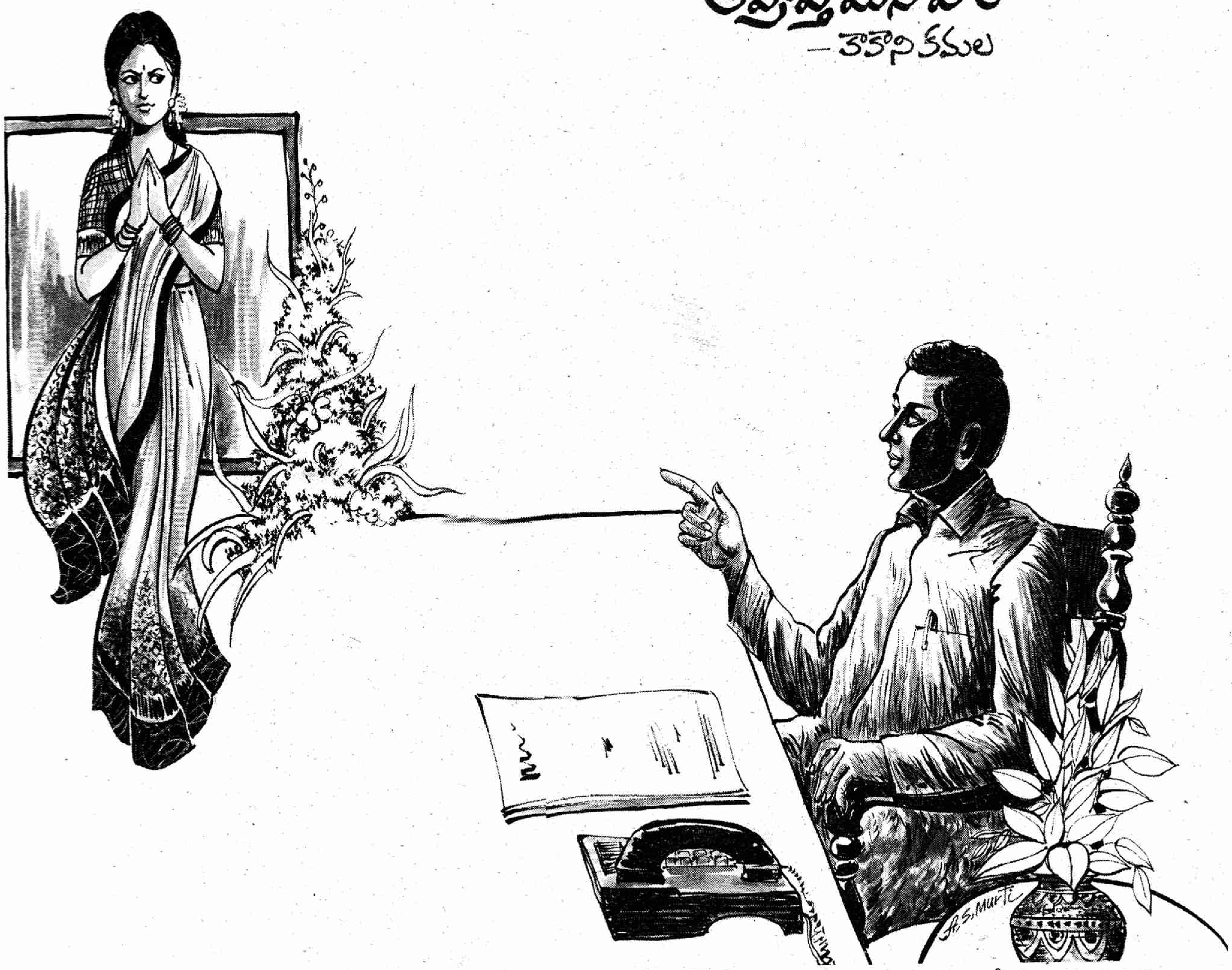
అప్రాప్త మనోహరి

— కొకొని కమల



సాయంత్రం ఐదు గంటలు దాటుతోంది.

