પુસ્તક નં. ૫ Book No. 5

એક જરથોસ્તી માટેની અગત્થની બાજો હાલી જમાનામાં તેની મહત્વતા

IMPORTANT BAAJ PRAYERS FOR A ZOROASTRIAN – THEIR UTILITY IN MODERN TIMES

In Gujarati & English

ઃ સંપાદક ઃ ખરશેદજી મા. પટેલ Cursetji M. Patel ચીનીવાલા બિરાદરો અને મસાની બિરાદરો ને અર્પણ

DEDICATED

TO

CHINIWALLA BROTHERS

AND

MASANI BROTHERS

INDEX

| શરૂઆતનો ખુલાસો | |
|--|----|
| About this Book | ચ |
| | 3) |
| નીરંગ-ઈ-આબેઝર | ٩ |
| પીશાબ યા હાજતે જતી વખતે ઘરવાની બાજ | 3 |
| હમામની યાને રોજ નાહતી વખતે લેવાની બાજ | Ę |
| બાજ જમવાની | 90 |
| નખ. બાલ કાપતી વખતે ભણવાની નીરંગ (૧) | 93 |
| બાલ માટેની ખારા બીજી નીરંગ | 97 |
| ઈત્તેલામની બાજ | 98 |
| વધારો - ઊંઘમાંથી ઉઠીને બીછાણામાંજ બેસીને ભણવાની નીરંગ | 19 |
| રાત્રીએ સુતી વખતે કરવાની ભલી દુઆ | 99 |
| ત્તરો-ગોમએઝ-આબેઝર | ٩८ |
| Baaj to be recited in the Morning on Awakening | 19 |
| Baaj to be recited while proceeding to | ., |
| Answer the call of Nature | 20 |
| Baaj to be recited and Tarikat to be observed | |
| while proceeding for a bath | 21 |
| Baaj to be recited while proceeding to eat | 24 |
| Baaj to be recited while cutting nails or he hair on the head | |
| | 25 |
| Baaj to be recited while cutting the hair near he private parts (Pubic hair) | |
| Baaj to be recited by men when faced with the | 26 |
| ituation of nocturnal emission (wet dream) | 27 |
| Additional:- | 21 |
| Jnghmathi uthine Bichhanamaj Besine | |
| Bhanvani Nirang | 29 |
| Ratre Suti Vakhate Karvani Bhali Dua | 29 |
| aro/Gaomez/Ab-e-zar | 30 |
| ractical Viewpoint Dini-Avaz | 31 |
| AUT. W. UT. | 32 |

શરૂઆતનો ખુલાસો

આપણા પુજય પેગામ્બર સાહેબે જરથોસ્તી દએનમાં એવી તરીકતો આપી છે, કે જેથી આપણા જીવજાનને પોષણ આપતી ગવની ગતીનું જોર વધે, અને વોલુનને લગતી ખરફસ્ત્રી તોરની હવસોની ગતીનું જોર દબાય. દુજની ગતી, આપણાં જાનને ટેકવનાર - અઝદ ઉપર હલ્લો કરી, આપણા જીંદગીના પાણીને સુકવી નાખીને, આપણને ખતમ કરી નાખે છે. તરીકતો જે જચ્ઘોસ્તી દીનની નાની મોટી છે, જેમાં બાજોનો ભાગ ઉપયોગી અને નહિ ચુકાય તેવાં પારસીપણાને ટેકવવાની, અને કુદરતી રીતે બહાર નીકળતી દુજી ગતીને, નરમ કરી અને ગવની ઉપરના ભારને ઓછો કરી, ગવને મજબૂત બનાવે છે.

નીચે બતાવેલી બાજો જે આ ચોપડીમાં સમજાવેલી છે, અને બીજી થોડીક અગતયની તરીકતો, કોઈ આ જમાનામા પણ કરવા માંગે, તો પાળી શકાય તેમ છે. વીદવાન ડો. સાહેબ ફરામરોઝ ચીનીવાલા લખે છે કે ''આ બધી તરીકતો જેઓ તનૂરૂપની છે તેઓના જીવ આત્મા તરીકે મહેર પતેત છે અને તેઓનાં રૂવાન તરીકે વરેન-અચળ એતેકાદ છે અને તેઓનાં બઓદ તરીકે આઝાદગી-ખએત્વની હાલત છે અને તેઓના ફરોહર તરીકે અષનાં પગથીયાં છે.''

- ૧) સહવારના પહોરમાં ઉંઘમાંથી ઉઠતાની સાથે ૧ અષેમ ભણવો અને બીછાણામાં બેસીને જે ભણવાનુ છે તે કરવું (જે વાચકો માટે આ ચોપડીમાં વધારો તરીકે આપયુ છે)
- ર) નીરંગ આબ-ઈ-ઝર (તરો) લેવાની યાને શેકસ્તેહ શેકસ્તેહ શયતાન ભણવી.
- પીસાબ. હાજતે જતી વખતની બાજ ચુપચાપ, દેખાવ કર્યા વગર લેઈ લેવાની.
- ૪) હમામની બાજ યાને નગ્ન હાલતમા નાહતી વખતે લેવાની બાજ અને તરો જે તરીકતનું હથીઆર છે તેનો ઉપયોગ કરવો.
- u) જમવાની બાજ (વાત કરવા વગર) બને તો કરેલી સારી છે. દીન દસ્તુરે મોબેદોએ તો પાલવાનીજ.

