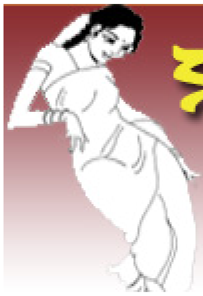


కాలమ్ దాటని కబుర్లు

బలభద్రపాత్రుని రమణి

నెల నెలకీ కొన్ని కులాసా కులాసా కబుర్లు

మాయరోగం - దివ్య ఔషధం

అందరికీ తెలిసినది నాలుగు కాలాలు. చలికాలం, ఎండాకాలం, వర్షాకాలం, ఆకురాలు కాలం కదా! కానీ నాలాంటి చాలామందికి ఐదో కాలముంటుంది. అది నిరాసక్త కాలం! దీన్నే ఇంగ్లీషులో డిప్రెషన్ అంటారు. సాధారణంగా కొంత మందికి డిప్రెషన్ కాలం, డిప్రెషన్ తరువాతి కాలం, డిప్రెషన్ ముందు కాలం అని సంవత్సరం పొడుగూతా మూడు కాలాలు ఉంటాయి!

"నీకేం మాయరోగం? నీకెందుకు డిప్రెషన్?" అని ఓ స్నేహితుడు నిన్న ప్రొద్దుటే ఫోన్‌లో తలంటుపోసాడు.

"అచ్చు మా సైక్రియాట్రిస్ట్ కూడా ఈ మాటే అన్నాడు" అన్నాను.

"చూసావా.. ఎమ్.బి.బి.ఎస్‌లూ, ఎమ్.ఎస్‌లూ చదువుకోకుండానే అది మాయరోగం అని నేను కనుక్కున్నానా?" అన్నాడు ఆ స్నేహితుడు ఉత్సాహంగా.

ఆ సైక్రియాట్రిస్ట్ కూడా నా స్నేహితుడే అందుకే నా బ్యాంక్‌లో ఉన్న బాలెన్స్ కరిగిపోయి, నేను మెంటల్ బాలన్స్ తప్పేలోపే ఇది మాయరోగం, దీనికి మందు లేదని చెప్పేసాడు.

నా సెల్ ఫోన్ ప్రొద్దుట పదకొండు అయినా ఆన్‌లో లేకపోతే మా ఉమకీ, సుమిత్రకీ ఉషారొచ్చేస్తుంది!.. ఏంటీ? ఏమైందీ? మళ్ళీ డిప్రెషనా? అని అడుగుతారు.

"అవును" అనగానే, ఈలవేసినంత పని చేస్తారు.

నా డిప్రెషన్‌కీ వాళ్ళ సంతోషానికీ ఏమిటి సంబంధం అని చూస్తున్నారా? చాలా ఉంది. ఒక్కసారిగా డిప్రెషన్ వల్ల జీవితం మొత్తం తారుమారు అవుతుంది. వెనకపడే విషయాలకి ప్రాధాన్యత పెరిగి ముందుకొస్తాయి. ముందుకు ఉండాల్సిన ప్రధాన విషయాలు వెనక్కి వస్తాయి.

"ఈసారి ఎక్కడికి వెళదాం?" అంటుంది సుమిత్ర.

"బుక్ ఫేర్ ఎక్కడైనా జరుగుతోందేమో చూడు.. లేదా ఫ్లవర్ షో.. రెండూ కాకపోతే శారీస్ సేల్.. మరీ చిరాకేస్తే రవీంద్ర భారతిలో ఏ ప్రోగ్రాం జరిగితే దానికి " అంటాను.

"సికింద్రాబాద్ స్టేషన్‌లో రైలు పెట్టెలో రవీంద్రుడి ఎగ్జిబిషన్ ఉందోయ్" అంది.

"సరే.. పద!" అన్నాను.

ఆ డిప్రెషన్ కాలంలో టీ.వీ సీరియల్, సినిమా సిట్టింగ్స్, పత్రిక్కి కథ రాయడం లాంటివి ఉండవు.. ఫుడ్ ఫెస్టివల్స్ బలాదూర్ తిరగడాలు మాత్రమే ఉంటాయి!

