

ओम् शान्ति! 18-12-2024

अपनी शक्तिशाली मन्सा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

१. स्वमान : मैं आधारमूर्त्त हूँ।

२. योग अभ्यास : मैं आत्मा कल्पवृक्ष की जड़ों में बैठ तपस्या कर रहा हूँ। मेरा एक-एक संकल्प पूरे वृक्ष के एक-एक आत्मा रूपी पत्ते तक पहुँच रहा है। मुझ आत्मा के शक्तिशाली मनसा संकल्प से समस्त विश्व को शांति, शक्ति प्राप्त हो रही है...।

३. धारणा : सारा दिन फरिश्ते स्वरूप में रहना।

४. चिंतन : होलीएस्ट, हाईएस्ट, रिचेस्ट इन द वर्ल्ड कैसे बने?

ओम् शान्ति! 19-12-2024

अपनी शक्तिशाली मन्सा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

१. स्वमान : मैं महान तपस्वी, अशरीरी आत्मा हूँ।

२. योग अभ्यास : मैं आत्मा देह से न्यारी, अशरीरी हूँ। परमात्म याद की अग्नि और तपस्या से यह विनाशी देह प्रकाश की काया में परिवर्तित हो रही है। मुझ आत्मा की तपस्या के प्रभाव से वातावरण सुखमय बन रहा है...।

३. धारणा : मन का, मुख का, मोबाइल का सम्पूर्ण मौन।

४. चिंतन : व्यर्थ से मुक्त कैसे बनें?

ओम् शान्ति! 20-12-2024

अपनी शक्तिशाली मन्सा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

१. स्वमान : मैं मास्टर दाता हूँ।

२. योग अभ्यास : मैं आत्मा सर्व खजानों से सम्पन्न हूँ। बाबा से प्राप्त हुए खजानों की मास्टर दाता बन हर आत्मा को मन से शुभ भावना और दिल से दुआये दे रही हूँ। सबके मन की हलचल समाप्त हो रही है...।

३. धारणा : दिन भर दुआएं देने का अभ्यास करना।

४. चिंतन : दुआएं देने से क्या-क्या फायदे हैं?

ओम् शान्ति! 21-12-2024

अपनी शक्तिशाली मन्सा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

१. स्वमान : मैं आत्मा सर्व प्राप्तियों से सम्पन्न हूँ।

२. योग अभ्यास : मैं तपस्वी आत्मा सर्व प्राप्तियों से सम्पन्न स्थिति का अनुभव कर रही हूँ। मुझ आत्मा की सम्पन्न और शक्तिशाली स्थिति से प्रालब्ध स्वरूप का अनुभव हो रहा है। मेहनत से मुक्त परमात्म स्नेह में समाने का अनुभव कर रही हूँ। परमात्म शक्तियों से सम्पन्न बन सर्व को सम्पन्न बना रही हूँ...।

३. धारणा : मनसा में सदा समर्थ संकल्प ही रहे।

४. चिंतन : संगमयुग की श्रेष्ठ प्रालब्ध क्या है?

ओम् शान्ति! 22-12-2024

अपनी शक्तिशाली मन्सा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

१. स्वमान : मैं सफलतामूर्त्त आत्मा हूँ।

२. योग अभ्यास : मैं आत्मा परमात्म छत्रछाया के नीचे अपनी मनसा, वाचा, कर्मणा से विश्व सेवाधारी बन अपना तन, मन, समय, संकल्प सफल कर रहा हूँ। बाबा से सफलतामूर्त्त भव का वरदान प्राप्त हो रहा है...।

३. धारणा : बोल में मधुरता, संतुष्टता हो।

४. चिंतन : सफलतामूर्त्त कौन बन सकता है?

