గతుకు

వి.ప్రతిమ

"ఎం.ఆర్" సైకిల్ షాపు నుండి బాడుక్కి రిక్షా తీసుకుని గడియారం స్థంభం కాడికొచ్చేటప్పటికి ఏడుకీ, ఎనిమిదికీ నడుమ రెండు ముళ్ళు పెనవేసుకున్నాయి. గుండె జారి పోయింది చెంగయ్యకి...అసలే ఎండాకాలం...అర పూట బళ్ళూ, మార్నింగ్ స్కూళ్ళు అంటూ పిలకాయలంతా చీకట్లో ఎళ్ళిపోతుండారు బళ్ళకి... ఊరికి దూరంగా వున్న మొగ పిలకాయల బడికి పొద్దన్నే అయితే రెండు మూడు గిరాకీలు తగిలేవి. అప్పుడెప్పుడో పూర్వకాలాన బోయిస్ స్కూలుగా వున్న దాన్ని జిల్లా పరిషత్ హైస్కూలు చేసినా, యిప్పుడది కో-ఎడ్యుకేషనే అయినా అంతా దాన్ని మొగ పిలకాయల బడి అనే పిలుస్తుంటారు. అక్కడికి రెండు, మూడు ట్రిప్పులుగాని వేయగలిగితే బాడుగ గిట్టు బాటవుతాది...ఆపైన పదకొండు దాకా బయట బాడుగలు తోలుకుని...అప్పట్నుంచీ ఎండకి గమ్మున మూడు దాకా చెట్టుకింద పడుండొచ్చననుకున్నాడు అతను. అయితే ఈ మాయదారి నిద్ర మెలకువొచ్చింది కాదు.

"అంత మొద్దు నిద్ర దేనికొచ్చింది? ఆ దేనికొస్తాది? ఊరికే తిని పడుకుంటే ఎందుకొస్తాది? తాగి పడుకుంటే వస్తాది...తన మీద తనకే కోపమొచ్చేసింది చెంగయ్యకి...ఈ వడ వంతా హాయిగా వుణ్ణింది...యాడా మందు దొరక్కుండా...ఇప్పుడు కొంచెం కనబడే తలికి నాలిక పీకతా వుంది...తాగ్గూడదని ఎంతనుకున్నా ఒల్ల కావడం లేదు...రంగమ్మ మూడు దినాల్నుంచీ తనతో మాట్లాడ్డం మానేసింది... దానికి తాగుడంటే మంట...తాగే మనుషులంటే అసహ్యం.

రంగమ్మ శానా తెలివయింది...చిన్నప్పట్నుండీ పెద్ద రెడ్డింటి కాడ పన్లో వుండి మంచి, చెడ్డలన్నీ తెలుసుకునింది...మనిషి కూడ బాగా తీరింది. తమ మాదిగిళ్ళల్లో మనుషులంతా నల్లటి నలుపు...రాళ్ళెత్తమా, నాట్లకి పోమా...ఎండా, గాలికి తిరిగి మరింత పీక్కుపోతాయి మొహాలు. అయితే రంగమ్మ అట్టా కాదు...మొదట్నుండీ నీడపట్టునుండడంతో నలుపు కమురొదిలింది. రెడ్డెమ్మ కట్టినట్టే చీర కడ్తాది... ఆమెనుకున్నట్టే జడేసుకుంటాది. వాళ్ళింట్లో తిండి తిని చామన్చాయగా తేలింది... మొహం నవ్వుగా వుంటుంది. ఆ మొహం చూసే కదా మోజుపడి తను పెళ్ళి చేసుకున్నాడు. చిరు సిగ్గుతో మెలికలు తిరిగిపోతున్నాడు చెంగయ్య.

"ఏయ్ రిక్షా వొస్తావా?" ఎవరో పిలుస్తున్నారు. చప్పన స్పృహలో కొచ్చి అటుకేసి చూశాడు.

తను అవుననీ, కాదూ అనే లోపుగానే పక్కనున్న మల్లిగాడు రిక్షా లాక్కెళ్ళి ఎక్కడికీ, ఏందని కూడ అడక్కుండా "ఎక్కండమ్మా" అనేశాడు.

చిట్టార్పి గడియారంకేసి చూశాడు చెంగయ్య.

అప్పటికే అరగంట గడిచిపోయింది. బేరమేదీ రాలేదు. ఇస్కూలు పిలకాయలంతా వెళ్ళిపోయిన ట్టుండారు.

చెంగయ్య ఆలోచనలో వుండగానే గడియారం స్థంభానికి పక్కనున్న పోలీస్ స్టేషన్లోపల్నుండి ఒక కానిస్టేబిల్ బయటికొచ్చాడు...వస్తూనే చెంగయ్యని చూసి దబాయిస్తూ "ఏరా ఎన్నిసార్లు చెప్పాలా...ఈ బజారు సెంటర్లో రిక్షాలు పెట్టొద్దని. ఫో...ఫో పక్కకి ఫో అంటూ లాఠీ తాటించాడు. మెల్లిగా రిక్షాని గడియారం స్థంభం వెనకాల సందులోకి మళ్ళిచ్చి పెట్టుకున్నాడు చెంగయ్య.

ఎనిమిదిన్నరయ్యేటప్పటికి గడియారం కాడుండే కూలోళ్ళ గుంపంతా చెదిరిపోయి బజారుకీ, అంగళ్ళకీ వచ్చేవాళ్ళ రద్దీ ఎక్కువయింది. ఆలస్యంగా మెలకువ రావడంతో గంజి నీళ్ళు కూడా తాగకుండా వచ్చేశాడు రంగమ్మ మీది కోపంతో... నీరసంతో కాళ్ళు లాగుతున్నాయి. ఎక్కి రిక్షా సీటు మీద కూర్చున్నాడు గుమస్తా.

"ఏయ్ రిక్షా వస్తావా?" పిలిచాడు హార్డువేర్ షాపు సోంబాబు.

"అయ్యా" అంటూ రిక్షా దిగి ముందుకి లాగాడు చెంగయ్య.

"బస్టాండుకి పోయి సరుకు తీసుకుని మళ్ళీ యిక్కడికే రావాలి. ఎంత తీసుకుంటావు?"

"మీకు తెలీదంటయ్యా" నసిగాడు.

"చెప్పవోయ్"

"పది రూపాయిలిప్పించండయ్యా"

"ఆశ జాస్తయిపోయిందిరా...మీ రిక్షావాళ్ళకి... ఇంతకు ముందు బస్టాండుకి పోతే రెండు రూపాయిల్దీసుకునే వాళ్ళు."

"అయ్యా సరుకు దీసుకోని రావాల గదయ్యా" తల గోక్కున్నాడు చెంగయ్య.

"ఎనిమిదిస్తా-పా" అంటూ చెంగయ్య మాట్లాడ్డానికి వీల్లేకుండా రిక్షా ఎక్కి కూర్చున్నాడు సోంబాబు.

చేసేదేమీ లేక పై గుడ్డ తీసి దులిపి నడుముకి కట్టుకుని సీటు మీదికెక్కాడు చెంగయ్య. బస్టాండుకి బస్సొచ్చి సరుకు సర్దుకుని తిరిగొచ్చేసరికి పదయిపోయింది.

