ஸ்மார்ட் போன் அவசியம்தான் ஆனா, அனாவசியம்தான் அதிகமா இருக்கு

'உன் நண்பன் யார் என்று சொல். நீ யார் என்று சொல்கிறேன்' என்பது போய், 'உன் செல்போனை கொடு, நீ யார் என்று சொல்கிறேன்' என்ற அளவுக்கு செல்போனின் ஆதிக்கம் இன்று உலகம் முழுவதும் வளர்ந்து விட்டது.

– மனோஜ் முத்தரசு –

காலை விடிவதும் இரவு முடிவதும் ஸ்மார்ட் போனின் டிஸ்பிளேவில்தான். உலகமயமாதலின் மொத்த உருவம் ஸ்மார்ட் போன் என்றால் அது மிகையாகாது. அந்தளவு நமது வாழ்க்கையில் ஸ்மார்ட் போன் அங்கமாகிட்டது. இந்தியா போன்ற நாடுகளில் ஸ்மார்ட் போனின் வர்த்தக போட்டி மிகப்பெரியது. ஸ்மார்ட் போன் இல்லாதவர்கள் துச்சமாக பார்க்கப்படுகிறார்கள். 130 கோடி மக்களை கொண்ட இந்தியா, மக்கள் தொகையில் உலகில் 2வது இடத்தில் உள்ளது. இந்தியாவில் 43 சதவீதம் மக்கள், ஸ்மார்ட் போன் பயன்படுத்துகிறார்கள். இது உலக அளவில் 44வது இடம்.

வேலை, கல்வி என்று எல்லாவற்றிலும் இன்டர்நெட்தான் பெரும் தாக்கத்தை ஏற்படுத்தியது. அதை நாம் கம்ப்யூட்டரில் மட்டுமே பயன்படுத்தி வந்தோம். ஆனால், ஸ்மார்ட் போன் வருகைக்குப்பிறகு இன்டர்நெட் பயன்படுத்துபவர்கள் எண்ணிக்கை அதிகமானது. இன்டர்நெட் உள்ள ஸ்மார்ட் போன் டிவியாகவும், கம்ப்யூட்டராகவும் பயன்படுகிறது. சமூக வலைதளங்களான பேஸ்புக், வாட்ஸ்அப், டுவிட்டர், யூடியூப், இன்ஸ்டாகிராம் அதிகளவில் பயன்படுத்தப்படுகிறது.

'மீம்ஸ்' சொன்ன கருத்து

சில நாட்களுக்கு முன் ரஜினிகாந்த் நடிக்கும் '2.0' படத்தின் டீசர் வெளியானது. அதில் ஸ்மார்ட் போன்களை எல்லாம் வில்லன் பறித்துச் செல்வதுபோல் காட்சி இடம் பெற்றிருக்கும். இதற்கு அம்மா, 'இதேபோல், என் மகனின் செல்போனையும் பறித்துச் சென்றால் நன்றாக இருக்கும்' என்று சொல்வதுபோல மீம்ஸ்கள் வெளியாகி வைரல் ஆனது. இது வெறும் மீம் இல்லை. ஒரு தாய் தனது குழந்தைகளிடம் இருந்து செல்போனை பறிக்க போராடும் கதையின் சுருக்கம்தான்.

செல்பிக்கு தடை

அருவி மற்றும் ஆற்றக்கரை பகுதியில் வெள்ளப்பெருக்கு ஏற்படும்போது குளிக்கத்தடை என்றுதான் அரசு தரப்பில் அறிவிக்கப்படும். ஆனால் இப்போது வெள்ளப்பெருக்கு காலங்களில் 'பொதுமக்கள் குளிக்கவும், செல்பி எடுக்கவும் தடை விதிக்கப்பட்டுள்ளது' என்று அறிவிக்கும் அளவுக்கு ஸ்மார்ட் போனின் ஆதிக்கம் தலை விரித்து ஆடுகிறது.

