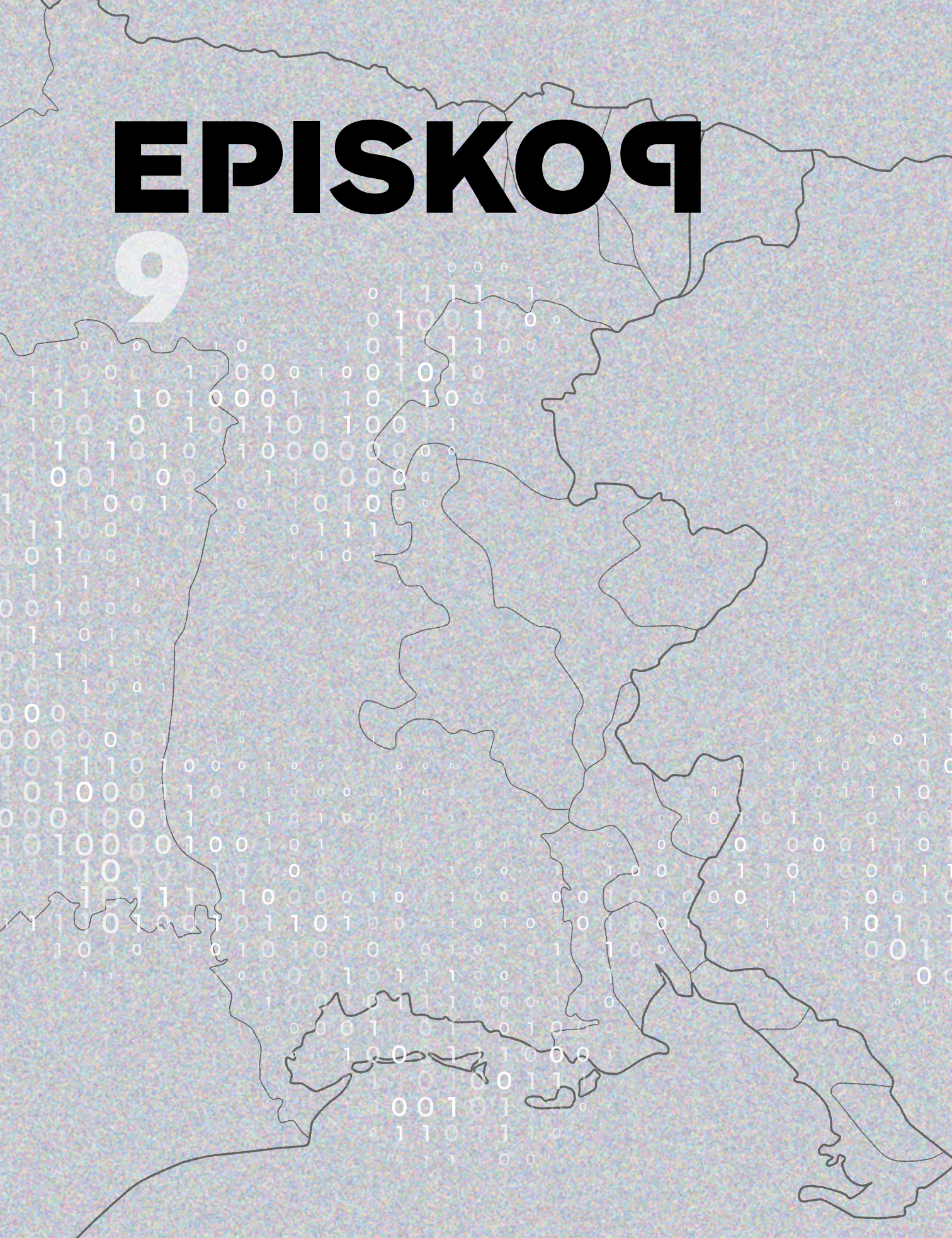
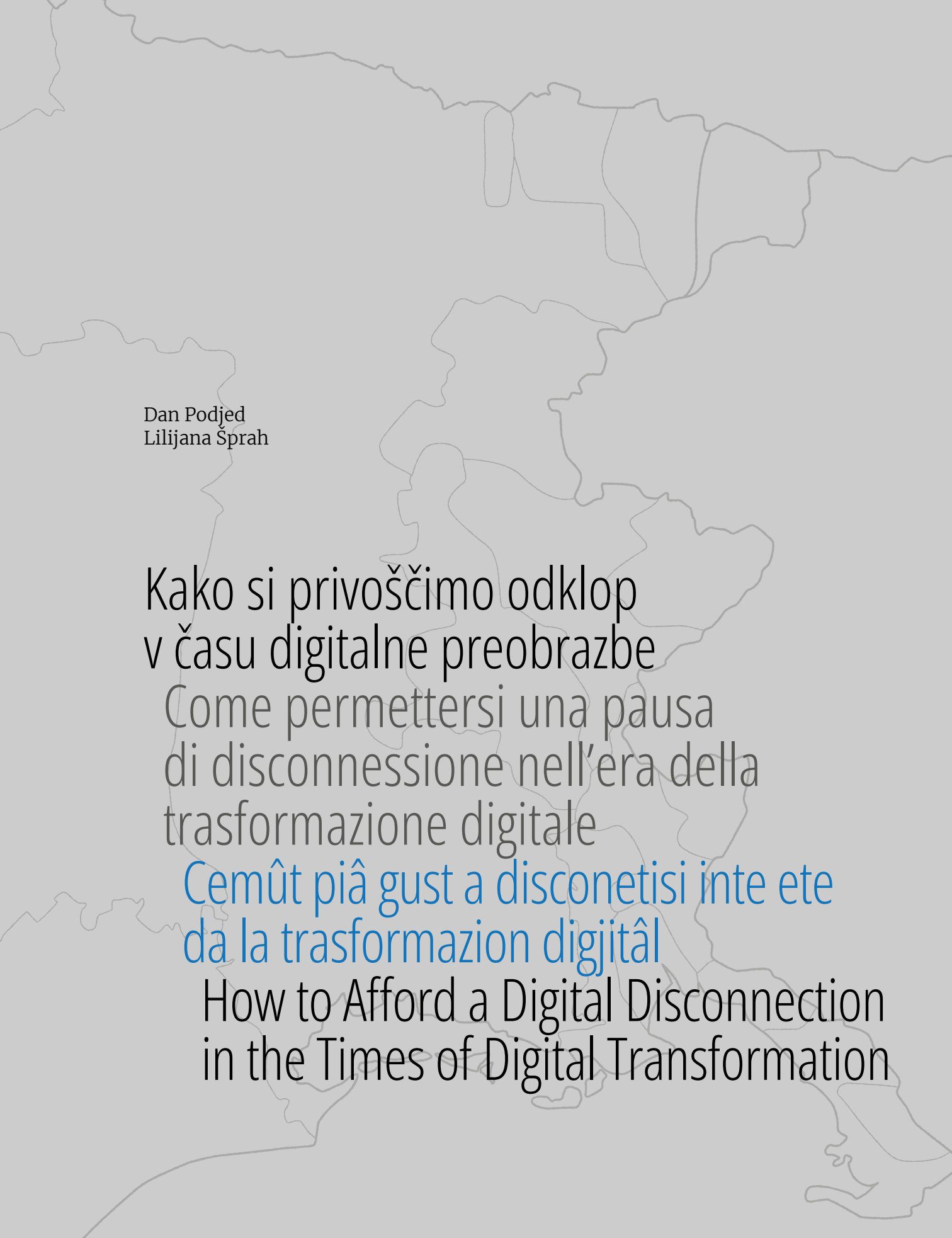


EPISKOP

9







Dan Podjed
Lilijana Šprah

Kako si privoščimo odklop
v času digitalne preobrazbe

Come permettersi una pausa
di disconnessione nell'era della
trasformazione digitale

Cemût piâ gust a disconetisi inte ete
da la trasformazion digjitâl

How to Afford a Digital Disconnection
in the Times of Digital Transformation

"Odklopljeni so," se je zahahljal oče, medtem ko je gledal v zaslon svojega telefona. Žena, ki je ležala ob njem, je odvrnila pogled od zaslona računalnika, po katerem je spremljala zaključno epizodo Netflixove serije, in ga sumničavo vprašala, ali to dejansko drži. Pokazal ji je telefon, na katerem je bila nameščena aplikacija za omejevanje zaslonskega časa družinskim članom. Na zaslonu je jasno pisalo, da vsi računalniki, tablice in telefoni počivajo.

Aplikacijo sta kupila pred približno mesecem dni, ko sta ugotovila, da otroci po pandemiji Covida-19, ki jo je vlada preklicala spomladi tistega leta, skoraj ne hodijo več na prosto. Prej so se s sošolci družili na šolskem dvorišču, potem pa so zasloni postali njihovo glavno okno v svet. In to so bili zasloni prav tistih naprav, ki sta jih kupila, da bi se lahko otroci med zdravstveno krizo šolali na daljavo: dva prenosnika in ena tablica. Ko so "padle" omejitve, zaradi katerih se je družina več zadrževala doma, pa otroci niso zdrveli na prosto, saj so imeli na napravah dostop do bistveno mikavnejših svetov od fizičnega, ki jih je čakal zunaj, vključno z Robloxom, Minecraftom, Fortniteom in drugimi igrami. Ne le, da so igrali računalniške igre, temveč so začeli celo spremljati posnetke po YouTubu, na katerih so spletni vplivneži ure in ure preigravali omenjene igre ter komentirali, kako so prišli na naslednjo stopnjo ali izboljšali dosežke. Ob ugotovitvi, da so otroci pred zasloni preživeli več budnih ur, kot so

"Sono scollegati," disse il padre ridacchiando, mentre fissava lo schermo del suo telefono. La moglie, che era sdraiata accanto a lui, alzò gli occhi dal computer sul quale stava seguendo l'ultimo episodio di una serie Netflix e gli chiese, sospettosa, se fosse vero. Lui le mostrò il telefono con un'app che permetteva di limitare lo screen time ai membri della famiglia. Lo schermo diceva chiaramente che tutti i computer, i tablet e i telefoni erano a riposo.

I due genitori avevano acquistato l'app un mese prima, quando si erano accorti che dopo il Covid-19, con il lockdown che era stato revocato dal governo soltanto nella primavera di quello stesso anno, i bambini non andavano quasi più all'aria aperta. Prima uscivano con i compagni nel cortile della scuola, ma poi gli schermi sono diventati la loro principale finestra sul mondo – quegli stessi schermi che i genitori avevano acquistato per permettere ai figli di studiare a distanza durante il lockdown: due portatili e un tablet. Ma quando le restrizioni che tenevano la famiglia in casa sono "cadute", i bambini non sono corsi all'aria aperta, perché i loro dispositivi avevano dato loro accesso a mondi molto più allettanti di quello fisico che li attendeva fuori: Roblox, Minecraft, Fortnite e tanto altro. Non solo sono giochi elettronici, ma hanno anche YouTube con i video degli influencer che passavano ore a giocare e commentare come erano arrivati al livello successivo o come avevano migliorato

"A son disconetûts," dissal riduçant il pari, intant che al cjalave tal schermi dal telefon. La femine distirade a pâ di lui e molà di cjalâ il schermi dal ordenadôr che i trasmeteve l'episodi che al sierave une serie di Netflix e i domandà cun malfidence se al jere pardabon cussì. I mostrà il telefon, dulà che e jere instalade une aplicazion par staronzâ il timp di vision dai familiârs: tal schermi si scriveve a clâr che ducj i ordenadôrs, i tablets e i telefons a jerin in polse.

Lôr doi a vevin comprât la aplicazion di un mês, daspò di jessisi inacuarts che i fruts, passade la pandemie di Covid-19 cu la abrogazion declarade dal guvier vie pe Vierte, dibot no levin fûr tal viert. Prime a si cjatavin cui amîs di scuele inte cort de scuele, ma cumò i schermis a jerin diventâts i lôr voi sul mont. E chei schermis a jerin juste chei dai aparâts che ur vevin comprâts par che a podessin stâi daûr ae scuele di lontan fin che e jere la crisi sanitarie: doi portatii e un tablet. Une volte "coladis" lis restrizions che colpe lôr la famee e passave plui timp in cjase, i fruts, no po, no jerin saltâts fûr a zuiâ tal viert, parcè che i aparâts i devin l'acès a monts ben plui vivarôs di chel fisic che ju spietave difûr vie e che a cjapavin dentri fin Roblox, Minecraft, Fortnite e inmò altris zûcs. No dome che a zuiavin zûcs tal ordenadôr, ma par prionte a stevin daûr dai videos di YouTube dulà che i influençadôrs de rê par oris e oris a mostrin chei zûcs e a fevelonin di cemût che a son rivâts tal nivel parsore o a àn

"They're disconnected," the father chuckled while looking at the screen of his phone. His wife, lying next to him, looked up from the computer screen, where she was watching the final episode of the Netflix series, and asked him suspiciously if this was actually true. He showed her the phone with an app installed to limit screen time for family members. It was clearly stated on the screen that all computers, tablets and phones were disconnected.

They bought the app about a month ago, when they realised that after the Covid-19 pandemic, which was cancelled by the government in the spring of that year, children hardly ever go outside. They used to hang out with their classmates on the school yard, but then the screens became their main window to the outside world. And these were exactly the screens of the devices they had bought so that children could study remotely during the health crisis: namely two laptops and one tablet. But when the restrictions that kept the family at home were lifted, the children did not rush outdoors, as their devices gave them access to worlds much more attractive than the physical one that was awaiting them outside, including Roblox, Minecraft, Fortnite and other games. Not only did they play computer games, but they also started watching YouTube videos of online influencers spending hours playing these games and commenting on how they got to the next

bili odklopljeni od njih, se je tehnološka rešitev za odklop zdela smiselna možnost, zato sta jo naročila za približno deset evrov mesečno, kar je bilo nekaj manj od mesečne naročnine za internet. Odtlej sta torej plačevala dvojno ceno: najprej za priklop, potem še za odklop.

Oče je dalje švrkal s prstom po zaslonu svojega telefona, na katerem se je kot jara kača vlekla neskončna časovnica omrežja, s katerim si je zapolnil vsako prsto minuto. Spotoma pa mu ni dala miru misel na otroke, ki so zgolj navidežno odklopljeni, a dejansko priklopljeni. Počasi se je dvignil s postelje in se po prstih odtihotapil do vrat otroške sobe. Prijel je kljuko, jo tiho potisnil navzdol, nato pa sunkovito odprl vrata... in presenečeno pobuljil, ko je zagledal vse tri sinove pred zasloni. Dva sta sedela za mizo in igrala igre na svojih računalnikih, tretji pa je bil zleknjen na postelji s tablico v roki.

"Kaj pa je zdaj to?" je besno vprašal oče, pri tem pa kazal na zaslon telefona, kjer je bilo na aplikaciji še vedno obvestilo, da je otrokom onemogočen dostop do naprav.

"Ati," je mirno odgovoril eden od sinov, srednji po starosti, "shekali smo te. Na YouTube smo našli navodila, kako to napravimo." Ob tem je še naprej gledal v zaslon svojega računalnika, prsti pa so mu švigali po tipkovnici.

"No, potem bomo tole rešili drugače," je besno dejal oče in začel izklapljal računalnike iz vtičnic. Otroci so se najprej upirali in pojasnjevali, da brez eAsistenta ne bodo vedeli, kaj imajo naslednji dan na urniku, nakar so se sprijaznili s situacijo in se začeli odpravljati v posteljo, medtem ko so poslušali očetovo pridigo. Razložil jim je, da bodo jutri šli po pouku ven, namesto da najprej planejo pred zaslone.

le loro prestazioni. Con i bambini che passavo più ore davanti agli schermi di quante ne trascorressero scollegati da essi, una soluzione tecnologica che garantisse la disconnessione sembrava sensata. I due genitori hanno quindi acquistato un'app per circa 10 euro al mese: un prezzo leggermente inferiore all'abbonamento a Internet. La spesa era quindi raddoppiata: prima pagavano per la connessione, poi per la disconnessione.

Il padre continuava a scrollare lo schermo del suo telefono, dove la timeline infinita del social si allungava come un serpente a sonagli, riempiendo ogni minuto del suo tempo. Ma continuava a pensare ai figli, che potevano essere solo apparentemente scollegati, ma in realtà connessi. Lentamente si alzò dal letto e si avvicinò in punta di piedi alla porta della stanza dei bambini. Afferrò la maniglia, la spinse silenziosamente verso il basso, poi aprì la porta con uno scatto... e sussultò quando vide i tre figli davanti agli schermi. Due erano seduti al tavolo a giocare al computer, mentre il terzo era rannicchiato sul letto con il tablet in mano.

"Che state facendo?", chiese furioso il padre, indicando lo schermo del telefono dove l'app diceva ancora che l'accesso ai dispositivi dei figli era bloccato.

"Papà", rispose con calma il secondogenito, "ti abbiamo hackerato. Abbiamo trovato su YouTube le istruzioni per farlo." E mentre parlava, continuava a fissare lo schermo del computer, con le dita che tamburellavano sulla tastiera.

"Allora risolveremo la questione in un altro modo", disse il padre adirato e iniziò a scollegare i computer. All'inizio i bambini opposero resistenza, spiegando che senza l'aula virtuale non avrebbero saputo cosa c'era in programma a scuola il

parât sù i risultâts. Une volte aciertât che i fruts a passavin di sveâts plui oris denant dai schermis di chês che a jerin disconetûts, la soluzion tecnologjiche par la disconession ur jere someade une pussibilitât razionâl; alore si jerin abonâts par uns dîs euros par mêis, che al jere un pôc sot dal abonament di internet. Di in chês volte a paiavin il dopli: une volte pe conession, e ancjemò pe disconession.

