పోస్టుచెయ్యని ఉత్తరం

పిడుముది రుక్మిణీదేవి

తల్లి రాసిన నాలుగో ఉత్తరాన్ని అయిదోసారి చదివిన అరుంధతి గట్టిగా నిట్టూర్చింది. వెనక రాసిన నాలుగు ఉత్తరాలకు తను సమాధానం ఇవ్వలేదు. అంటే, ఒక రకంగా తనకు ఇష్టం లేదని స్పష్ట పరుతున్నా మళ్లీ వచ్చిన ఉత్తరాన్ని వెక్కిరింపుగా చూస్తూ కాయితం, కలం తీసింది. "అమ్మ మళ్లీ ఆ ప్రస్తావన తీసుకురాకుండా ఘాటుగా జవాబు రాయాలి" అనుకుంటు.

అయినా ఆ ఉత్తరాన్ని మరోసారి చదవాలని పించి, ఈసడించిన కాయితాన్నే మడత విప్పింది.

'అమ్మా! అరుంధతీ!

ఇప్పటికే నీకు నాలుగు ఉత్తరాలు రాశాను. అవతల వాళ్ళు తొందర పడుతున్నారు. నీ దగ్గర నుంచి ఉత్తరం లేకపోయేసరికి, ఏదో ఒక నిర్ణయం తీసుకోవాలని అనుకుంటున్నారు నాన్నగారు. అయినా ఆడదాన్ని కనుక మరోసారి నాన్నగారికి తెలియకుండా నీకు ఈ ఉత్తరం రాస్తున్నాను. తమ్ముడికి పెళ్లి కాదని, అమ్మ ప్రాధేయపడుతున్నదని అనుకోకు. రక్తసంబంధం కనక మళ్లీ మళ్లీ రాస్తున్నాను. ఇదే నా ఆఖరు ఉత్తరం. నీ నిర్ణయమే దైవ నిర్ణయం.

ఇట్లు,
మీ అమ్మ.'

"అమ్మ! ఎంత పిచ్చిది. ఇంకా తన రోజులే అనుకుంటున్నది. వ్యక్తుల్లో, సంఘంలో వస్తున్న మార్పు గమనించదేం! అయినా విద్యావిహీన అయిన స్త్రీకి వైవాహిక జీవితం ఎంత బాధాకరమో, ఊహించుకోలేదేం!" ఆలోచిస్తూనే కాయితంమీద కలం పెట్టింది ఆరుంధతి.

'అమ్మా!

నువ్వు రాసిన నాలుగు ఉత్తరాలు అందినయ్! నేను ఎందుకు జవాబు రాయలేదో ఈ పాటికి నువ్వు గ్రహించే ఉంటావు. కిరణ్ విషయంలో నా అభిప్రాయాలు వేరు. నీ కూతురు అరుంధతిలా నా బిడ్డ అగచాట్లు పడటానికి వీలులేదు. ఆశ్చర్య పోతున్నావు గదూ? అరుంధతి జీవితంలో ముళ్ళదారి ఏమిటా అని, అందుకే ముళ్ళని నాలోనే ఇముడ్చుకుని, గులాబీల పరిమళాన్నే ఇతరులకు పంచిపెట్టటం నేర్చుకున్నాను.

