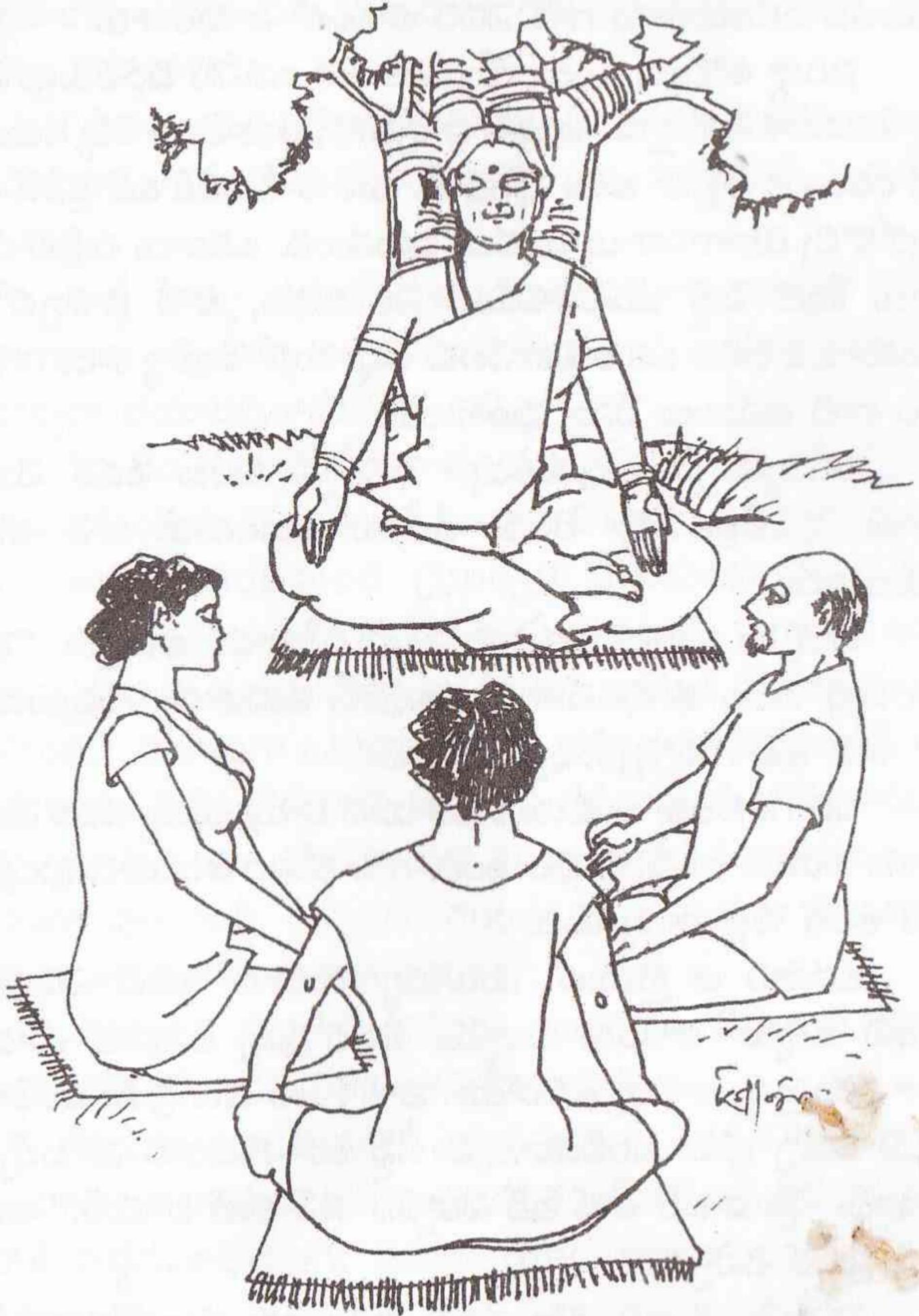


మంగమ్మగారు మాష్టరమ్మ పాత్ర

బుజ్జి, అల్లుడు ఆఫీసుకు వెళ్ళాక, మంగపతిగారూ వాకింగ్ అంటూ ఎటో వెళ్ళిపోతారు. పాపకూడా స్కూలుకు వెళ్ళిపోతుంది గనుక ఒంటరిగా



వుండాలి వస్తుంది మంగమ్మగారు. అదిగో ఆ టైములో ఆమెకు అమెరికా అంటే చికాకు పుట్టుకొస్తుంది. కనీసం అపార్ట్మెంట్లో వుంటే ఏ సాయంత్రం పూటో బయటకు వస్తే తెలుగు వాళ్ళు ఎదురయ్యేవారు. ముఖ్యంగా కూతుళ్ళ

కాన్పులకనీ, చిన్న బిడ్డను చూసుకోవాలనీ వచ్చే అమ్మానాన్నలు బోలెడు మంది కనిపించేవారు. బుజ్జి స్వంత ఇల్లు కొనుక్కుని ఇక్కడికి వచ్చాక ఎవరితోనూ మాటా పలుకూ లేకుండాపోయింది ఆమెకు.

