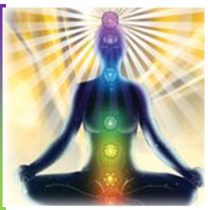
ALPHA MIND POWER

NEWSLETTER



APRIL 2019

From Guruji's desk….

My Dear Alpha Siddha,

Writing this letter with love and blessings. I am sure you are very happy with your meditations.

In a recent counseling session, I met a person who was around 35 years old. He was holding a good position in a concern. He was married and had 2 children. Wife was a very understanding person. Everything seemed to be quite good in his life. But there was a lot of tension on his face.

He said he was always very angry. He was trying to control his anger, but it was very difficult. He wanted to be more peaceful. He had tried to meditate but could not reach that state of mind. He had not attended our classes.

I tried to understand a little more about his life to find out the cause for his anger. After a lot of probing, it slowly came out.

He could not go to college for his studies as his family's financial situation was bad. He started working at a very young age. Later, he had done his degree by correspondence. Today, he is in a very good position with ample income. Everything was good in life. But one thought that was nagging him was that he could not go to college for his higher education.

This kept running in his mind throughout his life. This made him lose confidence in many situations. His anger was stemming from there. Now, the root cause was clear. I gave him Alpha Music Therapy and other suggestions which helped him to come out of this thought pattern.

The reason I am writing about this here is that I want you to examine your own life. There could be something that you wanted in life. Perhaps circumstances did not allow it to happen. There could be something which was holding you back. Unknowingly, such emotions find a very deep place in the mind and become the cause of negative thoughts and behavior. They may even prevent you from enjoying deep meditations.

If you ask the right question in meditation, the truth will come out. Once you know what is bothering you, it is easier to dissolve it in your mind, to erase that pain completely. If you cannot do it in your meditation, you can do it with Alpha Music Therapy. It has proved to be very beneficial to many in the past few years.

The mind is very powerful and you already know it. But it can function powerfully only if it is clear. Cleansing the mind of negative thoughts and emotions is a very important step to enjoy blissful meditations.

You can also listen to 'Negative Emotions Removal' meditation.

Let your mind always be clear. Let your meditation sessions be blissful!

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,

இந்த கடிதத்தை அன்புடன் ஆசீர்வாதங்களுடன் எழுதுகிறேன். உங்களது தியானங்களினால் மகிழ்ச்சியுடன் இருக்கிறீர்கள் என நம்புகிறேன்.

சமீபத்தில் ஒரு கவுன்சிலிங் சமயத்தில், 35 வயதான ஒருவரை சந்தித்தேன். ஒரு நல்ல நிறுவனத்தில் சிறப்பான பணியில் இருந்தார். திருமணமாகி 2 குழந்தைகள் இருந்தனர். மனைவி மிகவும் பக்குவமானவர். அவரது வாழ்க்கையில் எல்லாமே சரியாக இருப்பது போல தோன்றியது. ஆனால் அவரது முகத்தில் மிகுந்த இறுக்கம் தெரிந்தது.

தான் எப்பொழுதும் கோபமாக இருப்பதாக சொன்னார். தனது கோபத்தை அடக்க முயன்றிருக்கிறார். ஆனால் அது மிகவும் கடினமாக இருந்தது. மனநிம்மதியுடன் இருக்க விரும்புவதாக கூறினார். தியானம் செய்ய முயற்சி செய்திருக்கிறார். ஆனால் முடியவில்லை. நமது வகுப்புகளில் அவர் கலந்து கொண்டதில்லை.

அவரது வாழ்க்கையை புரிந்து கொள்ள நான் முயற்சித்தேன். கோபத்திற்கு காரணத்தை அறிய முயன்றேன். வெகு நேரத்திற்குப் பிறகு அது மெல்ல தெரிய வந்தது.

குடும்பத்தின் வறுமை காரணமாக அவரால் கல்லூரியில் படிக்க முடியவில்லை. மிக இளைய வயதிலேயே வேலைக்கு செல்லத் துவங்கி விட்டார். பின்னர் தபால் மூலம் கற்று பட்டப் படிப்பை முடித்து விட்டார். இன்று மிக நல்ல பதவியில் போதிய அளவு சம்பாதியத்துடன் இருக்கிறார். வாழ்க்கையில் எல்லாமே நன்றாகத்தான் இருந்தது. ஆனால் அவர் மனதில் அரித்துக் கொண்டிருந்து ஒரு எண்ணம் மேற்படிப்புக்கு தான் கல்லூரிக்கு போக முடியவில்லையே என்பது தான்.

