తన్నుమాలిన ధర్మం

– శ్రీదేవీ మురళీధర్

"ఇదుగో నిన్నే! ఇన్నాళ్లకి రామ్మూర్తి గారికి మన మీద దయ కలిగింది. త్వరగా ఇలారా!" అన్న భర్తకేక విని వంటింట్లో పని చేసుకుంటున్న సావిత్రి చేస్తున్న పని మధ్యలో ఆపి గబ గబా చేతులు తుడుచుకుంటూ బయటికి వచ్చింది.

మొగాన ఇంత నవ్వు బలవంతాన పులుము కుని, వచ్చిన అతిథిని 'బావున్నారా!' అని పలక రించింది.

"చూడూ! బావున్నారా అని అడగడం కాదు. త్వరగా వెళ్లి వేడిగా జీడిపప్పువేసి ఉప్మా చేసి పట్రా... అలాగే రాఘవని పంపి బూడిద గుమ్మడి కాయ తెప్పించి రాత్రికి పులుసు పెట్టు. రాత్రికి రామ్మూర్తిగారి భోజనం ఇక్కడే! రాక రాక వచ్చారు" అని ఆ వచ్చిన అతిథితో కబుర్లు ఆడడంలో మునిగిపోయాడు ఉమాకాంతం.

'జీడిపప్పు ఉప్మాట! అసలే నెలాఖరు... తిరగ మోతగింజలకే గతి లేక ఏడుస్తుంటే జీడిపప్పు ఉప్మా ఎక్కడ్నుంచొస్తుందిప్పుడు!" అని తనలో తాను మూలుక్కుంటూ వంటింట్లోకెళ్లి చేతి కందిన గిన్నెల్ని దొరకబుచ్చుకుని పెరటి గుమ్మం లోంచి పొరుగింటికి బయల్దేరింది సావిత్రి అప్పు కోసం.

ఉమాకాంతం గవర్నమెంటు కాలేజీలో లెక్చరరు. పేరుకి పెద్ద జీతమేగాని ప్రతీనెలా కరెక్టుగా అందుతుందన్న గ్యారెంటీ లేదు. పైగా అతనిది ఆరుగురు మగపిల్లలు, ఇద్దరాడ పిల్లలు గల పెద్ద కుటుంబం కావడంవల్ల మామూలుగానే ఎప్పుడూ ఆర్థికపరమైన ఇబ్బందుల్తో సతమతమౌతూ వుండేవాడు.

ఉమాకాంతం తాత తండ్రులు బాగా బ్రతికిన వాళ్లు. రోజూ పదిమందికి భోజనం పెట్టే వాళ్లు కావడంవల్ల ఉమాకాంతానికి ఎప్పుడూ నలుగురితో కలసి పంక్తి భోజనం చెయ్యడం బాగా అలవాటైంది. ఆ అలవాటు క్రమ క్రమంగా వ్యసనంగా మారింది. ఏ కాస్త ముఖ పరిచయంవున్న వ్యక్తి కనిపించినా అప్పు చేసైనా సరే– హొటల్‌కో ఇంటికో తీసుకెళ్లి రాచమర్యాదల్తో బాగా మేపిగాని వదిలేవాడు కాదు. ఇతరుల్ని మేపడంలో ఇంట్లో వాళ్ల సంగతి కూడా పట్టించుకునేవాడు కాదు.

ఉమాకాంతం కొడుకు సాంబడి పుట్టిన రోజున ఓ సారి, సావిత్రి కొడుక్కిష్టమని కొబ్బరి మిఠాయి చేసి పళ్లెంలో పెట్టి, కొడుకుని తీసుకుని గుడికెళ్లి తిరిగొచ్చేసరికి ఖాళీ పళ్లెం చుట్టూ భర్త నలుగురైదుగురు స్నేహితులూ సభ తీర్చివున్నారు. అది చూసి సాంబడు అలిగి భోరున ఏడ్వసాగాడు. అయినా సరే ఉమాకాంతానికి వాడి మీద జాలి కలగలేదు. పైగా, 'ఒకరు తింటే ఏడ్చి చస్తావేంట్రా వెధవా!' అని నాలుగు అంటించాడు.

