



## Enamorados de la distracción



Cómo obtener la información que usted necesita y la comunicación que desea sin enfurecer a su familia, sin molestar a sus colegas y sin destruir su propia alma

**Autor:** Alex Soojung-Kim Pang

**\$24.000**



## Sinopsis

"Divertido y constructivo, *Enamorados de la distracción* es un examen atento de los peligros de nuestras sobredosis de Internet. Y una visión histórica de cómo los avances tecnológicos cambian la conciencia". – *Washington Post*.

"Enamorados de la distracción es un enfoque atento a la tecnología digital. En lugar de rechazar la tecnología en la búsqueda de la auténtica experiencia mítica, Pang quiere limpiar la confusión que ha creado". – *The New Yorker*.

¿Cómo hacer para que las computadoras no nos dominen? ¿Cómo impedir que la tecnología, en vez de ayudarnos a aprovechar mejor nuestro tiempo, lo devore con sus renovados avances? Todos nos hemos encontrado presos de la ansiedad cuando nuestro navegador se demora unos segundos más de lo habitual. O furiosos porque la conexión de internet de nuestro teléfono celular no es tan veloz como nos habían prometido.

Es un hecho que los dispositivos móviles y la web ya son parte de nuestras vidas, pero la pregunta clave es: ¿podemos permanecer conectados sin disminuir nuestra inteligencia, capacidad de concentración, y la capacidad de llevar una vida auténtica? ¿Pueden las tecnologías de la información ayudarnos a ser más productivos o creativos? ¿Podemos tenerlo todo?

Alex Soojung – Kim Pang, célebre gurú de la Universidad de Stanford, sostiene que sí. *Enamorados de la distracción* nos enseña a vivir con naturalidad la tecnología. ¿Cómo hacer para no caer preso de un ataque de nervios mientras Facebook se actualiza? ¿Cómo estar desligados varias horas de la multitud digital y no perecer en el intento? ¿Cómo estar conectados sin caer en la total desconcentración por la cantidad de mensajes que nos abordan? ¿Cómo entablar una relación más sana y balanceada con las tecnologías de la información que nos rodean? ¿Cómo focalizar en algo sin olvidar todo lo demás, y sin sufrir por ese olvido? Este libro esclarecedor y divertido lo explica.

## Sobre el Autor de Enamorados de la distracción

Alex Soojung-Kim Pang