ஆரோக்கியமான ரகசியம்

விழிப்புணர்வு இல்லாமல் நீங்கள் தூவும் பல விதைகள் தான் விஷச் செடிகளாக உங்களைச் சுற்றி வளர்ந்து விடுகின்றன. அவற்றைக் கொண்டு வந்து கடவுள் உங்கள் தோட்டத்தில் நட்டு விட்டதாக நினைப்பதில் ஒரு அர்த்தமும் இல்லை. முழுக்கவனத்துடன் உங்கள் வாழ்க்கைப் பாதையை நீங்களே விரும்பி அமைக்கும் திறமை இருந்தும் அதைப் பயன் படுத்திக் கொள்ளாமல் இருப்பது உங்கள் தவறாகும். உங்கள் உடலின் மீது ஆளுமை கொண்டவராக நீங்கள் இருப்பீர்களானால், வாழ்க்கையின் 20 சதவீத விதி உங்கள் கைக்கு வந்து விடும். மனதை ஆளப்பழகிக் கொண்டால் அறுபது சதவீத விதியை நிர்ணயிக்க முடியும். உயிர்ச்சக்தியை கட்டுக்குள் கொண்டு வந்து விட்டால் விதியை இயக்குபவரே நீங்கள் தான்.

குரங்கு ஒன்று துர்நாற்றம் தரும் பொருளை தொட்டு, தன் அறியாமையினால் உடம்பில் பூசிக் கொண்டது. அதனால் அந்த துர்நாற்றத்தை தாங்கிக் கொள்ள இயலவில்லை. அந்த இடத்தை விட்டு மணம் வீசும் பூந்தோட்டத்திற்குச் சென்றது. ஆனால், துர்நாற்றம் மட்டும் விடாமல் துரத்தியது. அது செய்வதறியாது திகைத்தது. குரங்கினைப் போல நாமும் வேண்டாத குணங்களாகிய கோபம், பொறாமை, சந்தேகம் போன்ற பல தவறான குணங்களுக்கு இடம் கொடுப்பதால் வேதனைகளிலிருந்து விடுபட முடியாமல் உள்ளோம். இது நீங்கள் அறிய வேண்டிய ஆரோக்கியமான ரகசியம்.

-ஜக்கி வாசுதேவ்