"మంచి బేరమే...వృధాగా ఎంతయినా ధారపోస్తారు కానీ రిక్షావోడికి, మాత్రం ఒక్క రూపాయి జాస్తివ్వాలంటే ఏడ్చి ఛస్తారు" మనసులోనే గొణుక్కున్నాడు చెంగయ్య. సోంబాబిచ్చిన ఎనిమిది రూపాయిల చిల్లరా లెక్క చూసుకుంటూ-

రిక్షా పక్కన పెట్టి 'టీ' త్రాగి వచ్చాడు. అక్కడ కుళాయి వద్ద మొహం కూడ కడుక్కున్నాడు.

నీరసం కాస్త తగ్గినట్టుగా అనిపించింది.

ఇందాకటి కానిస్టేబిల్ స్టేషన్లోపల్నుండి బయటికి వస్తూ

"ఏయ్ మళ్ళీ అడ్డం బెట్టావా?- అయ్య వస్తుండారు..." అన్నాడు హెచ్చరిస్తున్నట్టుగా.

చప్పన లేచి రిక్షాని పోలేరమ్మ గుడి వెనకాలికి తీసికెళ్ళి పెట్టుకున్నాడు చెంగయ్య... ఈ లోపుగా సి.ఐ., ఎస్.ఐ. బయటికొచ్చారు. మరో నలుగురు కానిస్టేబిళ్ళని ఎక్కించుకుని, సర్రున దూసుకు పోయింది జీపు...జనం రద్దీని కూడ లెక్క చేయకుండా. ..గుడి వెనకాల నుండి జీపు వెళ్ళిపోవడం తొంగి తొంగి చూసిన చెంగయ్య, మాసిన తుండు గుడ్డతో ముఖానికి పట్టిన చెమటను తుడుచుకుంటూ, మళ్ళీ రిక్షాని మెల్లిగా లాక్కుంటూ తీసికొచ్చి గడియారం స్థంభం పక్కన పెట్టాడు.

హార్డ్‌వేర్ అంగడి సోంబాబు తెచ్చిన సామానంతా సర్దేసినట్లున్నాడు...కౌంటర్లో కూర్చుని లెక్కలు చూసుకుంటున్నాడు.

కుదవంగడి మార్వాడీ ఆయన కష్టమర్లతో వచ్చీ రాని తెలుగులో ఏదో మాట్లాడుతున్నాడు.

రెడ్డోళ్ళ సినిమా బండి సెంటర్లో ఆపి, మంచి పాట వేస్తూ మధ్య మధ్యన మైకు చెప్తున్నాడు బండ్లో కూర్చుని మణిగాడు.

రంగమ్మకి సినిమాల పిచ్చి, ప్రతి సినిమాకీ పోదామంటుంది. ఆ సినిమాలు చూసి వాటిల్లో ఆడోళ్ళ మాదిరిగా సేషన్లు చేస్తాది.

తమ మాదిగిళ్ళల్లో కంతటికీ రంగమ్మంటే సినిమా ఈరోయినే. అంతా బాగానే వుంటాది గానీ, తను తాగితే మాత్రం ఒప్పకోనంటాది...తనక్కాడ తాగ్గూడదనే అన్పిస్తాది... మళ్ళీ ఏందో...? సినిమా పాటలు వింటూ ఆలోచనలో పడ్డాడు చెంగయ్య.

"రేయి చెంగా" ఎవరో జబర్దస్తీగా పిలుస్తున్నారు.

ఉలిక్కిపడి రిక్షా దిగి నాలుగు వైపులా చూశాడు చెంగయ్య.

పోలీస్ స్టేషన్లోపల్నుండి బయటికొచ్చి లాఠీతో పిలుస్తున్నాడు హెడ్డు గంగయ్య. అతగాడి లావుపాటి బొజ్జ ఖాకీ చొక్కాలో యిమడలేక బజారుని తొంగి తొంగి చూస్తోంది.

"రేయి చెంగా" మళ్ళీ పిలిచాడు హెడ్డు.

"ఛచ్చాన్రా దేవుడా, ఉదయాన్నే వీడి కంటబడ్డాను" తనలో తాను తిట్టుకుంటూ పైకి మాత్రం "అయ్యా" అంటూ అప్పడే హెడ్డు పిలుపు విన్నవాడిలా పోలీసుస్టేషన్‌కేసి నడిచాడు ఒంగి ఒంగి దణ్ణాలు పెడుతూ. ఆ పోలేరమ్మ గుడెనకాలే వున్నా సరిపోయేది...జీపులో వీడు కూడ పచ్చాడనుకున్నాడు తను. జీపు అటు వెళ్ళగానే రిక్షా తీసుకొచ్చి గడియారం పక్కనే పెట్టినందుకు తనని తాను తిట్టుకుంటున్నాడు చెంగయ్య.

"ఏరా పిలుస్తుంటే యినపట్టంలా? కళ్ళు నెత్తికెక్కాయేంటి?" గర్జించాడు గంగయ్య.

"అయ్యా సూళ్ళేదయ్యా...ఈ సినిమా బండి గొడవలో యినపళ్ళేదయ్యా...ఏందయ్యా" తల గుడ్డ తీసి చేతిలో పట్టుకుని ఒంగి ఒంగి అడిగాడు చెంగయ్య.

"దొంగ నాయాళ్ళయిపోయార్రా మీరు...యినపడ్డాగాని యినపడనట్టే వుంటారు... బండిట్టా తీసుకురా పో" గంగయ్య మాటే గర్జనలా వుంటుంది.

తప్పదన్నట్టు పోయి బండి తీసుకొచ్చాడు చెంగయ్య.

"లోపల టి.వి. వుందిగానీ తెచ్చి బండిలో పెట్టు" బండి సొంతదారు కూడ అంత దర్జాగా, దౌర్జన్యంగా చెప్పడేమో...! మౌనంగా స్టేషను లోపలికెళ్ళాడు చెంగయ్య. లోపలి గదిలో కన్పించింది బొమ్మల పెట్టె...మామూలుగా తమ కాలనీలో చూసే బొమ్మలపెట్టెకన్నా చానా పెద్దదిగా వుంది. దగ్గరికెళ్ళి పైకెత్తబోయాడు. ఉదయం నుండీ ఏమీ తినకపోవడంతో కళ్ళు తిరిగినట్టయింది చెంగయ్యకి.

"అయ్యా కొంచెం సాయం పట్టండి" అంటూ స్టేషన్లోపలున్న మరో కానిస్టేబుల్ని పిలిచాడు.

"అరె అది మొయ్యలేవా? వడ్ల మూటలయితే ఎత్తుతార్రా మీరు" అంటూ చెంగయ్య డొక్కలో పొడిచాడతడు...ఇద్దరూ కలిసి టి.వి.ని రిక్షాలోకి చేరవేశారు.