లక్ష్మీపార్వతి గారు ఫోన్ చేసారు కార్తీక మాసంలో "ఎన్.టీ.ఆర్ గార్డెన్స్‌లో వనభోజనాలు, నీ ఫ్రెండ్స్‌ని కూడా తీసుకుని రావాలి రమణీ" అని.

సుమిత్రకి చెప్పాను "వెళదాం.. మా వదినని కూడా పిలిచాను" అని.

"అదేంటీ? నీకు ఇలాంటివి పెద్ద ఇష్టం ఉండవు కదా" అంది.

అంతకు ముందువారమే కాలనీలో వాళ్ళు అడిగితే "ఇలాంటివి టైం వేస్ట్ పనులు. నేను రాను" అని చెప్పాను.

కానీ ఇది డిప్రెషన్ కాలం! ఇప్పటి ప్రాధాన్యతలు మారాయి. నలుగురితో అదీ తెలీని వాళ్ళతో కలిసి ఉండాలనిపిస్తుంది.

గోపాల్ గారూ, ఆయన సతీమణి విమలగారూ, నేనూ సుమిత్రా, మా వదినా ఎన్.టి.ఆర్‌గారి జామతోటల్లో ఇంకా కొంతమంది అప్పటిదాకా ముక్కూ మొహం తెలీని వాళ్ళతో రోజంతా కలిసి ఆడాం, పాడాం, భోజనాలు చేసాం, సాయంత్రం దాకా గడిపేసాం!

ఇంకోసారి పెద్దగా పరిచయం లేని ఒక మిత్రుడి ఇంట్లో పార్టీ. మరోసారి పేపర్లో పేరు చూసి ఏదో తీర్థయాత్ర. నిన్ననే గాణగాపురం ఎక్కడుందో గూగుల్‌లో చూసాం. కర్నాటకా లోని, గుల్బర్గా దగ్గర ఉంది. తరువాత అక్కడికి వెళతాం.

డిప్రెషన్ పిరీడ్ అయిపోగానే, మళ్ళీ పేపర్లూ, పెన్నూ పెట్టుకుని రాసుకుంటూ ఉంటాను. ఎవరు ఫోన్ చేసి రమ్మన్నా, ఇంటికొచ్చి బొట్టు పెట్టి పిలిచినా, దగ్గర చుట్టాలయినా సరే "నేను రాను. నాకు వీలుపడదు" అని కరాఖండీగా చెప్పేస్తాను.

ఓ పది పదిహేను రోజుల తర్వాత మళ్ళీ మనసుకు బాగా మబ్బు పట్టి వర్షించడానికి సిద్ధంగా ఉన్నప్పుడు మా ఉమకి ఫోన్ చేస్తాను.

"నాకు చాలా విరక్తిగా ఉందే!" అంటాను.

అది పేపర్ తీసి ఎక్కడెక్కడికి వెళ్ళాలో లిస్ట్ రాస్తుంది. నా డిప్రెషన్ తరువాతి కాలంలోనే నెక్స్ట్ డిప్రెషన్ కాలానికి టైం టేబుల్ ప్రిపేర్ చేసేస్తారు నా స్నేహితురాళ్ళు.

మా శాంతక్క ఒకరోజు నాతో బజారు కొచ్చింది "చాలా డిప్రెషన్‌గా ఉందే" అన్నాను.

"అవునా? ఏం చేస్తావు?" అంది.

తకీమని బంగారం కొట్లోకి వెళ్ళి, క్రెడిట్ కార్డు గీసి, నెక్లెస్ కొన్నాను.

"ఎందుకే ఇప్పుడూ?" అంది ఆశ్చర్యంగా.

"చాలా డిప్రెషన్‌లో ఉన్నప్పుడు ఇలాంటి షాపింగే చేస్తానే" అన్నాను.

అది ఏ వేళప్పుడు అందో కానీ "ఈసారి పెద్ద డిప్రెషన్ వచ్చి డైమండ్ నెక్లెస్ కొనుక్కోవే!" అని దీవించింది

ఆ తరువాత నా లైఫ్‌లో పెద్ద డిప్రెషన్ పిరియడ్ వచ్చింది. దాదాపు నాలుగు నెలలు కొనసాగింది అది. ఆ టైంలోనే డైమండ్ నెక్లెస్ కొనేసాను. శాంతక్క దీవెన ఫలించింది.

