राजयोगिनी ब्र.कु. उषा,वरिष्ठ
राजयोग प्रशिक्षिका

अविश्वसनीय, अद्भुत किन्तु सत्य : परमात्मा ने सृष्टि पर प्रथम बार आकर स्वयं का परिचय दिया और शब्द उच्चारण किये...

"निजानंद स्वरूपम शिवोहम...शिवोहम", "प्रकाश स्वरूपम शिवोहम...शिवोहम', "ज्ञान स्वरूपम शिवोहम...शिवोहम"

ब्रह्मा बाबा(दादा लेखराज) को दिव्य साक्षात्कार में पहले विष्णु चतुर्भुज का दिव्य साक्षात्कार हुआ फिर महाविनाश का परिवर्तन का साक्षात्कार हुआ, स्वर्ग का साक्षात्कार हुआ और आत्मा का अनुभव हुआ लेकिन उसके बाद कराची से फिर वह मुम्बई कुछ कार्य अर्थ आये तो मुम्बई में उनका जो मकान था वहाँ सतसंग चल रहा था, आजतक कभी ऐसा नहीं हुआ था कि सतसंग के बीच से उठकर ब्रह्मा बाबा(दादा लेखराज) कहीं गए हों। क्योंकि वो ऐसा करने में गुरु जी का अपमान समझते थे। लेकिन तब अचानक पिताश्री जी को कुछ फील हुआ और वह वहाँ से उठे और उठ करके अपने कमरे में गए जो बहुत ही असाधारण था। उनके बड़े बेटे की बहू भी पीछे-पीछे गई तो उसने जो दृश्य देखा जिसका वर्णन करके वह हमेशा सुनाते थे कि पिताश्री अपने पलंग पर अपनी चारपाई पर अर्ध पद्मासन में बैठे थे और जैसे ध्यान मग्न थे, आँखें बंद थी यह दृश्य देखकर उनकी बहू सामने जाकर बैठ गई। उनको भी पिताश्री जी के व्यक्तित्व में एक आकर्षण महसूस हुआ जो खींची हुई वहाँ जाके नीचे बैठ गई और जैसे ही सामने बैठी तो धीरे-धीरे पिताश्री जी की आँखें जो बंद थी वो खुली और उनकी आँखों से एक तेजोमय लाल प्रकाश जो सारे कमरे को प्रकाशित कर रहा था, इतना प्रकाश था, इतना तेज था चेहरे पर, उसके बाद जैसे उनके मुख से आकाशवाणी हो रही हो इसी तरह आकाशवाणी हुई कि "निजानंद स्वरूपम शिवोहम्...शिवोहम्", "प्रकाश स्वरूपम शिवोहम्...शिवोहम्", "ज्ञान स्वरूपम शिवोहम्...शिवोहम्" और यह तीन महावाक्य उच्चारण होने के बाद धीरे-धीरे पिताश्री जी के नैन बंद हुए और वह प्रकाश जैसे लुप्त हो गया। उसके बाद पिताश्री जी अपनी स्वाभाविक स्थिति में आए और आते ही उनके मुख से यही आवाज़ निकली कहाँ गया वह प्रकाश, कहाँ गया वह प्रकाश? बहू ने पूछा पिताश्री जी आपको क्या अनुभव हो रहा है,तब उन्होंने कहा एक बहुत तेजोमय प्रकाश था हज़ारों सूर्य से तेजोमय प्रकाश और वो प्रकाश मेरे सामने आकर ऐसा महसूस हुआ कि जैसे मेरे भीतर आकर कुछ उच्चारण करके गए तब बहू ने सुनाया कि तीन महावाक्य मैंने सुने आपके मुख कमल से। यह था परमात्मा का सबसे प्रथम अवतरण परकाया प्रवेश एक साधारण मनुष्य तन में और वह परमेश्वर ने अपना परिचय दिया कि "निजानंद स्वरूपम शिवोहम्...शिवोहम्", "प्रकाश स्वरूपम शिवोहम्...शिवोहम्", "ज्ञान स्वरूपम शिवोहम्...शिवोहम्"। यह प्रथम अवतरण था और प्रथम परिचय ईश्वर ने अपना दिया उसके बाद पिताश्री जी जैसे कई बार ध्यान मग्न स्थिति में जाने लगे और हर बार वह तेजोमय प्रकाश कोई न कोई महावाक्य उच्चारण करके जाते थे। जैसे ही परमात्मा का अवतरण होता था तो सारे घर में एक चुम्बकीय आकर्षण फैल जाता था।

