



రామారావు వచ్చి ఎదురుగా కూర్చోవడాన్ని సుబ్బారావు గమనించలేదు. స్టోఫాలో వెనక్కి జారగిలబడి కూర్చుని, కళ్ళు మూసుకుని, బాధగా తల అటూ ఇటూ తిప్పుతున్నాడు.

“ఏమిటిరా? వెంటనే రమ్మని ఫోన్ చేశావు, ఏమైంది?” పలకరించాడు రామారావు.

నెమ్మదిగా కళ్ళు తెరిచి, ఛాతిమీద చేత్తో రుద్దుకుంటూ “నొప్పిగా వుందిరా” అన్నాడు సుబ్బారావు.

“కండరమేదో వట్టేసి ఉంటుంది. నాలుగడుగులు అటూ ఇటూ నడిచి ముందుకీ వెనక్కి వంగి కాస్త వ్యాయామం చెయ్యి. నెమ్మదిగా సర్దుకుంటుంది” ధైర్యం చెప్తూ సలహా ఇచ్చాడు రామారావు.

“కదలడమే కష్టంగా ఉంటే ఇప్పుడు వ్యాయామం చెయ్యమంటావేంటి?” విసుగ్గా అన్నాడు సుబ్బారావు.

“సరే, పద డాక్టరు దగ్గరి కెళ్దా?”

“ఏమిటో అన్నయ్యా! డాక్టరు దగ్గరి కెళ్ళమంటే భయమంటున్నారు.” ఏడుపు వెలుహంతో బయటికొచ్చింది సుబ్బలక్ష్మి.

“భయమెందుకురా?”

“హార్ట్ ప్రాబ్లమ్ అంటారేమోరా?”

సుబ్బారావు వైపు పరీక్షగా చూశాడు రామారావు. ఛాతిమీద కుడివైపు చేత్తో నొక్కుకుంటున్నాడు.

“కుడివైపు నొప్పిని హార్ట్ ప్రాబ్లమ్ అంటావేంటిరా, అర్థం లేకుండా?”

“అది కాదురా? ఇప్పుడు డాక్టర్లు రకరకాలుగా చెప్తున్నారు. గుండెకు కన్నం పడిందంటున్నారు, వాలులు మూసుకుపోయాయంటున్నారు, గుండె పెరిగిందంటున్నారు. అట్లాగే నాకు గుండె కుడివైపు ఉందంటారేమోరా?”

“నువ్వు ఇంతకుముందు డాక్టరు దగ్గరికెళ్ళినప్పుడల్లా గుండెని ఎడమవైపునే కదా పరీక్ష చేసింది. ఇప్పుడు కుడివైపు ఉందని ఎట్లా అంటారు?”

“ఆయన డాక్టరు దగ్గరి కెళ్ళి రెండేళ్ళయింది అన్నయ్యా! ఈ రెండేళ్ళలో ఎడమవైపు నించి కుడివైపుకు జరిగిందేమో?” దిగులుగా అంది సుబ్బలక్ష్మి.

“అందుకే ఈ నొప్పిని నా అనుమానం.” వంతపాడాడు సుబ్బారావు.

“అట్లా ఎట్లా జరుగుతుందమ్మా?” విసుగ్గా అడిగాడు రామారావు.

“ఆమధ్య మా మేనత్త తోడికోడలి కూతురి ఆడబడుచుకి గర్భసంచి కిందకి జారిందని ఆపరేషన్ చేసి తీసేశారు అట్లాగే...”

“ఇప్పుడు నాక్కూడా ఆపరేషన్ చేసి గుండె తీసేస్తారంటావా ఏంటి?” కంగారుగా అడిగాడు సుబ్బారావు.

“అయ్యో రామా! అవే మాటలండీ?” అంటూ

## హృదయరాగం

మునివేళ్ళతో నుతారంగా లెంపలేనుకుని మంగళసూత్రం కళ్ళకద్దుకుంది సుబ్బలక్ష్మి. సుబ్బారావుతో “ఈ మధ్య మీ పెదనాన్న అల్లుడి అన్నయ్య కొడుక్కి పేగుజారిందని ఆపరేషన్ చేసి సరిచేశారు కదండీ?” అని, రామారావు వైపు తిరిగి “అట్లా ఏమైనా చేస్తారేమో అన్నయ్యా!” అంది.

“గుండెకి అట్లా జరగడాలూ, జారడాలూ ఏమీ ఉండవు. వ్యాయామం లేకుండా తిని కూర్చుని ఒళ్ళు

పెంచుకుంటుంటే ఇట్లాగే అక్కడ నొప్పి, ఇక్కడ నొప్పి వస్తూ ఉంటాయి. రేపణ్ణించి యోగాసనాలు క్లాసులు మొదలవుతున్నాయి. వెళ్ళి నేర్చుకుని రోజూ ఒక అరగంట ఆసనాలు వేస్తే అన్నీ సర్దుకుంటాయి.”