నా సంసార విషయాలు గత ఇరవై సంవత్సరాల్లోను నువ్వెప్పుడు నన్నడగలేదు. నోరు విప్పి నేనూ చెప్పలేదు. అయినా మనిద్దరం కలుసుకున్నప్పుడు ఇంత స్పష్టంగా మనసు విప్పి చెప్పుకోలేమేమో? అటువంటివాటినే అవసరం అనిపించి ఈనాడు నీకు రాస్తున్నాను. బాల్య వ్యవస్థ దాటకుండానే కన్యధార ఫలితం కోసం నన్ను ఒక అయ్య చేతిలో పెట్టి భారం దించుకున్నావ్! అంతటితో నీ కూతురికి పూల బాట ఏర్పరచానని నువ్వు తృప్తి పడ్డావ్! కానీ, అమ్మా! అక్కడే నువ్వు పొరపాటు చేశావ్! ఆడపిల్ల పెళ్లి చేసి బాధ్యతలకు బానిసను చేసేటప్పుడు, బాధల వలయంలో చిక్కకుండా, బాధ్యతా నిర్వహణలో తల పండించుకునే వయస్సు, మనస్సు పెరిగాయా? లేదా? అన్నది నువ్వు ఆలోచించలేదు. వైవాహిక జీవితమన్నది ఒక శరీరాలకే కాదు. వ్యక్తికి, ఆత్మకు, కుటుంబానికి, సంఘానికి మంచికి చెడ్డకు వారధి లాంటిది. మనం ఆ వంతెన ఉపయోగించుకుని, ఒక వైపునుంచి మరో వైపుకు పురోగమించగలగాలి. అప్పుడే దానికి సార్ధకం. నా విషయంలో నీ నిర్ణయం తొందరపాటుతో కూడింది అనిపిస్తుంది నాకు.

తలకు మించిన ఖర్చైనా భరించి కట్న కానుకలతో ఘనంగా అత్తవారింటికి పంపించావ్ నువ్వు. అత్తగారు నవ్వుతూ, వ్యంగ్యంగా, "మీవాళ్ళు నన్ను ఆలోచించుకోనివ్వలేదు. ఆ యం. ఏ. కాస్త పూర్తి చేసిన తరువాత అయితే ఇంకెంతో కట్నం వచ్చేది. అన్నప్పుడు, "నిజమే! ఏమంటావ్?" అన్నట్లు ఆయన నా వైపు చూసిన చూపు నా మనుగడ ఎంతటిదో తెలియజేస్తుంది గదూ?

ఇది ఇరవై ఏళ్ళనాటి మాటే అయినా జ్ఞాపకం వచ్చినప్పుడల్లా మనస్సు కుంచించుకుపోతూనే వుంటుంది. అప్పుడు ఎందుకు సమాధానం చెప్పలేకపోయానా అని, ఇప్పుడనిపిస్తుంది నాకు. యం. ఏ. చదివిన భర్తకు భార్య కాదగ్గ అర్హత నాకు వున్నదా? అని నన్ను నేను ప్రశ్నించుకుంటుంటాను. ఇంతవరకు సమాధానం దొరకలేదు. సంఘంలో ఒక్కొక్క మెట్టు పైకి వెళ్తున్న స్త్రీ కయినా, పురుషుడికైనా అడుగులో అడుగు వేసుకుంటు వెళ్లగల సహచర్యం అవసరం. నా భర్త నేటి ఈ ఆధునిక సమాజంలో ఒక హోదా, పది మందిలో పలుకుబడి కలిగిన వ్యక్తి అని నీకూ తెలుసు. ఒకసారి ఏదో ఫంక్షన్‌కు తనతో రమ్మంటే ఆరోగ్యం సరిగా లేక రానన్నాను.

"నువ్వు రాకపోతే నలుగుర్లోను బాగుండదు." అన్నారు. అంటే, నలుగురికోసమే నన్ను రమ్మన్నారా?

మరోసారి వారి స్నేహితులు వస్తే, "నా మిసెస్ బి. ఏ." అని నన్ను పరిచయం చేశారు.

అప్పుడు నా పేరు ప్రక్కన ఆ రెండక్షరాలు లేని సంగతి గుర్తు చెయ్యటమేనా ?

అంతేకాదు. ఒక రోజు మే మిద్దరం పెళ్లికి వెళ్దామనుకుంటుంటే, అందమైన నెక్లెస్ తీసుకు వచ్చి నన్ను పెట్టుకురమ్మన్నారు. అంత ఖరీదయిన నెక్లెస్ ఎక్కడదన్నాను. దాంతో రెచ్చిపోయి, "ఏం! ఆ మాత్రం నెక్లెస్ చేయించలేని చవట నను కున్నావా ?" అన్నారు. ఆ క్షణంలో నా అజ్ఞానానికి నేనే సిగ్గుపడి, నిముషంలో పట్టుచీర కట్టుకుని, ఆ నగ పెట్టుకుని సంతోషంగా పెళ్లికి వెళ్లివచ్చాను.

