

ప్రతి రాయా తనలో ఒక శిల్పాన్ని  
దాచుకుని వుంటుంది, సుత్తితో  
బద్ధలు కొడితే శిల్పం రాదు, ఉలితో  
చెక్కాలి. అలాగే ప్రతి మనిషిలోనూ  
ఒక శక్తి వుంటుంది. బ్రహ్మండం  
బద్ధలు కొట్టేద్దామన్న ఊహల్లో  
బ్రతికితే విజయం రాదు. కష్టమనే  
ఉలితో పట్టుదలగా చెక్కితేనే గెలుపనే  
శిల్పం బయటపడుతుంది. ఆ  
తపనలేని మనిషి రాయులానే బ్రతుకు  
తాడు.

మొదంబి ఉద్వ్యమం

## మన్ ఆయుధాలు

**శ్లో** ఏతం ఒక యుద్ధం అంటూ మనం ఈ పుస్తకాన్ని ప్రారంభించాం. మొదటి  
మెట్టుగా మన బలహీనతల గురించి చర్చించుకున్నాం. యుద్ధానికి వెళ్ళిబోయే  
ముందు - మన బలహీనతలేమిటో మనం తెలుసుకోగలిగి వుండాలి కదా. బలహీనతలు  
ఓటమికి దారి తీస్తాయి కాబట్టి వాటిని ఆధిగమించక తప్పదు !

రెండో మెట్టులో మనం 'స్వర్గం', గురించి, 'మానవసంబంధాల', గురించి తెలుసు  
కున్నాం. మనం ఎందుకు యుద్ధం చేయబోతున్నామో ఎవరితో యుద్ధం చేయబోతున్నామో  
వారి గురించి కూలంకషణగా తెలుసుకోవాలి కదా. రెండో మెట్టులో మనం చర్చించిది  
అదే !!

ఇప్పుడు మనం మూడో మెట్టులోకి వచ్చాం. ఈ ప్రకరణంలో మనం మన  
ఆయుధాల గురించి తెలుసుకుండా !!

మనల్ని గెలుపువైపు మలుపు తిప్పే ఆయుధాలు మనలోనే అంతర్గతంగా వున్నాయి.  
పక్క కొట్టేషన్లో చెప్పినట్టు వాటిని బయటకి తీసుకువచ్చి ఉపయోగించటం ద్వారా  
మనం జీవితమనే యుద్ధాన్ని గెలిచి తీరుతాం.

రెడ్డి ?

మనలో అంతర్గతంగా చాలా శక్తులుంటాయి. ఆవే ఆయుధాలు. చాలా శక్తివంతమైన  
ఆయుధాలు. అదే ముడిసురుకు. దురద్రష్టవాత్తు మనం దానిని సరిగ్గా ఉపయోగించుకోము.  
ఈ పుస్తకపు మొదటి ప్రకరణలో చెప్పినట్టు భయము, భీతి, టిస్టన్, ఆందోళన మొదలైన  
బలహీనతలన్నీ ఆ ఆయుధాల్ని పదును తేలనివ్వుకుండా చేస్తాయి. అలాగే రెండో  
ప్రకరణలో చెప్పినట్టు అర్థంలేని మొహమాటాలు, నిర్ద్రకమైన మానవ సంబంధాలు  
మొదలైనవన్నీ బూడిదలాగా మనలోని శక్తి అనే నిప్పుని కప్పి వుంచుతాయి.

మన బలహీనతలని జయించాం. మానవ సంబంధాల గురించి, మన ఆశయం  
గురించి నిర్ద్రిష్టమైన ఒక ప్రణాళిక రూపొందించుకున్నాం. ఇప్పుడు మన అంతర్గతమైన

విజయాశికి ఐదు మెట్టు

శక్తులని బయటకు తీసే ప్రయత్నం చేడ్దాం. ఇప్పటివరకు చదివిందంతా జాగ్రత్తగా ఆకశింపు చేసుకొని యుద్ధంలోకి ప్రవేశించటానికి మీరు సన్నద్ధులయితే గెలుపు దానంతటదే వస్తుంది. మీమృతీలోక విషప్రముఖ వ్యక్తిగా, గెలుపు సాధించాలి అన్న తపన శన్న మనిషిగా తీర్పిదిద్దటమే ఈ మూడో మెట్టు ఆశయం.

రేడీ ?

దుర్గాన్ని ఎలా ముట్టడించాలో వ్యాహం నిర్మించుకున్నాం. మన విజయం ఏమిటో మనకి సృష్టింగా తెలుసు. అంతేకాదు, మన సైన్యంలో వున్న బలహీనతలన్నీ కలుపు మొక్కలని ఏరినట్టు ఏరి పారేశాం. ఇప్పుడు మనం 'పొక్కత' 'పట్టుదల' అనే ఆశ్చర్యలలో 'క్రమి' అనే సైనిక బలంతో యుద్ధంలో గెలవటానికి ఉప్పిఖ్యారుతూ పటునం సాగించబోతున్నాం.

రేడీ ?

రాబర్ట్ స్కూలర్ అనే మానసిక విశ్లేషముడు 'పొజిబులిటీ థింకింగ్' అనే ఒక కొత్త పదాన్ని పరిచయం చేశాడు. గత దశాబ్దం వరకూ మానసిక విశ్లేషములు సౌకోలివ్ థింకింగ్ (ఓటమి గురించి ఆలోచన), పొజిబులిటీ థింకింగ్ (గెలుపు గురించి ఆలోచన) మాత్రమే చర్చించారు. ఆ తర్వాత వచ్చిన అధునిక మానసిక శాస్త్రవేత్తలు 'పొజిబులిటీ థింకింగ్' అనే పదాన్ని పరిచయం చేశారు. ఆ తరువాత కోవే అనే రచయిత 'ప్రో ఆఫీవ్ థింకింగ్' అనే పదాన్ని పరిచయం చేశాడు. ఒకప్పుడు నేను ఆలోచనలలో వెగటివ్, పొజిబులిటీ అనే రెండు పదాలు మాత్రమే వుంటాయి అనుకొనేవాడిని. ఆ తరువాత వచ్చి కలిసిన రెండు పదాలు నా జీవితాన్ని చాలా ప్రభావితం చేశాయి. ఆ అనుభవాలన్నీ నాలుగోమెట్టు (డబ్బు) సంపాదించటం కళలో ప్రాస్తాను.

జీవిత నిర్మాణాదశని స్కూల్లు నాలుగు రకాలుగా వైశ్వించాడు.

1. కల నుంచి పనిలోకి.
2. ఉపాధ్యారితమైన ఆలోచనలనుండి వాస్తవ దృక్పథంలోకి.
3. ఓటమిలోంచి గెలుపులోకి.
4. గెలుపులోంచి నిరంతర విజయంలోకి.

మనం నిరంతరం ఆత్మవిమర్శ చేసుకుంటూ వుండాలి. మన ఆలోచనా విధానం ఎప్పుడూ మనకి గొప్పగానే తోస్తుంది. కానీ మనసుంచి మనం విడిపోయి మనని పరిశీలించుకుంటే మనలో వున్న తప్పులు కానీ, మన ప్రస్తుత జీవన విధానం గానీ - మనకి మరింత బాగా అర్థమవుతాయి. మనలో చాలామంది 'ఇప్పుడు నేను బాగానే శన్నాను కదా !' అన్న భావనలో బ్రతుకుతూ వుంటాం. ఇది సంతృప్తినిస్తుంది. కానీ సంతృప్తి వేరు, అనందం వేరు. ఇంతకన్నా బావున్న విధానం మరొకటి వుంటే దాన్ని ప్రయత్నించటం ద్వారా, ప్రస్తుతం మనం వున్న పరిస్థితి ఎలాంటిదో మనకి మరింత బాగా అర్థమవుతుంది. ప్యాన్ లేకుండా దోషులమధ్య రాత్రి నిద్ర లేకుండా గడిపేవాడు ఒకసారి

ప్యాన్కి అలవాటు పడితే దానిలో అనందం తెలుస్తుంది. అలాగే మేసవి కాలంలో ఎయిర్ కండిషనర్ ఎంత స్థాయింగా పుంటుందో అది అనుభవించిన వాడికి మాత్రమే తెలుస్తుంది. ప్యాన్ గాలిలో పడుకుని నేను హాయిగానే శన్నాను కదా అనుకుంటే అది సంతృప్తి, ఒక సంవత్సరం కష్టపడి ఎయిర్ కండిషనర్ సంపాదించి, దాన్ని కూడా అనుభవిస్తే అది అనందం.

నాకు అనందం అభ్యర్థీరు, సంతృప్తి చాలు అనుకుంటే అది ఒక రకమైన జీవిత విధానం. లేదు, నిరంతర అనందాన్ని ఆన్సేపించుకుంటూ జీవన గమనంలో సాగిపోతాను అనుకుంటే అది మరొక రకమైన జీవన విధానం. అసలు నాకు ప్యాన్ అవసరం లేదు అనుకుంటే అది మరొక రకమైన నిరాసక్త జీవన విధానం. ప్యాన్ వున్నవాడిని తిదుతూ కవిత్వం త్రాసుకుంటూ కసిగా బ్రతకటం మరొక జీవన విధానం. ఏ విధానం కావాలో మనం నిర్మించుకోవాలి.

మీరు గమనించి చూశారా ! చాలామంది కనీసం తమ జీవిత విధానం పట్ల సంతృప్తిగా బ్రతకటం లేదు. అంటే పారి గమనంలో ఏర్డో లోటు వుండంన్నాట. దుర్గాన్ని ముట్టడించడానికి పెటుమన్న సమయంలోనే సగం శైన్యం ఆసంతృప్తితో ఉంటే ఇంకే ఇంకా విజయం ఎలా సాధించగలం ?

\* \* \*

ప్రముఖుల మీటింగులకి వెళ్లినప్పుడుగానీ, విమానాశ్రయంలోకి ప్రవేశిస్తున్నప్పుడు గానీ, మనం ఒక ద్వారం గుండా నడవవలసి వుంటుంది. దానిని మెటల్ డిటెక్టర్ అంటారు. మనవద్ద పిస్టల్, కత్తిలాటి ఇనుప సామాన్లు వుంటే ఆ మెటల్ డిటెక్టర్ చిన్న శబ్దం ద్వారా దానిని పట్టివేస్తుంది.

అలాంటి డిటెక్టర్ మనలో కూడా వుండాలి. దానికి మెంటల్ డిటెక్టర్ అని పేరు పెట్టుకుండాం. ఈ మెంటల్ డిటెక్టర్ ఎప్పుడూ మనలో పనిచేస్తూనే వుండాలి. మనం చేస్తున్న పనిని నిరంతరం అది విశ్లేషిస్తూ వుండాలి, ఉదాహరణకి నేను మా ఇంటినుంచి ప్రతిరోజు రైల్వర్ వర్క్స్‌పోవ్కి వస్తున్నప్పుడు నాలుగు రోడ్ల కూడలి వద్ద రెడ్లెల్వెలిగితే రెండు, మూడు నిముషుల పాటు కారు అపు చేయవలసి వుంటుంది. ఒక బిచ్చగత్తే ప్రతిరోజు ఆ జంకన్లో చూస్తున్చాను. అవిడకి దాదాపు అరవై అఱుదు ఏణుంటాయి. ఏపనీ చేయలేక దానధర్మాల మీద ఆధారపడే వాళ్లపై నాకు సదభీప్రాయం వుండేదికాదు. ఒకరోజు ఏదో సినిమా పనిమీద నేను ప్రాడక్ట్ కార్బులో వస్తూ వుండగా డ్రైవర్ అభిచ్ఛుగతి గురించి చెప్పాడు. దాదాపు ఇరవై, ముప్పైమంది సినిమా పీల్క్రీకి సంబంధించిన కారు డ్రైవర్కి, ఆమె వెయిసుంచి పడువేల రూపాయలదాకా అప్పులిస్తూ వుంటుందని, వట్టిలు వసూలు చేస్తూ వుంటుందని అతడు చెప్పేనప్పుడు ఆశ్చర్యం కలిగింది. మరింత సునిశితంగా పరిశీలిస్తే ఆ వ్యాఘ్రాలు చేస్తున్న పనిలో ఎంతో కష్టం కూడా కనిపించింది.

విజయాలకి పదు మెట్టు —

203

పెద్దన ఎనిమిదింటినుంచీ సాయంత్రం ఏడింటివరకూ ఒక కారు నుంచి మరొక కారు వరకూ అమె నడిచే దూరాన్ని లెక్కగడితే రోజుకి ఎంత లేదన్న ఐదు కిలోమీటర్లు నడవవలసి వస్తుంది. ఎండ, చరి, హాన లెక్క చేయకుండా అంత వ్యుత్పుంగ్లో అమె పడే కష్టం నుంచి నేను తెలుసుకోవలసింది ఎంతో ఉండనిపించింది. మెంటల్ డిట్క్షర్ చేసే పని ఇదే. మనం చూస్తున్న కోణం నుంచి కాకుండా వేరే కోణం నుంచి పరిస్థితిని చూపించగలగటం.

ఈ మెంటల్ డిట్క్షర్ అనేది అవతలివాళ్ళ జ్ఞానానికి, అనుభవానికి చాలా విలువ నిస్సుంది. “నేనిలాగి చేస్తేను, నాకిరి ఇష్టం, నేను చేసిన వని చాలా కరెక్టు, నా ఆలోచన పరిగ్గా సాగుతోంది” లాంటి మూర్కు వాదనలను వదిలిపెట్టి, అవతలివారు తమ జ్ఞానంతో, విద్యత్తుతో, అనుభవంతో చెప్పిన విషయాలలోని వాస్తవాలని గ్రహించగలుగుతే మన జీవితం మరింత అస్వాదంగా, సజ్ఞానుగా విజయపథం వైపు దూసుకుపోతుంది.

ఒక రచయిత తన కథ తీసుకురాగానే అది చదివి, పలానావోటి పలానా విధంగా వుంటే బావుంటుంది అని మేము చెప్పినప్పుడు “నేనిలా వుంటే బాపుంది అనుకున్నాను, ఈ విధమైన కొత్తదనం ఈ కథలో వుంది, నేనీ కథ చాలా కష్టపడి ల్రాశాను” లాంటి సమాధానాలు మామూలుగా వస్తూ వుంటాయి. వాళ్ళు చెప్పినదాంట్లో తర్వాత వుంటే చుగ్గాక, కానీ పారకులకి అది ఎందుకు నచ్చదో మా అనుభవంతో చెప్పినప్పుడు చాలా మంది వర్ధమాన రచయితలు దానిని మనస్సుర్కిగా ఒప్పుకోకపోవటం మా వర్క్షాఫెలో తరచూ జరుగుతూ వుంటుంది. తమ కారణాలే సరి అయినవి అని గాఢంగా నమ్మటంవల్ల వచ్చే పరిశామం ఇది. ఇది చిన్న ఉదాహరణ మాత్రమే. మరింత పెద్ద విషయాలకు కూడా ఇది వర్తిస్తుంది. ఉదాహరణకి ఒక రిటైరెంటున వ్యక్తి తాను సంపాదించిన లక్ష్యరూపాయలని బాంకులో ఫిక్స్ డిపాజిట్‌గా 10% వ్యక్తికి వేసుకుంటే, అతడికి “.....మీరి డబ్బు ఒక సమృద్ధవంతమైన పట్టిక లిమిటెడ్ కంపెనీలో డిపాజిట్‌గా చేస్తే మీకు మరింత ఎక్కువ శాతం వ్యక్తి లభిస్తుంది” అని చెప్పినప్పుడు “ఆ కంపెనీల భద్రత పట్ల నాకు నమ్మకం లేదండీ” అని అవతలి వ్యక్తి తేలిగ్గా ఒక మాటలో కొట్టిపడేయవచ్చు. బాంకులో డబ్బు ఎంత భద్రంగా వుంటుందో, ఒక పేరున్న పట్టిక కంపెనీలో డబ్బు కూడా అంతే భద్రంగా వుంటుంది అనీ, బాంకులో డిపాజిట్‌కి కూడా ప్రభుత్వం గ్యారంటీ ఇవ్వదని, ఆ మాటకొస్తే ప్రభుత్వానికి గ్యారంటీ లేదని అవతలి వ్యక్తి చెప్పి విషయాన్ని అర్థం చేసుకోకపోవటం ఆ వ్యక్తి యొక్క అవగాహనా రాపోత్యాన్ని (మెంటల్ డిట్క్షర్ పనిచెయ్యకపోవటాన్ని) సూచిస్తుంది.

తాను నమ్మినదాన్నే మరింత ప్రగాఢంగా నమ్ముతూ, ఆ వ్యతింటించి బయటపడలేక, తన ఆశక్తతకి “సంతృప్తి” అన్న పేరు పెట్టుకోవటం జీవితాన్ని గెలువు వైపు మలుపు తిప్పదు. “నేనిప్పుడు బాగానే వున్నాను కదా” అన్న ఫీలింగ్ ప్పుడైతే అందమైన ఆత్మవంచన అయిందో అది మనిషిని భవిష్యత్తులో నిరాసక్త అనే ఉఱిలోకి లాగిపేస్తుంది.

అందరూ నడిచేదారిలో నడిచేవాడు కొత్త అందాలని కనుక్కొల్చేడు - అన్న సూక్తి ఎలాగూ వుంది కదా! ఆనందం అనేది విజయంలో వుంటుంది. అలాంటి విజయం సాధించడానికి నిరంతరం క్షుమి చేస్తునే వుండాలి. విజయం అంటే డబ్బు సంపాదించటం, సమాజంలో వేరు ప్రభాతులు మొదలైని మాత్రమే కావు. ఒక క్లినికల్ సైకాలజిస్ట్‌కి, ఒక గ్రహిణికి మధ్య జరిగిన సంభాషణ గమనించండి.

“నా జీవితం చాలా బోరుగా వుందండీ. అప్పుడప్పుడూ చచ్చిపోవాలని కూడా అనిపిస్తూ వుంటుంది.”

“మీరేదన్న సమస్యలలో వున్నా?”

“అబ్బే, అలాంటి పెద్ద పెద్ద సమస్యలేమీ లేవు”

“మీకంతమంది పిల్లలు ?”

“ఇద్దరు. మావారు ఎల్.పి.ఎల్. పని చేస్తూ వుంటారు. అట్టిక సమస్యలేమీ లేవు. అయిన లోకం అయినది. ఇంట్లో మేము నలుగురమే వుంటాం.”

క్లినికల్ సైకాలజిస్ట్ అమె సమస్యన్ని వెంటనే గ్రహించగలిగాడు.

“మీవారు, పిల్లలు స్కూల్‌కి వెళ్ళిపోయిన తరువాత మీరేం చేస్తూ వుంటారు ?”

“అమ్మా ! ఇంట్లో చేస్తే పంచుంటండీ.”

“మీరు నలుగురు కదా ఇంట్లో వుండేది. అంత పనుంటుందా? సరే. పని చేసుకుంటూ అలసిపోయినప్పుడు మీరే విధంగా రిలాక్షపుతారు ?”

“ఏమోనండి. అంతంత పెద్ద పెద్ద పదాలు నాకు తెలియవు.”

“బేవెలో పాటలు వింటారా ? పుస్తకాలు చదువుతారా ? టి.వి. చూస్తారా ?” ప్రశ్నమార్పి అడిగాడు.

“టి.వి. చూస్తాము.”

“రోజుకి ఎప్పి గంటలపాటు చూస్తారు ?”

“ఏదన్న సినిమా వస్తే మొత్తం చూస్తాను. కానీ అదీ బోరు కొడుతుందండి.”

“పుస్తకాలు చదివే అలపాటు లేదా ? పోసీ మ్యాజిక్ ?”

“అప్పుడప్పుడు ఏదో చదువుతూ వుంటాను. కానీ అదంతా బోరు.”

“మీ దినచర్య గురించి కాస్తు చెప్పండి.”

“ఏముందండీ. వంట చేసి పెట్టగానే పిల్లలూ, ఆయనా వెళ్ళిపోతారు. కొంచెంసేపు ఇంటిపిని చేస్తాను. టి.వి. చూస్తాను. ఎవరో ఒకరు వస్తూ వుంటారు. వాళ్ళతో మాట్లాడతాను. సాయంత్రం పిల్లలు వచ్చిన తర్వాత మళ్ళీ పని. మావారెప్పుడో రాత్రికి ఇల్లు చేరతారు. పని చేసుకోవటం, తినటం, నిద్రపోవటం ..... ఇంతే.”

మెంటల్ డిట్క్షర్ సరిగ్గా పనిచేయకపోవటం అంటే ఇదే. అమె సంభాషణలోనే ప్రతి విషయం పట్లూ నిరాసక్త కనపడుతూ వుంది. తను చేస్తున్న పిల్లలోనే తనకి ఆనందం లేదు అని సరిగా గ్రహించలేకపోవటమే మెంటల్ డిట్క్షర్ యొక్క వైపుల్యానికి కారణం. ఈ ప్రతితిరోపించాడు రకాలుగా సంభవిస్తుంది.

ఒకటి : మనం ప్రసుతంగ గడువుతున్న జీవితంపట్ల కేవలం భద్రతాభావం తప్ప ఇంకే రకమైన సంతృప్తి లేకపోవటం. దానివల్ల వచ్చిన అమితమైన తప్పుడు ఆత్మవిశ్వాసం వుండటం.

రెండు : ఏ రకంగా బ్రతుకుతే ఎక్కువ ఆనందం వుందో తెలుసుకోలేకపోవటం. కనీసం తెలుసుకునే ప్రయత్నం చేయకపోవటం.

రెండోదానిగురించి మనం ముందే చర్చించాం కాబట్టి శప్పుడు తప్పుడు ఆత్మవిశ్వాసం గురించి చర్చిండాం. దినికి ఉదాహరణగా రాబ్ట్ ప్రెల్స్ చెప్పిన ఒక కథ చెప్పుతాను.

ఇంగ్లండ్ రాజు, రాష్ట్ర ఒక చిన్న బిడలాంటి పడవలో వెళుతున్నారట, దూరంగా ఒక లైటు వస్తూ కనపడింది. రెండూ ఫీ-కొంటాయన్న అనుమంతో రాజుగారు పయనిస్తాన్న ఓడ కెప్పేవ్ ఒక సిగ్గుల్ పంపించాడు - "మీ ఓడ దిశ మార్పుకోండి, మేము వేగంగా వస్తున్నాం."

అటునుంచి మళ్ళీ సిగ్గుల్ వచ్చింది "మీరే మీ దిశ మార్పుకోండి."

"ముందు సిగ్గుల్ ఇచ్చింది మేము. కాబట్టి మీరే మార్పుకోవలసి వుంటుంది."

"కొంచెం క్షేమైనా మీరే మార్పుకోక తప్పుదు."

రాజుగారు కెప్పేతో సాధికారంగా "ఓడలో ఎవరున్నారో చెప్పు" అని ఆజ్ఞాపించాడు. కెప్పేవెంటనే సిగ్గుల్ పంపించాడు. "నువ్వు ఎంత అహంకారంతో మాట్లాడుతున్నావో తెలుసా? మా ఓడలో రాజుగారు ఉన్నారు. మారు మాట్లాడకుండా నువ్వు, నీ ఓడ, నీ లైటు పక్కకి తప్పుకోండి. ఇది రాజుగారి ఓడ."

అటునుంచి ఒక పదంలో క్లష్టంగా సమాధానం వచ్చింది. "ఇది తైట్సోవ్."

మనం ఎంతో అనుభవంతోనూ, జ్ఞానంతోనూ నిర్మించుకున్న సిద్ధాంతాలన్నీ ఒక్కసారి ఇంత పేలవంగా తేలిపోతూ వుంటాయి. మనం ఎంతో గొప్పవి అనుకున్న అభిప్రాయాలు ఒక్కసారి మార్పుకోవలసి రావచ్చు. అటువంటి పరిస్థితిలో అవతలివారు చెప్పేది వినాలి. కేవలం వినటమేకాదు, అందులో వున్న సత్యాన్ని గ్రహించగలగాలి.

\*

\*

\*

"నేనీ పని ఇంతకు ముందేపుడూ చేయలేదు" అనే వాదననే మీ మనసుకి మీరెపుడూ చెప్పుకోండి. ఎన్సైన్ లాంటి మేధావి కూడా మామూలు లెక్కలతోనే జీవితాన్ని ప్రారంభించాడు. మొట్టమొదటిసత్యాగ్రహం చేయకముందు గాంధీగారెపుడూ సత్యాగ్రహాలద్వారా ఇంతటి విజయాలు సాధిస్తాననుకోలేదు.

పాజిబులిటీ ధింకింగ్ అంటే అదే.

మీకు చేయటానికి ఇష్టంలేని పమలకోసం రెడీమేడ్ వాదనలని ఎప్పుడూ నిర్మించు కోండి. ఒక పని చేయగలమా లేదా అని నిర్దయించుకోవలసింది మనం కాదు,

మనలోని శక్తి, ఆ శక్తిని ప్రజ్ఞలింపచేయగలుగితే మనలోని అంతర్గతమైన క్షేమ పట్టుదల మొదలైనవి వాటంతపవే సాయంత్రి ఆ శక్తిని ద్రీగుణీకృతం చేస్తాయి. ఏరీ అసార్యం కాదు. యాభయ ఏఱ్చు దాటిన తర్వాత మీరు డాక్టరవదల్చుకున్నారా? కారీవానీ అనే వఘ్యుడు తన అరవయ్య ఏట మెడిసిన్ ప్యాసయ్యాడు. స్టేషన్ పోకింగ్ పుస్కాలు మీరెపుడయివా చదివారా? భూక్షాల్స్ గురించి, తైమ్ గురించి అద్భుతమైన పుస్కాలు ప్రాసిన స్టేషన్ పోకింగ్ వెన్నెముక వ్యాధివల్ల కాళ్ళు కదపలేదు. కుర్రీలోంచి లేవలేదు.



కేవలం తలమాత్రమే కదపగలడు. వెళ్ళు మాత్రమే కదిలించగలడు. అందువల్ల తను కూర్చున్న కుర్రీకే చిన్న కంప్యూటర్ ఏర్పాటు చేసుకుని విజ్ఞానశాస్త్రంలో పైలురాశ్చగా నిలబడే పుస్కాలు దానిమీద ప్రింట్ చేశాడు.

మళ్ళీనే చెప్పిన బిచ్చగత్తు ఉదాహరణని పునశ్చరణ చేసుకోండి. రోజు సాధ్యన్నంచి సాయంత్రం వరకూ బదు కిలోమీటర్లు ఇటూ అటూ తిరుగుతూ ఆమె డబ్బు సంపాదిస్తోంది. పైగా దానిని అవసరమైన వారికి వడ్డీలకిస్తోంది. ప్రతిరోజు ఆ నాలుగురోడ్డు కూడలి దగ్గర చూసినపుడు అరవై అయిదేళ్ళ నయసులో ఆ వ్యద్దురాలు చేస్తున్న ఆ పని, నాకు ఉత్సేజాన్ని కలుగజేస్తుంది. చదువు పూర్వవగానే నిరుద్యోగం పేరిట తల్లితండ్రుల విజయానికి బదు మెట్లు

మీద అధారపడే యువతీయువకులు - ఆ బిచ్చకత్తెని చూసి నేర్చుకోవాలి ! అంటే బిచ్చమెత్తుమని కాదు. ఇంట్లో పడి తినటం కన్నా బిచ్చమెత్తి బ్రతకటం మేలని నావ్యదేశ్యం. ఇక్కడ నేర్చుకోవలసింది ఆమె యాచక వృత్తిని కాదు. కష్టపడే మనస్తత్తున్ని.

మన అపజయాలకి కారణం మనలో శక్తి లేకపోవటం కాదు. మనలో వున్న శక్తిని మనం గ్రహించలేకపోవటం. దాదాపు ఏడు సంవత్సరాల క్రితం గుంటూరు దగ్గర ఒక ఊరి నుంచి ఒక అమ్మాయి 'చిన్నాన్నా' అంటూ నాకు ఉత్తరం వ్రాసింది. ఆమెకు తల్లిలేదు. సమస్య అతి భయంకరమైనది. ఆమె తండ్రి దాదాపు ప్రతిరాత్మి ఆమెని రేవు చేస్తుండివాడు. భయంకరమైన జీవితం. ఆ పరిస్తితులలోంచి ఆమె బయటపడి గ్రామ్యమేహ్నపూర్తికాగానే ఢిల్లీ పారిపోయింది. ఇక్కడ దీపెన్వీలో జాయినయింది. ఏడు సంవత్సరాల తర్వాత ఆమె తిరిగి నన్ను కలిపినప్పుడు ఆమె మొహంలో ఆత్మవిశ్వాసం తొణికిసలాడుతోంది. ఒక సైనికాధికారి తనమీద చెయ్యివేస్తే కోర్ట్మార్క్ చేయించానని నవ్వుతూ వెప్పగలిగింది.

మనలోని అంతర్గత శక్తిని బయటకి తీయగలగటం అంటే ఇదే ! దీనికోసం తొమ్మిది సూత్రాలని గుర్తుపెట్టుకోవాలి.

1. ఎన్నో వడపోతలద్వారా మన ద్వేయాన్ని నిర్మిసంగా ఎన్నుకోవటం.
2. ఆ ద్వేయాన్ని చేరటం కోసం వున్న అవకాశాలని జాగ్రత్తగా పరిశీలించటం.
3. మన స్థానం ఏమిటో మనం కర్ఱీగా తెలుసుకోగలగటం.
4. మన నైతిక విలువలకి, మనం చేస్తున్న వని ఏ విధంగానూ అడ్డుపడి మానసిక క్షోభ కలిగించడు అని నిర్మారించుకోవటం.
5. మన ఆస్థలని (ఆర్థికం, మానసిక శక్తి వ్యూహా) పునఃపరిశీలించుకోవటం.
6. మన గత అనుభవాల దృష్ట్యా చేయబోతున్న పనిని విశ్లేషించుకోగలగటం.
7. త్రైమ్య ప్లానింగ్.
8. ఇదే రంగంలో వున్న / ఇదే సమస్య వున్న మరో వ్యక్తి తాలూకు అనుభవాలని సమీకరించటం.
9. గమ్యంవైపు సాచిపోతున్నప్పుడు అనుకోని ఆటంకాలు ఎదురైతే వాటిని ఎదుర్కొనే మానసిక శక్తిని ముందే సమకూర్చుకొని వుండడం.
10. ఇతరుల లోపాల్చి పరిశీలించటం కన్నా మనలోని శక్తులను గురించే ఎక్కువ అద్యయనం చేయటం.

ఈ పది సూత్రాలూ జాగ్రత్తగా మనం అస్వయించుకుంటే సమస్య అనే కోటని ముట్టడించడం పెద్ద వనేమీ కాదు.

\*

\*

\*

ఆ మాటకొస్తే చాలా చిన్న చిన్న పనులతోనే గొప్ప ఆత్మసంత్పీపాందవచ్చు. ఇదే అధ్యాయంలో 'తన జీవితం భోరుగా వుంది' అని క్లినికల్ సైకాలజిస్టులో ఒక గ్రహిణి

జరిపిన సంభాషణ చదివారు కదా. ఇప్పుడు ఒక వ్యధురాల్చి పరిచయం చేస్తాను. ఆమె భద్ర చాలాకాలం క్రితమే చనిపోయాడు. ఒకడే కొడుకు బాంకలో పెద్ద ఆఫీసరు. విపాహమైంది. ఆమె కొడుకుతోనూ, కోడిలోనూ వుంటోంది. ఇద్దరు మనవళ్ళు, వెదురు బద్దలలో చిన్న చిన్న బోమ్మలు చేయటం ఆమె అభిరుచి. నెలరోజుల పాటు తయారుచేసిన బోమ్మలని ఒక చిన్న పాపులో పెట్టి అమ్మిస్తుంది. దానివల్ల పెద్దగా డబ్బులు రాపు. నెలకి రెండొందలో, మూడొందలో వస్తాయి. ఆమె కొడుకు జీతంతో పోల్చుకుంటే అది 5% కూడా వుండదు. ఈ విషయమే ఆమెతో ప్రస్తావించినప్పుడు ఆమె అంది - "నా చేతులలో శక్తి వున్నంతకాలం ఇంకొకరి మీద అధారపడటం నాకిష్టం లేదు. నేను సంపాదిస్తున్న మూడొందలూ వాళ్ళు నన్ను పోసించటానికి నిరిపోకవచ్చు. కానీ 'నా శక్తిమేరకు నేను కూడా ఈ ఇంటికి సహాయపడుతున్నాను' అన్న తప్పి చాలు నాకు. అయినా ఈ పని కూడా చేయకపోతే నేను ఇంకేం చేయాలి? కోడల్ని సాధిస్తూ మనవళ్ళతో అడుకుంటూ, టి.వి. చూస్తూ, భజన చేస్తూ గడపాలా ? దానికన్నా ఇది నాకెకువ తప్పి నిస్తోంది."

ఒక్క తప్పే కాదు. కుటుంబంలో అందరికి ఆమెపట్ల గౌరవం కలుగచేస్తుంది. వ్యధాప్యంలో వచ్చే చాదస్తుం ఆమె దరిచేరటానికి సాహసించలేకపోయింది. ఆత్మగౌరవం, అత్మానందం, ఆత్మవిశ్వాసం ఆమెకి ఆభరణాలయ్యాయి.

నిరాసక్తతతో తనవద్దకు వచ్చిన గ్రహిణికి క్లినికల్ సైకాలజిస్టు చెప్పిన ఉదాహరణ ఇదే.

\* \* \*

కొంతకాలం క్రితం ఆత్మకూరునుంచి నాకు ఒక ఉత్తరం వచ్చింది. ఒక కుర్రపాడు చాలా ప్రత్యులు వేశాడు. ఒకాయనవు ఎమ్.ఐ. చేశామనుకుండాం. ఆ వ్యక్తికి అది అందరేని తెలిపి పోస్టాఫీసులో అడిగితే సరిఅయిన సమాధానం దొరకలేదు. ఎవరిని సంప్రదించాలి ? గ్రామపంచాయితీ వాళ్ళు విధులను సరిగ్గా నిర్విత్తించరు ఎవరికి ఫిర్యాదు చేయాలి ? స్నాలర్సిపీల కోసం కులం, రాబడి సరిఫికెట్లు జతపర్మాలని చెప్పే అవి ఎక్కుడ్వంచి తేవాలో తెలియక మా మేష్టారిని అడుగుతే "మండల అభేమలో ఇస్తారు, ఈ మాత్రం తెలియదా ?" అని సమాధానం ఇచ్చాడు. ఇక్కడికి వెళ్లి అడుగుతే వాళ్ళు చిరాకుపడ్డారు. మేము ఏం చేయాలి ? ఒకరోజు ఒక చదువుకున్న అభ్యాయ పోస్టాఫీసులో స్టోంపు కావాలని అడిగితే "ఏం స్టోంపు ? రెవెన్యూ స్టోంపా ? పోస్టులో స్టోంపా?" అని ఆ అభీరు చిరాగ్గా అన్నాడు. అతడు, అతడి మిత్రులు రెవెన్యూ స్టోంపులే తీసుకుని కవరుకి అంటేచబోతూ పుంచే నేను వారించి పోస్టులో స్టోంపులు అంటేచాలి అని చెప్పాను. ఈ ప్రితికి కారణం ఏమిటి ? - ఈ విధంగా ఉత్తరం వ్రాస్తూ ఇలాంటి చిన్నచిన్న విషయాలన్నీ విజయానికి పదు మెట్టు -

తెలుపుతూ ఒక పుస్తకం ప్రాయికూడదా అని సలహా ఇచ్చాడు. ప్రాయొచ్చు, పుస్తకం కన్నా ఏడైనవలలో ఇలాంటి పాయింటల్నీ పెట్టి ప్రాయొచ్చు. కానీ ఎంతమంది చదువుతారు?

ఇస్నే పిల్లలకి కంపల్చి పార్యాంశాలుగా వుంచాలి అని నేను చేపే అది పోస్టాఫ్సుదంగా తోచచ్చు. అంతేకాదు. దురదృష్టవాత్తు మన పార్యాంశాలన్నీ ఇంజనీరింగ్, పైన్సు, కామర్స్ మొదలైనవి గమ్మాలుగా పెట్టుకుని సాగిపోతామే తప్ప మనిషి సమాజంలో ఎలా బతకాలి? మానవ సంబంధాలు ఎలా ఏర్పరచుకోవాలి? పాజిటివ్ థింకింగ్ అంటే ఏమిటి? ప్రైవాటం ఎందుకు ప్రాచుర్యం పొందుతోంది? జీవిత భాగస్వామి పట్ల, కుటుంబ సభ్యులవట్ల మన ప్రవర్తనన్ని ఏధంగా వుండాలి? మొదలైన ముఖ్యును అంశాలు చర్చించే పార్యాంశాలు మన సిలబన్లో చేర్చబడలేదు. ఎల.ఐ.ఎసి. అంటే ఏమిటి? చెక్కుకి, డ్రాష్టుకి తేడా ఏమిటి? తల్లిదండ్రులతో సరి అయిన కమ్ముయికేమ్ ఎలా ఏర్పరచుకోవాలి? ఇంకా..... సంగీతంలో ప్రాథమికాంశాలూ, క్రమశిక్షణా, క్రీడాకారుల, కళాకారుల, దేశభక్తుల జీవితచరిత్రలు, మన దేశ స్వతంత్రోద్యమం, కార్బోమార్ఫ్ట్సు ఎవరు? మొదలైనవేపీ ప్రతీ కుర్రవాడూ చదివే ఏధంగా ఈ సిలబన్లు రూపొందించబడలేదు. పూర్వం డ్రెల్, ఎన్.ఎసి.ఎస్. మొదలైనవి కంపల్చిగా వుండేవి. ఇప్పుడు కొన్నిచోట్ల అవి కూడా లేవు. మనిషికి చదువెంత అవసరమో, శారీరక వ్యాయామం కూడా అంతే అవసరం అన్న ప్రాథమిక సత్కాస్మి మన విద్యాధికారులు మర్మపోవటం దురదృష్టం.

ప్రతి కుర్రవాడూ ఒక విద్యాసంవత్సరంలో కనీసం కొంత కాలంపాటు తల్లిదండ్రులకి దూరంగా వుండటం ఆతడి మానసిక వికాసానికి ఎంతో దోహదం చేస్తుంది. ఇలాంటి చర్యలు కూడా మన విద్యాధికారులు చేపట్టరు. మన కుర్రవాళ్ళ చూపంతా డాక్టరో, ఇంజనీరో, ఛార్టర్డ్ అక్సొంబంటో, ఐ.ఎ.ఎస్స్ అనే గమ్మం వైపే వుంటుంది. పెద్దలు కూడా కేవలం పిల్లల చదువుకి మాత్రమే ప్రాముఖ్యత ఇస్తారు. అమెరికాలో ప్రతి యువకుడూ కంపల్చిగా మిలటరీలో పనిచేయాలని రూలుండేది. చివరికి అమెరికా ప్రెసిడెంట్ కూడా పైన్యంలో పనిచేసి వచ్చినవాడే! నిర్వంధ పైనిక శిక్షణవల్ల యువకుల్లో 'థిలాంగింగేన్' పెరుగుతుంది. స్టోతంతం, స్టోవుల విలువ తెలుస్తుంది. దేశం తనదన్న భావం కలుగుతుంది. అన్నిటికన్నా ముఖ్యంగా చిన్న చిన్న సమస్యలకి బాధపడటం తగ్గి, ఆత్మవిశ్వాసం పెరుగుతుంది. అధారపడే గుణం పోతుంది.

మనిషిజీవితంలో గెలవాలంబే చదువు ఎంత అవసరమో, ఇలాటి మిగితా విషయాలు కూడా అంతే అవసరం. తమ పిల్లల సర్వతోముఖాభివృద్ధి సాధించబడటం కోసం తల్లిదండ్రులు ఈ రకంగా స్వేచ్ఛలైనా, కామన్ సెన్స్ పైనా, కొత్త విషయాలలైనా అనక్కి కలుగచేయవలసి వుంటుంది.

కొత్త విషయాలు తెలుసుకోవాలన్న తపనే మనిషిని అభివృద్ధి పరం వైపు సాగిపోయేలా చేస్తుంది. ఎప్పుడయితే కొత్త విషయాలు తెలుసుకొని, అభివృద్ధి సాధించాలి

అన్న తపన మనసేలో ప్రారంభమయిందో అది ఒక వ్యక్తంలాగా పెరిగి మిగితా కలుపు మొక్కలని దూరంగా తోసివేస్తుంది. ఆ కలుపు మొక్కలే అనుమానం, ఆత్మమూలం, భయం మొదలయినవి. రోజుకి పడ్డనిమిగి గంటలు ఆనందంతో పనిచేసే వ్యక్తికి తీర్చిగా విచారించటానికి సమయం ఎక్కుడుంటుంది? ఇంత చిన్న విషయం మర్మపోయి, మనం తీరుబాటుగా కూర్చుని మన బంధువులైన బ్రహ్మవీని, నిరాసకతనీ అతిదులుగా ఆహ్వానించి. వాటితో కలిసి విషాదంలో పాలు పంచుకుంటాం లేదా పక్కవాళ్ళతో గిల్లికజ్ఞాలు పెట్టుకుంటాం.

\* \* \*

ఈ విధమైన ఉపోద్యాతం ఆధారంగా మనం ఇప్పుడు గెలుపువైపు మన జీవితాన్ని మలుపు తీప్పటానికి సహాయపడే కొన్ని అంశాలని చర్చించాం.

## కామన్ సెన్స్

మన చదువుయొక్క లక్ష్యం మనలో కామన్ సెన్స్ పెంపాందించబమే. కేవలం లెక్కలు, చరిత్ర, భాగోళికాస్త్రం చదివితే కామన్ సెన్స్ దాదు. చదువుతో పాటు తార్కికంగా ఆలోచించగలిగి వుండాలి. ఒక లెక్క ఎలా చెయ్యాలి అన్నది బట్టిపట్లటం ద్వారా కాకుండా ఒక అన్వర్ రావటం కోసం ఏ ఏధంగా ముందుకి సాగాలి అని ఆలోచించబమే కామన్ సెన్స్ అలాగే ఒక పరిష్కారించి పాఠించబటం కోసం సమస్యన్ని ఏవైపునుంచి ఎదుర్కొల్పాలి అన్నది కామన్ సెన్స్. ఈ సెన్స్ ని పెంపాందించుకున్న మనిషి జీవితంలో గెలుపువైపు సజ్ఞవుగా సాగిపోతాడు.

అంతవరకూ ఎందుకు? మీరోక చిన్న విషయం గమనించారా? మనల్ని జంతువులుంచి విడగొడుతున్నది ఏమితో ఆలోచించండి.

మన చేతివేళ్ళు.

అవును. మన చేతివేళ్ళే, మిగితా జంతువులలాగా కాకుండా మన చేతివేళ్ళు పొడుగ్గా వుండడం వల్ల.... వేలికి, వేలికి మర్యా చర్చాం అతుక్కొక్కుండా ఎడంగా వుండటంవల్ల.... మనలో కామన్ సెన్స్ ప్రారంభమయింది. రాతియుగం మనిషిచేతులలో స్వయంగా కాకుండా, 'అయురాల' ద్వారా వేటాడవచ్చ అన్న ప్రాథమిక సూత్రాన్ని ఈ కామన్ సెన్స్ ద్వారానే (గపించగలిగాడు. అక్కడనుంచి ప్రారంభమయిన ఈ పరిశీలనా శక్తిపెరిగిపెరిగినేటి కంప్యూటర్ యుగం వరకు మనిషిని ఆభివృద్ధి పథంలోకి తీసుకొచ్చింది. అందుకనే 'కాలర్' అనే శాస్త్రవేత్త "మనిషి యొక్క బెస్ట్ఫ్రెండ్" అతడి చేతివేళ్ళు" అన్నదొక చోట.

విజయాశికి పదు మెట్లు

ఎప్పుడయితే మనిషికి తన వేళ్ళ యొక్క ఉపయోగం తెలిసిందో అది అతడి మెరదను తెలివేటలు అనే అమృతంతో నీంపసాగింది. ఒక్కొక్క మెట్లు అధిగమిస్తూ మనిషి చంద్రమండలం వరకూ వేళ్ళగలిగాడు. "యుద్ధం చేయటం, సమస్యన్ని అధిగమించటం, మానవ సంబంధాలు, మన బలహీనతలని మన స్వాధీనంలో వుంచుకోగలగటం, మన ఆయుధాలని వెలికితీయటం" మొదలయినవన్నే ఇతువంటికామన్సెన్స్ మీదే ఆధారపడి వుంటాయంటే అందులో ఆశ్చర్యమేమీ లేదు. మానవ సంబంధాలకి, కామన్సెన్స్కి సంబంధం ఏమిటి అని మీకు అనుమంచ రావచ్చు. ఆ మాటకోస్తే ప్రపంచంలో ప్రతీది కూడా దీనిమీదే ఆధారపడి వుంటుంది.

ఉదాహరణకి ఇద్దరు వ్యక్తులు ఘనిస్తున్నారు అనుకుండాం. ఘన్నణ అనేది ఎందుకు ప్రారంభమవుతుంది ? ఏ ఘన్నణలో అయినా రెండు పొర్తీలూ సగం కరెక్షుగానూ, సగం తప్పగానూ అలోచిస్తాయి. ఇద్దరి వాదనలలోనూ ఎక్కడో ఒకచోట కోర్టీగా తప్పు వుంటుంది. లేదా అభిప్రాయభేదం వుంటుంది. కానీ ఇద్దరూ కూడా తమ అభిప్రాయమే కరెక్సీ, అవతలివాళ్ళు పూర్తిగా తప్పనీ అలోచించటం వల్లే ఘన్నణ వస్తుంది. ఇదే నిజంకాని పక్షంలో ఇద్దరిలో ఒకరు గానీ, లేక ఇద్దరూ గానీ పూర్తిగా పిచ్చి వాళ్ళయితేనో, అకారణయుద్ధకాంక్షపరులయితేనో తప్ప ఈ ప్రపంచంలో ఘన్నణ అనేది రాకూడదు. ఇంత చిన్న విషయం మర్చిపోయి మనం మన తోటివాళ్ళతో అభిప్రాయభేదాలతోనూ, ఘన్నణాలతోనూ, డిఫోయామన్న అవమానంలోనూ, గెల్లిన అహంభావంతోనూ కాలం గడువుతాం. ఎంత నవ్వేచ్చే విషయం ఇది ! ఈ ఘన్నణ ఒక స్టేజిలో ఇద్దరూ విడిపోవటానికి దారి తీస్తుంది. లేదా తిట్టు, బూతుమాటలు, అలక, కోపం మొదలయిన పరిణామాలకి దారి తీస్తుంది. ఇంకా పెద్ద ఎత్తున జరిగే ఘన్నణ అయితే అది ఆటంబాంబుతో కోస్తి వేల మందిని బలిగొనే విభ్యంసకచర్యగా మారుతుంది. ఎక్కడ ప్రారంభమయింది ఎక్కడ పూర్తయిందో చూడండి. ఇదంతా కామన్సెన్స్ లేకపోవటం వల్ల జరిగే పరిణామమే. (నేనిక్కడ అటవిక న్యాయం, ప్రస్తుతపర్క ఎగ్జిస్టెన్స్ కోసం జరిగే యుద్ధాల గురించి ప్రస్తుతించటం లేదు. ఆ మాటకోస్తే ఆ యుద్ధాలు కూడా దేశాయుకులకు కామన్సెన్స్ లేకపోవటం వల్ల సంభవించినవే. ఇథోపియాలో కరువుకి కారణం - మనిషికి అడవులు నరక్కూడదన్న కామన్సెన్స్ లేకపోవటమే).

వ్యక్తిగత విషయాలలోనే కాకుండా, సామాజికపరమైన విషయాలలో కూడా ఈ కామన్సెన్స్ (సహజ వివేకము / వ్యవహారజ్ఞానము) లేకపోవటం మనల్ని నాశనం చేస్తుంది. ఉదాహరణకి మీకో స్ఫూర్టరో, మోటారుస్కైలో వుండనుకుండాం. దాన్ని సరిఅయిన కండిషన్లో వుంచుకోకపోవటం వల్ల బయటకు వచ్చే కార్బన్ డయాక్షాడ్ వాతావరణ కాలుప్పానికి  $0.000001\%$  తోడ్డుతుండన్న విషయం మీరెప్పుడన్నా గమనించారా ? ఇలాంటి చిన్న చిన్న మొత్తాలప్పీ కలిసి మన ప్రపంచాన్ని ప్రశయం మైపు

తీసుకు వెత్తున్నాయి అన్న ఆలోచన మీకెప్పుడైనా కలిగిందా ? ఇప్పుడున్న వాతావరణ కాలుప్పం ఇలాగే కానసాగుతే ఇంకొక పది, పదిహేను సంవత్సరాలలో ధృవప్రాంతపు మంచపర్వతాలన్నీ కరిగి జలప్రశయం వస్తుంది అన్న చిన్న ఆలోచన మీకెప్పుడూ రాలేదా ? ఇదంతా అభూత కల్పనగానూ, అర్థంలేని భయంగానూ మీకు తోచవచ్చు. కానీ మరొక కోణం నుంచి ఈ పరిణామాన్ని విశ్లేషించండి. పది సంవత్సరాల క్రితం మనకి కరంటుకోత వుండేది కాదు. గత సంవత్సరం రోజుకి రెండుగంటలు కరంటుకోత విధించబడింది. ఈ సంవత్సరం అది మూడు గంటలయింది. ఇంకొక నాలుగయిదేళ్ళలో వేసిని కాలంలో పగటిపూట అనులు కరింటు వుండని స్థితి ఏర్పడుతుంది. ఇరవయ్యా శతాబ్దంలో భూమిమీద టెంపరేచరు  $0.5$  డిగ్రీలు పెరిగింది. దాని కారణంగానే యూరప్లో ఎన్నడూలేని అకారణ వరదలూ, అప్రికాలో కరువూ ప్రారంభమైంది. ధృవప్రాంతపు మంచ పర్వతాలు కరగటానికి మరొ  $0.5$  డిగ్రీలు చాలు. 2040 కల్గా అది జరుగుతుంది. ఈ పరిస్థితి ఇలాగే సాగితే, ప్రపంచ పటంలో శ్రీలంక, ఆఫ్రోయిలూ లాటి దేశాలూ, బొంబాయి, వైజాగ్లోలటి నగరాలూ వుండవని పొందూ' (12-4-95) ఎడిటోరియల్ ప్రాసింది.

ఒక స్నే పాయిజన్లాగా దీన్నంతా అనుభవించటానికి మనం మానసికంగా ప్రిపేరవుతామే తప్ప మనంతు కర్పూర్గంగా ఒకటి రెండు చెట్లని పెంచడం మానవధర్మం అనుకోము. వర్షాలు సకాలంలో పడకపోవటానికి, బుటుపువనాలు సరిగ్గా లేకపోవటానికి వాతావరణ కాలుప్పానికి చెట్లు నరకటమే కారణం అని మేఘావులూ, ప్రభుత్వం ఎంత చెప్పినా కూడా మనం నిమ్మకు నీరెత్తినట్టు వుండిపోతున్నాం. కామన్సెన్స్ లేకపోవటమంటే ఇదే.

## పాజిటివ్ థింకింగ్

పాజిటివ్ థింకింగ్ అంటే వాస్తవమైన, రూడిమైన ఆలోచన. పాజిటివ్ థియోలజీ అంటే సగటేస్కర విద్య పేల్లి అంటే మార్జాలం అన్నట్లుండా ? సరే. ఒక ఉదాహరణ ద్వారా దీని గురించి మరింత వివరంగా చెప్పటానికి ప్రయత్నిస్తాను. ఉదాహరణకి మీరు గుంటూరు నుంచి విశాఖపట్టణం ఒకపరీక్షాప్రాయటానికి బయలుదేరుతున్నారనుకుండాం. మరొక గంటలో ప్రయాణం. మీ మనసుంతా టెస్ట్స్ వుంటుంది. పర్క్స్ లో ఏం ప్రశ్నలు ఇస్తారు ? వాటికి సమాధానాలు కరెక్షగా ప్రాయుగలనా ? బాగా ప్రాసినా కూడా పర్క్స్ లో ఉత్సిర్పిత లభిస్తుండా ? మొదలయిన ఆలోచనలతో సతమతమవుతూ వుంటారు. అంతేకానీ స్టేషన్కి వెళ్ళిదారిలో ఆలస్యముయి బ్రియల్ వెళ్ళిపోతుండా ? బ్రియల్ ఎక్కిన తర్వాత ఆక్సిడెంట్లో మరణిస్తానా ? విశాఖపట్టణంలో దిగిన తర్వాత అకస్మాత్తుగా

విజయాలికి ఇదు మెట్లు

అనారోగ్యం వచ్చి పరీక్ష ప్రాయటం మానివేస్తా ? అని ఆలోచించరు. పరీక్ష ఫెయిల్ అవటానికి ఎంత చాన్సింధ్ కః ప్రమాదాలన్నిటికి కూడా అంతే చాన్సింది. అయినా కూడా వీటిగురించి మీరందుకు అలోచించరు ? ఎందుకంటే, నిరంతరం అవిజరుగుతూ వుండవ కాబట్టి ! మీరు దీనిని 'బీటిట్ ఫర్ గ్రాంటెడ్గా తీసుకుంటారు. ఆ మాటక్కుస్తి.... మీరు పరీక్ష ఫెయిల్ అవటం కూడా నిరంతరం జరగదే !..... అంతే మీమీద నమ్మకం కన్నా మీరక్కిన రైలు ట్రైవర్ అనుభవం మీద మీకు ఎక్కువ నమ్మకం వుండన్నమాట. అలాకాకుండా మీమీద మీరే ఎక్కువ నమ్మకం పెంచుకొని - మీరు 'అలోచించబం అనవసరమనుకున్న వాటి లిస్టలో చేర్చిన భయాల (ప్రియున్ మిన్ అవటం, ఏకింధం అవటం వ్యారా) తోపాటు పరీక్ష ఫెయిలవటం లాంటి అంశాలని కూడా చేర్చగలిగితే ఇక టప్పన్కి చోటీది ? ఇదే పాజిటివ్ థింకింగ్. దీని గురించి తర్వాతి ప్రకరణంలో వీవరంగా చర్చించాం.

## ఏకాగ్రత

జీవితంలో ఉన్నతస్తాయికి చేరుకొన్న ఒక వ్యక్తిని ఒక విలేఖరి 'మీరు. కః స్తాయికి చేరుకోవటానికి వెనకున్న కారణాన్ని ఒకే వాక్యంలో వివరించగలరా ?' అని అడిగాడట.

"నేను తల దువ్వుకునేబప్పుడు జాట్లు గురించే ఆలోచిస్తాను" అన్నాడట ఆ ప్రమాణ వ్యక్తి.

ఈ విధమైన ఏకాగ్రతే మనిషికి చాలా అవసరం, మెదడునీ, మనుసీ క్రమశిక్షణలో వుంచబం ద్వారా, మనం చెప్పినట్లు నడుచుకునేలా చేయబం ద్వారా - కః రకమైన ఏకాగ్రత సాధ్యమవుతుంది. దీనికి మానసిక వ్యాయామం చాలా అవసరం.

మెదడు ఒక రద్ది రోడ్స్టూలాటిది. సైకిల్లునుంచి లారీల వరకు పోల్పురగ్గ ఆలోచనలు, పెద్ద రూడతో అటూఅటూ ప్రయాణం చేస్తూ వుంటాయి. అప్పుడే మనకి క్రమశిక్షణ అనే రెడిలైటు, ఏకాగ్రత అనే ట్రాఫిక్ రూల్సు అవసరం. ఉండాపారణకి ఒక ప్రధానమంత్రిని తీసుకోండి. కలాకారుల మీటింగులో మనిషికి కళయొక్క ఆవసరం గురించి అతడు వారిలో చర్చిస్తాడు. వాళ్లు వెళ్లిపోగానే శత్రువేశభు రాయబారితో మాట్లాడవలసి వుంటుంది. అప్పుడు విదేశాంగ విధానం గురించి మాట్లాడతాడు. ఆ తరువాత స్కూలు పిల్లలకి చిన్న చిన్న కథల ద్వారా దేశభక్తి గురించి ప్రభోధిస్తాడు. కః రకంగా తన మెదడు అన్న రిప్రైజేటర్లో ఒక్కక్క కంప్యూట్మెంట్ లోంచి దాచుకున్న మేధాసంపత్తి యొక్క ఒక్కక్క వస్తువు బయటకి తీసిన మకుంటూ వుంటాడు. కః విధమైన కంప్యూట్మెంట్లైజేషన్ గురించి నేను దాదాపు ప్రతీరచనలోనూ ప్రాస్తునే వున్నాను. ఇదేమీ పెద్ద విషయం కాదు. లక్కుల పీరియడ్ అయిపోగానే ఆ తలుపులు మానేసి, తరువాత వచ్చే సైన్స్ టీచర్

గురించి విద్యార్థి ప్రివేరపుతాడు. ఇలా ప్రారంభమైన కంప్యూట్మెంట్లైజేషన్ జీవితంలో చివరినరకు సాగాలి. అదొక్కటే నేర్చుకోవలింది.

'తనకు తను సాయపడేవాడికి దేవుడు సాయపడతాడు' అన్న నానుడి మనందరికి తెలిసిందే. దేవుడంటే ఎవరో కాదు. మన ఏకాగ్రత, మన సిన్నియూరిటీమే మనలోని దేవుడు. అంతే తప్ప రాఘవాలము, వర్షము, మంచి ముహూర్తము, తూర్పుదిక్కున కూర్చుని పని చేయబమూ కాదు. నిరంతరం పని చేసేవాడు మంచి షుష్మార్తం కోసం ఎదురుచూడడు. ఎందుకంటే పండితుల లెక్కప్రకారం అద్యుతమైన ముహూర్తాలనేవి నెలకో, రెండునెలకో ఒకపోరి మాత్రమే వస్తూ వుంటాయి. అలాంటి మంచి ముహూర్తాలని కోభనాలకీ, బారసాలలకీ వదిలేసి మనం మాత్రం నిరంతరం పనిచేస్తూనే వుందాం.

## స్తాయి, సామర్థ్యం

ఆనకట్ట కట్టబం అనే కోటి రూపాయల బ్యాత్రూ ప్రణాళిక కూడా మొదటిరాయి కోసం గొయ్య తప్పబంతోనే ప్రారంభమవుతుంది. మనేమీ ధీరూబాయి అంబానీ కొడుకులం కాము. ప్రియాంగాంగిలిలం కాము. అట్లడుగు స్తాయి నుంచి పైకి రావటానికి ప్రయత్నిస్తున్న వాళ్లమే. నింంగా యిటువంటి స్తాయి నుంచి పైకి రావటానికి చేసే ప్రయత్నులలో వుండే ఆనందం, ఒక పెద్ద స్తాయి నుంచి జీవితం ప్రారంభిస్తే వుండదు.

ఒకరోజు డిన్సర్ సమయంలో నా భార్య మా అబ్బాయితో "నీకేంరా. నువ్వు చాలా అద్యప్పంతుడివి" అంటూ వుండగా నేను ఆ సంభాషణలో కోక్కం కలుగజేసుకున్నాను.

చిన్నతనంలో నది గట్టున ప్రయాణాలూ, మొట్టమొదటిసారి వంద దూపాయలు సంపాదించిన విధానం, ఇరై అయిదో ఏట తోలిసారిగా ఒష్టెక్కాన్ రైలు కంప్యూట్మెంట్లో ప్రయాణం చేయబం మొదలయినవస్తే అద్యుతమయిన అనుభవాలు. ప్రతీ చిన్న విజయమూ సంతోషప్పించేదే. కానీ ఒకసారి అలవాటయ్యాక, అంటి ఆనందం పాందే మరో విజయం సాధించాలంటే యింకా ఎన్నో రెట్లు కష్టపడవలసి వుంటుంది. ఎనిమిదో యేటనే విమాన ప్రయాణం, పద్మనిమిదో ఏటికల్లు తసకంటూ ఒక స్కూల్తకారు వున్న ఆ కుర్రవాడు, మరో విజయం గురించి అట్టిక రూపేణా ఆలోచించాలంటే ఆల్ఫ్ పర్యాతాలలో స్టేటింగ్ గురించో, వెనీన్ పురీధుల మర్యాదలలో పడవ ప్రయాణం గురించో ఆలోచించాలి. సాధారణస్తాయి అనందాలేవీ అతడికి అనందాన్నివ్వలేవు. అమెరికాలో సంపన్న కుటుంబాలలో పుట్టిన పిల్లలందరూ మాదకద్రవ్యాలకీ. డైసైర్ దాన్సులకీ, హారేరామ హారేక్ష్మీ మూమంట్లకీ అలవాటు పడటానికి కారణం యిదే.

కాబట్టి, "నాకేమీ లేదు. ఎక్కడ నుంచి జీవితాన్ని ప్రారంభించగలను?" అని నిస్సుహాతో మనమే క్యంగిపోనపసరం లేదు. మనం సంపాదించిన మొట్టమొదటి రూపాయి మనకిచే ఆనందం ఒక లక్ష్మాదికారి కొడుకు పదియేలు సంపాదించిన ఆనందం కంటే పదివేల రెట్లు ఎక్కువ. నాకొచ్చే చాలా ఉత్తరాలో చాలామంది యువకులు యీ విధమైన నిరాశ, నిస్సుహాలని వెలిబుచ్చటం యుక్కడ ముఖ్యంగా గమనించాక ఇదంతా ప్రాయూలనిపించింది.

అట్టడుగు స్తాయి నుంచి ప్రారంభించిన పని నిశ్చయంగా సంతృప్తినిస్తుంది. సినిమా రంగంలో నిర్మాతలని గమనిస్తే, తండ్రుల దగ్గరమంచి నిర్మాణం చేపట్టిన వ్యక్తుల కన్నా, చిన్న స్తాయిలో పనిచేస్తూ ప్రాచ్యాన్సర్స్గా మారినవారే ఆ రంగంలో ఎక్కువ విజయం సాధించటం గమనించవచ్చు. ఇది సినిమారంగానికి కాదు. ప్రతి రంగానికి అన్యయిస్తుంది. రామోజీరావు, కె.ఎల్.ఎవ్. ప్రసాద్, చంద్రబాబునాయుడు, రూజ్ఫ్ వెల్ట్, గోర్కుచెవ్, వినోద్కాంబ్లీ, ధీరుబాయి అంబాసి, పైకేర్ జాక్సన్ మొదలైన వారందరూ యీ విరంగా సైక్లచ్చినవారే. అలాకాకుండా రాజీవ్‌గాంధీ, సయిశ్వాన్, అజయ్ జడ్జేంస్, జగదీష్ ప్రసాద్ (అంద్రభ్యోతి) మొదలయిన వారందరూ సిల్వర్‌స్టాన్ నోట్లో పెట్టుకుని పుట్టి, ఆ తర్వాత నిరంతర కష్టంతో ఉన్నతస్తానాలని అందుకున్నవారు. అయితే రెండో వర్ధం కన్నా మొదటి వర్గమే తమ జీవిత విజయాలలో మానసికంగా ఎక్కువ సంతృప్తి పొంది వుంటారు అన్నది నిర్వివాదంశం.

కాబట్టి చెప్పిచ్చే దేఖిటంబే జీవితంలో విజయం సాధించటానికి ఆర్థికంగా పెట్టుబడి ఏమీ ఆవసరం లేదు, మొట్టమొదటి శంకుస్థాపనకి కావలసింది కేవలం కృషి పెట్టుదల మాత్రమే. మనకన్నా డబ్బున్నవారిని చూసిగానీ, డబ్బున్నవారి కొడుకులని చూసిగానీ మనమే మీ కంట్యు చెందనపసరం లేదు. మనం భవిష్యత్తులో ఆనందించబోయే కొత్త కొత్త సౌభాగ్యాలన్నే వాళ్ళు చిన్న వయసులోనే అమభవించేసినందుకు, వారికన్నా మనకి ఎక్కువ ఆనందం మనకి లభించబోతున్నందుకు సంతృప్తిపడాలి. ఈ విధమైన దృక్పథంలో మనం గెలుపుపై వయనం ప్రారంభించాలి.

## పగటి కలలు

నిర్మాణాత్మకమైన వాస్తవంగా కలల్ని మార్పుకోవటానికి ప్రయత్నించండి. పగటి కలలు తప్పు అని చాలామంది అంటూ వుంటారు. ఎందుకో అది నిజం కాదు అనిపిస్తుంది. చిన్నతనం నుంచీ యీ రకమైన ఊహా మనిషికి ప్రేరణిస్తుంది. ఇద్దరు పీల్లలు సరదాగా ఆడుకోవటాన్ని పరిశీలిస్తే వాళ్ళు అంతకుముందు చూసిన సినిమాలో

పీరోలలాగా కత్తి యుద్ధం చేసుకోవటం గమనించవచ్చు. తనలో ఒక కథానాయకుడిని ఆపాదించుకుని యీ రకంగా ప్రవర్తించటం ప్లెల్ల అలవాటు. వయసు ఎంత పెరిగినా కూడా యిది సహజమే. పోతే వయసు పెరిగేకొద్దీ యీ పగటి కలల స్వరూపం కూడా మారిపోతూ వుంటుంది. తనని పదిమందీ అభినందిస్తున్నట్టుగానూ, తన కలల రాకుమారి/ రాకుమారుడు తన పట్లు, తన విజయాల పట్లు ప్రేరితమవటమో లేక తను కోటీశ్శరుడైనట్టు ఊహాంచుకోవటమో, సినిమా పీరో అయినట్టుగానో, క్రీడల్లో దేశానికి ప్రాతినిధ్యం వ్హాస్తున్నట్టుగానో మనిషి నిరంతరం ఊహాస్తునే వుంటాడు. అయితే ఎప్పుడూ యీ రకమైన ఊహాలలో మునిగిపోయి దానిద్వారా సంతృప్తి పొందబం కన్నా, ఆ కలలని నిజం చేసుకోవటానికి మానవప్రయత్నం చేయబం మన విధి. అసలు సాధ్యం కాని పగటి కలగిని కనటంలో కూడా ఏ తప్పు లేదు. కానీ అది కేవలం ఊహాన్ని, వాస్తవం కాదని మాత్రం గ్రహించాలి. అలాంటివాటిలో ఆనందం పాందుతూ, ఆ ఆనందం ద్వారా ప్రేరణ పాందుతూ మన జీవిత సేపానాలని నిర్మించుకుంటూ వుండాలి.

## నాయకత్వ లక్ష్మణులు

ప్రపంచంలో కొంతమందే నాయకులుంటారు. మిగతావారందరూ వారి అనుచరులుగా వారిని అనుసరిస్తూ వుంటారు. మహాత్మాగాంధీ నుంచి సత్యసాయిబాబు వరకూ యిలాంటి నాయకులే. అయితే నేనిక్కుడ చెబుతున్నది యిటువంటి నాయకత్వ లక్ష్మణుల గురించి కాదు. నలుగురు ప్రాంప్లీలో కూడా ఒకడే నాయకుడుంటాడు. అతడు చెప్పింది మిగతావారు పాలో అప్పుతూ వుంటారు. ఉదాహరణకి నలుగురు స్వేచ్ఛాతులున్న గ్రూపులో మీరుంటే ముగ్గురు ఒక సినిమాకి వెల్లమనుకుంటే మీరు ఆ సినిమా యిప్పం లేకపోయినా వారిని కాదనలేక వారితో కలిసి దాన్ని చూస్తారు. అంతవరకూ ఎవరికి ఏ అభ్యంతరమూ లేదు. కానీ రెండోసారి మాత్రం మీ కిష్టమైన సినిమాకి ఆ ముగ్గురూ వచ్చేటట్లు చేసుకునే సామర్థ్యం మీకుండాలి. నాయకత్వ లక్ష్మణం అంటే అదే. పట్టు విడుపూ తప్పనిసరిగా కావాలి. కానీ ఎప్పుడూ విడుపే కాకుండా అప్పుడప్పుడూ మీరు కూడా పట్టుబట్టి మీ పంతం నెరవేర్చుకోగలిగే కంపెనీలోనే మీరుండాలి. ప్రతిసారీ మీ కంపెనీలోని నాయకుడు చెప్పిందే మీరు వినటం జరుగుతూ వుంటే ఎప్పటికీ మీరు అనుచరుడిగానే మిగిలిపోతారు. దీనికి కారణం మీలో వున్న పెరికితనం. మీ భావాలని గట్టిగా వెలిబుచ్చితే ఏ విధమైన వ్యతిరేక వస్తుందోనన్న భయం మిమ్మల్ని అనుచరుడిగానే వుంచుతుంది. ఇది అనావ్యక్తి వైపు, ఇక అతివ్యక్తిపోస్తే యింకోలా వుంటుంది.

నేను కుండబద్ధులు కొడ్డివట్లు మాట్లాడతాను, ఎవరేమనుకున్నా వాకు ఫరపాలేదు' ఆనుకునే మనస్తత్వం యిది. ప్రతిసారీ తన పంతమే నెగ్గాలనే మనస్తత్వం!

విజయాలికి ఐదు మెట్లు

మీకవసరపైన విషయాలలో మాత్రమే కుండబద్రులు కొట్టండి కానీ, కనపడినప్రతీ కుండనీ అవసరం వున్న లేకపోయినా బద్రులు కొట్టటానికి ప్రయత్నించకండి. దానివల్ల మనచుట్టూ వున్నవాళ్ళు మనకి దూరమవటమే తప్ప మనకే విధమైన లాభమూ లేదు. ఒక కుండని బద్రులు కొట్టడం వల్ల పెంకులు మిగులుతాయే తప్ప మనకొచ్చే లాభం ఏమిటి? మన ఆత్మగౌరవానికి గానీ, మనం నమ్మిన సిద్ధాంతానికిగానీ వ్యతిరేకత వస్తూ, అది మనకి నష్టం కలిగిస్తుంది అన్న పరిస్థితి వున్నప్పుడు మాత్రమే మీరు మీ మనసులో భావాలని మొహమాటం లేకుండా నిక్కచ్చిగా చెప్పండి. ఉదాహరణకి మీ దగ్గరికి ఒక వ్యక్తి వచ్చి గుడి కట్టటానికి అయిదు రూపాయలు చండా అడిగినప్పుడు మీ కిష్టం లేకపోతే క్షమించమని చెప్పి వదిలేసేయ్యండి. అంతే తప్ప దేవుడున్నాడా, లేదా అనిగానీ గుడి కట్టడం వల్ల వచ్చే లాభాలు, గుడి కట్టటం పేరిట జరిగే మోపాల గురించిగానీ పెద్ద లెక్కరు యిష్టవసరం లేదు. ఎందుకంటే నిశ్చయంగా అతడు మీ గదిలోంచి బయటికి వెళ్లిన మరుష్టణం యా విషయం మర్చిపోవటమో, కాస్త మీ గురించి మనసులో నవ్వుకోవటమో చేస్తాడు. దీనివల్ల మీ సమయం వ్యధా తప్ప మరేవిధమైన ప్రయోజనమూ లేదు. అదే విధంగా మీ అఫీసులో ఒక కౌలీగ్ ఎప్పుడూ తెల్ల ప్యాంటూ తెల్ల షర్పువేసుకుని వచ్చే అలవాటువునాడయితే, పదిమందిలో వున్నప్పుడూ “ఇలా ఎప్పుడూ తెల్లబట్టలు ధరించటం నాకంత యిష్టం వుండదోయ్. రకరకాల రంగులలో బట్టలు వేసుకొని ప్యాపంబుల్గా కనపడటమే జీవితం” అంటూ ఒక అమూల్యమైన సలహా పారేయకండి. అతడిష్టం అతడిది. దానివల్ల మీకొచ్చే నష్టమేమీ లేదు. కావాలంటే మీరు పచ్చ ప్యాంటు మీద ఎరపర్చు వేసుకు తిరగండి. ఎవరికి ఏ ఆభ్యంతరము లేదు.

