🔔 \*అనగనగా...\* 🔔

ఎప్పుడూ నల్లకోటు లో కనిపించే జడ్జిగారు, ఈరోజు ఆశ్చర్యంగా తెల్ల కోటుతో దర్శనమిచ్చారు.

“సార్ ఈరోజు మీరు డాక్టర్ లాగా ఉన్నారు”

“ ఈ కేసుకు ఇలానే ఉంటే నయమనిపించింది” అని నవ్వుతూ ముందుకు సాగారు జడ్జిగారు.

“వాది ప్రతివాదులను ప్రవేశపెట్టండి” కుర్చీ లో కూర్చుంటూ చెప్పారు జడ్జిగారు.

“అయ్యా నా పేరు రామయ్య. ఇటీవల నా శరీర అవయవాలు నేను చెప్పినట్లు వినటం లేదు.సరిగా పనిచేయడం లేదు. ఏమైనా అందామంటే మొండి కేస్తున్నాయి. వీటి వలన నేను తీవ్ర అనారోగ్యానికి లోనవటమే కాక భరించలేని బాధ అనుభవిస్తున్నాను. అందుకని నేను నా అవయవాల మీద కేసు పెట్టాను” అమాయకంగా చెప్పాడు రామయ్య.

“ దీనికి శరీర అవయవాలు ఏమంటున్నాయి వాటిని ప్రవేశపెట్టండి” జడ్జిగారు ఆదేశించారు.

“ అయ్యా నా పేరు గుండె. శరీర కష్టమంతా నాది. అయినప్పటికిని నేను ఎంత కష్టపడుతున్న రక్తనాళాల్లో కొవ్వు పేరుక పోయి అన్ని అవయవాల మాట అటు ఉంచి, నాకే సరిపడా రక్తాన్ని అందించుకోలేని దుస్థితిలో ఉన్నాను.”

“మరి ఈ విషయం మీ యజమానికి చెప్పావా?”

“చెప్పాను సార్, ఒక్కసారి అలసటగా అనిపించాను. మరోసారి తల తిరుగుతున్నట్లు ఇంకోసారి ఎడమ చేతి వైపు లాగుతున్నట్లు, మరోసారి కొద్దిపాటి చాతినొప్పి, వాంతులు తల నొప్పి ఇలా అన్ని రకాలుగా చెప్పి చూశాను సార్ కాని తను పట్టించుకోలేదు”

“నిజమే నా రామయ్య?”

“నిజమే కానీ అది గుండె నొప్పి అనుకోలేదయ్యా”

“ఓకే, గుండె నువ్వు వెళ్లొచ్చు. తర్వాత ఎవరు?”

“అయ్యా నా పేరు కాలేయం.. శరీరంలో బండ చాకిరీ చేస్తాను. దాదాపు శరీరంలోని 120 పనులు నేనే చేస్తూ ఉంటాను, నన్ను రసాయన కర్మాగారం అని కూడా పిలుస్తారు. అటువంటిది నాకు హెపటైటిస్ వైర స్ సోకితే ఈ రామయ్య కనీసం పట్టించుకోలేదు. నేను ఒకటి కాదు రెండు కాదు దాదాపు పది సంవత్సరాల పోరాడి ఇక చేసేది లేక పనిచేయడం అనుకున్నాను.

“నిజమైనా రామయ్య?”జడ్జ్ గారు అడిగారు

“ అయ్యో నాకు తెలియదు అయ్యా. ఆ విషయం కాలేయం నాకు చెప్పనే లేదు”

“చెప్పాను సార్! ఒకసారి కాదు, వందలసార్లు, కడుపులో ఉబ్బరం కలిగించాను, గ్యాస్ ఉత్పత్తి చేశాను, కోవ్వు పదార్థాలు అరగకుండా చేశాను,కళ్ళు చర్మం మూత్రము అన్నిటినీ పసుపు రంగులోకి మార్చాను. అయినా తన పట్టించుకోలేదు. చివరకు నీరసము తెప్పించాను. బరువు తగ్గించాను. వెంట్రుకలని తెల్లగా మార్చాను. అయినా తన పట్టించుకోలేదు.”

“ జడ్జి గారికి విషయం అర్థమైంది. సరే కాలేయం నువ్వు వెళ్ళవచ్చు తర్వాత?”

