# డిప్రెషన్

కథ

డా॥ పి. జయప్రద

డియర్ జయా!

సారీ... నీ ఉత్తరాలకు ఈమధ్య ప్రాంప్ట్‌గా జవాబివ్వలేకపోతున్నాను. వయస్సు నలభై దాటింది కదా! ఏదో నిస్తేజం. నిరాసక్తత. ఏదో అసంతృప్తి. అన్నీ వుండి సంతోషంగా లేనసే ఫీలింగ్.

మనం చదువుకునే రోజుల్లో ఎంత ఆనందంగా వుండేవాళ్ళం! మన పేరంట్స్ పంపించే ఆ చిన్న అమౌంట్‌తోనే ఎంత ఎంజాయ్ చేసేవాళ్ళం!! ఫ్యూచర్ ఏమిటో తెలీని మనలో ఎన్ని ఆశలు! ఎన్ని కలలు!! వాటి తాలుకు ఎన్ని ఆనందపు విరిఝల్లులు! అవన్నీ ఏవీ?...

ఆ కొండలు, ఆ సముద్రం- ఆ విశాఖా గాలులు- ఎంత పరవశించిపోయేవాళ్ళం మనం! ఇప్పుడు చెట్లు ఊగుతున్నట్లున్న చిత్రం కళ్ళముందు కనిపిస్తుందేగానీ ఆ అందాలు మనసును తాకడంలేదు- ఉక్కగా లేదు" అని అనుకుంటానేగాని, ఆ చల్లటి అల్లరిగాలి నా శరీరాన్ని పరవశింపజేయదేం?...

నీకు గుర్తుందా? మనం టెర్రస్‌మీద కూర్చుని- ఎన్ని కబుర్లు చెప్పుకునేవాళ్ళం! డిగ్రీ చేతిలో పడగానే ఉద్యోగం చేయాలనీ... ఆ వచ్చే డబ్బుతో అవి కొనాలనీ, ఇవి కొనాలనీ... కానీ జయా! ఇప్పుడు నేను మనం ఊహించుకున్నదానికంటే ఆర్థికంగా చాలా ఎత్తులో వున్నాను- కోరుకున్నదానికంటే మంచి భర్త. అందమైన మాతృత్వ వరం, అన్నీ లభించాయి. అయినా ఊహలలో మనం ఆస్వాదించిన ఆనందం- ఇప్పుడు నాలో ఎందుకు లేదు?... చెప్పు జయా! ఎందుకు లేదంటావ్? తీరిగ్గా నా జీవితపు లోతుల్లోకి తొంగిచూసు కుని అప్పుడప్పుడూ ఆలోచించుకుంటాను. నా పెళ్ళయిన కొత్తలో ఓ చిన్న కుటీరం, అందులో నేను. నా వారు. నెలకు సరిగ్గా సరిపోయె సంపాదన...

ఇప్పుడు నెలసరి అవసరాలు తీరిపోయాక ఇంకా మిగిలే డబ్బు దాంతో నగలు, చీరలు పిల్లలకు డొనేషన్స్- ఒక్కమాటలో చెప్పాలంటే... ఈ దేశంలో చాలామందికి వుండే సమస్యలు మాకు లేవు. నాలుగు తరాలకు కూర్చుని తిన్నా తరగని ఆస్తులు చేసిపెట్టారు మావారు.

జయా! నేను సంతోషంగా వుండడానికి చాలా ప్రయత్నాలు చేసాను. ఆఖరకు మా పక్కింటివారి సలహా మీద క్లబ్‌లకు కూడా వెళ్ళాను- కానీ నాలో ఆనందం ఒక్క సి.సి. కూడా పెరగలేదు. జయా! నీతో ఆ అనుభూతుల్ని మరోసారి నెమరువేసుకోవాలని వుంది. నాలో కలుగుతున్న ఈ అలజడిని నీతో పంచుకోవాలని వుంది. ఇద్దరం కలసి విశాఖపట్టణం వెళ్ళి, ఆ సముద్రాన్ని, ఆ కొండలని చూసి పరవశించాలని వుంది. కానీ రాలేను. నా మనసుకు మాత్రం రెక్కలు కట్టుకుని నీ దగ్గర వాలాలని వుంది... ఎప్పుడో వస్తాను. నీ స్నేహం తాలుకు మాధుర్యంలో కొన్ని రోజులైనా సేద తీరాలని వుంది. కానీ ఈ బంధాలు, బాధ్యతలు... ఇవన్నీ నన్ను కట్టేస్తున్నాయి.