கத்தி போன்றது

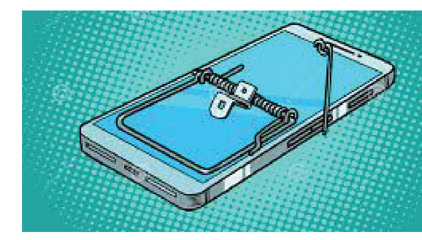
பசிக்கு மட்டுமே உணவு எடுத்துக் கொள்ளும் வரை நமது உடலுக்கு எந்த பாதிப்பும் ஏற்படாது. செல்போன் பயன்பாடும் அது போலத்தான். ஸ்மார்ட் போனால் பெரிய ஆபத்து இல்லை. அது கத்தி போன்றது. அதை வைத்து காய்கறி வெட்டவும் முடியும், கொலையும் செய்ய முடியும்.

ஸ்மார்ட் போனை வைத்து சமூக வலைதளம், வீடியோ கேம் என நமது பொன்னான நேரத்தை விரயம் செய்யவும் முடியும். வரலாற்று தேடல், படிப்பு, அரசியல் ஆகியவற்றை தெரிந்து அறிவை வளர்க்கவும் முடியும்.

"அருவினை என்ப உளவோ கருவியான்
காலம் அறிந்து செயின்"

ஏற்ற கருவிகளோடு, தகுதியான காலத்தையும் அறிந்து ஒரு செயலைச் செய்தால், செய்ய முடியாத செயல் என்று எதுவும் இல்லை என்பது வள்ளுவனின் வாக்கு. அதேபோல், எல்லா விஷயத்தையும் படிக்க, கற்றுக் கொள்ள உலக அளவில் இணையதளமும், கையடக்கத்தில் ஸ்மார்ட் போனும் இருக்கிறது. அதை சரியான நேரத்தில் திறம்பட செய்தால் வெற்றியை நம் வசப்படுத்தலாம்.

பெற்றோரே காரணம்

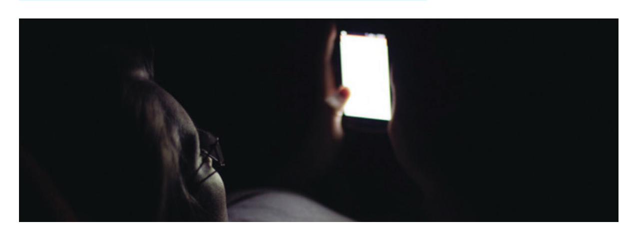


''என் மகன் செல்போனே கதி என்று கிடக்கிறான்'' என்று எல்லா பெற்றோரும் புலம்புவதற்கு அவர்களின் செயலும் ஒரு முக்கியமான காரணமாகும். வெளியில் விளையாடபோக நினைக்கும் மகனை, 'வீட்டிலேயே இரு' என்று முடக்கும்போது தொடங்குகிறது இந்த நிலை.

'அந்த போனில் அப்படி என்னதான் இருக்குதோ தெரியல' என்ற வாக்கியத்தை பயன்படுத்தாத பெற்றோர் அரிதிலும் அரிதுதான். உங்கள் குழந்தைகளின் கையில் செல்போன் எப்படி வந்தது என்று சிந்தித்து பாருங்கள். சாப்பிடவில்லையா, அழுகிறதா, தூங்கவில்லையா உடனே செல்போன் குழந்தையின் கைக்கு சென்று விடுகிறது. பெற்றோருடன் குழந்தைகள் இருக்கும் நேரத்தை விட போனுடன்தான் அதிக நேரம் இருக்கிறார்கள்.

அதனால்தான் 2 முதல் 10 வயது வரை உள்ள குழந்தைகளிடம் இருந்து செல்போனை பிரிக்கவே முடியவில்லை.

பார்வை போயிடும்



சென்னையைச் சேர்ந்த ஓய்வு பெற்ற கண் டாக்டர் மகேஸ்வரி கூறுகையில், ''8 மணி நேரத்துக்கும் அதிகமாக உழைத்தால் உடல்நலம் கெட்டுப் போய்விடும் என்ற காரணத்தால், ஒரு நாளைக்கு 8 மணி நேரம்தான் உழைக்க வேண்டும் என்ற சட்டம் எல்லா நாடுகளிலும் உள்ளது. மனிதனின் கண்கள் மிகவும் லேசானது. அதில் ஈரப்பதம் எப்போதும் இருக்கவேண்டும். செல்போனை நாம் நீண்ட நேரம் கண் சிமிட்டாமல் பார்க்கும்போது கண்களில் இருக்கும் ஈரப்பதம் முழுமையாக வற்றிவிடும். இதனால் பார்வை பறிபோகவும் வாய்ப்பு உள்ளது'' என்றார்.

