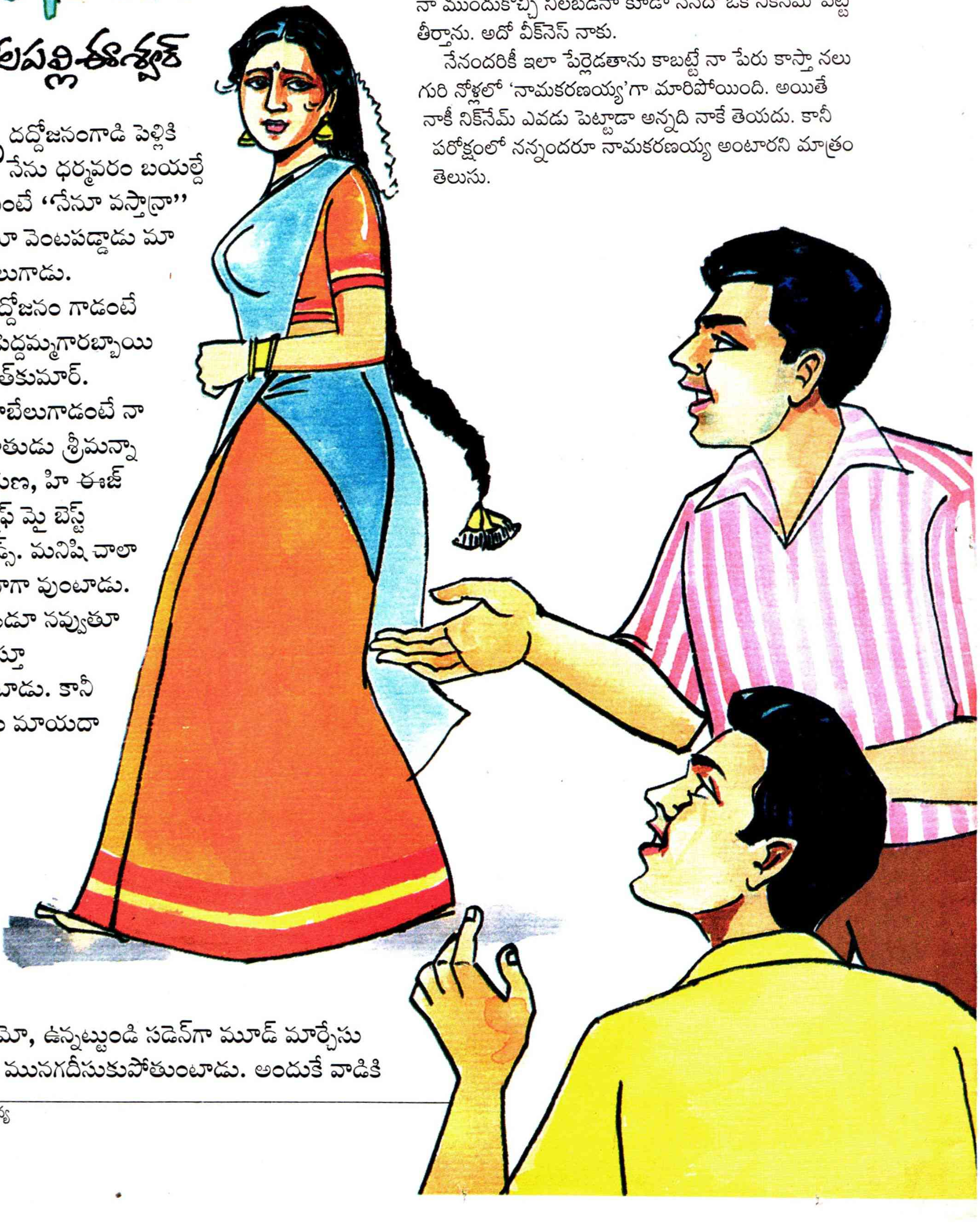
అందమైన నిక్‌నేమ్

కొలపల్లి ఈశ్వర్



మా దద్దోజనంగాడి పెళ్లికి నేను ధర్మవరం బయల్దేరుతుంటే ‘నేనూ వస్తాన్నా’’ అంటూ వెంటపడ్డాడు మా తాబేలుగాడు.

