



వెన్నెలదీపాలు

- డి.యండమూరి వీరేంద్రనాథ్



(యండమూరి వీరేంద్రనాథ్ గారి రచనాశైలి గురించి పాఠకులకు ప్రత్యేకంగా చెప్పాల్సిన అవసరం లేదు. చెప్పే అంశం ఏదైనా, మనసుకి హత్తుకునేలా, మనసుల్ని కదిలించేలా అక్షరరూపం ఇవ్వడం యండమూరిగారి ప్రతి రచనలోనూ స్పష్టంగా కనిపిస్తుంది. ఆయన వ్రాసిన 'విజయానికి ఆరో మెట్టు' పుస్తకంలోని చిన్నచిన్న సంఘటనలను ప్రతినెలా మీకందిస్తున్నాము. ప్రతి సంఘటనా ఏదో ఒక నిత్యజీవితసత్యంపై వెలుగులు ప్రసరింపజేస్తుంది.. అన్నీ కలిపి వెన్నెలదీపాల్లా మన మనసుల్ని వెలిగిస్తాయి. వీరేంద్రనాథగారి ప్రత్యేక అనుమతితో ఈ చిన్న కథలు కౌముది పాఠకులకోసం..)

(గత సంచిక తరువాయి)

మనసు చెప్పే నిజం

దొంగల్ని లై డిటెక్టర్స్ (అబద్ధం చెప్పే కనుక్కునే మిషన్స్)తో పరీక్షిస్తారు. ఒక దొంగకి ఈ సాధనం మీద నమ్మకంలేదు. నమ్మకం లేని దొంగల నుంచి ఇటువంటి సాధనాలద్వారా నిజం చెప్పించడం కాస్త కష్టం. పోలీసులు ఈ విధంగా ప్రశ్నించారు. "నీకెన్ని వివాహాలు జరిగినయ్యాయి?"

"ఒకటి" అన్నాడు దొంగ. వెంటనే ఆ మిషన్ అబద్ధం చెప్పినట్లు సూచించింది. దొంగ నిర్ఘాంతపోయాడు.

"నీ భార్య తండ్రి కూడా దొంగే కదూ?"

"నాకు తెలియదు" అన్నాడు అతను. మళ్ళీ అబద్ధం చెబుతున్నట్లు మిషన్ సూచించింది. అలా పది ప్రశ్నలు వేసేసరికి దొంగకి తాను ఆ మిషన్ దగ్గర నిజం దాచలేనని తెలిసిపోయింది. తాను చేసిన నేరం ఒప్పుకున్నాడు.

నిజానికి వాళ్ళు పెట్టింది లై డిటెక్టింగ్ మిషన్ కాదు. అయితే ఆ దొంగ భార్యని ప్రశ్నలువేసి కొన్ని విషయాలు రాబట్టారు. ఆ విధంగా వాళ్ళు దొంగని దొంగ దెబ్బతీసారు.

ఎప్పుడైతే మనం ఒక అబద్ధం చెప్పామో మానసికంగా బలహీనులమౌతాం. ఆ తప్పు మరో తప్పుని చేయిస్తుంది.

కలం మహిమ

మీకు తెలుసా? విద్యార్థి చదువుకునేటప్పుడు అతడి ఎమోషన్ (మూడ్) అతడు కూర్చునే ప్రదేశం మీద, భంగిమ మీద ఉంటుంది. అంతేకాదు. అతడు వ్రాసే పేపర్ క్వాలిటీమీద, కలంమీద కూడా ఉంటుంది. నా స్వానుభవంతో చెప్పన్నాను. వ్రాసే కాగితం, కలం మీద నా రచన క్వాలిటీ ఆధారపడి ఉంటుందంటే నమ్ముతారా? ఇప్పటికీ ఒక మంచి కలం దొరికితే అది నా అదృష్టంగా భావిస్తాను. దాదాపు యాభై కలాలు కొంటే అందులో ఒక్కటి నాకు నచ్చేలా వ్రాసేది దొరుకుతుంది. అదే విధంగా పేపర్ కూడా, మంచి క్వాలిటీ పేపర్ మీద అక్షరాలు తొందరగా జారిపోతోంటే, మెదడులో ఒక ఆహ్లాదకరమైన ప్లెజంట్ ఫీలింగ్ మూడ్ బావుంటుంది. మరింత మంచి ఆలోచనలు వస్తాయి.

