ডিজিটাল জেনারেশন, নাকি এক বিকৃত শৈশব?

আমি বিশ্বাস করি, কোনো সমাজ তখনই বদলায় যখন তার মানুষ আগে নিজের বিবেককে প্রশ্ন করতে শেখে। এই লেখা কোনো অভিযোগনামা নয়, এটি একটি বৌদ্ধিক বিপ্লবের আহ্বান — সেই বিপ্লব যা রাজপথে নয়, শুরু হয় ঘরের শোবার ঘর থেকে।

আমাদের রাষ্ট্রীয় অবক্ষয় আজ আর শুধু রাজপথে নয়, ঢুকে পড়েছে অন্দরমহলের শোবার ঘরেও। যখন আধুনিক মা-বাবা শিশুর পাশে শুয়ে নীল পর্দার অন্ধকারে মত্ত হন, তখন সেই নিষ্পাপ চোখগুলো অজান্তেই চিনে নেয় এক ভয়ঙ্কর ভাষা। শৈশবেই এই লুকোচুরি খেলার হাতেখড়ি যে শিশু পায়, তার কাছে নীতি-নৈতিকতা একদিন কেবল কাল্পনিক কৌতুকে পরিণত হয়। আমরা রাষ্ট্রকে গালি দিই, অথচ ঘরের কোণে বিষাক্ত ডিজিটাল ডিভাইসে নিজের সন্তানের ভবিষ্যৎ যে আমরা নিজ হাতেই ধ্বংস করছি — সেই নগ্ন সত্যটা স্বীকার করার সাহস আমাদের নেই।

শোবার ঘরের লুকোচুরি ও শৈশবের অপমৃত্যু: পারিবারিক শিক্ষার হাতেখড়ি যেখানে হওয়ার কথা ছিল পবিত্রতা দিয়ে, সেখানে আজ যুক্ত হয়েছে ডিজিটাল পর্নোগ্রাফির কালো ছায়া। যে শিশুটি মা-বাবার চোখে নিরাপত্তা খোঁজার কথা, সে অন্ধকার ঘরে তাদের মোবাইল স্ক্রিনের বিকৃত আলো দেখে বড় হচ্ছে। মা-বাবা ভাবছেন শিশুটি ঘুমিয়ে আছে বা কিছু বুঝছে না, কিন্তু সেই নিষ্পাপ অবচেতন মনে তখন গেঁথে যাচ্ছে যৌনবিকৃতির বীজ এবং এক অব্যক্ত ভয়।

এটা কেবল অবহেলা নয়। এটা একটি শিশুর মানসিক জগতকে শৈশবেই ধ্বংস করে দেওয়া। গবেষণা বলছে, শিশুবয়সে বিকৃত কনটেন্টের সংস্পর্শে আসলে মস্তিষ্কের স্বাভাবিক বিকাশ ব্যাহত হয় এবং আচরণগত সমস্যা দেখা দেয়। মা-বাবার এই গোপন আসক্তির ছায়াই সন্তানের আচরণকে ধীরে ধীরে অস্বাভাবিক ও আক্রমণাত্মক করে তোলে।

টিকটক ও ফেসবুকের নর্দমায় বন্দি শৈশব: আজকের বাংলাদেশের প্রতিটি ঘরে একই দৃশ্য — শিশু কান্না করছে আর মা-বাবা নিজের শান্তি বজায় রাখতে তার হাতে তুলে দিচ্ছেন স্মার্টফোন। দুই-তিন বছরের সেই শিশুটি যখন ইউটিউবে কার্টুন খুঁজতে গিয়ে ফেসবুক রিলস বা টিকটকের অনিয়ন্ত্রিত কনটেন্টে গিয়ে পড়ে, তখন সে দেখে বিকৃত অঙ্গভঙ্গি আর

সস্তা উত্তেজনার ভিডিও।

স্ক্রল করতে করতে তার কচি আঙুলগুলো যখন কুরুচিপূর্ণ কনটেন্টে আটকে যায়, তখন তার মস্তিষ্কের বিকাশ আর স্বাভাবিক থাকে না। শিশুমনোবিজ্ঞানীরা বলছেন, অতিরিক্ত স্ক্রিন টাইম শিশুর মনোযোগ, ভাষাশিক্ষা এবং সামাজিক দক্ষতার উপর মারাত্মক নেতিবাচক প্রভাব ফেলে। যে বয়সে রূপকথার গল্প শোনার কথা, সেই বয়সে সে শিখছে মা-বাবার কাছ থেকে নিজের ডিজিটাল কার্যকলাপ কীভাবে লুকাতে হয়। তারা প্রযুক্তির সুফল পাচ্ছে না, বরং বিষপান করছে।

সর্বগ্রাসী মহামারি: উঁচুতলা থেকে বাঁশতলা: এই অবক্ষয় আজ আর কোনো নির্দিষ্ট শ্রেণিতে সীমাবদ্ধ নেই। উঁচুতলার শীতাতপ নিয়ন্ত্রিত ঘরে বসে তথাকথিত শিক্ষিত মা-বাবা যেমন ডিজিটাল ডিভাইসে নিজেদের নৈতিকতা বিসর্জন দিচ্ছেন, তেমনি গ্রামের সাধারণ মানুষও এই স্রোতে গা ভাসাচ্ছেন। স্মার্টফোন আজ প্রতিটি ঘরে একেকটি নীরব সময়বোমা হিসেবে কাজ করছে।

