



From Guruji's desk....



Dear Alpha Siddha,
Writing to you with love and blessings.
At last summer is over. The rain showers have brought much needed relief from the sun. And once again it is a pleasant climate in most places.

We completed our Rishikesh yatra this year in the first week of June. It was indeed a wonderful experience for all of us. This time we could really enjoy our daily dip in the Ganges behind the Ashram as the river was in full flow. Standing in the Ganges and bowing to the rising sun is an experience which is beyond explanation. Those five days just flew by. The memories are still lingering though.

Very often I come across Alpha Siddhas who have attended our classes but still find it difficult to make meditation a daily practice. Why should we meditate everyday?

First of all, it is like charging our cell phones. We charge our phones atleast once a day so that they can work throughout the day. We live amidst Universal energy. But we do not receive this energy all the time. It is only when we are in a meditative state that this energy enters us. It is just like charging the cell phone. If we spend half an hour in meditation, the rest of the day will be much better. I am sure you are aware of the difference between the day that begins with meditation and the day that begins without meditation.

Meditation helps us to get in touch with ourselves. Throughout the day we wear different masks. The roles we play at home and the roles that we are forced to play outside may be totally different. Hence, we wear

different masks to suit the roles that we play. It is only when we are in meditation that we do not have to wear any mask. We can be with ourselves. We can acknowledge our true self only when we are in meditation. We can realize our true feelings also only when we are in meditation.

Many times people tell me it is very difficult to meditate because it is only when we meditate that all the problems in life come to our mind. Well, that is the beauty of that state! Whatever is uppermost in our mind comes to the surface when we are in meditation. That is why we learn all the techniques in level 1 itself so that we can handle whatever comes to our mind. Use the techniques. Find solutions in meditation. Once you start doing this, meditation becomes more enjoyable and meaningful.

Very often I come across Alpha Siddhas who are so engrossed in a situation or problem in life that they fail to realize that we have so many tools in Alpha!

First learn to enjoy meditation. Then start using the techniques and create what you want in life. Regular meditation is the best training we can give to the mind. A mind which knows peace is very powerful. The peace that you feel in meditation every day cleanses you and purifies you until an alchemy takes place within you turning you into pure gold!

Learning to meditate is a blessing. But only practicing brings you bliss!
Let your meditations continue and empower you to create the life that you want!

Blessings,

Srimatha



Rishikesh Yatra – 2016 with Guruji



Alpha Music Therapy!

Alpha Music Therapy now available on a pendrive or in a downloadable version! This is a one hour therapy with music customized for a person. It creates the required change in a person's mind at a subconscious level. It helps you to get rid of unwanted thought patterns, bad habits etc. To place your order, contact our AMP Office.

Ph: +919841272146, +914423760007, .amp@alphamindpower.net

என் அன்பிற்குரிய ஆல்ஃபா சித்தரே,

அன்புடன் ஆசீர்வாதங்களுடன் எழுதுகிறேன்.

ஒரு வழியாக வெய்யில் காலம் முடிந்தது. மழை பெய்து நமக்கு மிகவும் தேவையான குளிர்ச்சியை தந்து விட்டது. பல இடங்களில் இதமான சூழல் நிலவுகிறது.

நமது இவ்வருட ரிஷிகேஷ யாத்திரை ஜூன் முதல் வாரத்தில் முடிந்தது. அனைவருக்குமே மிகவும் சிறப்பான அனுபவமாக இருந்தது. ஆசிரமத்தின் பின்னால் இருந்த கங்கையில் வெள்ளம் கரைபுரண்டு ஓடியதால் கங்கை குளியல் மிகவும் அற்புதமாக இருந்தது. கங்கையில் நின்றபடி காலையில் எழும் சூரியனை வணங்குவது வார்த்தைகளால் வர்ணிக்க முடியாத ஒரு அனுபவம். அந்த ஐந்து நாட்கள் எப்படி போனதென்றே தெரியவில்லை. அந்த நினைவுகள் இன்னும் தென்றலாக மனதை வருடிக்கொண்டிருக்கின்றன.

நமது வகுப்புகளில் கலந்து கொண்ட பிறகும் தியானம் செய்வதை அன்றாட வழக்கமாக கொள்ளாத ஆல்ஃபா சித்தர்களை அடிக்கடி சந்தித்து வருகிறேன். நாம் ஏன் தினமும் தியானம் செய்ய வேண்டும்?