எட்டி பார்க்கலாம்

'தெரியாதவர்களின் குடும்ப கதையை பேசாதே' என்று நம் வீட்டில் சொல்லி வளர்த்தார்கள். ஆனால் இப்போது, நம் குடும்ப கதை முதல் அந்தரங்க கதை வரை சமூக வலைதளங்களில் பதிவிட ஆரம்பித்து விட்டோம்.

பேஸ்புக் என்பது கோடிக்கணக்கான கண்களின் ஒற்றைப் புள்ளி. அதில் நல்ல எண்ணங்களை கொண்ட கண்களை விட வேஷம் போடும் கண்களே அதிகம். அந்த கண்கள் எப்போதும் நம்மை பார்த்துக் கொண்டு மட்டுமே இருக்காது. நம் வீட்டின் வலை ஜன்னல் வழியாக எட்டி பார்க்கவும் செய்யும். அப்படி எட்டி பார்க்கும் கண்களுக்கு நாமே ஜன்னலை திறந்து வைப்பதுதான், நமது குடும்பக்கதைகளை சமூக வலைதளங்களில் பதிவிடுவது.

ஏமாறும் பெண்கள்

பேஸ்புக் மூலம் வீட்டில் தனியாக இருக்கும் பெண்களை குறிவைக்கும் 'யோக்கியர்கள்' பலர் இருக்கிறார்கள். பெண்கள் இயல்பாகவே வாழ்த்து பிரியர்கள். அதனால்தான் சமைக்கும் உணவுகள், ஓவியம், கவிதை என அனைத்தையும் சமூக வலைதளங்களில் பதிவிடுகிறார்கள்.

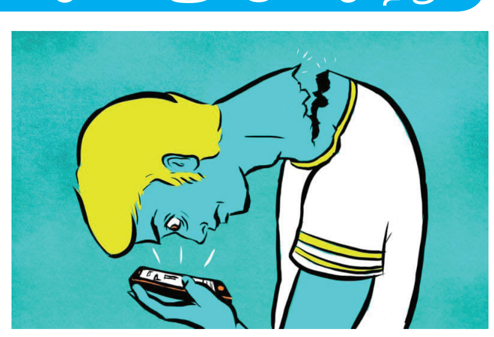
இதற்காக காத்திருக்கும் அந்த யோக்கியர்கள்... 'சூப்பர்', 'ஓஔவ்வ்வ்', 'அருமை' என்று கமென்ட் செய்வார்கள். இந்த போலி பாராட்டுக்காக பெண்கள் தொடர்ந்து பதிவிடுகிறார்கள். அவர்களும் சலிக்காமல் கமென்ட் அடித்துக் கொண்டே இருப்பார்கள்.

இப்படி போகும் பதிவுகள், நாளடைவில் இன்பாக்ஸ் மெசேஜாக மாறி செல்போன் எண் பரிமாற்றம் செய்யும் அளவுக்கு போய், வேறு பிரச்னைகள் நடக்கவும் அதிக வாய்ப்புள்ளது. வீட்டில் கிடைக்காத சின்ன சின்ன பாராட்டுக்கள் வெளியில் இருந்து கிடைக்கும்போது, அதில் மயங்கிய பெண்கள் தங்கள் வாழ்க்கையும் அழித்து, குடும்பத்தையும் பாழாக்கி விடுகிறார்கள்.

வயது வரம்பு வேண்டும்

சினிமாவில் 'ஏ' சான்றிதழ் படம் என்றால் அதற்கு 18 வயது கடந்தவர்கள் மட்டும்தான் அனுமதிக்கப்படுவார்கள். 'ஏ' சான்றிதழ் படங்களை குழந்தைகள் பார்ப்பதால், அவர்கள் மனதளவில் பாதிக்கப்படுவார்கள் என்பதால்தான் இந்த கட்டுப்பாடு இருக்கிறது. ஆனால், இன்டர்நெட் வசதி உள்ள ஒரு ஸ்மார்ட் போன் குழந்தைகள் கையில் கிடைக்கும்போது, அது இதை விட ஆபத்தானது. 'என் மகள், அவளாகவே யூடிப் போய் வீடியோ பாக்கிறாள்' என்று பெற்றோர் சந்தோஷப்படுகிறார்கள். ஆனால் உண்மை அதுவல்ல, இன்டர்நெட்டில் என்ன டைப் செய்தாலும் ஏதாவது ஒன்று வந்து விடும். அப்படித்தான் வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது. அதில் என்ன வீடியோ வேண்டுமானாலும் வரலாம். எனவே, செல்போனை பயன்படுத்தவும் வயது வரம்பு கொண்டு வர வேண்டும்.

