



MIND MANTRA FOUNDATION

IGNITING MINDS, SERVING HEARTS, CREATING LEADERS

Mind Mantra UPSC Guide (Bilingual Edition)

A Roadmap to India's Biggest Dream

"Dream so big that fear feels small."

Think Big. Start Now. No Regrets.

About UPSC

The Union Public Service Commission (UPSC) conducts India's most prestigious exams, selecting top candidates for administrative services.	संघ लोक सेवा आयोग (UPSC) भारत की सबसे प्रतिष्ठित परीक्षाओं का आयोजन करता है, जो प्रशासनिक सेवाओं के लिए सर्वश्रेष्ठ उम्मीदवारों का चयन करता है।
---	---

Eligibility & Pathway

Age Limit: 21–32 years (varies for categories) Education: Graduate in any discipline Attempts: General – 6, OBC – 9, SC/ST – unlimited Pathway: Prelims → Mains → Interview	आयु सीमा: 21–32 वर्ष (श्रेणी अनुसार छूट) शिक्षा: किसी भी विषय में स्नातक प्रयास: सामान्य – 6, ओबीसी – 9, एससी/एसटी – असीमित प्रक्रिया: प्रारंभिक परीक्षा → मुख्य परीक्षा → साक्षात्कार
--	---

Major Exams

IAS: Indian Administrative Service IPS: Indian Police Service IFS: Indian Foreign Service IRS: Indian Revenue Service	IAS: भारतीय प्रशासनिक सेवा IPS: भारतीय पुलिस सेवा IFS: भारतीय विदेश सेवा IRS: भारतीय राजस्व सेवा
--	---

Preparation Tips

Be consistent — daily 6–8 hrs focused study. Read NCERTs, newspapers, and standard books. Practice answer writing and mock tests. Take care of mental health.	निरंतरता रखें — रोज़ 6–8 घंटे एकाग्र होकर अध्ययन करें। एनसीईआरटी, अखबार और मानक पुस्तकों का अध्ययन करें। उत्तर लेखन और मॉक टेस्ट का अभ्यास करें। मानसिक स्वास्थ्य का ध्यान रखें।
--	---

Message from Founder – Rajesh Adhikari

Dear Students,

You already have everything within you to achieve greatness. Believe in yourself, dream fearlessly, and never doubt your potential.

Remember, we become what we think. Trust yourself, because I truly believe in you.

Trust yourself because I trust you.

Rajesh Adhikari

Founder, Author, Public Speaker, Soldier

Closing Note

Remember — this journey is not about competition, it's about transformation. Stay disciplined, stay humble, and never stop believing in your dreams.	याद रखें — यह यात्रा प्रतियोगिता की नहीं, परिवर्तन की है। अनुशासन बनाए रखें, विनम्र रहें, और अपने सपनों पर विश्वास कभी न छोड़ें।
--	--