இது வாழ்நாள் முழுவதும் அவர் மனதில் ஓடிக் கொண்டே இருந்தது. இதனால் அவர் பல சூழ்நிலைகளில் தன்னம்பிக்கையை இழந்து நின்றிருக்கிறார். அவரது கோபத்திற்கு அது தான் மூல காரணம் என்பது இப்பொழுது தெரிந்தது. அவருக்கு ஆல்ஃபா மியுசிக் தெரபி மற்றும் சில யோசனைகள் கொடுத்து அந்த எண்ணத்திலிருந்து விடுபட உதவினேன்.

இதைப் பற்றி இங்கு நான் எழுதும் காரணம், நீங்களும் உங்களது வாழ்க்கையை சற்று ஆராய்ந்து பார்க்க வேண்டும் என்பது தான். வாழ்வில் எதையேனும் நீங்கள் விரும்பி இருக்கலாம். சூழ்நிலை காரணமாக அது நிறைவேறாமல் போயிருக்கலாம். ஏதோ ஒன்று உங்களை முன்னேற விடாமல் செய்திருக்கலாம். நீங்கள் அறியாமலேயே இது போன்ற உணர்வுகள் மனதில் மிக ஆழமாக பதிந்து தவறான எண்ணங்களையும் செயல்களையும் உருவாக்கி விடுகின்றன. ஆழ்ந்த தியானத்தைக் கூட அனுபவிக்க முடியாமல் இவை செய்துவிட முடியும்.

ஆழ்ந்த தியான நிலையில் சரியான கேள்வியை கேட்டீர்களானால், உண்மை வெளிவரும். உங்களை பாதிப்பது எது என்பது தெரிந்து விட்டாலே, அதை கரைத்து விடுவது எளிது. அந்த வலியை போக்கி விடுவதும் எளிது. உங்களது தியானத்தில் அது முடியாவிட்டால் ஆல்ஃபா மியுசிக் தெரபி மூலம் நிச்சயம் முடியும். கடந்த பல வருடங்களில் பலருக்கு இந்த தெரபி மிகுந்த பலன் அளித்திருக்கிறது.

மனம் மிகவும் சக்தி வாய்ந்தது. அதை நீங்கள் ஏற்கனவே அறிவீர்கள். ஆனால் அது தெளிவாக இருந்தால்தான் சரியாகச் செயல்பட முடியும். தியானத்தில் ஆனந்தம் அனுபவிக்க வேண்டுமானால் மனதில் உள்ள தீய உணர்வுகளையும் எண்ணங்களையும் களைவது மிகவும் அவசியம் ஆகும்.

நமது “தீய உணர்வுகள் களைதல்” தியானத்தையும் நீங்கள் கேட்கலாம்.

உங்கள் மனம் எப்பொழுதும் தூய்மையாக இருக்கட்டும். உங்கள் தியானங்கள் ஆனந்தமயமாக இருக்கட்டும்!

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.

Guruji and Alpha siddhas, I would like to share the experience, Yesterday I meditated inp the collective meditation @ 7pm and I visualised that my son should study for atleast 1 hour, since he is very playful he started at 9.00 pm only and he studied upto 10.30 pm. He is 5th standard. I am very Happy. Thankyou Guruji, Bala, Alpha siddhas andp AMP. ***Suganya***

குருஜிக்கும் ஆல்ஃபா சித்தர்களுக்கும் என் அனுபவத்தை பகிர்ந்துகொள்ள விரும்புகிறேன். 5-ம் வகுப்பு படிக்கும் என் மகன் படிக்காமல் விளையாடிக் கொண்டே இருப்பான். அவனை எப்படியாவது ஒரு மணி நேரமாவது படிக்கவைக்க வேண்டும் என்று நேற்று இரவு 7 மணி கூட்டு தியானத்தில் இதற்காக செய்தேன். அவன் இரவு 9 மணிக்கு துவங்கி 10.30 மணி வரை படித்தான். எனக்கு மிகுந்த மகிழ்ச்சி. நன்றி குருஜி!, பாலா!, ஆல்ஃபா சித்தர்கள்! மற்றும் ஆல்ஃபா!