"శీనూ జాగ్రత్త...టి.వి. రిపేరుకిచ్చి గంటలోపలే వచ్చేస్తా నువ్వెక్కడికీ వెళ్ళొద్దు" అంటూ కానిస్టేబుల్ 'శీను'కి స్టేషనప్పగించి చెంగయ్య రిక్షాలో ఎక్కి కూర్చున్నాడు హెడ్డు, టి.వి.ని ఒక చేత్తో పట్టుకుంటూ...రిక్షా ఒణికింది ఒక్క క్షణంపాటు. సీటుమీద కూర్చుని పెడలు మీద కాలుపెట్టి ఒక్క వూపుతో ముందుకు సాగాడు చెంగయ్య. ఎంత వూపుతో తొక్కుతున్నా బండి చాలా మెల్లిగా కదుల్తోంది.

"ఏందిరా చెంగా ఏంది విశేషాలు?" సిగరెట్టు వెలిగిస్తూ ప్రశ్నించాడు హెడ్డు.

"యాముండాయయ్యా మీకు తెలీనిది" న్నాడు చెంగయ్య నవ్వలేక.

"ఎట్టుండాయిరా రిక్షా బేరాలు...ఎంతిస్తుండాను బాడుగ"

"ఖర్మ! ఈయనగారి కాలక్షేపానికి తన బతుకే దొరికిందా?" అనుకుంటూ

"ఏం బేరాలయ్యా...పొద్దుట్నుంచీ కాసుకోనుండాను...ఒక్కరంటే ఒక్కరు కూడా ఎక్కలేదు...ఆ పెయింటంగంగాయన బస్టాండుకి పోయొచ్చి ఎనిమిది రూపాయిలిచ్చాడు. ఈడ బేరాలు దొరికినా, దొరక్క పోయినా ఆడ బండి బాడుగ మాత్రం టంచనుగా కట్టాల యిరవై రూపాయిలు. బాడుగేం కట్టేది...నేనేం తినేది? పిలకాయలకేం పెట్టేదయ్యా?"

"అయితే పిలకాయలంట్రా నీకు? ఎంత మందేం?" సిగరెట్టు దమ్ము పీలుస్తూ అడిగాడు హెడ్డు.

"ఉండారయ్యా...దరిద్రుడికి డజను మందని వూరికే అంటారా బాబూ...వుండారు ముగ్గురు పిలకాయలు" నీరసంతో చెప్పాడు చెంగయ్య.

"అదేందిరా చెంగా అట్టంటావు...మీ యిళ్ళల్లో ఎంతమంది పిలకాయలుంటే అంత మంచిది కదా...అంతా కూలికి పోతారు" అంటూ అటు మండి యిటు సర్దుకు కూర్చున్నాడు గంగయ్య. రిక్షాకి కళ్ళుంటే తప్పకుండా నీళ్ళు కార్చి వుండేది. అయినా రిక్షా అతి కష్టం మీద నడుస్తోన్న ఆ తీరు చూస్తుంటే అది ఏడుస్తున్నట్టే వుంది.

"ఆ యాడ పోతుండారయ్యా పనికి...మాయింటిదానికి పిలకాయల్ని చదివించాల అని బుద్ధి పుట్టింది...మనకెందుకే చదువులు...ముందు బతికేది నేర్చుకోవాల, యాడ్నో ఒక దగ్గర పనికి పెడ్తే వాళ్ళ పొట్ట కెళ్ళిపోతాది. ఇంకా మిగిల్తే రెండు చిల్లర డబ్బులు మిగల్తాయి అని ఎంత చెప్పినా యినదయ్యా. నాలుగిళ్ళల్లో సాచిపని చేసి ఆ డబ్బుల్తో పిలకాయల్ని చదివిస్తా వుండాది. వాళ్ళ గుడ్డా, గోచీ, తిండీ పుస్తకాలూ ఎట్నో తంటాలు సడ్తా వుండాది" చెప్పుకొచ్చాడు చెంగయ్య తన చరిత్రనంతా.

"అందరికీ చదువులు కావాలా...గవర్మెంటు మాత్రం యాడ్నుంచి తెస్తాది ఉద్యోగాలు...? అవునూ నీ పెళ్ళాం చదువుకుందా?" కుతూహలంగా ప్రశ్నించాడు హెడ్డు.

"లేదయ్యా...సదూకున్న మీబోటి పెద్దోళ్ళింట్లో పనిచేసింది చిన్నప్పట్నుండీ. అందుకని దానికన్నీ పెద్దోళ్ళ బుద్ధులే" భార్య విషయమొచ్చేటప్పటికి తెగ మురిసిపోతూ రిక్షా ఒకింత వేగంగా లాగాడు చెంగయ్య.

"జాగ్రత్తరేయి...మరీ స్పీడయి పోతున్నావు" హెచ్చరించాడు హెడ్డు.

"మొదులే మమూరి రోడ్లు అంతంత మాత్రం"

"అవునయ్యా ఈ రోడ్లలో రిక్షా దోలడం కష్టంగా వుందయ్యా...దానికితోడు ఎండాకాలంలో వానలేందయ్యా...వారం రోజులు వాన కురిసి వున్న గుంటలు మరీ పెద్దవై పోయాయా? మొన్నట్నుండీ కొంచెం తెరిపిచ్చింది కదా అనుకుంటే చూడయ్యా ఎండ ఎట్ట మిడిసి కాస్తా వుందారో..."

"జాగర్త...జాగర్త...పదారువేల రూపాయిల టి.వి... అసలే రిపేరు వొచ్చిందనే బాధపడి ఛస్తున్నా..." హెడ్డు నోట్లో మాట నోట్లో వుండంగానే కాన్వెంటు నుండి యింటికెళ్తున్న చిన్న పిలగాడు తెల్లటి పువ్వులాంటి బట్టలేసుకుని టర్నింగులో నుండి రిక్షాకి అడ్డం పరిగెత్తాడు...వాడ్ని తప్పించే ఆలోచనలో పక్కనే వున్న పెద్ద గోతిలో రిక్షాని దింపేశాడు చెంగయ్య...ముందు చక్రం గోతిలో పడంగానే రిక్షా పక్కకి ఒరిగిపోయింది. టి.వి. అమాంతంగా ఎగిరి రిపేరు కోసం రోడ్డు వారగా తోలివున్న గులకరాళ్ళ గుట్టమీద పడి, ఆపై గంగయ్య పడడంతో ముక్కలయి వూరుకుంది. అంతా సినిమాలలో సీన్లా జరిగిపోయింది. కిందపడ్డ చెంగయ్య దొక్కుపోయిన మోచేతినీ, మోకాలి చిప్పల్నుండి కారుతున్న రక్తాన్నీ కూడ లెక్క చేయకుండా హెడ్డు గంగయ్య కాడికి పరిగెత్తాడు. ఆ మాటకొస్తే గంగయ్య హెడ్డు కూడ తనకి తగిలిన దెబ్బల గురించేమీ లెక్క చేయలేదు. పట్టించుకోలేదు. మెల్లిగా లేచి కూర్చుని తన బొమ్మల పెట్టెకేసి చూసుకున్నాడు.