- કુસ્તી કરવી તકેદારીથી હર મોકા ઉપર, સહવારના ઉઠયા પછી, ભણવા પહેલાં, હાજતે જઈ આવીને, ખાવા પહેલ્લાં. ગાહો બદલાતી વખતે, રાતે સુવા પેહલ્લાં.
- ૭) ઈત્તેલામની બાજ પાળવી, ખલલ થાય તેવુજ ૯ મીનીટમાં ગોમેઝથી યાને તરાથી ખરડાયલો ભાગ, અને ખરડાયલુ કપડું સાફ કરી નાંખવું - આખાં શરીર ઉપર ગોમેઝ લગાડીને રહેવું. સુકાય કે નાહી લેવું. જો નાહવાનું બનતું નહી હોય તો હાથની ખોબલીઓમાં પાણી લઈ દીલ પાણીથી સાફ કરવું અને નુછી નાખવું. આટલાથી કાંઈ નહીતો ઉતસ્તો છેલ્લો મસ્તબો સચવાઈ જશે.
- ૮) નખ બાલ કાપતી વખતેની નીરંગ છૂપી ગાહ આગળના બાલ કાપવા માટેની નીરંગ - બાલ, નખ કાઢવા પહેલ્લા ગોમેઝ તે ઉપર લગાડવો. અને કાઢયા પછી દીલ ઉપર બઘેબધ ગોમેઝ લગાડવો, પછી ડાબા હાથની હથેલી માથાં ઉપર મુકીને નીરંગ ભણી જવી. અને નાહી લેવ.
 - જો સેલુનમા ગયા હોઈએ તો આવીને ઘરમાં કાંઈપણ અડકયા વિના મોરીમાં જઈ કપડાં સર્વે કાઢી, કપડાને અને શરીરને તરો લગાડી ઉપર કહયું તેમ નીરંગ ભણીને પહેલ્લાં કપડાં પાણીમાં બોળવા અને પછી નાહી લેવું. આ માટે એક જાદુજ ખમીસ, પાટલુન, સંદશે, જાુની કસતી વીગેરે રાખે તો બહેતર, જે હરવખત બાલ વીગેરે કપાવવા જવામાં કામ આવે.
 - બાલ, નખને દાટવાની ખુશ નસીબી હાલનાં જમાનામાં નથી, જો થાય તો પુન્ય છે. તો બાલ, નખને કાગલમાં પડીકું બાંઘી. ઉપર તસે નાંખી, લોકોની આવણજાવણ નહિં હોય ત્યાં નાંખી દેવું. જગાનાની સજા શીર ઉપર "પાદે ફરાહ" તરીકે રહેશે.
- ૯) પતેત આપણા માટે. તથા ઉરવાનની નૈયતે સરોશ પતેત કરવી. ચેરાગનો નમસ્કાર, ફરવરદેગાનના દહાડાનું ભણતર કરવું અને ખાસ ફરજયાત તરીકે ખુરશેદ - મેહરની નીઆએશ, અને રાતે સરોશ વડી અને આતશની નીઆએશ કરવીજ જોઈએ.

૧૦) પોતાને હાથે નાહન નાહવાની તબે સારી છે.

આગલા જમાનાઓમા બસ્તે-કુશ્તીઆનોને પહેલેથીજ જીદગી કઈ રીતે ભોગવી શકાય તેની તરકીબ શીખવવામાં આવતી હતી. બચ્ચાઓની ઉપર પહેલેથીજ તે છાપ મારવામા આવતો કે દુન્યાની સંપત્તિ કરતાંબી મીનોઈ સંપતી વધુ િંમની છે.

ઈલમીયતમાં જણાવેલું છે કે જેવા રૂવાનો ગુનાહ યા સવાબના ઉતરવાના હોય, તે પ્રમાણેની સંસ્કૃતિ આ ઘરતી ઉપર ચાલુ થાય છે. જેમ જેમ બદીના ગુબારો નેકીના ગુબારોને દબાવતા જાય, તેમ જમાનો ગદલો થાય છે. અત્યારે કલયુગના કયામતનાં જમાનામાંથી તરી જવા, તરીકતો ઉપર ઉશતવાર રહેવુ ઘટે છે. આપણા શરીરમાંથી બહાર પડતો વોહુનનો જોશ, અને ગદલા જમાનાનો પ્રવાહ, આપણી ગવને કચડયા કરે છે માટે તરીકતોની જરૂરયાત છે. કે જેથી અસરે તારીકીનો સરદાર શેતાન એકદમ સીઘ્ધો હુમલો લાવી, તમામે તમામ દમમાં પેસીને આપણને અજરથોસ્તી મતીના નહીં કરી નાખે. ઈનસાને તો ઈનસાનીઅતના જોરે પોતામાં રહેલા હેવાનને કાપીને ખાઈ જવો, કે જેથી તે હેવાનની સદગતી થવે, કુદરતના હુમત, હુખ્ત, હવરશ્તના વિચારોને જોર મળે. આજનાં ઈનસાનની હાલત આવી થતી નથી. માટેજ અગવડોની સાથેબી તરીકતોનો સૌથી હેઠળો પ્રકારબી છોડી દેવો નહીં. ભાંગી તૂટી તરીકત પણ હેઠળા પ્રકારની પાળવીજ કે જેથી થોડોબી ફાયદો જમાના અનુસાર થાય.

દરેકે દરેક તરીકતોમાં કુદરતની સચ્ચાઈ રહી છે. આ હકીકતી સચ્ચાઈ બસ્તે-કુસ્તીઆનને અને તેની મારફતે અન્ય વર્ણોની સમાજોને અને તે બઘા મારફતે કુલ ગેતી-નીસ્તીને દાદાર તરફ પાછી ફેરવવા કુદરતમાં કામ કરી રહે છે. આ બધું સંપૂર્ણ જાણવા માટે વિદવાન ડો. સાહેબ ફરામરોઝ ચીનીવાલાની "ખુરદેહ અવસ્તા બા દન્મ-તાવીલ" વાંચવાની ભલામણ કરવામાં આવે છે. સાથે પારસી વેજીટેરીયન એન્ડ ટેમ્પરન્સ સોસાયટી અને જરથોસ્તી રાદી સોસાયટીની "ખુરદેહ અવસ્તા." અને "ઘાર્મીક જીંદગી ગુજારવાના જરથોસ્તી કાયદાઓ," બમનજી બ. રીવેતનાના પુસ્તકો વાંચવા.

- ખરશેદજી મા. પટેલ.