దద్దోజనం గాడంటే మా పెద్దమ్మగారబ్బాయి సంపత్‌కుమార్.

తాబేలుగాడంటే నా స్నేహితుడు శ్రీమన్నారాయణ, హి ఈజ్ వన్నాఫ్ మై బెస్ట్ ఫ్రెండ్స్. మనిషి చాలా సరదాగా వుంటాడు. ఎప్పుడూ నవ్వుతూ నవ్విస్తూ వుంటాడు. కానీ అదేం మాయదా రోగమో, ఉన్నట్టుండి సడెన్‌గా మూడ్ మార్చేసుకుని మునగదీసుకుపోతుంటాడు. అందుకే వాడికి తాబేలుగాడని పేరెట్టా. అలాగే సంపత్‌కుమార్ ఎవ్వరితోనూ ఆట్టే మాట్లాడకుండా ఎప్పుడు చూసినా కూల్‌గానే వుంటాడు. అందుకే అతను నా దృష్టిలో దద్దోజనంగాడయ్యాడు.

అసలు నేను పేరెట్టనిదెవరికిలెండి? సాక్షాత్తు ఆ సర్వేశ్వరుడే నా ముందుకొచ్చి నిలబడినా కూడా నేనేదో ఒక నిక్‌నేమ్ పెట్టే తీర్తాను. అదో వీక్‌నెస్ నాకు.

నేనందరికీ ఇలా పేర్లెడతాను కాబట్టే నా పేరు కాస్తా నలుగురి నోళ్లలో ‘నామకరణయ్య’గా మారిపోయింది. అయితే నాకీ నిక్‌నేమ్ ఎవడు పెట్టాడా అన్నది నాకే తెయదు. కానీ పరోక్షంలో నన్నందరూ నామకరణయ్య అంటారని మాత్రం తెలుసు.

''పెళ్ళికి బయల్దేరినోడివి ఆ సంగతేంటో చెప్పకుండా ఈ పెట్టుడు పేర్ల గోలేంటయ్యా బాబూ'' అని విసుక్కుంటున్నారా?

కోకండి...

ఎందుకంటే మా తాబేలుగాడు నాతోపాటు పెళ్ళికొస్తానన్నదే అందుకు.

అందుకంటే ఎందుకయ్యా అంటే పెళ్లికొచ్చే రకరకాల జనాలకి నేనెలాంటి చిత్రవిచిత్రమైన పేర్లెడతానో చూసి... అతడూ విని...

బస్టాండ్‌లో... తల చిన్నగానూ, మిగతా శరీరం అంతా లావుగాను వున్న ఒక వ్యక్తికి కూజాగాడనీ, చిన్నచిన్న కళ్లున్న ఓ చిన్నదానికి చైనా సుందరనీ ఇద్దరికి మాత్రమే నిక్ నేమ్స్ పెట్టగలిగాన్నేను. ఎందుకంటే బస్టాండ్‌లో ఆట్టేసేపు వెయిట్ చెయ్యనక్కర్లేకుండానే ధర్మవరం బస్సొచ్చేసింది.

ఆనందించడానికి.. హహ్హహ్హా అని నవ్వుకోవడానికి.

వాడి సంగతి నాకు బాగా తెలుసుగా! వాణ్ణి తాబేలుగాడంటే సహించలేడు గానీ వేరే వాళ్లెవరికైనా నేను నిక్‌నేమ్స్ పెడితే మాత్రం మాచెడ్డ వినోదిస్తాడు. ''భలే పేరెట్టేవేరా! శభాష్ అదిరా! ఇదిరా!'' అంటూ నన్ను తెగ అభినందిస్తాడు.

నాతోపాటు జనసమ్మర్ధమైన ప్రదేశాలకు రావడమంటే వాడికి చాలా ఇష్టం. అంతే ఎగ్జిబిషన్... సినిమా ... పార్క్ వగైరా వగైరా! కారణం పైజెప్పిందే!