முதல் காரணம் அது நமது செல் போன்களை சார்ஜ் செய்வது போலத்தான். நாம் நமது போன்களை ஒரு நாளைக்கு ஒரு முறையேனும் சார்ஜ் செய்து கொள்கிறோம். அப்பொழுது தான் நாள் முழுவதும் அது செயல்பட முடியும். நாம் பிரபஞ்ச சக்திக்கு நடுவே தான் வாழ்கிறோம். ஆனால் எப்பொழுதும் அதை நாம் நமக்குள் உணர்வதில்லை. தியான நிலையில் இருக்கும் பொழுது மட்டும் தான் இந்த சக்தியை நாம் உணர முடியும். இது செல் போனை சார்ஜ் செய்வது போலத்தான். ஒரு நாளில் அரைமணி நேரம் தியானத்தில் இருந்தோமானால் அந்த நாளின் மற்ற நேரம் முழுவதும் சிறப்பாக இருக்கும். தியானம் செய்து துவங்கும் நாளுக்கும்தியானம் செய்யாமல் துவங்கும் நாளுக்கும்தியானம் செய்து வித்தியாசத்தை நீங்கள் நிச்சயம் உணர்ந்திருப்பீர்கள்.

தியானம் என்பது நம்மை நம்முடன் பரிச்சயப்படுத்துகிறது. நாள் முழுவதும் நாம் பல விதமான முகமூடிகளை அணிகிறோம். நாம் வீட்டில் இருக்கும் விதமும் வெளியில் நடந்து கொள்ளும் விதமும் மிகவும் வேறுபட்டதாக இருக்கலாம். அங்கங்கு தேவைக்கேற்ப நடந்து கொள்கிறோம். இது பல முகமூடிகளை அணிவது போலத்தான். தியானம் செய்யும் பொழுது மட்டும் தான் நாம் எந்த முகமூடியும்

இன்றி இருக்கிறோம். நாம் நாமாக இருக்கிறோம். தியானம் செய்யும் பொழுது மட்டுமே நமது உண்மையான உணர்வுகளை நம்மால் உணர முடிகிறது.

பலர் என்னிடம் சொல்வதுண்டு தியானம் செய்யும் பொழுது தான் பல பிரச்சினைகள் நினைவில் தோன்றுகின்றன. அதனால் தியானமே செய்ய முடிவதில்லை என்று. அது தானே அந்த நிலையின் மகிமை! நம் மனதில் எது மிகவும் முக்கியத்துவம் வாய்ந்ததாக இருக்கிறதோ அதுவே அந்த நிலையில் மனதில் மேலெழும்புகிறது. அதனால் முதல் கட்டத்திலேயே பல வழிமுறைகளை நாம் கற்று கொள்கிறோம். அவற்றையெல்லாம் பயன்படுத்துங்கள். தியானத்தில் உங்கள் பிரச்சினைகளுக்கு தீர்வு காணுங்கள். அதன் பிறகு தியானம் என்பது இனிமையான அனுபவமாக மட்டுமின்றி அர்த்தமுள்ளதாகவும் மாறி விடும்.

பல ஆல்ஃபா சித்தர்களை பார்த்திருக்கிறேன். வாழ்வின் பிரச்சினைகளில் முற்றிலும் மூழ்கி விடுகிறார்கள். ஆல்ஃபாவில் நம்மிடம் எத்தனையோ தீர்வுகள் இருக்கின்றன என்பதையே மறந்து விடுகிறார்கள் முதலில் தியானத்தை ரசித்து அனுபவிக்க பழகங்கள். பிறகு ஆல்ஃபா வழிமுறைகளை பயன்படுத்துங்கள். உங்களுக்கு தேவையான வாழ்க்கையை உருவாக்குங்கள். தினசரி தியானம் என்பது நம் மனதுக்கு நாம் கொடுக்க கூடிய மிக சிறந்த பயிற்சியாகும். அமைதியை உணரும் மனம் சக்தி வாய்ந்த மனமாகும். தியானத்தில் உணரும் அமைதி உங்களை அன்றாடம் தூய்மை படுத்தும். மெல்ல உங்களுக்குள் ஒரு ரசவாதம் நடந்து உங்களை தூய தங்கமாக மாற்றி விடும்.

தியானம் தெரிந்து கொள்வது ஒரு வரம். ஆனால் அதை பழகுவது தான் ஆனந்தம்! உங்கள் தியானங்கள் சிறக்கட்டும்! நீங்கள் விரும்பும் வாழ்வை ஏற்படுத்தி தரட்டும்!

ஆசீர்வாதங்கள்,

ஸ்ரீமாதா



ஆல்ஃபா மியூசிக் தெரபி!

