రేవడి

మరాఠీ మూలం: శరణ్ కుమార్ లింబాలే

తెలుగు సేత: ఎండ్లూరి సుధాకర్

యూనివర్శిటీ గేటు ముందు నేను నిలుచున్నాను. ప్రతి రోజూ రజని ఇదే సమయానికి వస్తుంది. ఈ పాటికి రావాలి. కానీ ఆమె వస్తున్న జాడ కనబడడం లేదు. ఇంకొక గంటలో ఈ నగరం విడిచి పెట్టాలి. సామాన్లన్నీ సర్ది పెట్టుకున్నాను. కిటికీ పక్కన కూర్చోడానికి సీటు కూడా రిజర్వు చేసుకున్నాను. రజనీని విడిచిపెట్టి వారమంతా బయట వుండాలి. కానీ వెళ్ళక తప్పదు. దీపావళి ప్రత్యేక సంచిక కోసం కథ రాయాలి. బహుశా రజని ఆఫీసు ఇంకా మూయలేదు కాబోలు! లేదా కొలీగ్స్‌తో మాటల్లోపడి కబుర్లలో మునిగిపోలేదు కదా! నిజానికి ఈ వేళకి తను వచ్చేయాలి. నిరీక్షించడమంటే ఖాళీ మనసులో జ్వర కెరటం ఎగిసిపడటం లాంటిది. రజని మాటల్లోనైతే దుర్భరమైన అసహనం. చికాకు పెడుతున్న ఎండలాగా అసహనం మనసునిండా ఆవరించింది. పిలవడానికి ఒక మబ్బు కూడా చుట్టుపక్కల కనిపించడం లేదు. రజని అందమంటే నాకు పిచ్చెక్కిపోతుంది.

నేను మా డిపార్టుమెంటులో పేరు పొందిన స్కాలర్‌ని. నాకు కేంద్ర ప్రభుత్వం నుంచి ప్రత్యేకమైన ఉపకార వేతనం కూడా లభిస్తుంది. ప్రసిద్ధ దినవార పత్రికల్లో నా రచనలు అచ్చవుతూ వుంటాయి. అన్నింటినీ ఉపేక్షించే నా బుద్ధిమీదా నా మేధావి స్వభావం మీదా రజని ప్రాణం పెట్టేది. మనసు పొదుల్లోంచి ఒకరి కోసం ఒకరం వికసించినట్లుగా వుంటాం.

నేను వెళ్ళిపోవలసిన సమయం దగ్గరపడుతోంది.

ఆమె ఇంకా రావడం లేదు.

ఆమెను తీసుకొచ్చే దారినంతా కళ్ళనిండా పరచుకున్నాను. ఒక్కోసారి ఈ రోడ్డు మీద చెప్పలేనంత కోపం వుడుతుంది. మరోసారి రజని చేయిని చుంబించినట్లే ఈ రోడ్డుని ముద్దాడాలనిపిస్తుంది. కాసేపు దారంతా నిండుగా కనిపించి కళ్ళల్లో శూన్యాన్ని నింపి వెలుతుంది. కానీ అందులో రజని మాత్రం లేదు. కళ్ళల్లో లెక్కించలేనన్ని మబ్బులు కమ్ముకుంటాయి. పెదవులు చింతిల్లుతూ వుంటాయి.

రజనీ! నువ్వంటే ఎంత పడి చస్తానో తెలుసా నువ్వు లేకపోతే నేను లేను. నా కళ్ళు నీలోని లోలోతుల దాకా వ్యాపించాయి.

రజని కోసం ఒక సందేశం విడిచి నేను వెనక్కి వెళ్ళిపోవాల్సి వచ్చింది.

బహుశా నాకు వీడ్కోలు ఇవ్వడానికి తప్పకుండా బస్టాండు కొస్తుంది.

నేను రేపటి కల్లా మా నాన్నను కలుసుకోవాలి. ఆ తరువాత ఊళ్ళో వున్న మా తాతను కలవాలి. ఇప్పటికీ సమస్త ప్రపంచానికి దూరంగావున్న మా ముత్తాత సాక్షాత్కారం గురించి రాయాలి.

నేను బస్సు నించి దిగాను. వినయ్ నన్ను రిసీవ్ చేసుకోడానికి వచ్చాడు. వినయ్ నా తమ్ముడు. ఇంజనీరింగ్ చదువుతున్నాడు. శశి నా అక్క. లెక్చరర్. వచ్చే నెల ఆమె పెళ్ళి. ఆమె కాబోయే భర్త అదే కళాశాలలో లెక్చరర్. అతడు మరాఠా జాతికి చెందినవాడు. వాళ్ళిద్దరూ రిజిస్టర్డ్ మ్యారేజి చేసుకోబోతున్నారు.

మా నాన్న ఓ బ్యాంకు అధికారి.

మా అమ్మ ఓ సాధారణ గృహిణి.

దారిపొడుగునా గోడలన్నీ రంగు రాతలతో నిండిపోయాయి. 'ఛలో ముంబాయి' నామాంతర వివాదాలతోనూ, నినాదాలతోనూ దళిత పేంథర్ల ఊరేగింపు మా యూనివర్సిటీ వాతావరణం కూడా ఉద్రిక్తంగా వుంది. వినయ్ కూడా అంటున్నాడు-ఆ ఉద్యమంలోకి తను కూడా వెళ్తానని.

మా బంగళా వచ్చేసింది. ఇద్దరం రిక్షా దిగిపోయాం. అమ్మా నాన్నలిద్దరూ తలుపు దగ్గర నిలుచున్నారు. అమ్మ రంగు నాన్నకంటే ఎంతో తెల్లగా వుంటుంది. ఆమె జాతిరీత్యా బ్రాహ్మిన్.

నాన్నేమో ముందు మహర్. ఇప్పుడు బౌద్ధుడిగా మారాడు.

ఇంట్లోకి ప్రవేశించగానే గౌతమబుద్ధుడి చిత్రపటం కనిపిస్తుంది. నాకైతే ఆ బొమ్మ మా నాన్న అస్పృశ్యకులాన్ని వేలాడదీసే అద్భుతమైన వాల్‌పోస్టర్‌లా వుంటుంది.

