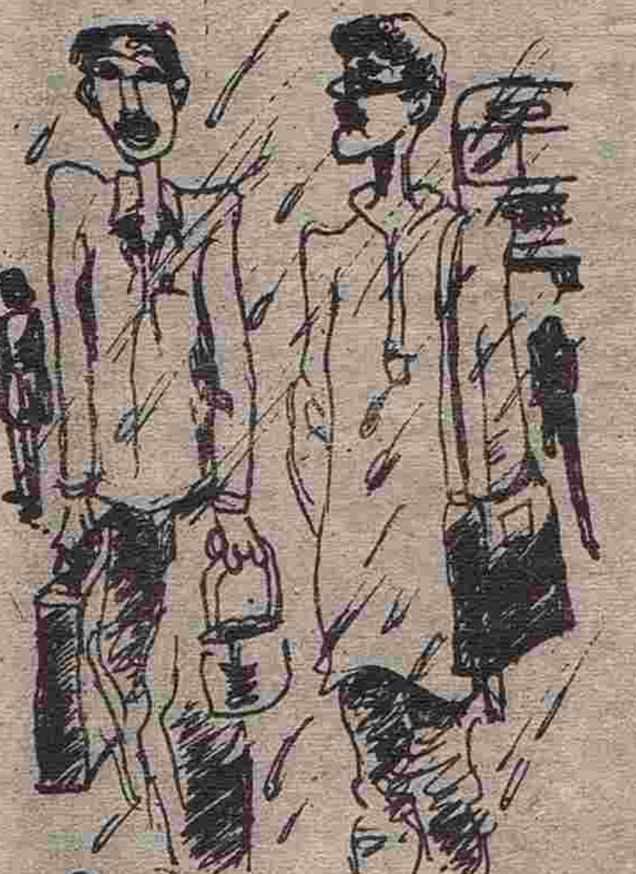
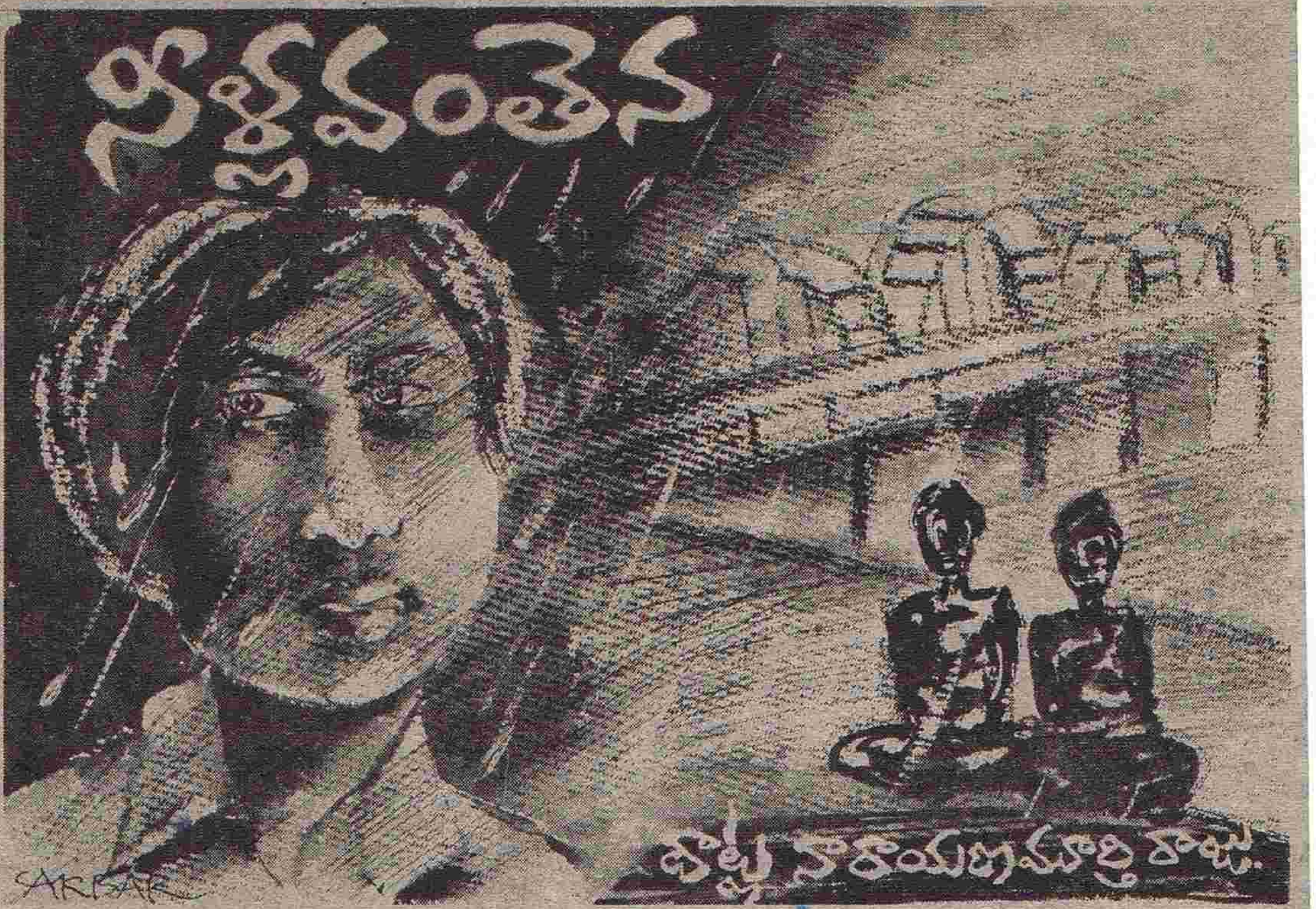


ఈవారం కథ



గోదావరి తీరం నా కిష్టం. నీళ్ళతో స్నేహం చేసే మనుషులెప్పుడూ స్వచ్ఛంగానే వుంటారు. నీళ్లు, కన్నీళ్లు ఎప్పుడూ జీవితానికి రెండు అంచులు.

మొట్టమొదటిసారి రాజమండ్రిలో అడుగుపెట్టాను. నేను చిన్నప్పటి నుంచి రాజమండ్రి గురించి వినడమే తప్పించి రాజమండ్రిని నేనెప్పుడూ చూడలేదు. నా ఊహల్లో రాజమండ్రి ఎప్పుడూ మనసారా చంటిపిల్లాడికి పాలుపట్టే తల్లిలా కనిపిస్తుంది.

చారిత్రక సౌగంధ్యం, సారస్వత సౌశీల్యం మేళవించుకున్న రాజమండ్రి వీధులన్నీ ఇరుగ్గా వుంటాయి. ఏ ప్రాచీన నగరంలోనైనా వీధులు ఇరుకుగా, అక్కడి మనుషుల మనసులు విశాలంగా వుంటాయి.