మర్నాడు ఆఫీసుకు వెళ్తూ నెక్లెస్ ఇవ్వ మన్నారు. నేను తెల్లబోయి, "ఎందుకు ?" అని అడిగాను.

"ఎందుకేమిటి ? అది మా ఆఫీసులో పని చేస్తున్న ఆయన భార్యది. ఆవిడా ఉద్యోగం చేస్తున్నది. అందుకే ఇలాంటి వస్తువు చేయించుకో గల్గింది. నువ్వు ఉద్యోగం చేస్తే నీకూ వుండేది." అన్నారు. నేను మాట్లాడలేదు. ఆయన వెళ్లి పోయిన తరువాత, నేను ఆలోచించుకుంటే నామీద నాకే విరక్తి కలిగింది. ఇంటికి వచ్చిన కోడలితో, కట్నం తక్కువ తెచ్చిన నీకన్నా ఎక్కువ తెచ్చే ఫలాన పిల్ల అయ్యుంటే బాగుండేదన్న అత్తగారి మాట, భార్య వెంట లేకుండా వెళ్లటం ఫ్యాషను కాదన్న మావారి అభిప్రాయం, విజ్ఞానం లేకపోయినా తన హోదాకు తగ్గట్టు, భార్య పేరు ప్రక్కన రెండక్షరాలు చేర్చి గొప్పగా చెప్పుకునే ఆయన (తీరని) కోరిక, ఇంట్లో భార్యకు ఒక వ్యక్తిత్వం అనవసరం అనుకున్నా నలుగుర్లోను ఆమెకు ఎన్నో నగలు చేయిస్తున్నట్లు నటించే శ్రీవారి మనస్తత్వం ఇవన్నీ నీకు సిల్లీ విషయాలుగానే వుండవచ్చు. ఒక్కొక్క సంఘటనా నా మనసును తూట్లు పొడుస్తుంటే, "మా అమ్మాయికి ఘనంగా కట్నం ఇచ్చాము. అల్లుడు ఆఫీసరు. భార్యని పూలల్లో నడిపిస్తున్నాడు." అని నువ్వు ఘనంగా అందరికి చెబుతు తృప్తి పడుతుంటే, "ఇదీ, నీ కూతురు గులాబీల జీవితం" అని ఆనాడు చెప్పలేక, చెప్పి నిన్ను బాధ పెట్టటం ఇష్టంలేక, నాలోనే ఇముడ్చు కున్నాను. ఒక రకంగా చెప్పాలంటే, బామ్మ చెప్పిన పతివ్రతల కథలు, తాతయ్య చెప్పిన పెద్దబాలశిక్ష, నన్ను అసమర్థురాలిగా చేసినయ్యేమో అనిపిస్తుంది. నా జీవితం ఆశా, వైరక్త్యం, విరాగ సంగమమేమో అనుకుంటాను. ఈ సంగమంలో రెండు ప్రవాహాలు, జీవిత సాగరంలో కలిసిపోయినయ్ ! ఇక మిగిలివున్న ఆశాకిరణం నా కిరణ్మయి. నేను పొందలేనివి, సాధించలేనివి, నా బిడ్డద్వారా సాధిస్తాను. నా కూతుర్ని గొప్ప విద్యావేత్తను చేస్తాను. జీవితంలో ఒకరికి తల ఒగ్గకుండా బ్రతకగల స్థానంలో నిలబెడతాను. భీరువులా, పిరికిగా, పరిస్థితులకు బానిస కాకుండా వుండగలిగిన వ్యక్తిత్వం పెంపొందిస్తాను. నా బాట (ముళ్ళు) ప్రక్కన మరో కొత్త బాట ఏర్పరచి ప్రక్కన వుండి నేను నడిపిస్తా. ఒక్కమాటలో చెప్పాలంటే నువ్వు చేసిన తెలివి తక్కువ పని నేను చెయ్యను. వివాహం జీవితంలో ఒక భాగమేకాని, వివాహబంధంతో జీవిత గమనాన్ని బంధించకూడదని నా అభిప్రాయం.

