Dipendenza da Internet

Per cominciare, ordine e organizzazione. Bloccare 3G su iPhone, spegnere wi-fi, consegnare i-Pad a figlio diciannovenne, che provvederà a farlo sparire per una settimana (teatralmente e sadicamente). Staccare cavo di rete. Preparare risposta automatica per email.

Sarò off-line fino a giovedì 16 febbraio 2012. In caso di necessità, scrivete a...
I shall be off-line until Thursday 16th February 2012. Please refer any queries to...

Non solo. Se astinenza dev'essere, astinenza sia: chiudo il blog "Italians", per la prima volta dal 1998. Poco prima di mezzanotte, scrivo a 177.833 persone su Twitter:

Test di dipendenza da internet. Da domani, off-line per una settimana (no Tw, no blog, no mail, no web). Poi vi racconto.

Le prime risposte sono immediate e poco incoraggianti.

_Ale_Ceci Intanto si parte già col classico "comincio domani", modello dieta...
LindaLaPosta porta con te il metadone. Non si sa mai.
CaterinaLanfra1 ma proprio OGGI che ho deciso di seguirla su TW?
danworks vai sull'Isola dei Famosi?
PaoloSgobba auguri! Credo sia piu' facile smettere di fumare
P_D_Rose Ti do due gg. al max
iltrabu io ho resistito 26 secondi, il tempo di andare su FB per postare i miei intenti.
BeniniIvan Quasi come gli arresti domiciliari!
MirkoB82 test perso in partenza... a meno di non fare uno stile di vita polinesiano
vittoelle off-line non riceve la mail che le annuncia il Pulitzer. Non risponde e lo perde per sempre.

Be', tanto il Pulitzer non me lo danno.

Giovedì 9 febbraio

Appena sveglio, invece di aprire Corriere.it come d'abitudine, annuncio: "Stamattina si guardano le foto scattate in India!" (28 minuti, con musica pop del Tamil Nadu). Lo so: è l'equivalente delle vecchie proiezioni-con-diapositive, quelle che hanno incrinato tante convivenze. Ma devo distrarmi, a tutti i costi. I famigliari capiscono e sorridono: B. avrà una settimana difficile, meglio non contrariarlo. Alle nove mi sento spavaldo, e faccio una cosa strana, anzi antica: esco, vado all'edicola in piazza del Duomo a Crema, compro il Corriere e lo leggo. Voi direte: be', che c'è di strano? Lei non legge il suo giornale? Risposta: certo, ma a puntate durante la giornata. Non tutto di primo mattino.

Per resistere alle sirene della Rete, decido di tenermi impegnato. Prendo cinque appuntamenti a Milano: ore 12.15 (Rosaria), 13.30 (Alberto e Andrea), 15.30 (Raffaella), 16 (Marco), 17.30 (Ilaria). Mentre mi sposto per la città, leggero e disinformato, metto continuamente la mano in tasca ed estraggo l'i-Phone come se volessi controllare la posta. Internet, concludo, è anche una

tasca ed estraggo il iPhone come se volessi controllare la posta. Internet, concludo, è anche una questione di gestualità. Ma il pensiero non regala alcuna consolazione.

Alle 18.30, alla Triennale, s'inagura la mostra fotografica "Un giorno. 5 anni nella vita dell'Italia dalle pagine di Sette". Mi accorgo di avere la mente sgombra, ricordo nomi, facce e date. Alle 19.15 il Corriere mi chiede un commento su Mario Monti in copertina su Time. Non posso cercare informazioni su internet, devo farmi raccontare tutto da una collega (grazie Mara), poi aspettare i Tg serali, come un tempo. Scrivo, detto al telefono. Il dimafono, alla fine, commenta: "Sa che lei detta proprio bene?". Ringrazio e rispondo: "Cosa crede che abbia fatto ogni sera, dal 1981 al 1994?"

Mancano solo sei giorni: forse ce la faccio.

Venerdì 10 febbraio

Cominciamo male: sembra che tutti debbano inviarmi email indispensabili. Lo so perché qualcuno telefona (a me, a mia moglie, ai miei collaboratori, al giornale); altri ripiegano sugli sms, che diventano la mia linea di comunicazione col mondo. Back to 1992! Tra poco avrò le visioni e mi appariranno i Red Hot Chili Peppers.