నువ్వు నాకంటే తెలివిగలదానివి. రచయిత్రివి. నాకు సలహా చెప్పవా? ఈ ఉత్తరం రాస్తుంటే మా చిన్నబాబు అంటున్నాడు 'ఇంత కష్టపడి ఉత్తరం రాయకపోతే ఫోన్‌లో మాట్లాడకూడదా?' అని.

కానీ జయా! ఫోన్‌లో ఇంత స్పష్టంగా చెప్పలేను. గొంతులో ఏదో అడ్డుకున్న భావం. ఇప్పటికే ఉత్తరం పెద్దదయిపోయింది. వుంటాను. నీ ఉత్తరం కొరకు ఎదురుచూస్తూ-

నీ సింధు

ఉత్తరం చదవటం పూర్తిచేసి జయలక్ష్మి నిట్టూర్చింది. ఐదు నిముషాల తర్వాత లేచి కూర్చుని లెటర్ పేడ్ అందుకుంది.

** ** **

స్నేహితురాలి ఉత్తరాన్ని చదివిన సింధూరలో విలక్షణమైన భావాల సముదాయం తాలూకు కన్‌ఫ్యూజన్.

జయ దగ్గర నుండి వచ్చిన ఉత్తరాన్ని మరోసారి చదవాలని ప్రారంభించింది సింధూర.

కళ్ళల్లో నిలిచిన నీటి తెర ఉత్తరంలోని అక్షరాల్ని మసకబార్చింది. కళ్ళు తుడుచుకుని మనసును విదిలించుకుని తనకు ప్రియమైన ఆ లేఖలోకి తొంగిచూసింది.

సింధూ! నువ్వు మంచి పనిచేశావు ఉత్తరం రాసి. అక్షరాలతో మన మనస్సును పేర్చుకుని ఒకరి ముందు పరచుకోగలిగినట్టు. ఫోన్‌లో చేయలేం. పైగా ఉత్తరం రాయడము, అందుకోవటం కూడా ఓ మంచి అనుభూతి. ఆ అనుభూతి తాలూకు ఆనందం, అనిర్వచనీయం. ఆ ఉత్తరం చూసిన క్షణంలో నీ మనసులో మెదిలిన భావం ఏవిటో చెప్పనా సింధూ!

నీ సమస్యలకు, నీ నిరాసక్తతకు కారణం... కారణం నువ్వే. కోపం వచ్చిందా? వచ్చినా ఫర్వాలేదు. ఎందుకంటే... నాకు కావాల్సింది నిన్ను నువ్వు తెలుసుకోవటం, తద్వారా నీకై నువ్వే నీ సంతోషాన్ని సృష్టించుకోవడం, నీ ఆత్మపరిశీలనలో నువ్వు సంతోషాన్ని దినదినం వృద్ధి చేసుకోవడం...

