"ఒరేయ్! సాయంత్రం ఇంటికి వస్తున్నావుగా? మరే మైనా ప్రోగ్రామ్ పెట్టుకున్నానంటావా?'' అన్నాడు మనోజ్.

"సరేలేరా, అప్పుడంటే నాన్నగారికి ఆరోగ్యం బాగాలేకపోవడంతో నీ పెళ్లికి, రిసెప్షన్‌కి అటెండ్ కాలేకపోయాను. ఈ రోజెందుకు మిస్ అవుతాను? నాకు కూడా నీ మది దోచుకున్న నీ అర్ధాంగిని చూడాలని ఉంది'' నవ్వుతూ అన్నాడు రాకేష్.

రాకేష్, మనోజ్ పిజివరకు కలసి చదువుకున్నారు. ప్రాణ స్నేహితులు. ఇద్దరూ మధ్య తరగతి కుటుంబీకులే. పిజి అయ్యాక కొద్దికాలం ప్రైవేటు కాలేజీలో లెక్చరర్స్‌గా జాబ్ చేసి తామే స్వంతంగా స్కూల్ పెట్టాలనుకున్నారు. అనుకున్నదే తడవుగా కార్యరూపంలో సాధించారు. ఇద్దరూ శ్రమించి స్కూల్‌ని అభివృద్ధి పథాన నడిపించగలిగారు. కొద్దికాలంలోనే స్కూల్ మంచి పేరు తెచ్చుకోవడంతో మిత్రులిద్దరూ జూనియర్ కాలేజీ కూడా ఈ సంవత్సరం నుంచే ప్రారంభించారు. ఈమధ్యనే మనోజ్‌కి తల్లిదండ్రులు నిర్ణయించిన అమ్మాయితోనే వివాహమయింది. అదే సమయంలో రాకేష్ నాన్నగారికి హార్ట్ ప్రాబ్లమ్ రావడంతో హైదరాబాద్ తీసుకెళ్లారు. అందువల్ల మనోజ్ పెళ్లికి వెళ్లలేకపోయాడు. మనోజ్ భార్య సంధ్య మూడురోజులక్రితమే కాపురానికి వచ్చింది. అందుకని స్నేహితుడిని ఈ రాత్రికి డిన్నర్‌కి రమ్మని పిలుస్తున్నాడు.

రాత్రి ఎనిమిది గంటలకు స్వీట్ బాక్స్‌తో మనోజ్ ఇంటికి వెళ్లాడు రాకేష్. హాల్లోనే ఎదురైంది సంధ్య. లేత పసుపురంగు షిఫాన్ చీరలో తల నిండా పూలతో అమాయకత్వం ఉట్టిపడుతూ ముగ్ధలా ఉంది.

"ఏరా! ఆలస్యమయిందే?'' అంటూ సంధ్యవైపు తిరిగి "వీడే నా బెస్ట్ ఫ్రెండ్ అండ్ బిజినెస్ పార్టనర్ రాకేష్'' అన్నాడు. మళ్లీ రాకేష్‌తో "నా లైఫ్ పార్టనర్ సంధ్య'' అన్నాడు.

సంధ్య, రాకేష్‌లు పరస్పర నమస్కారాలు చేసుకున్నారు.

మనోజ్ తల్లిదండ్రులు వచ్చి రాకేష్‌ని పలకరించారు. అందరూ కలసి కాసేపు మాట్లడుకున్నాక డిన్నర్ చేసారు. రాకేష్ వెళ్లేముందు "అదృష్టవం తుడివిరా... మంచి భార్య దొరికింది నీకు'' అన్నాడు మనోజ్‌తో.

"అవునంటావా?'' అన్నాడు మనోజ్ చిలిపిగా సంధ్యను చూస్తూ.