Complice il mal di testa – somatizzo? – riesco a combinare poco. L'euforia di ieri è svanita, e a metà giornata mi accorgo di essere nervoso: anche perché mio figlio Antonio sembra aver nascosto bene l'i-Pad. Lavorare è più difficile. Devo cercare il curriculum di un interlocutore: non posso, Wikipedia e Linkedin stanno in rete. Devo scrivere il nome esatto di una cittadina americana, in vista di un viaggio negli USA: di solito queste cose le cerco su Google, ma Google è off-limits. Riapro il vecchio atlante, dove in effetti la cittadina c'è.

Mentre medito sull'astinenza, arriva sms dal Corriere: la direzione mi chiede un commento di 150 righe sulla nuova reputazione degli italiani nel mondo. Scrivo: "D'accordo. Ma guardate che poi devo dettare". Barbara risponde: "E certo che lo so!". Chiedo se posso avere l'intervista di Monti a Time: me la spediscono per fax. Mi sembra di notare una punta di sadismo anche nei colleghi più gentili. Oppure sto diventando paranoico: mancano ancora cinque giorni al termine dell'esperimento, non va bene.

Sabato 11 febbraio

Stamattina alle otto ho guardato per dieci minuti "Baciami Kate!" (film musicale, USA, 1953) su RaiTre: non è un buon segno. Il fine settimana, ai fini del digiuno digitale, dovrebbe essere il periodo più facile: il lavoro si ferma, o rallenta; le mail diminuiscono; gli amici sostituiscono la posta elettronica con altre attività (gite coi figli, supermercato, hobby, jogging, riparazioni domestiche, visite ai parenti). Il problema è che il sottoscritto considera il sabato e la domenica momenti ideali per giocare con l'iPad (a letto, in cucina o sul divano).

Eliminando le attività ludiche in rete, tuttavia, resta tempo per altro. Tra le occupazioni di giornata: leggere attentamente i quotidiani, e valutare lo stato mentale di alcuni colleghi; rispondere alle lettere di carta, e valutare lo stato mentale di alcuni lettori; leggere un articolo di Wired.it (stampato mercoledì), "La dipendenza dal Web modifica il cervello", e valutare il mio stato mentale. Cito: "Attraverso la risonanza magnetica, è dimostrato che l'incapacità di

stato mentale. Cito: "Attraverso la risonanza magnetica, è dimostrato che l'incapacità di staccarsi da internet altera la struttura di alcune zone cerebrali (come la regione orbito-frontale e il cingolo anteriore calloso)". Penso: come starà il mio cingolo calloso?

Pomeriggio al cinema Ducale (Milano, piazza Napoli, film Benvenuti al nord) e cena con Ortensia dai nostri amici Daria e Luca. Se si distraggono, mi infilo in camera e controllo twitter. Ma i padroni di casa sanno del test da dipendenza e mi marcano stretto. Lei approva la mia scelta (e un po' la invidia); lui, che vive online, è scettico (e io lo invidio).

Domenica 12 febbraio

La mia Quaresima 2.0, come ha scritto qualcuno su Twitter (quando potevo vederlo), prosegue. Seduto sul letto, privato dell'amato i-Pad, apro "La Lettura" del Corriere e trovo un articolo dove Francesco Piccolo, ragionando sul film The Artist, critica chi "dovrebbe stare naturalmente dalla parte dalle progresso, e sceglie invece la conservazione per motivi anagrafici e psicologici". Chi sono questi frenatori? L'autore cita il ceto medio riflessivo, gli intellettuali che lo rappresentano, la zia ottantenne e lo scrittore Jonathan Franzen. Mi preoccupo: restare off-line una settimana è una scelta conservatrice? Somiglio alla zia di Francesco Piccolo?

Nella quiete domenicale, i controlli familiari aumentano.

"Dove vai?"
"Come 'dove vado'?' Vado in studio"
"Guarda che non puoi usare il computer"
"Il computer posso usarlo. Non posso andare in rete, è diverso"
"Va be', ma vengo anch'io. Così, per sicurezza"

Questi dialoghi si ripetono da giovedì: all'inizio mi divertivano, ora cominciano a irritarmi. Noto una soddisfazione diffusa nell'impedirmi di fare le cose; e nessuna solidarietà. Mi arriva sms da "La Lettura": "C'è grande attesa. Un sacco di amici e colleghi chiedono come sta andando." Come volete che stia andando? Tengo duro, aggiorno questo diario della privazione, passo romanticamente il mouse sulle icone di Firefox e Safari. "Resistere, resistere, resistere!": mentalmente ringrazio Francesco Saverio Borrelli per un motto buono in ogni stagione.