దడదడా తలుపుకొట్టిన చప్పుడై కాయితం, కలం క్రింద పెట్టి వెళ్ళి తలుపు తీసింది అరుంధతి.

ఎదురుగా ఇరవై వసంతాలు నిండబోతున్న పూర్ణ యౌవ్వని. అయిదడుగుల ఎత్తు. ఎత్తుకు తగ్గ లావు, బంగారుఛాయ, కొనదేలిన నాసిక, కోర్కెల సంకేతాలను తెల్పే నయనాలు, బుగ్గ కిందుగా, గడ్డం పైగా పెసరబద్దంత పుట్టుమచ్చ. తన ఆశల హరివిల్లు, ఏకైక వారసురాలు, కిరణ్మయి.

రెప్పవాల్చకుండా తనవైపే చూస్తున్న తల్లితో, "ఏమిటమ్మా! అలా చూస్తావు. నేను... కిరణ్ ని. కాలేజినుంచి వచ్చాను. ఈవాళ ఆఖరు పరీక్షకదూ ? చాలా బాగా రాశాను. క్లాసు వస్తుంది. ఎందుకలా చూస్తున్నావ్. ఒళ్ళంతా చెమట పట్టిందేం ! కళ్ళు ఎర్రగా వున్నాయేమిటి? రామ్మా ! కాఫీ కలపవూ ?" అంటూ లోపలకు వెళ్ళింది.

యాంత్రికంగా అక్కడే వున్న సోఫాలో జార్లపడ్డ అరుంధతి కాలికేదో తగలటంతో, తీసిచూసి ఆశ్చర్యపోయింది.

నిజమే ! క్షణం క్రితం తను చూసిన అందమంతా నిరుపయోగమేనా ? తన ఆశలకు, ఆలోచనలకు కిరణ్ జీవితం ఎరపెట్టాలా ? ఏ అనుబంధాలు లేని ఒంటరి జీవితానికి గమ్యమెక్కడ? అణిగిపోయిన కోర్కెలు, మాసిపోయిన మచ్చ, చెరగని అనుభవాలు తనకున్నాయి. కానీ, కిరణ్మయి... పెద్ద పెద్ద చదువులు చదివిస్తాను. గొప్ప ఉద్యోగం, తరగని డబ్బు, ఆంక్షలులేని జీవితం, స్వతంత్ర భావాలు బహిరంగపర్చగల ఆత్మస్థైర్యం అన్నీ కల్గిస్తాను. కానీ ... కానీ ... ఏనాటికైనా ఆమె జీవితం అసంపూర్ణంగా మిగులుతుందేమో ? అప్పుడు తన కిరణ్మయి తననే దోషిగా నిలబెడుతుందేమో ? తనకు తీరని కోరికలు తన బిడ్డ ద్వారా తను తీర్చుకోవాలనుకుంటున్నది. మరి ఆ అవకాశం తన కూతురికి ఏది ?

ప్రతి జీవికి కోర్కెలు సహజం. అందినదానికి తృప్తిపడే నైజం మనసుకు లేదు. ఎండమావుల్లాంటి కోరికలు ఎప్పుడూ వెంటాడుతూనే వుంటాయి. మన ఆశలు నెరవేర్చుకోటానికి, మన ఆశయాలు ఫలింప చేసుకోటానికి మరొకరి జీవితం పణంగా పెట్టే హక్కు తనకు లేదు ... లేదు. చేతిలో వుత్తరం చెత్తబుట్టలో వేసి, పక్కనున్న ఫోటో చేతిలోకి తీసుకుని, ఈ నిర్ణయమే సరైంది కిరణ్ ... అనుకుంటూ, ఒక నిశ్చయానికి వచ్చి లోపలకు వెళ్ళింది అరుంధతి.