About This Book

The object of this book is twofold: first to impress upon the Parsi community, which has forgotten to a great extent that the 'Baj Tarikats' given in the Zarthushti Din, play a very important role in the day to day life of a Zarthushti, both spiritually as well as in his worldly life and second, that all these Baj will be available to an individual at one place together in both Gujarati as well as in English. In Gujarati one will find these 'Baj' prayers in many books and in full (Tamam) Khordey-Avesta, but in English it is perhaps for the first time that these special prayers are published.

At present, due to our educational system, bulk of the Parsees do not know how to read Gujarati, or they have to exert a good deal to read and understand the same. Keeping this in view, effort is made here to give all the Baj in English, in which my friend Mr. Hanoz Mistry has helped considerably in doing the Transliteration of Avesta scriptures, as well as in checking the English proofs.

The book is entirely based on Dr. Sahib Framroz Chiniwalla's "Khordey-Avesta ba-Khshnoom-Tavil," 'Khordey-Avesta' of Parsee Vegetanan and Temperance Society and Radi Society, and Bamanji B. Rivetna's "Dharmic Zindagi Gujarvana Zarthoshti Kaidaao."

It is my sincere prayer, that those who read this book will try their best to follow, if not all, atleast some of the "Tarikats", with heart within, and God overhead, and maintain their 'Parsi-Panu' which is being erased because of non-compliance of these 'Baj Tarikats'

God Bless!

- Cursetji Maneckji Patel

બાજો

જરથોસ્તી ઘર્મમાં અશોઈને બહુ મોટું સ્થાન છે અને અશોઈ ઘર્મનો પાયો છે. આ અશોઈ પ્રાપત કરવા માટે જરથોસ્તી દીનમાં જેટલી પણ નાની મોટી તરીકતો સમાયેલી છે તેનું શિસ્ટ પાળનની જરૂરીયાત રહે છે અને આ તરીકતોમાં અપાયલી જાુદી જાુદી બાજો એક અગત્યનો દરજ્જો ઘરાવે છે.

એક બરતેકુશ્તીયાને કાંઈ નહીં તો થોડીક અગત્યની બાજો હરરોજ તેના મોકા ઉપર કરવી ઘટે છે. જેમકે સહવારના ઉઠતાંની સાથે શેકસતેહ શેતાનની બાજ, કુદરતી હાજતે જતી વખતે હાજતે જવાની બાજ, સ્નાન કરતી વખતે નાહવાની બાજ, જમતી વખતે જમવાની બાજ, સ્વપન દોષ વખતે ઈત્તેલામની બાજ વીગેરે.

૧. નીરંગ-ઈ-આબેઝર

સહવારના ઉદ્યમાંથી ઉઠયા પછી "નીરંગ-ઈ-અબેઝર" યા નીરંગ-ગઓમીજી લેવાની બાજ, જેને કોઈક લોકો "શેકસતેહ શેકસતેહ શયતાન" ની બાજથી પણ, તે બાજના પહેલ્લા શબદો ઉપરથી ઓળખે છે, તે લેવાની અતિશય જરૂર છે; કમનસીબે આ બાજ ૧૦ ટકાજ પારસી ઘરોમાં લેવાતી હોય એમ લાગે છે. કારણ આજ કાલ તરા નો ઉપયોગ ભાગ્યેજ પારસી ઘરોમાં થાય છે.

આ બાજ લેવા માટે આબેઝર યાને ગોમએઝ યાને તરો જમાગાં હાથની ખોબલીમાં ખપ જોગો લેવો અને પછી નીચે મુજબ ભણતર ભણવું:-

કનઓથ્ર અહુરહે મજદાઓ અષેમ વોહુ (૧) શેકસતેહ શેકસ્તેહ શયતાન, અહેરેમન ગજસ્તેહ કારો કરેદાર, નરસદ ગજસ્તેહ કારો કેરદાર; સીઓસે અમેશાસ્પંદ, દાદાર અહુરમજદ પીરોજગર પાક; અષેમ વોહુ (૧) (ત્રણ વાર પઢે). હવે ખોબલીમાના તરાએ બન્ને હાથોની હથેલી ભીજવવી અને પહેલો યથા આખો ભણતા ડાબા હાથે જમણા હાથની કોણીથી લગાડતા છેક નીચે આંગળાના નખ સુધી ઉતરતા હાથે લગાડવો. પછી બીજો યથા ભણતા જમણા હાથે ડાબા હાથને એજ પ્રમાણે કરનું. પછી ત્રીજો યથા ભણતાં માથાંના કપાલપરથી ઉતરતા હાથે મોઢું કાન અને ગરદનથી ગળા સુધી લગાડવો. ચોથો યથા ભણતાં જમણા પગની ઘૂંટી અને ઉપરની પાતલીપરથી ઉતરતા હાથે પગના નખ સુધી, તેમજ તળીયે પગની એડીથી તે આંગળાં સુધી લગાડવો અને પાંચમો યથા ભણતા તેજ પ્રમાણે ડાબા પગ પર કરવું.

આ ગોમએઝ લગાડતી વખતે એવા ખ્યાલ, મીઇ યાને વિચાર ચલાવવો કે "મારા ઉશ્તાન પ્રાણવાયુની ઉપર ઉંઘ દરમ્યાન તીંરે ગોહર, અંધકારનો ગાશક જે સતની વખતે દરેક જાનદાર પેદાયશ ઉપર હલ્લો, ઘસારો કરે છે, તે સૂરજના પ્રકાશ-તાપને લીધેજ કપાતો રહે છે, તે ગલ્બો નિર્મળ થઈને જમીનની સ્પેનતા આર્યઈતી તરફ ખેંચાઈ ખાતરમાં ફેરવાય. આ તરીકતના મીઘ મારામાં આખો દિવસ આમેજ રહે જેથી ખરાબ વિચારોને પણ હું મારી હઠાડયા કરૂં."