সমাজ এমন এক জায়গায় এসে দাঁড়িয়েছে যেখানে অভিভাবকত্বের চেয়ে ব্যক্তিগত বিনোদন আর স্ক্রিন টাইম বড় হয়ে উঠছে। ফলে আমাদের পরবর্তী প্রজন্ম গড়ে উঠছে মূল্যবোধহীন এক বিকৃত জগতের মধ্যে, যেখানে বাস্তব সম্পর্কের চেয়ে ভার্চুয়াল স্ক্রিনই বেশি পরিচিত।

উত্তরণের পথ: তিনটি প্রতিকার

অন্দরমহলের শুদ্ধি অভিযান:প্রথম কাজ হবে শোবার ঘর থেকে অনিয়ন্ত্রিত ডিজিটাল ব্যবহার বন্ধ করা। মা-বাবাকে বুঝতে হবে — আপনার সন্তান আপনার কথা শোনে না, সে আপনাকে দেখে শেখে। তাই শিশুর সামনে মোবাইল ব্যবহারের নির্দিষ্ট নিয়ম মেনে চলতে হবে এবং কুরুচিপূর্ণ কনটেন্ট দেখার অভ্যাস সম্পূর্ণ ত্যাগ করতে হবে। ঘরের কোণে যে শিশুটি বড় হচ্ছে, তাকে নীল আলোর নেশা নয়, মা-বাবার সান্নিধ্য আর গল্পের বইয়ের মায়ায় জড়িয়ে রাখতে হবে।

প্রযুক্তির ফিল্টারিং ও সচেতন অভিভাবকত্ব: প্রযুক্তিকে অস্বীকার করার সুযোগ নেই, কিন্তু নিয়ন্ত্রণ করা সম্ভব। স্মার্টফোনে প্যারেন্টাল কন্ট্রোল ব্যবহার করা এখন বিলাসিতা নয়, বরং সময়ের দাবি। শিশু অনলাইনে কী দেখছে, কোন লিঙ্কে যাচ্ছে — তার উপর নজরদারি থাকতে হবে। সস্তা বিনোদনের অ্যাপের পরিবর্তে শিশুকে জ্ঞান ও সৃজনশীলতামূলক কনটেন্টের সাথে পরিচয় করিয়ে দিতে হবে। প্রযুক্তির সুফল নিতে হলে আগে তার কুফল থেকে সন্তানকে রক্ষা করতে

হবে — এটাই আধুনিক অভিভাবকত্বের মূল দায়িত্ব।

ডিজিটাল সাক্ষরতা ও সামাজিক আন্দোলন: রাষ্ট্র আইন করে ঘরে ঘরে নৈতিকতা পৌঁছে দিতে পারবে না। এর জন্য প্রয়োজন একটি সামাজিক আন্দোলন। পাড়া-মহল্লায় ও শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে ডিজিটাল সাক্ষরতার কার্যক্রম চালু করতে হবে। অভিভাবকদের বোঝাতে হবে — একটি শান্ত শিশুর হাতে মোবাইল তুলে দেওয়া সাময়িক সমাধান, কিন্তু দীর্ঘমেয়াদি ক্ষতি অপূরণীয়। ডিজিটাল পরিসরকে জ্ঞান অর্জনের প্ল্যাটফর্ম হিসেবে প্রতিষ্ঠিত করতে হলে পরিবার থেকেই শুরু করতে হবে।

উপসংহার: বৌদ্ধিক বিপ্লবের শপথ

যে সমাজ নিজের সন্তানের চোখে আলো জ্বালাতে ভুলে যায়, সে সমাজ একদিন নিজেই অন্ধকারে তলিয়ে যায়। আমরা রাষ্ট্রের দিকে আঙুল তুলি, ব্যবস্থার দিকে আঙুল তুলি — কিন্তু সেই আঙুলটা কখনো নিজের বুকের দিকে ঘোরাই না।

এই পরিবর্তন কোনো রাজনৈতিক আন্দোলনে আসবে না, আসবে না কোনো সরকারি নির্দেশে। এটা আসবে কেবল একটি বৌদ্ধিক বিপ্লবের মধ্য দিয়ে — যেদিন প্রতিটি মা-বাবা নিজের বিবেকের কাছে সৎভাবে জবাবদিহি করতে শিখবেন, সেদিনই শুরু হবে সত্যিকারের পরিবর্তন।

আমি বিশ্বাস করি, বুদ্ধি খাটিয়ে চললে সমাজ বদলায়। সেই বিশ্বাস থেকেই এই লেখা। আমরা যদি আজ আমাদের সন্তানদের এই বিষাক্ত অন্ধকার থেকে বের করে না আনি, তবে আগামী প্রজন্ম হবে মূল্যবোধহীন এক শূন্য প্রজন্ম — যাদের কাছে ভালোবাসা মানে একটি ইমোজি আর সম্পর্ক মানে একটি ফলোয়ার সংখ্যা।

প্রতিকার আমাদের হাতেই আছে — সচেতনতা, সংযম আর সঠিক পারিবারিক শিক্ষা। আসুন, আমরা আমাদের সন্তানদের হাতে ডিভাইস নয়, একটি সুন্দর, সুস্থ ও আলোকিত ভবিষ্যৎ তুলে দিই। এটাই আমার বৌদ্ধিক বিপ্লবের ডাক।