అమ్మా! నాన్న! ఇద్దరివీ రెండు భిన్న సంస్కృతులు. మేం పిల్లలమేమో అచ్చం అమ్మలాగే ఎర్రగా బుర్రగా వుంటాం. సరిగ్గా నాన్న లాగా బలిష్ఠంగా కనబడతాం. మాకు అమ్మరంగూ నాన్న దేహమూ వచ్చాయి.

మేము మా అమ్మ బంధువుల ఇళ్ళకు వెళ్ళినపుడు అక్కడి వాతావరణం వేరే విధంగా వుంటుంది. అలాగే మా నాన్నవైపు బంధువుల కొంపలకు పోతే అదొక వేరే ప్రపంచంగా కనిపించేది.

ఆ రోజు దళిత పాంథర్ల కార్యకర్తలు మా ఇంటికొచ్చారు.

ఊరేగింపు కోసం ఆర్థిక సహాయం కోరడానికి నాన్న దగ్గరికొచ్చారు. ఆ కార్యకర్తల ముక్కు మొహమూ-మా నాన్నగారి రూపు రేఖలు ఒకేలా వున్నాయి. కార్యకర్తల మొహాలకూ నాన్నగారి ముఖానికీ మధ్య పెద్ద తేడా కనబడ్డం లేదు. కానీ నేనూ, వినయ్, శశీ, అమ్మా ఈ గుంపు కంటే భిన్నంగా కనబడతాం. వాళ్ళ చర్చలూ, ప్రశ్నలూ నేను కొద్ది కొద్దిగా అర్థం చేసుకుంటున్నాను.

అమ్మ అందరికీ 'టీ' ఇచ్చింది.

అదే మా అమ్మ వాళ్ళ ఇంట్లోనైతే ఈ కార్యకర్తల్ని అసలులోనికే రానిచ్చేవాళ్ళు కాదు.

'మా' వినయ్ 'మీ' ఊరేగింపులోకి వస్తున్నాడు-అని నాన్న 'మా' 'మీ' పదాల్ని నొక్కి చెబుతున్నాడు. ఒక కార్యకర్త బ్రాహ్మణుల మీద నిప్పులు కక్కుతున్నాడు. అతనలా మాట్లాడుతుంటే నాకేమీ అనిపించడం లేదు. నేను మెల్లగా అమ్మవైపు చూశాను. ఆమె ముఖంలో ఏ భావమూ కనిపించటం లేదు. బహుశా అలాంటి మాటలు వినడం ఆమెకు అలవాటయింది కాబోలు-

మా నాన్న కార్యకర్తల్ని సముదాయిస్తున్నాడు-

"బాబా సాహెబ్‌కు బ్రాహ్మణులంటే విరోధం లేదు. ఆయన విభేదమంతా బ్రాహ్మణవాదం మీదే!"

ఎన్నో సంవత్సరాలుగా బాబాసాహెబ్‌కు సంబంధించిన ఈ వాక్యాలు ఆయనకు కంఠస్థమయ్యాయి.

కాసేపటికి కార్యకర్తలు వెళ్ళిపోయారు. ఎంగిలి కప్పులు తీయడానికి చప్రాసి కాంబ్లే వచ్చాడు. అమ్మ అతడికి పని అప్పచెప్పింది.

కాంబ్లే మొహం, నాన్న మొహం, పాంథర్స్ కార్యకర్తల మొహాలు కడకి నా మొహం గుర్తుకొచ్చాయి.

పరిస్థితులు మాకు వేరు వేరు ముఖాల నిచ్చాయి.

నేను నా ముఖ భారాన్ని మోస్తూ వున్నాను. అలాగే అమ్మ కూడా.

నాకు రజని ముఖం చప్పన గుర్తొచ్చింది.

నా మనో చేతన నిద్ర లేచింది.

మేమిద్దరం తరచూ కలుసుకునే సంకేత స్థలానికి చేరుకున్నాను. గులాబీ పువ్వులాంటి మెత్తని ఆమె చేతిని నా చేతిలోకి తీసుకున్నాను. ఆమె బుగ్గల్నీ కోమలమైన పెదవుల్నీ మెరుపులా చుంబించాను.

ఆమె నా దంతక్షతాల్ని గుర్తుచేసింది.

నేను కూడా తనని గుర్తుచేసాను.

ఆమె జ్ఞాపకాలతో-నా చేతిమీదున్న గిచ్చిన గోరు గుర్తుల్ని లెక్కపెట్టుకున్నాను.

ఆమె స్మృతుల్లో విచలితుణ్ణయ్యాను. డైరీ తీసి అందులో యిలా రాసుకున్నాను-

"ఎంత మరచి పోదామన్నా
మరువలేను ప్రియా!
నీ రమణీయ రూపాన్ని
నువ్వు లేకుండా
భరించలేను ఈ అసహనాన్ని
అమూల్యంగా పరిచయ మయ్యావు
ఇలా జీవించడానికైనా
కడకు మరణించడానికైనా!!!"

డైరీలోంచి ఫోటో తీసి కళ్ళనిండా నింపుకున్నాను. ఫోటోను ముద్దుపెట్టుకున్నాను.

రజని నాలోని కణ కణంలోనూ కదలాడుతుంది. నా ఊహలన్నీ తనతో కలిసిపోయాయి.

వినయ్ నాన్నతో కలిసి నామాంతర వుద్యమాన్ని గురించి చర్చిస్తున్నాడు. ఆ తర్వాత నేనూ వినయ్ తాతయ్య ఊరు చేరుకున్నాం.

మొదటిసారి మేము ఆ ఊరు వెళ్తున్నాం.

ఈ ఊరుతో మాకు నామమాత్ర సంబంధమే వుంది. అప్పుడప్పుడూ తాతయ్యే తన మొహం చూపించడానికి మా దగ్గరకి వచ్చేవాడు. ఒకటీ రెండు పూటలు వుండి వెళ్ళిపోయేవాడు.