હવે લગાડેલા તરાને સુક્કી ખાક યા રેતી વડે સુકવવો યા એમજ સુકાવા દેવો. ત્યારબાદ કપડાનાં પેવંદથી પાણીનો ભરેલો કળસ્યો લઈ (યા નળ નીચે) **દનઓથ્ર અહુરહે મજદાઓ અપેમ વોહુ ૧** ભણતા તરો લગાડેલા બધા ભાગોને બરાબર ધોઈ નાખવા. (જો તુરત હાજતે યાને વારા પીસાબે જવ્ય હોય તો હાથો ધોઈ નુછીને પછવાડે જવું.)

શાયસ્ત લા શાયસ્ત જો તરો નહી મળે તો ખાટું લીબું યા રાખ વાપરવાનો કાયદો છે. અલબત તેની અસર તરા જેવી થઈ શકતીજ નથી.

ર. પીશાબ યા હાજતે જતી વખતે ઘરવાની બાજ

હાજતે જતા સંડાસથી ૩ કદમ દૂર ઉભા રહી, યા બને તેટલા દૂર ઉભા રહી હાજતની બાજ ધરવી. (૧ કદમ = ૩॥ ફૂટ.)

ક્નઓથ્ર અહુરહે મઝદાઓ અષેમ ૧. વનાહ શેકસ્તહે સદ હઝાર બાર. યથા ૧.

આટલું ભણી હાજતે જવું. હાજત કરતી વખતે શાદ મીથ્ર યાને નેક વિચારો રાખી હાજતે કરી રહયા પછી બહાર આવી, જ્યાં ઉભા રહીને બાજ શરૂઆતમાં ધરી હતી ત્યાંજ પાછા ઉભા રહીને ભણવું.

અષેમ વોલૂ (૩)

હુમતનાંમ હુખ્તનામ હવરશતનાંમ, યદચા અન્યદચા, વરેજયમ્નનાંમ્યા વાવેરેજનનામ્યા મહી

અઈબી જરેતારો

નએનએસ્તારો, યથના વોહુનામ મહી. (બે વાર પઢે) હક્ષશ્રોતેમાઈ બાત ક્શેમ અહમ્ત હયત

અઈબીદર્દમહિચા,

ચિષ્મહિયા હવાનમહિયા હયત મજદાઈ અહુરાઈ, અષાઈયા વહિશતાઈ. (૩ વાર પઢે) યથા અહુ વઈરયો (૪)

અહુનેમ વઈરીમ યજમઈદે; અષેમ વહિશ્તેમ સ્રએશ્તેમ અમેષેમ સ્પેન્તેમ યજમઈદ

યેઘલે હાતાંમ આઅત યેસ્ને પઈતી વંઘલો, મજદાઓ અલુરો વએથા અષાત હચા, યાઆંઘલાંમ્ચા તાંસચા તાઓસચા યજમઈદે. અષેમ વોલ્ ૧.

ઉપલી બાજનું ભણતર કરી, હાથ, મોઢું, કાન, ગરદન ઉઘાડા પગો

ધોવા પણ મોઢામાં પાણી લઈ કોગળા કરવા નહી. પછી રેવાજી કુસ્તી કરવી.

પીશાબ યા હાજત કરતી વખતે બિલકુલ બોલવું નહી તેમજ ઉત્તર દીશાએ મોહ કરી બેસવું નહીં. ખરાબ વિચારોથી બાઝ આવવું, નહીં તો દરૂજીનું જોર ઘણુંજ વધી જાય છે. મળમૂત્ર કરતી વખતે હરીરી યાને અણદીઠ (unseen)સૂશ્મ જંતુઓ (Microbes) બહુજ હોય છે. જે હવા તથા સૂરજના દીઠ અને અણદીઠ કિરણ સાથે સંબંધમાં આવ્યાથી ખરાબ મેગ્નટીક પ્રવાહ ઉત્પન્ન થાય છે જે દમમાં જવાથી શરીરની બીમારીને લગતું નુકશાન કરે છે. વળી આ હરીરી શરીરની અઈપીના સારાં મેગ્નેતીઝમને કાપી નાખે છે, જેથી મનનો મેલ વધી જાય છે. અને મનનો કાબુ ખોરવાતા તે વધુ ખરાબ વિચારોનો ભોગ દિવસે દિવસે થાય છે. આનો અટકાવ કરવા માટે પિશાબ યા હાજત કરતી વખતે એવા વિચારો કરવા કે ''અસરે રોશનીનો'' વધારો થાય અને ''અસરે તારીકીનો'' ઘટાડો હોજો.

પીશાબ યા હાજતે જતી વખતે ત્યાં ઉત્પન્ન થતી દરૂજી, ખરાબ શક્તિથી બચાવ કરવાને વાસ્તે આપણે બાજ ઘરી, એક જાતનો સ્તોતનો કીલ્લો આપણી આસપાસ ઉભો કરીયે છીએ, જેથી આપણાં ખોરહેનો બચાવ થાય અને વાતાવરણમાં જે ખરાબ શક્તિ ઉભી થાય તે નિર્મૂળ થઈ. જમીનમાં ખેંચાઈ જાય, અને જે કાંઈ આપણી અઈપીમાં યાને આપણી પોતીકા આસપાસની મેગ્નેટીક વાતાવરણમાં આવેલો બગાડો કુસતી પાદીઆવ કરી પૂરો દૂર કરીએ.

