

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1. अमृतवेले का योग शक्तिशाली रहा?																															
2. सारे दिन में 8 बार अशरीरीपन ड्रिल की?																															
3. व्यर्थ से मुक्त समर्थ स्थिति में ?																															
4. कर्म करते डबल लाइट स्थिति में रहे?																															
5. रात्रि सोने से पूर्व आधा घंटा योग किया?																															



शिवभगवानुवाच :- रोज बीच-बीच में एक मिनट, दो मिनट, पांच मिनट अशरीरी बनने का अभ्यास अपने दिनचर्या प्रमाण अवश्य करते रहो। समय आगे बहुत नाजुक आने वाला है। ऐसे टाइम पर अगर अभ्यास नहीं होगा तो सक्सेस नहीं हो सकेंगे। इस प्रैक्टिस की बहुत आवश्यकता है।



दिसम्बर 2018 के स्वमान व अभ्यास :-

1. मैं सर्व विनाशी आकर्षणों से मुक्त आत्मा हूँ।
2. मैं आत्मा पुरानी दुनिया व पुराने देह में मेहमान हूँ।
3. मैं स्वराज्य अधिकारी शक्तिशाली आत्मा हूँ।
4. मैं आत्मा मास्टर सर्वशक्तिमान हूँ।
5. मैं परम पवित्र आत्मा हूँ।
6. मैं आत्मा पवित्रता का सूर्य हूँ।
7. मैं आत्मा मास्टर बीजरूप हूँ।
8. मैं आत्मा मास्टर दुःखहर्ता, सुखकर्ता हूँ।
9. मैं बाप समान विश्व कल्याणकारी आत्मा हूँ।
10. मैं आत्मा लाइट हाउस माइट हाउस हूँ।

11. मैं आत्मा न्यारी-प्यारी साक्षीद्रष्टा हूँ।
12. मैं परमधाम निवासी श्रेष्ठ आत्मा हूँ।
13. मैं आत्मा मास्टर भाग्यविधाता हूँ।
14. मैं आत्मा खुशी का देवता/देवी हूँ।
15. मैं सदा सन्तुष्ट रहने वाली सन्तुष्टमणि हूँ।
16. मैं कल्प-कल्प की विजयी रतन आत्मा हूँ।
17. मैं शुभ भावना, शुभ कामना संपन्न आत्मा हूँ।
18. मैं परमात्म प्यार की अनुभवीमूर्त आत्मा हूँ।
19. मैं आत्मा बाप समान वरदानीमूर्त हूँ।
20. मैं आत्मा आधारमूर्त, उद्धारमूर्त हूँ।
21. मैं आत्मा मास्टर शान्ति का सागर हूँ।

22. मैं आत्मा मास्टर क्षमा का सागर हूँ।
23. मैं देव कुल की महान आत्मा हूँ।
24. मैं विघ्नमुक्त, विघ्नविनाशक आत्मा हूँ।
25. मैं पूर्वज व पूज्य आत्मा हूँ।
26. मैं बाप समान सदा जागती ज्योत हूँ।
27. मैं शान्तिधाम निवासी शान्तस्वरूप आत्मा हूँ।
28. मैं सर्व आत्माओं के संताप हरने वाली शिवशक्ति हूँ।
29. मैं मुस्कराता हुआ रूहानी गुलाब हूँ।
30. मैं राजयोगी, राजऋषि हूँ।
31. मैं देवता नई दुनिया में प्रवेश कर रहा हूँ...।

ओम् शान्ति