



ಮುಖಪುಟ

ನ್ಯೆಬರ್ ಸೌಕಟ



ಹೊಸ ಕಾಲದ ಗ್ಯಾಜೆಟ್‌ಗಳು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಆಧುನಿಕ ಸುಖದ ಕಲ್ಪನೆಯನ್ನೇನೋ ಬಿತ್ತಿವೆ. ಆದರೆ ಈ ಗ್ಯಾಜೆಟ್‌ಗಳ ಅತಿ ಬಳಕೆಯಿಂದ ಎಷ್ಟೊಂದು ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ರೋಗಗಳು ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿವೆ ಎನ್ನುವುದು ನಮಗೇಕೆ ಅರಿವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ?

■ ಬಿ.ಎಂ.ಹನೀಫ್

ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸ್ಮಾರ್ಟ್‌ಫೋನ್ ಇದೆ. ದಿನದ 24 ಗಂಟೆಯೂ ಅದು ನಿಮ್ಮ ಬಳಿಯೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಒಂದೋ ಜೇಬಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಮಲಗುವಾಗ ತಲೆದಿಂಬಿನ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ.

ಅಂದ ಹಾಗೆ ದಿನಕ್ಕೆ ನೀವು ಎಷ್ಟು ಸಲ ಸ್ಮಾರ್ಟ್‌ಫೋನ್ ನೋಡುತ್ತೀರಿ? ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ನೀವು ಎಣಿಕೆ ಮಾಡಿರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇಲ್ಲ. ಏಕೆಂದರೆ ಸ್ಮಾರ್ಟ್‌ಫೋನ್ ಎನ್ನುವುದು ನಿಮಗಿಗ ಅನುದಿನದ ಸಂಗಾತಿ. ಕೆಲಸ ಇರಲಿ, ಇಲ್ಲದಿರಲಿ; ಪದೇ ಪದೇ ಮೊಬೈಲ್ ನೋಡುವುದು ಒಂದು ಚಟವೇ ಆಗಿರುತ್ತದೆ. ಮೆಸೇಜ್, ಇಮೇಲ್, ವಾಟ್ಸ್‌ಆಪ್, ಫೇಸ್‌ಬುಕ್, ಟ್ವಿಟರ್, ಫೋನ್ ಕರೆ, ಅಲಾರ್ಮ್, ಮ್ಯೂಸಿಕ್, ಶಾಪಿಂಗ್- ಹೀಗೆ ಎಲ್ಲದಕ್ಕೂ ಮೊಬೈಲ್ ಸಂಗಾತಿ. 'ಕ್ಲೀನರ್ ಪರ್ಕಿನ್ ಕಾಫೀಲ್ಡ್ ಅಂಡ್ ಬೈಯರ್ಸ್' ಸಂಸ್ಥೆಯು ನಡೆಸಿದ ಸಮೀಕ್ಷೆಯೊಂದರ ಪ್ರಕಾರ, ಇವತ್ತು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ದಿನವೊಂದಕ್ಕೆ ಸರಾಸರಿ 250 ಸಲ ತಮ್ಮ ಸ್ಮಾರ್ಟ್ ಫೋನ್ ತೆರೆದು ನೋಡುತ್ತಾರೆಂತೆ!

ಕಂಪ್ಯೂಟರ್, ಟ್ಯಾಬ್, ಲ್ಯಾಪ್‌ಟಾಪ್ ಎಲ್ಲವೂ ಇವತ್ತಿನ ಜೀವನಶೈಲಿಯ ಒಂದು ಭಾಗವೇ ಆಗಿದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಇಂಟರ್ನೆಟ್ ಬಳಕೆ. ಕಚೇರಿ ಬಿಡಿ, ಬಹುತೇಕ ಮನಗಳಲ್ಲೂ ವೈ ಫೈ ಬೇಕೇ ಬೇಕು. ಬಟ್ಟೆ ಬರೆ ಖರೀದಿಯಿಂದ ಹಿಡಿದು ಬಿಲ್ ಪಾವತಿವರೆಗೆ; ಸಿನಿಮಾ ನೋಡುವುದರಿಂದ ಹಿಡಿದು ಸ್ವಂತ ವೀಡಿಯೋ ವೀಕ್ಷಿಸುವವರೆಗೆ- ಎಲ್ಲವೂ ಈಗ ಕೈಯಳತೆಯಲ್ಲೇ. ಹದಿಹರೆಯದ ಹುಡುಗರಿಗಂತೂ ವೈ ಫೈ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಜೀವನವೇ ಶೂನ್ಯ. ಇತ್ತೀಚಿನ ಸಮೀಕ್ಷೆಯ ಪ್ರಕಾರ, 16ರಿಂದ 19 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನ ಯುವಜನರಲ್ಲಿ ಶೇಕಡಾ 20ರಷ್ಟು ಮಂದಿ ಪ್ರತಿದಿನ ಸರಾಸರಿ 3 ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಯು ಟ್ಯೂಬ್ ನೋಡುತ್ತಾರೆ.