సావిత్రిలోని తల్లి మనసు తల్లడిల్లిపోయింది.

'సమయం సందర్భం లేకుండా అడ్డమైన వాళ్లనీ తీసుకొచ్చి మేపడమే తప్ప ఇంట్లో పెళ్లాం బిడ్డలు తిన్నారా లేదా అని ఎప్పుడైనా ఆలోచించారా! ఇవాళ ఆ పసి వెధవ పుట్టినరోజు. మీరెలాగూ కనీసం ఒక్క చాకలేటు కూడా కొనివ్వ లేరు. పాపం అని నాలుగు కొబ్బరి మిఠాయిలు వాడి కోసం చేస్తే అవి కాస్తా గొప్పలకిపోయి కాని వాళ్లందరికీ పంచేశారు తప్ప ఒక్కటైనా వాడికి మిగిల్చారు కాదు' అని బావురమంది.

ఉమాకాంతం మరింత రెచ్చిపోయి, ఆమెను కూడా నాలుగు బాదులు బాది వదిలాడు. అదే రోజు సాయంత్రం వాళ్ల కాలేజీ ప్రిన్సిపాలుగారి అబ్బాయి పుట్టినరోజు పండగని మిఠాయి దుకాణంలో కిలో కాజాలు అరువు తీసుకుని మరీ బయల్దేరాడు ఉమాకాంతం.

ఆ మర్నాడే– ఆ సంవత్సరమే ఇంటర్మీడియట్‌లో చేరిన పెద్ద కొడుకు శేషాద్రి, 'అమ్మా' కాలేజీలో అందరు కుర్రాళ్లూ పేంట్లు వేసుకుని వస్తున్నారు. నేనొక్కడ్నే నిక్కరేసుకుని వెళ్లడం చూసి అంతా నవ్వుతున్నారు. కనీసం ఒక్క పేంటయినా కుట్టించమని నాన్నగారికి చెప్పవే" అన్నాడు ప్రాధేయపూర్వకంగా.

అదేమాట సావిత్రి భర్తతో చెబితే– 'వేలెడు వెధవకి పేంట్లేమిటి? ఇంతకీ ఇది నీకు పుట్టిన బుద్ధా వాడి సిఫారసా?' అయినా వాడు కాలేజీలో చేరింది చదువుకోసమా, దిక్కుమాలిన షోకుల కోసమా' అని గయ్‌మన్నాడు.

ఇంకా సాగదీస్తే పరిస్థితి మరింత విషమిస్తుందని అంతటితోనే విరమించి వూరుకుంది సావిత్రి.

ఆ మర్నాటి నుంచీ నాలుగురోజులపాటు శేషాద్రి భోజనం చెయ్యలేదు. అయిదో రోజున సావిత్రి తమ్ముడు శివరావు తన పేంట్లలో ఓ రెండు శేషాద్రి కొలతలకి సరిచేయించి, తొడిగించి వాడి చేత నిరాహారదీక్ష మానిపించాడు.

అది చూసి– 'నీ పుట్టింటి వాళ్ల ముందు నేనోపనికి రాని చవటనని ఎత్తి చూపి నన్ను చులకన చేస్తావా!' అని సావిత్రి మీద యుద్ధాన్ని ప్రకటించాడు ఉమాకాంతం.

ఈ సంఘటన తర్వాత ఉమాకాంతం పిల్లలు పొరపాటున కూడా ఏనాడూ తల్లినిగాని, తండ్రిని గాని తమకిది కావాలని అడగలేదు.

కాలగర్భంలో కొన్నేళ్లు గడిచిపోయాయి.

ఉమాకాంతం చేసుకున్న పూర్వజన్మ సుకృతం వల్ల కాబోలు- ఇద్దరు కూతుళ్ల పెళ్లిళ్లూ ఎంతో సులువుగా, సజావుగా సాగిపోయాయి. అదృష్టం కొద్దీ అల్లుళ్లూ, వియ్యంకులూ మంచి వాళ్లే దొరికారు ఉమాకాంతానికి.