కంప్యూటరు పెట్టిన గదిలోకి వచ్చి అద్దాల కిటికీలలోనుండి వీధిలోకి చూస్తూ కూర్చుంటుంది మంగపతిగారు వచ్చేదాక. ఎదురుగా వున్న పార్కులో కొంతమంది కనబడుతారు గానీ ఎవరి లోకంలో వారుంటారు.

సరిగ్గా తొమ్మిది గంటలయ్యేసరికి ఒక జపనీస్ దంపతులు పార్కు చుట్టూ నడవడానికి వస్తారు. అయితే వాళ్ళేమిటో తమాషాగా వెక్కి నడుస్తారు. అదొక రకం ఎక్స్‌సైజు అయి వుండాలి. మరి కాసేపటికి ఒక చైనీస్ ఆవిడ పార్కులోకొచ్చి యోగాసనాలు మొదలు పెడుతుంది. ఒకకాలు మడిచి మరొక మోకాలు మీద పెట్టి ఒంటికాలిమీద నిలబడడం, బాలే డాన్సులోలాగా కదులుతూ ఒక చేతిని ఒక కాలిని నేలకు అన్ని మరో చెయ్యి కాలు గాలిలోకి లేపడం లాటి ఆసనాలు వేస్తూ వుంటుంది.

తొమ్మిదిన్నర అవుతుండగా ఫిలిప్పీన్ జంట నడక మొదలు పెడతారు. నడిచేంతసేపూ రెండు చేతులూ ముందుకు జాపి చప్పట్లు కొడుతుంటారు.

వాళ్ళను చూసి ఒకసారి మంగపతిగారు అన్నారు “మెళ్ళో రాములవారి పటం తగిలించుకుని భజనచేసే మనవాళ్ళు గుర్తుకువస్తారు కదూ” అని. అది గుర్తొచ్చి నవ్వుకున్నారావిడ.

పది గంటలకు ఇండియన్ ఒకాయన పార్కు చుట్టూ నడక మొదలు పెడతాడు. వయసు అరవైపైనే వుంటుంది. గానీ కనీసం అయిదారు ప్రదక్షిణలు చేస్తాడు అంత పెద్ద పార్కు చుట్టూ.

ఒకసారి ఆ టైములో మంగమ్మగారుకూడా ఇంటి ఎదురుగానే కదా అని ఒక్కరూ వాకింగు వెళ్ళారు. చీరలోవున్న ఆవిడను చూడగానే స్పీడుగా నడుస్తున్న వాడల్లా ఆగిపోయి “హలో! ఆర్ యు ఫ్రమ్ ఇండియా? అయామ్ ఆల్సో ఫ్రమ్ ఇండియా.. వి ఓన్స్ టూ గుజరాతీ హోటల్స్ ఇన్ హైద్రాబాద్. మై డాటర్ ఈజ్ ఇన్ టెక్నాస్. సన్ ఈజ్ హియర్.” అంటూ పొడుగ్గా ప్రవర చెప్పాడు.

“నమస్తే...” అని చెప్పి నడక సాగించారు మంగమ్మగారు. ఒక చుట్టు చుట్టాక మళ్ళీ రెండో ప్రదక్షిణలో మళ్ళీ ఆవిడను ఆపాడు ఆయన “హలో! నమస్తే యు ఆర్ ఫ్రమ్ ఇండియా? అయామ్ ఆల్సో ఫ్రమ్

ఇండియా..!! అంటూ పది నిముషాలు ముందు చెప్పిన విషయాలే మళ్ళీ క్రొత్తగా చెప్పాడు.

మంగమ్మగారికేమీ అర్థం కాలేదు. మళ్ళీ మూడో ప్రదక్షిణలో ఆయన ఎదురుగా వస్తుండగా చూసి గభాలున రోడ్డు దాటి ఇంటికి వచ్చేసిందావిడ.

