ALPHA MIND POWER

NEWSLETTER

MARCH 2019

From Guruji's desk....

My Dear Alpha Siddha,

Writing to you with love and blessings.

Examination stress is in the air. Many houses are all tensed up due to their children appearing for board exams. It is important for us to understand how to handle this stress and make it easier for both the parents and the children.

Nowadays, we see a number of videos being circulated where someone says examinations and marks are not that important in life. It sounds good and is realistic too. However, when a child is preparing for an exam it is important to motivate the child to do his best and not pull him back with such inputs. There is nothing wrong in working a bit hard and getting good marks in an examination. It will only boost the morale of the child and improve the confidence level.

Very often I come across people who have studied some course and finally landed up doing something great in life which is totally in another line of interest. However, I always feel any education never goes waste. Whatever we learn or do in school and college prepares us for what we will be facing later in life.

I remember one lady saying this very beautifully. She said, 'Today, if I can make the best curd at home, even better than my mother in law, it is only because of the chemistry that I studied in college'. Well, that goes to say, how education helps us in every walk of life, directly or indirectly.

Having said that, let me also say, each child has his own level of performance. It is important that parents understand this and push the child only to the extent that he can bear without getting stressed. This cannot be generalized. It depends on the individual Some need a little prodding to bring out the best in them. Again, there are other children who would go into a shell if pushed too much. Parents have to be sensitive and understand this difference.

In the last couple of months, I have counseled many students who are to appear for the 10th exams now. Parents bring them because they are not doing as well as they should be doing. In every case I found that it was not that the student could not study. There was something else which was bothering the student and disturbing his concentration. When that problem was set right, the child could study easily. Hence, parents should also ensure that when a child is facing board exams the situation at home is stable and the atmosphere congenial for the child to be relaxed and study.

What the parents should do: Shower colors on your child, talk to his subconscious mind and tell him he can do his best, motivate him to work hard. Then visualize in Alpha that he has come out with flying colors. During the time of the examination, keep showering colors on the child for the 3 hours continuously. That is enough to keep the child calm and make him do his best.

What the student should do: When you sit down to study, shower all the colors on yourself. Let the colors keep flowing on you as long as you are studying. Use Alpha mudra and give a command to your subconscious mind to absorb whatever you are studying. Then start studying.

Before writing the exam, shower all the colors on yourself. Let the colors keep flowing on you as long as you are writing the exam. Use Alpha mudra and give a command to your subconscious mind to help you to write clearly whatever you have studied. Then start writing.

Wishing all the students the very best for the exams. And wishing all parents peace of mind.

Blessings,

Srimatha

ONLINE CLASS THROUGH MOBILE APP!

ALPHA MIND POWER mobile App!

Online level 1 class by Guruji is now available in the App in English and Tamil.

Download the app and register. You can purchase the online class or any other AMP meditations or products through this App.

KAILASH YATRA WITH GURUJI!

We are happy to announce that our next Kailash Yatra is scheduled from 08.06.2019 to 15.06.2019

For further details, please call AMP office.
Ph: 9841272146, 9841402000

அன்புள்ள ஆல்ஃபா சித்தரே,

அன்புடன், ஆசியுடன் இதை எழுதுகிறேன்.

பரீட்சை பற்றிய கவலை எங்கும் பரவி இருக்கிறது. பல வீடுகளில் குழந்தைகள் பொதுத் தேர்வை சந்திப்பதால் கவலை குடி கொண்டிருக்கிறது. இந்த கவலையை எப்படி கையாள்வது என்பதை புரிந்துகொண்டு பெற்றோரும் மாணவர்களும் இந்த சூழ்நிலையில் ஏற்படும் பதற்றத்தை குறைப்பது மிகவும் அவசியமாகும்.

சமீப காலங்களில் பரீட்சையும் மார்க்கும் வாழ்க்கையில் வெற்றி பெறுவதற்கு அந்த அளவுக்கு முக்கியம் இல்லை என்று சொல்லும் வீடியோக்கள் பல வலம் வருகின்றன. கேட்பதற்கு நன்றாகவும் யதார்த்தமாகவும் இருக்கிறது. ஆனால் ஒரு குழந்தை பரீட்சைக்குப் படித்துக் கொண்டிருக்கும் பொழுது அதை ஊக்குவிக்க வேண்டுமே தவிர இது போன்ற தகவல்களை சொல்லி பின் தங்கவிட கூடாது. கொஞ்சம் சிரமம் எடுத்து படித்து நல்ல மார்க் வாங்குவதில் எந்த தவறும் இல்லையே? அது அந்த குழந்தையின் மனதிற்கு தெம்பளித்து தன்னம்பிக்கையை வளர்க்கும்.