నేను బాగా అభిమానించే మా అత్తగారు చనిపోయారు. ఆవిడ అస్తికల్ని కలపడానికి రాజమండ్రి వెళ్లాల్సి వచ్చింది. విజయనగరం నుంచి బస్సు ఆలస్యంగా రాజమండ్రి చేరింది. నా పక్కన మా రాము బావ వున్నాడు.

ఊళ్లోకి ప్రవేశించిన బస్సుకి వాన స్వాగతం పలికింది. ముసురులా వుంది. రెండ్రోజుల్నుంచి పడుతోందో, మూడు రోజుల్నుంచి పడుతోందో తెలీదు. నెమ్మది, నెమ్మదిగా వాన పెరుగుతోంది. అది వాన కాదు. జడివాన. అలాంటి వానను నేను జీవితంలో ఎప్పుడూ చూడలేదు. మనిషికీ, మనిషికీ మధ్య మాయపొరలాంటి వాన. డబ్బు పొరలాంటి వాన. ఇనప వాన.

అప్పుడు ఉదయం ఆరూ యాభై అయిదు నిముషాలైంది. ఒక పక్క దట్టమైన మంచు. ఇంకో పక్క వీధుల్ని చెరువులుగా చేస్తున్న వర్షం.

బస్టాండు నుంచి రిక్షాలో ఆ పక్కవీధిలోనున్న హోటల్ కెళ్లాం. హోటల్లో స్నానాలు చేసి, వర్షం తగ్గిందేమో చూశాను. లేదు. ఈ వర్షం తగ్గదు.

'ఏం చేద్దాం' అడిగాను రామూ బావని.

'వెళ్దాం...' అన్నాడు. రిక్షాలో కోటిలింగాల రేవుకు బయల్దేరాం. రిక్షా ప్రయాణం పడవ ప్రయాణంలా వుంది. రిక్షావాడు ముసిలాడు.

"ఈ తుఫాన్లో అక్కడెవరుంటారు బాబూ... ఎవరూ వుండరు. ఇవాళంతా హోటల్ రూమ్‌లో గడిపి రేపు మీ పని చేసుకుంటే బావుంటుంది" వాడి భాషలో వాడు అవసోపాలు పడుతూ, ఉచిత సలహా ఇచ్చాడు ఆ రిక్షా మనిషి.

ఈ రోజు పని పూర్తిచేసుకుని మళ్లీ విజయనగరం వెళ్ళిపోవాలి. తప్పదు. వర్షమైనా, తుఫాన్ అయినా, ప్రళయమైనా.

మా అత్తగారంటే నాకు చాలా గౌరవం, ఇష్టం. నన్ను పెద్ద కొడుకులా చూసుకున్న అత్తగారు, కాన్సర్‌తో చనిపోయారు. ఆమె చనిపోవడానికి కొన్ని రోజుల ముందు నేను మా అత్తగారి ఊరెళ్లాను. అప్పటికే ఆవిడకి బాగా కాన్సర్ ముదిరిపోయింది. కొన్ని రోజులు అక్కడ వున్నాక, అక్కడ నుంచి హైదరాబాద్ రావడానికి ముందు బెడ్ మీదున్న ఆమె దగ్గరికా వెళ్లాను. ఆ సమయంలో ఆమె చూసిన చూపుల్ని నేనెప్పటికీ మర్చిపోలేను.

తను కొన్ని రోజుల్లో చనిపోతానని తెల్సుకున్న ప్రతి మనిషీ అలాంటి చూపులే చూస్తాడేమో. మనసుకు చావు వుంటుంది కానీ జీవితానికి చావు వుండదు, రూపూ వుండదు.

నేను హైదరాబాద్ వచ్చిన నెల రోజులకు టెలిగ్రామ్ వచ్చింది. మా అత్తగారు చనిపోయారు. ఆ విషయం తెలిసాక అలమండ వెళ్లాను. నేను వెళ్లేటప్పటికే శవ దహనం అయిపోయింది. పదకొండో రోజు వరకూ వుండి, వెళ్ళమని మా మావగారన్నారు. అస్తికల నిమజ్జనం రాజమండ్రిలో చేయాలన్నారు. అస్తికల నిమజ్జనం మా బావమరుదులు చెయ్యాలి. కొన్ని కారణాల వల్ల వాళ్లు ఊరు దాటకూడదట. మా ఆవిడకి కజిన్ బ్రదర్ రాము బావ నా పేరు సూచించాడు. నాతో తోడుగా వస్తానన్నాడు.

రిక్షా కోటిలింగాల రేవుకి చాలా దూరంలో ఆగింది. అక్కడ నుంచి రిక్షా ముందుకి పడదు.

"మరిక... పోవా కష్టం బాబూ..." పెను వర్షంలో చెమటను తుడుచుకుంటూ అన్నాడు రిక్షా మనిషి.

నా చేతిలో ప్లాస్టిక్ కవర్‌లో వుంచిన అస్తికల మూట.

ఆ అస్తికల మూటవేపు చూస్తున్నప్పుడల్లా నాకు ప్రాణప్రదమైన మా అత్తగారే నా మనసులో మెదుల్తున్నారు. ఆవిడ నా పట్ల చూపిన అభిమానానికి రుణాన్ని నేనిలా తీర్చుకుంటున్నానేమో!

చేతిలో అస్తికల మూటతో కోటిలింగాల రేవు వేపు నడవడం ప్రారంభించాం.

తడిసి ముద్దయిపోతున్నాం. రేవు ఇంకా పది గజాల దూరంలో వుంది. మలుపులో తాటాకుల పాక వుంది. అది చిన్న టీ దుకాణం. ఆ దుకాణం లోపల చెక్క బెంచీ మీద ఒక మనిషి కూర్చున్నాడు. యాభై ఏళ్లుంటాయి.

అతడి ద్వారా కొన్ని వివరాలు తెల్సుకోవచ్చు గదా అనే ఉద్దేశంతో ముందుకు నడిచి, టీ దుకాణంలోకి దూరాం.

"ఏం బాబూ... రెండు వేడి వేడి టీ కొట్టిం చమంటారేంటి..." అన్నాడు ముసిలాడు లేస్తూ. ముఖాలు తుడుచుకుంటూ బెంచీ మీద కూలబడ్డాం. మూడు నిమిషాల తర్వాత ఆ ముసిలి వ్యక్తి ఇచ్చిన టీని తాగుతున్నాను. ఆ ముసిలి వ్యక్తే ఉపోద్ఘాతం ప్రారంభించాడు.