సరే ధర్మవరం వెళ్ళేందుకు చెరో సూట్‌కేసూ చేతబట్టుకుని మేమిద్దరం బస్టాండ్‌కి చేరుకున్నాం బోండాంగాడి రిక్షాలో. బోండాంగాడంటే మాకు తెలిసిన ఒక రిక్షా అబ్బాయి. వాడి అసలు పేరు అయిలయ్య. పెట్టుడు పేరు బోండాంగాడు. నేను పెట్టిందే. వాడు బాగా లావుగా వుంటాడులెండి అదీ సంగతి.

బస్టాండ్‌లో... తల చిన్నగానూ, మిగతా శరీరం అంతా లావుగాను వున్న ఒక వ్యక్తికి కూజాగాడనీ, చిన్నచిన్న కళ్లున్న ఓ చిన్నదానికి చైనా సుందరనీ ఇద్దరికి మాత్రమే నిక్ నేమ్స్ పెట్టగలిగాన్నేను. ఎందుకంటే బస్టాండ్‌లో ఆట్టేసేపు వెయిట్ చెయ్యనక్కర్లేకుండానే ధర్మవరం బస్సొచ్చేసింది.

బస్సెక్కి ఖాళీగా వున్న రెండు సీట్లలో పక్కపక్కనే కూర్చున్నాం ఇద్దరం.

నా కళ్ళు బస్సంతా కలియజూశాయి... నిక్‌నేమ్ పెట్టించుకోగల అర్హతలున్న శాల్తీలకోసం. నేను తల్చుకుంటే అర్హతే వుండక్కర్లేదు ఎవరికైనా నిక్‌నేమ్ పెట్టేయ్‌గల్ననుకోండి... కానీ అర్హులకైతే సులభంగా పెట్టొచ్చుకదా! అదీ నా ఉద్దేశం.

ఒకాయన పెద్దపెద్ద మీసాల్తో కన్పించాడు. సో... ఆయన కాస్తా బుంగ రొయ్య అయిపోయాడు.

ఇంకొకాయన అట్టమీద వాల్‌పోస్టర్ అంటించి కట్‌చేసినంత బక్కపల్చగా వున్నాడు... సో. ఆయన కాస్తా అప్పడంగాడైపోయాడు.

వేరొకాయన నీగ్రోకన్నా కొంచెం ఎక్కువ నల్లగానే వున్నాడు. అంచేత ఆయనకాస్తా 'రాక్షసి బొగ్గు'గా మారిపోయాడు.

నేను కళ్లతో ఒక్కొక్కర్నే చూపిస్తూ మా తాబేలుగాడితో చెవులో వూదుతుంటే వాడి ఆనందం ఇంతా అంతా కాదు. 'అదుర్స్ గురూ!' 'సూపర్‌రా', 'వండ్రఫుల్‌రా'.... ఇవీ వాడి కాంప్లిమెంట్లు.

అలాగే ఆడాళ్లలో ... వున్నదే ఇద్దరులెండి... ఒకామెకు 'తాటకి' అనే పేరెట్టా. ఎందుకంటే ఆవిడగారి రూపురేఖావిలాసాలు రాక్షస సంతతికి చెందినదానికి మల్లే వున్నాయి మరి! 'సింప్లీ సూపర్బ్' – ఇది

బరువు పెరిగితే నష్టం ఏమిటి ?

డా॥ వి. రవీంద్రనాథ్ రెడ్డి, M.B.B.S., F.R.S.H.
Member-American Soceity of Bariatric Physicians

ఉగాది పచ్చడిలో తీపి, పులుపు, చేదు అన్నీ సమపాళ్ళలో ఉన్నపుడు ఎలా రుచిగా ఉంటుందో, జీవితంలో కూడా అన్నీ సమపాళ్ళలో ఉన్నపుడు జీవితం హాయిగా ఉంటుంది. ఇదే నియమం మనిషి ఉండాల్సిన బరువుకు కూడా వర్తిస్తుంది.