విజిటింగ్ హవర్స్ కావటంతో బాగా బిజీగా వున్నాడు ఎమ్.డి. నీలికాంత్. కాంట్రాక్టర్స్ డీలర్స్ వస్తున్నారు. ఇంకా కొంతమందికి ముందే అపాయింటుమెంట్సు వున్నాయి. వేరే కరంటు టాపిక్స్ గురించి వచ్చిన వాళ్ళు రిసెప్షన్‌లో ఎదురు చూస్తున్నారు ఎమ్.డి. పిలుపు కోసం. నీలికాంత్ అవిశ్రాంతంగా వచ్చిన వాళ్ళతో ఓపిగ్గా మాట్లాడి పంపిస్తున్నాడు.

సరిగ్గా ఈ సమయంలో ప్యూన్ లోపలికి వచ్చి "సార్ మీకోసం లేడి వచ్చింది. అర్జంటుగా మీతో మాట్లాడాలిట!" అన్నాడు.

కొంచెం చికాకుగా చూశాడు నీలికాంత్.

"అపాయింటుమెంటు లేకుండా బిజీ హవర్స్‌లో రావటం ఏమిటి?"

"ఏమో సార్, చాలా బ్రతిమాలుతోంది." అన్నాడా ప్యూన్.

"సరే, ఐదు నిమిషాలకంటే ఎక్కువ టైము ఇవ్వకు." అన్నాడు ఎమ్.డి. నీలికాంత్.

రెండు నిమిషాలు కూడా గడవకుండానే స్ప్రింగ్ డోర్ తెరుచుకొని సుమారు పాతికేళ్ళ యువతి లోపలికి వచ్చింది. సాదా చీరలో నిరాడంబరంగా ఒడిలిన గులాబిలా వుంది.

ఆ యువతిని చూస్తేనే త్రుళ్ళిపడ్డాడు నీలికాంత్.

అతని నొసలు తీవ్రంగా ముడుచుకున్నాయి.

క్షణంలో అతని హృదయం అంతా అల్లకల్లోలం అయిపోయింది. ఎన్నో ఆలోచనలు వేగంగా ఒక దానితో ఒకటి సంబంధం లేకుండా మనసునిండా సుళ్ళు తిరిగాయి. అతని ప్రమేయం లేకుండా నోరు తెరుచుకుంది. "నువ్వా?" అన్నాడు. కాని శబ్దం ఎందుకో బయటికి రాలేదు. గభాల్న పోయి ఆమెను గట్టిగా కౌగిలించుకోవాలి అనిపించింది. కోర్కని లోలోన అణుచుకున్నాడు.

చైతన్యం లేని శిలలా తన కేసి చూస్తూ అతడి ఎదురుగా నిలబడి ఆమె రెండు చేతులు జోడించింది.

"నమస్కారం నాపేరు అపర్ణ. మీ ఆఫీసులో పని చేసే ఆనంద్‌గారి భార్యని.

"అ... లా... గా... కూర్చోండి" అన్నాడు. నీలకాంత్. అతనికి ఎక్కిళ్ళు పడుతున్నట్లుంది.

అపర్ణ తన స్టాఫ్ భార్య అనుకుంటే ఎంతో ఆశ్చర్యంగా కూడా అనిపిస్తోంది.

అపర్ణ అతనికి ఎదురుగా వున్న కుర్చీలో కూర్చుంది. ఇద్దరికి మధ్య పెద్ద ఆఫీసు టేబిల్.

"కొంచెం పర్సనల్‌గా మీతో చెప్పుకోవాల్సింది వుంది. అందుకే..."

"ఫరవాలేదు చెప్పండి."