ओम् शान्ति! 23-12-2024

अपनी शक्तिशाली मन्सा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

1. स्वमान : मैं विश्व कल्याणकारी आत्मा हूँ।
2. योग अभ्यास : मैं आत्मा बाबा के साथ परमधाम निवासी बन विश्व कल्याण की भावना रखते हुए विश्व ग्लोब के ऊपर प्रकृति सहित विश्व की सर्व आत्माओं के प्रति शुभ भावना, कल्याण की भावना से सकाश (सर्च लाइट) दे रहा हूँ...।
3. धारणा : स्नेह और योग का बैलेंस रखना।
4. चिंतन : विश्व कल्याणकारी बनने के लिए किन-किन बातों का बैलेंस चाहिए?

ओम् शान्ति! 24-12-2024

अपनी शक्तिशाली मन्सा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

1. स्वमान : मैं आत्मा सिम्पल और सैम्पल हूँ।
2. योग अभ्यास : मैं आत्मा विश्व शो केस में एक शो पीस हूँ। बापदादा का चुना हुआ सर्व के आगे सैम्पल हूँ। मुझ आत्मा को देख कर औरों को भी विश्व कल्याण करने की प्रेरणा मिल रही है। बाबा से सर्व शक्तियां लेकर पूरे विश्व में वायब्रेशन फैलाने की सेवा कर रहा हूँ।
3. धारणा : स्थूल कार्य करते मनसा से वायब्रेशन फैलाना।
4. चिंतन : हमारा आक्यूपेशन क्या है? आक्यूपेशन की स्मृति से क्या-क्या लाभ होंगे?

ओम् शान्ति! 25-12-2024

अपनी शक्तिशाली मन्सा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

1. स्वमान : मैं एकव्रता हूँ।
2. योग अभ्यास : मैं आत्मा एकव्रता हूँ। एक बाबा पर एकाग्रचित्त हूँ। एक बाबा दूसरा न कोई, इसी श्रेष्ठ स्थिति में स्थित होकर अपने संकल्पों को एकाग्र कर, एकाग्रता की शक्ति से अनेक आत्माओं की चाहनायें पूर्ण कर रही हूँ। विश्व को शक्तियों का दान दे रही हूँ...।
3. धारणा : मन और बुद्धि को एकाग्र करने का अभ्यास करना।
4. चिंतन : विश्व की मांग वा चाहना पूरी कैसे कर सकेंगे?

ओम् शान्ति! 26-12-2024

अपनी शक्तिशाली मन्सा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

1. स्वमान : मैं एकरस, एक की लगन में मगन हूँ।
2. योग अभ्यास : मैं आत्मा सर्व शक्तिवान बाबा की याद की लगन में मगन हूँ। बाबा की सकाश को अनुभव करते हुए एकरस, अचल-अडोल, निर्विघ्न स्थिति का अनुभव कर रही हूँ। मुझ आत्मा से चारों तरफ सकाश फैल रहा है...।
3. धारणा : लगन में मगन रहने का अभ्यास करना।
4. चिंतन : एकाग्रता की शक्ति को कैसे बढ़ायेगे?

ओम् शान्ति! 27-12-2024

अपनी शक्तिशाली मन्सा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

1. स्वमान : मैं अंतर्मुखी, एकांतवासी हूँ।
2. योग अभ्यास : मैं आत्मा अंतर्मुखता की गुफा में बैठा हुआ एक तपस्वी हूँ। एकांतवासी बन एक की लगन में मगन हूँ। सर्व आकर्षणों से परे, एकांत स्थिति का अनुभव करते हुए विश्व को सकाश दे रहा हूँ।
3. धारणा : मनमनाभव रहने की प्रैक्टिस करना।
4. चिंतन : एकांत क्या है? एकांत से क्या-क्या फायदे हैं?

ओम् शान्ति! 28-12-2024

अपनी शक्तिशाली मन्सा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

1. स्वमान : मैं आत्मा बाप समान परफेक्ट हूँ।
2. योग अभ्यास : मैं आत्मा सर्व गुणों से, सर्व शक्तियों से सम्पन्न हूँ। बाप समान सम्पूर्ण परफेक्ट हूँ, फ्लोलेस हूँ, सम्पूर्ण सतोप्रधान हूँ। मुझ आत्मा के सम्पूर्णता के वायब्रेशन विश्व से डिफेक्ट को समाप्त कर रहे हैं...।
3. धारणा : सर्व शक्तियों को इमर्ज रखना।
4. चिंतन : सर्व शक्तियों से सम्पन्न आत्मा की निशानियां क्या होंगी?

