos personnelles ou familiales : cela éveille la curiosité et favorise la vanité.

• Préserver le **silence**, la **réflexion** et la **mortification intérieure**: Dieu parle dans la « brise légère » (I Rois 19, 11-13).

• Vivre avec **ordre**, car les nouvelles technologies peuvent être **chronophages**.

• Éviter de faire perdre leur temps aux autres en passant des **messages inutiles ou banals**.

**B. Vivre la sainte pureté**

• Sans elle, pas de vie contemplative.

• Maîtriser son regard, mortifier sa curiosité, éviter de naviguer sans but sur internet.

• Former son **discernement** et sa **personnalité** en sachant ce que nous voulons.

*« Habitue-toi à dire non »* (*Chemin*, 5).

• Faire en sorte **que l’on ne puisse accéder à internet que dans des lieux de passage** : l’ordinateur familial, tourné du **côté visible**.

• **Pare-feu et filtres** **moraux**, mais aussi **horaires** : la box de la maison doit pouvoir empêcher de consulter internet la nuit. Non pour maintenir la famille dans l’immaturité, mais parce qu’il y a en nous une **part de faiblesse, un principe d’opposition à la grâce** par suite du péché originel.

**C. Les réseaux sociaux**

• Attention à **l’identité** : il serait anormal, soit de **se cacher derrière un pseudonyme**, soit de **dissimuler ce que l’on pense** réellement.

• En particulier, une **photo** doit nous montrer tels que nous sommes. Ainsi que dans nos relations avec les personnes de **sexe opposé**.

• Attention aux **échanges**, parfois ambigus, que l’on peut entretenir : **unité de vie**.

• Petit texte à envoyer (et à méditer) :

Tu es nouveau sur Facebook.  
Je me permets de t'envoyer quelques recommandations :  
1) N'y passe pas trop de temps, en particulier à "chatter" ou à regarder les photos des autres.  
2) Ne perds pas de temps à des jeux inutiles ou à des groupes sans intérêt.  
3) Ne prends comme amis que des personnes que tu connais vraiment.  
4) Évite de mettre des photos trop intimes, ou qui te montrent dans des situations honteuses.  
5) N'écris pas sur ton mur, ou sur le mur des autres, des messages dont tu n'aimerais pas qu'ils soient lus par d'autres amis.  
6) Si tu n'as rien d'intéressant à écrire, n'écris pas sur ton « statut ».  
7) Si tu n'es pas content d'une chose qu'on t'a écrite, tu peux la supprimer.  
8) Si tu n'es pas content d'une chose qu'on a écrite sur toi, tu peux signaler un abus à l'autorité de Facebook, et ils la supprimeront.  
9) Si tu n'es pas content d'un ami, tu peux toujours le supprimer de ta liste.  
10) Pour des messages vraiment personnels, passe plutôt pas ton adresse mail, ou par le téléphone.

• Articles : Facebook et l’éducation numérique :

<http://www.silvestre-baudrillart.fr/-Education-numerique->

**D. Occasion d’apostolat**

• **Reprendre contact** avec d’anciens amis, **diffuser des idées** saines ou en rapport avec la foi.

• Cela n’est qu’un **complément** aux relations personnelles en chair et en os, ou même à un coup de téléphone, que rien ne peut remplacer.

• **Que faire ?** Tenir un blog, pourquoi pas ? Ou avoir son site ; ou tout simplement rédiger un commentaire, donner une information…

• Attention aux **risques** : un message peut rester indéfiniment sur la toile…

• Dans ce domaine, **prendre conseil** et accepter de **se laisser aider** dans la direction spirituelle.