పెద్దకొడుకు శేషాద్రి ఎం.కాం. పాసై ఓ ప్రయివేటు కాంపెనీలో అక్కౌంటెంట్‌గా చేరాడు. ఉద్యోగంలో చేరిన రోజు సాయంత్రమే ఉమా కాంతం కొడుకుని పిల్చి- 'ఇదుగో పెదబాబూ నీ కొచ్చే జీతంలో వందో నూటయభైయ్యో నీ ఖర్చుకి వుంచుకొని మిగతాది తంచనుగా నా చేతి కిచ్చెయ్యాలి. కుర్రాళ్ల చేతిలో డబ్బు కోతి చేతిలో కొబ్బరికాయ లాంటిది" అని హెచ్చరించాడు. మారు మాట్లాడకుండా 'అలాగే' అన్నట్టు తల వూపాడు శేషాద్రి వినయంగా.

కొడుకు జీతం డబ్బుల్తోనైనా సంసారాన్ని సజావుగా సాగించొచ్చని ఆశపడిన సావిత్రమ్మ ఆశ అడియాశే అయింది.

కారణం- ఉమాకాంతం నిత్యాన్నదాన పథ కంతో పాటూ సంఘసేవా కార్యక్రమాలు కూడా చేపట్టడమే. ఆ వూళ్లో వాళ్ల పిల్లలకి పెళ్లి సంబం ధాలు కుదర్చడం, స్కూళ్లల్లోనూ, కాలేజీల్లోనూ సీట్ల కోసం ప్రయత్నించడం, అవసరమైతే అప్పు చేసి, జీతం నష్టంమీద లీవు పెట్టి- స్వంత ఖర్చుల్తో వాళ్ల కార్యాలు చక్కబెట్టడానికి పొరుగూళ్లకి కేంపు లకి కూడా వెళ్లేవాడు. తన ఆరోగ్యాన్నీ, ఆర్థిక పరిస్థితినీ లెక్క చెయ్యకుండా వూరందరి పనులూ చిన్నవైనా, పెద్దవైనా తన నెత్తిన వేసుకుని వాళ్లకి సాయం చేసేవాడు.

దాంతో ఆ వూళ్లో అందరూ ఉమాకాంతాన్ని దేవుడనీ, మనసు మేలిమి బంగారమనీ ఎన్నో రకాలుగా ప్రశంసించేవారు. దాంతో అతను ఎక్కడికెళ్లినా లేదన్నమాట లేకుండా క్షణాలమీద అప్పు పుట్టేది.

ఎవరెవరి పిల్లలకో కాలేజీల్లో, స్కూళ్లల్లో సీట్ల కోసం ప్రయత్నించే ఉమాకాంతం తన పిల్లలు ఏదైనా సహాయం కోరి వస్తే 'ఆ మాత్రం తెలివి చవటాయివి రేపు జీవితంలో ఎలా నెగ్గుకొస్తావ్? ఏ పనికీ పిల్లలు పెద్ద వాళ్లమీద ఆధారపడకుండా ఎవరి పనులు వాళ్లే చేసుకోవడం నేర్చుకోవాలి' అని గదమాయించేవాడు.

• • •

శేషాద్రి ఉద్యోగంలో చేరిన ఏడాదికే అతనికో పెళ్లి సంబంధం వచ్చింది. అమ్మాయి స్కూలు టీచరు. పేరు జలంధర. సంప్రదాయంగల కుటుంబం. ఒక్కతే కూతురు. అయితే ఆ అమ్మాయి అంత రూపసి కాదు. అంచేత శేషాద్రి పెళ్లి చూపులనాడే తన అయిష్టాన్ని పరోక్షంగా ప్రకటించాడు. అయినా తండ్రి మాత్రం అంతా నిశ్చయమై పోయినట్లు మాట్లాడేస్తూ వుండడంచూసి బెంబే లెత్తిపోయి, ఇంటికొచ్చింతర్వాత తనకా అమ్మాయి నచ్చలేదని, బలవంతంగా కట్టబెట్టొద్దనీ ఖచ్చి తంగా చెప్పేశాడు.

