2022ರ ಜನವರಿ ತಿಂಗಳು. ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಹೊರಗೆ ಒಂದೂರಿನಲ್ಲಿ ಓದುಗರ ವೇದಿಕೆಯ ಒಂದು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ. ನಾನು ಸ್ವಲ್ಪ ಬೇಗನೆ ತಲುಪಿದ್ದೆ. ಸ್ವಾಗತಿಸಿ ನನ್ನನ್ನು ಒಂದೆಡೆ ಕೂರಿಸುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಈ ಮಹಿಳೆ ನನ್ನಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದರು. 'ನೀವು ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಬರೆದಿದ್ದೀರಿ, ಆದರೆ ಒಂದು ಮುಖ್ಯ ವಿಷಯವನ್ನು ಎಲ್ಲಿಯೂ ಚರ್ಚಿಸಿಲ್ಲ' ಎಂದು ದೂರುವಂತೆ ಆಕೆ ಹೇಳಿದಾಗ, ಕುತೂಹಲದಿಂದ 'ಯಾವ ವಿಷಯ?' ಎಂದು ಕೇಳಿದೆ. 'ಡಿಜಿಟಲ್ ಅಡಿಕ್ಷನ್ ಇದೆಯಲ್ಲ – ಅದು ಡ್ರಿಂಕ್ಸ್, ಡ್ರಗ್ಸ್‌ಗಿಂತ ದೊಡ್ಡ ವ್ಯಸನವಾಗಿದೆ...' ಆಕೆ ಮುಂದುವರೆಸುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ನಾನು, 'ಹೌದು ಕೋವಿಡ್ ಬಂದ ಮೇಲಂತೂ, ತರಗತಿಗಳೆಲ್ಲ ಆನ್‌ಲೈನ್ ಆಗಿ, ಮಕ್ಕಳ ಕೈಗೆ ಸ್ಮಾರ್ಟ್ ಮೊಬೈಲ್ ಕೊಡೋದು ಅನಿವಾರ್ಯವಾಯಿತು. ಅದಕ್ಕೆ ಅಂಟಿದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಅದೇ ವ್ಯಸನವಾಗಿದೆ. ಅಪ್ರಬುದ್ಧ ವಯಸ್ಸಿನ ಮಕ್ಕಳ ಕೈಗೆ ಮೊಬೈಲ್ ಕೊಡುವುದು ಅಪಾಯಕಾರಿ' ಎಂದು ಹೇಳಿದೆ. 'ಮಕ್ಕಳ ಕೈಗೆ ಮೊಬೈಲ್ ಕೊಡೋದು ಮಾತ್ರ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಅಲ್ಲ ಮೇಡಂ, ಮುದುಕರ ಕೈಗೆ ಸ್ಮಾರ್ಟ್ ಫೋನ್ ಕೊಡೋದೂ ಅಪಾಯಕಾರಿ' ಎಂದು ಆಕೆ ನುಡಿದಾಗ ನಾನು ತಬ್ಬಿಬ್ಬಾದೆ.

ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಆರಂಭವಾಗಲಿತ್ತು, ಡಿಜಿಟಲ್ ವ್ಯಸನದ ವಿರಾಟ ಸ್ವರೂಪವನ್ನಿನ್ನೂ ಅರಿತಿರದ ನನಗೆ ಸರ್ವಮಂಗಳ ಚುಟುಕಾಗಿ ಹೇಳಿದ, ಆಕೆಯ ಬದುಕನ್ನೇ ವಿನಾಶದ ಅಂಚಿಗೆ ತಂದು ನಿಲ್ಲಿಸಿರುವ ಅನುಭವ ದಂಗುಬಡಿಸಿತು. ನಾನು ತಯಾರಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಹೋದ ಮಾತುಗಳಾಚೆ, ನಾನಂದು ಡಿಜಿಟಲ್ ವ್ಯಸನದ ಬಗ್ಗೆ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ವಿಷಯ ಪ್ರಸ್ತಾವನೆ ಮಾಡಿದೆ. ಮತ್ತೆ ಕೆಲವು ಹಿರಿಯರು, ಕಿರಿಯರು ಜೊತೆಗೂಡಿದರು.

