

జంతువుల తోక ఒక మానవ శరీరానికి వుండటం చూసి సర్జన్ అచేతనుడయ్యాడు. మిగిలిన డాక్టర్లతో పాటు అతను కూడా పరీక్షలో నిమగ్నమయ్యాడు. ఆ వ్యక్తి తోకతోనే జన్మించాడా? లేక తర్వాత అతని దేహంలో తోక మొలిచిందా?

తోకను గురించి ప్రతి డాక్టరు తనదైన అభిప్రాయం వెలిబుచ్చాడు. ఆ వ్యక్తి కళ్ళు సర్జన్ ముఖమీదే కేంద్రీకృతమై వున్నాయి. ఒక నర్సు తన చేత్తో ఆ వ్యక్తి తోకను తాకి చూసింది. స్పృశానుభూతి వలన ముడుచుకున్న తోక మొత్తం కంపించింది.

సర్జన్ అన్నాడు, 'మనిషి కొన్ని మిలియన్ల సంవత్సరాలకు పూర్వమే తోకను వదిలేశాడు. ఇది ఇరవయ్యో శతాబ్దపు తోక. ఇలాంటి ఆపరేషన్ చరిత్రలోనే మొట్టమొదటి ఆపరేషన్ కాబోతోంది'.

పూర్తిగా పరిశీలించి ఒక రిపోర్టు తయారు చేయాల్సి వుంది. అందువల్ల అతని శరీరం మొత్తం ఎక్స్ రే తీశారు. 'మనం రేపు ఒక నిర్ణయానికి వచ్చాం. ఎక్స్ రే రిపోర్టు ఆ సమయానికి సిద్ధం కావాలి' తల నిమురుకుంటూ మరొక డాక్టరన్నాడు.

మూడో డాక్టరు తన కళ్ళజోడు తీస్తూ అన్నాడు "తోక కత్తిరించాలి. రసాయనిక, క్లినికల్ పరీక్షలు నిర్వహించాలి".

ఇంకొక డాక్టరు ఎంతో సీరియస్ గా అన్నాడు "ఈ తోక కుక్క తోకను పోలివుంది".

"ఇక నువ్వు వెళ్ళు. రేపురావాలి. మీ తల్లిదండ్రుల మెడికల్ హిస్టరీ తీసుకురావడం మరిచిపోవద్దు. ఒకవేళ ఇది నీకు వారసత్వంగా వచ్చిందేమోనన్న విషయం మేము పరీక్షించాలి"

"కానీ మా తల్లిదండ్రులు జీవించలేరు, సర్!"  
 "ఫర్వాలేదు. మీ తల్లిదండ్రుల ఫ్యామిలీ డాక్టరును సంప్రదించి, వారి పాత రిపోర్టులున్నా తీసుకురా!"  
 "సర్, ఆయన కూడా లేరు"  
 "సరే నీతోపాటు నీ కుమారున్ని పిలుచుకురా"  
 "సరే, సర్!" అతనన్నాడు.

