

	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. सारे दिन में दो बार मुरली अध्ययन किया ?																																	
2. अमृतवेला शक्तिशाली रहा ?																																	
3. कम से कम 5 बार अशरीरीपन का अभ्यास किया ?																																	
4. कर्म करते हुए कर्मयोगी स्थिति रही ?																																	
5. रात्रि सोने से पूर्व आधा घंटा योग किया ?																																	

**शिवभगवानुवाच :-** अशरीरीपन का अनुभव व मन्सा सेवा बढ़ाते चलो। समय आगे बहुत नाजुक आने वाला है, ऐसे टाइम पर अगर अभ्यास नहीं होगा तो सक्सेस नहीं हो सकेंगे। इसलिए बीच-बीच में 2 मिनट, 1 मिनट, पांच मिनट अशरीरी बनने का अभ्यास अपने दिनचर्या प्रमाण अवश्य करते चलो ... अव्यक्त मुरलियों से ट्राॅफिक कन्ट्रोल पर :- मुझ परम पवित्र आत्मा से सारे विश्व में पवित्रता के वायब्रेशन फैल रहे हैं....।

### जुलाई 2024 के स्वमान-अभ्यास

1. मैं शक्तिशाली स्वराज्याधिकारी आत्मा हूँ।
2. मैं आत्मा पुरानी दुनिया में मेहमान हूँ।
3. मैं आत्मा देह से बिल्कुल न्यारी हूँ।
4. मैं आत्मा बेहद की वैरागी हूँ।
5. मैं सर्व आकर्षणों से मुक्त आत्मा हूँ।
6. मैं कल्प-कल्प की विजयी रतन हूँ।
7. मैं विघनविनाशक आत्मा हूँ।
8. मैं मास्टर दुःखहर्ता सुखकर्ता हूँ।
9. मैं विश्वकल्याणकारी आत्मा हूँ।
10. मैं आत्मा लाइट हाउस माइट हाउस हूँ।

11. मैं आत्मा मास्टर बीजरूप हूँ।
12. मैं आत्मा मास्टर सर्वशक्तिमान हूँ।
13. मैं आत्मा मास्टर ज्ञान सूर्य हूँ।
14. मैं परम पवित्र आत्मा हूँ।
15. मैं परमधाम निवासी सर्वश्रेष्ठ आत्मा हूँ।
16. मैं आत्मा महाज्योति शिव बाबा के साथ कम्बाइंड हूँ।
17. मैं आत्मा सर्वशक्तियों की लाईट से फुलचार्ज हूँ।
18. मैं आत्मा मन-बुद्धि-संस्कार की मालिक हूँ।
19. मैं सदा सन्तुष्ट रहने वाली सन्तुष्टमणि हूँ।
20. मैं सर्व शक्तियों से संपन्न विशेष आत्मा हूँ।
21. मैं संपूर्ण निर्विकारी आत्मा हूँ।

22. मैं देव कुल की महान आत्मा हूँ।
23. मैं आत्मा सर्वात्माओं को शान्ति से भरपूर करने वाली हूँ।
24. मैं सदा पवित्र वायब्रेशन फैलाने वाली आत्मा हूँ।
25. मैं पूर्वज व पूज्य आत्मा हूँ।
26. मैं आधारमूर्त, उद्धारमूर्त आत्मा हूँ।
27. मैं निरंतर सकाशदाता अव्यक्त फरिश्ता हूँ।
28. मैं परम पवित्र फरिश्ता हूँ।
29. मैं विश्व परिक्रमाधारी फरिश्ता हूँ।
30. मैं भगवान की साथी व साक्षीद्रष्टा आत्मा हूँ।
31. मैं नष्टोमोहा स्मृतिस्वरूप आत्मा हूँ।

ओम् शान्ति