ఆదే విధంగా మిమ్మల్నివరన్నా ఏదన్నా సలహా అడిగినప్పుడు పదిమంది ఒప్పుకున్న సిద్ధాంతాన్ని కాకుండా మీరు నమ్మిన సిద్ధాంతాన్నే అతడికి చెప్పండి. అలా చెప్పటం యిష్టం లేకపోతే మానంగా ఊరుకోండి. ఎప్పుడైనా సరే, మనం నమ్మిన సిద్ధాంతాన్ని మనం గట్టిగా బలపరిస్తే అవతలివారికి కూడా మనమీద గౌరవం కలుగుతుంది. నాయకత్వ లక్ష్మణాలలో యిది మొట్టమొదటిది.

## ప్రేరణ

ప్రముఖవ్యక్తుల జీవిత విధానాల్చుంచి పాఠాలు నేర్చుకోండి. వారిని దేవుళ్ళగా పూజించకండి.

ఈ విభాగంలో నేను ఒక మానసిక శాస్త్రవేత్త అభిప్రాయాలని యథాతథంగా వ్రాస్తాను. చాలావరకూ వీటితో నేను ఏకీభవిస్తాను.

“తమ రంగాలలో అత్యుత్తమ స్తోనాన్ని చేరుకున్న వారిని మనం అభినందించాలి. మనం గమ్యంగా వుంచుకోవాలి. అంతే తప్ప దేవుళ్ళలాగా పూజించకూడదు. నిరంతర కృష్ణతో వారు ఆ అత్యుత్తమ స్తోనానికి చేరుకున్నారు. అన్న విషయాన్నికటే మనం గుర్తించాలి. మిగతా రంగాలలో వాళ్ళ చాలా సామాన్యాలయి వుండవచ్చు. వారి బలపోతలు వారికుండవచ్చు. వాళ్ళమీ దేవుళ్ళ కాదు. మనకొక స్థాండర్డ్ వుంది. ఆ స్థాండర్డ్ కన్నా వాళ్ళ చాలా ఎత్తుకి ఎదిగిపోయారు. మనకి అభిమానం వున్న రంగంలో వాళ్ళ ఆ స్తోనానికి ఎదిగారు కాబట్టి వాళ్ళంటే మనకి గౌరవం. అభిమానం అంతే”.

దురద్వష్టషాత్తు మనం యా సత్యాన్ని విస్కరించి వాళ్ళని సూపర్ హీరోలలాగా, జీవితంలో పరిపూర్ణమైన వ్యక్తులలాగా భావిస్తూ వుంటాం. వాళ్ళ బలపోనతలని గుర్తించము.

పుట్టపోత్ మీద బూట్లు పాలివ్ చేసే ఒక వ్యక్తి ఆ విర్యలో అత్యధ్యతమైన వైపుళ్యం సంపాదించి వుండవచ్చు. మరొక వ్యక్తి గొప్ప గొప్ప వేదాంతాలు చదివి తనకున్న వాక్కాతుర్యం ద్వారాకానీ, మాజిక్కుల ద్వారాకానీ లేదా వేదాంతపరమైన జీవిత సత్యాలు గ్రహించటం ద్వారా కానీ ఒక బాబాగా మారవచ్చు. పీరిడ్జరికి తేడా ఏమీ లేదు. మనకి వేదాంతంలో ఇంటిస్టు వుంటే ఆ వ్యక్తిని మన గురువుగా స్థిరిస్తాం. అలాగే మన వ్యక్తి బూట్ పాలివ్ వేయటం అయితే పుట్టపోత్ మీద బూట్ పాలివ్ చేసి వైపుళ్యం సంపాదించిన వ్యక్తిని మన గురువుగా స్థిరిస్తాం. ఇక్కడ మనం విలువ ఇష్టవలసింది కేవలం వారిలోని వైపుళ్యానికి మాత్రమే. ఈ సత్యం గ్రహించిన తర్వాత మనం ఎవరి పట్ల మూడువ్యాసంతోనూ, గాఢమైన నమ్మకంతోనూ మన విజ్ఞతని వారి సమక్కణలో వదిలిపెట్టం. సినిమా హీరో, హీరోయిన్ల పట్ల క్రేచ్చిని పెంచుకునే యువతకి ఇది ఎక్కువగా వర్తిస్తుంది.

ఇదే పుష్టకంలో ఒకచోట నేను ఒక ప్రముఖ వ్యక్తి రోడ్జు మీద కార్లో డ్సేరేగింపుగా వెఱుతూ వుంటే పుట్టపోత్ మీద నిలబడి చేతులూపే మనస్తత్వం గురించి ప్రాశామ. ఆ వ్యాసం ఒక ప్రముఖ వారవత్తికలో వచ్చినప్పుడు కొంతమంది ఉత్తరాలు ప్రాస్తు ‘అందులో తేవేముంది, మన అభిమానాన్ని ఆ విధంగా చాటుకోవటం మంచిదే కదా’ అని తమ అనుమానాన్ని వెలిబుచూరు.

ఒక వ్యక్తి పట్ల మన అభిమానాన్ని వెలిబుచుటానికి కెరండు రకాల కారణాలున్నాయి. ఆ వ్యక్తిని చూసో, కలుసుకునో, అతడితో మాట్లాడో మనం ప్రేరణ పాందటం ఒక కారణం! లేదా ఆ వ్యక్తి ఆ రంగంలో జరిపిన కృష్ణికి అతడిని అభినందిస్తూ అతడికి కావలసిన మానసిక అనందాన్ని, షైర్యాన్ని యిష్టవంగా మరొక కారణం!

ఒక వ్యక్తి పట్ల మన అభిమానాన్ని వెలిబుచుటానికి కెరండు కలగవచ్చు (ఇక్కడ “సంత్రప్తి” అనేది గమనించండి). పదిమందిలో నిలబడి చేయి కూడా అదే సంత్రప్తి కలగవచ్చు. కానీ ఇటువంటి సంత్రప్తుల విజయానికి పదు మొట్లు

నుంచి తొందరగా బయపడి, మనం ఏం చేస్తే ఆ వ్యక్తిలాగా మారగలం అన్నది అలోచించగలిగి వుండాలి. అలాంటి అలోచన కోసం, ఆ వ్యక్తిని దూరం నుంచి చూడటం ద్వారా కానీ కరచాలన ద్వారాకానీ, సంభాషణ ద్వారాకానీ (ప్రేరణ పాండవచ్చ). (ఇక్కడ “ప్రేరణ” అనేది గమనించండి) ఇందులో ఏ తప్ప లేదు. కానీ జీవితాంతం కేవలం అలా ఆ వ్యక్తిని చూసునే వుండిపోవటం ద్వారా మనమేమీ సాధించలేదు. ఇదే నేను ఆ వ్యాసంలో చెప్పుదల్చుకున్నది.

గొప్ప వ్యక్తుల పట్ల మన యొక్క అభిమానం యిం స్టోయలో వుంటేచాలు. వారి గురించి ప్రేరణ పాండవం, లేదా వారికి ప్రేరణానివ్యటం వుండవలసింది ఈ రెండే! అంతే తప్ప పిచ్చి అభిమానం, నిర్దేశుకుమైన ట్రైబ్స్ మనల్ని మన గమ్యం వైపు సాగినిష్కండా అడ్డుపడుతూ వుంటాయి.

ఆ విధంగా మనకన్నా ఒక రంగంలో గొప్ప వ్యక్తులని గొప్పవ్యక్తులుగా భజన చేయకుండా వారిలోని లోటుపాట్లను కూడా గ్రహించి, అటువంటి లోటుపాట్లు మనలో ఏమైనా వుంటే వాటిని నిర్మాలించుకుంటూ ప్రగతిపరంవైపు సాగిపోవాలి.

## అంతర్ముఖులోచనం

మనం ఏ రంగంలో అభివృద్ధి సాధించగలమో - మనలోని ఆ ‘శక్తి’ని వీలైనంత తొందరగా తెలుసుకోగలగటమే అంతర్ముఖులోచనం.. ఇది ఎంత చిన్న వయసులో జరిగితే అంత మనంచిది. ఏ ఆవగేషణ్ణండువు కొబట్టి జీవితపు చిన్న వయసులో లేతదనపు ఏకాగ్రత ఎక్కువ వుంటుంది. ఆ వయసులో విజయం సాధిస్తే అదిచే ఆనందం అధ్యాతంగా కూడా వుంటుంది. అయితే దురద్వష్టవాత్తు చాలా కొద్దిమందికి మాత్రమే ఆ అద్వష్టం లభిస్తుంది. అదే విధంగా జీవితంలో వ్యద్దప్యం వచ్చేవరకూ విజయాన్ని చపిచూస్తాపోవటం కూడా చాలామందికి సాధ్యం కాదు. డాచ్చు వీళ్ళ వయసులో ఆరోగ్యంగా, యవ్వనవంతుడిలా వుండే అక్కినేనిలాగానూ, అర్థా ఏళ్ళ వయసులో తన రంగాన్ని వదిలిపెట్టి రాజకీయాలలో చేరి విజయం సాధించిన ఎస్టీరామాపు లాగానూ అవకపోవచ్చ. అదే విధంగా డెబ్చె అయిదేళ్ళ వయసులో మండేలాలా విఫ్ఫావాయకుడిగా, పాలప్రీణా విమాచన దశనేత అరాపత్తలాకూడా మనం అవకపోవచ్చ. కానీ వీలైనంత తొందరగా విజయం సాధించి దానిని చివరివరకూ నిలబెట్టుకోవటానికి మనం ప్రయత్నం చేయాలి.

ప్రసుతం ప్రతి ఒక్కరికీ చదువు ముఖ్యం అవుతోంది. నిత్యమసరంగా మారుతోంది. అయితే కేవలం చదువు వల్ల విజయం సాధించిన వాళ్ళని వేళ్ళ మీద లెక్క పెట్టువచ్చ. ప్రాపెసర్లు, పైంటిస్టులు మొదలైనవారిని తీసివేస్తే మిగలా ప్రమఖులందరూ వివిధ రంగాలలో విజయం సాధించినవారు మాత్రమే. అంటే వారు చదువుని పునాదిగా చేసుకుని

తమ విజయం కోసం మరో రంగంవైపు చీలిపోయారన్నమాట. ఈ విధంగా మనం ఏ రంగంలో ఎక్కువ వైపుట్టాంతో సైకి రాగలమనేది వీలైనంత తొందరగా తెలుసుకోవాలి.

కాలేజీ లైఫ్లో మనం నేర్చుకున్నది చాలా తక్కువ. నిజంగా నేర్చుకోవటమన్నది కాలేజి నుంచి బయటకొచ్చిన తర్వాతే జరుగుతుంది. మనయొక్క ప్రవర్తనలో వుండే లోపం, మన బలహీనతలు, మనని మనం పరిశీలించుకోవటం మొదలయినవస్తే యుక్త వయసు దాటాకే మొదలవుతాయి. అందుకే నేనిస్తుడు మెచ్చార్య అయ్యాను’ అని ప్రాపిన ఉత్తరాలు చూస్తే కొంచెం నవ్వుస్తుంది. శంకరాచార్యులపారు కూడా ఒక ఉపాయాసంలో ‘నేనికా మానసికంగా మెచ్చార్య అవటానికి ఏం చెయ్యాలి’ అన్న ఆలోచనలోనే నా జీవితాన్ని గడుపుతున్నాను’ అన్నరూకచోట. కాబట్టి మనమెప్పుడూ నేను మానసికంగా పరిశీలించెందాను’ అని అనుకోకూడదు. ‘ఇంతకుముందున్న అభిప్రాయాలు ప్రస్తుతం మారాయి. ఇవి మరింత ఆరోగ్యకరంగా వున్నాయి’ అని మాత్రమే అనుకోగలగాలి. సమాజంలో వుండే సంఖీష్టత, మానవ స్వభావాలలో వుండే విభిన్నత, మనిషి మనస్తత్తులో వుండే రకరకాల కోణాలు మొదలయినవస్తే ఒక వయసు వచ్చాకే మనకి అవగతమవుతూ వుంటాయి. మనలో చాలామంది పదపరేళ్ళ వయసులో ‘సమాజాన్ని, వ్యక్తులనీ పరిశీలించటం నా పోచి. నేను చాలా లోతుగా అవతలి వారిని పరిశీలిస్తూ వుంటాను’ అంటూ వుంటారు. ఇది పరిశీలన కాదు. వారిమీద మన అభిప్రాయం మాత్రమే.

మరొక ముఖ్యవిషయం ఏమిటంటే మన సమయమంతా వ్యాధి చేసుకుంటూ అవతలివారిని లోతుగానూ, ఎత్తుగానూ పరిశీలించవలసిన అవసరం మనకేమీ లేదు. మన కవసరమయినంతవరకూ మాత్రమే వారితో సంబంధం పెట్టుకుంటే చాలు. కనపడిన ప్రతివాడి లోతులూ పరిశీలిస్తూ పోతూ వుంటే మన సమయమంతా దానికి వ్యాధి అవుతుంది. ఆది కేవలం తన దగ్గరకి వచ్చిన పేపెంట్ల పట్ల కీనికల్ పైకాలజిస్ట్స్, సైకియాటిస్ట్స్ చేయవలసిన పని.

మెరిసేదంతా బంగారం కాదు అంటారు విజ్ఞలు. మెరిసేదంతా బంగారం కాకపోవచ్చ. కానీ బంగారం నిశ్చయంగా మెరుస్తుంది. మెరిసేదాంట్లోంచి బంగారం తీసుకోవటమే మన కర్తవ్యం.

## భాష, సంభాషణ

మన భాష పట్ల మనకి అధికారం వుండాలి. మిగలా ప్రాణులనీ, మనములనీ విడదిస్తున్నది భాషయితే, మనములనీ, గొప్పవాళ్ళనీ విడదిస్తున్నది భాష మీద వున్న అధికారం.

విజయానికి ఐదు మెట్లు -

జీవితంలో పైకి రావాలనుకుంటే స్వచ్ఛమైన, స్వష్టమైన అధికారయుక్తమైన భాష నేర్చుకోవాలి. ప్రస్తుతం సమాజం కంప్యూటర్స్ యుగం వైపు నదుస్తోంది. ఇంగ్లీషు భాష ప్రాముఖ్యత సంతరించుకుంటోంది. మహాత్మాగాంధీ ఎవరో అడిగారట - ‘మీరు ఇంగ్లీషుని ఎందుకు వ్యతిరేకిస్తారు?’ అని. “ఆ భాష ఎంత ఆకర్షణీయమైనదంటే దాని ఆకర్షణ ముందు మిగిలా ఏ భాష నిలవదు” అన్నారట మహాత్మాగాంధీ. నిజమే. ఇంగ్లీషు ఇప్పుడు ప్రపంచభాష అంతేకాదు. వివిధ రాష్ట్రాల వ్యక్తులూ కలుసుకున్న కూడా హింది కన్నా ఇంగ్లీషుకే ఎక్కువ ప్రాముఖ్యత ఇస్తారు. ఇంటర్వ్యూలో కూడా ఇంగ్లీషే ఎక్కువ చేటు చేసుకుంటోంది. తప్పనిసరిగా మనం ఇంగ్లీషు నేర్చుకోవాలి. అందులో ఎటువంటి రాయితీలూ లభించవు.

సాక్షేచ్చ చాలా ఉత్తరాలలో “మేము తెలుగు మీడియమలో చదువుకున్నాము. ఒక్కసారిగా ప్రాపెషమల్ కాలేజిలో చేరేసరికి ఇంగ్లీషులో చదువుకుని వచ్చిన వారితో ఎలా పోటీండాలో మాక్రథం కావటం లేదు” అని ప్రాస్తుంటారు చాలామంది. ఇది ఒక దురద్వష్టకరమైన విషయమే అయినా పూర్తిగా సాధించలేనంత కష్టమైన విషయమేమీ కాదు. కర్కొగా ఒక సంవత్సరంపాటు కష్టమిటి ఇంగ్లీషులో అధికారయుక్తమైన సంభాషణ జరిపే స్కూలుకి చాలా సులభంగా చేరుకోవచ్చు. కావలసిందల్లా నిరంతరం ఆ భాషపలో మాట్లాడే రాజీలేని ప్రయత్నమే. ఎప్పుడయితే మనం బిడియం వల్లో, జంకు వల్లో అలా మాట్లాడలేకపోయామో, అప్పుడు అది ఒక భయంకర రాక్షసిలాగా మనని భయపెడుతూ వుంటుంది. తప్పే, ఒప్పే ఏదో ఒకటి మాట్లాడుతూనే వుండాలి. మొదట్లో కొంత పోస్యాస్పదం అవుతాం. అయితే ఎప్పటికప్పుడు మన తప్పులని సరిద్దుకుంటూ ఫుంటే ఆతి తొందర్నీనే మనకి ఆ భాష మీద అధికారం కలుగుతుంది. మీరొక విషయం గమనించారా? ఇంగ్లీషులో ముఖ్యమైన శైలి పదాలుండి వుండివచ్చగాకా మన మనసులోని భావాన్ని చక్కగా తెలియచెప్పటానికి మనకి వెయ్యి పదాలు తెలిప్పే చాలు. వాటిల్నోనే అధ్యుతంగా మానేజి చెయ్యవచ్చు.

మంచి ఇంగ్లీషు స్వష్టంగా, వేగంగా, ఆకర్షణీయంగా మాట్లాడే వ్యక్తి పట్ల అవతల వాళ్ళకి తప్పకుండా గౌరవం కలుగుతుంది. ఔ అధికారి మెచ్చుకుంటాడు. వ్యాపార రంగంలో కూడా మనం మన పాయింటని చెప్పుదల్చుకున్నప్పుడు యిదెంతో సహాయపడుతుంది. ఇలా మాట్లాడుతున్నప్పుడు మనలో మనకి తెలియకుండానే ఒక రకమైన గ్రెన్ పస్తుంది. ప్రస్తుతం సమాజం చాలా వేగంగా ముందుకి సాగుతోంది. ఈ పరిస్థితులలో ఒక మనిషి యొక్క గొప్పదనమూ, సంస్కృతమూ వ్యక్తిత్వమూ లోతుగా పరిశీలించే సమయమూ, ఓపికా ఎవరికి లేవు. మొట్టమొదటి చూపులోనే మనం అవతలివారిని ఆకట్టుకోగలిగి వుండాలి. దీనికి మన వేషభాషలు ఎంతో తోడ్డడతాయి. మన రాష్ట్రానికి సంబంధించిన వ్యక్తుల కన్నా మద్రాసీలు, కేరళరాష్ట్రం వాళ్ళు ఉన్నత

స్కూలు అప్పిసర్లయితే వారి ఇంగ్లీషు ఉన్నారణ మరింత కమేండింగోగా వుండటం మనం గమనించవచ్చు. దక్కించాడి రాష్ట్రాల కన్నా ఉత్తరాది రాష్ట్రాలకి చెందినవారు మరింత స్వష్టమయిన ఆంగ్లోన్నారణ కలిగి వుండటం మనం గమనించవచ్చు.

ఒక చిను పట్లటూరిలో పుట్టి, ఆర్టిక యిబ్బుందులవల్లనైతేనే, కుటుంబ పరిస్థితుల వల్లనైతేనేమి అదే ఊరిలో సూక్షులు విద్యాభ్యాసం పూర్తిచేసిన కుర్రపాడు ఒక్కసారిగా ఏ మెడికల్ కాలేజిలో, ఇంజనీరింగ్ కాలేజిలో వ్యస్తి యిబ్బుంది వడటం జరుగుతుందని మనం ద్రాశనం. దానికోసం మనచుట్టూ పున్న కొంతమంది వ్యక్తులతో అయినా మనం తప్పనిసరిగా ఇంగ్లీషులో మాట్లాడుతూ వుండాలి. అటువంటి వ్యక్తులు మనకి అష్టమిత్రులు, మన తప్పులని అవహాన చేయినివారు అయివుంటే మరీ మంచిది.

ప్రతివారూ ఒక స్వంత డైక్కనరిని వుంచుకోవటం మంచిది. అది 7,600/- ఖరీదు చేసే ఆక్స్ప్రెస్ డైక్కనరి అయినా కావచ్చు. లేక 20/- ఖరీదు చేసే లిటల్ ఆక్స్ప్రెస్ డైక్కనరి అయినా కావచ్చు. మొత్తం మీద అనుమానం వచ్చినపుడుల్లా పరిశీలించుకోవటానికి ఒక డైక్కనరి అవసరం.

## మన తప్పులని ఒప్పుకోవటం

ఇది పైకి కనబడేటంత సులభమైనది కాదు. ఈ ప్రవంచంలో అన్నిటికన్నా కష్టంగా మనిషి ఉచ్చరించే మూడు పదాలు “అవును. నాది తప్పే”.

ఈ మూడు పదాలనీ ఉచ్చరించటం కష్టమవటం వల్లనే మనం గంటల తరబడి వాదిస్తాం. అవతలవాళ్ళని కన్నిన్న చేయటానికి ప్రయత్నిస్తాం.

అంతేకాదు. అవతలవారు మాట్లాడుతున్న దానిలో ఏదైనా తప్పన్నా, వారి ప్రవర్తనలో ఏదన్నా తప్ప జిరిగా కూడా దాన్ని ఎత్తి చూపించటానికి, అవతలవారిని డిపెన్సర్లో పడవేయటానికి మనం యుద్ధ ప్రాతిపదిక మీద ప్రయత్నులు సాగిస్తాం. నిర్దాశించాలో అవతలవారిని మానసికంగా చంపేయుటానికి కూడా వెనాదియ్యం. కుర్కుత్తెత్తంలో కర్కుడిని చంపినట్లుగా అవతలి మనిషి తప్పని ఒప్పుకునేవరకు వదిలిపెట్టం.

ఇంతాచేసి మనం సాధించేది కూడా ఏమీ వుండదు. మనతో వాదనలో ఓడిపోయిన మనిషి మరొక కోణంలో తన మనసుని తాను సంతృప్తిపరచుకుంటాడు.

మూడో వ్యక్తి ముందు భార్యాభర్తులు కూడా ఒకరి లోపాలని ఒకరు ఎత్తి చూపుకొని పుర్ణించుకోవటం మనం చూస్తాం. మొదట చిన్నగా ప్రారంభమయిన వాదులాట ‘సువ్యాఖ్యాంగా’ అవతలివారిని ఆకట్టుకోగలిగి వుండాలి. దీనికి మన వేషభాషలు ఎంతో తోడ్డడతాయి. మన రాష్ట్రానికి సంబంధించిన వ్యక్తుల కన్నా మద్రాసీలు, కేరళరాష్ట్రం వాళ్ళు ఉన్నత

వాదనలన్నిటినీ వింటున్న చుట్టూ వున్నవాళ్లు సానుభూతి చూపించటమో, మనసులో నప్పకోపటమో చేస్తూ పుంటారు.

కేవలం తమ పనుల పట్ల, వాదనల పట్ల, సిద్ధాంతాల పట్ల, నమ్మకాల పట్ల తమకున్న బలీయమైన విశ్వాసాన్ని తెలియజెపుటం కోసం ప్రారంభించిన ఒక చిన్న వాదన చిపరికి యిందిని పుర్ణాలోకి దిగబం (అదీ అందరిముందూ) ఎంత దురదృష్టకరం!

“నిజమా! నాకు తెలియదండి. నేను తప్పు అభిప్రాయపడ్డాను. ఈ విషయంలో నన్ను సరి చేసినందుకు చాలా ద్యాంక్” అన్న చిన్న వాక్యాలు మనని ఒక విషమ సమస్య నుంచి చాలా గౌరవంగా బయటపడవేస్తాయి. మనకి తెలియని విషయం “తెలీదు” అని చెప్పటంలో తప్పేమీ లేదు.

ఆదే విధంగా మనం నమ్మని సిద్ధాంతాల పట్ల నమ్మకం వున్న వ్యక్తితో సంభాషించవలసి వచ్చినప్పుడు అతడి తరఫు వాదన ఏమిటో ఓపిగ్గా వినటం కూడా ఒక్కసారి లాభిస్తుంది. ఎందులో ఏ పాయింటు వుండో తెలుసుకుంటేనే కదా అది తెలిసేది. ఈ పుస్తకమంతా చదిని ‘ఆ.... ఇందులో ఏమంది? ఇలాంటి నీటులు నేనూ లక్ష చెప్పగలను’ అని పక్కకి విసిరెయ్యటం వేరు, ‘నాకు తెలియని ఒక్క పాయింట్లొ యిందులో వుంటుందేమో చూద్దాం’ అనుకుంటూ చదవటం వేరు. వివిధ పుస్తకాలనీ, రకరకాల వ్యక్తుల జీవిత అనుభవాలనీ క్రోడీకరించి, దాఢాపు ఐదు వందల పాయింట్లు నోట్ల చేసుకుని, సంత్యరంపాటు క్షమపడి ప్రాసిన యిందిని పుస్తకంలో ఒక్క పాయింట్ కూడా తనకి సంబంధించినది, లాభించేదీ దొరకలేదంటే ఆ వ్యక్తి యిందిని ఒక విధమైన నెగటివ్ దృక్పుథంతో చదవటం ప్రారంభించాడన్నమాట. అంతేగాదు, ముగించేటప్పటికి కూడా అదే దృక్పుథం కొనసాగించన్నమాట. అలాంటి వారికి యిలాంటి పుస్తకాలు ఏ మాత్రం ఉపయోగపడవు.

ఒకసారి నా లైబ్రరీకి వచ్చిన ఒక వ్యక్తి అందులోని పుస్తకాలు చూస్తూ “ఇదేమిటి, మీ దగ్గర రంగసాయకమ్మ పుస్తకాలున్నాయి. ఆమెవి కూడా మీరు చదువుతారా?” అని అడిగాడు.

నేను ఆశ్చర్యంగా “ఏం? ఎందుకు చదవను?” అన్నాను.

“అమె మీ గురించి ఎన్నో రకాల విమర్శలు చేసింది కదా?”

“అయితేనేమి, అమె రచనలన్ని నామీద విమర్శలే కాదు కదా!”

\*

\*

\*

ఈ విధమైన దృక్పుథం మనల్ని అసూయారహితులుగా చేస్తుంది. ఒక వ్యక్తి

అలోచనా విధానం కొన్ని కోణాలలో మనకి నచ్చకపోవచ్చు, కానీ మరొక కోణాలలో ఆ వ్యక్తి చెప్పున్నది. సరయినదయి వుండవచ్చు, వేరే కోణాలో ఆ వ్యక్తిని చూడ(లే)క పోవటం అతడి తప్పు కాదు. మన అసమర్పణ.

ఒక చిన్న ఉదాహరణ చెప్పి యిందిని ముగిస్తాను. ఒక ప్రముఖ వ్యక్తి వడ్డకి ఒక విలేకరి వెళ్లి “మీ విజయం వెనుక వున్న రహస్యం చెప్పగలరా” అని అడిగాడట. ఆ వ్యక్తి నప్పుతూ “నాకు తెలియని విషయాన్ని తెలియదని చెప్పటానికి నేనే మాత్రం సిగ్గుపడకపోవటం” అన్నాడట.

## గొప్పతనం గుర్తించటం

ఒక పరిపూర్ణమైన దినంగురించి చెప్పు “ప్రతి ఉదయమూ ఒక పవితో ప్రారంభమవతుంది. సాయంత్రానికి అది పూర్తాపుతుంది. పగలంతా కొద్దిగా కష్టమూ, కాస్తశమ, కొంత తెలివితేటలు, మరికాస్త విజ్ఞానము తోడై ఒక రాత్రినిద్రని సంతృప్తికరం చేస్తాయి” అన్నాడు లాంగోఫలో అనే రచయిత. ఒక పరిపూర్ణమయిన దినానికి ఇది గొప్ప నిర్వచనం.

ఈ ప్రపంచంలో మనసులని మూడు రకాలుగా విడగ్గొట్టవచ్చు.

1. తమ నియ్యామసరానికి కావలసిన జ్ఞానాన్ని, తెలివితేటలనే కలిగి వున్నవారు.
2. అటువంటి జ్ఞానము లేకపోయినా తమకు కావలసింది ఎక్కడ దొరుకుతుందో తెలుసుకొనే నైపుణ్యం వున్నవాళ్లు.
3. అటువంటి జ్ఞానము, నైపుణ్యము లేనివాళ్లు.

ఈ మూడు విభాగాలలో ముఖ్య దేనిలో వుండటాన్ని అభిలషిస్తావు అని అడిగితే, తప్పకుండా రెండవ కేటగిరిలో అని చెప్పాలు నేను. మొదటి కేటగిరి వాళ్లంతా గొప్ప సెక్రటరీలు, పరిశోధనాత్మక గ్రంథాలు ప్రాసేవారు, తమ తమ రంగాలలో నిష్టాతులయిన ప్రాపేసర్లు అయి వుంటారు. మూడవ కేటగిరిలో వున్నవాళ్లు ఔల్డ్ వాళ్లు చేపే పని చేయటానికి సిద్ధంగా వుండే వ్యక్తులుగా తయారవుతారు. తమకేం కావాలో, అది ఎక్కడ లాభిస్తుందో కార్బోగా తెలుసుకోగలిగేవారే జీవితంలో పైకి వస్తారు. వివిధ రంగాలలో వివిధ కథావస్తువులు తీసుకుని నేను రచనలు చేయగలగటానికి కారణం ఇదే.

ఎప్పుడూ సాయంత్రమవగానే కలిసే ప్సేపాబ్యూడాన్సే కాకుండా, వేరేరు వ్యక్తులను కలవటం ద్వారా, వారిలో వైపు సంభాషణలు కాకుండా లోతైన చర్చలు జరవటం ద్వారా మనం వారినుంచి ఎంతో గ్రహించవచ్చు. వారు చేపేది మనం శ్రద్ధగా వింటున్నమని విజయానికి ఐదు మెట్లు —



తోస్తే, వారు తమ మనసు తలుపులు తీసి, హృదయం లైబ్రిరీలోంచి అనుభవాల పుస్తకాలని చదంబరం కోసం మనకిస్తారు. అలా కాకుండా అంతా మనకి తెలుసులే అనుకుంటే మన లైబ్రిరీలో కేవలం తెల్ల కాగితాల నోటు పుస్తకాలు మాత్రమే మిగులు తాయి. గ్రహించగలుగుతే, ప్రతి అవతలి వ్యక్తిలోనూ ఏదో ఒక గొప్పతనం వుంటుంది. అవతలివారి గొప్పతనం గ్రహించటం అనేది సాధారణంగా యింటిస్తాయి నుంచే ప్రారంభం కావాలి. ఒక స్త్రీ యొక్క గొప్పదనం గుర్తించలేని పురుషుడు జీవితంలో ఎప్పటికే ఫైకి రాలేదు. తన ఆఫీసులో చాలా

కష్టపడుతున్నాననీ, డబ్బు సంపాదించటం కోసం చాలా శక్మిస్తున్నాననీ కాసింత అహంకారంతో వుంటాడు పురుషుడు. దీన్నే వేరే కోణంలోంచి పరిశీలించి చూడండి. మనం ఆఫీసులలో చేసే పని ఏపాటది? మనం చదువుకున్న చదువును ఆఫీసులో పనిచేసే విధానంలోకి ఒకసారి మార్పుకుంటే యింక రోజు అదే పని చేస్తూ వుంటాం. ఔగా మన చుట్టూ ఆ ఆఫీసులో పనిచేసే బ్యండం ఎలాగూ వుంటుంది. కబుర్లు, లంచ్ టైమ్లో టిపెన్లు, మర్యాద మర్యాదలో స్నేహితులతో పార్టీలూ, అదివారాలు సెలవులు మొదలయినవస్తే మగవాడి ఆఫీసులో రిలాక్సేప్షన్ కలుగజేస్తూ వుంటాయి. కానీ స్త్రీ అలా కాదు. ఎన్నోరకాల బాధ్యతలు ఆమెని చుట్టుముట్టి వుంటాయి. ఇల్లు నీటగా వుంచటం, పిల్లలకి చదువు చెప్పుటం, వంట చెయ్యటం, బట్టలు ఉతకటం, భర్త జీతానికి సరిపడా ఆర్థిక బడ్జెట్లు వెయ్యటం, ఎలక్ట్రిసిటీ, మున్సిపాలిటీ బిల్లులు కట్టటం, వెచ్చాలు తేవటం, అన్నటికన్నా ముఖ్యంగా భర్త, పిల్లలు ఆఫీసుకి వెళ్లిపోగానే ఒంటరిగా ఇంట్లో గడుపటం ... ఇప్పస్తే స్త్రీ యొక్క బాధ్యతలు అనుకుంటే - పురుషుడికి ఒకటి రెండు బాధ్యతల కన్నా యివి విస్తృత పరిధిలో నిర్వర్తించవలసిన విధులు. మరి ఏ విధంగా స్త్రీ పురుషుడికి కన్నా తక్కువ పనిచేస్తుంది? పురుషుడికి ఆఫీసుకి - సంవత్సరానికి 20 సిక్క లీచులు; 52 అదివారాలు, 20 క్యాజెవల్ లీచులు! మరి స్త్రీకి అలా వున్నదా? ఆదివారాలకుగానీ. పండుగలకుగానీ కనీసం ఒక్కరోజైనా సెలవు తీసుకోకుండా రోజుల తరబడి, నెలల తరబడి, సంవత్సరాల తరబడి, పాద్యమ్మంచి సాయంత్రం వరకు ఒక యంత్రంలాగా పనిచేసే స్త్రీ కన్నా మనం ఏ విధంగా గొప్ప పనులు చేస్తున్నాం? గొప్ప బాధ్యతలు నిర్వర్తిస్తున్నాం? ఔగా పండుగాస్తే - బంధువులు, స్నేహితులు మరింత హడావుడి ...

ఈ విధమైన అలోచనా విధానం మనకి స్త్రీ పట్ల సామభూతినీ, గౌరవాన్ని కలుగజేస్తుంది. ఆ సామభూతి, గౌరవమే ప్రేమగా మారుతుంది. ఆ ప్రేమ జీవితంలో మనం ఆమె మీద ఆధారపడేలా చేస్తుంది. అది ఆమెకి గొప్ప సంతృప్తినిస్తుంది. మనకి బలమైన సెక్యూరిటీఫీలింగ్ కలుగజేస్తుంది. ఆ విషయం పురుషుడు అర్థం చేసుకోగలిగితే జీవితంలో యింతకన్నా గొప్ప ప్రశాంతత వుంటుందా?

భార్యలో మొదలయిన ఈ అండర్స్ప్యాండింగ్ ప్రపంచంలో ప్రతి వ్యక్తితోనూ కలగాలి. అలా కలిగించుకున్న రోజున మనకి ఎవరితోనూ శత్రువుం వుందదు. ప్రపంచం అంతా ప్రేమమయంగా కనిపిస్తుంది.

తన భార్యకి కూడా కాస్తో కూస్తో తెలివీతెలున్నాయని, ఆమె కూడా అలోచించగలదని తెలుసుకున్న మగవాడు ప్రపంచంలో అవతలి వ్యక్తుల వద్ద ఏ జ్ఞాన సంపద వుందో తెలుసుకోగలుగుతాడు. తన కవసరమైనప్పుడు వారినుంచి దానిని తీసుకోగలుగుతాడు

\* \* \*

పైన చెప్పిన పది పాయింట్లు కాక నాకు బాగా నచ్చినది మరొకటుంది. దాన్ని ఒక రచయిత చెప్పాడు. అయితే ఇది + పాయింట్ కాదు. (పైనన్) పాయింటు.

“మన ఉనికి అవతలివారికి అనందప్రదంగా వుండాలంటే మనం గొప్ప విజ్ఞతతో తొణికిసలాడవలసిన అవసరం లేదు. మన పేభూషలు, మన ఉన్నతి, మన సంభాషణా చాతుర్యం యివేచ్చి కావు అవతలివారిని ఆకట్టుకునేవి! చాలా చిన్న చిన్న విషయాలే అవతలి వ్యక్తికి మన పట్ల సంతృప్తినిగానీ, అసంతృప్తినిగానీ కలుగజేస్తాయి” అంటాడు చార్టెన్ న్యూటన్. దీనికి ఉదాహరణగా మన ఆపోర్పుటలవాట్లు గురించి చెప్పాడు.

పాద్మనాథ్, టిపెన్ ... మద్యాహ్నాం భోజనం ... సాయంత్రం టీ ... రాత్రికి డెన్నరు ... ఇమి మనిషికి చాలు! ఆ మాటక్కస్తే ఇవెన్కువ. మరికంతమంది ఎందుకు ఎప్పుడూ వేరుశంగపస్తు నుంచీ ఐన్స్క్రిముల వరకూ తింటూ వుంటారు? ఎప్పుడో ఒకప్పుడు ఒక అందాన్నిచేసే చర్యలాగా కాకుండా, ఈ చిరుతిండిని ఒక ‘అవసరం’గా ఎందుకు మార్పుకుంటారు? అని ప్రత్యుషిస్తాడు. అంతేకాదు. తినేటప్పుడు నోటితో పెద్ద శబ్దం చేయటం, తిన్న తర్వాత బ్రేమని తేస్తుటం మొదలయినవస్తే మనిషి ఆత్మావగాహనా రాపాత్మానికి తూలి మెట్టుగా యా రచయిత చిత్రికరిస్తాడు. అలాగే కుటుంబపట్టులతో కలిసి భోజనం చేస్తుటప్పుడు అవతలివారిని చులకన చేసి మాట్లాడటం, కోపం వచ్చేలా మాట్లాడటం కూడా సంస్కర రాపాత్మానికి నిదర్శనాలు అంటాడీ రచయిత. ‘అందంగా భోజనం చేయటం కూడా ఒక కళ. మనిషి ఎదుగుదల యిక్కడినుంచే ప్రారంభం కావాలి’ అని నొక్కి వక్కాటిస్తాడు.

\* \* \*

మనిషి యొక్క నేరురితనాన్ని నాలుగు రంగాలలో గుర్తించవచ్చు. 1. భోజన విధానం. 2. పేకాడే విధానం. 3. వాహనం నడిపే విధానం. 4. శృంగారం. ఈ నాలుగింటిలోనూ రిభైక్స్ వున్నాయి. రిభైక్స్ యాక్స్ అనేది మనిషి యొక్క విజ్ఞానాన్ని, చురుకుదనాన్ని సూచిస్తుంది.

1. పేకాటలో ఒక కార్బూనేయుటానికి రెండు మూడు నిముషాలు ఆలోచించేవాడు - తన turn రాటానికి ముందే తన ఆట మీద పూర్తి అవగాహన సంపాదించలేనివాడు అయి వుంటాడు. ఏ ముక్క వస్తే ఏ ముక్క కొట్టలో ముందే ఒక ప్రణాళిక ప్రకారం రూపొందించుకోలేకపోతే జీవితంలో కూడా నిర్ణయాలు తీసుకోవటానికి అంతే అలస్యమవుతుంది.

2. అదే విధంగా వేగంగా భోజనం పూర్తి చేయటం మనిషి యొక్క చురుకుదనాన్ని సూచిస్తుంది అని చెప్పు ఒక సైకాలజిస్టు, రష్యా విష్ణువాన్ని ముందుకి నడిపిన లెనిన్ యొక్క ఆహారపుటలవాట్లనీ ఆర్యాణంగా చెప్పాడు. లెనిన్ కేవలం ఖదు నిముషాలలో తన భోజనాన్ని ముగించేవాడట.

3. ఆదవాళ్ళు స్వంతంగా నడిపే కార్బూక్టర్స్ ప్లైటల్లు త్వరగా అరిగిపోతాయి. కారణం వారికున్న టెస్ట్. అదే విధంగా కారు నడుపుతున్నప్పుడు ఎక్కువసార్లు బ్రేకులు చేయకుండా, తన పక్కన కూర్చున్నప్పాడికి ఏ మాత్రం టెస్ట్ పెరగుండా కారు నడిపేవాడు - తన మీద ఆధారపడే వాళ్ళని గమ్యానికి ఒడిదుడుకులు లేకుండా తీసుకువెళ్ళగలుగుతాడు.

4. రొమాన్స్ పిషటం యీదే పుస్తకంలో మరొక అధ్యాయంలో చర్చిస్తాను.

\* \* \*

రైలులో ప్రయాణం చేస్తూ, అమృకానికి వచ్చిన ప్రతి తినుబండారాన్ని కొని ఎదుటివాళ్ళు చూస్తూ వుండగా, నోరు బావురు కప్పలా తెరుచుకుని, పెద్ద శబ్దం చేస్తూ తినేవాళ్ళని మనం గమనిస్తునే వుంటాం. తిండి అనేది ఒక అవసరం మాత్రమే. అప్పుడుపుడూ అది ఒక ఆనందప్రదమైన చర్య అయితే అవుతుంది. కానీ, అనుక్కణం అది మన జీవితంలో ఒక భాగం కాదు. ఈ విధంగా తినటం, చూసేవాళ్ళకి ఏవింపు కలగటమే కాక, కొండరికి బాధ కలిగిస్తుందని - మరొక కోణాన్ని కూడా భార్టెన్ నూటాన్ స్ట్రించాడు, ఇది నా హ్యాప్యూరయానికి చాలా గట్టిగా హత్తుకుంది. ఎదుటివాడు చూస్తుండగా మనం తినటం - అవతలివాడి జేబులో డబ్బులైన్లేకపోతే అతడికి ఎంత బాధాకరమో యా రచయిత హ్యార్ట్యంగా వివరించాడు.

ఒక వ్యక్తి గొప్ప స్టోయికి వేరటానికి, - ఇలాంటి చిన్న చిన్న విషయాలకీ సంబంధం ఏమిటి అన్న అనుమానం మీకు రావచ్చు. ఈ ప్రకరణపు మొట్టమొదటటి వాక్యాన్ని మళ్ళీ యింకోకసారి వెడవండి, పెద్ద అనకట్ట కూడా మొదటి వునాదిరాతితోనే

ప్రారంభమవుతుంది. ఇలాంటి చిన్న చిన్న సంపూరణలే మనం అభివృద్ధి పథంమైపు వెళ్ళటానికి తోడ్పుడుతాయి.

\* \* \*

ఇప్పుడు ఈ అంకాలన్నీ ఆధారం చేసుకుని మన రథాన్ని గెలువునైపు మలుపు తిప్పటానికి, సమస్య అనే శత్రువుని గెలవటానికి మనకున్న ఆయుధాలేమిటో పరిశిల్దాం.

మన ఆయుధాలన్నీటినీ మూడు విభాగాలలో చేర్చవచ్చు. అవి 1. ఆత్మవాహన

2. మానసిక వ్యాయామం 3. పరిణామి.

ఒక్కొక్క విభాగంలోనూ మనం సమకూర్చుకోవలసిన ఆయుధాల గురించి యిప్పుడు తెలుసుకుండాం. పూర్వం యుద్ధంలో గజ బలం, అశ్వబలం, పదబలం వున్నట్టే మన యుద్ధంలో ఆత్మవాహన, మానసిక వ్యాయామం, పరిణామి అన్ని మన వ్యాప్తాన్ని రూపొందించుకోవటానికి తోడ్పుడే మూడు బలాలు. పాటికి బాణాలు, తుపాకులు, ఫిరంగులు మొదలయినవాన్ని ఆయుధాలవుతాయి. ఈ ప్రాతిపదిక మీద మనం మన ఆయుధాన్ని (శక్తి సామర్జ్యాలని) విశ్లేషించుకుండాం.

1. ఆత్మవాహన

- తర్వాత
- దృక్కుధం
- ఆన్సేపణ
- ట్రైమ్ సెన్స్ (ట్రైమ్ మానేజ్మెంట్)

2. మానసిక వ్యాయామం

- జ్యాపకశక్తి
- వయస్సు/పిజిక్/అందం
- పోస్యం/రిలాక్సేషన్
- రొమాన్స్

3. పరిణామి

- రిస్క్ తీసుకోగల్గటం
- నిర్వహణ
- అంకితభావం

తరువాతి అధ్యాయంలో మనం వివరంగా పైన చెప్పిన ఈ ఆయుధాల గురించి చర్చిద్దాం.

జీవితమంటే పక్కాక్షని లభిగమించటం కాదు.  
మనశ్శి మనం అభిగమించటం.

### రండో అధ్యయం

## ఆత్మవారమన్

**ఖ** గంతుడు మేఘాన్నిచ్చాడు. సంతోషించాడు. తుఫాను వచ్చిందని విచారమందు? భగవంతుడు సూర్యుడినిచ్చాడు. సంతోషించాడు. తుఫానులాగే వడదెబ్బా తాత్మాలికం. భగవంతుడు జీవితాన్నిచ్చాడు. సంతోషించాడు. ఆనందం విలువ తెలియటం కోసమే బాధలనిచ్చాడు అని | గ్రహించాడు.

ఈ విధమైన ఆశాపూరితమైన ఆత్మపరిశోధనే మనిషిని నిత్యం ఆనందంగా వుంచుతుంది. వడదెబ్బలూ, తుఫానులు తాత్మాలికం. కానీ సూర్యుడు, మేఘాలు శాశ్వతం. అలాగే మన జీవితంలో బాధలు, కష్టాలు తాత్మాలికం. ఆనందమైక్కటే శాశ్వతం. ఇంత చిన్న విషయం మర్మిపోయి మనం అనవసరంగా బాధలకీ, కష్టాలకీ ఎక్కువ సమయం కేటాయించి విచారంలో బ్రతుకు వెళ్లిస్తూ వుంటాం.

నిజమైన ఆత్మపరిశీలన మనిషిని ఎప్పుడూ సంతోషింగా వుంచుతుంది. ఒకవేళ తప్పుడారిలో ప్రయాణించినా వెంటనే వెనక్కి వచ్చేసేలా పొచ్చరిస్తూ వుంటుంది.

జీవితంలో అప్పుడప్పుడూ మనం మనతో ఒంటరిగా గడపాలి అని కోరుకుంటాం. మనకంటూ ఎవరూ లేరిని, మనకి మనమే తోడుండాలని అనుకుంటూ వుంటాం. ఆత్మ పరిశీలనకు ఇది మొదటిమెట్టు. ముఖ్యంగా కష్టాలలో వున్నప్పుడు యిం భావం మనకి బలంగా కలుగుతూ వుంటుంది!! అయితే మనకి ఎవరూ లేరనుకోవటం వేదు, మనకి మనం వున్నామనకోవటం వేదు. ఎప్పుడయితే మనకి మనం తోడయ్యామో మనలోని అంతర్గత శక్తి ఒక 'జల'లా పైకి వస్తుంది.

మీరు గమనించారా? జీవితంలో ఏదైనా ముఖ్యమైన నిర్ణయం తీసుకోవలసి వచ్చిపుట్టో, లేక మనం కష్టంలో వున్నపుట్టో - ఎవరి దగ్గర ఎన్ని సలహాలు తీసుకున్నా, "అభిరి నిర్ణయం" మాత్రం మనమే తీసుకుంటాం! మన లాభప్పాలు, మన శక్తులు, మన బలప్పానతలు, మన మనశ్శాంతి - అన్నీ బేరీజా వేసుకుని, ఏ విధమైన నిర్ణయం

తీసుకుంటే మనం ఆ కష్టంలోంచి బయటపడగలమో (లేక ఏ విధంగా మనకు ఆ నిర్ణయం లాభిస్తుందో) మనమే అలోచించుకుని - తప్పేప్పే చివరి నిర్ణయాన్ని మనమే తీసుకుంటాం! అంటే మనలోనే ఒక లాయరు, డాక్టరు, వేదాంతి - అందరూ కలిసిన ఒక మిత్రుడున్నడన్నమాట. ఆభిరి నిర్ణయం తీసుకునేది ఆ మిత్రుడే ఆయినప్పుడు అతడిని మనం చాలా బలంగా, పటిష్టంగా వుంచుకోవాలి. అప్పుడే అతడు మనకి కరిక్యులున సలహా ఇష్టగలడు. ఆత్మావగాహన ఒక్కటి మనలోని 'మన'ని ఆరోగ్యంగా వుంచుతుంది.

అప్పుడప్పుడూ మనలోని మిత్రుడు అనారోగ్యం పాలవుతూ వుంటాడు. మన అలోచనా విధానంలోనూ, ప్రవర్తనలోనూ ఏదన్నా తప్పు జరిగినప్పుడు ఆ మిత్రుడు ఆ విధంగా ఆనారోగ్యం పాలవుతూ వుంటాడు. వెంటనే అతడికి మందులిచ్చి సరిచెయ్యాలి. ఆ ఔషధం పేరే ఆత్మ పరిశీలన.

ఇదే పుస్తకంలో మన బలప్పానతల గురించి మనం యింతకుముందే చర్చించుకున్నాం. శాండిం, మొహమాటం, భీతి మొదలయినవస్తీ మనలోని మిత్రుడికి అప్పుడప్పుడు వచ్చే రోగాలు, అన్నిటికన్నా పెద్దరోగం 'ఆత్మవంచన'. ఎయిండ్రులాంచి దన్వమాట. ఇందులో కొన్ని క్రానిక్ డిసేజెస్ (దీర్ఘకాల వ్యాధులు), కొన్ని తాత్మాలికమైనవి.

వేర్చే ర్యాథులకి వేర్చే ర్యాథు మందులుస్త్రేపకరకాల బలప్పానతలని తగ్గించటానికి రకరకాల అయుధాలున్నాయి. ఈ అధ్యాయంలో మనం వాటి గురించే తెలుపుకోబోతున్నాం. తర్వాత, అన్నేషణ, దృక్షధంత్రమ్ మానేజ్మెంట్ - ఆ ఆయుధాలు.

ఈ పుస్తకం గురించి మీరు మీ మిత్రులకు చెప్పారనుకోండి. "ఆ... ఏముంది ఏదో ఇంగ్రీషు పుస్తకానికి కాపే అయి వుంటుంది" అనో - "నవలల మార్కెట్ తగ్గిపోయాక రచయితలందరూ యిలాంటి సూడో వ్యాప్టికాల మీద పడ్డారు" అనో ఆ మిత్రుడు అన్నాడనుకోండి. మీరూ నవ్వేసి వూరుకున్నరనుకోండి. మీ మిత్రుడు ఈ పుస్తకాన్ని చదవలేదు. అతడికి అప్పటికే ఒక ఆభిప్రాయం వుంది. ఆ ఆభిప్రాయం సరి అయినదా కాదా అన్న విషయాన్ని అతడు పుస్తకాల పరిశీలించుకోలేదు. అతడికా అవసరం కూడా లేదు. తాను నమ్ముతున్నది తనకి ఆనందాన్నిస్తున్నప్పుడు ఆ ఆనందంలోనే అతను వుంటాడు. ఆ వృత్తంలోంచి బయటపడటానికి చేసే ఆత్మవిశ్లేషణే ప్రగతి. ఆ మిత్రుడితో మీరు వాదిస్తారా లేదా అన్నది పక్కన పెడడాం. వాదన అన్నది త్రైమ్ మేనేజ్మెంట్లోకి వస్తుంది. ప్రస్తుతం మనం మన గురించి చర్చించుకుందాం.

విన్యంటపీల్ సుంచి డెల్ కార్పు వరకూ ఎంతోమంది మానసిక విశ్లేషణ పుస్తకాలు ప్రాశారు. ఏ పుస్తకంలో అయినా ఇటువంటి అంశాలు ఈ విధంగా వున్నాయా? నాకు తెలిసినంతలో లేవు. ఇది ఒక రకంగా నా ఆత్మకథ. ఆత్మకథ కూడా ఏదో ఇంగ్రీషు పుస్తకానికి కాపే అని వాదించే మిత్రులుండటం దురద్వాకరం. ఆ మిత్రుడు మ....న....లో....నే వున్నాడనుకోండి. తర్వాత ఆతడిని ఎదుర్కొనాలి. నిజాన్ని అన్వేషించాలి. అప్పుడు సరి విజయాన్ని పడు మొట్టు —

అయిన దృక్కథం అలవడుతుంది. మంచి ఆత్మపరిశీలన ద్వారా మనలోని ఇలాంటి వ్యక్తిని మనం మందలించగలిగి వుండాలి. ఇక్కడ త్రిమ్ మేనేజ్మెంట్ వర్తించదు. ఆత్మ పరిశోధనకి త్రిమ్ మేనేజ్మెంట్ ఏమిటి నా మొహం.

\* \* \*

ప్రతి మనిషిలోనూ ఇద్దరు వ్యక్తులుంటారు. ఒక వ్యక్తి ఎక్కువగా త్రమెంచటం ద్వారా ఆనందం పొందుతాడు. మరొక వ్యక్తి పూర్తిగా రిలాక్స్ వటం ద్వారా ఆనందం పొందుతాడు. ఇవి రెండూ రెండు వేర్చేరు ప్రీతులు. ఈ రెండు ప్రీతులనీ బెస్ట్ కాంబినేషన్లో కలపగలిగితే మనం విజయం సాధించినట్టే, ఎంత శ్రమపడతామో అంత రిలాక్స్ అవగలిగి వుండాలి. రెండూ ఒకే సమయంలో చేయగలిగితే అంతకన్నా అత్యుత్సమమైన ఫీతి మనిషికి మరొకటి వుండదు.

మనిషి యొక్క అత్యక్షి సంబంధించిన శక్తులన్నిటినీ అంతరాత్మ అదీనంలో వుంచగలిగితే అదే స్వస్తమైన విజయం అని భాద్యన్ న్యూటన్ అంటడాకచోట.

అంధ్ర బ్యాంక్ లో చివ్ ఆఫీసర్గా పనిచేస్తున్న రోజులలో బ్యాంక్ తరఫున ఒక వ్యక్తిత్వ వికాస కోర్సుకి నన్ను పంపడం జరిగింది. ప్రారంభోత్పం అయిన తర్వాత ఆ కోర్సు డైరెక్టరు ఒక టేచరికార్డర్లో ఇంగ్లీషు మ్యూజిక్ పెట్టి మమ్మలుందరినీ డాన్ చెయ్యమన్నాడు. ఆ కోర్సుకి హాజరయిన వాళ్ళందరూ ఉన్నత స్టానంలో పున్న అధికారులు బి.పెచ.ఇ.ఎల్. జనరల్ మేనేజర్ డగర్చుంచీ మారుతి కార్డ్ మార్కెచింగ్ డైరెక్టర్ పరమా వున్నారు. సేగ్గు వల్లనో, బిడియం వల్లనో, ఈ వయసులో డాన్సులేపిటి అన్న ప్రిస్టేజీ వల్లనో ఎవరూ మందుకి వెళ్లలేదు. మమ్మలుందరినీ తను ఎందుకు అలా కోరాడో వివరిస్తూ “మనలో ఒక బలహీనత పున్నపుడు, దానని అదిగమించబానికి చేసే తోలి ప్రయత్నానికి ఇది ఉదాహరణ. ఏదన్నా ఒక పని చెయ్యపలనే వచ్చినపుడు ఎవరేమను కుంటారో” అవి కాక, మనమీ పని చెయ్యగలమా లేదా అన్నది మాత్రమే అలోచించాలి” అంటూ వివరణ యిచ్చాడు. ఒకరూకర్మే కుర్చీలలోంచి లేచాము.

\* \* \*

ఆత్మపరిశీలన అంటే మన అపోన్ని మన కంట్రోల్లో వుంచుకోవటమే.

తనలోకి తను ప్రవేశించి పరిశీలనచేసుకోవటం - అన్న విధానానికి మహాత్మాగాంధీ చాలా ప్రాముఖ్యత నిచ్చాడు.

“In the interest of self appraisal, self analysis and introspection that I used to fast at regular intervals and observe total silence once in a week” (నా ఆత్మ పరిశీలన కోసం వారానికాకసారి ఉపవాసంతో హానంగా, నిశ్శబ్దంగా నాతో నేను గడువుతాను) అంటాడు మహాత్మాగాంధీ. ఆ నిశ్శబ్దంలో మనకి మనమే తోడుతాం.

యండమూల వీరేంద్రనాథ్

మనము, మన మిత్రుడు కలిసి సంభాషించుకుంటాం. చర్చించుకుంటాం. ఒకళ్ళ తప్పులు ఒకళ్ళ ఎత్తి చూపించుకుంటూ భవిష్యత్తే ప్రణాళికలు నిరిగ్మించుకుంటాం. ఇదే మహాత్మాగాంధీ చెప్పింది.

అందుకే నేను దాదాపు నా ప్రతి రచనలోనూ డైరీ ప్రాయటం యొక్క ఆవశ్యకత గురించి చెప్పు వుంటాను. మూడు నెలలలో, ఆరు నెలలలో, సంవత్సరానికి ఒకపారి పాత డైరీలన్నీ తిసి ఒకపారి చదువుకోవటం ద్వారా మనం విశ్లేషణ చేసుకోవచ్చు. ఏమి వ్యక్తులతో ఎలా ప్రవర్తించాం, ఎవరిని మానసికంగా హింసించాం, ఎవరిని ఇఖ్యందిపెట్టాం. మనం ప్రవర్తించిన విధానంలో కాకుండా మరో రకంగా ప్రవర్తించి వుంటే ఎంత భావందేది అన్న పిషయాలన్నీ యింగా డైరీల వల్ల తెలుస్తాయి. మన గతాన్ని ఒక తిలిడమోస్ట్రోవ్లో చూపించే సాధనం డైరీ. డైరీ ప్రాయటం అంటే మన గురించి మనం కొంత సమయాన్ని కేటాయించుకోవటం అన్నమాట. మన గురించి మనం సమయాన్ని కేటాయించుకోవటంకన్నా ముఖ్యమైన పని మరేమీ లేదు కదా?

మనలోని మూడునుమ్మకాలని వదిలేసి, ఆర్కికంగా ఆలోచించి, కొత్తకొత్త సిద్ధాంతాలని నిరిగ్మించుకోవటమే ఆత్మపరిశోధన. ప్రద్రశాల్ ప్రాసిన కొత్తలో నాస్తిక సంఘానికి చెందిన ఒక ప్రముఖుడు నన్నబినందిస్తూ “చాలా బాగా ప్రాశావు. భక్తి పేరిట ఎంతో సమయాన్ని, డబ్బునీ వృద్ధా చేసుకుంటూ ఆధారపడే మనస్తాప్నాన్ని అలవర్యుకుంటున్న యింగా ప్రజలకి నీ నవల ఒక కనుపు కావాలి” అన్నాడు. నేను ఏకీభవించలేదు. “మీరు నా పాయింటని సరిగ్గా అర్థం చేసుకోలేదనుకుంటాను. సెలవులలో భార్యాపిల్లలని తిసుకుని తిరుపతి వెళ్ళి దేవుణ్ణి దర్శనం చేసుకుంచే ఒక మనిషికి ఎంతో తృప్తి కలుగవచ్చు. తిరుపతి ప్రయాణం అతడి భార్యా పిల్లలకి కూడా ఎంతో ఆహ్లాదాన్ని కలిగించవచ్చు. నేను చెప్పేదేమటంటే ఎంతో ఇర్చు పెట్టి, రైలులో టిక్కెట్లు రిజర్వేషను లేక యింగా పెట్టి పడుతూ అంత దూరం ప్రయాణం చేసి అక్కడ సరిఅయిన వసతి దౌర్కా, ఆ తోక్కెసలాటలో దేవుడిని ఆరక్షణం పాటు దర్శిస్తే తృప్తి కలిగుమా నిజమే. కానీ అదే డబ్బు ఇర్చు పెట్టి ఏ నాగార్జునసాగరో వెళ్ళి బుద్ధుడి గురించి, నాగార్జునుడి గురించి, వారి పీలాస్పీ పిల్లలకి వివరిస్తూ, అక్కడే క్రూస్ నది ఒడ్డున వున్న ఒక గుడిలో దేవుడిని దర్శనం చేసుకుని వస్తే కూడా భార్యాపిల్లలకి అంత సంతృప్తి లభిస్తుంది. అలా ఆదా చేసిన డబ్బు అనాధలకి పంచి పెడితే పుణ్యం కూడా వస్తుంది. మానవసేవ కన్నా గొప్పది మరొకటి లేదు కదా!” అని జపాబిచ్చాను.

“ఈ విధమైన ఆలోచన దృక్కథం తృప్తి యొక్క రిలెటివిటీని శాసిస్తుంది. భగవంతుడు అన్నిచోట్లా వున్నాడు అనుకుంటే ఆ ప్రయాణం కన్నా యింగా ప్రయాణం మరింత ఆహ్లాదకరంగా సాగుతుంది. పైగా తోక్కెసలాటలు, కుమ్ముకోవటాలు కూడా వుండవచ్చు. ఈ స్థాయి నుంచి మరొక మెట్లు ఎదిగితే దేవుడి మీద ఆధారపడటం మానెసి,

విజయాశికి పదు మెట్లు

233

సాటి మనిషికి సేవనేయటంలో మరింత ఎక్కువ త్వస్తి లభించే స్థాయికి మనిషివెళతాడు - అని నేను అనుకొంటున్నాను. దేవుడు, భక్తి, దయ, ధానం - ఇవన్నీ అంతర్లేనంగా మనలో జీర్ణించుకుపోయి వున్నాయి. మనసుని ప్రశాంతంగా వుంచేది భక్తి అయినప్పుడు, ఆ భక్తి యొక్క గమ్యం దేవుడు అయినప్పుడు దానిని వరులుకోవటం దేవికి? అదే త్వస్తి మరింత అఫ్సోదుగా ఎలా పాండవచు అని ఆలోచించుకోగలిగితే చాలు అనుకొంటున్నాను. ఆ విషయమే నేను పద్మశాలలో "ప్రాశాను" అన్నాను. ఆయన నా ఆభిప్రాయాలతో ఏకీభవించకపోయినా అప్పబీకీ, యిప్పటికీ నేను ఇదే సిద్ధాంతాన్ని నమ్ముతూ వస్తున్నాను.

\* \* \*

"లోభము, అత్యాశ, శాస్త్రము, కోపము, గర్వము అనే అయిదూ మనిషికి ముఖ్యమైన శత్రువులు" అని ఒక చైనీస్ సామెత వుంది. ఆత్మవిమర్శ ద్వారా ఈ అయిదు శత్రువులనీ మనం గెలవచు.

తన గురించి తను ఆలోచించుకోవటమంటే వగటి కలలు కనటం కాదు. అసార్ధమైన పనులలో విజయాన్ని ఊహించటం పగలికల. సార్ధమయిన విజయాలని ఎలా సాధించాలి అని ఆలోచించటం వాప్పవమైన కల. ఈ తేడా తెలుసుకోగలిగి వుండాలి.

మన జీవితం చాలా చిన్నది. ఒకసారి మాత్రమే మనం తప్పు చేసే అవకాశం ఇస్తుంది. మన జీవితం ఎంత చిన్నదంటే ఒకే తప్పుని రెండుసార్లు చేస్తే అది మనల్ని క్షమించదు. ఏదో పుస్తకంలో ఒకచోటు నేను ప్రాశాను - స్వాచ్ఛర్ణసేర్పుకున్న వ్యక్తి ఎప్పుడో ఒకసారి కొత్తలో యాక్సిడెంట్ కి గురవటం సహజం. అలా యాక్సిడెంట్కి గురి కాకముందు అమితమైన విశ్వాసంతో, కాస్త అహంభావంతో చాలా వేగంగా స్వాచ్ఛర్ణ నడుపుతూ వుంటాడు. యాక్సిడెంట్ అయిన తర్వాతే అతడికి "నేమ్ముది" అలవాటవుతుంది. ప్రతి మనిషికి యిలాంటి యాక్సిడెంట్ జీవితంలో ఎప్పుడో ఒకప్పుడు జరుగుతూ వుంటుంది. అయితే ఆ యాక్సిడెంట్ యొక్క పరిగామం అతడి ఆదృష్టం మీద ఆధారపడి వుంటుంది. ఒక వ్యక్తికి చెయ్యి చిన్న ప్రాక్టరై నెలరోజులలో తిరిగి మామూలు మనిషి కావచ్చు. ఒక దురదృష్టమంతుడికి తల ప్రాక్టరుయి జీవితాంతం ఆ నొప్పితో బాధపడాలి) రావచ్చు. ఒకే తప్పు ఇద్దరూ చేసినా దాని పలితాలు వేర్చేరుగా వుండవచ్చు. చిన్న ఆక్సిడెంటులో త్వీంచుకోగల్లటం అదృష్టం. అసలు యాక్సిడెంట్ జరగకుండా వుండాలంటే వేగంగా నడుపుతూ ప్రమాదానికి లోనయినవాడి జీవితాన్ని పరిశీలించి దాన్ని మనకి మనం ఆస్యాంచుకుని, మన తొందరపాటుని తగ్గించుకోవాలి. ఇది ఉత్తమం. కానీ ప్రమాదం జరిగితేనే కదా అనుభవం వచ్చేది. రెండోసారి రాకుండా చూసుకోవాలి. బాంక్ అఫీసర్గా పనిచేస్తూ ఒక కష్టమర్ తీస్తున్న సినిమాకి కథ ప్రాయటం నన్ను చాలా

యిబ్బందిపాలు జేసింది. ఆ యిబ్బందిలోంచి బయటవడటానికి పన్నెందు సుదీర్ఘమైన సంవత్సరాలు పట్టింది. ఈ విధంగా ఒక్కసారి మనకి తలియని ప్రమాదాలలోనే మనం ఇరుక్కుపోతూ వుంటాం. లొంగర తొంగరగా మెట్లు ఎక్కి పైకి వెళ్లిపోదాం అన్న ఆశ ఒక్కసారి కాలుజారేలా చేస్తుంది. అదే మనం తెలుసుకోవలసింది.

\* \* \*

"స్క్రెట్ ఆఫ్ స్క్రేప్"లో రచయిత ఒక ఆరేబియన్ సామెత గురించి ప్రస్తావిస్తాడు. ఆ సామెత ప్రకారం మూర్ఖుడు ఆరు రకాల గుణాలు కలిగి వుంటాడట.

ఒకటి : కారణం లేకుండా కోపం తెచ్చుకోవటం.

రెండు : అవసరం లేకుండా మాట్లాడటం.

మూడు : ఎదుగుదల లేని మార్పుని ఆచిలపించటం.

నాలుగు : అవసరం లేని విషయాలలో తలదూర్జటం.

పదు : తెలియని వ్యక్తి మీద నమ్మకం వుంచటం.

అరు : శత్రువని స్నేహితుడిగా బ్రహ్మించటం.

ఆత్మవగాపానకీ, వ్యక్తిత్వానికి చాలా దగ్గర సంబంధం వుంది. "నిన్న నువ్వు తెలుసుకో" (Know thy-self) అని చాలాకాలం క్రితమే సోక్రటీస్ ప్రాశాడు. జీవించటం ఒక కళ అని తెలియాలన్నా, ఒక రంగంలో రాణించాలన్నా మనిషికి తన గురించి చక్కటి అవగాహన వుండాలి అని సోక్రటీస్ తెలుసుకున్నాడు. అందుకే ఆతడోక మేధావి, నేడాంతి అయ్యాడు.

'పార్డ్ ఆఫ్ పిలాసపీ' అనబడే యా సోక్రటీస్ చెప్పిన సిద్ధాంతం మనం గుర్తించాలి. అప్పుడు మన గురించి మనం తక్కువ అంచనా వేసుకోము. ఎక్కుడయితే మన పట్ల మనం నమ్మకం పెంపాందించుకోలేమో జీవితంలో చాలా భాగం. (కొండాకచో మరణించేవరకు) బలహినంగా, వ్యక్తిగం లేకుండా వుండిపోతాము. మంత్రగాఢ్ దగ్గరికి, బాబాల దగ్గరకి, హిష్పులిస్టుల దగ్గరకి, సెక్సు సెప్పలిస్టుల దగ్గరకి చాలామంది మనములు వెళ్లి కూలో నిలబడతారు. వీళ్లందరూ తమ మీద తమకి నమ్మకం లేక, ఈ మేధావులమని బోర్డు తగిలించుకునే వారి దగ్గరకి వెళ్లి, మానసికంగా ఆశయం పాందుతూ వుంటారు. ఇదంతా ఉచితంగా జరిగేద్దితే ఫరవాలేదు. కానీ కన్సోలేషన్ కోసం తాము సంపాదించిన డబ్బుంతా వీళ్ల చేతుల్లో పేసి బాగువడామనుకుంటారు. బాగువడతారు కూడా. డబ్బు మాత్రం ఖర్చె కదా! - అసలు రోగమే లేనప్పుడు.

మన పరిశీతినీ, మన సమస్యనీ మనం సరిగ్గా ఆర్థం చేసుకోగలితే యిలాంటి కన్సోలేషన్ అవసరం వుండవు. సలహాతీసుకోవటం వేరు. లేనిజబ్బులని అపాదించుకుని వాటి చికిత్స కోసం డబ్బు ఖర్చు పెట్టటం వేరు. ఎప్పుడయితే ఒక మనిషికి వ్యక్తిత్వం

విజయానికి పదు మెట్లు

235

లేకుండా పోతుందో మరొక బలమైన వ్యక్తిత్వం వున్న మనిషి అతడిని డామినేట్ చేయటానికి ప్రయత్నిస్తాడు. అతడు స్వీర్పరుడైతే ఇతడి యొక్క శ్రమానీ, డబ్బునీ అన్నటినీ దోచుకుంటాడు. తన జ్ఞానంతో, ఉచితంగా సలహాలిచ్చేపారు ఎంతమంది వున్నారు?

తన శక్తులని తాను తెలుసుకోవటం అనే కళ కొంతమందికి జీవితంలో త్వరగా వస్తుంది, కొంతమందికి అలస్యంగా వస్తుంది. మరికొంతమందికి అసలు జీవితం మొత్తంలో రానేరాదు. జీవితం మొదల్లోనే ఇటువంటి స్థాయిని పాండగలిగిన వ్యక్తులు సాధారణంగా ఉన్నతులవుతారు. అయితే వీరు త్వరలోనే నేడాంతులయ్యే ప్రమాదం కూడా వుంది. మరికొంతమంది కొంతభాగం జీవితం అయిపోయిన తర్వాత తెలుసుకుంటారు. అయినా ఫరపాలేదు. అప్పటినుంచీ జీవితాన్ని గొప్పగా నిరిగించుకోవచ్చు. దీనికి మంచి ఉదాహరణ వార్యికి.

జీవితపు మధ్య నయసులో ఈ స్థాయి వచ్చన వాళ్ళు తమ పూర్వపు జీవితపు మొనాచీనీ పోగొట్టుకొని మధ్యాహ్నపు సూర్యుడిలా వెలిగిపోతారు. వీరు సాధారణంగా తత్కావేత్తలు, వ్యాపారవేత్తలు, ప్రవక్తలు, ఉపయానకులు, కళాకారులు, క్రీడాకారులు అవుతూ వుంటారు.