ஆண்களுக்கும் ஆபத்து



இத்தகைய ஆபத்துகள் பெண்களுக்கு மட்டும்தான் என்று ஆண்கள் அசட்டை செய்ய முடியாது. பெண்களை விட ஆண்களே சமூக வலைதளங்களில் அதிகம் பாதிக்கப்படுகிறார்கள். தூக்கமின்மை, பெண் பெயரில் பேசும் போலி ஐடிக்களால் பாதிக்கப்பட்ட ஆண்கள் அதிகம். இணையதளங்களில் கோடிக்கணக்கான மொபைல் ஆப்கள் கொட்டி கிடக்கின்றன. அதில் சூதாட்ட ஆப்கள் மூலம் பணத்தை ஆண்கள் இழந்து வருகிறார்கள் என்பது வேறுகதை.

நல்லதும் இருக்கு

வந்தனா

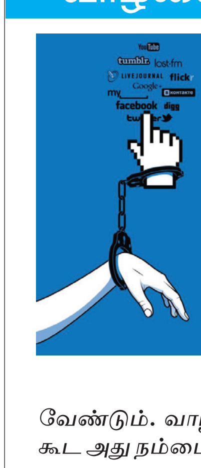
ஸ்மார்ட் போன் மற்றும் சமூக வலைதளம் எப்போதுமே ஆபத்தானதுதான் என்று பொதுவாக சொல்ல முடியாது. ஸ்மார்ட் போனின் தேவைகள் இந்த காலகட்டத்தில் நமக்கு அதிகம். அதில் ஏகப்பட்ட நல்லதும் இருக்கு. எனவே, அதை பயன்படுத்தித்தான் ஆகவேண்டும்.

ஆனால், அது இல்லாமல் என்னால் இருக்க முடியவில்லை என்ற நிலைதான் பிரச்னை. அம்மா, அப்பா, மனைவி, குழந்தைகள், தாத்தா, பாட்டி என்று நம் குடும்பத்துக்கு நேரம் ஒதுக்க வேண்டும்.

கணவன் மனைவியிடமும், மனைவி கணவனுடனும் சின்னச்சின்ன வாழ்த்துக்களை பெற நினைப்பார்கள். அந்த வாழ்த்துக்கள் சமூக வலைதளங்களில் கிடைக்கும்போது அதற்கு அடிமையாகிப் போகிறார்கள்.

குடும்பத்துக்குள் அன்பை பரிமாறிக் கொண்டாலே ஸ்மார்ட் போனுக்கும், சமூக வலைத்தளங்களுக்கு வேலை இல்லாமல் போய்விடும். அதேபோல் பல பெண்கள் சமூக வலைதளம் மூலம் தங்கள் திறமைகளுக்கு அங்கீகாரமும் பெற்றுள்ளார்கள் என்பதையும் மறுக்க முடியாது'' என்கிறார் உளவியலாளர் வந்தனா.

வாழ்வை சிதைக்காதீர்

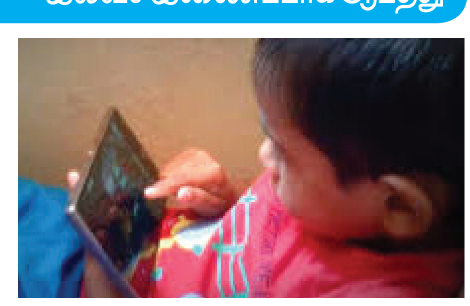


புவனேஸ்வரி

''சமீபகாலமாக மியூசிக்கலி (MUSICALLY), டப்ஸ்மாஸ் (DUBSMASH) போன்ற ஆப்கள் அதிகளவில் உலவுகிறது. தங்கள் நடிப்பு திறமைகளை வெளிப்படுத்துவதாக நினைத்துக் கொண்டு பலர் இதில் ஆபாசமாக நடனம், வசனங்களை கூச்சம் இல்லாமல் செய்து வருகிறார்கள்.

