



ತೋರದೆ, ಕುಳಿತವರ ಸೀರೆ-ಒಡವೆಗಳನ್ನು ಅವಲೋಕಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ತಡವಾಗಿ ಎಂಟ್ರಿ ಕೊಟ್ಟ ನಾನು ಈಗಾಗಲೇ ಫಿಲಿಪ್ ಆಗಿದ್ದ ಸೋಫಾಸನಗಳೆಡೆಗೆ ನೋಟ ಹರಿಸಿ ಅಲ್ಲಿ ಹರಡಿ ಹಾಯಾಗಿ ಕುಳಿತವರನ್ನು ಜರುಗಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವೇ ಎಂದು ಕಣ್ಣಲ್ಲೇ ಅಂದಾಜಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಮನೆಯಾಕೆ ನೆಲಕ್ಕೆ ಹಾಸಿದ್ದ ಅಂದವಾದ ಕಾರ್ಪೆಟ್ಟಿನೆಡೆಗೆ ಕೈ ತೋರಿದರು. ಕಾರ್ಪೆಟ್ ಮೇಲೆ ಈಗಾಗಲೇ ಕುಳಿತವರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನವರು ಮಕ್ಕಳು ಇಲ್ಲವೇ ಯುವತಿಯರು. ಗೋಡೆಯಾಸರೆ ದೊರೆಯುವಂತಹ ಕಾರ್ಪೆಟ್ಟಿನ ಸ್ಪೆಷಲ್ ಸೀಟುಗಳೆಲ್ಲಾ ನನ್ನಂತೆ ಪ್ರಾಯ ಸರಿದವರಿಂದ ಭರ್ತಿಯಾಗಿದ್ದವು. ಒರಗುವ ಸೌಕರ್ಯವಿಲ್ಲದ ಮಧ್ಯ ಭಾಗದ ಆಸನಗಳಷ್ಟೇ ಲಭ್ಯವಿದ್ದವು.

ಅಲ್ಲೇ ಪೂಜೆಗೆ ಕಾಯಿ ಒಡೆದುಕೊಡಲೆಂದು ನಿಂತಿದ್ದ ಪಡ್ಡೆಯೊಬ್ಬನ ಮೊಬೈಲಿನಲ್ಲಿ 'ಇಂಡಿಯಾ ಮಂಡಿಯಾ ಹುಡುಗಿಯಾ...' ಗೀತೆ ಕಾಲರ್ ಟ್ಯೂನ್ ಆಗಿ ಉಲಿಯಿತು. ಮಂಡಿಯ ಮಡಚುವ ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿದ್ದ ನಾನೂ ಆ ಹಾಡಿಗೆ ತಲೆದೂಗಿದೆ. ಪುರೋಹಿತರು ಸ್ತೋತ್ರ ಪಠಣ ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಅವರ ಏಕಾಗ್ರತೆಗೆ ಇಂಟರಪ್ಪ ಮಾಡಿದ ಅವನಡೆಗೊಮ್ಮೆ ಕೆಕ್ಕರಿಸಿದರು. ಬೆಚ್ಚಿದ ಅವನು ಮಚ್ಚು ಹಿಡಿದ ಕೈಯಿಂದಲೇ ಮೊಬೈಲಿನ ಬಾಯನ್ನು ತಟ್ಟನೆ ಮುಚ್ಚಿದನು. ಮಡಚಲಾರದೆ ನೋಯುತ್ತಿದ್ದ ಮಂಡಿಯನ್ನು ಹೊತ್ತ ನಾನು ಕಾಕಾಸನ ಮಾಡುವವಳಂತೆ ಅಂಗೈ ಊರಿ ಅತ್ತಿತ್ತ

ಹೊರಳುತ್ತಾ ಅಖಂಡ ಮಿಶ್ರಾಸನದೊಂದಿಗೆ ತಡವರಿಸುತ್ತಲೇ ತಳ ಊರಿದೆ. ಪುರೋಹಿತರಿನ್ನೂ ಹೇಳದೆ ಉಳಿದಿದ್ದ ಕೊನೆಯ ಒಂದೂವರೆ ವ್ರತ ಕತೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದರು. ಗೆಣ್ಣುಗಳ ಬೇನೆ ಉಣ್ಣುತ್ತಲೇ ಕೇಳಲನವಾದೆ. ಸೋಫಾಸಿನ ಮಹಿಳೆಯರು ನನ್ನ ಮುಲುಗಾಸನವನ್ನು ಕಂಡು ಮುಗುಳುನಗೆ ಬೀರುತ್ತಿದ್ದರು.