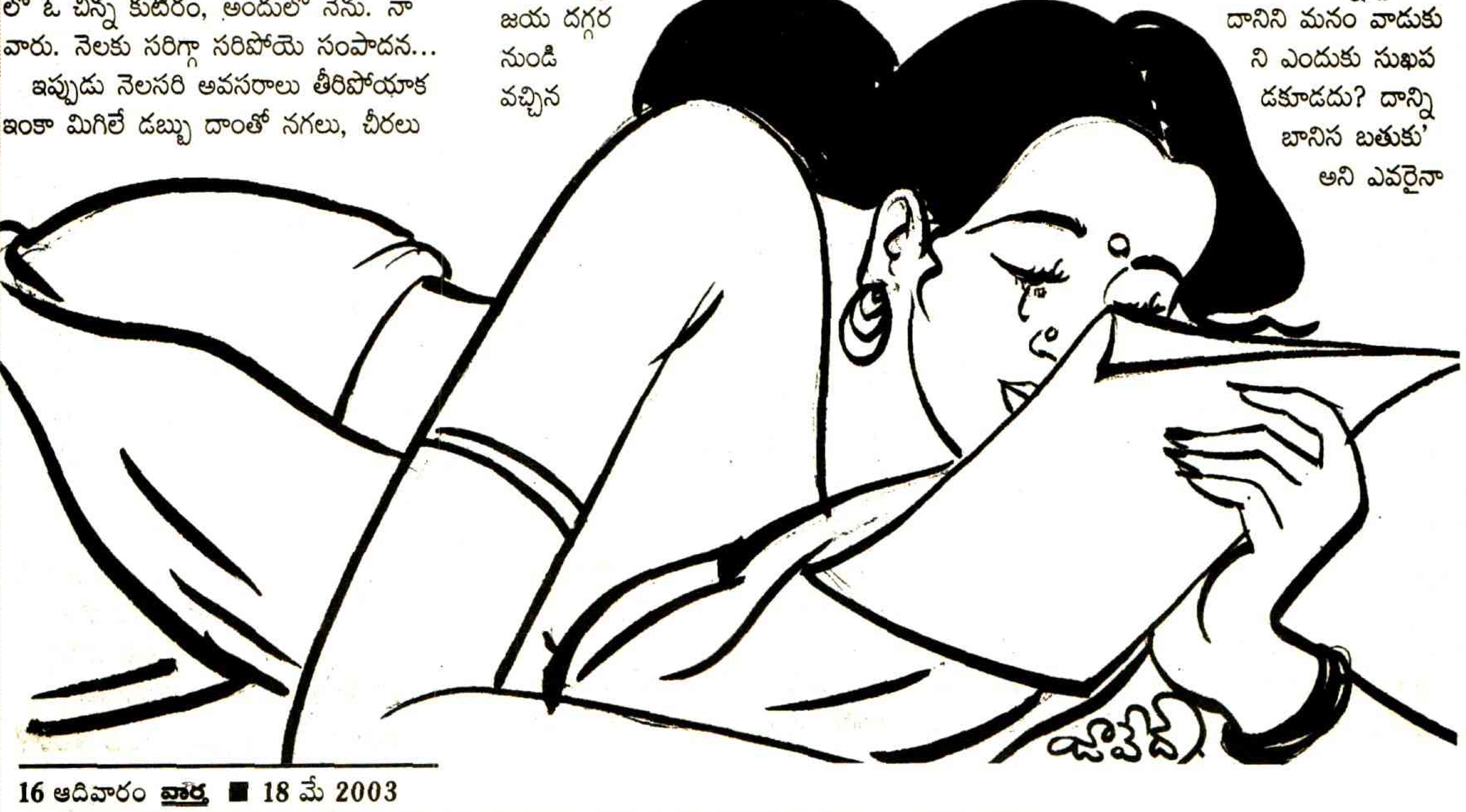
ఓ కవి ఇలా అంటాడు...

"నాలో వున్న కుళ్ళు, కోపం, కక్ష, ప్రెస్టేజ్, పొగరు, ఇగో- అనే ఆరు రాక్షసుల్ని జయించాను. అందుకే నేనిప్పుడు సంతోషంగా వున్నాను" అని. నువ్వు వాటినింకా అధిగమించలేదు. నీకు సంతోషం కావాలి అనుకుంటే వాటిని జయించడానికి ప్రయత్నించు.

ఇంకొకటి సింధూ!

నువ్వు ఎవరికైనా సహాయం చేసేప్పుడు వాళ్ళ నుండి తిరిగి సహాయం ఆశించి చేయకు. అదే మన మనసుమీద ఎదురుదెబ్బ కొట్టేది. అంతటి గొప్ప ఎత్తుకి నువ్వు ఎదగలేకపోతే అసలు సహాయమే చేయకు.

