Voy a contar el proyecto como la experiencia que tendría una persona asistiendo a este centro.

Actualmente en España hay un 3% de adictos a las tecnologías y en los próximos años este número va a seguir aumentando, yo fui una de esas personas que se sintió atraído y más tarde atrapado por esas tecnologías. Por ello decidí asistir al primer centro de desintoxicación digital de España.

De camino al centro me encontré en medio de la Serranía de Cuenca, un paraje espectacular por su flora y sus formaciones geológicas. Avanzando por una carretera llegué a Uña, un pequeño pueblo de 92 habitantes. En él me recibieron los encargados del centro, y nos explicaron lo que se hacía el primer día.

Era un juego donde había que conquistar una serie de portales por grupos, en esos portales teníamos que interactuar con la naturaleza y con nuestros compañeros, esto nos facilitó el conocernos los unos a los otros y tener ya amistades para el resto de terapia. Una vez acabó el día ganó el que había conseguido conquistar más portales.

Nos dirigimos al centro siguiendo las pasarelas que bordean la laguna, donde encontramos una más grande, esta nos indicaba la entrada al centro, este se esconde bajo un bosque de chopos, el cual crea una atmósfera distinta y especial en el lugar. Una vez allí nos asignaron las habitaciones.

Para llegar a ellas teníamos que ir siguiendo las pasarelas que atravesaban los diferentes jardines, en las que los olores te iban marcando el ritmo. Dejamos el equipaje rápidamente y fuimos al comedor para que nos explicarán las dinámicas del centro y después comenzamos a organizar la cena. El comedor se distribuye en una zona central donde se cocinaba por equipos y dos alas donde nos sentábamos a comer, de esta forma ninguno podía escaquearse de socializar o de la realización de tareas.

En ese momento nos dimos cuenta de la amplitud del espacio donde la estructura se podía ver tanto por fuera como por dentro, lo que te ayudaba a entender el funcionamiento del edificio. Esto hacía que sintieras la arquitectura de una forma especial.

Al volver a la habitación, me quedé maravillado con la cama por tener un mecanismo de poleas que hacía que pudiera subir a la parte de arriba, así me quedaba en un espacio aislado contemplando las estrellas desde la cama, y por las mañanas me despertaban los rayos del sol moviéndose entre las hojas. El otro espacio de la habitación donde me sentía más a gusto era un saliente donde podía sentarme y observar la naturaleza.

Una vez comenzaba el día, la primera parada en mi caso, era ir al baño, estos se situaban en el borde exterior del centro para tener más intimidad, estaban al aire libre aunque cerrados. El interior del baño estaba repleto de plantas aromáticas. Me pareció curioso que se utilizara un váter en seco, era así para luego poder usar la caca como compost en los huertos.

Después de desayunar y asearnos comenzábamos a hacer las tareas que nos tocaran ese día, podía ser visita al psicólogo, pintar o hacer artesanía, luego podíamos estar relajados en la biblioteca o tomando té junto a la laguna.

Otros días hacíamos yoga, meditación o terapia en grupo en los invernaderos, también tareas más aburridas como lavar la ropa o recoger restos en los huertos o el jardín, pero luego había una gran recompensa que eran los baños en las piscinas, esto fue lo que más me gusto del centro, teniendo cada una de las piscinas una función.

Antes de entrar a las piscinas nos duchábamos, parecía que lo hicieras en medio de la naturaleza, ya que había un lucernario en el hueco de la ducha por donde entraba la luz y en frente unas plantas depuradoras de agua que subían a través de cuerdas, que te daban una mayor intimidad. Una vez ya duchados salíamos a un camino por el que se accedía a las piscinas, una era de deporte, otra donde poder charlar y relajarnos y otra donde poder observar la naturaleza, que era mi favorita, porque al estar tumbado podía ver el movimiento de las copas de los árboles. Aunque había otra piscina que los días de lluvia era increíble, porque llovía también en el interior a través de una lámina perforada. Los días de lluvia cambiaban las dinámicas del centro, ya que los recorridos que había que seguir eran distintos. El agua de las piscinas tenía un circuito cerrado, donde se iba depurando a base de filtros naturales.

Se recogía el agua de lluvia de las cubiertas, de la ducha previamente filtrada por gravas y de las piscinas cuando había que cambiarla. Esta Iba por unos canales paralelos a las pasarelas, que la depuraban hasta llegar a un almacén donde se redistribuía a los huertos, de tal forma que el sonido del agua siempre te acompañaba.

En estos huertos trabajábamos con la gente del pueblo y los senderistas, estos podían llevarse una parte de la cosecha y nosotros aprendimos a relacionarnos con distintos tipos de personas.

Finalmente, después de las dos semanas de terapia, conseguí superar esta adicción gracias a que la arquitectura fomentaba el contacto con la naturaleza y la relación entre personas.