ఉమాకాంతం అగ్ని హోత్రంలా మండి పడ్డాడు. 'ఇంత చక్కని సంబంధం నాకు తెలిసి మరొకటిలేదు. ఇక అందమంటావా! అదెందు కురా! కొరుక్కు తింటావా! అర్థాంగిగా మన జీవి తంలో అడుగుపెట్టే స్త్రీలో మనం చూడాల్సినవి అంద చందాలు కాదురా. అణకువ, అవగాహన, చక్కగా సంసారం చేసుకోగల చాకచక్యం వున్నాయాలేవా అనేవి. ఈ సంబంధం కాదని నువ్వు మరే సంబంధం చేసుకున్నా నీకు మేం లేనట్టే లెఖ్ఖ?' అని కరాఖండీగా తేల్చి చెప్పాడు.

తండ్రి మాటకెదురు చెప్పలేని శేషాద్రికి ఆ సంబంధం చేసుకోక తప్పలేదు. అయిష్టంగానే పెళ్లి చేసుకున్నా, రోజులు గడుస్తున్న కొద్దీ జలంధర శేషాద్రికి నచ్చసాగింది. కారణం- ఆమె సత్ప్రవర్తనా, శుభ్రమైన అలవాట్లు, మంచితనం.

బండెడు చాకిరీతో అహర్నిశలూ సతమత మయ్యే సావిత్రికి కొత్త కోడలు ఇంట అడుగు పెట్టిన తర్వాత కాస్త ఊపిరి పీల్చుకోసాగింది. ఇటు ఇంటి పనీ, అటు ఉద్యోగం రెండూ సునా యాసంగా నిర్వహిస్తూ- కొద్దిరోజుల్లోనే, ఇంటిల్లి పాదికీ అపురాలైంది జలంధర.

ఏమాటెలా వున్నా కోడల్ని ఎన్నుకునే విష యంలో మాత్రం తన భర్త సరైన నిర్ణయమే తీసుకున్నాడనే తృప్తి సావిత్రి మొహంలో కని పించేది. అది చూసి తనూ ఎంతో సంతృప్తిగా ఫీలయ్యేవాడు శేషాద్రి.

• • •

ఉన్నట్టుండి ఓ రోజు ఉమాకాంతానికి సుస్తీ చేసింది. రక్త పరీక్ష చేయిస్తే 'మధుమేహం' అని తేల్చి చెప్పారు డాక్టర్లు. మందుల సంగతెలా వున్నా పథ్యం చెయ్యడమనే సరికి- అస్తమానం హోటళ్ల చుట్టూ, మిఠాయి దుకాణాల చుట్టూ మిత్రుల్ని వెంటేసుకుని అడ్డమైన గడ్డీ తినే మనిషికి ప్రాణం మీది కొచ్చినట్టైంది.

తండ్రి ఆరోగ్య దృష్ట్యా ఆ రోజు నుంచీ ఇంటిల్లిపాదీకూడా పథ్యం తినడం ప్రారంభం చేశారు. పండగ రోజుల్లో కూడా పిండి వంటలు చెయ్యడం మానుకున్నారు. అలాంటి పరిస్థితుల్లో కూడా- తనని పరామర్శించడానికి వచ్చే మిత్రు లకీ, బంధువులకీ అతిథి మర్యాదల విషయంలో ఏ లోపం రానిచ్చేవాడు కాదు ఉమాకాంతం. పిల్లల్ని హోటళ్లకీ, మిఠాయి దుకాణాలకి పంపించి- మరీ మేపేవాడు వాళ్లని. కాదంటే- మందులు మింగడానికి మారాం చేసేవాడు.

దాంతో కొడుకు సంపాదనా, కోడలు సంపా దన చాలక ఇంకా ఇంకా అప్పులు, అరువులూ చెయ్యాల్సి వచ్చేది. క్రమంగా అప్పులిచ్చే వాళ్లల్లో కూడా సహనం చచ్చిపోసాగింది.