పరీక్ష టైమ్లో విద్యార్థులు ది బెస్ట్ పెన్ వాడటం మంచిది. ఒకప్పుడు ఇంకు బాటిల్లో కలం ముంచి వ్రాసేవారు. తరువాత కలం పెన్నులు, బాల్పాయింట్ పెన్నులు వచ్చాయి. ప్రస్తుతం చాలా రకాలు వస్తున్నాయి. 'ఏదో ఒకటి' అని కాకుండా మంచిది ఎన్నుకోవటం మన విధి. మంచిది అంటే మన(సు)కు సరిపోయేది.

సంభాషణలో శాడిజం

ఏదో చిత్రంలో ఒక హాస్య నటుడి పాత్రని విలక్షణంగా తీర్చిదిద్దటంలో సఫలీకృతులయ్యారు రచయిత, దర్శకుడు ప్రతిదానికి విపరీతార్థాలు తీసి గొప్ప తెలివి తేటల్తో మాట్లాడుతున్నాననుకుంటుంది ఆ పాత్ర. ఉదాహరణకి, "ఈ రోడ్డు గాంధీ బొమ్మ దగ్గరకు వెళ్తుందా?" అని అడిగితే,

"ఎందుకు వెళ్తుందా? నిక్షేపంగా వెళ్తుంది. వంకర్లు తిరిగి మరీ వెళ్తుంది. మధ్యలో రెండుగా చీలిపోతూ కూడా ఉంటుంది" అంటూ కొనసాగిస్తాడు.

మనిషిలో ఉండే అంతర్గత అసంతృప్తులవల్ల ఈ విధమైన సాడిజం వస్తుందంటారు మానసికవేత్తలు. అవతలి వారిని ఎత్తి పాడిచే సంభాషణలు మన మధ్యకూడా అప్పుడప్పుడూ జరుగుతూ ఉంటాయి. ఉదాహరణకి కొన్ని అబ్బాయి: (ఆప్యాయంగా) నేను నీ చేయి పట్టుకోవచ్చా?

అమ్మాయి: ఫర్వాలేదు. బరువుగా లేదు.



అమ్మాయి: ప్రధానం టైమ్లో నాకు నువ్వు మర్చిపోకుండా రింగ్ ఇవ్వాలి.

అబ్బాయి: తప్పకుండా. నీ ఫోన్ నెంబర్ చెప్పు.



కృష్ణ: నన్ను ప్రేమిస్తున్నావని ఒక్కసారి చెప్పవా?

రాధ: నన్ను ప్రేమిస్తున్నావు.

కృష్ణ: అలాకాదు, నువ్వు నన్ను మనఃస్ఫూర్తిగా ప్రేమిస్తున్నావు.

రాధ: నేను నిన్నుకాదు. నువ్వు నన్ను ప్రేమిస్తున్నావు.



రాధ: నా మొహం చాలా గొప్ప అందంగా ఉంటుందని గోపి అంటాడు. నాకు కోపమొచ్చినప్పుడు చూడటానికి ధైర్యం కావాలని రవి అంటాడు. ఎవరు కరెక్టు?

కృష్ణ: ఇద్దరూ కరెక్టే. నీ మొహం చూడటానికి చాలా గొప్ప ధైర్యం కావాలి.



ఎప్పుడూ ఒకేపని చేస్తూ ఉండటం వలన వచ్చిన నిరాసక్తత కూడా ఇటువంటి జవాబులకు దారి తీస్తుంది.

ప్రయాణికుడు: టిక్కెట్లు ఎక్కడ ఇస్తారు?

రైల్వే ఎంక్వయిరీ: ఏ టిక్కెట్లు?

ప్రయాణికుడు (కోపంగా) సినిమావి.

ఎంక్వయిరీ: తెలీదు.

ప్రయాణీకుడు: ఎవర్నడగాలి?

ఎంక్వయిరీ: తెలీదు

ప్రయాణీకుడు: ఎవర్నడగాలి?

ఎంక్వయిరీ: "తెలీదు. ఇది బళ్ళరాక పోకలు చెప్పే కౌంటరు మాత్రమే."