చూపానక రెప్పలల్లార్చుతూ మా వైపు చూసేవాడు. తన కొడుకుతో ఎంతో వినమ్రంగానూ, భయంగానూ మాట్లాడేవాడు.

నాకు ఆయన మీద జాలి పుట్టేది.

మా అమ్మగారి నాన్నయితే కుందేలులా మసలేవాడు. ఎప్పుడూ ఏదో శ్లోకాలు గొణుక్కుంటూ వుండేవాడు. మా ఇంటికొచ్చినా కూడా అంటూ గింటూ పాటించేవాడు.

ఆయన రాక మాకెంతో సంతోషాన్ని కలిగించేది.

మంచి రూపం రంగూ వుంటే అపరిచితులైనా వాళ్ళతో మాట్లాడ్డం బావుంటుంది. ఒకవేళ బంధువులైనా వికారంగా కురూపంగా వుంటే వాళ్ళతో మాట్లాడటానికి బాగనిపించదు.

అమ్మ వాళ్ళ నాన్న పేరు రామ్. నాన్న వాళ్ళ తండ్రి పేరు ఘోండిబా. పేర్లల్లో కూడా ఎంత భిన్నత్వం?! నాన్నకు ఇంతకు ముందున్న పేరు దగడయ్య. ఆ తర్వాత ఆయన పేరు మార్చుకున్నారు.

ఇప్పుడాయన పేరు కమల కిశోర్.

నాన్నకు తన మొదటి పేరంటే చాలా సిగ్గు.

ఇప్పుడు సవర్ణులకు కూడా అంబేద్కర్ పేరంటే నామోషీగా వుంటుంది. అందుకే వాళ్ళు నామాంతర ఉద్యమాన్ని వ్యతిరేకిస్తున్నారు.

ఒకవేళ మరత్వాడా విశ్వవిద్యాలయానికి డాక్టర్ బాబాసాహెబ్ అంబేద్కర్ పేరు పెడితే ఎంత అవమానం?

రేపు తాము తీసుకోబోయే స్నాతకోత్తర పత్రాలమీద, పట్టాలమీద ఒక మహర్ పేరు వుండటం ఎంత సిగ్గుచేటు. ఇలా జరగటం సవర్ణులకు ససేమిరా ఇష్టం వుండదు.

మా తాతయ్య నెవరూ ఆదరుగా పిలవరు.

పెద్ద కులపోళ్ళ పిల్లలూ పెద్దలూ అందరూ 'ఒరే! మహర్ ఘోండ్యా!' అనే పిలుస్తారు.

అది నాకు చాలా అవమానంగా అనిపించేది.

మా కట్టుబాటూ తీరూ తెన్నూ చూసి మాతో చాలా ఆత్మీయంగా మాట్లాడతారు. మేము ఎక్కడికెళ్ళాలో తెలుసుకున్నాక మాత్రం కంగుతిని దూరం నుంచే మహర్‌వాడ చూపిస్తారు. తాతయ్య ఇంట్లో డాక్టర్ అంబేద్కర్ ఫోటో వుంటుంది. దాంతోపాటు అంబాబాయి బొమ్మ గూడు కూడా వుంటుంది. తాతయ్య ఆ రెంటినీ పూజించేవాడు. "మాకు మా బాబాసాహెబ్ మీద భక్తి వుంది. అలాగే అమ్మవారి మీద కూడా వుంది. మాకు ఈ ఇద్దరూ దేవతలు"

వినయ్, తాతయ్యతో చర్చకు దిగేవాడు.

కాసేపయ్యాక మేము పొలం గట్టుకు చేరుకున్నాం! ఈ భూమి కొనుక్కోడానికి తాతయ్యకు నాన్న సహాయం చేశాడు. నాన్నకో తమ్ముడు కూడా వున్నాడు. అతడే ఈ పొలాల్ని సాగుచేసుకుంటున్నాడు. వయసులో నాన్నకంటే చిన్నవాడే అయినప్పటికీ ఎంతో ముసలాడిగా కనిపించేవాడు. ఆయన పేరు కచరయ్య. రేపు మా చిన్నయ్య వెంటే మేము మా ముత్తాతను చూడడానికి ఆయన ఊరెళ్ళాలి.

మా ముత్తాత పేరు మరియప్ప. మా ముత్తవ్వ పేరు సట్‌బాయి.

నాకు ఎందుకో హఠాత్తుగా మా అమ్మ తరుపు వాళ్ళ పేర్లు గుర్తొచ్చాయి. మమతి, కుసుమ, అనఘ, అస్మిత్, అమోల్, ప్రకాష్

ఈ లోపు చటుక్కున రజని పేరు మతికొచ్చింది. నేనిక్కడికి బయలుదేరి వస్తున్నప్పుడు రజనిని కలవలేకపోయాను.

మేము రెండో రోజు మా ముత్తాత ఊరికి చేరుకున్నాం. మా ముత్తాత మరియప్ప కర్ర ఆసరాతో నడుస్తున్నాడు. ఆయన ముందు నలుగురయిదుగురు బలిష్టులైన మహర్లు చచ్చిన గొడ్డును దిటవుగా మోసుకెళుతున్నారు.

నాకు అసహ్యం వేసింది.

కుక్కలు వాళ్ళ మీద ఎగబడి మొరుగుతున్నాయి. చిన్నాయన మా గురించి ముత్తాతకు చెప్పాడు. ఆయన వంచిన తల ఎత్తి మా తట్టు చూశాడు. ఏదో గొణిగాడు. బహుశా చిన్నాయనకి ఆ గొణుగుడు అర్థమయ్యిందేమో! ఆయనకు చచ్చిన గొడ్డు తొలూకు తోలూ కొద్దిగా దాని మాంసం కావాలట-ఇంటికి తీసుకెళ్ళి ముత్తవ్వకు ఇవ్వడానికి.

మేము ముత్తవ్వ గుడిసెకు చేరుకున్నాం. ఆమె గుడిసె ముందే కూర్చునుంది. చిన్నాయన మా గురించి ఆమెకు చెప్పాడు. ఆమె మావైపు అలా చూస్తుండిపోయింది.