అందులో నుండి 'యిక బొమ్మలు రావు' అన్న నగ్న సత్యాన్ని జీర్ణించుకోలేని ఆవేశం గంగయ్యని నిలవనిచ్చింది కాదు. వెంటనే చుట్టుపక్కల వాళ్ళెవరో తనని మెల్లిగా పైకి లేపడానికి ప్రయత్నిస్తున్నా పట్టించుకోకుండా తనే ఒక్క ఉదుటున లేచి ముందూ, వెనకా ఆలోచన చేయకుండా చెంగయ్య జుట్టు పట్టుకున్నాడు.

"బాడ్కోవ్! కళ్ళు నెత్తికెక్కి ఉండాయిరా మీకు... ఎక్కినప్పట్నుండి చెప్తానే వుండా... జాగ్రర్తారేయ్ అని...పదారు వేలు ఎవురు కడ్తార్రా నీయబ్బ...ఎవురొస్తారో రానీయి... వొచ్చి డబ్బుకట్టి నిన్నిడిపించుకు పోవాల బంచత్...పద స్టేషనుకి నాకొడకా..." అంటూ మరో రిక్షా పిలిచి చెంగయ్యని దాంట్లోకి తోసి తనూ ఎక్కి కూర్చున్నాడు హెడ్డు. అతడికి తెలిసిన వాళ్ళెవరో గంగయ్యని వారించాలని చూసి అతడి ఆవేశం అణిచిపెట్టిన స్ప్రింగులా మరింత పైకి లేస్తుండడంతో ఆ ప్రయత్నం మానుకుని నేలపాలయిన టి. వి.ని రిక్షాలోకి చేర్చి రిపేరు షాపుకి తీసికెళ్ళారు.

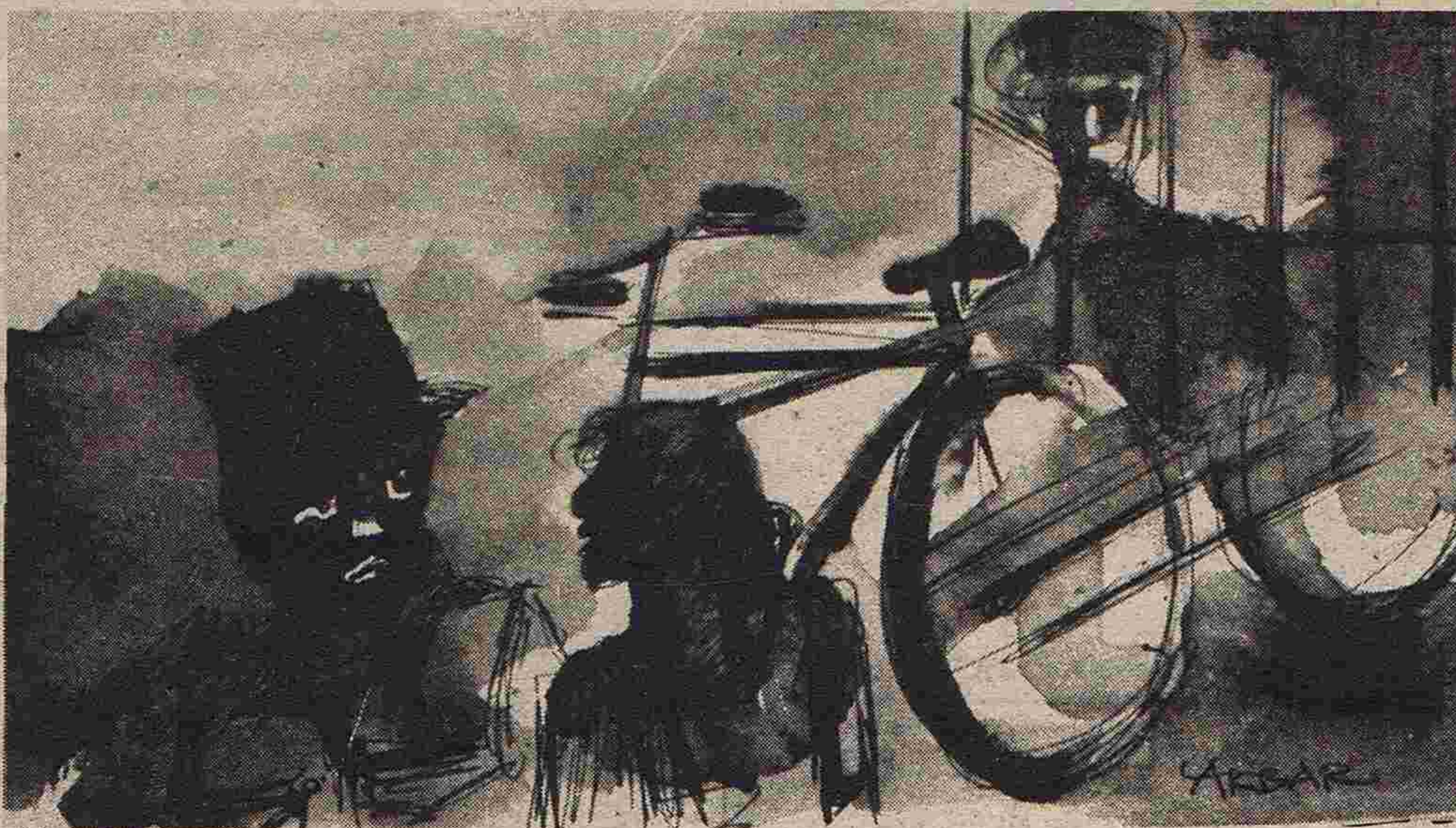
స్టేషన్లో ఎవరూ లేకపోవడంతో తాపీగా కూర్చుని ప్రియురాలికి ప్రేమలేఖ వ్రాసుకుంటున్న శీను హెడ్డు ఇంత త్వరగా తిరిగి రావడాన్ని జీర్ణించుకోలేక చప్పన కాగితాలు దాచేసి తక్కున లేచి నిలబడ్డాడు.

"ఏం జరిగింది సార్" అంటూ.

చెంగయ్యని లోపల్దోసి మరోసారి కాలితో తన్ని వచ్చి కుర్చీలో కూలబడ్డాడు గంగయ్య తలని రెండు చేతుల్లో యిరికించి.

అప్పటికే దాదాపుగా స్పృహ తప్పిపోయాడు చెంగయ్య. వాడికి నోట మాటే రావడం లేదు...జరిగిన సంఘటన ఎంత ప్రయత్నించినా బుర్రకెక్కడం లేదు. హెడ్డు గంగయ్యకి కూడ టి.వి. పగిలిపోయిన సంగతి జీర్ణించుకోవడం కష్టంగా వుంది. నానా గడ్డి తిని కొన్న టి.వి. పిల్లలకీ, పెళ్ళానికీ అదంటే ప్రాణం...ఒక్క రోజు రిపేరు కొచ్చినా భరించలేని వాళ్ళు ఇప్పుడిక టి.వి.యే ఇంటికి రాదంటే ఎట్లా ఫీలవుతారు. అసలు తనేమని జవాబు చెప్తాడు వాళ్ళకి. గంగయ్యకి ఆలోచించే కొద్దీ మతి పోతున్నట్లుగా వుంది. చెంగయ్యకి దాదాపుగా మతే పోయింది. పిచ్చెక్కినట్లుగా వుంది ఇద్దరికీ.

