**ಹುಸಿ ನಂಬಿಕೆಗೆ ಬಲಿಯಾಗದಿರಿ**  
  
ಇಂದು ಮನುಷ್ಯನ ಬದುಕಿನ ಅವಿಭಾಜ್ಯ ವಾಗಿರೋ ಟೆಕ್ನಾಲಜಿ, ಕೆಲವರನ್ನ ಯಶಸ್ಸಿನ ಉನ್ನತ ಶಿಖರ ಮುಟ್ಟಿಸಿದ್ರೆ, ಹಲವರನ್ನ ಹುಸಿನಂಬಿಕೆಯ ಅಧೋಗತಿಗೆ ದೂಡ್ತಿದೆ. ಅದಕ್ಕೊಂದು ಬೆಸ್ಟ್ ಎಗ್ಸಾಂಪಲ್ ಅಂದ್ರೆ ಸೆಲ್ಫಿ. ಹೌದು. ಸೆಲ್ಫಿ ತೆಗೆಯೋರೆಲ್ಲ ಹುಚ್ಚರು ಅಥವಾ ಮಾನಸಿಕ ಖಿನ್ನತೆಗೆ ಒಳಗಾಗಿರೋರು ಅಂತಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಅದೊಂಥರ ತಿಳಿಯದೇ, ಮನಸ್ಸಲ್ಲಿ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳೋ ವ್ಯೆಹ. ನೀವೇ ಯೋಚಿಸಿ, ಇವತ್ತು ನಾವು ತಾಜ್ ಮಹಲ್‌ಗೆ ಹೋದೆವು ಅಂತಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ, ಅದರ ಅಂದವನ್ನ ಮನದುಂಬಿ ಅನುಭವಿಸ್ತೀವಾ? ಅಪರೂಪದ ಕಲೆಯ ಪ್ರದರ್ಶನಕ್ಕೆ ಹೋದರೆ ಏನ್ಮಾಡ್ತೀವಿ? ಸುಂದರ ಪರಿಸರ, ಭೋರ್ಗರೆಯುವ ಜಲಪಾತ, ಸುಂದರ ಪಕ್ಷಿಗಳ ಕಲರವ? ಏನೇ ಇರಲಿ, ಅದನ್ನ ಮನದುಂಬಿ, ತನುದುಂಬಿ, ಭಾವತುಂಬಿ ಅನುಭವಿಸೋದು ಬಿಟ್ಟು ಪಟ್ ಅಂತ ಮೊಬೈಲ್ ತೆಗಿತೀವಿ, ಥಟ್ ಅಂತ ಸೆಲ್ಫಿ ತಗೋತಿವಿ.. ಪಟಕ್ ಅಂತಾ ಫೇಸ್‌ಬುಕ್ಕಿಗೆ ಅಪ್ಲೋಡ್ ಮಾಡ್ತೀವಿ. ಅಷ್ಟಕ್ಕೇ ಬಿಡ್ತೀವಾ? ಇಲ್ಲ, ಅದನ್ನ ಪದೇ ಪದೇ ನೋಡ್ತಾ ಇರ್ತೀವಿ. ಸ್ನೇಹಿತರು, ಸಂಬಂಧಿಕರು ಶಂಖಾ ಹೊಡೆದುಕೊಂಡ್ರೂ ಜಗತ್ತನ್ನೇ ಮರೆತವರಂತೆ ಪದೇ ಪದೇ ಸೋಶಿಯಲ್ ಸೈಟ್ ನೋಡ್ತಾ .. ಎಷ್ಟು ಲೈಕ್ ಬಂತು ಅಂತಾ ಗಮನಿಸ್ತಿರ್ತೀವಿ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಹೆಚ್ಚು ಲೈಕ್ ಬರ್ದಿದ್ರೆ ಮುಗಿದೇ ಹೋಯ್ತು. ಬಂದ್ರೂ ಮುಗಿದೇ ಹೋಯ್ತು. ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಲೈಕ್ ಬಂದ್ರೆ ತನಗೆ ತಾನೇ ಸಿಲೆಬ್ರಿಟಿಯಾದಂತಹ ಫೀಲಿಂಗು. ಲೈಕ್ ಬರ್ದೇ ಇದ್ರೆ, ನಾನು ಯಾವುದಕ್ಕೂ ಲಾಯಕ್ಕಿಲ್ಲ ಅನ್ನೋ ಕೀಳರಿಮೆ. ಇದ್ರ ನಡುವೆ ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ , ನಮ್ಮವರೊಂದಿಗೆ ಆನಂದದಿಂದ ಸಮಯ ಕಳೆಯಬೇಕು ಅಂತಾ ಹೋದ ಪ್ರವಾಸಕ್ಕೆ ಎಳ್ಳುನೀರು. ಅಲ್ಲಿಗೆ ಈ ಕಥೆ ಮುಗಿಯಿತು. ಇದೆಂಥ ಜೀವನಾರಿ? ಅದಕ್ಕೆ ಖ್ಯಾತ ಮಾನಸಿಕರೋಗ ತಜ್ಞರಾದ ಅ. ಶ್ರೀಧರ್ ಅವ್ರ ‘ಇದನ್ನ ಒಂದು ವಿಭ್ರಮೆ, ಅಂದ್ರೆ ಡಿಲ್ಯೂಶನ್’ ಅಂತಾ ಕರೀತಾರೆ. ಸ್ವಂತಿಕೆ ಅಂದ್ರೆ ಸೆಲ್ಫಿ ಹುಚ್ಚಿಗೆ ಬಲಿಯಾಗೋರು ಮನುಷ್ಯ ಸಹಜವಾಗಿ ತಕ್ಕ ಮಟ್ಟಿನ ಸ್ವ- ಆತ್ಮರತಿಯ ಹಂತ ದಾಟಿ, ಉನ್ಮಾದಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗೋ ಸಾಧ್ಯತೆನೂ ಇದೆ ಅಂತಾರೆ ಅವ್ರ.