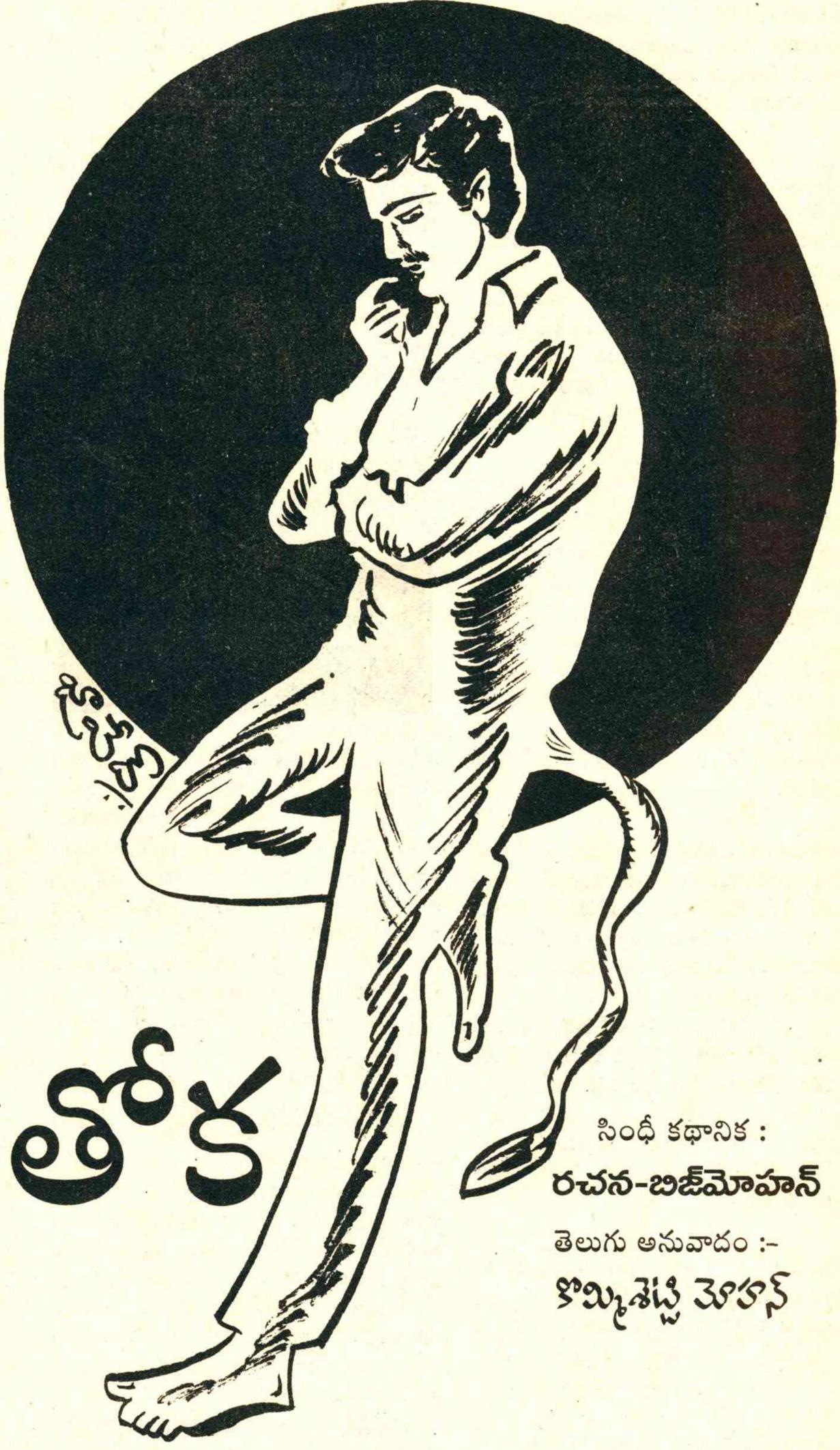
"ఈ డాక్టర్లు అనవసరమైన వారి మెడికల్ రిపోర్టులు అడుగుతున్నారు" అతననుకున్నాడు. ఒకవేళ వారు తన తల్లిదండ్రులు, కుమారుని మెడికల్ రిపోర్టుకు బదులు, తన ఆఫీసు కొలీగ్స్ వో, క్లర్కులవో రిపోర్టులు అడిగివుంటే, బహుశ వారు సరిగా డయాగ్నోసిస్ చేసివుండేవారేమో. అతను ఇలా అనుకోవడానికి కారణం వుంది. ఉద్యోగంలో చేరిన తర్వాతే అతనికి ఈ తోక పెరిగింది.