విధి అందించే విషాదాల నుండి ఎలానూ తప్పించుకోలేం. మన చేతిలోనే మన సంతోషాన్ని సృష్టించే సహనం, సర్దుబాటు మనస్తత్వం అనే ఆయుధం వున్నప్పుడు- దానిని మనం వాడుకుని ఎందుకు సుఖపడకూడదు? దాన్ని బానిస బతుకు' అని ఎవరైనా



అంటే అది వాళ్ళను వాళ్ళు సమర్థించుకోవడానికి చేసే ప్రయత్నం. అంతే.

డామినేషన్ వల్ల పనులు జరగొచ్చు, నలుగురి మధ్య మన పేరు మోగచ్చుకానీ మన మనస్సాక్షికి జవాబు మాత్రం చెప్పుకోలేం. మంచి స్నేహితుల్నీ సంపాదించలేం.

"సింధూ! ఒకరికి అన్యాయం చేయకుండా మనం మన సంతోషాన్ని ఎన్నో విధాల కొనుక్కోవచ్చు.... ఆలోచించు... ఇవన్నీ నేను రచయిత్రిగా చెప్పక్కర్లేదు. మనల్ని మనం శోధించుకుంటే మన మనసుకు అందే విషయాలే ఇవి" చదవటం క్షణం ఆపింది సింధూర.ఇదెలా సంభవం? తన సంతోషాన్ని తానెలా సృష్టించుకోగలదు? తను ప్రయత్నించి ఓడిపోయింది కదా!

మరలా ఉత్తరంలోకి తొంగిచూసింది సింధు.

సింధూ! నీ సంతోషం కొరకు నువ్వు ప్రయత్నించిన విధానం బాగాలేదు. షాపింగ్‌కి వెళ్ళడం అనేది తాత్కాలిక ఆనందాన్ని పొందడానికి ఆడవాళ్ళు... నాతోసహా... చేసే ప్రయత్నమే అది... కానీ అది శాశ్వతం కాదు. ఎందుకంటే అది మెటీరియలిస్టిక్ విధానం. కొద్దిరోజులకు వెగటు కలిగే పద్ధతి అది.

మన పరిధిలోనే, మన ఇంట్లోనే, మన వాళ్ళతోనే మనం ఆనందాన్ని వెతుక్కోలేనప్పుడు, క్లబ్‌లో ఎన్నో మనస్తత్వాల మధ్య అది దొరుకుతుందా? చెప్పు. ఆమధ్య నువ్వు రాసిన ఉత్తరంలో నీ మనసు బాధపడిన ఓ సంఘటనను ఇప్పుడు గుర్తుకు తెచ్చుకుని ప్రస్తావిస్తున్నాను. ఎందుకంటే అప్పుడు దానికి నేను జవాబిస్తే నిన్ను సమర్థించి నీకు మనశ్శాంతినివ్వాల్సి వచ్చేది. అది తప్పు. అందుకే నిశ్శబ్దంగా వుండిపోయాను. ఇప్పుడు దాని అవసరం చాలా వుందనిపిస్తోంది. ఆరోజు నువ్వు ఇలా రాసావు...

'జయా! నా కోడలిని నేను చాలా బాగా చూసుకుంటున్నాను. కూతుళ్ళులేని నాకు కీర్తనే కూతురు అనుకున్నాను.కానీ జయా! ఆ అమ్మాయి ప్రతి దానికీ అభ్యంతరం తెలుపుతుంది. నేను చెప్పేదేనినీ అనుసరించదు- నా కోరిక తీర్చదు. తన ఏ చిన్న కోరికనూ చంపుకోదు. నేను నా కోరికలు చంపుకుని ఆ అమ్మాయి కోర్కెలను తీర్చిన సందర్భాలెన్నో వున్నాయి. కీర్తన అలా ఎందుకు ప్రవర్తిస్తుందంటావు?' అని వాపోయావు ఆ లెటర్‌లో నువ్వు.