"ఆ అపర కర్మలు చేసే వ్యక్తులు ఇంత వర్షంలో ఎవరుంటారు బాబూ.... ఇళ్ళకి వెళ్లి పిలిచినా రారేమో" అన్నాడతను.

అపరకర్మలు చెయ్యడానికి ప్రత్యేకంగా వ్యక్తులుంటారు. వాళ్లందరూ ఆ రేవుకి సమీపంలోనే వుంటారని నేను విన్నాను.

"రెండ్రోజుల్నుంచీ కురుస్తున్న వాన... ఈయాళే ఎక్కువైంది... తెల్లవారు జామున రాళ్ళదెబ్బలా కొట్టేసింది. నిన్నటి నుంచి చూస్తున్నాను గదా... ఆ అపర కర్మలు చేసే వాళ్ళకి పెద్దగా బేరాలొచ్చినట్టుగా లేవు..." అన్నాడు ఆ ముసిలి వ్యక్తి.

"బేరాలేనిటి" అడిగాను నేను.

"ఆ పూజలూ... కర్మలూ అన్నీ బేరాలే కదా బాబూ... మీ కది నిర్వహించాల్సిన పని. వాళ్ళకది భుక్తి కోసం. ఇక్కడ కట్టెలూ, డబ్బులే లెక్క. మనుషులూ, ప్రాణాలూ కాదు కదా..." చాలా వేదాంత ధోరణిలో అన్నాడు ముసిలి వ్యక్తి.

దేవాలయంలో పూజలైనా, శవాలయంలో కర్మలైనా రెండూ ఒకటే. భుక్తి, భక్తి. అతనలా ఎందుకన్నాడో నాకర్థమైంది. కాసేపు ఆలోచనలో పడ్డాను. ఎదురుగా రోడ్డు మీద నీటి ప్రవాహం. ఆ ప్రవాహంలో ఏదో మృత్యులయ.

"ఇప్పుడు కర్మకాండ చెయ్యడానికి ఎవరూ దొరకరా..." అడిగాను నెమ్మదిగా.

"అక్కడకెళ్ళండి... ఎవరో ఒకరుంటారు" నన్ను నిరుత్సాహపరచడం ఇష్టంలేక అన్నాడతను.

చేతి వాచీ వేపు చూసుకున్నాను.

వర్షమైనా తప్పదు. వెళ్లాలి.

"వెళ్దాం పద..." రామూ బావ వైపు చూసి అన్నాను.

రుమాలు తీసి నెత్తిమీద వేసుకుని, ఆ గుడిసెలోంచి బయటికొచ్చాం. మోకాళ్ల లోతు నీళ్లు. నడుస్తున్నాం.

దూరంగా గోదావరి పరవళ్లు తొక్కుతోంది. అతలాకుతలమైపోతున్న నదీగర్భం. ఎర్రని నీళ్లు. చెత్తనీ, చెదారాన్నీ సమస్త కల్మషాల్నీ తనలో జీర్ణం చేసుకుంటూ ఒరుసుకుంటూ, ఉగ్రంగా పరిగెడుతున్న ప్రాచీన పావన గోదావరి.

కోటిలింగాల రేవు. రావిచెట్టు కింద నిలబడ్డాం. పక్కనే శివాలయం. ఎవరో ఒకరిద్దరు వ్యక్తులు తచ్చాడుతున్నారు. కొంతమంది సాధువులు చెట్ల కింద, అరుగుల మీద ముడుచుకుని కూర్చుని కబుర్లాడుకుంటున్నారు.

కిందా, మీదా వర్షం

"దేవాలయంలోకెళ్లి, అడిగిరానా..." అన్నాడు రాము బావ. వెళ్లివచ్చాడు కూడా.

"అపర కర్మలు చేసే వ్యక్తులు లేరట. ఇవాళ రాకపోవచ్చట... ఎవరిచేతనైనా కబురంపితే ఇంటి నుంచి వస్తారట... కబురంపుదామా..." అన్నాడతను.

"వాళ్ళెక్కడుంటారో తెలీదు గదా..." అన్నాన్నేను.

గుడిలో చెప్పారు. ఆ చూడు.. దూరంగా వేప చెట్టు కన్పిస్తోందా... అక్కడ ఇద్దరున్నార్ట... ఎవరిచేతనైనా... కబురంపితే వస్తార్ట..." అన్నాడు మావాడు.

"కబురంపడానికి ఎవడున్నాడు... మనమే వెళ్తే బావుంటుంది..." అన్నాన్నేను.

"నేను వెళ్తాను... మీరిక్కడే వుండండి..." అంటూ మా రాము బావ వర్షంలో ముందుకు నడిచాడు.

కోటిలింగాల రేవు మృత్యు స్వర్శకు నిర్వచనంలా కనిపిస్తోంది. నాకు చావు ఎప్పుడూ బతుకు కంటే గొప్పదిగానే కనిపిస్తుంది. కష్టాలని, కన్నీళ్ళని, ఆశల్ని, నిరాశల్ని, స్వార్థాన్ని, అత్యాశని, ప్రేమని, ఆత్మీయతని, అనురాగాన్ని, ఆనందాన్ని, అన్నింటినీ మనిషి వదిలెయ్యడానికే చావు వుందేమోననిపిస్తుంది నాకు.

చావు భయం లేకపోతే మనిషి ఇంకా ఎంత స్వార్థపరుడయ్యేవాడో. ఇంకా ఎంత దుర్మార్గుడయ్యేవాడో!

సృష్టి చాలా గొప్పది. జననంతో మరణాన్ని ముడిపెట్టిన సృష్టికన్నా గొప్ప వింత ప్రపంచంలో లేదు.

హోరుగాలి ప్రారంభమైంది. ఆ హోరుగాలి జీవితంలో చివరి దశలా ఉద్వేగంగా, ఉద్విగ్నంగా వుంది. రావిచెట్టు చాటుకెళ్లి నిలబడ్డాను. గాలి... గాలి... అరుగు మీద కూర్చున్నాను. రావిచెట్టే నీళ్ల చెట్టులా వుంది. పాతకాలపు రావిచెట్టు. నన్నయ్య కాలం నాటిదో. వీరేశలింగం కాలం నాటిదో. దాని వెనక కాలం వుందనే విషయం నాకు తెలుస్తూనే వుంది.

అప్పుడు చూశాను.

ఆ రావి చెట్టుకి ఎడమవేపున తొర్రలా వున్న ప్రాంతం దగ్గర ముడుచుకుని కూర్చున్న కుర్రాడ్ని, ఆ కుర్రాడికి ఆరేళ్లో, ఏడేళ్లో వుంటాయి. తెల్లగా, స్వచ్ఛంగా వేదంలా వున్నాడు. వాడి కళ్లు మంత్రాల్లా మెరుస్తున్నాయి. చిన్న నిక్కరు, గళ్ల చొక్కా, తడిసి ముద్దయిపోయిన ముఖం, సొడవాటి ముక్కు, బుగ్గల్లో మెరుస్తున్న స్వచ్ఛమైన కాంతి.