రోజూ డెయిలీ సీరియల్ రాస్తూ, ఏదో ఒక సినిమాకి పనిచేస్తూ, బిజీగా సినిమా చూడ్డానికి కూడా కేలండర్‌లో టైం లేకుండా ఉన్న తరుణంలో మళ్ళీ ఒక రోజు ప్రొద్దుటే 'జగమే మాయా. బ్రతుకే మాయా' అనే పాట వినాలని తెగ అనిపించేసింది

నా డిప్రెషన్ మొదటగా గుర్తుపట్టేది మా పనిమనిషి! "ఏమ్మా.. వంట చేసినట్లు లేరూ.. ఒంట్లో బాలేదా?" అంటుంది.

ఆ తరువాత ఒక నాలుగురోజులు ఇంట్లో టెరిబుల్‌గా ఫుడ్ వేస్టేజ్ అవుతుందని దానికి తెలుసు!

"కూరగాయలు వండి పారెయ్యడం ఎందుకమ్మా? అలాగే పచ్చిగా బయట పారేస్తే ఎవరికైనా పనికొస్తాయి కదా" అని ఓసారి సలహా ఇచ్చింది కూడానూ!

తరువాత తెలిసేది డ్రైవర్‌కి. కార్లో పాత లతా పాటలు మార్మోగుతాయి.

"నా జియె లాగేనా.." "రసిక బల్ మా.." "రంగీలారే..." అంటూ ఆపకుండా హృదయం ఊడి వచ్చే పాటలన్నీ వినేస్తుంటాను! వాడికి ఒళ్ళు మండిపోతూ ఉంటుంది.

మంగళవారం తాడి బందు ఆంజనేయస్వామి గుడికీ, గురువారం సాయిబాబా గుడికీ, మధ్యలో కీసరగుట్టకీ, శని, ఆదివారాలు కాకుండా చూసి చిలుకూరికీ తీసుకువెళతాను.

కాకతాళీయంగా మొన్న నేను డిప్రెషన్ ముందు కాలంలో ఉండగా లక్ష్మీపార్వతిగారి అబ్బాయి పెళ్ళి వచ్చింది. నేను డిప్రెషన్‌లో లేకపోయినా వెళ్ళేదాన్నే.. కానీ అంతసేపు ఉండేదాన్ని కాదన్నది మాత్రం సత్యం!

ఆ పెళ్ళికి అర్థరాత్రి ముహూర్తందాకా ఉండి అక్షింతలు వేసి వచ్చిన వాళ్ళలో నేనూ, సుమిత్రా, మా వదినా కూడా ఉన్నాం. మాకు టైం పాస్ అవడానికి మా దర్శకులు కోడిరామకృష్ణగారూ, వారి శ్రీమతి పద్మగారూ కూడా ఉన్నారు. జీవితంలో ఎప్పుడూ మాట్లాడుకోలేని వైవిధ్యమైన విషయాలు ఆ పెళ్ళి పందిరిలో మాట్లాడేసుకున్నాం.

భోజనాలు ఏడున్నరకే రిసెప్షన్‌లో చెయ్యడం వలన, పెళ్ళి టైంకి 'ఇంకోసారి వెళ్ళి జున్ను తినొస్తే బావుంటుందేమో' అని మా వదిన సూచించింది కూడానూ! ఈలోగా గోపాల్‌గారు సాహిత్య గోష్ఠి మొదలు పెట్టేసారు.

ఈ గోపాల్ గారు హేతువాది, సత్యసాయి బాబాగారి నిర్యాణానంతరం చాలా సార్లు టీ.వీలో మాట్లాడారు కూడా! అంతేకాక 'ఈ.టీవీ' సీరియల్స్‌లో కూడా మంచి వేషాలేసే నటులు. "మా జంపన సూర్యనారాయణ రాజుగారు రాసిన ఫౌల్... ఫౌల్ చదివారు?" అంటూ మొత్తం కథ మనకి ఆసక్తి కలిగించే విధంగా చెప్పగలరు.. "నా అక్షరాలు వెన్నెల్లో ఆడుకునే ఆడపిల్లలు. " అంటూ అమృతం కురిసిన రాత్రినీ, తిలక్‌నీ తియ్యగా పాడి వినిపిస్తారు! సంగీతం, సాహిత్యం ఆయనకి రెండు కళ్ళు! ఆయనతో ఉంటే ఆకలీ నిద్రా తెలీవు! అందుకే రాత్రి పన్నెండు దాకా పెళ్ళిలో గడిపేసాం.