ओम् शान्ति! 29-12-2024

अपनी शक्तिशाली मन्सा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

1. स्वमान : मैं मास्टर वृक्षपति हूँ।
2. योग अभ्यास : मैं आत्मा बीजरूप हूँ। मुझमें सारे वृक्ष का ज्ञान समाया हुआ है। मैं आत्मा अपनी बीजरूप स्थिति में स्थित हूँ। बीजरूप बाबा के साथ कम्बाइन्ड होकर, एकाग्रता की शक्ति से सर्व आत्माओं को हलचल से बचाने में सहयोग कर रहा है।
3. धारणा : बीज रूप स्थिति में रहने का अभ्यास करना।
4. चिंतन : दुनिया में कौन-कौन सी हलचल है? उससे स्वयं और सर्व को कैसे बचाएंगे?

ओम् शान्ति! 30-12-2024

अपनी शक्तिशाली मन्सा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

1. स्वमान : मैं मास्टर ऑलमाइटी हूँ, सकाश दाता हूँ।
2. योग अभ्यास : मैं आत्मा ब्रह्मा बाप समान सम्पूर्ण बन, मनसा वायब्रेशन द्वारा वायुमंडल को शक्तिशाली बनाने में, निर्बल में बल भरने और आत्माओं को सकाश देकर उन्हें सम्पन्न और सम्पूर्ण बनने में मददगार बन रही हूँ...।
3. धारणा : बलवान आत्मा की निशानियां जीवन से दिखाई दें।
4. चिन्तन : विघ्नों की लहर आती है तो उस समय क्या करना है?

ओम् शान्ति! 31-12-2024

अपनी शक्तिशाली मन्सा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

1. स्वमान : मैं मास्टर रचयिता हूँ।
2. योग अभ्यास : मैं आत्मा ब्रह्मा बाप समान शुभचिंतक बन अपनी सर्व रचना को संतुष्टता का वरदान दे रही हूँ। उनकी मनोकामनायें पूर्ण हो रही हैं। सभी आत्मायें भरपूर होकर इष्ट देवों के गुणगान कर रही हैं।
3. धारणा : सर्व के प्रति अपनेपन की भावना रखना।
4. चिंतन : मास्टर रचयिता के कर्तव्य क्या-क्या है?

ओम् शान्ति! 01-01-2025

अपनी शक्तिशाली मन्सा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

1. स्वमान : मैं शांतिदूत हूँ।
2. योग अभ्यास : मैं शांति स्वरूप आत्मा, शांति के सागर की छत्रछाया के नीचे हूँ। शांति की शक्ति से भरपूर, शान्तिदूत बन शांति और शक्ति की सकाश फैला रही हूँ...।
3. धारणा : चलते-फिरते सदा शांतिदूत की स्मृति में रहना।
4. चिंतन : शांति और शक्ति की सकाश देने की विधि क्या है?

ओम् शान्ति! 02-01-2025

अपनी शक्तिशाली मनसा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

1. स्वमान : मैं लाइट हाउस, माइट हाउस हूँ।
2. योग अभ्यास : मैं आत्मा बाप समान लाइट हाउस, माइट हाउस हूँ। परमधाम निवासी मास्टर ज्ञानसूर्य बन सारे विश्व को लाइट-माइट की सकाश दे रहा हूँ...।
3. धारणा : कम से कम ४ घंटे विश्व को लाइट-माइट देना, उसी अनुभव में रहना।
4. चिंतन : ऊँची स्थिति और ऊँचा स्थान कौन सा है? उसका अनुभव क्या है?