हर एक को महसूस होता था कि बाबा के कमरे में कुछ हो रहा है। सभी आकर के सामने बैठ जाते थे और धीरे-धीरे हर रोज़ कोई न कोई महावाक्य उच्चारण होने लगे और इस तरह से सत्संग आरंभ हो गया। परिवार वाले ही वो सत्संग करते थे और जैसे ही बैठते थे तो एक दिव्य अलौकिक अनुभव करते थे। धीरे-धीरे अड़ोस-पड़ोस के लोग भी सत्संग में आकर बैठने लगे। और उस सत्संग की विशेषता तो ये थी कि जब पिताश्री ॐ की ध्वनि लगाते थे और उस ॐ की ध्वनि में जो भी सामने बैठे हुये थे वो ध्यान में चले जाते थे। तो तब किसी को विष्णु चतुर्भुज का साक्षात्कार होता था, किसी को श्रीकृष्ण का साक्षात्कार होता था, किसी को स्वर्ग का साक्षात्कार होता था, किसी को महा परिवर्तन का। ऐसे विभिन्न साक्षात्कार होने लगे और धीरे-धीरे ये आवाज़ समाज में फैलने लगा कि दादा के सत्संग में जो भी जाता है उन्हें बहुत दिव्य अलौकिक अनुभव होता है। धीरे-धीरे समाज के लोग भी आने लगे और वह सत्संग बढ़ता गया। इतने लोग आते रहे लेकिन जहाँ इतने लोग सहजता से आते गए फिर धीरे-धीरे परीक्षा का दौर भी शुरू हुआ।

> 1937 में परमात्मा शिव ने परकाया प्रवेश कर अपना परिचय दिया और नये स्वर्णिम दुनिया की नींव रखी। विशेष तौर पर माताओं-बहनों को शिव शक्ति बनाकर निमित्त बनाया। उन्हें सृष्टि चक्र के सम्पूर्ण ज्ञान से अवगत कराकर, सुसंस्कारों से सिंचन कर, सृष्टि परिवर्तन का कार्य आरम्भ कराया।

परिवार वालों ने जब यह जाना कि वहाँ जा रहे हैं सत्संग में और उन्हें कोई सूझ-बूझ नहीं रहती है। कब काम खत्म करें और सत्संग में जल्दी जाएं, कब काम खत्म करें जल्दी सत्संग में जाएं क्योंकि उसी सत्संग में तो यह दिव्य अनुभव होता था। इसीलिए सबको आकर्षण होता था। धीरे-धीरे परिवार वालों को जब पता चलने लगा तो परिवार वालों ने रोक लगाना शुरू किया कि कोई ज़रूरत नहीं है रोज़-रोज़ सत्संग में जाने की। फिर जब वो अनुभव सुनाते थे कि हमें श्रीकृष्ण का दर्शन होने लगा, रोज़ हम श्रीकृष्ण का दर्शन करते हैं। वहाँ के पेपरों में आ गया कि बाबा कोई जादू करते हैं, लोगों को ईश्वर का दर्शन कराते हैं और इस तरह से अपनी तरफ खींच रहे हैं। मीडिया में आ गया, न्यूज़पेपर में आ गया और उसके बाद जब बहुत लोग आने लगे तो नैचुरल है कि जो भी सदस्य सत्संग में आते थे तो परिवार वालों ने उन पर रोक लगाना शुरू कर दिया। विशेषकर मातायें-बहनें ही ज़्यादा आती थीं।

इसीलिए माताओं को रोकना शुरू किया, कन्याओं को रोकना शुरू किया लेकिन परमात्मा ने यह दिव्य कार्य जो आरंभ किया उसमें पिताश्री जी को एक विज़न दिया कि नई दुनिया के सृजन के लिये आपको निमित्त बनना है और उस विज़न में यह भी बताया कि जिस तरह माँ अपने बच्चे के अंदर अच्छे संस्कारों का सिंचन करती है तो नई दुनिया के लिए भी स्वर्ग की सृष्टि का सृजन करने के लिए माता प्रथम गुरू है। जब वही माता शिव शक्ति बनती है और शिव शक्ति बनकर जो भी भाई-बहनें आते हैं उनके अंदर भी अच्छे संस्कारों का सिंचन करेगी।

सेम की फली के करिश्माई फायदे

सेम एक प्रकार की लता होती है। जिसकी फलियों को खाने के लिए प्रयोग किया जाता है। सेम की फली में बहुत सारी पौष्टिकताएं होने के कारण आयुर्वेद में सेम को औषधि के रूप में इस्तेमाल किया जाता है। सेम की प्रत्येक फली में 4-5 बीज होते हैं, जो अंडाकार होती हैं। सेम का सेवन कई तरह से किया जा सकता है, वैसे ज़्यादातर लोग सेम की सब्जी बनाकर खाते हैं।