"అసలు నీకు డిప్రెషన్ ఎందుకొస్తుంది? ఎవరైనా ఏమైనా అన్నారా?" నా మంచం మీద కూర్చుని చాలా ఫరవా ఉన్న మనిషిగా అడిగారు మా వారు ఓసారి. నన్ను ఫలానా ఫలానా మనిషి బాధపెట్టాడని చెప్పాను. ఆయన చాలా పెద్దమనిషి పాపం "బాధ పెడితే అతనితో మాట్లాడడం మానెయ్యి" అన్నారు.

"అతను మాట్లాడడం లేదు. అదే నన్ను బాధపెట్టడం అన్నాను."

"ఎందుకు పాపం?" అడిగారు.

"నేను ఈ విధంగా తిట్టాను.." అని నేను అన్న మాటలు అన్నీ చెప్పాను.

ఆయన నోరు తెరిచేసారు. "ఇన్ని మాటలు అన్నాకా ఎవ్వరైనా మాట్లాడ్తారా?" అన్నారు.

"నాకు అదంతా తెలీదు. మళ్ళీ నాతో మాట్లాడాలి" అన్నాను.

ఈయన అతనితో ఏం చెప్పారో కానీ అతను మాట్లాడాడు. "మీ ఆయన సిఫారస్ కావల్సి వచ్చిందా? నన్ను తిట్టినప్పుడు నేను బాధపడలేదా? ఇప్పుడు బాధపడుతున్నావంటాడు మీ ఆయన? అయినా ఇంత గారాబం చేస్తాడేవిటి, రెండు తిట్టక?" అంటూ నా ఫ్రెండ్ తెగ చిరాకు పడ్డాడు.

"నేను ఈ ప్రపంచంలో తిట్టేది ముగ్గురు నలుగుర్ని.. నువ్వు మాట్లాడక, నా ఫోన్ తియ్యక పోతే మరి నాకు డిప్రెషన్ వస్తుంది. వస్తే ఆయన నోటికి రుచిగా వండి పెట్టను.. ఇంట్లో విషాద సంగీతమే వస్తుంటుంది. ఆయనకి ఇష్టం లేని వంకాయలు కిలోలు కిలోలు

కొంటాను. బోలెడు దూరానున్న గుళ్ళకి వెళ్ళడం వలన పెరిగిన పెట్రోల్ చార్జీలు దవడ పేలుస్తాయి! పిచ్చి సినిమాలు చూస్తాను. అనవసరమైన సామాన్లూ, నగలూ కొంటాను! నాకు ఇష్టంలేని సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలకి వెళతాను.. ఇవన్నీ ఆయనకేగా దెబ్బ? అందుకే నిన్ను మాట్లాడమన్నారు.. అంతేకాదు.. ఆ తిట్లేవో తనదాకా రాకుండా నిన్నే తిట్టేస్తే మంచిదని కూడా మా బుచ్చిబాబు అభిప్రాయం!" అని ఎక్స్‌ప్లైన్ చేసాను. "మీ ఇద్దరూ మాడ్ ఫర్ ఈచ్ అదర్" అన్నాడు కోపంగా.

అసలు డిప్రెషన్ రాడానికి నాకు ప్రత్యేక కారణాలు అఖ్ఖర్లేదు.

బోంబేలో బాంబ్ బ్లాస్ట్‌లూ, కర్నాటకాలో కుంభకోణాలు జరుగుతుంటే ఎండ్యూరప్ప మారిషస్‌లో 'స్పా'లకి వెళ్ళడం.. పద్మనాభస్వామి ఆలయం తెరిపించి లక్షల కోట్ల సంపద బయట పెట్టించిన సుందర రాజన్ చనిపోవడం.. ఏదైనా కావచ్చు కారణం!

