సూర్య స్టైల్ Youth floor

సేదతీర్చే... స్పాట్

హైదరాబాద్‌లోని ఉద్యోగులు, యువత ఒత్తిడిని దూరం చేసుకునేందుకు ఉపశమన మార్గాల్ని అన్వేషిస్తుంటారు. యోగా, ధ్యానం, మసాజ్, స్పా కేంద్రాలను ఆశ్రయిస్తుంటారు. పనితో అలసిపోయి కనీస వ్యాయామానికి దూరమైపోతున్నవారు, అనారోగ్యాన్ని మూట గట్టుకోకుండా ఉండాలంటే ఇవి అవసరమే. పనిఒత్తిడిని పోగొట్టి ఉత్సాహాన్ని ఇవ్వడమే కాకుండా. సౌందర్యాన్ని మెరుగు పరిచే 'స్పా' సేవలు పొందాలంటే చాలా మందికి ఇష్టం. ఈ సేవలు ఖర్చుతో కూడుకున్నది కావున ఆర్తిక సంక్షోభం తాకిడికి గత సంవత్సరం నుంచి స్పా కేంద్రాలకు వెళ్లే వారి సంఖ్య తగ్గిన మాట వాస్తవమే అయినా, ఇప్పుడిప్పుడే వీటిని ఆశ్రయించేవారు క్రమేణా పెరుగుతున్నారు.

స్టోన్ థెరపీ.. మసాజ్‌లో భాగంగా చేపట్టే వాటిలో వివిధ రకాల చికిత్సలున్నాయి. అందులో ముఖ్యంగా స్టోన్ థెరపీ అంటే చాలా మంది ఆసక్తి చూపుతున్నారు. చికిత్సలో భాగంగా మసాజ్ చేయించుకునే వ్యక్తికి నొప్పి అధికంగా ఉండే శరీర భాగాలపై రాళ్లను పెట్టి కొద్ది సేపు రుద్దుతారు. ఈ రాళ్లకు నొప్పి లాగే శక్తి ఉంటుందని కొందరి నమ్మకం. ఈ రాళ్లు ఎక్కువగా సముద్ర తీరాల్లో దొరుకుతాయని.. వీటని పౌర్ణమి రోజు రాత్రి ఆరుబయట పెట్టడం ద్వారా రాళ్లల్లో శక్తి వస్తుందని చెబుతారు. ఈ స్టోన్ థెరపీ వల్ల నొప్పులనుండి ఉపశమనం కలుగుతుంది.

నిరంతరం పనిలో నిమగ్నమైన వారికి, వదలకుండా నీడలా వెంటాడే ఒత్తిడిని దూరం చేసుకునేందుకు ఉపశమన మార్గాల్ని అన్వేషించే వారికి 'స్పా' లు ఆశాకిరణాలుగా మారాయి. ఆరోగ్యానికి, సౌందర్యానికి సంబంధించిన సేవల్ని అందించడంతో నగరంలో వీటికి ఆదరణ రోజురోజుకీ పెరుగుతోంది.

ఆయుర్వేదం మిళితమై... 'స్పా' సంస్కృతి పాశ్చాత్య దేశాల నుంచి దిగుమతైనా... అసలు ఇదంతా భారతీయతత్వంలో ఉందని ఈ రంగంలోని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఆయుర్వేదంలో పేర్కొన్న పలు విధానాలు స్పాలో వినియోగించడమే ఇందుకు నిదర్శనంగా వారు చెప్పారు. "అభ్యాంగ... శిరోధార.. చూర్ణస్వేదన" తదితర సేవల్ని పలుచోట్ల అందిస్తున్నారు. ఇదే సమయంలో పాశ్చాత్య సేవలు సైతం అందుబాటులో ఉన్నాయి. స్వీడిష్... ఆరోమా.. థీమ్ తదితర పేర్లతో సేవల్ని అందిస్తున్నారు. వీటిని గంట మొదలు కొని రెండు గంటల వరకు నిర్వహిస్తారు.