Il pari al passave il dêt sul schermi dal telefon scjavaçât dal rosari cence fin che e faseve la striche da la linie cronologjiche de rêta sociâl che i jemplave ogni fruçon di timp libar. Dutun no lu lassave in pâs il pinsîr dai fruts, che si viodeve par sigûr che a jerin disconetûts, ma che magari a jerin conetûts. Planc plancut al jevà dal jet e come une surîs al sbrissà fûr fin a la puarte de cjamarie dai fruts. Al brincà la mantie, le cjalcjà a planc, di bot e sclop al vierzè... e si cjatà a lumâ sbarlufît cemût po che ducj i trê fîs a jerin daûr a cjâlâ tai schermis. Doi a jerin sintâts in taule e a zuiavin zûcs tai siei ordenadôrs, chel tierç po al jere pognet tal jet cul tablet in man.

"E ce vuelial dî chel chi po?" al domandà il pari dut sustât mostrant tal schermi dal telefon, dulà che la aplicazion e veve ancjemò l'avîs che ai fruts al jere stropât l'acès ai aparâts.

"Pai," al rispuindè cuiet un dai fîs, chel mezan, "ti vîn hackerât ator. Su YouTube o vin cjatadis lis istruzions par fâlu." Intant al cjâlave simpri intal schermi dal ordenadôr, cui dêts che i svoletavin su pai botons.

"Po sì po, alore o justarìn dut intune altre maniere," al sbrocà fûr il pari e si metè a distacà i ordenadôrs des presis. I fruts tal imprimin a vevin contindût che cence l'Assistent no saressin stâts bogns di savê l'orari da la dî dopo, ma tal ultin se jerin

level or improved their performance. Having found that children spent more waking hours in front of screens than being disconnected from them, the parents found a technological solution for disconnection a reasonable option, so they ordered it for about ten euros a month, which was slightly less than the monthly internet subscription. Since then, they have actually been paying double the price: first for the connection, and then for the disconnection.

The father continued tapping with his finger at the screen of his phone with the endless timeline of the network, filling every minute he had left. However, he could not help thinking of the children being disconnected but actually connected. He slowly got up from the bed and tiptoed to the door of the children's room. He grabbed the handle, pushed it down quietly, then jerkily opened the door... and gasped in surprise when he saw all the three sons in front of the screens. Two of them were sitting at the desk playing games on their computers, and the third one was lying in the bed with a tablet in his hand.

"What's this now?" the father asked furiously, pointing to the phone screen, where there was still a notification on the app that children did not have access to devices.

"Dad," calmly replied one of the sons, the middle-aged one, "we hacked you. We found instructions on YouTube on how to do this." Saying this, he continued staring at his computer screen and moving fingers across the keyboard.

"Well, then we'll solve this another way," said the father furiously, and started unplugging the computers. The children first resisted, explaining that without

"Kam jih boš dal?" ga je vprašala žena, ko je prinesel vse tri naprave v spalnico.

"V omaro jih bom pospravil, da bodo na varnem," ji je odvrnil ter odmikal majice in hlače, da je med perilom napravil prostor tehnologiji. Nato se je zvalil nazaj na posteljo, prijel telefon in začel s prstom nervozno podrsavati po njem, medtem ko je besno pihal med zobmi in tiho preklinjal.

Žena je ob njegovem izpadu samo odkimala, si na glavo nadela slušalke in gledala dalje svojo priljubljeno serijo.

Opisani dogodek ni izmišljen, temveč povzema dogodke v družini enega od avtorjev tega besedila. S podobnimi situacijami se soočajo mnogi posamezniki in posameznice, družine, podjetja ter celotne skupnosti. Kako se lahko odklopimo od naprav? In kako naj odklopimo svoje otroke v času t.i. digitalne preobrazbe, ko morajo biti občasno seveda tudi priklopljeni? O tem se sprašujeva v eseju in posebej poudarjava, da pri tehtanju med priklopom in odklopom ne gre samo za otroke, temveč za vse nas, ki smo padli globoko v zaslone in se začeli kot družba preobražati podobno kot Gregor Samsa v Kafkovi noveli *Preobrazba*, ki se je nekega jutra zbudil in ugotovil, da se je preobrazil v ogromnega insekta.

Koga ali česa ste se zjutraj najprej dotaknili?

Kaj torej izraz "digitalna preobrazba" sploh pomeni? Jasnega in enoznačnega odgovora na to vprašanje doslej še nismo dobili. Opazimo pa vseeno lahko, da smo v zadnjih letih soočeni z občo digitalizacijo javnih in zasebnih prostorov ter poplavo

giorno dopo. Poi fecero buon viso a cattivo gioco e si misero a letto, ascoltando la predica del padre che spiegava come il giorno successivo, dopo scuola, sarebbero andati fuori, invece di piazzarsi davanti agli schermi.

"Dove li metterai?" gli chiese la moglie quando vide portare tutti e tre gli apparecchi in camera da letto.

"Nell'armadio, per tenerli al sicuro", rispose l'uomo, spostando le camicie e i pantaloni per fare spazio alla tecnologia. Poi crollò di nuovo sul letto, afferrò il telefono e iniziò a scrollare nervosamente con un dito, mentre digrignava i denti e imprecava silenziosamente.

La moglie si limitò ad annuire al suo sfogo, si mise le cuffie e continuò a guardare la sua serie preferita.

Il racconto non è di pura fantasia, bensì una ricostruzione di quanto accaduto realmente nella famiglia di uno degli autori di questo testo. Molti individui, famiglie, aziende e intere comunità si trovano ad affrontare situazioni simili. Come possiamo disconnetterci dai nostri dispositivi? E come possiamo disconnettere i nostri figli in quest'epoca di trasformazione digitale, quando ovviamente, di tanto in tanto, hanno pure bisogno di essere connessi? Partendo da questa domanda, nel presente saggio vogliamo sottolineare che la scelta di connettersi/disconnettersi non riguarda solo i bambini, ma tutti noi, caduti nel baratro degli schermi dove è iniziata la nostra trasformazione – come quella di Gregor Samsa, protagonista del romanzo *La metamorfosi* di Kafka, che una mattina si sveglia e scopre di essere diventato un insetto gigante.

metude vie e a tacarin a parecjâsi par lâ a pognisi, biel che si scoltavin une paterne. Il pari ur metè in clâr che l'indoman, finude scuele, a saressin lâts fûr impen che cori come mats ai schermis.

"Dulà âstu di metiju po?" i domandà la femine cuant che al puartà ducj i trê aparâts in cjamare.

"Ju metarai vie tal armâr, li dentri a staran al sigûr," i ribatè intant che al parave in bande maiutis e braghessis par fâi lûc, framieç la blancjarie, a la tecnologjie. Finûr, al tornà a butâsi tal jet, al gafà il telefon e si metè a sbisiâ cul dêt biel sofletant sustât fra i dincj e blestemant cidin.

La femine, plombât lui, si jere dome tirade in bande, si jere justade lis scufis ator dal cjâf e e jere lade indenant a cjâlâ la sô serie favorite.

Il fat descrit chi nol è di fantasie, si ben al conte in struc fats capitâts dal vêr inte famee di un dai doi autôrs di chel test chi. In situazions cussì si intopin une vore di personis, fameis, aziendis e parie la societât interie. Cemût vino di rivâ a disconetisi dai aparâts? e cemût disconetiju ai nestris fruts inta la ete di chê che i disin "trasformazion digjitâl", co a scuegnin ancje i fruts ogni tant par fuarce sei conetûts? Chestis a son lis domandis che si fasìn intal saç chi e in primis o batìn sul fat che, tal discrosâ la cuistion se disconetisi o conetisi, no si trate dome dai fruts, si ben di ducj noaltris, che o sin colâts ben indentri intai schermis e che o vin tacât, la nestre societât, a stramudâsi a pressapôc tant che Gregor Samsa, chel de conte di Kafka *La metamorfosi*, che une dì a buinore si jere sveât stramudât intune besteate stomeose.

the eAsistent platform they would not know what was on their schedule the next day, but then they accepted the situation and started to get ready for bed while listening to their father's sermon. He explained that they would go out after class the next day instead of rushing in front of the screens first.

"Where are you going to put them?" asked his wife as he brought all the three devices into their bedroom.

"I'll put them in the wardrobe to keep them safe," he replied, moving away his shirts and pants to make room for technology. Then he flopped down into the bed again, grabbed the phone, and began to scroll with his finger nervously on the screen, while furiously blowing between his teeth and silently cursing.

His wife just nodded at his outburst, put her headphones on her head and continued watching her favourite series.

The above story is not fictional, but summarizes events in the family of one of the authors of this text. Many individuals, families, businesses and entire communities face similar situations. How to disconnect ourselves from the devices? And how to disconnect our children in the times of so-called digital transformation, when they naturally also need to be connected from time to time? These are the questions we try to answer in the essay, where we specifically emphasise that the weighing between connection and disconnection is not just about children, but about all of us who have fallen deep into the screens and began to transform ourselves as a society like Gregor Samsa in Kafka's novella *The Metamorphosis*, who woke up

t. i. "pametnih" naprav, torej telefonov, računalnikov, televizorjev, hladilnikov, bojlerjev, štedilnikov, svinčnikov in še marsičesa bolj ali manj pametnega. Po podatkih raziskovalnih agencij z nami sobiva že 75 milijard pametnih naprav, kar pomeni, da jih je na svetu bistveno več kot (bolj ali manj) pametnih ljudi. Od tega je zgolj pametnih telefonov več kot sedem milijard, kar pomeni, da ima z njihovo pomočjo večina ljudi možnost dostopanja do spleta, in to od jutra do večera.

Po statističnih podatkih sodeč, je telefon prvo, česar se zjutraj dotaknemo. Telefon namreč v prvih petih minutah po prebujanju prime v roke več kot dve tretjini uporabnikov. Precej verjetno ga nesemo s sabo tudi tja, kamor gre še cesar peš, torej na stranišče, in tam podrsavamo po časovnici, dokler kdo ne začne ropotati po vratih in spraševati, ali nismo slučajno padli v stranišče. Seveda nismo padli v stranišče, temveč v zaslon! Dejansko nas je odplaknil neskončen tok informacij, ki se prikazujejo po zaslonu in jih nikoli ni konec. Facebook pač ni knjiga, ki bi jo prebrali do konca, čeprav se imenuje po "knjigi obrazov", temveč predstavlja predvsem neskončno pregledovanje tujih objav, ki se vse pogostejše prepletajo z oglasi. In ne le, da je pameten telefon, ki ga imamo v rokah med opravljanjem potrebe, pametno je lahko celo stranišče, ki izmeri in stehta iztrebke, jih biološko in kemično analizira ter nam po potrebi – in to dobesedno po potrebi, veliki ali mali – pošlje podatke o zdravstvenem stanju, posreduje pa jih lahko tudi zdravniku in zavarovalnici, ki jo seveda zanima naše zdravje in počutje. Ko končno nehamo pogledovati na zaslon, si umijemo najprej roke, potem pa še zobe s pametno ščetko, ki je ravno tako povezana s telefonom in nas opozarja, ali smo negi zobovja namenili dovolj časa.

Chi o cosa avete toccato appena svegli?

Che cosa significa il termine "trasformazione digitale"? Una risposta chiara e univoca non esiste. Ma possiamo di certo constatare che negli ultimi anni ci siamo trovati di fronte a una generale digitalizzazione sia degli spazi pubblici sia di quelli privati, nonché a un'ondata di dispositivi "smart": telefoni, computer, televisori, frigoriferi, caldaie, fornelli, matite e molti altri oggetti più o meno intelligenti. Secondo le agenzie di ricerca, nel mondo ci sono già 75 miliardi di dispositivi smart, il che significa che ci sono molte più macchine che persone (più o meno) intelligenti. Solo gli smartphone sono più di sette miliardi: la maggior parte delle persone ha quindi accesso a Internet dalla mattina alla sera.

Stando alle statistiche, il telefono è il primo oggetto che tocchiamo al mattino: più di due terzi degli utenti prendono in mano il telefono entro i primi cinque minuti dal risveglio. È molto probabile che il telefono ci accompagni anche in quel luogo dove, secondo il detto popolare, pure il papa va da solo (cioè in bagno): lì scorriamo lungo la timeline finché qualcuno non inizia a bussare alla porta, chiedendoci se siamo per caso caduti nel water. E invece noi siamo "caduti" nelle profondità del nostro schermo, spazzati via dall'infinito flusso di informazioni che viene visualizzato, senza fine, sul nostro dispositivo. Anche se prende il nome "libro delle facce", Facebook non è un libro con un inizio e una fine, ma piuttosto uno scorrere infinito di post pubblicati da altri, sempre più spesso intervallati da pubblicità. Ma ad essere intelligente non è solo lo smartphone che teniamo in mano mentre espletiamo i nostri bisogni fisiologici. Anche il water può essere smart, in

Cui se no ce vêso tocjât îr par prime robe?

Alore, ce vuelie dî la espression "trasformazion digjitâl" cjapade cussì par se? Fin cumò no vin cjatât par chê domande une rispuسته ugnule. Par altri o podìn viodi che intai ultins agns si intopìn inta la digitalizazion gjenerâl dai spazis publics e di chei privâts, e cun chê e je rivade la montane di chei aparâts che ur disin "inteligjents", vâl a dî telefons, ordenadôrs, televisôrs, frigorifars, scjaldeaghe, fors, lapis, e magari ancjemò altris argagns ce plui ce mancul inteligjents. Daûr dai dâts tirâts dongje des agenziis specializadis, cun noaltris a convivin 75 miliarts di aparâts inteligjents, tant a dî che intal marimont a 'nd è un slac di plui des personis (cui plui cui mancul) inteligjentis. Une part di chel numar le fasin i telefons inteligjents, che a 'nd è siet miliarts, tant a dî che la plui part de int midiant di chei e à acès a la rê internet, e chel di une lûs a chê altre.

A cjalâ i dâts statistics, un telefon al è la prime robe che o tocjin a buinore. Di fat un telefon lu cjolin sù, vie pai prins cinc minûts a pene sveâts, plui che no doi tierçs dai utilizadôrs. Salacor sal puartìn daûr, no mo, fin là che il re al va a fâle come me, tal cabôt, e alì o sbisiìn cul dêt sù e jù pe linie cronologjiche fin che cualchidun nol tache a sdrondenâ la puarte domandant se salacor no sin sdrumâts jù pe buse. Si capìs che no sin sdrumâts jù pe buse, ma tal schermi sì, po! Par dîle juste, nus à netât vie la corentie salde da lis informazions che si imparessin vie pal schermi e che no si fermin mai. Facebook nol è sigûr un libri di leilu fin insom, pûr se il so non al vûl dî "libri des musis"; al contrari al rapresente in primis une rassegna cence fin dai sprocs che a publichin chei altris e che simpri plui si messedin cu lis replichis. E nol baste che al sedi inteligjent chel

one morning and found that he had been transformed into a giant insect.

Who or what did you touch first this morning?

What does the term "digital transformation" actually mean? We have not yet received a clear and unambiguous answer to this question. However, we can note that in recent years we have been faced with a general digitalisation of public and private spaces and a flood of so-called "smart" devices, i.e. phones, computers, televisions, refrigerators, boilers, cookers, pencils and many other more or less smart things. According to research agencies, there are already 75 billion smart devices among us, which means that there are significantly more smart devices than (more or less) smart people in the world. Of these, smartphones alone account for over seven billion, which means that the majority of people have the ability to access the internet from morning to night.

According to statistics, the phone is the first thing we touch in the morning. In fact, more than two-thirds of users pick up their phone within the first five minutes of waking up. It is quite likely that we take it with us to where even the king goes alone, i.e. to the toilet, and there swipe the timeline until someone starts banging on the door, wondering if we have accidentally fallen into the toilet. Of course, we have not fallen into the toilet, but into the screen! We have actually been flushed away by an endless stream of information that appears on the screen and never ends. Facebook is just not a book to be read to the end, even though it is called "the book of faces". It is rather an endless review of other's posts that are increasingly interspersed

Nato se odpravimo v kuhinjo, seveda še vedno s telefonom v roki, kjer nas pričakajo druge pametne reči: hladilnik, zamrzovalnik, štedilnik, pečica... Tudi če te naprave še niso pametne, si ni težko zamisliti, da prav kmalu bodo, saj je na trgu vse težje dobiti izdelke, ki ne bi bili povezani v t.i. internet stvari (angleško *Internet of Things*), ki nas na svoje stanje opozarjajo s potisnimi sporočili. Pri tem pa dejansko sploh ni treba biti v kuhinji, da prejmemo sporočilo od naprave. Lahko smo denimo na dopustu ob morju, ko zacinglja telefon, na zaslonu pa se pokaže sporočilo, ki opozarja, da se je hladilniku zvišala temperatura za tri stopinje, kar bi že utegnil biti zadosten razlog, da zaključimo počitnikovanje, pospravimo oblačila v kovčke in se napotimo domov, poskrbet za ubogo pametno napravo.