భావావేశం - యవ్వనం

మనిషి జీవితంలో యవ్వనం ఎంతకాలం ఉంటుంది? చాలా చిక్కు ప్రశ్న. దీనికి జవాబు చెప్పాలంటే అసలు 'యవ్వనాని' కి నిర్వచనం తెలుసుకోవాలి. రెండు రకాల అర్థాల్లో దీన్ని చెప్పుకోవచ్చు. ఒకటి 'రోమాన్స్' చేసే కెపాసిటీ. మరొకటి ఇతరులకి గానీ, తనకి తానుగా గానీ ఉత్సాహంగా కనపడే విధానం. మొదటిది ఆరోగ్యం మీదా, ఇంటరెస్టు మీదా ఆధారపడి ఉంటుంది. రెండోదే ముఖ్యం. కొందరి జీవితంలో అసలు యవ్వనం ఉండదు. కొందరి జీవితాల్లో అది చుట్టపుచూపుగా వచ్చి వెళ్ళిపోతుంది. ఎప్పుడూ నీరసంగా, ఎందుకొచ్చిందిరా భగవంతుడా అని బ్రతికేవారు కొందరయితే, పాతికేళ్ళు నిండగానే తాము ముసలివాళ్ళమయిపోయామనే ఉద్దేశ్యంతో తమని తాము అసలు పట్టించుకోకుండా ఉండేవారు కొందరు. శరీరాన్ని అదుపులో ఉంచుకోలేని వారు కొందరైతే, బాడీ లాంగ్వేజ్ పై శ్రద్ధ తీసుకోనివారు కొందరు. తమని తాము అందంగా ప్రెజెంట్ చేసుకోవాలంటే అన్నిటికన్నా ముందు మనసుని ఫ్రెష్ గా, ఉత్సాహంగా ఉంచుకోవాలి. కొందరు ఎనభై ఏళ్ళ వ్యసులో కూడా ఎంతో ఉత్సాహంగా ఉండటానికి కారణం తమకి జీవితంపై ఉండే ఉత్సాహమే అంటారు వారు. కరెక్టేకదా! జీవితంపై ఉత్సాహం పోయిన మరుక్షణం ముసలితనం వచ్చేయటం సత్యం.

ఈసారి అది ముందు అద్దం ద్వారా బయటకి వెళ్ళటానికి ప్రయత్నం చేస్తోంది. అద్దాన్ని బలంగా కొట్టి వెనక్కి పడిపోతుంది. మళ్ళీ అక్కడికే వెళ్తోంది. నేను ఈసారి నిశ్చలంగా దాన్నే చూస్తూ కూర్చున్నాను. కాస్త వెనక్కో పక్కకో చూస్తే, తెరచివున్న దార్లు కనపడేవి. కానీ, అది గట్టిగా తన ప్రయత్నమే చేస్తోంది.

నా సమస్యకి పరిష్కారం ఇంతకాలం ఎందుకు దొరకలేదో నాకు అర్థమైంది.

మనందరం ఒక పని చాలా కష్టపడి చేస్తూ ఉంటాం. అయినా ఒక్కోసారి ఫలితం రాదు. చాలా విసుగ్గా ఉంటుంది. చాలా వ్యాకులం చెందుతాం. 'మిగతావారందరూ చాలా సుఖంగా ఉన్నారు. ఇంత కష్టపడినా మనకి ఫలితం రావటంలేదేమిటి?' అనుకుంటూ వ్యాకులం (డ్రైవెస్) చెందుతాం. చేస్తున్న పని మానెయ్యటమో, ఆ విసుగులో ఏదో తప్పు చెయ్యటమో చేస్తాం.

ఇక్కడే కాస్త సంయమనం కావాలి. గెల్చేవాడు, వెళ్ళేది సరి అయిన దారా కాదా అని చూసుకుంటూ వెళ్తాడు. కావలసింది వేగం కాదు. అప్రోచ్. హార్డ్ వర్క్ - స్మార్ట్ వర్క్ (1986)

భవిష్యత్తులో ఆరోగ్యం:

జెనెటిక్స్ లో కొత్త పరిశోధనలు ఫలిస్తే బహుశ 'అనారోగ్యం' అన్న పదమే డిక్షనరీలోంచి తొలిగిపోవచ్చు. కానీ ఒక్క విషయం. ఆరోగ్యం రెండు రకాలు. వరల్డ్ హెల్త్ ఆర్గనైజేషన్ 'ఆరోగ్యం' అన్న పదానికి ఈ విధంగా నిర్వచనం ఇచ్చింది. "మంచి ఆరోగ్యం అంటే శరీరంలో ఏ రోగము లేకపోవటం కాదు. శారీరకంగా, మానసికంగా, ఆనందంగా ఉండగలగటం" ఇంత వరకూ డాక్టర్లు కేవలం 'పేషెంట్'ని శారీరకంగా ట్రీట్ చేయటానికే శ్రద్ధ చూపారు. 'పేషెంట్'లో భయాన్నీ జంకునీ పోగొడితే అతడి ఆరోగ్యం తొందరగా బాగుపడుతుందని ఇటీవలే కనుక్కున్నారు. కొన్ని యూనివర్సిటీ వైద్య కోర్సుల్లో 'పేషెంట్ తో సత్సంబంధాలు' ఎలా పెంపొందించుకోవాలో కూడా నేర్పుతున్నారు.

తొందర్లో నర్సింగ్ హోమ్లలో కూడా మార్పులు రాబోతున్నాయి. ప్రస్తుతం పేషెంట్లు దగ్గర బంధువులు ఎవరో ఒకరు క్యారియర్ తీసుకురావటం, రాత్రిళ్ళు అక్కడ పడుకోవటం చేస్తున్నారు. భవిష్యత్తులో అలా ఉండదు. పేషెంట్తో పాటు మొత్తం సంసారం అంతా తోడుగా ఉండేలా వంటిల్లు, స్టా వగైరా అన్నీ సమకూర్చిన కాటేజీలు ఉంటాయి. ఆస్పత్రిలో కాకుండా, తన ఇంట్లోనే తన కుటుంబంతో కలిసివున్న ఫీలింగ్ని కలుగ చేస్తారు. దానివలన పేషెంట్ తొందరగా కోలుకుంటాడని ధైర్యపిస్తుల ఆలోచన.

పెద్దలు చేసే తప్పు

"కాస్త తినమ్మా! తింటే నీకే మంచిది. ఈ కాస్త తినేసేయ్: అనటం తల్లులకి అలవాటే. అలా అనటం తప్పని డాక్టర్లు అంటారు. ఎక్కువ తినేకొద్దీ, మెదడులోని ఆక్సిజెన్ని ప్రేవులు ఎక్కువ వాడు కుంటాయి. అందుకే నిద్రొస్తుంది. దాన్నే భుక్తాయాసం అంటారు.

పిల్లలకి 1. మితాహారం 2. రోజు వారీ వ్యాయామం చిన్నతనం నుంచే అలవాటు చెయ్యాలని డాక్టర్లు మరీ మరీ చెప్పున్నారు. వారు పెద్దయ్యేసరికి ఆహార అలవాట్లలో హాని చేసేవి (పిజ్జా, కూల్ డ్రింక్స్, చాక్లెట్లు, సమోసా, మిరప బజ్జీ) ఎలాగూ చేరతాయి కాబట్టి చిన్నప్పుడే జాగ్రత్తగా ఉండాలని సలహా ఇస్తున్నారు.

ప్రస్తుతం స్కూలు కెళ్ళే పిల్లల్లో యాభై శాతం పిల్లలు (మధ్యతరగతి పైన) అవసరమైన దానికంటే ఎక్కువ బరువు (ఒబెసిటీ) ఉన్నారని స్టాటిస్టిక్స్ చెపుతున్నాయి.

చిన్నతనం నుంచే రోజూ కాస్త సేపయినా వ్యాయామం చేసేలా చూడటం మరీ ముఖ్యమని వీరు చెప్పుతున్నారు.

ఎక్కువ తిండి తింటే పిల్లలు మరింత ఆరోగ్యంగా ఉంటారన్న భావం పోవాలనీ, మరీ తక్కువ తినే పిల్లల్ని డాక్టర్లకి చూపించాలనీ, పెద్దల ప్రేమని 'తిండి' ద్వారా మాత్రం చూపించకూడదనీ డైటీషియన్ల సలహా. అంతేకాదు. ఉప్పు కారం ఎక్కువ తినే పిల్లలు కోపానికీ, దుఃఖానికీ ఎక్కువ లోనవుతారట.

(కొనసాగింపు వచ్చేనెలలో)

Post your comments