సాయంత్రమైపోయింది. చెంగయ్య తిండీ,



తిప్పలూ కనీసం తాగడానికి మంచినీళ్ళయినా లేకుండా ఆ నాలుగ్గోడల నడుమా పడి వున్నాడు. నిజానికి గంగయ్యకి కూడ ఆ మధ్యాహ్నం తిండి సయించలేదు. టీల మీద టీలు, సిగరెట్ల మీద సిగరెట్లు కాల్చేస్తున్నాడు.

ఎస్.ఐ., సి.ఐ.లు స్టేషన్లో లేకపోవడం, మరే ఇతర కేసులూ ఆ రోజుకి రాకపోవడం ఒక విధంగా మంచిదే అయింది హెడ్డు గంగయ్యకి.

చీకటిపడే వేళకి రంగమ్మ యేడుస్తూ పెద్ద కొడుకుని తోడు తీసుకుని స్టేషన్లోకి అడుగు పెట్టింది. మధ్యాహ్నం మొగుడు ఇంటికి రాకపోతే బేరాలు బాగా దొరికుంటాయి లెమ్మని సరిపెట్టుకుంది...ఒక్కోసారి దూరాభారాలు వెళ్ళినపుడు, మధ్యాహ్నం పూట మొగుడు ఇంటికి రాకపోవడం మామూలే.

ఆరుగంటలకి పాచిపని చేసుకుని ఇంటికొచ్చేతలికి నాలుగిళ్ళవతల వుండే వెంకటయ్య వచ్చి చెప్పాడు "అక్కా బావ యిట్టా స్టేషన్లో వుండాడంట" అని. అదిరి పోయింది. రంగమ్మ రాగానే హెడ్డుకి దణ్ణం పెడుతూ

"అయ్యా నా మొగుడు అమాయకుడయ్యా అన లేమీ తెలీనోడు. ఎట్టయినా ఈ ఒక్క తప్పూ మన్నించండి". అంది.

ఒక్క క్షణం రంగమ్మకేసి విశితంగా చూశాడు హెడ్డు...అసలే చిన్నవైన అతడి కళ్ళు మరింత చిన్నవయ్యాయి. నుదురు ముడతలు పడింది. క్షణం తరువాత క్రమంగా అర్థమయిందతడికి!ఆ వచ్చింది రిక్షా చెంగయ్య భార్య అన్న విషయం.

రంగమ్మని చూసి విస్తుపోయాడు హెడ్డు.

చామనఛాయలో నవ్వుగా మెరిసిపోతున్న ముఖంలో కదలాడే కళ్ళు...పన్నటి లేత గులాబీ రేకుల్లాంటి పెదవులూ, పైకి బఫ్‌లా దువ్వి సిమ్మ లెట్టి వేసుకున్న జడా...షేప్ జాకెట్లో అందంగా ముందుకు సాగి నిలిచిన ఎదా, కుర్చినట్లుగా వున్న చీరకట్టు, ఎవరో మధ్యతరగతి చదువుకున్న గృహిణిలా వుందే తప్ప మాదిగ చెంగయ్య భార్యలా లేదు. రిక్షా చెంగయ్యకి ఇంత అందమైన పెళ్ళామా? మింగుడు పడలేదు హెడ్డుకి.

చవ్వన వల్లగా, భారమైన శరీరంతో కదల్లేకుండా తుమ్మ మొద్దులా వుండే తన భార్య గుర్తొచ్చింది హెడ్డుకి. వెంటనే వెగటూ కలిగింది.

ఉదయం నుండీ ఏర్పడ్డ దిగులూ, విస్పృహా అంతా రంగమ్మని చూడగానే క్రమంగా మాయమయిపోయి పెదాల్లోకి పన్నటి చిరునవ్వు ప్రాకింది. కళ్ళల్లోకి వెలుతురు వచ్చింది...మెల్లిగా కుర్చీలో నుండి లేచి టేబిలు దాటి మృదువుగా అడుగులు వేస్తూ యివతలికి వచ్చాడు హెడ్డు గంగయ్య.

"ఎవరు నువ్వు? ఏం కావాలి" అన్నాడు ఏమీ

మిగతా 13వ పేజీలో

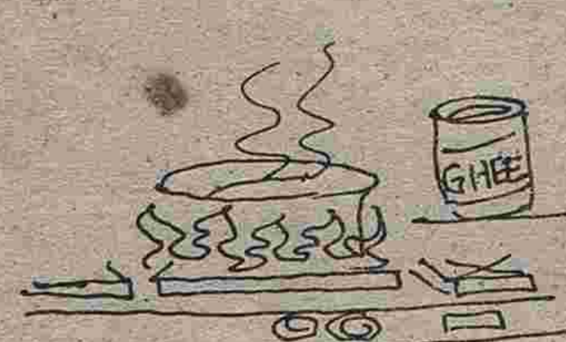
ఇలా చేస్తే సరి

గాజు సామానులు పగిలిపోతే గోధుమపిండి ముద్దతో అద్దాలి. అప్పుడు చిన్న చిన్న ముక్కలు కూడా పిండిముద్దకు అంటుకుంటాయి.

గమ్ గడ్డకట్టుకుపోతే కాస్త వెనిగర్ పోసి బాగా కలిపితే కరిగిపోతుంది.

గోడలకి సున్నం వేసేటప్పుడు సున్నంలో కాస్తా వార్నిస్ కూడా కలిపితే ఎండకి, వానకి సున్నం రాలిపోకుండా వుంటుంది.

కిరసనాయిల్‌లో కాస్త ఉప్పు వేస్తే దీపాలు ప్రకాశవంతంగా వెలుగుతాయి.

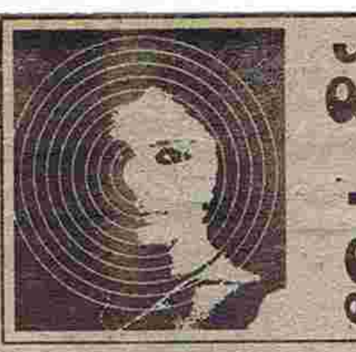


పప్పు ఉడికేటప్పుడు కాస్త నెయ్యి వేస్తే త్వరగా వుడుకుతుంది. మంచి వాసన వుంటుంది.

చింతపండు వేడినీళ్ళలో వుంచితే త్వరగా నానుతుంది.

–ఎన్.శివానంద్

మనసు వైద్యం



? నేను నల్లగా ఉంటాను. నాకు తెల్లగా కావాలని ఉంది. దీనికి నేను ఏం చేయాలి? దీని గురించి ఇప్పటి వరకు నేను మీకు మూడు ఉత్తరాలు వ్రాసాను. కాని ఒక లెటర్‌కి కూడా సమాధానం రాలేదు. నామీద మీకు ఏమైనా కోపమా? ఇప్పటికీ మీ సమాధానం రాకపోతే నాకు చావే శరణ్యం. నా చావు మీకు ఆనందాన్ని కలిగిస్తే నా సమస్యకు సమాధానం వ్రాయవద్దు. దయచేసి వెంటనే సమాధానం ఇవ్వగలరు.