ઉભા રહીને પીશાબ કરવા કરતાં અકરૂ બેસીને કરવી બેહતર છે. એક પણ પીશાબનો છાંટો કપડા ઉપર યા શરીરપર લાગવાથી તે અપવિત્ર થાય છે. પીશાબ કરી રહ્યા પછી સુક્કી ખાકની ખરઉ, યા સુક્કી મટોડીના ટુકડાએ પીશાબ બહાર નીકળવાના માર્ગને લગાડી પીશાબના ટીપાંને શોષી લે તેમ કરવું. પીશાબ કરી રહ્યા પછી થોડો જાસ્તી વખત થોભી સર્વે પીશાબ બહાર નિકળી જાય તેની તાકીદ રાખવી. સફા કરવાના કામ માટે પાણી વાપરવુ નહીં કારણ કે તેથી દરૂજીએ-હઈસ્નું જોર વધી જાય છે. મળ નીકળે તે ખરડાયલા ભાગને સાફ કરવાજ સારૂજ થોડાક પાણીનો ઘટતો ઉપયોગ કરવો. બનતાં સુધી નહાવા ધોવાની મોરીમાં ગમે ત્યારે પીશાબ કરવી નહીં, અને બને તો એ જુન્ની વપરાયેલી સપાટ છૂટી સંડાસની નજદીક મૂકી તે પહેરી પીસાબ યા હાજતે જવું, અને બહાર આવતી વખતે પાછી ત્યાંજ મૂકી ચાલુ વપરાતી સપાટ યા પાવડી પહેરી લેવી. દીની કાયદા પ્રમાણે પાણીની અંદર મળમુત્ર નાખવાનો ગુનાહ ગણેલો છે. પરન્તુ હાલના જમાનામાં ફલશ સીસ્તમના સંડાસો હોવે આપણો બીજો કાંઈ ચારોજ નથી. આપણેથી થાય તેટલું જરૂરજ ખુબ કોશેષથી કરવું; નહીંજ થાય તે વાસ્તે ખોટો ઢોંગ ન કરવો. હર વખતે આ થતા ગુનાહ માટે મનમાં પતેતના મીઘ સાબેત રાખવા અને બીજાું કુદરત ઉપર છોડવું.

કેટલાક હમદીનો આજકાલ પીસાબ યા હાજતે જઈ આવ્યા પછી કુસ્તી પાદીઆવ કરવાની પણ દરકાર કરતા નથી, આ નુકસાનકારક છે. આપણને આપેલી સુંદર તરીકતોનુ રહસ્ય નહી સમજવાથી દીની તરીકતો નાહક હિણાય છે.

3. હમામની યાને રોજ નાહતી વખતે લેવાની બાજ

પહેલ્લા તો જરથોસ્તી દીનના કાયદા મુજબ સાધારણ રીતે અઈવીસ્તુથેમની મહેરથી (યાને સૂરજ અરત પામ્યા પછીની બીજી ૩૬ મીનીટથી) તે રાતના 3-૪૦ વાગ્યા સુધી નહવાય નહીં. પરન્તુ ગોસલની હાલતમાં (Seminal discharge) વખતે તે લાગુ પડતું નથી.

નાહવા અગાઉ જોઈતી ચીજો તૈયાર રાખવી જેથી આંગપર સુદરેહ કુસ્તી વગર ચાલવું યા બોલવું યા માગવું નહી પડે. કપડાં કાઢતી વખતે પહેલાં કુસ્તી પછી સુદરેહ, પછી પાયજામો પછી માથાનું પહેરણ અને છેવટે પગમાં પહેરેલી સપાટ વગેરે કાઢવું. સુદરેહની બાય તથા પગમાનું પહેરણ મરદ હોય તો જમણી બાજાથી અને ઓરત હોય તો ડાબી બાજાુથી પહેલે કાઢવું.

હવે આપણે ઉઘાડે માથે અને નગ્ન શરીર છીએ એટલે બાજ લેતી વખતે મસ્દે પોતાના ડાબા અને એસ્તે પોતાના જ જમણા હાથની હથેલી માથાંના તાલકાં ઉપર વચમાં મુકવી. અને બીજા હાથે યાને મસ્દ હોય તો જમણો આવે અને ઓસ્ત હોય તો ડાબો હાથની અંગુઠાની તુસ્ત પાસેની આંગલી (Index Finger) પેટની દુંટીને લગાડેલી રાખીને નીચે મુજબ નહાવાની બાજ બીસ્તા યાને અવાજ કાઢયા વગર(whispering tone) (મુંગે મોઢે) ઘરવી.

ક્તઓથ્ર અહુરહે મજદાઓ અષમ વોહુ ૩.

ફવરાને મજદયસ્નો જરથુશત્રિશ વીદએવો અહુર-ત્કએષો (જે ગેહ હોય તે પઢે) સ્ત્રઓષહે અખ્યહે. તખ્મહે. તનુ-માંથ્રહે. દરષિદ્રઓશ. આહુઈરયેહે. કનઓથ્ર યસ્નાઈચ વહમાઈચ કનઓથ્રાઈચ ફસસ્તયએચ. યથા અહુ વઈરયો જઓતા ફ્રામે મુતે. અથા સ્તુશ અષાત્ચિત હચ ફ્રા અષવ વીદ્વાઓ મુઓત્. ં અહુનેમ વઈરીમ્ તનૂમ પાઈતિ અહુનેમ વઈરીમ તનૂમ્ પાઈતિ, અહુનેમ વઈરીમ તનૂમ પાઈતિ યથા અહુ વઈરયો ૧.

કેમના ગજદા મવઈતે પાયૂમ દદાત્, હ્યતમા દ્રેગવાઓ દીદરેષતા અએનંઘલે, અન્યેમ થ્વહમાત્ આથ્રસ્ચા, મનંઘહસ્ચા, યયાઓ ષ્થઓથનાઈરા અષેમ થ્રઓશ્તા અહુરા! તાંમ્ મોઈ દાંસ્ત્વામ દએનયાઈ ફ્રાવઓગા.

કે વેરેથ્રેગ-જ થ્વા પોઈ સેંગ્હા યોઈ હેન્તી, ચિથ્રા મોઈ દામ અહુબિશ રતૂમ ચીજદી; અત્ હોઈ વોહુ સેરઓષો જન્તુ મનંઘહા, મજદા અહમાઈ, યહમાઈ વધી કહમાઈચિત.