ఉతికిన బట్టలు తొందరగా ఆరిపోవాలను కున్నప్పుడు, మందపాటి న్యూస్‌పేపరుమీద ఆరవేసి, ఫేన్‌వేస్తే చాలు, గుడ్డలోని నీరు న్యూస్‌పేపరు పీల్చుకుంటుంది.

మల్లిడి నాగమల్లీశ్వరి

ఓ సారి అప్పుకోసం తండ్రి బలవంతం మీద సాంబడు పొరుగింటికి అప్పుకెళ్లే వాళ్లు ఎగ తాళిగా మాట్లాడి- 'ఇన్నాళ్లూ మీ నాన్న రెండు చేతుల్తోనూ అప్పులు చేసి గొప్పకోసం ఊరి జనాన్ని మేపింది చాలక, పిల్లల్ని కూడా డబ్బులు తీసుకురమ్మని ఊరి మీదకి పంపడం ఏం బాగా లేదని చెప్పు మీ నాన్నకి' అని యాభై రూపాయలిచ్చి పంపారు.

ఆ యాభై రూపాయలూ తీసుకుని- కళ్లల్లో నీళ్లు నింపుకుని మిఠాయి దుకాణానికి వెళ్తే- అక్కడ ఆ దుకాణందారు రెండు మాసాలుగా మిత్రులతో కలసి ఉమాకాంతం రోజూ జిలేబీలు అవీ తిని వేరే ఖాతాలో రాయమన్నారని చెప్ప డంతో నిర్ఘాంతబోయా డు సాంబడు.

తీపి పదార్థాలు తమకి ఎంత ఇష్టమైనా- తండ్రి ఆరోగ్యం దృష్ట్యా పండుగనాడు కూడా తామందరూ నోరు కుట్టేసుకుని వుంటే తన తండ్రి మిత్రుల్తో సహా వచ్చి- దొంగచాటుగా మిఠాయిలు తింటున్నాడని తెలిసి 'ఛీ! ఏం మనిషి! ఇలాగైతే ఆయన ఆరోగ్యం ఎలా బాగుపడుతుంది!' అను కున్నాడు.

ఇంటికి వచ్చిన తర్వాత జరిగింది తల్లికి చెప్పి వెక్కి వెక్కి ఏడ్చాడు సాంబడు. ఇంకెప్పుడూ- తననే కాదు, ఇంకెవ్వరినీ అప్పులకి ఎవరి దగ్గరకీ పంపవద్దని ప్రాధేయపడ్డాడు తల్లిని.

తండ్రికి తెలిస్తే రాద్ధాంతం చేస్తాడని, కాస్త ఓర్చుకోమని సాంబణ్ని సమాధాన పరచింది సావిత్రమ్మ.

• • •

రోజులు గడుస్తున్నకొద్దీ ఉమాకాంతం ఆరోగ్యం క్షీణించిపోసాగింది. మాట్లాడే శక్తి కూడా క్షీణించిపోసాగింది. లేవడానికి ఓపిక వున్ననాడు కాలేజీకి వెళ్లి- సంతకం చేసి వస్తున్నాడు.

ఉన్నవూళ్లో సరైన వైద్య సౌకర్యాలు లేనందువల్ల డాక్టర్ల సలహామేరకు ఉమాకాంతాన్ని మద్రాసు తీసుకువెళ్లి పెద్ద హాస్పటల్‌లో ట్రీట్‌మెంట్ ఇప్పించారు. మధుమేహానికి తోడు అధిక రక్తపోటు, కిడ్నీ ట్రబుల్ కూడా వున్నాయని, పథ్యపాన విషయాల్లో కట్టుదిట్టంగా వుంటేగాని లాభంలేదని చెప్పి పంపారు డాక్టర్లు.

చెప్పిన బుద్ధులూ, కట్టిన దుస్తులూ ఎన్నాళ్లో

వుండవన్నట్టు- ఉమాకాంతం పరిస్థితి మళ్లీ మామూలే అయింది. అవీ ఇవీ కావాలని అను క్షణం వేధించేవాడు. కాదంటే మందులు వేసుకో డానికి మొరాయించేవాడు. దాంతో వ్యాధి మళ్లీ తిరగబెట్టి, ఓ తెల్లవారుఝామున ఉమాకాంతా నికి అంత్యఘడియలు సమీపించాయి.