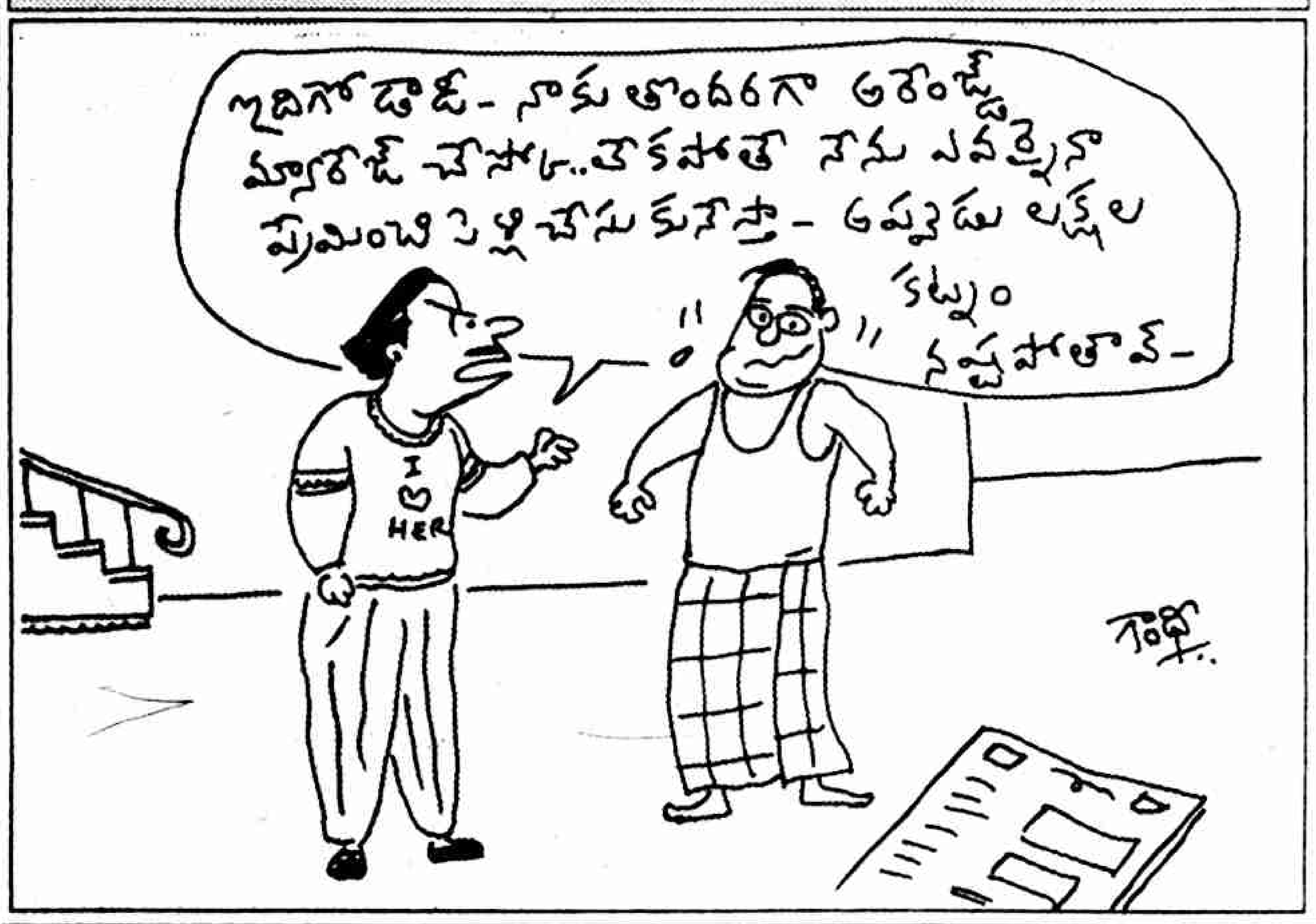
"నో డౌట్'' అంటూ అందరికీ చెప్పి వెళ్లిపోయాడు రాకేష్.