ఏగమ్యాన్నికొని ఎన్నో దారులుంటాయి. సరిఅయిన దారిని వెతికి పట్టుకోగలగటమే జీవితం. ఈ ఉదాహరణా చూడండి.

ఒక కుర్రవాడు క్లాసు పరీక్షల్లో పెయిలయ్యాడనుకుండా. దానికి కారణాలు ఏమైనా కావచ్చు. 1. అతడికి తలివితేటలు లేకపోవటం. 2. చదివినదాన్ని గుర్తుంచుకోలేక పోవటం. 3. లక్ష్మర్ చెప్పిన దాన్ని అర్థం చేసుకునే శక్తిలేకపోవటం. 4. ఏకాగ్రతతో కూర్చుని చదివే ఓర్చు లేకపోవటం. 5. తాను ప్రాయుదలచుకున్న ఆన్సర్ని ... తన పేపర్ దిద్దే లక్ష్మర్కి అర్థమయ్యేలా ప్రాయులేకపోవటం. 6. తను ప్రాసిన ఆన్సర్ పీటలోంచి కొన్ని కాగితాలు పారపాటున జారిపోవటం - ఇలాంటి కారణాలు ఎన్నో వుంటాయి.

ఒక పరీక్ష ఫాయిలవటానికి యెన్ని కారణాలున్నప్పుడు జీవితంలో బీటమికి యింకా ఎన్నోరకాల కారణాలుండవచ్చు. మనం ఎందుకు బిడిపోతున్నామో తెలుసుకోవటమే మనం చేయవలసిన పని. ఔర్కు ఉదాహరణలో - ఆ పరీక్ష ఫాయిలయిన ఆ విద్యార్థి తనను తాను ఆత్మశోధన చేసుకుని యా క్రింది విషయాలు తెలుసుకున్న డనుకుండా. 1. లక్ష్మర్ చెప్పింది తన కర్మమయింది. 2. తనకి పారమంతా గుర్తుంది. 3. ఏ విధమైన నెర్వునీనే లేకుండా తన పరీక్ష ప్రాశాడు. అయినా ఫాయిలయ్యాడు - ఈ విధంగా వివరణ యిచ్చుకుంటే అతడికి అసలు కారణం బోధపడుతుంది.

“తాను అర్థం చేసుకున్నదాన్ని లక్ష్మర్కి అర్థమయ్యేలా ప్రాయులేకపోవటమే తన పరీక్ష పోవటానికి కారణం” అని.

అప్పుడు మిగతా మూడు రంగాలలో ప్రమ తగ్గించి, ఆ శక్తినంతా నాలుగో అంశం కోసం వినియోగించాలి. విద్యార్థి ఆ రకంగా చేసినప్పుడు మరి పరీక్ష పెయిలవటమంటూ వుండదు. ఇదే ఉదాహరణ జీవితానికి కూడా వరిస్తుంది.

ఈ విశ్శం అన్నదే ఒక గొప్ప మాస్టర్ బ్రెయిన్. ప్రకృతి దానియొక్క రూపం. ఈ మాస్టర్ బ్రెయిన్ మనందరిని శాస్త్రమైంది. దురద్వాహాత్తు దేవుడి మీద నమ్మకాన్ని పెంచుకున్న చాలామంది ప్రకృతి మీదా, ప్రపంచపు అందాల మీదా, చివరకి తన మీదా నమ్మకాల్ని పెంచుకోరు. దేవుడు స్ఫ్యూంచిన ప్రకృతిలో తనూ ఒకభాగమేనని మర్పిపోతూ వుంటారు. జీవితం కూడా ప్రకృతిలో ఒక భాగమే. ఈ విషయం గురించి ప్రేమ అన్న నవలో వివరంగా చర్చించటం జరిగింది. కావల్సిందల్లా ఆత్మశోధన - ఆత్మావగాహన.

ఈ ఆత్మావగాహన అనేది నాలుగు రకాల అంశాలపై ఆధారపడి వుంటుంది. అప్పుడు ఆ నాలుగు అంశాల గురించి చర్చిద్దాం.

## తర్వాత

- మగవాళ్ళచోక్కు బోత్తాలు కుండివైన, అడవాళ్ళకి ఎడమవైపునా ఎందుకుంటాయి?
- టప్పిన్లోనూ, మిగతా అటలలోనూ '0' స్టోర్చుని 'లవ్' అని ఎందుకంటారు?
- ట్రైంక్ చేసే ముందు రెండు గ్లాసులనీ ఒకదానికొకటి తగిలించి ఎందుకు శబ్దం చేస్తారు?
- చాలా దేశాలలో పెట్టి కూతురు పెట్టి కొడుకుకి ఎడమవైపే ఎందుకు నిలబడుతుంది?
- పెన్నిశ్శు గుండుంగా కాకుండా పంచ భుజాలతో ఎందుకుంటాయి?
- ఖర్చు ఎక్కువ పెట్టించే వాడిని షైల్ ఎలిఫెంట్ అని ఎందుకు అంటాము?
- ఒకరినాకరు పూల్చు చేసుకోవటానికి ఏప్రిల్ 1వ తేదీనే ఎందుకు నిర్మయించారు?
- సాంద్రత ఎక్కువయ్యేక్కాద్దీ బరువు పెరగాలి కదా మరి సీటి మీద ఘన్ ఎందుకు తేలుతుంది?
- ఒక మనిషిలోని డి.ఎన్.పి. పోగులన్నీ విడచిస్తిని, ఒకదానికొకటి అతికిట్టే ఎంత పోడవైన దారంగా మారుతుంది?

పైప్రశ్నలలో మీరు ఎన్నిటికి సమాధానం చెప్పగలరు అన్నది కాదు ఇక్కడ సమస్య. అసలు ఇలాంటి అనుమానాలు మీకు కలుగుతున్నాయా లేదా అన్నది ప్రశ్న, చిన్నతనంలో మనం రకరకాల అనుమానాలతో పెద్దలని వేధిస్తూ వుంటాం. వయసు పెరిగే కొర్కె మనకి తెలియని విషయాలు అడగుతే ఎవరేమనుకుంటారో అన్న బిడియంతో కొన్నిటిని అడగము. ఒక్కసారి నిరాసక్త కూడా మనని యా విధంగా అనుమాన నివృత్తి

చేసుకొకుండా అడ్డుపడుతుంది. చౌపురంటు ప్రశ్నలేమా అని నవ్వుకుంటారన్న భయం. అయితే మనిషి మెదడు ఒక పుష్పక విమానం లాంటిది. దాన్ని జాగ్రత్తం చేసేకొద్ది అది మరింత ప్రభావితం అవుతూ వుంటుంది. తెలియని విషయాలు తెలుసుకోవాలన్న ఆసక్తి మనిషిని ప్రగతిపదంపై నడిస్తుంది. మనచుట్టూ వున్న విషయాలు పట్టించుకోకుండా గుడ్డిద్దు చేలో పడ్డట్టు జీవితాన్ని సాగిస్తే విజయం చేరువలోకి రాదు. నిరంతరం తర్వాస్తూ వుండాలి. మనిషి తర్వానికి, లెక్కలలో అతడి ప్రాపీణానికి దగ్గర సంబంధం ఉంది. లెక్కలు బాగా చేసే విద్యార్థులు ఎక్కువ తార్కికంగా ఆలోచిస్తారు. ఒక నీర్ణితమైన పద్ధతిలో కాకుండా తార్కికంగా ఆలోచించి ఆన్వర్ని రాబట్టే విధానం మనిషి జీవితంలో కూడా చాలా తోడ్డుపతుంది. ప్రతి మనిషికి లెక్కలేనన్ని సమస్యలుంటాయి. ప్రతి సమస్యకి ఒక నిర్ద్ధారితమైన పరిపూర్వం వుండదు. తార్కికంగా ఆలోచించి తన పరిపూర్వాన్ని తనే సాధించాలి. అందుకే మనిషి తర్వానికి చాలా ప్రాముఖ్యతనివ్వాలి. ఎప్పుడయితే మనిషి తార్కికంగా ఆలోచించగలిగాడో అతడు తనని డామినేట్ చేసే వ్యక్తుల నుంచి దూరంగా వుండగలుగుతాడు. తన మానసిక బలహీనతలని అవసరించాడు తనని దోషకునే ఆయుధాలుగా మార్పు చెందినవిదు.

మూడమ్మకాలని చీర్చిచెండాడే ఆయుధం 'తర్వాం'. మనం నమ్మినదే వేదమని గుడ్డిగా ఆచరించబం కన్నా నాణానికి అటువైపు ఏమందో చూడాలి అన్న అభిలాష తర్వానికి మొదటిమెట్టు. ఎప్పుడయితే మనకి జీవితంలో యి రకమైన ఉత్సవం మొదలయిందో అప్పుడు జీవితపు గాడి నుంచి కాస్త బయటకి వచ్చి పరిశీలించే ఆవకాశం లభిస్తుంది. ఆత్మావాహనికి యిది తోలిమెట్టు.

ఆగ్నేయం మూలలో నుయ్య వుంటే మనిషికి ఆరిష్టం జరుగుతుందంటారు. అలా మనిషికి ఆరిష్టం జరగడమే దేవుడి ఉద్దేశ్యమయితే అతడు ఆగ్నేయం మూలానీ, నీటినీ స్ఫైంచి వుండదు. మనిషితో దేవుడు యి రకంగా ఆడుకోవడం కర్మస్థాంతమయితే ప్రతిదీ కర్మ ప్రకారమే జరుగుతుంది. కేవలం ఆగ్నేయ మూల నుయ్య తప్పటం వల్ల జరగదు - అనేది తర్వాం. ఉత్తరంపై నుంచి ద్వీణంపై నుంచి గాలి బలంగా పీస్తుంది కాబట్టి ఇల్లు కట్టేటప్పుడు అక్కడ పెద్ద పెద్ద కిటికీలు వుంచాలి అన్నది తర్వాం.

మా ఇంటిని చూడటానికి వచ్చిన వాస్తు శాస్త్రజ్ఞుడు లోనికి ప్రవేశించగానే కెప్పున కేక పెట్టినంత పనిచేశాడు. "ఈశాన్యం వైపు వుండవలిసిన పంపు' నైరుతి వైపు పెట్టా, వెంటనే మార్చించు, లేకపోతే సర్వాశనం జరుగుతుంది" అని పోచ్చరించాడు.

"ఈ ఇల్లు కట్టి దాదాపు పది సంవత్సరాలయింది. పది సంవత్సరాలలో మాకే అరిష్టమూ జరగలేదు. అందరమూ చాలా హోయిగా వున్నారి" అన్నాను.

"ఎప్పుడు జరక్కుపోయినా భవిష్యత్తులో జరుగుతుంది" అన్నాడు.

"జీవితంలో ఎప్పుడో ఒకప్పుడు అరిష్టం జరక్కుమానదు. పది సంవత్సరాలు జరగనిది ఆ తర్వాత జరిగితే అది కేవలం వాస్తు తప్పు కట్టినందువల్ల జిగించి అని

నేనుకోను" అన్నాను. ఆ తర్వాత మేమిద్దరం మేడ మీది నా ఆపీసు గదిలో ప్రవేశించాం. ఆ గిరి చూసి "ఎప్పుడుమయింది - నీకు అరిష్టం ఎందుకు జరగలేదో" అన్నాడు. ప్రశ్నాకంగా చూశాను.

గదిలో ఈశాన్యం మూల వున్న అక్కేరియం (చేపల నీళ్ళతొట్టు) చూపిస్తూ "ఇదిగో ఇదే నిన్ను రక్షించింది" అన్నాడు.

"పది సంవత్సరాలుగా మాకే ఆరిష్టమూ జరగకుండా యి చిన్న నీళ్ళ తొట్టి రక్షించింది అంటే నాకు నవ్వాలో, ఏడవాలో తెలియటం లేదు" అన్నాను దిగులుగా.

"ప్రతి దానికి నువ్వు తర్వాం మాట్లాడతావు. గాలి ఆగ్నేయదిశగా ఇంట్లో ప్రవేశిస్తుంది. అటువైపు నుయ్య వుంటే అందులో విషపాయువులు చేరతాయి. అపి ఇంట్లో వ్యాపించి కుటుంబభ్యలకీ, నీకూ అనారోగ్యాన్ని తెస్తాయి" అన్నాడు.

"సిటీల్ నూతులు, దిగుడుబావులు ఎక్కడున్నాయి? అది మనిషిపర్ వాటర్ కవర్ చేసుకునే నీళ్ళతొట్టు. దానిమీద రేకుల కవర్ కూడా వుంది. మోటార్ ద్వారా అది ఇంటి వైకి వెళుతుంది. ఇక విషపాయువుల ప్రస్తకీ ఎక్కడుంది?" అన్నాను.

అతడు నామైపు జాలిగా చూశాడు. నేనెతడిపైపు జాలిగా చూసేను. ఆ సంభాషణ అక్కడితో మగిసింది.

ఒక రచయిత న్యామురాలజీలో ప్రవేశం వున్నవాడు! మనం మన పేరులోని అక్కరాలు ప్రాసిస్తే అందులోని ఏ అక్కరం మారిస్తే మనకి లాభం కలుగుతుందో చెప్పు వుండాడు. చాలామంది పేరులో అక్కరం మార్చుకోవటం ద్వారా కష్టాలని పారాద్రోలి, సుఖాల అందలం సులభంగా ఎక్కేద్దామని తావత్తుయపడుతూ వుంటారు. ఆ రచయిత మొదటి పుస్తకం రిలీజిలున తర్వాత తన పేరులోనే మార్చు చేయటం ద్వారా మంచి జరుగుతుందని భావించి, పేరులో రెండు అక్కరాలు మార్చుకున్నాడు. ఆ తర్వాత ప్రాసిన నవల ఆర్థికంగా అంతగా విజయవంతం కాకపోవడంతో రచన వల్ల ఏ లాభమూ లేదని రచనారంగం నుంచి విరమించుకుంటున్నట్లు నాకు చెప్పాడు. బహుశా పేరు మార్చుకోవటం వల్ల 'రచనల వల్ల ఆర్థికంగా ఏ లాభమూ లేదు' అన్న జ్ఞానం ఆ కుర్రపాడికి వచ్చిందేమా నాకు తెలియదు కనీ ఏ ఉద్దేశ్యంతో పేరు మార్చుకున్నాడో అది మాత్రం నెరవేరెలేదు.

మరో రచయిత పీల్లులో ఎంతకాలం వున్నా అనుకున్నంత పేరు ప్రతిష్ఠలు రావటం లేదని ఒక దైవజ్ఞాడి దగ్గరకి వెళ్ళాడు. ఆయన ఐదు వేలు ఖర్చుపెట్టి ఒక యాగం చేస్తే నెంబర్ వన్ రచయితని అవుతావు అన్నాడు. అప్పుడు అతడు తను కొత్తగా ప్రాసిన పుస్తకం మీద అయిదువేలు రాయట్టి తీసుకుని యాగం చేయించాడు. ఆ తర్వాత అతడిది మరే నవలా మార్చెటలోకి రాలేదు.

ఇక్కడ చెప్పేదిమిటంటే కేవలం యాగాలు, అక్కరాలలో మార్చులు, దిక్కులు మార్చులు మనిషికి తోడ్డుడవు. దేవుడు అనేవాడు నిజంగా పైన వుంటే, యి మార్చుత్తున్నంతా చూసి నప్పుకుంటూ వుండి వుంటాడు. కృషి వుంటేనే మమమలు

బుమలవుతారు. వాస్తు, యాగాలు, న్యామరాలజీ మొదలయిన వాటివెల్ల లాభముందా, శాస్త్రీయమైన నిరూపణలు జరిగాయా లేదా యివ్వి నేను చర్చించబోవటం లేదు. వాటి సంగతి నాకు అంతగా తెలియదు కూడాను. నాకు తెలిసిందల్లా క్షమితో మనిషి పైకి వస్తాడు అనేది మాత్రమే. మనకి నిశ్చయంగా తెలిసిన విషయం ఒకటున్నప్పుడు, మన గమ్యం చేరుకోవాలనికి ఆ మార్గం లప్పక సహాయపడుటుంది అన్న నమ్మకం మన కుశ్శప్పుడు మనకి తెలియని వేరే రూట్లు దేవికి? అంత సులభంగా విజయం సాధించటం సాధ్యమయినప్పుడు ప్రతిపాద్యా ఆ రూట్లోనే వెళ్ళివాడు కదా! ఆ మార్పులన్నీ చేసుకున్న తర్వాత కూడా అతడు ఎందుకు నిరాశ, నిస్పుహాలతో క్రుంగిపోతున్నాడు? ఎందుకు తన పచులలో అపజయం పొందుతున్నాడు? అదే మీరు క్షమి చేసి విజయం సాధించిన వ్యక్తిని తీసుకోండి. అతడు ఒకబోట అపజయం పొందినా వెంటనే మరో మార్గంలో జయం పొందుతాడు. ఇంత నిశ్చయమైన మార్గం మనకి తెలిసినప్పుడు, మనకి తెలియని మార్గాల వెంట (కేవలం సులభంగా వెళ్ళవచ్చు కదా అని) ఎందుకు పయనించాలి - అనేది తర్వాత!

జీవితంలో కష్టాలని అధిగమించటానికి ఇంతమంది ప్రజలకి యిన్ని మార్గాలు చెప్పిన వాస్తు శాస్త్రజ్ఞుడు కూడా రోజుకి పది గంటలు కష్టపడతాడు. నెలకి వెయ్యి కిలోమీటర్లు ప్రయాణం చేస్తాడు. అంతే తప్ప వాస్తు ప్రకారం ఇల్లు కట్టుకొని, అన్ని దేవుడే చేస్తాశ్చి అని నిర్మాక్యంగా కూర్చుడు. మనలోని దేవుఢ్చి మనం నమ్మకుంటే అది ఉత్తమం. మన వినాశనాలనిటీకీ ఛై దేవుడే కారణం అనుకుంటే అది అధమం. కష్టాల ప్రపాఠానికి చిట్టాల అనకట్ట వేయటం హీనం.

\*

\*

\*

## తర్వామే పాంచజన్యం

మన మానసిక బలపీఎనతలయిన కోపం, అందోళన, భయం మొదలయిన వాటినిష్టాలని తార్మికంగా అలోచించటం ద్వారా దూరం చేసుకోవచ్చు. దిగులుకి తర్వాత బద్ర శత్రువు. దిగులు యొక్క కారణాలన్నీ అన్వేషించుకుంటూపోతే దాని ప్రభావం సగానికి సగం తగ్గిపోతుంది. అదేవిధంగా మానవసంబంధాలలో కూడా తర్వాత చాలా ఉపయోగపడుతుంది. 'విజయంవైపు పయనం' అన్న పుస్తకంలో దీని గురించి విపులంగా ప్రాశాను. అవతలి మనిషైపు నుంచి అలోచిస్తే మన కోపం అతడి పట్ల జాలిగానూ, మన దేషం ప్రేమగానూ, మన అసూయపోటీ మనస్తత్వంగానూ మారటానికి పీలుంది. ఆకారణ శత్రువ్యాలు చాలావరకూ తార్మికంగా అలోచించటం ద్వారా తగ్గిపోతాయి.

చిన్న పిల్లలకి మొదట్టుంచే ప్యాస్టు రిపేరు చేయటం, ఎలక్ట్రిక్ ప్ల్గులు కనెక్షన్ యివ్వటం మొదలయినవన్నీ నేర్చాలి. ఇలాంటి పనులు చేస్తూ వుంటే తార్మికంగా ఆలోచించగలగటం ఆలవాటవుతుంది. ఏ ప్రూక్ ఏ బోల్పు సరిపోతుంది అన్న చిన్న విషయం నుంచి ఎలక్ట్రిక్ సర్క్యూట్ ఎలా పూర్వుతుంది అన్న విషయం వరకు యిలాంటి రిపేర్ ద్వారా చిన్నతనం నుంచే కుర్రవాడు తెలుసుకోగలుగుతాడు. భఫ్ఫుత్సులో అతడికి యివన్నీ చాలా ఉపయోగం. కొంతమంది కుర్రవాళ్ళకి సైకిల్చెన్ అమర్గటం కూడా రాకపోవటం మనం గమనించవచ్చు. శోధించి తెలుసుకోవాలి అన్న తపనని యిలాంటి ఆలవాట్లు పెంపించిస్తాయి. శోధించి తెలుసుకోవాలి అనుకోవటమే తార్మికంగా ఆలోచించటాన్ని నేర్చుతుంది. కొంతకాలం క్రితం మేము నాగార్జునసాగర్ పీట్కీ వెర్హప్పుడు ఆ రాత్రి దోషులతో నిద్ర పట్టలేదు. మా మిత్రుడొకడు బయటికి వెళ్ళి, ఎండిపోయిన వేపాకంతా తీసుకుపచ్చి కాల్చాడు. అయిదు నిముషాలలో దోషులన్నీ అద్భుతమయ్యాయి. ఈ ఆలోచన తనకి ఎలా వచ్చింది అన్న విషయం వివరిస్తూ 'ఖియుంలో' పురుగులు వట్టకుండా ఎండిన వేపాకు వెయ్యటం గమనించాను. ఆ తర్వాత ఈ ఆలోచన వచ్చింది' అన్నాడు. దీనినే మరింత తార్మికంగా ముందుకెళ్ళి అలోచిస్తే మరోక విషయం తోచింది. ఈ మధ్య దోషులని పారదోలటానికి 'ఎలక్ట్రిక్ మాట్' వస్తున్నాయి. మాట్ని వేడి చేయటం ద్వారా వచ్చే పొగకి దోషులు తాత్కాలికంగా దూరంగా వెళ్ళిపోతాయి. అంతేతప్ప అవి చావవు. ఒకేసారి ఆ మాట్ని అగ్గపుల్లతో కాలిస్తే మామూలుగా వచ్చే పొగకన్నా ఎక్కువపొగవచ్చి దోషులు మరణిస్తాయి!! ఈ ప్రయోగం మీ ఇంట్లో చేసి చూడండి. అలా చేయటం వల్ల యాభై రూపాయల విలువ చేసే ఎలక్ట్రిక్ హాటర్ని కానే అవసరం మనకు తప్పుతుంది. ఇదే తార్మికంగా అలోచించటం అంటే!

పేపింగ్ క్రీమ్ వాడకుండా, వేడి నీళ్ళతో స్నానం చేస్తున్నప్పుడు పేవ్ చేసుకోవచ్చు. పేపింగ్ క్రీమ్ కేవలం బిరుసు చర్చాన్ని మెత్తబడేలా చేస్తుంది. ఆ పని వేడినీళ్ళ కూడా చేస్తాయి. కాబట్టి పేపింగ్ క్రీమ్ అవసరం ఏముంది? అదే విధంగా మనం నిగినిగలాడే జాట్టు కోసం కొబ్బరినూనే వాడే అమ్మాయిల అడ్స్ట్రెబ్లెజ్ మొంట్లు టి.వి.లో ఎన్నో చూస్తూ వుంటాం. నిజానికి కొబ్బరినూనే జాట్టుకు చేసే ఉపయోగం ఏమీ లేదు. తలకి నునే రాసుకోకపోయానా, రాసుకున్న తేడా ఏమీ వుండదు. మొదట్లో కొడ్డిరోజులు తలనొప్పి వచ్చినా. తర్వాత వారం, పది రోజులకి అది అలవాటుపోతుంది. చాలామంది ఆమ్మాయిల రాత్రి తలకి నునే రాసుకుని పాద్మన్మే మల్లీ ముంగురులు ఫ్రెంగా గాలికెగరటం కోసం తలారా స్నానం చేస్తూ వుంటారు. ఇది కూడా జాట్టు ఆరోగ్యానికి ఏ విధంగానూ సహాయపడని క్రియ. ఎది శాస్త్రీయంగా నిరూపించబడినసత్యం. తార్మికంగా ఆలోచించటం వల్ల యిలాంటి లాభాలు ఎన్నో వుంటాయి. మూతపెట్టబడిన గిన్సులో నీళ్ళు, మూతలేని గిన్సులో నీళ్ళో కన్నా వేగంగా వెడక్కుతాయి అన్నది కూడా తార్మికైన ఆలోచనే.

రెండు చెక్కలే అయినవ్వబీకీ, బల్లపరుపుగా వుండే స్వాలుపై కూర్చునే దానికన్న కుర్చీలో కూర్చుంటే ఎందుకు సుఖంగా వుంటుంది? రెండు బాల్చిల్లో నిండుగా సీరు పేసి, ఒకదానిలో ఒక కొయ్యముక్క వేస్తే అది తేలుతూ వుంటుంది. కొన్ని సీళ్ళని కింద తాణికిపోతాయి. రెండు బాల్చిలనీ తూస్తే ఏది ఎక్కువచురువుంటుంది? సబ్బు సీళ్ళని చిన్న రంగ్రం ద్వారా ఉండితే అవి గుండ్రమైన గాలి బుడగలుగా తయారవుతాయి. గుండ్రంగానే ఎందుకు తయారవుతాయి? ఒక మంచుగడ్డిని కటకం ఆకారంలో చెక్కి, సూర్యోకరణాలని దానిగుండా ప్రసరింపజేస్తే, అది ఒక కాగితాన్ని ఎలా మండిచ గలుగుతుంది? మనం సినిమాకి వెళ్లినపుడు అందరికన్నా భాగా హాయిగా చూడటానికి అనువైన సీటు ఏది? భారరహిత స్థితిలో రోదసి యాత్రికులు భోజనం ఎలా చేస్తారు? మనం కారులో వెళుతున్నప్పుడు దూరంగా వున్న ఎర్రలైటు ఆకుపచ్చలైటులుగా కనిపించాలంటే కారు వేగం గంటకి 13.5 కోట్ల కి.మీ. ఎందుకుండా? వేగంగా కదిలే రైలు మంచిశీమంగా దిగటం ఎలా? సినిమా తెర మీద తాత్కాలికంగా బండిచక్కాలు వెనక్కి తిరుగుతున్నట్టు ఎందుకు కనపడతాయి?

తాత్కాలికంగా ఆలోచించటం వల్లే శాస్త్రజ్ఞులు యా విషయాలన్నీ తెలుసుకోగలిగారు. దీన్నిబట్టే మానవమేరుస్తునికి తర్వాత ఎంత ఉపయోగపడుతుందో అర్థమవుతోంది కదా!

\* \* \*

ఒక్కసారి మన మనసుకి, తర్వాతికి మర్మణా జరుగుతూ వుంటుంది. తాత్కాలికంగా ఏది నిజమో తెలుస్తూ వుంటుంది కానీ మనసు మాత్రం ఆ పని చేయటానికి ఒప్పుకోదు. రాష్ట్రకూర్ చిత్రాలు గమనించినట్లయితే, అతడు తన జీవితాశయంగా మేరా నామ్ జోకర్ అనే చిత్రాన్ని తీశాడు. అంత వేదనని ప్రేక్షకులు భరించలేకపోయారు. అప్పటిలో ప్రేక్షకుల మూడ్ రొమాన్స్ప్రైప్ ఎక్కువగా వుండేది. వెంటనే అతడు 'బాబీ' అనే సూర్యోకరిహాట్ సినిమా తీశాడు. కానీ అతడి మనసులో మాత్రం ఏదో ఆసంతృప్తి మిగిలిపోయింది. అందుకే మళ్ళీ సత్యం శివం సుందరం' అనే చిత్రాన్ని తీశాడు. అది ఏవేళ్గా ఆడటంతో, 'ప్రేమర్గో' అనే చిత్రాన్ని తీశాడు. ఈ విధంగా మనిషిఒక్కసారి తర్వాతికి అటీతంగా, మనో అభీష్టానికి అనుగుణంగా పనిచేస్తూ వుంటాడు.

సో... మనిషి సంతృప్తికి, తర్వాతికి అసంతృప్తికి మర్యాద వున్న సంబంధాన్ని తక్కువగా అంచనా వేయలేం.

ఒక్కసారి తర్వాత ఎంత ప్రభావితంగా మనల్ని కష్టాల్పుంచి బయటపడ వేస్తుందో, మరోసారి అంతే గాడంగా ఆనందాలకి దూరం చేస్తుంది. అందుకే అన్నారు - 'అమాయకత్వం ఒక వరం' అని.

**ఈ రకమైన విశ్లేషణతో - తర్వాతికి, మనిషికి వున్న సంబంధాన్ని నాలుగు రకాలుగా విడగొట్టివచ్చు.**

1. అభీష్టం - తర్వాత వేర్సేరుదారుల్లో
2. అవసరమూ - తర్వాత వేర్సేరుదారుల్లో
3. ఇతరుల ప్రవర్తన - తర్వాత వేర్సేరు దారుల్లో
4. మన ప్రవర్తన - తర్వాత వేర్సేరు దారుల్లో

ఇప్పుడు క్లప్పంగా యా నాలుగు విభాగాల గురించీ చర్చిద్దాం. తర్వాతికా - సంతృప్తి లితటివిటీల గురించి, మన చుట్టూ వున్న వ్యక్తుల తార్కిక ప్రవర్తన గురించి సమిక్షిద్దాం. మన జీవితంలో ఆనందమూ-గెలువూ బెస్ట్ కాంబినేషన్లో విలీనం అవటానికి ఈ చర్చ చాలా మళ్ళీయం.

1. అభీష్టము, తర్వాత వేర్సేరు దారులలో ప్రయాణించటం గురించి మనం యిప్పుడే ఒక ఉండాపారణలో చర్చించాం. రాష్ట్రకూర్ కి ఎలాంటి చిత్రాలు తీస్తే అవి సూర్యోకరిహాట్ అవుతాయా తెలుసు. కానీ అతడి అభీష్టం వేరు. అందుకే ఒక చిత్రం ఫెలులవగానే మరొక విజయవంతమైన చిత్రాన్ని నిర్మించాడు. వెంటనే అతడి అభీష్టం మళ్ళీ తర్వాతికి దామినేట్ చేసింది. ఆ రకంగా మూడ్ చిత్రాన్ని తీసి ఫెలులవగానే మరో విజయవంతమైన చిత్రాన్ని తీశాడు. మళ్ళీ అతడి అభీష్టం అతడి తర్వాతికి అదిగమించింది. ఈ రకంగా అతడు నిరంతరం తన మనోభీష్టానికి, తర్వాతికి మర్యాద మర్మణా పడుతూనే వచ్చాడు. మన దర్శకులైన విశ్వాస్థ, బాపూలు కూడా యా కోవలోకి చెందుతారు. కళాత్మక చిత్రాలు నిర్మించిన వీరిద్దరూ మర్యాద మాన్ చిత్రాన్ని తీసి ఫెలులవగానే మరో ప్రయత్నించారు. అయితే రాష్ట్రకూర్లాగా విజయవంతం కాలేకపోయారు. తిరిగి తమ పంధాలోకి వెళురు. దీనిబట్టి తెలిసిదేమిటంటే మన విజయానికి, మన మనసులో కోరికీ లంక కుదరనప్పుడు దేనికి ఎక్కువ ప్రాముఖ్యతనివ్వాలి అన్నది. మనం నిర్మిప్పంగా నిర్మియించుకోవసి వుంటుంది. 'చిత్రాలు లేకపోయినా సరే, నేను మాన్ పిక్కర్లు తీయసు - 'తీయలేను' అన్న నిర్మియానికిచ్చిన విశ్వాస్థ లాగా దాదాపు రిల్యూవ్యాలు లేక'నా మనోభీష్టంతో పనిలేదు, నేను కేవలం నా విజయానికి ప్రాముఖ్యత నిస్తాను' అన్న దృక్కుథంతో జీవించాలా అన్నది మనం నిర్మియించుకోవాలి.

అభీష్టానికి, తర్వాతికి సత్యంబంధాలు కుదరకపోవటం అనేది నా విషయంలో కూడా జరిగింది. పది సంపత్తురాలపాటు కథా రచయితగా, స్ట్రోస్ రైబర్గా సినిమారంగంలో వున్న తరువాత మొత్తమైదటిసారి దర్శకత్వ బాధ్యత చేపట్టాడు. మానవసంబంధాలపై స్టోర్క్స్ప్రారితాలే అన్న సత్యం ఆధారంగా చిత్రం తీయాలనుకున్నాను. ఒకే సమయ ఒక డబ్బున్న అమ్మాయికి, ఒక బీద అమ్మాయికి ఎదురయితే కేవలం వ్యక్తిప్పంతో ఆ సమయాని ఎలా అదిగమించవచ్చు అనేది కడంశం. అయితే ప్రేక్షకులు

ఒప్పుకోలేని రెండు ముఖ్య అంశాలు ఈ సినిమాలో వున్నాయి. తల్లిని పుంచుకున్నవాడు కూతురు శీలాన్ని అపహారించటానికి ప్రయత్నించటం ఒకబట్టి. అన్నాచెల్లిళ్ళ పవిత్ర స్నేహం ముసుగులో యువతియువకులు చేసుకునే ఆత్మవంచన మరొకబట్టి. ఈ రెండు పాయింట్స్ కలిపి ఒక గొప్ప చిత్రాన్ని నిర్మించాలనే అట్టుశ్శాహంతో దర్శకత్వాన్ని చేపట్టాడు. తెలంగాణా భాష మాట్లాడేవాళ్ళని కమేదియున్నగా, వ్యంగ్యంగా చిత్రీకరించటం ఆపుటివరకు జరుగుతూ వస్తున్నది. తెలంగాణా భాష మీద నాకున్న అభిమానంతో అటువంటి హీరోని ప్రవేశపెట్టాలనుకున్నాడు. ఆ చిత్రమే 'అగ్నిప్రవేశం'. అది మోరంగా ఫెఱులయింది. జనరంజకంగా సినిమా తీయటం నాకు చేతకాదు అన్న విషయం ఆప్పుడే నాకు అర్థమయింది. అదే సమయంలో చిరంజివితో సినిమా తీసే ఛాన్సు వచ్చింది. సాధారణంగా తన రెండో చిత్రానికి యిలాంటి ఛాన్సు రావటం ఏ దర్శకుడికీ యిటీవల కాలంలో లభ్యమయి వుండదు. ఆ రోజులలో ఒక సంఘటన జరిగింది. చలనచిత్ర పరిశ్రమకు చెందిన ఒక ప్రముఖుడి కూతురు పాలిటిక్స్ చదివే ఒక కుప్రాహాడిని ప్రేమించింది. ఆ ప్రముఖుడు కోపంతో చిందులు తోక్కాడు. వాటిధరూ లేచిపోయి పెళ్ళి చేసుకునేటంత గాఢమైన ప్రేమలో వున్నారు. ఆ కుప్రాహాడిని శంకరగిరి మాన్యాలు పట్టించేటంత కసితో ఆ ప్రముఖుడు చిందులు తోక్కుతున్నాడు. ఈ పుష్టకంలో యింతకుముందు అక్కడక్కడా ప్రస్తావించిన మాటల రచయిత ఆ ప్రముఖుడితో వాడన వేసుకున్నాడు - "మీరు తీసే చిత్రాలలో హీరో చాలా బిద్దవాడు! రిక్సు తోక్కేవాడో, కార్బూకుడో అయి వుంటాడు! అటువంటివాడిని ఒక డబ్బున్న అమ్మాయి ప్రేమిస్తుంది. ఆ అమ్మాయి తండ్రి ఆ హీరోని చంపించే ప్రయత్నాలు చేస్తూ వుంటాడు. అతడికి మాపియాతో సంబంధాలు, దొంగనోట్ల ముద్రణ వుంటాయి. అలాంటి విలన్ని హీరో చివర్లో చంపివేస్తాడు, అంటే యిష్టుడు మీరే విలన్లా ప్రవర్తిస్తున్నారన్న మాట. ప్రేమకి, డబ్బుకి సంబంధం లేదని దాదాపు ఏడు సినిమాలలో చెప్పిన మీరు ఇష్టుడు అదే పరిష్కారి మీకెదురయేసురికి ఎందుకింత మోరంగా, నీచంగా, అన్యాయంగా అలోచిస్తున్నారు?" అని నిలదీశాడు. పరా మామూలే. గ్లాసులు బద్దలవటం, అడ్డాలు పగిలిపోవటం వైరి.

ఈ చర్చ అంతర్గతంగా నాలో ఒక సంఘర్షణకి దారితీసింది. ఎంత సత్య దూరమైన కలల అమృకం ఇది అనిపించింది. స్నేహపూరంలో కూడా ఇద్దరు హీరోయిలు తమ వ్యక్తిగొప్పాయి ఒక హీరోని ప్రేమిస్తురు. హీరో తన ఎవరిని ప్రేమిస్తున్నాడో ఇద్దరికీ చెప్పకుండా చివరివరకూ కథని కొనసాగిస్తాడు.

ఆప్పుటికి 'అగ్నిప్రవేశం' పెఱుల్యార్టో విసిగిపోయి వున్న నేను ఎందుకు యిలాంటి సినిమా లీస్టున్నానో అర్థం కాలేదు. నేను పనిచేసిన చిత్రాలలో నాకు అమితంగా నచ్చిని చిత్రపరంగా ఛాలెంట్, ఇగదేకెరుడు-అతిలోకనుండరి. కథాపరంగా రక్షసింధూరం, కసీసం అలాంటి చిత్రాలన్నా తీయాలి. కానీ దర్శకుడిగా నాకున్న ఆనుభవమూ, శక్తి సరిపోదనిపించింది.

మాటింగ్ మొదలయిన మొట్టమొదటిరోజు రాత్రి నేను యా చిత్రం చేయననీ, అనారోగ్య కారణాల వల్ల తప్పుకుంటున్నానని నిర్మాతకీ, హీరోకి చెప్పి, మరొక దర్శకుడిని నియమించుకోమని చెప్పాను. (బహుశా నాకు మతి భ్రమించిదని ఆ రాత్రి వాళ్ళు అనుకుని వుండవచ్చు), చిరంజివి వప్పుకోలేదు. ప్రోత్సాహం ఇచ్చాడు. కానీ నా నిరాసక్తత, చిత్రనిర్మాణంతో పాటి పెరుగుతూ వచ్చింది. చివర్లో చిత్రం తాలూకు యూనిట్ అంతా పాటల చిత్రీకరణ కోసం విదేశాలకి వెళ్లే నేను ఎడిటింగ్ చేసుకుంటూ మద్రాసలో వుండిపోయాను. ఆ విధంగా ఆ చిత్రం పూర్తుయింది. అటు దగ్గర ఫెఱులయింది. దాంతో పూర్తిగా నాకు సినిమారంగం అంటే విరక్తి పుట్టింది. అటు సత్యాతీరే, శ్యామ్ బెనగల్లాగా అర్పు సినిమాలు తీస్తే ఒక రకమైన మానసిక సంతృప్తి. కానీ అలాటి చిత్రాలు తెలుగులో ఆడవు. నిర్మాతలు ఒప్పుకోరు. కెరింగ్ వుండదు. విశ్వాస్థ, బాహ్యాలలగా కళాత్మక చిత్రాలు నిర్మిస్తే అదొక రకమయిన సంతృప్తి. దానికి కళాద్యాప్తి అంకితభావమూ వుండాలి. నాకు అది లేదు. రామవేంద్రరావు, కోదండరామిరెడ్డిల లాగా విజయవంతమయిన మాన్ చిత్రాలు తీస్తే అది మరో రకమయిన సంతృప్తి. ఆపుటివరకు నేను పనిచేసింది చివరి ఇద్దరు దర్శకుల దగ్గరే అయినా మాన్ కమ్మానికేషన్ నాకు అలవడలేదు. మరోటై ద్వ్యాధిభావం! నా విజయానికి, ఆ రంగంలో పనికి లంక కుదరదని తెలిసిపోయింది. ఆప్పుడే సినిమా రంగానికి గుడ్డలై చెప్పాను.

చిత్రాలు పెఱులవటం వల్ల వెనక్కి వచ్చేకాడు అన్న ఆపవాదు నా మీద వుంది. కావాలనుకుంటే మరికొన్ని చిత్రాలకి కథకుడిగా పనిచేయవచ్చు. వది సంపత్తురాలుగా చిత్ర పరిశ్రమతో కథా రచయితగా, ప్రైన్స్‌లో రచయితగా మంచి సంబంధాలున్న నాకు కావాలనుకుంటే రచయితగా చిత్రాలనిచే దర్శకులు కసీసం ఇద్దరున్నారు. కానీ ఎంతకాలం తీసిన సినిమాలే, తీసిన కథలే కొంచెం అటుఇటు మార్పి తీస్తాం? 'విజయం వైపు పయనం', 'విజయానికి అయిదు మెట్లు', 'అంతర్యుధం' లాంటి పుష్టకాలు ప్రాస్తున్నప్పుడు వచ్చే సంతృప్తి కంటే ఎక్కువయినప్పుడు సినిమాలకి ఎందుకు పనిచేయాలో నాక్కర్చం కాలేదు. అది కారణం.

సినిమాల్లో వచ్చే డబ్బు, హాడవుడీ ఎక్కువన్నది తర్వాతం. కానీ అభిష్టం వేరే. తర్వాతూ అభిష్టమూ వేర్చేరు దారుల్లో వెళ్ళటమంటే ఇదే!

అద్దమైషాత్తు యా సమయానికి ఎలక్ట్రానిక్ మీడియా ప్రామర్యం పొందటం ప్రారంభించింది. టి.వి.ఎల్ అయితే మనం అనుకున్న విషయాన్ని జయపడయాలతో సంబంధం లేకుండా చిత్రీకరించవచ్చు. మనమేమిటో మనకి కర్ట్స్‌గా తెలుస్తుంది. ఆప్పుడే నేను 'బ్రహ్మానాయుదు' అన్న ఎపిసోడ్సిని నిర్మించాను. దానికి రాత్రు ప్రభుత్వ నంది అవార్డ్ రావటం అందరికి తెలిసిందే.

2. ఔభాగంలో మనం అభీష్టమూ, తర్వాతూ రెండు వేర్పేరుదారులలో పయనిస్తే వచ్చే కష్టవ్యాప్తి గురించి చర్చించాం. ఇప్పుడు అవసరమూ, తర్వాతూ రెండు వేర్పేరు దారులలో పయనిస్తే వచ్చే కష్టవ్యాప్తి గురించి తెలుసుకుండాం.

ఒక నాయకుడు ఒక రాష్ట్రంలో ఒక పార్టీ పెట్టాడనుకుండాం. ఆ పార్టీ కోసం చివరికఱూ కష్టపడిన కార్యకర్తకి ఒక నియోజక వర్గపు ఎమ్ముచ్చే సీటు ఇద్దమని ఆ నాయకుడు అనుకున్నాడు. అదే సమయానికి అప్పటికఱూ అధికారంలో వున్న పార్టీ నుంచి ఒక ప్రముఖ నాయకుడు తన పార్టీలో చేరటానికి కబురు చేశాడు. అతడిని తన పార్టీలో చేర్చుకుంటే పార్టీ చాలా బలపడుతుంది. అయితే ఆ నియోజకవర్గపు సీటు ఆ నాయకుడికి ఇయవులని వుంటుంది. అలాక్కాడని మొదటినుంచీ తన పార్టీని అంటిపెట్టుకుని పనిచేసిన కార్యకర్తకి ఇయచ్చినా అతడు ఎన్నికలలో ఓడిపోవటం భాయం. ఈ పరిస్థితిలో ఆ పార్టీ అభినేత ఏం చేస్తాడు? తార్కికంగా ఆలోచిస్తే మొదటినుంచీ కష్టపడిన తన కార్యకర్తకి ఆ సీటు ఇవ్వాలి. పార్టీ ప్రెసిడెంట్ అభీష్టం కూడా అదే. కానీ అవసరం కొద్దీ అలోచిస్తే తన పార్టీలో చేరబోయే ప్రముఖ నాయకుడికి ఇవ్వాలి.

మనిషున్నాక సీతి నిజాయితీ వుండాలని, నైతిక విలువలకు కట్టుబడాలని మనం కథలలో వల్లించినట్టు, జీవితంలో వల్లించటానికి ఒక్కుక్కసారి కుదరదు. పార్టీ మార్పి వచ్చిన నాయకుడికి కాకుండా కార్యకర్తకి ఇస్తే మొత్తం ఆ జిల్లలో పార్టీయే దూపు లేకుండా పోవచ్చు. అక్కడ పార్టీ ముఖ్యమా, కార్యకర్త ముఖ్యమా అన్నది ఆలోచించుకోగలిగి వుండాలి. అవసరం తర్వాన్ని డామినేట్ చేయడమంటే యిదే.

3. మన అభీష్టానికి వ్యతిరేకంగా తర్వాత వుంటే మనం పడే యిబ్బందుల గురించి, మన అవసరానికి వ్యతిరేకంగా అభీష్టం వుంటే ఎదురయే యిబ్బందుల గురించి - ఔభాగంలో చర్చించాం. ఇప్పుడు ఇతరుల ప్రవర్తన మన తర్వానికి వ్యతిరేకంగా వుంటే ఎదురయే యిబ్బందుల గురించి ఒక ఉదాహరణ ద్వారా తెలుసుకుండాం.

ఒక పద్ధతినిమిదేళ్ళ అమ్మాయి ఒక ఆఫీసరులో చేరింది అనుకుండాం. మొదటి మెట్టుగా పై అదికారి మాటిమాటికీ ఆమెని తన దగ్గరికి పిలిచి, అవసరం వున్న లేకపోయినా ఎక్కువ అభిమానం చూపిస్తూ పనినేర్చుతాను అన్న మిషమీద సంభాషణాని కొనసాగించాడు. అనుకుండాం. కొంతకాలమయ్యాక రెండో మెట్టుగా తన భాధలని చెప్పుకుంటూ, ఒక పవిత్ర స్నేహం కోసం తను ఎలా అలమటస్తున్నాడో చివరించాడను కుండాం. మూడో మెట్టు దగ్గర అతడు ఆమెని కోరాడనుకుండాం. ఆమె ఆకాశం కూలిపోయినంత దిగ్భాంతితో నీ మనసులో యిలాంటి కోరిక వుంది అనినేనుకోలేదు' అంటూ ఏలపియిదనుకుండాం.

ఈ మనస్తత్తున్ని రకరకాలుగా విశ్లేషించవచ్చు. తెలిసే తెలియనితనం, అమాయకత్వం ఆ అమ్మాయి గుణాలు అనుకుంటే, ప్రసుత క్లిఫ్మెన యి జనారణ్యంలో అమాయకత్తుమూ, తెలియనితనమూ కూడా క్లమార్పున విషయాలేసే కావు, కొత్తగా చేరింది తను (అమ్మాయి) కాకుండా ఒక యువకుడైతే అతడిని ఆ అధికారి ఆ విధంగా

చేరదీయదు కదా అనే బేసిక్ జనారణ్య సీతిస్తూతం ఆ అమ్మాయికి తెలుసుండాలి! ఏ కోరికాలేకుండా ఒక వ్యక్తిమనహో ఎందుకు సంబంధం పెంపాందించుకోవాలనుకుంటాడు? మనలో వున్న ఆకర్షణో, మరింకేదో అవసరమో అతడిని ఆ విధంగా ప్రేరిపంచేస్తాయి. ఇదంతా మమతానురాగమని, మామూలు బాంధవానికి అందని అతీతమైన స్పృహమునుబంధమని అనుకుంటే అది మన మార్కత్తుం క్రిందే వస్తుంది. మనకూ అలా స్పృహమూ, ఆప్యాయతా యిష్టమైతే అది వేరే సంగతి. ఒకపోతే మాత్రం అవతలి వాళ్ళ ప్రవర్తనలో వివిధ అంశాలని మనం తార్కికంగా అలోచించి, ఎప్పటికెప్పుడు బేరిజ వేసుకుంటూ వుండాలి. అవతలివాళ్ళు మనని కాస్త పొగడగానే నింంగానే మనలో ఏదో తెలియని శక్తి వుండనుకొని వారియొక్క అకర్షుక శక్తికి సమౌద్రిప్పాతులం కాకూడదు. ఒకవేళ అలా సమౌద్రిప్పాతులం అయినా, వారి యొక్క అసలు కోరిక బయటపడగానే మన కిష్టం లేకపోతే - ఏమీ జరగనట్టు మామూలుగా బయటికి రాగలగాలి. అంతే తప్ప బాధపడకూడదు. ఒకవేళ అలా బాధపడవలసి - వప్పే అతడు అలా అడిగినందుకు బాధపడకూడదు. మనం అతడి గురించి యింతకాలమూ తెలుసుకోలేకపోయినందుకు బాధపడాలి. అవతలి వారి ప్రవర్తన మన తర్వానికి అందకపోవటమంటే ఇవే.

అవతలి వారి ప్రవర్తనని అఱువణువునా "తార్కికంగా" అలోచించి అనలైండ్ చేయటం వల్ల మనకి భవిష్యత్తులో చాలా హ్యాదయవేదన తగ్గుతుంది.

ముఖ్యంగా యూ రకమైన యిబ్బంది ప్రీక్షే ఎక్కువ వస్తూ వుంటుంది. అందుకే అవతలి వారి ప్రవర్తననీ, సంభాషణాని మన తర్వానికి అందేలా చేసుకోవాలి. "ఇప్పుడేం ప్రఘాదం లేదు కదా. మరీ శ్యాతిమించినప్పుడు చూసుకుండాలే" అనుకోవటం కూడా మంచిది కాదు. ఒక్కుసారి పగబట్టే మొగాళ్ళు కూడా వుంటారు. అవతలి వారి పట్ల మన మనోభావాలేమిటో, వారి పట్ల మనకే అభిప్రాయం వుందో - అన్యాపదేశంగా, సున్నితంగా వారికి తెలియజెప్పటం ఉత్తమమైన పద్ధతి. బహుశ 'రాఖీ' వండుగ అందుకే స్ఫుర్పింపబడిందేవో.

అవతలి వారి సంభాషణాని ట్రాన్స్క్రిప్షన్ల్ అనాలిసిన్ క్రింద విశ్లేషిస్తే చక్కటి మనస్తత్తులు లభ్యమవతాయి. ఉదాహరణకి ఒక నటుడు ఒక అభిమాని అయిన కుర్వాడికి అలోగ్రాఫ్ యిష్టన్నాడనుకోండి.

**కుర్వాడు :** ఇంకేం కొత్త పిక్రల్ సైన్ చేశార్స్? (హాకు మీతో సంభాషించాలని వుంది)

**నటుడు :** ఏమీ లేవు (హాకు నీతో సంభాషణ కొనసాగించాలని లేదు).

**కుర్వాడు :** మొన్న మీ పిక్రల్ 'అత్తా-అల్లుడి జిగిజిగి'లో సూపర్గా యాక్ట్ చేశారు సార్. (ఈ పాగడ్కు ద్వారా మీరు మాటల్డాడురని ఆశిస్తున్నాను.)

**నటుడు :** ... (Close)

**కుర్వాడు :** మొన్న మీ బర్త్డెకి మా డోస్కో రక్కదానర ఏర్పాటు చేశాము. (మీరు మాటల్డాడితే ఆ వివరాలన్నీ చెప్పాను.)

నటుడు	: (ఆటోగ్రావ్ సంతకం పూర్తిచేసి ఇచ్చేస్తూ) గుడ్ (ఇక నువ్వెళ్ళచు). ఇదే అబ్బాయి కామండా అమ్మాయి అటోగ్రావ్ అడిగింది అనుకోండి. మానంగా ఆటోగ్రావ్ అందిస్తూ నిలబడింది.
నటుడు	: (ఆటోగ్రావ్ చేస్తూ) నీ పేరు? (మాట్లాడు)
అమ్మాయి	: చంద్రిక (సిగ్గు)
నటుడు	: ఏం చదువుతున్నావు? (సిగ్గు పడతావెందుకు? మాట్లాడు)
అమ్మాయి	: ఇంటర్ (నాకు భయంగానూ, ఆనందంగానూ వుంది)
నటుడు	: పశ్చి ఇయరా? పెకండా? (నీ క్లుప్పేన సమాధానాలు వదిలిపెట్టి సంభాషించే దైర్యాన్ని తెచ్చుకో.)
అమ్మాయి	: సెకండ్ ఇయర్ (నాకు రాదు)
నటుడు	: వెరీ గుడ్, నా సినిమాలనీ చూస్తావా? (నీ నుంచి విపులమైన సమాధానాలు ఆశిస్తున్నాను.)
ప్రక్క అమ్మాయి	: ప్రతి సినిమా మొదటిఱోజు మార్పింగ్ షో చూస్తానండీ (నేను ఆ అమ్మాయి కన్నా చోరవగా మాట్లాడగలను.)
నటుడు	: గుడ్ (మొదటి అమ్మాయితో) నువ్వు చూడవా? (నాకు నీతో మాట్లాడించాలని వుంది).
అమ్మాయి	: ... (Close)
నటుడు	: నీకు సిగ్గుకువ అనుకుంటాను. (అందులోంచి బయటకొచ్చి మాట్లాడు)
రెండోఅమ్మాయి:	తనకి సినిమాలు అంత ఇంటరెస్ట్ లేదండి. (Throw out)

\* \* \*

అవతలి వారి సంభాషణను తార్మికంగా విశ్లేషిస్తే ఇలాగే వుంటుంది. ఇది కేవలం ప్రైమ్ - పురుషులకే కాదు. అన్ని సంభాషణలకే వరిస్తుంది. అవతలి వ్యక్తి మాటలూ, బాణి లాంగ్జెజ్, ప్రవర్తన - అన్ని అతడి మనోగతాన్ని తెలుపుతాయి. మనకిష్టమైతే సరేసరి. లేకపోతే మాత్రం మొదల్నోనే తలుపులు మూడెయ్యాలి. మొహమాటం (ముఖ్యంగా ఉద్యోగిసులను) ఇచ్చందిలో పడేస్తుంది.

ప్రతిసారీ యిలాగే జరుగుతుందని కాదు. అలాగే - కనపడిన ప్రతి వ్యక్తినీ, వినపడిన ప్రతి సంభాషణనీ విశ్లేషించుకుంటూపోనపసరం లేదు. శృతిమించుతున్నప్పుడు పట్టుకోగలిగితే చాలు. పట్టుకోగలిగినా, యిదో గేమ్లా తీసుకుని - అమాయకత్తం నటిస్తే, చివరికి నష్టమోయేది మనమే. మన ట్రైమ్ వేస్టు కాబట్టి.

ఇదే విధంగా మనలో మరికంతమంది “నా చంట్టు వున్న వాళ్ళ పైకాలజీ ప్స్టేచీ చేయటం నా హాబీ” అంటూ వుంటారు. ఇంతకన్నా బేవార్యయిన పని మరొకటి లేదు.

ఇది మరింత ట్రైమ్ వేస్టు కాబట్టి యిటువంటి ప్స్టేచీలో నూటికి ఎనబైసార్లు మన విశ్లేషణ తప్పుతుంది కాబట్టి - దీనికన్నా సర్కనీలో జంతువుల విన్యాసాలని ప్స్టేచీ చేయటం మంచిది.

4. మన ప్రవర్తన మన తర్వానికి అందని ప్స్టేచి గురించి ఇప్పుడు చర్చిద్దాం! ఒక భర్త తన భార్యకి - సాయంత్రం నాలుగింటికి వచ్చేస్తానని, సినిమాకి వెళ్ళమని చెప్పాడు. చివరిక్కణంలో బాన్ ఏపోవని యిచ్చాడు. అది పూర్తిచేయటానికిరండు గంటలు పట్టింది. సినిమా ప్రైమ్ ఫెయిల్ అయిందస్తు మూడ్లో అన్ని తప్పులే దౌర్లాయి. బాన్ చదామడా తిట్టాడు. ఎప్పుడూ పై అధికారి చేత ఒక్క మాట కూడా పడని ఆ యువకుడా రూటంగా మానసిక క్లోబ్ అనుభవించాడు. అతడిని అతడి కొలీగ్ ఓదార్చి బార్కి తీసుకెళ్ళాడు. ఆ యువకుడి మనసంతా యింటిమీదే వుంది. మిత్రుడి ప్రోద్భులంతో ఒక పెగ్ లాగేసరికి, బాన్ తిట్టిన తిట్ల ప్రభావం కాస్త తగ్గినట్టు అనిపించింది. మరో పెగ్ లాగాడు. దాదాపు పదింటికి అతడు ఇంటోచేసురికి భార్య, సాయంత్రం కట్టుకున్న కొత్తచీర మంచం పక్కన వినిసేసి ఏడుస్తూ పడుకుని వుంది. తలుపు తీయగానే రేపాద్ధున రాలేకపోయారా?” అంది. అతడికి చిరాకెక్కువయింది. ‘ఎప్పుడూ ఏడుపు మొహం వేసుకుని అలా పడుకుని వుండకపోతే కొంచెం నవ్వుతూ వుండలేవు’ అని తిట్టాడు.

‘మీలాంటివాడిని కట్టుకున్నందుకు నాకేడుపు కాక ఇంకేముంది’ అంది భార్య, లాగి చెంప మీద కొట్టాడు. మరింత రాద్ధాంతం జరిగింది.

.... మన ప్రవర్తనకీ, తర్వానికి లంగరు అందకపోవటమంటే ఇదే. నిజంగా ఆ యువకుడు చేసిన దాంబ్లో తప్పుంది. కానీ బాన్ చెప్పిన పని పూర్తిచేసురికి సినిమా ట్రైమ్ అయిపోయింది. అతడు ఆ మూడ్లో ఇంటికి వచ్చే పరిస్థితిలో కూడా లేదు. కానీ అతడి భార్యపై నుంచి అలోచిస్తే తలుపు తీసేసినరికి గుప్పుమని వాసన రావటం, తనకిచ్చిన వాగ్నాన్ని మరిచి అతడు స్నేహితులలో కలిసి బార్కి వెళ్ళటం మొదలయినవ్వీ ఆవిడ తరపు నుంచి బలమైన - స్క్రోఫారాలున్న - వాస్తవమైన సత్యాలు. ఈ సత్యాల ముందు యువకుడి మానసిక పరిస్థితి, మూడ్, అవసరం మొదలయినవ్వీ తర్వానికి నిలబడవు. ఆ యువకుడే గాని కొంచెం తార్మికంగా అలోచించి వుంటే తన ప్రవర్తనలోని లోటుని సరిద్దుకుని వుండేవాడు. ఇక్కడ తప్పు యిద్దరిది కాదు. కానీ తమ ప్రవర్తనలోని లోసుగుని అర్థం చేసుకోలేకపోవటమే తప్పు. మన ప్రవర్తన, తర్వాం రెండూ రెండోరు దారులలో పయనించటమంటే యిదే. ఆ తర్వాత కొంతసేపటికి వాళ్ళిద్దరూ రాజీపడి వుండవచ్చు. కానీ యిలాంటి రాజీలు శారీరకావసారాల కోసమే భార్యభర్తలని దగ్గర చేస్తాయి తప్ప మనసులో మాత్రం గాఢమైన వ్యతిరేక ముద్ర వేస్తాయి. అతడు ఆ

రాత్రి ఆమెని వేరే అవసరం కోసం బ్రతిమాలుకుంటున్న సమయంలో జరిగిన అసలు విషయమంతా చెప్పి వుండవచ్చు. కానీ ఆ పని మందే చేసి వుంటే ఈ మానసిక బంధం మరింత గట్టిపడి వుండేది. అదే విధంగా తలుపు తీయగానే ఆమె మరోలా ప్రవర్తించి వుంటే - అతడి అపెక్షన్ బాంక్లో ఆమె ఆంటీకి కొన్ని కోట్ల ఆప్యాయత క్రింది అయి వుండేది.

మరికంతమంది వ్యక్తులుంటారు. వారు తమ ప్రవర్తనని చాలా తారికంగా, గొప్ప తిలివితేటల్లో అవతలివాళ్ళని కన్నిన్న చేయబానికి ఒక అయిధంగా ఉపయోగించుకుంటూ వుంటారు. వారు చెప్పేది వింటుంటే - వారి వాదన ఎంత కరెక్టో అనిపిస్తుంది.

ఒకపోరయస్తుడు ఒకడుండేవాడు. ఎంత అందంగా అబద్ధాలు చెప్పి వాడంటే వింటున్న మాకే మతిపోయేది. మన ప్రవర్తన మన తర్వానికి అండకపోవటానికి దిమంచి ఉదాహరణ. ప్రతి అమ్మాయితోనూ నువ్వు తప్ప నా జీవితంలో యింపెరు లేదు అని అతికినట్టు చెప్పివాడు. నా జీవితంలో వున్న ఒంటరితనమంతా కేవలం నీ పరిచయం వల్లే పోయింది అని తడి కళ్ళతో మాటల్చేవాడు. ఎందుకిలా చేపున్నావు అని అడిగితే, 'పొపం వాళ్ళకామాత్రం అనందం యిస్తే మనక్కే నష్టమేముంది' అని తేలిగ్గా అనేవాడు.

నష్టమేమీ లేకపోవచ్చు, కానీ లాభం కూడా లేదు. వాళ్ల ఆనందం సంగతి సరే, అతడి ఆనందం సంగతి అతడప్పుడూ ఆలోచించలేదు. కేవలం ఇతరులని అలా మొసపుచ్చి ఆనందింపజేస్తున్నాను అనే భావం ఆతనికి కృతిమ ఆనందాన్ని కలిగించి వుండవచ్చుగాక. కానీ తను కూడా స్వభావసిద్ధంగా ఆనందిస్తూ, అవతలివాళ్ళని ఆనందింపజేస్తూ వుంటే అది దీనికన్నా ఎక్కువ భావండేదేమో అన్న ఆలోచన అతనికి ఎప్పుడూ రాలేదు.

అందఘైన అబద్ధాలతో భార్యలని మొసం చేసే మగవాళ్లు 90% పైగానే వుంటారు. మరీ అమాయకులూ, తమ భర్త పుణ్యం కొఢీ చేసుకున్న కల్యాణమూర్తి అనుకునేవాళ్ళని వదిలిపడితే మిగిలా వాళ్ళకి, భర్త చెప్పి అబద్ధాలు సగం పైగా తెలుస్తునే వుంటాయి. ప్రేమ వల్లనో, అవసరం వల్లనో, ఆ అబద్ధాల వల్ల తనకేమీ నష్టం జరగటం లేదు అన్న భావం వల్లనో 'పోస్టీ' అని ఖారుకుంటూ వుంటారు.

మనం చెప్పి అబద్ధం అవతలివాళ్ళకి తెలిసిపోయే భాన్ని 50% కన్నా ఎక్కువే.

.... ఈ విధంగా మన ప్రవర్తనని ఎప్పటిక్కుడు తర్కించుకుంటూ వుండటమే అతాగ్నాహాన. మన అయిధాలలో తర్కం తొలి అయిధం. మన విజయానికి ఇది తొలి మెట్టు:

\*

\*

\*

సాధరణంగా మనుషులు ఎక్కువ పెనులు కుడిచేత్తో చేస్తూ వుంటారు. అందువల్ల మగవాళ్లు చోక్కొలు బోత్తాలు కుడిచేపున వుంటాయి. పూర్వకాలంలో యిటువంటి బోత్తాలున్న చోక్కొలని చాలా ప్రాక్తన ఆడవాళ్లు మాత్రమే విశేషాలలో ధరించేవారు. పీళ్ళకి చోక్కొలు పరిచారికలు ధరింపజేసేవారు. వాళ్ళకి ఎదురుగా నిలబడి బటన్ను పెట్టారి. కాబట్టి ఆడవాళ్ళకి మాత్రం యిపి ఎడమవైపు వుండేవి.

పూర్వకాలం ప్రాస్పు దేశపు ఆటలలో స్నేర్చ బోర్డు మీద సున్నాని పెద్ద కోడిగుడ్డు ఆకారంలో వేసేవారు. కోడిగుడ్డని ప్రాంచ్ భాషలలో 'లఫ్' అంటారు. కాలక్రమేణా అది లవ్గా మారింది.

చర్చలో గంటలు దుష్టశక్తులని పారిద్దోలుతాయని నమ్మివారు. డ్రింక్ చేసేటప్పుడు గానులని కొట్టటం ద్వారా వచ్చే శబ్దానికి, యా గంటల శబ్దానికి పోలిక వుండటం వల్ల మందు కొట్టేటప్పుడు ఇంటటి శబ్దం ద్వారా ఆక్కడ వున్న దుష్టశక్తులని పారిద్దోలవచ్చు అనే దుష్ట నమ్మకం యిపుటీకి కొనసాగుతోంది.

పెళ్ళికొడుకుకి ఎడమవైపునే పెళ్ళికూతురు ఎందుకుంటుంది? అన్న ప్రశ్నకి జాబుగు గమ్మట్టుగా వుంటుంది. పూర్వకాలంలో బలవంతులైన యువకులు తమకి కావలసిన అమ్మాయిలని తమ పరాక్రమాన్ని ఉపయోగించి సార్దించుకునేవారు. వారి కత్తి కుడిచైపు పట్టులో వుంటుంది. కాబట్టి అమ్మాయిని ఎడమ చేతితో పట్టుకుని. కుడిచేతిని శత్రువుల కోసం భాళీగా వుంచుకునేవారు. కాలక్రమేణా అది ఆచారంగా మారింది.

ఒక చెక్కుమ్మక్క నుంచి గుండ్రటి పెన్నిక్కు 8 తయారుచేయగలిగితే, అదే పరిమాణం వున్న చెక్క నుంచి 9 పంచభుజాకారపు పెన్నిక్కుని తయారుచేయవచ్చు. ఆంతేగాక గుండ్రటి ఆకారం వున్న పెన్నిల్తోకన్నా, పంచభుజాకారపు పెన్నిల్తో క్రాయటం సులభం. అందుకే పెన్నిక్కు సాధరణంగా 5 భుజాలతో వుంటాయి.

పూర్వకాలంలో ధాయ్లాండ్ రాజు తన ప్రత్యర్థులని వెన్నెపూర్వకాలంగా బాధపెట్టాలి అనుకుంటే అప్పుడు వారికి తెల్లప్పుగులని బహుమతిగా యిచ్చేవాడు. అవి చాలా పూజనీయమైన జంతువులవటం వల్ల పాటితో ఏ పని చేయించకూడదు. వాటి పేణాకయ్యే ఖర్చు చాలా ఎక్కువగా వుండేది. అందువల్లే షైట్ ఎలిఫెంట్ అన్న నానుడి ప్రాచుర్యంలోకి వచ్చింది.

ఒకప్పుడు ప్రతి సంవత్సరమూ ప్రాంతికి 1వ తేదీతో ప్రారంభమయ్యాది. ఆ రోజున అందరూ నూతన సంవత్సరపు శుభాకంక్షలు చెప్పుకుని బహుమతులిచ్చుకునేవారు. తరువాత ప్రాంత్ రాజు జనవరి 1వ తేది నూతన సంవత్సరంగా మార్గటం వల్ల పూర్వపు సంప్రదాయాన్ని కొనసాగిస్తూ దానిని పూర్వీకెగా చిత్రీకరించారు.

సీలికి 4° వద్ద మాత్రమే సంకోచించే గుణం వుంది. 4° నుంచి యింకా కిందకి వస్తే అవుడది వ్యక్తోచించటం మొదలుపెడుతుంది. అందువల్లే పెన్గెడ్డ నీటి మీద చేలుతుంది.

ఒక మనిషిలోని డి.ఎవ్సి. దారాలన్నీ పోగుచేసి ఒకదానికాకటి ముడి వేస్తే ఆ దారంతో భూమి నుంచి సూర్యుడికి ఏడుసాధ్య చుట్టువచ్చు.

సినిమా చూడటానికి అత్యన్నతమైన సీటు ఏది? అన్న ప్రశ్నకి సమాధానం - బాయిఫ్రాండ్స్‌తోనో, గర్ణిఫ్రాండ్స్‌తోనో అయితే మూలగా వున్న కార్బూర్ సీటు. కానీ 'సినిమా' ఎంజాయ్ చెయ్యాలనుకుంటే మాత్రం అది అన్నిటికన్న బాడ్ సీటు. సినిమా మాటింగ్ చేసేటప్పుడు కెమెరా ఏ కోణంలో దృశ్యాన్ని చిత్రికరిస్తుందో ఆ కోణంలో కూర్చువటం అత్యుత్తమమైనది. అంటే హాలులో కార్బూర్ మధ్య సీటులో కూర్చువాలి. పోతే వెండితరకీ-కూర్చువలసిన కుర్చీకి మధ్య దూరం ... పిలిం వెడలువు కెమెరా లెన్సు యొక్క నాభ్యంతరం ఎన్ని రెట్లు తెర వెడలువు కూర్చునే దూరం అన్ని రెట్లుండాలి. నాభ్యంతరం 35 ఎం.ఎం. అయితే సినీ ఫిల్మ్ యొక్క వెడలువు సాధారణంగా 24 ఎం.ఎం. వుంటుంది. కాబట్టి, సినిమా తెర వెడలువు 48 అడుగులుంటే  $35/24 \times 48$

అంటే 70 అడుగుల దూరంలో కూర్చున్ని చూస్తే బోమ్మ బాగా కనపడుతుంది.

'నిత్య జీవితంలో భౌతికశాస్త్రం', 'మనుషులని ఆర్థం చేసుకోవటం ఎలా?' మొదలయిన జనరల్ ప్రస్తుతాలు చదివితే యిలాంటి విషయాలన్నీ తెలుస్తూ వుంటాయి. దైనందిన జీవితంలో ఎప్పుడు ఏపని చేసినా యిం విధంగా తార్కికంగా ఆలోచించి "ఈ పని యింతకంటే బాగా ఎలా చేయవచ్చు?" అని అంచనా వేస్తూ వుండాలి. ఒకే రకమయిన వంటని అయిదు నిమ్మాలు ముందుగా ఎలా పూర్తి చేయవచ్చే నా 'విజయంవైపు పయనం' అన్న పుస్తకంలో వివరంగా వ్రాశాను. ఇది వంటకే కాదు. జీవితానికి వరిస్తుంది.

ఒక చిన్న లెక్క యిచ్చి ఈ "తర్కం" అన్న అంశాన్ని ముగిస్తాను. జమ్మా (కాశ్మీర్) నుంచి బయలుదేరిన రైలు, కన్యాకుమారి చేరుకోవటానికి సరిగ్గా పదిరోజులు పడుతుంది. కన్యాకుమారిలో కూడా ప్రతిరోజు ఒక రైలు బయలుదేరి పదిరోజుల తర్వాత జమ్మా చేరుకుంటుంది. మీరు బయలుదేరిన రైలుకి, కన్యాకుమారిలో బయలుదేరిన రైళు ఎన్ని ఎదురోస్తాయి?

సమాధానం కోసం యిదే పుస్తకంలో 20 పేజీలో చూడండి. అందులో ఒక అంక వుంటుంది. మీరు ముందుగా లెక్కకట్టి ప్రయత్నించి, విఫలమయితే ఆప్పుడు సమాధానం చూడండి.

## దృక్షధం

ఓర్చు గురించి సాతె పురుగుని చూసి ఎలా నేర్చుకోవాలో - దృక్షధం గురించి గొడ్డలిని చూసి మనం నేర్చుకోవాలి! గొడ్డలిని గమనించండి.

1. తల నుండి హండిల్ విడిపోకుండా ఒకే బంధంగా వుంటుంది. అదే సూత్రం మీద ఖచ్చితంగా నిలబడుతుంది. లేకపోతే పని చేయనంటుంది.

2. తన తల ఎప్పుడూ నిటారుగా వుండేటట్లు చూసుకొంటుంది.

3. ఎప్పుడూ నీర్ణీత స్తోనంలోనే వెళ్ళి కీ కొంటుంది.