ओम् शान्ति! 03-01-2025

अपनी शक्तिशाली मनसा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

1. स्वमान : मैं डबल लाइट फरिश्ता हूँ।
2. योग अभ्यास : मैं आत्मा लाइट, लाइट के चमकीले आकारी फरिश्ते ड्रेस को धारण कर, विश्व कल्याण की ऊँची स्टेज पर स्थित होकर अपनी मनसा शुभ वृत्ति द्वारा सकाश दे रहा हूँ...।
3. धारणा : सर्व के प्रति मनसा में शुभ भावना की वृत्ति रखनी है।
4. चिंतन : सर्व के कल्याण की विधि क्या है?

ओम् शान्ति! 04-01-2025

अपनी शक्तिशाली मनसा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

1. स्वमान : मैं विश्व सेवाधारी हूँ।
2. योग अभ्यास : मैं ब्रह्मा बाप समान बेहद का सेवाधारी हूँ। बेहद की भावना रख, अपनी शक्तिशाली मनसा से वायुमंडल को शक्तिशाली बनाने में सहयोग कर रही हूँ। चारों तरफ का वायुमंडल शक्तिशाली बन रहा है...।
3. धारणा : फॉलो फादर-ब्रह्मा बाप समान स्थिति में रहना।
4. चिंतन : वायुमंडल शक्तिशाली बने, उसके लिए किन-किन बातों का अटेन्शन रखें?

ओम् शान्ति! 05-01-2025

अपनी शक्तिशाली मनसा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

1. स्वमान : मैं आत्मा मनुष्य सृष्टि रूपी वृक्ष का तना हूँ।
2. योग अभ्यास : बीज रूप वृक्षपति शिव बाबा, आदि पिता ब्रह्मा बाप के साथ सृष्टि रूपी वृक्ष के तने में हूँ। अपनी सर्व मनुष्य आत्माओं रूपी वंशावली, टाल-टालियों को सकाश देकर खुशहाल बना रही हूँ...।
3. धारणा : हृद से निकल विश्व को सकाश देना।
4. चिंतन : हर्दें कौन-कौन सी हैं, जो बाधा बनती हैं?

ओम् शान्ति! 06-01-2025

अपनी शक्तिशाली मनसा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

1. स्वमान : मैं पीस हाउस हूँ।
2. योग अभ्यास : मैं आत्मा शांत स्वरूप हूँ। शांति के सागर बाबा से कम्बाइन्ड हूँ। मन, बुद्धि शांत और एकाग्र हैं। मुझसे शांति के प्रकम्पन वायुमंडल में दूर-दूर तक फैल रहे हैं। संसार की सर्व आत्मायें और प्रकृति के पाँचों तत्व शांत हो रहे हैं...।
3. धारणा : सर्व प्रति दिल की शुभ कामनायें रखना।
4. चिंतन : वायुमंडल में साइलेंस की शक्ति के प्रकम्पन फैलते रहें, उसके लिए किन-किन बातों का अटेन्शन रखें?

ओम् शान्ति! 07-01-2025

अपनी शक्तिशाली मन्सा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

१. स्वमान : मैं सैल्वेशन आमी हूँ।

२. योग अभ्यास : मैं आत्मा सर्व शक्तियों से सम्पन्न हूँ। सुप्रीम कमांडर और मुझ आत्मा के शुद्ध और शक्तिशाली संकल्पों के प्रकम्पन से कमजोर आत्माओं को बल मिल रहा है, सहयोग और सैल्वेशन मिल रहा है...।

३. धारणा : मुझे दूसरों को सहयोग (सैल्वेशन) देना है।

४. चिंतन : मुझे कौन-कौन से खाते जमा करने हैं? खाता जमा करने की विधि क्या है?

