

Podría parecer que he mudado de obsesión, de las máquinas de escribir a la tecnofobia, pero nada más falso. Por una parte, sigo obsesionado con las máquinas de escribir, tanto así que ya tengo otra (y jubilé a Olivia; mejor dicho, le di una promoción al servicio de otra persona); y más importante aun, fue esta obsesión la que me condujo a la segunda.

Respecto de la segunda, para nada me considero un tecnófobo recién salido del closet, pero sí creo que es (muy) importante darse cuenta de la relación enfermiza que la mayoría tenemos, en mayor o menor grado, con la tecnología, y tomar cartas en el asunto para recuperar la salud (mental, principalmente, aunque indirectamente también la física).

Pese al título "Desconectados", éste no se refiere a un abandono completo, ni de internet ni de la tecnología, ni de tener lo menos posible. Análogamente al minimalismo, se trata de usar lo que cada quien requiere (por cuestiones de trabajo, habrá quien necesite un mayor tiempo de acceso a internet y al correo electrónico, por ejemplo), pero eso sí, anteponer las relaciones personales, la llamada vida real, a la virtual.

Si ha sido un tema que ha llamado poderosamente mi atención, es porque, tanto la tesis principal, como las acciones recomendadas, ya me habían rondado por la cabeza, pero este artículo, así como otros relacionados que he encontrado, me han aclarado un poco las cosas.

Por lo pronto, he tomado cartas en el asunto y he aplicado, o lo haré tan pronto me sea posible, las siguientes medidas:

1. Reducción de dispositivos. Si tengo más de uno que hagan lo mismo, o casi lo mismo, sólo conservaré uno. Así que, lo más probable es que me quedé con un iPad como interfaz con internet y consulta del correo electrónico, y me deshaga de la computadora.
2. Depuración de avisos o notificaciones. Sólo dejaré las indispensables, pero nada que cause avisos frecuentes. Esto incluye a la aplicación más molesta e intrusiva que conozco: WhatsApp...gracias a "Dios" sí es posible hacerlo.
3. Si no es indispensable tener un todófono (teléfono inteligente), cambiarlo por un teléfono básico que sirva únicamente para llamadas y mensajes de texto.
4. Dar preferencia a la lectura de libros físicos sobre la de digitales.
5. Otras medidas orientadas a quitarle trabajo a la tecnología y volver a dárselas

a mi cerebro, pero esas las trataré en otro artículo.

Igual de importante que todo lo anterior me parece el punto de vista que debería dársele a esto. No se trata de que al "dejar" (adecuar al mínimo el uso de) la tecnología se pierda algo, sino de que se gana, se recupera una relación con el mundo real.