"ఇదుత్త బొంకురా! వీళ్ళు మనోళ్ళు కాదు! ఏ లింగాయతులో!

బేమ్మల్లో అయ్యుంటారు. ఇయ్యి మన గింజలు కావు. తప్పదు కూతలు కూయమోకురా!" అని కసురుకుంది.

అప్పుడు నేను అనుకున్నాను. ఇక్కడి నుంచి మానెళ్ళు పెళ్ళగించేసుకున్నామని-

ఈ రోజే మేము మా అమ్మమ్మ వాళ్ళ ఇంటికెళ్ళాలి. అక్కడ సత్యనారాయణ వ్రతముంది.

సాయంకాలానికల్లా నాన్న నేరుగా ఆఫీసు నుంచి అక్కడికి చేరుకుంటాడు. శశి కూడా అక్కడే కలుస్తానంది. అమ్మ తాలూకు ఇతర బంధుజనమంతా తరలి వస్తున్నారు. అందరూ ఒకరినొకరు కలుసుకుంటారు. బోలెడు కబుర్లు చెప్పకుంటారు. ఇలా కాకపోతే మేమందరం కలుసుకునే వీలులేదు. ఏదో కార్యక్రమం పెట్టుకుని అందరం అక్కడే కలుస్తూ వుంటాం.

అందుకే సత్యనారాయణ వ్రతం మీద నాకెలాంటి అభ్యంతరం ఉండేది కాదు. మొదట్లో నాన్నకు ఇలాంటి విషయాల మీద ఆసక్తి ఉండేది కాదు. ఈ మధ్య మాత్రం వాటి మీద ఉత్సాహం చూపిస్తున్నాడు. ఆ రాత్రి శశి పెళ్ళి ప్రస్తావన వచ్చింది. అమ్మ మాత్రం ఈ పెళ్ళికి ఒప్పుకోలేదు. "మేం కులాంతర వివాహం చేసుకుని నానా అగచాట్లూ పడ్డాం! మళ్ళీ నువ్వెందుకు ఆ నిప్పుల్లోకి దూకుతావ్. నీ భవిష్యత్తుకు మంచిది కాదు" అంది. నాకు రజని జ్ఞాపకానికొచ్చింది. ఆమె కులం గుర్తుకొచ్చింది. ఈలోపు సత్యనారాయణవ్రతం పూర్తయింది. భోజనాలు కూడా ముగిశాయి. అందరూ పిచ్చాపాటి మాట్లాడుకుంటున్నారు. అక్కడి మాటలు వేడెక్కిపోయాయి.

మరత్వాడా యూనివర్సిటీ పేరు మార్పు ఉద్యమాన్ని తీవ్రంగా వ్యతిరేకిస్తూ ఎవరో వినయ్‌తో ఘాటుగా చర్చిస్తున్నారు. నాన్న కూడా వినయ్‌కు తోడుగా నిలిచాడు. వాతావరణం ఉద్రిక్తంగా తయారవుతోంది.

"భారత రాజ్యాంగ నిర్మాత పేరు మీకు అపవిత్రంగా కనబడుతోందా? ఒకవేళ సంజయ్‌గాంధీ పేరు పెడితే మీరు ఇలాగే వ్యతిరేకిస్తారా?" అని నాన్న అడుగుతున్నాడు.

"మీకు ఈ మధ్య టెక్కు తెగ పెరిగి పోయింది"- అంటూ అమ్మ తరుపు మేనమామొకడు అగ్నికి ఆజ్యం పోశాడు. నాన్నే చిన్నన లేచి అక్కడి నుంచి వెళ్ళిపోయాడు.

వినయ్ గొంతు చించుకుని అరుస్తున్నాడు.

అమ్మ వాళ్ళ మేనమామ ముందుకు దూసుకొచ్చాడు. ఆయన శరీరం కోపంతో ఊగిపోతోంది.

"ఒరేయ్! వివ్యా! ఇంకా మీ వాల్కలమీద మాంగ్ మహర్ల మాటలు శోభించవని తెలుసుకో!" అన్నాడు.

"ఆ! నేను మహర్ని! మహర్‌నీ!"

"ఒరేయ్! మా ధర్మశాస్త్రం ప్రకారం మహర్లను ఈ గడపలోకి రానివ్వకూడదు. నువ్వు పొగరుగా మాట్లాడటానికి వీల్లేదు"

"నేను మీ ధర్మ శాస్త్రాన్ని కట్టగట్టి తగలేస్తాను"

చూస్తుండగానే వినయ్ సత్యనారాయణవ్రతం పూజ సామగ్రి మంతా చిందరవందర చేశాడు. నేను వాణ్ణి ఆపాను.

అందరూ అమ్మ మేనమామ వైపే మొగ్గు చూపారు. ఆయన గొంతు చించుకుని కేకలేస్తున్నాడు-

"వీడు మన బీజం కాదు. అందుకే ఇలా ప్రవర్తిస్తున్నాడు"

"ఈ జాతి ఏనాటికీ బాగుపడదు" వినయ్ అరుస్తూ కేకలేస్తూ విసురుగా బయటికెళ్ళిపోయాడు. ఆ తరువాత నేను కూడా బయటికొచ్చేశాను. శశీ, అమ్మా మాత్రం కూర్చుండిపోయారు.

* * *

నేనూ-రజనీ

చేతుల్లో బీరు గ్లాసులు

చుట్టుపక్కల మత్తుగొలిపే వాతావరణం

అక్కడ ఇంకో టేబుల్ మీద కూర్చున్న కుర్రాడొకడు అప్పడప్పుడూ దొంగచాటుగా మావైపే చూస్తున్నాడు.

మేము మా గుసగుసల్లో మునిగిపోయాం. రజని దేహం మధువుతో నిండిపోయినట్లుంది.

"ఇక నాకు చాలు"

రజని తన సగం గ్లాసు నా వైపుకు జరిపింది.

"నీతో ఒక ముఖ్యమైన విషయం మాట్లాడాలి"

"ఊ! మాట్లాడు"

"అదే! మన రిలేషన్ గురించి"

"ఆ! ఇంకా ఏం మాట్లాడాలి"

"అదే! మన పెళ్ళి గురించి"

"సారీ!"