படித்தது ஒன்று ஆனால் வாழ்க்கையில் சாதித்தது வேறு என்ற நிலையில் பலரை நான் சந்தித்து இருக்கிறேன். ஆனால் எந்த ஒரு படிப்பும் வீண் போவதில்லை. பள்ளி மற்றும் கல்லூரியில் நாம் படிப்பதோ செய்வதோ வாழ்க்கையில் பின்னர் நாம் சந்திக்க இருக்கும் பல விஷயங்களுக்கு நம்மை தயார்படுத்தும்.

ஒரு பெண் இதை மிக அழகாக சொன்னது நினைவுக்கு வருகிறது. "இன்று என் மாமியாரை காட்டிலும் சிறப்பாக என்னால் வீட்டில் தயிர் தொய்க்க முடிகிறது என்றால் அதற்கு ஒரு காரணம் கல்லூரியில் நான் படித்த கெமிஸ்ட்ரி தான்". இதிலேயே நாம் புரிந்து கொள்ளலாம் படிப்பு என்பது நேரடியாகவோ மறைமுகமாகவோ நிச்சயம் நம் வாழ்வில் உதவும்.

இங்கு இன்னொன்றையும் நான் சொல்ல வேண்டும். ஒவ்வொரு குழந்தைக்கும் அதற்கென்று ஒரு வரையரை இருக்கும். இதை பெற்றோர் புரிந்து கொண்டு அந்த குழந்தையால் எந்த அளவுக்குச் சுலபமாக ஏற்றுக்கொள்ள முடியுமோ அந்த அளவுக்குத் தான் அழுத்தம் கொடுக்க வேண்டும். இது ஒவ்வொரு குழந்தைக்கும் மாறுபடும். பொதுவாகச் சொல்லி விட முடியாது. சிலர் கொஞ்சம் வற்புறுத்தினால் தான் சிறப்பாக படிப்பார்கள். அதே சமயம் அதிகமாக எதுவும் சொன்னால் மனம் இறுகிப் போகும் குழந்தைகளும் உண்டு. பெற்றோர் தான் இந்த வித்தியாசத்தை புரிந்து நடந்து கொள்ள வேண்டும்

கடந்த சில மாதங்களில் இப்பொழுது 10-ம் வகுப்பு பரீட்சை எழுதப்போகும் பல மாணவர்களை சந்தித்தேன். அவர்கள் சரியாக படிக்கவில்லை என்று பெற்றோர் ஆலோசனைக்காக அழைத்து வந்திருந்தார்கள். ஒவ்வொரு குழந்தை விஷயத்திலும் நான் பார்த்தது அந்த குழந்தைக்கு படிப்பு ஏறாமல் இல்லை. வேறு ஏதோ ஒன்று மனதை பாதித்த காரணத்தால் படிக்க முடியாமல் இருந்தது. அந்த பிரச்சினையை சரி செய்த பின் அந்த குழந்தையால் நன்கு படிக்க முடிந்தது. அதனால் ஒரு குழந்தை பொது தேர்வு எழுதத் தயாராகும் பொழுது பெற்றோர் வீட்டின் நிலைமையை ஸ்திரமாக வைத்திருக்க வேண்டும். அந்த குழந்தை படிப்பதற்கு ஏதுவான சூழ்நிலையை உருவாக்கித் தர வேண்டும்.

பெற்றோர் செய்ய வேண்டியது: உங்கள் குழந்தையின் மீது நிறங்கள் பொழியவும். அவரது ஆழ்மனதுடன் பேசவும். உன்னால் சிறப்பாகச் செய்ய முடியும், நன்றாக படி என்று சொல்லவும். அவர் சிறப்பான மார்க் வாங்கி வெற்றி பெற்றதுபோல ஆல்ஃபாவில் காணவும். பரீட்சை நடக்கும் பொழுது அந்த 3 மணி நேரமும் முடிந்த பொழுதெல்லாம் அந்த குழந்தையின் மீது நிறங்களை பொழிந்து கொண்டே இருக்கவும். அதுவே அந்தக் குழந்தை அமைதியாக இருந்து சிறப்பாக பரீட்சை எழுத உதவும்.