Vse nedostopnejše oaze miru

Če ne bodo tehnologije ukrojene bolj po meri ljudi in njihovih kognitivnih omejitev ter potreb po miru, si lahko zamislimo, v kakšen pekel občega pisanja, zvonjenja in pobliskavanja naprav lahko vodi digitalna preobrazba. In prav zaradi prekomerne obremenjenosti s sporočili postajajo ljudje bolj napeti, hkrati pa si želijo odklopa, ki ga je v informacijsko prenasičenem svetu vse težje najti. Kako pomembna dobrina je odklop, se je izkazalo tudi pri organizaciji 11. mednarodne konference *Why the World Needs Anthropologists*, ki je s tematskim naslovom *Moč izolacije* jeseni 2023 potekala v Supetru na hrvaškem otoku Braču, v organizacijskem odboru pa sem sodeloval soavtor tega prispevka. Med razpravo o vsebini konference je nekdo pripomnil, da bi lahko na dogodku uveljavili novo pravilo, in sicer: "Tri dni bomo na konferenci preživeli brez telefonov, omrežij in selfijev. 'Kar se zgodi na otoku, ostane na otoku!'"

grado di misurare e pesare le nostre feci, analizzarle dal punto di vista biologico e chimico e, al bisogno, fornirci indicazioni sulla nostra salute – dati che possono essere inviati anche al nostro medico e alla nostra compagnia di assicurazioni, che ovviamente ha a cuore nostra salute e il nostro benessere. Quando finalmente smettiamo di guardare lo schermo, ci laviamo prima le mani e poi i denti con uno spazzolino intelligente collegato al nostro telefono che ci dice se abbiamo dedicato abbastanza tempo all'igiene orale.

Poi, sempre con il telefono in mano, si va in cucina dove ci attendono altri oggetti smart: il frigorifero, il congelatore, il fornello, il forno... Se qualcuno di questi dispositivi per il momento non è ancora "intelligente", lo diventerà ben presto, visto che è sempre più arduo trovare sul mercato prodotti che non siano connessi al cosiddetto "Internet delle Cose" (*Internet of Things*) in grado di inviarci notifiche push. Ovviamente, per ricevere un messaggio dal dispositivo, non è necessario essere in cucina: potreste trovarvi in vacanza, al mare, quando il vostro telefono squilla e sullo schermo compare un messaggio che vi avverte che la temperatura del frigorifero è aumentata di tre gradi, il che dovrebbe essere un motivo sufficiente per farvi interrompere le ferie, mettere i vestiti in valigia e tornare a casa per prendervi cura del vostro povero dispositivo smart.

Paradisi di pace sempre più inaccessibili

Se le tecnologie non si adatteranno alle esigenze delle persone, ai loro limiti cognitivi e al loro bisogno di pace, possiamo bene immaginare a quale inferno di squilli e flash potrebbe portare la trasformazione digitale. È

telefon che o tignùn tes mans fasint i nestrìs bisugns, al è inteligjent di plante fûr fin il cabôt, che al misure e al pese i bisugns, ju analize pe chimiche e pe biologijs e po, co al è bisugn (anzit: i nestrìs bisugns a pene fats), al da fûr i dâts sul stât di salût, ju invie po pûr al miedi e ae assicurazion, che poscrodi se no le interessin la nestre salût e il nestri stât psichic. Cuant che tal ultin o molin di cjalâ tal schermi, par prime robe si lavin lis mans e daspò si lavin i dincj cul spacetin inteligjent, che ancje chel al è in comunicazion cul telefon e nus fâs savê se i vin dât ae cure dai dincj timp avonde.

Po dopo o passin in cusine, par fuarce simpri cul telefon in man, dulà che nus spietin altris robis inteligjents: il frigorifar, il conzeladôr, il for, il micro-ondis... Ancje se chei aparâts no son ancjemò inteligjents, si sta pôc a impensâsi che ben in curt a saran, stant che e je simpri plui dure di cjatâ sul marcjât prodots cence nissun rapuart cul "Internet des robis" (par inglês *Internet of Things*) e che no sedin bogns di comunicânus in ce fase che si cjatin midiant di notificjis. Par altri nancje no nus covente di stâ in cusine par che nus rivi une notifice di un aparât. Fasìn che o sin in feriis al mâr e di bot si sint a cinglinâ il telefon; po il schermi al mostre une notifice che e vise che tal frigorifar la temperadure e je lade sù di trê grâts; chê e sarâ une reson buine avonde di molâ lis aghis, sierâ i vistîts intes valîs e di cjapâ la strade di cjase par lâ a assistî chel puaret dal aparât inteligjent.

Lis oasis di padin ogni di plui fûr di tîr

Se pal avignî lis tecnologjiis no vignaran taiadis plui su la misure da la int e dai siei limits cognitîfs parie cu lis sôs dibisugns di padin, o podin figurâsi, mo, in ce raze di cjadaldiaul fat di sivilâ,

with ads. And not only the phone that we have in our hands, while answering the call of nature, is smart, even the toilet can be smart, in that it measures and weighs our faeces, analyses them biologically and chemically and gives us the numbers – literally according to having number 1 or number 2 – about our health, which can also be sent directly to our doctor and our insurance company, which, of course, is interested in our health and well-being. When we finally stop looking at the screen, we wash our hands first and then brush our teeth using a smart brush, which is also connected to our phone, and reminds us to dedicate enough time to the care of our teeth.

Then we head to the kitchen, still with the phone in hand of course, where other smart things await: refrigerator, freezer, cooker, oven, etc. Even if these devices are not smart yet, it is not hard to imagine that they soon will be, as it is getting harder and harder to find products on the market that are not connected to the so-called *Internet of Things*, alerting us with push notifications. And we do not even have to be in the kitchen to receive a message from the device. We might, for example, be on holiday by the sea when the phone buzzes and a message appears on the screen warning us that the temperature in the refrigerator has risen by three degrees, which could be a sufficient reason to end the holiday, pack our clothes into the suitcases and return home to take care of the poor smart device.

All the more inaccessible oases of peace

Unless technologies are more tailored to people's needs, their cognitive limitations and the need for peace, we

Prireditelji smo najprej zmajevali z glavami, češ da se takšne "odklopljene" prireditve ne bo nihče udeležil, nato pa smo po dolgi razpravi pravilo le zapisali na spletni strani in omrežjih. In kaj se je zgodilo potem? Že prvi dan po odprtju registracije se je prijavilo več kot sto ljudi, mnogi med njimi pa so se vnaprej navduševali nad izhodiščno zamislijo o odklopu.

Konferenca na Braču je potekala v bolj sproščenem duhu kot kadarkoli prej, saj so obiskovalci govorcem na odru dejansko prisluhnili, bolj prisotni z umom in telesom pa so bili tudi na delavnicah, ki za spremembo povečini niso potekale v zaprtih prostorih, temveč predvsem na prostem. Udeleženci konference so si tako umazali roke, in to dobesedno, ko so gradili kamnite zidove med parcelami, ki jim domačini pravijo "suhozid", se udeležili obiranja oljk in grozdja ter pridelovanja oljčnega olja in vina, si privoščili t.i. senzorni sprehod v tišini, ob poslušanju in gledanju okolice. Skratka, bili so tam oziroma tu, kar danes ni več samoumevno.

Biti ali ne biti tu

Hamletovska dilema današnjega časa zveni nekoliko drugače kot pri danskem princu. Namesto vprašanja "biti ali ne biti", ki si ga je zastavil Hamlet z lobanjo v roki, se zdaj vse pogosteje sprašujemo: "Biti ali ne biti tu?" Na konferenci, v kinu, med ogledom gledališke predstave, med službenim sestankom in v drugih podobnih situacijah se lahko posvetimo dogajanju na zaslonu ali odru oziroma poslušamo sodelavca, ki govori, lahko pa medtem skrivaj vzamemo v roke telefon, ga vklopimo in podrsavamo po neskončni časovnici omrežja.

proprio questo sovraccarico di messaggi a rendere le persone sempre più tese e a far loro desiderare quella disconnessione che in un mondo saturo di informazioni è sempre più difficile trovare. Quanto sia importante la disconnessione si è visto durante l'XI Conferenza internazionale "*Why the World Needs Anthropologists*" che si è tenuta a Supetar, sull'isola croata di Brač (Brazza), nell'autunno del 2023 e aveva come tema centrale "*Il potere dell'isolamento*". All'organizzazione dell'evento ha partecipato anche il coautore di questo articolo. Durante una discussione sui contenuti della conferenza, qualcuno ha proposto di introdurre una nuova regola: "Passeremo tre giorni senza telefoni, social e selfie". "Quello che succede sull'isola, rimane sull'isola!" Inizialmente abbiamo scosso la testa, dicendo che nessuno avrebbe partecipato a un evento "disconnesso", ma dopo lunghe discussioni abbiamo riportato la regola sul nostro sito web e sui nostri social. Risultato? Nel primo giorno di registrazioni si sono iscritte più di 100 persone, molte delle quali entusiaste dell'idea di base – la disconnessione.

La conferenza di Brazza è stata più tranquilla delle altre, con gli ospiti che hanno ascoltato veramente i relatori sul palco e sono stati più presenti, fisicamente e mentalmente, durante i workshop, che stavolta non si sono svolti in spazi chiusi, ma per lo più all'aperto. I partecipanti si sono sporcati le mani, letteralmente, costruendo muri di pietra (slov. *suhozidi*) tra gli appezzamenti di terra, raccogliendo olive e uva, producendo olio d'oliva e vino e godendo di una passeggiata sensoriale in silenzio, ascoltando e osservando l'ambiente circostante. In breve, c'erano, erano lì, cosa oggi non più ovvia e scontata.

sunâ e tarlupâ dai aparâts che e sarès buine di menânus la trasformazion digjitâl. Al è dabon colpe la cjame parsore misure di informazions se la int e va plui in tension, in sumis se e brame chê disconession che intun marimont stracolm di informazions si fâs simpri plui fature par vêle. Ce patrimoni impuartant che e je la disconession al è vignût fûr ancje in chê volte da la organizazion de XI Conference internazionâl *Why the World Needs Anthropologists*, tignude su la isule dalmatine di Braze a Sant Pieri (par cravuat Brač, Supetar) intal Atom dal 2023, che e veve il titul tematic *La potence dal isolament* e che intal comitat organizadôr al jere un dai coautôrs di chel contribût chi. Vie pe discussion sui contignûts di dâ a la conference, al è stât un che al à vût osservât che si podeve meti in vore une gnove regule: "O passarin trê zornadis cence telefons, rêts sociâls e autoritrats, 'Ce che al sarà te isule al restarà su la isule!'" Tal imprin noaltris organizadôrs o vin scjassâts i cjâfs, cun chê che a di une iniziative cussì, "disconetude", nol sarès vignût nissun, ma tal ultin, daspò di une lungje discussion, la regule le vin scrite jù ta la pagjine internet e intes rêts sociâls. E alore ce isal sucedût, po? Za la prime di a pene viertis lis iscrizions si vevin vût notâts plui che no un centenâr di lôr, stant che un grum di chei si jerin imboreçâts bot e sclop juste par la idee di fonde de disconession.

La conference a Braze si è zovade di une atmosfere plui smolade che in cualsisei edizion stade, parcè che i participants co a fevelavin i relatôrs ju scoltavin pardabon; mo a jerin plui presints cu la ment e cul cuarp ancje intai grups di lavôr, che cheste volte no jerin a sotet ma massime tal viert. I participants cussì a àn scugnût sporcjâsi lis mans, anzit, lu àn fat dal vêr, cuant che a àn tirât sù cui claps maseriis (che chei

can imagine the hell of constant beeping, ringing and flashing of devices that digital transformation could lead to. And it is this overload of notifications that makes people more under pressure, and at the same time they want to disconnect, which is increasingly difficult in an information-saturated world. The importance of disconnection was also demonstrated in the organisation of the 11th international conference "*Why the World Needs Anthropologists*" with the thematic title "*The Power of Isolation*", which was held in Supetar on the Croatian island of Brač in autumn 2023, where I, the co-author of this paper, participated in the organising committee. During the discussion on the content of the conference, someone commented that a new rule could be introduced at the event, namely: "We will spend three days at the conference without phones, networks and selfies. 'What happens on the island stays on the island!'" At first, the organizers shook their heads, saying that no one would attend such a "disconnected" event. After a long discussion, however, we finally wrote the rule on our website and networks. And what happened then? Already on the first day of the registration, more than a hundred people signed up, and many of them were enthusiastic in advance about the idea of disconnection.

The conference at Brač was held in a more relaxed spirit than ever, as the visitors actually listened to the speakers on the stage, and they were more present with their mind and body at the workshops, which for a change mostly took place outdoors rather than indoors. The participants of the conference got their hands dirty, literally, by building stone walls between the plots, which the locals call *suhozid* (dry stone wall), harvesting olives and grapes, making olive oil and

S to dilemo se ljudje vse pogosteje srečujejo tudi v intimnih situacijah, na primer med spolnimi odnosi, med katerimi po raziskavi iz leta 2018 deset odstotkov ljudi pogleduje na telefone – oziroma dvajset odstotkov tistih, ki so mlajši od 34 let. Zakaj ljudje gledajo na zaslone v takšnih zasebnih trenutkih, med katerimi naj bi se partnerja povezala, zbližala? Zakaj primejo takrat telefone v roke? Morda bi kdo pomislil, da skušajo združiti prijetno s koristnim in odgovarjajo na službeno elektronsko pošto. Kdo drug bi menil, da morda klepetajo med sabo s pomočjo Messengerja ali WhatsAppa. Pravi odgovor pa je nekoliko drugačen in dejansko še preprostejši: telefon imajo ljudje v bližini tudi med spolnimi odnosi, a ga pogosto ne izklopijo oziroma nastavijo na letalski način, da bi bila naprava tiho. V neugodnem trenutku potem prejmejo potisno sporočilo, zaradi katerega naprava zazvončklja, zaslon pa poblisne. Podobno kot pri znamenitem eksperimentu iz konca 19. stoletja ruskega psihologa in zdravnika Ivana Pavlova, ki je pse privadil, da so se ob cingljanju zvonca začeli sliniti, saj so pričakovali hrano, se – v prenesenem pomenu seveda – začnemo ob opozorilu telefona in sličici z zvončkom, ki se prikaže na zaslonu, "sliniti" tudi ljudje. Pozornost je od intimnega akta preusmerjena k napravi v bližini postelje. Kaj če se je zgodilo nekaj izjemno pomembnega? Kaj če zamujamo nekaj prelomnega? Dejansko se v veliki večini primerov ne zgodi nič posebnega, a vseeno gre za pričakovanje in morda celo upanje, ki spominja na čakanje osebe pred igralnim avtomatom, da bo končno zazvonil tisti zvonček, ki označuje glavni dobiček. V večini poskusov zadetka ni, a tu in tam nekomu v igralnici vseeno zazvoni, iz reže pa se usuje kup denarja. Kot pojasnjuje antropologinja Natasha Dow Schüll v knjigi *Zasnovano za zasvojenost* (v

Esserci o non esserci

Il dilemma di Amleto sembra oggi un po' diverso da quello del principe danese. Invece di chiederci "essere o non essere" – come faceva Amleto osservando il teschio che teneva in mano – dobbiamo oggi domandarci: "Esserci o non esserci?" A una conferenza, al cinema, durante uno spettacolo teatrale, una riunione di lavoro o in altre situazioni simili, possiamo decidere di concentrarci su ciò che accade sul grande schermo o sul palcoscenico, ascoltare un collega che parla... oppure possiamo prendere in mano il telefono, accenderlo e scorrere l'infinita timeline dei nostri social.

Questo dilemma si presenta sempre più spesso anche in situazioni di intimità, ad esempio nei rapporti sessuali, durante i quali, secondo un sondaggio del 2018, il 10 % delle persone (il 20 % degli under 34) guarda il telefono. Perché le persone guardano gli schermi in momenti così privati, durante i quali i partner dovrebbero avvicinarsi, congiungersi? Perché prendono in mano il telefono? Qualcuno potrebbe pensare che stiano cercando di unire l'utile al dilettevole, rispondendo alle mail di lavoro. Qualcun altro potrebbe pensare che stiano chattando tra loro, usando Messenger o WhatsApp. La vera risposta è leggermente diversa e in realtà ancora più semplice: le persone tengono i loro telefoni a portata di mano anche durante i rapporti sessuali, senza spegnerli o impostarli in modalità aerea per silenziarli. Così, nel momento meno opportuno, può accadere che ricevano una notifica push: il telefono vibra, lo schermo si illumina. Analogamente al famoso esperimento condotto alla fine del XIX secolo dallo psicologo e medico russo Ivan Pavlov, che fece salivare i cani al suono di una campanella che preannunciava il cibo,

dal puest ur disin *suhozid*) par dissepârâ lis braidis, a àn fat la racuelte des ulivis e da la ue e parie a àn fat il vueli di ulive e il vîn, si son cjapâts il gust di une di chês che ur disin "cjaminadis sensoriâls" intal cidin, scoltant e voglant dulintor. In sumis a jerin alì, anzit culì, une robe che vuê no je plui automatiche.

Jessi o no jessi culi

Il dubi amletic dal dì di vuê al sune un tichinin diviers che chel dal princip danês. Impen che la domande "jessi o no jessi" che si fâs Amlet cu la crepe in man, cumò si domandìn plui dispès: "Jessi o no jessi culi?" A une conference, al cine, tal mieç di un spettacul a teatri o di une riunion di lavôr e in altris situazions cussì, si podìn concentrâ su ce che si viôt tal schermi o sul palc o ben scoltâ il coleghe che al è daûr a fevelâ; intune o podìn ancje, mo, cjoli sù il telefon di scuindon, piâlu e sbisiâ te linie cronologjiche cence fin di une rêl sociâl.