మెడికల్ ప్రొఫెషన్ లో వున్న ఎక్స్ పర్టుతో వాదించడం నిరుపయోగమని అతననుకున్నాడు. అతను ఎగ్జామినేషన్ టేబుల్ పై నుంచి క్రిందికి దిగాడు. బట్టలు ధరించాడు. తోకను లోపలికి దాచుకున్నాడు. ఇంటికి చేరుతూనే, తనకు బాగాలేదని, తనకు తానే క్షమాపణ చెప్పుకున్నాడు. తన గదిలోకి వెళ్ళాడు. లైటు ఆర్పేశాడు. ఎంతో జాగ్రత్తగా మంచం చివర కూచున్నాడు. అతనొక బలహీనమైన వ్యక్తి - అని అతని భార్య ఎప్పుడూ అంటూవుంటుంది. కొన్నిసార్లు అతను ఆమెతో వాదించేవాడు. అతను నిజంగా బలహీనుడే. అతను తనబాస్ ఎదుట వినయంగా తోక ఆడించడానికి అలవాటుపడ్డాడు. అతని బాస్ కోపంతో సింహంలా గర్జించేవాడు. బదులుగా అతను పిల్లిలా మూలిగేవాడు. తర్వాత మౌనంగా వుండేవాడు.

'నువ్వొక మూర్ఖుడివి. నువ్వు ప్యూన్ గా వుండడానికి మాత్రమే అర్హుడవు. క్లర్కుగా పనికిరావు. నువ్వు దానికి కూడా తగినవాడివి కావెందుకని?' అలాంటి సమయాల్లో అతని తోక ఇంకాపొడవుగా పెరిగేది. ఇంకా బలంగా

వుండేది.  
 అతని యజమాని చాల తెలివైనవాడు. అతను మనుషులకంటే కుక్కలనే ఎక్కువ ఇష్టపడేవాడు. ఈ వ్యక్తి ఆయనకు విశ్వాసపాత్రమైన కుక్కలాంటివాడు. అన్నివేళలా ఇలా

లు పెరిగాయేమో అతనికి తెలియదు. కొన్నిసార్లు అతను వారి వెనుక భాగం పరిశీలనగా చూసేవాడు. వారు తమ దుస్తుల్లోపల తోకల్ని దాచిపెట్టుకున్నట్టు అతను భావించాడు.



తోక ఆడించే వారెవరుంటారు. తన కొలీగ్స్ కూడా కుక్కలేనని అతను భావించాడు. తన మాదిరే వారికి కూడా తోక

అతను మనుషుల వెనుకభాగం పరిశీలించడం మొదలెట్టాడు. అతను తన భార్య శరీరంలోనూ తోకకోసం వెతికే

వాడు. ఇప్పటికీ లేకపోయినప్పటికీ, ఆమెకు కూడా తప్పక తోక మొలుస్తుందనుకున్నాడు. అతను తన యజమాని కుక్క. ఆమె అతని కుక్క. ఆమెకు తోక లేకపోయినప్పటికీ, ఆమె తన తల బాగా ఆడించేది. అతని పర్పునిండుగా వున్నట్లు గమనించినపుడల్లా ఆమె తన సాధారణ ప్రవర్తన ను మరచిపోయేది. పరిస్థితులు అనుకూలించినపుడు ఆమె తప్పక తోక పెంచుకుంటుందనుకున్నాడు.

ప్రతి చీర, స్కర్టు, ట్రోజరు లోపల దాగియున్న తోకను చూడటం అతని అలవాటుగా మారింది. మనిషి మళ్ళీ తన ఆదిమ కాలానికి వెళుతున్నట్లతనికి అనిపించేది.

ఏమైనా ఆ రోజురాత్రి అతను తోకను గురించి ఎక్కువ సేపు ఆలోచించకుండా నిద్రపోయాడు. మరుసటి రోజు ఉదయం తన కుమారుని హాస్పిటల్ కు తీసుకువెళ్ళాడు. అతను వరుసగా ప్రతిడాక్టరుకు, నర్సుకు విష్ చేశాడు. అతన్ని చూడగానే, అతని కేసును గురించి వినివున్న ఇతర డాక్టర్లు కూడా అక్కడ చేరారు.

డాక్టర్లు అతని కుమారుని లోపలికి తీసుకువెళ్ళారు. అర్థగంటసేపు అతను తన కుమారునికోసం ఓర్పుతో ఎదురుచూశాడు. ఆ అబ్బాయి బయటకు రాగానే అతను సంతోషించాడు.