Dear all..I attended Srividya in Bangalore last weekend..it was a blissful experience...I did not attend the workshop so long as I thought that it would involve a lot of pujas and chanting and I am not a very ritualistic person..but hats off to Guruji. She has made the procedure very simple and practical..anybody in today's busy world can practise it ..it needs only about 15 mts for the puja and 15 mts for the meditation roughly...and it gives a lot of bliss and satisfaction..for the first time I loved it as a meditation experience ..At the end I was so happy..I didn't remember any goals or anything...I just knew that whatever I wished would happen ...Thank you Guruji and Goddess Bala!

Poorna

சென்றவாரம் பெங்களூரில் நடைபெற்ற ஸ்ரீவித்யா வகுப்பில் கலந்துகொண்டேன். அது ஒரு பேரானந்தமான அனுபவமாகும். நான் இந்த வகுப்பு பூஜை, மந்திரங்கள் சம்பிரதாயங்கள் நிறைந்த வகுப்பாக இருக்கும் என்று நினைத்து இந்த வகுப்பில் கலந்து கொள்ளாமல் இருந்தேன். ஆனால் வகுப்பில் கலந்துகொண்ட பின்புதான் இதை எந்த அளவில் மிக எளிமையான முறையில் குருஜி அமைத்துள்ளார் என்பது தெரிந்தது. குருஜிக்கு நன்றிகள் பல! குருஜி நம்முடைய நடைமுறை வாழ்க்கைக்கேற்றார் போல் சுமாராக 15 நிமிடத்தில் பூஜை, தியானம் என்று வடிவமைத்து நம்மை பேரானந்தத்தில் மூழ்க வைத்துள்ளார். தியானத்தின் முடிவில் எனது இலட்சியங்கள் அனைத்தும் கண்டிப்பாக நிறைவேறும் என்ற நம்பிக்கையுடன் கூடிய மகிழ்ச்சி கிடைத்தது. குருஜிக்கு நன்றி! பாலாவிற்கு நன்றி! **பூர்ணா**

I was wearing Fitbit when I came for Anubandham class last week. The Fitbit reading during the music therapy shows that I was asleep without any disturbance for 58 minutes. My usual readings in the Fitbit during my sleep time would be different. I am really happy and surprised to see the effects of music therapy. I am sure if that kind of undisturbed sleep happens during music therapy, the affirmations that Guruji has given in the subliminal level will also reach our subconscious mind very effectively. Thank you Guruji. **Andal**

நான் அனுபந்தம் வகுப்பில் கலந்துகொள்ளும்பொழுது கையில் ஃபிட்பிட் பேண்ட் அணிந்திருந்தேன். வகுப்பில் ஆல்ஃபா மியுசிக் தெரபியின்பொழுது 58 நிமிடங்கள் எந்தவித இடையூறுமில்லாமல் உறங்கியதை ஃபிட்பிட் பேண்ட் கணித்துக்காட்டியது. சாதாரணமாக ஃபிட்பிட் கணக்கீட்டின்படி எனது உறக்கத்திற்கான நேரம் வேறுபட்டிருக்கும். ஆல்ஃபா மியூசிக் தெரபியின் மகிமையை எண்ணி மிக்க மகிழ்ச்சியடைந்தேன். இந்த அளவுக்கு நம்மை இடையூரில்லாத ஆழ்ந்த உறக்கம் கிடைக்கும் விதத்தில் நல்வாக்கியங்களுடன் மியுசிக் தெரபி குருஜியால் வடிவமைக்கப்பட்டிருந்தது தான் இதற்கு முக்கிய காரணம் என்பதில் சிறிதும் ஐயமில்லை. நன்றி குருஜி! **ஆண்டாள்**