నేను ఈ మధ్యనే ఒక టీ.వి. ఇంటర్వ్యూలో చెప్పినట్లు, స్కూటర్‌మీద ఇద్దరు ప్రయాణించాలి. అస్తమానం ముగ్గురు ఆ స్కూటర్ మీద ప్రయాణం చేసినపుడు మొదట్లో బాగానే ఉంటుంది. కానీ సంవత్సరం తిరిగేసరికి టైర్లు అరిగి పోతాయి. షాక్ అబ్జార్బర్లు, ఇంజన్ రిపేరుకు వస్తాయి. అదే విధంగా మన ఎత్తు, బాడీ ఫ్రేమ్, వయస్సును బట్టే నిర్దిష్టమైన బరువు ఉండాలి. ఆ స్థాయిని మించి బరువు పెరిగిన పక్షంలో ఇబ్బందుల పాలవడం ఖాయం.

ఉదాహరణకు బరువు పెరిగిన మీరు ఏదైనా ఫంక్షన్ లేదా పార్టీకి వెళ్ళినపుడు ఎదుటివారు మీ క్షేమ సమాచారాలు అడగడం మానేసి మీ బరువుపైనా, లేదా పొట్ట పైనాజోకులు వేయడం మొదలు పెట్టడం అతి సాధారణం. దాంతో మీ మనసు వ్యాకులం చెందడం, తద్వారా ఇన్ఫీరియారిటీ కాంప్లెక్స్ లోను కావడం జరగుతుంది.

బరువు పెరిగినపుడు కొద్ది దూరం నడిచినా, మెట్లెక్కినా ఆయాసం రావడం, చెమటలు పట్టడం చూస్తూ ఉంటాము.

శరీరంలో బరువును మోసే కాళ్ళు, మోకాళ్ళు, మడిమలు మరియు నడుము బరువు పెరిగినపుడు అవసరం ఉన్న దానికంటే ఎక్కువ బరువు మోస్తూ ఉండడం వల్ల మోకాలి నొప్పులు, మడిమల నొప్పులు, నడుమునొప్పి రావడం తథ్యం. బరువు తగ్గితే ఈ నొప్పులు మాయం కావడం కూడా తథ్యం.

ఫ్యామిలీలో డయాబెటీస్ లేకపోయినా కూడా బరువు పెరిగిన వారిలో వారి కణాలకు ఇన్సులిన్ రెసిస్టెన్స్ పెరగడం వల్ల షుగర్ కంప్లైంట్ రావడం జరుగుతుంది. ఈ రకమైన డయాబెటీస్ వయస్సుతో నిమిత్తం లేకుండా చిన్న పిల్లల దగ్గర నుంచి మొదలు పెడితే పెద్దవారి వరకు వ్యాపించడం ప్రపంచంలో ఉన్న వైద్యులందరినీ కలవర పెడుతున్న విషయం. ఈ రకంగా అధిక బరువు వల్ల డయాబెటీస్ బారిన పడిన వారు బరువు తగ్గితే ఆటోమేటిక్‌గా డయాబెటీస్ కూడా తగ్గుతుంది..

అధిక బరువు ఉండేవారిలో ఉండే మరొక కామన్ కంప్లైంట్ హై బ్లడ్‌ప్రెషర్. బ్లడ్‌ప్రెషర్ ఉన్న ప్రతి ఒక్క మనిషిని డాక్టర్లు బరువు తగ్గమని చెప్పడానికి కారణం వారి శరీరంలో 10 శాతం బరువు తగ్గితే బ్లడ్‌ప్రెషర్ బ్రహ్మాండంగా తగ్గడమే.

బరువు పెరిగిన వారు ఎదురుకునే మరొక సమస్య ఛాతి నొప్పి, గుండెపోటు. స్త్రీలలో పీరియడ్స్ కూడా క్రమం తప్పడం, బరువు పెరిగినపుడు ఎదురయ్యే సాధారణ సమస్య.

చాలామందికి తెలియని విషయం మరొకటేమిటంటే, బరువు పెరిగినపుడు నిద్రలో గురక. అధిక బరువున్న వంద మందిలో కనీసం 95 మందిని వేధించే సమస్య గురక. పైన చెప్పినట్లు బరువెక్కువగా ఉన్నవారు 10 శాతం బరువు తగ్గితే వారు నిద్రలో పెట్టే గురక కూడా తారాస్థాయి నుంచి అథమస్థాయికి చేరడం ఖాయం.