★★★

సంధ్య వాళ్లది పల్లెటూరు. డిగ్రీ చదివింది. మనోజ్ అప్పుడే పెళ్లి చేసుకోనని గొడవ చేసాడు. పిల్ల బుద్ధిమంతురాలు, అందంగా ఉంటుంది, చూసాక నచ్చకపోతే చేసుకోవద్దు అని వాళ్ల అమ్మానాన్న చెప్పడంతో పెళ్లి చూపులకు వెళ్లాడు. తీరా సంధ్యను చూసాక కాదని అనాలనిపించలేదు. పెళ్లయ్యాక పిజి ప్రైవేట్‌గా వ్రాయించుకోవచ్చు అని కూడా నిర్ణయించుకున్నాడు.

అశిన్ ఆశ

తమిళ్, తెలుగులో సూపర్‌హిట్ అయిన 'గజినీ'ని హిందీలో ఆమీర్‌తో తమిళ చిత్ర దర్శకుడు మురుగదాస్ డైరెక్షన్‌లో తయారవుతోంది. ఆమీర్ ఖాన్‌కి జంటగా నటిస్తున్న అశిన్ నటనకు ఆమీర్ కూడా తెగ ఇదైపోతున్నాట్ట. 'కొన్ని సీన్లలో నన్ను కూడా అశిన్ డామినేట్ చేస్తోంది' అంటూ కితాబిచ్చేశాడట. దీంతో తెగ సంబరపడిపోతున్న అశిన్ బాలీవుడ్‌లో మరిన్ని ఆఫర్లు తనకు వస్తాయని ఆశిస్తోంది.



"నాకు కాబోయే భార్యకు పిజి క్వాలిఫికేషన్ ఉండాలనుకున్నాను. మరి నీవు ఎమ్‌ఏ పరీక్షలు రాస్తావా'' అని అడగగానే సరేనని ఒప్పుకుంది.

ఇద్దరికీ వివాహమైంది. అణకువగా అత్తమామలకు సేవ చేస్తూ మంచి కోడలిగా ఆ ఇంట స్థానమేర్పరచుకుంది. అనుకూలవతిగా మనోజ్ మనసులో ముద్ర ఏర్పరచుకుంది.

★★★

కొద్దికాలానికి మనోజ్‌కి పాప పుట్టింది.

"నీకు పెళ్లి కాలేదు. నేను తండ్రినైపోయాను'' అన్నాడు మనోజ్.

"నాకు నచ్చిన అమ్మాయి దొరకడంలేదు. నేనేం చేయను''

సరదాగా సాఫీగా సాగిపోతున్న వారి జీవితంలో అపశృతి దొర్లింది.

విష జ్వరం వచ్చి మనోజ్ మృత్యువాత పడ్డాడు. జరిగిన ఘోరానికి ఎవ్వరూ తట్టుకోలేకపోయారు. సంధ్య శిలలా అయిపోయింది. కొడుకు నీడలో కాలం వెళ్లదీస్తున్న వృద్ధ దంపతులు నిలువెల్లా కంపించిపోయారు. వచ్చీరాని మాటలతో పాప 'డాడీ' అంటూ కలవరిస్తుంటే చూసేవారి కళ్ల వెంట నీళ్లు వచ్చేవి. చిన్ననాటి నుండి తనువులు వేరైనా మనసులు ఒకటిగా మెలిగిన స్నేహితుడు అర్థాంతరంగా తనను వదిలి వెళ్లిపోవడాన్ని రాకేష్ భరించలేకపోయాడు. కానీ మనోజ్ కుటుంబాన్ని ఓదార్చే బాధ్యత కూడా తనమీదే ఉందన్న ఆలోచనతో మనసు దిటవు చేసుకున్నాడు.

ముఖ్యంగా సంధ్య మామూలు మనిషిగా మారడం అవసరం అనిపించింది రాకేష్‌కి. ఏడవడం కూడా మరచిపోయి చిత్తరువులా నిలిచిన ఆమె గుండె బరువు దించుకోకపోతే ఏమవుతుందోనన్న భయం వేసింది. అన్ని విధాలుగా మనోజ్ తల్లిదండ్రులు కూడా తమ బాధను పక్కకు పెట్టి ఆమెను ఊరడించారు. కాలం ఎంతటి గాయాన్నయినా ఉపశమింపజేస్తుందేమో? కాస్తలో కాస్త సంధ్య ఈ లోకంలోకి వచ్చింది.