మనసుకు కాంతి వున్నట్టే, దేహానికి కూడా ఓ కాంతి వుంటుంది. ఆ కాంతితో నిలక్షణంగా ప్రకాశిస్తున్నాడు వాడు. నా వేపే సూటిగా చూస్తున్నాడు. వాడు ఆ సమయంలో నాకు బాలగోదావరిలా కన్పించాడు.

వాడి వేపు చూస్తున్నంతలోనే నీళ్లల్లో అడుగుల చప్పుడికి తల తిప్పాను. మా బావ. ఆ పక్కన అపర కర్మలు చేసే పండితుడు.

"ఏమిటండీ బాబూ... ఇంత వర్షంలో వచ్చారు... ముహూర్తం ఇప్పుడే కుదిరిందా... ఏమిటి... విశేషం. చెప్పండి" అడిగాడాయన.

మేం ఎందుకొచ్చామో చెప్పాను.

"అదే కదా... ఇంత వర్షంలో ఏమిటండీ బాబూ... మామూలుగా ఇలాంటివాటికి... కొన్ని రేట్లు వుంటాయి. ప్రస్తుతం వర్షం ... కాదు... తుఫాన్... అంచేత రేటు మారుతుంది...". ఆ రేటును చెప్తాడాయన. నేను ఆశ్చర్యపోయాను.

"మీ ఇష్టం" అన్నాను.

"పని ప్రారంభిస్తున్నాడు... ఈ హోరు వర్షంలో స్నానం చేస్తారా..." అడిగాడాయన.

"స్నానం చేస్తాను..." అన్నాన్నేను.

"మామూలుగా గోదావరి... నేను పుట్టి, బుద్ధి ఎరిగాక గోదావరి దుర్వాసుడిలా మారడం నేను చూడలేదు. స్నానానికెళ్తే... కొట్టుకుపోతారేమో... అయినా చేస్తానంటున్నారుగా... చెయ్యండి.. నేగిరం వెళ్ళండి... వర్షంలో తడిస్తే పడిసం చేస్తుంది..." చాలా అసహనం కన్పించింది ఆయన మాటల్లో.

ఆయన చెప్పిన ప్రాంతంలో అస్తికల మూట నుంచి మెట్ల నేపు నడిచాను. స్నానం చేశాను. దుస్తులు మార్చుకున్నాను. మెట్లల్లో ఓ మెట్టు మీద ఆయన నా కెదురుగా కూర్చుని వేదం చెయ్యాలో చెప్తున్నాడు. మా అత్తగారి అస్తికల మూట విప్పాను. అప్పుడు నా కళ్లంట కన్నీళ్లొచ్చాయి.

ఆ పురోహితుడు చెప్తున్న పనిని యాంత్రికంగా చేస్తున్నాను. సరిగ్గా అప్పుడు - నా కన్నీటి పొరలోంచి ఆ కుర్రాడు కన్పించాడు ఎదురుగా.

వాడివేపు ఆశ్చర్యంగా చూశాను.

"సార్... సార్... మీరేమీ అనుకోకపోతే... నేనొకటి అడుగుతాను... చెప్తారా సార్..." అన్నాడు ఆ కుర్రాడు.

"అడుగు..." అన్నాన్నేను.

"మీ నాన్నగారు పోయారా..." అడిగాడు.

"లేద"న్నాను...

"మీ అమ్మగారు..."

"లేద"న్నాను.

"మరి మీ అక్కచెల్లెళ్ళలో ఎవరైనా..." అడిగాడు.

"లేద"న్నాను.

"మరెవరు సార్... పోయింది... ఇంత వర్షంలో ఇంత సీరియస్‌గా ఈ అస్తికల్ని నిమజ్జనం చెయ్యడానికి వచ్చారంటే... నేనేమైనా ఎక్కువగా మాట్లాడుతున్నానా... సార్..."

నా కెందుకో చికాగ్గా అనిపించింది.

"ఇంతకీ నీకేం కావాలి" అడిగాను.

"వాడా... రెండ్రోజుల్నుంచీ... ఇక్కడే తిరుగుతున్నాడండీ... వాడేదో చెప్తాడు. నమ్మకండి... అంతా డబ్బు కోసం... ఇలాంటివాళ్లు చాలా మంది ఇక్కడుంటారు" అన్నాడు పురోహితుడు.

కర్మకాండ జరుగుతూనే వుంది.

రెండు నిమిషాల తర్వాత మళ్లీ అడిగాడు ఆ కుర్రాడు.

"ఎవరు సార్ చనిపోయింది... చెప్పండి సార్ దయచేసి..."

"మా అత్తగారు..." అన్నాను నేను వా[...] మెరుపుకళ్ళవేపు చూస్తూ.

"నన్ను ఏడవమంటారా సార్..." వెంట[...] అడిగాడు ఆ కుర్రాడు కళ్లల్లోకి చూస్తూ.

"ఏడవడం ఏంటి..." ప్రశ్నించాను నేను.

"సార్... చనిపోయినప్పుడు ఏడుస్తారు, శ[...] దహనం అప్పుడు ఏడుస్తారు, ఇలాంటి క[...] కాండలప్పుడూ ఏడుస్తారు. కానీ మీరు ఏడవడ[...] లేదు. మీ పక్కనున్నాయన కూడా ఏడవడ[...] లేదు. నేను ఏడుస్తాను సార్... మీ అత్తగా[...] ఆత్మ శాంతిస్తుంది సార్... నన్ను ఏడవనీయం[...] సార్... నేను బాగా ఏడుస్తాను సార్... [...] ఏడుపు చూస్తే మీకు ఏడుపు వస్తుంది సార్..." అన్నాడు ఆ కుర్రాడు.

వాడి ముఖంలోకి చూశాను. ఖచ్చితంగా [...] ముఖంలో అమాయకమైన బాల్యం పెద్ద బాల[...] క్షలా వుంది.

నాకేమీ అర్థంకావడం లేదు.

మా అత్తగారి అస్తికల నిమజ్జనానికి ఈ కుర్ర[...] డెందుకు ఏడవాలి?

"ఏడుస్తేనే ప్రేమ వున్నట్టా... ప్రేమ వుంట[...] నేను ఏడవాలి... నువ్వెందుకు ఏడవడం..." అడిగాను.

"మీ అత్తగారని అంటున్నారు కదా సార్. నన్ను మీ ఆవిడ తరపునా, మీ తరపునా ఏడవనీయండి సార్. నేను ఏడుస్తాన్ సార్..." అన్నాడా కుర్రాడు.