2013ರಲ್ಲಿ ಆಕ್ಸಫರ್ಡ್ ಡಿಕ್ಷನರಿ ಸೇರಿಕೊಂಡ ಈ ಪದ, ಇವತ್ತು ವಿಶ್ವದಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡ ಚರ್ಚೆಯನ್ನೇ ಹುಟ್ಟಿ ಹಾಕಿದೆ. ಇದೇ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಇಂಗ್ಲೆಂಡಿನ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತ ಟೆಲಿಗ್ರಾಫ್ ಮ್ಯಾಗಝಿನ್ ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಈ ಕುರಿತು ಒಂದು ಲೇಖನ ಪ್ರಕಟಿಸಿತ್ತು. ಅದ್ರಂತೆ, ಈ ವರ್ಷ ಶಾರ್ಕ್ ಕಡಿತಕ್ಕಿಂತ, ಸೆಲ್ಫಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಹೋಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ಸತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಅನ್ನೊ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನ ಅದು ನೀಡಿತ್ತು. ಹೀಗಾಗಿಯೇ, ಇಂದು ಹಲವು ದೇಶಗಳು ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸೆಲ್ಫಿ ಮಾರಕ ಅಂತ ಪರಿಗಣಿಸಿವೆ. ಅಲ್ಲದೇ, ಧೂಮ್ರಪಾನ ಹಾಗೂ ಮದ್ಯಪಾನಕ್ಕೆ ನೀಡೋ ರೀತಿಯ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯ ಫಲಕಗಳನ್ನ, ಸೆಲ್ಫಿ ಕುರಿತೂ ಹಾಕಲು ಆರಂಭಿಸಲಾಗಿದೆ ಅಂದ್ರೆ ಇದರ ಪರಿಣಾಮ ಎಷ್ಟಿರಬಹುದು ನೀವೇ ಊಹಿಸಿ... ಅತಿಯಾದರೆ ಅಮತವೂ ವಿಷ ಅನ್ನೋ ಹಾಗೆ ಸೆಲ್ಫಿ ಹುಚ್ಚು ಸಾವಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗ್ತಾ ಇರೋದು ಮಾತ್ರ ಇಂದಿನ ದುರಂತ. ನೀವು ಮಾತ್ರ ಏನೇ ಮಾಡಿ ನಿಮ್ಮ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಲ್ಲಿರಿ.  
  
ನಾನು ಆಗ ಖಿನ್ನತೆಗೆ ಒಳಗಾಗಿದ್ದೆ. ನನ್ನ ಬಗ್ಗೆಯೇ ನನಗೆ ಕೀಳರಿಮೆ ಮೂಡಿತ್ತು. ನನ್ನ ಗೆಳತಿಯರಿಂದ ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಲೈಕ್ ಪಡೀಬೇಕು ಅಂತಾ ಪರ್ಫೆಕ್ಟ್ ಸೆಲ್ಫಿ ತೆಗೆಯೋಕೆ ಮುಂದಾಗಿದ್ದೆ. ಆದ್ರೆ, ಲೈಕ್ ಸಿಗದಿದ್ದಾಗ ಖಿನ್ನತೆಗೆ ಒಳಗಾದೆ. ನನ್ನ ತಾಯಿ ಕಣ್ಣೀರು ನೋಡೋಕೆ ನನಗೆ ಸಾಧ್ಯ ಆಗ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಆದ್ರೆ, ಈಗ ಅದ್ರಿಂದ ಹೊರ ಬಂದಿದ್ದೀನಿ. ನನ್ನಂತಹ ಜನರಿಗೆ ಹುಮ್ಮಸ್ಸು ತುಂಬೋ ಯತ್ನದಲ್ಲಿದ್ದೀನಿ. -ಡ್ಯಾನಿ ಬೌಮ್ಯಾನ್, ಸೆಲ್ಫೀ ಹುಚ್ಚಿಗೆ ಬಲಿಯಾಗಿದ್ದವ.