Lunedì 13 febbraio

Il lunedì è un giorno difficile, dal punto di vista della comunicazione. Nel fine settimana le fertili menti italiane cogitano; e tornando al lavoro sparano nel cyberspazio le loro pensate. La novità è che oggi non le vedo. Appena sveglio controllo su televideo – sul televideo! – il risultato del voto nel Parlamento greco, poi aspetto l'ora esatta per vedere le immagini su Sky Tg24. Mando un paio di sms, poi ricevo dalla produzione di "Otto e Mezzo" (La 7) il biglietto Linate-Fiumicino e il voucher dell'albergo a Roma. Per fax – cosa che diverte Lilli e Giovanna. Capisco come devono sentirsi gli eccentrici, quelli veri. Io sono soltanto un asceta dilettante che ha scelto il digiuno elettronico.

Però diciamolo: QUESTO è un vero "stress test", altro che le banche. Tuttavia, alcuni vantaggi sono ormai evidenti. Per esempio: mi accorgo di essere meno distratto, e la concentrazione risulta facile. E' come se avessi liberato RAM cerebrale. Come succede sotto la doccia o in volo

risulta facile. E' come se avessi liberato RAM cerebrale. Come succede sotto la doccia o in volo sugli aerei, due luoghi off-line (per adesso).

Non solo: capisco che la posta elettronica condiziona l'umore, portandoci continue informazioni inattese. Comunicazioni, inviti, proposte, proteste: le nostre giornate – filosofeggio – sembrano partite di ping-pong, occorre ribattere colpi che arrivano da ogni parte (sotto forma di mail). Da cinque giorni faccio meno cose, ma ho la sensazione di farle meglio. Scopro nuove attività, come guardare dal finestrino dell'automobile (invece di approfittare di ogni trasferimento per controllare la posta). Mi accorgo così che a Roma c'è neve lungo le strade. Non l'ha spalata tutta Alemanno.

Martedi 14 febbraio

Nel giorno di San Valentino mando sms a Ortensia, faccio colazione in albergo leggendo i giornali, osservo dopo decenni la strada verso Fiumicino. All'imbarco, in attesa del volo per Milano, siamo in due a non giocare con iPhone/Blackberry/Android: il sottoscritto e un bambino di tre anni. Al Corriere passo in direzione, evitando Corriere.it, che potrebbe tentarmi. I colleghi chiedono "Come va?", e non è una formalità. L'idea di vivere senza internet attrae e spaventa, come certi film o i cannoli siciliani.

Sull'Herald Tribune (di carta) leggo "The new mantra for tech firm: All things to all people, all day". Si dice, in sostanza, che l'obiettivo di Google, Facebook e compagnia non è più quello di arricchire le nostre giornate, ma "possedere ogni nostro momento di veglia". Preoccupante: ma soltanto da giovedì.

Mercoledì 15 febbraio

Ultimo giorno di esperimento, provo una vaga preoccupazione: perché non sono psicologicamente distrutto da una settimana di astinenza? Ci si abitua così in fretta alle privazioni? Il morbo luddista è entrato in me? Per distrarmi scrivo e detto al Corriere la consueta rubrica del giovedì. Riguarda Silvia Deaglio, figlia del ministro Elsa Fornero e dell'economista Mario Deaglio. Tito Boeri ne ha misurato l'impatto della ricerca su lavoce.info; chiedo di mandarmi testo via fax, suscitando – immagino – ilarità accademica.
Passa a trovarmi l'amico architetto Marco Ermentini, e si congratula per la settimana di digiuno digitale: trova punti di contatto con l'Accademia del Silenzio, di cui è uno dei fondatori. Tre diversi programmi televisivi mi chiedono di raccontare la mia esperienza: non posso, rispondo, l'ho promesso a Daria Bignardi, e non intendo sfidarne l'ira barbarica mostrandomi prima altrove. Però è curioso, penso, mentre la luce si spegne nel cielo turchese di Lombardia (così freddo quand'è freddo) e finisce la mia strana settimana, un po' Bartleby e un po' Marcovaldo: se non fare una cosa diventa una notizia, vuol dire che quella cosa la facciamo troppo, o la facciamo male. Sbaglio?

P.S. A mezzanotte torno su Twitter, che mi è mancato, più della posta elettronica. Qui ritrovo 183.618 persone (ehilà!), là 346 mail. Si annuncia un periodo impegnativo. Bene: per qualche giorno ancora, posso continuare a fare la vittima.

www.beppesevergnini.com

http://www.beppesevergnini.com/2012/03/27/dipendenza-da-internet/