இதன் பின்விளைவுகள் தெரியாமல் அறியாமையில்தான் பெண்கள் இப்படி செய்கிறார்கள்'' என்ற காம்கேர் பிரைவேட் லிமிடெட்டின் சிஇஓ புவனேஸ்வரி, ''வீட்டில் கணவன், குழந்தைகள் என்ற வட்டத்துக்குள் தாங்கள் எதிர்பார்த்த அன்பும், அன்யோன்யமும் கிடைக்காத சூழலில் அது ஸ்மார்ட்போன் மற்றும் சமூகவலைதளங்கள் மூலம் கிடைக்கும்போது தங்களை அறியாமல் முழுமையாக இல்லாவிட்டாலும் ஓரளவுக்கு அடிமையாகவே ஆகிவிடுகிறார்கள் என்றுதான் சொல்ல வேண்டும். சூப்பர் என்ற ஒற்றை வார்த்தையில் பாராட்டாத கணவனை விட சமூக வலைதளங்களில் பதிவிடும் போட்டோக்களுக்கு கிடைக்கும் லைக்குகள் மதுவை விட போதையானது. இதை புரிந்துக்கொண்டு குடும்பத்துக்குள் அன்பை பறிமாறிக் கொள்ள வேண்டும். வாழ்க்கை என்ற கண்ணாடி கூண்டுக்குள் நாம் பயணிக்கிறோம். சின்ன கல் விட்டு எறிந்தால் கூட அது நம்மை சிதைத்துவிடும் என்பதை எல்லாரும் மனதில் வைக்கவேண்டும்'' என்றார்.

இலவச இணைப்பாக ஆபத்து



சுதாகர்

''ஸ்மார்ட் போன் என்பது அதிக நல்ல விஷயங்களை உள்ளடக்கியுள்ளது. ஆனால், அது யாரிடம் இருக்கிறது என்பதை பொறுத்தே அதன் நல்லது, கெட்டதை சொல்ல முடியும். குழந்தைகளின் கற்பனை திறமையை குழி தோண்டி புதைக்கிறது. குழந்தைகள் இயற்கையை ரசிப்பதையே மறந்து விட்டார்கள். குழந்தைகள் ஆபாசத்தை தேடிப்போவது இல்லை. ஆனால் இன்டர்நெட் பயன்படுத்தி கொண்டிருக்கும்போது விளம்பரம் மூலம் ஆபாசம் தானாக முன்வந்து நிற்கிறது. அதன்பிறகே, அதில் என்ன இருக்கிறது என்று தேட தொடங்குகிறார்கள்.

குழந்தைகள், உலகத்தை தெரிந்து கொள்ள வேண்டியது அவசியம்தான். அதற்காக இன்டர்நெட் பயன்படுத்தும்போது அதனுடன் இலவச இணைப்பாக ஆபத்தும் வந்து விடுகிறது. இதற்கு ஒரே தீர்வு குழந்தைகள் மீது பெற்றோர் அதிக கவனம் செலுத்த வேண்டும். அவர்களிடம் தங்கள் அனுபவத்தை பகிர்ந்து கொள்ள வேண்டும்'' என்கிறார் சென்னை எம்.சி.என். மேல்நிலைப்பள்ளி தலைமை ஆசிரியர் சுதாகர்.

லாஜிக்கல் மூளை மங்கிடும்

சமீபத்தில் சென்னையை சேர்ந்த அபிராமி என்ற பெண், தனது கள்ளக்காதலுக்காக தன் 2 குழந்தைகளை கொலை செய்த நிகழ்வு பரபரப்பை ஏற்படுத்தியது. உடலில் உள்ள எல்லா உறுப்புகளும் நோக பெற்ற குழந்தைகளை எந்த பெண்ணாவது கொலை செய்வாளா? என்ற கேள்வி எல்லாரிடமும் எழுந்தது. இந்த விவகாரத்தை நாம் உணர்வுப்பூர்வமாக அணுகவேண்டும்.