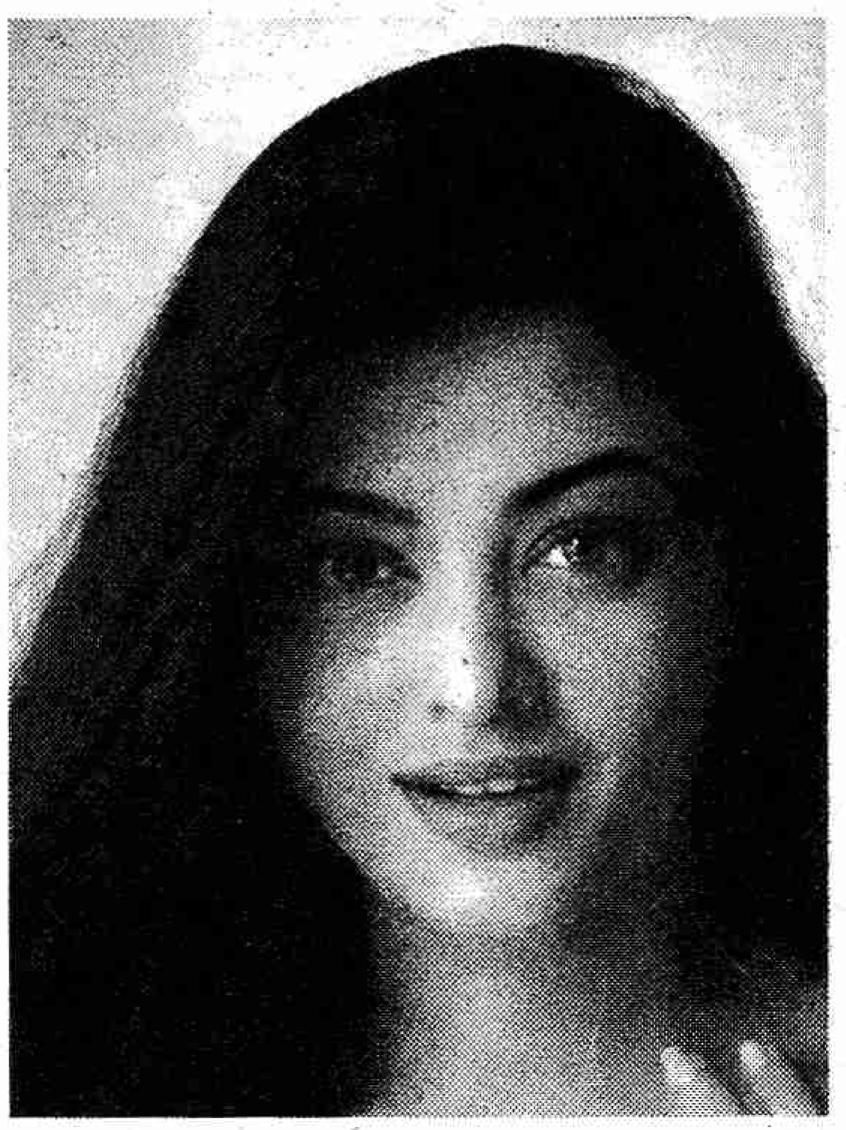
"మీ ఆఫీసులో పని చేసే ఆనందరావు నాభర్త. నాకిద్దరు చిన్న పిల్లలు. ఇద్దరూ పదేళ్ళ లోపువాళ్ళే. మావారి గురించి మీకు తెలిసే వుంటుంది.

ఒక్క క్షణం కళ్ళు మూసుకున్నాడు నీలికాంత్.