I listen to Sanjeevani meditation every night. One night my 8 years old grand daughter was staying with me. At 10 pm i switched on the meditation and proceeded to make her also sleep. She asked me to tell her a story. I told her i was very tired and asked her to keep the mudra and listen to the meditation and go to sleep. Both of us fell asleep. Next day she was in her house. While going to sleep she told them... yesterday grandma played Alpha meditation and i slept well. I felt very brisk in the morning. Please get that meditation and play it for me every day. She has been listening to it for the past 2 months. Now we dont have to tell her any story. She herself switches on the meditation and goes to sleep. Thank you Mathaji **Padma**

சஞ்சீவனி தியானத்தை தினந்தோறும் இரவில்கேட்டு வருகிறேன். ஒருநாள் என்னுடைய 8 வயது பேத்தி என்னுடன் இரவு தங்கி இருந்தாள், 10-மணிக்கு நான் தியானத்தை செல்போனில் ஒலிக்க செய்துவிட்டு அவளையும் தூங்க வைப்பதற்காக அழைத்துச் சென்றேன். கதை சொல்லச் சொன்னாள். எனக்கு டயர்டாக உள்ளது தூக்கம் வருகிறது என்று சொல்லி இப்படிக் ஆல்ஃபா முத்திரை வைத்து இந்த ஆல்ஃபா தியானத்தை கேட்டுக் கொண்டே நீயும் தூங்கு என்று சொல்லிவிட்டு தியானத்தை கேட்டுக் கொண்டே தூங்கிவிட்டோம், அடுத்தநாள் அவர்கள் வீட்டுக்குப்போய் இரவு தூங்கப் போகும் போது, நான் அமுச்சி வீட்டில் தூங்கும் போது ஆல்ஃபா தியானத்தை போட்டாரகள், நன்றாக தூக்கம் வந்தது. காலையில் எழும் போது நல்லா, Brisk ஆக இருக்கிறது, அதனால் அந்த meditation-ஐ வாங்கி daily எனக்கு தூங்கும்போது போடவேண்டும் என்று கூறி 2 மாதமாக கேட்டுக்கொண்டு இருக்கிறாள். இப்பொழுது கதை எல்லாம் சொல்லவேண்டியதில்லை, அவளே அந்த தியானத்தைக் கேட்டு தூங்கச் செல்கிறாள். நன்றி மாதாஜி! **பத்மா**

For a while now I have been wanting to contribute to the finances in my family but didn't know how as I don't work and never have. Something was stopping me and I didn't know what. But during the Aishwaryam workshop as guided by Guruma, the reason flashed and hopefully I have burnt all the negativity and now I feel very confident that I will choose the correct work and will be successful in it. Thank you Guruji! ***Geetikka Edwin***

பல நாட்களாகவே சம்பாதிக்க வேண்டும். குடும்பத்தின் பொருளாதாரத்திற்கு நானும் எனது பங்கைச் செலுத்த வேண்டும் என்ற ஆசை எனக்கு இருந்தது. ஆனால் அதை எப்படி செய்வது என்று தெரியவில்லை. நான் வேலைக்கு சென்றதே இல்லை. ஏதோ ஒன்று என்னை தடுத்தது. ஆனால் ஐஸ்வர்யம் வகுப்பில் குருஜியின் முன்னிலையில் காரணம் என் மனதில் பளிச்சென்று தெரிந்தது. அதை எல்லாம் தியானத்தில் எரித்து விட்டேன். இப்பொழுது நிச்சயம் ஒரு நல்ல வேலை கிடைத்து அதில் வெற்றி பெறுவேன் என்ற நம்பிக்கை இருக்கிறது. நன்றி குருஜி!

கீத்திக்கா எட்வின்

Guruji with Alpha Siddhas at Anubandham Class at Chennai on 03.03.2019

Guruji with Alpha Siddhas at Srividya Class at Bangalore on 16.03.2019

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
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.
Chennai (Tamil)	**ALPHA LEVEL-1**	26/05/2019	Sun	9am to 5pm	Hotel Residency Towers, Pondy Bazaar, T. Nagar, Chennai.
TIRNELVELI (Tamil)	**SANJEEVANI AISHWARYAM**	01/06/2019 02/06/2019	Sat Sun	9am to 5pm 9am to 5pm	Hotel RR INN, Madurai Road, Junction,Tirunelveli.
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