પાત-નો તબિષ્યન્ત, પઈરિ, મજદાઓસ્ચ આરમઈતિશચ સ્પેન્તસ્ચ, નસે દએવી દુક્ષ, નસે દએવો ચિથ્રે, નસે દએવો ફ્રક્શતે. નસે દએવો ક્રદાઈતે, અપ દુક્ષ નસે અપ દુક્ષ દ્રાર, અપ દુક્ષ વીનસે, અપાખેદ્રે અપ-નસ્યેહે; મા મેરનચઈનીશ ગએથાઓ અસ્તવઈતીશ અષહે. (એમાં સ્ત્રઓષેમ અષીમ હુરઓદેમ વેરેથ્રાજનમ ફ્રાદત... યઝમઈદેનું આખું પદ મુદલ ભણવું નહિં.)

બાજ ઘરી રહ્યા પછી માથાં અને ડુંટી ઉપર મુકેલો હાથ અને આંગલી ખસેડવી. પછી આખા શરીર ઉપર ગોમેજ યાને તરો લગાડવો (બને તો ત્રણ મરતબે લગાડવો) અને એવો વિચાર કરવો કે અએ ખોદા, તરીકત મુજબના આ તરાથી મારી અઈપિ શુઘ્ધ થઈને કેહર્પનું કામ આસાન થજો. ખરાબ વિચારો, વચનો કામોનો ઘટાડો હોજો ગુનાહોથી દૂર જાઉં અને પતેત મહેરમાં લીન રહું. મારાં તનને-અઝદને-અઈપિને શુઘ્ધતા મળ્યા કરજો, કે જેથી કહેર્પની દરોસ્તી રહ્યા કરે; કે જેથી મરણ પછીની સેશબ ત્રણ દહાડામાંજ ખતમ થઈ ચોથે દહાડે ચહારૂમમાં ચીનવત ઉપર બેહેશ્તી હાલતમાં હોઉં.

પાણીથી બેઉ હાથો પહોંચા સુધી ત્રણ મસ્તબે, મરદે પહેલ્લાં જમણો

ઓસ્તે ડાબો પાવ કર્યા પછી માથાં ઉપર પાણી નાખી માથાંથી માંડી આખુ બદન સ્વચ્છ કરવું. નાહતી વખતે બોલવું નહીં યા આડા અતાડા વિચારો કરવા નહીં-બને તેમ ઉત્તર દીશાએ મોહ કરી નાહવું નહી.

હવે નાહી રહ્યા પછી આંખુ આંગ બરાબર લુછી નાખવું અને પહેલાં માથે ટોપી યા માથાંબાનુ પછી પગનું પહેરણ સપાટ પાવડી વીગેરે પછી પાયજામો, પછી સુદેરેહ મરદ હોય તો પહેલે જમણી ઓરત હોય તો ડાબી બોય પહેરવી, અને ખભાં ઉપર કુસ્તી બેઉ બાજુ અરઘી અરઘી ઝુલતી રહે તેમ મુકવી. છેડાવાળો ભાગ ખભાની જમણીગમ રાખવો. હવે મોરીમાંથી બહાર આવી ચોખ્ખા પાણી વડે હાથ મોઢું ઘોઈ લુછી નાંખી નીચે મુજબ નાહવાની બાજ મુકવી.

કુસ્તીને હાથમાં પકડી મરદ હોય તો જમણા હાથની અને ઓરત હોય તો ડાબા હાથની અંગુઠા પાસેની પહેલી બરજીસી આંગળી પેટની ડુંટીને લગાડી જમીન તરફ નજર કરીને ભણવું. નેમસચા યા આરમઈતીશ ઈજાચા (3 વાર પઢે)

હવે ડુંટી આગળથી આગંલી ખસેડી નાખવી. પછી અષેમ વોલુ ૧ પઢવી. પછી કનઓથ અલુરહે મજદાઓ અષેમે ૧ પઢી અલુરમજદ ખોદાએ ભણતાં કુસ્તી બાંધી બાકીનો છેક કેરફેલ મોજદ સુધીનો ભાગ

પૂરો કરવો. એટલે નાહતી વખતે લેવાની બાજ પૂરી થશે.

[આ બાજ લેતી વખતે માથાં ઉપર હથેલી રાખવાની અને ડુંટી ઉપર બરજીસી આંગળી મુકવાની ખાસ મતલબ છે, જે સમજાવવામાં આવી છે, જેમા આપણે અહીં ઉતરીશું નહી. એટલુંજ પુરતું છે કે હાથની હથેલી ઉપર ચંદ્રમાની અસર હોય છે જેનું માથાના તાલક સાથે પેવંદ થવે, ('સરોશ યઝદ' જેઓ આવા વખતે ઈનશાનથી દૂર થાય છે) સરોશની ગતીને લહીયાનમાં સાબેત રાખવાનું કામ ચંદ્રમાની ગતિ તેટલો વખત કરી રહે છે-અણદીઠ ટોપી કરે છે. ડુંટીની ઉપર ભ્રેસ્પતીની અસર છે-અંગુઠા પાસેની પહેલી આંગળી ઉપર પણ ગુરૂની અસર છે. ડુંટી આગળ નિરંતર સ્પેના અને ઘનાની મારામારી ચાલ્યાજ કરે છે. ડુંટી ઉપર આંગળી મૂકવે આંતરડાંની જમીન પરોપકારી થાય, નર્કના વાસમાં દોઝખમાં, આરમઈતીની બરદાસ્તની ગતી જામે એવી દુઆ છે.]

હરરોજ સહવારના નાહવાની ટેવ રાખવી. બીમારી યા અડચણને લીધે નાહ્યા વગર ૭૨ કલાક યાને ત્રણ દિવસજ રોજની ફરજયાત બંદગી કરી શકાય. બૈરાંઓએ પણ ઘણાં દિવસો ન ગાળતા ત્રણ દિવસે માથાવેરથી નાહવું. દૂર બેઠેલી ઓરતે તેની દરૂજી-એ-બુજીની હાલતમાં બિલકુલ નાહવું નહી.