"ఆనంద్ సెక్షన్ ఆఫీసరు. ఇక్కడ పనిచేసే స్టెనో సోనీతో సంబంధం పెట్టుకున్నాడు. పగలు రాత్రి ఆవిడతోనే వుంటున్నాడని, ఇంటిని భార్యా బిడ్డల్ని పట్టించుకోవటం లేదని, వాళ్ళ జీవితం వీధిన పడిందని స్టాఫ్ చెప్పగా విన్నాడు. ఆనంద్ చాలా మంచి పనివంతుడు. ఆఫీసు పని, సెక్షన్ మేనేజిమెంటు చాలా బాగా చేస్తాడు. మంచి ఎఫీసియంట్. నీలికాంత్ ముందు కూడా చాలా మర్యాదగా ఉంటాడు. ఏ పని చెప్పినా సకాలంలో పూర్తి చేస్తాడు. ఆనంద్ అంటే మంచి అభిప్రాయమే నీలికాంత్‌కి వుంది. అందుకే అతని పర్సనల్ విషయంలో తలదూర్చలేక పోయాడు. అనవసరం అనికూడా అనిపించింది. పైగా సోనీ కూడా ఏం మడిగట్టుకుని లేదు. ఇద్దరు భర్తలకి విడాకులు ఇచ్చి ఒంటరిగా ఫ్లాట్ తీసుకుని ఉంటోంది. మగవాళ్ళతో స్వేచ్ఛగా వుంటుంది. సిగరెట్, డ్రింక్ అన్ని అలవాట్లు ఉన్నాయి. మగవాళ్ళని గుప్పిట పెట్టుకుని సరదాలు, అవసరాలు తీర్చుకుంటుంది. వాళ్ళ దగ్గర డబ్బు అయిపోయిందని తెలిశాక తన్ని తరిమేస్తుంది. చేప ఎరకి చిక్కినట్టు ఎవరో ఒకడు ఆమె ఆకర్షణలో పడుతూనే ఉంటున్నారు. ఇప్పుడు ఆనంద్. సోనీ వయస్సు 30 పైనే వుంటుంది. అయినా వయసు కనిపించకుండా మేకప్ చేస్తుంది. కళగానే ఉంటుంది. డ్రింక్, మగవాళ్ళు ఆవిడ హాబి. తన ఖర్చులు ఎవరు భరించగలిగితే వాళ్ళని చేరదీస్తుంది. ఆవిడకి పిల్లలు లేరు. ఒంటరిది. అయితే ఇప్పుడు ఆనంద్ ఆమె బరిలోకి వచ్చాడు. అందులో విశేషం వుంది అనుకోలేదు నీలికాంత్. కాని అపర్ణ ఆనంద్ భార్య అన్నమాట!

"ఓగాడ్... అనుకున్నాడు నాలుగేళ్ళ క్రితం అపర్ణని పెళ్ళి చూపుల్లో చూసి ఎంతగా ఇష్టపడ్డాడో నీలికాంత్. కాని కట్నం కారణంగా ఆ పెళ్ళి చెడిపోయింది. నీలికాంత్ తండ్రి కోరినది ఇచ్చే స్తోమత అపర్ణ తండ్రికి లేదు.

నిర్మాతగా మారుతున్న ఐశ్వర్యరాయ్



హీరోయిన్‌గా తనకంటూ ఒక స్థానాన్ని ఏర్పరుచుకున్న ఐశ్వర్యారాయ్ ఇప్పుడు నిర్మాతగా మారబోతోంది. హీరోయిన్‌కి ప్రాముఖ్యం ఎక్కువగా ఉన్న ఈ సినిమాలో ఐశ్వర్యారాయ్‌తో పాటు అఫ్తాబ్ శివ్‌దాసానీ, అర్జున్‌రాంపాల్ ముఖ్యపాత్రలలో నటిస్తు న్నారు. హీరోయిన్‌గానే కాకుండా ఐశ్వర్యా రాయ్ నిర్మాతగా కూడా రాణిస్తుందని ఆశిద్దాం!

ఆయన బాగా శిథిలం అయిపోయాడు. అన్నిరకాలగానూ, కట్నకానుకలు ఇచ్చుకోలేని పరిస్థితి. "దమ్మిడికి కొరగాని వీడు నాకు వియ్యం కుడేమిటి? పిల్లబాగుంటే సరిపోయిందా?" అన్నాడు నీలికాంత్ తండ్రి.

"కట్నందేముంది నాన్న. ఇవ్వాళుండి రేపు పోతుంది. నాకు ఆ అమ్మాయి చాలా నచ్చింది. అందంగానూ వుంది" అన్నాడు.

"నిజమే డబ్బు ఇవ్వాళుండి రేపు పోతుంది. కాని అందం మాత్రం శాశ్వతమా? నీకు ఇద్దరు చెల్లెళ్ళున్నారు. వాళ్ళమాట ఏమిటి? ఉన్నదంతా కరిగించి నిన్ను విదేశాలు పంపి చదివించాను" అన్నాడు తండ్రి.

నీ పెద్ద చెల్లి పెళ్ళి, నీకు చెయ్యాలి. కాని ముందు నీకు ఎందుకు చేస్తున్నానో తెలుసా? డబ్బు కోసమే అన్నాడు.

