

## Entre Vinos Conversamos – 28 de Febrero, 2023. | Información adicional.

Se trata de un tema de tanto interés para mí que, en mi libro **La democracia de las Emociones**, me llevo a tildar de *lucha encarnizada por la atención* a este fenómeno tan propio de nuestro tiempo. (Ver extracto a pie de página)

Ya el libro del año 2011 titulado **Superficiales, ¿Qué está haciendo internet con nuestras mentes?** su autor Nicholas Carr nos anunciaba y explicaba, con gran claridad y respaldo neurocientífico, los efectos que se producen en el cerebro con el permanente y acelerado cambio de nuestra atención para pasar de un tema a otro de forma permanente y acelerada. Tanto el tono de dichos libros como como el del Food for Thought parecen mostrar preocupación por el fenómeno de falta de retención y grabación de información o conocimiento en nuestras memorias como base para la posterior reflexión que solo puede desarrollarse sobre la interrelación de los conocimientos acumulados.

Pero ¿es esto verdaderamente un problema? o quizá pronto nos cansaremos de tanta distracción (muchas veces manipulativa) y de tanta tentación a la novedad y la curiosidad y por hartazgo o aburrimiento abandonaremos este vicio de permanente distracción.

Hoy la gente no sabe hacer fuego ni cazar con lanza y no pasa nada, pero ¿qué habría pensado un primitivo humano hace 10.000 años imaginando un mundo de personas que no saben cazar, hacer cabañas y encender fuego sin un mechero? ¿No será quizás que nuestros cerebros se van adaptando a los nuevos tiempos y desarrollándose con ello una especie de sabiduría de raza para adaptarse a las necesidades de hoy para la supervivencia con los progresos de nuestro tiempo? Me pregunto por ello (como me lo pregunto cada vez que se denuncia la sustitución de *viejos buenos hábitos* sustituidos por nuevas practicas asociadas a la nueva sociedad tecnológizada) ¿será necesario en el futuro para la humanidad mantener las capacidades que hasta ahora han sido útiles? Yo pienso y me gustaría que así fuera, pero sinceramente no estoy nada convencido de ello pues bien podría ser, simplemente, la nostálgica visión de quien como yo vive con esos paradigmas.

En cualquier caso, resultará sin duda interesante estudiar las razones que nos llevan a caer en la permanente tentación de mirar nuestro teléfono y curiosear en las informaciones que se nos ponen delante. Y para ello os propongo a los conversadores que, desde hoy y hasta nuestra próxima sesión de “Entre Vinos conversamos”, dediquemos nuestra atención a escucharnos en nuestro interior y observar a qué obedecen nuestras personales distracciones y nuestra necesidad de abrir el WhatsApp, de ver el meme, de leer el anuncio o la noticia o titular que se nos muestra como estímulo. ¿Qué pasa en mi interior cuando *entro al trapo* de la tentación? ¿a qué temo? ¿qué ansiedad trato de apagar con ello?.....

Y con ello, en nuestra próxima conversación será un buen ejercicio convertirnos en un laboratorio de experimentación compartiendo como vivimos cada uno, en primera persona, este fenómeno de la distracción, buceando en nuestras sensaciones y emociones que a veces tratamos de negar en relación con el fenómeno de la distracción.

Seguimos contando contigo y te animamos a venir a conversar entre vinos el próximo día 28. Seguro que será interesante y, de nuevo, pasarás un buen rato. ¡No encantará contar con tu participación!

-----

**Extracto del libro “La democracias de las emociones” de Alfredo Sanfeliz. Editorial Kolima**

***Los redes sociales y los medios de comunicación luchan encarnizadamente por nuestra atención***

*La lucha por la atención en nuestra sociedad se ha hecho tremenda y produce un altísimo nivel de invasión de los operadores de internet en nuestras vidas. Todo vale para conseguir llamar nuestra atención y para hacer que miremos el teléfono una y mil veces para ver que noticia, meme o gracia nos ha llegado. Cabe para ello explotar la simple curiosidad y el miedo a perderse*

*algo, generar la necesidad de estar informado de algo para no descolgarse del grupo, sembrar odio y repulsa para generar adhesiones frente a los contrarios, explotar sistemas de alarmas y avisos... En fin, todo tipo de prácticas para mantenernos lo más permanentemente conectados y convertirnos en carne de cañón para ser destinatarios de publicidad bajo una u otra forma. La atención es muy valiosa pues permite hacer negocio, vendiendo publicidad para colocar productos y servicios a quien mira su teléfono u ordenador o a quien estando navegando le salta*

*un anuncio especialísimamente dirigido a él. Se trata además de publicidad absolutamente personalizada y dirigida a quien es el usuario del teléfono, PC o Tablet. ¿No es esto lo que ocurría*

*con la “malla” en la fábula de los Lagos?*

*De nuevo estamos ante prácticas de invasión de nuestra privacidad a la vez que de creación de auténticas dependencias o adicciones a estar conectados provocadas por la necesidad de las empresas de sobrevivir adaptando sus estrategias a todo lo disponible para seguir vendiendo sus productos y servicios en una frenética y eterna carrera para adaptarse a la dura y agresiva dinámica competitiva. Y lo mismo ocurre en el plano político cuando lo que se busca es eficacia para atrapar votos. Por ello, mientras los valores de la eficacia, la competitividad y productividad*

*para conseguir nuestros fines o vender más y más estén colocados como valores supremos en nuestra escala de valores en la sociedad los fenómenos descritos serán incorregibles por más que puedan disimularse y hacerse por vías más sutiles que si cabe serán más peligrosas. Y por ello la tentación de las grandes compañías tecnológicas por controlar hasta el último resquicio de nuestra privacidad o intimidad será irrefrenable con los efectos que ello tiene en nuestras vidas.*