"ఎందుకు?"

"నీకు తెలుసుగా, మా నాన్న పాత తరం భావాల మనిషని"

"అయితే ఏం? మా అమ్మది మీ కులమేగా?"

"కానీ మీ నాన్నది?"

"నాకేం అర్థం కావటం లేదు"

"నాకు మత్తుగా వుంది"

"సరే! మంచిది మరి. వెళ్దాం పద"

బీరుగ్లాసులూ...శూన్యంగా కాలుతున్న సిగిరెట్లూ...అలంకరించిన టేబుల్...సమ్మోహిత వాతావరణం... తాగేవాళ్ళూ... తినేవాళ్ళూ... వెయిటర్... రజనీ... నేనూ... మెల్లగా ఇద్దరం బయటపడ్డాం!

"నీ చివరి ఉద్దేశ్యం అదేనా?"

"మాటి మాటికీ ఈ విషయం మీద ఏం మాట్లాడాలి?"

మిగతా 13వ పేజీలో

మనసు వైద్యం

ఏ వయసు అందం ఆ వయసుది

"కాలేజీ అమ్మాయిలతో కూర్చుని కాలేజీ ముచ్చట్లు చెబుతుంది. తను కాలేజీలో చదివేటప్పుడు సంఘటనల్నీ చిల్వలుపలవలు చేస్తూ చెప్తూ గలగలా నవ్వేస్తుంది.

పెళ్ళిళ్ళకు పేరంటాలకు వెడితే తన వయసు మహిళలతో కాకుండా టీనేజర్స్ మధ్యలో చేరి బాతాఖానీ కొడుతుంది. మాకు ఇద్దరు పిల్లలు. అంటే ఇద్దరు పిల్లల తల్లి, పెళ్ళై పన్నెండు సంవత్సరాలైన స్త్రీ ఒక టీనేజర్‌లా ప్రవర్తిస్తుందీ అంటే ఆమె భర్తగా నా పరిస్థితి ఎలా వుంటుందో ఊహించుకోండి."

'మిస్టర్ ఆనందరావు' ఆమె మిగతా విషయాలలో ఎలా ప్రవర్తిస్తుంది?

"షీ ఈజ్ క్వయిట్ నార్మల్ ఎక్సెప్ట్ దట్ పర్టిక్యులర్ బిహేవియర్. పిల్లల్ని బాగా చూసుకొంటుంది. వంటా-వార్పూలో ఎక్స్‌పర్ట్. ఇల్లు నీట్‌గా వుంచడం వగైరా పనులన్నింటిలోను ఓ.కె. మరో విషయం ఇది ఇలా చెప్పవచ్చో లేదో... సందేహిస్తూ ఆగాడు.

"నిస్సందేహంగా చెప్పండి. కేస్ స్టడీకి పనికిరావచ్చు. కౌన్సిలింగ్‌లో రహస్యాలు దాచిపెడితే మీకే ఇబ్బంది" అన్నాను.

అంతగా దాచిపెట్టాల్సిన రహస్యం కాదుగానీ నన్ను మీరు మరోలా భావిస్తారేమో అని అలా అన్నాను.

నా భార్య వయసు 35 సంవత్సరాలు. ఇద్దరు పిల్లల తల్లి. పెళ్ళై పన్నెండేళ్ళు అయినా ఆమె చేష్టలకే కాదు చూపులకూ అంత వయసు వున్నదానిలా అనిపించదు. గుడ్ ఫిగర్. స్మార్ట్‌గా వుంటుంది. అలాగని మరీ టీనేజర్‌లా కనిపించదనుకోండి. బట్ పాతికేళ్ళ యువతిలా వుంటుంది" నవ్వీనవ్వనట్టుగా నవ్వుతూ చెప్పాడు.

"మీ మారిటల్ రిలేషన్..." "క్వయిట్ హ్యాపీ" నా ప్రశ్న పూర్తవకముందే జవాబిచ్చాడు ఆనందరావు.

ఆమె బిహేవియర్ మొదటి నుంచీ ఇలా... మీరు పెళ్ళి చేసుకున్నప్పటి నుంచీ అంతేనా లేక...

పెళ్ళైనప్పటి నుంచీ గమనిస్తున్నాను. అంతేసార్. అయితే మంచి చలాకీ అయిన భార్య దొరికిందని అప్పట్లో మురిసిపోయిన మాట నిజం. అయితే వయసు పెరుగుతున్నా ప్రవర్తన మారకపోవడమే ఇబ్బంది అయింది.

"మరో విషయం చెప్పమంటారా?" ఏమిటన్నట్టు చూశాను.

పెళ్ళిచూపుల్లో మా పిన్ని "నీ పేరేమిటమ్మా?" అంది.

"అంటే ఏమన్నదో తెలుసాండీ?" నా పేరు పద్మజ. ఇంట్లో అంతా మున్నీ అని పిలుస్తారు అన్నది. అందులో ఇంత వ్యవహారం వుందని గమనించలేకపోయాము.

ఈసారి అతడి పరిస్థితికి నవ్వకుండా వుండలేకపోయాము.

"అదిగో చూశారా... చూశారా! మీరు కేసు ఎంతో సీరియస్‌గా వింటారని విన్నాను. కానీ నా కేసు వింటూంటే మీకే నవ్వాగడం లేదు. ఇక నా పరిస్థితి అన్నిచోట్లా ఎంత నగుబాటుగా వుంటున్నదో ఊహించండి" అన్నాడు ఆనందరావు.

"ఇట్సాల్‌రైట్. చివరిగా ఒక్క ప్రశ్న. పన్నెండేళ్ళపాటు ఆమె ప్రవర్తన భరించి, ఇప్పుడు ఆమె ప్రవర్తనలో మార్పు తీసుకుని రావాలనే ఆలోచన మీకు ఎందుకు కలిగింది?" సూటిగా చూస్తూ అడిగాము.

ఆమె చాలా సున్నిత మనస్కురాలు. చాలాసార్లు చెప్పిచూశాను. కోపంతో బిగుసుకుపోయేది. అలిగేది. ఏడ్చేది. సరే ఎందుకొచ్చిన గొడవ? అని చెప్పటం మానేసి సాధ్యమైనంతవరకూ ఫంక్షన్లకు, పార్టీలకూ తీసుకెళ్ళడం మానేశాను.

అయితే మా పిల్లల స్కూలు ఫంక్షన్‌కి బయల్దేరి వెడుతూవుంటే ఆమె చిన్నపిల్లలా తయారైన తీరు చూసి పసిపిల్లలే నిర్ఘాంతపోయారు. "మమ్మీ నువ్వు మా స్కూల్‌కి ఇలా రావద్దు!" అన్నారు. ఆ మాటలకు ఆమె ఎంతో హర్ట్ అయింది. మేమూ బాధపడ్డాము. అందుకే ఈ సమస్యకు పరిష్కారం మీ దగ్గర ఏదైనా దొరుకుతుందేమోనని ఇలా వచ్చాము" అన్నాడు చివరిలో ఆనందరావు కంఠం గద్గదమైంది.

ఆనందరావు చెప్పిన విషయాలన్నీ పాయింట్స్‌గా నోట్ చేసుకుని మరుసటిరోజు అతడి భార్య పద్మజను తీసుకుని రమ్మని చెప్పాము.

xxx

ఆనందరావుని పక్క రూంలో కూర్చోపెట్టి పద్మజ చెప్పినదంతా విన్నాము. తర్వాత దంపతులు ఇరువురూ కలసి చెప్పిందీ విన్నాము. పద్మజ తెలివిగల మహిళే. ఇతరత్రా ఆమెలో ఏ విధమైన అవకరాలూ లేవన్నదీ స్పష్టం. పద్మజ పెద్ద కుటుంబంలో కడపటి సంతానం. అన్నదమ్ములు, అక్కచెల్లెళ్ళు పెళ్ళిళ్ళు, ఉద్యోగాలలో ఎవరికివారు వేరే వేరే ప్రాంతాల్లో సెటిల్ అయిపోగా, ఇంటర్మీడియెట్ నుంచి వృద్ధులైన తల్లిదండ్రుల దగ్గర ఒక్కర్తే వుండి చదువుకునేది. తల్లిదండ్రులు ఆమెని ఎంతో గారాబంగా చూసేవారు.

ఫలితంగా ఆమెలో గారాబం, తనకు ఏదైనా అయితే ఎవరూ లేరనే అభద్రతా భావం ఆమె వయసుతోపాటు పెరుగుతూ వచ్చాయి. కాలేజీలో జరిగిన సంఘటనలు తల్లిదండ్రులకు చెప్పడం, వాళ్ళు మురిసిపోవడం జరిగేది. అదే తంతు ఆమెకు అలవాటైపోయింది.

కాగా, ఆమెలో నిక్షిప్తమై వున్న అభద్రతాభావం ఆమె వయసు పైబడుతున్నదనే వాస్తవం గ్రహించడంతో బయటపడింది. ఆమెలో ఆత్మన్యూనతా భావం పెరగడానికి దోహదం చేసింది. అందుకే గతంలో కంటే ఎక్కువగా వయసు దాచిపెట్టుకునే ప్రయత్నంలో చిన్నపిల్లలా ప్రయత్నించడం మొదలు పెట్టింది.

ఒక రోజు పద్మజ తలలో తెల్ల వెంట్రుక చూసిన ఆనందరావు ఆ వెంట్రుకను పీకుతూ ముసలిదయిపోయిందోచ్ అంటూ ఆమెను ఆటపట్టించాడట. ఆనందరావుకు టీజ్ చేసే గుణం వుందని, అతడు సరదాకు టీజ్ చేసినా ఆ టీజింగ్ తన గుండెల్లో గుబులు రేపుతుందని, నిరాశతో కుంగదీస్తుందని చెప్పింది పద్మజ.

ఈ కారణాలు ఆమెను మరింత గందరగోళపరచి అతణ్ణి ఏడిపించటానికి కూడా ఆమె మరింత చిన్నపిల్లలా ప్రవర్తించడం మొదలుపెట్టింది.

ఈసారి పద్మజను పక్కగదిలో కూర్చోబెట్టి ఆనందరావుని పిలిచాము.

ఆనందరావుకి ఆమె చెప్పినట్టు కాకుండా కొన్ని విషయాలు వివరించాము. ఆమెను బంధువుల్లోకి తీసుకెళ్ళడం మానేయకుండా ఎక్కువగా తీసుకెళ్ళమని, తీసుకెళ్ళే ప్రతిసారీ ఆమెను తన ఆనందం కోసం ఫలానా విధంగా ప్రవర్తించమని చెప్తూ, ఆమెను ప్రోత్సహిస్తూ ఆమె అనుకూలంగా ప్రవర్తించినప్పుడల్లా పొగుడుతూ చిన్నపిల్లాడికి చాక్లెట్ ఇచ్చి ఆనందపరచిన విధంగా ఏదో ఒక బహుమతి ఇస్తూ ఆమెను ఎంకరేజ్ చేయాలి. సున్నిత మనస్కుల్ని ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ టీజ్ చేయకూడదు. టీజ్‌చేయడం ద్వారా వాళ్ళలో మార్పు తేవాలి అనుకుంటే వాళ్ళు మరింత పెంకిగా తయారవుతారు అని చెప్పాము.

ఆనందరావు నా మాటలకు కన్విన్స్ అయ్యాడు. పద్మజకు కూడా ఆమె ప్రవర్తనలో లోపాల్ని సున్నితంగా వివరించారు. ఏ వయసు అందం ఆ వయసుదని ప్రవర్తన వయసుకు తగ్గట్టు వుంటే హుందాగా, నిండుగా వుంటుందని చెప్పాము.

ఆ తర్వాత పార్టీలకు, ఫంక్షన్లకు వెళ్ళినప్పుడు వ్యక్తుల ప్రవర్తన నిశితంగా పరిశీలించమని ఆయా వ్యక్తుల ప్రవర్తనకు స్పందన గ్రహించమని చెప్పాము. బిహేవియర్ థెరపీ గురించి వివరించడంతో పద్మజ బిహేవియర్ థెరపీకి అంగీకరించింది.

xxx

నెల రోజుల తర్వాత ఆనందరావు వాళ్ళ బాబు పుట్టినరోజుకు రమ్మని ఆహ్వానిస్తే వెళ్ళాము.

రూపాయి కాసంత బొట్టు, భుజాల నిండుగా పమిటను కప్పకుని ముకుళిత హస్తాలతో చిరునవ్వుల స్వాగతం పలుకుతూ కనిపించింది పద్మజ.

ఇదేమిటీ వయసుకు మించిన విధంగా ప్రవర్తించడం లేదుకదా? బిహేవియర్ థెరపీ అంటే మరీ లేని పెద్దరికాన్ని కొనితెచ్చుకుని ప్రవర్తించటమా అని ఎవరూ అనుకోరు కదా? అనుకున్నాము.

ఆహూతులంతా వచ్చేక ఫ్లడ్‌లైట్ల కాంతిలో ఆనందరావు కుమారుడు కేక్ కట్ చేయడానికి సిద్ధమయ్యాడు. సరిగ్గా అదే సమయానికి ఆనందరావు భార్య పద్మజ ఆధునిక మహిళలా మేకప్‌తో అందంగా, హుందాగా ప్రత్యక్షమైంది. కుర్రాడు కేక్ కట్ చేసిన తర్వాత కూడా ఆనందరావు ఆనందంతో నా వైపు చూస్తూ చప్పట్లు కొడుతూనే వున్నాడు.

— డాక్టర్ వి.నాగేష్

ప్రకృతి వైద్యం

యోగాసనాలు

చేప మంది గ్రహింపబడిన ఆసనమిది. నీటి మీద ఈ ఆసనంలో స్థిరంగా కూర్చోగలిగిన సాధకుడు ఈదకుండానే నీటి మీద ఎంతసేపైనా తేలాడుతూ ఉండవచ్చు.

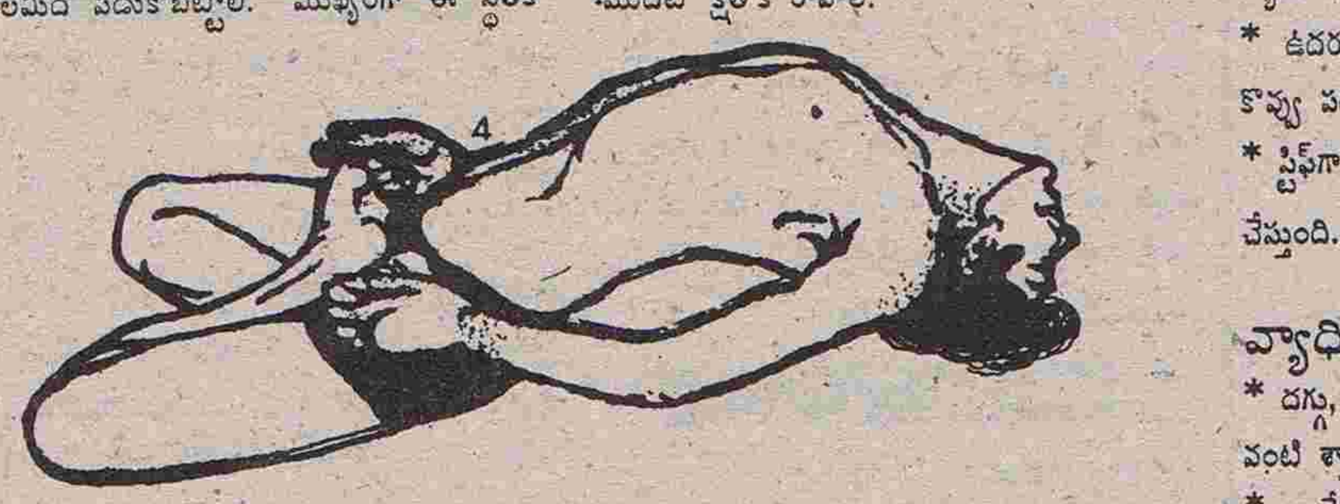
ఇలా చేయాలి

* రెండు కాళ్ళు పొడవుగా ముందుకు చాచి నేల మీద కూర్చుని, చేతులు వెనక్కి సపోర్ట్ తీసుకుని 'క్షితి' స్థితిని పొందాలి.

* మెల్లగా రెండు మోకాళ్ళను మడిచి 'పద్మాసనం' వేయాలి. ఇంత వరకు 'పద్మాసనం' వేయడంవల్ల వచ్చే ఫలితాలు మాత్రమే సిద్ధిస్తాయి.

* మెల్లగా రెండు చేతులను వెనుక వైపుకు తీసుకు వచ్చి శరీరానికి సపోర్ట్‌ని ఇవ్వాలి. తరువాత ముందు ఒక చేతిని మోచేతివద్ద మడిచి ఎటువంటి జర్కులు లేకుండా మోచేతిని నేలకు ఆన్చి చూడాలి. సంతృప్తికరంగా చేయగలిగినపుడు ఇదే పద్ధతిన రెండో మోచేయి కూడా నేలను తగిలించగలగాలి. ఎటువంటి బాధ లేకుండా చేయగలనని నమ్మకం కుదిరాక రెండు మోచేతులను మడిచి మెల్లగా నేలకు ఆన్చాలి. ఈ స్థితిలో శరీరం అర్థ ధనువు ఆకారంలో వెనక్కి వంగి వుంటుంది.

* ఇప్పుడు మరింత జాగ్రత్తగా మెల్ల మెల్లగా ఒక్కో మోచేతిని జరుపుతూ శరీరం మొత్తాన్ని నేలమీద పడుకోబెట్టాలి. ముఖ్యంగా ఈ స్థితికి



మత్స్యాసనము

వచ్చేటప్పుడు తొడలవద్ద, మోకాళ్ళ వద్ద, ఉదరము క్రింది భాగము ఎక్కువ ఒత్తిడికి లోనవుతాయి. ఈ ఒత్తిడిని తట్టుకుంటూ అదే పద్మాసనంలో కాళ్ళను బంధించి ఉంచాలి.

* ఇప్పుడు నేలమీద బల్లపరువుగా వున్న శరీరానికి కొద్దిగా ఒత్తిడిని కలగజేస్తూ, చేతులతో తలకు అటూ ఇటూ సపోర్ట్ తీసుకుంటూ తలను లేపి, మెడవద్ద వంచి తలను భూమికి దాదాపు 45 డిగ్రీల కోణంలో భూమికి ఉంచగలగాలి.

* ఇప్పుడు రెండు చేతులను పొడవుగా చాచి రెండు తొడల మీదకు తెచ్చి మెల్లగా పద్మాసనంలో వున్న రెండు బొటన వ్రేళ్ళను చేతి చూపుడు వ్రేలు, బొటన వ్రేళ్ళతో బంధించ గలగాలి.

* తరువాత చేతులను కూడా మోచేతి వద్ద కొద్దిగా వంచి, రెండు చేతులను నేలకు ఆనించాలి. ఇది చేయునపుడు ఎట్టి పరిస్థితులలోను కాలి బొటన వ్రేళ్ళను వదిలివేయకూడదు.

* గాలిని ఒక్కసారి గట్టిగా పీల్చుకుని, మెల్లగా వదిలి ఒక్కటొక్కటిగా స్థితులను పూర్తి చేసుకుంటూ మొదటి 'క్షితి'కి రావాలి.

'మత్స్యాసనము'లో మామూలు శ్వాసను కొనసాగిస్తూ ఎక్కువ సమయం ఉండగలిగినట్లయితే అద్భుతమైన ఫలితాలు సిద్ధిస్తాయి.

సాధారణ ఉపయోగాలు

* వెన్నెముక దృఢంగా తయారవుతుంది. ఎక్కువసేపు కూర్చుని పనిచేసేవారిలో ఒక విధమైన వంపుకు గురయ్యే వెన్నెముక ఈ ఆసనంవల్ల మామూలుగా తయారవుతుంది.

* థైరాయిడ్, పేరా థైరాయిడ్ గ్రంథులు మాత్రమే కాకుండా పిట్యుటరీ, పీనియల్, థైమస్ గ్రంథులు కూడా సమర్థవంతంగా పనిచేయ గలుగుతాయి.

* ఊపిరితిత్తుల కెపాసిటీ పెరిగి ఎక్కువ ఆక్సిజన్‌ను పీల్చుకోగలుగుతాయి.

* గొంతులో వుండే 'ఒకల్ కార్డ్స్' ఎక్కువ లాభపడి 'స్వరం' చక్కగా తయారవుతుంది.

* మెడ, భుజాలు, వెన్నెముక మరియు నడుము సంబంధిత అన్ని కండరాలకు ఇది చక్కని వ్యాయామాన్ని అందిస్తుంది.

* ఉదరంలోని కండరాలను గట్టిపరచి వ్యర్థమైన కొవ్వు పదార్థాన్ని తొలగిస్తుంది.

* స్టిఫ్‌గా వుండే మోకాళ్ళు, వెన్నుపూసలను 'టీజ్' చేస్తుంది.

వ్యాధి సంబంధ ఉపయోగాలు:

* దగ్గు, టాన్సిలైటిస్ మరియు ఆస్త్మా, బ్రాంకైటిస్ వంటి శ్వాస సంబంధ వ్యాధులలోను

* అనేక రుతు సంబంధ మరియు మూత్ర సంబంధ వ్యాధులలోను

* డయాబెటిస్‌తో బాధపడే రోగులలోను ఈ ఆసనం ఎంతో ఉపయోగకారి.

అంతేకాకుండా మలబద్ధకంవల్ల పెద్ద ప్రేవులలో నిలిచిపోయిన మలపదార్థాన్ని ఈ ఆసనం విజయవంతంగా బయటకు త్రోసివేయగలుగుతుంది.

* సర్వైకల్ మరియు లంబార్ స్పాండిలోసిస్‌లతో బాధపడేవారిలో ఈ ఆసనంవల్ల రిలీఫ్ లభిస్తుంది.

* అంతేకాకుండా ముఖానికి ముఖ భాగాలకు రక్తం సరఫరా పెరగడంవల్ల ఈ ఆసనం సాధన చేయడం ద్వారా కళ్ళు, ముక్కు, చెవులు, తల, గొంతు సంబంధ వ్యాధులు రాకుండా మనల్ని మనం కాపాడుకోవచ్చును.

— వాయుగుండ్ల మధుబాబు

రేవడి(కథ)
12వ పేజీ తరువాయి

"నేనేమనుకోవాలి?"

"నేను మాత్రం నీకు చెప్పేదేముంది?"

"నువ్వు నన్ను పెళ్ళి చేసుకోవా?"

"అది అసంభవం"

"స్నేహం?"

"అదెలాగూ ఉండనే వుందిగా"

"నేను దీన్ని భరించలేను".

"మనమీ విషయాన్ని ఇక్కడితో వదిలేయడం మంచిది"

"నువ్వు టైం పాసు చేస్తున్నావు"

"స్నేహానికి అర్థం టైంపాసే"

"నువ్వు నన్ను ఆటలాడించావు"

"ఏమాట నేను అనలేదో! దాన్ని నామీద నెట్టకు"

"రజనీ! ఐ లవ్ యూ! నేన్నిన్ను మర్చిపోలేను"

"నేనీ సంబంధాన్ని తెంచుకోవాలనుకుంటున్నాను. సారీ! గుడ్ నైట్..."

ఇద్దరం తమవుతో ఒకటేగానీ

ఒకరి కొకరం దూరమవుతూ వచ్చాం!

ఇక మనసుగురించి ఏం రాయమంటారు? ■

వచ్చేవారం కథ

షెల్ఫ్‌లో కథ

-ఇంద్రకంటి జానకీ బాల