"దీని వల్ల నీకేమిటి లాభం" అడిగాను.

ఒక్క క్షణం ఆ కుర్రాడు మాట్లాడలేదు. వర్షం జోరుగా కురుస్తూనే వుంది. మా రామూ బావ మా ఇద్దరి నేపు నిశ్శబ్దంగా చూస్తున్నాడు. గోదావరి పడివడిగా పరుగెడుతూనే వుంది.

మమ్మల్ని కమ్మేస్తున్న వర్షపు తునకల మంచు.

"నేనేడుస్తే మీరు డబ్బులిస్తారని సార్" అన్నాడు ఆ కుర్రాడు.

ఒక్కసారి వాడి కళ్ళవేపు చూశాను. ఆ కళ్ళల్లో కన్నీళ్లు. కన్నీటికి మబ్బు హృదయమే గదా!

"ఎంత కావాలి... నీ ఏడుపుకి..." అడిగాను.

మారుతున్న కాలంలో నవ్వడానికి, ఏడవడానికి కూడా ధరలుంటాయేమో! ఆ కుర్రాడి అవసరం గురించి ఆలోచిస్తున్నాను. వాడి అవసరం ఏమై వుంటుంది.

"యాభై రూపాయలు ఇమ్మంటావా..." అడిగాను యాంత్రికంగా.

ఇటుపక్క మా పండితుడు మంత్రాలు చదువుతున్నారు. మధ్యలో మరొకసారి స్నానం చెయ్యండి. ముక్కు మూసుకోండి. ప్రదక్షిణం చెయ్యండి - ఇలాంటి తంతు జరుగుతూనే వుంది.

నేను మూడోసారి స్నానం చేసి వచ్చాక, ఆ కుర్రాడు మెరుపు కళ్ళతో అడిగాడు.

"రెండు వందల యాభై రూపాయిలు కావాలి సార్..."

ఆ కళ్ళనిండా విషాదం. ఆ మాట నిండా విషాదం. మరే ప్రశ్నా వెయ్యకుండా మా బావ నేపు చూశాను. రెండు వందల యాభై రూపాయిలు మా బావ ఇచ్చాడు మెట్ల మీద వున్న వా

(మిగతా 13వ పేజీలో)

ఎదుటి మనిషిని మాటలతో
ఆకట్టుకోవడం ఎలా? దీనికి హిప్నా
టిజం ఎంతవరకూ ఉపయోగపడు
తుంది? వాదించడంవల్ల ప్రయో
జనం ఉంటుందా?

–ఆర్.సుందరేశన్, విశాఖపట్టణం

ఎదుటి మనిషిని మాటలతో ఆకట్టు
కోవడానికి హిప్నాటిజం దాకా వెళ్ళవలసిన
అవసరం లేదు. ఈ క్రింది విషయాల్ని
జాగ్రత్తగా గమనిస్తే చాలు.

1. ముందుగా ఎదుటి వ్యక్తినే ఎక్కువగా
మాట్లాడనివ్వండి. అతను చెప్పే అన్ని
పాయింట్లు సమగ్రంగా విన్న తరువాతనే,
మీరు మాట్లాడడం మొదలు పెట్టాలి.
2. ఎదుటి వ్యక్తి మాట్లాడేటప్పుడు, మీరు
ఎంత సహనాన్ని ప్రదర్శించగలిగితే, అంత
మీకు మంచిది.
3. మొండిగా వాదించడంవల్ల ఎదుటి
మనిషిని టెంపొరరీగా గెలువవచ్చునేమో
కాని. అతని మనస్సును గెలువలేము.
4. ఒకవేళ మీరు మాట్లాడడంలో తప్పు
ఉంటే నిర్భయంగా ఒప్పుకోండి.
ఎదుటి వ్యక్తి అభిప్రాయాలు మంచిగా
ఉంటే మీరుకూడా ఒప్పుకోండి.
వాటివల్ల మీ స్నేహితులు మీతో ఎక్కువ
సమయం గడపడానికి ఇష్టపడారు.

? నాకు ప్రతి చిన్న విషయానికీ
భయం వేస్తుంది. ఆ సమయంలో
చాలా టెన్షన్‌కు గురి అవుతాను.
శరీరమంతా వణుకుతుంది. చని
పోతానేమోనన్న భయం రోజు రోజుకి
ఎక్కువౌతుంది. ఎప్పుడూ ఎవరైనా
తోడు ఉండాలని అనిపిస్తుంది. దీని
వల్ల జీవితంలో చాలా కోల్పోతు
న్నానని అనిపిస్తుంది. ఒక్కొక్కసారి
ఆత్మహత్యకూడా చేసుకోవాలని అని
పిస్తుంది. ఈ భయం తగ్గాలంటే
ఏం చేయాలి?

–ఎం.ప్రేమలత, విజయవాడ.

!మీరు ప్రతి చిన్న విషయాన్ని భూతద్దాలతో చూస్తు
న్నారు. అనవసరమైన ఆలోచనలతో మీ మనస్సును
పాడు చేసుకుంటున్నారు. మీకున్న మానసిక సమ
స్యను "యాంక్సైటీ న్యూరోసిస్" అంటారు. మిమ్మల్ని
హిప్నటైజ్ చేసి, మీకు సరియైన సజెషన్స్ ఇవ్వడం
ద్వారా మిమ్మల్ని ఈ సమస్యనుండి బయటపడేలా
చేయవచ్చు. మీ మానసిక రుగ్మతవల్ల మీకు
ఆత్మన్యూనతా భావంకూడా బాగా పెరగడానికి అవ
కాశం వుంది. అంతేకాకుండా, మీకు రకరకాల

ఫోబియాలు కూడా రావచ్చు. ఇక ఈ సమస్యకు
పరిష్కారం లేదు అనుకున్నప్పుడు, ఆత్మహత్య ఆలో
చనలు రావడానికి అవకాశం ఉంది. మీ విషయానికి
వస్తే, మీ మానసిక రుగ్మతనుండి మీరు మారు
తాతం బయటపడి, కొండంత ధైర్యంతో ముందుకు
వెళ్ళగలరు. ఆటువంటప్పుడు, ఇక ఆత్మహత్య ఆలో
చనలు ఎందుకు? సెల్ఫ్ హిప్నాటిజంకూడా మీకు
బాగా ఉపయోగపడుతుంది.