–జి.రాజ్‌కుమార్, మన్నూరాబాద్.

! నల్లగా ఉన్న వాళ్ళు తెల్లగా కావటానికి, తెల్లగా వున్నవాళ్ళు నల్లగా కావటానికి హిప్నాటిజం ద్వారా ఏమాత్రం వీలుకాదు. హిప్నాటిజం వల్ల ఏవో అద్భుతాలు జరిగిపోతాయని దయచేసి అనుకోవద్దు. హిప్నాటిజం మాయనో, మంత్రమో కాదు. ఇతర శాస్త్రాలలాగే అది కూడా ఒక శాస్త్రం. శరీర అందానికి విలువ ఇవ్వకుండా, మనసు అందానికి విలువ ఇవ్వడం నేర్చుకోండి. దీని వల్ల మానసికంగా మీలో చాలా మార్పు రావడానికి అవకాశం ఉంది. మీ సమస్యని ఛాలెంజ్‌గా తీసుకోవడం ముఖ్యం. ఎవరు ఏమన్నా మీరు పట్టించుకోకుండా ఉంటే మిమ్మల్ని విజయం తప్పకుండా వరిస్తుంది.

? నా వయస్సు ఇర వై రెండు సంవత్సరాలు. నాకు తొమ్మిది సంవత్సరాల వయస్సులో మానాన్నగారు మరణించారు. నాకు ముందు ఇద్దరు ఆడపిల్లలు. మా నాన్నగారు మరణించేటప్పటికి మాకు కొంత అప్పు ఉన్నది. మా తాతగారు అక్కల పెళ్ళిళ్ళు చేశారు. నేను ఇంటర్ తప్పాను. ఏ విషయం మీద నిలకడ ఉండదు. చిన్నప్పటి నుండి ఎవరో ఒకళ్ళమీద ఆధారపడే వాడిని, సరైన వ్యక్తిత్వం లేదు. బయట ఎవ్వరితో సరిగ్గా మాట్లాడలేను. అందువల్ల ఎక్కడికి కూడా వెళ్ళను. స్నేహితులు కూడా ఎక్కువమంది లేరు. ఏపని చేయాలన్నా ఆందోళన, మనస్సులో వణుకు వచ్చి నీరసం అనిపిస్తుంది. తీవ్రమైన ఇన్‌ఫీరియారిటి కాంప్లెక్స్. వీటి వలన ఒక్కోసారి చనిపోవాలని అనిపిస్తుంది. వీటి నుండి బయట పడితేకాని ఏమీ చేయలేను. ఆర్థికంగా అక్కలు కొంత సహాయం చేస్తున్నారు. వారి నుంచి సహాయం పొందడం నాకు ఇష్టం లేదు. దయచేసి వీటి నుండి బయటపడే మార్గం తెలుపగలరు.

–కె.సురేష్, తెనాలి.

! ఈ రాకెట్ యుగంలో మానవ జీవితం ఒక సమస్యల వలయం అయిపోయింది. ప్రతి మనిషి కూడా అనేక రకాలైన మానసిక సమస్యలతో సతమతమవుతు జీవితంలో ఎప్పుడూ ఏదో కోల్పోయినట్టుగా ఫీలవుతూ ఉంటాడు. అలా ఫీల్ కావడం వల్ల మనిషి జీవితంలో డిప్రెషన్ పెరుగుతుంది. దీనివల్ల జీవితంలో ఏమి సాధించలేననే ఆలోచన పెరగడం, భవిష్యత్ గురించి ఎక్కువగా ఆలోచించి బాధ పడటం, ఇతరులపైన ఆధారపడే మనస్తత్వం పెరుగుతాయి. మీ జీవితంలో జరిగింది కూడా అదే! మీ జీవితం బాగు కావాలంటే ముందుగా మీరు ఏమి సాధించదలుచుకున్నారో దృఢంగా నిర్ణయించుకోండి. మీరు నిర్ణయించుకున్న లక్ష్యం వైపు

పయనించడానికి ప్రయత్నం చేయండి. ఇతరులపైన ఆధారపడటం తగ్గించుకోండి. మీరు జీవితంలో తప్పకుండా పైకి రాగలరు. నేను శక్తిమంతుణ్ణి. ఏపనినైనా పట్టుదలతో సాధించగలను అని పదే పదే అనుకోండి. ఇదొక ధ్యానం వంటిది. ఇది మీలో ఆత్మవిశ్వాసాన్ని పెంచుతుంది.

? మాది ఉమ్మడి కుటుంబం. మా కుటుంబంలో దాదాపు 20 మంది దాకా ఉంటారు. ఎవ్వరికీ సంతోషం లేదు. ఎందుకంటే ఎప్పుడూ కుటుంబ కలహాలు జరుగుతూనే ఉంటాయి. ఒకరిని చూస్తే ఒకరికి పడదు. దీని వల్ల నేను ఏ విషయం పైన కూడా ఏకాగ్రతను చూపలేక పోతున్నాను. జీవితం పరమ బోర్‌గా అనిపిస్తూంది. ఈ స్థితి నుండి బయటపడాలంటే ఏమి చేయాలి?

–ఎం.రమణి, విశాఖపట్టణం

! ఉమ్మడి కుటుంబంలో **కలహాలు** సర్వసాధారణం. మనిషికి మనసులో అహంకారం వస్తే ఆ అహంకారం మనస్సుపై పెత్తనాన్ని చలాయిస్తుంది. అహంకారం వల్ల ప్రేమ, వాత్సల్యం పూర్తిగా తగ్గుతాయి. వీటి వల్ల కుటుంబ కలహాలు పెరుగుతాయి. మంచి మాటతో ఇతరులను సంతోషపెడుతూ, మంచి చేతతో ఇతరులకి సహాయ సహకారాలు అందిస్తూ తమ జీవితాలను, ఇతరుల జీవితాలను మంచిగా చేసుకోవచ్చు. మీరందరు కూడా ప్రయత్నించి చూడండి తప్పకుండా మీ కుటుంబ కలహాలు తక్కువ అవుతాయి.

– డాక్టర్ వి.నాగేష్
హిప్నాటిస్ట్

మీ ప్రశ్నలు పంపాల్సినచిరునామా
మనసువైద్యం
ఆదివారం ఆంధ్రజ్యోతి, రోడ్ నెం:8,
బంజారాహిల్స్, హైదరాబాద్-500 034

కథ

12వ పేజీ తరువాయి

ఎరగనట్లుగా.

"అయ్యా నేను రిక్షా ఏసే చెంగయ్య భార్యని. నా పేరు రంగమ్మ వుండి తిన్నా లేక పస్తులున్నా ఏదో మా బతుకు మేము బతుకుతున్నోళ్ళమేగాని ఎవురి జోలికీ పోయేవాళ్ళమే కాదయ్యా...దయవుంచి వదిలేయండయ్యా ఈ ఒక్కసారికీ మన్నించండి" బతిమాలుకున్నట్లుగా అడిగింది రంగమ్మ.