ఈ విషయం ఇంట్లో వాళ్ళతో చెప్తే వాళ్ళు నవ్వేశారు. వాళ్ళను కూడా అలాగే ఆయన పది నిముషాలకోసారి తన గురించి క్రొత్త వాళ్ళకు చెప్పినట్టు చెప్పాడట.

“పాపం జ్ఞాపక శక్తి బాగా తగ్గినట్టుంది. ఆ కొడుకు కోడలు ఈయన్ని ఒంటరిగా వాకింగుకు ఎందుకు పంపిస్తారో.. ఇల్లు మరచిపోతే ఎంత కష్టం!” అంది బుజ్జి.

బుజ్జీ వాళ్ళు దగ్గరలేనప్పుడు మంగపతిగారు భార్యతో అన్నారు “మనం కూడా ఎన్ని ఏళ్ళు ఇక్కడ వుండే ఈ ఒంటరి తనంతో అలాగే సగం పిచ్చివాళ్ళలా తయారవుతామేమో!” అని.

“ఛ ఏం మాటలండీ? వాళ్ళు మాట్లాడకపోతే మనమే స్నేహంగా పలకరించి నలుగురు మనుషులతో మాట్లాడాలి” అని సర్దిచెప్పారు మంగమ్మ గారు.” అవును ఎంతమంది ఫ్రెండ్స్ ని చేసుకుంటావో త్రైచేయి.” అన్నారాయన. ఈ రోజు కిటికీ దగ్గర నిలబడి వాళ్ళందర్నీ చూస్తుంటే ఆవిడకు తను అన్న మాటలు గుర్తుకు వచ్చాయి. ‘ఆయన చాలెంజి చేసినట్టు మాట్లాడ్డం గుర్తొచ్చింది. హఠాత్తుగా ఒక నిశ్చయానికి వచ్చి తనూ చెప్పులు వేసుకుని, ఇంటికి తాళం పెట్టి, రోడ్డుదాటి పార్క్ లోకి నడిచారు మంగమ్మగారు.

జూలై వరకూ ఎండ చురుకు కనబడదు గనుక వాతావరణం చాల ఆహ్లాదంగా వుంటుంది. పన్నెండు గంటల వరకు బయట తిరిగినా పెద్ద అలసటగా అనిపించదు కాలిఫోర్నియాలో.

పార్కులో వున్న బెంచిమీద పద్మాసనం వేసుకుని కూర్చుని ప్రాణాయామం చేయడం మొదలు పెట్టినావిడ.

ఈ మధ్యన ఇండియాలో ఎక్కడ చూసినా, ఎవరి నడిగినా రామ్ దేవ్ బాబా యోగా ప్రాణాయామం గురించి, రవిశంకర్ ఆర్ట్ ఆఫ్ లివింగు గురించి లేకపోతే సిద్ధసమాధియోగ, సహజ యోగ అంటూ మాట్లాడ్డం బాగా ఫ్యాషనయింది.

ముఖ్యంగా ఈ గురువులిద్దరూ ఇతర దేశాలలో వేలాది మంది శిష్యులు కలిగి వుండటం, లండన్, ఫ్రాన్స్, అమెరికా మొదలైన దేశాల్లో

యోగా శిబిరాలు నిర్వహించడం టి.వి.లలో చూస్తున్న జనానికి బయట గెలిచిన ఈ గురువుల గొప్పదనం తెలిసి వచ్చింది.

అదిగో అలా ప్రభావితమైతే మంగమ్మగారు ఒకవారం అలహాబాద్ లో క్యాంపుకు వెళ్ళి ప్రాణాయామ పద్ధతులు నేర్చుకుని వచ్చారు. అమెరికా వచ్చాక ఆసాధన కాస్త మూలపడింది. పార్కుకు వచ్చిన వివిధ దేశాల వాళ్ళు తమ తమ శైలిలో నిర్మోహమాటంగా వ్యాయామాలు చేస్తుండడం చూసి మంగమ్మగారికి కాస్త ఉత్సాహం వచ్చింది.

అలా కూర్చున్న మంగమ్మగారు భస్మిక, కపాలభాతి, అనులోమ విలోమ వంటి మూడు రకాల ప్రాణాయామం చేసి కాస్త విశ్రాంతి కోసం కళ్ళు తెరవగానే తనవైపు కుతూహలంగా చూస్తున్న జపనీస్ జంట, చైనీస్ యువతి, ఫిలిప్పైన్ దంపతులు కనబడ్డారు.