सेम की फली में कॉपर, आयरन, मैग्नीशियम, फास्फोरस, प्रोटीन, कैल्शियम आदि अनगिनत पौष्टिकताएं होती हैं। सेम मधुर, थोड़ा कड़वा, गर्म तासीर होने के कारण भारी भी होता है। इसके अलावा सेम पेट फूलना, एसिडिटी तथा विष का असर कम करने वाला होता है। सेम के फायदों के आधार पर आयुर्वेद में कैसे औषधि के रूप में प्रयोग किया जाता है और क्या-क्या फायदा होता है जानते हैं-

गले का दर्द दूर करे

मौसम के बदलाव के साथ गले में दर्द, सर्दी-खांसी जैसी बहुत सारी समस्याएं होने लगती हैं। गले के दर्द से आराम पाने में सेम की फली का ऐसे सेवन करने पर आराम मिलता है। 5-10 मिली सेम के पत्ते के रस का सेवन करने से गले का दर्द कम होता है।

दस्त से दिलाए राहत

अगर खान-पान में बदलाव के कारण दस्त हो रहा है तो सेम के बीजों का काढ़ा बनाकर 10-30 मिली मात्रा में सेवन करने से उल्टी, दस्त, मूत्र संबंधी समस्या एवं पेट के दर्द से लाभ मिलता है।

पेट दर्द से दिलाए आराम

अगर मसालेदार खाना खाने से पेट में गैस हो जाती है, जिसके कारण पेट में दर्द होने लगता है। सेम के पत्तों को पीसकर पेट पर लगाने से पेट का दर्द कम हो जाता है।

पेट फूलने की परेशानी से दिलाये राहत

अगर अपच के कारण पेट फूलने की समस्या होती है तो उसमें सेम बहुत काम आता है। सेम के बीजों को आग में भूनकर खाने से आध्मान या पेट फूलने की समस्या में लाभ होता है।

अल्सर में फायदेमंद

सेम की फली अल्सर का घाव सूखाने में बहुत काम आती है। राजशिम्बो के बीजों को भैंस के दूध में पीसकर शाम के समय अल्सर पर लगाना चाहिए इस तरह लगाने से अल्सर का घाव शीघ्र भर जाता है क्योंकि शाम के समय गर्मी कम होती है।

कंडू या खुजली की परेशानी करे दूर

कभी-कभी एलर्जी के कारण खुजली की समस्या होती है। सेम के पत्ते के रस को खुजली वाली जगह पर लगाने से परेशानी कम होती है।

बुखार को करे कम

सेम बीजों का काढ़ा बनाकर 15-30 मिली काढ़े में 1 ग्राम सोंठ मिलाकर पीने से ज्वर या बुखार में लाभ होता है।

सूजन में फायदेमंद

सेम बीजों को पीसकर सूजन वाले स्थान पर लगाने से सूजन में जल्दी आराम मिलता है।

कैंसर के इलाज में लाभकारी

एक रिसर्च के अनुसार सेम में एंटी कैंसर गुण होने की वजह से ये कैंसर के लक्षणों को कम करने में मदद करता है।

श्वसन विकार के इलाज में लाभकारी

एक रिसर्च के अनुसार सेम में ऐसे गुण होते हैं जो कि रेस्पिरेटरी यानी श्वसन प्रक्रिया को स्वस्थ बनाये रखने में मदद करता है।

पाचन को स्वस्थ बनाये रखने में मददगार

सेम की फली पाचन संबंधी समस्याओं में भी फायदेमंद होती है। विशेष रूप से डायरिया में क्योंकि रिसर्च के अनुसार सेम में एस्ट्रिंजेंट यानी कषाय का गुण होता है जो कि डायरिया जैसी समस्याओं को दूर कर पाचन को स्वस्थ बनाये रखने में मदद करता है।

सेम की फली के उपयोगी भाग

आयुर्वेद में सेम की फली, बीज तथा पत्ते का इस्तेमाल सबसे ज़्यादा किया जाता है।

सेम की फली का सेवन कैसे करें

बीमारी के लिए सेम के सेवन और इस्तेमाल का तरीका पहले ही बताया गया है। इसके अलावा आप सेम की सब्जी बनाकर इसका सेवन कर सकते हैं। अगर आप किसी खास बीमारी के इलाज के लिए सेम का उपयोग कर रहे हैं तो आयुर्वेद चिकित्सक की सलाह ज़रूर लें। चिकित्सक के परामर्श के अनुसार -

15-30 मिली काढ़ा
5-10 मिली रस का प्रयोग कर सकते हैं।

सेम की फली कहाँ पाई और उगाई जाती है

समस्त भारत में इसकी खेती की जाती है तथा इसकी फलियों का प्रयोग साग के रूप में किया जाता है।