అందుకే నేను- 'ఏదో తెలియని వయస్సు లే. రోజులు గడిస్తే ఆ అమ్మాయే నిన్ను అర్థం చేసుకుంటుందిలే" అని గోడమీద పిల్లిలా జవాబిచ్చాను. అలా అని నీ మనసును జోలపాడి పొరపాటు చేసాను. సత్యం చెప్పి ఎదుటి వ్యక్తి మనసును ప్రభావితం చేయాలి. కానీ అన్నివేళల్లో సర్దిచెప్పకూడదు. ఎందుకంటే అవతలి వ్యక్తి మారుతారని ఆశిస్తూ.. మారరని తెలుసుకుంటూ...బాధపడ్తూ! దిగులుపడ్తూ మన మనసుకు మనం ఎంతకాలమని నచ్చ చెప్పగలం! ఎప్పుడో ఒకప్పుడు అది బరస్ట్ అవుతుంది. ఆ భాగ్యానికి...ఎదురుతిరిగే మనసును కొన్నాళ్ళో...కొన్నేళ్ళో కష్టపెట్టడం సమంజసమంటావా?

ఇలా అడుగడుగునా నీ జీవితంలో, నా జీవితంలో- పక్కవాళ్ళ జీవితాల్లో ఇలాటి సంసారిక సంఘటనలు కోకొల్లలు. దాని తాలూకు సంక్షోభాలు అవిరామంగా సాగుతూనే ఉంటాయి.

"నీ ఇంట్లో నీకే బాధలు లేవా?" అని ఎవరినైనా అడిగి చూడు. ఎవరైనా 'లేవు' అని చెప్తే అది ఆత్మవంచన, సంస్కారపు ముసుగు... అంతే! అందుకే చెప్తున్నాను ఇలాటివెన్నో సంఘటనలు!... వాటన్నిటికీ నిరాశపడడం మానేయి. దిగులుపడకు, విరక్తి చెందకు- ఎందుకంటే నీకు నువ్వే... కొనుక్కున్న దీర్ఘకాలపు ఆ భావ సంఘర్షణలు నిన్ను ఇప్పుడు డిప్రెషన్‌లోకి నెట్టాయి.

డబ్బుతో సంతోషం వస్తుందనేది కల్ల. డబ్బు ఒక నిషా... దాంతో సుఖపడమని తెలిసీ దాని చేత విపరీతంగా ఆకర్షింపబడే ఒక తాగుబోతు నిషా అది. పైగా మీ వారు నాలుగు తరాలకు సరిపడా సంపాయించి పెట్టారన్నావు. నీకు అర్థంకావడంలేదా? ఆ సంపాదనలోపడి నీతో ఆయన ఎక్కువకాలం గడపలేకపోతున్నాడని. ఆయన ఈ దూరం నిన్ను బాధిస్తోందేమో ఆలోచించు. ఇంకా ఎదగాలనే ప్రలోభాన్ని వదిలేసి ఇద్దరూ సంతోషంగా వుండండి. పోతే సింధూ! పెళ్ళయిన కొత్తలో వున్న సంసార సంగీతపు సంతోషాల సందడి ఇంకా ఇప్పుడు వుండాలంటే ఎలా వీలవుతుంది? సింధూ! కాలంతో వచ్చే మార్పుల్ని మనం అం చనావేయాలి. కొత్తదనం- పాతపడడమనే 'సహజత్వాన్ని' నువ్వు తెలుసుకోలేదు- అందుకే ఈ రోజు నీలో లోపాల్ని నీముందు పరుస్తున్నాను. ఇలా రాస్తున్న నన్ను అర్థం చేసుకో, తర్వాత నిన్ను నువ్వు అర్థం చేసుకో... అప్పుడు నీకు అందరూ అర్థమవుతారు. వృద్ధాప్యం మన శరీ రాలకే... మనసుకు రాకూడదు... రానీకు ప్లీజ్. ఇంకో తమాషా ఏమిటంటే సింధూ! ఒక్క క్షణం మనం తెలివిగా ఆలోచిస్తే... ఆ క్షణాన్ని జారనీకపోతే- అందరం ఆనందంగా వుండొచ్చు. ఆ నగ్నసత్యాన్ని మనం గ్రహించడానికి ఇష్టపడడం లేదు. చావుకి బతుక్కీ మధ్య గీత చాలా పెలుసైంది. ఎప్పుడు పోతామో తెలీని ఈ కాసింత జీవితంలో ఎందుకీ కక్షలు? ఎందుకీ మారణ యజ్ఞాలు- 'ఇప్పుడో, మరుక్షణమో అందరం పోవలసినవాళ్ళమే' అని మనకు తెలుసు... మనకు తెలిసిన ఆ సత్యాన్ని మన మనసుకు పట్టించుకుంటే ఎవరివల్ల ఎవరికీ అశాంతి వుండదు. అంతా ఆనందమే- కానీ ఆరోజెప్పుడో!? ఆఖరుగా ఒకమాట చెప్పాలి. ఎవరూ మారరు. ఎవరి మనస్తత్వాలూ మారవు. మారని వాళ్ళని మార్చలేం కనుక నువ్వే మారు. అదొక్కటే నీ చేతిలో వుండేది. ఎవరి ప్రభావాల ప్రమేయం లేని స్వీయ సంతోషాన్ని నువ్వే సృష్టించుకో! అప్పుడు నీ ఆనందాన్ని ఎవ్వరూ, ఎప్పుడూ కొల్లగొట్టలేరు. మరలా చెప్తున్నాను సింధూ! ఎవర్నీ మార్చలేనప్పుడు మనం మారడమే మన సంతోషానికి మనం ఇచ్చుకోగల పరిష్కారం.