ओम् शान्ति! 08-01-2025

अपनी शक्तिशाली मन्सा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

१. स्वमान : मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ।

२. योग अभ्यास : मस्तक के बीच, मैं एक चमकता हुआ सितारा हूँ। शक्तिपूँज हूँ। सर्व शक्तिवान बाबा से सर्व शक्तियों की किरणें मुझ आत्मा पर पड़ते ही शक्तिशाली महसूस कर रही हूँ। मास्टर सर्व शक्तिवान की स्थिति से वातावरण शक्तिशाली बन रहा है...। व्यर्थ और निगेटिव वायुमंडल परिवर्तन हो रहा है...।

३. धारणा :- व्यर्थ से मुक्त रहना है।

४. चिंतन :- सदा समर्थ संकल्प चले उसके लिए किन-किन बातों का अटेन्शन चाहिए?

ओम् शान्ति! 09-01-2025

अपनी शक्तिशाली मन्सा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

१. स्वमान : मैं ब्रह्मा बाप समान हूँ।

२. योग अभ्यास : मैं आत्मा ब्रह्मा बाप समान महायोगी, महातपस्वी हूँ। अव्यक्त वतन वासी फरिश्ता हूँ। मास्टर पालनहार बन बाप से मिली हुई शक्तियों से सर्व को सकाश देने की सेवा कर रहा हूँ...।

३. धारणा :- बाप समान बन कर ही दिखायेंगे, पक्का वायदा।

४. चिंतन : स्व कल्याण में विश्व कल्याण कैसे समाया हुआ है?

ओम् शान्ति! 10-01-2025

अपनी शक्तिशाली मन्सा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

१. स्वमान : मैं विश्व परिवर्तक आत्मा हूँ।

२. योग अभ्यास : मैं मस्तकमणि हूँ, विश्व परिवर्तन के निमित्त हूँ। सर्वशक्तिमान शिव बाबा की छत्रछाया के नीचे बैठ प्रकृति सहित तमोगुणी वायुमंडल को शुभ भावना के सकाश से सतोप्रधान बनाने में सहयोग दे रहा हूँ...।

३. धारणा : प्रकृतिपति की स्मृति में रहना।

४. चिंतन : स्थापना के विशाल कार्य को सम्पन्न करने के लिए मुझे क्या-क्या करना है?

ओम् शान्ति! 11-01-2025

अपनी शक्तिशाली मन्सा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

१. स्वमान : मैं विघ्न विनाशक हूँ।

२. योग अभ्यास : मैं आत्मा सर्व के विघ्नों को समाप्त करने वाला शिव पुत्र गणेश हूँ। हमारी विघ्न विनाशक स्थिति और श्रेष्ठ संकल्प से, पॉवरफुल मनसा सकाश से विघ्न समाप्त हो रहे हैं। सर्व का कल्याण हो रहा है...।

३. धारणा : हर बात में कल्याण समझ कर सदा निश्चित रहना।

४. चिंतन : विघ्न विनाशक, सफलता स्वरूप बनने की विधि क्या है?

ओम् शान्ति! 12-01-2025

अपनी शक्तिशाली मन्सा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

१. स्वमान : मैं मास्टर रहमदिल हूँ।

२. योग अभ्यास : मैं आत्मा बाप समान सर्व आत्माओं पर रहम करने वाली मास्टर रहम दिल बन बाबा से मिली हुई शक्तियों और अपनी पावरफुल वृत्तियों से आत्माओं को पावन बनने में सहयोग दे रहा हूँ...।

३. धारणा : सर्व के प्रति रहमदिल की भावना रखना।

४. चिंतन : तत्वों सहित सबको पावन कैसे बना सकते हैं?

ओम् शान्ति! 13-01-2025

अपनी शक्तिशाली मन्सा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

१. स्वमान : मैं सुखदेव हूँ।

२. योग अभ्यास : सुखदाता का बच्चा सुख स्वरूप आत्मा हूँ। सुख के सागर से मुझ आत्मा को अथाह सुख की प्राप्ति हुई है, मैं आत्मा बाप समान मास्टर सुखदाता, सुखदेव बन सुख की वृत्ति, सुखमय स्थिति से वायुमंडल में सुख के प्रकम्पन फैला रहा हूँ...।

३. धारणा : खुशनुमा स्थिति में रहना।

४. चिंतन : शुद्ध संकल्पों का स्टॉक जमा कैसे होगा?

