

1. स्वमान - मैं मन का मालिक, स्वराज्याधिकारी आत्मा हूँ।

2. योगाभ्यास -

अ. मैं आत्मा मालिक चलते-फिरते देह से न्यारेपन का अनुभव कर रहा हूँ...मुझ आत्मा का यह शरीर वस्त्र है...मैं वस्त्र धारण करने वाली आत्मा हूँ, यह मुझे स्पष्ट अनुभव हो रहा है...जब चाहे देह रूपी वस्त्र धारण कर रहा हूँ और जब चाहे तब इस वस्त्र से न्यारा अनुभव कर रहा हूँ...मैं इस देह का मालिक हूँ...न्यारा हूँ...प्यारा हूँ...।

ब. मैं मन का मालिक, स्वराज्याधिकारी आत्मा हूँ - दिन में कम से कम 10 बार इसका गहराई से अभ्यास और अनुभव करें...।

स. दिन में कम से कम दो बार अपना स्वराज्य दरबार लगायें...सुबह अपने सभी स्थूल व सूक्ष्म कर्मचारियों को कार्य दें और रात्रिकालिन दरबार में उनके कार्यों की समीक्षा करें...सभी लॉ और ऑर्डर के अनुसार कार्य करते हैं या नहीं यह चेक करें...।

3. धारणा - मालिकपन

- विस्मृति के कारण अधिनता आ जाती है और कमजोर बन जाते हैं। कमजोरी छोटी सी बात को भी बड़ा कर देती है और फिर सामना नहीं कर पाते। बालकपन की स्मृति मालिकपन को स्वतः जागृत कर देती है। किसके बच्चा हूँ, सदा मास्टर सर्वशक्तवान, विघ्न विनाशक की शान में स्थित अधिकारी आत्मा हूँ, मालिक हूँ, यह नशा रहे।

4. चिंतन -

- मन का मालिक बनना क्यों आवश्यक है ?
- आत्मा क्यों मन के अधिन हुई ? इससे क्या नुकसान हुआ ? ?
- मन का मालिक कैसे बनें ? इसके लिये क्या अभ्यास व पुरुषार्थ करें ? ?
- 'मन के मालिक' (स्वराज्याधिकारी) के लिये बाबा के महावाक्य ?

5. स्वराज्याधिकारियों प्रति - प्रिय स्वराज्याधिकारियों! स्वराज्य हमें राजयोगी सो राज्याधिकारी बना देता है। त्रिनेत्री, त्रिकालदर्शी, तीनों लोकों का नॉलेजफुल अर्थात् त्रिलोकीनाथ बना देता है। सारे विश्व में कोटों में कोई, कोई में भी कोई विशेष आत्मा बना देता है। बाप के गले का हार बना देता है। भक्तों के सिमरण की माला बना देता है। बाप के दिलतख्तनशीन, सर्व प्राप्तियों के खजाने का मालिक बना देता है। अटल, अचल, अखण्ड सर्व अधिकार प्राप्त करा देता है। इसलिये आयें, स्वराज्याधिकारी बनें।