ఈ ఆర్టికల్ నేను రాస్తుండగా, టీ.వీ.లో 'టైమ్స్ నౌ' ఛానెల్ వాళ్ళు ఎండ్యూరప్ప గురించి షార్ట్‌గా, ముద్దుగా "'ఎడ్డీ' ఈజ్ ఇన్ మారిషస్.. వెన్ దిస్ ఈజ్ టేకింగ్ ప్లేస్ ఇన్ కర్నాటకా" అని ముద్దుగా 'ఎడ్డీ' అని చెప్పడం నాకు తెగ నచ్చేసింది!

డాక్టర్ అపాయింట్‌మెంట్స్ అన్నీ కూడా సాధారణంగా నా డిప్రెషన్ పిరీడ్‌లోనే జరుగుతుంటాయి.

అలాగే నిన్న ప్రొద్దుటే, నేనూ సుమిత్రా పంపనా, కిమ్స్‌కి వెళ్ళాం, నా పనులూ, చెకప్ లూ అయ్యాక మా డా.పద్మ దగ్గరకి వెళ్ళాం. ఓ.పీ పేషెంట్స్‌ని చూసుకుని పద్మ తీరుబడిగా ఉండడంతో కథా కాలక్షేపం, సాహిత్య చర్చలూ చేసాం. అది చాలదన్నట్లు 'జిందగీ నా మిలే దుబారా' అనే సినిమాకి కూడా వెళ్ళాం.

ప్రొద్దుటనగా ఒంట్లో బాలేదని హాస్పిటల్‌కి వెళ్ళిన నేను ఎలా ఉన్నానో తెలుసుకోవడానికి మా ఆయన చాలాసార్లు ఫోన్లు చేసారు కానీ నేను సైలెంట్‌లో పెట్టడం వలన తెలీలేదు. మా అశ్విన్‌ని డైరెక్ట్‌గా థియేటర్ దగ్గరకి రమ్మంది పద్మ. దాంతో మా ఆయనకి నేను ఇల్లు చేరలేదని బీ.పి. పెరిగిపోయింది.

"ఏమైంది? ఎందుకు ఫోన్ తియ్యడం లేదు?" అని డ్రైవర్ని అడిగారు.

"సినిమా చూస్తున్నారు మేడం, ఇంకా డాక్టరూ" అన్నాడు వాడు.

ఇంటికి రాగానే ఆయన "ఒంట్లో బాలేనప్పుడు ఏం సినిమాలూ?" అన్నారు.

"జిందగీ నా మిలే దుబారా" అన్నాను.

నిజంగానే జీవితం మళ్ళీ వెనక్కిరాదు. గడచిన క్షణం మనది కాదు! తిరిగి రాదు. ఎంతో పెద్ద జీవిత సత్యం, నవ్వుతూ నవ్వుతూ చిన్న కథలో చూపించింది ఆ దర్శకురాలు!

అందరూ జీవితాన్ని ప్రేమించండి. ఉత్సాహంగా ఉండే కాలాన్ని ప్రేమించండి! డిప్రెషన్ వస్తే.. ఆ కాలాన్ని ఇంట్రెస్టింగ్‌గా మలుచుకోండి. అప్పటి దాకా టైం లేదని వెనక పడేసిన అభిరుచుల్నీ, వ్యాపకాల్నీ, విహార యాత్రల్నీ ప్రాధ్యాన్యత ఇచ్చి ముందు వరసలో పెట్టండి. మనం మనుషులం.. మనసుకి కష్టం కలుగుతూ ఉంటుంది. దానివలన చేసే వృత్తి ఉద్యోగాలకి అంతరాయం కలుగుతుంది.

అందుకు డిప్రెషన్‌కి ప్రిపేర్ అయిపోండి! మీరు ప్రిపేర్ అవకపోతే అది చాలా బాధపెడుతుంది!

డిప్రెషన్ తర్వాత మనం చేసిన పనులు తలుచుకుంటే, మనకి నవ్వు రావాలి! నేనూ, నా ఫ్రెండ్సూ అదే చేస్తాం!

మా ఫీల్డులో ఆశాభంగాలూ, ఎదురు దెబ్బలూ, మనసు గాయపడడాలూ, మంచినీళ్ళు తాగినంత తేలిగ్గా జరుగుతాయి!