అలా బతిమాలుతూ, వేడుకుంటోన్న రంగమ్మకేసి నిశితంగా చూస్తూ "ఏం శీమా వదిలెయ్యమంటోంది...వదిలేద్దామా?" కన్ను గీటుతూ నవ్వాడు గంగయ్య హెడ్డు.

"ఏంది వదిలేది? అయ్యగారి టి.వి. ఒకటా, రెండా పదారు వేలది. ఒక్క నిముషంలో బద్దలు చేశాడు నీ మొగుడు. అదేమంటే గతుకులో పడ్డాడంటాడు. గతుకులుంటే మాత్రం చూసుకు నడపద్దా? ఇప్పుడు పోయిన వస్తువు తిరిగి రమ్మంటే వస్తాదా? నీ మొగుడు చేసింది మంచిపని కాదు" హెడ్డుగారి మెప్పు కొట్టేయాలని మరీ విజృంభించేశాడు కానిస్టేబుల్ శీను.

ఇంతలో మరో కానిస్టేబుల్ సెల్‌లో నుండి చెంగయ్యని తీసుకొచ్చి హెడ్డు ముందర నిలబెట్టాడు...చెంగయ్య మెడ వాలిపోతూ, ఆ సమయంలో అక్కడ రంగమ్మని చూడగానే ఏదో జరగరానిది జరిగినట్లుగా స్టడీ అయిపోయింది.

"ఏరా చెంగా నీ పెళ్ళామొచ్చింది" హెడ్డు గొంతులోని వ్యంగ్యానికి కడుపులో రేగిన కసిని **అణుచుకుంటూ** తల వంచుకుని కళ్ళు మూసుకున్నాడు చెంగయ్య...

చెంగయ్యకి దుఃఖం ఆపుకోవడం కష్టంగా వుంది.

రంగమ్మ చెంగయ్యకేసి హెడ్డుకేసి మార్చి మార్చి చూస్తూ కళ్ళల్లో తిరుగుతున్న కన్నీళ్ళని తుడుచుకుంటూ మరోసారి బతిమాలుకోవడానికి సిద్ధపడ్తోంది...గడ్డం తడువుకుంటూ అటు, ఇటు పచార్లు చేస్తోన్న హెడ్డు హఠాత్తుగా ఆగాడు. ఒక్కసారిగా భరించలేనంత నిశ్శబ్దం... ఒక్క నిమిషం తర్వాత అన్నాడు హెడ్డు ఆలోచిస్తున్నట్లుగా.

"పొద్దుట్నుండీ ఈ చెంగయ్య దగ్గర పదారువేలూ ఎట్టా రాబట్టుకోగలనా అని చింత పడ్తుండాను... ఇప్పుడు మార్గం దొరికిందిరా చెంగా..." ఈ పదాలని ఒత్తి ఒత్తి పలుకుతూ వెటకారంగా ధ్వనించిందతడి గొంతు.

"మా దగ్గిర అంత డబ్బేదయ్యా? వంద రూపాయిలే ఏనాడూ చూళ్ళేదు. వేలంటే మాటలా? ఈ జన్మంతా పనిచేసినా మేము తేలేము...దయవుంచి మీరే పెద్ద మనసు చేసుకుని వదలాలి" ఉదయం నుండి చెప్తోన్న మాటలే అయినా మళ్ళీ మళ్ళీ మరోసారి చెప్పాడు చెంగయ్య...అతడి కళ్ళల్లో తడి లేదు...గుండెల్లోనూ తడారిపోయినట్లుగా వుంది... మెల్లిగా తలెత్తి భార్య మొహంలోకి చూశాడు. ఆమె ఎందుకోగాని బాధని అణచుకోబోతూ, అణచుకోవడం చేతకానిదానిలా వెక్కి వెక్కి ఏడవసాగింది...మళ్ళీ అంతలోనే దుఃఖాన్ని లోలోపలే దిగమింగుకుంటూ ఏడుస్తోన్న కొడుకు తల నిమిరి సముదాయిస్తూ హెడ్డుకేసి ఆతృతగా చూస్తోంది రంగమ్మ...

"ఇంత అందమైన పెళ్ళాన్ని పెట్టుకుని డబ్బు లేద తెచ్చేదంటావేమిరా పిచ్చి చెంగా... సెంటర్లో నిలబడమను రాసులు కురుస్తాయట్నే...నా బాకీ ఆరు నెలల్లో తీర్చేయొచ్చు. ఆరునెలలు కూడ పట్టదులే" రంగమ్మకేసి చూస్తూ కన్ను గీటాడు హెడ్డు...అంతటితో ఆగక చెయ్యి పట్టుకుని దగ్గరికి లాక్కున్నాడు.

"నీ యమ్మ...నాకే ఆపుకోడం కష్టంగా వుందే...ఫ్" అన్నాడు.

అంత నీరసంలోనూ చెంగయ్య కళ్ళు ఎర్రబడ్డాయి.

గంగయ్య తన బొమ్మల పెట్టి కోసం...రంగమ్మని అంగడి బొమ్మగా నిలబడమంటున్నాడన్న సంగతి అర్థమయ్యాక ఎక్కడలేని శక్తిని తెచ్చుకుని ఎగిరి రెండు కాళ్ళతో హెడ్డు గుండెల మీద తన్నాడు చెంగయ్య.

ఆ తర్వాత చెంగయ్య ఏమయ్యాడు? రంగమ్మ దీన స్థితి ఏమిటి? అనే విషయాన్ని మనం మాట్లాడుకోకుండా వుండడమే మంచిది. ○