4. ఒక్కసారి తన గమ్యానికి వేటు కాస్త అటు ఇటుగా పడినా వెంటనే తేరుకుని వెనక్కొచ్చి తిరిగి గమ్యం మీదే దృష్టి సారిస్తుంది.

5. ఒకవైపు కొంత నరికిన తర్వాత, అటువైపు వెళ్ళి అటువైపు కూడా కొంచెం కొట్టి, శత్రువుని బలహానం చేస్తుంది.

6. బండదేరినప్పుడు ఆకురాయి సాయంతో పదునవుతుంది.

7. అన్నిటికన్న ముఖ్యంగా - ఒక మనిషికి జీవసాధారణై నిలుస్తుంది.

దృక్షధం అంటే అదే. తానేం పని చేయాలో కార్బూర్ గిర్రారించుకోవటం! ఆ పని చేయటానికి ఏ మార్గం అనుసరించాలో తెలుసుకోగలగటం !! ఆ మార్గాన్ని అనుసరించటానికి కావలసిన వస్తువులన్నీ సమీకరించుకోవటం, గమ్యం చేరుకోవటం!!!

స్కూలులో చదివే ఒక కుర్రాడున్నాడనుకోండి. అతడి గమ్యం పరీక్ష ప్యాసవటం. దానికోసం అరో, ఏడో సష్టోక్కులు చదవబం - నూటికి నలభై మార్పులు తెచ్చుకుని ప్యాసవటం లేదా పస్టిక్స్ కోసం ప్రయత్నించటం - ఇదీ అతడి గమ్యం!

దీనికోసం అతడు ప్రతిరోజు స్కూలుకి వెళతాడు. సాయంత్రం పూట చదువుకుంటాడు. పరీక్షలు అతడి గమ్యం. ప్యాసవటం అతడి అశయం!

అప్పేసులో పనిచేసే గుమాస్తా వున్నాడనుకుండాం. ఔ అధికారి అతడికి కొంతపని చెఱుతాడు. ఆ పని పూర్తి చేసి అయిదింటికి ఇంటికి వచ్చేస్తాడు. మరుసటి రోజు అప్పేసుకి వెళ్చటం, పని చెయ్యటం, నెలాఫరుకి జీతం తీసుకోవటం, ఇదీ అతడి ప్రణాళిక!

ఇలా ప్రతి వ్యక్తికి తన పూర్తి చేయవలసిన పనులు, దానికోసం అనుసరించవలసిన ప్రణాళికలు వుంటాయి. విద్యార్థి, గుమాస్తా, గృహించి, డాక్టరు, లాయరు, రాజకీయ సాయకుడు యిలా అందరూ తమ తమ ప్రణాళికలకి అనుగుణంగా పనిచేస్తారు.

కానీ 'మనిషిగా మీ ప్రణాళిక ఏమిటి?

ఒక గుమాస్తా ప్రణాళిక అప్పేసులో పని చెయ్యటనే అయితే, అప్పేసులో పని చెయ్యటం అన్నది మనిషిగా అతడి జీవితంలో "కొద్ది భాగమే" అవుతుంది. మరి మిగతా భాగాలు ? భర్తగా భార్యకి సంతోషాన్నివ్వటం, తండ్రిగా కొడుకు యొక్క బాధ్యత స్థిరకరించటం, ఒక ఆర్టిక శాప్ నిపుణుడిగా ఇల్లు కట్టుకుని జీవితంలో స్థిరపడటానికి చేసే ప్రయత్నం, ఒక వ్యక్తిగా బంధుమిత్రులతోనూ, ఆత్మియులతోనూ ఏర్పరచుకునే సంబంధాలూ - మొదలయినవ్వీ అతడి జీవితంలో పెనవేసుకుని వుంటాయి. ఆవే ప్రణాళికలు.

మనం మన జీవితాలలో - ఇతరులు (ఉదా : మీ స్కూలు టీచరు, పై ఆఫీసరు) నైస్టేషియిలిన గమ్మాల కన్నా మనం నైస్టేషియిలిన గమ్మాలకి ఎక్కువ ప్రాముఖ్యతనివ్వాలి. పై ఆధికారి చెప్పిన పైలు పూర్తి చేయబడం ఎంత ముఖ్యమే, తన కొడుక్కి రోజుకి రెండు గంటలపాటు పారాలు చెప్పబడం అంతే ముఖ్యం. ఇంకా చెప్పాలంటే - ఎక్కువ ముఖ్యం! కానీ దురదృష్టప్రశాస్త్ర మనం ఇతరులు నైస్టేషియిలిన గమ్మాలకి ఎక్కువ ప్రాముఖ్యత ఇస్తాం.

రెండు ప్రశ్నలు మీకు మీరే వేసుకోండి.

1. మీ వ్యక్తిగత జీవితంలో ఇప్పుడు మీరు జీవిస్తున్న దాని కన్నా ఇంకా లాభసాటి/ అనందప్రదమైన జీవితాన్ని గడవటానికి ఏదో ఒక పని (ఇప్పటినరకూ చేయనిది) కొత్తగా చేయవలసి వస్తే మీరు ఎన్నుకునే ఆ పని ఏమిటి?

2. వృత్తిపరంగా యిప్పుడు మీరు అనుభవిస్తున్న దానికన్నా మరింత ఉన్నతమైన స్థానాన్ని చేరుకోవటం కోసం మీరేదైనా పని చేయవలసి వస్తే (ఇప్పటినరకూ చేయనిది) మీరు చేయబడే యే ఆ పని ఏమిటి?

గుడ్డట్టు చేరో పడ్డట్టు నిరాసక్కంగా కాకుండా ఎప్పటికప్పుడు కొత్త అనుభవాలని, కొత్త విజయాలని అంచెలంచెలుగా చేరుకోవాలంటే యా విధమైన ప్రశ్న దృక్కుధం మనిషికి చాలా అవసరం. ఏదో యిప్పుడు బాగానే గడిచిపోతోంది కదా అనే భావం మన దృక్కుధాన్ని కుంచించుకోయేలా చేస్తుంది.

ఆలోచన, అవగాహన, అవలంబన, ఆత్మానందం యా నాలుగే మనిషి జీవితానికి నాలుగు స్థంభాలలగా నిలబడతాయి.

అపేసులో మనకి పై ఆధికారి వుంటాడు. కానీ నిజ జీవితంలో మన 'పై ఆధికారి' మనమే? మరి బాన్ చెప్పిన పనిని అంత నమ్రతతో వినయ విధేయులతో, గౌరవంతో పూర్తి చేసిన మనం, మన మనసు (మనకి మనమే బాన్ కాబట్టి) చెప్పిన పనులు ఎందుకు నిర్వర్తించం? బాన్ని సంతోషపెడితే వచ్చేది మహా అయితే ఒక ఇంకిమెంటు లేదా ఒక న్యాయమ్మ. కానీ మన బాన్ని (మని) సంతోషపెడితే వచ్చేది జీవితాంతం అమితమైన సుఖం.

అందుకే మనిషి రెండుగా విడిపోవాలి. ఒకరు ప్లాన్ చేయ్యాలి. మరొకరు ఆ పనులని నిర్వర్తించాలి. ఒక్కసారి ప్లాన్ చేయబడం సులభమవతుంది, నిర్వర్తించబడం కష్టమవతుంది. మరొసారి ప్లాన్ చేయబడం కష్టమవతుంది. నిర్వర్తించబడం సులభమవతుంది. ఒక సంస్కరో బాన్, గుమాస్తా ఎలా సహాయం చేసుకుంటుందాలి. అలాగే మనిషిలో యా ఇద్దరు వ్యక్తులు కూడా ఒకరికొకరు సహాయం చేసుకుంటుందాలి. ఒకరు చేసిన పనిని మరొకరు పర్యవేక్షించాలి. ఆ పని బావుంటే మెచ్చుకుంటూ వుండాలి.

ఒక తండ్రి ప్రతిరోజు రాత్రి పస్సండించికి తాగి ఇంటికి వచ్చి భార్యని కొడుతున్నాడనుకోండి. అతడి కొడుకు దేవుడిని ప్రార్థించవలసి వస్తే 'నా తండ్రి ప్రతిరోజు రాత్రి పస్సండించికి తాగి వచ్చి నా తల్లిని కొట్టుకుండా చూడు స్వామీ' అని కోరుకుంటాడు. ఆకస్మాత్తుగా దేవుడు ఆ కోరిక నేరవేర్యడనుకోండి. తండ్రి తాగుడు మానేశాడు. భార్యని కొట్టటం మానేశాడు. కానీ పస్సండించికి ఇంటికి వస్తున్నాడు. అప్పుడు మళ్ళీ కోరిక కోరుకులసి వస్తే 'నా తండ్రి ప్రతిరోజు ఆఫీసు నుంచి తిన్నగా ఇంటికి చేయబడ్డు చూడు స్వామీ' అని కోరుకుంటాడు. అది కూడా నెరవేరితే 'అంత గంభీరంగా వుండకుండా నాతో బాగా మాట్లాడి అందరు తండ్రుల్లాగా ప్రేమ, ఆప్యాయత చూపించేలా చూడు స్వామీ' అని కోరుకుంటాడు. అది కూడా నెరవేరితే 'నా మిత్రులందరూ మంచి మంచి దుస్తులు వేసుకుని స్కూల్సర్ల మీద తిరుగుతున్నారు. నా తండ్రి కూడా ఇంకొంచెం ఎక్కువ సంపాదించి నన్ను కూడా ఆ పొజిషన్లో వుంచేలా చూడు స్వామీ' అనుకుంటాడు. త్యాగి గురించి తెలుసుకోవటమే "దృక్కుథం".

ఒక క్వాపీల్ల తన కలప రాకుమారుడి గురించి ఆలోచించినా యా విధంగానే ఆలోచిస్తాడు. అమ్మాయి అందంగా వుండాలి. ఎప్పుడూ నవ్వుతూ, కొపం తెచ్చుకోకుండా, గ్రూపే స్వర్ణము అని పాడుకుంటూ ఇంటికి శోభ తెచ్చాలి. పొద్దున్నే లేచి భర్త అర్గోగ్యం కోసం తులసిచెట్టు దగ్గర ప్రార్థనలు చేయాలి. కొంచెం ఆధునిక భావాలన్న యువకుడయితే సాయంత్రం పూట తనతో జీస్సీ పాంటు, షర్ట్ వేసుకుని పార్టులకి రావాలి. కళాత్మక హ్యాదయం పుస్తవాడయితే అప్పుడ్పుడు వీణా వాయించి తన సేద తీర్చాలి. పరాయి పురుషుడి వంక కెస్తుత్తి చూడుకాదు. వంట అద్భుతంగా చెయ్యాలి. రొమాన్స్ సంగతి ఇక చెప్పేదేముంది..... ఈ విధంగా ఆలోచిస్తాడు. ఒక ప్రీలో ఇన్ని లక్షణాలుండటం పాధ్యమా అన్న విషయం పక్కన పెడితే ఒక పరిపూర్వమయిన భర్త అవటానికి తనేం చేస్తున్నాడు అని ఆలోచించడు.

అలా ఆలోచించే బాధ్యత కూడా తన కుందని తెలుసుకోవటమే "దృక్కుథం".

ఇక్కడే మనుషులు సంతృప్తినీ, అసంతృప్తినీ బాల్స్ చేయగలగాలి. కొన్ని పరిణామాలని మనం మార్చేలేము. ఒక భావకుడైన పురుషుడికి అందవికారి అయిన ప్రీతి అనివార్య పరిష్కారులలో భార్య అయితే, ఆమలోవున్న మరికొన్ని విలువైన గుణాలని గుర్తించేలా మనస్సుపై పెంపాందించుకోవాలి. ఉన్నదాంతో సంతృప్తి పడటమంటే ఇదే. అయితే తను మార్చేలిని పరిణామాలని యథాతథంగా స్టేకరిస్తూ తను మార్గగలిగే పరిణామాలని మార్చుటం కోసం కృషి చేయాలి. ప్రతి మనిషిలోనూ మార్గగలిగిన పరిణామాలు, మార్గలేని పరిణామాలు అని రెండుంటాయి. అందవికారి అయిన భార్య, దురదృష్టప్రశాస్త్ర అంగైకైకల్యంతో పుట్టిన సంతానం, ఆకస్మాకుంగా వచ్చిన అనార్గోగ్యం విజయాశికి ఐదు మెచ్చుకుంటూ వుండాలి.

ఇవ్వీ మార్గాలేని పరిణామాలయితే తెలివితేటలు పెంపాందించుకోవటం ఆర్థికంగా నిలదొక్కుకోవటం, కృషితో ఉన్నత స్థానానికి రావటం, బాగా చదివి జీవితంలో ఆధివ్యక్తి సాధించటం - ఇవ్వీ మార్గుకోగలిగే పరిణామాలు.

దురద్భువశాస్త్రమనలో చాలామంది 'మార్గుకోగలిగిన పరిణామాల'ని వదిలేసి, 'మార్గాలేని పరిణామాల'ని పట్టుకొని "నా జీవితం యిలా అయిపోయిందే" అని పాపేతూ వుంటారు. ఇది సరయిన దృక్షఫం కాదు.

ఈ. ఎం. గ్రె అనే ఒక శాస్త్రజ్ఞుడు మనిషి జీవితంలో నిజమైన విజయం సాధించటానికి ఏం కావాలి అనే విషయమై చాలాకాలంపాటు పరిశోధనలు చేశాడు. ఎంతోమంది గ్రహశస్తు వారి జీవితచరిత్రలు అధ్యయనం చేశాడు. ఎన్నో పరిశోధనలు చేసిన తర్వాత అతడు ఆ గ్రహశస్తులందరిలో వున్న "బేక్ ఒక" కామన్ పాయింట్ వెలికి లీయగలిగాడు. అదేమిటో ఊహించగలరా? కష్టపడి పనిచేసే గుణం, అద్భుతం, మంచి మానవ సంబంధాలు ఏర్పరచుకోవటం, కృషి పట్టుదల, శ్రమించే శక్తి, తెలివితేటలు, నైపుణ్యం, పరిణాతి, అవాహన, అధ్యయనం, మంచి అలవాట్లు - ఇవేమీ కావు.

నీ పని ఎప్పుడు, ఎలా చెయ్యాలో, ఎందుకు చెయ్యాలో, చేయటం వల్ల వచ్చే లాభమేటో కరెక్షగా తెలుసుకోగలగటం !

ఇదే ... కేవలం యిదే వారిని ఉన్నత స్థానానికి తీసుకుపెచ్చినది !!!

'ప్రైమ' అనే నవలలో నేను 'అంతోపాలజీ' గురించి ప్రస్తావించాను. వ్యక్తిగతమైన మనిషి గురించి కాకుండా సమాజాన్ని లెక్కలోకి తీసుకున్నా, యా విధమైన పరిణితి మనకు కనిపిస్తుంది. ప్రథమంగా మనిషి తనయొక్క సాంఘిక నియమాలని సరిద్దుకున్నాడు. క్రమక్రమంగా వ్యవసాయాన్ని పట్టిపోరచుకున్నాడు. ఆ తర్వాత పారిశ్రామిక రంగంపై వచ్చాడు. ప్రస్తుతం ఎలక్ట్రానిక్ మిడియా సాయంతో కమ్యూనికేషన్ పై కొనసాగుతున్నాడు. సమిప్పా సంఘం యా విధమైన పరిణాతి చెందుతున్నప్పుడు వ్యక్తిగా మనం ఎందుకు సాధించలేము? ఈ విధమైన పరిణాతి సాధించాలంటే ముఖ్యంగా బద్దకాన్ని వదుల్చుకోవాలి. ఏ పని ఎప్పుడు చేయాలో మనకి మనమే నీర్చిశించుకోవాలి. కొన్ని ఉత్తరాలలో కొండరు .... మీకెప్పటినుంచో ఉత్తరం రాద్రమని అనుకుంటూ వున్నాను. కానీ బద్దకం వల్ల, టైమ్ లేకపోడం వల్ల ప్రాయిలేదు. ఎన్నో సంవత్సరాల మంచి మీకు రాయాలన్న కోరిక యిప్పుడు తీరుతోంది" అంటూ ప్రారంభిస్తారు. "వెంటనే" సమాధానం ప్రాయగలరు!" అంటూ ముగిస్తారు. ఈ విధమైన ఉత్తరాలు నిర్మకం వల్ల వచ్చిన అత్మమ్యానతని ప్రతిభింబిస్తాయి.

ఇంగ్రీషులో ఒక సామెత వుంది - 'నువ్వు కట్టడలచుకున్న ఇంటి ప్లాన్'ని నగరంలో అందరికన్నా బింబించుకొన్నా వుండే ఆర్కిటెక్ట్ చేత గియించుకో' అని. చాలా కరెక్షగా చెప్పిన సామెత ఇది. ఎవరైతే నిరంతరం బింబించుకొన్నా వుంటారో వాళీ మంచి ప్రాడక్షని ఇష్టగలరు.

ఇక్కడ బింబించుకొన్న సమయం మిగుల్చుకోమండా వుండటం కాదు. నిర్మించుకొన్న దూసుకుపోయే యత్తుంలో సమయాన్ని సరిగ్గా వినియోగించటం!

జి.టి.విలో 'ఫల్లీ దివానే' అన్న ప్రోగ్రామ్ యి మధ్య పస్త్రా వుంది. యువకుల మధ్య కాంపిటీమ్ ...! 'ప్లోలే' సినిమాలో అమితాబ్ బచ్చన్ తుపాకి ఎడమచేత్తో పట్టుకున్నాడా, కుడిచేత్తో పట్టుకున్నాడా, 'జంగిలీ' సినిమాలో పమ్మికాపూర్ పాడిన 'యాహూ' అన్న పాట ఎవరు ప్రాశారు, "ప్రైమ్" అనే రెండక్షరాలతో మొదలైన సినిమాల పేర్లు అయిదు చెప్పండి.... లాంటి ప్రశ్నలు అడుగుతూ వుంటారు.

ఇలాంటి ప్రోగ్రామ్లో పాల్సోని ఆనందించే అవకాశం, బాగా డబ్బున్నపాశ్చ కొడుకులకీ, ఆనందించటానికి ఆ విధమైన ప్రక్రియ ఎంచుకున్న యువకులకీ వదిలిపెడాం. మనం జీవితంలో సాధించవలసింది చాలా వుంది! మీరనవచ్చు, ఏ విధమైన ఎంటర్టైన్మెంట్ లేకుండా కేవలం శ్రమించుమేనా జీవితాశముం అని. పదిహేను సంవత్సరాల క్రితం విడుదలయిన 'అసలీ నకిలీ' సినిమాలో దేవానంద్ చెల్లలిగా వేషం వేసిన నటీమణి పేరు తెలుసుకొని గుర్తుంచుకోవటం కన్నా "అనందకరమయిన విషయాలు" ప్రపంచంలో చాలా వున్నాయి. ఇలాంటి విషయాలని సిల్వర్ స్మాన్ నోట్లో పెట్టుకుని పుట్టిన యువకులకి వదిలిపెట్టి, మనం సిల్వర్ స్మాన్ సంపాదించే ప్రయత్నంలో ముందుకి సాగుదాం అని చెప్పటమే నా ఉద్దేశ్యం.

మనిషి వైపుల్యానికి రాబర్ట్ క్రెస్ మూడు కారణాలు చెప్పాడు -

1. తాను నెరవేర్పువలసిన పనుల ప్రాముఖ్యతని వరుసక్రమంలో నిశ్చయించుకోలేకపోవటం.

2. నెరవేర్పువలసిన పనులని ఆ వరుసక్రమంలో స్క్రమంగా పూర్తి చేయలేకపోవటం.

3. అదే వరుసక్రమంతో చేసే పనుల పట్ల క్రమశిక్షణ, పట్టురల లేకపోవటం.

చాలామంది వ్యక్తులు తమ వైపుల్యానికి మూడోడి కారణం అనుకుంటారు. కానీ అది తప్పు. ప్రతి వైపుల్యానికి మొదటిదే కారణమవుతుంది. ఉదాహరణకు ఒక కుర్రాడికి మరుసటిరోజు పెరిక్క. ఆ రోజు రాత్రి టి.వి.లో మంచి నాటిక వస్తోంది. ప్రతిరోజు పదింటికి నిద్రాపోయే అలవాటున్న ఆకురవాడు మరో అరగంబసేపు ఎక్కువ చదువుదాంలే అని ఆ నాటిక చూస్తాడు. పదింటికి నిద్ర వస్తుంది. పొద్దున ఆరింటికి లేచే బదులు, ఐదుస్తురే లేచి ఆ అరగంబ చదువు పూర్తి చేయడమనుకుంటాడు. అలవాటు లేకపోవటం వల్ల మొలుకువరాదు. అప్పటికి అరగంబసేపు చదువాలి అన్న పట్టుదల తీవ్రత తగ్గిపోతుంది. యథావిధిగా లేచి పెరిక్కకి వెళతాడు. మొత్తం మీద అతడి చదువకి కేటాయించిన సమయంలో అరగంబ ఆ విధంగా తగ్గిపోయింది.

ఒక పోస్ట్ గ్రాడ్యూయేమ్ పూర్తి చేసిన యువకున్నాడు. వెంటనే ఉద్యోగం కావాలి, ఉద్యోగం రాదు. అందరూ ఏం చేస్తున్నావని అడిగితే చెప్పుటానికి మొహమాదు మేసింది. ఎల్.ఎల్.బి.లో జాయినయ్యాడు. అతడి లక్ష్మిం ఉద్యోగం మాత్రమే. కేవలం అడిగివాళ్ళనుంచి తప్పించుకోవానికి చదువు సాకుగా తీసుకున్నాడు.

ఈ ఉదాహరణలన్నిటిలోనూ చేయవలసిన పనుల వరుసక్రమంలో రకరకాల మార్పులు రావటమే వైపుల్యానికి కారణం. ఎల్.ఎల్.బి. అనేది ప్రైవేటుగా కూడా చదవచ్చు. ఒక లా విద్యార్థి నిజంగా లా గురించి తెలుసుకునేది తన సీనియర్ డగ్గరచే ప్రతినింగ్లో మాత్రమే. ఉద్యోగం వచ్చేవరకు ఖాళీగా వుండకుండా ఏ చిన్న పని చేపట్టినా అది ఉంటుసేక చరివే చదువుకొన్న బాగానే వుండేది. అలాగే అరగింటసేపు చదువు మానేసి టి.వి. చూసిన విద్యార్థి కూడా తన ప్రాముఖ్యతల క్రమాన్ని 'పేస్క్ పిస్టు ఫోరస్' లో మార్పుకోవటం వల్ల సఫలిక్తతుడు కాలేకపోయాడు. రాబర్ట్ కోవే చెప్పిందిదే.

\* \* \*

రంగష్టలం మీద నటుడు పాత్రలు ధరించినట్టు ఒక మనిషి తన జీవితంలో భర్తగా, గృహస్తగా, తండ్రిగా, అపేసులో పనిచేసి వ్యక్తిగా ఎన్నో రకాలైన పాత్రలు ధరించవలసి వుంటుంది. ఈ విషయం మనం యింతకుమంది చర్చించాం. అయితే యిప్పుడు ప్రాముఖ్యత వహించవలసిన పనుల పరిణామక్రమంలో ఆ బాధ్యతలని విశ్లేషించాం.

**ఉదాహరణకి -**

a) ఆ రోజు ఆతడి తండ్రి తద్దినం. పొద్దున రెండు గంటలపాటు ఆ కార్బూకమాన్ని నిర్వహించవలసి వుంటుంది.

b) కితం రోజు అపేసు నుంచి వెళ్ళచోయే ముందు బాన్ మరుసటిరోజు పొద్దున ఎనిమిదింటికి అపేసుకి వచ్చేయమని, చాలా ఆర్థిక పనులున్నాయని చెప్పాడు.

c) ఆ రోజు పిల్లల పేజి కట్టటానికి ఆఖరి రోజు, చేతిలో డబ్బు లేదు. ఉన్న కొర్కి డబ్బు తండ్రి తద్దినానికి ఖర్చు పెట్టివలసి వుంటుంది. కాబట్టి ఆప్పుకోసం బయలుదేరాలి. ఆ ఆప్పు కూడా పస్సుండు గంటలలోపూగానే సంపాదించవలసి వుంటుంది. ఎందుకంటే పిల్లల స్కూలు రెండింటికి కప్పిస్తారు.

d) ఆ రోజు తన అభిమాన నటుడి పుట్టినరోజు. గత పది సంవత్సరాలుగా ఆ అభిమాన నటుడిని చూడాలన్న కోర్కె ఆ రోజు నెరవేబోతుంది. పొద్దున బ్రైకపాస్ట్ కి పెరిచిన పదిమందిలో తన స్నేహితుడు వున్నాడు. అతడు తనని కూడా తీసుకురావటానికి ఆ నటుడి దగ్గర అనుమతి పొందాడు. జీవితంలో గొప్ప ఆనందాన్నిచేస్తే అనుభవం ఆ రోజు కలుగబోతోంది.

e) చదువుకునే రోజులలో తానొక అమ్మాయిని ప్రేమించాడు. రక్తంతో ఉత్తరాలు ప్రాశాడు. ఒకసారి ఆత్మపూర్వ్య ప్రయత్నం కూడా చేశాడు. కానీ ఆ అమ్మాయి కనికరించలేదు. పెళ్ళి చేసుకుని అమెరికా వెళ్ళిపోయింది. దాదాపు 10 సంవత్సరాల తర్వాత ఆ అమ్మాయి ఉత్తరం ప్రాసింది. తనంత పొరపాటు చేసిందో ఆర్థమయిందనీ, ఒక్కసారి తనని కలుసుకోవాలని వుండనీ అమెరికా నుంచి ఆ రోజే తన స్ట్రోమం

వెళుతూ వుందనీ, పీత్రుతే ఒక్క ఆయిదు నిముపాలు కలిసిపోమ్మని, తను నాలుగైదు రోజుల కన్నా ఎక్కువ ఇండియాలో వుండటం కుదరదనీ ప్రాసింది. ఆ ఆయిదు నిముపాలు రైల్స్‌ప్రైవేట్ లో కలిస్తే తనకంతకంటే కావలసిందేమీ లేదని నోక్కి వక్కాణించింది. ఆ ప్రైవ్ కూడా పొద్దున ఎనిమిదింటికి వస్తోంది.

ఎవ్ తమ ఉన్నతాధికారి ఢిల్లీ నుంచి వస్తున్నాడు. ఏదో హోటల్లో దిగాడు. తమతోపాటు పనిచేసే రామారావు పెళ్ళి ఆయనని కలుసుకుంటాడు. ఆ అవాశం తనకన్నా ముందుగా రామారావుకి ప్రమోష యిప్పించేలా చేయవచ్చు. వృత్తిలో తను వెనుకబడిపోయే ప్రమాదం వుంది.

j) అవే కాదు. ఆతడికార్బోజు చెయ్యవలసిన చిన్నచిన్న పనులు యింకా చాలా వున్నాయి.

- 1) ఎలఫ్రెసిటి బిల్లు కట్టడానికి అదే ఆఖరిరోజు.
- 2) హాసింగ్ కాలనీ మీటింగ్ వుంది. చాలా విషయాలు అక్కడ చర్చించాలి.
- 3) పిల్లవాడికి మార్గులు తక్కువొస్తున్నాయి. క్లాసు టీచరు తనని కలుసుకోమని ఉత్తరం ప్రాసి పంపింది.
- 4) రేషన్ పూపుకి వెళ్ళాలి.

5) ఆ రోజు చిన్నవేషం వుందనీ, మాటింగ్కి రమ్మనీ స్నేహితుడు కబురు చేశాడు. జీవితంలో ఎప్పటినుంచో ఒక కోరిక తెరమీద ఒక చిన్న వేషం వేయాలని చిన్నప్పుడు నాటకాలు వేసే రోజుల్నంచీ ఆది తీరలేదు. ఈ రోజు అనుకోకుండా ఆ అవాశం చచ్చింది.

6) తను చదువుకున్న ఊరి నుంచి ఇద్దరు క్లాన్‌మేట్ వచ్చారు. వాళ్ళతో ఈ పాయంత్రం గడపాలి.

7) ఎప్పటినుంచో తిరుపతి వెళ్ళాలని ఒక మొక్క వుండిపోయింది. తన స్నేహితుడైన మినిప్రెర్గారి పి.ఎస్. కుటుంబపేమేతంగా వెళుతున్నారు. వారి కుటుంబంపాటు వెళ్తే ఆప్పి పనులూ సక్రమంగా, నులభంగా జరుగుతాయి. ఆ విషయం అతడితో మాట్లాడి బన్టికెక్కట్లు రిజర్యు చేయించుకోవాలి.

8) తండ్రి తద్దినానికి మామగారు కూడా వచ్చారు. మస్తు మస్తు రెండో కూతుర్లు తీసుకువచ్చారు. ఆ అమ్మాయికి ఈ ఊళ్ళోనిదో సంబంధం వుందట. అది మాట్లాడాలి.

ప్రతి మనిషికి యిలాంటి పనులు దాదాపు నిత్యం ఏవో ఒకటి వుంటునే వుంటాయి. రోజువారిగా తీసుకున్నా, వారం ప్రాతిపదికగా తీసుకున్నా, లేదా ఒక నెలలో చేయవలసిన పనులు లెక్కలోకి తీసుకున్నా అప్పీ యింగా విధంగానే కొనసాగుతాయి.

అయితే కొంతమంది ఎప్పుడు రిలాక్స్‌డ్రెంగా, అనందంగా కనిపిస్తారు. కొంతమంది పని ఒత్తిడిలో నలిగిపోతున్నట్లు కనిపిస్తారు. రిలాక్స్‌డ్రెంగా కనిపించే వాళ్ళలో మట్టి విజయాసికి ఐదు మెట్లు —

రెండురకాలుంటారు. ఏ పనీ చేయకుండా అన్ని వాయిదా వేస్తూ, తనకేం పట్టవట్టు వుండేవాళ్ళు కొంతమంది. పనులన్నీ చకచక నిర్వర్తించుకుంటా, ఏ విధమైన అలసటా, ఒత్తిడి లేకుండా కనపడేవాళ్ళు కొంతమంది. (దీనిని వివరంగా 'రిలాక్ష్స్ ఫ్లో' అన్న ప్రకరణంలో చర్చించాలి).

అన్ని పనులూ నెరవేరుస్తూ, ఒత్తిడి ఏమీ లేనట్టు కనపడటమే మన లక్ష్యం. అది చేరుకుంటే ఉన్నత శిఖరం అందువుట్టే. అయితే అది చెయ్యాలంటే మనం చేయవలసిన పనుల పట్టా, జీవిత గమ్యం పట్టా విశాలమైన దృక్కుథం వుండాలి.

ఇప్పుడు ఔపనులన్నీటినీ పరిశీలించండి. అందులో కొన్ని ఆ వ్యక్తి చేయనపుడం లేదు. కొన్ని పనులని ఇతరులకి అప్పగించవచ్చు. కరెంటు బిల్లు కట్టడం, పిల్లవాడి చదువు విషయమై క్లాస్టిచర్స్ మాట్లాడటం, రేప్సన్షన్స్ పుకు వెళ్ళటం మొదలైనవన్నీ అతడు తన భార్యకో, కొడుకు అప్పజెప్పవచ్చు. అలాగే కొన్ని విషయాలు చాలా ముఖ్యమైనవి. కానీ అవి మరుసటిరోజు కూడా చేయవచ్చు. అదే విధంగా కొన్ని పనులు యా రోజే తప్పనిసరిగా చేయాలి. కానీ అంత ముఖ్యమైనవి కాకపోవచ్చు.

ఈ ప్రాతిపదికగా అలోచించి ఆధునిక శాస్త్రవేత్తలు ఒత్తిడిని బట్టి పనిని నాలుగు భాగాలుగా విడగొట్టారు.

	Important	Not-Important
Urgent	అవశ్యం/అవశ్యకం	అవశ్యం/అనావశ్యకం
Non-Urgent	అనావశ్యం/అవశ్యకం	అనావశ్యం/అనావశ్యకం

మనం చేసే ప్రతి పనీ ఔపార్టులో ఎక్కుడో ఒకవోట ఇమిడిపోతుంది. అయితే ఒక్కక్క వ్యక్తికి పనియొక్క ప్రాముఖ్యత ఒక్కక్కరకంగా వుంటుంది. ఇంతకుముందు చెప్పినట్టు ఒక మనిషిలోనే రకరకాల బాధ్యతలుంటాయి. భర్తగా, తండ్రిగా, ఇంటి యజమానిగా రకరకాల చర్యలు చేపట్టాలి. అతడి బాధ్యతిని బట్టి అతడి యొక్క చర్య ప్రాముఖ్యత సంతరించుకుంటుంది. ఉదాహరణకి టి.వి.లో వేషం వేయడమే అతడికి ముఖ్యమయితే అతడు తనకి తానెంతో ప్రాముఖ్యత యిచ్చుకుంటున్నాడన్నమాట. అలాంటి వ్యక్తికి ఆ రోజు మిగతా పనులన్నీటినీ మానుకుని టి.వి. మాటింగ్కి వెళ్ళటం నెంబర్ వన్ అవుతుంది. (ప్రేమ పట్ల తనకి చాలా గొప్ప నమ్మకముంది అనుకునే వాడయితే రైల్స్-స్టేషన్కి వెళ్ళి, పదిహేను సంవత్సరాల క్రితం ప్రేమికురాలిని కలుసుకోవడానికి తండ్రి తద్దినాన్ని కూడా వదిలిపెడతాడు. అలాకాకుండా, అమె ఏదో

అమెరికా నుంచి తనడారు వెళుతూ ఏదో మధ్యలో ట్రైన్ యా డారిలో కొద్దినేపు ఆగుతుంది కాబట్టి క్యాబిన్లో రమ్మని ఉత్తరం ప్రాసిందేవో అనుకునేవాడయితే దానికి అసలు ప్రాధాన్యతే ఇప్పుడు. ఆ మాత్రం ప్రేమున్నదయితే ఈ డారిలోనే ఒకరోజు ఆగవచ్చు కదా అనుకుంటాడు. అదే విధంగా దైవభక్తి, హిందూ సంస్కృతి మీద గొప్ప నమ్మకం వున్నవాడయితే తిరుపతి వెళ్ళటం గురించి, తండ్రి తద్దినం గురించీ ఎక్కువ ప్రాముఖ్యత నిస్తాదు.

దృక్కుథం అంటే ఇదే.

మన అభివృద్ధికి మనం ఏ విధమైన దృక్కుథం అలవర్పుకోవాలి అనేది మనమే నిర్ణయించుకోవాలి. ఏమి కాంబినేషన్లలో మనం 'ది బెస్ట్' అవుతామో తెలుసుకోవాలి.

అలా తెలుసుకున్న తర్వాత శైనచెప్పిన చార్టులో మనం చేయవలసిన పనులన్నీటినీ వరుసక్రమంలో అలవర్పుకోవాలి. దీనినే వర్షుచార్టు అంటారు.

	Important (అవశ్యకం)	Not-Important (అనావశ్యకం)
(అవశ్యకం)	ఎ. తండ్రి తద్దినం బి. బాన్ ని కలుసుకోవటం సి. అప్పుకోసం ప్రయత్నం	1. ఎలక్ట్రిక్స్ బిల్ (ఇంకెవరిక్నే అప్పచెప్పవచ్చు.) 5. టి.వి. మాటింగ్కి వెళ్ళటం. 6. క్లాస్టిచర్స్ ప్రయత్నం కలుసుకోవటం 7. మాజీ ప్రిమురాల్స్ కలుసుకోవటం.
(అవశ్యకం అన్నాడి)	3. పిల్లవాడి స్కూలు టీచర్స్ మాట్లాడటం 4. రేప్సన్షన్స్ పుకు వెళ్ళటం (భార్యకి అప్పచెప్పవచ్చు) 7. తిరుపతి ప్రయాళం 8. మరదలి పెళ్ళిచూపులు.	2. హొసింగ్ కాలనీ మీటింగ్ 6. క్లాస్టిచర్స్ ప్రయత్నం కలుసుకోవటం 7. టిల్లీనుంచి వచ్చిన ఉన్నతాది కారిని కలుసుకోవటం.

ఔపార్టులో మనం సగటు మనిషి యొక్క సహజ ప్రాముఖ్యతల్ని చూశాం. ఇప్పుడు సెంటిమెంటు తక్కువగా వున్న, తన గురించి తనకి అధిక ప్రాధాన్యత యిచ్చుకునే వ్యక్తి యొక్క ప్రాముఖ్యతల్ని చర్చించాలి.

(ఆవశ్యకం) IMP

(అహావశ్యకం) NOT-IMP

URG అవశ్యకం (NON-URG) అనుమతి	1. మాజీ ప్రియులాల్సి కలుసు కోవటం	1. తండ్రి తద్దినం
	2. ఆఫీసుకెళ్ళి బాసెచెప్పిన పని చేయటం	2. మరదలి పెళ్ళిమాపులు
	3. డెల్లీ మంచి వచ్చిన ఆధికారి	3. కొడుకు ఫీజుకోసం అప్పు ప్రయత్నం
	4. టీ.వి.లో వేషం.	
	5. స్టోర్సుల్లో వేకాబు	
	6. అభివాసననటుడిని కలుసు కోవటం	
NON-URG అనుమతి	1. హాసింగ్ కాలనీ మీటింగ్	1. ఎలక్ట్రిసిటీ బిల్
	2. తిరువతి ప్రయాణం	2. పిల్లవాడి చదువు
		3. రేస్వ్ పోపు ప్రయాణం

పైచార్పులో రెండు టేబుల్స్ కే లేదా తెలుసుకోవాలంటే 'దృక్ప్రథం' గురించి మరింత పరిశీలించాలి.

దృక్ప్రథాన్నే మరోరకంగా చెప్పాలంటే సంతృప్తి అనవచ్చు. లేదా ఇష్టం అనవచ్చు. గమ్యం పైను నడిపే దారి అనవచ్చు. ప్రతి మనిషికి ఒక కోరిక వుంటుంది. ఒక గమ్యాన్ని చేరుకోవాలన్న తపన వుంటుంది. కొన్ని యిష్టాయిష్టాలుంటాయి. వాటిని ఉదాహరణకి యా రకంగా విభజించవచ్చు.

1. పని పట్ల ఇష్టం.
2. కుటుంబాల పట్ల ఇష్టం.
3. కీర్తి పట్ల ఇష్టం.
4. డబ్బు పట్ల ఇష్టం.
5. గుర్తింపు పట్ల ఇష్టం.
6. దేవుడు, భక్తి, వేదాంతం వీటన్నిటి మీద ఇష్టం.
7. అవతలి వాళ్ళని జయించటంలో వుండే ఇష్టం.
8. తన పట్ల తనకి అమితమైన ఇష్టం.

ఇలా వేరేరు కోణాలలో మనిషి యొక్క యిష్టాలు నీర్చేశింపబడినప్పుడు, వాటి ననుసరించి అతడు చేసి పనుల యొక్క ప్రాముఖ్యత పెరగటం కానీ, తరగటం కానీ జరుగుతుందని ముందే ప్రస్తావించటం జరిగింది. ఉదాహరణకి ఒక ఘోషకరీ పనిచేసే అక్కొంట్టు కర్తృ వున్నాడనుకోండి. అతడికి 1,000/- జీతం వస్తుంది. వారానికి కనీసం రెండుపార్టుల తాగినిదే వుండలేదు ఒకసారి బిల్లు స్నేహితుడిచ్చినా రెండోసారి ఆ బిల్లు తను ఇష్టవలసి వస్తుంది. అందువల్ల నెలకి 300/- దానికోసం తీసి వుంచుతాడు. అతడే ఇంటి యజమాని కాబట్టి అతడిని ఎవరూ ప్రశ్నించలేరు. మిగిలిన ఏదు వందలతో ఇల్లు గడుస్తుందా అన్న విషయం అతను పట్టించుకోదు. తన అనందం తనకి ముఖ్యం.

ఇటువంటి వ్యక్తి 'తను' అన్న విశేషానికి ఎక్కువ ప్రాముఖ్యతనిస్తున్నాడను కుండా.

మరో వ్యక్తి వున్నాడు. అతడికీ వెయ్యి రూపాయలే జీతం వస్తోంది. కానీ భార్యా పిల్లల కోసం ఎక్కువ ఖర్చు పెట్టాలని బస్తులో కూడా కాకుండా ఆఫీసుకి నడిచే వెళతాడు. ఇతడు 'భార్యాచీడ్లలపై ప్రేమ' అన్న విభాగంలోకి వస్తాడు.

ఈ విధంగా ఇది మంచిది. ఇది చెడు అని ఏది నిర్ణయించలేదు. రకరకాల కాంబినేషన్లో మనని మనం విశ్లేషించుకుంటూ. మన యొక్క దృక్ప్రథాన్ని నిర్ణయించుకోవాలి.

ఇలా విశ్లేషించునేటప్పుడు మనం కొన్ని అంశాలు దృష్టిలో వుంచుకోవాలి. ఆ అంశాలు -

1. ప్రేమ
2. రక్షణ
3. నైతిక ధర్మం
4. సామాజిక న్యాయం
5. స్వేచ్ఛ
6. భవిష్యత్తు
7. పవర్
8. ఆనందం
9. అందరితో మంచి అనిపించుకుంటూ బ్రతకటం.
10. డబ్బు సంపాదన

ఒక మనిషికి ఇవన్నీ మొత్తంగా సాధ్యం కాను. ఇందులో కొన్ని మాత్రమే అతడు పరిపూర్వంగా ఎన్నుకోవలసి వస్తుంది. కొన్నిటితో రాజీవడవలసి వస్తుంది. కొన్నిటిని నిర్ణాశిణ్యంగా వదిలివేయవలసి వుంటుంది. ఉదాహరణకి పవర్ కాంక్ష వున్నవాడు అందరితో మంచి అనిపించుకోలేదు. కొంతమందైనా శత్రువులుంటారు. ఆదే విధంగా

డబ్బు సంపాదన మీద విపరీతమైన కాంక్ష వున్నవాడు కొన్ని శైతిక సూత్రాలను వచిలివేయవలసి వుంటుంది. కుటుంబం మీద విపరీతమైన ప్రేమ, అప్యోయితలున్నవాడు కూడా తన పనిలో ఉన్నత స్థానాన్ని అందుకోవాలంటే కుటుంబంకోసం గడిపే కొంత సమయాన్ని ఆగం చేయాలి.

ఇదంతా ఎందుకు చెప్పవలసి వచ్చిందంటి, మన యొక్క పనుల ప్రాముఖ్యతని మనకి అనుగుణంగా సహించుకోవటంలోనే మన విజయం ఆధారపడి వుంటుంది ఆని చెప్పటం కోసం!

భార్య మరొకసారి పరిశీలించండి. అందులో నాలుగు విభాగాలున్నాయి. ఒక పని ఒక విభాగంలోచి తీసి మరొక విభాగంలోకి వెయ్యటనే జీవితం. చదరంగుపెత్తులు వేసినట్టు యిలా మన పనులని అమర్యకుంటూపోతే వుంటే గెలుపో, బిటిమో మనం ఒక గమ్యానికి చేరువుతాం. ఆ గమ్యం బిటిమి కాకుండా, తప్పనిసరిగా “గెలుపు” అవ్వాలి అనుకుంటే మాటిమాటికి మన ప్రాముఖ్యతలు (ప్రివరెన్స్) మార్యకుంటూ పోకూడదు. ఒక వ్యక్తి కోట్లలో వ్యాపారం చేస్తున్నాడనుకుండాం. అతడి ప్రాముఖ్యత వ్యాపారం. అకస్మాత్కూగా అతడి ప్రాముఖ్యత లేడీ సెక్రటరీషైపు మళ్లిందనుకుండాం. బిజినెస్లో నష్టం వచ్చింది. దాంతో త్రాగుడికి అలవాటుపడ్డదు. ఆ తర్వాత అతడి ప్రాముఖ్యత తాగుడు నుంచి భగవంతుడి మీడకి మళ్లింది. ఇలాంటి తొందరపాటు మార్యుల పల్ల సమయం చాలా వ్యధా అవుతుంది. అలా సమయాన్ని వ్యధా పర్యకున్నవాళ్ళు యా క్రింది ప్రకటన పేర్లలో యివువలసి వుంటుంది.

పౌరవేసుకున్నామ ... నిన్న సూర్యాదయం మంచి సూర్యాప్రమయం మధ్య కాలంలో రెండు బింగారు గంటల్ని ఏక్కుడో కోల్చోయాను. ప్రతి గంటకీ అర్ధా నిముషాల వజ్రాలు పాదగబడి వున్నాయి. వెలకవర్తు. వెతికెనా మికు దొరకవ.

ఇలాంటి పేర్ల స్నేహితులు మన జీవితాలలో అనివార్యం కాకూడదు అనుకుంటే దృక్షాణికి, ట్రైమ్ మేనేజ్మెంట్కి సమయం కుదుర్చుకోవాలి.

## ట్రైమ్ మానేజ్మెంట్

దృక్షాణికి, ట్రైమ్ మేనేజ్మెంట్కి చాలా దగ్గరసంబంధం వుంది. దృక్షాణి బట్టి పనుల యొక్క ప్రాముఖ్యత పెరగటంకానీ, తగ్గటం కానీ ఆధారపడి వుంటుంది. ఉదాహరణకి టి.వి.లో నటించటమే ఇంతకుముందు చెప్పిన ఉదాహరణలో వ్యక్తి యొక్క దృక్షాణితే అది ఒకటన గడిలోకి వస్తుంది. మనం మన దృక్షాణి బట్టి చేయవలసిన పనులని గడులలో నింపుకుంటూ వుండాలి.

అన్నిటికన్నా ప్రమాదకరమైనది రెండవ గడి (ఆవ్యక్తము/అనావ్యక్తము). అంటే ఆ విషయం పీకు చాలా ముఖ్యమైనది, కానీ అర్థంటు కాదు.

ప్రతి వ్యక్తి పీలైనన్ని పనులని ఈ గడిలోకి తోసివేయటానికి ప్రయత్నిస్తూ ఉంటాడు. చాలా ముఖ్యమైన పనులని కూడా, ‘అర్దాంట్ కాదులే’ అనీ ‘తరువాత చేద్దాంలే’ అని వాయిదా వేస్తూ వుంటాడనుమాట. మరుసటిరోజుకి ఆది అర్దాంట్. ఇంపార్ట్రెంట్ అయి పీకలమీదికొస్తుంది. హాడాపుడీ, టిన్స్ ప్రారంభమవుతాయి.

కొంతమంది వ్యక్తులు నాలుగో గడికి ప్రాముఖ్యత యిన్ను వుంటారు. అంటే ఏ మాత్రం ప్రాముఖ్యత లేని విషయాలకీ, ఏమాత్రం తొందరగా పూర్తి చేయవలసిన అవసరం లేని పనులకి వారు ప్రాముఖ్యత ఇన్ను వుంటారు. అలా చేయటం వల్ల కూడా వారు రెండవ గడినే పూర్తిగా నింపేన్ను వుంటారు. ఉదాహరణకి పైన చెప్పిన వ్యక్తి విషయంలో “స్నేహితులతో కలిసి ఆసాయంత్రం వేకాడబటం” అన్న అంశం తీసుకుండాం. అది నాలుగో గడి (ప్రాముఖ్యత లేనిది, అర్థంటు కానిది)లో పడవలసిన అంశం. కానీ ఆ సాయంత్రం మిగిలా పనులన్నిటినీ నదిలి అతడు దానినే చేశాడనుకుండాం. మరుసటిరోజు ప్రాట్స్ నేచ్చార్ పిల్లలో ఎవరో ఒకరికి అనారోగ్యం మొదలవగానే, తిరుపతి వెళ్ళకపోవటం వల్ల యా రకమైన ఉపద్రవం మొదలయింది అన్న మానసిక వేదన ఆ అంశాన్ని రెండవ గడిలోంచి మొదటిగడిలోకి తోసివేస్తుంది. అప్పుడు రెండవ గడిలో వున్న (భార్యా పిల్లలతో కలిసి తిరుపతి వెళ్ళబటం అన్న) అంశం మొదటి గడిలోకి వచ్చేసి, అర్థంటు అవుతుంది. ముందు చెప్పినట్టు - ఎప్పుడయివే మొదటి గడిలో ఎక్కువ అంశాలు వచ్చి చేరటం ప్రారంభించాయి అప్పుడు మనిషి టిన్స్ కి, వేదనకీ గురవుతాడు.

అర్థంటు కానీ ముఖ్యమైన అంశాలన్నిటినీ మనం పీలైనంతరకూ మన భాళీ సమయాన్ని వినియోగించి పూర్తి చేసేన్ను వుంటే మన మొదటి గడి భాళీగా వుంటుంది.

ఈ మొదటి గడి పీలైనంత భాళీగా వుంచుకునే వాడికి జివిలంలో టిన్స్ వుండదు.

అలాగే కొన్ని పనులని మనం ఇతరులకి డెలిగేట్ చేయవచ్చు. అప్పుడు యా గడిలో కొంత వెసులుభాటు కలుగుతుంది.

ప్రాముఖ్యత లేకుండా అర్థంటు పనులు కొన్ని వుంటాయి (గడి నె.0.3) అవి పైకి ఏంతో అర్థంటుగా చేయవలసిన పనులుగా కనపడతాయి కానీ, వాటిని చేయకపోయినా పెద్ద నష్టం వచ్చేది ఏమీ వుండదు. ఉదాహరణకి టి.వి.లో నటించబటం అన్న అంశం తీసుకుంటే అది ఆ రోజు వెళ్ళకపోతే జరగని పనే. అర్దాంట్. కానీ దానివల్ల వచ్చే నష్టం పెద్ద ఏమీ లేదు. మధ్యా ఇంకో మాటింగ్ జరిగినప్పుడు ఆ మిత్రుడిని బ్రతిమాలి వేషం సంపాదించవచ్చు.

ఈ విధంగా ఏది ప్రాముఖ్యత వున్న విషయమో, ఏది ప్రాముఖ్యత లేని విషయమో గ్రహించగలగాలి. అంతే తప్ప కేవలం అర్థంట్ పని కదా అని లేని ప్రాముఖ్యతని దానికి ఆపారించుకోకూడదు.

అర్జెంట్ పనులన్నిటికీ ప్రాముఖ్యత వుండకపేచ్చు.

మన చుట్టూ ఎంతోమంది వ్యక్తులు ఎంతో హడవడిగా వుండచొన్ని మనం గమనిస్తాం. అయితే ఇదంతా నిజంగా హడవడేనా? ఇందులో ప్రాడక్టివిటీ ఎంత అని ఆలోచిస్తే చాలావరకు మనం మనలైమ్సి అన్ప్రాడక్టివ్‌గా గడుపుతున్నామన్న విషయాన్ని తెలుసుకోవచ్చు. “నెలకొకసారి భార్యతో కలిసి వెచ్చాలు కొనటానికి వెళ్ళటం మా అన్వేష్యతని పటిష్టం చేస్తుంది. వెచ్చాలు కొనటానికి సూపర్‌మార్కెట్‌లో మా అపిడకి దాదాపు అరగంట పడితే, ఆ అరగంటా కారులో కూర్చుని నాలుగయిదు ఉత్తరాలు ప్రాయటం పూర్తి చేయవచ్చు. ఈ విధంగా రెండు పనులూ ఒకేసారి చేసుకునే వీలు కల్పించుకొంటూ వుంటాను” అంటాడు నా మిత్రుడయిన ఒక పెద్ద పారిశ్రామికవేత్త.

సెకనుకి విలువ ఇష్టులేనివాడు నిముషానికి విలువ ఇష్టులేదు. కొన్ని నిముషాలు వ్యధా అయితే కొన్ని గంటలు వ్యధా అయినట్టే లెక్క. అలాంటి కొన్ని గంటలు కలుస్తే ఒక రోజుా ఒక సంవత్సరం!! ఒక జీవితం!!! దురదృష్టవాతాత్తు రోజుకి 24 గంటలు మాత్రమే వున్నాయి. వాటిని సద్యానియోగపర్యకోపతే రోజులు వాటంతటవే గడిచిపోతూ వుంటాయి. వెనక్కి తిరిగి చూసుకుంటే చేయవలసిన పనులు ఎన్నో మిగిలిపోతాయి. పూర్తి చేసిన పనులు మాత్రం కొన్నే కనవడతాయి. ఇది మనల్ని బెంబేలత్తిస్తుంది.

మనలో చాలామందికి పొద్దున లేవటానికి ఒక నిర్మిష్టమైన సమయం వుండదు. ఒక్కోరోజు ఒక్కో త్రైములో నిద్ర మేలుకుంటూ వుంటాం. దీనికి కారణం గతరాతి స్నేహితులతోనూ, బంధువులతోనూ చెప్పే కబుర్లే అయి వుండవచ్చు లేదా టి.వి.లో వచ్చిన మంచి సినిమా అయి వుండవచ్చు. రాత్రి తోమిగ్గిదింటి నుంచి పదకొండున్నర వరకూ కూర్చుని స్నేహితులతో, బంధువులతో కబుర్లు చెప్పటం కొండమందికి నిత్యానసరం అన్నా ఆశ్చర్యం లేదు. వారందరినీ మనం వారి ఆనందానికి వదిలి పెడాడం. జీవితంలో ఏదో సాధించాలి అన్న తపనతో ముందుకి సాగే వారికి మాత్రం యా విధంగా సమయాన్ని ఆనందం కోసం వ్యధా పరిచే ఆవకాశం లేదు. పొద్దున ఒక గంట అలస్యంగా లేస్తే మనం ఆ రోజు చేయవలసిన ముఖ్యమైన పనులలో కొన్నిటిని ఒకటో గడిలోంచి, మూడో గడిలోకి తోస్తున్నామన్నమాట. పొద్దున లేచేసరికి మనకి ఆ రోజు చేయవలసిన పనులన్నీ తప్పవినిరిగా గుర్తు రాపాలి. ప్రాద్యున్నే వచ్చే స్నేహితులు, వారితోపాటు కాఫీ, ఇంగ్రీషు పేపరు చదవటం, ఇంట్లో భోనుంటే అరగంట నిర్రక్షమైన సంభాషణ, ఆ తర్వాత హడవడిగా ఆఫీసుకి బయలుదేరటం, అక్కడ స్నేహితులు, కబుర్లు, కాంటీన్, ఆ తర్వాత ఇంటికి వచ్చి స్నానం చేసి, నిస్ట్రోణా మంచం మీద వాలిపోవటం (లేక మళ్ళీ స్నేహితులతోనూ, పేకాట, క్లబ్లు మొదలైన ఆభిరుచులలోనూ మనసిపోయి రాత్రియేసురికి పక్కమీద వాలటం) ఈ విధంగా ఒక రోజుని పూర్తి చేస్తే, అలాంటి రోజులు ఎన్ని గడిచినా జీవితం ఎక్కుడ వేసిన గొంగచిలాగా అక్కడే వుండిపోతుంది.

అలా కాకుండా మనని మనం క్రమశిక్షణాతో కట్టి వేసుకుంటే ఈ పనులన్నిటినీ మరింత బాధ్యతాయితంగా, మరింత అవందప్రదరంగా కొనసాగించవచ్చు. ఆఫీసులో కాస్త సిన్నియర్‌గా పనిచేయటం, కాస్త ఎంటర్ప్రైమెంట్, మనల్ని కాస్త మానసికంగా అభివృద్ధి వైపు నడిపించే పుస్కాలు చదవటం, కొంత సాంఘిక సేవ, అప్పిటికిన్నా ముఖ్యంగా : మన దగ్గరివాళ్ళతో ఆత్మియంగా గడుపటానికి కొంత సమయం - ఇవన్నీ మామూలుగా నిద్రపోయే మనిషికాన్నా, మరింత ఆనందంగా మనల్ని నిద్రాదేవి ఒడిలోకి చేరుస్తాయి.

మన వాళ్ళతో ఆనందంగా గడిచేటప్పుడు ఆఫీసు బాధ్యతలు, ఇతర గొడవలు మనసులోకి రానివ్వకూడదు. అలాగే మనం ఒక పని చేసున్నప్పుడు మిగిలా విషయాలని మనసులో చౌరపడివివ్వకూడదు. ఈ విధమైన కంపార్ట్మెంట్‌లైజేషన్ మనిషికి చాలా ముఖ్యం. అందుకే యా పుస్తకంలో ఒకచోట ప్రాశాను - నేను తల దుఖ్యకునేటప్పుడు నా దుష్యేన గురించీ, నా జాట్టు గురించి మాత్రమే ఆలోచిస్తాను' అని ఒక ప్రభావ వ్యక్తి శాలాకు ప్రవచనం.

రోజువారి దినవర్గాలో - మన మానసిక వికాసానికి తోడ్చడే పుస్కాలు చదవటం, మనకి ఏ రంగంలో ప్రవేశం వుందో ఆ రంగంలో ప్రముఖులు యిచ్చే ఉపాయాలకి వెళ్లటం, అప్పిటికిన్నా ముఖ్యంగా భార్యా బిడ్డలతో (బంధువులు, గుండిపూడి జంగాలు లేకుండా) గడవటం మన చార్పులో మొదటి గడిలో తప్పనిపరిగా వుండవలసిన అంశాలుగా ఎంచుకోవాలి.

కొంతమంది రోజు చేయవలసిన ట్రైమ్సెబుల్ కరక్కుగా వేసుకుంటారుగానీ, వాటిని పూర్తి చేయవలసి వచ్చేసరికి మాత్రం ఏదో ఒక నెపం మీద వాయిదావేస్తూ వుంటారు. నిజానికి పని చేయటం కన్నా, వాయిదా వేయటానికి సంతృప్తికరమైన కారణాలని వెతుక్కోవటం కోసమే వీళ్ళ ఎక్కువ కషపముదుతూ వుంటారు. మన జీవిత కాలంలో మూడోవంతు నిద్రలోను, పదోవంతు తినటం, తాగడంలోనూ, పదోవంతు బాత్రూమ్లో పేపర్ చదవటంలోనూ, ఆరవ వంతు స్నేహితులతోనూ గడుపుతాం. నిజమైన పనికి మనం 30% కన్నా ఎక్కువ కేటాయించం దురదృష్టం. ఒక చిన్న సవరణతో మనం యా ముఖ్య శాతాన్ని ఏపై శాతం కన్నా ఎక్కువగా పెంచుకోవచ్చు.

మనం ఎక్కువ మాటల్చడతాం. దేవడు మనకిచ్చిన శాపం ఇది. ఆతడు మనకి వరంగా యిచ్చినా కూడా మనం దాన్ని శాపంగా మార్చుకున్నాం. చాలా అవసరమైన సంభాషణలలో మనం ఎక్కువకాలం గడుపుతాం.

నిద్ర విషయంలో కూడా అంతే. మనకి కావలసిన దానికాన్నా కనీసం మూడు గంటలు ఎక్కువ నిద్రలో గడుపుతాం. అంతకన్నా దురదృష్టకరమైన విషయం నీద్ర పోవటానికి ప్రయత్నించటంలో గంటసేపు గడుపుతాం. బైలిల్‌లో ఒక సుభాషితం వుంది - “నిద్రను ప్రేమించవలు. అది నిన్న బీదివాడిని చేస్తుంది. కళ్ళు తెరిస్తే రౌట్టుముక్క

దౌరుకుతుంది. చీమని ఆదర్శంగా తేసుకో. ఆ అల్పప్రాణ్ దివారాత్రాలు కష్టపడుతుంది. వై అధికారి లేదు. ఎవరూ దానిని పనిచేయమని నిర్దేశించరు. కానీ బుతువులనీ, బుతుక్కమాన్చి తెలుసుకోని, వర్షాకాలం కోసం తన తిండిని వేసవి నుంచీ సమకూర్చుకోవటం ప్రారంభిస్తుంది” అని.

నిద్రలేవగానే బ్రెకిపొస్ట్, కాలక్రూత్యాలు మొదలయినవన్నీ మనం ప్రస్తుతం వినియోగిస్తున్న సమయం కంటే సగం సమయంలోనే పూర్తి చేయటానికి కృషి చేయాలి. కొంతమంది న్యాస్ పేపర్ మొదటి అక్కరం నుంచీ చివరి అక్కరం వరకూ చదవనిదే ఏ పనీ మొదలుపెట్టరు. జీవితంలో స్టీరపడ్డ తర్వాత ఇలాంటివన్నీ ఆనందమిస్తే యిస్తూ వుండవచ్చు కానీ అయిదు మెట్టు ఎక్కు స్నేఛిలో యివి కుదరవు. అదే విధంగా తొందర తొందరగా చదవటం అలవాటు చేసుకోవాలి. కొందరు ఒక పుస్తకాన్ని గంటలో పూర్తి చేస్తే, మరికొందరికి అదే పుస్తకం పూర్తి చేయటానికి రెండు మూడు రోజులు పడుతుంది. వేదంత గ్రంథాలూ, మన్వాళ్ళిషణ పుస్తకాలు మొదలయిన వాటికి ఆ మాత్రం సమయం అవసరమవే కానీ పాపుల్ పుస్తకాలు, వారపత్రికలూ చదవటానికి అంత సమయం అనవసరం.

కొద్దిగా కష్టపడే మనిషి రోజుకి పది నుంచీ పదకొండుగంటల వరకూ తన పనిలో సీరియస్ గా నిమగ్గం కాగలడు. మనం అంతసేపు పనిచేస్తున్నాము లేదా అన్నది మనమే బేరీజా వేసుకోవాలి.

చాలామందికి పనిచేస్తే అలసిపోతాం’ అన్న దురభిప్రాయం వుంది. పనిచేస్తే మనం అలసిపోము. ఎంయకంబే ఆ పని చేయకతాతే దాని బదులు ఇంకో పనిచేస్తాం కాబట్టి.

అలా అని మనం వర్క్ హాలిక్స్ గా మారకూడదు. వర్క్ హాలిక్ అంటే నిరంతరం పని గురించే అలోచించేవాడు. భార్యాబిడ్డలతో డెన్సర్ చేస్తూ కూడా మరుసటిరోజు బాంక్లో చేయవలసిన లడ్జర్ పుస్తకాల గురించి అలోచించేవాడు. ఇలాంటివారు పెద్ద తలనొప్పి వ్యవహరంలగా తయారవుతారని యిదే పుస్తకంలో ఎక్కడో ఓచోట ప్రాశాను. వర్క్ హాలిక్కి, కష్టపడే వ్యక్తికి తేడా ఏమిటంబే, కష్టపడే వ్యక్తి రకరకాల పనులలో అనందాన్ని పొందటానికి ప్రయత్నం చేస్తాడు. వర్క్ హాలిక్ కేవలం ఒక పని చేయటంలో తప్ప ఇంక దేనిలోనూ సంతృప్తి పొందడు. అది కూడా నిజమైన సంతృప్తికాదు. జీవితం పట్ల ఒక రకమైన ప్రఫ్ఫైమెంటో పని పట్ల తచ్చుకున్న ఒక రకమైన సూడో ఇష్టం.

మిగలా దేశాల కన్యాసమయం యొక్క విలువ గ్రహించిన వారు తూర్పు దేశాలలో తక్కువ. ఏడు వేల సంవత్సరాల మానవ చరిత్ర (సివిల్జెషన్) పూర్తయిన తర్వాత కూడా భారతదేశంలో ఎన్ఱె కోట్లకు పైగా నిరక్షరాస్యలున్నారు. ప్రపంచం మొత్తం మీద వున్న నిరక్షరాస్యలలో పీరు దాదాపు సగం మంది. ఎంత అవమానకరమైన విషయం ఇది.

ఒక ప్రఖ్యాత ఆంగ్లకవి ‘Life is short’ అన్నాడు. జీవితం చిన్నది. అనంతానంతకాలంతో పోల్చుకుంటే మనిషికాలచక్కంలో పయనించే బాటసారి మాత్రమే.

అందుకనే మనందరం మన జీవిత డైరీలలో ప్రాసుకోవాలి - “ఈ దారి వెంబడి నేను వెళ్లువుంటాను. కనపడినప్రతి మొక్కుకీ నీరు పోస్తాను. ప్రతి చెట్టునీ పలకరిస్తాను. దారి పక్కన నా సహాయం కావలసిన వారెవైనా వుంటే వారికి సహాయం చేస్తాను. ఒక్క అందం కూడా నేను కోల్పోను. ఎందుకంటే మట్టి ఈ దారిలో ప్రయాణించే అవకాశం నాకు తిరిగి రాదు.”

\*

\*

\*

సమయాన్ని సరిగా వినియోగించుకునే వాడికి మిగతా మంచి అలవాట్లు కూడా వాటంతటవే వస్తాయి. ఒక పెడ్యూల్ అంటూ లేకుండా ఎప్పుడు పడితే అప్పుడు ఏదో ఒక చిరు తిండి తెనేవారు ట్రైమ్ మేనేజీమెంట్ సరిగా చేయలేరని మానసిక శాస్త్రవేత్తలు నిర్మారిస్తున్నారు. నీరీత్త సమయాలలో నీరీత్త అపోరపుటలవాట్లు వుండటం అనేది ట్రైమ్ మేనేజీమెంట్కి పునాది. ఎవరికైనా తర్వాత పోన్ చేస్తానని చెప్పి చెయ్యకపోవటం, అప్పొనాన్ని మరిచి, వస్తానని చెప్పి వెళ్కపోవటం - మొదలైనవన్నీ యా విధమైన సమయం పట్ల బాధ్యతాపాత్యాన్ని’ నూచిస్తాయి. మనకి సమయం ఎంత విలువైనదో అవతలివారికి అంతకన్నా విలువైనది అన్న విషయం గ్రహించాలి. అంతేకాదు. యిలాంటి చిన్న చిన్న విషయాలకి కొందరు చాలా ప్రాముఖ్యతనిస్తారు. పోన్ చేస్తానని చెప్పి చెయ్యకపోతే, కొందరు చాలాకాలం వరకు ఆ విషయాన్ని గుర్తు పెట్టుకుంటారు. జీవితంలో వేగం అనేది ఎంతో ప్రాముఖ్యత సంతరించుకుంటున్న యా రోజులలో అప్పొయింటమేనీ పూర్తి చేయలేని వ్యక్తులు అవతలివారి దష్టైలో క్రమక్రమంగా తమ విలువని కోల్పోతాడు. అలాగే అప్పొయింట్ లేకుండా అవతలి వ్యక్తిని కలుసుకుని అతని సమయాన్ని వ్యాపారమైన పాక్క కూడా మనకెంత మాత్రమూ లేదు. అతడంత అష్టమిత్రమైనా సరే, ముందు తెలియబర్చి కలుసుకోవటం మన కనీసభాధ్యత. వీలైతే ‘జాల్ఫ్ వెర్స్’ నవల ‘80 రోజులలో భూషషద్జీలు’ అన్న పుస్తకాన్ని వదవండి. ‘ప్రిలియాన్ పాగ్ అందులో హీరో. సమయం యొక్క విలువ గురించి మనందరం అతడి దగ్గర నుంచి నేర్చుకోవలసింది చాలా వుంది.

మనం సమయానికి ఎంత విలువనిస్తున్నాము అన్న విషయానికి రహింద్రభారతిలో జరిగే మీటింగులు ఉదాహరణగా నిలుస్తాయి. ఏ ప్రోగ్రామూ అనుకున్న సమయానికి ప్రారంభమవడు. వేదిక నెక్కువలసిన పెద్దలే కాదు. ఆడియోన్ కూడా అలస్యంగానే వస్తారు. ఎలాగు సభ అనుకున్న సమయానికి మొదలవదులే అన్న భావం మన రక్కంలో జీర్ణించుకోయినదనటానికి ఇదొక మంచి ఉదాహరణ.

\*

\*

\*

ఒక పెద్ద పనిచేశాక మనం బాగా అలిసిపోయినట్టు ఫీలవుతాం. రెస్ట్ తీసుకోవాలను కుంటాం. ఒక పనిలోంచి మరొక పనిలోకి మారటమే రెస్ట్ తీసుకోవటం. విశ్రాంతి అంటే పనిచెయ్యకోవటం... అనే ఫీలవనక్కల్లేదు. పదిభేజీలు ప్రాసి వేళ్ళు నాపైడితే అప్పటివరకూ ప్రాసింది చదువుకోవటం కూడా విశ్రాంతే.

ఇలాంటి చిన్న చిన్న విషయాలే మనిషి అభివృద్ధికి లోడ్డుడలాయి. అద్భుతం అనేది ఎక్కడో వుండదు. అద్భుతమేవత నిధిని మన ఇంట్లోనే ఎక్కడో దాచి వుంచుతుంది. సిన్నియారిటీ అనే గుపంతో మనమే దానిని తప్పి బయటకు తీసుకోవాలి.

\* \* \*

- ఈ రోజు చెయ్యగలిగిన పనిని రేపటికి వాయిదా వేయకు.
- మన్ను చేయగలిగిన పనిని ఇతరులకు అప్పచేప్పి కష్టపెట్టుకు.
- చేతికి రాని డబ్బుని ముందే ఖర్చు పెట్టుకు.
- కేవలం చౌకగా వస్తుంది కదా అని నీ కవసరం లేని వస్తున్ని కొనకు
- ఆకలి, దాహాం కన్నా ఆశ్చర్యమానం ముఖ్యం అనే మాత్రం గుర్తుంచుకో.
- తక్కువ తిన్నందుకు ఎప్పుడూ ఎక్కువ వస్తుపోయానని బాధపడకు.
- రానిప్రమాదాల గురించే మనం ఎక్కువ బాధపడుతూ పుంటాం అప్పి విషయాన్ని గుర్తుంచుకో.
- గునపొన్ని ఎప్పుడూ పిడికిలి దగ్గరే పట్టుకో.
- కోపం వచ్చినపుడు పది వరకూ లెక్కపెట్టు. కష్టం వచ్చినపుడు అంకిలు లెక్కచెడుతూ కూర్చోకుండా పరిష్కారమార్గాన్ని అలోచించ.

ఇప్పుడు ప్రముఖులు చెప్పిన జీవిత సూత్రాలు. మనం ట్రైమ్ మేనేజ్మెంట్కి వీటిని కొర్టిగా మార్చి అస్వయించుకుండాం.

పనికోసం సమయం కేటాయించు. అది నీకు గెలుపు యొక్క సంతృప్తిన్నట్టుంది. అలోచించటానికి కొంత సమయం కేటాయించు.... అది నీకు గొప్ప మేరస్సు నిస్సుంది.

చదవటానికి కొంత సమయం కేటాయించు... అది నీకు వ్యక్తిత్వాన్నిస్సుంది. నవ్వటానికి కొంత సమయం కేటాయించు... అది జీవితాన్ని అప్పుడపురుస్సుంది. ప్రేమించటానికి కొంత సమయం కేటాయించు... అది జీవితానికి పరిపూర్ణత్వాన్నిస్సుంది.

కలలు కనటానికి సమయం కేటాయించు... అది నీకు నక్కల్లాల అందాన్ని చూపిస్తుంది.

క్రీడలకి సమయాన్ని కేటాయించు... అది నీకు యవ్వనాన్ని ప్రసాదిస్తుంది. ప్రార్థించటానికి సమయాన్ని కేటాయించు... అది నీకు అప్పిత్వాన్నిస్సుంది.

ఇన్ని ఆప్సోదకరమైన పనులు నిర్వర్తించటం కోసం దేవుడు మనకి "సమయం" ఇచ్చాడు. వ్యధాపర్యకోకుండా సద్గైనియోగవరచుకోవటం మన విధి. అదే ట్రైమ్ మానేజ్మెంట్.