అప్పటిదాకా నిశ్శబ్దంగా వాళ్ళ మాటలు వింటూ, టీవీ చూస్తూ కూర్చున్న చింటూ “మాబళ్ళో ఆసనాలు నేర్పిస్తున్నారు. నాకొచ్చు” అంటూ పరుగెత్తుకెళ్ళి ఒక దుప్పటి తీసుకొచ్చి, కింద పరిచి, దానిమీద పడుకుని శరీరాన్ని ఉండలాచుట్టి, అట్లాగే రెండు నిముషాలుండి మళ్ళీ మామూలు స్థితికి వచ్చాడు.

“దీన్ని యోగనిద్రాసనం అంటారు. ఇట్లా ఆసనాలు వేస్తే ఆరోగ్యం బాగుంటుంది” ఆరిందాలా చెప్పాడు.

“వెధవా! నువ్వుకూడా నాకు చెప్పేవాడివే” అంటూ కొడుకు మీదికి చెయ్యెత్తాడు సుబ్బారావు. చింటూ సుబ్బారావు చేతికి అందకుండా వీధిలోకి తుర్రుమన్నాడు.

“నా శరీరాన్ని అన్ని వంకర్లు తిప్పితే చచ్చిపోతానురా” దీనంగా అన్నాడు సుబ్బారావు రామారావుతో.

“అయ్యో రామా! అవే మాటలండీ?” అంటూ మునివేళ్ళతో నుతారంగా లెంపలేనుకుని మంగళసూత్రం కళ్ళకద్దుకుంది సుబ్బలక్ష్మి.

“ఏం కాదురా. అందరూ నేర్చుకోవట్లేదా? జాగ్రత్తగానే నేర్పిస్తారు” అనునయంగా అన్నాడు రామారావు.

ఉన్నట్టుండి ఏదో గుర్తొచ్చినట్లు నిటారుగా అయ్యాడు సుబ్బారావు. “చిన్నప్పుడు నేను కూడా ఆసనాలు వేసేవాడినిరా. వాటిలో కొన్ని గుర్తున్నాయి. అవి వేసుకుంటే సరిపోదా? క్లాసులకి వెళ్ళకపోతే ఏం?” అన్నాడు.

## పాలపర్తి జ్యోతిషుని

“ఏదీ, ఒకసారి వేసి చూపించు”. ఆసక్తిగా అడిగాడు రామారావు.

సుబ్బారావు దుప్పటిమీద కాళ్ళూ చేతులూ బారజాపి వెల్లకిలా పడుకున్నాడు.

“ఆసనం వేస్తానని అట్లాపడుకున్నావేంటి?”  
“ఇదే ఆసనం”.

“ఇదేం ఆసనమండీ? దీని పేరేంటి?” ఆనందంగా అడిగింది సుబ్బలక్ష్మి.

“శవాసనం” చెప్పాడు సుబ్బారావు.

“అయ్యో రామా! అవేం మాటలండీ?” అంటూ మునివేళ్ళతో సుతారంగా లెంపలేసుకుని మంగళసూత్రం కళ్ళకద్దుకుంది సుబ్బలక్ష్మి.

ఇదొక్కటేనా, ఇంకా ఏమైనా వచ్చా?” అడిగాడు రామారావు. ఆ మాటల్లోని వెటకారాన్ని పట్టించుకోకుండా సుబ్బారావు “ఇంకో ఆసనం వేసి చూపిస్తానుండు” అంటూ రెండు చేతులూ గడ్డం కింద పెట్టుకుని బోర్లా పడుకున్నాడు.

“దీని పేరేంటండీ?” భయంభయంగా అడిగింది సుబ్బలక్ష్మి.

“మకరాసనం” ఉత్సాహంగా చెప్పాడు సుబ్బారావు.

“నీ పిండాకూడు ఆసనం కదూ?” కోపంగా అరిచాడు రామారావు.

“అయ్యో రామా! అవేం మాటలన్నయ్యా?” అంటూ మునివేళ్ళతో సుతారంగా లెంపలేసుకుని మంగళసూత్రం కళ్ళకద్దుకుంది సుబ్బలక్ష్మి.

“కష్టమైన ఆసనాలు వేసి అలిసిపోయినప్పుడు విశ్రాంతి కోసం వేసే ఆసనాలు ఇవి. ఇవి వేసినంత మాత్రాన అన్నిరోగాలూ తగ్గిపోవు. రేపొద్దున్నే వచ్చి క్లాసుకి తీసుకెళ్తాను. రెడీగా ఉండు”.