மாணவர் செய்ய வேண்டியது: படிக்க உட்காரும் பொழுது எல்லா நிறங்களையும் உங்கள் மீது பொழியச் செய்யுங்கள். நீங்கள் படிக்கும் வரை அந்த நிறங்கள் உங்கள் மீது பொழிந்து கொண்டே இருக்கட்டும். ஆல்ஃபா முத்திரை வைத்து நீங்கள் படிப்பதை உள்வாங்கும் படி உங்கள் ஆழ் மனதிற்கு கட்டளை இடவும். பிறகு படிக்க துவங்கவும்.

பரீட்சை எழுதும் முன்னர்: எல்லா நிறங்களையும் உங்கள் மீது பொழியச் செய்யுங்கள். நீங்கள் பரீட்சை எழுதி முடிக்கும் வரை அந்த நிறங்கள் பொழிந்து கொண்டே இருக்கட்டும். நீங்கள் படித்ததை நினைவு கூர்ந்து சரியானபடி எழுத உதவும்படி உங்கள் ஆழ்மனதிற்கு கட்டளை இடவும். பிறகு எழுதத் துவங்கவும்.

மாணவர்கள் அனைவருக்கும் பரீட்சயை சிறப்பாக எழுத எனது வாழ்த்துக்கள். பெற்றோர் மன அமைதியுடன் இருக்க வாழ்த்துக்கள்.

ஆசீர்வாதங்கள்,

ஸ்ரீமாதா

குருஜியுடன் கைலாஷ் யாத்திரை!

நமது அடுத்த கைலாஷ் யாத்திரை கீழ்கண்ட தேதிகளில் இருக்கும் என்பதை மகிழ்ச்சியுடன் தெரிவித்துக் கொள்கிறோம்.

08.06.2019 முதல் 15.06.2019 வரை

மேலும் விவரங்களுக்கு AMP அலுவலகத்தை தொடர்புகொள்ளவும்.

போன்: 9841272146, 9841402000

மொபைல் ஆப் மூலம் ஆன்லைன் வகுப்பு!

ஆல்ஃபா மைண்ட் பவர் மொபைல் ஆப்!

குருஜியின் முதல் நிலை வகுப்பு ஆன்லைனில் இந்த ஆப்பில் ஆங்கிலத்திலும் தமிழிலும் இப்பொழுது கிடைக்கும்.

ஆப்பை பதிவிறக்கம் செய்து பதிவு செய்துகொள்ளவும். ஆன்லைன் வகுப்பு மற்றும் AMP தியானங்களும் இதர பொருட்களும் இந்த ஆப் மூலம் பெற்றுக்கொள்ளலாம்.

I am a working woman. Managing my time between the house work and office work was becoming almost impossible. My energy level was always down and health problems were cropping up every now and then. I attended **Sanjeevani** and started listening to the meditation every night. After a few weeks I am surprised to find myself getting up in the morning with very good energy. My health is actually very good these days. I can see myself smiling often. All credit to Srimatha and Alpha!

Janaki

நான் வேலைக்குப் போகும் பெண். வீட்டு வேலைகளையும் பார்த்துக் கொண்டு அலுவலகத்துக்கும் போய் வருவதில் எனது நேரத்தை பகிர்வது உள்ளபடியே முடியவில்லை. எனது சக்தி மிகவும் குறைவாகவே இருந்தது. உடல் நிலையும் அடிக்கடி தொந்திரவு கொடுத்தது. **சஞ்சீவனி** வகுப்பில் கலந்து கொண்டேன். அந்த தியானத்தை தினமும் இரவில் கேட்டு வந்தேன். சில வாரங்கள் கழித்து அதிசயத்துடன் பார்க்கிறேன். காலையில் நல்ல தெம்புடன் எழுகிறேன். எனது ஆரோக்கியமும் இப்பொழுது நன்றாக இருக்கிறது. என் முகத்தில் அடிக்கடி புன்சிரிப்பு தவழ்கிறது. எல்லா புகழும் ஸ்ரீமாதாவுக்கும் ஆல்ஃபாவுக்குமே உரித்தாகும்.

ஜானகி

Tons of gratitude to Srimatha **Anubandham** class was totally an out of the world experience. Absolutely new feeling of self introspection, surrender and self analysis. Nobody accepts one's faults, but Srimatha has given us an amazing tool, just surrender to the cosmos, for it works wonders. I'm sure everyone will feel the greatest of problems melt away like ice and your mind be as light as a feather without much stress. Totally astounded by the way Srimatha carefully crafts each of it(cosmic communication, inner child, anubandham) just at the right proportion and drives the message carefully into our minds. But unlike other classes, anubandham was Just bang on. Crores of thanks to Srimatha.