★★★

ఒకరోజు సంధ్యతో రాకేష్ "ఏ విధంగానూ మనోజ్ పోవడం వల్ల మీకు జరిగిన అన్యాయం తీర్చలేనిది. తండ్రి ప్రేమకు కరువయిన పాపను తల్లి ప్రేమకు దూరం చేయవద్దు. మీరు కోలుకుని పాపను మీ అత్తమామలను చూసుకోగలగాలి. ఇంట్లో వుంటే వాడి స్మృతులతో మీరు బాధపడుతుంటారు. మన స్కూల్‌కి రండి. ఆఫీస్ వర్క్ చూసుకుందురుగాని'' అన్నాడు.

"మీ ఓదార్పు మాటలకు థాంక్స్. నాకు మంచి భర్తను, తల్లిదండ్రుల్లాంటి అత్తమామలను ఇచ్చి కొద్దిరోజులపాటు మురిపించి నా అదృష్టాన్ని దేవుడు నిర్దయగా లాగేసుకున్నాడు. ఇప్పుడు నడిసంద్రంలో మునిగిన నావలాంటి పరిస్థితిలో ఉన్నాను. నేను పదిమందిలోకి వచ్చి మాట్లాడలేను. పిరికిదాన్ని. నేను స్కూల్‌కి వచ్చి ఏం చేయగలను?'' అంది సంధ్య.

"మనోజ్ ఎప్పుడూ సంధ్య తెలివిగల అమ్మాయి, ఏకసంథాగ్రహి అని చెప్పేవాడు. టీచింగ్ కాదు కదా మీరు చేసేది. ఆఫీస్ వర్క్ చూసుకోండి. కొద్దిరోజులు వచ్చి చూడండి. ఎవరికీ ఏదీ పుట్టుకతో రాదు. ప్రయత్నిస్తే సాధించలేనిది ఏమీలేదు'' ప్రోత్సాహకరంగా చెప్పాడు.

"సరే ఆలోచించుకునేందుకు కాస్త వ్యవధి ఇవ్వండి' అంది సంధ్య.

★★★

కొద్దిరోజుల తరువాత "నేను స్కూల్‌కి వస్తానండీ'' అంది సంధ్య.

చాలా బిడియంగా స్కూల్‌లో అడుగుపెట్టింది సంధ్య. రాకేష్ స్కూల్ స్టాఫ్‌నంతా పిలిచి పరిచయం చేసాడు. మొదట్లో భయపడినా సంధ్య స్కూల్ వాతావరణానికి తొందరగానే అలవాటుపడిపోయింది.

రాకేష్ సంధ్యకు అర్థమయ్యేలా అన్నీ వివరించి చెప్పేవాడు. సహజంగా తెలివిగలది కావడంతో అన్నీ తేలిగ్గానే అర్థం చేసుకోగలిగింది. మనోజ్ అమ్మానాన్నలకు కూడా కోడలు మనుష్యులలో పడడం పూరటనిచ్చింది. మొదట్లో ఎదుటివారితో మాట్లాడడానికి కూడా తడబడే సంధ్య ఇప్పుడు అనర్గళంగా పాఠం చెబుతుంటే రాకేష్‌కి ఆశ్చర్యం వేసేది.

"సంధ్యా! మీరు ఇంత సమర్థవంతంగా స్కూల్ వర్క్ చూసుకుంటుంటే నాకు చాలా ఆనందంగా ఉంది. మిమ్మల్ని మనోజ్ ఇలా చూస్తే ఎంత సంతోషించేవాడో" అన్నాడు రాకేష్.