ஆல்ஃபா மியூசிக் தெரபி இப்பொழுது பென் டிரைவ் மற்றும் பதிவிரக்கம் செய்யும் வகையிலும் கிடைக்கிறது! ஒரு மணி நேரம் ஓடும் இந்த இசை ஒருவருடைய தேவைக்காக பிரத்யேகமாக தயாரிக்கப்படுகிறது. தேவையான மாற்றத்தை ஒருவருடைய ஆழ்மனதில் உருவாக்குகிறது. தேவையற்ற எண்ணங்கள் பழக்கங்களிலிருந்து விடுதலை கிடைக்கிறது. உங்கள் தேவைக்கு AMP அலுவலகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளுங்கள்.

போன்: +919841272146, +914423760007, amp@alphamindpower.net



Guruji with Alpha Siddhas at Agnikundam workshop in Chennai



*Guruji with Alpha Siddhas at
Amrut Siddhi workshop in Bangalore*



Ganga Pooja by Guruji at Rishikesh

Dear Alpha Siddhas I would like to share an Alpha Experience I had. My son is doing Corporate MBA in Loyola college. He had to submit project report for the last semester. The respective Professor was a very tough person and it is very difficult to get his approval for the project. But with firm faith on AMP I was passing colors on him especially white colour. Really, to our amazement my son's project got approved without any remarks. My sincere thanks to our guruji.

Nirmala - Coimbatore

Dear Siddhas, Self healing is a miraculous meditation. I got relief from my cold and running nose in just 15 mins after i did self healing. Now i really feel very happy and grateful to Guruji for teaching us this simple techniques. Tons and tons of Thanks to Guruji.

Rhino - Trichy

I Want to share an interesting Alpha Experience. My sister's son has a weak memory with regard to academics. Every year he somehow scraped through his exams. He is very intelligent in every other way. But whatever he learnt he could not reproduce in his exam paper. He would forget. This year he had to give his 12th Std board exams. My sister made him practice Alpha Meditation. It was a miracle! He said he could recall all that he learnt while writing the papers. His results further confirmed that he was right. Alpha meditation helped once again. Thank u alpha! Thank you Guruji!

Sujata Balotia, Mumbai

எனக்கு ஆல்.பா தியானத்தின் மூலம் கிடைத்த அனுபவத்தை பகிர்ந்துகொள்ள விரும்புகிறேன். என் மகன் லயோலா கல்லூரியில் எம்.பீ.ஏ வகுப்பில் படித்துக்கொண்டிருக்கிறான். கடந்த மாதம் நடந்த தேர்விற்கான ப்ராஜெக்ட் ரிபோர்ட் சமர்ப்பிக்க வேண்டியிருந்தது. குறிப்பிட்ட அந்த பேராசிரியர் மிகவும் கராரான நபர். அவரிடம் அங்கீகாரம் வாங்குவது மிகவும் கடினம். ஆல்.பா தியானத்தின் மூலம் அவருக்கு நிறங்கள் செலுத்தினேன், அதிலும் முக்கியமாக வெள்ளை நிறம் செலுத்தினேன். என்ன ஆச்சர்யம்! என் மகனின் ப்ராஜெக்ட் எந்த வித குற்றச்சாட்டும் இல்லாமல் அங்கீகாரம் வழங்கப்பட்டது. குருஜிக்கு என்னுடைய பணிவான நன்றி!

நிர்மலா- கோவை

நோய் தீர்ப்பதில் ஆல்.பா தியானம் ஒரு மிகச் சிறந்த ஆயுதம் தான். என்ன வியப்பு! நான் சளித் தொல்லையால் மிகவும் அவதிப்பட்டுக் கொண்டிருந்தேன். ஆல்.பா நோய் தீர்க்கும் தியானம் செய்த 15 நிமிடத்திலேயே எனக்கு மிகச் சிறந்த நிவாரணம் கிடைத்துவிட்டது. இந்த எளிமையான வழிமுறைகளை நமக்கு கற்றுத் தந்த குருஜி அவர்களுக்கு கோடானு கோடி நன்றி!