ओम् शान्ति! 14-01-2025

अपनी शक्तिशाली मन्सा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

१. स्वमान : मैं लाइट-माइट से सम्पन्न आत्मा हूँ।

२. योग अभ्यास : मैं आत्मा एक चैतन्य लाइट हूँ, माइट हूँ। ज्ञान, गुण और शक्तियों से सम्पन्न बन अपनी शुभ भावना, शुभ कामना, श्रेष्ठ वृत्ति, श्रेष्ठ वायब्रेशन से सर्व आत्माओं को लाइट, माइट दे रहा हूँ...।

३. धारणा : सर्व के लिए श्रेष्ठ वृत्ति रखना।

४. चिंतन : किसी भी स्थान पर रहते अनेक आत्माओं की सेवा कैसे करें?

ओम् शान्ति! 15-01-2025

अपनी शक्तिशाली मन्सा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

१. स्वमान : मैं मास्टर बीज रूप आत्मा हूँ।

२. योग अभ्यास : मैं आत्मा परमधाम में बाबा के पास बीज रूप स्थिति का अनुभव कर रही हूँ। बाबा के समान शक्तिशाली हूँ। सर्व शक्ति सम्पन्न बन, शुभ भावना, शुभ कामना से चैतन्य झाड़ू को शक्तियों का दान दे रहा हूँ...।

३. धारणा : हियर नो ईविल, सी नो ईविल, टॉक नो ईविल, थिंक नो ईविल, मन सम्पूर्ण व्यर्थ मुक्त।

४. चिंतन : परम आनंद का अनुभव क्या है?

ओम् शान्ति! 16-01-2025

अपनी शक्तिशाली मन्सा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

१. स्वमान : मैं पूर्वज हूँ।

२. योग अभ्यास : मैं पूर्वज आत्मा, अपनी सर्व वंशावली आत्माओं से जुड़ी हुई हूँ। बाप समान पालनहार बन, मास्टर दाता बन सर्व मनुष्य आत्माओं को पवित्रता सुख-शांति का सहयोग दे रहा हूँ।

३. धारणा : स्वयं को जिम्मेवार आत्मा समझ आलस्य और अलबेलेपन से मुक्त रहना।

४. चिंतन : सर्व शक्तियाँ क्या हैं? उनका प्रयोग कब और कैसे करना है?

ओम् शान्ति! 17-01-2025

अपनी शक्तिशाली मन्सा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

१. स्वमान : मैं स्वराज्य अधिकारी हूँ।

२. योग अभ्यास : मैं आत्मा राजा अकाल तख्तनशीन हूँ। मन की मालिक बन मन में सदा समर्थ संकल्प को इमर्ज कर, अपनी पॉवरफुल मनसा से वायुमंडल में चारों तरफ अच्छे, शुद्ध वायुब्रेशन फैला रहा हूँ।

३. धारणा : करावनहार की स्मृति से कर्म करना।

४. चिंतन : मन की एकाग्रता क्या है ?

ओम् शान्ति! 18-01-2025

अपनी शक्तिशाली मन्सा द्वारा सकाश देने की सेवा करो।

१. स्वमान : मैं आत्मा महादानी, वरदानी हूँ।

२. योग अभ्यास : अंतर्मुखता की गुफा में बैठ बापदादा से शांति, शक्ति और पवित्रता की किरणें मुझ पर आ रही हैं। मैं आत्मा सर्व गुणों से सम्पन्न, संतुष्ट और भरपूर अनुभव कर रहा हूँ। बाप समान महादानी, वरदानी बन सर्व आत्माओं को गुणों और शक्तियों से भरपूर कर रहा हूँ...।

३. धारणा : सारा दिन मन को दोस्त बना कर रखें।

४. चिंतन : महादानी, वरदानी बनने की विधियां क्या हैं?