"ఆయనకు నాలో ఉన్న పిరికితనమంటే నచ్చేదికాదు. ఆయన పోవడంతో నా జీవితంలో చీకట్లు అలముకున్నాయి. దారి తెన్ను కూడా కానరాలేదు. నాలో ధైర్యాన్ని నింపి వెలుగుజాడల వైపు పయనింపజేసిన మీకు నేను ఎంతగానో రుణపడి ఉంటాను."

" మీరు పిజి వ్రాస్తున్నారని చెప్పాడు మనోజ్. వ్రాస్తున్నారా ఎగ్జామ్స్?" అన్నాడు మాట మారుస్తూ.

"ఈనెలలో ఎగ్జామ్స్ ఉన్నాయి. ప్రిపేర్ అవుతున్నాను"

"సరే బాగా చదువుకోండి. మీకు టైమ్ సరిపోదనుకుంటే ఇంటివద్దే ఉండండి ఈ నెలరోజులూ."

"వద్దండి. రాత్రిపూట చదువుకుంటున్నాను."

***

రాకేష్ మనోజ్ ఇంటికి కావాల్సిన అన్ని పనులు తనే చేసేవాడు. పాపను అప్పుడప్పుడు బయటకు తీసుకెళ్లేవాడు. వారికి కొడుకు లేని లోటు తెలియకుండా చేసేవాడు. రాకేష్‌కి మనోజ్ కుటుంబంతో సాన్నిహిత్యం చాలామందిలో అనుమానాలు కలగజేసింది. సంధ్య, రాకేష్‌ల గురించి గుసగుసలాడుకోసాగారు. ఆ మాటలు ప్రత్యక్షంగా వినకపోయినా పరోక్షంగా సంధ్య, రాకేష్‌ల చెవిన కూడా పడ్డాయి. సంధ్య ప్రవర్తనలో ఎటువంటి తేడా లేదు. మామూలుగా ఎప్పటిలాగే ఉంది. రాకేష్ మనసులో మాత్రం కొత్త ఆలోచనలు కలిగాయి. ఈ విషయం సంధ్యతో మాట్లాడాలనుకున్నాడు.

***

"మీతో కాస్త మాట్లాడాలి. సాయంత్రం గుడికో, పార్కుకో వెళ్దామా" అన్నాడు కాస్త సంశయంగా సంధ్యతో.

అతడిని కొత్తగా చూస్తూ "గుడికి వెళ్దాం" అంది.

స్కూల్ అయ్యాక ఇద్దరూ గుడి దగ్గర కలిసారు. దైవ దర్శనం తరువాత మండపంలో కూర్చున్నారు. "ఉపోద్ఘాతం లేకుండా నేను చెప్పాలనుకున్నది మీకు చెప్తాను. మీకు నచ్చకపోతే మనం ఎప్పటిలా ఉందాము. కోపగించుకోనని మాట ఇస్తే చెప్తాను" అన్నాడు రాకేష్.

"సరే చెప్పండి" అంది నెమ్మదిగా సంధ్య.

"మనోజ్ మరణంతో మోడువారిన మీ జీవితం మళ్లీ చిగురించాలి. మీరు ఇలాగే ఉండిపోకూడదు. నేను మిమ్మల్ని పెళ్లి చేసుకుందామనుకుంటున్నాను. కేవలం జాలితోనో, మీ పరిస్థితిని అలుసుగా తీసుకునో అడగడం లేదు. మీ వ్యక్తిత్వం, మీ నడవడిక నన్ను ఆకట్టుకున్నాయి. నాకు మీరు నచ్చారు. నేను మీకు నచ్చకపోతే నిర్మొహమాటంగా చెప్పండి. నేను ఉన్నంతమటుకు మనోజ్ కుటుంబానికి అండగానే ఉంటా. మీరు కాదన్నా, ఔనన్నా అది పూర్తిగా మీ ఇష్టమే. బలవంతం ఏమీలేదు" అన్నాడు రాకేష్.

కాసేపు మౌనం తరువత పెదవి విప్పింది సంధ్య.

