

## 5. 아날로그 데이를 만들어라



### 1. 점점 줄어드는 '마이 타임'

- 1) 모든 것을 휴대폰을 통해 접하는 디지털 시대에 점점 사라지는 나만의 시간
- 2) 휴대폰 사용 후 사람들이 외우는 전화번호가 1/5로 줄어듦
- 3) 물리적 거리를 극복한 만큼 정서적 거리가 멀어짐



### 2. '아날로그 데이'를 만들기

- 1) 일주일에 하루 정도는 아날로그 데이를 만들어 보기
  - 최소한 주말에는 인터넷이든 전화든 접속을 의도적으로 중단하기
- 2) 의도적이라도 주말에 대화의 통로를 옛날로 돌려놓는 시간을 가져야 함.  
주말과 휴가는 접속이 아닌 접촉의 시간이 되어야 함