బరువెక్కువగా ఉండేవారు తాము ఉన్న వయస్సు కంటే పెద్ద వయస్కుల లాగా కనపడడం, అధిక బరువు వల్ల వచ్చే మరో కాంప్లికేషన్. ఎందరో సన్నగా ఉండేవారు తాము ఉన్న వయస్సు కంటే చిన్న వయస్కుల లాగా కనపడడం చూస్తూ ఉంటాము.

అధిక బరువు వల్ల పిత్తాశయంలో రాళ్ళు, పక్షవాతం, రొమ్ము మరియు ఓవేరియన్ క్యాన్సర్‌లాంటి మరెన్నో కాంప్లికేషన్స్ వస్తాయి.

ప్రతి శుక్రవారం సాయంత్రం 5-50 ని॥లకు డాక్టరు గారి సలహాలను మాటీవి 'సంజీవని' ప్రోగ్రాంలో చూడవచ్చు.

CLINIC 2000
Makes the difference

Himayathnagar : 203, Sai Datta Arcade
Besides Mitra Agencies Maruti Show Room,
Himayathnagar, Hyderabad-500 029.
Ph : 5566 9595, 5561 5599, 2763 5522 www.clinic-2000.com

The only Medical Center for Overweight & Laser hair removal

చెరువుని ఆక్రమించి సుబ్బారాయుడు పుచ్చ తోటవేశాడు. అయితే చుట్టుపక్కల కుర్రాళ్లు రాత్రికి రాత్రే పుచ్చకాయల్ని ఊడ్చేయసాగారు. ఈ కుర్రదొంగల బాధ పడలేక తోటలో ఒక బోర్డు పెట్టాడు.
''ఇక్కడున్న పుచ్చకాయల్లో ఒక దాంట్లో సైనేడ్ వుంది'' అని.
మరుసటి రోజు ''ఒక దాంట్లో కాదు, రెండింటిలో సైనేడ్ వుంది'' అని కుర్రాళ్లు కరెక్షన్ చేసి చేతికందిన పుచ్చకాయల్ని పట్టుకెళ్లారు.

మా తాబేలు గాడి కాంప్లిమెంట్.

ఇంతలో 'లౌడ్ స్పీకర్‌గాడు' మా దగ్గరి కొచ్చాడు. 'టికెట్... టికెట్...' అంటూ. 'ధర్మవరం రెండు...' అంటూ యాభై నోటిచ్చాను నేను. షరా మామూలే అన్నట్టు టిక్కెట్లతోపాటు చిల్లరిచ్చేటప్పుడు ఓ అర్ధరూపాయి తక్కువిచ్చి వాడు ముందుకు సాగిపోయాడు. వాడి కంఠమా ధుర్యానికీ నేను పెట్టిన నిక్‌నేమ్‌కీ సరిగ్గా సరిపోయి నందుకు 'అదుర్స్‌రా' అన్నాడు తాబేలుగాడు. వాడికొచ్చిన కాంప్లిమెంట్‌లు మూడో నాలుగో అంతేలెండి.

అలా అందరికీ నిక్‌నేమ్స్ పెట్టేయడం అయిపో యాక కాసేపు మాలో మేమే నవ్వుకుని ఆమీదట నిద్రలోకి జారుకున్నాం.

బస్టాండ్‌లో బస్ దిగాక 'వీరప్పన్ గాడి' ఆటోలో మా పెద్దమ్మ గారిల్లు చేరుకున్నాం. వీడి మీసాలకీ వాడి మీసాలకి సిమిలారిటీ వుందిలెండి!

పెళ్లింట్లో ''ఏరా బాగున్నావా?... అందరికీ పేర్లు పెట్టడం ఇప్పటికన్నా మానుకున్నావా లేదా?'' అంటూ ఊసరవెల్లి, ''ఏమోయ్ బాగు న్నావా?'' అంటూ ఉష్ట్రపక్షి నన్ను పలకరించారు. నేను వాళ్లిద్దరికీ మా తాబేలుగాడ్ని పరిచయం చేశాను.