“ఆ కష్టమైన ఆసనాలు ఆయన వెయ్యలేరన్నయ్యా వద్దు”.

“అవును” అన్నట్టు అమాయకంగా తలూ పాడు సుబ్బారావు.

“అదేం కుదరదు రావలసిందే”.

“పోనీ నాకు తోడుగా నువ్వు కూడా రావే సుబ్బా”.

“అమ్మో! పొద్దున్నే నాకెక్కడ కుదురుతుంది? అయినా ఇంట్లో పసంతా నేనే చేసుకుంటున్నాను. నాకంత కంటే వేరే వ్యాయామమెందుకు?” అంటూ లోపలి

కెళ్ళిపోయింది సుబ్బలక్ష్మి.

“నొప్పి తగ్గిపోయిందిరా. ఇంకోసారి వస్తే అప్పుడు చూద్దాంలే. ఇప్పటికి నన్నదిలిపెట్టు” రామారావుని బ్రతిమాలుతూ అన్నాడు సుబ్బారావు.

“ఇంకోసారి నొప్పివచ్చేదాకా వేచి చూడక్కర్లేదు. మళ్ళీ రాకుండా ముందే జాగ్రత్త పడొచ్చు.”

కారు నడుపుతున్నట్టుగా ‘డుర్లీ’ అనుకుంటూ వచ్చాడు చింటూ. “ఇప్పుడే అందిన వార్త యోగా మాష్టరుగారు బాత్రూములో జారిపడి కాలు విరగ్గొట్టుకున్నందువల్ల యోగా క్లాసులు నిరవధికంగా వాయిదా పడ్డాయి” అంటూ ప్రకటనలా చెప్పి మళ్ళీ కారు నడుపుకుంటూ వెళ్ళిపోయాడు.

“అమ్మయ్య!” అన్నాడు సుబ్బారావు.

“ఏమిటి అమ్మయ్య? గండం గడిచిందను కుంటున్నావా? నిన్ను నేను వదిలిపెట్టను. మళ్ళీ యోగా క్లాసులు మొదలయ్యేటప్పుడు నేనే దగ్గరుండి నిన్ను తీసుకెళ్తాను.” అన్నాడు రామారావు.

“ఈ లోపల రోజూ రెండు నిముషాలు వాకింగ్ చేసి, ఇంకో రెండు నిముషాలు ఈ ఆసనాలు సాధన చేస్తే ఆరోగ్యం అదే కుదుటపడుతుందిలే అన్నాయ్యా! ఆయన్ని అట్లా బెదరగొట్టేయ్యకు” అంటూ మళ్ళీ లోపలికి బయటికి వచ్చింది సుబ్బలక్ష్మి.

“మరే! రోజూ ఆమాత్రం వ్యాయామం చేస్తూ ఉంటే గుండె కూడా నెమ్మదిగా దాని స్థానంలోకి అది వచ్చేస్తుంది” అన్నాడు సుబ్బారావు. “అబ్బో! ముచ్చటైన జంట. మేడ్ ఫర్ ఈజ్ అదర్” గొణు కుంటూ వెళ్ళిపోయాడు రామారావు.



**190 పేజీలతో**  
ప్రముఖ రచయితలతో,  
**చినుకు** మూడవ వార్షిక ప్రత్యేక సంచిక  
వెల రు.35/- (పోస్టేజితో సహా).  
కావలసినవారు ఎం.ఓ. ద్వారా ‘చినుకు’  
కార్యాలయానికి పంపించగలరు.

**చినుకు మాసపత్రిక, దత్తాస్ నయాబజార్,**  
రాజ్ యువరాజ్ థియేటర్స్ ఎదురుగా,  
గాంధీనగర్, విజయవాడ - 520 003.  
Phone: 0866-6640595, E-mail :  
editor\_chinuku@yahoo.com

# చినుకు

## వల్లభాపురం జనార్దన

**అ** మృత్మా - అవ్వా తాతల  
కౌగిలి  
లోకాన్ని చూపించే  
అనుభవాల లోగిలి.

అల్లరి  
చిలిపితనం  
అదుపులో ఉంటే  
చలాకీపంట

బడిబ్యాగు  
బండచాకిరికి గుర్తు  
చురుకుదనం  
ఇంక పలాయనం

హోంవర్కు  
సృజనకు గుదిబండ  
కళాత్మకత  
ఇక బోన్నాయిమొక్కే

ఆట  
మానసిక వికాసానికి  
దారి  
ఎదుగుదలకు మైలురాయి.

అల్లరి  
ఆఆలను దాటితే  
సృష్టిస్తుంది.  
ఆకతాయి రికార్డు.