“అయ్యా నా పేరు ఊపిరితిత్తులు. నేను ప్రాణాధార అవయవాన్ని అయినప్పటికీ COPD(క్రానిక్ అప్స్టెక్టివ్ పలమరి డిసీస్) ద్వారా ఏడాదికి 3.2 మిలియన్ మరణాలు జరుగుతున్నాయి. దీనితో పాటుగా లోయర్ రెస్పిరేటరీ ఇన్ఫెక్షన్స్ కూడా ఆరోగ్యాన్ని పూర్తిగా హరిస్తున్నాయి. అయినప్పటికిని రామయ్య నన్ను పట్టించుకోలేదు”

“నీ అనారోగ్యం నుంచి రామయ్య కు తెలియ చెప్పావా ?”

“శ్వాస తక్కువగా ఉండటం, దగ్గు, చాతిలో నొప్పి, అలసట, నాలుక పెదాలు నీలి రంగులోకి మారటం ద్వారా చాలాసార్లు చెప్పాను. కానీ తను పట్టించుకోలేదు”

“సరే ఇంకా ఎవరైనా ఉన్నారా?”

“ నా పేరు మెదడు సార్, అన్ని అవయవాలను పట్టించుకోనే నన్నే రామయ్య పట్టించుకోలేదు. తల తిరుగుతుంది అని చెప్పిన, తలనొప్పి అని చెప్పిన, సరిగా నిద్ర లేకపోయినా, దేన్ని లెక్కచేయకుండా నన్ను నా మానాన వదిలేసాడు”వాపోయింది మెదడు.

జడ్జి గారికి విషయం అర్థమైనట్టు సరే అన్నారు.

చివరికి జడ్జిగారు రామయ్య వైపు తిరిగి

“సరే ఇంతకీ ఏమంటావు రామయ్య ?” అన్నారు

“ఇవేమీ నాకు తెలియదయ్యా”

“తెలుసుకోవాలి రామయ్య , మాతృభాష, దేశ భాష, లాగానే దేహానికి ఒక భాష ఉంటుందని మనుషులందరూ తెలుసుకోవాలి. దేహంలోని అవయవాలు ప్రతిసారి మీకు ఏదో ఒకటి చెప్పడానికి ప్రయత్నిస్తూ ఉంటాయని, వాడి గోడును మనం ఆలకించాలని తెలుసుకోవాలి. 40 వయసు వచ్చేవరకు దేహం నువ్వు చెప్పినట్లు వింటుందని, తరువాత దేహం చెప్పినట్లు నువ్వు వినాల్సి ఉంటుందని విషయం మనం గుర్తు ఎరగాలి.”

https://whatsapp.com/channel/0029VaAAuIn1NCrYXdsBqn2B

కొనసాగించారు

“గాయాలు మానకపోతే జింకులోపమని, కండరాల బలహీనతకు పొటాషియం లోపం అని,అలసట కండరాలు పట్టేస్తుంటే మెగ్నీషియం లోపమని, హృదయ స్పందనలోఅసాధారణ కదలిక ఉంటేఅది మాంగనీస్ లోపమని,గోర్లు మెత్తబడటం ఎముకలు గుల్ల బారటం మోకాళ్ళ నొప్పులు ఉంటే అది క్యాల్షియం లోపమని, అలసట, చర్మం తెల్లబడటం, తలనొప్పి ఉంటే అదే రక్తహీనత .. ఐరన్ లోపం అని, ఇది అంతా దేహ భాషలోని అక్షరమాలని అందరికీ తెలిసి ఉండాలి. అన్ని భాషల కంటే దేహభాష మిన్న అన్న నిజం పది మందికి తెలియాలి..”

నా ఈ తీర్పు యొక్క ప్రధాన ఉద్దేశం, అవయవాలను పట్టించుకోని రామయ్య ను శిక్షించడం కాదు. ఆ పని అవయవాలు చేస్తానే ఉన్నాయి. మిగలవారైనా దేహ భాషను నేర్చుకొని అవయవాల అలసటను ఆలకించాలని, దానికోసం ఈ సందేశాన్ని విస్తృతంగా ప్రచారం చేయమని ఆదేశిస్తూ ముగిస్తున్నాను.”

తీర్పు చెప్పిన జడ్జిగారు తిరిగి నల్లకోట్లకి మారి కోర్టు నుంచి బయటకు నడిచారు.

"కణం"ఆరోగ్యంగా ఉంటే "కణజాలాలు" ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి.

"కణజాలాలు" ఆరోగ్యంగా ఉంటే "అవయవాలు" ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి.

అవయవాలు ఆరోగ్యంగా ఉంటే ఈ "దేహం" (Human body)ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది.

🙏🏻🙏🏻🙏🏻🔔🔔🔔🙏🏻🙏🏻🙏🏻