?నా వయస్సు 23 సంవత్స
రాలు దాదాపు 7 సంవత్సరా
లనుండి హస్తప్రయోగం అలవాట
యింది. మా ప్రక్క ఇంటి ఆంటీని
ఊహించుకుని హస్తప్రయోగం చేసే
వాడిని. ఇప్పుడు ఇంట్లో వాళ్ళు
పెళ్ళి చేసుకోమని ఫోర్స్ చేస్తున్నారు.
కాని, సెక్స్‌లో ఇంతకుమునుపు ఉన్న
ఉద్రేకం ఇప్పుడు లేదు. నేను సెక్స్‌కి
పనికి రానేమోనన్న భయం నాలో
బాగా నాటుకుపోయింది. ఒక
స్నేహితుడి సలహాతో, విజయవా
డలో ఒక అమ్మాయితో సెక్స్ చేయ
బోయి భంగపడ్డాను. ఇక నా
జీవితం ఇంతేనా? నేను వివాహానికి
పనికి రానా? నాకు పెళ్ళి చేసుకునే
యోగం లేదా?

–ఆర్.రామకృష్ణారావు, గుడివాడ.

!వయస్సుంటూ వచ్చాక సెక్స్ కోరికలు రావడం
అనేది చాలా సహజం. అలాగే యుక్త వయస్సులో,
సెక్స్ కోరికల్ని అణచుకోవడానికి హస్తప్రయోగం
చేసుకోవడంకూడా చాలా సహజమే! హస్తప్రయోగం
వల్ల, మీ సెక్స్ జీవితానికి ఎటువంటి సమస్యకూడా
ఉండదు. ఇకపోతే, ఇప్పుడూ మీకున్న సమస్య మీ శరీ
రానికి కాదు. మీ మనస్సుకు! మీరు నిర్భయంగా,
ఎటువంటి టెన్షన్‌ని మనస్సులో ఉంచుకోకుండా,
పెళ్ళి చేసుకోవచ్చు. మీరు తప్పకుండా వివాహానికి
పనికివస్తారు. అనవసరమైన ఆలోచనలు, భయాలు
మీ మనస్సులో వుంచుకోకండి.

? నేను ఈ మధ్యే పదవ తరగతి
ఫెయిల్ అయ్యాను. నా తల్లిదం
డ్రుల ఆశల్ని వమ్ము చేశాను. నాకు
డాక్టర్ కావాలని ఉండేది. పదవ
తరగతి పాస్ కాలేని దాన్ని. ఇక
డాక్టర్ ఏం చదువుతాను? జీవితంపై
చాలా విరక్తి పుడుతోంది. అసలు
ఇక బ్రతికి ఏం సాధించాలి?

–ఆర్.ఎల్., విశాలాక్షి, మండపేట.

!జీవిత ధ్యేయాన్ని సాధించడానికి సాగించే ప్రయ
త్నంలో సుఖాలూ, కష్టాలూ ఎదురౌతూ ఉంటాయి.
రెండింటినీ సమంగా స్వీకరించాలి. అయినా మీ
లక్ష్య సాధనకోసం మీరు చేసిన ప్రయత్నం ఒకసారి
చెక్ చేసుకోండి. డాక్టర్ కావాలని అనుకున్నప్పుడు,
మీలో కిల్లింగ్ ఇన్‌స్టింక్ట్ ఉండాలి. అంటే చాలా
కష్టపడి చదవాలి. మీరు సమయమంతా స్నేహి
తులతోనో, టి.వి లు, సినిమాలు చూడడానికో,
ఊర్లు తిరగడానికో వెచ్చిస్తే, ఇక ఏం చదువ
గలుగుతారు? మీరు చేసిన తప్పుకి (చదవకుండా
ఉండడం), మీరు ఆత్మహత్య చేసుకొని, మిమ్మల్ని
అమాయకంగా ప్రేమించే మీ తల్లిదండ్రులకి శిక్ష
ఎందుకు వేయాలి? ఒక్క ఓటమితోటే ఈ లోకం
లోని అన్నిదారులూ మూసుకోవు. ప్రయత్నించండి.
మళ్ళీ ప్రయత్నించండి. ద్విగుణీకృత ఉత్సాహంతో
చదివి, పట్టుదలతో మీ భవిష్యత్తుకు బంగారుబాట
వేసుకోండి.

? నాకు కోపం ఎక్కువగా
వస్తుంది. అదికూడా చిన్నచిన్న విష
యాలకే? దీనివల్ల నేను చాలా
నష్టపోతున్నాను. కోపం వ్యక్తిత్వాన్ని
పెంచుతుందనే అభిప్రాయం చిన్న
ప్పుడు నాలో ఉండేది. అదే దీనికి
కారణమా? ఈ అనవసర కోపం
నుండి బయటపడడమెలా?

–ఎం.రాజు, శ్రీకాకుళం

!కోపం అన్ని విధాల అపాయకరం అని అంద
రికీ తెలుసు. కాని కోపం వచ్చినప్పుడు కంట్రోలు
చేసుకోవడానికి ప్రయత్నించరు. ఉదాహరణకి మీ
విషయమే తీసుకోండి. ఏదో సినిమాలో, ఎవరో
ఒక హీరో చట్టాన్ని ధిక్కరించి ఆలోచించకుండా,
గన్‌తో పదిమందిని చంపేస్తాడు. చివరికి ఆ సిని
మాలో అతనికి పోలీస్ ఆఫీసర్ ఉద్యోగం వస్తుంది.
కాని, నిజ జీవితంలో, నిత్య జీవితంలో ఈ విషయం
సాధ్యమౌతుందా అనేది ఆలోచించవలసిన విషయం.
సినిమాలో కోపం హీరోకి వరమైతే, నిజ జీవి
తంలో మనకి ఒక శాపం. కోపం వ్యక్తిత్వానికి
అలంకారం కాదు. కోపం వ్యక్తిత్వాన్ని పెంచుతుం
దనే మీ చిన్ననాటి అభిప్రాయం. ఈ రోజు మీరు
ఇలాగ తయారవ్వడానికి కారణం కావచ్చు. ఎప్పుడూ
కూల్‌గా ఉండడానికి ప్రయత్నించడం, ఎదుటి వ్యక్తి
ఎంత రెచ్చగొట్టినా, నిగ్రహాన్ని కోల్పోకుండా ఉండడం
ఒక విధంగా కోపాన్ని తక్కువ చేస్తాయి. అంతేకా
కుండా కోపంగా ఉన్నప్పుడు కానీ, ఆవేశం ఎక్కువగా
ఉన్నప్పుడు కానీ తీసుకునే నిర్ణయాలు చాలా వరకు
తప్పుడు నిర్ణయాలై ఉంటాయి. కోపం తక్కువ చేసు
కోండి అని చెప్పడం చాలా సులభమైనా, ఆచరణలో
నిజానికి చాలా కష్టం. అయితే, ప్రయత్నించడంలో
అది సులువుగా మారుతుంది. ప్రయత్నించి
చూడండి. ఐ విష్ యూ ఆల్ ది బెస్ట్.

