	A	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	व्यर्थ से मुक्त सदा समर्थ स्थिति में रहे?																															
3	सदा प्युरिटी की पर्सनैलिटी से संपन्न रहे?																															
4	हर सब्जेक्ट में सदा खुश व सन्तुष्ट रहे?																															
5	सेवा में डबल लाइट बेफिकर बादशाह स्थिति रही?																															
6	रात्रि सोने से पूर्व आधा घंटा योग किया?																															

सन्तुष्मणियों का भाग्य, दिल का गीत पाना था सो पा लिया। 30.11.12 मेरे को तेरे में परिवर्तन कर डबल ताजधारी बेफिक्र बादशाह बनो। 15.12.12

हर एक सन्तुष्टमणि बन सन्तुष्टता की शक्ति द्वारा समस्याप्रूफ, समाधान स्वरूप बनो। 31.12.12

ब्रह्मा बाप समान सम्पन्न व सम्पूर्ण बनने का कदम उमंग-उत्साह से तीव्र करने का विशेष प्लैल बनाओ। 18.01.13

बाप के स्नेह में समाते हुए, शक्तियों द्वारा मन को कन्ट्रोल कर सदा मनजीत, जगतजीत बनो। 02.02.13

कर्मयोगी जीवन में तीव्र पुरुषार्थ द्वारा हर सब्जेक्ट में सदा सन्तुष्ट और खुश रहो, अपने खुशनुमा, दिव्यगुण सम्पन्न चेहरे द्वारा खुशी का अनुभव कराओ। 20.02.13

ब्रह्मा बाप समान फरिश्तेपन की स्थिति में रह, अपने खुशमिजाज़ चेहरे द्वारा सबको खुशी की अनुभूति कराओ, जो व्यर्थ संकल्प रहे हुए हैं, वह वर्थडे की सौगात बाप को दे दो। 09.03.13

भगवान और भाग्य की स्मृति से सदा हर्षित रहो, हर्षित बनाओ, व्यर्थ बातों को हो ली कर होली बनो। 22.03.13

शुभ भावना से एक दो के सहयोगी बन, निर्विघ्न रहना और सबको निर्विघ्न बनाना, सदा खुश रहना और सबको खुश करना। 05.04.13

मई 2013 स्वमान व अभ्यास :-

1. मैं आत्मा ज्ञानस्वरूप हूं
2. मैं परमपवित्र आत्मा हूं
3. मैं आत्मा मास्टर सुखदाता हूं
4. मैं आत्मा मास्टर शान्तिदाता हूं
5. मैं आत्मा आनन्दस्वरूप हूं
6. मैं आत्मा प्रेमस्वरूप हूं
7. मैं आत्मा शक्तिस्वरूप हूं
8. मैं आत्मा मास्टर दुःखहर्ता, सुखकर्ता हूं
9. मैं आत्मा विश्वकल्याणकारी हूं
10. मैं सुख, शान्ति का वरदान देने वाली महान आत्मा हूं
11. मैं मास्टर बीजरूप आत्मा हूं
12. मैं आत्मा सर्वगुण सम्पन्न, सोलह कला संपूर्ण..... हूं
13. मैं ईष्टदेव/देवी विघ्नविनाशक आत्मा हूं
14. मैं सर्वश्रेष्ठ ब्राह्मण आत्मा हूं
15. मैं परम पवित्र फरिश्ता हूं
16. मैं ब्रह्मा बाप समान बेफ्किर बादशाह हूं
17. मैं आत्मा मास्टर सर्वशक्तिवान हूं
18. मैं आत्मा विजयी रतन हूं
19. मैं ईश्वरीय प्राप्तियों से सपंन्न सन्तुष्ट आत्मा हूं
20. मैं आत्मा समस्याप्रूफ, समाधान स्वरूप हूं
21. मैं निर्विघ्न भव की वरदानी आत्मा हूं
22. मैं शुभ भावना संपन्न आत्मा हूं
23. मैं आत्मा इस देह में मेहमान हूं
24. मैं आत्मा पुरानी देह व दुनिया से उपराम हूं
25. मैं ब्रह्मा बाप समान न्यारा, प्यारा फरिश्ता हूं
26. मैं देवकुल की महान आत्मा हूं
27. मैं आत्मा दिव्यदर्शनीयमूर्त हूं
28. मैं हद के सर्व आकर्षणों से मुक्त हूं
29. मैं सहजयोगी आत्मा हूं
30. मैं खुशनसीब आत्मा हूं
31. मैं शुभचिन्तक मणि हूं

ओम् शान्ति