అంతలో దూరంగా తమ ఇంటి సందు మలుపు తిరిగి వస్తున్న మంగపతిగారు కనబడటం వలన వాళ్ళవైపు ఒక చిరునవ్వు విసిరి తను కూర్చున్న చోటు నుండి కదిలి ఇంటివైపు నడిచారు మంగమ్మగారు.

మర్నాడు ఏదోపని వుండడం వలన ఆవిడ పార్కుకు రాలేదు. మూడోరోజున మంగమ్మగారు రోడ్డు క్రాస్ చేసి పార్కులోకి రాగానే చైనీస్ ఆవిడ పలకరింపుగా నవ్వింది. ఆవిడ కూడా చేయి ఊపి తన చోటుకు వెళ్ళి కూర్చుంది.

పార్క్ చుట్టూ ప్రదక్షిణ చేస్తున్న ఫిలిప్పైన్ జంట చప్పట్లు కొడుతూ నడవడం మానేసి పార్కు లోపలికి వచ్చి మంగమ్మగారికి కాస్త దూరంలో కూర్చున్నారు.

ఈరోజు మొన్న చేసిన మూడు ప్రాణాయామాలతోబాటు 'బాహ్య ప్రాణాయామం', 'నాడీ శోధన', 'భ్రామరి', 'ఉద్గీత' ప్రాణాయామాలు చేశారావిడ.

రెండు చేతులతో రెండు కళ్ళు మూసుకుని, రెండు బొటన వేళ్ళతో చెవులుమూసి, చూపుడువేళ్ళు కనుబొమ్మలమీద వుంచి, ముక్కుతో గాఢంగా గాలి పీల్చుకుని, నోరుమూసి ముక్కుద్వారా గాలి వదులుతూ ఓంకార శబ్దాన్ని పలికిస్తూ 'భ్రామరి' ముగించి మధ్యలో విశ్రాంతి కోసం కళ్ళు తెరిచారు మంగమ్మగారు.

“యుడిడిన్స్ కమ్ ఎస్టర్ డే...” అంటూ పలకరించింది ఫిలిప్పైన్ స్త్రీ.

అవును అన్నట్టు తల ఊపి 'ఉద్గీత' ప్రాణాయామం మొదలు పెట్టిందావిడ. ముక్కుద్వారా గాఢంగా గాలి పీల్చుకుని నోటితో వదులుతూ 'ఓం' కారాన్ని జపించసాగింది. కళ్ళు మూసుకుని కూర్చున్న మంగమ్మగారి ముఖంలో కనబడుతున్న ప్రశాంతతను ఆశ్చర్యంగా చూస్తున్నారు. ఫిలిప్పిన్ జంట.

ప్రాణాయామం ముగించాక రెండు చేతులూ తలమీదకి చేర్చి రెండు అరచేతులూ రుద్దుకుని ఆ వెచ్చదనాన్ని రెండు అరచేతులతో కళ్ళను కప్పి వాటికి అందించాక మనసులోనే గురువుకు, దక్షిణా మూర్తికి నమస్కారం చేసుకుని లేచి ఇంటివైపు నడిచారు మంగమ్మగారు.

అలా మంగమ్మగారు వరుసగా అయిదారు రోజులు పార్కులో కూర్చుని ప్రాణాయామం చేసే సరికి రోజూ పార్కుకి నడక కోసం, వ్యాయామం కోసం వచ్చే వాళ్ళు తమంతట తాము ఆవిడను పలకరించడం మొదలు పెట్టారు.

'డిడ్యు లెర్న్ ఇట్ ఫ్రమ్ ఎ టీచర్?' అనడిగింది చైనీస్ ఆవిడ.

"యా! ఐ అటెండెడ్ ఎ యోగా క్యాంప్ అండ్ లెర్న్డ్ ఇట్" అని బదులిచ్చారు మంగమ్మగారు. ఆవిడ కుడివైపు నాసికారంధ్రం కుడిచేతి బొటనవ్రేలితో మూసి ఎడమ నాసికారంధ్రము ద్వారా గాలిపీల్చి, కుడివైపు నుండి వదలి మళ్ళీ కుడివైపు నుండి పీల్చడం, ఎడమ నాసికారంధ్రాన్ని ఎడమ చేతి నడుమ వ్రేలితో మూయడంచేస్తూ అనులోమ విలోమ ప్రాణాయామం చేయడం కాస్త దూరంలో కూర్చుని గమనిస్తున్న జపనీస్ ఆవిడ కూడా మంగమ్మ గారిని పలకరించింది.