ಮಹಾಮಂಗಳಾರತಿ ಎಂದ ಕೂಡಲೇ ಎಲ್ಲರೂ ಸರಬರನೆ ಮೇಲೆದ್ದು ಕೈಕಾಲುಗಳ ನೆಟಿಗೆ ತೆಗೆದು ನೆಟ್ಟಗೆ ನಿಂತು ನೆರಿಗೆ ಸರಿಪಡಿಸಿಕೊಂಡರು. ಚಕ್ಕಂಬಕ್ಕಳದೊಂದಿಗೆ ಲಾಕ್ ಆಗಿದ್ದ ನನ್ನ ಚರಣಗಳು ಅನ್‌ಲಾಕ್ ಆಗಲೊಲ್ಲದೆ ಪೆಟ್ಟು ಹಿಡಿದು ಕುಳಿತಿದ್ದವು. ಹೆಂಗಳೆಯರೆಲ್ಲಾ ಮುಂಬಾಗಿ ಮಂಗಳಾರತಿಯ ತಲೆ ಸವರಿ ಕಣ್ಣಿಗೊತ್ತಿಕೊಳ್ಳಲು ಮುಗಿಬೀಳುತ್ತಿದ್ದರೆ ನಾನು ನನ್ನದೇ ತೊಡೆಯಡಿ ಲಾಕ್ ಆಗಿದ್ದ ಪಾದಗಳನ್ನು ಜರುಗಿಸಲು ತಡವರಿಸುತ್ತಿದ್ದೆ. ಅಂಗೈಗೆ ಅಂಟಿದ ಮಂಗಳಾರತಿಯ ಕಪ್ಪನ್ನು ತಲೆಗೆ ಸೀಟಿಕೊಂಡ ಮಹಿಳೆಯೊಬ್ಬರು ನನ್ನ ಪಾದಕೀಳಾಸನ ಕಂಡು ಮರುಗಿ ನನ್ನೆಡೆ ಕೈಚಾಚಿದರು. ಅವರ ಕೈಯಾಸರೆಯೊಂದಿಗೆ ಮೇಲೆದ್ದವಳು ಮಂಗಳಾರತಿ ಮೇಲೆ ಕೈಯಿರಿಸಿ ಕಣ್ಣಿಗೊತ್ತಿಕೊಂಡು ಪುನಃ ಕೂರುವ ಸಾಹಸ ಮಾಡದೆ ಪಂಚಾಮೃತ, ಸಪಾದ ಸಜ್ಜೆಗೆಗೆ ಕೈಯೊಡ್ಡಿ ನೋಯುವ ಮಂಡಿಯೊಡನೆ ಮನೆಯಾಕೆಯ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಕುಂಟುತ್ತಲೇ ಡೈನಿಂಗ್ ಹಾಲಿಗೆ ತೆರಳಿದೆ.

ಹರಿ ಸೇವೆಗೆಂದು ಹೋಗಿ ಏಳಲು ಹರಸಾಹಸ ಪಟ್ಟ ನಂತರ ವರ್ಕ್ ಶಾಪಿಗೆ ತೆರಳುವ ಹಳೆಯ ಗಾಡಿಯಂತೆ ಸೀದಾ ಮೂಳೆ ಹಾಗೂ ಕೀಲು ತಡ್ಡರ ಬಳಿ ಹೋಗಿ ನನ್ನ ಅಳಲು ತೋಡಿಕೊಂಡೆ. ಅವರು ಎಕ್ಸ್ ರೇ ಮಾಡಿ ಎರಡೂ ಕಾಲುಗಳನ್ನು ಎಡಕ್ಕೂ ಬಲಕ್ಕೂ ತಿರುಗಿಸಿ, ಮೇಲೆ ಕೆಳಗೆ ಆಡಿಸಿ 'ಏಜ್ ಫ್ಯಾಕ್ಟರ್' ಎಂದು ತೀರ್ಪಿತ್ತರು. ಎಂಬತ್ತಾದರೂ ಚಕ್ಕಂಬಕ್ಕಳ ಹಾಕಿ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವ ಹಲವು ಹಿರಿಯರು ನಮ್ಮ ಖಾಂದಾನಿನಲ್ಲೇ ಸಾಕಷ್ಟು ಮಂದಿ ಇದ್ದರು. ಅವರಿಗೆ ಅನ್ವಯಿಸದ ಈ ಫ್ಯಾಕ್ಟರ್‌ಗಳೆಲ್ಲಾ ನನಗೇಕೆ ಅಟಕಾಯಿಸಿವೆ ಎನಿಸಿತು. ನಲವತ್ತಕ್ಕೇ ಲಟಪಟ ಸದ್ದಿನೊಂದಿಗೆ ಕುಂಟುವಂತಾದ ನನ್ನ ಸ್ಥಿತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ನನಗೇ ಮರುಕ ಉಂಟಾಯಿತು. ಗೆಣ್ಣುಗಳ ನಡುವೆ ಕುಶನ್‌ನಂತಹ ಫ್ಲುಯಿಡ್ ಇದ್ದು, ಕಾಲುಗಳು ಅತ್ತಿತ್ತ ಆಡುವಾಗ ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ಉಜ್ಜಿ ಸವೆಯದಂತೆ ರಕ್ತಿಸುವುದು. ವಯಸ್ಸು ಮಾಗಿದಂತೆ ಬರಗಾಲದ ಅಂತರ್ಜಲದಂತೆ ಅದೂ ಕ್ಷೀಣಿಸಿ ಮೂಳೆಗಳ ನಡುವೆ ಫಾರ್ಷನ್ ಉಂಟಾಗಿ ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ತಲೆದೋರುವುದೆಂದು ವೈದ್ಯರು ವಿವರಿಸಿದರು. ಕೊರ್... ಕೊಯ್... ಎಂದು ಸದ್ದು ಮಾಡುವ ಬಾಗಿಲು, ಗೇಟುಗಳ ಚಿತ್ರಣ ಮನದಿ ಮೂಡಿತು.