సర్జన్ గంభీరంగా అన్నాడు “మీ అబ్బాయికి తోకలేదు. అతనికి తోక మొలిచే అవకాశం కూడా కనిపించడంలేదు. అతని జీన్స్ నీ జీన్స్ కంటే వేరుగా వున్నాయి. అతను నీ కుమారుడు కాదని మేము భావిస్తున్నాము”.

“ఏమిటి మీరంటున్నది? అతను కులట వున్నాడా?”

“అది నీవే తేల్చుకోవాలి. అది పూర్తిగా నీ వ్యక్తిగత విషయం” వాదన పొడిగించకుండా సర్జన్ అంతటితో ఆ విషయాన్ని తుంచేశాడు.

“కానీ డాక్టర్! మా ఆవిడ ఎంతో విశ్వాసపాత్రురాలు. ఆమె సీతలా ఎంతో పవిత్రమైంది. ఆమె కలలో కూడా మరోపురుషుని వూహించి ఎరుగదు”.

“నీ వాదనలతో నా సమయం వృధా చేయద్దు. ఇక నువ్వెళ్ళు. మేము ఆపరేషన్ చేసి నీ తోక కత్తిరిస్తాము” డాక్టర్ కోపంగా బదులిచ్చారు.

“నాకు ఆపరేషనంటే భయం. ఒకవేళ ఆపరేషన్ తో నేను కోలుకోకుంటే నా భార్యబిడ్డల్ని ఎవరు పోషిస్తారు! మా కుటుంబంలో నేనొకన్నే సంపాదిస్తున్నది” అతను అభ్యర్థించాడు.

“భయపడవద్దు. నీవు చావడంలేదు. మేము నీ తోక మాత్రమే కత్తిరిస్తాము”

“వద్దు! డాక్టర్, వద్దు. నాకు భయంగా వుంది. మీరు నన్నెందుకు గట్టిగా పట్టుకున్నారు? నేనొక పిచ్చివాన్ని కాదు” అతని కళ్ళు చెమర్చాయి. “దయచేసి నన్ను వెళ్ళని వ్వండి”

“నీ తోక ఆపరేషన్ చేసేంతవరకు మేము నిన్నొదలం. నాగరికుడైన మనిషికి ఇది మంచిది కాదు”

కానీ, ఆపరేషన్ తర్వాత ఒకవేళ మళ్ళీ ఇది పెరిగితేనో?”

“మేం మళ్ళీ ఆపరేషన్ చేస్తాం” డాక్టర్ కోపంగా అన్నాడు.

“లేదు, డాక్టర్! నేను ఆపరేషన్ చేయించుకోను. ఇది నా బతుకుతెరువుకు ఆధారం. దయచేసి నన్ను వెళ్ళనివ్వండి. నాకు ఉద్యోగం వూడితే, నా కుటుంబం ఆకలితో మాడుతుంది. దయచేసి నన్ను క్షమించండి. డాక్టర్! నేను మళ్ళీ ఇంకెప్పుడూ హాస్పిటల్ కు రాను. నేను మళ్ళీ ఇంకెప్పుడూ నా తోకను గురించి మాట్లాడను. దయచేసి నన్ను మన్నించండి!” అతను బతిమాలాడు. సర్జన్ కాళ్ళమీద పడ్డాడు.

# అనుకున్నది సాధించేగలం

**ద**ష్టి, వినికిడి, స్పర్శ ఈ మూడు మాధ్యమాల ద్వారా మనిషి ఆలోచన రూపుదిద్దుకుంటుందని, అసలు మనిషి ఆలోచించడం జరుగుతుందని ఎన్ఎల్పి పరిశోధనలు నిరూపించాయి. ఈ ఆలోచన ఫలితంగానే కోరిక వుడుతుంది. కోరిక తీరితే సంతృప్తి. తీరకపోతే అసంతృప్తి. తీరనికోరికలు పెరిగేకొద్దీ అదే స్థాయిలో అసంతృప్తి పెరుగుతుంటుంది. ఫలితంగా ‘సైకోసామాటిక్ సమస్యలు’ వుట్టుకొస్తాయి.