? నా భార్య వయస్సు 26
సంవత్సరాలు, గత సంవత్సరంనుండి
ఆమెలో ఏదో మార్పు వచ్చింది.
ఎప్పుడూ ప్రక్క ఇంటి వాళ్ళు ఆమెను
ఏదో అన్నారని, అవమానించారని
అనుకుంటూ ఉండేది. ఈ మధ్య ఈ
భావన కాస్త ఎక్కువై అసలు బయ
టికే వెళ్ళడం లేదు. పోలీసులు వచ్చి
అరెస్టు చేస్తారని, బంధువులుకూడా
తిడుతున్నారని, వాళ్ళ గురించి
బూతు మాటలు ఎక్కువగా మాట్లా
డుతుంది. రోజు రోజుకీ ఆమె
ప్రవర్తన ముదురుతోంది. ఇక విడా
కులు ఇవ్వాలని అనుకుంటున్నాను.
కాని ఆమె ముసలి తల్లిదండ్రులకు
ఆమె ఒక్కటే కూతురు. ఆమెను వది
లేస్తే, ఇక ఆమెను చూసుకునే వారు,
ఆదుకునే వారు ఎవరూ ఉండరు.
పిల్లలుకూడా బాధపడతారు. కాని,
ఇలా అని, నేనుకూడా ఎన్నిరోజులని
ఓపిక పట్టగలను? దయచేసి మంచి
సలహా ఇవ్వండి.

–ఎల్.రవీంద్రనాథ్, వరంగల్.

! మీ భార్యకు ఒక తీవ్రమైన మానసిక సమస్య
ఉన్నది. దీనినే 'స్కిజోఫ్రీనియా' అని అంటారు.
మెదడులో జరిగే కొన్ని రసాయన మార్పుల వల్ల ఈ
సమస్య వస్తుంది. జబ్బుని ముందుగానే గుర్తిస్తే,
వెంటనే నయం చేయడానికి అవకాశం ఉంది.
మీరు వరంగల్లులో ఉన్న మంచి సైకియాట్రిస్టుకి
ఆమెను వెంటనే చూపండి. కాని ఆమె పూర్తిగా
బాగుపడడానికి చాలా కాలం పట్టవచ్చు. వేచి
చూడాలి. ఆమె ఇప్పుడు ఏం చేసినా కూడా, ఆమెకు
తెలియకుండా చేస్తున్నది. మీరు విడాకులు ఇవ్వడా
నికి ప్రయత్నిస్తే ఆమె ముసలి తల్లితండ్రులు ఆమెను
ఆదరించలేకపోతే, ఆమె పరిస్థితి మరీ జటిలమై
జీవితం నాశనమౌతుంది. ఒకసారి మనస్ఫూర్తిగా
ఆలోచించండి.

? నాకు మత్తు ఇంజెక్షన్లు
చేసుకోవడం రెండు సంవత్సరాలుగా
అలవాటయింది. ఎంత ప్రయ
త్నించినా కూడా ఆ అలవాటు
నుండి బయటపడలేకపోతున్నాను.
ఈ మధ్యే శరీరమంతా వణకడం
ప్రారంభమైంది. ఎప్పుడూ చాలా
నీరసంగా ఉంటోంది. సైకియాట్రి
స్టుని కలిసినా కూడా ప్రయోజనం
లేదు. దయచేసి మీరైనా సహాయం
చేయరా?

–డాక్టర్ వనజ, విశాఖపట్నం

! డాక్టరయి ఉండి కూడా మీరు మత్తు ఇంజ
క్షన్లకు అలవాటు పడడం మీరు చేసిన మొదటి
పొరపాటు. మత్తు ప్రపంచంలోకి ఒకసారి వెళ్ళిన
తరువాత, తిరిగి రావడమనేది మీ మనస్తత్వం పైన
ఆధారపడి ఉంటుంది. ఒకవేళ నిజంగా మీకు బాగు
పడాలని ఉంటే, "హిప్నో థెరపీ", "సైకో థెరపీ",
"ఆవర్షన్ థెరపీ"లు అద్భుతంగా పనిచేస్తాయి.

–డా. వి. నగేష్

మీ మానసిక సమస్యలు,
సందేహాలు కింది చిరునామాకు
రాయండి. డాక్టర్ నగేష్ వాటికి
సమాధానం యిస్తారు. మీ ప్రశ్నలు
వివరంగా వుండాలి. కవర్‌మీద
మనసువైద్యం అని రాయాలి.

చిరునామా
మనసువైద్యం
ఆదివారం ఆంధ్రజ్యోతి
రోడ్ నెం: 8, బంజారాహిల్స్,
హైదరాబాద్-500 034

బాహ్యంగా శరీరావయవాల కదలిక, వాటి మీద
వివిధ రకాలైన ఒత్తిడి, పీడనాల ద్వారా అంతరావ
యవాలను చైతన్యం చేయడమే దీని ముఖ్యోద్దేశం.
'మసాజ్' దీనిలో ప్రముఖ పాత్ర వహిస్తుంది.
దీనినే 'తైలమర్దనము' అని కూడా అంటారు. శరీ
రానికి నూనె పట్టించి తాడనము, ఫ్రిక్షన్, పర్కుషన్,
హాపింగ్, బీటింగ్, క్లాపింగ్, నీడింగ్, స్క్వీజింగ్
వంటి వివిధ పద్ధతుల ద్వారా అంతరావయవాల్లో
ఉష్ణాన్ని పుట్టించి రక్తప్రసరణము క్రమబద్ధీకరించి
వ్యాధి నివారణ చేస్తారు. దీనిలో ఎక్సర్‌సైజ్
థెరపి, ఆక్యుపేషనల్ థెరపి, ఎలక్ట్రోథెరపి వంటి
వివిధ విభాగాలున్నాయి.

శరీరంలోని ఏ అవయవమైనా సక్రమంగా పని
చేయకపోతే ఈ విధమైన పద్ధతుల ద్వారా ఆ
భాగంలో చలనం కలిగించి దాన్ని యథాస్థితికి
తీసుకువస్తారు. ముఖ్యంగా పక్షవాతం, పోలియో,
ప్రమాదవశాత్తు విరిగి అతికించబడిన అవయవాల
కదలిక వంటి మొండి వ్యాధులకు ఈ ప్రక్రియ
అద్భుతంగా పనిచేస్తుందనడంలో ఎటువంటి సందే
హమూ లేదు. దీనిలోనూ వ్యాధిని బట్టి రకరకాలైన
పరికరాలు, విధానాలు వాడుకలో వున్నాయి.

