

«No parlis si no és per millorar el silenci»

El periodista Jordi Romañach proposa una «Dieta digital»

Carme Munté

Surts un moment de casa a comprar el pa i t'adones que t'has deixat el mòbil. Gires cua perquè..., i si tens un *whatsapp* pendent de llegir? Finalment, després de molts intents, quedes per dinar amb un amic per conversar una estona tranquil·lament. Deixes el mòbil a la taula perquè..., i si mentre t'arriba un correu electrònic urgent? Posar a carregar el mòbil a la tauleta de nit, enviar contínuament missatges, penjar la foto i el comentari d'una meravellosa posta de sol que quan finalment et disposes a contemplar resulta que ja ha passat... si tens tots aquests símptomes, el periodista Jordi Romañach et recomana *Dieta digital* (Plataforma Editorial). Ell l'ha provada i funciona!

Tens 47 anys i ets periodista i publicista. No sol ser habitual que un perfil com el teu sigui un escèptic digital...

Sóc escèptic sobre l'ús intensiu dels telèfons intel·ligents, de les tauletes i, per tant, d'internet i de les xarxes socials. Crec moltíssim en les tecnologies i penso que estem vivint una oportunitat única amb enormes expectatives i possibilitats, però el que demano és una reflexió sobre cap on ens dirigim i si anem pel camí correcte. En aquest sentit, hauríem de reflexionar sobre les conseqüències que es deriven de l'ús intensiu de Google, Apple i Facebook o Twitter.

La connectivitat permanent ens esclavita?

Així com la portabilitat dels telèfons mòbils ens va fer més lliures, perquè ens permetia fer una trucada des de qualsevol lloc, ara, arran de la irrupció dels *smartphones*, som més lliures?, o més esclaus d'aquesta tecnologia? En aquests moments la connectivitat permanent és una forma d'esclavitud del segle XXI. A això cal afegir-hi el poc sentit crític de l'ús que en fem.

En què es basa la dieta digital?

Així com qualsevol nutricionista ens recomana menjar menys i menjar més sa, proposo el mateix digitalment. Aprofitem-nos de les enormes oportunitats que ens ofereixen les tecnologies, però fem-ne un ús racional!

En quin moment prens consciència que tenim un problema i que fem un ús excessiu de les noves xarxes socials i d'internet?

Vaig arribar a aquesta conclusió a través de dos camins: el professional i el personal. D'una banda, observant en els comentaris publicats al mur de Facebook o en una piulada molta frivolitat, banalitat, difamació i poc compromís amb el que es diu. De l'altra —i el que ha tingut més pes—, observant com el meu fill preadolescent s'aproxima a les tecnologies i, de retruc, els seus amics, cosins i companys de classe.

Els nens accedeixen massa aviat a les tecnologies?

Als 8 anys els nens no han de tenir mòbil... Depèn una mica del grau de maduració, però està comunament ac-



ceptat que el primer mòbil el tinguin entre els 13-14 anys. La realitat, però, és que el nen que amb 12 anys no té mòbil és gairebé un friqui. D'altra banda, la normativa interna de Facebook no permet que els menors de 13 anys es creïn un perfil, però tots coneixem pares i mares que els en creen un falsant les dades. Quin exemple donem als fills si els ensenyaem que les normes hi són per incomplir-les!

Detectat el problema, quina dieta vas seguir tu mateix?

Faig un ús constant d'internet, però, per exemple, ara que m'estàs fent l'entrevista tinc el mòbil en silenci. Si anéssim a dinar, el mòbil continuaria en silenci. A la nit, no poso el mòbil a carregar a la tauleta de nit. Si surto un mo-

ment a comprar el pa, no m'emporto el mòbil, com tampoc no me l'emporto quan surto a fer esport amb la família. I pel que fa al meu fill, aquest Nadal li vam comprar un telèfon intel·ligent, però no un iPhone, perquè em sembla una vergonya que amb 12-13 anys tingui un aparell que val 400 euros. Però és que, a més, tant la meua dona com jo tenim les contrasenyes per poder-li revisar els missatges i protegir-lo així del perill del ciberassetjament.