Inta chê domande la int si intope simpri plui dispès ancje intai moments di intimitât, par esempi intant dai rapuarts sessuâi: daûr di un studi dal 2018, il dîs par cent des personis al cjale il telefon intant dai rapuarts sessuâi (il vincj par cent di chei cun mancûl di 34 agns). Parcè po la int cjalie un schermi in moments cussì personâi cuant che i partners a varessin di fâ grop e di avvicinâsi? Parcè inalore cjolino sù il telefon? Magari cualchidun al crodarès che a cirin di meti dongje il biel e il bon rispuindintji a la corrispondence eletroniche in timp di vore; un altri magari al pensarès che a cjacarin un cul altri a mieç di Messenger o WhatsApp. La rispueste juste e je par cuintri alc altri, alc une vore plui elementâr: la int e ten il telefon dacîs ancje intant dai rapuarts sessuâi e dispès no lu distude ni lu met a ûs avion par che l'aparât al stedi cidin.

wine, and enjoying a so-called silent sensory walk, listening to and looking at the surroundings. In short, they were there or here, which is no longer self-evident today.

To be or not to be here

The Hamlet's dilemma of today sounds a bit different from that of the Danish prince. Instead of the question of "to be or not to be" that Hamlet asked himself with a skull in his hand, we are now increasingly asking ourselves: "To be or not to be here?" While we are at a conference or in the cinema, while watching a theatre performance, during a business meeting and in other similar situations, we can focus on what is happening on the screen or on the stage, or listen to a colleague who is speaking, or we can secretly take our phone, turn it on and scroll through the endless timeline of the network.

People are increasingly facing this dilemma also in intimate situations, for example during sexual intercourse, during which, according to a 2018 survey, 10 % of people look at their phones – or 20 % of those under the age of 34. Why do people look at screens in such private moments, during which the partners are supposed to connect, get closer? Why do they grab their phones then? One might think that they try to mix business with pleasure and so respond to work emails. Others would think they might be chatting with each other using Messenger or WhatsApp. But the real answer is slightly different and actually even simpler: people keep their phones close even during sexual intercourse, but they often do not turn them off or set them to airplane mode to keep the devices silent. At an inconvenient moment, they then receive

izvirniku *Addiction by Design*) iz leta 2014, lahko te naprave tako ugrabijo človekovo pozornost, da se od njih že ob prvem stiku stežka odtegne. Ko ga enkrat ujamejo v past, pa se težko izmuzne iz nje.

Leto prej, torej 2013, je izšla knjiga z naslovom *Hooked*, kar bi lahko prevedli kot zakavljeni oziroma zahakljeni. Kot podrobneje piše v znanstvenem delu *Krizolacije* iz leta 2024 (avtor je Dan Podjed, eden od soavtorjev tega besedila), je Eyalova knjiga postala velika uspešnica v Silicijevi dolini in drugih svetovnih središčih razvoja tehnoloških rešitev, predvsem pa v podjetjih, ki so ljudi prikovala pred zaslone – med njimi tudi spletna družbena omrežja, kakršna so Instagram, Facebook in Twitter. Tehnološki "kavli", ki so nastali na podlagi Eyalovih zamisli, so bili tako učinkoviti, da se je še avtor pogosto ujel nanje, ko je gledal v zaslon ter se nehal posvečati prijateljem in sorodnikom, med njimi celo lastni hčerki. Ko jo je nekega dne med klepetom vprašal, katero supermoč bi si izbrala, je prav tedaj po telefonu prejel potisno sporočilo in nanj skušal nemudoma odgovoriti. Medtem ko je še vedno strmel v zaslon, je hči zapustila sobo. Na postavljeno vprašanje mu ni odgovorila. Ko je ob takšnih okoliščinah ugotavljal, da je zaradi digitalnih trikov za pritegnitev pozornosti, ki jih je pomagal zasnovati, začel še sam izgubljati stike z bližnjimi, je spisal in leta 2019 izdal priročnik *Neraztreseni*, v izvirniku *Indistractable*, ter v njem pojasnil, kako si "iztakniti kavelj", s katerim podjetja ujamejo ljudi na pametne telefone in druge naprave. Skratka, nekoliko paradokсно je Nir Eyal najprej izdal uspešnico o tem, kako zvabiti ljudi v past, nato pa še knjigo z nasveti, kako se rešiti iz pasti ter znova poiskati mir, zbranost in samoto.

noi esseri umani iniziamo a "salivare" – in senso figurato, ovviamente – al suono di un telefono che ci avvisa con un'icona sullo schermo. L'attenzione viene deviata dall'atto intimo al dispositivo vicino al letto. E se fosse successo qualcosa di estremamente importante? E se ci stessimo perdendo qualcosa di eccezionale? In realtà, nella stragrande maggioranza dei casi, non sta succedendo nulla di speciale, ma resta comunque un'aspettativa e forse anche una speranza, che ricorda quella di chi attende davanti a una slot machine il segnale che indica il jackpot. La maggior parte dei tentativi non va a segno, ma di tanto in tanto anche al casinò un suono metallico annuncia l'arrivo di un mucchio di soldi. Come spiega l'antropologa Natasha Dow Schüll nel suo libro *Addiction by Design* (2014), questi dispositivi possono catturare l'attenzione di una persona in modo tale che già dopo il primo contatto è difficile distogliere lo sguardo da essi. Una volta intrappolati, è arduo uscirne.

Già un anno prima, nel 2013, era stato pubblicato un libro dal titolo *Hooked* (letteralmente: Agganciati), scritto da Nir Eyal. Come illustrato nell'opera *Krizolacije* del 2024 (l'autore è Dan Podjed, uno dei coautori di questo saggio), il libro di Eyal è diventato un bestseller nella Silicon Valley e negli altri hub tecnologici, in particolare tra le aziende che sono riuscite a incatenare le persone agli schermi, compresi i social network come Instagram, Facebook e Twitter. I "ganci" tecnologici realizzati a partire da Eyal erano così efficaci che anche l'autore si è trovato incatenato a essi mentre guardava lo schermo, smettendo di prestare attenzione ad amici e parenti, compresa la figlia: quando un giorno, durante una chiacchierata le stava chiedendo quale superpotere avrebbe scelto, ricevette una notifica push sul telefono e cercò di

E po intun moment malindât e rive une notifiche che e fâs cinglinâ l'aparât e il schermi al barlume. In maniere dibot compagne che intal esperiment innomenât che il psicolic e miedi rus Ivan Pavlov al à fat tal ultin dal secul XIX rivant a fâur vignî la aghegole ai siei cjans nome a cinglinâ cuntun campanel, parcè che si spietavin che al rivàs il mangjâ, ancje a la int, co une notifiche e fâs cinglinâ il telefon mostrant intal schermi la figure dal campanel, i ven (in sens metaforic) la aghegole. La atenzion si spostade dal intim al aparât dacîs il jet. E se al fos succedût alc di impuartant? E se o vessin di pierdi il moment decisîf par un afâr? A dî il vêr nol sucêt nuie di nuie di speciâl, distès si trate pluitost di un fat spietât se no sperât, che al ricuarde la cundizion des personis denant di une machinute di zûc in spiete che al suni chel campanel che al proclame la vincite dal premi plui alt. La plui part des cumbinazions tentadis no i rive, ma ca e là inte sale di zûc distès al sune il campanel, po da la sfese si strucje jù un grum di monede. Come che e ilustre la antropolighe Natasha Dow Schüll intal libri dal an 2014 *Addiction by Design*, chei aparâts lì a son bogns di gafâ la atenzion di une persone cussì svelts che za dal prin contat chê e rive a distacâsi cun fature. Une volte cjapade inte bressane, no je plui buine di saltâ fûr.

Un an prime, ven a stâi intal 2013, al jere vignût fûr il libri di Nir Eyal cul titul *Hooked*, che o podaressin tradusi cun 'rimpinât, gafât cuntun rimpin'. In struc (plui in detai di chest al scrîf Dan Podjed, un dai autôrs di chel test chi, inte vore sientifiche *Krizolacije* dal 2024 che intal titul e da dongje lis peraulis slovenis par 'crisi' e 'isolament'), il libri di Eyal al è diventât un dai plui vendûts inta la Silicon Valley e in altris centris mondiâi dal disvilup des soluzions tecnologjichis, in primis inta chês impresis che a an

a push notification that causes the device to buzz and the screen to flash. Similarly to the famous experiment from the late 19th century by the Russian psychologist and physician Ivan Pavlov, who demonstrated that the dogs began salivating at the sound of the bell, as they were expecting food, we humans also begin – figuratively speaking, of course – "salivating" at the sound of a phone and a picture of a bell on the screen. Our attention is diverted from the intimate act to the device near the bed. What if something extremely important has happened? What if we are missing something groundbreaking? In fact, in the vast majority of cases, nothing special happens. However, it is still a matter of expectation and perhaps even hope, similar to a person standing in front of a slot machine and waiting for the ring to bell that marks the jackpot. In most attempts, there is no prize, but every now and then, the bell in the casino actually rings, and someone wins a bunch of money at a slot machine. As anthropologist Natasha Dow Schüll explains in his 2014 book *Addiction by Design*, these devices can hijack people's attention in such a way that they hardly draw away from them even at the first contact. Once caught in a trap, it is hard to get out of it.

A year earlier, in 2013, a book *Hooked* was published, which has a very meaningful title. According to the scientific work *Krizolacija* from 2024 (written by Dan Podjed, one of the co-authors of this text), Eyal's book has become a great success in Silicon Valley and other global centres of technological solutions development, and especially in companies that have put people in front of screens – including online social networks such as Instagram, Facebook and Twitter. The technological

Digitalna zasvojenost postaja zdravstvena kriza sodobnega časa

Zaskrbljujoči so podatki, kjer beležimo, da od 2000 do 3000 mladih v Sloveniji ni sposobnih končati osnovne ali srednje šole zaradi škodljive rabe novih tehnologij in potrebujejo terapijo zaradi digitalne zasvojenosti. V Centru za zdravljenje zasvojenosti v Novi Gorici so se prvi v Sloveniji začeli ukvarjati z zdravljenjem digitalno zasvojenih. Miha Kramli je terapevt in vodja Centra, ki je leta 2003 začel orati ledino na področju zdravljenja nekemičnih odvisnosti. Center je bil sicer prvotno ustanovljen zaradi težav z zasvojenostjo z igrami na srečo, a se je nabor obravnav začel povečevati: od zasvojenosti z odnosi in seksualnostjo, hrano, delom vse do digitalnih tehnologij. Če je bilo v Sloveniji pred dvajsetimi leti v ambulantah za preprečevanje zasvojenosti več kot devetdeset odstotkov kemičnih zasvojencev, torej z drogo in alkoholom, je danes že več kot polovica uporabnikov nekemičnih zasvojencev.

Raziskave kažejo, da imajo otroci in mladostniki, ki so imeli omejen dostop do pametnih tehnologij, dovolj časa za razvoj pomembnih življenjskih spretnosti, medtem ko tisti z neomejenim dostopom ostajajo omejeni na virtualno doživljanje in s povečanim tveganjem za razvoj digitalne zasvojenosti. Fizična aktivnost in interakcija v realnem svetu sta namreč ključnega pomena za celostni razvoj možganov in uspešno vključevanje v družbo ter varovalna dejavnika pred digitalno zasvojenostjo. Bojazen, da ga bodo drugi vrstniki prehiteli, če naš otrok ne bo na tekočem s spletnimi vsebinami, je torej povsem odveč. Celo obratno, znatno bolj razviti in uspešni so tisti, ki smotrno uporabljajo pametne naprave. Kadar smo namreč fizično aktivni, možgane aktiviramo celostno in

rispondere immediatamente; mentre stava ancora fissando lo schermo, la figlia uscì dalla stanza senza rispondere alla domanda. Una volta resosi conto che i trucchi digitali per attirare l'attenzione che egli stesso aveva contribuito a progettare gli stavano facendo perdere il contatto con chi lo circondava, Nil Eyer scrisse e pubblicò il manuale *Indistractable* (2019), spiegando come "mollare i ganci" che le aziende usano per intrappolare le persone sui loro smartphone e altri dispositivi. Un po' paradossalmente, Nir Eyal pubblicò prima un bestseller su come attirare le persone in una trappola, e poi un libro con consigli su come uscire dalla trappola stessa per ritrovare pace, calma e solitudine.

La dipendenza digitale sta assumendo i contorni di una crisi sanitaria del nostro tempo

Dati preoccupanti mostrano che, in Slovenia, dai 2000 ai 3000 giovani non riescono a completare la scuola secondaria di primo o secondo grado a causa dell'uso tossico delle nuove tecnologie e hanno bisogno di terapie per curare la dipendenza digitale. Il Centro per il trattamento delle dipendenze (slov. *Center za zdravljenje zasvojenosti*) di Nova Gorica è stato il primo in Slovenia a trattare i dipendenti digitali. Miha Kramli, terapeuta e direttore del Centro, ha iniziato a fare i primi passi nel campo del trattamento delle cosiddette dipendenze senza sostanza nel 2003. Sebbene il Centro sia nato per affrontare le dipendenze da gioco d'azzardo, la gamma di problematiche si è col tempo ampliata con dipendenze da relazioni e sessualità, cibo, lavoro e tecnologie digitali. Mentre 20 anni fa più del 90 % degli utenti degli ambulatori per la prevenzione delle dipendenze in Slovenia erano tossicodipendenti, cioè dipendenti

includât la int denant dai schermis: fra di chês ancje lis rêts sociâls in internet de fate di Instagram, Facebook e Twitter. I "rimpins" tecnologjics nassûts su la fonde des ideis di Eyal a son stâts cussì gaiarts che ben l'autôr al è stât gafât dispès biel che al cjalave tal schermi co al veve pluitost di curâsi dai amîs e di chei di cjase, fin ancje co al jere cun sô fie. Une volte al jere cun jê e a tabaiavin, alore i à domandât cuâl superpodê che e varès vût volût vê; in chê a lui i è rivade intal telefon une notifiche e al à cirût di rispuindi cence spietâ. Intant che al lumave il schermi la fie e à lassât la stanzie. A di chê domande no i à plui rispuindût. Cuant che a sun di situacions cussì al è rivât a visâsi che, colpe i trucs digjitâi par cuistâ la atenzion che lui stes al veve judât a inmaneâ, al jere inviât a pierdi i rapuarts cui siei, si è metût a scrivi e intal 2019 al à burît fûr il manuâl *Indistractable* 'indistraibil', dulà che al illustre cemût che si si "disrimpinisi", vâl a dî cemût gjavâsi i "rimpins" che lis impresis a doprin par peâ la int ai telefons inteligjents e a chei altris aparâts. In sumis, par une sorte di paradòs Nir Eyal tal imprin al à vût publicât un libri di sucès sul mût di fâ colâ la int te vuate, po tal ultin un altri libri cui conseis par jessî de vuate tornant a cuistâ padin, concentracion e solitudin.

La dipendence digjitâl e je daûr a diventâ la crisi sanitarie da la nestre epoche

A fasin pinsirâ i dâts cjapâts sù che a segnin che di 2000 a 3000 zovins in Slovenie no son intal stât di finî la scuele primarie o la scuele superiore colpe l'abûs des gnovis tecnologjiis e che ur covente une terapie cuintri da la dipendence digjitâl. Li dal Centri di cure des dependencis di Gnove Gurize a son stât i prins in Slovenie a metisi a curâ i dependents da la tecnologia digjitâl. Miha

"hooks" introduced by Eyal's ideas were so effective that even the author often caught himself through starring at the screen and not dedicating time to friends and relatives, including his own daughter. When he asked her one day during a chat which superpower she would choose, he received a push notification on his phone and tried to answer it immediately. While he was still staring at the screen, his daughter left the room. She did not answer the question asked. When he realised in such situations that due to the digital tricks to grab attention he had helped to design, he himself began losing touch with close people, he wrote and in 2019 published the guide entitled *Indistractable*, explaining how to "pull out the hook" which the companies are using to trap people on smartphones and other devices. The paradox is that Nir Eyal first published a best-seller on how to lure people into a trap, and then a book of tips on how to get out of the trap and find peace, focus and solitude again.

Digital addiction is becoming a modern-day health crisis

There is worrying data showing that between 2000 and 3000 young people in Slovenia are unable to finish primary or secondary school due to the harmful use of modern technologies, and need therapy for digital addiction. The Addiction Treatment Centre in Nova Gorica was the first in Slovenia to treat digital addicts. Miha Kramli is a Therapist and Head of the Centre, who started paving the way in the field of non-chemical addiction treatment in 2003. The Centre was originally set up for problems with gambling addiction, but the range of treatments has grown; from addiction to relationships and sexuality, food, work, all the way to

jih vključujemo v realno življenje. Zgolj drsanje po zaslonu aktivira le majhen del možganov, in še to v smeri virtualnega okolja. Zato bo človeku, ki osem ur dnevno "trenira" možgane le na področju virtualnega, realno življenje vedno bolj naporno. Zaradi pretirane uporabe novih tehnologij se spreminja tudi družinska dinamika. Danes imamo pravzaprav že populacijo staršev, ki so sami zasvojeni z novimi tehnologijami.

Nove tehnologije so prehitele vse državne in družbene institucije, vključno s šolskim sistemom. Zato bi bilo treba na državni ravni oblikovati kulturo uporabe novih tehnologij. Veliko ljudi se namreč ne zaveda nevarnosti prekomerne uporabe pametnih naprav. Ne gre za zavračanje novih tehnologij, ampak za njihovo primerno in odgovorno uporabo. Tako bi država sporočila državljanom, da imajo s tem, ko imajo v rokah pametne naprave, zelo pomembna orodja, s katerimi morajo ravnati preudarno. To so močna orodja in lahko tudi nevarna orožja.