మనిషి మెదడు ఒక సారవంతమైన నేల లాంటిది. ఆలోచనలు విత్తనాలు. సరైన ఆరోగ్యవంతమైన విత్తనాలు నేలమీద పడితే ఎలా మంచి పంట పండుతుందో, అలాగే సరైన ‘పాజిటివ్’ ఆలోచనలు మనిషి చేయగలిగితే ఫలితం కూడా మంచిగానే వుంటుంది. ఎన్ఎల్పి మనిషి బుర్రను ‘నెగెటివ్’ ఆలోచనల నుంచి కాపాడి, పాజిటివ్ యాంగిల్ డెవలప్ అయ్యేలా చూస్తుంది.

భగవద్గీత ‘సత్యం గత్వే నిస్సంగత్వం...నిస్సంగత్వే నిర్మోహత్వం’ అన్న భావనను ప్రచారం చేసింది. దీన్ని ఇంగ్లీషులో ‘అటాచ్ మెంట్ అండ్ డిటాచ్ మెంట్ ఆఫ్ డిజైర్’గా చెప్పుకోవచ్చు. మానసికంగా ఒక కోరికపట్ల బందీ కాకపోవడమే సన్నమాట. రైల్వే కంపార్ట్ మెంట్లను ఎలా లింక్ చేస్తారో.. అంతే ఈజీగా విడగొట్టడం కూడా జరుగుతుంటుంది. అలాగే కోరికల విషయంలోనూ మనిషి చేయవచ్చు. అలా చేయదగ్గ స్విచ్ తనదగ్గరే వుందని గుర్తించుకోవాల్సి వుంటుంది. అంటే ‘కోరిక’పట్ల బలీయంగా వుండటం...అదే సమయంలో దానిపట్ల అతిగా స్పందించకపోవడం మన చేతిలోని పనే. ఈ టెక్నిక్ ను మనం అలవచుచుకుంటే ఆరోగ్యవంతమైన మానసిక వికాసం సాధించుకోగలం. ఈ టెక్నిక్ ను ఎన్ఎల్పిలో ‘యాంకరింగ్’ అంటారు. మనిషి మెంబల్ స్ట్రెట్ ను ఈ స్విచ్ ద్వారా ఎన్ఎల్పి ప్రాక్టీషనర్లు కంట్రోల్ చేయగలరు.

భగవద్గీతను అర్థునుడి మనసులోని రకరకాల భ్రాంతులను తొలగించేందుకే చెప్పాడు కృష్ణుడు. ఎన్ఎల్పి చికిత్సలోనూ ఈ విధానం ఉపయోగించడం జరుగుతుంటుంది. ఎలాగంటారు? ఒక వ్యక్తి అనేక భ్రాంతులతోనూ, భయాలతోనూ, కాంప్లెక్సులతోనూ వుంటాడనుకుందాం. అదే సమయంలో వాటి నుంచి భయపడమరోరకంగా అంటే మంచిగా సమర్థవంతంగా ఉండాలని కోరుకుంటాడు. మొదటిరకంగా ఎలా వున్నాడో, అలాగే తను కోరుకున్నట్లు రెండో రకంగానూ అంటే సమర్థవంతంగానూ మనిషి తనను తాను మలచుకోవడానికి అవకాశం వుంది. ఎన్ఎల్పిలో ఆ సహకారం లభిస్తుందన్నమాట. ఒక వ్యక్తి ఎలాంటి భావనలకు స్పందిస్తున్నాడో కనిపెట్టి ఆ కోణంలో పాజిటివ్ ట్రీట్ మెంట్ ఇవ్వడం జరుగుతుంది. ‘యాంకరింగ్’ విధానమన్నమాట.