ఇంటి ఆర్థిక పరిస్థితులు తెలియనివి కావు నీలికాంత్‌కి. అదంతా ఒకసాలెగూడు. ఇప్పుడు తల్చుకోవడం ఇష్టంలేదు. "నీ చెల్లెళ్ళు అందంగానే ఉంటారు. నీలా కట్నం లేకుండా చేసుకునేవారు ఎవరన్నా ఉంటే తీసుకురా నీకు అపర్ణతో పెళ్ళి జరిపిస్తాను" అంది తల్లి.

"వాఢు కోరుకున్న చదువు చదువుకున్నాడు. వాడి అవసరం తీరింది. ఇంక ఆదర్శాలే మాట్లాడ తాడు. కాని అటు అప్పులు, ఇటు ఆడపిల్లల పెళ్ళిళ్ళు వున్న మనమేం ఆదర్శాలు మాట్లాడ గలం?" అన్నాడు తండ్రి.

నీలికాంత్ హృదయం గాయపడింది. మనసులో ముద్రపడ్డ అపర్ణ బొమ్మ చెరిపేసి తండ్రి చెప్పిన అమ్మాయిని ఆస్థిని పెళ్ళి చేసుకున్నాడు. మామగారి ప్రైవేటు ఫర్మ్‌కి ఎం.డి. అయ్యాడు. అపర్ణకి కూడా పెళ్ళి కుదిరిందని, ఎవరో కట్నం లేకుండా చేసుకుంటున్నారని వినిపించింది. అతని మనసు మూలిగింది. ఎవరికెవరో అనుకున్నాడు. కాని, అపర్ణని చేసుకున్నది ఆనంద్ అన్నమాట.

నిట్టూర్పు ఆపుకున్నాడు.

"దయచేసి మీరు నా మాటలు వినాలి. ఇవి మీ బిజి హవర్సు అని తెలుసు. అయినా విధి లేక వచ్చాను. ఈ సమయంలో కాక మీరు వేరే టైములో ఇంటర్వ్యూ ఇవ్వరని తెలిసింది."

నీలికాంత్ ఆలోచనలు కట్టి పెడుతూ అన్నాడు.

"చెప్పండి."

"మీ దగ్గర పనిచేసే ఆనంద్ నా భర్త. గత ఏడెనిమిది నెలలుగా నన్ను నా పిల్లల్ని అస్సలు పట్టించుకోవడం లేదు. ఇంటికి బొత్తిగా రావటం లేదు. మా పోషణకి డబ్బు ఇవ్వటం లేదు. నా పిల్లలిద్దరు చాలా చిన్న పిల్లలు. వాళ్ళకి కడుపు నిండా తిండి పెట్ట లేకపోతున్నాను. నాలుగు నెలలు పైగా ఇంటి అద్దె కూడా కట్టడంలేదు. ఇంటిగల ఆయన ఖాళీ చెయ్యమంటున్నాడు. నేను ఎవరింటికైనా పనికి వెళదామన్నా పిల్లల్ని చూసే వాళ్ళు లేరు. నీదారి నన్ను చూసుకో అంటున్నాడు. నాభర్త అర్ధంతరంగా ఎక్కడికి పోగల్ను? నాకెవ్వరూ లేరు. నా తల్లి నా చిన్నతనంలోనే పోయింది. మా నాన్న మరణించి రెండేళ్ళు అవుతోంది. నా భర్త మీ ఆఫీసులోనే పని చేసే సోనీతో వుంటున్నారని తెలిసింది. ఆవిడ్ని పెళ్ళి చేసుకుంటానంటున్నాడు. అగ్నిసాక్షిగా పెళ్ళి చేసుకున్న నా మాట ఏమిటి? నా పిల్లల గతి ఏమిటి? కోర్టుల చుట్టూ తిరిగే శక్తి నాకు లేదు. మీరేమన్నా నాకు న్యాయం చేస్తారేమోనని వచ్చాను." అపర్ణ చెప్పడం ఆపి నీలికాంత్ వైపు చూసింది. ఆమె కళ్ళనిండా నీళ్ళు నిండి చెక్కిళ్ళపై రాలుతున్నాయి.

నీలికాంత్‌కి నోరు పడిపోయినట్లుగ వుంది.

