

1. स्वमान – मैं ब्रह्मा बाप समान बेफिक्र बादशाह हूँ।

शिवभगवानुवाच –

- ‘सदा यही नशा रखो कि विजय हमारा जन्मसिद्ध अधिकार है तो बेफिक्र बादशाह रहेंगे।’
- ‘जिन्हें यह निश्चय रहता है कि इस ड्रामा में जो कुछ भी हो रहा है वह पूर्व निश्चित है और सम्पूर्ण सत्य है, वही निश्चित अर्थात् बेफिक्र रहते हैं।’
- ‘जैसे ब्रह्मा बाप सदा निश्चयबुद्धि होने के कारण बेफिक्र बादशाह रहे, किसी भी बात का फिक्र नहीं रहा। फिक्र होता है अप्राप्ति वा कमी के कारण। जहाँ सर्व प्राप्तियां हैं, मास्टर सर्वशक्तिमान् हैं, वहाँ फिक्र की कोई बात नहीं। तो ऐसे ब्रह्मा बाप समान निश्चयबुद्धि बन बेफिक्र बादशाह बनो।’

2. योगाभ्यास –

अ. मैं निमित्त करनहार हूँ...करावनहार बाबा हैं...यह स्मृति निश्चित और बेफिक्र बादशाह बना देती है...इसलिये इसका गहराई से अभ्यास करें...।

ब. मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ...सर्वशक्तिवान भगवान मेरे साथ हैं...मैं उनकी छत्रछाया में हूँ...वो मेरे मात-पिता, बंधु-सखा, शिक्षक-सद्गुरु, स्वामी व संरक्षक हैं...मैं सदा उनके अंग-संग हूँ...यह अंग-संग की अनुभूति बेफिक्र बादशाह बनाने वाली है...।

स. प्यारे बापदादा ने हमें विशेष कहा था कि हर **गुरुवार** को सद्गुरु बाबा से **वरदान** लो और सारे दिन उसके स्वरूप बनकर रहो। इसी प्रकार हर **रविवार (छुट्टी का दिन)** को संकल्प व स्वप्न से भी अपने किसी न किसी कमी-कमजोरी को **छुट्टी** दो।

3. धारणा – मेरे को तेरे में परिवर्तन करना

- जो ‘मेरा-मेरा’ कहते हैं, वे **मैले** हो जाते हैं और जो ‘तेरा-तेरा’ कहते हैं, वे **तर** जाते हैं।
- बाबा ने कहा कि बेफिक्र बादशाह बनने की सहज युक्ति है - **मेरे को तेरे में बदलना**...हम गाते भी तो आये हैं कि तेरा तुझको अर्पण, क्या लागे मेरा...तो अब सब बाबा का और मेरा बस बाबा...

4. चिंतन – कौन बन सकते हैं ब्रह्मा बाप समान बेफिक्र बादशाह?

5. तपस्वियों प्रति – प्रिय तपस्वियों ! जैसे हम सभी बाबा का आह्वान करते हैं, वैसे ही अनेक आत्माएँ हम ईष्ट देव-देवियों का भी आह्वान कर रही हैं। हमें उनकी मनोकामनाएँ पूर्ण करनी है। हमें उन्हें सहारा देना है। हमें उनकी सुरक्षा करनी है। उनकी मनोकामनाएँ पूर्ण करने के लिए हमें इच्छा मात्रम अविद्या बनना है इसलिये अपनी सभी इच्छाओं को बाबा पर समर्पित कर दें और विश्व को देने के लिए स्वयं को तैयार करें।