	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 से रात्रि तक चार घंटा योग रहा?																															
2. व्यर्थ से मुक्त समर्थ स्थिति में रहे?																															
3. हर परिस्थिति में सन्तुष्ट, बेफिकर रहे?																															
4. कर्म करते हुए डबल लाइट रहे ?																															
5. दिन में 8 बार 5 स्वरूपों की ड्रिल की?																															

चलते-फिरते प्रैक्टिस :-

मुझ परम पवित्र फरिश्ते से सारे विश्व में पवित्रता के वायब्रेशन फैल रहे हैं.... ।

विशेष अभ्यास - मैं आत्मा देह से निकली, परमधाम में शिव बाबा के साथ कम्बाइंड होकर फुलचार्ज हुई, फिर वापस अपनी देह में, फिर ऊपर बाबा के पास, फिर वापस अपनी देह में..... यह प्रैक्टिस बार-बार करनी है।

अक्टूबर **2025 के योगाभ्यास**....

1. मैं आत्मा मास्टर सर्वशक्तिमान हूं
2. मैं मास्टर ज्ञानसूर्य आत्मा हूं।
3. मैं आत्मा सर्वशक्तियों का भंडार हूं।
4. मैं मास्टर बीजरूप आत्मा हूं।
5. मैं आत्मा लाइट हाउस माइट हाउस हूं।
6. मैं परम पवित्र फरिश्ता हूं।
7. मैं आत्मा मास्टर दु:खहर्ता सुखकर्ता हूं।
8. मैं आत्मा डबल लाइट फरिश्ता हूं।
9. मैं परमात्म शक्तियों से संपन्न आत्मा हूं।
10. मैं बाप समान विश्वकल्याणी आत्मा हूं।
11. मैं स्वराज्य अधिकारी आत्मा हूं।
12. मैं पूर्वज आत्मा हूं।
13. मैं पूजनीय आत्मा हूं।
14. मैं सृष्टि की आधारमूर्त आत्मा हूं।
15. मैं अनेक बार की विजयी रतन आत्मा हूं।
16. मैं विघ्नविनाशक आत्मा हूं।
17. मैं बाप समान न्यारी प्यारी आत्मा हूं।
18. मैं हद के आकर्षणों से मुक्त आत्मा हूं।
19. मैं वरदानीमूर्त आत्मा हूं।
20. मैं मायाजीत, प्रकृतिजीत आत्मा हूं।
21. मैं संपूर्ण निर्विकारी आत्मा हूं।
22. मैं मास्टर सुखदाता आत्मा हूं।
23. मैं आत्मा जहान की नूर हूं।
24. मैं पदमापदम भाग्यशाली आत्मा हूं।
25. मैं पवित्र वायब्रेशन फैलाने वाली आत्मा हूं।
26. मैं भगवान की साथी आत्मा हूं।
27. मैं सबका संताप हरने वाली शिवशक्ति हूं।
28. मैं सकाश देने वाली समर्थ आत्मा हूं।
29. मैं परमधाम निवासी श्रेष्ठ आत्मा हूं।
30. मैं सदा सन्तुष्टमणि हूं।
31. मैं मास्टर विश्वरक्षक आत्मा हूं।

ओम् शान्ति