Recept za odklop

Kako lahko v svetu, kjer prežijo na nas najrazličnejše algoritemske pasti, v katere se zlahka ujamemo, živimo bolj umirjeno življenje in si povrnemo vsaj kanček osredotočenosti, ki nam – kot piše tudi Johann Hari v knjigi *Ukradena pozornost* (izvirnik iz leta 2022 ima naslov *Stolen Focus*) – vse bolj polzi med prsti?

Prvi predlog za uspešnejši odklop je izbris odvečnosti. Ne zagovarjava digitalnega ludizma, ne misliva, da je treba zavreči telefone, razbiti računalnike in živeti "po starem", morda kot v 19. stoletju ali celo kot naši kamenodobni predniki. Predlagava pa, naj vsak pri sebi naredi obračun in pregleda, na koliko omrežij je priključen, koliko časa porabi za

da droghe e alcol, oggi più della metà degli utenti sono i cosiddetti dipendenti non da sostanze.

Ricerche dimostrano che i bambini e gli adolescenti con accesso limitato alle tecnologie hanno tempo sufficiente per sviluppare importanti competenze di vita, mentre quelli con accesso illimitato hanno esperienze circoscritte all'ambito virtuale e sono esposti ai rischi derivati da dipendenze digitali. L'attività fisica e l'interazione nel mondo reale sono essenziali per lo sviluppo cerebrale nel suo insieme e per un'integrazione sociale di successo, nonché fattori di difesa contro la dipendenza digitale. La paura che nostro figlio, se non aggiornato sui contenuti online, venga superato da altri coetanei, è quindi del tutto fuori luogo. Al contrario: tra chi utilizza consapevolmente gli smart device, il grado di sviluppo e di successo è decisamente superiore. Quando siamo fisicamente attivi, attiviamo il cervello nella sua totalità, coinvolgendolo nella vita reale, mentre lo scrollare sullo schermo innesca solo una piccola parte del cervello, quella rivolta all'ambiente virtuale. Pertanto, una persona che passa otto ore al giorno ad "allenare" il cervello solo nel mondo virtuale, troverà la vita reale sempre più faticosa. L'uso eccessivo delle nuove tecnologie sta modificando anche le dinamiche familiari. I genitori sono oggi essi stessi dipendenti dalle nuove tecnologie

che sono penetrate in tutte le istituzioni statali e sociali, compreso il sistema scolastico. Occorre quindi delineare, a livello nazionale, una nuova cultura dell'uso delle nuove tecnologie, tenuto conto del fatto che molte persone non sono consapevoli dei pericoli derivanti da un uso eccessivo degli smart device: non un rifiuto delle nuove tecnologie, bensì un invito a un loro utilizzo appropriato e

Kramli al è un terapeut e ancje il diretôr dal Centri, e intal 2003 al è stât lui chel che al à disniçât il setôr da la cure des dependencis cence fonde chimiche. Pûr se il Centri tal imprin al veve di tratâ i fastidis di dependence dal zûc di azart, la tipologjie dai câs in tratament e à finût par slargjâsi, tacant cu la dependence afetive e sessuâl, chê alimentâr, chê dal lavôr par rivâ a chê da lis tecnologjiis digjitâls. Biel che in Slovenie vincj agns indaûr a frecuentavin i ambulatoris di prevenzion des dependencis par passe il 90 per cent i dependents da lis sostancis chimichis, ven a stâi da la droghe o dal alcul, in dì di vuê passe un mieç dai utilizadôrs a àn une dependence cence fonde chimiche.

Lis ricercjis a mostrin che ai fruts e ai zovins che a àn vût un acès limitât aes tecnologjiis inteligjents ur è restât timp avonde par disvilupâ abilitâts impuartantis par la vite di ogni dì, biel che chei cul acès libar a restin limitâts al mont virtuâl e e al è plui facil che a cjapin sù une dependence digjitâl. La ativitât fisiche e la interazion intal mont reâl a son di fat fundamentâls pal disvilup gjenerâl dal cerviel e par integrâsi cun bon esit inta la societât, e ancje a fasin di fatôrs protetîfs cuintri de dependence digjitâl. La pôre che i siei coetanis a fasaran plui ferade che il nestri frut par vie che nol sarà inzornât sui contignûts dal web e je di soreplui. Al contrari, si viôt ben che a son plui evolûts e che a àn miôr esits chei che a doprin i aparâts inteligjents cun fins prestabilîts. Di fat, co il nestri fisic al è in ativitât, o metin in vore il cerviel intîr e lu peîn cu la vite reâl. Impen sbisiâ il schermi al met in vore dome dome un tocuto dal cerviel, e inmò lu fâs dome in rapuart cul mont virtuâl. Par chel une persone, a sun di "alenâ" il cerviel vot oris in dì dome intal cjamp virtuâl, e fasarà ogni dì plui fature intal vivi la vite reâl. Cause l'ûs ecessîf da lis gnovis tecnologjiis e mude ancje

digital technologies. While 20 years ago in Slovenia, more than 90% of the clients in the addiction prevention clinics were chemical addicts, i.e. drug and alcohol addicts, today more than half of the users are non-chemical addicts.

Research shows that children and adolescents who have had limited access to smart technologies have enough time to develop important life skills, while those with unrestricted access remain limited to virtual experiences and at increased risk of developing digital addiction. Physical activity and real-world interaction are crucial for integrated brain development and successful social integration, and are protective factors against digital addiction. The fear that our child will be overtaken by other peers if he or she is not up to date with online content is therefore completely unnecessary. Even on the contrary, those who use smart devices wisely are significantly more developed and successful. When we are physically active, we activate the brain comprehensively and integrate it into real life. Scrolling on the screen only activates a small part of the brain, and that towards the virtual environment. Therefore, a person who "trains" the brain only virtually for eight hours a day, will find real life increasingly exhausting. The excessive use of modern technologies is also changing family dynamics. Today, we already have a population of parents who are addicted to modern technologies themselves.

Modern technologies have overtaken all state and social institutions, including the school system. A culture of use of modern technologies should therefore be created at national level. Many people are not aware of the dangers of the excessive use of smart devices. The point is not to

pregledovanje vsebin, ki jih objavljajo drugi, in katere tehnologije mu koristijo oziroma škodijo. Od prvega desetletja 21. stoletja, ko smo se začeli množično pridruževati omrežjem, kakršno je Facebook, smo prišli namreč v stanje, ko skušamo sočasno pregledovati in tudi krmiti s podatki več omrežij, na primer Instagram, TikTok, Snapchat, X, BeReal in kdo morda celo Poop Map, torej omrežje, na katerem uporabniki obelodanijo, kje in kdaj so nazadnje opravili potrebo. Situacija nekoliko spominja na žongliranje. Eno žogico, ki jo mečemo v zrak, zlahka krotimo. Z dvema tudi gre, tri uspe obdržati v zraku redkim, pri štirih, petih in šestih pa se večini zafeceljajo roke. Vsega je preprosto preveč. Zavedati pa se je treba, da zna biti izbris precej naporen, posebej po večletni uporabi. Pridružitve omrežju je preprost in hiter postopek, izbris pa traja tudi zato, ker vas omrežje ne izpusti iz krempljev, podobno kot tajna sekta ne izpusti svojega člana, ki se je naveličal nenehnega teženja vrhovnega svečenika.

Naslednje priporočilo, ki pomaga pri odklopu, je vzpostavitev oaz miru v vsakdanjem življenju, posebej v trenutkih druženja in intimnosti. Naj bo recimo družinsko kosilo tista oaza, v kateri niso prisotni zasloni in ki je namenjena zgolj obedovanju, pogovoru ter seveda druženju. Naj bodo takšne oaze miru tudi konference in drugi dogodki, pravilo o utišanju telefonov in podobnih naprav, ki pogosto kalijo pozornost, pa naj se jasno zapiše na vabilo. In seveda naj bodo oaze miru tudi vzgojno-izobraževalne ustanove, na primer šole in vrtci, ki postajajo zaradi vseprisotnih "pametnih" naprav podobne resničnostnim šovom. Oaze miru je v tem primeru mladim dolžna zagotoviti tudi država, in sicer z zakonsko omejitvijo uporabe telefonov ter podobnih naprav v šolah in vrtcih.

responsabile. Con opportune politiche di sensibilizzazione, lo Stato potrebbe far capire ai cittadini che, avendo in mano dispositivi intelligenti, dispongono di strumenti importanti che devono essere usati con ponderazione – macchine potenti che possono diventare armi pericolose.

Una ricetta per la disconnessione

In un mondo dove siamo esposti a molteplici trappole algoritmiche in cui possiamo facilmente cadere, come vivere una vita più tranquilla e ritrovare un minimo di concentrazione, che – come scrive Johann Hari nel suo libro *Stolen Focus* (2022) – diventa sempre più sfuggente?

Il primo suggerimento per una disconnessione più efficace è quello di eliminare l'eccesso. Non stiamo parlando di luddismo digitale: non stiamo dicendo che la gente debba buttare via i propri telefonini, distruggere i computer e vivere "alla vecchia maniera", come nel XIX secolo o addirittura nell'età della pietra. Invitiamo però tutti a fare un bilancio: a quanti social siamo connessi? quanto tempo passiamo a guardare i contenuti pubblicati da altri? quali tecnologie sono vantaggiose e quali dannose? Dal primo decennio del XXI secolo, quando abbiamo iniziato a iscriverci in massa a social quali Facebook, siamo arrivati oggi a cercare di visualizzare e al contempo alimentare con i nostri dati diverse piattaforme – Instagram, TikTok, Snapchat, X, BeReal e forse anche Poop Map, una rete in cui gli utenti rivelano dove e quando hanno espletato l'ultima volta i loro bisogni fisiologici. È un po' come la giocoleria: una pallina lanciata in aria è facilmente controllabile; due si riescono ancora a gestire, con tre il gioco si fa difficile; con quattro, cinque o sei palline sono

la dinamiche familiâr. In dî di vuê o vin zaromai une popolazion di gjenitôrs che ancje chei a son dependents da lis gnovis tecnologjiis.

Lis gnovis tecnologjiis a son passadis parsore di dutis lis istituzions statâls e sociâls, considerât ancje il sisteme scolastic. Par chel al coventarès di sacomâ a nivel statâl la culture dal ûs da lis gnovis tecnologjiis. E je un grum la int, di fat, che si vise dal pericol che al mene sot l'ûs fûr di misure dai aparâts inteligjents. No si trate di parâ indaûr lis gnovis tecnologjiis, si ben di doprâlis cu la misure juste e in maniere responsabile. Cussì il stât ur disarès ai citadins che, cjolint sù un aparât inteligjent, a varan tes mans un imprest une vore famôs che a scuegnin aministrâ cun judizi. Al è un imprest possent e al pues jessi avuâl une menace.

Ricete par disconetisi

Cemût si fasial, intun marimont dulà che nus tindin tramais algoritmics là che o stin pôc a cjapâsi, a vivi une vite plui cuiete e a ripiâ almanco une gote di chê concentracion che, come che al scrîf ancje Johann Hari intal libri dal 2022 *Stolen Focus*, ogni moment nus sbrisse jù jenfri i dêts?

La prime propueste che noaltris doi o fasìn par rivâ a disconetisi e je chê di molâ vie il superflui. No propagandìn un ludisim digjitâl, no crodìn che si vebin di butâ vie i telefons, di sfracassâ i ordenadôrs e di vivi "come une volte", salacor come tal secul XIX o magari come i nestrîs basavons paleolitics. O proponìn, no mo, che ognidun al fasi un balanç passant in rassegne in tropis rêts sociâls che al è dentri, trop timp che al dopre par lei i contignûts che a publichin chei altris e cualis tecnologjiis che i coventin e cualis che i fasin dam. Da la prime desene

reject new technologies, but to use them properly and responsibly. In this way, the state would send a message to citizens that, by having smart devices available, they have very important tools they need to use wisely. These are powerful tools, which can also become dangerous weapons.

Recipe for disconnection

How can we live a more peaceful life in a world with all kinds of algorithmic traps lurking at us, and regain at least a bit of focus, which – according to the book "*Stolen Focus*", written by Johann Hari in 2022 – is increasingly slipping through our fingers?

The first suggestion for a more successful disconnection would be to get rid of all that is excessive. We do not advocate Digital Luddism and we do not think that we should throw away phones, smash computers and live "the old way", perhaps as in the 19th century or even as our stone-age ancestors. We do, however, suggest that everyone takes stock of their life and reviews how many networks they are connected to, how much time they spend viewing content posted by others, and which technologies are useful or harmful to them. Since the first decade of the 21st century, when we started massively joining networks like Facebook, we have reached a situation where we are trying to simultaneously view and control data from multiple networks, such as Instagram, TikTok, Snapchat, X, BeReal and maybe even Poop Map, a network where users reveal where and when they last answered the call of nature. The situation is somewhat like juggling. We can easily catch one ball thrown in the air. Two balls are fine as well, three balls are a little difficult to keep in the air, but some people manage

Pomemben, a pogosto spregledan razlog za tak ukrep je zapisan celo v slovenski ustavi, kjer piše, da je država dolžna varovati otroke pred gospodarskim, socialnim in duševnim izkoriščanjem ter drugimi oblikami zlorab. Takšne zlorabe pa se vse pogostejše nezavedno dogajajo v učilnicah in igralnicah, in to tako zaradi staršev, ki lahko prek prisluškovalne in sledilne naprave nenehno spremljajo svojega otroka, seveda tudi pri pouku ali v igralnici, kot tudi zaradi podjetij, kakršna so Meta, Amazon in Google, ki jih ravno tako izjemno zanima, kaj počnejo otroci in mladi čez dan – in kako bi jih lahko čim prej navadili, da naprave nosijo ves čas s sabo in čim večkrat dnevno pogledajo na zaslon.

Tretjič, priporoča smotrnost in tudi previdnost pri uvajanju tehnoloških rešitev v domače ter delovno okolje. Zavedati se namreč moramo, da kljub obćemu trendu digitalne preobrazbe ni vse, kar je digitalno, suho zlato. Pametna tabla, ki jo kupi šola, stane nekaj tisoč evrov, ko se pokvari, pa postane ničvreden predmet. V šolstvu je zato bolj smiselno najprej vlagati v pametne ljudi, torej učitelje, ki delijo svojo pamet in še marsikaj drugega, kar je pomembno za vzgojo in izobraževanje otrok ter mladine. Podobno velja seveda tudi za druge ustanove, ki se srečujejo z dilemami, ali kupiti novo digitalno stvar ali izrabiti do konca analogno. Odgovor na to dilemo pa ni enoznačen. Digitalna preobrazba je gotovo pomembna, a hkrati lahko pri sebi in drugih spodbujamo tudi analogno preobrazbo, torej uvajanje rešitev, ki niso priključene na internet, a so vseeno – ali morda celo še bolj – uporabne. In krasen primer takšne rešitve je knjiga, ki omogoča morda celo najboljšo potopitev v domišljiske svetove.

pochi quelli che riescono a coordinare i movimenti delle mani. Le palline sono, semplicemente, troppe. Tuttavia, è bene tenere presente che la cancellazione dai social può essere difficile, soprattutto dopo diversi anni di utilizzo. L'adesione ai social è un processo semplice e veloce, mentre la cancellazione richiede tempo perché la piattaforma non vi lascia uscire dalle sue grinfie, proprio come una setta segreta non lascia andare via un membro che si è stancato del continuo assillo da parte del sommo sacerdote.

Un altro consiglio per favorire la disconnessione è quello di creare delle oasi di pace nella vita quotidiana, soprattutto nei momenti di socializzazione e di intimità. Facciamo in modo che un pranzo in famiglia sia un'oasi senza schermi, dove si mangia, parla e, naturalmente, socializza. Anche le conferenze e gli altri eventi dovrebbero essere paradisi di pace e la regola di silenziare telefoni e dispositivi simili, che spesso distraggono gli utenti, dovrebbe essere scritta chiaramente sull'invito. E, naturalmente, anche le istituzioni educative, come le scuole e gli asili, che stanno diventando dei reality show grazie agli onnipresenti dispositivi "intelligenti", dovrebbero essere dei paradisi di pace. In questo caso, è lo Stato ad avere l'obbligo di fornire luoghi di pace ai giovani, limitando per legge l'uso di telefoni e dispositivi simili nelle scuole e negli asili. Un motivo importante, ma spesso trascurato, per una misura di questo tipo è addirittura sancito dalla Costituzione slovena, secondo la quale lo Stato ha il dovere di proteggere i bambini dallo sfruttamento economico, sociale e mentale e da altre forme di abuso. Questi abusi avvengono, sempre più spesso e inconsapevolmente, anche nelle aule e nelle aree giochi, sia perché i genitori possono monitorare costantemente i propri figli attraverso dispositivi di

dal secul XXI, cuant che o vin tacât a jentrâ in masse inta la prime rêd di chês sorte, Facebook, o sin rivâts cumò di fat intal stât di cirî intal stes timp di lei ma ancje di passi di dâts plui rêts, tant a dî: Instagram, TikTok, Snapchat, X, BeReal e cualchidun fin Poop Map, vâl a dî la rêd dulà che i utilizadôrs a publichin dulà e cuant che a àn vût fat i lôr bisugns la ultime volte. La situazion e ricuarde un pôc co si zughete tirant par aiar lis balis. Une bale tirade par aiar le fasìn zirâ cence fastidis; ancje cun dôs si rive, chei che int tegnin par aiar trê a son rârs, cun cuatri, cinc, sîs balis ae plui part si ingropin lis mans. Ce che al è masse al va parsore. Al covente visât che a molâ lis rêts e je avonde dure, massime se si je dentri di agnorums. A jentrâ intune rêd e je une procedure facile e svelte, ma a saltâ fûr al covente timp ancje parcè che la rêd no us mole des sôs sgrifis, in maniere pressepôc compagne che une sete no mole un so membri cuant che nol sopuarte plui la pression cence polse dal sacerdot da cjâf de sete.