తన మంచం దగ్గరే- పడుక్కొన్న శేషాద్రిని తట్టి లేపి- పుస్తకాల బీరువా చూపించి- అందులోని డైరీని తెమ్మన్నాడు ఉమాకాంతం. తండ్రి ఆదేశం మేరకు శేషాద్రి డైరీ తీసుకొచ్చి తండ్రికిస్తే అతను దాన్ని కొడుకు చేతిలోనే బెట్టి కళ్లు రెండూ వాల్చే శాడు. ఇంటిల్లిపాదీ బావురుమన్నారు.

• • •

ఉమాకాంతం బ్రతికినంతకాలం ఎంత ఘనంగా బ్రతికాడో అంతే ఘనంగా- ఏలోటూ లేకుండా అతని దశదిన కర్మ కాండ జరిపించాడు శేషాద్రి. ఇల్లంతా శ్మశాన నిశ్శబ్దంతో నిండివుంది. శోక దేవతలా గోడకి చేరగిలబడి శూన్యంలోకి చూస్తున్న తల్లి దగ్గర కొచ్చి- 'అమ్మా నాన్న ఈ డైరీ నా చేతుల్లో వుంచిపోయారు' అన్నాడు పొంగి వచ్చే దుఃఖాన్ని ఆపుకుంటూ.

మెల్లిగా డైరీ పేజీలు తిరగేసి చూశాడు. అందులో తన తండ్రి ఎప్పుడెప్పుడు ఎవరి దగ్గర ఎంతెంత అప్పు తీసుకున్నదీ, ఆ సొమ్ము ఏ అవసరానికి ఖర్చుపెట్టిందీ- తేదీలు, నెలల్తో సహా రాయబడి వున్నాయి. బాకీలు చెల్లించిన చోట ఎర్ర సిరాతో కొట్టి వేయబడివున్నాయి.

శేషాద్రి లేచి వెళ్లి తన డైరీ తెచ్చాడు. అందులో తండ్రి నిమిత్తమై తను చేసిన అప్పు వివరాలు వున్నాయి. అవీ ఇవీ లెక్క వేస్తే- తీర్చవలసిన బాకీలు దాదాపు లక్షన్నర దాకా తేలింది. సావిత్రమ్మ మొహం పాలిపోయి వుంది. కళ్లల్లో నీటి ధారలూ కారుతున్నాయి.

'నువ్వేం దిగులు పడకమ్మా తండ్రి ఆస్తిలోనే కాదు. అప్పుల్లో కూడా బిడ్డలు భాగం పంచు కోవాలి. ఇవన్నీ తీర్చడం పెద్ద కొడుకుగా నా కర్తవ్యం' అన్నాడు శేషాద్రి.

ఇల్లు అమ్మకానికి పెట్టమంది సావిత్రమ్మ. ఉన్న ఒక్క గూడూ పొగొట్టుకోవడం ఇష్టంలేక శేషాద్రి ససేమిరా వీల్లేదని పట్టుబట్టాడు.

అయినా సరే, ఈ అప్పులు అరువులూ తీరితే తప్ప పిల్లల జీవితాలు బాగుపడడం కష్టమని- కొడుక్కి నచ్చజెప్పి ఇల్లు అమ్మకానికి పెట్టించింది. లక్షన్నరకి బేరం కుదిరింది. ఆ సొమ్ముతో- అందరి అప్పులూ తీర్చేసి అద్దె యింట్లోకి మారింది ఉమా కాంతం కుటుంబం.