'దీన్ని చేయడం వలన లాభమేమిటి?' అని అడిగింది ఇంగ్లీషులో.

"గాఢంగా ఊపిరి పీల్చుకున్నప్పుడు రక్తం శుభ్రపడడానికి కావలసినంత ఆక్సిజను దొరుకుతుంది. అలాగే గాఢంగా ఊపిరి వదలినప్పుడు శరీరంలో అనవసరమైనవి బయటకు పూర్తిగా పోతాయి.." అంటూ క్లుప్తంగా చెప్పి ఊరుకున్నారు మంగమ్మగారు.

"నువ్వు కళ్ళు, చెవులు, నోరు మూసుకుని డీప్ బ్రీత్ తీసుకుని వదిలేటప్పుడు ఒక శబ్దం చేస్తావే అది మీ మతానికి సంబంధించినదా?" అనడిగింది ఒకరోజు ఫిలిప్పిన్ ఆమె.

"నేను 'ఓం' అని పలుకుతాను. అది మా మతానికి సంబంధించినదే. సృష్టిలో మొట్టమొదటి శబ్దం అది. అయితే అది ఇష్టంలేదంటే 'బీ' చేసే శబ్దాన్ని అనుకరించ వచ్చును." అన్నారు మంగమ్మగారు.

ఆవిడ పార్కులోకి వచ్చేటప్పుడు వెళ్ళేటప్పుడు చకచక నడవడం, సునాయాసంగా పద్మాసనం వేసుకుని కూర్చోవడం గమనించిన చైనా ఆవిడ ఒకరోజు అడిగింది. “మీ వయసు అరవై దాటివుంటుందనుకుంటాను. మీరు చేస్తున్న యోగా వలననేనా మీరు ఈ వయసులోనూ ఆరోగ్యంగా వున్నారు? అనడిగింది.

“నేను చేసేది యోగాసనాలుకావు. ప్రాణాయామం. అది క్రమం తప్పకుండా చేస్తే ఎటువంటి అనారోగ్యం రాదని మా గురువుగారు చెప్పారు.” అన్నారు మంగమ్మగారు.

“రేపటి నుండి మాకూ మీ ప్రాణాయామం నేర్పిస్తావా? విల్ యు బి అవర్ టీచర్?” అన్నారు అందరూ ఒకేసారి.

ఒక క్షణం పాటు మంగమ్మగారికి ఏం చెప్పాలో తెలియలేదు. కాసేపు ఆలోచించి ఇలా అన్నారు. “నేను టీచర్ గా ఎవరికీ ఇది నేర్పించలేదు. మీకు ఇష్టమయితే నేను ఎలా చేస్తున్నానో చూసి మీరూ ప్రాక్టీసు చేయండి. నాకు అభ్యంతరంలేదు. కానీ అందులో నా బాధ్యత అంత వరకే.” అన్నదామె.

మరుసటి రోజునుండి ఏదో స్కూలుకో ఆఫీసుకో వెళ్ళినంత రెగ్యులర్ గా తొమ్మిదింటికల్లా పార్కుకి వెళ్ళి కూర్చుని ప్రాణాయామం చేయడం మొదలెట్టారు మంగమ్మగారు.

కిటికిలోనుండి చూస్తున్న మంగపతిగారు భార్య ఎదురుగా కనీసం ఆరేడు మంది కూర్చుని తాముకూడా ఆవిడలా బ్రీటింగ్ ఎక్సర్ సైజులు చేయడం గమనించి ముక్కున వేలేసుకున్నారు.

ఆవిడ ఒకరోజు రాకపోతే “వి ఆర్ వెయిటింగ్ ఫర్ యు మిసెస్ మంగమ్మా” అంటూ గుమ్మం దాకా వచ్చి చెప్పిపోయారు వాళ్ళు.

“మంగమ్మగారు మాష్టరమ్మ పాత్ర బాగానే పోషిస్తున్నారు” అంటూ హాస్యంగానే అభినందించారు మంగపతిగారు.

“మరి ఛాలెంజి చేశారుగా ‘నలుగురిని ఫ్రెండ్స్ చేసుకుని చూపించు అని.. మంగమ్మగారిని తక్కువగా అంచనా వేయకండి సార్’ అంటూ నవ్వేశారు మంగమ్మగారు.