Quan podem adonar-nos que necessitem posar-nos a dieta?

En el moment en què no podem viure sense el nostre telèfon intel·ligent. La prova és molt fàcil: deixa el mòbil a casa un dia d'oci en què no hagi d'agafar el cotxe i no hagi de rebre cap trucada professional i personal significativa. Si ets capaç de fer-ho, no tens cap problema!

Encara som a temps de posar-hi remei?

Ara sí, però d'aquí a un temps ens haurem d'emportar el mòbil a tot arreu perquè també seran les claus per entrar a casa i la cartera on portarem els diners...

Què ens estem perdent a causa d'aquesta esclavitud i quin preu estem disposats a pagar per tal de poder estar tot el dia connectats?

El preu que paguem és la privacitat i el que ens estem perdent és, senzillament, viure. Concentrar gairebé tot el nostre espai de temps a explicar el que estem fent o a atendre tercers que ens prometen altres vivències futures fa que no estiguem mai visquent plenament el moment. Hi ha molta gent que sembla que no tingui ni passat ni futur, sinó una mena de present continu. D'altra banda, la vida virtual que ens creem s'assembla poc a la vida real, cosa que genera molta frustració, menys resistència al fracàs, poca capacitat de sacrifici i manca de valors com la fiabilitat o l'amistat autèntica.

Podem estar tranquils que les grans empreses tecnològiques fan

un bon ús de les nostres dades i de les informacions que pengem?

Darrere de cada clic mostrem com som i, per tant, és fàcil saber les nostres preferències religioses, polítiques, d'aficions... Estem regalant una informació que en altres circumstàncies considerariem sagrada. D'altra banda, el mateix president de Google ha alertat: «Compte amb el que els nois i noies actuals pengen a Facebook perquè potser un dia se'n penediran.» No saps si en algun moment alguna foto et passarà factura en el futur.

Al llibre comentes que així com a través de Facebook i Twitter es fan convocatòries per canviar el món, en aquestes mateixes plataformes el pensament és únic i el déu diner és el qui mana.

Hi ha molta gent que s'aproxima a Google, Apple, Facebook o Twitter com a fans o seguidors, i mai no es perceben a ells mateixos com a clients. Em sap molt greu dir-ho, però per exemple Apple ha esdevingut una mena de secta religiosa amb uns gurus com el mateix Steve Jobs, uns temples que són les botigues i uns fanàtics que fan llargues cues per adquirir l'últim model. Em sorprèn que Apple produeixi a la Xina, amb unes condicions laborals

«El preu que paguem és la privacitat i el que ens estem perdent és, senzillament, viure»

d'explotació, i que no hi hagi campanyes en contra. O que els revolucionaris de fireta que es convoquen a través de Twitter no siguin prou conscients que, rere cada piulada, alimenten l'economia d'un príncep saudita que apareix a les llistes de les persones més riques del món. Així mateix, és vergonyós que les grans empreses Google o Apple no paguin els impostos corresponents.

Quins valors podem recuperar i com l'Església pot ajudar-hi?

Hi ha una màxima molt antiga que sempre m'aplico a mi mateix: no parlis si no és per millorar el silenci. I hi ha una actitud que fa una mica de vergonya recordar però que és essencial: el sentit comú. Sota el paraigua del sentit comú podem incloure criteri, reflexió, pausa; i també ja és hora de recuperar la barriera entre vida privada i vida pública. És oportú que l'Església ens recordi aquests grans valors fonamentals.

Com t'imagines la situació d'aquí a uns anys?

Penso que en un temps no gaire llunyà els usuaris digitals començaran a preguntar-se per què estan a Twitter si no els aporta res, o per què a Facebook pengen una fotografia que a la vida real no farien pública. La lluita per la privacitat és la matèria primera d'aquest segle XXI. En el futur, Facebook tindrà certes dificultats per sobreviure tal com està pensat ara perquè és un atac enorme a la privacitat.