"లోకులు పలుకాకులు. తప్పు చేయనప్పుడు ఎవరో ఏదో అన్నారని భయపడవలసిన అవసరం లేదు. నేనూ మనోజ్ గడిపిన కాలం కొద్దిపాటిదే అయినా ఈ జన్మంతా నేను వాటిని తలచుకుని బ్రతగ్గలను. మనోజ్ ప్రతిరూపం పాప. పాప భవిష్యత్ అందంగా తీర్చిదిద్దాలన్నదే నా కోరిక. మా అత్తమామలకు ఈ వయసులో నేనే కొడుకులా నీడనిస్తాను. నాకు మరో వివాహం మీద ఆలోచనలేదు. మిమ్మల్ని ఎప్పుడూ ఆ దృష్టితో కూడా చూడలేదు. గాసిప్స్‌కు భయపడి మిమ్మల్ని పెళ్లి చేసుకుంటే వాటికి ఊపిరి పోసినట్లేగా? మీలాంటి మంచి మనిషి సహకారం నాకెప్పుడూ అవసరమే. మీకు అభ్యంతరం లేకపోతే మన స్కూల్ స్టాఫ్‌లో రజని చాలా మంచి టీచర్. ప్రస్తుతం నాకు ఫ్రెండ్ కూడా. ఆ అమ్మాయిని మీరు వివాహం చేసుకోండి. మన రెండు కుటుంబాలు ఏ అపార్థాలు లేకుండా కలసి ఉంటాయి. నేను ఎక్కువగా మాట్లాడి ఉంటే మన్నించండి" అంది సంధ్య స్థిరంగా.

కొద్ది నిముషాలాగి "రజనితో మాట్లాడండి మీరే" అన్నాడు రాకేష్ లేచి నిలబడుతూ.

★

ఆరోగ్యానికి ముద్దమందారం

సౌందర్య పరిరక్షణలో మందార పువ్వుల ప్రాధాన్యత అంతా ఇంతా కాదు. మందార పువ్వులతో నూనె కాచి వడకట్టి క్రమం తప్పకుండా శరీరానికి మర్దనా చేసుకుంటే చర్మం కాంతివంతమవుతుంది. మందార పువ్వులు లేదా ఆకులను మెత్తగా రుబ్బి రసం తీసి జుట్టుకు రాసుకుంటే మంచి కండిషనర్‌లా పని చేస్తుంది. ఆకులు, పువ్వులను కాస్త నీడపట్టున ఎండనిచ్చి కొబ్బరినూనెలో వేసి మరిగించి చల్లార్చాలి. తర్వాత వడగట్టి ఓ సీసాలో భద్రపరచుకోవాలి. దీన్ని తలకు రాసుకుంటే శిరోజాలు నల్లగా, పత్తుగా నిగనిగలాడుతూ పెరుగుతాయి. పేను కొరుకుడుకు మందారపువ్వు చక్కని విరుగుడు. మందార ఆకులు, నానిన మెంతులను మెత్తగా రుబ్బి కాస్త పుల్లని పెరుగులో కలిపి తలకు పట్టించుకుని స్నానం చేస్తే చుండ్రు సమస్య తగ్గుతుంది.

అల్లం, వెల్లుల్లి... ఏం చేస్తాయి?

వీటిలో మన ఆరోగ్యానికి తోడ్పడే ఔషధ గుణాలు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. వీటిలోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు మన శరీరానికి పలువిధాలుగా తోడ్పడతాయి. ఇవి మన రక్తనాళాల్ని కాపాడుతుంటాయి. చెడు కొలెస్ట్రాల్ (ఎల్‌డిఎల్)లోని ఆమ్లజనీకరణాన్ని తగ్గించడం, ధమనుల్లో కొవ్వు పేరుకోవడాన్ని తగ్గించడం ద్వారా శరీరంలో కొలెస్ట్రాల్‌ని, ట్రైగ్లిజరైడ్స్‌నీ వెల్లుల్లి 15 శాతందాకా తగ్గిస్తుంది.

-కె.మంజువాణి