ట. యాంకర్ అనేది శబ్దరూపంలోనూ, స్పర్శపద్ధతిలోనూ, ఇమేజ్, వాసన లేదా రుచి రూపంలోనూ వుండవచ్చు. ఎన్ఎల్పిలో సరైన ‘యాంకర్’ను చికిత్సకు ఉపయోగించే విధానంతో కోరుకున్న భావనలను మనిషి మనసులో ప్రవేశపెట్టవచ్చు. అనవసరమైన భావోద్దేశాలను వదిలించవచ్చు. ఆలోచనల మీద అదుపు సాధించవచ్చు. వ్యక్తిత్వవికాసానికి అవసరమయ్యే సృజనాత్మక శక్తిని వెలికితీయవచ్చు.

‘యాంకరింగ్’ కాన్సెప్ట్ ను చాలా సులువుగా అర్థం చేసుకోవచ్చు. ఆచరణలోనూ పెట్టవచ్చు. డా.పావ్ లోవ్ పరిశోధన ఇదే విషయాన్ని తేల్చిచెప్పింది. ఒక నిర్ణీత సమయంలో ఆయన ఒక గంటను మోగించేవారు. గంట శబ్దం వినగానే అక్కడికి ఒక శునకం వచ్చేలా అలవాటు చేశారు. అలా శునకం రాగానే ఆయన దానికి తిండిని పెట్టేవారు. అలా అలవాటు చేసిన కొన్నాళ్ల తర్వాత ఆయన గంటను మోగించగానే శునకం వచ్చేది. కానీ తిండిని

పెట్టేవారు కాదు. అంతేకాదు ఆయన పరిశోధనలో తేలిన ఆసక్తికరమైన విషయం ఏమంటే...గంట శబ్దం వినగానే శునకం నోట్లో లాలాజలం ఊరటం. ఇక్కడ శబ్దం ‘యాంకరింగ్’గా శునకానికి ఒక అలవాటు చేయడం జరిగింది. లాలాజలం ఊరడం అంటే శునకం మెదడు ‘ట్యూన్’ అయినట్టే కదా!

ఆ యాంకరింగ్ పద్ధతిని ప్రకటనలు తయారుచేసేవారు (యాడ్ ఫిలింస్), చలనచిత్రాల్లోనూ గమనించవచ్చు. ఒక కుటుంబ సభ్యులందరూ సినిమాలో లీనమై చూస్తున్నారనుకుందాం. వాళ్లంతా సినిమా

వినోదంలో పూర్తిగా మునిగిపోయారు. సినిమా క్లయి మాక్స్ వచ్చింది. సరిగ్గా ఆ ‘ఉద్విగ్న’ సమయంలో యాడ్ (ప్రకటన)ను వేశారు. ఒక్కసారిగా వారంతా కంగుతిన్నట్టు అయిపోయారా?! అదే సమయంలో వారి ‘అటెన్షన్’ ఆ యాడ్ మీద మరింత ఎక్కువగా పడుతుంది కదా!

ఒక యువకుని చుట్టూ అందమైన అమ్మాయిలు. జీన్స్ ప్యాంటుతో స్టయిలిష్ గా కనిపిస్తూ...చేతిలో సిగరెట్ కాలుస్తూ...ముందు ముందు పెట్టుకుని వుండటం యాడ్ ఫిలిం అనుకుందాం. అందమైన అమ్మాయిలు, చేతిలో సిగరెట్, ముందు ముందు...సస్పెన్షుల్ మనిషి ఇతగాడు అని చెప్పడం...ఇదంతా కూడా ‘యాంకరింగ్’ అన్నమాట. మన ఆలోచనలను ప్రభావితం చేయడమన్నమాట. సినిమా అటుఇటు వుండే బ్రెడ్ ముక్కలైతే, మధ్యలోని జామ్ ఈ యాడ్ ఫిలిం. బ్రెడ్ ముక్కలకన్నా జామ్ టేస్టీ అని ఫీలవడం ప్రేక్షకుడి పనిగా వుంటుంది. అదే ప్రకటనను ఒక టీనేజీ కుర్రాడు చూశాడనుకుందాం. అతని మీద ఆ సిగరెట్ పొగతాలూకు ‘యాంకరింగ్’ ఎలా పనిచేస్తుందనుకుంటారు?



డా. పి. టి. సుందరం  
న్యూరో సైకాలజిస్ట్