ಜೀವ ತೆಗೆಯುವ ಡಿಜಿಟಲ್ ವ್ಯಸನ

ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ ಅಡಿಕ್ಷನ್ ನನ್ನ ಗಮನಕ್ಕೆ ಬಂದಿರಲಿಲ್ಲ ಎಂದಲ್ಲ. 2018ರ ಜೂನ್ 12ರ 'ಡೆಕ್ಕನ್ ಹೆರಾಲ್ಡ್' ಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ, ಓರ್ವ ಎಳೆಯ ವಯಸ್ಸಿನ ದಂಪತಿ ಫೇಸ್‌ಬುಕ್ ಅಡಿಕ್ಷನ್‌ನಿಂದಾಗಿ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡದ್ದು ವರದಿಯಾಗಿತ್ತು. ಹೆಂಡತಿ ಸದಾ 'ಫೇಸ್‌ಬುಕ್'ನಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿರುತ್ತಿದ್ದಳು; ಮನೆ, ಮಗು ಯಾವುದಕ್ಕೂ ಗಮನ ನೀಡುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಇದೇ ಗಲಾಟೆಯಲ್ಲಿ ಇಬ್ಬರೂ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದರು. ಅವರ ಎರಡು ವರ್ಷದ ಕಂದಮ್ಮ ಅಳುತ್ತಾ ಕುಳಿತಿತ್ತು.

2019ರ ಫೆಬ್ರುವರಿ 2ರ 'ಡೆಕ್ಕನ್ ಹೆರಾಲ್ಡ್'ನಲ್ಲಿ, 'ಸೋಷಿಯಲ್ ಮೀಡಿಯಾ ಟ್ರಿಗರ್ಸ್ ಕ್ರೈಮ್ಸ್ ಆಫ್ ಪ್ಯಾಷನ್' ಎಂದು ಚೀರಿದ ತಲೆಬರಹದಡಿ, ಫೇಸ್‌ಬುಕ್‌ನಲ್ಲಿ ಭೇಟಿಯಾಗಿ ಜೊತೆಯಾದ ಸುಂದರ ಜೋಡಿಯ ಫೋಟೊ ಇತ್ತು. ಸದಾ ಫೇಸ್‌ಬುಕ್‌ಗೆ ದಾಸಳಾದ ಆಕೆಯೊಡನೆ ಜಗಳವಾಡಿದ ಹುಡುಗ, ಕೋಪದಲ್ಲಿ ಆಕೆಯನ್ನೂ, ತಮ್ಮ ಮೂರು ತಿಂಗಳ ಮಗುವನ್ನೂ ಕೊಂದು ಮುಗಿಸಿದ್ದ.

ಮುಂದೊಮ್ಮೆ ಡಿಜಿಟಲ್ ವ್ಯಸನದ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿತು ಬರೆಯಬೇಕು ಎಂದು ಸುದ್ದಿಪತ್ರಿಕೆಯ ಆ ವರದಿಗಳನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿದ್ದೆ. ಇಂದು ಸರ್ವಮಂಗಳ ತನ್ನ ಬದುಕಿನ ತೀವ್ರ ನೋವಿನ ಪ್ರಕರಣವನ್ನು ನನ್ನೊಡನೆ ಹಂಚಿಕೊಂಡಿದ್ದರು. ನಂತರದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಆಕೆ ಫೋನ್ ಮೂಲಕ ವಿವರಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿದರು. ನಿಜ, ಇದು ಆಕೆಯ ಕಥೆಯಾಗಿತ್ತು. ಆದರೆ ಮರುಕ್ಷಣ, ಇದು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಯಾರೊಬ್ಬರ ಕಥೆಯೂ ಆಗಬಲ್ಲ ಅಪಾಯದ ಸಾಧ್ಯತೆಯನ್ನೂ ಹೊಂದಿತ್ತು. ಆ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ಈಕೆಯ ಕಥೆಯನ್ನು ಕೊಂಚ ವಿವರವಾಗಿ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಆಕೆಯ ಹೆಸರು ಮತ್ತು ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳನ್ನು ಬದಲಿಸಿ, ಮುಖ್ಯ ವಿಷಯವನ್ನು ಕೆಳಗೆ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದೇನೆ.