Al èacomandât, cun chês di judâ la disconession, di dâ dongje oasis di padin inta la vite di ogni dì, in primis intai moments di comunance e di intimitât. Une tâl oasi al varès di fâle il gustâ a misdî, cence schermis e finalizât dal dut a mangjâ, a tabaiâ e, si capîs, ae comunance. Altris oasis cussì a varessin di fâlis i congrès e altris cjatadis: alore la regule di cidinâ i telefons e altris aparâts di chês sorte che dispès a tudin la atenzion e sarès scrite clare bielzà inta la convocazion. Si capîs po che oasis di padin cussì a varessin di fâlis ancje i istitûts di istruzion e di educazion, tant a dî lis scuelis e lis scuelis maternis, che colpe la presince pardut dai aparâts "inteligjents" a deventin une sorte di telerealtât, di "reality show". L'oblic di meti dongje oasis di padin lu à pûr il stât, vâl a dî che la leç e scuën limitâ l'ûs

it. But with four, five and six balls, most people get their hands entangled. There is simply too much of everything. It should, however, be noted that leaving social networks can be quite stressful, especially after several years of use. Joining a network is simple and quick, whereas the deletion takes time, also because the network does not let you go, just as the secret sect does not let go of a member, who is fed up with the constant nagging of the High Priest.

Another recommendation that helps with the disconnection is to establish oasis of peace in everyday life, especially in social and intimate moments. For example, let a family lunch be an oasis where no screens are present and which is only intended for lunch, conversation and, of course, socialising. Let such oases of peace include conferences and other events, and the rule about silencing phones and similar devices, which are often distracting, should be clearly written on the invitation. And of course, educational institutions, such as schools and kindergartens, which are becoming like reality shows in the world of "smart" devices all around us, should also be oases of peace. It is also the obligation of state to provide oases of peace to young people by legally restricting the use of telephones and similar devices in schools and kindergartens. An important but often overlooked reason for such a measure is even enshrined in the Slovenian Constitution, which states that the state is obliged to protect children from economic, social and mental exploitation and other forms of abuse. Such abuse is increasingly taking place unconsciously in classrooms and playrooms, both because of parents who can constantly monitor their children through the listening and tracking devices, including of course during

In četrtrič, priporočava, da se večkrat na dan ozremo od zaslona in namenoma pogledamo človeka ob sebi, pa ne samo zato, da si spočijemo oči, temveč predvsem zato, da spet vzpostavimo stik s tistimi, ki nas osrečujejo in ki smo jim sami vir sreče. Ob tem želiva spomniti na najdaljšo longitudinalno raziskavo Harvardske univerze, v kateri več kot osemdeset let iščejo prav to izmuzljivo srečo. (Za povzetek te raziskave glej knjigo *The Good Life*, ki je izšla leta 2023 ter sta jo napisala Robert Waldinger in Marc Schulz.) Kdaj smo torej srečni? Kdaj je naše življenje smiselno in izpolnjeno? Kot se je izkazalo v omenjeni raziskavi, bistvo sreče ni niti v stanju na transakcijskem računu niti v materialnih dobrinah, statusu ali uglednih nazivih. Odgovor na zahtevna vprašanja je precej preprost in mnogim jasen: najsrečnejši smo, ko imamo dobra razmerja z bližnjimi, torej s sorodniki, sodelavci, sošolci, vrstniki – in seveda prijatelji. Za prijatelje pa si je, kot je v znanem verzu smiselno pripomnil glasbenik Andrej Šifrer, "treba čas vzeti". A časa za prijatelje imamo – vsaj domnevno – vse manj, saj ga zapravimo, ko gojimo razmerja na daljavo, po zaslonih, in to s stotinami ali celo tisoči navideznih "prijateljev", kot se imenujejo ljudje, s katerimi smo na daljavo povezani po Facebooku in ki jih je iz tedna v teden več. Medtem ko negujemo preštevne "šibke vezi", kot jim je v prelomnem članku iz leta 1973 rekel sociolog Mark Granovetter, pa pogosto zanemarjamo "močne vezi" z bližnjimi, za katere pa si je dejansko treba "čas vzeti" in pogledati človeka v oči, ko se z njim pogovarjamo.

Za konec priporočava še, da privoščite odklop sebi in bližnjim, hkrati pa se spomnite, kako redka dobrina je to. Živimo v času, ko je priklop razmeroma lahko pridobiti, odklopiti se pa postaja

ascolto e di localizzazione, anche in classe o nelle zone adibite a gioco, sia perché aziende come Meta, Amazon e Google, estremamente interessate a ciò che i bambini e i ragazzi fanno durante il giorno, hanno trovato il modo di far portare loro sempre con sé i dispositivi e accedere sempre più spesso agli schermi.

In terzo luogo, raccomandiamo prudenza e cautela nell'introduzione di soluzioni tecnologiche in ambiente domestico e lavorativo. Dobbiamo infatti essere consapevoli del fatto che, nonostante una generale tendenza alla trasformazione digitale, non tutto ciò che è digitale è oro colato. Una LIM acquistata da una scuola costa svariate migliaia di euro, ma quando si rompe diventa inutile. Nel campo dell'istruzione, quindi, avrebbe più senso investire prima di tutto in persone intelligenti – negli insegnanti che condividono la loro intelligenza, ma anche in altre risorse importanti per l'educazione dei bambini e dei giovani. Lo stesso vale, ovviamente, per altre istituzioni che si trovano di fronte al dubbio se acquistare un nuovo oggetto digitale o sfruttare fino in fondo uno analogico. La risposta a questo dilemma non è univoca. La trasformazione digitale è certamente importante, ma parallelamente possiamo anche incoraggiare la trasformazione analogica in noi stessi e negli altri, cioè l'introduzione di soluzioni non connesse a Internet ma ancora – o forse più che mai – utili. Ne è un ottimo esempio il libro, che probabilmente offre la migliore immersione possibile in mondi immaginari.

In quarto luogo, è consigliabile alzare lo sguardo dallo schermo più volte al giorno e guardare deliberatamente la persona che ci sta accanto, non solo per far riposare gli occhi, ma soprattutto

dai telefons e di chei altris aparâts di chê sorte inta lis scuelis e lis scuelis maternis. Une reson impuartante, se pûr dispès ignorade, par une tâl norme e je scrite fin dentri la costituzion slovene, là che si scrîf che il stât al à l'oblic di parâ i fruts dal sfrutament economic, sociâl e psychic e da chei altris abûs. Abûs di cheste fate a sucedin cence savê ogni moment plui dispès intes aulis e intai sîts pai zûcs dai frutins, colpe i gjenitôrs che a puedin salt compagnâ il frut doprant i aparâts fats di pueste par scoltâju e spiâju, ma ancje colpe lis impresis de sorte di Meta, Amazon e Google, che a pandin un interès compagn di savê ce che a fasin i fruts e i zovins dut il dì (e di cjatâ il mût di menâju a la svelte a puartâ intorsi i aparâts par dut il timp e a cjâlâ i schermis plui voltis che si pues).

Par tierce robe, o raccomandin judizi e parie prudence intal introdusi soluzioni tecnologjichis a cjase o a vore. O vin di visâsi, no mo, che pûr cu la tindince gjenerâl a la trasformazion gjenerâl no dut ce che al è digjitâl al è il miluç de magne. La taule nere inteligjente che e compre une scuele e coste cualchi miâr di euros; une volte vuastade, e devente une robe che no vâl nuie. Alore intes scuelis al à plui sens di invistî inta lis personis inteligjentis, ven a stâi i mestris, che a condividin il lôr intelet e parsore ancjemò altris robis che a son impuartantis par la educazion e la istruzion dai fruts e da la zoventût. Chest al vâl, si capîs, ancje par altris istituzions che si intopin intal dileme se comprâ une gnove robe digjitâl o ben doprâ la robe analogjiche che a àn fin che e va. Chel dileme nol à une rispueste ugnule. La trasformazion digjitâl e je pardabon impuartante, ma di chê altre bande o podìn stiçâ dentri di nô e di chei altris ancje une trasformazion analogjiche, ven a stâi la introduzion di soluzioni che no son conetudis cun internet e che a son, mo, utilis in misure

classes or in the playroom, as well as because of companies like Meta, Amazon and Google, which are also extremely interested in what children and young people do during the day – and how to prepare them as soon as possible to carry their devices with them all the time and look at the screen as many times as possible.

Third, we recommend prudence and caution when introducing technological solutions into the home and work environment. We must be aware that, despite the general trend of digital transformation, not everything that is digital is gold. A smart board bought by a school costs a few thousand euros, and when it breaks down, it becomes something worthless. In education, it is therefore more sensible to invest first in smart people, i.e. teachers who share their knowledge and many other things that are important for the education of children and young people. The same also applies to other institutions faced with the dilemma of whether to buy a new digital item or to use up the analogue one. The answer to this dilemma is not clear. Digital transformation is certainly important, but we can also encourage analogue transformation in ourselves and others, that is, the introduction of solutions that are not connected to the internet, but are still – or maybe even more – useful. And a notable example of such a solution is a book that allows perhaps even the best immersion in imaginary worlds.

And fourthly, we recommend that we look away from the screen several times a day and deliberately look at the person next to us, not only to rest our eyes, but above all to make contact again with those who make us happy and to whom we ourselves are a source of happiness. At

luksuz, ki si ga lahko privoščijo (žal) le privilegirani. Izrabite torej ta privilegij in – če citirava vladnega govornika iz časa, ko smo bili odrasli pred zasloni po trinajst ur dnevno – "uživajte, dokler lahko". Po možnosti čim dlje.

P9

per riconnettersi a coloro che ci rendono felici e per i quali noi stessi siamo fonte di felicità. In questa sede va citato il più lungo studio longitudinale condotto dall'Università di Harvard, che da più di 80 anni cerca di comprendere cosa sia questa felicità così sfuggente. (Per una sintesi di questa ricerca, si veda il libro *The Good Life*, pubblicato nel 2023 da Robert Waldinger e Marc Schulz). Quando siamo felici? Quando la nostra vita è sensata e soddisfacente? Come dimostra lo studio, la felicità non riguarda i conti in banca, i beni materiali, lo status o i titoli più prestigiosi. La risposta a queste difficili domande è abbastanza semplice e, per molti, chiara: siamo più felici quando abbiamo buoni rapporti con chi ci sta vicino: parenti, colleghi, compagni di scuola, coetanei... e naturalmente con gli amici. Ma per gli amici, come ha giustamente osservato il cantautore Andrej Šifrer in un famoso verso, "bisogna prendersi del tempo". Eppure, per gli amici abbiamo – almeno in teoria – sempre meno tempo: preferiamo sprecarlo coltivando relazioni a distanza, attraverso uno schermo, con centinaia o addirittura migliaia di "amici" fittizi, persone con cui siamo collegati su Facebook e che aumentano di settimana in settimana. Mentre coltiviamo troppi "legami deboli", come definiti dal sociologo Mark Granovetter nel suo storico articolo del 1973, spesso trascuriamo i "legami forti" con i nostri cari, che richiedono "prendersi il tempo" per guardare le persone negli occhi quando parliamo con loro.

Infine, vi consigliamo di concedere a voi stessi e ai vostri cari una pausa di disconnessione, ricordando che si tratta di un bene raro. Viviamo in un'epoca in cui è relativamente facile essere connessi, ma disconnettersi sta diventando un lusso che (purtroppo) solo i privilegiati possono permettersi. Concedetevi quindi questo

compagne (e magari plui). Un esempi sflandorôs di une tâl soluzion, po, al è il libri, che al permet plui di dut la imersion intai monts di fantasie.

E par cuarte robe o raccomandî di discjoli plui voltis in dî i voi dal schermi e di lumâ di pueste une persone dacîs; e no dome, no mo, par polsâ i voi, si ben pluitost par tornâ a meti in vore il rapuart cun chei che nus fasin contents e che par lôr anje noaltris o sin une font di contentece. O doprî il câs par ricuardâ il plui lunc studi longitudinâl de universitât Harvard, che di passe votante agns e je daûr a cirî la contentece che par altri i sbrisse simpri vie. (Al fevele in struc dal studi il libri *The Good Life*, vignût fûr tal 2023 e scrit di Robert Waldinger e Marc Schulz.) Alore, cuant sino contents? Cuant la nestre vite ise rivade a vê sens e a dânus sodisfazion? Come che al à vût mostrât il studi cumò citât, il cûr de contentece nol è intal stât dal cont in bancje ni intal patrimoni materiâl, intal status sociâl o intai titui academics. La rispuete par chês domandis penzis e je avonde elementâr e clare par tancj di lôr: la plui bieles contentece le vin cuant che o sin in buinis cun cui che al è dacîs, vâl a dî cun chei di cjase, cui compagns di lavôr, cui amîs di scuele, cui coetaniis e, si capîs, cui amîs. Pai amîs, po, come che al à raccomandât inta chel viers cognossût il cjantautôr sloven Andrej Šifrer, "*treba čas vzeti*" (si scuen simpri burî fûr il timp); ma di timp pai amîs a'nd vin (pluitost o crodî di vêt) simpri mancûl, biel che o coltivin lis relazions di lontan, intai schermis, vâl a dî cun centenârs se no mil "amîs" di prin voli, come che i disîn a la int che parie nus pee di lontan Facebook e che a cressin ogni setemane. Intant che si curî di une sdrume di "leams flaps", come che ju à clamâts il sociolic Mark Granovetter intun so articul storic dal 1973, dispès mo o lassî pierdi i "leams fuarts" cu lis

this point, we would like to remind you of the longest longitudinal study by Harvard University, which has been dealing with the search for this elusive happiness for more than 80 years. (You can find the summary of this research in the book *The Good Life*, published in 2023 and written by Robert Waldinger and Marc Schulz.) When are we happy, then? When is our life meaningful and fulfilled? As the study shows, the essence of happiness is neither in the balance of the transaction account nor in material goods, status or reputable titles. The answer to these tough questions is quite simple and clear to many: we are happiest when we have good relationships with people closest to us, i.e. relatives, colleagues, classmates, peers – and of course friends. But we have to "take time for our friends", as musician Andrej Šifrer used to say in a well-known verse. Unfortunately, we have less and less time for friends – at least supposedly – because we waste it building up relationships at a distance, on screens, with hundreds or even thousands of virtual "friends", as the people we are connected with remotely on Facebook are called, the number of which is increasing every week. While we nurture too many "weak ties", as sociologist Mark Granovetter stated in a groundbreaking article from 1973, we often neglect "strong ties" with our loved ones, for which we actually need to "take time" and look them in the eye when we talk to them.

Finally, we recommend that you afford yourself and your loved ones a disconnection, and do not forget that this is a rare commodity. We live in a world where it is relatively easy to connect. The ability to disconnect, on the other hand, is becoming a luxury that (unfortunately) only the privileged can afford. So, take advantage of that privilege and – quoting

privilegio e – per citare quel portavoce del governo sloveno che appariva sui nostri schermi quando seguivamo gli aggiornamenti in diretta anche per tredici ore al giorno – "godetevelo finché potete". Il più a lungo possibile.

PQ

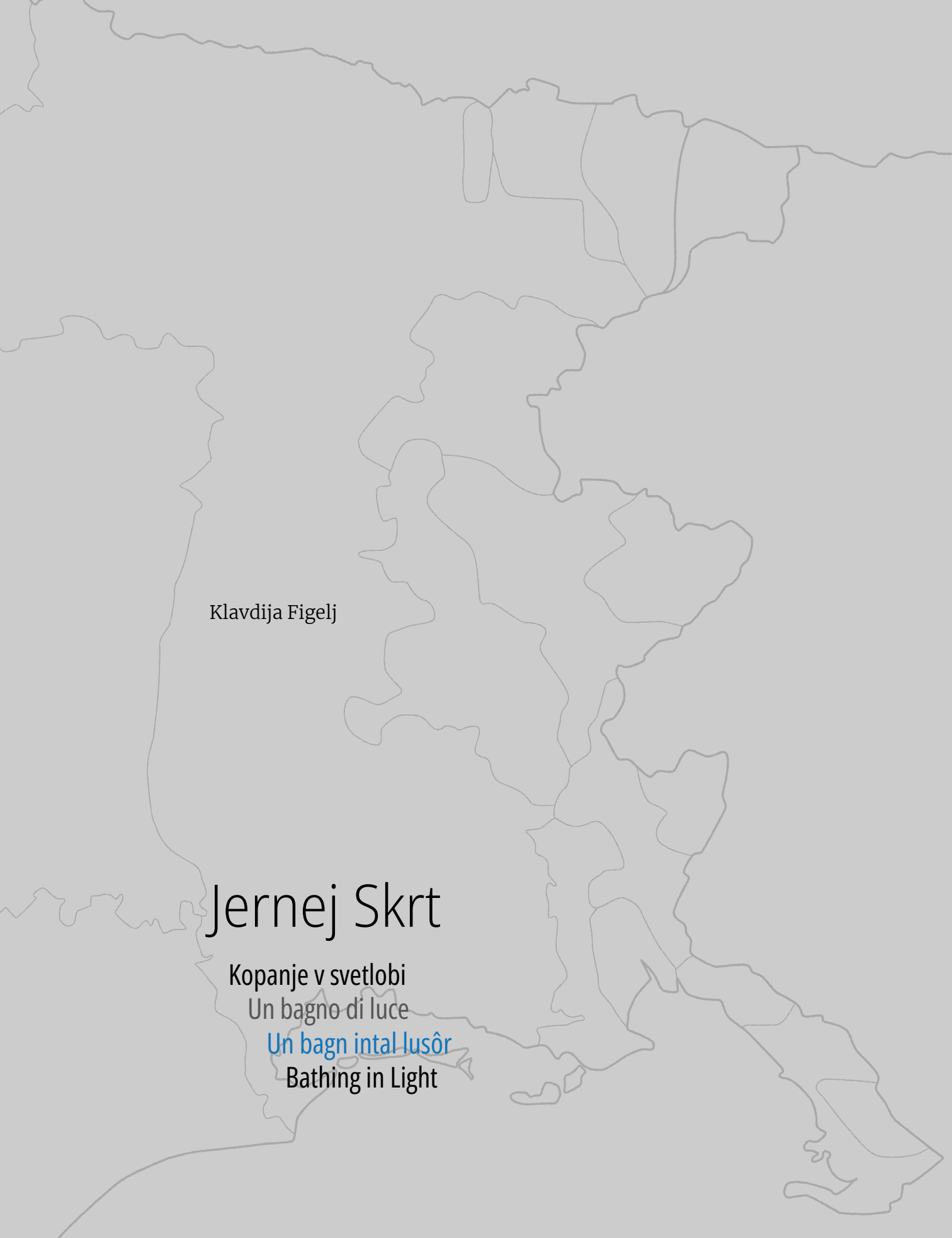
personis dacîs noaltris, che impen al è dal vêr par lôr che si scuën "burî fûr il timp" e cjâlâ une persone tai voi, co o cjararìn cun lôr.