ఆయుర్వేదం - ఆరోగ్యం

మానవుడి ఆరోగ్యాన్ని కాపాడే వాటిలో వేకువనే మల విసర్జన చేయడం చాలా ముఖ్యమైంది. మల విసర్జన చేయడం వలన ఆయుర్దాయం పెరుగుతుంది. ప్రేగులరవడం, కడుపుబ్బరించడం, కడుపు బరువుగా తోచడం ఉండదని భావ ప్రకాశంలో చెప్పబడింది.

వేకువనే మల విసర్జన చేయు అలవాటు లేనివారు - కొన్ని రోజులు రాత్రి భోజనానికి పిదప "త్రిఫలా చూర్ణం"గానీ, లేక "ద్రాక్షాది చూర్ణం" గాని 2-5 గ్రాములు ఒక గ్లాసు కాచిన పాలలో కలిపి పుచ్చుకొనవచ్చును. సహజంగానే మల బద్ధకం గలవారైతే "అవిపత్తికర చూర్ణం" 2-10 గ్రాములు పైవిధంగా సేవింపవచ్చును. దీనివలన ఉదయాన్నే మల విసర్జన జరిగే అలవాటేర్పడగలదు.

మల విసర్జన విధి : మల విసర్జన చేయవలసిన వైనం అష్టాంగ సంగ్రహంలో ఇట్లు చెప్పబడింది. మల విసర్జనము చేయాలని సూచన కలిగినప్పుడే మల విసర్జన చేయాలి. మల విసర్జనము మౌనంగానూ, తలంతా మూసుకుని అదే మనస్సుతోనూ చేయాలి. మల వేగం కలిగినప్పుడు దానిని విసర్జించకుండా యుండరాదు. మలవేగం కలగకుండునపుడు బలవంతంగా ముక్కి ముక్కి మల విసర్జన చేయరాదు.

పేపరు చదువుతూ, పాటలు పాడుతూ మల విసర్జన చేయరాదను విషయం గ్రహించాలి.

మల వేగధారణ వలన హాని : మల వేగాన్ని

> **వేకువనే కాలకృత్యాలను నిర్వహించాలి**

అణచి పెట్టడం వలన కడుపునొప్పి, తలనొప్పి, తరువాత మల విసర్జనకెళ్ళినప్పుడు - మలం, అపానవాతం ఇవి అడ్డగించబడడం, పిక్కల్లో నొప్పి, కడుపుబ్బరం సంభవిస్తాయని చరక సంహితలో చెప్పబడింది.

మల వేగోదీకరణ వలన హాని : మల విసర్జన చేయాలని సూచన కలగకుండునప్పుడు, బలవంతంగా ముక్కి ముక్కి మల విసర్జన చేయడం వలన - తలనొప్పి, నరముల బలహీనత, రొమ్ము నొప్పి, మూలవ్యాధి, ప్రేగు దిగడం మొదలగు వ్యాధులు సంభవించుట కవకాశం కలదు.

మూత్ర వేగధారణ వలన కీడు : మూత్ర విసర్జన చేయాల్సియున్నప్పుడు చేయకుండా అణచిపెట్టుట వలన కలుగు కీడు శుశ్రుత సంహితలో నిట్లు చెప్పబడింది.

మూత్రవేగాన్ని అణచిపెట్టడం వలన తరువాత మూత్ర విసర్జన చేసేటప్పుడు మూత్రం కొద్ది కొద్దిగా శ్రమతో వెలువడుతుంది. శిశ్నం, గుదం, గజ్జలు, మూత్రాశయం, బొడ్డు, తల వీనియందు నొప్పి సంభవిస్తుంది. మూత్రాశయం ఉబ్బిపోతుంది.

అపానవాత వేగ ధారణం వలన హాని : అపానవాతాన్ని అణచి పెట్టడం వలన - మలం, మూత్రం, అపానవాతం ఇవి బంధింపబడతాయి. కడుపుబ్బరం, కడుపునొప్పి, బడలిక, ఒళ్ళు నొప్పి, నడుపు నొప్పి, కీళ్ళు నొప్పిలాంటి వాతరోగాలు సంభవిస్తాయని చరకాచార్యులు తెలిపారు.