ಎಪ್ಪತ್ತರ ವಯಸ್ಸಲ್ಲಿ ಡಿಜಿಟಲ್ ವ್ಯಸನ!

ಸರ್ವಮಂಗಳ ಅವರ ಪತಿ ಕಿರಣ್ ಕುಮಾರ್ 70ರ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಡಿಜಿಟಲ್ ವ್ಯಸನಕ್ಕೆ ಬಲಿಯಾಗಿದ್ದರು. ಕಾರ್ಖಾನೆಯೊಂದರಲ್ಲಿ ಹಿರಿಯ ಹುದ್ದೆಯಲ್ಲಿದ್ದು ನಿವೃತ್ತರಾಗಿ ದಶಕವೇ ಕಳೆದಿತ್ತು. ಅವರಿಗಿಂತ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಚಿಕ್ಕವರಿದ್ದ ಹೆಂಡತಿ, ಇನ್ನೂ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರೆದಿದ್ದರು.

ಎರಡು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಅವರ ಕಿರಿಯ ಮಗ, ಅಪ್ಪನ ಕೈಗೆ ಸ್ಮಾರ್ಟ್ ಮೊಬೈಲ್ ಕೊಟ್ಟು, ಕುಳಿತಲ್ಲಿಂದಲೇ ವಿದ್ಯುತ್ ಬಿಲ್ ಕಟ್ಟುವುದು ಹೇಗೆ, ತಮ್ಮ ಹಳೆಯ ಸಹಪಾಠಿಗಳನ್ನು ಫೇಸ್‌ಬುಕ್‌ನಲ್ಲಿ ಹುಡುಕುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂದೆಲ್ಲ ಕಲಿಸಿದ್ದ. 'ಟೀವಿನಲ್ಲಿ ಅದೇ ಹಳೇ ಚಿತ್ರ ಬರುತ್ತೆ ಅಪ್ಪ, ಒಟಿಟಿ ಪ್ಲಾಟ್‌ಫಾರ್ಮ್‌ನಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೊಂದು ಹೊಸ ಚಿತ್ರಗಳಿವೆ ನೋಡು' ಎಂದೂ ಲ್ಯಾಪ್‌ಟಾಪ್ ಆಪರೇಟ್ ಮಾಡುವುದನ್ನು ತೋರಿಸಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದ. ಮೊದಲಿಗೆ ಅಷ್ಟನ್ನೇ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಆದರೆ ನಿಧಾನವಾಗಿ, ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಯಾರೂ ಇಲ್ಲದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪೋರ್ನೋ ನೋಡುವ ಚಟಕ್ಕೆ ಬಿದ್ದರು. ಕೆಲವೇ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಫೇಸ್‌ಬುಕ್ ಮೂಲಕ ಹಳೆಯ ಶಾಲೆ, ಕಾಲೇಜು, ಕಾರ್ಖಾನೆಯ ಸ್ನೇಹಿತರೊಡನೆ ಸಂಪರ್ಕ ಬೆಳೆಸಿದ್ದರು. ಅವರಲ್ಲಿ ಕೆಲವರ ಪೋಲಿ ಮಾತುಗಳಿಂದ

ತಮ್ಮ ಅರ್ಧ ವಯಸ್ಸಿನ ಹುಡುಗಿಯ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿದ ಎಲ್ಲ ಸೂಚನೆಗಳು ಅವರ ಡಿಜಿಟಲ್ ಹೆಜ್ಜೆಗುರುತುಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬಂದವು...