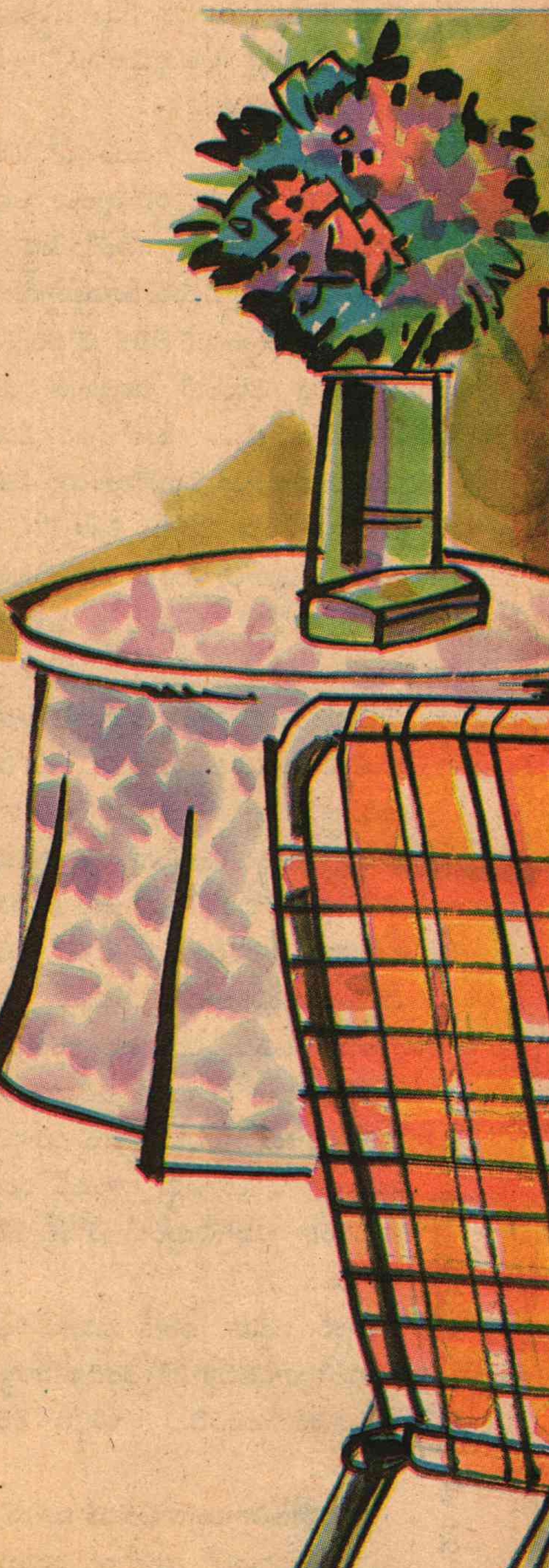
రూ.1,725/- విలువయిన కైనెటిక్ మిక్సీ బహుమతికి అర్హమైన కథ!



బాత్రూమ్‌నుంచి బయటకు వచ్చిన అనూరాధవైపు ఓరగా చూశాడు.

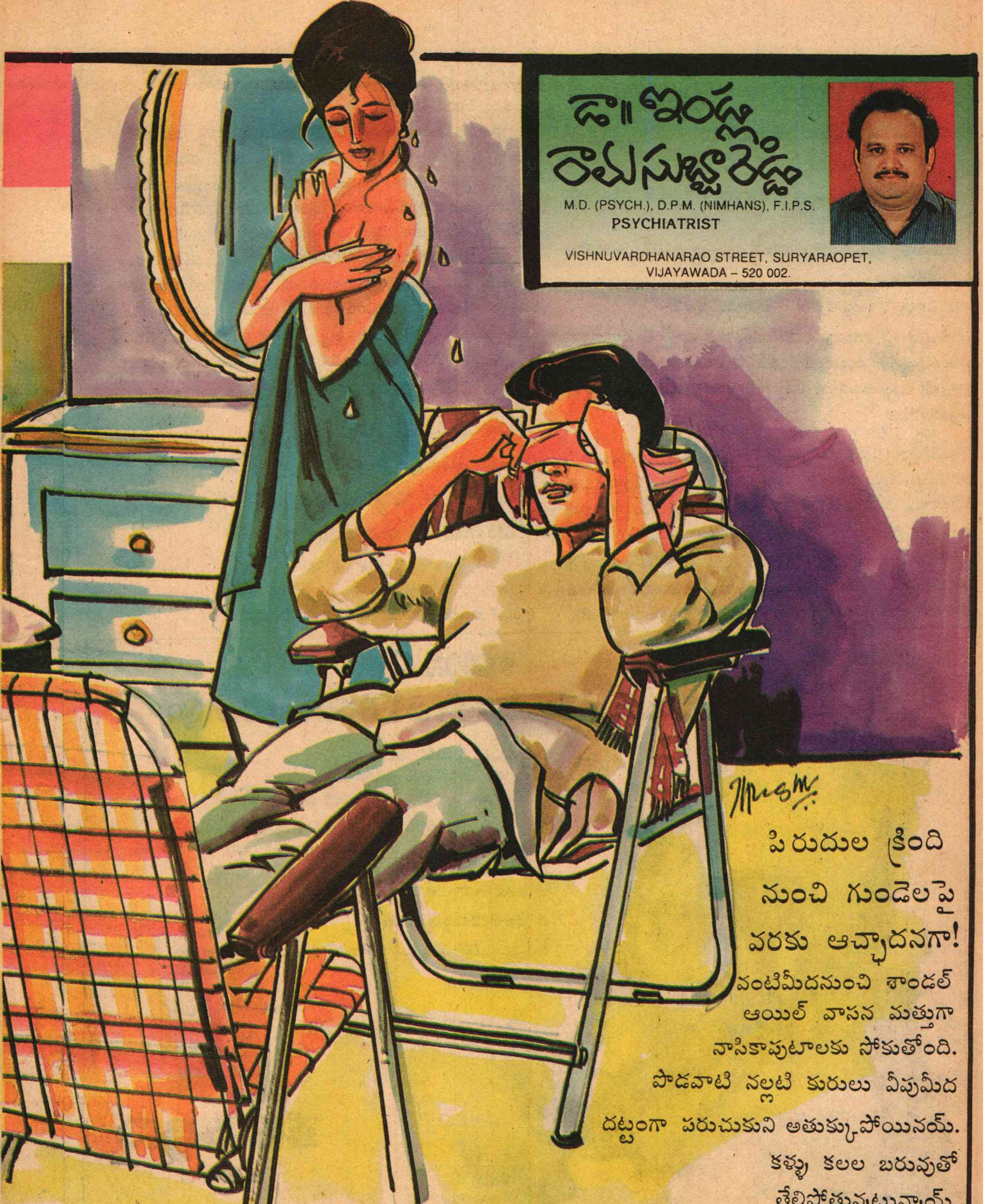
ప్రాణం పోసుకున్న బేలూరు యక్షిణిలా వుందామె ఆ క్షణాన.

మిలమిలలాడే కళ్ళు—ముద్దాడాలనిపించే పెదాలు-గుండ్రని భుజాలు—చక్కని ఛాతీ—దానిపై వ్యాపించి వెర్రెక్కించే రెండు గుండెలు, లోయ లోకి జారుతున్నట్టు!

సన్నని నుదుము—మత్తెక్కించే చిన్న బొడ్డు! నిండైన విగ్రహం. అప్పుడే విచ్చుకున్న గులాబీ పూవాయె—అందం అణువణువునా తొణుకు తోంది.

ఇవికాదు ఆక్షణాన ఆమె అసలు అందాలు. తలారా స్నానంచేసి టర్కీ టవలు మాత్రమే చుట్టుకున్నది-

అనుపల్లవి



డా॥ ఇండ్ల రామసుబ్బారెడ్డి

M.D. (PSYCH.), D.P.M. (NIMHANS), F.I.P.S.

PSYCHIATRIST

VISHNUVARDHANARAO STREET, SURYARAOPET,
VIJAYAWADA – 520 002.

పిరుదుల క్రింది నుంచి గుండెలపై వరకు ఆచ్ఛాదనగా!

వంటిమీదనుంచి శాండల్ ఆయిల్ వాసన మత్తుగా నాసికాపుటాలకు సోకుతోంది. పొడవాటి నల్లటి కురులు వీపుమీద దట్టంగా పరుచుకుని అతుక్కుపోయినయ్. కళ్ళు కలల బరువుతో తేలిపోతున్నట్లున్నాయ్.

పిరుదుల క్రిందిభాగం అనాచ్ఛాదితంగా వుండటంతో అరటిబోదెల్లా వున్నాయి-టవలు పైభాగాన గుండెలయితే సరేసరి, ముచ్చికలు తీసిన తాటికాయల్లా!

– ఒక్క వాక్యంలో చెప్పాలంటే ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసలతో జీవం ఉట్టిపడుతున్నట్టుగా వుందా శిల్పం.

యంత్రాల్లో నలిగి గంధాన్ని స్రవించే పువ్వుల్లా – ఆమె అతడికోసం చూసింది!!

ఆ చూపుల్లో కాంక్ష వుంది – ఆహ్వానం వుంది.

"నువ్వన్నా–నీ నడకన్నా, నీ మాటన్నా, నువ్ చూసే ఆ కోరచూపన్నా నాకెంతో ఇష్టం. నడుస్తుంటే కదిలే నీ పిరుదులు, నీ నడుం– ఉరోజాలు నన్ను పిచ్చివాణ్ణి చేస్తున్నాయ్" – అంటూ వెంటబడ్డాడు, పెళ్ళికిముందు.

"అనూరాధా డియర్ – పగలూ రాత్రీ అని తేడా లేకుండా నీ నామమే జపిస్తూ,నీ రూపాన్నే తలుచుకుంటూ నిద్ర అనేదానినే మరిచిపోయాను. నీ ఎత్తైన గుండెల్లో నాకింత చోటిస్తే చాలు నా జన్మ తరిస్తుంది. నీ లేత పెదవుల్ని ఒక్కసారి నాకిస్తేచాలు, నా బ్రతుకు పవిత్రమవుతుంది. ఒక్కసారి నీ కౌగిట్లో నన్ను బందీచేస్తే చాలు-నాకీ మానవజన్మనుండి విముక్తి లభిస్తుంది! నీవులేని బతుకుని ఊహించలేకపోతున్నాను; భరించలేకపోతున్నాను. నన్ను కరుణించు – నాకు ప్రేమభిక్ష పెట్టు" – అంటూ చూపులతో మొదలయి లేఖలవరకు వచ్చిన ప్రేమ వ్యవహారాన్ని పెళ్ళివరకు తీసుకొచ్చాడు.

అతడు–రామచంద్రరావు.

చూడగానే 'అందగాడు' అనిపించే రూపం. – కన్నె మనసులో ఊహల్ని రెచ్చగొట్టగల ఆరోగ్యవంతమైన శరీరం. పచ్చటి పసిమిరంగు. ఆకర్షణీయమైన ఉంగరాల జుట్టు. కోటేరులాంటి ముక్కు. సన్నని కోరమీసం. చూడటానికి హీమాన్‌లా వుంటాడు. చూపులతోనే ఒళ్లంతా తడిమేసే అతడి పెదాల మీద చిలిపితనం కలబోసిన నవ్వు!

ఓ జీవితకాలం నెమరువేసుకోగలిగినంత ఆనందాన్ని మొదటి మూడు రోజులలోనే చవిచూపించిన రామచంద్రరావు ఇప్పుడు ఫోల్డింగ్ కాట్‌మీద కాళ్ళు చాపుకుని, ముఖంమీద ముసుగేసుకుని పడుకున్నాడు. ఆరుబయట మల్లెల్ని వెదజల్లుతున్న వెన్నెలని ఆస్వాదించే స్థితిలో లేడు. చల్లటి వెన్నెల గాలి ఒంటిని తాకి గిలిగింతలు పెట్టడంలేదు. హృదయంలో ప్రేమరక్తం ఇంకిపోయింది.

రామచంద్రరావు ...
అతడి ఊపిరినిండా అనూరాధ వుంది.
ఊసులనిండా 'నిన్న' వుంది.
రేపటి గురించి భయముంది.

* * *

మనసు ఓ చెదపుట్ట.
దేనిని కాదనుకుంటామో దానివైపే మనసుపోతుంది.

కెశవర్ధిని...
పొడవయిన, ఒత్తయిన శిరోజాలకి తరతరాల రహస్యం

పోషణ నిచ్చే కేశవర్ధిని తలనూనె.
అందగత్తెలందరూ తమ ఆకర్షణీయమైన
శిరోజాల సౌందర్య రహస్యం తరతరాలకి అందచేశారు.

కొద్ది చుక్కల కేశవర్ధినిని ఒక చెంచాడు కొబ్బరినూనెలో కలిపి శిరోజాలకి రోజూ రెండుసార్లు బాగా రాస్తే అవి ఎంతో అందంగా, ఒత్తుగా, పొడవుగా, నల్లగా, నిగనిగలాడుతూ ఆరోగ్యంగా పెరుగుతాయి.

ఈ రోజునే కేశవర్ధిని కొనండి.

ఆరునెలలలోనే అందమైన శిరోజాలు పొందండి.

కేశవర్ధిని
తలనూనె

కేశవర్ధిని ప్రోడక్ట్స్ మద్రాసు-600 087

O&M 2293 TG

ఓడిఏ డివిజనల్ ఇంజనీరుగా పనిచేస్తున్న తనకి టైముండేదికాదు—జీవితాన్ని అనుభవించవలసినంతగా అనుభవించడంలేదన్న బెంగా వుండేది. అందుకే ఇంట్లోకి అడుగుపెడుతూనే గేటు లాక్ చేసేవాడు; ఫోను పక్కనపెట్టేసేవాడు. ఈరోజు మళ్ళీ రాదు— అన్నట్టుగా ఆనందాన్ని జుర్రుకునేవాడు. అదేమి విచిత్రమో, ఎన్నిరోజులు–ఎన్నిసార్లు పొల్గొన్నా ఎప్పటికప్పుడు ఏదో కొత్తదనం; ఏదో అనిర్వచనీయమైన అనుభవం!

ఏయ్ ఏమిటిది ... పట్టపగలు అని గొడవపెడ్తున్నా తాను లక్ష్యపెట్టేవాడు కాదు.

అటువంటిది ఇంతకాలానికి ఆఫీసుకి మెడికల్ లీవ్ పెట్టి ఇంట్లో వుండే అవకాశం లభించింది.

ఎస్–మైల్డ్ స్ట్రోక్–హార్ట్‌ఎటాక్ వచ్చింది.

కార్డియాలజిస్ట్ ఎవరోకాదు–తన చిన్ననాటి స్నేహితుడు సుధాకర్ తమ్ముడే. తాము చిన్నతనంలో గోళీకాయలు ఆడుతుంటే ముక్కు కారుచుకుంటూ నిల్చుని చూస్తుండేవాడు. అటువంటివాడు ఇప్పుడు ఫేమస్ కార్డియాలజిస్ట్!

"అన్నయ్యా ... ఇది మీకు ఫస్ట్ వార్నింగ్. ఫుడ్ విషయంలో – హేబిట్స్ విషయంలో చాలా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. పూర్వంలా శ్రమపడకూడదు. బాడీరెస్ట్ చాలా అవసరం ..." అంటూ ఎన్నో చెప్పాడు. "మెట్లెక్కడం ... బరువులు మోయడం వంటి పనులు చేయకండి" అని మరీమరీ చెప్పాడు.

–అంటే దాంపత్యంలో కూడా పాల్గొనగూడదన్నమాట!

ప్రేమించి పెళ్ళిచేసుకున్న భార్య ఎదుట వుండగా కళ్ళు మూసుకుని పడుకోవడం సాధ్యమా?

పైపెచ్చు ఇప్పుడు ఆఫీసుకి కూడా వెళ్లడంలేదు.

చిన్నతనంనుంచీ తనకి స్పోర్ట్స్ అంటే ఇష్టం; అంతకుమించి ఆడపిల్లల కాలేజీగేట్ల దగ్గర– బస్‌స్టాపులలో బీటెయ్యడమంటే మహాఇష్టం. పుస్తకాలు చదివే అలవాటులేదు. పేకాట చేతకాదు. తెలిసిందల్లా ఒక్కటే – భార్య సమక్షంలో తన పెదవుల్ని ఆమె అధరామృతంతో తీపిచేయడం; ఆమె లేకపోతే నోటికి సిగరెట్ తగిలించడం! అయితే ఇప్పుడు సిగరెట్ మానెయ్యమని డాక్టరు స్ట్రిక్ట్‌గా చెప్పాడు. 'ఫ్యామిలీలైఫ్ కూడా వుండకూడదా?' అని తాను అంతే స్ట్రిక్ట్‌గా అడిగివుండేవాడు – మరో డాక్టర్ని అయితే. కాని ఈ డాక్టరు తనని 'అన్నయ్యా ...' అని పిలుస్తున్నాడు. చిన్ననాటినుంచి వున్న అనుబంధంవలన ఫీజుకూడా పుచ్చుకోలేదు. పైపెచ్చు తన ఇంట్లోనుంచే ఫుడ్ కూడా పంపిస్తున్నాడు. అటువంటివాడిని "నేను మా ఆవిడతో కాపురం చేయవచ్చా?" అని అడగడం ఎలా?

– ఇదీ రామచంద్రరావుని వేధిస్తున్న సమస్య.

అందుకు దూరంగా వుండాలి – అని ప్రయత్నిస్తున్నకొద్దీ ఆ 'యావ' ఎక్కువయింది.

పూర్వంకన్నా అనూరాధ మరింత అందంగా కనిపిస్తోంది. ఆమె నవ్వులో కవ్వింపు కనిపిస్తోంది. మనసంతా మొద్దుబారిపోతోంది. చిగురుటాకులా కంపించిపోతున్నాడు. ఇంతకాలం సంసారంచేసిన తాను అస్ఖలిత బ్రహ్మచారిలా కంపించిపోవడమేమిటి?

– అర్థం కావడంలేదు.

అతడికి అర్థమయింది ఒక్కటే – ఆ అనుభవం లేనిదే తాను నిలవలేడు.

ఆ అనుభవానికి కక్కుర్తిపడితే మళ్ళీ తనకి గుండెపోటు రావచ్చు...

అప్పుడు మళ్ళీ హాస్పిటల్ ...

ఏం జరిగింది? అని డాక్టరు నిలదీస్తే డాక్టరు దగ్గర అబద్ధం చెప్పలేడు. నిజమే చెప్పాలి. కాని ఏమని చెప్పగలడు? ఎలా చెప్పగలడు? తనని 'అన్నయ్య' అని పిలుస్తున్న ఆ డాక్టరు తన గురించి ఏమనుకుంటాడు?

– రామచంద్రరావుకి ఇది పెద్ద 'బెంగ' అయింది.

తాను ఇంట్లో వుంటే అనూరాధని ఊపిరి సలపనిచ్చేవాడు కాదు. ఇప్పుడు తన గురించి ఏమనుకుంటుందో!

ఈయన ఇహ వైవాహిక జీవితానికి పనికిరాడు–అన్న నిర్ణయానికి వచ్చిందా?

తన వయసు నలభై ఒకటి. అనూరాధకి ముప్పై ఏడు. తానే, ఇంత అనారోగ్యంలోనూ తనని తాను నిగ్రహించుకోలేకపోతున్నాడు. ఆమె పరిస్థితి ఏమిటి? తన అనారోగ్యానికి ఆమె సఫర్ కావలసిందేనా?

– ఇలా ఆలోచిస్తున్నకొద్దీ ఆందోళన ఎక్కువయింది. ఛాతీమీద ఎడమవైపు ప్లాస్టర్ వేసిన ఫీలింగ్–బరువెక్కినట్టు!

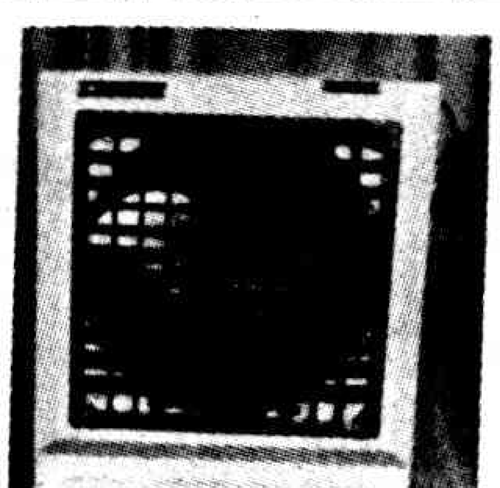
వెంటనే సార్బిట్రేట్ టాబ్లెట్ తీసుకొని నాలుక క్రింద పెట్టుకున్నాడు.

* * *

అనూరాధకి మహా కంగారుగా వుంది.

ఆ కంగారుకి కారణం–పూర్వం ఆ అనుభవం కోసం తహతహలాడే ఆయన ఇప్పుడు ఆ కోరికే లేనట్టు ప్రవర్తించడం ఒక కారణమయితే తాను అతడ్ని రెచ్చగొట్టే ధోరణిలో కనిపిస్తే చాలు– గుండె నొప్పి వచ్చినట్లు

10% డిస్కౌంట్



కైనెటిక్ ఎయిర్ కూలర్

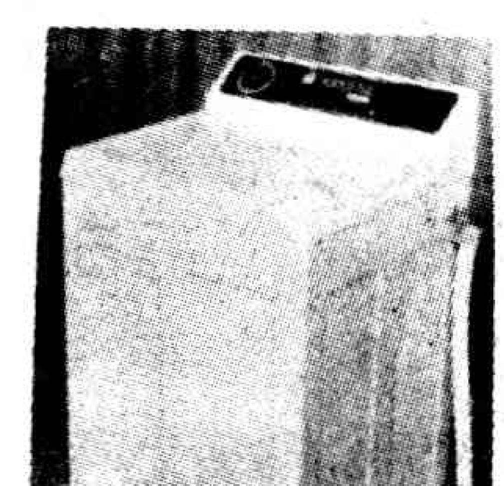
కైనెటిక్ ఎయిర్ కూలర్లు, వాషింగ్ మెషిన్లు, కిచెన్ మెషిన్ల కొనుగోలుపై 10 శాతం తగ్గింపు పొందండి !

పాఠకుని పేరు :..............................

పూర్తి చిరునామా :..............................

....

మీ దగ్గరలోని కైనెటిక్ డీలర్‌కి ఈ కూపన్ అందజేయండి



కైనెటిక్ వాషింగ్ మెషిన్

ప్రత్యేక సూచన : ఈ కూపన్ వినియోగించుకున్న ప్రతి 25 మందిలో ఒకరికి లక్కీడిప్ ద్వారా కైనెటిక్ కంపెనీ నుండి సర్‌ప్రైజ్ గిఫ్ట్ అందజేయబడుతుంది. కనుక మీ పూర్తి చిరునామా మరువవద్దు.

సార్బిట్రేట్ టాబ్లెట్ వేసుకోవడం మరొక కారణం!

ఏది ఏమయినా అతడి పరిస్థితిని కొంతవరకు ఆకళింపు చేసుకున్నది, కొంతకాలం అతడ్ని దూరంగా వుంచాలని నిర్ణయించుకుంది.

* * *

డాక్టర్ని చూడటానికి వెళ్ళేముందు రామచంద్రరావు అనుకున్నాడు–"ఏ మైనాసరే ఈ రోజున మాటల మధ్యలో ఆ విషయమూ అడిగేయాలి' అని!

డాక్టరు అన్ని పరీక్షలూ చేయించాడు. కూడా అనూరాధ వుంది. భార్య లేనప్పుడు డాక్టరు దగ్గర ఆ ప్రస్తావన తీసుకు రావాలనుకున్నాడు. మందులు తీసుకువచ్చే మిషతో భార్యని బయటకు పంపాడు. కాని, నర్సు అక్కడే వుంది–ఏ అవసరం వస్తుందో అన్నట్టుగా!

"అనూరాధ వచ్చే లోపు ఈ నర్సు కూడా వెళ్ళిపోతే బాగుణ్ణు–డాక్టర్ని ఆ విషయమూ అడిగేయవచ్చు" అనుకున్నాడు.

అంతలో ఏదో అవసరమొచ్చి నర్సు బయటకు వెళ్ళింది.

"ఇహ డాక్టర్ని ఆ విషయం అడుగుదాం–' అనుకున్నాడు. కాని, తనకన్నా చిన్నవాడు–తన ఫ్రెండ్ తమ్ముడు అయిన ఆ డాక్టరుతో ఆ విషయాన్ని ఎలా ప్రస్తావించాలో అర్థంకాక తడబడసాగాడు. అప్పుడొచ్చింది ఓ అను మానం–తాను సిగ్గువిడిచి డాక్టర్ని అడిగితే, రేపు 'ఐ ఎం ఎ' మీటింగులోనో, మరో చోటో తన గురించి జోక్‌గా మాట్లాడుకుంటారేమో!

– డాక్టరు దగ్గర ఆ విషయాన్ని ప్రస్తావించడానికి బిడియపడి కొంత, భయపడి (తన గురించి జోక్‌గా మాట్లాడుకుంటారేమోనని) మరికొంత మానేశాడు. ఆ వ్యవధిలో మందులు తీసుకొని వచ్చింది అనూరాధ. గత రెండ్రోజులుగా ఏ విషయాన్ని డాక్టరు దగ్గర అడగాలనుకున్నాడో ఆ విషయాన్ని అడగకుండానే తిరిగి వెళ్ళాడు రామచంద్రరావు.

పూర్వం కాలం చాలేది కాదు; ఇప్పుడు కాలం గడవని స్థితి.

కాలక్షేపం ఒక సమస్య అయితే – భార్యని సుఖపెట్టడమెలా? అన్నది అతడికి ప్రధాన సమస్య అయింది.

పూర్వం లేని అలవాటు – కాలక్షేపానికి పత్రికలు తిరగేయసాగాడు! అప్పుడు చూశాడు – తన సమస్యనే ఎదుర్కొంటున్న ఓ పాఠ కుడు అడిగిన ప్రశ్నకు డాక్టరు ఇచ్చిన సమాధానం. తన ఆందోళనకు, ఆవేదనకు పరిష్కారం దొరికినట్టయింది. పూర్వం లేని ఉత్సాహం తొంగిచూసింది. 'కాలక్షేపానికి' అన్న పేరుతో ఇరుగింటి నుంచి, పొరు గింటి నుంచి కూడా పాత పత్రికలన్నీ తెప్పించుకుని చూశాడు.

ఇప్పుడు మరో సమస్య ఆరంభమయింది.

ఒక వారం ఒక పాఠకుడు అడిగిన ప్రశ్నకు డాక్టరుగారు ఇచ్చిన సలహా: హస్త ప్రయోగం వలన తృప్తిపడండి అని!

మరొక వారం మరొక పాఠకుడు అడిగిన ప్రశ్నకు డాక్టరుగారు ఇచ్చిన సలహా: గుండె జబ్బు వచ్చినా మీరు రతిలో పాల్గొనవచ్చు. అయితే మీరు క్రింద వుండి, మీ జీవిత భాగస్వామిని పైకి రమ్మనండి!

హస్త ప్రయోగం వలన తనకి భావప్రాప్తి కలగవచ్చు. కాని అనూరాధ పరిస్థితి ఏమిటి?

రతిలో భర్త క్రింద – భార్య పైన వుంటే గుండెనొప్పి ఎందుకు రాదు? పొజిషనల్ మార్పు వస్తే నొప్పి రాదా?

– మళ్ళీ మొదటికి వచ్చింది రామచంద్రరావు పరిస్థితి.

తన ఈ సమస్యకి పరిష్కారం ఏమిటి? పత్రికలో సమాధానాలు ఇచ్చిన డాక్టర్నే కలిస్తే?

– అమ్మో, ఎవరైనా తనని అక్కడ చూస్తే ఏమనుకుంటారు?

పత్రికకు మారుపేరుతో ప్రశ్న పంపడమే సరైన మార్గం. తన సమస్యకు సమాధానం పత్రికా ముఖంగా తెలుస్తుంది – అని అభిప్రాయపడిన రామచంద్రం తన సమస్యకు పరిష్కారం దొరుకుతుందని ప్రతివారం ఆ పత్రిక చూస్తూనే వున్నాడు! ఇటువంటి సమస్యలతో సతమతమ య్యేవారు లక్షల సంఖ్యలో వుంటారు. ఆ పత్రికకు ఈ సమస్యలు పంపిన పాఠకులు వేల సంఖ్యలో వుంటారు.

అంతమందిలో రామచంద్రరావు ఒకరు! ఈ ప్రశ్నకు సమాధానం పత్రికలో ఎప్పటికి వెలువడుతుందో...

గుండె జబ్బుతో బాధపడేవారు దాంపత్యంలో పాల్గొనవచ్చా? అన్న ప్రశ్నకు

<u>డాక్టరుగా ఇండ్ల రామసుబ్బారెడ్డిగారి</u>

<u>వివరణ:</u>

* ఈ రామచంద్రరరావు కథలో చర్చించవలసిన విషయాలు ముఖ్యంగా మూడు వున్నాయి: 'సెక్స్' అనేది బూతు కాదు. మనిషికన్నా ప్రాచీనమ యింది 'సెక్స్'. తల్లి గర్భవతి. బిడ్డ పుట్టక ముందే – పుట్టబోయే బిడ్డ 'ఆడా–మగా' అని చర్చిస్తాం. అంటే మనిషికన్నా ప్రాచీనమయింది సెక్స్. అలాగే 'నపుంసకుడు' అని, 'గొడ్రాలు' అని అంటారు. అంటే దాంపత్య జీవితానికి పనికిరానివాడిని 'నపుంసకుడు' అని, పిల్లల్ని కనడానికి పనికిరాని స్త్రీని 'గొడ్రాలు' అని అన్నారు. ఇవి సొసైటీ దృష్టిలో 'డిజ్ క్వాలిఫికేషన్స్' అన్నమాట. 'పెర్‌ఫార్మ్' చేయడం– 'పిల్లల్ని' కనడం సర్వజనసమ్మతం. కనుక 'సెక్స్' గురించి మాట్లాడటానికి ఏ ఒక్కరూ సిగ్గుపడ నవసరం లేదు. మీ సమస్యలేమిటో తెలుసుకుని, ట్రీట్‌మెంట్ ఇవ్వడానికే డాక్టర్లు! అందుకే మీరు ఫీజు చెల్లించేది. వయసు– స్త్రీలింగమా? పుంలింగమా? అన్న ప్రమేయం లేదక్కడ.

ఒకరు డాక్టరు– రెండవవారు పేషెంట్. అంతే!! నిర్మొహమాటంగా, నిర్భయంగా మీ సమస్యని చర్చించవచ్చు. ఏ డాక్టరూ పేషెంట్‌ని జోక్ చేయడు. అది వైద్యవృత్తికి విరుద్ధం!

సెక్స్ అనేది భార్యాభర్తలు మాత్రమే పంచుకునేది. నెలలో 25 రోజులు జరగడానికి ఆస్కారమున్న ఈ రతిక్రీడపట్ల విసుగుచెందకుండా వుండటాని కిగాను భిన్న భంగిమలను సూచించాడు వాత్స్యాయనుడు. ఎవరి అభిరుచి వారిది. ఆ జంట మధ్యనున్న అవగాహన, అభిరుచి, కొత్తదనం కోసం వారు పడే తహతహమీద ఇది ఆధారపడి వుంటుంది. లేనిపక్షంలో జీవిత భాగస్వామిని ఎడ్యుకేట్ చేయడం రెండవవారి కనీసధర్మం. భార్యాభర్తల మధ్య దాపరికాలు, మొహమాటాలు అనవసరం. తీసుకోవలసిన జాగ్రత్త ఒక్కటే– అబ్నార్మల్ సెక్స్ వలన వ్యాధులేవీ సోకకుండా చూసుకోవాలి!

* 'ఇంటర్‌కోర్స్ ఈజ్ నథింగ్ బట్ ఎ పిస్టన్ అండ్ ది రింగ్' అంటారు దక్షిణ భారతంలో అగ్రగామి అయిన సెక్సాలజిస్ట్ డాక్టర్ నారాయణరెడ్డి. మనిషి నిలువెల్లా కామనాడులేనట! ఇంటర్‌కోర్స్‌వలన ఒక స్త్రీ ఎంతగా తృప్తి పడుతుందో– మంచిమాట వలన, ఆలింగ చుంబనాలవలన, శరీరంలోని కొన్ని భాగాల్ని స్పృశించడం వలన·కూడా కొందరు భావప్రాప్తి పొందుతారు. స్త్రీని రంజింపచేయడం ఓ కళ. అందుకే 'మగువ మనసెరిగి మసలుకో!' అని చెబుతారు.

1) హస్తప్రయోగంవలన పురుషునికి భావప్రాప్తి కలిగితే స్త్రీ సంగతి ఏమిటి? అన్నారు రామచంద్రరావు పాత్రద్వారా. హస్తప్రయోగంవలన పురుషులే కాదు స్త్రీలూ భావప్రాప్తి పొందవచ్చు. అదే చిట్కా ఆమెపై కూడా ప్రయోగించండి.

2) 'సెక్స్' అనేది మానసికమయిందని కొందరు, కాదు శారీరకమయిందే నని మరి కొందరు అంటున్నారు. మైథునానికి మానసికంగా సిద్ధం కావాలి. అందుకే సరస/సరళ సంభాషణ. తర్వాత కొందర్ని కొన్నిచోట్ల తాకితే భావోద్వేగం పొందుతారు. అది గమనించి మెసులుకోవాలి. ఈ సందర్భంలో ఒక విషయాన్ని గుర్తుచేస్తున్నాను. శీఘ్రస్ఖలనాన్ని నిరోధించడానికి- దీర్ఘరతిని కొనసాగించడానికి 'థాట్ డిజ్‌అసోసియేషన్' టెక్నిక్‌ని సజెస్ట్ చేస్తారు. అంటే, రతిలో పాల్గొంటూ మనసుని రతిపట్లగాక మరొక విషయంపై లగ్నం చేయడమన్న మాట! అంటే ఇక్కడ మనసుకి ప్రాధాన్యత వుందని అంగీకరించడమే. అలాగే, కొందరు కొందర్ని ఇష్టపడకపోయినా- వారి వైవాహిక జీవితం సాఫీగా సాగిపోతుంది. అంటే, ఇక్కడ మనసుకి ప్రాధాన్యత లేదు- శరీరానికి మాత్రమే.

3) గుండెజబ్బు మనిషి రతిలో పాల్గొనవచ్చా- హస్తప్రయోగం చేసుకోవచ్చా? హస్తప్రయోగం అతడికి అతడే చేసుకోవాలా? లేక అతడికి అతడి భార్య చేయాలా?- భర్త క్రింద, భార్య పైన వుండవచ్చా?

ఇటువంటి సమస్యలు మనకు సిల్లీగా కనిపించవచ్చు. కాని ఎవరి సమస్య వారికి తీవ్రమయింది.

మనిషి ఏ పనిచేసినా కొంత శక్తి వృథా అవుతుంది. అది కూర్చోవడం కావచ్చు, రతిలో పాల్గొనడం కావచ్చు, మరొకటి కావచ్చు. అయితే ఒక పని చేసినప్పుడు కొంత శక్తి ఖర్చయితే, మరొక పని చేసినప్పుడు మరికొంత శక్తి ఖర్చవుతుంది.

గుండె జబ్బు మనిషి బరువులు ఎత్తడం, ఎత్తయిన ప్రదేశాలు ఎక్కడం, మానసిక ఆందోళనకు గురికావడం- వంటివి చేయరాదు. అయితే, సెక్స్ కూడా జీవితంలో చాలా అవసరం. ఆ 'రోగి' ఎంతవరకు స్ట్రెస్ & స్ట్రెయిన్‌ని తట్టుకోగలుగుతున్నాడు? అని నిర్ధారించడానికే ట్రెడ్‌మిల్ టెస్ట్ వగైరా...