Par ultin, o racomandìn ancje di piâ il gust de disconession par se, ma di lassâlu ancje a lis personis dacîs voaltris; in curt po si visarês di ce biel e râr patrimoni che e je la disconession. O vivin intun timp cuant che a conetisi si sta avonde pôc, ma che disconetisi al è un lus che si puedin piâ (par disgracie) dome i privilegiâts. Doprait fin insom chel privileç, alore, e, par citâ il puarte vôs dal guvier di chei mêis cuant che noaltris adults o jerin denant dai schermis tredicis oris in di stant che no si podeve lâ fûr: "Daitsi il bon timp, fin che si pues". Plui a dilunc che si pues.

P9

the government speaker from when we were in front of screens thirteen hours a day – "enjoy it while you can." Possibly as long as possible.

P9



Klavdija Figelj

Jernej Skrt

Kopanje v svetlobi

Un bagno di luce

Un bagn intal lusôr

Bathing in Light



Jernej Skrt, Cannes, 2016
detajl | dettaglio | detai | detail

Kopanje v svetlobi

Fotografijo, ki bo ta september predstavljena kot umetnina meseca, je Jernej Skrt posnel na francoski obali, v Cannesu, leta 2016. Na njej je prazna betonska plaža s skromnim kvadratom zemlje, iz katere še vedno raste drevo. Levo od drevesa počasi v center pluje velika ladja, v samem centru pa stoji reklamni fotokarton z izrezom za obraz, ki prikazuje Jamesa Bonda in njegovo dekle Tatiano Romanovo; prizor je iz filma *From Russia With Love* (1963). Verjetno je tam ostal od leta 2012, ko je bil film predstavljen na filmskem festivalu v okviru retrospektive na plaži (Cinéma de la Plage).

Fotografija sodi v serijo, ki jo je avtor poimenoval *Hoja po robu* in je nastala v zadnjem desetletju. Povod za to serijo je bila zavestna avtorjeva odločitev oziroma ugotovitev, da ga digitalni fotoaparati, namesto da bi mu pomagal približati svet, od njega odtuji. Fotografija v dobi množične in hitre digitalne produkcije zanj ni imela več prave vrednosti, tudi v estetskem smislu ne. Zdelo se mu je, da je zgolj suženj fotoaparata, ekranov, eksplozije gibajočih se podob, kjer se pomen ne ustavlja, ampak zgolj drsi naprej in izgublja svojo razsežnost časa in tako ostane le prazno nizanje. Takrat se pri gledalcu, kot pravi Deleuze, ne dogaja več kontemplacija, ampak je samo bombardiran. Zato se je fotograf na nek način odločil za odklop. Kupil je camero obscuro in se odpravil "tja ven" v svet, potrpežljivo čakal, da svet pride sam k njemu. Da se mu na nek način odpre.

Jernej Skrt se je odpravil na rob kopnega, po mejah Evrope, da bi videl, kje se srečata civilizacija in morje. Potoval je do roba, kjer se mešajo kulture, politični koncepti, barve,

Un bagno di luce

La foto presentata come opera d'arte del mese di settembre è stata scattata da Jernej Skrt sulla costa francese, a Cannes, nel 2016. In essa si vede una spiaggia di cemento deserta con un insignificante quadrilatero di terra da cui ancora cresce un albero. A sinistra dell'albero, un grande vascello naviga lentamente verso il centro dove si trova un cartellone pubblicitario con una fessura per il viso, che raffigura James Bond e la Bond-girl Tatiana Romanova in una scena tratta dal film *Dalla Russia con amore* (1963). Probabilmente è lì dal 2012, quando il film è stato presentato al festival cinematografico nell'ambito di una retrospettiva sulla spiaggia (Cinéma de la Plage).

La fotografia fa parte di una serie di opere che l'autore ha intitolato *Hoja po robu* (*Camminando sul margine*) e che è stata realizzata nell'ultimo decennio. La collana nasce da una decisione consapevole, anzi, da una constatazione: la fotocamera digitale, anziché aiutare l'artista ad avvicinarsi al mondo che lo circonda, lo allontana da esso. Nell'era di una veloce produzione digitale di massa, la fotografia non aveva più, per Skrt, alcun valore reale, nemmeno in senso estetico: faceva al contrario emergere in lui la sensazione di essere solo uno schiavo della macchina fotografica, degli schermi, di un'esplosione di immagini in movimento, dove il significato non si ferma, ma scorre semplicemente avanti perdendo la sua dimensione temporale e rimanendo un vuoto susseguirsi di immagini. È in quel momento, secondo Deleuze, che lo spettatore non contempla più, ma è solo bombardato. Per questo il fotografo decide, in un certo senso, di staccare: compra una camera oscura ed esce "fuori", nel mondo, ad aspettare pazientemente che il mondo venga da lui. Che gli si apra, in un certo senso.

Un bagn intal lusôr

Chê fotografie che in Setembar le presentaràn tant che opare di art dal mê, Jernej Skrt le à cjolte suntune marine francese, a Cannes, intal 2016. E fâs viodi une plote di ciment cuntun cuadrât modest di tiere dulà che ancjemò al mene un arbul. A çampe dal arbul si môf lente lant viers il mieç une grande nâf, intal biel mieç po al è un cartel pubblicitari fotografic cun taiadis fûr lis sacumis di James Bond e la sô fantate impersonade di Daniela Bianchi intal cine *From Russia With Love* (1963). Salacor il cartel al sarà restât alì dal 2012, cuant che a àn vût proietât chel cine inte suaze di une retrospetive su la splaze (Cinéma de la Plage).

Chê fotografie e je part di une serie che l'autôr le à clamade *Hoja po robu* (*Cjaminâ sul cei*), che le à metude dongje vie pe ultime decade. Da cjâf di chê serie e je stade une decision cussiente dal autôr che, pluitost, al à cjapât at dal fat che la machine fotografiche digjitâl, impen di judâlu a svicinâ il mont intor di lui, lu slontane. La fotografie inte ete da la svelte produzion di masse par lui no veve plui un valôr vêr, po no nancje tal sens estetic. I someave di no fâ nuie altri che il famei da la machine, dai schermis, di une esplosion di figuris in corse dulà che il sens nol rive a insedâsi, si ben al sbrisse vie e al piert la sô dimension dal timp; e alore tal finâl e reste dome une sfilze vueide di figuris. In cheste maniere cui che al cjale, come che al dîs Deleuze, nol contemple plui, par cuintri al è dome che bombardât. Alore il fotograf in cualchi maniere al à vût miôr di disconetisi: al à comprât une camera obscura e al è jessût "là fûr" tal marimont, a spietâ cun pazience che il marimont al vignîs bessôl li di lui, che in cualchi maniere si vierzès.

Bathing in Light

The photograph that will be highlighted this September as the artwork of the Month was taken by Jernej Skrt on the French coast, in Cannes, in 2016. It shows a concrete beach; empty, save for a solitary tree growing from a modest square of earth. To the left of the tree, a large ship slowly sails towards the centre of the picture. In the centre is a promotional cardboard photo template with a cut out for the face, featuring James Bond and his girlfriend Tatiana Romanova in a scene from the film *From From Russia With Love* (1963). It must have been there since 2012, when the film was shown at the retrospective on the beach, Cinéma de la Plage.

The photograph is part of a series that the author entitled *Hoja po robu* (*Walking the Edge*), which was made over the last decade. This series was born from the author's conscious decision, or rather, an observation, that the digital camera, instead of bringing him closer to the world around him, was actually alienating him further. In the age of mass digital production, photography no longer had any real value for him, not even in the aesthetic sense. He felt enslaved to the camera, the various screens, the explosion of moving images where meaning never lingers, it keeps drifting forward, losing its dimension of time until all that remains is an empty string. At that point, per Deleuze, the viewer no longer contemplates and instead yields to the constant bombardment. So the photographer decided to, in a sense, disconnect. He bought a camera obscura and went "out there", into the world, waiting patiently for the world to come meet him. For the world to open up to him in some way.

agregatna stanja – robovi so pač vedno najbolj zgovorni, produktivni. Na rob se odpraviš, ko pričakuješ nekaj novega. Na rob greš gledat, kaj se dogaja. Hodil je po robu, od delte Donave do San Sebastiana, po obalah Črnega, Tirenskega, Marmarskega, Egejskega, Jonskega, Jadranskega morja, od Mediterana do Atlantskega oceana, in pisal svoj "mediteranski brevir".

Čas, ki ga je izbral za observacijo in refleksijo, je bil "izvensezonski", brez navala ljudi, ki bi jemali pozornost. Francoski pisatelj Michel Houellebecq, ki ga radi prebiramo zaradi kritike sodobne družbe, bi na tej plaži uvidel čustveno praznino in izolacijo sodobnega človeka, videl bi, kako kapitalizem in turistična industrija nasilno in tudi subtilno oblikujeta naše odnose, želje in vrednote. Je možno iti onkraj tega družbenega okvirja, se sprašuje Jernej Skrt, ko se odpravi na rob, tja, kjer se ti razširijo obzorja, kjer nisi več suženj svojega lastnega mehurčka.

Dobra fotografija je tiha fotografija, je Jernej Skrt večkrat ponovil. To je fotografija, ki ne kriči, ki nič ne prodaja, se ne podreja nobeni ideologiji, sistemu, a je hkrati vse to. To je fotografija, v kateri mora tudi avtor izginiti. "Na nek način postane svet sam in šele, ko to postane, se rodijo pogoji za dobro fotografijo, sliko ali karkoli drugega dobrega v življenju. Zanimivo, da se ta odprtost največkrat zgodi v samotni in tišini, ki pa to ni, saj si na nek način tam na robu povezan s celim svetom." Zaradi izkušnje roba Jernej Skrt veliko lažje najde tišino tudi v urbanih prostorih, ki se jim v zadnjih časih fotografsko posveča. Po tej izkušnji nima več občutka, da je suženj digitalnega fotoaparata, ki ga trenutno uporablja, ampak da je to zgolj njegovo orodje za odkrivanje sveta.

È stato così che Jernej Skrt si è recato ai confini della terraferma, ai confini d'Europa, per vedere i luoghi dove la civiltà e il mare si incontrano. Ha viaggiato fino al limite, là dove si mescolano culture, idee politiche, colori e stati di aggregazione: i limiti sono sempre i più eloquenti, i più produttivi – lì ti rechi quando ti aspetti qualcosa di nuovo. Ci vai per vedere cosa succede. L'artista ha camminato lungo quei limiti, dal delta del Danubio a San Sebastián, scrivendo al contempo il suo "breviario mediterraneo": lungo le coste del Mar Nero, del Mar Tirreno, del Mar di Marmara, dell'Egeo, dello Ionio, dell'Adriatico – dal Mediterraneo all'Oceano Atlantico.

Per l'osservazione e la riflessione ha scelto un tempo "fuori stagione", senza l'afflusso di gente che avrebbe distratto la sua attenzione. Lo scrittore francese Michel Houellebecq, che ci piace leggere per la sua critica della società contemporanea, avrebbe visto in questa spiaggia il vuoto emotivo e l'isolamento dell'uomo contemporaneo; avrebbe visto il capitalismo e l'industria turistica modellare in modo violento e anche sottile le nostre relazioni, i nostri desideri e i nostri valori. Aprendosi a questo limite, là dove gli orizzonti si allargano e dove non si è più schiavi della propria bolla, Jernej Skrt si domanda se sia possibile andare oltre questa cornice sociale.

Una buona fotografia è una fotografia silenziosa, ha più volte ripetuto Skrt. Una fotografia che non urla, che non vende nulla, che non si sottomette all'ideologia, a un sistema, ma, allo stesso tempo, essa è tutto questo. È una fotografia in cui anche l'autore deve scomparire: "In un certo senso, il mondo resta solo; e, una volta rimasto solo, vi si creano le condizioni per una buona fotografia,

Jernej Skrt al è partît pal cei dal continent, pai confins da la Europe, par viodi dulà che si toçjin la civiltât cul mâr. Al à viazât fin al cei là che si messedin culturis, concezions politichis, colôrs, stâts de materie; i ceis, di chê strade, a son ogni moment plui tabaiots, produtîfs. Tu partissis pal cei co tu spietis alc di gnûf. Li dal cei tu vâs a cjalâ ce che al sucêt. Al à cjaminât sul cei tacant cul delta dal Danau fin a Donostia biel scrivint un so "breviari mediterani". Su lis marinis dal Mâr Neri, Tiren, di Marmare, Egjeu, Joni, Adriatic, dal Mediterani fin al Ocean Atlantic.

Il timp che al à sielzût par la osservazion e la riflessione al è stât chel "fûr di stagjon", cence une fulugne di int che e disviàs la atenzion. Il scritôr francês Michel Houellebecq, che o leîn cun interès par vie da la critiche de societât contemporanie, al lumarès inta chê splaze il vuet afetîf e l'isolament dal om contemporani, al viodarès trop che il capitalisim e la industrie turistiche a sacomin i nestrîs rapuarts, desideris e valôrs cu la violence e la furbarie. Isal pussibil passâ di là di chel telâr sociâl, si domande Jernej Skrt, co al partîs par chel cei, par là che ti si slargjin i orizonts, là che no tu sês plui sclâf da la tô bufule.

Une fotografie buine e je une fotografie cidine, al à vût dite plui voltis Jernej Skrt. E je une fotografie che no sberle, che no vent nuie, che no je sotane di nissune ideologjie o sisteme e che, in sumis, e je dute cussì. E je une fotografie dulà che fin l'autôr al scuensfantâsi. "Intune cualchi maniere e devente jê il marimont e dome in chê volte che chest al sucêt a nassin lis condizions justis par une buine fotografie, un quadri o cualsei altri ben pe vite. Al è interessant che cheste vierzidure e capite pal plui inta la solitudin e intal cidin,

Jernej Skrt ventured to the very edges of the continent, to along the borders of Europe, to see where civilisation and the sea meet. He travelled to the edge, where cultures, political concepts, colours, states of matter mix—the edges are always the most telling, the most productive. You go to the edge when you're looking for something new. You go there to see what's up. He walked this edge from the Danube delta to San Sebastian, writing his "Mediterranean breviary". Along the coasts of the Black Sea, Tyrrhenian Sea, Sea of Marmara, Aegean Sea, Ionian Sea, Adriatic Sea, from the Mediterranean to the Atlantic Ocean.

He made sure his observation and reflection took place in the "off-season" to avoid being distracted by the rush of people. The French writer Michel Houellebecq, enjoyed by many of us for his critique of modern society, would have seen in this beach all the emotional emptiness and isolation of modern man, would have seen the way that capitalism and the tourist industry shape our attitudes, desires and values both violently and subtly. Is it possible to go beyond this social framework, asks Jernej Skrt as he ventures to this edge, where your horizons expand, where you are no longer a slave to your own bubble.

A good photograph is a quiet photograph, repeats Jernej Skrt several times. It is a photograph that doesn't shout, isn't trying to sell anything, doesn't conform to any ideology, to any system, yet at the same time is all of these things. In such a photograph, the author himself must also disappear. "In a way, [the author] becomes the world itself, and only then do the conditions for a good



Jernej Skrt, Cannes, 2016
camera obscura



"Zaprem oči in se vprašam, kakšna je v bistvu moja notranja podoba obale. Opažam, da se tudi ta notranja podoba spreminja. Na nek način se je fotografiranje s camero obscuro povežalo s spomini na preživete počitnice na morju, še zadnje ostanke nekega drugega sveta, ki so v vsem tem času močno erodirali. Prebudili smo se v nek drugi svet in sedaj je treba opazovati tega tukaj in v njem iskati resnico in življenje."