పనిగంటలను
బాతాఖానీతో తినకండి
అదే క్రమశిక్షణ

డాక్టర్ సలహాలు

పి. ఆర్. వడ్డమాను

నా వయస్సు 21 సం.లు. నాకు కాన్పు అయి 3 మాసములు అయినది. కాన్పు అయిన దగ్గర నుండి అపానవాయువు ఎక్కువగా వచ్చుచున్నది. ఇందుకు ఏదైనా సలహా యివ్వవలసిందిగా కోరుచున్నాను.

★ కాన్పు అవటానికీ, అపానవాయువు ఎక్కువ అవటానికి పెద్దగా సంబంధంలేదు. ఒకవేళ గర్భసంచి సరిగా ముడుచుకోకపోయినా, జీర్ణాశయంలోని పెద్ద ప్రేవులు తమ సాధారణ క్రియాశక్తి కోల్పోయినా యిలా జరగవచ్చును. ఆహారం విషయంలో మీరు తగిన జాగ్రత్తలు ప్రసవించిన తర్వాత తీసుకోకపోవడంవల్ల కూడా సంభవించవచ్చును.

దుంపకూరలు, కాకర – గుమ్మడి మొదలయినవి మీరు ఆహారంలో తగ్గించి, కొద్దిగా శరీర వ్యాయామం (మామూలు ఇంటి పనులు చేయటం మంచిది.)

ఎ. ఎమ్. ఆర్. విజయనగరము

నా వయస్సు 20 సం.లు. కొంతకాలము నుండి నా తలపై జుట్టు వూడిపోవుచున్నది. ఎందువలన ? ఒకసారి వూడిపోయిన జుట్టు తిరిగి వస్తుందా ?

జుట్టు వూడిపోవటానికి ప్రత్యేకంగా ఒకటంటూ కారణంలేదు. కొన్ని సందర్భాలలో జుట్టు వూడిపోతుందనిమాత్రం అర్థంచేసుకొన్నాం. అంత వరకు మాత్రమే ప్రస్తుత విజ్ఞానపరిధి పరిమితమై ఉన్నది. తలమీది వెంట్రుకలకు నెత్తురు సరఫరా సరిగా లేనప్పుడు, కొన్ని ముఖ్య అమైనోయాసిడ్లు ఆహారంలో లోపించినప్పుడు, కొన్ని రోగాలు (ఉదాహరణకు – టైఫాయిడ్) వచ్చిన తర్వాత, అని మరికొన్ని ముఖ్య కారణాలు మాత్రం తెలుసు గాని, అవి ఎందుకు జుట్టును వూడేలా చేస్తాయా అనేది, ప్రస్ఫుటంగా తెలియదు. అయితే ఒకసారి వూడిపోతే తిరిగి అదేచోట వెంట్రుకలు రావనటానికి ఆస్కారంలేదు. జుట్టు పెరుగుతుందని నూనెలు ఎన్ని మార్చి వాడినా ఫలితంలేదు.

ఆర్. పి. ఆర్. కర్నూలు

నాకు కడుపులో ఎక్కువగా శబ్దములు వస్తుంటాయి. నా వయస్సు 20 సం.లు. కడుపు ఎప్పుడూ బిర్రుగా వుంటుంది. ఎందువలన ఈ విధముగా వుంటుంది ? నివారించుటకు ఏమి చేయవలెను.

★ కడుపులో నుంచి శబ్దాలు రావటం ఎక్కువగా, ఆహార పదార్థములు – జీర్ణకోశంలోని, ఆమ్లములు, ఎంజైములు మొదలయిన వాటితో కలిసిన సమయంలో, ఏర్పడే రసాయనిక చర్యలవల్ల, కొన్ని వాయువులు ఏర్పడి, అవి ఎక్కువ అవటం వల్ల కడుపు బిర్రుగా వుండటం, తర్వాత కడుపు నొప్పి, ఎక్కువగా వాయువు పోవటం లేక త్రేనుపులు రావటం.