సెక్స్ కూడా ఒక రకమైన టెస్ట్... హస్తప్రయోగం చేసుకోవడం కూడా ఓ పనే. స్త్రీ పురుషులు రతిలో పాల్గొన్నప్పుడుకన్నా హస్తప్రయోగం చేసుకున్నప్పుడు అతితక్కువ శక్తి ఖర్చవుతుంది. కనుక ముందుగా గుండెజబ్బు రోగిని హస్తప్రయోగం చేసుకోండి- అని సలహా ఇస్తాం.

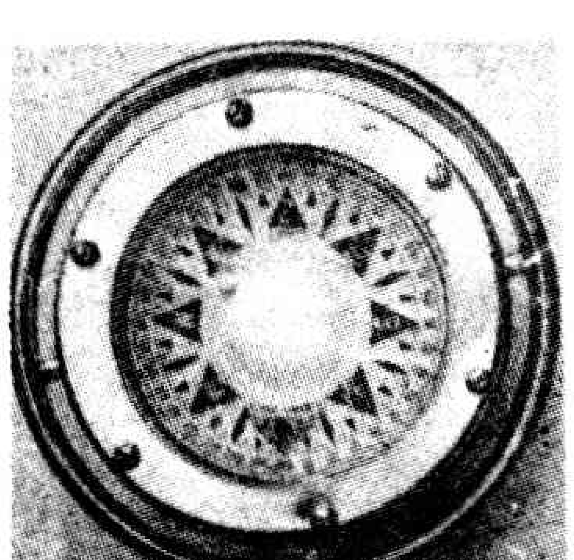
తర్వాత భర్త క్రింద, భార్య పైన. ఇక్కడ భర్తకన్నా భార్య ఎక్కువ శ్రమ పడుతుంది. భర్తకి శ్రమ తక్కువ- శక్తి కూడా తక్కువగా ఖర్చవుతుంది. దీనికీ అతడు తట్టుకుంటే నార్మల్ సెక్స్ అడ్వయిజ్ చేస్తాం...

హస్తప్రయోగం- భర్త క్రింద, భార్య పైన- నార్మల్ సెక్స్ అనేది అతడి ఫిజికల్ స్టామినా టెస్ట్ చేయడానికే!

– ఈ మూడూ ఒక క్రమపద్ధతిలో చేయమని నా సలహా!

ముక్తాయింపు:

పేషెంట్లకు నేనిచ్చే సలహా ఒకటే. మీరు అనవసరంగా ఆందోళన చెందకండి. మీ సమస్యని డాక్టరుకి పూర్తిగా చెప్పండి. మీ సమస్య అతడి సమస్య. అందుకు మీరు/ప్రభుత్వం అతడికి డబ్బు చెల్లిస్తున్నారు. మీ సమస్యని అతడికి అప్పగించి మీరు నిశ్చింతగా వుండండి. మీ సమస్యని పరిష్కరించడం అతడి సమస్య!



వర్కింగ్ విమెన్

Are you working?
Then you must be jerking! Yes!

ఉద్యోగించే అమ్మాయి అష్టకష్టావధానం

వర్కింగ్ విమెన్ అంటే ఇంటా బయటా సమస్యలతో జర్కింగ్ విమెనే!

మనది అమెరికా లాంటి సంపన్న, అభివృద్ధి చెందిన దేశం కాదు గనుక మనదేశంలో ఆర్జనపరులైన మహిళల సమస్యలు వేరు! (అఫ్‌కోర్స్ అమెరికన్ మహిళలకూ బోలెడు ప్రాబ్లెమ్స్) అందునా సంపాదించే ఆంధ్రవనితకు సమస్యలు సవాలక్ష!

* మీరు అవివాహితులైతే షిఫ్ట్ డ్యూటీ మీకో తలనొప్పిగా వుందా?
* వివాహితులైతే బదిలీ కారణంగా మీవారి నుంచి దూరాలచిక్కుదారాలు ఏర్పడి వుండొచ్చు.
* ఎస్.ఐ. వంటి ఉద్యోగంలో మీరు ప్రదర్శించవలసిన కాఠిన్యం మీ సహజ సుకుమార స్వభావాన్ని, స్పందనల్ని దెబ్బతీస్తూండవచ్చు.
* ఇంట్లో పెద్దదిక్కు లేక మీ పాపాయి అల్లాడుతూందా?
* ఇంటా బయటా అష్టావధానం మిమ్మల్ని అవస్థలు పెడుతూందా?
* 'ఈ ఆడాళ్ళకెప్పుడూ శెలవులూ పర్మిషన్లూ.... మళ్ళీ మగాళ్ళతో సమానమంట' అంటూ సూపర్నెంట్ ఇకిలిస్తున్నాడా?

ఇటువంటి చిన్నా పెద్ద సమస్యలెన్నింటినో మీరెలా పరిష్కరిస్తున్నారు... క్లుప్తంగా, స్పష్టంగా, అరఠావు మించకుండా మాకు రాసి పంపండి.

రూ. 116/– విలువైన బహుమతి గెలుచుకోండి.

అభ్యంతరమైతే ఫోటో పంపనక్కరలేదు. చిరునామా తప్పనిసరిగా రాయండి

–ఎడిటర్

రూ. 116/– విలువయిన బహుమతులు

బహుమతులు అందజేస్తున్నవారు:

KINETIC
KITCHEN MACHINE

కైనటిక్ అసోసియేట్స్, హైదరాబాద్