ఈ విషయాలన్నింటినీ దృష్టిలో పెట్టుకునే ఆయుర్వేదాచార్యులు శ్రీ వాగ్భటాచార్యులు మల మూత్రాదుల యొక్క వేగాలను బలవంతంగా వెడలించడం వలన, అదేవిధంగా ఈ వేగాలను అణచిపెట్టడం వలన సమస్త రోగాలూ సంభవిస్తాయని స్థూలంగా సర్వ రోగ కారణాన్ని సూచించారు.

- ఆయుర్వేద శిరోమణి
రాజరాజేశ్వరశర్మ

ఎలాగో గొంతు పెగుల్చుకొని అన్నాడు. "సాయం అంటే ఎలాంటి సాయం?"

"అంటే ఆయన జీతంలో నెలనెలా సగం నాకు ఇప్పిస్తే నా పిల్లలకి ఇంత తిండి పెట్టగలను. వాళ్ళని బ్రతికించుకోగలను. మీరు చెప్తే ఆయన వినచ్చుని..." అపర్ణ తలదించుకుంది.

కన్నీరు ఆగడం లేదు. పయిట చెంగు అడ్డం పెట్టుకొని కళ్ళు ఒత్తుకోసాగింది.

కరుగుతున్నట్లు నీలికాంత్ అన్నాడు.

"సరే, మీరు వెళ్ళండి. పదిహేనురోజుల్లో మీ సమస్యకి నేను తప్పక న్యాయం జరిపిస్తాను. మా లీగల్ సెల్‌కి కేసు పంపిస్తాను. మీరు నిశ్చింతంగా ఉండండి" అన్నాడు.

కుర్చిలోంచి అపర్ణ లేచి రెండు చేతులు జోడించింది.

"మరచిపోరు కదా?"

నీలికాంత్ పెదవుల మీద చిన్న నిషాద హాసం.

అపర్ణ గదిలోంచి వెళ్ళిపోయాక లీగల్ సెల్‌కి ఫోన్ చేసి లీగల్ అడ్వయిజర్ రామారావు కోసం అడిగాడు. "ఆయన ఇప్పుడే బయటకు వెళ్ళారు సార్, పావుగంటలో వస్తారు." అన్నాడు ఆయన అసిస్టెంట్.

"సరే రాగానే నా ఛాంబరుకి రమ్మను. చాలా అర్జంటు పని ఉంది." అంటూ ఫోన్ పెట్టేశాడు నీలికాంత్.

ఎలాగైనా ఆనంద్‌ని ఆ సోనీ బారినుంచి తప్పించాలి. అపర్ణ సంసారం చక్క చెయ్యాలి. అంతగా ఆనంద్ తన మాట పెడ చెవిని పెడితే, అతని జీతంలో సగం నెలనెలా అపర్ణకి అందేలా చెయ్యాలి. లేదా ఆనంద్‌ని తొలగించి అవసరం అయితే ఆ స్థానంలో అపర్ణని నియమించాలి.

ఐదేళ్ళ క్రితం - ఆమెని పెళ్ళి చూపులు చూసేనాటికి తను అశక్తుడు.

"కాని, ఇప్పుడు తను ఈ ఆఫీసుపై సర్వాధికారి. అపర్ణకి అన్యాయం చేస్తాను" అనుకున్నాడు. ఆవేశంగా అపర్ణ వెళ్ళిపోవడంతో స్ప్రింగ్ డోర్ తెరుచుకుని ప్యూన్ లోనికి వచ్చాడు.

"సార్, విజిటర్సు వెయిట్ చేస్తున్నారు. అపాయింట్‌మెంటు ఉన్నవాళ్ళని ముందుగా పంపించమంటారా?" అన్నాడు.

"పంపించు" అంటూ యాంత్రికంగా ఆఫీసు పనికి సంసిద్ధుడు అయ్యాడు.

కాని, నీలికాంత్ మెదడులో ముల్లులా ఒక ప్రశ్న కదులుతోంది.

"అపర్ణ తనని గుర్తు పట్టిందా? గుర్తు పట్టలేదా? లేక గుర్తు పట్టి గుర్తు పట్టనట్టు నటించిందా?

❋