అన్నట్టు ఊసరవెల్లీ, ఉష్ట్ర పక్షులంటే వేరెవరో కాదు. సాక్షాత్తూ మా పెద్దమ్మా, పెదనాన్నగార్లు. మా పెద్దమ్మగారు ఏ ఎండకాగొడుగు పట్టే రకం. అందుకే ఆవిడ నా నోట ఊసరవెల్లిగా మారిపో యింది. మా పెదనాన్నగారు తనేమిటో తన పనే మిటీ అన్నట్టుగా వుండే రకం. అందుకే ఆయన నా దృష్టిలో 'ఉష్ట్రపక్షి'.

పెద్దాళ్లిద్దర్నీ పలకరించడం అయ్యాక పెళ్లికొడు కునోసారి పలకరించి, ఇకనుంచైనా దద్దోజనంలా వుండడం మానుకో అని కాసేపు వాణ్ణి నవ్వించా న్నేను.

ఆమీదట నేనూ, మా తాబేలుగాడు పెళ్లి ల్లంతా కలియదిరుగుతూ...

ఏ చేస్తుంటామో ఊహించుకోగలుగుతున్నారు కదూ! అవును... మీరూహించింది కరెక్టే! నేను ఒక్కో శాల్తీకీ పేరెట్టడం... మా తాబేలుగాడు కిస్సుకిస్సుమని నవ్వటం అదేపని.

లావుగా వున్న ఒకామెని చూసి 'కొండమ్మ' అన్నా నేను. మా తాబేలుగాడు కిస్సుకిస్సుమని నవ్వేడు. సదరు శాల్తీ మాకేసి తినేసేలా చూసింది.

ఒకానొక దగ్గుల్రావుని చూసి 'టీబీగా'డన్నాను నేను. మిగతా భాగం డిటోడిటో.

ఖద్దరు చొక్కా ధరించున్న ఒకాయన్ని చూసి 'స్కాంగాడు' అన్నాన్నేను మిగతా భాగం డిటో డిటో.

రివటలా వున్న ఒకామెని చూసి 'తీగె' అన్నా న్నేను. మిగతా భాగం డిటోడిటో.

పిల్లలెక్కువమందున్న ఇంకో ఆవిణ్ణి చూసి 'కోడి' అన్నాన్నేను మిగతా భాగం డిటోడిటో.

ఇంకో అమ్మాయి – పద్దెనిమిదేళ్లుంటాయి – చాలా అందంగా వుంది – సెంటు పూసుకుని మా పక్కనుంచి వెళ్తుంటే సెంటువాసన ఏవంతగా ఇంపుగా అనిపించక 'పెంటమ్మ' అన్నాన్నేను. కానీ ఈ సందర్భంలో మాత్రం మిగతా భాగం డిటో డిటో కాదు. ఆ అమ్మాయి ఓసారి మాకేసి విచి త్రంగా చూసి వెళ్లిపోగా మా తాబేలుగాడేమో ''త ప్పురా! కళ్లుపోతాయిరా! అంత అందమైన అమ్మా యికి అంత చండాలమైన పేరు పెట్టడం నీచాతినీ చంరా! మహా పాపంరా!'' అంటూ నాకే నీతులు చెప్పడం ప్రారంభించాడు. దాంతో నాకు ఒళ్లు మండిపోయింది. ''తప్పేంట్రా తప్పు... వీళ్లందర్నీ ఏడిపిస్తే తప్పులేదుగానీ ఆ అమ్మాయిని ఏడిప్పిస్తే తప్పొచ్చిందా! చూడు ఇక్కణ్ణుంచి వెళ్లేలోగా ఆ పిల్లని కళ్లనీళ్ల పర్యంతం చేయకపోతే నాపేరు నామ కర... ఛఛ... నవీన్‌కుమారే కాదు'' అంటూ మా తాబేలుగాడితో ఛాలెంజ్ లాంటిది చేశాను.

దరిమిలా మగతా వాళ్లెవర్నీ పట్టించుకోకుండా ఆ అమ్మాయికొకతినే ఫాలో అవుతూ ''పెంటమ్మ... పెంటమ్మ'' అని గేలి చేస్తూనే వచ్చాన్నేను. ఆమె నాకేసి క్రీగంట చూడ్డం, ముఖం తిప్పేసుకోవడం అంతే తప్ప 'షటప్' అన్న పాపానగానీ కోపంగా చూసిన పాపానగానీ పోలేదు.