అందంపై మక్కువ... స్పాలకు దూరంగా ఉండే నగర ప్రజలు మారిన జీవన ప్రమాణాలతో పాటు, ఆరోగ్యంపై పెరుగుతున్న స్పృహ... అందంపై రెట్టింపైన మక్కువ వీటికి దగ్గర చేస్తోంది. సౌందర్య సేవల్ని వినియోగించుకోవడానికి మహిళలు బయటకు అడుగుపెట్టడానికి ఎంతో సందేహపడేవారు. ఇంటికే రావాలని కోరేవారు. నెమ్మదిగా మార్పు మొదలైంది. ఇప్పుడు నేరుగా స్పా కేంద్రాలకు రావడమేకాదు. వారికెలాంటి సేవలు అవసరమో, ఆ విషయంపై కూడా అవగాహన వస్తుండడం తాజా పరిణామం. ఈ సేవల్ని అందించే సెంటర్లలో మసాజ్‌తో పాటు... యోగా.. సౌందర్యానికి ప్రాధాన్యం ఇస్తున్నారు.

ఆయుర్వేదానికే ఎక్కువ ఫలితం... ఆయుర్వేదాన్ని కలగలిపి చేసే స్పా సేవలకు ఆరోగ్యపరంగా మంచి ఫలితాలు ఉంటాయని, తరచూ స్పా సేవలను పొందే వారు తెలిపారు. మరో ఆసక్తికరమైన అంశమేమంటే... ఈ కేంద్రాలకు వచ్చే వారిలో ఎక్కువ మంది భారతీయులు పాశ్చాత్య దేశాల స్పా సేవల్ని కోరితే.. విదేశీయుల్లో ఎక్కువమంది ఆయుర్వేదాన్ని ఎంచుకుంటున్నారని తేలింది. ఆయుర్వేదంలో చెక్కబల్లపై మసాజ్ చేస్తే.. ప్రాశ్చాత్య విధానంలో కుషన్‌తో కూడిన టేబుల్ వాడుతారు. అందువల్ల భారతీయులు ఎక్కువమంది ఆయుర్వేదాన్ని ఇష్టపడరు. ఈ రెండిటిలో ఫలితం దేనికి ఎక్కువగా ఉంటుందన్న విషయంపై అవగాహన ఉన్నవారు మాత్రం ఆయుర్వేదాన్ని ఎంచుకుంటున్నారు.

ఒత్తిడి ఎక్కువగా ఉన్నవారే... ఈ సేవల్ని కోరుకునే వారిలో ఎక్కువ మంది 25 సంవత్సరాలు దాటిన వారే ఉన్నారని నిర్వాహకులు తెలిపారు. ఉద్యోగంలోనూ, వ్యాపారంలో పని ఒత్తిడి ఎక్కువగా ఉన్నవారే వీటిని ఆశ్రయిస్తున్నారని వారు పేర్కొన్నారు. అంతే కాకుండా మారిన పని విధానం కూడ అనారోగ్యానికి కారణం అవుతుంది. కంప్యూటర్ ముందు కుర్చీలో ఎక్కువ సేపు గడపడం వల్ల వెన్ను సంబంధిత సమస్యలు నగరవాసుల్లో ఎక్కువగా కనిపిస్తున్నాయి. స్పాలకు వచ్చేవారిలో ఈ రెండు సమస్యలతో సతమతమయ్యే వారే పెద్ద సంఖ్యలో ఉంటున్నారు. పనినుంచి ఉపశమనం కోరుకోవడానికి కొందరు వారాంతరంలో ఒక్కసారయినా స్పా సెంటర్‌కి వస్తుంటామని చెబుతున్నారు.

స్పా అంటే...

మసాజ్‌కి మరో పేరుగా వీటిని వ్యవహరిస్తారు. ఒక క్రమ పద్ధతి లో శరీరంపై ఒత్తిడిని తీసుకురావడం. కొన్ని తైలాలు, మూలికలు, రసాయనాలతో పాటు వేడి నీటితో, ఆవిరితో మానసిక, శారీరక అలసటను పోగొట్టే విధా నం ఇందులో ఉంటుంది. మొదట్లో దీన్ని యుద్ధంలో పోరాడే సైనికులకు వినియోగించేవారని, త్వరగా అలసట నుంచి తేరుకునేందుకు, మరింత ఆరోగ్యంగా, ఉత్సాహంగా ఉండేందుకు ఈ విధానాన్ని వినియోగించేవారని ప్రచారంలో ఉంది. హైదరాబాద్‌లో మొదటగా ఐదు, మూడు నక్షత్రాల హోటళ్లలో స్పా కేంద్రాలను ఏర్పాటుచేశారు. తరువాత వీటి గురించి ప్రజలకు అవగాహన ఏర్పడి, ఆదరణ పెరగడంతో ప్రత్యేకంగా స్పా కేంద్రాలు వెలిశాయి. పరిశుభ్రమైన పరిసరాలు, శ్రావ్యమైన సంగీతం నేటి స్పా స్వరూపాలుగా చెప్పొచ్చు. ఈ సంస్కృతి నగరంలో నాలుగైదేళ్లుగా బాగా పెరిగింది. స్పా కేంద్రాలు పెరిగిన కొద్దీ వినియోగ దారుల్లో కూడా ఒక్కసారిగా ఆసక్తి పెరిగింది. ఒక్కసారి అయినా సేదతీరాలని వినియోగదారులు స్పాలను ఎంచుకుంటున్నారు.