ఇవే కాకుండా కేవలం కొద్ది నిముషాల్లోనే తల
నొప్పి, వంటినొప్పి, నిద్రలేమి, జలుబు, ఉష్ణము మొ.
చిన్న చిన్న ఇబ్బందులను ఆశ్చర్యంగా తొలగించగలిగే
'ఆక్యుప్రెషర్' విధానము, విశ్రాంతి కలిగించే చైనా
వారి 'ఆక్యుపంక్చర్' ప్రక్రియ, మందుల ప్రమేయము
లేకుండా కేవలం ఆహారంలో మార్పుచేయడం వల్ల
వ్యాధులకు చికిత్స చేయగల 'డైట్ థెరపి'

మసాజ్

విధానాలు ప్రకృతి వైద్యానికి అలంకారంగా భాసిల్లు
తున్నవి. క్రియలని చెప్పబడే జలనేతి, సూత్రనేతి,
వమన, దండధౌతి, వస్త్రధౌతి, నౌలి వంటి
మరెన్నో పద్ధతులు వ్యాధుల నివారణలో ప్రకృతి
వైద్యానికి సహకరిస్తున్నాయి.

రక్తం తీయడం, సూదులు గుచ్చడం, మత్తు,
ఎక్స్‌రే వంటి ఆధునిక నిర్ధారణ పద్ధతుల ప్రమేయం
లేని 'ఫేషియల్ డయాగ్నోసిస్', 'ఐరిడయాగ్నోసిస్',
'క్రోమోడయాగ్నోసిస్' వంటి ప్రాచీన వ్యాధి నిర్ధా
రణ పద్ధతులు వున్నప్పటికీ, ఉద్దండులైన నిపుణుల
కొరతచే ప్రకృతి వైద్యం తిరిగి ఆధునిక నిర్ధారణ
పద్ధతులపైనే ఆధారపడక తప్పడం లేదు.

ఈ విధంగా సర్వ వ్యాధి భూతాలను భస్మీప
టలం చేయగల పాశుపతాస్త్రాల వంటి చికిత్సా
శస్త్రాలను తన అమ్ములపొదిలో సిద్ధపరచుకొని
సర్వప్రాణికోటికి సంపూర్ణ ఆరోగ్యాన్ని అందివ్వగల
ప్రకృతి వైద్యం కేవలం ప్రచారలోపం కారణంగా
ఆదరణకు నోచుకోకపోవడం, పాపులర్ కాకపో
వడం నిజంగా శోచనీయం. ఇటువంటి వైద్యానికి
చేయూతనీయవలసిన అవసరం, బాధ్యత మనంద
రిపై వుంది.

– వాయుగుండ్ల మధుబాబు

నీళ్ళవంతెన

(12వ పేజీ తరువాయి)

పాంటు జేబులోంచి తీసి. ఒక పక్క నిమజ్జనం
తంతు జరుగుతోంది. వాడు ఏడుస్తూన్నాడు.
అది దొంగ ఏడుపు కాదు. నిజమైన ఏడుపు.

అస్తిక నిమజ్జనం పూర్తయింది. దానాలూ
పూర్తయ్యాయి. చివరి స్నానం చేసొచ్చాను. నాకు
బాగా సంతృప్తిగా వుంది. శాస్త్రోక్తంగా
చక్కగా కర్మకాండ పూర్తయింది. మా రామూ
బావ డబ్బులిచ్చాడు పురోహితుడికి. అంతా
అయిపోయింది. పురోహితుడు నమస్కరించి
వెళ్తున్నాడు.

నేను దుస్తులు మార్చుకుంటున్నాను.

సరిగ్గా అదే సమయంలో –

కనీసం మాతో మాటమాత్రమైనా చెప్పకుండా
కోటిలింగాల రేవు ఎడమ వేపు పరుగెత్తాడు
వాడు. అప్పుడు చూశాను. అక్కడ ఇద్దరు పని
వాళ్లు... శవాల్ని పట్టేవాళ్ళలా వున్నారు.

ఆ కుర్రాడు వాళ్ళ దగ్గరికెళ్లాడు. ఏదో మాట్లా
డుతున్నాడు. అరుస్తున్నాడు... ఏడుస్తున్నాడు. ఆ
దృశ్యం నాకు కనిపిస్తోంది.

వాడు ఎందుకో వాళ్ళని ప్రాధేయపడుతున్నా
డనిపించింది.

పావుగంట తర్వాత వాడు నా దగ్గరికి తిరి
గొచ్చి –

ఏడుస్తూ –

"సార్... నా పని కాలేదు... వర్షం కదా!
వాళ్లు రేటు పెంచేసారు సార్... ఇంకో వంద
కావాలిట..." అన్నాడు వాడు ఏడుస్తూనే.

"ఎందుకు..." ఆశ్చర్యంగా అడిగాను.

వాడేం చెప్పలేదు. నన్ను తన వెనక రమ్మన్నట్టు
సంజ్ఞ చేస్తూ ముందుకు నడిచాడు.

ఎడమ వేపున
మెట్ల దగ్గర
పాత గోడ పక్కన

నిలువుగా పడుకోబెట్టిన శవం... వర్షంలో
తడుస్తున్న శవం...

"మా అమ్మ సార్... రెండ్రోజులైంది చనిపో
యింది సార్... కాల్చడానికి డబ్బుల్లేవు సార్...
గోదాట్లో పడేయాలంటే... నేను ఈదుకెళ్ళలేను
గదా సార్... వాళ్లేమో... ఈ శవాన్ని నీళ్లల్లో
పడెయ్యడానికి ముందు రెండు వందల యాభై
అడిగారు... ఇప్పుడు మూడు వందల యాభై
అడుగుతున్నారు సార్... నేను మీ దగ్గర ఏడ్చింది
ఇందుకే సార్... ఏడ్చినా... మా అమ్మ శవానికి
ముక్తి లభించలేదు సార్..."వాడి మాటల్లో వాడు
చెప్పాడు.

దుఃఖం... గుండెల్లో వర్షం కురుస్తోంది.

నేనేమాత్రం ఆలోచించలేదు.

వాడి కళ్ళల్లోకి చూసి, శవం వేపు నడిచాను.
ఆ శవాన్ని భుజం మీద ఎత్తుకుని గోదావరి వేపు
నడిచాను.. ఆ శవాన్ని రెండు చేతుల్తో నీళ్లల్లోకి
జారవిడిచాను. వెనక్కి తిరిగాను.

నీళ్ళలో తేలుతూ వెళ్ళిపోతున్న తల్లి వేపు కళ్ళా
ర్పకుండా చూస్తున్నాడు వాడు. వాడి చేతుల్లో
వున్న నోటు కాగితాలు కిందకి జారిపోయి నీళ్ళ
మీద తేలుతున్నాయి.

నీళ్ళకీ, కన్నీళ్ళకీ మధ్య నేను.

వచ్చేవారం కథ

పసిరి మొగ్గ

–పసుపులేటి గీత