Camera obscura je fotografska naprava, ki se razkriva kot metafora najglobljega opazovalca. Navzven je le preprost lesen ovoj, ki varuje praznino notranjega prostora, v ozadju katerega je nameščen občutljiv filmski trak. Ta trak postane odsev vsega, kar pade v njen "pogled". Svetloba vstopa skozi komaj zaznavno odprtino in prodre v temo, kjer na občutljivem ozadju zariše motiv. Podobno kot človeške oči – tudi same drobne odprtine, ki svet vodijo v neznano globino zavesti – naprava odpira prehod med zunanjim in notranjim svetom. Zato je trenutek odločitve fotografa, kdaj dovoliti, da svetloba prodre v notranjost aparata in tam vtisne trajno podobo, eno izmed njegovih ključnih dejanj. Fotograf in kamera se povežeta z vdihom in izdihom. Ko je sonce močno, odpre camero za štiri sekunde, to je ravno en vdih in čas, ki je potreben, da kamera posrka svet. Ko je oblačno, srka dvajset sekund, ponoči srka celo noč. Za fotografiranje uporablja stojalo; kar je pri miru, se zapiše, kar se premika, se zabriše.

Tudi na tej poti se je Jernej Skrt pokazal kot ustvarjalec, ki svet opazuje s podobno kvaliteto, potrpežljivostjo in notranjo temeljitostjo kot camera obscura. Po svetu hodi kot senzibilen opazovalec, ki

un'immagine o qualsiasi altra cosa buona nella vita. È interessante notare che questa apertura si verifichi più spesso nella solitudine e nel silenzio – che però non è tale, perché in un certo senso lì, al limite, sei connesso con il mondo intero". Grazie a questa esperienza, Jernej Skrt trova molto più facilmente la tranquillità anche negli spazi urbani, ai quali ultimamente dedica la propria fotografia. Dopo questa esperienza, non ha più la sensazione di essere schiavo della fotocamera digitale che utilizza attualmente, ma la vive anzi come uno strumento per scoprire il mondo.

"Chiudo gli occhi e mi chiedo quale sia in realtà la mia immagine intima della costa. E mi accorgo che anche quest'immagine intima cambia. In un certo senso, fotografare con la camera oscura è legato ai ricordi delle vacanze al mare, agli ultimi rimasugli di un mondo "altro" che in tutto questo tempo si erano fortemente erosi. Ci siamo risvegliati in un mondo diverso e ora dobbiamo osservarlo per cercare in esso la verità e la vita".

La camera oscura è un dispositivo fotografico che si rivela metafora dell'osservatore più profondo. All'esterno è solo un semplice involucro di legno che protegge il vuoto dello spazio interiore sul cui fondo è posizionata una pellicola fotosensibile. Questa pellicola diventa il riflesso di tutto ciò che cade nel suo "campo visivo": la luce entra attraverso un'apertura appena percettibile e penetra nell'oscurità, dove poi disegna il proprio soggetto su uno sfondo fotosensibile. Come l'occhio umano, anch'esso una piccola apertura che conduce il mondo nelle sconosciute profondità della coscienza, l'apparecchio dischiude un passaggio tra il mondo esterno e quello interno. Il momento in cui il fotografo decide

e no inaltrò, parcè che in cualchi maniere, stant culì sul cei, tu sê peât cun dut cuant il marimont." Cause la experience di stâ sul cei, Jernej Skrt al cjate une vore plui facil il cidin ancje intal teren urban, chel che al trate intai ultins tims. Daspò di chê experience no si sint plui famei da la machine digjitâl e cumò le dopre, anzit le sint il so imprest par scuvierzi il marimont.

"O sieri i voi e mi domandi quale che e je, in buine sostance, la mê inficje interiôr da la marine. O vogli che ancje la inficje interiôr e mude. In cualchi maniere il fotografâ cu la camera obscura si è peât cui ricuarts des vacancis passadis al mâr, cun chei ultins rescj di un altri mont che cul passâ di dut chel timp a son smangjâts ben e no mâl. Si sin sveâts intun altri mont e cumò al covente voglât chel mont chi e a coventin cirûts chi dentri il vèr e la vite."

La camera obscura e je un aparât fotografic che si mostre une metafore dal osservadôr plui profund. Par difûr e je dome une covertorie di len cun nuie speciâl che e tapone il vueit che al è par didentri, cun logade dentri tal daûr une pelicule sensibile. Chê pelicule e devente il riflès di dut ce che al passe sot la sô "voglade". Il clâr al jentre par une busute cuasi di no viodile e al forope il scûr fin ae pelicule tal daûr, dulà che al piture un motif. Compagn che i voi umans (che ancje chei a son dome busutis che a fasin passâ il marimont fintremai al profund discognossût da la cussience), l'aparât al vierç un pas fra il mont difûr e chel didentri. Alore il moment co il fotograf al stabilis di lassâ che il clâr al jentri intal didentri dal aparât impressionant te pelicule une figure permanente, al è un dai siei ats fundamentâi. Il fotograf e la camera si pein cu la ispirazion

photograph, painting or anything else good in life, arise. Interestingly, this openness most often happens in solitude and in silence, but one that is not truly silence, since, in a way, you are connected to the whole world out there on the edge." Thanks to this experience of the edge, Jernej Skrt finds it much easier to find silence in urban spaces as well, which he has recently been focusing on in his photography. After this experience, he no longer feels like a slave to the digital camera he is currently using—it is merely his tool to discover the world.

"I close my eyes and ask myself what the coast looks like in my mind's eye. I notice that this inner image has also changed through time. Shooting with the camera obscura has somehow become linked to my memories of vacationing at the coast, the last remnants of another world, which have strongly eroded over all this time. We have awakened into a different world; it is now necessary to observe this new world and look for truth and life within it."

The camera obscura is a photographic device that reveals itself as a metaphor for that deepest of observers. It is outwardly just a simple wooden box enclosing the emptiness of the interior space with a delicate film strip in the background. This tape becomes a reflection of everything that falls into its "view". Light enters through the barely perceptible aperture and penetrates the darkness, where it etches the motif into the delicate background. Like the human eye—itsself a tiny aperture conveying the world into the unknown depths of consciousness—the device opens a passage between the outer and inner worlds. The moment when

dovoli, da se ga dotaknejo motivi, ki so v njegovem umetniškem kredu zares vredni in skrivnostno zgovorni, da jim odpre notranjost svoje lesene votle fotografske škatlice.

Jernej Skrt (Kanal ob Soči, 1978)

Diplomiral je iz slikarstva na beneški Akademiji likovnih umetnosti (Accademia di Belle Arti di Venezia) pri profesorju Carlu Di Racu. Poleg slikarstva se z enako širokim in intimno-poglobljenim odnosom ukvarja tudi s fotografijo. Za svoje fotografije, ki izžarevajo skrivnostno, težko izmerljivo energijo, je prejel že veliko nagrad, med drugim nagrado na Emzinovem fotonatečaju za fotografijo leta. Svoja dela je razstavljal na številnih samostojnih in skupinskih razstavah doma in v tujini.

P9

di lasciare che la luce penetri all'interno dell'apparecchio e vi imprima un'immagine permanente è dunque uno dei suoi atti fondamentali. Il fotografo e la sua macchina si connettono ispirando ed espirando: quando il sole è alto, la fotocamera resta aperta per quattro secondi, il tempo necessario per un respiro e per consentirle di assorbire il mondo; quando è nuvoloso ci vogliono 20 secondi, col buio tutta la notte. Per fotografare, l'artista utilizza un treppiede; ciò che è immobile rimane registrato, ciò che si muove viene cancellato.

Anche in questo percorso Jernej Skrt ha dimostrato essere un autore che osserva il mondo con la stessa qualità, pazienza e profondità interiore della camera oscura. Cammina per il mondo come un osservatore sensibile, che si lascia toccare dai motivi davvero degni e misteriosamente eloquenti, secondo il suo credo artistico, per poi aprire loro l'interno cavo della sua scatola fotografica di legno.

Jernej Skrt (Kanal ob Soči, 1978)

Laureatosi in pittura all'Accademia di Belle Arti di Venezia con il professore Carlo Di Raco, si dedica – oltre che alla pittura – anche alla fotografia, con lo stesso approccio ampio e intimamente profondo. Per le sue opere, che emanano un'energia misteriosa e difficilmente misurabile, ha già ricevuto numerosi premi, tra cui il premio Emzin per la fotografia dell'anno. I suoi lavori sono stati esposti in numerose mostre personali e collettive in Slovenia e all'estero.

P9

e la espirazion. Co il soreli al è gaiart, al vierç la camera par cuatri seconts, juste chel che e dure une inspirazion, il timp che al covente par che la camera e supi dentri il marimont. Co al è nûl, e supe par 20 seconts, di gnot e supe dute la gnot. Fotografant al dopre il cavalet: ce che al è fer si impressione, ce che si môf al smavis.

Ancje biel che al faseve chel viaç Jernej Skrt si è mostrât un artist che al vogle il marimont cuntune cualitât, pazience e une curie interiorizade compagnis da la vore di une camera obscura. Al cjamine ator pal mont tant che un osservadôr sensibil che al lasse che lu tocjin motifs che pardabon a valin intal so credo artistic e a tabain in maniere misteriose, ur vierç ben indentri il so casselot fotografic çondar di len.

Jernej Skrt (Canâl / slov. Kanal ob Soči, 1978)
Si è diplomât ae Academie di Arts Bielis di Vignesie cul professôr Carlo Di Raco. Parie cu la piture al pratiche, cun chel istès rapuart slargjât e intim ben indentri, ancje la fotografie. Pes sôs fotografiis che a spandin une energjie misteriose e dure di gafâ al à cjapât un grum di premis, par jenfri chei ancje il premi tal concors fotografic da la riviste Emzin par la fotografie dal an. Al à esponût lis sôs voris in cetantis mostris personâls o coletivis in Slovenie e ancje tal forest.

PQ

the photographer decides to let the light penetrate inside the camera to make a lasting impression is therefore one of his key actions. The photographer and the camera are connected through breathing. When the sun is strong, he opens the camera for four seconds—exactly one breath, and the time it takes for the camera to absorb the world. When it's cloudy, the camera sips for 20 seconds. At night, it takes until morning. He uses a tripod to take photos; what keeps still is recorded, what moves is blurred.

On this path too, Jernej Skrt has shown himself to be a creator who observes the world with the quality, patience and inner thoroughness that recall a camera obscura. He wanders the world, a sensitive observer who allows himself to be touched by those mysteriously eloquent motifs that he finds truly worthy, according to his artistic creed, of opening the inside of his wooden hollow photographic box for.

Jernej Skrt (Kanal ob Soči, 1978)

Graduated in painting from the Academy of Fine Arts of Venice (Accademia di Belle Arti di Venezia) under Professor Carlo Di Raco. In addition to painting, he also maintains an equally broad and deeply intimate relationship with photography. His photographs, which radiate a mysterious, unquantifiable energy, have won many awards, including the Emzin Photography Competition's Photography of the Year Award. He has exhibited in numerous solo and group exhibitions at home and abroad.

PQ



ZRC SAZU



Javna agencija za znanstvenoraziskovalno
in inovacijsko dejavnost Republike Slovenije

**GO! 2025
NOVA GORICA
GORIZIA**

**Uradni program
Programma ufficiale
Official programme**

Episkop sofinancirata Javna agencija za raziskovalno in inovacijsko dejavnost Republike Slovenije (ARIS) v okviru projekta *Episkop mejnosti: Premislek o goriških preteklostih in prihodnostih ob evropski prestolnici kulture, Nova Gorica 2025* (L7-462) ter Javni zavod GO! 2025 – Evropska prestolnica kulture v okviru projekta *Episkop – GO! Palimpsest*.

Il progetto Episkop è cofinanziato dall'Agenzia pubblica per l'attività di ricerca e innovazione della Repubblica di Slovenia (ARIS) nell'ambito del progetto *Episkop delle frontiere: Riflettere sul passato e sul futuro di Gorizia in qualità di Capitale europea della cultura, Nova Gorica 2025* (L7-462) e dall'Ente pubblico GO! 2025 – Capitale europea della cultura nell'ambito del progetto *Episkop – GO! Palimpsest*.

Il proget Episkop è cofinanziât da la Agenzie pubbleche par la ricerche e l'innovazion de la Republiche de Slovene (ARIS) dentri dal proget *Episkop de frontiers: Rifletî sui passâts e sui futuris de Gorizia come Capitâl Europee de la Cultura, Nova Gorica 2025* (L7-462) e dal Enti pubblec GO! 2025 – Capitâl Europee de la Cultura dentri dal proget *Episkop – GO! Palimpsest*.

The preparation and implementation of the Episkop is co-financed by the Slovenian Research and Innovation Agency (ARIS) as part of the project *Episkop of Borderscapes: Projections of the Gorizia Region's Pasts and Futures as Part of European Capital of Culture, Nova Gorica 2025* (L7-462) and the Public Institute GO! 2025 – European Capital of Culture in the framework of the project *Episkope – GO! Palimpsest*.

EPISKOŦ

poglavje | capitolo | cĵapitul | chapter **9**

naslov | titolo | [titul](#) | title

Kako si privoŝĉimo odklop v ĉasu digitalne preobrazbe
Come permettersi una pausa di disconnessione nell'era della trasformazione digitale
[Cemût piâ gust a disconetisi inte ete da la trasformazion digitâl](#)
How to Afford a Digital Disconnection in the Times of Digital Transformation

kuratorja | a cura di | [curadôri](#) | curators

Dan Podjed (ZRC SAZU, Inŝtitut za slovensko narodopisje), Lilijana Šprah (ZRC SAZU, Druŝbenomedicinski inŝtitut)

avtorji | autori | [autôrs](#) | authors

Dan Podjed, Lilijana Šprah

prevodi | traduzioni | [traduzioni](#) | translation

Matejka Grgiĉ (IT), Giorgio Cadorini (FUR), Jezikovna zadruga Soglasnik (EN)

jezikovni pregled | revisione linguistica | [revisione linguistiche](#) | proofreading

Anja Mugerli (SLO)

uredile | a cura di | [redazion](#) | edited by

Martina Bofulin, Petra Kolenc, Špela Ledinek Lozej

avtor umetnine meseca | autore dell'opera d'arte di questo mese | [autôr de opare](#)

[di art dal mêš](#) | author of the artwork of the month

Jernej Skrt

naslov umetnine meseca | titolo dell'opera d'arte di questo mese | [titul de opare](#)

[di art dal mêš](#) | title of the artwork of the month

Cannes 2016

kuratorica in avtorica zapisa o umetnini meseca | curatrice e autrice della presentazione dell'opera d'arte di questo mese | [curadore e autore de schede su la opare di art dal mêš](#) | curator and author of the feature on the artwork of the month

Klavdija Figelj

vodja projekta | responsabile del progetto | [responsabil del progjêt](#) | project manager

Špela Ledinek Lozej

izdal in zaloŝil | pubblicato e stampato | [publicât e stampât](#) | edited and published by

ZRC SAZU, Zaloŝba ZRC

oblikovanje | immagine grafica | [progjet grafic](#) | design

Nika Zuljan

tisk | stampa | [stampe](#) | print

Birografika Bori

naklada | tiratura | [tirature](#) | print

400

Ljubljana, Nova Gorica, september 2025

CIP - Kataložni zapis o publikaciji
Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

004.9:316

PODJED, Dan

Kako si privoščimo odklop v času digitalne preobrazbe = Come permettersi una pausa di disconnessione nell'era della trasformazione digitale = Cemût piâ gust a disconetisi inte ete da la trasformazion digitâl = How to afford a digital disconnection in the times of digital transformation / Dan Podjed, Lilijana Šprah ; [prevodi Matejka Grgič (IT), Giorgio Cadorini (FUR), Jezikovna zadruga Soglasnik (EN) ; avtor umetnine meseca Jernej Skrt]. - Ljubljana : ZRC SAZU, Založba ZRC, 2025. - (Episkop ; poglavje 9)

ISBN 978-961-05-1037-6
COBISS.SI-ID 246944259

--



P9

Episkop, program Znanstvenoraziskovalnega centra Slovenske akademije znanosti in umetnosti (ZRC SAZU) v okviru Evropske prestolnice kulture Nova Gorica z Gorico 2025, osvetljuje mnogotere preteklosti in možne prihodnosti goriškega palimpsesta. Pogled pisk in piscev vas bo popeljal onkraj neposrednega vidnega polja, izza vogalov in ovir. Vabimo vas, da prelistate deveto poglavje nastajajoče štirijezične knjige.

Episkop, un programma del Centro di ricerche dell'Accademia Nazionale Slovena delle Scienze e delle Arti (ZRC SAZU) ideato in occasione di Nova Gorica e Gorizia Capitale europea della cultura 2025, vuole far luce sui molteplici aspetti del passato e le possibili opzioni per il futuro del palinsesto goriziano. L'ottica delle autrici e degli autori vi condurrà aldilà dell'immediatezza del campo visivo, svoltando gli angoli e oltrepassando gli ostacoli. Vi invitiamo a sfogliare il 9° capitolo di questo libro scritto in quattro lingue e ora in fase di pubblicazione.

Episkop, program dal Centri pe Ricerche Scientifiche de Academie Slovene des Siencis e des Arts (ZRC SAZU) pe ocasion di Gnove Gurize cun Gurize Capitâl europeane de culture 2025, al ilustre i passâts svariâts e i avignîs pussibii dal palinsest gurizan. La otiche des scritoris e dai scritôrs us menarà di chê altre bande dal cjamp visîf imediât, daûr dai cjantons e des curvis. Dai po, butait un voli sul novesim cjapitul dal libri cuadrilengâl che al tache chi dentri.

Episkop, the program of the Scientific Research Centre of the Slovenian Academy of Sciences and Arts (ZRC SAZU) on the occasion of Nova Gorica and Gorizia as the European Capital of Culture 2025, sheds light on the multiple pasts and possible futures of the Gorizia palimpsest. The perspectives of the authors will take you beyond the immediate field of vision, behind corners and obstacles. We invite you to browse the ninth chapter of the emerging quadrilingual book.