మన అవసరాలకి మించి ఉన్నప్పుడు కొంత యితరులకు పంచి పెట్టడం ధర్మమే కానీ అలవికి మించి అప్పులు చేసి గొప్పలకు పోయి 'తన్ను మాలిన ధర్మం' మంచిది కాదని చెబుతోంది ఉమాకాంతం జీవితం. ❁

ఆరోగ్యానికి ప్రకృతి ప్రసాదించిన వరం

వెల్లుల్లి

ఉల్లి చేసే మేలు తల్లి చేయదంటారు. ఉల్లిలో ఏ రకానికయినా యిది వర్తిస్తుంది. వెల్లుల్లికి మరీనూ. వెల్లుల్లిలో ఎన్నో ప్రయోజనాలు అందించే 200 'మూలపదార్థాలు' వున్నాయని శాస్త్రజ్ఞులు వెల్లడించారు. అందుకే వెల్లుల్లి, బాక్టీరియా వలన వచ్చే అంటు వ్యాధులని సోక కుండా అరికట్టుంది. రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచు తుంది. రక్తం కదుము కట్టకుండానూ, చెడిపో కుండానూ కాపాడుతుంది. అంతేకాక హృద్రోగాలు, కొన్ని రకాల కాన్సర్ రాకుండా, కాపాడడమేకాక చికిత్సకీ కొంత వరకూ వుపయోగ పడుతుంది.

అనేక దేశాలలో వెల్లుల్లి ప్రయోజనాల గురించి జరిగిన విశేష పరిశోధనల వలన ఈ విషయాలు వెలుగులోకి వచ్చాయి. ఒకప్పుడు వెల్లుల్లి గురించి ప్రజలు అంతగా పట్టించుకోలేదు. కాని 1858లో లూయిస్ పాశ్చర్ వెల్లుల్లికి బాక్టీరియాని నిరోధించే శక్తి వుందని వెల్లడించడంతో వెల్లుల్లి గురించి తీవ్రపరిశోధనలు ప్రారంభమయ్యాయి. అమెరికాలోని విజ్ఞాన సంస్థలు ఈ పరిశోధనలు ఇంకా కొనసాగిస్తున్నాయి. గత దశాబ్దంలో రక్తపు పోటు, కాన్సర్, కొలెస్టరాల్ మొదలైన వాటిని వెల్లుల్లి ఎలా నిరోధించగలదు, ఎంతగా నిరోధించ గలదని పరిశోధనలు ప్రారంభమయ్యాయి. ఆ పరిశోధనలలో వెల్లడయిన ముఖ్య విషయాలు.

★ 1984 - 1986 మధ్య నేషనల్ క్యాన్సర్ ఇన్‌స్టిట్యూట్, చైనాలో జరిపిన సర్వేలో వెల్లుల్లి ఎంత ఎక్కువగా తింటే అంత మంచిదనీ, ఉదర సంబంధమైన క్యాన్సర్ రాకుండా వెల్లుల్లి అరికట్ట గలదని వెల్లడయింది.

★ హూస్టన్‌లోని యం.డి. ఆండర్సన్ క్యాన్సర్ ఇన్‌స్టిట్యూట్‌లో జంతువుల మీద జరిపిన పరిశోధనల వలన రొమ్ములకి, పెద్ద ప్రేగు, చర్మానికి వచ్చే క్యాన్సర్‌ని వెల్లుల్లి అరికట్ట గలదని వెల్లడ యింది.

★ జర్మనీలో వైద్యులు జరిపిన పరిశోధనలు ప్రతిరోజూ 800 మి.గ్రా.ల వెల్లుల్లి పొడి నాలుగు నెలలు క్రమం తప్పకుండా తీసుకుంటే హృద్రోగాలు రావని నిరూపించాయి.

ఇవన్నీ ఈనాటి పరిశోధనలయినా, 4,000 సంవత్సరాల క్రితం చైనా, భారతదేశాలలోని మూలికావైద్యులు వారి ఔషధాలలో వెల్లుల్లి సారాన్ని వుపయోగించిన నిదర్శనాలు వున్నాయి. వెల్లుల్లి వాసన పీలిస్తేనే కొత్త శక్తి వస్తుందని ఈజిప్టులోని మత ప్రవక్తలు ఉద్బోధించారు.