అందుకే వాటివల్ల వచ్చే డిప్రెషన్‌ని మేం 'ప్లే టైం' అని పేరుపెట్టుకుని ఆ 'లాస్'ని మర్చిపోవడానికి రకరకాల ఆటలు ఆడతాం!

నిన్న ప్రొద్దుట నాకు అబ్‌డామిన్ స్కాన్ తీయడానికి నీళ్ళు తాగమన్నారు. సడెన్‌గా నేను బుంగమూతి పెట్టి, బుగ్గలు పూరించి సుమిత్ర వైపు చూసాను.

"ఏంటదీ?" అంది.

"ఇలావుండే డాక్టర్ వచ్చి ఇప్పుడు స్కాన్ చేస్తుంది" అన్నాను.

తరువాత గదిలోకి వెళుతూ వెనక్కి తిరిగి చూస్తే, అలా ఉండే ఆ డాక్టర్ని చూసిన సుమిత్ర నవ్వు ఆపుకోడానికి పేపర్ మొహానికి అడ్డుపెట్టుకుంటూ కనిపించింది.

ఆవిడ లోపలకొచ్చి నన్ను ప్రశ్నలు వేస్తుంటే, నాకూ నవ్వు ఆగలేదు.

వీలైనన్నిసార్లు నవ్వండి!

కష్టంగా ఉన్నప్పుడు ఇష్టంగా ఉండే పనులు చెయ్యండి!

ఎదుటివాళ్ళు కోపంగా ఉంటే వాళ్ళని నవ్వించే మార్గం తెలుసుకోండి.

ఒంట్లో బాలేనప్పుడు, ఒళ్ళుమరిచిపోయేలాంటి పుస్తకం చదవండి. లేదా సంగీతం వినండి. రెండిటికీ ఓపిక లేకపోతే, గతంలో బాగా నవ్వు వచ్చిన సందర్భాలు గుర్తుచేసుకోండి.

ఆర్థిక ఇబ్బందులూ... అనారోగ్యకారణాలూ... మనసుని ఎవరైనా బాధించడం ... మనం ఆశించినవి అందకపోవడం.. ఇవే సాధారణంగా మన నిరాసక్తతకి కారణాలు!

అవి ఎటూ వస్తూనే ఉంటాయి. అలాంటప్పుడు ఆ సమయం కూడా అనుభూతిస్తే పోలా?

మా అబ్బాయి గుడిలో వందరూపాయలు వేసి భక్తి ప్రదర్శిస్తాడు!

తిరుపతిలో ఒక గుప్త భక్తుడు కోట్లు ఖరీదు చేసే కిరీటం ఇచ్చి తన భక్తి చాటుకుంటాడు.

పుట్టపర్తిలో మరొకడు కొన్ని వజ్రాలు పోసి ప్రదర్శించుకుంటాడు!

పాపం.. అనంత పద్మనాభుడైనా అరటిపండు భక్తుడ్నీ కనికరిస్తాడు! కాబట్టి ఈ డిప్రెషన్ పిరీడ్‌లో అలవికాని మొక్కులు మొక్కెయ్యకుండా పొదుపూ, ముందు చూపూ పాటించాలి.

గుండెకి బాధ కలిగించేటంత గాయం చేసుకోకూడదు. ఎందుకంటే ఆరోగ్యం అమూల్యం. ఒకసారి పోతే దొరకదు.

మనసుకి బాధకలుగుతోంది అన్నప్పుడే దాన్ని తేలిగ్గా మార్చేసుకోవాలి. ఎంజాయ్ చేస్తే ఈ పిరీడ్ చాలా బావుంటుంది.

మరపురానీ బాధకన్నా.. మధురమే లేదూ. గతము తలచీ వగచే కన్నా సౌఖ్యమే లేదూ.. అని సముద్రాలగారు ఎప్పుడో చెప్పారు.

బాధల్ని ప్రేమించమన్న కవులంతా గొప్ప జ్ఞానులు.