సమయం యొక్క విలువ గురించి ఒక గొప్ప ఉదాహరణ చెప్పాలి. ఇప్పుడు మీరు వదువుతున్న యా పుస్తకం తాలూకు నోట్టునేను దాదాపు ఒకసంవత్సరం నుంచి ప్రీవీ చేసుకుంటూ వస్తున్నాను. ఈ కాలంలో, అంటే 1994 అక్టోబర్ 26వ తారీఖున ఒక దురద్భుతమైన సంఘటన జరిగింది. హోబాపేబాన్ అనే ఎనిమిదేళ్ళ అమ్మాయికి భ్లో దురద్భుతమైన సంఘటన జరిగింది. జోర్డాన్ దేశంలో లైట్ సొకర్యం అంత అధునాతన క్యాన్సర్. అక్టోబర్ 26వ తారీఖున ఇజ్జాయిల్ జోర్డాన్తో సంధి కుదుర్చుకుంది. ప్రైనది కాదు. అక్టోబర్ 26వ తారీఖున ఇజ్జాయిల్ జోర్డాన్తో తండ్రి ఇజ్జాయిల్ ప్రధానికి తన కూతురి పరిస్థితి వివరిస్తూ ఉత్తరం హోబాపేబాన్ తండ్రి ఇజ్జాయిల్ ప్రధానికి తన కూతురి పరిస్థితి వివరిస్తూ ఉత్తరం ప్రాశాదు. రెండు దేళాల మర్యాద సంధి కుదరబోతున్న బుభ సందర్భంలో జోర్డాన్కి ఇప్పుడు బహుమతిగా ఇజ్జెల్ ప్రధాని రాబీన్-ఆపాప్ లైట్ తమ దేశంలో జరిపిస్తానని వాగ్గానం చేస్తూ పాప తండ్రికి ఉత్తరం ప్రాశాదు. కానీ ఇజ్జాయిల్ ప్రధాని జోర్డాన్ వెళ్ళి విమానంలో సాంకేతిక లైట్ ప్రాశాదు ఏర్పడటం వల్ల ఆ సంధి "ఒ...క్కరోజు అలస్యమైంది. ఆ మరుసటి రోజు హోబాపేబాన్ మరణించింది.

"ప్రాందూలో వచ్చిన ఈ వార్తా అరోజు నేను నోట్టుచేసుకున్నాను. చెయ్యవలసిన పని ఒక్కరోజు అలస్యమైతే ఎంత దారుణమయిన పరిస్థితులకి దారితీస్తుందో చెప్పటానికి ఇంతకన్నా గొప్ప ఉదాహరణ మరేదయినా వుంటుందా?

\* \* \*

1. ట్రైమ్ మేనేజ్మెంట్లో అన్నిటికిన్నా ముఖ్యంగా తెలుసుకోవలసింది మన శరీర ప్రీతి. మనం శరీరం రోజులో కొంతకాలం అత్యుత్సాహంతో పనిచేయటానికి ఉప్పిల్లారుతుంటుంది. మన మెదడు, రోజులో ఒక్కొక్కి నిర్దీత సమయంలో విశ్రాంతి తీసుకోవటానికి తప్పాతహాలాడుతుంది. పని చేయటానికి నిరాకరిస్తుంది. మన శరీరం గురించి, మన మెదడు గురించి మనకన్నా బాగా తెలిసినవాళ్ళు ఇంకావరు వుండరు కదా! ఏ ట్రైమ్లో మనం 'ది బెస్ట్' అన్నది తెలుసుకోగలగాలి. ముఖ్యమయిన పనులన్నీ ఆ ట్రైమ్లో పూర్తి చేయాలి. దీనినే దినంలో ఫలవంతమైన భాగంగా గుర్తించాలి.

2. మనం పనిచేసే విధానం పట్ల మన యొక్క వైఖరి మనం తెలుసుకోగి వుండాలి. మనలో కొంతమంది చాలా వేగంగా పనిచేస్తాం. అయితే పనికి పనికి మర్యాద ఏక్కువ విశ్రాంతి కోరుకుంటాం. మనలో మరికొంతమంది స్లోగా పనిచేస్తారు. అయితే పనికి పనికి మర్యాద ఏక్కువ విశ్రాంతి కోరుకుంటాం. మనలో మరికొంతమంది స్లోగా పనిచేస్తారు. అయితే పనికి పనికి మర్యాద ఏక్కువ విశ్రాంతి కోరుకుంటాం. మనలో మరికొంతమంది స్లోగా పనిచేస్తారు. అయితే పనికి పనికి మర్యాద ఏక్కువ విశ్రాంతి తీసుకుని, రిండో పనిని మరో రెండు గంటలలో పూర్తి చేసి, నాలుగు గంటలు విశ్రాంతి తీసుకుని, రెండో పనిని మరో రెండు గంటలలో పూర్తి చేసి, నాలుగు గంటలు విశ్రాంతి తీసుకుని, రెండో పనిని మరో రెండు గంటలలో పూర్తి

చేస్తాడు. మరో వ్యక్తి మూడున్నర గంటలలో ఒక పని చేసి, గంట మాత్రమే విశ్రాంతి తీసుకుని రెండో పని చేయటానికి మరో మూడున్నర గంటలు తీసుకుంటాడు. ఈ రెండు విభాగాలలో మనం దేనికి చెందుతామో స్వప్తంగా కనుక్కోగలిగి వుండాలి. మనం రెండో టైపు వ్యక్తులమైతే పనికి మధ్య నీలైనంత తక్కువ విశ్రాంతి తీసుకోవాలి. మొదటి టైపు వ్యక్తులమైతే రెండు పనులకీ మధ్య వున్న విశ్రాంతిలో మూడో పని ఏదన్నా చేయగలమా లేదా అని ఆలోచించుకోవాలి.

3. మనం పనిచేయటానికి ఎటువంటి వాతావరణాన్ని అభిలషిస్తామో తెలుసుకుని, ఆ విధమైన వాతావరణాన్ని సృష్టించుకోవాలి. ఉదాహరణకి కొంతమంది చదువునేటప్పుడు పక్కనే టేవ్ రికార్డర్ వుండాలి. కొంతమంది పనిచేసేటప్పుడు చుట్టూ పాడావుడి వుంటే ఎక్కువ ఏకాగ్రతలో దానిని చేయగలరు. మరికొంతమందికి చుట్టూ నిశ్శబ్దమైన వాతావరణం వుండాలి. మనం ఏ వాతావరణాలో మనలోని శక్తిని వెలికి తీయగలమో తెలుసుకుంటే, అటువంటి వాతావరణాన్ని సృష్టించుకోవటం పెద్ద కషాం కాదు. ‘చుట్టూ పేపర్లు, పుస్తకాలు వేసుకుని గంటల తరబడి ఎవ్వే కలవకుండా ఒక్కడిగే రూమలో ఎలా వుండగలవు?’ అని నన్ను స్నేహితులు అడుగుతూ వుంటారు. చాలా చిన్న సమాధానం. “...నా పని అలాటిది”.

4. పనులని ఇతరులకి అప్పజిప్పటం పట్ల మన అవగాహన ఎలాటిదో మనకి ఖచ్చితంగా తెలిసి వుండాలి. కొంతమంది ప్రతి పని తామే చేయాలనుకుంటారు. కొంతమంది ప్రతి పని ఇతరులకి అప్పగించేసి ఖాళీగా వుండాలనుకుంటారు. ఈ రెండూ తప్పే. తన చేయగలిగిన, చేయవలసిన ఆగత్యం వున్న పనులేమిటో తను స్వప్తంగా తెలుసుకుంటే మిగిలా పనులని అవసరమైనవారికి, అవసరమైన చోట, అవసరమైన విధానంలో అప్పగించి వారి నుంచి ఫలితాలు రాబట్టామ్మ.

5. కొంతమంది వ్యక్తులు నాలుగయిదు పనులని ఒకేసారి అంచెలందెలుగా నిర్వర్తించగలరు. మరికొంతమంది ఒక పని పూర్తయితే తప్ప రెండో పని మొదలు పెట్టాలిరు. మనం ఏ టైపుకి చెందిన వ్యక్తులమో మనం నిర్ణయించుకుని ఆ విధంగా పనులని పూర్తిచేయాలి. ఉదాహరణకి ఒక దర్శకుడు ఒక సినిమా తీసున్నంతకాలం మరో సినిమా గురించి ఆలోచించడు. మరో దర్శకుడు ఒకేసారి నాలుగైదు సినిమాలు పాట్ చేస్తూ వుంటాడు. రెండిట్లోనూ విజయం సాధించవచ్చు. అది వేరే సంగతి. మనం ఏ రకంగా స్టేన్ చేస్తే విజయం సాధించగలమా అనేది మన మనస్థత్వాన్ని బట్టి, మన శక్తి సామర్థ్యాలని బట్టి గ్రహించగలగాలి.

**త్రైమ్మసెన్స్ :** రోజులో ఎన్ని గంటలు నిరర్కంగా గడిచిపోతున్నామో తెలుసుకోవటానికి చాలా చిన్న ఎక్కర్సైజు వుంది. వారం రోజులకి సరిపడా ఒక టైమ్ చార్టు వేసుకోండి. మీరు ఎన్ని గంటలకి లేస్తున్నారు అన్నది నోట్ చేసుకుని, అక్కడిమంచి ప్రతి గంటా ఒక విభాగంగా విడగొట్టండి. రోజు రాత్రి పడుకోబోయేముందు ఆ రోజు చేసిన పనులు, వాటికి పట్టిన కాలం ఆ గళ్లలో నింపండి. వారం రోజులపాటు ఇలా చార్టు పూర్తి

చేసిన తరువాత ఒక ఆద్యాయం మొదటి ప్రాపిసిన నాలుగు గళ్ల చార్టులో నింపండి.

ఎంత సమయం వ్యధాగా గడిపింది, ఎంత సమయం ఇప్పయోగపడేలా గడిపింది, ఎంత సమయం అర్జంటుగా చేయవలసిన వుపుల గురించి గడిపింది, ఎన్ని ఆర్ట్రేంటుగా చేయవలసిన పనులు చేయలేదు - అన్న విషయం మీకి బోధపడుతుంది. అయితే ఇది స్వల్పకాలిక ప్రణాళిక. దీనినే దీర్ఘకాలిక ప్రణాళికగా ఏర్పరచుకుంటే, అప్పుడు జీవిత దృక్కథం మనకి మరింత స్వప్తంగా అవగతమవుతుంది.

**త్రైమ్మసెన్స్** అంటే అన్ని టైమ్ ప్రకారం చేయబం.

గడియారం ఎక్కడో వుండదు. మన శరీరం కన్నా బెస్టు గడియారం ఇంకోకటి వుండదు. సరిగ్గా సమయానికి ఆకలేస్తే అది మన కడుపును తడుతుంది. దాచామేస్తే గొంతును తడుతుంది. అలాగే మెరదు కూడా ఒక గడియారం లాగా పనిచేస్తూ వుంటుంది. చేయవలసిందల్లా దానికి కరక్కు టైపినింగ్ ఇఖ్యటం మాత్రమే. నాకు తెలిసినంతలో తెల్లవారురుమున నాలుగింటి నుంచీ ఏడింటివరకూ బెస్ట్ టైమ్. ప్రకృతి అప్పుడవ్వడే నిద్రలేస్తూ వుండగా, చుట్టూ నిశ్శబ్దమైన వాతావరణంలో మనలోని శక్తి మాగ్రిమమ్ లవెల్లో ఉంటుంది. అప్పుడు ప్రైమ్సా నిద్రలేవటం వల్ల రోజు ఆలూకు దైనందిన బరువుబాధ్యతలు, విసుగు, కోపాలు ఏపీ వుండవు. అప్పుడు చేసిన పని మారుతాతం మంచి రిజల్ట్స్ ని ఇస్తుంది.

\*

\*

\*

**త్రైమ్మసెన్స్** అనేది పెద్ద పెద్ద విషయాలలోనే కాకుండా చిన్న విషయాలలో కూడా ప్రస్తుతమవ్వాలి. నేనవరికోస్టైనా పోన్ చేసినప్పుడు యా విధంగా మాట్లాడుతాను “నేను విరేంద్రనాథీ మాట్లాడుతున్నాను. రామార్చా గారున్నారా?”

**“లేరండి”**

“అయిన వచ్చాక నేను పోన్ చేశానని చెప్పండి. మళ్ళీ చేయమని చెప్పండి”.

**“ఇదే సంభాషణ ఈ విధంగా కూడా జరుపవచ్చు”**

**“పాలో”**

**“పాలో”**

**“రామార్చాగారున్నారా?”**

**“మీరపరండి?”**

**“విరేంద్రనాథీ”**

**“ఎన్నీ మేసేచ్ సర్?”**

**“రామార్చాగారు ఎప్పుడొస్తారు?”**

**“ఇంకో గంటలో రాపచ్చు. సరిగ్గా తెలిదండ్డి”**

**“అయినొచ్చాక నాకు పోన్ చేయమని చెప్పండి”.**

“మిరెరు మాట్లాడుతున్నారు?” (అప్పటికే అపరేటర్ పేరు మర్చిపోయింది).  
“నేను వీరేంద్రసార్త్ని మాట్లాడుతున్నాను”.  
“అలాగేనండీ. వచ్చాక చెప్పాను”.

ఇది చాలా చిన్న విషయంగా కనపడినా ప్రతి చినుకూ ఒక పెద్ద ప్రవాహానికి దోహదం చేస్తుంది అన్న విషయం మనం మర్చిపోకూడదు. మరొక ఉదాహరణ తీసుకుంటే రైలు ప్రయాణాలు ట్రైమ్ సెన్స్ కి ప్రతీకల్లగా నిలుస్తాయి. గంట ముందే స్టేషన్కి వెళ్ళటం, దిక్కులు చూస్తూ నిల్చేవటం, తోటి ప్రయాణికుడికి జోర్డ్స్ న్యూర్డం మీద మన అమూల్యాల్చిప్రాయాలని తెలియజెప్పటం మొదలయినవ్వీ సమయం పట్ల మనకున్న అగోరవాన్ని తెలియజెస్తాయి.

అన్వట్టురైలు ప్రయాణం అంటే గుర్తొచ్చింది. ఈ అధ్యాయంలో ఒకచోట కాళ్ళిరు నుంచి కన్యాకుమారి వెళ్ళిరైలు గురించి ఒక ప్రశ్న వేయటం జరిగింది. పది రోజులపాటు జరిగే మన ప్రయాణంలో ఎన్ని రైళ్ళు ఎదురొస్తాయని? మీ సమాధానం ప్రది' అయితే అది తప్ప. మనం కాళ్ళిర్లో బయలుదేరిన సమయానికి ఎదురొస్తున్న పది రైళ్ళు అపాటికే పట్టాలమీద వుంటాయి. మన ప్రయాణం చేసే పది రోజుల్లోనూ రోజుకొకటి చొప్పున మరో పదిరైళ్ళు ప్రారంభమవుతాయి. కాబట్టి మొత్తం ఇరవై రైళ్ళు మనకి ఎదురవుతాయి. అయినా ఇక్కడ మీరు లెక్క చేశారా లేదా అని కాదు. “సమాధానం ఇరవయ్యా పేటీలో వుంది” అని తెలియగానే ఆ పేటీని తిప్పి చూశా? అని. ఎలాగూ ఇరవయ్యా పేటీలో సమాధానం వుంటుంది కదా అని సమయం వ్యాధి చేసుకుండా వెంటనే ఆ పేటీ తిప్పి చూస్తే మీకు గొప్ప ట్రైమ్ సెన్స్ పున్నట్టు లెక్క! ఆగండి పాంగిపోకండి. చాలాసేపు వెతికి వుంటారు. ఇరవయ్యా పేటీలో సమాధానం వుండదు. (ఆ పేటీలో పేటీ నంబరు వుంటుంది కాబట్టి ఆ విధంగా చెప్పటం జరిగింది)

మీరు లెక్క కరెక్టుగా చేసి, ఇరవయ్యా పేటీలో 20 అంకె ఎలాగూ వుంటుంది కదా, ఇంక చూడటం దేనికి అదే కరెక్టు అన్వరయి వుంటుంది - అన్న నిర్దిశానికి రాగిలిగారంటే మీలో గొప్ప తర్గుంలో కూడిన ఆత్మవిశ్వాసం వుండన్నమాట! అలాంటి ఆత్మవిశ్వాసపు అన్వషణ కోసం, - మనలో పున్న మన శక్తులని బయలకు తీసుకురావటం కోసం కాలాన్ని వినియోగించాలి! అంతే తప్ప సులభమార్గాల్లో ఆన్వర్ తెలుసుకోవటానికి ప్రయత్నించి అదే ట్రైమ్ సెన్స్ అనుకొని పాంగిపోకూడదు. ఆ విధమైన అన్వషణ గురించే మనం యిప్పుడు తెలుసుకుండాం.

## అన్వషణ

పొమాలయ గుహంతర్మాగాలలో తపస్సు చేసుకునే బుసి దగ్గరకు వెళ్ళి నేనడిగాను “దేవుడక్కడుంటాడు” అని అతడు నావైపు పున్నతూ చూశాడు. కొండల్లీ, కోనల్లీ, ఎగిరే పావురాన్ని, కదిలే సముద్రాన్ని.

అకాళంలో నక్కతాల్చి, పూనే పుప్పులనీ, పూఅంచరేకుల మీద నిలబడ్డ మంచు బిందువులనీ, దయార్జ హృదయులనీ, కరుణామయులనీ, ప్రకృతిని, వికృతిని, సాకృతినీ చూసించి ఇదంతా భగవంతుడి ఆకృతే ఆన్నాడు. అనంతప్రిణ్తో వెనుదిరిగాను. పర్వతశిఖరాలు దిగుతూ వస్తూ వుంటే కొండ చరియలలో చెట్టు మొదలు కొడుతున్న ఒక కష్టమీని నుదుటిమిది చెమట చుక్కలో ఇంద్రధనుస్సు కనపడింది. అందులో దేవుడు నాకు కనపడ్డడు”

అన్వషణ అంటే అదే, మనలో పున్న శక్తిని మనం తెలుసుకోగలగటం. మనలో పున్న కళని సరిగ్గా గుర్తించి బయలకు తీసుకురాగలిగే ప్రయత్నం చేయటం. అదే సాందర్భం! అదే జీవితం! మన అన్వషణంతా దానికోసమే సాగాలి!!!

ఒక కుర్రవాడు చదువులో వెనుకబడి వుండవచ్చు. అతడి తల్లిదండ్రులు ఎన్నో సంవత్సరాలు అతడి వైపుల్యం గురించి బాధపడుతుండి వుండవచ్చు. కానీ అతడు ఆకస్మాత్పుత్తగా ఒక గొప్ప చిత్రకారుడో, పుట్టబాల్ స్టేప్సురు అవ్యాచ్యు. అంటే అప్పటివరకు అతనిలోని మరుగున పడివున్న ఒక ఆర్ట్ని అతనుగానీ, వాళ్ళగానీ గుర్తించలేక పోయురవుమాట. అలాటి దాని కోసమే అన్వషణ సాగాలి.

“ఏ మనిషిలో అన్వషణ లోపించిందో ఆ మనిషికి దేవుడు కళ్ళజోడు మాత్రమే ఇచ్చాడు. కళ్ళ ఇష్టలేదు” అని ఒక పురాతన సామేత ఘండి. ఎది ఆక్షరాలా నిజం.

రాబ్ర్యాస్ట్ ప్రాణ్ ఒకచోట అంటాడు. “అడవికి అవతలివైపు వెళ్ళటానికి రెండుదారులుంటే తక్కువమంది నడిచిన దారిని నేనెన్నుకుంటాను. భాళీనిసాలు, చెత్తకాగితాలు నాకడ్డురావు” అని.

పదిమంది నడిచే దారిలో పయనించేవాడు విజయాన్ని సాధించినా ఉత్తేజాన్ని సాధించలేదు. అలా అని ఎప్పుడూ రిన్స్ తీసుకుంటూ రకరకాల ప్రమాదాలలో పడటం కూడా మనిషి జీవిత గమ్యం అయి వుండాలని నా ఉద్దేశ్యం కాదు. తార్మికమైన అన్వషణ మనిషి ఎప్పుడూ విజయించుపు పయనింపజేస్తుంది. ‘అనందం’లో కూడా అన్వషణ కొత్తదారులు చూపిస్తుంది. చిన్నచిన్న అనందాలు మనిషికి గొప్ప సంతృప్తిప్రాయాలు. అయితే అటువంటి అనందం ఎందులో లభిస్తుంది అని తెలుసుకోవటానికి మనిషి నిరంతరం ఫోస్సిస్తుండాలి. ‘నా జీవితంలో ఇంకేమీ లేదు. భగవంతుడు నా నుదుటి మీద ఇలాగే జీవించుని ప్రాశాడు. ఏదో బ్రతుకు యిలా గడిచిపోతే చాలు. నాఅంత అభాగ్యులు ఇంకవరూ ఘండరూ’ అనుకోవటం ఎంత నిర్దాకమో ‘జీవితంలో అన్ని సాధించేశాను. ఇక నేను చేయవలసిందేమీ లేదు’ అనుకోవటం కూడా అంతే నిర్దాకం. ఇటువంటివేదాంతం వ్యాఘ్రప్యంలోనూ, అనారోగ్యంలోనూ సరిపోతుందేమోకానీ మామూలు మనిషికి ఆరోగ్యప్రదానైన సంతృప్తినివ్వదు.

‘జీవితంలో అన్నివిధాలా ఓడిపోయాను.’ అనుకునే వాళ్ళందరూ తమ యొక్క జీవితగమ్యాన్ని ఇతరులకి అంకితం చేయాలనుకుంటారు. ఉదాహరణకి భర్తచే విజయానికి ఐదు మెట్లు

మౌనగింపబడిన ప్రైథి ఇంకే ఆనందం లేకుండా ముసలి తల్లిదండ్రులని చూసుకుంటూ పిల్లలని పెంచి పెద్ద చేస్తే చాలనుకుంటుంది. వ్యాపారంలో న్యాపువచ్చి ఆత్మాపూత్రులో జీవితానికి పుల్లిస్టువుని పెదదామనుకుంటాడు. ఇలాంటి ఆలోచనల ఉధృతంతాత్మాలికంగా చాలా బలంగా వున్నా, క్రమక్రమంగా ఆ ఆవేశం తగ్గిపోయాక దాని స్థానంలో నిరాసక్తత చోటుచేసుకుంటుంది. అందుకని ఇటువంటి ఆలోచనలని ముందే త్యంజేయబం మంచిది.

\* \* \*

పిల్లని చూసి మనం కుతూహలం గురించి నేర్చుకోవాలి. ఎక్కుడో వంటింట్లో అటక మీద దాచిన పెరుగు గిన్నెని కూడా పిల్ల పట్టుకోగలుగుతుందంటే కారణం, దానికున్న కుతూహలమే.

పంచదార డబ్బు మీద మూత సరిగా పెట్టకపోతే మరుసటి రోజుకి చీమలకి ఆ విషయం తెలిసిపోతుంది. కారణం - వాటి నిరంతర అన్యేషటే! అయితే జంతువులకీ, మనిషికి తేడా వుంది. జంతువులు కుతూహలంతో అపాయం సంగతి మర్చిపోయి ప్రమాదంలో చిక్కుకుంటూ వుంటాయి. మనకి విషక్షణాజ్ఞానం వుంది కాబట్టి ఏది ఆపాయమో, ఏది ఆనందమో తెలుసుకోగలగాలి. అయితే కుతూహలానికి సంబంధించినంత వరకు మాత్రం మనం వాటిని చూసి నేర్చుకోవలసింది చాలా వుంది. అటువంటి కుతూహలమే లేకపోతే మనిషి ఇంత సాధించి వుండేవాడు కాదు. 'ఇంకా' ఏదో తెలుసుకోవలసింది వుంది అన్న తమనే మనిషి పురోగామిని చేస్తుంది.

మీరు గమనించారా! మనిషికి విజ్ఞానం ఎక్కువయ్యే కొర్కె అన్యేషించే కుతూహలం కూడా పెరుగుతోంది. మానవుడి చరిత్ర లక్ష సంవత్సరాలకు పైగా వున్న కూడా గొప్ప విజ్ఞాన విషయాలన్నీ గత వంద సంవత్సరాలలోనే శోధించబడ్డాయి. 1912లో డిస్ట్రియూకి మందు కనుక్కొచ్చింది. అలగ్గండర్ ఫ్లైమింగ్ ఆ తర్వాత పెన్చిలిన్ ని కనుక్కొన్నాడు. ఆ తర్వాత కొన్నాళ్ళకి ఇ.సి.బి. రహస్యం తెలుసుకోబడింది. 1946లో ముల్లర్కి ఎక్స్‌రే ముఖ్యమన్ పరిశోధనలో నోబుల్ ప్రైజ్ వచ్చింది. మొన్సు మొన్సు పోలియో వాక్సిన్ కనుక్కొబడింది. ముఖ్య సంవత్సరాల క్రితం గుండె మార్పుడీ ఆపరేషన్ విజయమంతమయింది.

ఇరంతా శాత్రువులు అన్యేషించకపోయి వుంటే మానవ జాతికి యిన్ని వరాలు లభ్యమయి వుండేవి కావు. నిరంతర అన్యేషటే మానవ జాతిని మిగగతా ప్రాణమలకన్నా పై మెట్టున నిలుపుతోంది. మనిషి పుట్టినపుట్టినుంచి ఇప్పటివరకూ మానవజాతి చరిత్ర స్ఫురించిన శాత్రువులలో సగం మందికి పైగా ప్రసుతం బ్రతికి వున్నారు అంటే అది మనకి గర్యకారణం! అంతేకాదు. మానవజాతి పురోగమనానికి, విజ్ఞానానికి, ఆహాదానికి, సంతృప్తికి కావలసిన ఎన్నో పరికరాలు గత వంద సంవత్సరాలలోనే కనుక్కొబడ్డాయి

ఇటువంటి పరికరాలన్నీ మొత్తం లెక్కగడితే ఆందులో సగం పైగా ఈ శాత్రువులోనే శాత్రువులు మనకి అందించారు. చంద్రమండలం మీద అడుగు పెట్టటం నుంచి టి.వి. వరకు యిగా శాత్రువులోనే జరిగింది. మనిషి యొక్క నిరంతర అన్యేషాకి ఇది పరాక్రమ మనం కూడా అలాంటి అన్యేషకులలో ఒకద్ద అయి తీరాలి. ఈ అన్యేషణ అనేది గొప్ప గొప్ప శాత్రువుల లెవెల్ కాకపోయినా, కనీసం మనం ఆనందంగా వుండటానికి ఏం చెయ్యాలో మనమే అన్యేషించుకోవాలి. స్నేహితుడితో కరచాలనం చేసేటప్పుడు చివరలో చెయ్యు కొర్దిగా ఆప్యాయంగా నొక్కటం, కూరలు వండటానికి గంట ముందు వాటిని ఉప్పు, కారంలో నానబడితే మరింత రుచికరంగా వుంటాయని తెలుసుకోవటం, కూర్చింటిలో ఐన్ వేసుకుని తాగటం కన్నా, ట్రైంకీసోని కాసెపు ఢీష్ట్ఫైబీలో వుంచి తాగితే మరింత రుచికరంగా వుంటుంది అని గ్రహించటం - ఇప్పున్న ఏ పుస్తకాలలోనూ, గ్రంథాలలోనూ ప్రాయబడవు. మనమే అన్యేషించి తెలుసుకోవాలి.

ఈక తత్త్వవేత్త యిగా పిధంగా ప్రాస్తాడు - "నా జీవితంలో నాకు తారసవదిన ఎంతో మంది వ్యక్తులని చూశాను. ఏడ్చెవాళ్ళు, వాదించేవాళ్ళు, వ్యంగ్యంగా మాటల్డేవాళ్ళు. తమ మూడుతో అవతలివాళ్ళ మూడుని పాడుచేసేవాళ్ళు. ... వాళ్ళలో నేను కూడా ఒకడినని తెలుసుకుని నాకు దుఃఖం కలిగింది. ఆ దుఃఖం నుంచి బయటపడటానికి నిరంతరం అన్యేషణ సాగించాను. చాలా అశ్చర్యకరంగా యిగా అన్యేషణలోనాకు గొప్ప సంతృప్తి దీర్చికింది".

అంతర్భుతియు అవార్డు పొందిన కిరణ్సెబీడీలో దూరదర్శన్ ఒక ఇంటర్వ్యూ ప్రసారం చేసింది. "ప్రైసర్ జ్యులులో క్లైంటిక్ వర్క్ ఫెర్పీ" అన్న వైద్యాన్ని ప్రారంభించాను

అని ఆ ఇంటర్వ్యూలో అమె నవ్వుతూ చెప్పారు. ఈ వర్క్ ఫెర్పీ చాలా గొప్ప బోషధం. ఇది లేకే చాలామంది తమ జీవితాలని నిరాసక్కంగానూ, నేడనాధరితంగానూ చేసుకుంటూ వుంటారు. ఆలోచిస్తూ కూర్చునేవాడికి బాధలకువున అని మనదరికి తెలుసు.

దురద్వష్టవశాత్తు మనలో చాలామంది మనకి ఇష్టంలేని పనులలో నిమగ్గుమయి వుంటాము. పడించికి అష్టిసుకు వెళ్ళాలంటే ఎంతో నిరాసక్కంగా, బోర్గా ఫీలవతూ బయలుదేరటం మనలో చాలామందికి అనుభవమే. చేసే పనిపట్ల అన్కి లేకపోతే అది జీవితం మీద కూడా ప్రతిభింబిస్తుంది. అందుకే మనలో వున్న శక్తులని వెతికిపట్టుకోవాలి. ఒకప్పుడు మధుకరుమతిన అమరగాయకుడు పుంటపాలని దీనికి ఉదాహరణగా తీసుకోవచ్చు. అలాగే ఆ రోజులలో మా ట్రైమ్బాయి దేవానంద ఒకప్పుడు సెన్సార్ అష్టిసులో చిన్న క్లర్కుగా పనిచేశాడు. వీళ్ళందరూ తమలోని కళనీ, షైపుట్యాన్ని, శక్తినీ సరిగ్గా కనుక్కుని పరిఅయిన దారిలో ఉపయోగించటం వల్ల ప్రమఖులయ్యారు.

తనలోని శక్తిని అన్యేషించుకుని మనిషి ఎలా వినియోగించుకోగలడో ఒక చక్కటి ఉదాహరణ ద్వారా చెబుతాను.

క్రమబట్టలతో ఒక కుర్రవాడు మా రైటర్ వర్క్‌పోస్టలో చేరటానికి వచ్చాడు. అతడిలో విద్యత్త వున్నట్టు కనపడింది. అరొందల రూపాయల షైఫండ్టో ఒక సంవత్సరం పాటు పనిచేసి, కలం పేరుతో రెండు సీరియల్స్ ప్రాసి సంవత్సరంలో పదివేలు సంపాదించాడు. ఆ తర్వాత ఒక రచయితకి పర్మనర్ సెక్రటరీగా మరో ఆరు నెలలు పనిచేశాడు. ప్రస్తుతం అతడు రామోజీరావు స్టాపించిన కేబుల్ నెవర్టర్లో స్టిచ్యూరిటగా నెలకి రెండు వేల ఆయిదందల రూపాయల జీతం మీదపని చేస్తున్నాడు.

ఇంకోక ఉదాహరణలో - సంవత్సరం క్రీతం ఒక రచయిత్రి భర్తతో కలిసి నా దగ్గరికి వచ్చింది. అమె ప్రాసిన కథ చదివితే ఒక తెలియని ఇంటెలిజెన్సీ, పారకులని ఆకట్టుకునే శైలి అందులో కనపడ్డాయి. వెంటనే ఒక నవల రాయుమని అమెకి చెప్పాను. "అమ్మా! నవలా? నాకు ప్రాయటానికి దాడావు ఆరు నెలలు పడుతుందండీ. స్వాలు పనితో అనసు తీరికి వుండదు" అన్నారామె. అమె ఒక స్కూల్లో టీచర్గా పనిచేస్తున్నారు. అమె భర్త ఒక ప్రైవేట్ కంపెనీలో ఉన్నత స్కూలంలో వున్నారు.

"ఎనిమిదొందల రూపాయల కోసం పాద్మన్మంచీ సాయంత్రం వరకూ పసిచేయవలసినంత ఆవసరం మీకు లేదనుకుంటున్నాను. ఉద్యోగానికి ఆరు నెలలు పెలవు పెట్టి... లేదా వాళ్ళపుకోకపోతే రాజీనామా చేసి ప్రాయటం ప్రారంభించండి. మీ పిల్లలు ఎలాగూ పెద్దవాళ్ళు కాబట్టి పని ఒత్తిడి కూడా పెద్దగా వుండకపోవచ్చు. ఒకవేళ ఈ రంగంలో మీరు ఛెయిలయితే యి మాత్రం ఉద్యోగం ఏ స్కూల్లో అయినా తరువాత మీకు దౌరుకుతుంది" అన్నాను. అమె భర్త కూడా యి పిషయంలో ఏకిభవించారు.

ఆ తర్వాత అమె సంవత్సరం పాటు రచనా వ్యాసంగంలో నిమగ్నమయింది. ఈ సంవత్సరంలో అమె సంపాదించినదింతో తెలుసా? ఉపాంచగలరా ... 44 వేలు. అవను. అక్షరాలా నలబైనాలుగు వేలు. రెండు సీరియల్స్, రెండు కథలకి ప్రథమ బహుమతులు, ఒక సినిమా కథ యి సంవత్సరపు అమె రాబడి. ఈ నలబై నాలుగు వేలనీ రెండు రూపాయల వడ్డీకి యచ్చినా అమె జీవితాంతం నెలనెలా ఆ స్కూలులో టీచర్గా ఎంత సంపాదించేదో ఆ జీతం వచ్చేస్తుంది. ఔగా చేస్తున్న పనిలో సంతృప్తి అందుకే అన్వేషణ కావాలి.

\* \* \*

ఒకోక్కొసారి ఈ అన్వేషణ ఛెయిలవ్యాచ్చు కూడా. ఒక వ్యాపారం చేస్తున్న వ్యక్తి మరింత లాభం సంపాదించామనే ఉద్దేశ్యంతో మరో వ్యాపారంలోకి దిగితే అందులో నష్టం రావచ్చు. అయితే ఒకపోరి ఈ రిస్ముకే అలవాటుపడిన ఏ వ్యక్తి నష్టం వలన క్యాంగిపోడు. మరొక దానిని అన్వేషిస్తాడు. దీని గురించి మరింత వివరంగా 'డబ్బు సంపాదించబడం కళ' అన్న అధ్యాయంలో చర్చించాం. నిరంతర అన్వేషణ అన్నది ఎప్పుడూ పెయిల్ అవదని చెప్పటమే నా ఉద్దేశ్యం.

అన్వేషణ అన్నది మన వ్యత్రీలోని మంచి మార్గులకు కూడా దోహదపడుతుంది, స్నేహాతులతో సంబంధాలు పెడిపోయినపుడూ, మనలో మానసిక ఆశాంతి బయలుదేరినపుడు, కారణాలు అన్వేషించుకోవటానికి కూడా ఈ రకమైన శోధన సహాయం చేస్తుంది!

పాలుగఱియు సంవత్సరాల క్రీతం వరకూ నాకోచే ఉత్తరాలలో కొందరు "మీరందుకు అన్ని ఇంగ్లీషు రచనలే కాపీ చేస్తారు?" అని ప్రశ్నించేవారు. నా కర్మమయ్యేది కాదు. ఇంగ్లీషు రచనల ప్రేరణతో ప్రాసిన నాల్యయిదు పుస్కాల మొదటిపేజీలోనే అవి ప్రేరణలని ప్రస్తాపిస్తున్నా, అన్ని కాపీలే అన్న విమర్శ యిలంత బలమైన ప్రాచుర్యం ఎందుకు పొందిందో అర్థమయ్యేది కాదు. సెల్వీ డిఫెన్సో పడ్డాను. ఆ తర్వాత అలోచిస్తే అర్థమయింది - ఇంగ్లీషు పాపులర్ ఫిక్స్ ఎక్కువగా చదవటం వల్ల ఆ రచయితల షైలీ నా షైలీలో జీర్ణించుకోయి పారకులలో ఈ విధమైన అపోహా కలుగజేస్తోంది అని. ఆ తర్వాత గత అయిదు సంవత్సరాలుగా నేను ఒక్క ఇంగ్లీష్ పిక్స్ నవల కూడా చదవలేదు. ప్రేమ, అంతర్యఖం, ప్రియురాలు పిలిచెలాంటి రచనలతో క్రమక్రమంగా ఆ విధమైన ఉత్తరాలు రావటం కూడా మానేశాయి. సమస్యకి మూలకారణం కనుక్కొచుపోవే అన్వేషణ. నా విషయానికి సంబంధించినంత వరకూ ఇందులో ట్రైమ్ మేనేజెంట్ కూడా మిటిత్సై వుంది. ఇంగ్లీషు పిక్స్ రచనల నుంచి తెలుసుకోవలసిందేమీ ఇక లేదు అని తెలుసుకోగానే ఆ పుస్కాలు చదవటమన్న అంశం అనావ్యక్తము/ అనావ్యక్తము (not important/not urgent) అన్న గ్రాఫులోకి వెళ్ళిపోయింది.

ఈ విధంగా మనం నిరంతరం మన ప్రాముఖ్యతల్లీ - కాలాస్టీ లాభసాటీగా మార్పుకోవటమే అన్వేషణ.

\* \* \*

ఈ అధ్యాయంలో ఆత్మావగాహన అన్న అంశం క్రింద తర్వాతు, దృక్కథము, ట్రైమ్ మేనేజెంట్, అన్వేషణల గురించి చర్చించాము. ఇప్పుడు మన రెండో అయిధమయిన "మానసిక వ్యాయామం" గురించి చర్చిద్దాం.

“సమ్మకానికి నయాపైసా విలువ లేదు. అది ప్రవర్తనగా మరకపాశితే.

అందుకే -

మమఫలు రెండు రకాలు.

చెయ్యాలనుకుస్తుది చేసేవాట్టు

చెయ్యవలసినది తెలుసుకుని చేయగలిగేవాట్టు”.

### మాన్సిక వ్యాయామం

## మాన్సిక వ్యాయామం

**ప్రశ్న** పంచం సరిగ్గా లేదంటే తప్పు ఆ ప్రపంచానిది కాదు, దాన్ని చూసే మన కళ్ళది. కళ్ళంటే ముక్కుకి చేరోపైపునా వుండే రెండు కళ్ళు కాదు, తల వెనుక వుండే కన్ను (మెదడు), కాల్ర్ బోన్ కింద వుండే కన్ను (హృదయం) - ఆ రెండు కళ్ళది!

ప్రపంచం సరిగ్గా కనుడలేదంటే మన కళ్ళలో ఎక్కడో ఏదో లోపం వుండన్నమాట. ఒక శస్త్రచికిత్స చేస్తున్న డక్టరు, ఒక కారు బాగు చేస్తున్న మొకానిక్ - ఈ పద్ధతిలో మనం మన కళ్ళని (హృదయం-మెదడు) నిరంతరం బాగుచేసుకుంటూ వుండాలి. అదే మానసిక వ్యాయామం అంటే.

మీకు చాలా దగ్గరైన ఒక స్నేహితుడికి ఒక సమయ వచ్చిందనుకోండి. అతడు చ్చి మీకా సమయచేపుకుంటే అతడికి పరిష్కార మార్గం చెప్పరు మీరు? అదే విధంగా మీరు మీ స్నేహితుడిలాగా మీ సమస్యలకి పరిష్కారాలు ఆలోచించవలసి వుంటుంది. ఒకటి కన్నా ఎక్కువ ప్రత్యామ్నయాలు ఆలోచించటం సరి అయిన పద్ధతి. ఒకటి కన్నా ఎక్కువ పరిష్కార మార్గాలు ఆలోచించిన తర్వాత, ప్రతీ విధానంలోను వుండే లాభమష్టాల్చి బేరీజి వేసుకోవలసి వుంటుంది. దాన్ని ఒక రకంగా లాభమష్టాల బాలన్నమీట అనవచ్చు. ప్రతీ విషయంలోను మనకి కొన్ని ఆనందాలు, కొన్ని చికాకులు వుంటాయి. ఈ రెండు రకాల స్పందనలు మనిషికి అత్యంత సహజం. బెస్ట్ కాంబినేషన్లో పీటిని బ్యాలెన్స్ చెయ్యాలి. అప్పుడు ఒక్కుక్క చిక్కు తోలగించుకుంటూ ముడి విష్ణువి. అందుకే అన్నారు -

“సారునమున పనులు సమకూడు ధరలోన” అని. మొదటి ముడి విష్ణువానే ఆత్మ విశ్వాసం పెరుగుతుంది. అలా పెరిగిన ఆత్మవిశ్వాసం మిగతా ముడులు విష్టానికి దోహదుడుతుంది.

మనకు తెలియకుండానే మనసై ఇతరుల ప్రభావం చాలా వుంటుంది. మన సమయ చెప్పుకోగానే సలహా ఇవ్వటానికి కూడా చాలామంది అమితోల్పాహం కనషడ్డుస్తారు. కానీ మనం ఏం చెయ్యగలము, మన శక్తి ఏమిటి, మన మనసు ఎలా ఆలోచిస్తుంది - మొదలైన విషయాలన్నీ వాళ్ళు ఆలోచించకపోవచ్చు. వాళ్ళు కేవలం తమకు తోచిన సలహా మాత్రమే యిస్తారు. ఆడగటంలో తప్పులేదు. కానీ కేవలం పదిమంది దగ్గర సలహాలు తీసుకోవటం వల్ల సమయ మరింత జటిలమవుతుంది. విజ్ఞాదైన సలహాదారు సమయాని విశ్లేషిస్తాడు. పరిదార్య చెప్పాడు. ఒక్కుక్క దారిలో వున్న లాభమష్టాలు వివరిస్తాడు.

అంతే తప్ప పరిష్కారం చెప్పడు. అదే ఆతడి విజ్ఞత.

ఎవరో వస్తారని, ఏదో చేస్తారని డ్యూహించుకుంటూ, అనవసరమైన భ్రాంతిలో జీవితం గడిపితే లాభం లేదు. ఒక సమయకి ఒక నిర్దీశమైన సమాధానం అంటూ ఏదీ వుండదు. వ్యక్తి ఆలోచన బట్టి పరిష్కారం మారుతూ వుంటుంది. ఆలోచన వేరు. మనోగతం వేరు. ఒక ప్రముఖ మానసిక శాస్త్రవేత్త అంచనా ప్రకారం ప్రతి మనిషి ఆలోచనలూ కేవలం ముఖ్యాతాతం మాత్రమే అతడి మనోగతాన్ని అనుసరించి వుంటాయి. మిగతా డెబ్లైతం ఇతరులు, పరిసరాలు - వాటి ప్రభావం మీద ఆధారపడి వుంటాయి. ఈ రెండింటినీ విడిదిసి చూడగలగటమే మానసిక వ్యాయామం. ఇటువంటి వ్యాయామంలో అంతర్లీనంగా అయిదు నిర్రక్షిష్టమైన అంశాలు లీనమై వుంటాయి. వాటిని దూరం చేయాలి.

1. విచక్కణారహితమైన చర్య. (ఇది పొట్టీలు కొండనిఁడి కొన్నట్టుగా నిర్రక్షిష్టమ్యాచ్చు.)
2. అనాదిగా వస్తున్నది కదా అని మంచి చెడులు చూడకుండా ఒక సాంప్రదాయ పరిష్కారాన్ని అన్యయించుకోవటం. (ఇది సత్యలీతాలనివ్వదు).
3. ముందు వెనుకలు ఆలోచించకుండా ఇతరుల సలహాలను అనుసరించటం. (మన మనస్తుల్యానికి సరిపడకపోవచ్చు).
4. ఒక చర్య తీసుకోవటానికి ముందే, అపనమ్మకంతో వెనుకంజ వేయటం. (ఇక పరిష్కారం ప్రస్తకే లేదు).
5. రకరకాల పరిష్కార మార్గాలని ఆలోచించి ఒక్కటి ఆచరించకపోవటం. (కేవలం ఆలోచనలే మిగుల్చాయి).
6. సలహా యిచ్చేవారి అర్థాత కేవలం స్నేహితుడవటం).

ఈ రకంగా విపలమయిన మనిషి తన సమయాన్ని నిరంతరం యుద్ధం చేస్తున్న సంటాడు. ఇది నిజంగా యుద్ధం కూడా కాదు. యుద్ధం చేస్తున్నమనుకోవటం! ఓటమి ఆలూకు ఆలోచన!!

విజయానికి ఐదు మెట్లు

మన ఇంట్లో అనవసరమైన వస్తువులు చాలా వుంటాయి. పాటిని పారవేయటానికి మనసాపుదు. సెంటీమెంట్స్ పరంగానో లేకపోతే ఎప్పటికయినా ఉపయోగపడుతుంది అన్న ఉద్దేశ్యంతోనో మరే కారణం చేతనో అనవసరమైన వస్తువులని ఇళ్లలో పెట్టుకున్నట్టే. అనవసరమైన ఆలోచనలని మనం మనసులో దాచుకుంటాం. నీటన్నింటినీ తేలిగు... కాండాకచ్ నిర్దాశించాలి. బయటికి తోసియుగలగాలి.

మనకి ఒక సమస్య అంటూ వస్తే అది (a) ఒక చర్య వల్లనో, (b) ఒక వ్యక్తి వల్లనో రావచ్చు. ఆ మూలకారణాన్ని అన్వేషించుకోవాలి.

(a) మన చర్య వల్ల ఒక సమస్య ఉత్సవమయితే దాని పరిష్కారం. మన భవిష్యత్తుజాలిక. ఆ చర్య పునరావుతుం కాకుండా చూసుకోగలగటం - మొదలయినవస్తే మనమే ఆలోచించి పెట్టుకోవాలి.

(b) మన సమస్య “మనిషి” వల్ల కలుగుతున్నదయితే పూర్తిగా ఆ మనిషిని దూరం చేయటమో, సమస్కి సంబంధించినంతవరకూ ఆ వ్యక్తిని దూరంగా వుంచటమో, లేక ఎదుర్కొగలగటమో చేయాలి.

ఎంతో కొంత కోలోకుండా పరిపూర్వమయిన పరిష్కారం ఒక్కసారి దొరకదు. పొరపాట్లు మానవ సహజం. అయితే మనం కోల్పోయేదెప్పుడూ మనకి లాచించే దానికన్నా తక్కువగా వుండేటట్లు చూసుకోవాలి. బ్యాలన్స్ పీట్ అంటే అదే.

\* \* \*

ప్రతి మనిషిలోనూ ఒక పరిణామ క్రమం వుంటుంది. ఆదే ఎదుగుదలా ఆనుభవాలు వస్తున్నక్కాదీ, ప్రపంచాన్ని చదువుతున్నక్కాదీ - మనిషి క్రమక్రమంగా ఎదుగుతూ వుంటాడు. ఈ ఎదుగుదల అనేది సక్కమమైన ప్రాతిలీఫ్ జరుగుతూ వుండాలి. అంతే తప్ప “నేను పూర్తిగా మెచ్చారయ్యాను” అని ఏ క్షణమయితే ఒక మనిషి అనుకున్నాడో అది అతడి ఇమ్మచ్చారిటీకి తొలిపెట్టు. పరిపూర్వచెతన్యం అంటే తనను ఆను తెలుసుకోవటం. తనకేమీ తెలీదు అని తెలుసుకోవటం పరిపూర్వాన్నికి తొలి మెట్టు.

వజ్రాల గనులు తప్పేటప్పుడు టన్నుల కొఱ్ఱీ మట్టిని తప్పితే ఎక్కడో చిన్న వజ్రం లభిస్తుంది. తప్పేవాళ్ల ఏకాగ్రతంతా ఆ వజ్రంపైనే వుంటుంది. అంతే తప్ప ఎంత మట్టి తప్పేశాము అని కాదు. పరిష్కారం చుట్టూ ఇలాంటి నిరర్కషించున మట్టి చాలా వుంటుంది. సమస్య వచ్చినప్పుడు అందులోని విషయాలని కూడా తప్ప పోసుకుంటూ పోతే చివరికి పాజిటివ్ పరిష్కారం వజ్రంలా మెరుస్తుంది. ఆ వజ్రాన్ని సంపాదించటంలో వుండే తప్పి ఎనలేనిది.

ఇలాంటి మట్టిని తప్పిపోసే పార ‘మిర్చు’. ఆత్మవిమర్శగురించి యింతకుముందు అద్యాయంలో చర్చించాం కదా. ఇప్పుడు బయట పారి విమర్శలని పరిశిల్చించాం. ఎదుటి మన ప్రవర్తననికానీ, మన స్వభావాన్ని కానీ, మన చర్యలని కానీ విమర్శిస్తే దానిని వ్యక్తి మన ప్రవర్తననికానీ, మన స్వభావాన్ని కానీ, మన చర్యలని కానీ విమర్శిస్తే దానిని

చిరువనపుత్తో స్వికరించాలే తప్ప ఆలా విమర్శించిన వాడిని చీల్చి చెండాడకూడదు. మనకా విమర్శ ఇష్టం లేకపోతే నవ్వి ఊరుకోవాలి. అతడు మనని సరిగ్గా అర్థం చేసుకో లేదనిపిప్పే, మనం ఏమనుకుంటున్నామో క్లుపుంగా చెప్పాలి. అతడు చెప్పేరి కర్కెమా ఆలోచించాలి. కర్కెమిసించకపోతే వదితయ్యాలి.

అతడు తన విమర్శ ప్రారంభించగానే మన స్వభావాన్ని మనం సమర్థించుకుంటూ రకరకాల వాదనలు చెప్పి అతడిని కన్నివ్వ చేయటానికి ప్రయత్నించకూడదు. అవతలి పారికి పారి గురించి చెప్పిటప్పుడు వారు ఎలా వినాలనుకుంటారో మనం కూడా మన గురించి అలాగే వినాలి. ఒకభాగ మనం వాళ్లని విమర్శిస్తున్నప్పుడు వాళ్లు తమ వైపు వాదనని చెప్పటం ప్రారంభించగానే మనకి ఎలా చికాకు కలిగిస్తుందో - అవతలివాళ్లు మన గురించి చెప్పినప్పుడు మనం వాదించటం మొదలుపెడితే పారికి ఆది ఆ విధంగానే చికాకు కలిగిస్తుంది. చెప్పవలసాది వాళ్లు చెప్పారు. ఆలోచించుకోవటం మన బాధ్యత. అప్పుడే మనిషి రెండుగా విడిపోవాలి. అవతలివారు చెప్పేదాంట్లో ఏ నిజముందా అని ఆలోచించగలగాలి. అవతలివారి విజ్ఞప్తి మీద నమ్మకం వుంచాలి. అందుకే నన్ను గాఢంగా విమర్శించే పారి పుస్తకాలు కూడా చదువుతాను నేను.

నమ్మకం ‘బూమరాంగీ’ లాంటిది. మనం ఎంత వేగంతో విసిరితి అంతకు రెట్లింపు వేగంతో వచ్చి మనని చేరుతుంది. సత్కరితాలనిస్తుంది.

మానసిక వ్యాయామంలో ఇవన్నీ చిన్న చిన్న అంశాలు. ఒక మనిషి ఎక్కర్సైట్ చేసేటప్పుడు చిన్న చిన్న అంశాలన్నిటినీ క్రమంగా నిర్దిశించుకుంటూ వస్తాచు. కాళ్లు, చేతులు, గుండె, పొట్లు, ఊపిరితిత్తులు మొదలైన అవయవాలన్నిటికి బలం యివ్వటం కేసం అతడు రకరకాల భంగిమలలో వ్యాయామాలు చేస్తాడు. మనసుకి కూడా ఈ విధమైన వ్యాయామాలు అవసరం. ఈ అద్యాయంలో మనం అటువంటి వ్యాయామాల గురించే చర్చించబడ్డతున్నాం.

ఇలాంటి మానసిక వ్యాయామాన్ని చిన్నతనం నుంచి పిల్లలకి నేర్చాలి. పిల్లలకి కథల పుస్తకాలంటే చాలా ఇష్టం. కానీ తండ్రులు వాళ్లకి ఐల్డ్లైమ్ కొని పెట్టుటంలోనే ఎక్కువ ఉత్సాహం చూపిస్తారు. టీచర్లు కూడా తన సిలబన్ పూర్తి చేసే హడవడిలోనే వుంటారు తప్ప పీల్లలకి కథల ద్వారా ప్రపంచాన్ని చూపించే ప్రయత్నమ్ చేయరు. ఈ మౌకానికి ప్రఫుంచించటంలో ఎవరికీ అంత సమయం లేదు. వచ్చే తరం పిల్లలకి కాళీ మజిలి కథలు, నంపతంత్రం అంటే ఏమిలో తెలియుని స్త్రీ ఏర్పడుతుంది. పోసి వాటి గురించి కాకపోయినా షెడ్యూల్ హోమ్స్, అర్టిక్. నారాయణ్ లాంటి రచయితల అంగ్ రచనలు చెప్పి సమయం కూడా పిల్లలకి లభించటం లేదు. పిల్లల చదువు కూడా మౌకానికిగూ. రొటీన్గా ఒక పరిధిలో బంధింపబడిన విషయంలాగా అయిపోయింది. చదువులో ఆనిందం వుండి అన్నాడు. పిల్లల చదువు కూడా మౌకానికి వ్యాయామం లాగా వుంచాలి. పిల్లల చదువు కూడా మౌకానికి వ్యాయామం లాగా వుంచాలి.

తయారవుతోంది. భార్లన్ డికెన్స్, మార్క్‌ట్యూయిన్, సత్యజిత్ రే, రస్టార్ బాన్ మొదలైన ప్రముఖ రచయితలంతా పిల్లల కోసమే ప్రాణారు. హోరీబాయ్ సిరిస్, నాస్సిద్యూలాగా వీళ్ళ రచనలు పాపులర్ కాకపోయినా ప్రపంచాన్ని పిల్లలకర్ధమయ్యే రీతిలో వాళ్ళ రచనలు చెప్పాయి. కొంతకాలం క్రితం హౌండూలో ఎడిటోరీయల్ ప్రాస్టా ఆ సంపాదకుడు ఆ విషయాన్నే ఎంతో మనస్తాపంతో చెప్పాడు. ఇలాంటి మానసిక వ్యాయామం చిన్నతనంనుంచి చేయకపోవటం వల్లే మనం పెద్దయ్యక సమస్యల నెదుర్కొల్పే క్యంగిపోతున్నాం. తెలుగులో కూడా మనకి ఎవ్వో చిన్న పిల్లల పుస్తకాలు వున్నాయి. ‘బాపూ రామాయణం’ దగ్గర నుంచి చిన్న పిల్లల కథల వరకూ కొన్ని వేల పుస్తకాలు వున్నాయి. కానీ ప్రస్తుత కాలంలో వాటిని ఎంతమంది పిల్లలు చదువుతున్నారు అని ప్రశ్నించుకుంటే మనకి విషాదకరమైన సమాధానం మాత్రమే మిగులుతుంది. కొసల్య, కుంతి, జటాయువు మొదలైన పేర్లన్నటిటి మన పిల్లలు గుర్తించలేకపోతున్నారు. మానవ సంబంధాలు, వైతిక విలువలు, ప్రపంచం మీద జాలి, కరుణ, ప్రకృతి పట్ల ఆనందం, మనిషి అష్టరత్యం పట్ల సంతృప్తికరమయిన అవగాహన, మానవ మనుగడ్డు గొప్ప నమ్మకం - మొదలయినవన్నీ ఇలాంటి కథల్ని చిన్నతనంలో చదవటం వల్లే మనిషి లభ్యమవుతాయి. ఇంత చిన్న విషయం మనం క్రమక్రమంగా మర్చిపోతున్నాం.

\* \* \*

మానసిక వికాసమంటే, మన పరిధి పెంచుకోవటం, ఎల్లాలనీ అధిగమించటం. కొన్ని సమస్యలు మన పరిధిలోనే ఆలోచించి, మనకి ఏమి చేతనవునో అది మాత్రమే చేస్తే పరిష్కారం కావు. ఒక్కసారి మనలోని అంతర్గత శక్తిని బయలుకి తీసుకువచ్చి, మన పరిధిని విస్తుతపరచు కోగిలిగి వుండాలి. దీనికి ఉదాహరణగా ఒక మానసిక శాస్త్ర నిపుణుడు ఈ క్రింది ఉదాహరణ ఇచ్చాడు.



ఇల్లామ్మిది చుక్కలన్నీ పెన్ను ఎత్తుకుండా నాలుగు సరళరేఖల (Straight lines)తో కలపగలరా? ఆలోచించి చూడండి. పరిధిని అధిగమించటమంటే ఏమిటో మీకర్మమవుతుంది. (వెంటనే సమాధానం కోసం వెతక్కుండా ప్రయత్నం చేయండి).

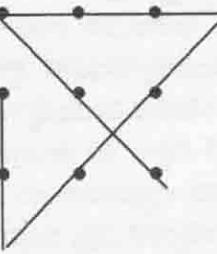
\* \* \*

ఒక్కసారి మనం మన మానసిక వత్తిళ్ళనుంచి, సమస్యల నుంచి బయటపడటానికి మరొకరి సహాయం తీసుకోవలసి పసుంది. అలాంటి ప్రేరణ జీవితభాగస్వామి నుంచి పొందటం అన్నివిధాలా శ్రేయస్కరం. అయితే దురద్దష్టవాత్తూ భార్యాభర్తలలో యూ మాత్రం అవగాహన లభించటం కూడా కష్టమవుతోంది. భర్త చేసే పనులు భార్యకి

నచ్చకపోవటం, భార్యకి ఏ మాత్రం తెలివితేటలు లేవని భర్త గాడంగా నమ్మటం దీనికి మూలకారణం. కానీ ఇద్దరు వ్యక్తులు కలిసి వుండటానికి గాడమైన తెలివితేటలు, గొప్ప ప్రాపంచిక జ్ఞానం, విస్తుతమయిన విజ్ఞానం ఉండనవసరం లేదు. ఒకరికాకు తేడుంటే చాలు. దీనికి గొప్ప ఉదాహరణ ప్రస్తుత ముఖ్యమంత్రి ఎన్.టి. రామారావు. ఆగస్టు రాజీకు సంక్షేపంలో పోరాటుతున్న దశలో ఆయన భార్య క్యాన్సర్తో మరణించారు. అప్పుడాయన కాషాయ వస్తాలు ధరించి రాజయోగిగా అయిదు సంవత్సరాలు ముఖ్యమంత్రి పదవిలో కొనసాగారు. ఆయన పదవి పోయిన కాలంలోనే రాజీవ్‌గాంధీ పూత్యకు గురికావటం, దాని పర్యవసానంగా ఆయన ఆస్తులు దహనమవటం జరిగిపోయింది. ఆ తర్వాత ఆయన ఆరోగ్యం దెబ్బతిన్నది. భార్య లేదు. అధికారం లేదు. ఆరోగ్యం లేదు. సినిమాలు లేవు. అంతా ఒంటరితనం ఆయన భరిస్తున్న రోజులలో ఒక అభిమాని చేసిన సేవ ఆయనని తిరిగి మనిషా చేసింది. కాషాయబట్టలు ధరింపజేసిన శ్కూన వైరాగ్యం - ఆయన్నుంచి దూరమయింది. పాంటూ, షర్షా వేయించింది.

పరిధి నుంచి బయటకి రావటమంటే ఆదే.

నేనిందులో తప్పాప్పుల ప్రస్తుక్కాసే, మరే విధమైన విషయంగానీ చర్చించబోవటం లేదు. కేవలం ఒక మనిషి తన పరిధి విస్తుతపరచుకోవటం గురించే మాట్లాడుతున్నాను. ఏది శైతికం, ఏది అశైతికం, ఏది లాభం, ఏది నష్టం, ఏది మంచి, ఏది చెడు అని కాదు. కేవలం తన సమస్యలో పోరాటం! అది మాత్రం నిరంతరం కొనసాగుతూ వుండాలి. ఇప్పుడు మంచి మీకు ఇచ్చిన చుక్కల పమస్యని పునరాలోచించుకుండా. నాలుగు సరళరేఖలలో ఆ తొమ్మిది చుక్కలనీ కలపగలిగారా? లేకపోతే ఈ క్రింద చూడండి.



మానసిక శాస్త్రవేత్త చెప్పిన పరిష్కారం ఇదే. ఎప్పుడయితే మనం అవసరమయిన దానికన్నా మన సరళరేఖలని ముందుకి పాడిగించామా అప్పుడు అపి మరింత ముందుకి వెళ్లి వెనక్కి వస్తాయి. ఎక్కువపరిధిని కవర్ చేయగలుగుతాయి. నమ్మకం 'బుమరాంగీ' అయి తిరిగి రావటమంటే ఇదే.

ఈ ఉపోద్యాతం ప్రాతిపదికగా ఇప్పుడు మనం మన మానసిక వ్యాయామంలో వివిధ అంశాల గురించి చర్చిద్దాం.

## జ్ఞాపకశక్తి

మరువు అనేది మానవ సహజం అంటారు. మతిమరువు మహానీయులు (కనీసం ఈ విషయమైనా మరిచిపోకుండా వుంటే).

మానవ సహజలక్ష్మాలన్నీ మంచివా, చెడ్డవా అంటే జవాబు చెప్పడం కష్టం, కొంతమందికి ఈ మతిమరువు వరంగానూ, మరికొంతమందికి శాసంగానూ పరిణమిసుంది.

అందరికన్నా దురదృష్టవంతుడు ఎవరంటే - మధురక్షణాల్చి, రమ్యస్నుతుల్చి మరచిపోయినవాడు, పీడకలల్చి, దురదృష్ట క్షణాల్చి మరచిపోలేనివాడు. ఇలాంటివారు జీవితంలో ఏమాత్రం సుఖపడలేరు.

జ్ఞాపకశక్తి అనేది విద్యార్థి దశలో చాలా అవసరం. అలాగే వ్యాపారస్తులకీ, రాజకీయ నాయకులకీ కూడా చాలా అవసరం. ఈ చిన్న మొక్క తట్టుకోగలదా లేదా ఆలోచించి రాదు తుఫాను. వీరెలా చదవగలరు అని ఆలోచించి సిలబన్ ఏర్పాటు చేయరు పెద్దలు. చిన్న తరగతుల్లో వున్నపాశ్చకి కూడా శక్తికి మంచిన సిలబన్ వుంటోంది.

జనరేషన్ జనరేషన్కి పిల్లల్లో తలివితేటలు పెరుగుతున్నా, పాపం - వాళ్ళ మెదడు రిసీవ్ చేసుకునే దానికన్నా ఎక్కువ భారాన్ని మొపుతున్నాం మనం.

కుడిచేత్తే భోం చెయ్యటం లాటి మామూలుగా జ్ఞాపకం వుంచుకోవలసిన విషయాలిని తోలగిస్తే, ఒక చిన్న విద్యార్థి దాదాపు ఇర్చై నుంచి, ఇర్చై ఆయిమ వేల డిక్కనరి పదాల్చి, అవసరమైన విషయాల్చి సులభంగా గుర్తుంచుకోగలడు అని శాస్త్రం చెబుతోంది. మానవుడు తన జ్ఞాపకశక్తిలో కేవలం ఇర్చై, ముఖ్య శాతం మాత్రమే వినియోగించుకుంటున్నాడు. ఇంకొక పది శాతం అనవసరమైన విషయాలు, తనకే మాత్రం ఉపయోగపడని విషయాల్చి మెదడులో స్టోర్ చేసుకుంటున్నాడు.

సప్టీలో ప్రతి ప్రాణికి గతించిన విషయాన్ని గుర్తు పెట్టుకునే శక్తి వుంటుంది. ఒక చీమ మంచివైపు వెళుతుంటే కొద్దిగా వేడి తగలగానే వెంటనే వెనక్కి తిరగాలి అన్న విషయం దానికి గుర్తుంటుంది. శాస్త్రమంగా ఇది నిరూపణ కాబడిన సత్యం. అలాగే చిన్న పిల్లలు కొద్దిగా జ్ఞానం వచ్చేసుకి నిప్పు నుంచి దూరంగా వుండాలి అనే విషయం అనుభవంతో గుర్తుంచుకుంటారు. ఈ రకంగా శరీరంలోని అన్ని వ్యవస్థలకీ, విషయాలని గుర్తు పెట్టుకోగలగటానికి ఉపయోగపడే క్రియాశీలక శక్తి వుంది.

జ్ఞాపకశక్తి అందరికి ఒకేలా వుండవు. కొన్ని వందల టాలిపోన నంబర్లను నాలిక మీద వుంచుకోగల అంద్రజ్ఞోఽి వ్యవస్థాపకులు శ్రీ కె.ఎల్.ఎన్. ప్రసాద్గారిలాగ వుండేవారు కొంతమందే వుంటారు. పిల్లలు ఏ స్వాత్మలో చదువుతున్నారో మరచిపోయే ప్రముఖులు కూడా వుంటారు.

ముఖ్యమైన విషయం ఏమిటంటే చాలామందికి ఏదో ఒక రంగంలోనే చెప్పుకోదగ్గ జ్ఞాపకశక్తి వుంటుంది. మిగితా విషయాల్లో వీళ్ళు ఇతరులలగానే వుంటారు. అల్లసాని పెద్దన ప్రాసిన మనుచరిత్ర ఒక్కసారి చదివి పాల్పడోకుండా ఆప్యచేపే అప్యమ్యశాస్త్రి నిస్తుటిరోజు తను ఎవరికి ఆప్యచ్చాడో మరచిపోవచ్చ. ఎన్నో దశాబ్దాల క్రితం జరిగిన సంపుటనలని సుప్తంగా గుర్తు పెట్టుకోస్తారు అంతకు ముందురోజు భోజనం ఎవరింట్లో తిన్నారో మరచిపోవచ్చ. దీనికి కారణం ఆయా రంగాలలో వారికుండే 'అస్క్రి', 'శ్రద్ధ'లే.

మంచి జ్ఞాపకశక్తి అంటే అన్ని విషయాల్చి మెదడులోకి ఎక్కించగలగటం కాదు. కావలసిన విషయాల్చి అవసరమైన సమయానికి మెదడులోంచి బయటికి తీసి ఉపయోగించుకోగలిగే శక్తి! అన్ని విషయాల్లోనూ సమానస్థాయిలో శ్రద్ధకనబరచి జ్ఞాపకం వుంచుకోవటం కొంతవరకూ అవసరమే అయినా, ప్రత్యేకమైన రంగంలో అభివృద్ధి సాధించేవారు మాత్రం ఆ విషయం పట్ల అప్పారమైన జ్ఞానం కలిగి, దాన్నంతా గుర్తుంచుకోవాల్చిన అవసరం చాలా వుంది.

ఒక విషయం అధ్యయనం చేయడానికి, ఆ విషయాన్ని తిరిగి ఆప్యగించడానికి గల వ్యవధి - జ్ఞాపకశక్తిని ప్రభావితం చేసుంది. వ్యవధి ఎక్కువగా వుంటే ఆ విషయం సరిగ్గా గుర్తుండదని చాలామంది ఆభిప్రాయం, ఇది నిజం కాదు. నిజానికి యారెండింటి మద్యా వ్యవధి ఎక్కువగా వుంటేనే ఆ విషయం మెదడులో ఎక్కువసార్లు రిపీల్ అయి బాగా జ్ఞాపకం వుంటుంది. అందుకే పరీక్ష పోలు ముందు ప్లైగ్రౌండులో పుస్కాలు పట్టుకుని చదువుతూ, మధ్య మధ్యలో ఆకాశం వంక చూస్తూ మననం చేసుకునేవారు - పరీక్షలో ఎక్కువ సామర్యం చూపించలేరు. దానికన్నా నిరంతరం చదువుతూ సంపత్తిరం తరబడి అధ్యయనం చేస్తూ గుర్తు పెట్టుకునేవారు మంచి సామర్యం చూపిస్తారు!! పరీక్షల ముందు హాడాపుడిగా చదువటం వలన - ప్రశ్నాపత్రములో వున్న ప్రశ్నలకు యిదివరకు చదివిన జవాబులు గుర్తు రాకుండా, అప్పటికప్పుడు చదివి ఎక్కించిన జవాబులు మెదడులో ప్రమో వుండి మొత్తం సంప్రదాన్ని కలగాపులగం చేసే ప్రమాదం వుంది. పెద్ద పెట్టు సిండా వస్తువుల్చి ప్యాక్ చేసే అట్లడుగున పెట్టిన వస్తువుల్చి బయటికి తీయటం ఎంత కష్టమా అట్లాంటిదే యా చివరి క్షణం చదువు కూడా! ఒకవేళ అప్పటికప్పుడు చదివిన ప్రశ్నలు ప్రశ్నాపత్రములో వచ్చినా కూడా పీరు సమాధానాలు సరిగ్గా ప్రాయిలేరు. అప్పటికప్పుడు చదివిన చదువు మెదడులో సరిగ్గా ఇంకదు కాబట్టి.

\* \* \*

మనిషితనకున్న జ్ఞాపకశక్తిలో డెఫైశాత్మాన్ని వ్యాధిచేస్తున్నాడు అని ఇంతకు ముందు ప్రాయటం జరిగింది. తాము అలా వ్యాధా చేసేవాళ్ళ కాదా అన్న విషయాన్ని ప్రతీ వ్యక్తి చిన్న పరీక్షల ద్వారా వ్యాధిచేసేవారు కూడా పీరు సమాధానాలు సరిగ్గా ప్రాయిలేరు.

ఒకచెలిపోన్ కాల్ సరియైన టైమ్స్ కి వెయటం మరిచిపోయి లక్ష్మీల్ నష్టం పాందేవారు కొండరయితే, ఎంత చదివినా పరీక్షల్లో గుర్తుండటం లేదు అని తాయొత్తులు కట్టించుకునేవాళ్ళు చాలామంది.

జ్ఞాపకశక్తి లేనివాళ్ళు ఒక రకంగా మానసిక రోగులు. ఇందులో అతిశయ్యాక్తి ఏమీ లేదు. ఈ మానసిక రోగం అనేది వారి యొక్క “కృష్ణ చేయని తనం” మీదే ఆధారపడి వుంటుంది. కొతుమందికి మెదడులో వున్న లోపం వల్ల జ్ఞాపకశక్తి భాగా తగ్గిపోవచ్చు. ఇలాంటి వాళ్ళు వెయియందిలో కేవలం ఒకశ్శో, ఇద్దరో వుంటారు. ఏదన్నా యాక్షిడెంట్ జరగటం వల్లగానీ, రక్తంలో వున్న డిఫెక్షన్ వల్లగానీ యీ రోగం సంప్రాప్తించవచ్చు. కానీ ముందే చెప్పినట్టు యిలాంటివాళ్ళు కేవలం వెయిలో ఒకశ్శిద్దరే వుంటారు. మిగతా తామ్మిది వందల తొంభై ఎనిమిది మంది తమకి లేని ఆ రోగాన్ని అపాదించుకొని బాధపడతారు. పీళ్ళలో ఏ అనారోగ్యమూ వుండదు. తమకి చేతకాదు అన్న భావం మాత్రమే వుంటుంది. ఒకచెయ్యాకాలో లేకపోతే మనిషి జీవితంలో ఎన్ని ఇబ్బందుల్ని ఎదుర్కొనలసి వస్తుందో అన్ని ఇబ్బందుల్ని పీళ్ళు కూడా ఎదుర్కొనలసి వస్తుంది. కానీ చెయ్యా, కాలో లేకపోవటం మనిషికి దేవుడిచ్చిన శాపం. జ్ఞాపకశక్తి లేదనుకోవటం మనిషి తనకి తాను విధించుకున్న శిష్టాలు.