**ఎవరూ మారరు. ఎవరి మనస్తత్వాలూ మారవు. మారని వాళ్ళని మార్చలేం కనుక నువ్వే మారు. అదొక్కటే నీ చేతిలో వుండేది. ఎవరి ప్రభావాల ప్రమేయం లేని స్వీయ సంతోషాన్ని నువ్వే సృష్టించుకో! అప్పుడు నీ ఆనందాన్ని ఎవ్వరూ, ఎప్పుడూ కొల్లగొట్టలేరు.**

ఏ సొల్యేషన్ ఇవ్వకుండా ఈ ఉత్తరాన్ని పూర్తిచేయడం అన్యాయం కాబట్టి నాకు తోచింది నేను చెప్తున్నాను. నీ ద్వారాగానీ, డబ్బు ద్వారా గానీ అవతల వ్యక్తిలో నువ్వు సంతోషాన్ని, సంతృప్తిని కృతజ్ఞతను చూడగలిగినప్పుడు మనలో కలిగే ఆనందమే నిజమైన ఆనందం. అందుకే చెప్తున్నాను నీ దగ్గర డబ్బుంటే దాంతో కష్టాల్లో వున్నవాళ్ల కన్నీళ్లను తుడిచి, నీ ఆనంద భాష్పాల్నీ తుడుచుకో... వుంటాను. ప్రేమతో

నీ జయ

స్నేహితురాలి ఉత్తరం చదవటం మూడవసారి పూర్తిచేసిన సింధూరలో ఓ మెరుపు- ఆమె కళ్ళల్లో ఆ మెరుపు తాలూకు ప్రభలు. నిజమే! తమకు టి.వి లేని రోజుల్లో టి.వి కొనుక్కోవాలనే ఆశ తనకి సంతోషాన్నిచ్చింది. టి.వి కొన్నాక ఏ ఛానల్ ఎవరు చూడాలో అర్థంకాక మనస్పర్థలు, కోపాలు. దానిని సాల్వ్ చేసుకోవడానికి రూముకొక టివి. దాంతో మనుషులే దూరమైపోయారు. ఆ వెల్తి తనలో వుంది.

జయ చెప్పింది అక్షరసత్యం. కీర్తన నుంచి ఏవీ ఆశించడం మానేసాక తన మనసు కొంత కుదుట పడింది. తను నా మనిషి అనే హక్కుని వదిలి పెట్టేశాక తగవులూ తగ్గిపోయాయి.

**సంతోషాన్ని కొనుక్కోవటం ఇంత తేలికా?**