ఇప్పుడు కొనసాగుతున్న పరిశోధనలలో "నేషనల్ క్యాన్సర్ ఇన్‌స్టిట్యూట్ అండ్ ది ఫుడ్ అండ్ డ్రగ్ ఎడ్మినిస్ట్రేషను" సంవత్సరం పొడుగునా ఆహారంలో వెల్లుల్లి తీసుకోవడంవలన ఏ ప్రయోజనాలు కలుగుతాయో పరిశోధిస్తోంది. "న్యూట్రిషన్ ఇంటర్నేషనల్" అనే అంతర్జాతీయ సంస్థ వెల్లుల్లి సారం "కార్డియో వస్క్యులర్ సిస్టమ్" మీద ఎలా పని చేస్తుందో చూడమని హార్వర్డ్, న్యూయార్క్‌లలోని వైద్య పరిశోధనా కేంద్రాలని కోరింది.

జాగ్రత్తలు:

అయితే వెల్లుల్లి తీసుకోవడంలోనూ, ఔష ధంగా వుపయోగించడంలోనూ తగు జాగ్రత్తలు పాటించాలని అమెరికన్ శాస్త్రజ్ఞులు అంటున్నారు. వెల్లుల్లి అమృతంతో సమానమని జరిగిన ప్రచా రాన్ని వీరు కొట్టిపారేస్తున్నారు. రోగాలని నిరోధించ డానికి వెల్లుల్లిని ఆహారానికి అనుబంధంగా మాత్రమే వుపయోగించాలని వీరు పేర్కొన్నారు. వెల్లుల్లి సహజమైన పదార్థం, దీనిని తీసుకోవడం వలన విషప్రభావం కాని, విపరిణామాలు కాని వుండవనీ అందరూ నమ్ముతున్నారు.

ప్రసిద్ధ కార్డియాలజిస్ట్ జోనాథాన్ ఇసాక్సాన్ వెల్లుల్లి మామూలు ఔషధాల వంటిది కాదనీ దీని వలన హాని జరగదని వెల్లడించారు. రోజుకి ఒక వెల్లుల్లి తీసుకుంటే డాక్టర్ అవసరమే వుండదని మార్విన్ మోసర్ అనే ప్రొఫెసర్ పేర్కొన్నారు. కొలెస్టరాల్‌ని తగ్గించడానికి వెల్లుల్లి సహాయపడు తుందని "ఏల్ యూనివర్సిటీ స్కూల్ ఆఫ్ మెడి సిన్"లో జరిపిన పరిశోధనలు నిరూపించాయి.

అయితే వెల్లుల్లిని పచ్చిగా తింటేనే మంచిదని, ఉడికిస్తే వెల్లుల్లిలోనే 'శక్తి' తగ్గిపోతుందని మరి కొన్ని పరిశోధనలలో వెల్లడయింది. ఈ రోజున టాబ్లెట్ల రూపంలోనూ, క్యాప్స్యూల్స్ రూపంలోనూ మెడికల్ షాపులలో వెల్లుల్లి లభిస్తోంది. వెల్లుల్లి ఘాటు వాసన వీటికి వుండదు. అయితే ఆ ఘాటైన వాసనే కొందరు ఇష్టపడతారు. అందుకే 'అసలు' లాగా మరొకటి వుండదు.

వెల్లుల్లి 'మోతాదు' ఎక్కువయితే విరేచనాలు రావచ్చు. అజీర్ణం కలగవచ్చు. రక్తహీనత ఏర్పడ వచ్చు. కాలేయం పాడవవచ్చు. ఈ విషయంలో ముందుగా వైద్య సలహా తీసుకోవడం మంచిది.

"వెల్లుల్లి మంచిదే కాని ఎలా తినమంటారు, ఆ వాసన భరించలేము" అని కొందరు అంటారు. ఆరోగ్యానికి ఇది భరించక తప్పదు. మరి వెల్లుల్లి తిన్నాక ఆ వాసన పోవాలంటే ఎలా? కొంచెం లెమన్ జ్యూస్ త్రాగితే చాలు. నోరు విప్పడానికి మీరు సందేహించక్కరలేదు.

—బి. కృష్ణవేణి