



**ജസ്റ്റിൻ തോമസ്**

ടെയ്നർ ആൻഡ് കൗൺസലർ,  
എൻ. എൽ. പി മാസ്റ്റർ പ്രാക്ടീഷണർ,  
പാലാ

# കണ്ണും കാതും

## തുറന്നുവയ്ക്കുക

കണ്ടും കേട്ടും രുചിച്ചും അനുഭവിച്ചും മണത്തും നാം കാര്യങ്ങൾ ഗ്രഹിക്കുന്നു. പക്ഷേ, നമ്മുടെ പഞ്ചേന്ദ്രിയങ്ങളുടെ ശക്തിയെ നാം പരമാവധി പ്രയോജനപ്പെടുത്താറുണ്ടോ?

**എ**ൻ.എൽ.പിയുടെ അടിസ്ഥാന തത്വങ്ങൾ അറിഞ്ഞിരിക്കുക പ്രധാനം തന്നെ. ഓരോ അടിസ്ഥാന തത്വങ്ങളും അതിൽ തന്നെ വ്യക്തിയേയും വ്യക്തികളെയും മാറ്റി മറിക്കുവാൻ പര്യാപ്തം തന്നെ.

### 1. പഞ്ചേന്ദ്രിയങ്ങളെ ബലവത്താക്കുക

മനുഷ്യൻ പഞ്ചേന്ദ്രിയങ്ങളിലൂടെ കാര്യങ്ങൾ ഗ്രഹിക്കുന്നു. പഞ്ചേന്ദ്രിയങ്ങളെ ബലവത്താക്കി

യാൽ നാം ഗ്രഹിക്കുന്ന എല്ലാ കാര്യങ്ങളും സാധിക്കും. പഞ്ചേന്ദ്രിയങ്ങൾ സ്വീകരിക്കുന്ന വസ്തുതകൾ തലച്ചോറ് വസ്തുനിഷ്ഠാപരമായി വിലയിരുത്തി വ്യക്തിയുടെ ഭാഗമാക്കി മാറ്റുന്നു. കണ്ടും കേട്ടും രുചിച്ചും അനുഭവിച്ചും മണത്തും നാം കാര്യങ്ങൾ ഗ്രഹിക്കുന്നു. പക്ഷേ, നമ്മുടെ പഞ്ചേന്ദ്രിയങ്ങളുടെ ശക്തിയെ നാം പരമാവധി പ്രയോജനപ്പെടുത്താറുണ്ടോ? കണ്ണടച്ച് സ്വസ്ഥമായി നമ്മുടെ കാതുകളെ സജ്ജമാക്കിയാൽ നാം ഇതുവ

രെ കേൾക്കാത്ത എത്രയോ ശബ്ദങ്ങൾ നമ്മുടെ കർണപുടങ്ങളിൽ പ്രതിധ്വനിക്കും. മനോഹരമായ റോസാപ്പൂവിലേക്ക് ശ്രദ്ധയോടെ കണ്ണുകളുറപ്പിച്ചാൽ കാണാത്ത എത്രയോ കാര്യങ്ങൾ കാണാനാവും. ഈ പ്രപഞ്ചത്തിൽ എവിടെയും ഒളിഞ്ഞ് കിടക്കുന്ന അനേകം വസ്തുതകളുടെ കാര്യത്തിലും സത്യം ഇതുതന്നെ.

### 2. ഭൂപടം ഒരു ഭൂപ്രദേശമല്ല ഭക്ഷണ പദാർഥങ്ങളെക്കുറിച്ച്