ఇక టీనేజర్స్ అయితే వారి అందచందాలను మరింత మెరుగు పరుగు పరుచుకోవడానికి వీటిపై మొగ్గు చూపుతున్నారు. కార్పొరేట్ సంస్కృతి వ్యాపిస్తున్న నగరాలు, సిటీలలో ఈ స్పా కేంద్రాలకు వెళ్లేవారి సంఖ్య కూడా పెరుగుతూవస్తోంది.

ఆయుర్వేద వైద్యంలో మూలికలను ఉపయోగించి శరీర రుగ్మతలను ఒక క్రమబద్ధమైన ఒత్తిడి ద్వారా పోగొట్టే ప్రక్రియ పాతకాలం నుండే అమలులో ఉండేది. ఇప్పుడు వాటినే స్పా అని పిలుస్తున్నారు.

ప్రత్యేక ప్యాకేజీలు... అనధికార సమాచారం ప్రకారం నగరంలో స్టార్ హోటళ్లలో ఉన్న వాటితో కలిపి యాభైకి పైగా పెద్ద స్పాలు ఉంటే... మధ్యతరహావి ఎనభైకి పైనే ఉన్నాయి. ఆర్థిక మాంద్యం నేపథ్యంలో ఏడాది నుంచి స్పాలకొచ్చే వారి సంఖ్య తగ్గింది. 'పర్యాటకులు, ఉద్యోగ వ్యహారలపై నగరానికి వచ్చే వారి సంఖ్య తగ్గడం కూడా ఒక కారణం. దీంతో స్పా నిర్వాహకులు వ్యయాన్ని తగ్గించి ప్రత్యేక ప్యాకేజీలను ప్రవేశపెట్టారు. ప్రత్యేక ప్యాకేజీల వలన లాభం పొందవచ్చు అనుకున్న వారి ఆలోచన నిజమైంది. ఇప్పుడిప్పుడే స్పా కేంద్రాలను ఆశ్రయించేవారు క్రమేణా పెరుగుతున్నారని నిర్వాహకులు వెల్లడించారు.

మసాజ్ మాటున... అయితే కొన్ని సంస్థలు మసాజ్ సెంటర్ల పేరిట సంఘవ్యతిరేక చర్యలకు పాల్పడుతూ...యువతను పెడత్రోవ పట్టిస్తూ అప్పుడప్పుడు మనకు వార్తలలో కనిపిస్తుంటాయి. అటువంటి సంస్థలపట్ల, వ్యక్తుల పట్ల అప్రమత్తతతో ఉండటం మంచిది. లేనట్లయితే సంఘంలో మనకు ఉన్న పలుకుబడి, పరపతి ఇటువంటి వాటితో పోగొట్టుకునే పరిస్థితి ఏర్పడవచ్చు. అలాంటి సంస్థల ఆచూకీ తెలియగానే దగ్గరలో ఉన్న పోలీస్‌స్టేషన్‌లో ఫిర్యాదు చేయవలసిన అవసరం ఎంతైనా ఉంది. యువత ఈ విషయంలో అప్రమత్తంగా ఉండాలి.