૪. બાજ જમવાની

જમવાની બાજ માટે જાણકારોમાં બે મત છે. કેટલાકનું કહેવું છે કે આપણે અત્યારે સાધારણ રીતે તરીકતનો ખોરાક ખાતાજ નથી, અને જમવાની બાજ તરીકતના ખોરાક માટે છે, આજે તો આપણે કેસાસની રૂએ ઘણી બીનઈચ્છવાજોગ ચીજોનો આહાર કર્યે છીએ. તેથી સામાન્ય, બેહદીન બસ્તેકુસ્તીઆનોએ આ બાજ લેવી જરૂરી નથી. આ અદના લખનારનું એવું માનવું છે કે જે પણ હોય તે ખરૂં, પરંતુ બાજ લેવાથી કાંઈ નહી તો પાચન શક્તિમાં ખરેજ મદદરૂપ થઈ પડશે.

ખોરાક ખાવાની ફીલસુફી અતિ અગત્યની ઉપરાંત ગૃહ્ય છે, તેના ઊંડાણમાં આપણે અહીં ઉતરીશું નહી. પણ સાઘારણ રીતે જમવાની બાજ કેમ ઘરવી અને વખત જોતાં તેમાંથી જેટલું થાય તેટલાની કોશેશમાં રહેવાની દુઆ ગુજારીશું.

જમીન પર બેસીને જમવાનું ફરમાન હોવે તે જમીન બરાબર સાફ કરવી અને શેતરંજી યા સાદરી ઉપર ચાદર પાંથરી બેસવું, અને ત્રણ નાના સાફ ધોએલા પથ્થરો ઉપર ખાવાના ભોણાનો ખુમચો મુકવો. આજે તો આપણા સર્વેને ત્યાં ટેબલ ખુરસી અને કાચની રકાબીઓ મોજાુદ છે. તો ખોટા ચુંઠણાં તે પર નહીં પાડવાં કે ઘરમાં કંકાસ ઉભો થાય.

ખાવા પહેલાં હાથ, મોંહડું પગ પાણીથી ઘોઈ, નુર્છ. નાખી કુસ્તી કરવી.

ખાતાં ખાતાં ઉઠવું નહી પડે તેથી ખાતી વખતે સર્વે જોઈતી વસ્તુઓ તૈયાર આગળ રાખવી, ખવાય તેટલુંજ લઈ બગાડ નહી થાય, તેની ખૂબ કાળજી રાખવી.

(બાજ ઘરવા આગમચ કુતરાનો બુક છુટટો બાજાુએ કાઢવો યાને પકાવેલું જરા જરા બધું લઈને, ખાઈ રહ્યા પછી તે કુતરાને ખવડાવવું. આ સર્વે થઈ શકે તેમ છે. પણ કુતરો નહીજ હોય તો નાચારીએ બુક નહી કાઢવો. આ કુતરાના બુકની પણ ઊંડી ફીલસુફી છે. ટુંકમાં ખાવાની વસ્તુઓ તરફ સેફલી અરવાહીઓનું આકર્ષણ હોવે તેઓની બદ નજર ખેંચાય છે વારે આ કુતરાનો બુક અલાહેદાં વાસણમાં જમીન પર રાખવાથી તે ઉપર તેઓને રોકી રખાય છે અને ખાતી વખતે કુતરાની હાજરી હોવાઘી કુતરો પોતાની ચશ્મની ખાસ્તરથી (વિજળીક પ્રવાહથી) તે અરવાહીઓની નસુની નાશકારક નજરને ભસમ કર્યા કરે છે.)

પાણી પીવાનું ખાણા સાથે ન જોઈએ છતાં જોઈતું હોય તો તે ત્રાબાંના કળસ્યામાં ભરી તૈયાર રાખવું. ગ્લાસ હોય તો નછુટકે ચલાવો.

હવે જમવાની બાજ ઘરવી (ખાણાનાં ખુમચાની કીનારીને જમણા હાથની આંગળીએથી પેવંદ કરી યાને લગાડીને)

ક્નઓથ્ર અહુરહે મજદાઓ અષેમ ૧. બનામે યજદ બક્ષાયન્દેહ બક્ષાયેશ્ગરે મેહેરબાન અહુરમજદ ખોદાએ. ઈથા આત યજમઈદે અહુરેમ મજદામ, યે ગાંમચા અપૅમ્ચા દાત અપસ્ચા દાત ઉર્વરાઆસ્ચા વંઘુહીશ, રઆચાઓસ્ચા દાત બૂમીમચા, વીસ્પાચા વૉહુ અપેમ વોહુ ૩. સુઘી ભણવું.

હવે આંગળી ખસેડી મુંગે મોંહડે બોલ્યા વગર અહુરમજદ તરફ કુદરત તરફ આભારની લાગણી સાથે જમણા હાથે ખાણું ખાવું. (ડાબો હાથ ખાણાંને ન લગાડતા ગેટલી, પાંઉ કાંઈ ખાવાનું ભાંગવું મુકવું હોય તે અગાઉથી કરી તૈયાર રાખવું.) ગુસ્સામાં, ઉશ્કેરાયલા જીવે ખાવા બેસવું નહી. મુંગે મોહડે ખાણું ખાઈ રહ્યા પછી કોગળા કરી હાથ મોહડું ઘોઈ નુછી નાંખવું ત્યાર બાદ બાજ મુકવી.

અષેમ ૪, યથા ૨, અષેમ ૧, અહમાઈ રએશચ; હજંઘરેમ; જસમે એવંઘહે મઝદ; કેરફેર મોજદ; સુઘી ભણવું. પછી યુંગે મોહડે કુસ્તી છોડવી અને કનઓથ્ર અહુરહે મજદાઓ અષેમ ૧ ભણી હોરમજદ ખોદાએ આખી ૨ યથા ૧ અષેમ, પઢતા કુસ્તી બાંઘી અને જસમે અવંઘહે મજદ! માજદયસ્નો અહમી આખી ભણી અટકવું એટલે જમવાની બાજ પૂરી થઈ.