ಮಷೀನುಗಳ ಸಂದಿಗೊಂದಿಗೆ ಮತ್ತುವ ಗ್ರೀಸಿನಂತೆ ನಮ್ಮ ಮೂಳೆಗಳ ನಡುವೆಯೂ ಆ ಫ್ಲುಯಿಡ್ ಫಿಲ್ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೇ ಎಂದು ವೈದ್ಯರ ಬಳಿ ಕೇಳುವ ಬಯಕೆ ಇದ್ದರೂ, ಧೈರ್ಯದ ಕೊರತೆಯಿಂದ ಸೊಲ್ಲು ಹಲ್ಲನ್ನು ದಾಟಿ ಹೊರಬರಲಿಲ್ಲ. ಸೊಪ್ಪು, ಬೆಳೆ ಕಾಳು, ಫೈಬರ್, ಪ್ರೊಟೀನ್, ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಂ ರಿಚ್ ಆಹಾರ, ವ್ಯಾಯಾಮ, ನಡಿಗಳೆಂದ ಸ್ವಲ್ಪ ಸುಧಾರಣೆ ಮಾಡಬಹುದೆಂಬ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿದರು. ವಿಟಮಿನ್ ಡಿ, ಇ ಗಳನ್ನು ಕೆಲ ದಿನಗಳವರೆಗೆ ಸಜೆಸ್ ಮಾಡಿ, ಕೆಲವು ಆಸನಗಳನ್ನು ರೆಗ್ಯುಲರ್ ಆಗಿ ಮಾಡಲು ಸೂಚಿಸಿ, ನೀ ಕ್ಯಾಪ್ ನೀಡಿ, ನನ್ನ ಕೀಲುಗಳ ಕಾಳಜಿಯನ್ನು ನನಗೇ ವಹಿಸಿದರು. 'ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಬಿಗಡಾಯಿಸಿದರೆ ನೀ ರಿಪ್ಲೇಸ್‌ಮೆಂಟ್ ಮಾಡಬೇಕಾಗುವುದು' ಎಂದೂ ಎಚ್ಚರಿಸಿದರು.

ಮರುದಿನದಿಂದ ನಸುಕಿಗೇ ಎದ್ದು ನರುಳುತ್ತಲೇ ಗಾಡಿಯಿಂದಿಳಿದು ನನ್ನ ವ್ಯಾಧಿಯ ಉಪಶಮನಕ್ಕಾಗಿ ಯೋಗ ಮ್ಯಾಟ್ ಮೇಲೆ ಪವಡಿಸಿ ಥಂಡಿಯನ್ನೂ ಲೆಕ್ಕಿಸದೆ ಮಂಡಿಯ ಯೋಗಕ್ಷೇಮಕ್ಕಾಗಿ ಕೈಕಾಲುಗಳ ಎತ್ತಾಸನ, ಮಡಿಸಾಸನ, ತಿರುಚಾಸನಗಳನ್ನು ಶುರು ಮಾಡಿದೆ. ನಾಲಿಗೆ ರುಚಿಯನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸಿ ಮಂಡಿಯ ಹಿತವನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿ ಸಿದ್ಧವಾದ ಮೆನುಗಳು ಮನೆಮಂದಿಯಿಂದ ತಿರಸ್ಕರಿಸಲ್ಪಟ್ಟು ನನಗಷ್ಟೇ ಮೀಸಲಾದವು.

ಈಗ ಎಲ್ಲೇ ಹೊರಟರೂ ನೀ ಕ್ಯಾಪ್ ಧರಿಸಿ, ನೀ ಜಾಯಿಂಟ್ ಅತ್ತಿತ್ತ ಸರಿಯದಂತೆ ಭದ್ರಮಾಡಿಕೊಂಡು, 'ನೀ ಇರಲು ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ... ಬಾಳೆಲ್ಲ ಹಸಿರಾದಂತೆ...' ಎಂದು ಗುನುಗುತ್ತಾ ಕಥೆ ಹಾಕುತ್ತಿರುವೆ.

ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿ: feedback@sudha.co.in