జ్ఞాపకశక్తి మెరుగుపరచుకోవటానికి నాలుగు సూత్రాలతో కూడిన అతి సులభమైన పార్చులూ వుంది.

1. ముద్రించుకోవటం.
2. పునఃశ్వరణ
3. భద్రపరచుకోవటం
4. మానసిక వ్యాయామం

## ముద్రించుకోవటం

తన గుర్తించుకోవాలనుకొన్న మొత్తం “పటాన్ని” మెదడులో స్థిరంగా వుంచుకోవాలి. దీనికి ఏకాగ్రత చాలా అవసరం. ఫలానా విషయాన్ని గుర్తుంచుకోవాలి అని నీటి మీద రాతల్లా కాకుండా శిలాక్షరాల్లాగా గుర్తుంచుకోవాలి. ఏకాగ్రత లేని సంవత్సరాల కృష్ణ కన్ను, ఏకాగ్రత నిలిపే గంట కృష్ణ ఎక్కువ పలితాన్నిస్తుంది.

మన వాళ్ళని రిసీవ్ చేసుకోడానికి రైలైస్ట్స్ మోన్కె వెళ్ళినప్పుడు రైలు ఆగగానే దూరం నుంచి రైలు దిగి వస్తున్న మనవాళ్ళు కనపడతారు. ముందు అస్ప్రంగా రూపు కనపడుతుంది. నడక తెలుస్తుంది. క్షాంలో పోలికలు తెలుస్తాయి. మరుక్షాంలో వాళ్ళు మన వాళ్ళే అని నిర్దారణ అయిపోతుంది. ఈవిధంగా పారలు పారలుగా మన జ్ఞాపకశక్తి లోనుంచి మనకు కావలసిన విషయం బయటికి వస్తుంది. ముద్రించుకోవటం అంటే ఇదే.

పరీక్ష హాల్ ప్రశ్నాపత్రం ఇస్కాన్ ప్రశ్నలు చదువుతాం. ఒకటి మనకు తెలిసిన సమాధానమే అయి వుంటుంది. ముందు ఒక చిన్న పాయింట్లో మెదడులో ఆకృతి రూపుదాల్చుకోవటం ప్రారంభిస్తుంది. నీలి ఆడగు నుంచి వస్తువు పైకి తేలినట్టే ఆ నూక్కియన్ తాలూకు చుట్టూ వున్న పద్మామంతా సమాధానం రూపంలో మెదడులోకి వచ్చేస్తుంది. మనమప్పుడు ఖ్రాయటం ప్రారంభిస్తాం. అలా కాకుండా మనకి సరిగ్గా నూక్కియన్ తెలియని పక్కంలో, మనం మిగతా వాళ్ళాపై, వార్షీక్రొప్ప కళ్ళప్పగించి చూస్తూ ఆలోచనలో పడిపోతాం. పరీక్ష ట్రైమ్ ముగిసినట్టు బెల్ వినిపిస్తుంది.

మనసులో ఒక జ్ఞాపకాన్ని ముద్రించుకోవటానికి రకరకాల పద్ధతులు వున్నాయి. విటినిస్సిటినీ మనం తరువాత చర్చిద్దాం.

## పునఃశ్వరణ

మీరు మీ స్నేహితుడికి నలుగుర్చి పరిచయం చేయండి. అరగంట సంభాషణ తరువాత అందులో ఒకరిని చూపించి అతని పేరేమిటని ఆడగండి. మీ స్నేహితుడు చెప్పలేకపోవచ్చు. దీనికి కారణం ప్రమిటంబే ఈ అరగంటలో ఆతడు మీ స్నేహితుల పేర్లు పునఃశ్వరణ చేసుకోలేదు. అది అతడికి అనవసరం. కానీ, మీ మిత్రుడు తెలివైన వాడయితే ఆ అరగంటలో, వాళ్ళని తరచు పేర్లతో సంబోధిస్తాడు. ఆ విధంగా పేర్లు పునఃశ్వరణ అవుతాయి. ఆ తరువాత ఎప్పుడూలూ అతడు వాళ్ళని తిరిగి కలుసుకున్నప్పుడు వాళ్ళ ద్వారా పనులు జరిపించుకోవటం వల్ల, లేదా తన వారికి సహాయం చేయటం వల్ల, పెరస్పర బాంధవ్యాల్ని పెంచుకుంటాడు. పట్లీ రిలేషన్ అంటే ఇదే. ఇలాంటి అవసరం రాజకీయ నాయకులకి చాలా వుంది. ఎప్పుడో, ఎక్కడో కనపడిన వ్యక్తులని గుర్తు పెట్టుకుని అతన్ని పులకరిస్తే, అతడు సదా మనకి స్నేహపాత్రుడై వుంటాడు. పెద్దపెద్ద వ్యాపారవేత్తలు, రాజకీయ నాయకులు ఇలాంటి విషయాల్లో చాలా జాగ్రత్తగా వుంటారు. (దీని గురించి మరిన్ని వివరాలు తరువాత విభాగంలో వివరిస్తాము).

మనం గుర్తు పెట్టుకోవటసిన విషయాన్ని పడెపడే పునఃశ్వరణ చేసుకుంటూ వుండాలి. భాగీగా వున్న సమయంలో మనం చదివిన సైన్స్, ఎకమిక్స్, లెక్కలు మనసులోనే వల్ల వేసుకుంటూ వుండాలి. ఇలా చేయటం వల్ల ఒకసారి చదివినదానికన్నా పడిరెట్లు బలంగా మెదడు ముద్రించుకోస్తుంది. పదో క్లాసులో చదివిన పిజెస్సు, ఇంటర్వీడ్జియట్లో చదివిన బోటనీ ఈ విధంగా తరచు పునఃశ్వరణ చేసుకుంటూ వుండటం వలన - నేను ప్రాసే రచనల్లో యీ విషయపరిజ్ఞానం కనబడుతూ వుంటుంది. అది చాలా ‘బేసిక్’ పరిజ్ఞానమైనా. చదువరులకి - రచయిత యొక్క విషయసేకరణపై నమ్మకం కలుగుతుంది.

\*

\*

\*

చాలామంది గట్టిగా ఎందుకు చదువుతారు? సాధారణంగా ప్రైమరీ స్కూల్లో కె.జి.స్కూల్లో ఏ ఫర్ అపోలీ అని పీచర్ చెబుతుంటే, వెనే కోరన్గా పిల్లలంతా అదే పదాన్ని రిపీట్ చేస్తూ వుండటం మనం గమనిస్తూ వుంటాం. దాదాపు అందరు విద్యార్థులు తోషిగైరి, పది తరగతుల వరకూ గట్టిగానే చదువుతారు. మరికొందరైతే పి.పోచ్.డి. చేస్తున్నా కూడా గట్టిగానే చదువుతారు. నిపుణుల పరిశోధన ప్రకారం మానంగా చదవటం కన్నా పైకి చదివితేనే ఆ విషయం మరింత ఎక్కువగా జ్ఞాపకం వుంటుందని తెలింది. దీనికి కారణం ఏమిటంటే పైకి చదువుతున్నప్పుడు నాలుక, నోరు కూడా పసిచేస్తాయి. ఆత్మ - నాలుక, నోరు పనిచేయడానికి ఉపయోగపడితే, అంతరాత్మ చదువుతున్న విషయం పట్ల ఏకాగ్రత నిలుపుతుంది. ఇలా కానీ పక్షంలో, మానంగా చదువుతూ వుంటే అంతరాత్మ ఆ విషయాన్ని గ్రహిస్తున్న కూడా ఆత్మ మరో విషయం వేసు పరుగెత్తుతుందని శాస్త్రజ్ఞులు సమేతుకంగా చెప్పారు.

ఆదికాక ఏదయినా విషయాన్ని పైకి చదివితే కళ్ళు చూస్తాయి. చెవులు వింటాయి. అయితే రెండింటినీ పోలిస్తే - చెవితో వినేదానికన్నా కళ్ళతో చూసిన దృశ్యమే ఎక్కువగా గుర్తుంటుంది. ఎందుకంటే చెవుల నుంచి మెదడుక విషయాన్ని చేరవేసే నాడులకన్నా కళ్ళ నుంచి విషయాన్ని చేరవేసే నాడులు ఇర్వై అయిదు రెట్లు శక్తివంతమైనవట.

ఒకసారి చూడటం వెయ్యసార్లు వినటానికి సమానమని ఒక చైనా సామెత కూడా వున్నది.

## భద్రపరచుకోవటం

ప్రపంచంలో అతిపెద్ద విశ్వ విద్యాలయాలలో 'అల్-ఆజంగల్' విద్యాలయం క్రోల్లో వుంది. ఇది మహాముద్దీయుల విద్యాసంస్థ. ఇక్కడ నిర్వహించే ప్రవేశపరీక్ష వింతగా వుంటుంది. ఖురాన్ ను త్యులు లేకుండా అప్పజెప్పిన వారికి ఇఱక్కడ స్థానం దౌరుకుతుంది. ఖురాన్ ను ఆపకుండా మామూలుగా చదవడానికి మూడు రోజులు పడుతుంది. అంత పెద్ద గ్రంథాన్ని కంఠస్థం చేయగలిగినవారే ఇక్కడ ప్రవేశానికి ఆర్థులు. అలాగే వైపులో కూడా విద్యార్థులు పురాతన గ్రంథాల్ని కంఠస్థం చేయగలిగి వుండాలి. మరి ఈ అరబ్, చైనా విద్యార్థులకు ఇంతటి జ్ఞాపకశక్తి ఎలా వచ్చింది?

చిన్నతనంనుంచీ అలవాటువడటం వల్ల, అందుకే భాగవతంలో వద్దాలు వల్లవేయించేవాళ్ళు మన పెద్దలు.

చిన్నప్పుడు మనకి అలోచనలు చాలా తక్కువగా వుంటాయి. ఏకాగ్రత ఎక్కువగా వుంటుంది. అపసరం లేని వివిధ విషయాల గురించి మనసు అలోచించదు. అందువల్ల వీలైనంత విషయాన్ని చిన్నప్పుడే మెదడులోకి చౌప్పించటం మంచిది.

మనందరం చిన్నప్పుడు 'అశేషియన్ డైట్ట్' పుస్తకం చదివే వుంటాం. దాని అనువాదకుడు 'రిచర్డ్ బర్న్' 27 భాషలు అవలీలగా మాటల్లాడేవాడు అని ప్రతీతి. అలాగే

మన మాజీ ప్రదాని పి.వి. నరసింహార్పగారికి కూడా చాలా భాషలలో ప్రావీణ్యత వుంది. ఆను ఏదైనా భాషని అధ్యయనం చేసేటప్పుడు పదిహేను నిముషాల కన్నా ఎక్కువసేపు చరిపేవాడిని కానని మన ప్రదానమంత్రి ఓసారి చెప్పారు. ఏకధాటిగా చదవడం వల్ల మెదడు తన ప్రమేన్ కోల్పోతుందని శాస్త్రవేత్తలు అంటారు.

మెదడు ఒక విషయసూచిక లాటిది. దానిలోకి అవసరమైన విషయాలతో పాటు, అనవసరమైన విషయాలని కూడా కలిపి పంపిస్తే అవసరమైన విషయాలని సమయానికి గుర్తు తెచ్చుకునే శక్తిని మెదడు కోల్పోతుంది. అందుకే మన పెద్దలు మనసు లగ్గుం చేసి చదవరా అని మనల్ని పొచ్చరిస్తూ వుంటారు.

అదే విధంగా ఒక పద్దతి ప్రకారం మెదడులోకి ఎక్కించిన విషయాలని కూడా అప్పుడప్పుడూ బయటకు తీసి వల్లవేస్తూ వుండాలి. లెక్కలు చేసేటప్పుడు చాలామందిని మనం గమనిస్తూ వుంటాం.

$13 \times 7 = ?$  అని అస్వర్ చెప్పవలసి వచ్చినప్పుడు 13వ ఎక్కుం మొదటి నుంచీ ప్రారంభిస్తే తప్ప సమాధానం చెప్పులేనివారిని చాలామందిని గమనిస్తూ వుంటాం. విశ్శు చిన్నప్పుడు పదమూడో ఎక్కుం కంఠతా పట్టి, ఆ తర్వాత ఎప్పుడవసరం వచ్చినా మొదటి నుంచీ ఆ ఎక్కుం మననం చేసుకుంటూ వుండే విద్యానానికి అలవాటు పడటం వల్ల యీ విధమైన ఆలస్యం జరుగుతూ వచ్చిందన్నమాట. ఇలాంటి చిన్న చిన్న విషయాలలో జాగ్రత్తగా వుంటే మెదడు మన చెప్పుచేతలలో వుంటుంది. కావలసిన విషయాన్ని, కావలసిన పద్దతిలో ఆలస్యం లేకుండా మనకి అందిస్తూ వుంటుంది!!

ఒక్కసారి మనకి ఒక విషయం చాలా ప్రాముఖ్యత వున్నదిగా తోచినా కూడా శాశ్వతంగా గుర్తుండకపోవచ్చు. ఆటువంటప్పుడు అలా గుర్తుంచుకోవడం కోసం దానికి ఒక విశేషణాగానో, విశ్లేషణ చేర్చడం మంచిది. ఉదాహరణకి మీకోక వ్యక్తి పరిచయమయ్యాడనుకోండి. అతడి పేరు 'శరత్ బెనర్సీ' అని చెప్పాడనుకుండాం. మీకు అ పేరు ఎంత పునర్వరణ చేసుకున్నా సరియైన సమయానికి గుర్తు రాకపోవచ్చు. కానీ అతడితో మీకు చాలా అవసరం వుంది. ఆ పేరు గుర్తు పెట్టుకోవటం కోసం మీరు యీ విధమైన సంఖాపణ సాగించారనుకోండి.

"మీ పేరు బెంగాలీ పేరులా వుందే!"

"అవను మా తండ్రిగారికి బెంగాలీ మీద చాలా ఉన్నతాభిప్రాయం వుంది"

"అయినబెంగాలీ నవలలు బాగా చదువుతాడనుకుంటాను. శరత్బాబు బెంగాలీలో ప్రముఖ రచయిత కడా".

"అవను, ఒప్పలూ అదే కారణం అయ్యుండవచ్చు. మా అన్నయ్య పేరు భట్టీ. మా నాన్నగారి పేరు ముఖ్యీ. నా పేరు బెనర్సీ."

"మీరు నవ్వి "బి ఫర్ బెనర్సీ" అన్నారు.

ఈ విధంగా సంభాషణ మీకు, అతడికే నుద్య జరిగి వుంటే మీరింక జీనితంలో అతడిపేరు మర్చిపోరు. ఆ మేరు గుర్తుకు రావలని వచ్చినప్పుడుల్లా ముందు ప్రముఖ రచయిత శరత్తీబాబు పేరు, ఆ తరువాత ఆ వంశంలో అందరిపేర్లూ గుర్తుకు వస్తాయి, మరోసారి అతన్ని కలిసినప్పుడు “మీ తండ్రిగారూ, మీ అన్నగారు అదే ముఖ్యీగారూ, చట్టీగారు ఎలా వున్నారు?” అని అడిగారనుకోండి. మీ జ్ఞాపకశక్తికి అతడు చాలా ఆశ్చర్యపోతాడు.

ఈ విధంగా ఒక “జ్ఞాపకం వుంచుకోవలసిన విషయం” చుట్టూ చిన్న నాటకీయతని చేరస్తే ఆది మెదడు పరిధిలోంచి ఇక తప్పించుకుపోదు.

ఏదో సందర్భంలో నా మిత్రుడు నన్ను కొన్ని వివరాలడిగాడు. అతడికేవో జిల్లాల పేర్లు కావలని వచ్చాయి. శ్రీకాళం, విజయవాడ, విశాఖ, తూర్పు గోదావరి, వశిష్ఠ గోదావరి, కృష్ణా, గుంటూరు అని చెప్పాను. అతడు వెళ్లిపోతున్నప్పుడు కాగితం ఇస్కూన్ ద్రాసుకోకపోతే మర్చిపోతామేమో” అని గుర్తు చేశాను. ‘అక్కడాదు, నాకు గుర్తుంటుంది’ అని నవ్వి ఒక పాక్యం చెప్పాడు - శ్రీదేవి జడ కృష్ణానదిలాగా, ముక్కు డాల్ఫీన్ నోన్లాగా, చెంపలు ఉథయ గోదావరి తీరాల్లాగ, కోపం మాత్రం గుంటూరు మిరపకాయలాగా వుంటుంది’ అన్నాడు.

అతడి సెన్స్ అఫ్ హ్యామర్క్, ఒక విషయాన్ని గుర్తుంచుకోవటం కోసం అతడు అవలంబించిన పద్ధతికి అభినందించాను.

నాకే విషయమూ గుర్తుండు అనే వాళ్లు క్షమార్పులు కారు. నిజానికి - అవసరమైన విషయాలు వీరికి చాలా గుర్తుంటాయి.

పదునంవత్సరాల క్రితం చూసిన అభిమాన నటుడి సినిమా కథని యథాతథంగా చెప్పగలిగే జ్ఞాపకశక్తి ఏరికి వుంటుంది. అనవసరమైన విషయాలని ఎక్కువ గుర్తు పెట్టుకుని, అవసరమైన వాటిని మర్చిపోవటం మాత్రమే వీరు చేసే పని!

జ్ఞాపకశక్తి పెంపాందించుకోవటానికి మరొక చిట్టా కూడా వుంది. క్రితం రోజు మీరు చూసిన సినిమా కథని ఎవరైనా చెప్పమన్నప్పుడు, మేరు ఎలా చెప్పాలో ఉంటే విల్స్ నీడిపిస్తారు. అతడు హీరోయిన్ని రక్కిస్తాడు. నిలవ్వని చితక్కుడతాడు. తర్వాత హీరోయిన్ ట్రైమల్ పడతాడు”.

ఈ విధంగా - బేసిక్ స్ట్రక్చర్ (మూలకథ) మీకు గుర్తుంది. పెద్ద ఉత్తరాన్ని చిన్న కంప్యూటర్ ‘థిఫ్’ మీద ముద్దించినట్టు - ఆది ముద్దితట్టు వుంది. స్నేహితుడికి చెప్పేటప్పుడు, ఒక్క పాయింటూ బయటికి తీసి, దాని చుట్టూ కథ అల్లుతారు. మొత్తం కథంతా కళ్లకి కట్టినట్టు మీ మనసులోకి వచ్చేస్తుంది - “రోడ్స్ మీద అట్ వేగంగా వెళ్లండి. ముట్టు బీకటి. ఒక సందులోంచి తెల్ల బీరే కట్టుకున్న హీరోయిన్ పరుగెత్తుకువస్తేంది. అట్ నెంబర్ 786. ముస్తిమ్ల పవిత్ర సంఘ్ ...”

చూశారా. మీ జ్ఞాపకశక్తి ఎంత అద్యుతంగా వున్నదో. మరి పరీక్షల్లో నాకేది గుర్తుండదని పిర్యాదు చేసే హక్కు మీకెక్కడుంది?

పరీక్షల్లో ఆన్సర్స్ రాసేటప్పుడు కూడా ఈ విధమైన తారిక్క జ్ఞానం ఉపయోగించి చూడండి. ఊరికి కంఠం పట్టి యథాతథంగా దాన్ని రాయటం కన్నా, చదివిన దాన్ని చిన్న చిన్న పాయింట్లుగా విడగొట్టుకుని, ఆ పాయింట్లని మాత్రమే గుర్తుంచుకొని, పరీక్ష పరోల్లో ఒక్క పాయింట్ చుట్టూ వివరాలు అల్లుకుంటూ పోతే, అది “మంచి సమాధానం” అవుటుంది. ఇలా పాయింట్లు విడగొట్టుకోవడం వల్ల అని జీవితాంతం గుర్తుండే అవకాశం కూడా వుంది. మరి చదువు యొక్క ప్రయోజనం కేవలం పరీక్షలు ప్రాసాదమే కాదు కదా! జ్ఞానాన్ని జీవితాంతం మనతోపాటు వుంచుకోవటమే చదువు లడ్డుం!!

## మానవిక వ్యాయామం

మన శరీరం ఆరోగ్యంగా వుంచుకోవటానికి ఎలా వ్యాయామం చేస్తామో, మెదడు చుర్గా వుండటానికి కూడా అలాంటి ఎక్కర్స్ స్టేజలు కొన్ని చేయ్యాలి. తీరికసమయాలలో అట్లాన్ చూడటం, జనరల్ నాల్డ్రెడ్ పుస్తకాలు చదవటం, మనకి తెలియని విషయాలు తెలుసుకోవటం మొదలైనవన్నీ నిరంతరం కొనసాగిస్తూ వుండాలి.

మెదడు ఒక పుష్టక విమానం లాంటిది, దానిలోకి ఎన్ని విషయాలు చౌప్పించినా అది ఇంకా భాగీచే వుంటుంది. అలాగే దాన్ని సరిట్యున క్రమంలో పెట్టుకునే మనకి కావలసిన విషయాల్సి, కావలసినప్పుడు అందిస్తుంది.

చాలామందికి జర్జీ, జపాన్, బ్రిజిల్ లాంటి దేశాలు ప్రపంచ పటంలో ఎక్కడున్నాయో తెలీదు. అలాగే మన దేశ చరిత్ర, సంస్కృతి మొదలైన విషయాలు కూడా తెలీపు. రుపీ దీ వాల్యూమేస్ అంటే ఏమిటి? చెక్కుకీ, డ్రాఫ్ట్ కీ తేడా ఏమిటి? అమీబాకీ, జార్టీటాకీ తేడా ఏమిటి? చలిగాలి వీస్ట్ మేమారెందుకు వర్రుంగా మారతాయి? మంచు సీటిలో చేప ఉప్పొగ్రెత ఎంత? మొదలైన విషయాలు తెలుసుకోవాలనే ఆసక్తి కానీ, తెలుసుకున్నా గుర్తుంచుకోవాలన్న అభిరుచికానీ వుండవు, ఇలాంటి పిషయాలు చదిపి గుర్తుంచుకోవడం వల్ల మెదడు మరింత వదును తేరడమే కాకుండా, ఈ విషయాలు అసక్కిగా వుండటం వల్ల మనకి పెద్ద అలసటగా కూడా అనిపించదు. ఒక సినిమా కథని గుర్తు పెట్టుకున్నంత బాగా ఇటువంటి విషయాలు గుర్తు పెట్టుకోగలిగే ఓపిక వున్నవాడు జీవితంలో తప్పుకుండా పైకి వస్తాడు.

ఒక టేబుల్ మీద పెన్మా, పెన్మిలూ, రబ్బరూ, సుగ్గానా, దుష్ప్యో, పుస్తకం, ఒక హండ్బ్యూగ్, సాక్స్, పిన్మా, కాగితం, కాసెట్, సబ్బు లిఖా మొదలైనవని ఒక పాతిక వస్తువులు పెట్టుండి. ఒక నిమ్మమం పాటు వాటిని చూసి, వేరే గదిలోకి వెళ్లి, కాగితం తీసుకుని ప్రాయటం ప్రారంభించండి. మేరు ఎన్ని పస్తువులని సరిగ్గా ప్రాయగలిగారో, అది మీ జ్ఞాపకశక్తికి ఒక పరీక్షగా నిలుస్తుంది. అలాగే యూ పుస్తకం ఒక నిమ్మమం

పక్కనపెట్టి, ఒక కాగితం, కలం తీసుకుని వేరే గదిలోకి వెళ్లి, మీరు ఇంతకు ముందు ఏ గదిలో కూర్చుని ఈ పుస్తకం చదువుతున్నారో, ఆ గదిలో వున్న అన్ని వస్తువుల పేర్లూ ప్రాయటానికి ప్రయత్నించండి. తిరిగి వచ్చి, ఒకసారి మళ్ళీ పరిశీలించుకోండి. మీ యొక్క అబ్బయ్యేష్వర్ / జ్ఞాపకశక్తి ఎంతో మీకు తెలుస్తుంది.

## వయసు / అందం / ఆరోగ్యం

### వయసు

“ముచ్చె ఏళ్ల వయసులో వృద్ధావ్యం కన్నా -

డెబ్బె ఏళ్ల వయసులో యవ్వనం

ఎక్కువ ఆనందాన్నిస్తుంది”

అన్నాడు ప్రాణ్వీ.

ఎంత మంచి సూక్తి ఇది. మంచి సత్యాన్ని తెలియజేస్తే సూక్తి. అందుకే తీర్మి కొంతమంది యువకులు పుట్టుకతో వృద్ధులు’ అన్నాడు. మన వయసు మన శరీరాన్ని బట్టి కాక మన ఆలోచనలిని బట్టి వుంటుంది. మనలో కుతూహలం చనిపోననంతకాలం, వయసు మనతో యుద్ధం చేయలేదు.

‘వృద్ధావ్యం ఆనే చెడ్డ అలవాటుని - నిరంతరం పనిచేసేవాడు గుర్తించడు’ అని ఒక తైనా పొమెత కూడా వుంది. ఆ మాటక్కొన్నే వయసుకీ, పనికి సంబంధం ఏముంది?

కామ్డోర్ ఆనే వ్యక్తి డెబ్బె నుంచి ఎన్నా మూడేళ్ల వయసు మధ్యలో తన ఆస్తికి మరో పది కోట్ల రూపాయలని చేర్చాడు. గోధే తన ఎనభయ్యా ఏట ‘పాష్టే’ అన్న పుస్తకాన్ని పూర్తి చేశాడు. ప్రపంచపు అత్యుత్తమపు చిత్రాలలో ఒకటైన ‘లోపాంటో యుద్ధం’ అన్న బోమ్మని ఆ చిత్రకారుడు తన తొంటై ఎనిమిదో ఏట వేశాడు. పేక్స్సీయర్ ప్రాసిన శిథెల్లో నాటకాన్ని పెర్చే అనే నటుడు తన ఎనభయ్యా ఏట రంగప్రాంగం మీద నటించాడు.

ఎలభై ఏళ్లకే కీళ్ల నొప్పులు, నడుం నొప్పి, మైగ్రియిన్, సైన్సిస్కలతో బాధపడే మనమందరం వీరిని చూసి నేర్చుకోవలసింది చాలా వుంది. భగవంతుడిచ్చిన అనారోగ్యానికి మనుమేం చెయ్యగలం - అని పాపోతే లాభం లేదు. మనలోని చాలా అనారోగ్యాలు వాటిని మనం గుర్తించకపోతే ఆణిగిమణిగి పడి వుంటాయి. ఇదే పుస్తకంలో ఎక్కడో ప్రాసినట్టు ప్రమాణ రాజకీయ నాయకులు, చిత్ర పరిశ్రమలో వున్నవాళ్లు - కొన్ని రోజులు అనారోగ్యంతో బాధపడితే ఎంతో నష్టం కలుగుతుంది. వారు నిరంతరం శక్తితో, యవ్వనంతో పుంచారుగా వుండటం మనం గమనిస్తానే వున్నాం. మరి ఏ అంతర్గత శక్తి పారిలోని అనారోగ్యాన్ని కప్పి వుంచుతుంది?

ముంచుకొస్తున్న వయస్సు, మనిషి ముఖం మీద కొన్ని ముడుతలనీ, కళ్ల క్రింద కాస్త నల్ల గితలనే కాకుండా, మొహంలో తేజస్సునీ, కళ్లలో విజ్ఞానాన్ని కూడా నింపాలి. అలా ఆని చెప్పి కేవలం వయస్సు, ఆనుభవం వస్తే తప్ప జీవితంలో ఏమీ సాధించలేదు అనుకోవటం కూడా పొరపాటి. అలెగ్గండర్ తన ఇరవయ్యా ఏట సింహసనం అధిష్టించి, ముచ్చె మూడేళ్లు వచ్చేసరికి సగం ప్రపంచాన్ని జయించాడు. వాషింగ్టన్ తన ఇరవై మూడో ఏట విదేశి రాయబారిగా వెళ్లాడు. గౌలియో తన పడ్డవిమిదో ఏటనే పెండులం థియరీ కనుకున్నాడు. పేక్స్సీయర్ ప్రాసిన గొప్ప నాటకాలన్నీ ముచ్చె, ముప్పయ్యరు వద్ద వయసులో ప్రాసినవే. కాబట్టి - చిన్న వయసుకానీ - వృద్ధావ్యం కానీ - దానికి విజయానికి సంబంధం లేదు.

### అందం

యవ్వనం చాలా గొప్పది.

మీరు గమనించారా! 12-16 మధ్య వయస్సున్న కుర్రవాళందరూ గెడ్డలూ, మీసాలు తొందరగా వచ్చేస్తే బాగుణ్ణనిఉఱ్ఱాహాపడతారు. నలభై ఏళ్ల దాటి వృద్ధావ్యంలోకి ప్రవేశిస్తున్న వ్యక్తులు కూడా యువకుల కంపెనీనే కోరుకుంటారు. అంతవరకూ ఎందుకు, ప్రపంచంలో 20-30 మధ్య వయసున్న వారు ఎంతమంది వుంటారు? అయినా కూడా కథలు, నవలలు, నాటకాలు, సినిమాలు అన్నీ యువతి యువకుల ఇతివ్యతాలతోనే ఎందుకు నిర్మించబడతాయి? ఎందుకు ప్రేమ కథలే ప్రాముఖ్యం వహిస్తాయి? ... ఎందుకంటే జనం అంతా యవ్వాన్నే అభిలషిస్తారు కాబట్టి బాలురు, వృద్ధులు, స్త్రీలు, ప్రాఢలు అందరికి యవ్వనం ఒక అందమైన కల!

ఇలాంటి యవ్వానాన్ని మనం చాలాకాలం కాపోడుకోవచ్చు. కావలసిందల్లా కాసింత మానసిక వ్యాయామమే.

అనారోగ్యాన్ని దరి చేరనివ్వివాడు, తను చేస్తున్న పనిలో సంతృప్తి పొందేవాడు, జీవితంలో కనీసం కొచ్చునా మంచి అలవాట్లున్నవాడు, నిరంతరం సంతృప్తిగా వుండేవాడు, వయసుని దరి చేరనివ్వడు. వృద్ధావ్యం కూడా అతని ‘మనుసు’ని చేరటానికి భయపడుతుంది.

ప్రతీమనివికీ యవ్వనం ఒక హమ్మ అయితే అందం ఒక వరం. తాను - తన ముట్టువున్న వాళ్లని ఆక్రించలేకపేతున్నాను అన్న ఆత్మస్వానతడిప్రేషణకి దారితీస్తుంది.

ఒక కుర్రవాడున్నాడు, అతడి ఎత్తు నాలుగడుగులా మూడంగుళాలు. అతడు నిరంతరం తాను పాట్లిగా వున్నాను అన్న ఆత్మస్వానతా భావంతో బాధపడుతూ ఉంటాడు. స్నేహితులతో సరిగ్గా మాటలడలేదు. ‘అందరికన్నా తక్కువ’ అన్న భావం అతడిలో ఎంతగా పెరిగిపోయిందంటే చివరికి అతడికాక ఇంటర్వ్యూలో ఉద్యోగం రాకపోయానా, కేవలం తాను పాట్లిగా వున్నాడు అన్న కారణంగా ఆ ఉద్యోగం రాలేదు అని నమ్మింత స్థితికి వచ్చాడు. ఆ కాంప్లెక్స్ అతనిలో పెరిగి పెరిగి చివరికి ఆత్మస్వా

చిజయానికి ఐదు మెట్లు

చేసుకోవాలన్నంత గాదంగా పరిణమించింది. తన ఆవయవాలన్నీ వివిధ ఆసుపత్రులకీ అమిగైవేసి, ఆ డబ్బు తండ్రికిచేసి చుప్పివాలన్న నిర్ణయానికొచ్చాడు.

... కొన్నిలీంగ్ కోసం మా దగ్గరికి వచ్చిన ఉత్తరాలలో ఇది ఒక చిన్న ఉదాహరణ మాత్రమే. ఇంతకన్నా దారుణమైన వాస్తవ కథ మరొకటి వుంది. ఇది అందానికి సంబంధించినది. ఒక అమ్మాయి చాలా అనాకారి. అమె భర్త అమెని ఎంతో ప్రేమగా చూసుకుంటాడు. అమెకు ముగ్గురు పిల్లలు. అమె భర్త చాలా అందంగా సినిమా హీరోలా వుంటాడు. ఎంతోమంది అమ్మాయిలు అతనితో వరిచయం చేసుకోవటానికి ఉన్నిచూర్చుతూ వుంటారని అమెకి తెలుసు. అయినా కూడా అతడు అమె పట్ల ఎంతో అభిమానంతో ప్రేమగా వుంటాడు. క్రమంగా అమెలో ఆత్మమ్మాననొ భావం బయలుదేరింది. వివిధరకాలైన వురుషులని వివిధ రకాలుగా అకర్షించటానికి అమె ప్రయత్నించసాగింది. అమె కంఠం బావుంటుంది. పోనోలో దాన్ని ఉపయోగించి పరిచయం పెంచుకుంటుంది. కానీ దురదృష్టిషాత్మక పరిచయమైన ప్రతి మగవాడు ఒకసారి ముఖాముఖీ కలిశాక, ఏదో ఒక కారణం చెప్పి అమెకు దూరమవుతాడు. అలా దూరమవుతున్న కొఢ్చి అమెలో పంతం హాచ్చి పోనోలో తన వాక్యాత్మయ్యానీ, తన ప్రత్యుషానీ ఆకర్షణగా ఉపయోగించి మరిన్ని పరిచయాలు పెంచుకోవటం ప్రారంభించింది. దురదృష్టిషాత్మక అమె భర్తకి ఆ విషయం తెలిసి ఇద్దరూ విధానులు తీసుకునేదాక వచ్చింది. అన్నిటికన్నా దురదృష్టకరమైన విషయం ఏమిటంబే ఈ రకరకాల పరిచయాల వల్ల అమె మాత్రం సంతృప్తి పొందకపోగా - కలిగిన ప్రతి పరిచయమూ అమెని మరింత ఛిప్పేమనకి లోసమ్మేళటల్లు చేసింది.

\*

\*

\*

రకరకాల వ్యక్తులు ... రకరకాల మానసిక బలహీనతలు ... మనకి తెలియని ప్రపంచం ఇది! మనుషులు ఇలా కూడా వుంటారా అని ఆశ్చర్యపోయేటటువంటి సంఘటనలు మన చుట్టూ జరుగుతునే వున్నాయి.

ఇ రెండు ఉదాహరణాలలోనూ ఆ విషాద పరిణామాల వెనుక కారణాన్ని శోర్ట్ చేసే ఒక విషయం తెలుస్తుంది. ఏదయితే మనకి లేదో దాని పట్ల మనం అభిమానాన్ని పెంచుకుంటున్న కొఢ్చి. అది మన విషాదానికి హీతువుతుంది. మనందరం అందంలో మౌనిలసాలూ, ఆకర్షణలో అమీర్బాన్లూ కాలేము. మనకి లేని ద్వారా ఇతరులని ఆకర్షించటానికి ప్రయత్నించటం కంటే మనలో వున్నదాన్ని పెంపాందించుకోవటం మంచిది. ప్రతీ వ్యక్తికి పదిమంది తనని గుర్తించాలనే వుంటుంది. పాలోలు కత్తిరించుకున్నా, అందంగా తయారయినా అది ప్రత్యేకంగా కనపడాలనే!! కానీ ఎవ్వడయితే మనం మనలో లేనిదానికి ప్రాముఖ్యత ఇవ్వటం ప్రారంభించామో, అది ఒక పురుగులగా మన ఆత్మవ్యాపాన్ని తోలిచేస్తుంది. అది ఎంత హోరమైన పరిణామానికైనా దారితీయవచ్చ అని చెప్పుటానికి ఇ రెండు ఉదాహరణాలూ.

ఉన్నంతలో బాగా కనపడటం గురించి నేనేదో నవలలో ప్రాస్తు, సన్నగా వుండే అమ్మాయిలకి పొడుగాటిజడ, అందమైన చీరకట్టు, కనకాంబరం పూలు అందాన్నిస్తాయని ప్రాసినప్పుడు ఒక పారకురాలు విరుచుకుపడింది. మాటిమాటికి పైట సిరిజేసుకోవటంలో వున్న ఇబ్బందులు, పొడవాటి జట్టు దువ్వుకోవటంలో వచ్చే కష్టాలు అన్ని చెప్పు - మగ వాళ్లాగా చాలా మామూలుగా వుండే హామ్స్ కాదనటానికి మీరెవరు అని ప్రశ్నించింది. అడ్డపంచే, భుజాన కండువా, చేతిలో పొన్ను కర్ర మా కిష్టమంటే అబ్బాయిలు అలా తయారవుతారా అని ప్రశ్నించింది.

అమ్మాయిలకి అలాటి 'శ్షష్టం' వుందని తెలుస్తే సగం మంది అబ్బాయిలు అలానే తయారవుతారు.

పెందికగా, అందంగా వుండుండా కేవలం వ్యక్తివ్యంతసే పదిమంది చేతా గుర్తింపబడేలా చేసుకోవటం మంచిదే. అటువంటప్పుడు కళ్ళకి కాటుకా, పెదాలకి లీప్సైక్, చేతులకి గాజాలూ కూడా అవశరం లేదు. సగం ఇటు, సగం అటు వుండే మవుత్తుం మాత్రం ఎందుకు? ఈ మధ్య పస్తున్న టి.వి. అడ్డరైట్మెంట్స్ చూసినా లేదా సినిమాలలో కథానాయికలని చూసినా వాళ్లందరినీ మంచి చీరల్లోనే చిత్రికరించటం మనం గమనించచు. ఇటీవల వచ్చిన కొత్త పరిణామం ఇది. "నాగరికత అనేది ఒక వ్యతిం లాటిది" అనేది ఇక్కడ బుజువుతోచెది. మనసంప్రదాయంలోనే అందం వుంది అన్న విషయానికి మనం తెరిగి చేరుకుంటుస్వం. సంప్రదాయం వేరు, నాగరికత వేరు. నాగరికత కోసం సాంప్రదాయాన్ని వదిలిపెట్టనవసరం లేదు. మనకేది భావుంటుందో మనకన్నా బాగా గుర్తించగలిగే వారెవరు ? అందరికన్నా ముందు మనం ఒక కొత్త విషయం కనుక్కొలికితే, మనని అందరిలోనూ ప్రథములను చేయటానికి అది తేడ్వుడుతుంది. తన ఆకారానికి, తన అలంకరణాకీ ఏర్కమైన వప్పుదారణా బావుంటుందనేది ఎవరికి వారు స్యయంగా నిర్ద్యించుకోవాలి. అంతే తప్ప మిగతా అందరూ పాలో అవుతున్న ప్యాపెన్స్ గుడ్డిగా అనుకరిస్తే అందరిలో ఒకరిమవుతాం.

## అరోగ్యం

శరీరానికి, మనుషీ చాలా దగ్గర సంబంధం వుంటుంది. ఒక కుర్రవాడు 104 జ్యరంతో బాధపడుతున్నడనుకుండా. తనకి టైఫాయిడ్మేనని అతడి అనుమానం. ఆలోచనున్నకొఢ్చి అతడు మరింత మానసికంగా క్యంగిపోతున్నాడు. అటువంటిసమయంలో ఆతడి బ్లూ రిపోర్టు వచ్చింది. డాక్టర్ ఆ రిపోర్టు చూసి "ఇది టైఫాయిడ్ కాదు, చాలా మామూలు జ్యరం, ఈ ఇంజక్షన్స్ గంటలో తప్పిపోతుంది" అని ఒక ఇంజక్షన్ ఇచ్చడనుకుండా. ఆ మాత్రం మానసిక స్ట్రేస్ వల్ల, తనకి వచ్చింది టైఫాయిడ్ కాదు అని తెలియటం వల్ల వెంటనే అతడి జ్యరం సగానికి తెలుస్తు -

మనసు అంత బలమైనది!

మనలో ఏదో ఆనారోగ్యం వుంది, అన్న భావమే మనల్ని సగం కృంగిపోయేలా చేస్తుంది. చిన్న చిన్న అలవాట్ల ద్వారా మనం చాలా ఆరోగ్యంగా వుండవచ్చు. మితంగా భోజనం చేయటం, రోజు వ్యాయామం, ఓపోరితిత్తులకు సంబంధించిన వ్యాధులుంటే శ్రీతింగ్ ఎక్స్‌ట్రైట్ మొదలయినవస్తే మనం పాటించం. మనిషి స్కూలకాయుడైతే డైటింగ్ ద్వారా, తగు వ్యాయామం ద్వారా, సెల్ఫ్ థెరపీ ద్వారా చాలా సులభంగా తన బరువు తగ్గించుకోవచ్చు). అయినా కూడా ఇంతమంది స్కూలకాయంతో డిప్రెషన్‌కి ఎందుకు గురవుతారో అర్థం కాదు. (సెల్ఫ్ థెరపీ - వివరాలకు క్లినిక్ 2000, డా. రపీంద్రనాథరెడ్డి, సౌమాత్మీగూడా క్లాన్‌రోడ్స్, హైదరాబాద్, (ఫోన్ నెం : 3314032) సంప్రదించండి) అయి వారాలలో ఈ థెరపీ ద్వారా మన అధిక బరువుని తోలిగించుకోవచ్చు. అదే విధంగా కొంతమంది మరీ అస్ట్రిపంజరాలలా, కొడ్డిగా గాలిపీస్తే ఎగిపోయే పూచికపుల్లల్లా వుంటారు. అదే క్లినిక్ - 2000 ద్వారాగానీ, పోష్ట్‌కాపోరం తీసుకోవటం ద్వారా గానీ వాళ్ళు పుష్టిగా, పొందికగా, బలంగా కూడా తయారవ్యోము. అలా తయారవలేకపోవటానికి కారణం “ఇది ఇంతే. ఇంతకన్నానేను బాగుపడను” అని దేవడి మీద నెపం వేయటం మాత్రమే అయితే అలాంటి వాళ్ళని మనమేం చెయ్యలేము దేవడూ ఏమీ చేయలేదు.

మన గురించి మనం పట్టించుకోకపోతే ఎవరు వట్టించుకుంటారు. మనం మన కోసం వినియోగించే సమయం కన్నా ఇతరుల కోసం, ఇతర విషయాల కోసం వెచ్చించే సమయం ఎక్కువవటం దురద్రష్టకరం.

మ్యాటన్ అనే రచయిత ఈ విధంగా ప్రాస్తాడు - “ప్రతిరోజు తలారా స్నానం చేసి, రోజుకి ఆయ గ్లాసుల నీళ్ళు తాగి, ఆగంటసేపు వ్యాయామం చేస్తే ఈ ప్రపంచంలోని సగంమంది డాక్టర్లు తమ వృత్తి మానుకోవలసి వుంటుంది”. అద్భుతవాత్తు మానవజాతి కోసం ప్రకృతి స్పష్టించిన మందులన్నీ ఉచితంగా లభించేవే. స్వచ్ఛమైన గాలి, మంచినీరు, సూర్యరశ్మి, నిద్ర - ఇంతకన్నా మంచి మందులేముంటాయి? అయినా కూడా మనం ఏటి యొక్క ప్రాముఖ్యత గుర్తించటం లేదు. సైన్సు ఎంత పూర్ణిమ్మా సాధించినా ఆంతకన్నా ఎక్కువగా వ్యాధులు మనని చుట్టూచుట్టూనికి కారణం ఇదే, సిగరెట్, ట్రైంక్, అర్టరాత్రి వరకూ పార్టీలు, చిన్నచిన్న ఆనారోగ్యాలకేవాడే ఆస్పిరిన్, పెనిలిన్లాటి మందులు-మనల్ని నిర్మించాలి. ప్రతీ చిన్న ఆనారోగ్యానికి కూడా ఎక్స్‌రే, ఇ.సి.జి., రక్తపరిక్ష మొదలైనవస్తే వచ్చి ఆర్టికంగా కూడా మనల్ని బలహీనులని చేస్తున్నాయి. ప్రతిరోజు భోజనం చేసిన తరువాత నీళ్ళు పుక్కలించి ఊయటం అన్న చిన్న అలవాటు మన డెంటల్బిస్తును పదివేలు తగ్గిస్తుంది అని చెప్పే ఆందులో ఆశ్చర్యమేమీ లేదు. పూర్తి కప్పు ఐన్‌క్రిమ్ తింటే ఎంత ఆనందం వస్తుందో రెండు స్కూల్లు తిన్నా నోటికి అంతే ఆహారంగా వుంటుంది అన్న విషయం మనం గుర్తించగలగాలి. పదిహేను వేరుశనగపు

గింజలు లేదా నాలుగు కప్పుల కాపే మన శరీరానికి ఇచ్చే కాలరీలు - రెండు స్లైట్ల భోజనం సమయాన్ని కాలరీలికి సమానం అంటే ఆశ్చర్యం కలుగుతుంది. ముఖ్యంగా స్కూలకాయులు గమనించవలసిన అతి ముఖ్యమైపుయం ఇది. ఒక చాకాలెట్, ఒక పస్టిక్ నీమ్, నాలుగు ఒడియాలు ... ఇంతేకదా ఆనుకుంటారు. ఇది ఒక పూట భోజనంతో సమానం అని గ్రహించరు. ఇలాంటి చిన్న చిన్న విషయాలే మనం గమనించవలసింది.

ఒక్క విషయం మనం గుర్తుంచుకోవాలి. విజయానికి అయిదు మెట్లున్నాయి మకుంటే అన్నిటికన్నా ముఖ్యమైన మెట్లు మన ఆయుధాలని మనం గుర్తించగలగటం! అన్ని ఆయుధాలలోకి ముఖ్యమైన ఆయుధం ఆరోగ్యం. ఎంత డబ్బున్నాకానీ, శత్రువులని ఏ విధంగా జయించినా కానీ, ఎంత మానసిక ఉల్లసం వున్నాకానీ చివరికి ఇప్పు ఆరోగ్యం చుట్టే పరిభ్రమిపు వుంటాయి! ఆది లేకపోతే మనం ఏది సాధించలేదు. ఇన్ని నిరక్షం చేస్తే - కాప్ట్ వయసు పైబడగానే పాంచివన్న శత్రువుల్లాగా ఆనారోగ్యపు లక్షణాలన్నీ మాకుమృడిగా దాడి చేస్తాయి.

స్ట్రీల జీవితంలో పరిణామకుమంలగే పురుషులకి కూడా మానసిక మెనోపాష్టితి వస్తుందని పైకియాటిస్టులు నిర్దారించారు. జీవితం అయిపోతోందని, వయసు పైబడుతోందని, యవ్వనాన్ని కోల్పోతున్నామని చాలామంది పురుషులు మానసికంగా వ్యధ చెందుతూ వుంటారట. వారికి బెంజమిన్ అనే తత్వవేత్త సూక్తి బాగా ఉపయోగపడుతుంది.

“నాకు వృద్ధావ్యం వస్తున్న యింకా జీవితంలో ముఖ్యమైన భాగం ఏదో మిగిలి వుందనే ఊహనే నేను విశ్వాస్తు వుంటాను. నా చుట్టూ వున్న పరిస్థితులని మరింత ప్రశ్నేషణల్కంగా గమనించటానికి. నా చుట్టూ వున్న వ్యక్తుల మంచితనాన్ని మరింత లోతుగా తెలుసుకొనుటానికి, ప్రకృతి యొక్క సత్యాలని మరింత ఆహారధరంగా సోధించటానికి, భవిష్యత్తులో మరింత ఆనందకరంగా గడిపే రోజు వస్తోందని నేను ఉపిశ్లారుతూ వుంటాను. గతం ఒక అందైన అనుభాతుల, అనుభవాల గుచ్ఛమైతే నాకు మాత్రం భవిష్యత్తు ఉద్దిగ్గుపైన, ఉద్దేగురాపితమైన, అనందప్రదమైన కల, గతం నాకు నడక నేర్చితే భవిష్యత్తు నాకు పరిగెత్తుటంలో వుండే ఆనందాన్ని నేర్చుతుంది అన్న విశ్వాసంతో బ్రతుకుతాను. గతం నాకు తీపి, చేదుల మిశ్రమమైతే తీపి నుంచి చేదు విడియటమెలాగే నేడు తెలుసుకున్నందుకు ఇక భవిష్యత్తులో తీపిని మాత్రమే అస్వాదిస్తాను”.

## మానసిక ఆరోగ్యం

వయసు పైబడుతున్నకోద్దీ మనం ఒంటరిగా గడపటం నేర్చుకోవాలి. పుప్పకాలు, ప్రకృతి మన స్నేహితులవ్వాలి. మన చాదస్తుంతో కొడుకులని, కోడ్జుని, మనవశ్శని బాధించకూడదు. కాప్ట్ ప్రార్థన, కాప్ట్ ప్రార్థన, ఒక అర్థద్వంతుండి అన్న విషయం మనం గుర్తించగలగాలి. పదిహేను వేరుశనగపు

కుండిలో మొక్క - ఇని మన స్నేహితులవ్వారి. అప్పుడు మనకి తెలియకుండానే మన మొహంలో ఒక తేజస్సు వస్తుంది. కళ్లల్లో ఒక త్వరితినిందుతుంది. అప్పుడు ఆటోమాటిక్‌గా చుట్టూ ఉన్న వాళ్ళకి మనమంటే "గౌరవం" కలుగుతుంది. మరణ్యరికి యివ్వని బహుమతి, వ్యధులకి మాత్రమే దేవుడిచ్చిన బహుమతి 'అనుభవం'. అది కేవలం వయసు వల్ల మాత్రమే వస్తుంది.

ఆదే విధంగా దేవుడు మనకి ఏదో ఒక అవకరం యిచ్చాడంటే తప్పకుండా మరో రంగంలో మరొక ప్రజ్ఞని యిచ్చే వుంటాడు. అవకరాన్ని చూసి కృంగిపోకుండా ఆ ప్రజ్ఞని పెంపాందించుకోవాలి అని యింతకుముందే ప్రాశాను. పదిమంది వున్న గుంపులో మనం మన అందంతోకానీ. పిజిక్‌తో కానీ ఎదుటివారిని ఆకర్షించలేకపోవచ్చు. ఆ పదిమందిలో వున్న అందమైన అబ్యాయి చుట్టూనో, అమ్మాయి చుట్టూనో పదిమంది చేరవచ్చు. అది కేవలం ఆకర్షణ మాత్రమే. శాస్త్రతంగా ఆకర్షణ నిలవదు. శాస్త్రతంగా గుర్తింపు సాధించాలి అంటే దానికోసం మనమేం చేయాలో ఆలోచించుకోవాలి. మన అవకాశాన్ని మన పట్టుదలగా మార్చుకోవాలి. దీనికి గొప్ప ఉండారణలు - పొట్టివాడైన నెపాలియన్, తరచు అనారోగ్యంతో బాధపడిన గాంధీ, కాళ్లలో అవకరం వున్న రూబోల్ట్, వయసు శైబడ్సో మానవసేవ చేస్తున్న మదరథిరసా - వీళ్ళని మనం ఆదర్శంగా తీసుకోవాలి. మన శరీరంలోని అనారోగ్యం మీద మనలోని మానసిక శక్తి బ్రహ్మాత్మంలా పనిచేస్తుంది.

## రొమాన్

షైప్ప్రెంగ్ చూసి ఇదేదో నరాల్చి ఉత్సేజిపరిచే ఛాస్టర్ అని మీరమకుంబే పారపాటు పడ్డట్టే. ఈ ఛాస్టర్లో మనం చర్చించబోతున్నది మానసిక వ్యాయామంలో రొమాన్ పాత గురించి మాత్రమే. వయస్సు/పిజిక్/అందం గురించి చర్చిస్తూ మనం మనిషికి కావలసిన దివ్య దౌషధాలైన గాలి, నీరు దేవుడు మనకి ఉచితంగా ఇచ్చాడు అని అనుకున్నాం. మరొక అనందప్రదమైన, ఆపోదకరమైన ప్రక్రియ కూడా దేవుడు మనకి ఉచిత బహుమతిగా ఇచ్చాడు. అది రొమాన్. జంతువుకి, మనిషికి వున్న తేడా అదే. జంతువులు సెక్కు చేస్తాయి. మనములు రొమాన్ చేయగలరు.

మనిషి గుర్తింపు కోసం, అనందం కోసం జీవిస్తాడు. ఇది తప్ప ప్రపంచంలో ఇంకేమీ లేదు. ఎన్ని కష్టాలు పడ్డా, ఎంత డబ్బు సంపాదించినా ఈ రెండింటి కోసమే. అటువంటప్పుడు గుర్తింపు'లో అతి ప్రాముఖ్యత వహించేది జీవిత భాగస్వామి నుంచి గుర్తింపు. తన యొక్క దౌషధాల్యం, తన సంస్కారం, తన కష్టమడె గుణం ఏ విధంగా ఒక భాగస్వామి గుర్తించాలని మనిషి అనుకుంటాడో అదంతా ఒక నిశ్శబ్దపు అర్థరాత్రి జిరిగే రొమాన్సులో ప్రకటించువుతూ వుంటుంది. అందుకే మనిషి జీవితంలో రొమాన్ ప్రాముఖ్యత వహిస్తుంది.

దురద్వష్టవశాత్తు సెక్కు ఎడ్యుకేషన్ చాలా తక్కువగా వుండటం వల్ల మనలో చాలామందికి దీనిమొక్క ప్రాముఖ్యత అవగతమవదు. పెళ్ళయిన తరువాత కూడా రొమాన్ అంటే ఆదేదో వేశ్యలు చేయవలసిన పని అనుకునే స్ట్రీలు సగానికి శైగా వుండటం దురద్వష్టకరం. మొత్తం ప్రపంచం దగ్గర గౌరవంగా, గుంభనంగా, సీరియస్‌గా. మితభాషిగా, సంస్కారంతంగా వున్న స్ట్రీగానీ, పురుషుడు కానీ కేవలం ఒక వ్యక్తి దగ్గర అల్లరిగా. ఆనందంగా, ఆప్టోదంగా, విచ్చలవిడిగా, తనని తను మర్చిసేయి అవతరి చారిని ప్రైమరపించేలా చేసే ఏక్కు సాధనం రొమాన్. ఏదో రచనలో ప్రాసినట్టు 'where you can kick off your shoes .... unconcerned about your hair ....' లాగా బతగ్గలగాలి. కనీసం ఒకరి దగ్గరన్నా మనని మనం మర్చిపోయేలా వుండగలగాలి. అటువంటి వ్యక్తి దొరికితే అంతకన్నా అద్వ్యాప్తం ఏమంది?

మానసిక ఆరోగ్యానికి అతి ముఖ్యమైన ఈ రొమాన్ గురించి ఎంత ప్రాసినా అది పరిపూర్ణత్వం సంతరించుకోదు. అది ఒక ఉద్యానవనం లాటది. కొంచెం దూరం వెళ్ళి చూసి 'భాసుంది' కదా అనుకుని వెనక్కి వచ్చేస్తే - ఆ అందం ఆక్కడితో ఆగిపోతుంది. మరికొంత లోపలికి వెళితే మరిన్ని అందాలు కనపడతాయి. ఆ ఉద్యానవనం యొక్క అందం అంతా మనం ఎంత దూరం లోపలికి వెళ్గలం అన్న దానిమీదే ఆధారపడి వుంటుంది. ఏముంటుంది లోపల ? చెట్లు, పుట్టలు, పువ్వులు, లతలు యింతేకదా అనుకునే మనస్తత్వం వుంటే ఆ అందం ఆర్ద్రం కాదు. చాలామంది మనముల జీవితపు నిరాసక్తతకి కారణం వారిలో రొమాంటిక్ టింట్ లేకపోవటమో, లేక వారి జీవిత భాగస్వాములలో రొమాన్ పట్ల నిరాసక్తత వుండటమోని మానసిక శాస్త్రవేత్తలు చెప్పు వుంటారు.

చాలాకాలం క్రితం ఒక కథలో ఎవరో ప్రాసిన ఒక ఫేర్గ్రాఫ్ దాదాపు ఇరైనై సంవత్సరాలయినా నాకు బాగా జ్ఞాపకం వుంది.

"అమె మూడంకి వేసి మొగలా అటు తిరిగి పడుకుని వుంటుంది. అతడు అమె చుట్టూ చేతులు వేసి దగ్గరకు తీసుకుని నిద్రపోతూ వుంటాడు. అమె జుట్టు, వెన్నెముక అన్ని అతడి కడుపుకి తగులుతూ వుంటాయి. అమె అతడిలో ఇమిడ్ పోయినట్టు ఒట్టిగ్గ నిద్రపోతుంది. వారి వివాహం జరిగి ముపై సంవత్సరాలకి శైగా అయినా ప్రతిరాత్రి అదే భంగిమ, అమె చుట్టూ చేతులు వేసి అలా దగ్గరకు తీసుకు పడుకోపోతే అతడికి నిద్రపుటదు. తన చుట్టూ పెనేసుకున్న రెండు చేతులూ అమెకి గొప్ప భద్రతాభావాన్ని రౌత్తంలా కలిగిస్తూ వుంటాయి. తనంత అద్వ్యాపంతురాలు లేదని మరిసిపోతూ వుంటుంది. ఈ ప్రపంచంలో ఒక స్ట్రీ తన పురుషుడి యొక్క సామీప్యాన్ని ఎందుకు నిరంతరం కోరుకుంటూ వుంటుందో తెలియజెపుటానికి ఆ రెండు చేతులే ఉడాహరణ. వారేమీ ఆవేశంతో రెచ్చిపోరు. ఆ పనికోసం కుతూహలపడరు. ఒక రకమయిన బంధం

అది. అమె గోదవైపు తిరిగి పడుకుని వుంటుంది. అతడు అమెవైపు తిరిగి పడుకుని వుంటాడు. ఇద్దరి మధ్య గాలి కూడా అపాశ్వర మహతుంది. అదీ వారి సంసారబందం...."

భార్యాభర్తల మధ్య అనుబంధాన్ని యింత చక్కగా చెప్పటం కుదిరింది కాబట్టి ఆ పేరాగ్రావ్ యిన్ని సంవత్సరాలయినా నాకు సజీవంగా జ్ఞాపకం వుంది. ప్రతీది వెళ్లి వేదాంతంలో కలిసినట్టే ఒక స్తోయు వచ్చేసరికి రొమాన్సు కూడా యిటువంటి ప్రభుతని ఆపాదించుకుంటుంది అని చెప్పటం రచయిత ఉద్దేశ్యం కాబోలు. కానీ ఆ ప్రభుత తాలూకు నిశ్శబ్దంలోనే 'మఘ్య నాకు, నేను నీకు' అన్న ఫీలింగు వుంది. రొమాన్సు మొక్క ఉద్దేశ్యం అదే.

పెళ్లయిన కొత్తలో వుండే ఆవేశం కొంతకాలానికి వుండకపోవచ్చు. అప్పుడు ఆవేశం తగ్గి అనుబంధం పెరుగుతుంది. చీకటి పడేసరికి ఇంటికి వెళ్లిపోదామనే కోరిక తగ్గితే తగ్గివచ్చేమోకానీ, ఇంటికి వెళ్లాలి అన్న కోరిక మాత్రం నిశ్శయంగా పెరుగుతుంది.

ఇల్లంటే ఒక నమ్మకం! త్రణి హ్యాదయం - త్రణి సాయంత్రం చేరుకోవాలనుకునే గుడి! జ్ఞాపకాలనీ, స్పృశ్యతులనీ భద్రపరచుకునే లాకర్! రాత్రిపూట వెలికితీయటం కోసం పౌద్యున్నే నిశ్చింత పెట్టిలో మనిషి దాచుకున్న కలల సముదాయం.

అలాటి ఇంటి తాలూకు ఆ అనుభూతుల దొంతరలో అన్నిటికన్నా చివర వుండే పరిషత్తు పూర్వేక రొమాన్సు.

## కామశాస్త్రం

మన పూర్వులు రాయని శాస్త్రమంటూ లేదు. శాస్త్రకారులలో ప్రాచీనుడైన వాత్సాయనుడు కామసూత్రం అని ఒక శాస్త్రాన్ని ప్రాశాడు. గాలి, సీరు, ఆకాశం మొదలయిన వాటస్థిలీకే శాస్త్రజ్ఞులు దైవత్యాన్ని ఆపాదించినట్టే జీవిత సాఫల్యాన్ని నిర్దారించబానికి, సంపూర్ణత్వానికి సమస్యయం కుద్దుటానికి వాత్సాయనుడు కామసూత్రం ప్రాశాడు. దురద్వాపశాశ్తు వాత్సాయన కామసూత్రాల ప్రసక్తి రాగానే చాలామంది అదేదో వినరాని పదం విశ్వట్టు మొహం ఏవిగింపుగా పెట్టటం దురద్వాపకరమైన విషయం. ప్రీతి పురుషుల మధ్య సంబంధాల గురించి కృతిమంగా అలోచించబంటుం తెలివి తక్కువతనం మరొకటి లేదు. మానవ జీవితంలో ఆపోరము, నిద్ర ఎంత అవసరమో, సెక్కు కూడా అంత సహజమైనది. అయితే ఆత్మ నిగ్రహం, ఆత్మ విచారం దెండూ వుండాలి. ప్రీతి పురుషుల్లిడ్డరూ రెండు అరసున్నాల వంటివారు. రెండు అరసున్నాలు కలిస్తే ఒక పూర్ణానుస్యారం అయినట్టు ప్రీతి పురుషులు కలిసినప్పుడే పూర్ణత ఏర్పడుతుంది అంటారు కామసూత్రంలో వాత్సాయనుడు.

ధర్మార్థ కామేభ్యో నమః

శాస్త్రే ప్రకృతత్వాత్

పురుషార్థులు నాలుగు, ధర్మం, అర్థం, కామం, మోక్షం మొదటి మూడింటినీ త్రైవర్ధం అంటారు. నాలుగవది కామం. ఒక పురుషుడిని ఒక ప్రీతిమించబడగల లక్ష్మణాలు అతనిలో వుండాలి. పురుషుడు ఎంత గోప్యవాడయినా, ఎంత దబ్బున్న వాడయినా, ఎంత ధీశాలి అయినా, బలవంతుడయినా, ప్రీతిమించగల లక్ష్మణాలు అతనిలో లేకపోతే అతడు నిజమయిన మగవాడు కాలేదు. ఎలాంటి పురుషుడిని ప్రీతిమెచ్చుకుంటుందో, ఎలాంటి ప్రీతి పురుషుడికి నచ్చుతుందో వాత్సాయనుడు వివరంగా తన గ్రంథంలో చెప్పాడు. ఆ గుణాలలో కనీసం నాలుగో వంతయినా మనం సాధించగలిగితే జీవితానికి పరిపూర్వుత లభించినట్టే, కేవలం శృంగారంలో అవతలి వ్యక్తిని సంతృప్తిపరచలమే కామసూత్రం కాదు. పాద్యున లేచినది మొదలు సాయంత్రం వరకు మనిషి యొక్క ప్రవర్తన అవతలి వ్యక్తి మిద ప్రభావం చూపస్తుంది. అవతలి వ్యక్తిని మనసికంగా దగ్గర చేస్తుంది. దూరంగా వుండలేని పరిష్కారిని కల్పిస్తుంది. లతలగా అల్లుకునోవాలనే షీతికి చేరుస్తుంది. అది ప్రారంభానికి మగింపు. ఆ ప్రారంభం నుంచి ప్రతిార్థి శరీరం కూడా ఒక రసరమ్య రహస్యానుభూతి యొక్క మగింపుకి చేరుకోవటమే 'దినం' తాలూకు పరిపూర్వుత. అందుకే మన జీవితాలలో రొమాన్సుకి అంత ప్రాముఖ్యత వుంది.

ఇది కాక దత్తకుడు అనే శాప్రవేత్త ప్రాసిన మరో గ్రంథం వుంది. దాని గురించి ప్రచారంలో వున్న కథ కూడా చాలా గమ్మత్తుగా వుంటుంది. దత్తకుడు చాలా తెలివైన వాడట. బుద్ధిశాలి, పండితుడూనట. అయితే చాలామంది పండితులలూగే ఇతడికి కూడా ప్రీతి వాంచ అధికమట. అతడి ప్రవర్తన చూసి ఏవగించుకున్న మపోరుషుడవ్యారో అడదానివి అయిపొమ్మని శించాడట. ఆ శాపం వల్ల దత్తకుడు ప్రీగా మారి, కొంత కాలమయిన తరువాత తిరిగి ఆ మపోరుషుడి అనుగ్రహం వల్ల పురుషుడిగా మారడట. అటు ప్రీగానూ, ఇటు పురుషుడిగానూ వుండటం వల్ల ప్రీతి పురుషుల మనస్తత్వాలని ఆన్వక్కుడే అనుభవించి శాస్త్రంగా ప్రాయటం వల్లే - ఆ శాస్త్రం పరిపూర్వుతని ఆపాదించుకొన్నదట!

ఇది కథ.

నిర్విష్టతని డ్యూపిరిగా చేసుకుని జీవించే వారందరూ తప్పక చదవవలసిన శాస్త్రాలు ఇవ్వే.

ఇవ్వే తెలియనివాడు ప్రీతి సంవర్గం చేయలేడా? ప్రతి మనిషికి ఇవ్వే తెలిసి పుండాలా? అన్న ప్రుణికి సమాధానమస్తు వాత్సాయనుడు తన శాస్త్రంలో అంటాడు - "కామశాస్త్రం తెలియని యునతీయువకుల పాండు, మూలికల ప్రభావం తెలియని శైయ్యుడి వైద్యంలాగా వుంటుంది. భూసారము, విత్తనాల బలము మొదలైన వ్యవసాయ పర్దతులు తెలిసి చేసే సేద్యానికి, తెలియకుండా చేసే సేద్యానికి తేడా వున్నది కదా!".

కొత్తగా పరిత్రమ పెట్టేన ఒక యువకుడు భయంభయంగా ఆ పరిత్రమని స్థాపించి, నేమ్ముదినెమ్ముదిగా అందులో రహస్యాలన్నీ తెలుసుకుంటూ, ఒక నాటికి ఆ పరిత్రమ మీద విజయానికి ఐదు మెట్లు —————— 303

అమితమైన ఆధివర్తం సాదించినట్టే యవ్వన ప్రాంగణంలోకి అడుగుపెట్టిన ప్రీగానీ. పురుషుడుగానీ క్రమక్రమంగా ఆ విద్యలో ఆరితేరి అవతలివారిని సంతోషపెట్టగలిగి వుండాలి. ఇదికేవలం యువకుడికేకాక ప్రీకి కూడా వద్దిస్తుంది. ఎంతోమంది భార్యాభర్తలు అనందంగా దాంపత్యాన్ని కొనసాగిస్తున్నారుంటే అందులో ఒకరి మీద ఒకరికి వున్న అనుమాగం, ఒకరికి ఒకరు ఆధారపడే అవసరం, కేవలం వారిద్దరికి మాత్రమే తెలిసిన రహస్యాలు ... ఇవ్వనీ కారణం అంటే ఆతిశయోక్తి లేదు.

వాత్స్యయనుడు వివిధ ప్రాంతాల ప్రీ, పురుషుల గుణగణాలని కూడా వివరంగా వస్తించాడు. కడ్డాటక, మహారాత్ర మొదలైన ప్రాంతాల ప్రీలు అల్లిమైన బూతుమాటలు మాటల్లాడుతూ, ప్రీయుల నుంచి కూడా ఆటువంటి మాటలు 'ఆ సమయంలో' ఆశిస్తారని, కేరళ ప్రాంతపు ప్రీలు తామంతటామే పురుషుడిని అధిగమించాలని చూస్తారని, గోవ ప్రాంతపు సముద్రతీరాన వున్న ప్రీలు మృదుమధురంగా పురుషుడిని ఆకట్టుకోవాలని ప్రయత్నిస్తారని ... ఈ విధంగా వద్దలుగా విడగొట్టాడు. ఇందులో వున్న వాస్తవికత రసజ్ఞలైన పారకులు గ్రహించే వుంటారు. ఇదంతా ఎందుకు చెప్పవలసి వస్తేందంటే మనకి తెలియనిదేరి లేదని, మనకి తెలియనిదంతా అసహ్యకరమైన ప్రతిక్రియ అనీ, మనం మన జీవిత భాగస్వామి దగ్గర చాలా గింభిరంగానూ, గౌరవంగానూ వుండాలని అనుకునేవారు తమ నియమనిబంధనలని వదిలిపెట్టి కాస్త నాలుగు గోడల మధ్య నుంచి బయటకు వచ్చి శాస్త్ర పరిజ్ఞానాన్ని అధ్యయనం చేయాలని ఆకంక్షలో క్రాస్సున్నాడి.

చిత్రమేమిటంటే పురుషులలో తొంచ్చు శాతం తమకంతా తెలుసిని, రొమాన్స్లోనూ, సెక్స్లోనూ ప్రీని తాము సంతృప్తిపరచినంతగా మరెవరూ సంతృప్తి యవ్విలేని భాగిస్తూ వుంటారు. వారి లైఫ్ పార్ట్ నర్ కూడా ఆ విధంగా ఫీలయితే ఫరహాలేదు కానీ చాలామంది మగవాళ్లు భార్యలని 'నీకేమీ తెలీదు. నువ్వెందుకూ పనికిరావు' అంటూ హోళన చేయటం సర్వసాధారణ విషయం. ఏ భర్త అయినా భార్యని 'నీకు రొమాన్స్ సరిగ్గ చేతకాదు' అని ఎద్దో చేస్తే ఆ తప్పు ఆమెది కాదు, అతడేది. ఆమెని సరిగ్గ మలుకోవటం చేతకాని ఆతడి అనుమతితి. ఏమీ తెలియని ఒక ప్రీకి అస్తీనేర్చుకోవలసిన భాద్యత ఆతడిదే. అయితే దీనికి ఒక మినహాయింపు కూడా వుంది. కొంతమంది ప్రీలు ఏ విషయమూ నేర్చుకోవటానికి ఇష్టపడదు. దీనికి అందంగా 'ప్రిజిడిటీ' అని పేరు పెట్టుకుంటారు. ఈ ప్రిజిడిటీ అనేది చాలా భయంకరమైన రోగం. దీనికి అల్లోవుతలో కానీ, హోమియోప్యుతిలోకానీ మందులు లేవు. కేవలం నేర్చుకోవాలన్న ఉత్సాహమే సరి అయిన మందు.

పగలంతా ఎన్ని గిల్లికజ్ఞాలు పెట్టుకున్నా, ఎన్ని అభిప్రాయభేదాలు వున్న రాత్రి భార్యాభర్తలిద్దరూ దగ్గరవటానికి రొమాన్స్ మంచి ప్రక్రియ.