அபிராமியும் அவர் கணவரும் காதல் திருமணம் செய்தவர்கள். அப்படி இருந்தும் அவரை வெறுத்து, வேறு ஒருவர் மீது எப்படி மனம் போகிறது. இதற்கு முக்கிய காரணம் இணையதளம்தான் என்கிறார்கள் உலவியலாளர்கள்.

கணவன் வேலைக்குச் சென்ற பிறகு வீட்டில் இருக்கும் பெண்களுக்கு ஸ்மார்ட் போன் மற்றும் இணையதளம்தான் நெருக்கமாக உள்ளது. அபிராமியும் அப்படி ஒரு சூழ்நிலையில்தான் இருந்துள்ளார். அவர் பயன்படுத்திய மியூசிக்கலி ஆப்பில் வீடியோக்களில் பாடியும், நடித்தும் பொழுதுகளை கழிக்க ஆரம்பித்தார். அந்த வீடியோக்களை கள்ளக்காதலன் பாராட்டியதால், ஒரு கட்டத்தில் அந்த பாராட்டுக்கு முழுமையாக அடிமையாகி விட்டார். இதனால்தான் வீடியோ செய்ய இடையூறாக இருந்த குழந்தைகளை அடிக்கவும் ஆரம்பித்தார்.

மனித மூளையில் லாஜிக்கள் பிரைன், எமோசனல் பிரைன் என 2 பிரிவு உள்ளது. சமூக வலைதளங்களில் சிலர் பதிவிடும் அரைவேக்காட்டுதனமான கருத்துக்களை தொடர்ந்து பார்க்கும்போது, அதுதான் உண்மை என்று நம் மனது நம்பிவிடுகிறது.

இது ஒரு கட்டத்தில் லாஜிக்கள் மூளை, அதாவது சரி, தவறை ஆராயும் பகுதி மங்கி, எமோசனல் மூளை வேலை செய்து, நாம் செய்ததுதான் சரி என்ற மனநிலைக்கு வந்துவிடும். அதனால்தான் இதுபோன்ற மிக பெரிய தவறை செய்து விடுகிறார்கள். செல்போன் பயன்படுத்தும் குழந்தைகளிடம் ஒரு சிறு வேலை சொன்னால் கூட அவர்களுக்கு கடுமையாக கோபம் வரும். அதற்கு இந்த எமோசனல் பிரைன்தான் காரணம்.

பெரும்பாலான நேரம் வீண்

பேசுவதற்காக கண்டுபிடித்த போன், அப்கிரேடு ஆகி ஸ்மார்ட் போனாக விஸ்வரூபம் எடுத்ததால் மனிதனின் வாழ்க்கை எளிமையாகப்பட்டுள்ளது. இதற்கு விலையாக வாழ்க்கையின் பெரும் பகுதி நேரத்தை இந்த செல்போன் விழுங்கி விடுகிறது. எனவே, செல்போன் பயன்பாட்டுக்கான நேரத்தை வரையறுக்க வேண்டிய கட்டாயத்தில் நாம் இருக்கிறோம். குறிப்பாக பாத்ரூம் போகும்போது செல்போன் பயன்பாட்டை தவிர்க்க வேண்டும். இல்லாவிட்டால் மலசிக்கல் போன்ற பிரச்னைகள் ஏற்பட வாய்ப்புள்ளது.

குறிப்பாக 15 முதல் 50 வயதுக்கு உட்பட்டவர்கள் கையில்தான் ஸ்மார்ட் போன் அதிகமாக இருக்கிறது. படிப்பில் தொடங்கி, வேலை தேடுவது வரை இணையத்தின் பயன்பாடு இளைஞர்களுக்கு அதிகம் தேவைப்படுகிறது.

வேலை செய்பவர்களுக்கு புதிய தகவலை தெரிந்து கொள்ளவும், தங்கள் அறிவை மேம்படுத்தவும் இணையதளம் கருவியாக உள்ளது. அது எளிதாக கையில் இருக்கும் போனில் கிடைக்கும்போது அதை பயன்படுத்துவது இயல்புதான். அதில் இருந்து நாம் விலகி நிற்பது சுலபமில்லை. ஆனால் போனுக்கு ஸ்டெப்னி போல பவர் பேங்க்கையும் சுமந்து கொண்டு இருக்கிறோம்.