ரைனா - திருச்சி

ஆல்.பாவின் மூலம் எனக்கு ஏற்பட்ட அனுபவத்தை பகிர்கிறேன். என் சகோதரியின் மகனுக்கு ஞாபக சக்தி குறைவு. அவன் 12ம் வகுப்பு படித்துக் கொண்டிருக்கிறான். ஒவ்வொரு வருடமும் அவன் எப்படியாவது தேர்வுகளில் தேர்ச்சி பெற்றுவிடுவான். மற்ற எல்லா விதத்திலும் அவன் மிகவும் புத்திசாலி. ஆனால் படிப்பதை அவனால் தேர்வில் சரியாக எழுதமுடியாமல் மறந்து விடுவான். இந்த ஆண்டு 12ம் வகுப்பு என்பதால் அவனை என் சகோதரி ஆல்.பா தியானம் பயிற்சி பெற செய்தார். என்ன ஆச்சர்யம்! அவனால் இப்பொழுது படித்த அனைத்தையும் நினைவில் கொண்டு தேர்வை நன்றாக எழுதமுடியும் என்று கூறினான். அவனுடைய தேர்வின் முடிவு இதை நிரூபிப்பதாக இருந்தது. ஆல்.பா தியானத்தின் மூலம் தான் இது நிறைவேறியது. ஆல்.பாவிற்கும், குருஜிக்கும் நன்றி!

சுஜாதா பலோட்டியா - மும்பை

Guruji's TV programs are telecast in these channels. Don't miss them!



MAKKAL TV

Saturdays, 9:00 AM



POTHIGAI TV

Mondays, 1:30 PM

வாதிக்கை POTHIGAI

Recordings of the programs can be viewed at our website www.alphamindpower.net

**AMP is on Facebook & WhatsApp!
Connect with us to receive latest updates on upcoming events, useful articles, & share alpha experiences with fellow alpha siddhas. Not connected yet? Reach out to us now +917358595493 to get connected**



AMP பேஸ்புக் மற்றும் வாட்ஸ்அப் குரூப்புகள் உருவாக்கப் பட்டிருக்கின்றன. இதன் மூலம் சுலபமாக நாம் தொடர்பு கொள்ளவும் முக்கியமான செய்திகளை பகிரவும் முடியும். நீங்கள் ஏதேனும் குரூப்பில் இல்லாவிட்டால், உங்கள் மொபைல் நம்பரிலிருந்து +917358595493 என்ற நம்பருக்கு ஒரு வாட்ஸ்அப் செய்தி அனுப்பினால் நீங்கள் வாட்ஸ்அப் குரூப்பில் இணைக்கப்படுவீர்கள்

Face book link: <https://www.facebook.com/groups/alphamindpower/>



Upcoming classes' schedule

NOTE: Please call & register with AMP office before attending any of the workshops

CITY	WORKSHOP	DATE	DAY	TIME	VENUE
Delhi (English)	Level – 1 Level – 2 Level – 3 Psychic Energy	09/07/16 10/07/16 11/07/16 12/07/16	Sat Sun Mon Tue	9am to 5pm 9am to 5pm 9am to 5pm 9am to 5pm	The Legend Inn E-4 East of Kailash, New Delhi-110065
Chennai (Tamil)	Level – 2 Level – 3 Mantras Level – 1	21/07/16 22/07/16 23/07/16 24/07/16	Thu Fri Sat Sun	9am to 5pm 9am to 5pm 9am to 5pm 9am to 5pm	Hotel Residency Towers, Pondy Bazaar Road, T.Nagar, Chennai
Salem (Tamil)	Level – 2 Level – 3 Amrut Siddhi Level – 1	28/07/16 29/07/16 30/07/16 31/07/16	Thu Fri Sat Sun	9am to 5pm 9am to 5pm 9am to 5pm 9am to 5pm	Hotel Grand Estancia, Bangalore Bypass Road, Salem
Madurai (Tamil)	Level – 2 Level – 3 Amrut Siddhi Level – 1	11/08/16 12/08/16 13/08/16 14/08/16	Thu Fri Sat Sun	9am to 5pm 9am to 5pm 9am to 5pm 9am to 5pm	Hotel Poppys, Near Meenakshi Mission Hospital, Mattuthavani – Airport Ring Road, Madurai
Chennai (English)	Level – 2 Level – 1	27/08/16 28/08/16	Sat Sun	9am to 5pm 9am to 5pm	Hotel Residency Towers, Pondy Bazaar Road, T.Nagar, Chennai
Coimbatore (Tamil)	Level – 2 Level – 3 Agnikundam Level – 1	01/09/16 02/09/16 03/09/16 04/09/16	Thu Fri Sat Sun	9am to 5pm 9am to 5pm 9am to 5pm 9am to 5pm	Hotel Grand Regent, 708, Avinashi Road, Coimbatore

Printed & Published for



**ALPHA™
MINDPOWER**
"Power of the Subconscious Mind"

Dr. Vijayalakshmi Panthaiyan
ALPHA MIND POWER
No.4, Abusali Street, Saligramam,
Chennai - 600093. INDIA
Phone: 044-23760007
Mobile: 9841402000, 9841696664
E-Mail: amp@alphamindpower.net
Website: www.alphamindpower.net

PRINTED MATERIAL