పురుషుడు జంతువులని వేటాడేవాడు. తనకన్నా బలహీనులని చంపేవాడు. అలాంటి ప్రమాదం వుందనే రొమాన్స్ అనే ప్రక్రియని దేవడు స్ఫైంచాడు. గర్జారణ

ప్రీకి కల్గించాడు. ఆమె వడిలో సేద తీరమని పురుషుడిని ఆదేశించాడు. అదే లేని పక్షంలో ఈ పాటికి ప్రీజాతి అంతా సమాలంగా పురుషులు చేతిలో నాశనమైపోయి వుండేది. ఈ విషయం ప్రతి ప్రీ గ్రహించాలి. తనకున్న ఆయుధంతో పురుషుడిని ఆకట్టుకోగలిగి వుండాలి. అలా ఆకట్టుకున్న రోజున ఆమె పరిధిలోంచి పురుషుడు బయటకు వెళ్లేదు.

## అనుబంధం

దాదాపు సంవత్సరంక్రితం హిందూ లో ఒక వ్యాసం పడెంది. ప్రముఖ సోషియాలజీ ప్రాఫెసర్ సుజాతా రాముధాన్ అంచనా ప్రకారం పురుషుడి దృవ్యంతంలో యిచీవలి దశాబ్దంలో చాలా గణియమైన మార్పు వస్తోంది. ఆ ప్రాఫెసర్ దాదాపు వందమంది దక్షిణ భారత గ్రహించాలని ఇంటర్వ్యూ చేసి ఆ వ్యాసాన్ని రూపొందించింది. పూర్వంలా కాకుండా పురుషుడు యిప్పుడు మరింత సానుభూతితో, అభిమానంతో, ఆప్యాయతతో తన భాగస్వామిని అర్థం చేసుకోవటానికి, ఆమె పనులలో సాయం చేయటానికి ఉత్సాహపుడుతున్నాడు అనేది యి వ్యాసం యొక్క మూలాంశం. "నా తల్లిపునులలో నా తల్లిపునులున్నాడు అనేది యి వ్యాసం యొక్క మూలాంశం. "నా భర్త ఎక్కువ సాయపడుతున్నాడు అనేది నిశ్చయమైన వాస్తవం" అన్న వాక్యంతో యి వ్యాసం ప్రారంభమవుతుంది. ఈ ఇంటర్వ్యూలో చాలామంది ప్రీలు సంతృప్తికరమైన జీవితాన్ని భర్తతో కలిసి అనుభవిస్తున్నట్టు వెల్లడించారు. పనిమనిషి రాకపోతే తనతో కలిసి వంటలో సహాయపడే భర్తల గురించి చెప్పిన వాణ్ణు, ఇద్దరూ ఉద్యోగాలకి వెళుతున్న పరిస్తీతులలో ఇంటిపెని కూడా సగం చెప్పిన వాణ్ణు, ఇద్దరూ ఉద్యోగాలకి వెళుతున్న పరిస్తీతులలో ఇంటిపెనులు యి ఇంటర్వ్యూలో పాల్టున్నారు. బయటి ప్రపంచాన్ని ఎక్కువగా చూడటం వల్లనో, చదువు యిచ్చిన విజ్ఞానం వల్లనో అవతలివారిని అర్థం చేసుకునే సంస్కృతి భర్తలలో ఇటీవల బాగా పెరిగింది(ట). ఒక అన్వేష్యమైన దంపత్యాన్ని టి.వి. అడ్యూర్యయొచ్చమెంటలో చూపించివుపుడు భర్త భార్యతో ఏలా అన్ని విషయాలలోనూ పాలు పంచుకుంటాడో, పిల్లల పట్ల ఎంత ప్రేమగా పుంటాడో తరచు చూపిస్తూ వుండటం వల్ల మనం కూడా అలా వుండాలి అన్న కోర్సె చాలామందిలో పెరుగుతుంది. మరేవిధంగా ఉపయోగపడేనా, పడకపోయినా దూరదర్శన్ యి విధంగా పురుషుడి అలోచనా పరిధిని విష్టుతం చేస్తోంది. "చిన్న చిన్న కలపోలు, గిల్లికజ్ఞాలు మా మధ్య తరచూ వస్తుంటాయి. కానీ రాత్రికి అన్ని సర్పుకుసోతాయి" అని చెప్పిన గ్రహించాలని యాభైశాతం కన్నా పైగా వుండటం అనందకరమైన విషయం. మొత్తమంది అందరూ వెలిబుచ్చిన ప్రెక్టుక అభిప్రాయం ఏమిటంటే "మేము పనిచేయటం మా భర్తలకుసోతాయి" అని. కొలక్కేశాయి మనస్తుంటుంది అని ఆశిధ్యం.



ప్రాఫెసర్ మజూత అంచనా ప్రకారం అహం తాలూకు సమస్య వచ్చినప్పుడు ఎప్పుడూ పురుషుడు గెలుస్తానే వుంటాడు. కానీ స్త్రీ తన ఆదరణలో అతడి యొక్క అహస్తి సులభంగా గెలవచ్చు.

ఇదంతా చదివి “మిస్టర్ వీరేంద్రనాథీ నువ్వు చాలా అమాయకంగా, అందైన కలలలో బ్రతుకుతున్నావు. చుట్టువున్న ప్రపంచం యిలా లేదు. భద్రలందరూ తమ భార్యలని అందంగా, ఆస్యాయంగా చూసుకుంటున్నారు అన్నది ఒకభంగ మాత్రమే” అని నామీద విరుదువుడకండి. “చుట్టు వున్న ప్రపంచం కొద్దిగానైనా మారుతోంది. మీరు కూడా మారటానికి ప్రయత్నం చేయండి” అని పురుషులకి చెప్పటమే షై వ్యాసాన్ని ఉటంకించటంలో నా ఉద్దేశ్యం.

పురుషుడితోపాటు సమానంగా ఉద్యోగం చేసే గృహిణి పెద్దగా ఏమీ ఆశించదు. తనతోపాటు చిన్న చిన్న పనులలో పాటుపంచుకోవాలని మాత్రమే అభిలషిస్తుంది. కంచాలు సర్టిఫిక్యులు, పిల్లల విషయంలో శ్రద్ధతీసుకోవటం మొదలైన చిన్న చిన్న విషయాలే చాలు. స్త్రీలు కూడా “మా ఆయనకి కాఫీ కలుపుకోవటంకూడా చేతకాడు. దానికికూడా నామీదే ఆధారపడతారు” అని పాంగిపోకుండా క్రమక్రమంగా వారిని యిం పనులలో ఇన్వాల్ట్ చేయాలి. బయట స్నేహితులకోసం ఎన్నో చేస్తున్న మీరు ఇంటి వారి కోసం యిం మాత్రం చేయలేరా అని అన్యాయాదేశంగా తెలియజప్పాలి.

వచ్చిన చిక్కెమిటంటే ఏ స్త్రీ కూడా పురుషుడి కలలలోనే ఊహాచిత్రంగా వాస్తవంలో ఉండలేదు. అందుకే పురుషుడు పెళ్ళయిన కొత్తలో ఒక రకమయిన నిరాసక్తతకి గురవుతాడు. ఊహా తెలిసినప్పటినుంచీ పెరిగిన చిత్రానికి - వాస్తవానికి వున్న తేడాని అతడు అంత త్వరగా జీర్ణం చేసుకోలేదు. ఈ విషయం స్త్రీలకి కూడా నర్తస్తుంది కానీ

యిక్కడ పురుషాధిక్యత దామినేట్ చేస్తుంది. అందుకే “సీకేమీ చేతకాదు. సీకు సెక్స్ అస్ట్రులు తెలియదు” అన్న చిరాకులు, చికాకులు పురుషుడి సుంచి వ్యక్తమవుతూ వుంటాయి. స్త్రీ సహజంగా బలహీనురాలు కాబట్టి తన అసంత్పుని మనసులలో దాచుకుంటుంది. ఆస్క్రెట్ టైట్ అనే రచయిత “A woman of no importance” అన్న పుస్తకంలో అదే ప్రాస్తాదు. “స్త్రీని ఒక పరిపూర్వకమయిన చిత్రంలూ పురుషుడు తన కలల్లో భావిస్తున్నంతకాలం ఏ స్త్రీ అతడితో సంత్పుల్గా వుండగలదు ?” అంటాడా రచయిత. తనలో వున్న లౌసుగులనీ, లోటుపాటులనీ, అసమర్థతలనీ, లోపాలనీ గుర్తించని మగవాడు. స్త్రీ పరిపూర్వంగా వుండాలని అభిలషించడంలో అర్థం లేదు. మరొక అమెరికన్ సామేత ఏమిటంటే “ప్రపంచంలో కెల్లా తెల్లివెన మగవాడు కూడా స్త్రీని అంచనా వేయటంలో మూర్ఖంగావే వుంటాడు, కానీ ప్రపంచంలో అలి మూర్ఖరాలైన స్త్రీ మాడా పురుషుడిని కరెట్లగా అంచనా వేయగలుగుతుంది”. చాలా చిత్రమైన, సత్యమైన విషయం ఇది.

దీనికన్నా యిఱ్చుంది కలిగించే విషయం ఏమిటంటే పురుషుడి జీవితంలో స్త్రీ ఒక భాగం మాత్రమే. కానీ స్త్రీ జీవితం మొత్తం పురుషుడే. దీనివల్లే యిఱ్చుందులు కలుగుతాయి. ఈ ఇఱ్చుందిని ఎదురోచ్చటానికి రెండు మార్గాలున్నాయి.. స్త్రీ పురుషుడిని కూడా తన జీవితంలో ఒక భాగంగా చేసుకొని మిగటా విషయాలపై అస్క్రెట్ చూపించటం ఒక మార్గం. అతడి జీవితంలో తను కేవలం ఒక భాగంగా కాకుండా, పూర్తిగా అతడి జీవితాన్ని తనలో మనేకం చేసుకోవటం రెండో మార్గం. ఏ మార్గం ఆచరణయోగ్యమా అన్నది ప్రతి స్త్రీ తనకి తాను నిర్దారించుకోవాలి. భార్యని ‘బెట్టి హోఫ్’ అన్నారు. (కానీ ఎంతమంది భర్తలు ఆ విధంగా స్త్రీకి అంత స్త్రానం యిస్తున్నారు). అయితే యిఱ్చుడు మనం చర్చిస్తున్నది పురుషాధిక్యత గురించి ప్రొవాదం గురించే కాదు. జీవితబంధంలో అవగాహన, రోమాన్యుల స్త్రానం గురించి మాత్రమే. అందువల్ల యా ప్రస్తక్తి యిక్కడిలో వచిలిపెడదాం.

## ముద్దు

రోమాన్యులో అన్నిటికన్నా ముఖ్యపాత్ర వహించేది ముద్దు. ముద్దులో చాలా రకాలున్నాయి. ‘ధాంకూ’ ముద్దు, ‘సువ్వంటే నాకెష్టం’ ముద్దు, నేన్నిస్తు ప్రెమిస్తున్నాను’ ముద్దు, ‘ప్రేమ ప్రెస్తి పెద్దు కానీ ఇంకొంచెం ముందుకెళదాం’ ముద్దు - వైరా వైరా. కళ్ళుమాసుకుని మనసులోని ప్రేమమంతా పెదవులలోకి తెచ్చుకుని దానిని ప్రకటించటమే ముద్దంటే. ఒక భారతీయ సెక్స్యూలజిస్ట్ అంచనా ప్రకారం మన దేశంలో సగం మందికి షైగా ముద్దెలూ పెట్టుకోవాలో తెలియదట. ఇందులో సత్యాసత్యాల సంగతి మనకు తెలియదు కానీ నిజంగానే ముద్దు పెట్టుకోవటం ఒక కళ. మనస్సుపూర్తిగా యిష్టం వుంచే అందైన ముద్దు రూపుద్దుకొంటుంది. మన కెష్టం లేకపోయినా ఒక రాత్రంతా ఒక వ్యక్తితో గడపగలం కానీ పరిపూర్వమైన ముద్దు పెదవుల మీద ఇష్టలేము అని ఏదో విజయాశికి ఐదు మెట్లు

ప్రస్తకంలో ప్రాశాను, ముద్దు అంత బలమైనది.

రొమాన్స్‌లో అవతలి వ్యక్తి మనని ఏం చెయ్యాలనీ, ఎలా త్వప్పిపర్చాలనీ మనం ఆశిస్తున్నామో - అదంతా మనం కూడా అవతలి వ్యక్తి పట్ల చేసి చూపించాలి!! అదే పర్చెక్క రొమాన్స్ !!! బాధ్యతంతా అవతల పార్షవర్నర్ దే అనుకుని మనం ఆస్యాదిస్తూ నుండిపోతే అది అవతలి వ్యక్తికి భరించలేనంత నిరాసక్తతని కలిగిస్తుంది. యాక్స్ట్ ప్యాట్ తీసుకోకపోతే ఏర్పడే నిరాసక్తతక్రమక్రమంగా పెరిగి పెద్దదయి సంసారంపట్ల అనాసక్తతని కలుగజేస్తుంది.

ముద్దుని సుదీర్ఘంగా అనందించబం అపూర్వం. జీవితంలో మొదటి ముద్దుకి మెదడు భూంక్ అయి, అనలేమీ గుర్తుండదు (ఒ). రెండో ముద్దు కాస్తు తెలుస్తుందట. ఇక మూడో ముద్దు నుంచి ... ముద్దు పెట్టుకుంటున్నప్పుడు శరీరపు నలుమాలల్పుంచీ అవయవాలన్నీ “.... ఆ సంతోషం మా క్రూంచెం పంచవా” అంటూ నరాల ద్వారా రాయబారంపంపేస్తాయట. అందుకే రెండు నిముపొలకన్నా ఎక్కువ ముద్దు పెట్టుకుంటే నరాలు ఆక్షివేట్ అవుతాయట (ప్రియురాలు పిలిచె).

### తొలిరాత్రి

ఒక తేలిని గ్రహం మీద రాకెట్లో మీరు దిగారనుకోండి. మీరు బయట అడుగు పెట్టగానే చిలిబిలా చీఫులు చుట్టుముట్టారు. ఒక (గ్రహంతరవాసి లాలీపప్పు), ఒకరు కేకు, మరొకరు పస్టిక్స్ మూరా, యింంకరు పూలదండా, మరొకరు కంప్యూటరూ నోట్లో పెట్టి “తిను తిను” అని ప్రేమాభిమానాలతో గొప్పగా మర్యాద చేశారనుకోండి. మీకేది తినాలో, అదేం ఆచారమో, ఏంచేస్తే చంపేస్తారో తెలిదు. అనలే కొత్తప్పేసు. అక్కడి ప్రేమాభిమానాల్ని ఎలా ప్రకటిస్తారో తెలియదు. అలా అని ఆ ప్రేమని కాదనలేదు.

... కోభనం గది ఇలాగే వుంటుంది.

జీవితంలో మొదటి రాత్రి ఒకసారే వస్తుంది. దీనిపట్ల పెళ్ళికాని యువతి యువకులకి ఎన్నో అందమైన కలలు, ఆశలు వుంటాయి. ఊహా తెలిసినప్పటినుంచి వివాహం అయ్యేవరకూ ఏర్పరచున్న ఆశలని అటోయిచో తేల్చే రాత్రి మొదటిరాత్రి. తెల్లచీర, మల్లెపూలు, పాలగ్గాను, అయోమయం, గాభరా కలగలిపితే మొదటిరాత్రి. అయితే యిది సినిమాల్లో చిత్రికరించినంత అందంగా వుండదు. ఎన్నో చిన్న, పెద్ద సమస్యలతో ముడిపడి వుంటుంది. ఆ రాత్రిని ఎదురోపువటము, ఎదుర్కొల్పేక అయోమయంలో తెల్లవారటము జీవితంలో ఒకేసారి వచ్చే మధురానుభాతి. తొలిరాత్రి పరాజయం మలి రాత్రి యుద్ధం - జీవిత విజయానికి మొదటి మెట్టు. శారీరక ప్రకంపనము, ఉద్యోగము, రఘ్వంత గాభరా, కాసింత ఆనందం, మరింత ధ్రీల్, అర్థంలేని అనుమానం, విడిపోయిన మబ్బు - ఇవన్నీ తొలిరాత్రి తాలూకూ మధుర మడియలు అందించే అనుభాతులు.

\*

\*

\*

ఇద్దరు వేరేరు మంచి అభీరుచులున్న దంపతులు కూడా పరిగ్గా సంసారం చేయలేకపోవచ్చు. జీవిత భాగస్వామి యొక్క ఏంతో గొప్ప అలవాటు కూడా ఒక తలవొప్పి వ్యవహరంగా మారవచ్చు. ఉదాహరణకి భర్త మితభాషి అనుకుండా. చిన్నపుటీనుంచి అతను దానిని తన గొప్ప క్యాలిపికేస్వీగా భావిస్తున్నాడు. అమెక్కేమా చిన్నపుటీనుంచి అతను దానిని తన గొప్ప క్యాలిపికేస్వీగా భావిస్తున్నాడు. అమెక్కేమా గొంటకి అర్థాన్ని విముఖాలు కబుర్లు వినటం అలవాటు. తన దురదృష్టం వల్ల అతను గొంటకి అర్థాన్ని విముఖాలు కపోయి అవకాశం వుంది. ఈ విధంగా మనం మన గొప్ప ముగుదయ్యాడని వాపోయే అవకాశం వుంది. ఈ విధంగా మనం మన గొప్ప క్యాలిపికేస్వీ అనుకున్నవి మొదటిరాత్రే విరిగిపోయిన పాలగ్గాసులవ్యచ్చు. ఇలాంటి ప్రమాదాలు రాకుండా తోలిరాత్రి అన్ని ఆటంకాలనీ, అవకరాలనీ, అవలక్షణాలనీ ప్రమత్త అధిగమించగలగాలి. ప్రేమిస్తే అవతలి వ్యక్తి అవలింత కూడా అందంగానే ప్రమత్త అధిగమించగలగాలి. ప్రేమిస్తే అవతలి వ్యక్తి అవలింత కూడా అందంగానే ప్రమత్త అధిగమించగలగాలి. ప్రేమి పదసోపానంలో తోలి గడి - కోభనం రాత్రి.

దాంపత్యంలో మీ ప్రవర్తన మీ పార్షవర్నకి ‘అర్థపైవటం’ ముఖ్యం. మీకు కోపం కట్టలు తెగేలా వస్తుందని, క్షణాలలో మళ్ళీ బతిమాలతారనీ తెలుసుకోండి. పెద్ద బ్లాన్ వుండడు, పైగా “ఏదో కోపం వస్తే వచ్చు తెలీదుగానీ, నేను లేకుండా ఆయన కాపీ కూడా వుండడు, పైగా “ఏదో కోపం వస్తే వచ్చు తెలీదుగానీ, నేను లేకుండా ఆయన కాపీ కూడా కలుపుకు తాగలేరండి” అని పక్కింటి పిన్నిగారికి గర్యంగా చెప్పుకుంటారు. మన కలుపుకు తాగలేరండి” అని పక్కింటి పిన్నిగారికి గర్యంగా చెప్పుకుంటారు. మన బలహితల్లి మన భాగస్వామి - తను కాబట్టి భరిస్తున్నానని గర్యంగా ఫీలమ్యూల్ చేసుకోవాలి. మొగవారి విషయం కూడా అంతే. ప్రతిదానికి తన భార్య తనమీద చేసుకోవాలి. మొగవారి విషయం కూడా అంతే. ప్రతిదానికి తన భార్య తనమీద అధారపడుతుంది - అన్న ఆలోచన పురుషుడికి మంచి సంతృప్తినిస్తుంది. ఇలాంటి కమ్ముస్సికేస్వీ అన్నిటికి తొలిరంగం తొలి రాత్రే. (కాప్ట్ర పాతపడ్డక ఎలాగూ చెప్పేలేం కాబట్టి).

తొలిరాత్రి శృంగారానికి పరాక్రష్టగా భావించటం తప్పి. ఒకరినొకరు అర్థం చేసుకోవటానికి ఏర్పడే తొలి పునాది మాత్రమే. 70% పైగా జంటలలో తొలిరాత్రి ఏ విధమైన శారీరక సపలత వుండదని విప్పులు అంటారు. ముఖ్యంగా సెప్ట్ ఎడ్యూకేషన్ ప్రాచుర్యం పాండని మన దేశంలో యా విధమైన పెయిల్యార్స్ చాలా సహజం. ఇయివంటి పరిస్థితిలో, ముఖ్యంగా మగవాడు చిరాకు పడకుండా, ప్రైనీ అనునయించి పాలాలు చెప్పి (తను బయలుక్కొడ్డే తెలుసుకోవాలని చెప్పుటం ఇక్కడ ఉద్దేశ్యం కాదు) తనకు కావలసిన విధంగా మలచుకొనవలసి వుంటుంది. అందుకే ‘సీక్మీ చేతకాదు’ అని ఏర్పడే భార్యతో అంటే అది అమె ఓటిటుకి గుర్తుకూదు. అంతడి చేతకానితనానికి ప్రతీకి.

అంతకుముందు అనుభవం లేకపోవటం వల్ల (పొపం శమించుగాక) తొలిరాత్రి దగ్గరమ్యేక్కాద్ది ఏర్పడే బెన్వెన్, రాత్రమ్యేసురికి అదొక రకమైన నెర్చునేనెనీ, ప్రిజిడిటీని కలుగజేయవచ్చు. అందువల్ల ఆమరుసటోజు పొద్దునేనెసెప్స్ సెప్పలిస్టునిసంప్రదించటం కానీ, డాక్టర్ దగ్గరకి వెళ్ళాలనుకుంటూ ఆ రాత్రంతా దిగులుగా వుండటం కానీ చేయవసరం లేదు. శృంగార జీవితాన్ని ప్రైవింగ్ నేర్చుకోవటంతో పోల్చువచ్చు. అయితే

యిక్కడ టైనర్ ఎవరు వుండరు. ఎప్పుడు క్లావ్ నొక్కాలో, ఎప్పుడు గేరు మార్పులో కేవలం మన యొక్క తెలివితెటల మీద ఆధారపడి వుంటుంది. అందుకే రొమాన్స్‌కి, తెలివితెటలకి దగ్గర సంబంధం వుంటుందని యి పుస్తకం ప్రారంభంలో చెప్పటం జరిగింది.

First impression is the best impression అన్నారు. అందువల్ల పీటైనంతపరకూ మంచి ఇంప్రైషన్ కలుగజేయాలి. అంతేకాక ఎవరిమీద ఎవరు ఏ శాతం వరకు భావిచేయితంలో ఆధారపడబోతున్నారు. ఎవర్లు ఎవరు ఎంతగా డామినేట్ చేయబోతున్నారు అని నీర్చయించేది కూడా తోల్రాత్రే. మొట్టమొదటటి రాత్రి తన గురించి తాను అంతా చెప్పుకోవటం, అవతలివారి నుంచి అంతా తెలుసుకోవాలనుకోవటం తప్పు. అమాయకంగా, అవతలి వ్యక్తి మనస్తత్వం తెలియకుండా అన్ని చెప్పటం ప్రమాదకరం.

కన్యత్వానికి గుర్తు కన్పెపార, అరి చిరిగి రక్కటావం అనుతేనే కన్పె - అన్న స్ఫుఫెడ్ అభిప్రాయాలు మార్పుకోవాలి. తనకంటే తన భాగస్వామి గురించి ఎక్కువ ఆలోచించటం, అవతలివారిని ఎక్కువ మాట్లాడనివ్వటం మొదలయినవస్తు తోలిరాత్రిని విజయవంతం చేస్తాయి.

\* \* \*

మానసిక వ్యాయామంలో మనం ఆత్మావగాహన గురించి, తర్వాత గురించి, ఇంకా యితర ప్రముఖమైన విషయాల గురించి చర్చించాము. ఆ విభాగంలోనే రొమాన్స్‌ని చేర్చటంలోనే దీనియొక్క ప్రాముఖ్యత అర్థమయి వుంటుంది. ఈ అధ్యాయంలోనే చెప్పినట్టు మనం జీవిస్తున్నది అనందం కోసం! అటువంటి ఆనందంలో “రొమాన్స్” అన్నిటికన్నా ప్రముఖపాత్ర వహిస్తుంది. ఎంత డబ్బు సంపాదించని, ఎన్ని కీర్తిప్రతిష్ఠలు సంపాదించని, మనకి చివరకి తృప్తి కలిగించేది మన ఇల్లు, మన వాళ్ళు! మన వాళ్ళలో ముఖ్యం మన జీవితభాగస్వామి!! జీవిత భాగస్వామికి, మనకి వున్న సున్నితమైన బంధాన్ని ప్రతిరోజు సీరుపోసి పటిష్టం చేసేది రొమాన్స్!! అందుకే దానికంత ప్రాముఖ్యత!!!!

ఎగిసిపడే ప్రేమకు పరాక్రాణ సెన్క్రెట్, దీనిగురించి మూడు నాలుగు వాక్కాలు ప్రాసి ఈ అంశాన్ని ముగిసినాను..... సెన్క్రెట్ అనేదే లేకపోతే ప్రేమికుల స్థితి ఎలా వుండేదో ఉపాంచటానికి భయం వేస్తుంది. గాఢమైన ప్రేమలో వున్న ప్రేమికులిద్దరూ ఒకర్నికరు వదిలి ఒక్క క్షణమైనా వుండలేదు. అలా వదిలి, తమ స్పంత పనులు చేసుకోవటానికి వీలు కల్పించటం కోసమే భగవంతుడు ‘లవ్-మేకింగ్’ని స్ఫేషించాడు. ఒక ఆవేశపూరితమైన అలసట - ప్రేమ యొక్క తీవ్రతని తాత్కాలికంగా తగ్గిస్తుంది. అందువల్ల పురుషుడు అపేక్షాలుగల్లుతున్నాడు. స్త్రీ వంటింటి పనులు చేసుకోగల్లుతుంది. ఎగిసిన కెరటం క్రింద పడకపోతే అరి ఉప్పేనగా మారుతుంది. ప్రేమని అలా దింపటం కోసమే దేవుడు సెన్క్రెట్ అనే వరాన్ని మనిషికిచ్చాడు.”

## రిలాక్సేషన్

మానసిక వ్యాయామంలో మరో ముఖ్యమైన విభాగం రిలాక్సేషన్. కొంతమంది ఎప్పుడూ మిన్ను విరిగి మీద పడుతున్నట్టు హడావిడిగా వుంటారు. కొంతమంది ఎంత పని ఒత్తిడి వున్న చాలా హాయిగా కన్పిస్తారు. దీనికి కారణం పారు సమయాన్ని వినియోగించే విధానమూ, తమ ప్రాముఖ్యతలు గుర్తించి - ఏది అత్యవసరమో, ఏవి అవసరమో, ఏవి వాయిదా వేయదగిన పనులో కరక్కగా తెలుసుకోగలగటం అని మనం యింతకుముందు అధ్యాయూల్లో తెలుసుకున్నాం. అయితే ఏటికెలోడు, రిలాక్స్ అవ్వగల పద్ధతులు కూడా మనిషి తెలుసుకోవాలి.

రిలాక్స్ అవడం అంటే టి.వి. చూడటం, భార్యాపీల్లల్చి తీసుకొని విహారయాత్రలకి వెళ్లటమే గాదు - ఒక పని చేస్తూ బోర్డ్ కొడితే మరొక పనిలో నిమగ్నమై, దానిలోని అనందాన్ని అస్వాదించడం కూడా రిలాక్సేషన్లోకి వస్తుంది.

మనలో చాలామంది పని ఒత్తిడి మనం విశ్రాంతి తీసుకోవడం కోసం ఒంటరిగానో, జంటగానో, ఏదైనా దూర ప్రదేశాలకి వెళ్లి, బరువు బాధ్యతలు మరిపోయి, కొంతకాలం పాటు వుండటమే రిలాక్స్ అవటం అనుకొంటారు. కానీ అథనికి మానసిక శాస్త్రాల విశ్లేషణ ప్రకారం నిరంతరం పని చేస్తూ కూడా రిలాక్సేషన్ పొందడం మనం ఒత్తిడి. ముఖ్యంగా జీవితంలో క్షమపడి షైక్షిప్పి చేసే సమయంలో కొన్నాళ్ళపాటు విశ్రాంతి తీసుకోవటం కోసం దూర ప్రదేశాలకి వెళ్లేంత సమయంగానీ, డబ్బుగానీ మనకి వుండవు. అటువంటి పరిస్థితులలో మనం “ప్రతిరోజు” విశ్రాంతి, దానితోపాటు ఆనందం పాందటానికి ప్రయత్నించాలి.

విశ్రాంతి అనేది రేడిమెటర్లో సీరు లాంటిది. ఇంజన్ హిటక్కేసప్పుడల్లా పేన్ దానంతపదే తిరిగి యంత్రాన్ని కూల్ చేస్తుంది. ఆ విధంగానే మనలో కూడా ఒక సిపిఎస్ ఏర్పడాలి. ఒత్తిడి ఎక్కువయినప్పుడు దానంతట అదే ఒక విశ్రాంతి పద్ధతిని మనకి సూచించగలిగి వుండాలి. ఒక గంటటేపు పనిచేసిన తరువాత, పది నిముషాలు తోటలో తిరిగుతూ ఎండన ఆకులు తీసేయటం, మానసిక అనందాన్ని కలుగజేస్తుంది. తోట పని కూడా ఒక పనే కాబట్టి మరోపై కొంత “ప్రాడక్షివ్ వర్క్” జరుగుతుంది. ఈ విధంగా రెండు పనులను సమమ్మయిపరచటమే గుడ్ కాంబినేషన్. (మాకు తోట ఎక్కుడుంది అనకండి. తోట కాకపోతే వంటిల్లు).

పనుల ఒత్తిడి మనం విశ్రాంతి కోసం దూరప్రదేశానికి వెళ్లినా కూడా, అక్కడేం జిగిపోతోందో అన్న అందోళనతో గడిపేవారు కూడా మనకి కొత్త కాదు. ఒకపాట మనం ఒక పని మనం విశ్రాంతి పాందదల్చుకొంటే, ఆ పని గూర్చి పూర్తిగా మర్చిపోవాలి. అలా మర్చిపోలేని పక్కంలో మన మనస్సు “పని చేస్తున్నప్పుడు” ఎంత శమకు లోనవతుందో, అలోచనలో కూడా అంతే శమకు లోనవతుంది.

విజయాశికి పాట మెట్టు -

గంటలు తరబడి ఒక బ్రీక్స్‌బుక్‌ని చదివిన తరువాత రిలాఫ్‌పస్ట్ కోసం ఒక విద్యార్థి టి.వి. మార్ధాం అనుకుంటాడు. చదివినపుడు కళ్ళు ఎంత శ్రమ చెందుతాయా, టి.వి. మాదటంలో కూడా అంతే శ్రమ చెందుతాయి. అంటే కళ్ళకి సంబంధించిన వరకూ ఆ విద్యార్థి వాటికి శ్రమ “ఇస్క్రానే” వున్నాడన్నమాట. ఒక పని నుంచి మరొక పనిలోకి మారినపుడు ఆ రెండో పని మొదటి, పనిలో అలసట చెందిన అవయవాలకి మరింత పనిచేపే ప్రఫ్లైయగా వుండకూడదు.

చిన్న చిన్న మార్పుల ద్వారా కూడా మనస్సు గొప్ప లఘ్డాన్ని పొందుతుంది. ఒకే టేబుల్ దగ్గర ఒకే భంగిమలో కూర్చుని, గంటలు తరబడి చదవటం కన్నా, ఒక విద్యార్థి కొంతసేపు ఒకచోటా, మరికొంతసేపు మరొకచోట చదివితే అది మనస్సు మీద ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది.

\* \* \*

మానసిక విశ్రాంతి రెండు అంశాల మీద ఆధారపడి వుంటుంది.

1) సెన్యూఫ్ హ్యామర్ 2) స్ట్రాంటీనియిటీ

కొంతమంది ఎన్ని జోకులేసినా, కాస్త్ర నవ్వితే తమ సామ్యుదో పోయినట్టు గంభీరంగా వుంటారు. మరికొంతమంది ప్రతి చిన్న విషయానికి నవ్వుతూ, కొండాకచో కాప్రూత యిబ్బంది కలుగజేసే వెకిలితనంతో వుంటారు. ఈ రెండింటి మధ్య సరిగ్గచేయలనాలి. అంతేకాకుండా మన చుట్టూ వున్న వారిని నవ్వించడం కోసం మనం కూడా కొచ్చి ప్రయత్నాలు చేయాలి. అయితే ఏదో పుష్టకంలో చదివిన జోకు చెప్పటం, పనిగట్టుకని నవ్వించడానికి ప్రయత్నించడం కాకుండా జరుగుతున్న సంఘటనలోంచో, సంభాషణల్లోంచో, మన మాటల ద్వారా నవ్వించగలాలి. దీన్నే ‘స్ట్రాంటీనియిటీ’ అంటారు.

ఒకసారి ఒక ప్రముఖ వారపత్రిక నిర్వహించిన ఒక రైటర్ మీటిక్ మేమంతా వెళున్నాము. నేను ముందు సీల్డ్ డ్రైవర్ పక్కన కూర్చుని పుష్టకమేదో చదువుకొంటున్నాను. వెనకాల వర్షమాన రచయితలు, రచయితులూ గోలగోలగా అల్లరిచేస్తూ అంతాక్షరి పొడుతున్నారు. ఒక చిన్న రచయిత ఏదో పాట పాడాడు. దాని ఆఖరి అక్షరం సా. తరువాత వంతు వచ్చిన ఒక రచయిత్తి “నా జన్మభూమి ఎంత అందైన దేశమూ, నా యిల్లు అందులోన కమ్మని ప్రదేశమూ” అంటూ మొదలుపెట్టింది. మిగిలావాళ్ళు దానికి అష్టక్క చేశారు. పాడే ప్రతి పాట రొమాంటిక్ టచ్ వున్నదే పాడాలని ముందే కండిపు పెట్టుకొన్నారంట. ఆ గోల మధ్యలో ఒక రచయిత “అమె పాడుతున్నది రొమాంటిక్ పాటోగా అర్థం చేసుకోరేంటి”? అన్నాడు విసుగ్గా. ఒక్కక్షణం అక్కడెవరికీ అర్థం కాలేదు. తరువాత ఫోల్సును నవ్వులు.

స్ట్రాంటీనియిటీ అంటే అది !

\* \* \*

రౌటీన్లోంచి బయటపడి అప్పుడప్పుడు విశ్రాంతి తీసుకోవడం మాతనోత్తేజాన్ని కల్పిస్తుంది. నిరంతర పనిలోనే విశ్రాంతిని కనుకోగ్గలగటం అనేది ఎంతో మెచ్చారిటీ ప్రశ్న సాధ్యం కాదు గనుక మనం మొదటి విభాగం గురించే చర్చిద్దాం. రోజువారీ పనినుండి దూరంగా విశ్రాంతి తీసుకోవాలి అనుకున్నపుడు కొన్ని అంశాలను తప్పుకుండా దృష్టిలో వుంచుకోవాలి.

1. ఇంట్లో అందరూ కలిసి వెళ్ళాలముకొన్నపుడు అందరి ఇష్టాలు, అవసరాలు చ్ఛాప్పిలో పెట్టుకొని ఆ ప్రదేశాన్ని ఎన్నుకోవాలి.

2. దానికిసం ముందుమనంచే అన్ని ఏర్పాట్లు చేసుకోవాలి. ఆఖరి నిముషంలో టీక్కట్లు దొరకకపోవడం, వసతి లభించకపోవడం లాంటి ఇబ్బందులు వుండకుండా చూసుకోవాలి.

3. సాధారణంగా మీరు ఏ మూడ్లో వుంటారో దానికి విభిన్నమూడ్లో వుండటానికి ప్రయత్నించాలి.

4. ఇంటితాలూకూ, దొంగలభయం తాలూకూ, అప్పేసు తాలూకూ అలోచనలన్ని మూరికట్టి ఇంటి అటక మీద పడెయ్యాలి.

5. ఆ ప్రదేశానికి వెళ్ళిన తరువాత అక్కడ చిన్న చిన్న అనందాన్ని కూడా అస్వాదించడం మర్చిపోకూడదు. పని ఒత్తిడిలో అనందించడం మర్చిపోయిన సూర్యాదయాలని, కుటుంబపంచయలతో కలిసి గడిపే క్షణాలని తిరిగి దగ్గర చేసుకోవాలి.

6. ఎలాగూ సమయం ఎక్కువుంటుంది కాబట్టి కనీసం అప్పుడైనా మీ గురించి మీ కుటుంబ సభ్యుల గురించి నిర్మపంగా ఆలోచించటం సాగించాలి.

సంవత్సరానికో సారి దూర ప్రాంతాలకి వెళ్ళటమే రిలాఫ్‌పస్ కాదు. వారానికో సారి ఏ ఆదివారమో తన రాటీన్ నుంచి భిన్నంగా తన సభ్యులతో కలిసి ఇంట్లో గడపటం కూడా మానసిక విశ్రాంతి కిందే వస్తుంది. ఒకరి పని మరొకరు చేసేలాగా పనులు మార్పుకోవటం, ఇంట్లో వాళ్ళకి పహాయివడుతూ బూజాలు దులపటం లాంటి పనులు చేయడం, పిల్లల్ని దగ్గర కూర్చేబెట్టుకుని ఆ వారమంతా వాళ్ళు చదివిన పారాల్ని చర్చించడంమొదలైనవన్నీ సభ్యుల మధ్య మానసిక బంధాల్ని పెంచడానికి తోడ్డడలాయి. సరదాగా ఏ చెస్ట్, కారమ్మా అడటమో, లేక పిల్లల్ని ఏ లైల్రీకో, నాటకానికో, మూజియంకో తీసుకెళ్ళటం ... వైరా పనులు కేవలం మానసిక విశ్రాంతి నివ్వటమే కాకుండా మానసిక అర్గాన్నికి కూడా సహాయవడతాయి. మీరు గమనించారా? కొంతమంది మధ్యాప్స్సాట లంచ్ చేస్తూనో లేదా సాయంకాలంపూట ఏర్పారెంటలోనో, భార్టోనో కూర్చుని కూడా అప్పేసు విషయాలు మాట్లాడుకోటమో చేస్తారు. లేక అప్పేసుకి సంబంధించిన వ్యక్తి గురించి కమెంట్ చేస్తూ గుంటల తరబడి గడుపుతారు. అంటే వారు ఏ ప్రవంచంలో బతుకుతున్నారో ఆ ప్రవంచాన్ని వదిలి బయటికి విజయాలికి ఐదు మెట్లు

రాలేకపేతున్నారన్నమాట. ఇది ఒక రకంగా మానసిక దౌర్యల్యం. ఎప్పుడైతే మనం పారాసైబోల్గా ఒకే ప్రవంహాన్ని అంటి పెట్టుకొని వుంటామో అప్పుడు మనకి మానసిక అలనట తొందరగా వస్తుంది. అందుకే మ్యాజిక్ వినటం, పుష్టకాలు చదవటం మొదలైన అలవాట్లు చేసుకోవాలి. దురద్వష్టవశాత్తు విక్రాంతి అంటే స్నేహితులతో కబుర్లు చెప్పటం, సినిమాలు చూడటం మొదలైనవే అనుకుంటారు చాలామంది. ఈ రకమైన అపోహా మన విజయానికి అడ్డగోడగా నిలుస్తుంది.

ఈ మానసిక అవిక్రాంతి అనేది సైకి కనబడేంత చిన్న విషయం కాదు. తలనోప్పి, ఘైగైన్, ఆఫరికి గుండెపోట్లకి కూడా దారితీసేటంత భయంకరమైనది.

గొప్ప గొప్ప విషయాలు. ప్రధానమంతులూ, కోట్లతో వ్యాపారం చేసే వాళ్ళు కూడా, అంతపనిని ఎలా నిర్వహించగలుగుతున్నారో తెలుసుకుంటే, మనకి పని మధ్యలోనే విక్రాంతి పాందటం ఎలాగో తెలుస్తుంది. ఆ చిన్న విషయం తెలుసుకోగలిగితే మనం ఎప్పుడూ ఎంత పని ఒత్తిడిలో వున్నా - నవ్వుతూ రిలాక్సింగ్‌గా కనపడవచ్చు.

అనందాన్ని పెంచే ఏకైక మార్గం దాన్ని పంచడమే'.

అప్పును మళ్ళీ ఒకసారి గమనించి చూడండి, అనందాన్ని పెంచే ఏకైక మార్గం దానిని పంచడమే. చిరునవ్వుకి వెలలేదు. కానీ అది ఏ వస్తువూ ఇష్టాలేనంత గొప్ప సంతృప్తిని మనిషికి ఇస్తుంది. ఇచ్చేవాడిని బీదవడిని చేయకుండా, తీసుకొనేవాడిని భాగ్యవంతుడిని చేయగల ఏకైక సాధనం 'చిరునవ్వు'. అది నిరిచేది అరక్షణమైనా, దాని పరిమళం ఎంతోస్తు వుంటుంది. ఇంట్లో అది సుష్మావ వాతావరణాన్ని సృష్టిస్తుంది. వ్యాపారంలో సంబంధాలు పెరిగేలా చేస్తుంది. స్నేహంలో అది మరింత అందంగా ప్రతిస్పందిస్తుంది. ఓటమిని బ్రహ్మత్వంలా ఎదుర్కొంటుంది. అవతలవాళ్ళకి దైర్యాన్నిస్తుంది.

సయటానికి కష్టపడేవాళ్ళు మీకు తటస్థిస్తే మీ చిరునవ్వుని వారికి అరువివ్వండి.

**ప్రతి మనిషికి - కష్టంలో సహాయపడే వాడు, సమస్యలో సలహ ఇచ్చేవాడు, అనందంలో ఉత్సవతని రుచి చూపించే వాడు, జీవితంలో పరిపూర్ణతకి ల్థం చెప్పేవాడు ఒక స్నేహితుడుండాలి.**

అతడు ఆ మనిషిలోనే వుండాలి.

## నియగ్ అధ్వర్యమం

### వీరమణి

**ప్ర** రిణతి అంటే మనలో వున్న శక్తిని - మన సంతోషానికి - ఇతరుల ఆనందానికి, మధ్య సరిగ్గా బాలన్న చేయగలగటం.

ఈ ప్రవంచంలో అందరినీ బీడించి - బంగారం, వజ్రాలు, వైదుర్యాలతో సహా మొత్తం భూమీద ఆశ్చర్యంతా సంపాదించుకోగలిగేటంత శక్తి మీకొచ్చిందనుకోండి. మీరేం చేస్తారు? సర్వమానవాళి మీద యుద్ధం ప్రకటించి, అందరినీ నాశనం చేసి మొత్తం ఆశ్చర్యంతా కైంకర్యం చేసుకుంటారా? ... చాలామంది సమాధానం యో ప్రశ్నకి 'నో' అపుతుంది. అంత ఆస్తిఏ చేసుకుంటామనో, అంతమందిని చంపి ఏంబాగుపడతామనో చాలామంది సమాధానం చెప్పారు. మరికొంతమంది 'అంత శక్తి నాకెలా వస్తుంది. అది కలలోని మాట' అన్నాము.

కాబట్టి యిందులో మూడు రకాలయిన సమాధానాలు వున్నాయి. 1. అంత శక్తి నాకు రాదు/లేదు అన్న నిస్పాతాయత. 2. అవతలి మనిషికి ద్రోహం చేయకూడదు అన్న ఆలోచన. 3. మనకి అవసరమైన దానికంటే ఎక్కువెందుకు అన్న త్వర్తి.

ఈ మాడించి మధ్య సరిగ్గా బాలన్న చేయగలమే పరిణితి. (మొమ్మారిటీ).

సిజంగా మనం ఈ మూడింటినీ సమతూకంలో సమస్యలుపరుస్తున్నామా అని ఆలోచించుకుంటే సంతృప్తికరమయిన సమాధానం దౌరకదు. ఎంత సంపాదించినా యింకా సంపాదించాలన్న ఆకాంక్ష, మనకన్నా కైకి పెఱతున్నవాడిని చూసి అసూయ,

విజయానికి ఐదు మెట్లు

మనలో లేని శక్తుల గురించి దిగులు - ఈ మూడు మనని నిరంతరం బాధిస్తూ వుంటాయి.

ఈ పరిపూర్వమయిన వ్యక్తి (మెచ్చారిటీ వచ్చిన వ్యక్తి) ఈ మూడింటి గురించి బాధపడడు. అతడు తనకున్న దానిలో తృప్తిపడతాడు. ఒకవేళ యింకా సాధించవలసినవ్యక్తి తన శక్తులని దానికి సమన్వయపరచుకుంటాడు. ఇతరులని చూసి ఈర్ష్వపడడు. అతడే పరిణితి చెందిన మనిషి (పెర్ఫెక్షన్ మాన్).

"మనం ఆనందంగా వుండాలి. మన ఆనందం ఇతరులకి విషాదం కలుగజేయ కూడదు. మనం ఆనందంగా వుండటానికి కావలసిన శక్తింతా మనమే సమకూర్చుకోవాలి". దుపుట్లో మిన్నాగు అన్న నవలలో నేను ప్రాసిన ఈ వాక్యాలు మెచ్చారిటీకి ఉదాహరణగా నిలుస్తాయి. మన మనసుతో మనకి సత్యంబంధం, ఇతరులతో మనకి సత్యంబంధాలు, తప్పనిసరి పరిపీతిలో రాజీపడే సూత్రాలు - ఈ మూడు గుణాలు మని సంతృప్తి శిఖరం యొక్క అంచున నిలబెడతాయి.

"మన ఆయుధాలు" అన్న మూడో మెట్టులో మనం ఆత్మవగాహన గురించి చర్చించాం. ఆ విభాగంలో మనం తర్వాత, దృక్పథం, అన్వేషణ, బ్రిమ్ మేనేజ్మెంట్ ఎలా వుండాలో తెలుసుకున్నాం. ఆ తరువాత మానసిక వ్యాయాయంగురించి చర్చిస్తూ జ్ఞాపకశక్తి అందం, ఆరోగ్యం, రిలక్ష్యమేయపద్ధతుల గురించి చర్చించాం. ఈ రెండు అధ్యాయాలలో చర్చించినదంతా ఆమలుపరిస్తే మనకి లభించేది పరిణితి (మెచ్చారిటీ).

సలహా సీది, నిర్ణయం నాది - అన్న మనస్తత్వం మెచ్చారిటీకి దగ్గర దారి. అవతలి వారు చెప్పేది త్రిశ్శర్గా వినటం, మనకు కావలసింది అందులోంచి తీసుకుని, దానికి మన అనుభవాన్ని, మన జ్ఞానాన్ని అన్వయించి సరిట్యున నిర్ణయం 'మనం' తీసుకోగలగటం చాలా సమస్యలకు పరిష్కారమార్గం చూపుతుంది.

మనలో చాలామంది ఎందుకు బ్రతుకుతున్నామో తెలియకుండానే జీవితాన్ని వెళ్లిస్తూ వుంటారు.

"ఎలా వున్నావు?"

"ఏదో ఇలా వున్నాను"

"ఎందుకలా చేశావు?"

"సాకు తెలీదు"

"ఎందుకలా దిగులుగా ఉన్నావు?"

"కారణం తెలీదు".

"ఎందుకు ఈ మర్యాద అదోలా కన్నిస్తున్నావు?"

"నాకే అర్థం గావటం లేదు".

"ఎందుకు అతడితో ఘైరం పెట్టుకున్నావు?"

"తెలీదు".

ఇలాంటి సమాధానాలు మనిషి ఆత్మవగాహన లోపాన్ని తెలియజేస్తాయి. మనం ఎందుకు బ్రతుకుతున్నామో తెలుసుకోలేకపోవటం, మన చర్యలని తార్కికంగా సమీక్షించుకోలేకపోవటం మొదలుయినవన్నే పరిణితిమార్గానికి అడ్డగోడలుగా నిలుస్తాయి. 'రోటీన్' మనిషి ఉత్సవకతని చంపేస్తుంది. ప్రాధ్యన్న లేస్తూనే ఏదో ఒక కొత్త ఉత్సవం పరవళ్ళ తొక్కుకపోతే జీవితం నిరాసక్కువుతుంది.

మనలో చాలామంది తన రంగంలో విశిష్టతను పొందిన వ్యక్తిని చూసి ఈర్ష్వపడతాం. వాళ్ళ ఆస్తితికి వచ్చారంటే ఎంత 'అద్భుతం' కలిపాచిందో కదా అని నిట్టుర్చుటాం. అంతే తప్ప వాళ్ళ యిప్పడున్న ఎత్తుకి ఎదగాలంటే ఎన్ని నిద్రలేని రాత్రులు గడిపుంటారో, అందరూ జాలీగా జీవితాన్ని గడిపేస్తూంటే, ఒంటరిగా మనసు గదిలో తమని తాము బంధించేసుకుని ఎంత సాధన చేసి వుంటారో గమనించం.

ఏదైనా పని, ఎదుటి వ్యక్తి కంటే మనం ఇంకాస్తు మంచిగా చేయగలం అనే విషయం కనుక్కొగలగటం చాలా అద్భుతం ... అదీ కాస్తుత పరిశ్రమ తర్వాత!

అలా అని నిజమైన ప్రాపెనల్ కేవలం శ్రమపడి ఊర్క్కొదు, కేవలం సాధనలో జీవితం గడిపివేయడు. ప్రతి చిన్న విషయాన్ని, అనందాన్ని కూడా సీరియస్ గా పట్టించు కుంటాడు. అయితే తన లక్ష్మీనికి సంబంధించిన ఏ విషయమూ అతని దృష్టిపడం నుండి జారిపేదు. ఇక్కడ పరిశ్రమ కన్నా నిజాయితీకి ఎక్కువ ప్రాముఖ్యత వుంది. ఉదాహరణకి ఓ చిత్రకారుడు ఒక బొమ్మ వేయాలనుకుంటాడు. ఆ వేయాలనుకున్న చిత్రమేదో అతని మదిలోనే వుంటుంది. అతను బొమ్మ వేయగానే అది తను ఊహించిన బొమ్మలాగానే వుండా లేదా అనే విషయం కేవలం అతను మాత్రమే చెప్పగలడు. అతను వేసిన బొమ్మ అందరి ప్రశంసలూ పొందవచ్చు, అయినా తను కావాలనుకున్న విధంగా గీయలేకపోయాన్ని అసంతృప్తి మిగిలిపోతే, ఆ చిత్రకారుడు తరువాతి చిత్రంలో తుపక విశిష్టతను పొందుతాడు. అంటే - చేసినదానితో తృప్తిపడకుండా, అనుకున్నది చేయగలగడం అన్నమాట.

### పరిణితి - నిరంతర సాధన

ఒక వ్యక్తి వికాసానికి టాలెంట్ ఒక్కటే సిరిపోదు. చాలామంది అయోమయంలో పడి పొరపాటు చేసిది ఇక్కడే, టాలెంట్ వుండగానే ... అది ప్రవంచం కాస్తు గుర్తించగానే తమని తాము నెంబర్ వన్ స్టానంలో ఊహించేసుకుంటారు. ఉదాహరణకి ఓ కుర్రాడి గాత్రం బావుంది అన్న విషయం ఎవరైనా చెప్పగానే, అతడు తనని తాను ఏ బాలసుబ్రహ్మణ్యం స్టానంలో ఊహించే విషయం లాంటిదన్నమాట. నెంబర్వన్ కావడమంటే ఆ రంగంలో ఎప్పట్టుంచో వున్న వేలవేలమందిని అధిగమించడం. అది ఒక్క పరిశ్రమ ద్వారా మాత్రమే సాధ్యపడదు. నిరంతర సాధనా, అత్యునిమర్మా, పౌర్వాటని ఎప్పటిక్కుడు దిద్దుకుని లోపాలని అధిగమించటం కూడా అవసరమే.

జీవితంలో ఏదో సాధించాలన్న తపన వున్న ప్రతి ఒక్కరూ క్రమశిక్షణతో పని చేయాలన్న రూటేం లేదు. వాళ్ళు మామూలు వాళ్ళలూ బద్రకంగా వుండోచ్చు. అప్పీ ఈ పని చేసి బ్రిమ్స్ వేస్తూ, వీలు పడబ్లేదని వంకలు చెప్పాచ్చు. అయితే పని చేయవలసి వచ్చినపుడు వాళ్ళు చేసే పని వాళ్ళ నైపుణ్యాన్ని వెలికితీస్తుంది.

మనలో చాలామంది నిజమైన ప్రాపెషనల్ కాలేము. సాధించబటం అంటే మన దృష్టిలో నెంబర్ వన్ కావటం మాత్రమే, అలా కాలేసప్పుడు అసంతృప్తితో మన లక్ష్యాన్ని వరిలేస్తాం. అయితే ప్రమాదం - లక్ష్యాన్ని చేరుకోలేకపోవడంలో లేదు. పరుగు ఆపేయబటంలో వుంది ! ఓటమిని ఒప్పేసుకోవటంలో వుంది !! ఎన్ని పనులు యా విధంగా 'ప్రారంభించి' వరిలేసారో గుర్తు తెచ్చుకోండి.

ఓటమల్లో చాలా మటుకు చేస్తున్న పనిలో శ్రద్ధో, ఏకాగ్రతో లేకపోవడం వల్ల ఎదురయ్యేవే. చేస్తున్న పని మీద కాక, సాధించబోయే లక్ష్యం గురించి మాత్రమే తాపత్రయపడబటం ఓటమికి తొలిమెట్టు, అందుకే చేస్తున్న పని మీద 'ఏకాగ్రత' చాలా అవసరం.

ఒసర్ఫ్స్ మెదడుని ఆపరేట్ చేస్తుండగా చూసే అవకాశినాకు కలిగింది. నేనతని నైపుణ్యాన్ని కాక, అతనిలో నాకు ఆశ్చర్యం కలిగించే Calmness చూసాను. ఆపరేషన్ మొరలుపెట్టబునికి కొద్ది నిముపాల ముందు అతను నెర్చున్నా ఫీలవడం నాకు బాగా గుర్తే. అయితే ఒక్కసారి టేబుల్ ముందు నిల్చోగానే అతనూ ఓ పరికరమైపోయాడు.

నిష్టాతుడైన ప్రతి వ్యక్తి అలాంటి ఏకాగ్రతను కలిగి ఉంటాడు. తనని తాను ఏక మొత్తంగా చేస్తున్న పనికి సమర్పించుకుంటాడు. మామూలు వాళ్ళం మనం ఆఫ్నీ షైల్స్ చూస్తూ, నిన్న చూసినసెకండ్ షోసినిమాలో శ్రీదేవి ద్వార్ణ్ణుగురించి ఆలోచిస్తూ వుంటాం.

అవిధంగా ఒక పనిచేస్తూ వేరే ఆనందాలను గురించి ఆలోచిస్తాం మనం. పనిలోనే ఆనందాన్ని వెదుక్కుంటారు వాళ్ళు.

## పరిణాతి - ఖుష్యత్వం

ఇరవై నాలుగుంటలూ ఒకే రంగంలో సాధన చేస్తూంటే నైపుణ్యం రాకేం చేస్తుంది అని ప్రశ్నిస్తాం మనం. ఒకే రంగంలో విశిష్టతను సంపాదించిన వాళ్ళ సంగతి వరిలేస్తే, చాలా విషయాల్లో మంచి నెర్చున్ని కలిగి వున్న కొద్దిమంది నాకు తెలుసు. వాళ్ళు టెస్టిన్ నుంచి వంట వరకు, సాహిత్యం నుంచి చిత్రలేఖనం వరకు అన్నీ ప్రశంసనీయంగా చేయగలరు. అది పుట్టుకతో వచ్చే లక్ష్మామని, భగవంతుని వరమని స్థాచెప్పుకుని సంతృప్తివడతాం మనం. అది కొద్దివరకూ నిజం కావచ్చు. అయితే దానికి సాధన కూడా తోడవ్వాలి. అదీ ఏకాగ్రతతో కూడిన సాధన.

ఈ ఏకాగ్రతవదేశ్శలోపుప్పిల్లలో చాలా వుంటుంది. ఏదో బోమ్మల పుష్టకంలోనో, ఆటలోనో లీన్మ్యూపోయినప్పుడు కూడా వాళ్ళ గొప్ప ఏకాగ్రతని చూపుతారు. అలాంటప్పుడు

మనం వాళ్ళని "పెలుస్తున్న విన్నించుకోవటిద్దు" వని చీవాలైస్తాం. నిజానికి వాళ్ళ తమకు ఆసక్తి కలిగించిన పిషుయాలలో అత్యంత శ్రద్ధని ప్రదర్శిస్తున్నారు అన్న విషయం గుర్తించం. తాము చేస్తున్న పని పట్ల వాళ్ళకున్న శ్రద్ధని మనం సాధ్యమించంతగా ప్రాత్మకాంచాలి. పెద్దవాళ్ళలో యిలాంటి లక్ష్మాలున్న వారాని మనం 'మతిమరుపు ప్రాపెషన్' అని గేలి చేస్తుంటాము. నిజానికి వాళ్ళు (అందరూ కాదు) తమకు ఆసక్తి కలిగించే పిషుయాల్లో "లీన్మ్యూపోవటం" వల్ల అలా తయారవుతారు. "బుష్యత్వం" పాధించటానికి ఒక ముని చేసే తపస్యులాంటిది ఇది వారిని మనం అర్థం చేసుకోలేకపోతే అది మన లిర్కు.

## పరిణాతి - సాందర్భాస్వాదన

ప్రతి బుతువు అద్భుతమైనదే. వర్షాకాలాన్నే తీసుకోండి. అర్జుల్లో నేను బి.కా.ఎ., చదివే వాడిని. సముద్రానికి కాస్త దూరంగా ఇసుక తిస్సెల మధ్యలో చిన్న ఇల్లు వర్షం వస్తే ఆమట్టి వాసన మధురంగా వుండేది. రాత్రి పద్మకండింటికి హరికం లాంతరు వెలుగులో ఒదువుతూ వుంటే అప్పుడే వర్షం వచ్చి వెలిసిన తరువాత, గాలి తెరలు కిటికీ రెక్కల సందుల్లోంచి ఆలలు అలలుగా జబ్బం చేసేవి. దూరంగా ఎక్కుడే సముద్రపోర్లు. అంతలో ఒక రైలు కూత దూరం నుంచి వినిబడేది. క్రమక్రమంగా ఆ రైలు దగ్గరికి వస్తూ వుంచే ఎంతో పాసినేటింగ్గా వుండేది. పెద్ద జబ్బం చేసుకుంటూ ఇంటి పక్క నుంచి రైలు వెళ్ళపోయేది. మచ్చీ సముద్రపోర్లు. గాలి చప్పుడు. ఇసుక వాసన. నిశ్శబ్దం.... ఎంతో రొమాంటిస్టేజింగ్ అనుభవం. ఇప్పటికీ అది నాకు చాలా పాసినేషన్ కలిగిస్తూ వుంటుంది. చిత్రం ఏమిటంటే ప్రసిద్ధ మానసిక శాస్త్రవేత్త అయిన 'నార్క్వెన్పెలీ' కూడా 'ది ఆర్టాఫ్ లివింగ్' అన్న పుస్తకంలో సరిగ్గా యిల్లే అనుభవాల్ని వర్లించాడు. అతని విధంగా వ్రాస్తాడు - "రైలు జబ్బం నమ్మ ఉచ్చేగపరుపుండి. అర్థాత్ పక్కమిద పదుకుని నిద్రపోతూ వుండగా దూరంమంచి మిత్రుడు పిలిచినట్టు రైలు కూత వినిపిస్తుంది. చప్పున చేచి కిటకి లఱుపులు తెరిచి చీకట్లోకి చూస్తాము. ఏమీ కనబడదు. కానీ జబ్బం మాత్రం దగ్గరపుతూ వుంటుంది. దూరంగా చిన్న చీపం. రైలు క్రమక్రమంగా దగ్గరకొచ్చి, కొండలోయల్లో ఏరిన భూమిలన్నిటినీ మా ఇంటి చుట్టూ వెడజల్లి నిశ్శబ్దంలోకి సాగి పోతుంది" అంటాడు ప్రియ. అతరువాత తన వ్యాసాన్ని కొనసాగిస్తూ - "కొండరు మనములు ఏంత తొందరగా తప్ప జీవితపు పరిమలాన్ని కోల్చేయి ప్రాపంచిక విషయాలలో" అలి సాధారణమైన జీవితం గడపటానికి అలవాటు పడిపోతాడు!" అంటూ వాపేతాడు యా మానసిక శాస్త్రవేత్త.

జీవితంలో ఆశావాదం కావాలి. దురద్వాషపాత్రు మన సినిమాలు, కథలు అన్న నీరాశావాదాన్నే ఎక్కువగా ప్రతిభింబిస్తాయి. సిన్మీయారిల్టిక్ ఉపాపరా అయిన హోర్స్ కి ఎదురుచెట్టులు తగినిస్తు, నిజాయితీపురుదు ఎన్నో కష్టాలనుభవించినట్టు, చివరలో

మాత్రమే గెలుపు సాధించినట్టు చూపిస్తాయి. ఇది అక్కరాలా నిజం కాదు. నిజాయితీగా కూడా ఆనందంగా బతకవచ్చు, అలాగే నిరంతరం కష్టాలలో వుంటేనే చివరికి గెలువు లభిస్తుంది అన్న వాదన కూడా సరిలయినది కాదు. మన పత్రికలలో వర్ధమాన రచయితలు, రచయితులు ప్రాసే గేయాలను చూడండి - "ఎండిపోయిన అక్కలాగా ఎదురుచూస్తున్నాను నువ్వొస్తావని ప్రియతమా (లేక మిత్రమా) నా కన్నీళ్ళు సముద్రాలవుతున్నాయి" మొదలైన గేయాలే ఎక్కువ కనపడతాయి. ఇదొక ప్రాఘాతై పరవాలేదు. కనీ యి ప్రాఘావు మన ఆలోచనలలో పూర్తిగా జీర్ణమైపోతే కష్టం. దిగులుగా వుండటం కూడా ఒక ప్రాఘావు అనుకోవటం దౌర్ఘాగ్యం. అదే విధంగా పత్రికలలో ప్రథమ బహుమతులు పాందిన కథలని పరిశీలించండి. వాస్తవ సమాజ చిత్రణ పేరట ఎంత నిరాశాపూరితమైన కథలు వస్తూ వుంటాయో! తండ్రి తర్దినానికి డబ్బులు లేకపోవటం, ఇంటిముందు శమం వుంటే వడ్డి వ్యాపారి ఆ శవాన్ని కరలనిప్పకుండా చేయటం, కూతురి ఉయ్యాల కోసం తిండిలేక చచ్చిపోయిన బామ్మ పాతచీర చింపుతూ ఒకమ్మాయి రాల్చిన సెంటిమెంటు కన్నీళ్ళు, దగ్గచ్చే కొడుకుని తల్లిత్రీట్మెంట్ కోసం పోస్టిటల్కి తీసుకువచ్చి, అక్కడ చెయ్య పట్టుకున్న డాక్టర్ మీర కంప్యూటర్ ఇప్పటానికి పోలీస్పేషన్కి వెళితే రేక్ చేసిన ఇన్స్పెక్టర్ కథ, కొత్తగా పైట పేసుకుని "ప్రై"నయ్యానని దుఃఖించే బాలిక మీద కవిత - ఇప్పి బహుమతులు పాందేవి. మేధావులుగా పేరు పాందిన న్యాయానిర్దేశములు నిరాశాత్యంలో ఎంత గొప్పవాళ్ళయినా - నిజ జీవితంలో మధ్య తరగతి మనస్తత్వానికి అలవాటువడి వుండటం వల్లనేమో ఇటువంటి కథలకే బహుమతులోస్తూ వుంటాయి. తనున్న జీవితం సుంచి పైకి ఎదగటానికి కావలసిన స్వార్థాని అండజేసే ఆశావాదం ఈ కథలలో ఎక్కుడా కనిపించదు. వాస్తవ సమాజ చిత్రికరణ పేరట యిటువంటి నిరాశాపూరితమైన, అనవసరమైన సెంటిమెంటులో కూడిన కథలనే యి న్యాయానిర్దేశము నమీద రుద్దుతారు. ఆము ఎలా బతుకుతున్నారో ప్రపంచం అంతా అలా బతకలని యి మేధావులు భావించటం సినిసిజం. ఒక దళితుడు స్వశక్తి మీద క్షప్పడి భారత రాత్రపతి ఎలా ఆయ్యాడో ప్రాస్తే బహుమతి ఇప్పరు. అతడు తన స్వగ్రామానికి పచ్చి పాడావుడిగా పర్యటన ముగించి వెళ్ళిపోయాక "ఎండిన తోరణాలు పల్లిని వెక్కిరించాయి" అనీ, ఓ చిన్న కుల్రాడు వాటికి ఎద్ర మంట పెట్టుడనీ ప్రాస్తే బహుమతి ఇస్తారు. వాస్తవంగా ఈ సమాజం అలా వున్నమాట నిజమే అయి వుండవచ్చు. ఎన్నో అన్యాయాలు జరుగుతూండవచ్చు. పీటన్నిటినీ ఎదుర్కొనలసిన బాధ్యత మనమీద వుండి వుండవచ్చు. కనీ కేవలం అన్యాయాలని ఎదుర్కొనవటమే మన జీవితాశమం కాదు. ఆ మాటకొస్తే చదివిన పారకులందరూ నడుం కట్టి రంగంలోకి దూకరు. అలాంటి చైతన్యాన్ని ప్రజలలో కలిగించాలనే ఆభిలాష ఆచరణియైనదే అయినా జీవితం అంటే సమాజానికి సంబంధించిన చైతన్యం ఒక్కటే కాదు. మనిషికి సంబంధించిన చైతన్యం

కూడా మనకి ముఖ్యమే, అలాంటి చైతన్య సముప్పార్జన కోసం మనమేం చేస్తున్నామన్నది ప్రతి మనిషి ఆత్మవినుఱ్చు చేసుకోవాలి, పైటేసుకున్నందుకు ఏడవటం కాకుండా, ఏడవ రాకుండా వుండాలంబే ఏం చెయ్యాల్స్ చెప్పాలి. తన ఎదుగుదల ముఖ్యం అని ప్రతి మనిషి అనుకుంటే సమాజం దానంతటదే ఎదుగుతుంది. సమాజం అంటే ఎక్కుడే వుందని, తాను దానికి కెపలం ప్రైక్సుడని చూమ్మేనని ప్రతి మనిషి అనుకోవటం వల్లే యా దౌర్ఘాగ్యం యిలా కొనసాగుతోంది. రాబర్ట్ లూయిస్ట్వెన్సన్ అనే రచయిత ఎన్నో సంతుష్టాలు దీర్కాలిక రోగంతో పడకమేదే వుండి రచనలు సాగించాడు. కానీ అతడి గేయాలన్నీ ఎంతో ఆశావాదంతోనూ, ప్రపంచపు అందాలని వర్తిస్తూనే వుంటాయి. 'పారడైస్ లార్స్' ప్రాసిన పిల్లన్ కూడా మళ్ళీ 'పారడైస్ రిగెయిస్ట్ క్రాసుడు.'

ఇలాంటి ఆశావాదాన్ని చెంపందించుకోవటమే పరిణితి.

## పరిణాతి - పరిశ్రాంతి

పరిణితి యొక్క మరో ముఖ్యమైన అంశం కష్టాలోచ్చినపుడు బెంబేలెత్తకపోవటం, మనలో శక్తి కొంత మేరకే వుంటుంది. ఆ శక్తినంతా మన బాధల గురించి ఆలోచించబడం కోసమే దుర్మినియోగపరచుకోవాడు. ఇన్సెప్ట్ లోంచి తీసినట్టు దానిని కొద్దికొద్దిగా తీసి సమస్య పరిష్కారానికి వాడుకొంటుండాలి. శక్తిని సద్గ్యినియోగపర్చుకోవటం గురించి ఒక చిన్న ఉదాహరణ చేస్తాము.

ఒక పడవలో నలుగురు ప్రయాణం చేస్తున్నారు. ఆకస్మాత్తుగా ఆ పడవ విరిగి మునిగిపోయింది. అందరూ నడి సముద్రంలో ఈత కొట్టుటానికి ప్రయత్నించారు. వారి నాయుకుడు వారిని వారించి పడవ తాలూకు విరిగిపోయన ముక్కలతో తేలుతూ వుండమని సిలపో ఇచ్చాడు. గాలికి వాళ్ళు తీరంపై కొట్టుకు రాపాగారు. ఇంతలో ప్సౌర్ చేపలు వారినడ్డుకున్నాయి. జీవన్నరణ సమస్య ప్రాతిపరికగా వారు వాటితో యుద్ధం చేసి తీరానికి చేరుకున్నారు.

శక్తిని పప్పుడు ఉపయోగించాలో, ఎప్పుడు ఉపయోగించకూడదో ఈ కథ వల్ల స్వస్థంగా తెలుస్తుంది. (నడి సముద్రంలో ఎంతసేపు ఈత కొట్టినా ఒడ్డుకి చేరుకోవటం అసాధ్యం. ప్సౌర్ చేపలని ఎదుర్కొపోతే క్షణాలలో ప్రాణం దేవటం తథ్యం). మనకున్న శక్తినంతా మనం అనవసరమైన విషయాలకే వినియోగించాలి అని యి కథ చెప్పాంది. పరిణితి చెందిన వ్యక్తులు తమకున్న శక్తులన్నిటినీ సరిలయిన సమయంలో, సరి అయిన పనికిసం సద్గ్యినియోగపరచుకుంటారు. అంతే తప్ప అర్థంలేని ఆలోచనలతోనూ, అనవసరమైన సమస్యల గురించి బాధపడటంలోనూ, మరీ నిక్కటమైన సెంటిమెట్టు పట్టుకుని వేలాడటంలోనూ సమయాన్ని వ్యాపర్చు.