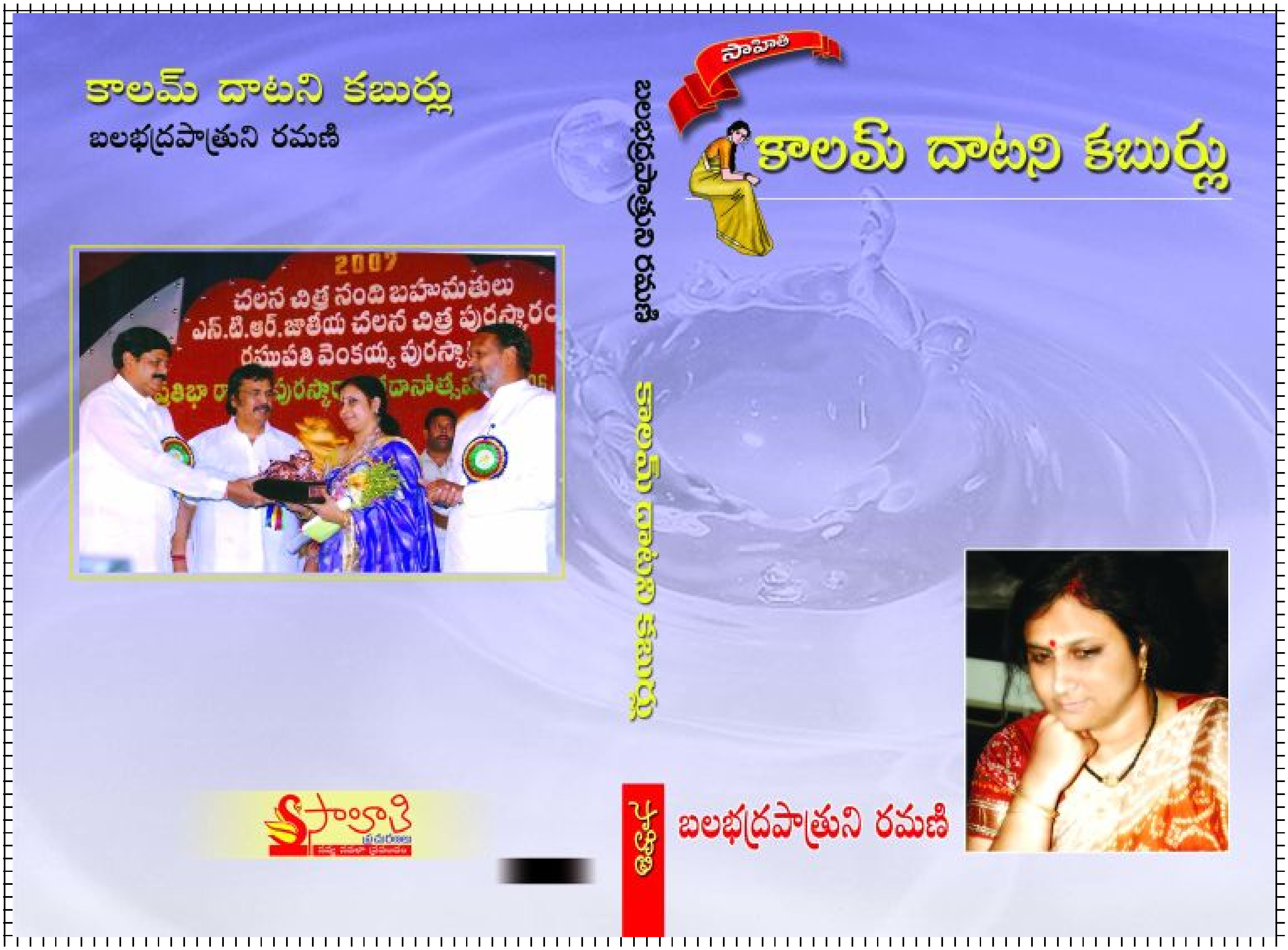
నాలాంటి వాళ్ళం బాధల్ని ఎంజాయ్ చెయ్యమని చెపుతాం!

ఎందుకంటే.. "జిందగీ నా మిలేగీ దోబారా!"

సర్వేజనా సుఖినోభవంతు.

●●●

Click here to share your comments on this story


కాలమ్ దాటని కబుర్లు
బలభద్రపాత్రుని రమణి
2007
చలన చిత్ర నంది బహుమతులు
బలభద్రపాత్రుని రమణి కాలమ్ దాటని కబుర్లు
సాహితి
కాలమ్ దాటని కబుర్లు
బలభద్రపాత్రుని రమణి