Srividya Selvaraj

ஸ்ரீமாதாவிற்கு கோடானு கோடி நமஸ்காரங்கள். **அனுபந்தம்** வகுப்பு முற்றிலும் ஒரு கிடைத்தற்கரிய அனுபவமாகும். தன்னை உணர்தல், தன்னிடமுள்ள தவறுகளை உணர்தல் மற்றும் தன் தவறை உணர்ந்து மற்றவர்களிடம் பணிதல் போன்றவற்றை புரிந்துக்கொள்ள உதவியது. எவருமே தான் செய்த தப்பை ஒப்புக்கொள்ளமாட்டார்கள். ஆனால் இந்த வகுப்பின் மூலம் ஸ்ரீமாதா அவர்கள் இவை அனைத்தும் நடக்கும் என்ற அற்புதத்தை நிகழ்த்தியுள்ளார். இந்த பயிற்சியின் மூலம் எந்த ஒரு சங்கடமிருந்தாலும் அவை அனைத்தும் பனி போல் உருகி மனதை ஒரு சிறகு போல் லேசாக வைக்க உதவும். ஸ்ரீமாதா அவர்கள் ஒவ்வொரு தியானத்தையும் (பிரபஞ்சத்துடன் உரையாடல், எனக்குள் குழந்தை, அனுபந்தம்) சிறப்பான முறையில் நம் அனைவருக்கும் நலம் கொடுக்கும் விதத்தில் வடிவமைத்துள்ளார். மற்ற அனைத்து வகுப்புகளை விட அனுபந்தம் ஒரு மிகச் சிறந்த வகுப்பாகும். நன்றிகள் கோடி.

ஸ்ரீவித்யா செல்வராஜ்

I have completed upto level 5. All my desires are getting fulfilled. But my daughter is married for 8 years and still she had not conceived. I attended **Srividya** class and started chanting Bala Mantra and Sowbaghya Panchadasi Mantra given in the class by Guruji. What a miracle! Within two months I got the information from my dauthter that she has conceived. Million thanks to Alpha and Guruji for making this miracle happen!

Selvi

நான் ஆல்ஃபா தியானத்தில் 5 கட்டங்கள் வரை முடித்துள்ளேன். என்னுடைய அனைத்து இலட்சியங்களும் மிகச் சிறப்பாக நிறைவேறின. ஆனால் என் மகளுக்கு திருமணமாகி 8 வருடங்களாகியும் குழந்தை பேறு இல்லாமல் இருந்தது. நான் **ஸ்ரீவித்யா** வகுப்பில் கலந்துகொண்டேன். வகுப்பில் குருஜி கொடுத்த பாலா மந்திரமும் சௌபாக்கியபஞ்சதசி மந்திரமும் தொடர்ந்து சொல்லிவந்தேன். என்ன ஆச்சர்யம்! அடுத்த இரண்டு மாதத்திற்குள்ளேயே என் மகள் கர்ப்பமாக இருப்பதாக அவளிடமிருந்து எனக்கு செய்தி கிடைத்தது. இந்த அற்புதத்தை நிகழச் செய்த ஆல்ஃபாவிற்கும், குருஜிக்கும் நன்றி!

செல்வி

For the past 2 years I have been with breathing problems. I could not take any fruits. I had tried many treatments. I heard about Alpha meditation and attend upto 3 levels. My health started improving. Then I attended **Amrut Siddhi** class. I started practicing that meditation regularly. I was quite surprised! Now I have no problem whatsoever in breathing! I am able to eat all food items. Thanks Alpha! Thanks Guruji!

Anbarasan

எனக்கு 2 வருடங்களாகவே மூச்சு விடுவதில் பிரச்சினை இருந்துவந்தது. எந்த பழங்கள் சாப்பிட்டாலும் எனக்கு ஒத்துக்கொள்வதேயில்லை. நானும் எவ்வளவோ வைத்தியம் செய்துவிட்டேன். ஆல்ஃபா தியானத்தைப் பற்றி கேள்விப்பட்டு சக்ரா தியானம் வரை முடித்தேன். உடல்நிலை ஓரளவிற்கு குணமடையத் துவங்கியது. பிறகு **அம்ருத சித்தி** வகுப்பில் கலந்துகொண்டேன். அந்த தியானத்தை தொடர்ந்து பயிற்சி செய்துவந்தேன். என்ன வியப்பு! இப்பொழுது எனக்கு மூச்சுவிடுவதில் எந்த சிரமமுமில்லை. இப்பொழுது எல்லா உணவு வகைகளும் என்னால் சாப்பிடமுடிகிறது. ஆல்ஃபாவிற்கும், குருஜிக்கும் நன்றி!