బహుముఖప్రజ్ఞా షాన్

ఇండియన్ ఫిల్మ్, మ్యూజిక్ ఇండస్ట్రీస్‌లో ప్రముఖ మేల్ సింగర్‌గా పేరుతెచ్చుకున్న గాయకుడు షాన్. బెంగాలీ, బాలీవుడ్ హిందీ ఫిల్మ్ సాంగ్స్ ప్లే బ్యాక్ సింగర్‌గా షాన్ నేడు ఎంతో పాపులారిటీ సంపాదించారు. మరోవైపు ఇండిపాప్ సింగర్‌గా యూత్‌ను ఉర్రూతలూగిస్తున్నారు. మ్యూజిక్ రంగంలోకి వచ్చిన తర్వాత తన పేరును శంతనూ ముఖర్జీ నుంచి షాన్‌గా మార్చుకున్న ఇతను దేశంలోని టాప్ సింగర్‌లలో ఒకరు. రెండు సార్లు బెస్ట్ మేల్ ప్లేబ్యాక్ సింగర్‌గా ఫిల్మ్‌ఫేర్ అవార్డును గెల్చుకున్న ప్రతిభావంతుడు ఆయన. మూడు రోజుల క్రితం మాదాపూర్‌లోని నోవాటెల్ హోటల్‌లో జరిగిన ఈవెంట్‌లో షాన్ తన బాలీవుడ్, పాప్ సాంగ్స్‌తో యూత్‌ను ఉర్రూతలూగించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయనతో 'స్టైల్' ప్రతినిధి ముచ్చటించారు.

సింగర్‌గా ఎలా మారారు

మా తల్లిదండ్రులు గాయనీగాయకులు. తండ్రి మనీష్ ముఖర్జీ గాయకుడిగా ఎంతో పేరుతెచ్చుకున్నారు. తనయుడిగా వంశపారంపర్యంగా వచ్చిన గాన మాధుర్యంతో గాయకుడిగా మారాను. చిన్నప్పటినుంచి సంగీత ప్రియుడిని. ఇక సోదరి సాగరిక సైతం గాయనిగా పేరుతెచ్చుకుంది. మేమిద్దరం కలిసి చిన్నప్పటినుంచే యాడ్స్ జింగిల్స్ పాడుతుండేది. . ఆరు సంవత్సరాల వయస్సులోనే ఈ విధంగా పాడడం ప్రారంభించాం. ఇక 2000 సంవత్సరం నుంచి హిందీ సినిమాలకు ప్లే బ్యాక్ సింగర్‌గా పాడుతూ ఉన్నాను.

ప్లేబ్యాక్ సింగింగ్, మ్యూజిక్ ఆల్బమ్స్‌కు పాడి పేరుతెచ్చుకోవడంపై...

హిందీ, బెంగాలీ సినిమాలకు ప్లే బ్యాక్ సింగర్‌గా చాలా పాటలు పాడాను. ఇక కొన్ని మ్యూజిక్ ఆల్బమ్స్‌లో పాడి పేరుతెచ్చుకున్నాను. హిందీ సినిమాల్లో పాడి దేశవ్యాప్తంగా ఉన్న మ్యూజిక్ లవర్స్‌ను అలరించారు. మ్యూజిక్ ఆల్బమ్స్‌లో పాడి యూత్‌ను ఉర్రూతలూగించాను. నేడు మ్యూజిక్ ఆల్బమ్స్ రూపకర్తల అందుబాటులో ఉన్న ఆడియో మిక్సింగ్ టెక్నిక్స్‌తో సింగర్ వాయిస్‌ను మిక్సింగ్ చేస్తున్నారు. దీంతో ఫిల్మ్ సాంగ్స్‌ను పాడుతున్న సింగర్ వాయిస్ మరింత బాగా వినిపిస్తోంది.

రెండు సార్లు బెస్ట్ మేల్ ప్లే బ్యాక్ సింగర్‌గా ఫిల్మ్‌ఫేర్ అవార్డు దక్కించుకోవడంపై...