## పరిణితి - పరిశీలన :

పరిణితిలో మరో అంశం - ప్రతిదానినీ గుడ్డిగా సమ్మకోవటం, తన నమ్మికాన్ని తరచూ పరీక్షీంచుకుంటూ వుండటం! 'విజయంవైపు పయనం' అన్న పుస్తకం రిలీజించిన విజయానికి వారు మెట్లు —

కొత్తలో నా దగ్గరికి ఒక పాతికేళ్ళ అమ్మయి వచ్చింది. 'ప్రపంచాన్ని గెలవండి' అన్న వాక్యం తనకంతో ప్రేరణనిచ్చింది అని ఆ అమ్మయి చెప్పింది. మంచిదే. అయితే దురదృష్టమాత్రా ఆ అమ్మయి ఆశ్చర్యాతో కొన్ని సంవత్సరాలుగా విపరీతంగా బాధపడుతోంది. ప్రాణాలన్నీ కళ్ళలోనే వున్నాయి. ఈ పర్సిటెలలలో నేను ప్రపంచాన్ని ఎలా గెలవగలను' ఆ అమ్మయి అడిగింది. మాటల సందర్భంలో ఆమె గత ఎనిమిది సంవత్సరాలనుంచీ ఒకపోమియోపతి డాక్టర్ దగ్గర మందు తీసుకుంటున్నట్లు చెప్పింది. ఆశ్చర్యాకి హోమియోపతి బాగా పనిచేసుంది. కానీ ఎనిమిది సంవత్సరాలనుంచీ ఆ అమ్మయికి నయం కాలేదు సరికదా. సైడ్ ఎఫ్ట్స్ చాలా వచ్చినయి. చర్చును అంతా పొలుసులుగా బీటలువారటం, దగ్గర, ఆయాసంతోపాటు విపరీతమైన తలనొప్పిలాంటి లక్షణాలన్నీ శైడ్ ఎఫ్ట్స్గా సంతరించుకున్నాయి. 'డాక్టర్ మార్గలేకపోయారా' అని సలహా ఇచ్చాను. ఆ డాక్టర్ చాలా గొప్పవాడంది. "ఏనిమిది సంవత్సరాల నుంచి టీట్ చేస్తూ మీకు నయం చేయలేకపోయినప్పుడు అయిన గొప్పవాడెలా అవుతాడు? ఒకవేళ అయిన గొప్పవాడయినా అయిన దగ్గర మీ వ్యాధి నయం కాలేదు కదా!" అన్నాను. అయిన ప్రసుతం క్యాన్సర్కి మందు కనుక్కునే ప్రయత్నంలో నిమగ్గమై వున్నాడని చెప్పింది కాప్ట్ గర్జంగా. కాన్సర్ - జిన్ డివిజన్ - డి.ఎస్.ఎ.ల గురించి కనుకోవబడుంటే, కొత్త వండకం కనుకోవబడున్నంత సులభంగా. 'కానీ మీకున్నది కాన్సర్ కాదు కదా. ఆశ్చర్యా' అన్నాను. 'అయిన నయం చేయలేకపోతే ఈ ప్రపంచంలో నా వ్యాధిని ఎవరూ నయం చేయలేరు' అన్నట్టు మాట్లాడింది. గుడ్డి నమ్మకం అంటే యేదే. కనీసం అయిన యిస్తున్న ప్రిస్కిప్పున్న యింకో హోమియోపతి డాక్టర్ కి చూసించే ప్రయత్నం కూడా ఆమె చేయలేదు. తన నమ్మకాన్ని తాను అంత గుడ్డిగా గట్టిగా బలపర్చుకుంటున్నప్పుడు ఆమె ప్రపంచాన్ని కాదు కదా పక్క వీధిని కూడా గెలవలేదు.

## పరిణాతి - పరితుష్టి

పరిణితిలో చివర అంశం 'తృప్తి'. తృప్తి అంటే వున్నదాంట్లో సంతృప్తిపడి బ్రతకటం కాదు. తనకున్న శక్తి మేరకు ఒక గమ్యం నీర్దేశించుకుని ఆ గమ్యం సాధించబం కోసం తృప్తిగా పనిచేయబమే పరిణితి. రాత్రికి రాత్రి కోటీశ్వరుడిని అయిపోవాలనుకోవబం, తన శక్తికన్నా మించి ఆలోచించి ఆ కలలలో బ్రతకటం ఇప్పన్నీ అపరిషక్త దశని సూచిస్తాయి. ఈ పుస్తకంలో యింతకుముందే ప్రస్తావించిన మాటల రచయిత గురించి మరొక చిన్న ఉదాహరణ చెప్పాను. కొన్ని కులాలని బ్యాక్స్ వర్క్ క్లాసులలో చేరుస్తూ మూడు నాలుగు సాలుగు సంవత్సరాల క్రితం రాత్రిప్రభుత్వం ఒక ప్రకటన ఇచ్చింది. ఈ మాటల రచయిత అందులో ఒక కులానికి సంబంధించినవాడు. అతడి కూతురు పాత ట్రింకుపెట్టలన్నీ వెడికి, తమ కులం సస్థిఫికేట్ తీసుకొచ్చి తండ్రికి చూపిస్తూ "మనక్కుడో ఇప్పటినుంచి రిజెస్ట్రేషన్ వుంది నాన్నా" అని చెప్పినప్పుడు అతడు ఆ సస్థిఫికేట్ని

నిలువునా చింపేశాడు. "అద్యస్థవశాత్తు మనం వున్నంతలో కాప్ట్ టై స్టోయిలోనే వున్నాం. ఈ సస్థిఫికేట్ ఆధారంగా నువ్వు సీటు సంపోదించబం నాక్షపం లేదు. నిజంగా వెనుకబడిన విద్యార్థికెవరికన్నా ఆ సీటు వేస్తే సంతోషస్తోస్తాను" అంటూ ఆ కాగితాన్ని చెత్తబుట్టలోకి విసిరేశాడు. నాకు నిజంగా చాలా సంతోషమేసింది. ఇది పరిణితికి పరాక్రమ త్వం అంటే అదే.

\* \* \*

ఇప్పుడు ఈ అంతాల ఆధారంగా - ఒక వ్యక్తి ఏ విధంగా పరిణితి సాధించగలడో - ఆ మూడు విభాగాలనీ చర్చిద్దాం.

1. రిస్క్
2. నిర్వహణ
3. అంకితభావం

చివరగా ఒక మాట. పరిణితి అనే పదాన్ని నిర్వచించగలమే తప్ప ఒక చట్టంలో బిగించలేదు. ఒక్క క్రూక్రూవ్యక్తి మొక్క పరిణితి ఒక్క మార్గంలో పయనించి పరాక్రమని చేరుకోవచ్చు. గాతమబుద్ధుడి పరిణితి ఒక గమ్యాన్ని చేరుకుంటే మహాత్మాగాంధీ పరిణితి మరొక గమ్యంలో స్థిరపడి వుండి వుండవచ్చు. మనకి కావలసిందల్లా మనం తృప్తిగా, అనందంగా, ఏ సమస్యలు లేకుండా బ్రతగ్గలగటం! మనిషిగా పుట్టినందుకు తోటి ప్రజలకు చేతువైనంత సహాయం చేయగలగటం!! ఈ నిర్వచనం ప్రాతిపదికగా మనం మన మార్గాలని అప్పేప్పాం!!!

## రిస్క్

ప్రతి వ్యక్తి తన జీవితంలో పరిణితి చెందడానికి అంచెలంచెలుగా ఎదుగుతాడు. కొంతమంది మాత్రమే పరిపూర్వైన పరిణితి చెందడానికి, మరికొందరు సాధారణంగా శుండిపోడానికి మూడు ముఖ్యమైన కారణాలున్నాయి అనుకున్నాం.

ఇప్పుడు మనం ఈ ప్రకటనలో, మనిషి తీసుకోవలసిన రిస్క్లల గురించి చర్చిద్దాం. సమస్యలు ఒక్క సారిగా చుట్టుచుట్టిస్తున్నాడు రిస్క్ తీసుకోవడం అలవాటులేని మనిషి బెంబేలుపడిపోతాడు. మంచి నిర్మయాన్ని ఆలస్యంగా తీసుకోవడం కన్నా సాధారణంగా నిర్మయాన్ని సరియైన త్రమ్మకి తీసుకుని చురుగ్గా ప్రతిస్పందించడం మంచిది.

అయితే ఏది తెలువైన రిస్క్, ఏది అనాలోచితమైన రిస్క్ అనేది తెలుసుకోవడం క్షమం. మనం ఒక నిర్మయంలో తీసుకున్న రిస్క్ విపలమవడానికి, సపలమవడానికి సగం చావ్సులున్నాయి. అయితే ఏ రిస్క్, తీసుకోకపోతే పూర్తిగా విపలమవడం నూరు కాలం త్యాగం.

వైజయింగికి ఐదు మెట్లు

ఈక నిర్ణయం తీసుకోవడానికి ముఖ్యంగా యిం క్రింది అంశాలు వ్యక్తిగతిలించాలి.

1. మన లక్ష్యమేదో మనం గుర్తించడం :
2. అది సాధించడంలో వున్న ఇబ్బందుల్ని గుర్తించడం;
3. ఆ ఇబ్బందుల్ని అధిగమించే శక్తి సామర్థ్యాలు, వనరులు, ఆధ్యిక పుష్టి, మనసిక సైర్యం మొదలైనవ్వే మనకున్నాయో లేవో అంచనా వేసుకోవడం;
4. మనకున్న వనరులు, వసతులు సరిపోకపోతే అప్పుడు వాటిని సంపాదించు కోవడానికి, మన మార్గం మరింత సుగమం చేసుకోవడానికి ఏం చేయాలనే విషయమై పరిశీలించడం;

ఉపాధికారణాగా ఐ.ఎ.ఎస్. పాసవడం ఒక విద్యుత్తి లక్ష్యం అనుకుందాం. మైన చెప్పిన నాలుగు అంశాలూ కేవలం పరీక్ష పాసవడానికి కాకుండా జీవితంలో ప్రతి మలుపుకీ సహాయపడతాయి.

కాలిక్యలేబెడ్ రిస్క్‌కి తెలుగు అనువాదం నాకు సరిగ్గా తెలీదు. కానీ ఈ పదం మన జీవితాన్ని శాసనిస్తుంది. ఒక వ్యక్తి దగ్గర పది లక్షల ఆస్తి వుంటే ఆ పది లక్షలూ వ్యాపారంలో పెట్టి కోటి రూపాయలు సంపాదించుకుండా మనకునేవారు కొంతమంది వుండవచ్చు. పది లక్షలూ పోతుందేమాననే భయంతో అసలు వ్యాపారంలోకి దిగుకుండా ఆ డబ్బుని బ్యాంక్‌లో కొంతమంది దాచుకోవచ్చు. మరికొంతమంది ఆయిదు లక్షలు ట్యూంక్‌లో వుంచుకుని, మిగితా ఆయిదు లక్షలతో వ్యాపారం ప్రారంభించవచ్చు. ఇంకొంతమంది ఆయిదులక్షలతో వ్యాపారం ప్రారంభించి నష్టం వస్తుండగా బ్యాంక్‌లో దాచిన డబ్బు కూడా తీసి ఆ వ్యాపారంలో పెట్టి పూర్తి నష్టమానిష్టేవో ఒక రిస్క్ తీసుకుంటూనే వుంటాడు. దీన్నే స్టోక్‌ప్రైస్‌లో బుల్లిష్‌బెరిన్ మనస్తుల్యాలు అంటారు. బుల్లిష్ మనస్తుల్యం వున్నవాడు ఎక్కువ అశావాదంతో ఒక్కక్రసారి తలకి మించినవపూర్వాల్లో కూడా పాల్గొంటాడు. బేరిం మనస్తుల్యం వున్నవారు పీరికితనంతో సాధ్యమైనంత చౌరావ చూసించలేక వెనుకంజేస్తుంటారు. అయితే ఈ రెండు మనస్తుల్యాలూ అవసరమైన దానికన్నా ఎక్కువ పాళ్ళలో వుంటే అది వినాశనానికి దారితీస్తుంది.

రిస్క్ తీసుకోవడానికి ముఖ్యారణాం భయం. భయం అనేది తప్పనిసరిగా వుండాలి కానీ ఆ భయం, కేవలం భవిష్యత్తులో జరుగబోయే వాస్తవ పరిణామాల పట్లు మన నిజదృక్కఫంతో కొనసాగాలే తప్ప ట్యూపించుకున్న పరిణామాలతో అనవసరమైన మనసికాందోళనలతో వెక్కి లాగేదిగా వుండకూడదు.

కొంతమంది “మనసు చెప్పింది” అనీ, “ఇన్స్ట్రుయమ్” అనీ, లేకపోతే “సిక్రుసెన్స్” అనీ అంటుంటారు. వ్యక్తిగతంగా ఇతువంటివాటిని నేను నమ్మను. చాలావరకూ ఇలాంటివి జరగవు. కానీ ఎప్పుడన్నే ప్రమాదవశాత్మా ఏదైనా ఒక విషయం అనుకున్నది

అనుకున్నట్లు జరిగితే అది మాత్రం మనసులో బలంగా ముద్దపడిపోయి, “నూ మనసులో అనిపించింది భవిష్యత్తులో ఎందుకో తప్పకుండా అలాగే జరుగుతుందండీ” అని ప్రచారం చేస్తుంటారు. వాళ్ళ మనసులో అనుకున్న వాటిలో ఎన్నటై శాతం జరక్కపోయినా, మిగిలిన ఇరవై శాతాన్నే వాళ్ళ గుర్తుపెట్టుకుంటారు. అలాంటి భ్రమలు నదిలిపెట్టడం మంచిది.

ఒకసారి ఎటూ తోచని పరిస్థితి ఏర్పడుతుంది. ఏ నిర్ణయం తీసుకోవాలో తెలీదు. దీనికి గొప్ప ఉదాహరణగా ఆర్డర్ పోయిలీ ఒక నవలలో ఒక సంఘటన ప్రాశాదు. ఒక పోస్టీల్ కాలు మీద ప్రణాంతో ఒక రోగి చేరతాడు. దాన్ని అపచేషన్ చేసి ప్రపంచంలోని ఇద్దరు పెద్ద డాక్టర్కి రిపోర్ట్ కోసం పంపుతారు. ఆ రిపోర్టులో కాన్సర్ వున్నట్లు తెలిస్తే కాలు తీసేయాలి. లేకపోతే ప్రాణం పోతుంది. అది మామూలు ప్రణామే అయితే కాలు తీయ్యక్కలేదు.

ఒక నిష్పత్తి అది కేస్యరనీ, మరొక నిష్పత్తి అది మామూలు ప్రణామీ రిపోర్టులు యస్తారు. ఆ డాక్టరు పెద్ద డైలమాలో పడతాడు. ఏ నిర్ణయం తీసుకోవాలో అర్థం కాదు. మరొకవైపు ప్రమాదం ముంచువుస్తుంటుంది. అప్పుడు ఆ డాక్టరు పేషంత్ యొక్క కాలు తీసేస్తాడు. కాలిక్యలేబెడ్ రిస్క్ అంటే అదీ!

ఒకవేళ అది మామూలు ప్రణామైతే రోగికి కాలుపోతుంది. అలా కాని పక్కంలో ప్రాణం పోతుంది. కాలుకన్నా ప్రాణం గొప్పది కాబట్టి డాక్టర్ రిస్క్ తీసుకునటాడు.

చిరికి అది క్యాస్యరనీ, డాక్టర్ తీసుకున్న నిర్ణయం కరక్కయిందనీ తెలుస్తుంది. నవల కాబట్టి పారకుల సంతృప్తి కోసం రచయిత అలా ప్రాణి వుండవచ్చు. కానీ ఆ కాలు అపరేట్ చేసి తీసేసేముందు డాక్టరుపడిన మానసిక వేదనని చాలా ప్యాధ్యంగా వార్డ్లు రచయిత. రిస్క్‌లో ఈ రకమైన పెన్సన్ ఎప్పుడూ వుంటుంది. అయితే ఆటువంటి పెన్సన్ లేకపోతే అసలు జీవితమే లేదు కదా. ఒక రిస్క్ యొక్క పలితం లాభపాటిగా వున్నప్పుడు అదిచే ఆనందం చాలా గొప్పది. (ఒకవేళ మనం తీసుకున్న నిర్ణయం ఔయిలైనా కూడా వెంటనే దాని గురించి మర్చిపోయి ముందుకు సాగిపోవాలి).

పాజిబిలిటీ థింకింగ్ అంటే అదే. ప్రతి నిర్ణయంలోనూ కొంత రిస్క్ వుంటుంది. “ఈ విధమైన నిర్ణయాన్ని తీసుకోవడం ద్వారా ఏ మాత్రం రిస్క్ ఎదురవదు” అని చెప్పగలిగే ఒక నిర్ణయాన్ని మీరు చూపించగలరా? ఇంటినుంచి ఆఫీసుకి కాలినదకన వెళ్ళి వసిలో కూడా రిస్క్ వుంది. ప్రభుత్వేద్యగంలో కూడా రిస్క్ వుంది. ఈ రోజుల్లో చివరికి ఒక సినిమా చూడటం కూడా రిస్క్.

మనం ఒక నిర్ణయాన్ని తీసుకుంటున్నామంటే మనకున్న రకరకాల అవకాశాల్ని, వాటి పరిణామాల్ని, వాటిల వచ్చే ఇబ్బందుల్ని అన్నిటినీ బేరీజి వేసుకుని అందులో మనకి బాగా సూటియినదాన్ని ఆమలుజరుపుతున్నామన్న మాట! ఒక్కక్రసారి మన అంచనా ఫెఱులవచ్చు. కానీ ముందే చెప్పినట్లు అసలు నిర్ణయాలే తీసుకోవపోతే అది పూర్తిగా విఫలమవడమే కదా!

అయితే ప్రతిసారి రిన్కు తీసుకోవడం సమంజసం కాదు. ఒక్క క్రసారి నిర్ణయాల్ని వాయిదా వేయడం ద్వారా పరిష్కారులు వాటంతటవే చక్కబడవచ్చు, మఖ్యంగా కోర్సు లిటిఫెస్ వ్యవహారాల్లో వీలైనంతవరకూ సాగిదీస్తే అవతలి వ్యక్తి రాజీపడే అవకాశం ఎక్కువుంది. ఏ పని ఎప్పుడు చెయ్యాలీ, ఏ నిర్ణయాన్ని సాగదియ్యాలి అనేది వ్యక్తిగత మనస్తత్తులు పట్లు పరిష్కారుల పట్లు పరస్పరం అధారపడి వుంటుంది. అన్నిటికన్నా బైస్ ఏమిటంబే, నిర్ణయం తీసుకోబోయే ముందు రెండు రకాలుగా ఆలోచించాలి.

**ఒకటి :** ఈ నిర్ణయాన్ని వెంటనే తీసుకుని అమలుజరపడం అవసరమా కాదా అన్నది.

**శండు :** ఈ నిర్ణయాన్ని వెంటనే అమలుజరపవలసి వస్తే ఏ రకమైన కష్టాలూ, నష్టాలూ ఇందులో వున్నాయి. - అన్నది.

ఉదాహరణకి ఒక వ్యక్తి వుద్దోగం మానేసి వ్యాపారం పెట్టుదల్చుకునుకుండం, మరో రెండు సంవత్సరాల్లో అతనికి గ్రాట్యూటీ వస్తుంది. ఆ సర్వీస్ పూర్తి చేసిన తరువాత వ్యాపారం పెడితే వచ్చే లాభమేమిటి? నష్టమేమిటి? అనేది నిర్ణయించుకోవాలి. ఒకవేళ వెంటనే ఉద్దోగానికి రాజీనామా చేసి వ్యాపారం పెడితే ఈ రెండు సంవత్సరాలలోనూ (మామూలు లాభాలుపోసు) తనింకో రెండు సంవత్సరాలు ఉద్దోగంలో కొనసాగి వుంటే వచ్చే గ్రాట్యూటీకన్నా వ్యాపారంలో వచ్చే లాభాలు ఎక్కువగా వుంటాయా? ఒకవేళ వ్యాపారంలో నష్టమేమిటిని తెలియుగానే తాము ఎక్కడెక్కడో దాచుకున్న డబ్బు అంతా తీసి పెద్దు కొనడం మనందరికి తెలిసిందే. ఈ విధమైన రిన్కు కేవలం అత్యాశతో చేసింది కాబట్టి అది విఫలమవడానికి ఛాన్సీ ఎక్కువ.

ఇన్కు సంబంధించినంతవరకూ మనం సైంటిస్టుల్ని ఉదాహరణగా తీసుకోవాలి. ఒక ప్రయోగాన్ని వాళ్ళు సంవత్సరాల తరబడి చేస్తునే వుంటారు. ఫలితం వస్తుందో లేదో తెలీదు. నరిమైన పలితం వస్తే నోబుల్ ప్రైట్ రాచున్. పలితం రాకపోతే సాతిక సంవత్సరాలపాటు ఒకే పరిశోధనలో జీవితం వ్యధా అవచ్చ. అలా అని చెప్పి వాళ్ళు తమ ప్రయత్నాన్ని మానయ్యడం లేదు. మానవాళి కోసం తమ జీవితాన్ని రిన్కుగా తీసుకుంటున్నారు. అందుకనే వాళ్ళని చూసి మనం ఎంతో నేర్చుకోవాలి.

రిన్కు తీసుకోడం గురించి నా అనుభవం ఒకటి చెప్పును. దాదాపు పరిసోమ సంవత్సరాల క్రితం నేను వ్యాపిలీ ప్లానింగ్ ఆపరేషన్ చేయించుకుంటున్నప్పుడు డాక్టరు “మీకెంతమంది పీల్లు” అని అడిగాడు. ఒకడే అబ్బాయని అతడి వయసు చెప్పాను.

అపరేషన్ టేబులు మీద యాసంభాషణ జరిగింది. డాక్టరు ఆశ్చర్యపోయి “ఒకబ్బాయితోనే నందుకు ఆవు చేస్తున్నారు” అనడిగినప్పుడు నేను రెండు కారణాలు చెప్పాను. ఒకటి నా ఆర్థిక పరిస్థితి. ఉన్నంతలో మేము ముగ్గురం సంతోషంగా వుండాలంబే ఆది తప్పనిసరి. అపటికి నా భవిష్యత్తు యిప్పుడున్నంత క్లియర్గ్ లేదు. వచ్చే జీతంతో ముగ్గురికన్నా వుండు వమందిని పోంచగలనని నేననుకోలేదు. ఇంగీక ప్రపంచంలో నాసాటికి పెరుగుతున్న జనాభా పట్లు కూడా నాకు దిగుబుండేది. కిక్కిరిసిన కలకత్తూ వీధుల్ని చూస్తే ఇథిపోయా గుర్తుస్తుంది. ఇది హస్యాస్పదంగా కనిపించినా ఎవరో ఏదో చేస్తారై అని ఊరుకోకుండా మనం కూడా ఏదో చేయులానే ప్రయత్నం! మరి ఒకే సంతానంతో రిన్కు వుంది కదా అనుకుంటే, ఇద్దరు, ముగ్గురు పిల్లలున్నా కూడా ఆ రిన్కు వుంటుంది.

“ఒక పాప కావాలనిపించలేదా” అని అడిగాడు డాక్టరు. “తర్వాత పుట్టేది మగపిల్లాడే అయితే?” అనడిగాను. ఆ డాక్టరు నవ్వి ఊరుకున్నాడు. పీఱి తీసుకోలేదు. ఆయనకీ ఒకే కూతురుట. ఆ తరువాత మా ట్రాఫిక్ పాపులేషన్ సమస్యాపైకి మళ్ళింది. అన్నిటికన్నా గొప్ప విషయమేమిటంబే ఆయనోక ముస్లిం.

\* \* \*

ఒకడే సంతానం వుండడం వల్ల మేమెప్పుడూ చింతించలేదు. అసలు ఆ ఆలోచనే కలగలేదు. మనం ఏ విధంగా ఆలోచిస్తామో, విషాదం ఆ ద్వారం గుండానే లోపలికి రావడానికి ప్రయత్నిస్తుంది. ఎప్పుడైతే ఆ ద్వారాలు మానేసిశామో అది బయటినుంచి బయటి వెళ్లిపోతుంది. కనీసం ఒక మగపిల్లాడైనా వుండాలని భార్యల్ని అయిదారుసార్లు కొనుపై ప్లట్టింటికి పంపించిన మగపాట్లు మనకి తెలుసు. ఉన్న నలుగురాడపెల్లలక్కి ఎలా పెళ్లిచేస్తారో కూడా ఆలోచించకుండా మగపిల్లాడి కోసం ప్రయత్నం చేసే ఇటువంటి వ్యక్తులు బీటితంలో యింకేరకమైన సరియైన నిర్ణయాలు తీసుకోగలరు?

ఒక పని చేసినందుకు మనం బాధపడనపురం లేని ప్రిస్తులు కొస్తే వున్నాయి. అపి ఇప్పి - 1. ఒక పని నిర్విత్తించబోయే ముందు ఆలోచించడం;

2. ఒక నిర్ణయం తీసుకోబోయే ముందు సమస్యనీ పరిశీలించడం;
  3. అవసరమైన సమయాల్లో ఖచ్చితంగా మన మనసులో మాట చెప్పగలగడం;
  4. కష్టంలో ఉన్న పారికి సహాయం చేయడం;
  5. మనకు నష్టమేని పరిస్తితుల్లో శత్రువుల్లి క్షమించడం;
  6. వ్యాపారంలోనూ, వ్యక్తిలోనూ నీజాయితీగా ఉండడం;
  7. మాటాడబోయే ముందు పరిణామాన్ని ఆలోచించడం;
  8. చెలిలోకి వచ్చిన పుకారుని నోటిసుండి వదలడాన్ని నిర్ధించడం;
  9. మనం తీసుకున్న రిన్కు సఫలమైతే లాభం పొందడం, విఫలమైతే అనుభవం ద్వారా పరిణితి పొందం కదాని సంతోషించడం.
  10. అవతలివారి కోసం చేసే ఏ పనినీ రిన్కుగా భావించకపోవటం.
- ఈ విధంగా రిన్కు “పరిణితి”కి మొదటిమెట్టు.

# నిర్వహణ

విజయానికి అయిదు మెట్లు మనం మొదటిమెట్లులో మన బలహీనతల్ని గురించి తెలుసుకున్నాం. వాటిని జయించడమే "విజయం". మూడో మెట్లులో అలా జయించడానికి కావలసిన ఆయుధాల గురించి తెలుసుకుంటున్నాం. అలాంటి ఆయుధాల్లో అన్నిటికన్నా అతి ముఖ్యమైనది "నిర్వహణ". మన దగ్గర ఎంత శక్తివంతమైన బాణం వున్న కూడా దాన్ని సరిగ్గా గురిచూసి వదలకపోతే అది నిర్రదకమవుతుంది. అలా గురిచూసి వదలడమే "నిర్వహణ".

ఈ రోడ్సు మీద ఒకే రకమైన రెడీమేడ్ బట్టల పొపులు రెండుంటాయి. ఒక పొపు జనంతో కిటకిటలాడుతుంటుంది. మరో పొపులో గుమాస్తాలు తమ చొక్కుకి డోషిపోయిన బటన్నీ లెక్కపెట్టుకుంటుంటారు. ఇలా ఎందుకు జరుగుతుంది? దీనికి కారణం డోషించగలరా?

పొపుని చూడగానే లోపలికి ప్రవేశించాలనిపీంచడం దగ్గర్నుంచి, ఈ పొపులో ఎక్కువ రకాలైన బట్టలు కాస్త తక్కువ ధరకి దొరుకుతాయని జనం నమ్మడం వరకూ ఉద్దేశా కారణమయ్యండచు.

అలాగే ఒక వ్యక్తి తన పనిని గొప్పగా నిర్వహించడానికి అదేపనిలో మరో వ్యక్తి సాయిలవడానికి మధ్య ఎన్నో కారణాలుండవచ్చు.

ఒకటే చదువు చదివి ఒకటే మార్పులతో పొస్తెన ఇద్దరు వ్యక్తులు జీవితంలో ఒకరు ఉన్నత స్థానాన్ని, ఒకరు సాధారణ స్థాయినీ సంపాదించవచ్చు.

సమస్య పరిష్కారం కూడా అంతే. ఒకే సమస్య ఇద్దరికి వచ్చినప్పుడు ఒకరు ఆ సమస్యని సులభంగా పరిష్కరించుకున్ని వుండి వుండవచ్చు. మరొకరు ఆ సుధిగుండంలోనే పడి కొట్టుకుంటూ వుండి వుండవచ్చు.

అదంతా మనిషి యొక్క నిర్వహణా లోపం వల్లే వస్తుంది. గొప్ప గొప్ప వ్యక్తుల్లి గమనించినట్లయితే వారందరూ నిర్వహణాసామర్థ్యం వల్లనే అలాంటి గొప్ప స్థానాన్ని అందుకోగాలిగార్ను విషయం మనకి తెలుస్తుంది. నేను చిత్రపరిశ్రమలోకి ప్రవేశించినప్పుడు నాతోపాటు ప్రవేశించిన ఒక నిర్మాతతో నా తోలి అనుభవం యొప్పటికే నాకు బాగా గుర్తుంది. దాదాపు 10 సంవత్సరాల క్రితం మద్రాసలో ఒక చిన్న గదిలో ఒకటే మంచం వుండటంతో ఎవరు కింద పడుకోవాలి, ఎవరు ఔన పడుకోవాలి అన్న చర్చతో మా స్నేహం ప్రారంభమైంది. కథా చర్చకి కావలసిన టేపరికార్డర్ కూడా అప్పుడు మా దగ్గర లేదు. అటువంటి పరిస్థితుల నుంచి దాదాపు 10 సంవత్సరాలు తీరిగేసిరికల్లా ఆ నిర్మాత కనీసం మూడు కోట్లి అధికతి అయ్యడంటే కేవలం అతనిలో వున్న నిర్వహణా సామర్థ్యమే దానికి కారణం.

మంచి నిర్వహణడి లక్షణాలు :

1. జీవితంలో గొప్ప గొప్ప విజయాల్ని సాధించిన నిర్వహణలందరూ ప్రతి క్షణమూ శ్రమిస్తూ వేరే వ్యాపకాలేవీ లేకుండా బతికేస్తారనీ చాలామందికి ఒక అపోహ శుంటుంది. అది కొంతమంది విషయంలో నిజమే అయినా చాలామంది ప్రముఖుల విషయంలో నిజం కాదు. గొప్ప నిర్వహణడెప్పుడూ శ్రమించడానికి సిద్ధంగానే వుంటాడు కానీ అతడికి పనే లోకం కాదు. మీరు ఏ కంపెనీ తాలూకు ఉన్నతాధికారినన్నా ఉదాహరణకి తీసుకోండి. ఎప్పుడూ తీరిగా స్థాపులలో కలిని ప్రియ్లు కొట్టేవాళ్ళకన్నా ఎక్కువ పనిచేసేవాడే "తీరిక"ని ఎక్కువ అనందించగలడు. మంచి నిర్వహణడికి, ఎప్పుడు రిల్యుక్ అవ్వాలో, ఎలా రిల్యుక్ అవ్వాలో, ఎంత పని వున్న దానిని ఎలా సర్చుబాటు చేసుకోవాలో, ఇంట్లో ఆఫ్సోదంగా ఎలా గడపాలో; (అన్నిటికన్నా ముఖ్యంగా) ఎంతసేపు గడిపి తిరిగి పనిలోకి వెళ్లిపోవాలో 'భచ్చితంగా' తెలుసు! అందుకే అతడు గొప్ప నిర్వహణడవుతాడు.

2. మంచి నిర్వహణడెప్పుడూ తనకిష్టమైన పనినే ఎన్నుకుంటాడు. ఒకవేళ ఆర్టిక ఇబ్బందుల వల్లాగానీ, వేరే ఇతర వత్తిశ్శవల్లాగానీ తన కిష్టమంటేని పనిని ఎన్నుకోవలసి వచ్చినా తొందరలోనే ఆ ఇబ్బందిని అభిగమించి తనకి ఇష్టమున్న వృత్తిని చేపడతాడు. లేదా - చేసున్న పనినే ఆఫ్సోదంగా మార్పుకుంటాడు. ఉదాహరణకి ఒక చిన్న ఆఫీసులో గుమాస్తాగా పనిచేసే ఒక వ్యక్తికి సినిమా రంగం మీద ఉత్సాహం వుంటే రాత్రిట్లు నిర్మాతల్ని, దగ్గరుల్ని కలుసుకుంటూ, వగలంతా ఆఫీసు పనిచేస్తూ కొన్నాట్లు క్షమించుకొని నిజంగా అతనిలో టాలెంట్ వుండి అవకాశం దొరికితే క్రమక్రమంగా ఆ రంగంలో ష్రీరపడి చేసున్న ఉద్యోగాన్ని వదిలిపెడతాడు. అయితే దీనికి అంతలేని పట్టుదల, నిరంతర దీక్ష సహానం వుండాలి. మంచి నిర్వహణడెప్పుడూ యి రకంగా తన కిష్టమైన వృత్తిని చేపట్టడం వల్ల, దాంట్లో ఆధివ్యక్తి సాధించగలిగే అవకాశం, మిగా రంగాల్లోకన్నా ఎక్కువ వుంటుంది.

3. మంచి నిర్వహణడెప్పుడూ ఒక పని చెయువలసి వచ్చినప్పుడు, ఆ పనిని కొనసాగిస్తున్న సమయంలో కాకుండా, పనిచెయుడానికి మూర్ఖాన్ని నిర్మిస్తున్న సమయంలోనే (ప్రారంభానికి ముందే) అందులోని కష్టపూర్వీ కరక్కుగా ఉపాంచగలడు. ఒక్కొక్కసారి ఏదైనా పని చేసున్నప్పుడు కష్టం వ్యాప్తి దాన్ని అభిగమించడం ఆపాధ్యమవచ్చు. అలా కాకుండా పనికి ముందే పెల్లా కష్టాలు రావొచ్చునని ఉపాంచగలిగితే అనుకోని ఆ కష్టం ఒకవేళ వచ్చినా దాని గురించి మనం ముందే సిద్ధపడి వుంటాం కాబట్టి అభిగమించడం సులభమవుతుంది. ఉదాహరణకి వర్షాకాలంలో పెళ్లి ముహూర్తాలు పెట్టువుప్పుడు ఒకవేళ ఆరుబయట పెళ్లితే అత్యవసర పరిస్థితుల్లో దాన్ని లోపలికి ప్రైస్ చేసే ఏర్పాటుని ముందే ఉపాంచి పెట్టువుడం లాంటిదన్నమాట.

4. మంచి నిర్వహకుడు ఒక పనిని పేర్కొగా చేయడం కన్నా సత్తలితం వచ్చేలా చేయడానికి ఎక్కువ క్షపుడుతాడు. ముఖ్యంగా పర్వెక్కగా పనిస్తూర్చేయవలసి రావడానికి, సత్తలితం వచ్చేలాగా పనిచేయడానికి పట్టే కాలంలో ఎక్కువ తేడా వున్నట్లయితే, తప్పనిసరిగా రెండో మార్గానే ఎన్నుకోవాలి. ఒక ఉదాహరణ ద్వారా దీన్ని విశదికరించడానికి ప్రయత్నిస్తాను. “పేమ” అనే నవల ప్రాస్టిన్స్పుడు దాదాపు ఫ్రతి హక్కాన్ని అందంగా చెక్కడానికి ప్రయత్నం చేశాను. ఆ కారణంగా ఆ చిన్న నవల రాయడానికి దాదాపు ఆరు నెలల కాలంపట్టింది. అందులో పాయంటు చాలామంది పారకులకి నచ్చకపోవడం వల్ల అది అనుకున్నంత సత్తలితాన్ని ఇవ్వలేదు. అదే నమయాన్ని “పెసెల్లో ఆడపెట్లో” లాంటి నవలకి వినియోగించి వుంటే ఇంకా బాధుండి వుండేది. వర్ధమాన రచయితలు కూడా తమ మొదటి నవలని “అందంగా” చెక్కడం కోసం చేసే ప్రయత్నంలో కొన్ని సంవత్సరాల కాలాన్ని వినియోగించడం నాకు తెలుసు. అలా కాకుండా అంతిమ పరితాన్ని దృష్టిలో పెట్టుకుని పనిచేస్తే అదేకాలంలో యింకా ఎక్కువ వర్క్, చేయవచ్చు. చేసిందే చేసి దానికి మెరుగులు దిద్దుతూ, త్వర్తి కలిగేవరకూ ఒకే పనిమీద కాలాన్ని వినియోగించడం చాలా కొద్ది విషయాలకే బాధుంటుంది. మంచి నిర్వహకుడైన్నాడు ‘తప్పులు చేయకుండా పని పూర్తి చేయగలను’ అన్న అనవసరమైన ఆత్మవిశ్వాసంతో వుండడు. పలితాన్ని ఇచ్చే పని చేస్తున్నాను’ అన్న ఆత్మవిశ్వాసంలో వుంటాడు. అయితే తప్పులుంచి అనుభవాల్సి పాంది. భవిష్యత్తులో తిరిగి అలా జరక్కుండా మాత్రం చూసుకుంటాడు. మరింత నిపుణత పెంచుకోవటానికి ప్రయత్నిస్తాడు.

5. చాలామంది వ్యక్తులు ఒకేరకమైన comfort zoneలో వుండటాన్ని అభిప్రాయిస్తారు. జీవితం సాఫీగా, భద్రంగా, ఒకిదుకులు లేకుండా సాగిపోవాలనుకుంటారు. అది ఎంత బోర్ కొట్టినా హాళ్ల ఆ వ్యత్యలు నుంచి బయటపడటానికి ఏ ప్రయత్నమూ చేయరు. గావ్రమెంట్ ఉద్యోగం దారికితే చాలు అన్న అభిప్రాయంతో కిట్టి పోపు గురించి ఆలోచించకుండా నిర్మద్యగులుగా వుండిపోయే వారికి ఇది వర్తిస్తుంది. నైన్యంలో ఉద్యోగం లాంటి ఛాలెంజి వున్నా ఉద్యోగమో. ప్రైవేటు వ్యాపారమో మనిషిని మరింత అభివృద్ధి పథంలోకి వెళ్లేలా చేస్తాయి. సాఫీగా జీతం తీసుకుని, సాదాగా జీవితం గడిపేస్తే చాలు అనే మనః ప్రవృత్తికిది వ్యతిరేకం. ఎప్పుడైతే మనిషి మరింత సుఖం కావాలనుకుంటాడో అక్కడ కష్టం కూడా వుంటుంది. కష్టం లేకుండా సుఖం వుంటుంది అనుకోవడం పోరపాటు.

6. మంచి నిర్వహకుడు మారుతున్న పరిస్థితుల్ని ముందే ఊహించగలిగి వుంటాడు. ఆకస్మిక ప్రమాదాలు వచ్చినపుడు తట్టుకొనే గుండె నిబ్బరం కలిగి వుంటాడు. పరిస్థితులకి అనుగుణంగా క్షణాల్లో తనని తాను మార్పుకోగలిగే శక్తి కలిగి వుంటాడు. అంద్రుధైశ్చలో మద్యనిషేధం వస్తునిని తెలియగానే ప్రౌదరాధకి సమిపంలో మహాత్మ సరిహద్దుల్లో ‘లాడ్జీ’ అడ్కెకు తీసుకున్న నా మిత్రుడు మాడు నెలల్లో లక్ష రూపాయలు సంపాదించాడు. (రోడ్స్ట్రూప్క్రూనే ‘బార్ట్ పెట్టి రాత్రి నిద్రపోయే వసతి కష్టమర్గకి కల్పించి)

7. చాలామంది తమలోని శక్తిని తాము తక్కువ అంచనా వేసుకుంటారు. ఆవే తమ సరిహద్దులు అనుకుంటారు. అయితే ఎప్పుడూ ఇది నిజం కాకపోవచ్చు. మన శక్తిని ఒక పరిధిలో బంధించడం అనేది - కేవలం మన పట్ల మనకున్న ఒక మూడుముగైకం మాత్రమే! మెన్నుమొన్నటి వరకూ ఒక మనిషి మైలుదూరాన్ని నాలుగు నిముషాల్లో పరుగెత్తుడం అనేది అసంభవం అని అందరూ భావించారు. కానీ 1954లో రోజర్ బాప్సిస్టర్ ఆనే వ్యక్తి అది సంభవమేనని ప్రత్యుషంగా పరుగెత్తి చూపించాడు. అతడు ఒక్కసారి ఆరికార్డుని అధిగమించిన తరువాత మరో పదిమంది అదే ప్రయత్నాన్ని చేసి సప్లీక్రూతులయ్యారు. అంతవరకూ ఎవర్కి నమ్మకం కుదరలేదనేది చాలా గమ్మత్తయిన ప్రాపుయం కదూ! ఈ విధంగా తన సరిహద్దుల్ని అధిగమించగలిగితేనే మనిషి ‘మనీషి’ కాగలడు.

8. మంచి నిర్వహకుడు తనతో తనే పోటీదారులతో నిమిత్తం లేకుండా, క్రితంసారి చేసిన పనికన్నా ఈసారి చేయబోయే పని మరింత ఉన్నతంగా వుండాలని ఆశిస్తాడు. కష్టపడి నంబర్ ఎంబ్ ప్రాజెక్టులో కొచ్చిన తర్వాత కూడా ... తన రంగంలో రెండో వ్యక్తిగా వున్న మనిషి కన్నా ఎంతో ఎత్తుకి ఎదిపోయిన తర్వాత కూడా ... మంచి నిర్వహకుడు ఇంకా కష్టపడుతూనే వుంటాడు! క్షమి చేస్తున్నే వుంటాడు!! తనకి పోటీ ఎవరూ లేరు కదా అన్న కారణంగా అతడు రిలాక్స్ అవడు. తన పోటీదారుగా తననే ఊహించుకుని ఇంకా ముందుకి వెళ్లడానికి ప్రయత్నిస్తాడు. ఆ విధంగా ఎవరూ చేరుకోలేని శిఖాలని అధిరోహిస్తాడు!

9. మంచి నిర్వహకుడు తనతో తానే ఒక ఒప్పందానికి వస్తుంటాడు. పని చెయబోయే ముందే ఇలాంటి ఒప్పందం తయారైపోయి వుంటుంది. ఎంతో తప్పనిసరి పరిస్థితిలో తప్ప ఈ ఒప్పందాన్ని అతడు ఉల్లంఘించడు. “ఈ పని చేయడానికి ఈ రకమైన గుణాలు కావాలి. ఇంత శక్తి వినియోగించాలి” లాంటి ఒప్పందానికి చొచ్చిన తర్వాత అతడు ఏలైనంతవరకూ ఆ పట్టాలమీదే ప్రయాణం సాగిస్తాడు. విసుగు, ఈర్యు, కోపం మొదలైన వాటిన్నటిని అతడు శత్రువులుగా పరిగణిస్తాడు. ఇలాంటి వాటి వల్ల తన పని, మూడు పాదవుతాయని అతడు ఇచ్చితంగా గ్రహిస్తాడు. “తులసిదశం” రాసిన కొత్తలో ఒక పుత్రిక నిర్వహించిన “ముఖాముథి”కి మేమందరం వెల్లనపుడు కమ్మానిస్తు భావాలున్న ఒక యువకుడు తన ప్రశ్నలతో చాలా విసిగించాడు. ఇలాంటి నవలలు రాయడం కన్నా రాబ్కొండ విశ్వాధాస్మీగారి పెరడులో ఉరేసుకుని చావడం మంచిది కదా అన్న ప్రశ్న నుంచి, వ్యక్తిగత జీవితానికి సంబంధించిన ప్రశ్నల వరకూ దాదాపు అరగంట వేరించాడు. ఒక ప్రైజిలో నేను సహనం కోల్పోయి “నా గురించి అంతగా తెలుసుకోవాలనుకుంటే సభలో ఇంతమంది సమయం వ్యాధిచేయడమైనదు, నన్ను సర్పసంగొ కలుసుకొని అడగచ్చ కదా” అన్నాను. మా హోటల్రూముకొచ్చాక రాత్రి పచుకోబోయేముందు నా పక్కమీద ఒక ఇంగ్లీష్ కోట్టేపు వుంది. “కోపం అందరికినష్టుంది. విజయానికి ఐదు మొట్లు

ఆది చాలా తేలిక. సరియైన వ్యక్తి సమక్కణంలో, సరియైన మౌతాదులో, సరియైన క్రణంలో, సరైన కారణానికి, సరైన పద్ధతిలో కేవం రావడమనేది అందరివల్ల అయ్యెని కాదు. ఆది కేవలం స్థితీప్రజ్ఞలకే సాభ్యమవుతుంది". అది బహుశా హోటల్లో నా రూమేష్టే రాసి వుంటాడు. (అతనూ రచయితే). ఆ తర్వాత నేనా కొబోమ్సి ఎప్పుడూ మరిపోలేదు.

10. మనలో చాలామందికి సాధారణ స్తోయి కన్నా ఎక్కువ తెలివేటలే వుండి ఉండవచ్చు! మంచి నిర్ణయాలని తీసుకోగల చాతుర్యం వుండి వుండవచ్చు!! తీసుకున్న నిర్ణయాల్ని యథాతథంగా ఆమలుజరువగల దైర్యం వుండవచ్చు!!! కానీ ఆ పని పూర్తి చేసుకున్నంతసేపూ అనుకున్నది అనుకున్నట్టుగా (ఒకవేళ అనుకోని ఇఖ్యందులెదురైతే వాటిని అర్దిగమించేటట్టగా) నిర్మించగల సామర్యం వుండదు. అందువల్ల అటువంటి వాట్లు మిగతా వాళ్ళ కన్నా వెనుకబడి వుంటారు. మంచి నిర్వహాకుడైప్పుడూ "సమయాని" కి కమిట్ అవుతుంటాడు. ఒక కుర్రవాడు పరీక్షలు రగ్గర పడుతున్న కొఢి చదువు మీద ఏకాగ్రత నిలిపి ఎక్కువ సమయాన్ని చదువుకోసం ఎలా వినియోగిస్తాడో మనకి తెలుసు కదా! పరీక్ష తేదీ దగ్గర పడుతుందంటే మనకి తెలియకుండానే రివిజన్ మరింత వేగంగా పూర్తి చేయాలనీ, ఆ పని మీద మరింత ఏకాగ్రత నిలపాలనీ అనిస్తున్నటుంది. ఇది కేవలం పరీక్షలకే కాక జీవితంలో చేసే ప్రతి పనికి అన్నయించుకోవాలి! అప్పుడే ఆ పని ఆ సమయంలో పూర్వవడానికి పీలుంటుంది. ప్రతి అదివారం బట్టలు ఉతుక్కుని, గత్తి చేసుకోవాలి అన్న నియమం పెట్టుకుంటే ఆదివారం వచ్చేసరికి మానసికంగా దాని కోసం మనం ప్రిపేర్ ఆయుంటాం. "నిర్వహాలు"కి ఇది ఒక చిన్న ఉదాహరణ మాత్రమే.

\*

\*

\*

ప్రతి పని మనమే చేయాలనీ, మనం చేస్తేనే త్స్ఫ్రె కలుగుతుందనీ అనుకోకూడదు. పీలున్నంతవరకూ అలాంటి పసి చేయడానికి నియమింపబడ్డవారికి ఆ పని అప్పగించడం మంచిది. అలా చేయటం వల్ల మనకి మరింత సమయం మిగులుతుంది. ఉదాహరణకి ఒక డాక్టరు నర్సుకన్నా బాగా బాండేట్ కట్టగలడనుకుండాం. అలా అని చెప్పి అపరేషన్లు చేయడం మానేసి అతడు తాను అపరేషన్ చేసిన ప్రతి రోగికి బాండేట్ కట్టడం మొదలుపెడితే అతడి సమయం సగం దానికి వ్యధా అవుతుంది. ఒక సినిమిటు పెట్టున్నా వంట చేయగలడనుకుండాం. మాటింగ్ మానేసి, భార్యని పెక్కన కూచోబెట్టి ప్రతిరోజు వంట చేయడం మొదలుపెడితే అతడు తర్వాత సినిమా ఛాన్సెల్లు రాక ఏ సినిమా కంపెనీలోనో వంటవాడిగా చేరవలసి రావచ్చు. చెస్తున్న పనిలోయి రిలాక్షెఫ్ కోసం తనకి అభిరుచి వున్న మరో పుచ్చేస్తే తప్పులేదు కాని ప్రతి పని తన. చేయకూడదు అని చెప్పడానికి ఈ ఉదాహరణ. దీనినే ఇంగ్లీషులో డివిజన్ అవ్ లెబ్ల అంటారు.

ఈ పుస్తకంలోకల్లా అతి ముఖ్యమైన అధ్యాయం ఇదే కాబట్టి ఈ 'నిర్వహాలు' గురించి మరింత చర్చిదాం.

యండమూల వీరేంద్రసాధీ

నిర్వహాలో మూడు ముఖ్యంగాలున్నాయి. 1. విలువ, 2. లాభం, 3. పరిశామం.

## 1. విలువ

విలువ అంటే నిబద్ధత. మనం మన చుట్టూ కొంత నిబద్ధత ఏర్పరచుకున్నాం. వీలువలు, సామాజిక విలువలు, మానసిక విలువలు మొదలైనప్పీ గౌరవం వైతిక విలువలు, సామాజిక విలువలు మన నిబద్ధతలు. ఇలాంటి విలువలకి భంగం రాకుండా మనం ఆపాదించుకోవలసిన మన నిబద్ధతలు. ఇర్రాతి ఒంటరిగా ఒక వ్యక్తి రోడ్చు మీద వెళుతుంబే మన పనుల్ని నిర్వహించుకోవాలి. అర్రాతి ఒంటరిగా ఒక వ్యక్తి రోడ్చు మీద వెళుతుంబే మన పనుల్ని నిర్వహించుకోవాలి. కానీ ఆది మనం ఏర్పరచుకున్న వైతిక, సామాజిక విలువలకి భంగం కలిగిస్తుందారు. ద్రోహం చెయ్యం. ఒక్కక్రమారీ ఇంగా విలువలకీ కొంతమంది భంగం కలిగిస్తుంటారు. అందుకే మనం ఆ ఏర్పరచుకున్న వైతిక, సామాజిక విలువలకి భంగం కలిగిస్తుంది. అందుకే మనం ఏర్పరచుకున్న వైతిక వైపుల్లో ఒక్క క్రమారీ ఇంగా విలువలకీ కొంతమంది భంగం కలిగిస్తుంటారు. పెస్వన్ ఆపసుకు వచ్చిన వ్యాధులారీ దగ్గర లంచం పసూలు చేసేవాళ్ళు ఇలాంటివాళ్ళే అని పెస్వన్ ఆపసుకు వచ్చిన వ్యాధులారీ దగ్గర లంచం పసూలు చేసేవాళ్ళు ఇలాంటివాళ్ళే అని మనం ముందే అనుకున్నాం. కాబట్టి మనం ఏదన్నా ఒక పని నిర్వహిస్తున్నప్పుడు మనం మన విలువలని కాపాడుకోవాలి.

## 2. లాభం

ఒక పనిని నిర్వహిస్తున్నప్పుడు మన ఆస్తి కొంత భర్యపుతుంది. అది మానసిక శ్రమ తపచ్చు, శారీరక శ్రమ అవపచ్చు. లేక అర్థికంగా మనం పెట్టే పెట్టుబడ్డి కావచ్చు. ఆ పని వల్ల వచ్చే పలితం మనం పెట్టుబడ్డిగా పెట్టిన శారీరక/మానసిక/అర్థిక భర్యు కన్నా తప్పనిరిగా ఎక్కువ రాబడి అయ్యుండాలి. ఈ రాబడి కూడా కేవలం ఆర్థిక పరమైన రోకపచ్చు కావచ్చు. మానసికానందం కూడా రాబడి కింది లెక్క. మొత్తానికి లాభం (అనందం) వుండాలి.

## 3. పరిశామం

ఒక పని పూర్తి చేసినప్పుడు దానియొక్క పరిశామం మనకికానీ, ఇతరులకి కానీ ఆనందం ఇచ్చేదిగానూ, లాభసాటిగానూ వుండాలి. లేకపోతే ఆ పని నిర్వహించడం అనవసరం, దీనికి ఉదాహరణ చెప్పాలి. నాకు తెలిసిన ఒక అమ్మాయి తాలూకు అత్తరావింట్లో అందరూ భాండసులు, రాత్రి తోమ్మిద్దింటిరకూ ఇంటి పనంతా పూర్తి చేసి, అందరికి కావలసినవి అందించి బాగా అలసిపోయిన తర్వాత కూడా ఆ అమ్మాయి చోల్లనే కూచుంటుంది. కారణం చేప్పే మీరు అశ్చర్యపోతారు. అత్తగారు, మామగారు, మరిచి, బావగారు అందరూ హాలో టీ.వి. చూస్తుంటే తను లోపలికి వెళ్లి తన గదిలో నిద్రపోతే ఎవరు ఏమనుకుంటారో ఆనే భయం! ఎవరికి లాభించని పనియొక్క పరిశామం ఇది, నిర్వహాల అంటే ఆనకట్టలు కట్టడం, పెద్ద పెద్ద వ్యాపారాలు చేయడం కాదు. దైనందిన జీవితంలో మనని మనం నిర్వహించుకోవడం! మీరే చూడండి - పైన చెప్పిన అమ్మాయి ప్రవర్తన ఎంత తర్వార్హితమైన నిర్వహాలో! పరిశామం అంటే ఇదే!

\*

\*

\*

విజయానికి పదు మెట్లు

నిర్వహణ గురించి మరోక విషయం చెప్పి ఈ ప్రకరణాన్ని ముగిస్తాను. ఒక పుని నిర్వహించడంలో ఒక వ్యక్తి మూడు నాలుగు రకాల బాధ్యతలు స్వీకరించవలసి రావచ్చు. అటువంటప్పుడు వేరువేరు దృక్కూలతో పనిచేయవలసి వుంటుంది. దీనికి ఉదాహరణగా సుభావ్ మయ్ గురించి చెప్పాను. ఒక ఇంటర్వ్యూలో సుభావ్ మయ్ అనే ప్రముఖ దర్శకుడు ఈ విధంగా చెప్పాడు. "నేను నిర్వాతని - రచయితని-దర్శకుడిని. దర్శకుడిగా నేను ప్రముఖులైన లోక్కుమార్, రాజీవుమార్లాంటి నటులతో పనిచేశాను. వారి అనుభవం అంతలేదు నా వయసు . అయినా దర్శకుడంటే తండ్రిలాంటివాడు. సెట్ మీదకి వెళ్గానే నేను దర్శకుడి పోదాలో వారిని సాసిస్తాను; లాలిస్తాను. నాక్కావలసింది చెప్పి చేయించుకుంటాను. బయట మాత్రం నా గురువులుగా, వ్యక్తిలో నా తండ్రిగా వారిని చూసుకుంటాను. ఇప్పాటితే నాలో "రచయిత" ఏదేదో ఊహించి ప్రాస్తుంటాడు. అతడి ఆలోచనకి అడ్డుకట్టి వేయలేను. అయితే "దర్శకుడి"గా ఆ రచయిత రాసిందంతా తీయడం అసాధ్యం అని నాకు తెలుసు, ఒకసారి దర్శకుడి పోదాలోకి ప్రవేశించగానే ఏది సాధ్యమో, ఏది అసాధ్యమో నిర్మల్యించుకుని నిర్ద్రిష్టిణ్యంగా ఆ రచయిత రాసింది మారుస్తుంటాను. మళ్ళీ దర్శకుడు ఊహించింది మాట చేయడం ఆర్థికంగా కష్టమైతే వెంటనే "నిర్వాత"గా ఆ నాలోని దర్శకుణ్ణె కంట్రోల్ చేస్తాను".

ఒకే వ్యక్తి మూడు రకాల బాధ్యతలు నిర్వహించడం అంటే ఇదే. మనందరం మనకి తలీకుండానే ఈ విధంగా రకరకాల బాధ్యతలు నిర్వహిస్తుంటాం. అయితే వాటి గురించి సరైన అవగాహన లేకపోతే మనం చేసే పని నూరుకాతం సఫలమవదు. "నిర్వహణ"లో తెలుసుకోవలసింది ఇదే!

## అంకితభావం

మనిషి గుండెను గమనించండి. గర్జస్త శిశువుగా వుండగానే అది తన పని ప్రారంభిస్తుంది. అరవై ఏళ్ళు ... డెబై ఏళ్ళు ... వంద ఏళ్ళు ... అలా నిరంతరం కదుల్చానే వుంటుంది. నిముషానికి డెబై రెండు సార్లు అగకుండా కొట్టుకుంటూనే వుంటుంది. మనిషిలో జీవం నింపటం కోసం - అది తనపని తనుచేసుకుపోతూ వుంటుంది. ఒకా, క్షణాంమాడా విశ్రాంతి తీసుకోదు.

అంకితభావం అంటే అదీ!

తను ఏ పనిలో నిమగ్నమైతే ఆ పనిని మనసా వాచా కర్మణా చేయడం.

అతడికి ముందు కొన్ని కోట్ల మంది మనుషులు ఈ భూమి మీద పుట్టారు. గిట్టారు. అయినా టెన్సింగ్ మాత్రమే తొలిసారిగా ఎవరెన్ట్ ఎలా ఎక్కగిలిగాడు? అంతకుముందు చాలామంది గాలిపటాలెగరేశారు. ఎగురుతున్న పట్లల్చి చూశారు. కానీ రైట్ సోదరులు మాత్రమే విమానాన్ని ఎలా కనుక్కుగిలిగారు?

అంతకుముందు చాలామంది సాటి మనుషుల బాధల్లి కళ్లారా చూశారు. కానీ తీసుక్కే క్రైస్తు, గౌతమబుద్ధుడు లాంటి వాళ్ళు మాత్రమే ప్రవక్తలు ఎందుకయ్యారు? అదే అంకితభావం అంటే!

"చేయాలన్న తపన, చేయగలనన్న నమ్మకం, చేసే కైర్యం, పని పూర్తమ్యేవరకూ క్రుష్ణి .... ." అంకితభావంతో ఇప్పీ ఇమిడిపోయి వుంటాయి. ఇదే అన్నిటికన్నా మయ్యమైనది. మనముక కీలక సిద్ధాంతాన్ని నమ్మినప్పుడు ఆ సిద్ధాంతాన్ని ఆచరణలో పట్టుడానికి చివరి వరకూ దానిని నమ్ముతూనే వుండాలి. 'ఆరంభింపరు నీచ మానవులు' అన్నది అందుకే, గౌతమబుద్ధుడైనా, జీసుక్కే అంటే అయినా అలాగే తమ సిద్ధాంతాన్ని చివరి వరకూ నమ్ముతూ చూశారు. మధ్యలో వదిలిపెట్టలేదు.

జీవితం ఒక రచయిత ఇంట్లో లైబ్రరీ లాంటిది. అన్నీ అతడు స్సంతంగా రాసిన పుస్తకాలే వుండవు. అందులో మిగలావాళ్ళ రాసిన పుస్తకాలే ఎక్కువుంటాయి. వాటి నుంచి ఆస్యాదిస్తూ అతడు తన స్సంత పంథ నిర్మించుకుంటారు. అదే విధంగా మొరట్లో రకరకాల సిద్ధాంతాల పట్ల నమ్మకం వున్నా కూడా పరిణితి వస్తున్న కొద్దీ అతడు ఒక గమ్యం వైపు దూసుకుపోవాలి. ఒకసారి అలాంటి గమ్యం నిర్దిష్టమైన తర్వాత ఇక కావలసింది అంకితభావమే!

మనందరిక్క భగవంతుడు గొప్ప తెలివితెలివీల్చివ్వలేదు. శారీరక దారుధ్యం ఇవ్వలేదు. పైగా కొన్ని బలహీనతలే ఇచ్చాడు. అయితే అంకితభావం అనేది భగవంతుడు ఇచ్చేది కాదు. మనకి మనం నిర్మించుకోవలసింది. "దేవుడా! నువ్వు నన్ను ఎన్ని కష్టాలైనా పెట్టగలవు కానీ నా పెదవుల మీద చిరునవ్వుచెరపలేవు" అన్నట్లు మన అన్ని బలహీనతల్లి జయించగలిగేది అంకితభావం. చాలామంది ఒక పని చేయడానికి తటపటాయిస్తారు. ఆద్యాతం కావాలి అంటారు. విఫలమైతే 'ఇది నా దురద్ధం' అని పాపోతారు. కానీ అంకితభావంతో ఒక పనిచేస్తే అది సఫలమవడానికి 99.9 శాతం చాచ్చు వుంది. మరీ విధివైపరిత్యాగా, ఊహించని విపత్తే ఎదురైతే తప్ప అంకితభావంతో చేసే ఏ పని అనుకూన్నట్లు జరక్కుండా పోదు.

టి.వి.లో విపాపి. సూటికేన్ అద్విర్యయిజ్ఞమేంట్ మీరు చూసే వుంటారు. కల్చి... అంచ్చి... దెర్ కల్చి (విన్సు ... నేడూ ... రేపూ) అన్న ఒక పాట పస్తుంటుంది. మన హిందూ సాంప్రదాయ రితుల్లి లాలిత్యమైన పాటలో మిచితం చేసి, అధనికమైన పస్తుపల్లి అడ్విర్యయిజ్ చేయడమనే బెట్టికొని కనుక్కున్నది ఈ దర్శకుడే. అతడు ప్రస్తుతం రెండు నిముషాల దర్శకత్వానికి అయిదు లక్షలు ప్రతిపాలం తీసుకుంటున్నాడు. ఆ దర్శకుడు ఒకసారి నాతోపాటు ఘట్టిల్లో ప్రయాణం చేస్తూన్నప్పుడు చెప్పాడు. "నేనేమీ గొప్ప తెలివితెలున్న వాళ్ళై కాదు. సాంప్రదాయాన్ని, అధనికత్వాన్ని మిచితం చేస్తుక్కి అపుతుందని ఎందుకో ఓ రోజు అనిపించింది. ఆ ఆలోచన మీద క్రుష్ణి చేశాను. నాకు కష్టముండం తప్ప మరింకే చేతకాదు. నాకన్న తెలివైనవాళ్ళ ఈ రంగంలో

ఎంతోమంది వన్నారని తెలుసు నాకు. అందువల్లే వారితో పోటీ పడాలంటే నాకు కష్టపడటం తప్ప ఇంకేమీ ఆయుధం లేదు”.

ఈ మాట అక్షరాలా నిజం. మన తెలుగు సినిమా రంగంలో ప్రస్తుతం హిరోల్సీ తీసుకుంటే చాలామందికి మొహంలో భావాలు సరిగ్గా పలకవు. అయినా కూడా వారు ఈ రంగాన్ని ఏలుతున్నారంటే కేవలం అది వారి అంకితభావం మాత్రమే. అలాంటి అంకితభావంలేని నటులు తొందరలోనే పేదాట్ అవడం కూడా మనం గమనించవచ్చు.

అంకితభావంతో చేసే చిన్న చిన్న పనులు కూడా గొప్ప సంతృప్తిన్నాయి. ప్రపంచమంతా నిద్రపోతున్నప్పుడు తన గదిలో బంటరిగా కూచుని ఏకాగ్రతతో ఖాసి ఒక గేయాన్ని పూర్తి చేసిన కవి బద్రకంగా వళ్లు విరుచుకోవడంలో వన్న అనందం కేవలం అతడికి మాత్రమే తెలుస్తుంది.

మా తండ్రిగారు ఇల్లు కడుతున్నప్పుడు “ఇది నీ గది” అని చెప్పు ఫ్లేరింగ్‌కి సిటి కట్టిలు వేయటం, గోడలు తడవడంలాంటి పన్న ఆ రోజుల్లో నాతో చేయించారు. ముప్పై సంవత్సరాల తర్వాత కూడా ఇప్పుడు ఆ ఇంటికి వెళ్లే ఆ గదిలో మట్టి వాసన ఇంకా సజీవంగా వున్నట్టే అనిపిస్తుంటుంది నాకు. ఒక పనిని అంకితభావంతో చేయడం వల్ల వచ్చే ఆనందం ఇది. ఇటువంటి ఆనందానికి మరేదీ ప్రత్యామ్యయం (Substitute) కాలేదు.

అంకితభావానికి హానుమంతుణ్ణీ ఉరాహారణగా తీసుకోవాలి. సర్పజ్ఞాని, సర్పలోక సంచారితడూ అయిన సూర్యుడి దగ్గరికి వెళ్లి హానుమంతుడు తనకు చదువు చెప్పుమని అడిగినప్పుడు “నేను ఎప్పుడూ జ్ఞాలిస్తూ పరిభ్రమిస్తూ వుంటాను. నా దగ్గర చదువు ఎలా నేర్చుంటావే?” అని అడిగాడట సూర్యుడు. అప్పుడు హానుమంతుడు ఉదయించే పర్వతం మీద ఒక కాలు, అస్త్రమించే పర్వతం మీద ఒక కాలు పెట్టి శరీరాన్ని వ్యాపింపజేసి సూర్యుడి వేడి ఆ అభండ శరీరాన్ని మాడ్చెస్తుంటే తొణకకుండా చదువు ఆభ్యసించాడట.

అంకితభావం అంటే అదీ!

\*

\*

\*

### బలహీనతలు - ఆయుధాలు : (ఒక ఉదాహరణ)

మనం మూడో మెట్టుగా మనలోని ఆయుధాలని గురించి చర్చించాం. మొదటి మెట్టులో మనం గుర్తించిన బలహీనతలన్నిటినీ జయించడానికి ఈ ఆయుధాలు లోడ్జుడతాయి. ఉదాహరణకి మన బలహీనత “మతిమరుపు” అనుకుండా. దాన్ని వాసనం చేయగల ఆయుధం “నిర్వహణ”. మనం ఏ వస్తువు ఎక్కడ పెట్టామో - ఏ పని చేయాలనుకున్నామో తరచు మర్చిపోతూంటే దానికి కొన్ని మార్గాలున్నాయి. 1. ప్రతి వస్తువున్ని నీర్తిత స్థానంలో వుంచడం; 2. మరుసటి రోజు చేయవలసిన వస్తువ్వీ ఒక కాగితం మీద రాసుకోవడం; 3. కలుసుకోవలసిన వ్యక్తుల గురించి అపాయింట్మేంట్ పుస్తకం

పురిచుకోవడం. ఇంటి నుంచి ఆఫీసుకు వెళ్లున్నప్పుడు మధ్య దారిలో ఒక పుస్తకం ఎవైనా స్టోర్సులుడికి ఇప్పుడపసి వుంటే ఆఫీసుకు తీసుకెళ్లే టిప్పిన్ బాక్స్ రగ్గరే ఆ పుస్తకం పెట్టుకుంటే చివరి క్లాంలో మర్చిపోయే అవకాశం వుండదు. ఇలాంటి చిన్న చిన్న విషయాలన్నీ “నిర్వహణ”లో కొస్తూయి. ఇటువంటి నిర్వహణ జ్ఞాపకశక్తిని పెంచుతుంది. అది మతిమరుపుని పోగొడుతుంది. అదే విధంగా అపోన్ని ఆత్మిమర్ప, భయాన్ని తర్వాం పోగడతాయి. ఇలా మూడో మెట్టులో చర్చించిన ఆయుధాల సాయంతో మొదటిమెట్టులో చర్చించిన బలహీనతల్లి సమూలంగా నాశనం చేసుకుని మనం విజయపథంవైపు దూసుకుపోవచ్చు.

మరో మెట్టు పైకి వెళ్లబోయే ముందు - ఈ ఆధ్యాయంలో చర్చించిన ఆయుధాల్ని అక్షరకుమంలో పున్స్తుమీక్షించుకుండాం.

### ఇండెక్స్

అ : అవకాశం.

అది రాదు. మనమే కల్పించుకోవాలి.

ఆ : ఆశ

అది చావదు. చావాలని మనమూ అనుకోకూడదు. పెరిగినట్టునిపైన్నే మాత్రం కత్తిరిస్తూ వుండాలి.

ఇ : ఇష్టం.

ఇష్టమనే టానిక్ ప్రతిక్లణమూ తాగుతూ వుండకపోతే ‘నిరాసక్తత’ అనే రోగం వస్తుంది.

ఇంపు (కోరిక)

కోరికల్లు చంపుకోమని చెప్పేవారు సగానికి పైగా అవి ఎలా నెరవేర్పుకోవాలో తెలియనివాళ్లు వుంటారు.

ఇంతాగ్రహకత.

మనమీగా పుట్టినందుకు ‘అనందం’ మన ఉత్సాదకత అవ్యాలి.

ఇంపా

పగటిలకన్నా నిశ్చయంగా గొప్పది.

ఇముప్పుత్వం.

అంటే హైగ్యం కాదు. ఆత్మానందం.

ఇంపిక.

మనమే ‘ది చెప్పీ’ అవటానికి - మనం ఎన్నుకునేవి ‘ది చెప్పీ’ అవ్యాలి.

ఇంకాంతం

అంటే ఒంటరితనం కాదు. మనం ఇష్టం పెంచుకోవలసింది.

చిజయానికి ఐదు మెట్టులు

- ఓ : ఐక్యత  
 ఆధారపడటం కన్నా, ఆత్మ విశ్వసం కన్నా గొప్పది. ఇంటర్ డిపెండెన్సీ.  
 ౔ : ఒంటరితనం  
 అంటే ఏకాంతం కాదు. మనం దూరం చేసుకోవలసింది.  
 ౔ : ఛిదార్పు  
 తీసుకునేది కాదు. ఇచ్చేరి.  
 ౔ : దౌన్సుత్యం  
 మనం అవతలివారిలో గుర్తించాల్సింది. అవతలివారు మనలో గుర్తించాలని తాపత్రయపడకుండా వుండాల్సింది.  
 ౦ం : అంకితభావం.  
 అది లేకపోతే ఈ పుస్తకం చదవటం వేస్తు.  
 అః : 'అహ'  
 అని అనుక్షణం అనుకునేలా వుండాలి జీవితం.  
 ్క : కదన కుతూహలం  
 మన బలహీనతల మద్దెలామై మనం ఘోగించాల్సింది.  
 ్గ : గమ్యం  
 నిర్మపంగా వుండి, చేరుకోగానే మారేది. ముందుకు జరిగేది.  
 ్చ : చదువు  
 జీవితాన్ని.  
 ్జ : జడ్డిమెంట్  
 ఇతరుల సమస్యలపట్ల కాకుండా మన సమస్యల పట్ల కావల్సింది.  
 ్ట : టయిమ్ మానేజ్మెంట్  
 'ట' అనే ఆక్షరం గురించి ఏం ఖ్రాయాలా అని తల బ్రద్దులు కొట్టుకోకవేవటమే టయిమ్ మానేజ్మెంట్.  
 ్త : తపన  
 సుఖం కోసం, దబ్బు కోసం, గుర్తింపుకోసం సరైన దార్లు చేసే తపస్సు. తప్ప దార్లు అయితే తమస్సు.  
 ్ర : రదు  
 ఇవ్వవలసింది. పుచ్చుకునేది కాదు.  
 ్న : నవ్వు  
 మొహన్ని, హృదయాన్ని కలిపే హూవుల వంతెన.  
 ్ఫ : పట్టుదల  
 అంకితభావానికి అన్నయ్య. కృష్ణే తమ్ముడు.

- ్బ : బలం  
 కండలోనూ, గుండెలోనూ వుండాల్సింది.  
 ్మ : మరశ్శాంతి  
 దీనికోసమే మిగతావన్ని.  
 ్య : యత్పుం  
 యజ్ఞానికీ, దీనికి - మొదటి ఆక్షరం ఒకటే. దానిబట్టే దీని ప్రాముఖ్యత తెలుస్తోంది కదా.  
 ్ర : రతి  
 జీవితం అందమైన రతి లాంటిది. మొదట్లో కష్టాలనే చెమటలు పోసేనా చివరికి ఆనందమనే భావప్రాప్తిని మిగుల్చుతుంది.  
 ్ల : లవ్  
 విశ్వజీనియమైన ప్రేమ - డిటాచ్మెంట్ నుంచి కలుగుతుంది.  
 ్వ : వయసు  
 వయసంటే కాలం కాదు. అలోచనల్లో యవ్వనాన్ని, అనుభవంలో పరిణితినీ నింపేది.  
 ్శ : శక్తి  
 మనుసులోంచి మెదడులోకి పొకి, శరీరమంతా వ్యాప్తించేది.  
 ్ష : షర్తు  
 అవతలివారితో మనం చేసే స్నేహం వారి షర్తులకు లోబడి వుంటుంది. (కాబట్టి) మనతో స్నేహం మన షర్తులకు లోబడి వుండాలి.  
 ్స : సహానం  
 సహాయివనంలో కావల్సింది.  
 ్హ : హక్కు  
 మనముంచి ఎవరూ బలవంతంగా తీసుకోలేనిది. మనకుంది కదా అని, దాంతో ఎవర్షి బాధపెట్టకూడనిది.