వచ్చేవారం మరాఠీ కథ
రేవడి
–శరణ్ కుమార్ లింబాలే

ప్రకృతి వైద్యం

యోగాసనాలు

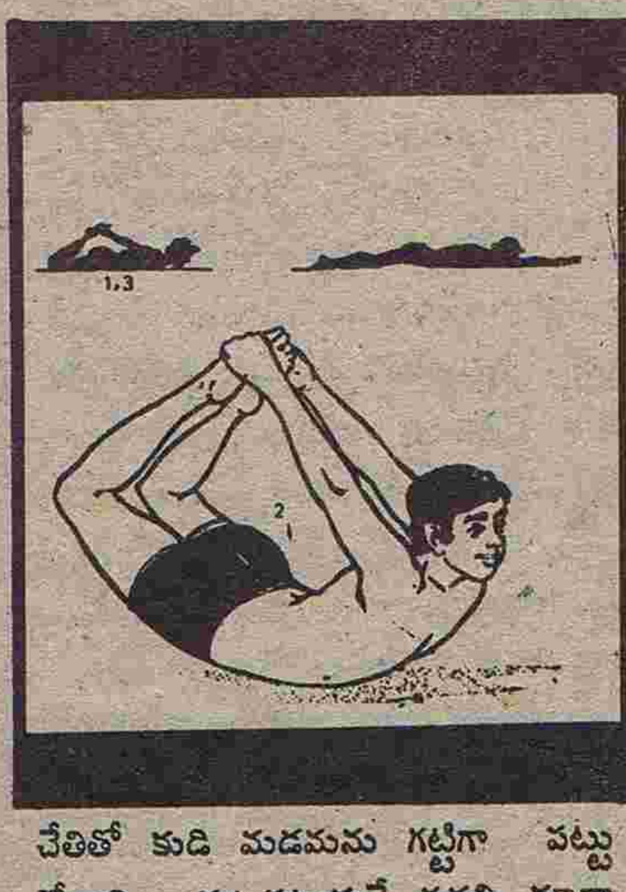
ధనురాసనము

ఇది యోగాసనములలో విశిష్టమైన ఆసనము. మహావీరుల చేతులలోని 'ధనస్సు' నుంచి గ్రహించబడినది. ఈ ఆసనము చివరిదశలో వెన్నెముక, తల ధనువులా వంగివుంటే, చేతులు, కాళ్ళు దాని రెండు చివరలను గట్టిగా బిగించి కట్టబడిన 'వింటినారి'లా అమరివుంటాయి.

ఇలాచేయాలి: * నేలమీద విశ్రాంతిగా బోర్లా పడుకోవాలి. రెండుపాదాలు దూరంగా వుంచాలి. ఈ స్థితిని కూడా 'క్షితి' అంటారు. గడ్డం నేలను తాకుతూవుండాలి. ఈపరిస్థితిలో శరీరంలోపల రక్త ప్రసరణ వ్యవస్థ తల వెంట్రుకల నుంచి కాలివేళ్ళ వరకు సమాంతరంగా ప్రసరిస్తుంది. శ్వాసక్రియ కూడా క్రమబద్ధమవుతుంది. శరీరం మొత్తం ఒకవిధమైన విశ్రాంతి స్థితిని పొందుతుంది. చేతులను శరీరానికి అటు ఇటూ సమాంతరంగా వుంచితే ఫలితం మరింతగా వుంటుంది.

* ఇప్పుడు మెల్లగా రెండుకాళ్ళను మోకాళ్ళ వద్ద మడవాలి. ఇందువల్ల మోకాళ్ళదగ్గరి కార్టిలేజ్ పదార్థము వత్తిడికి లోనవుతుంది. పాదాల వైపునుంచి మరియు నాభిప్రాంతం నుంచి మోకాళ్ళవైపుకు లింఫాటిక్ డ్రైనేజ్ (లింఫ్ స్రావం ప్రసరణ) పెరుగుతుంది.

* రెండు చేతులను కదిల్చి ఎడమ అరచేతితో ఎడమ మడమను, కుడి అర



చేతితో కుడి మడమను గట్టిగా పట్టుకోవాలి. ఈ పట్టుకునే పద్ధతి కూడా క్రమబద్ధంగా వుండాలి. కాలిమోకాలు అరచేతి యొక్క బొటనవ్రేలు మరియు మిగిలిన వేళ్ళమధ్య గల వంపులో చక్కగా ఇమిడిపోవాలి. అప్పుడే సరైనవిధంగా పట్టు కుదురుతుంది.

* తరువాత తల మరియు మెడను వెనక్కి వంచాలి. దీనివల్ల పాదాలు, అరచేతుల మధ్య బంధనం వల్ల ఏర్పడిన వత్తిడి తగ్గి భుజందగ్గరి కండరాలు రిలాక్స్ అవుతాయి. ఈ స్థితిలో పైభాగవు వెన్నెముక వత్తిడికి గురవుతుంది. అందులోని నాడులు ప్రేరేపించబడుతాయి. మెడ భాగానికి రక్తం సరఫరా పెరగడం అనవాయితీ. ఇప్పుడు మెల్లగా గాలి పీల్చుకుని కాళ్ళను పైకి, వెనక్కి తన్నినట్లు వుంచాలి. దీనివల్ల మరలా భుజం, చేతులలోని కండరాలు వత్తిడికి గురవుతాయి. వెంటనే మోకాళ్ళు, తొడలు, నాభి క్రిందిభుజంలోని కండరాలు రిలాక్స్ అవుతాయి.

* రెండు పాదాలను, కాళ్ళను దగ్గరగా చేర్చాలి. దృష్టిని పైకి మరల్చాలి. దీని వల్ల ఉదరం దగ్గరి **కండరాలు** ఒత్తిడికి గురవుతాయి. అదేవిధంగా వక్షం, గొంతు మొదలైన శరీరంలోని ప్రతి ఒక్క కండరమూ వత్తిడికి గురైవుంటుంది. వెన్నెముక పైనుంచి క్రిందివరకు సమాంతరమైన వత్తిడిలో వుంటుంది. మెల్లగా శ్వాసను వదిలి ఒక్కో స్టెప్ పూర్తి చేసుకుంటూ మొదటిస్థితికి రావాలి. దీన్ని ఒక 'రౌండ్'గా లెక్కిస్తారు. కానీ, ఆసనము యొక్క చివరిస్థితిలో కూడా మామూలు శ్వాసను కొనసాగించగలిగినట్లయితే ఈ ఆసనంను ఎక్కువ సమయం చేయవచ్చు. అందువల్ల పొందే ఫలితాలు కూడా ప్రోత్సాహకరంగా వుంటాయి.

ఉపయోగాలు: * శరీరంలోని అన్ని కండరాలకు, వెన్నెముకకు ఇది మంచి వ్యాయామాన్ని అందిస్తుంది.

* అన్ని కీళ్ళు మరియు కండరాలలో ఫ్లెక్సిబిలిటీని పెంచుతుంది. ముఖ్యంగా ఉదరకండరాలు గట్టిపడుతాయి.

* వక్షస్థలాన్ని పెంచి ఊపిరితిత్తుల కెపాసిటీని కూడా పెంచుతుంది. శరీరంలోని లివర్, స్లీన్, బ్లీడర్, జననేంద్రియాలు చైతన్యవంతమవుతాయి.

* జీర్ణవ్యవస్థలోని జీర్ణరసాల స్రావం ఎక్కువవడం మూలంగా జీర్ణక్రియ సక్రమంగా జరుగుతుంది.

* ముఖ్యంగా కిడ్నీలు వత్తిడికి, మరియు విశ్రాంతికి గురవడం వల్ల వాటి క్రియలు స్వయంగా నిర్వర్తించగలుగుతాయి.

* ఉదరంలోని మరియు పిరుదుల లోని ఎక్కువ క్రొవ్వును తగ్గించడంలో దీనిపాత్ర అమోఘం.

జాగ్రత్తలు: * ఎక్కువ బి.పి వున్నవాళ్ళు, గుండెజబ్బులు, హెర్నియా, మరియు స్లిప్‌డ్ డిస్క్ వంటివాటితో బాధపడేవారు ఇటీవల ఉదరానికి ఆపరేషన్ అయి ఇంకా కోలుకోని పేషెంట్లు, గర్భిణీస్త్రీలు ఈ యోగాసనాన్ని చేయడం నిషిద్ధం.

–వాయుగుండ్ల మధుబాబు.

150