அன்பரசன்

On this auspicious day of vara mahalakshmi pooja, I feel immensely delighted to share this happiness. Recently I attended **Aishwaryam** class in Chennai. Today after we finished the pooja, my husband announced this glad news. He has been appreciated by his superiors for his exceedingly tremendous performance last year. He has been awarded a cash incentive of Rs.1.25 lakhs too. I never expected this and I thank the Divine, Srimatha and the Universe.

Shashikala

எனது சந்தோஷத்தை பகிர்ந்து கொள்ள விரும்புகிறேன். சென்னையில் **ஐஸ்வர்யம்** வகுப்பில் கலந்து கொண்டேன். இன்று பூஜை முடிந்தவுடன் எனது கணவர் ஒரு நல்ல செய்தியை சொன்னார். அவரது திறமைக்கு மேலதிகாரிகளிடம் இருந்து பாராட்டும் பணமாக 1.25 இலட்சமும் கிடைத்தது. நான் இதை எதிர்ப்பார்க்கவே இல்லை. தெய்வத்திற்கும், பிரபஞ்சத்திற்கும் ஸ்ரீமாதாவிற்கும் எனது நன்றி.

சசிகலா

Guruji with Alpha Siddhas at
Anubandham Class at Trichy on 03.02.2019

Guruji with Alpha Siddhas at
Srividya Class at Mumbai on 23.02.2019

ANNOUNCEMENT

'KELAI MANAME'
GURUJI'S PROGRAM ON POTHIGAI TV !
7.15 am Monday to Friday
You can also watch from mobile app **'DD POTHIGAI LIVE'**

அறிவிப்பு

'கேளாய் மனமே'

பொதிகை டிவியில் குருஜியின் நிகழ்ச்சி!

காலை 7.15 மணிக்கு திங்கள் முதல் வெள்ளி வரை
மொபைல் ஆப் **'DD POTHIGAI LIVE'** மூலமும் காணலாம்.

ALPHA MIND POWER - MOBILE APP

Download the app and register. You can make advance payment for class through mobile app **ALPHA MIND POWER**

ஆல்ஃபா மைண்ட் பவர் - மொபைல் ஆப்

ALPHA MIND POWER மொபைல் ஆப் மூலமாக வகுப்பிற்கு முன் பணம் செலுத்தலாம்.

WORKSHOP SHEDULE

CITY	WORKSHOP	DATE	DAY	TIME	VENUE
Chennai (Tamil)	**SANJEEVANI** **ANUBANDHAM**	02/03/2019 03/03/2019	Sat Sun	9am to 5pm 9am to 5pm	Hotel Residency Towers, Pondy Bazaar, T. Nagar, Chennai.
Coimbatore (Tamil)	**AMRUT SIDDHI** **AISHWARYAM**	09/03/2019 10/03/2019	Sat Sun	9am to 5pm 9am to 5pm	Hotel Grand Regent, 708, Avinashi Rd, Coimbatore.
Bangalore (English)	**SRIVIDYA** **SANJEEVANI**	16/03/2019 17/03/2019	Sat Sun	9am to 5pm 9am to 5pm	The Fern Citadel, #41,Sheshadri Road, Anand Rao Circle, Bengaluru -560 009.
Chennai (Tamil)	**SPIRITUAL COUNSELING** **SPIRITUAL COUNSELING**	30/03/2019 31/03/2019	Sat Sun	9am to 5pm 9am to 5pm	Hotel Residency Towers, Pondy Bazaar, T.Nagar, Chennai
Madurai (Tamil)	**SRIVIDYA** **ANUBANDHAM**	06/04/2019 07/04/2019	Sat Sun	9am to 5pm 9am to 5pm	Hotel GRT Regency 38, Madakulam Rd,Palanganatham, Madurai.
Chennai (Tamil)	**SRIVIDYA** **AISHWARYAM**	18/05/2019 19/05/2019	Sat Sun	9am to 5pm 9am to 5pm	Hotel Residency Towers, Pondy Bazaar, T. Nagar, Chennai.
KAILASH YATRA WITH GURUJI		**08.06.2019 To 15.06.2019**		**KAILASH, MANASAROVAR**	

Printed & Published for

ALPHA MIND POWER™

Srimatha 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