ఉత్తమ గాయకుడిగా రెండు సార్లు ఫిల్మ్‌ఫేర్ అవార్డు దక్కించుకోవడం జీవితంలో మరచిపోలేని అనుభూతులను మిగిల్చింది. మొదట ఫనా హిందీ సినిమాలో 'చాంద్ సిఫారిష్' పాటకు ఫిల్మ్‌ఫేర్ రాగా, రెండవసారి సావరియా సినిమాలో 'జబ్ సె తేరా నైనా' పాటకు ఫిల్మ్‌ఫేర్ అవార్డు దక్కింది. సావరియా సినిమా దర్శకుడు సంజయ్ లీలా భన్సాలీ జబ్ సె తేరా నైనా పాటకు నన్ను ప్రత్యేకంగా ఎంపికచేశారు. సింగర్ అయిన సంజయ్‌లీలా భన్సాలీ ఈ పాటను ఎలా పాడాలో పాడి నాకు వినిపించారు. ఆయన వినిపించిన బాణీలో నేను ఈ పాటను పాడి సంగీత ప్రియులను మైమరపించాను. దర్శకుడు సంజయ్‌లీలా భన్సాలీతో కలిసి పనిచేయడం ఓ మధురానుభూతి. ఇక ఫనా సినిమాలో చాంద్ సిఫారిష్ పాట సూపర్ హిట్ సాంగ్‌గా నిలిచింది. నేను ఈ పాటను ఎంత మధురంగా పాడానో అంతకంటే బాగా హీరో అమీర్‌ఖాన్ స్క్రీన్‌పై వండర్‌ఫుల్ పర్‌ఫార్మెన్స్‌తో ఆకట్టుకున్నారు.

సినిమాల్లో ఏ హీరోకు మీ వాయిస్ బాగా సూటవుతుంది?

హిందీ సినిమాల్లో పలువురు హీరోలకు పాటలు పాడాను. సైఫ్ అలీఖాన్ వాయిస్‌కు నా వాయిస్ చాలా దగ్గరగా ఉంటుంది. సైఫ్ సైతం ఇది గమనించి మనిద్దరి వాయిస్ ఒకే విధంగా ఉంటుందని చెప్పడం నాకు ఆనందాన్నిచ్చేది. అతని సినిమాల్లో చాలా పాటలు పాడాను.

ఇక అభిషేక్ బచ్చన్‌కు నా వాయిస్ చాలా బాగుంటుందని అంటారు. అభిషేక్ సైతం తన సినిమాల్లో పాటల కోసం సంగీత దర్శకులకు నన్ను రికమెండ్ చేసేవారు.

మీ ఫేవరేట్ సాంగ్

తారే జమీన్ పర్ సినిమాలోని 'దేకో దేకో' పాట నా ఫేవరేట్‌సాంగ్. ఇది పిల్లలకు బాగా నచ్చే పాట. మా పిల్లలు శుద్ద్, సోహమ్‌లు సైతం మ్యూజిక్ లవర్స్. వారికి నేను పాడిన పాటల్లో 'మై హూన్ నా ' పాట బాగా నచ్చింది. సోహమ్ ఈ పాట మొత్తం పాడుతాడు.

మీ పాటల్లో యూత్‌కు నచ్చింది

దిల్ చాహ్తే హై సినిమాలోని వో లడ్కీ హై కహా సూపర్‌హిట్ పాట యూత్‌ను ఉర్రూతలూగించింది. ఇక 'కోయి కహే' పాట సైతం యువతీ,యువకులను అలరించింది. ఇతర గాయకులు పాడిన పాటల్లో మీరు పాడితే బాగుండేదనుకునే పాట తారే జమీన్ పర్ సినిమాల్లో 'మా...' అనే పాట నేను పాడితే బాగుండేది అని అనిపించింది.

స్టేజీ షోలు, ప్లే బ్యాక్ సింగింగ్‌లో ఏది బాగా నచ్చుతుంది.

సంగీతప్రియులు, యూత్‌ను ఉర్రూతలూగిస్తూ పాటలు పాడాలని కోరుకుంటాను.. స్టేజీ షోలు, సినిమాల్లో ప్లే బ్యాక్ సింగింగ్ ఏదైనా సరే మధురంగా పాడి అందర్నీ అలరించాలని కోరుకుంటాను.

ఇండిపాప్ సింగర్‌గా పేరుతెచ్చుకోవడంపై

హిందీ సినిమాల్లో ప్లే బ్యాక్ సింగర్‌గా మంచి పేరుతెచ్చుకోగలిగాను. దాంతో పాటు పలు మ్యూజిక్ ఆల్బమ్స్ ద్వారా నేను ఇండిపాప్ సింగర్‌గా సైతం యూత్‌ను ఉర్రూతలూగిస్తున్నాను. తన్హా దిల్ బిగ్ హిట్ సాధించగా అక్సర్ రీమిక్స్ సరిగా లేక గుర్తింపు పొందలేకపోయింది. ఇక నా సోదరి సాగరికతో కలిసి రూపొందించిన పాప్ సాంగ్స్ మ్యూజిక్ లవర్స్‌ను అలరించాయి.

–ఎస్. అనిల్ కుమార్