పది పన్నెండుసార్లు ప్రయత్నించినా కూడా నేనామెని గెలవలేకపోయాను. ఐమీన్ ఏడి పించలేకపోయాను.

మా తాబేలుగాడు నేనామెని 'పెంటమ్మ... పెంటమ్మ' అంటున్నప్పుడల్లా లబోదిబోమం టూనే వున్నాడు. ''తప్పురా... అలాంటి మృదుస్వ భావురాల్ని, సహనశీలిని నువ్విలా ఏడ్పించడం మహాపాపం రా'' అంటూ.

''మృదు స్వభావమా పాడా! బహుశా చెముడో మూగో అయ్యుంటుంది'' అన్నాను చివరికి ఒళ్లు మండి నేను కసిగా.

''ఏడిశావులే... చెడైతే నువ్వు 'పెంటమ్మ' అన్న ప్పుడల్లా క్రీగంట ఎందుకు చూస్తుంది? పోనీ మూగే అనుకుందామా అంటే ఆ పిల్ల ఇతరుల్తో మాట్లాడ్డం నువ్వూ చూశావ్, నేనూ చూశాను. కాబట్టి పాపం ఆ అమ్మాయి ఖచ్చితంగా సహనవం తురాలే!'' అంటూ నా మాటల్ని కొట్టిపారేశాడు తాబేలుగాడు.

వాడన్నదాన్లో లాజిక్కుంది కాబట్టి నేను వాడి మాటల్ని కొట్టిపారేయలేకపోయాను. ఇంకో రెండు మూడుసార్లు ప్రయత్నించాక నాకు స్పష్టంగా అర్థ మైపోయింది ఇంక ఆ అమ్మాయిని ఏడ్పించడం అసాధ్యమని.

అప్పటికే పెళ్లింట్లో నాతో నిక్‌నేమ్స్ పెట్టించు కున్న అనేకమంది నాకేసీ, నా వెంట ఉన్నందుకు పాపం మా తాబేలుగాడికేసీ మిర్రిమిర్రి చూస్తు న్నారు.

వ్యవహారం మరీ శృతిమించితే పెద్ద గొడవై పోయి, చివరికి దేహశుద్ధి దాకా దారితీసినా తీయొ చ్చనిపించి ... అని అనిపించడం కాదు భయం వేసి... ఇక నేను సైలెంట్ అయిపోయాను. ఆమెనే కాదు ఇంకెవర్నీ ఏడిపించడం మానేశాను.

మా దద్దోజనం గాడి పెళ్లి నిర్విఘ్నంగా జరిగి పోయింది.

మర్నాడుదయం... మా ఊరికి తిరుగు ప్రయా ణమౌతూ, దూరంగా ఆ అమ్మాయి కన్పించడంతో ఆ జడపదార్థం గురించి తెలుసుకోవాలన్న కుతూ హలం రేగి నేను ఆ ఊసరవెల్లిని – అదేలెండి మా పెద్దమ్మగార్ని ''ఆ అమ్మాయెవరు పెద్దమ్మా?'' అన డిగాను ఆమెకేసి చూపుతూ.

''ఏం నీకు నచ్చిందా? ఆ పిల్ల మన శారదమ్మ కూతురు. నీకు వరసయ్యే అమ్మాయేలే. చుట్టరికం చాప విప్పితే వరసకు నీకు మరదలవుతుంది. బియ్యే అనుకుంటా చదువుతూంది. మంచ మ్మాయే. ఎటొచ్చీ పేరే బావుండదు... పెంటమ్మ'' అంది మా ఊసరవెల్లి.

''ఆ!!!'' అంటూ నోళ్లు వెళ్లబెట్టాం నేను మా తాబేలుగాడూ.

* * *

ఓ ఏడాది తర్వాత పెంటమ్మ ఉరఫ్ 'మాధురి' నా భార్య అయ్యింది.

మాధురి... నా జీవితంలో నేను పెట్టిన అంద మైన నిక్‌నేమ్ ఇదొక్కటే సుమండీ.