રાંઘેલા ખાણાં ઉપર કોઈપણ જાદદીનની નજર યા હાથ પડવો નહી જોઈએ. બાજ ઘરીને અજીઠીને ખાવું નહી. ખપજોગ ખાણું પહેલેથી લેવું. બગાડવું નહી. બાજ ઘરેલું ખાણું જો વધે તો કુતરાને યા પક્ષીને ન છુટકે ખવડાવવું. બને તેટલું જરૂર કરવું.

આપણે શરૂઆતમાંજ જણાવી ગયા કે ખોરાકનો સવાલ બીકટ હોવે તે પર ઘણાં ચુણોચેરા કરવાં નહીં. સામે આવેલી ન્યામત સ્વીકારવી પડે તેવો જમાનો અને કેસાસ છે. બાજ ઘરવાનું નહીં ફાવતું હોય અને પાકીઝી નહી જળવાતી હોય તો ખાવા પહેલાં પાદીયાવ-કુરતી કરી માત્ર પ) યથા 3) અપેમ ભણી મુંગે મોંહડે, બોલ્યા વગર ખાણું ખાવું. ખાતાં શુદ્ધ વિચારો સાથે એવો મીથ કરવો કે મને, સારા સંજોગથી પવિત્ર ખાણું મળે, મારાં સ્વાનના અંશોને ખોરાક મારફતે ખેંચવા શક્તિમાન થાઉં. ખાણું ખાઈ રહ્યા પછી હાથ મોઢું ઘોઈ નુછીને 3) અપેમ વોલુ ભણવી.

ખાલી પાણી પીતી વખતે પણ પહેલા પ) યથા 3) અપેમ ભણવી. અને મુંગે મોહડે અજીઠયા વગર પાણી પી રહ્યા પછી 3) અપેમ ભણવી. એમ કહે છે કે આ બાજની આપણા જમાનામાં કોઈ આત્મિક કાર્યસાધકતા નથી. કારણ જે આપણે તો કેસાસનો ખોરાક ખાઈએ છીએ અને તરીકતનો તો નહીજ. માટે આ ઢોંગ સમાન થઈ પડે છે. પરંતુ (દેખાવ કર્યા વગર તરીકતો પાળવાની છે, તેમ આ પળાવવી જોઈએ) ફક્ત હજમીયાતને અથવા હજમીયાત માટે જે દવા લેતા હોય તેને આ મદદ કરે છે.

૫. નખ બાલ કાપતી વખતે ભણવાની નીરંગ (૧)

માથા નાં બાલ, નખ ઉપર નીરંગ લગાડીને પછીજ તેઓને કાપવા. તે પછી ડાબા હાથ ઉપર યથા ભણતા ત્રણ કશ કરવા અને ડાબા હાથમાં પેલા કાપેલા બાલ/નખનાં પડીકાને પકડવું અને પછી ઘીમેથી સરોશની બાજ "કેમના મજૂદા" ના "અસ્તવઈતિશ અપહે" લગી ઘરવી અને વચમાં "સ્ત્રઓપેમ અપીમ હુરઓદેમ" નુ મોટી કનુમનનું વાક્ય આવે તે પદ ભણવુ નહિ. પછી આ માંથ્યે ભણવા.

અષા વોલૂ મનઘૂલા યા સ્ત્રુયે પરે મગઆનો. પઇતિ તે મેરેઘ અષો-જાુશ્ત ઈમાઓ સ્ત્રવાઓ વએદયેમિ, ઈમાઓ સ્ત્રવાઓ આ વઅદયેમિ, ઈમાઓ-સે તે સ્ત્રવાઓ મેરેઘ અષો જાુશ્ત્ હારે, અરશ્તયસ્થ કરેતયસ્ચ, થન્વરેચ ઈષવસ્થ એરેજીફયો-પરેન, અસનસ્થ ફ્રદખ્યન્ય, પઈતિ દએવો માજઈન્યાન્. અષેમ્ વોલૂ-૧

(બીસ્તા પઢવું)

સરોશ અશો, તગી તન ફરમાન, શેકફત જીન્, જીન-અવજાર, સાલારે દામાને અહુરમજ્દ બેરસાદ, અએદૂન્ બાદ.

તે પછી પેલા ડાબા હાથમાંના પકડેલા પડીકાંને બહાર કોઈ ખૂણામાં યા બહાર ગલીમાં નાંખી દેવું અને બાકીનું સરોશ બાજનું ભણતર "નેમસચા"થી "કેરફેહ મોજદ" સુધી ભણવું. પછી કપડા કાઢી, કપડા અને શરીર ઉપર ગોમેજ લગાડીને બધા કપડાં ધોઈને નાહિ લેવું. પછી કપડા પહેરવાં, બે યથા ભણવા, કુશ્તી બાંઘવી - અપેમ ભણતાં પાછળ કુશ્તીનાં લર બાધવા પછી બહાર આવી હાથ મોઢું ધોઈને ફરીથી કુશ્તી કરવી.

૬. બાલ માટેની ખાસ બીજી નીરંગ

જે મળમુત્રના ભાગ આગળના બાલો કાપતી વખતે પઢે છે તે વિષે:-(સરોષ બાજ આગળી નીરંગમાં જણાવ્યા મુજબ ''કેમના મજ્દા'' ના ''અસ્ત વર્ઇતિશ અષહે'' લગી લેવી.)

(પણ તેમાં સરોશની વડી કનુમન નહિ લેવી યાને સ્ત્રઓષેમ અષીમવાળ પદ મુદલ નહિ લેવું; પછી પઢવું).

અત અખ્યાઈ અષા મજદાઓ ઉર્વરાઓ વખ્શત.(બીસ્તા પઢવું) સરોશ અશો તગી તન્ ફરમાન્, શેક્ફત-જીન જીન-અવજાર, સાલારે દામાંને અહુરમજ્દ બેરસાદ અએદૂન બાદ.)

(આગળી નીરંગમાં જણાવ્યા મુજબ બાલની વ્યવસ્થા કરીસરોશની બાજ મુકવી).

૭. ઈત્તેલામની બાજ (નિંદ્રાવશ હાલતમાં મરદને થતી ખલલ માટેની બાજ) ગોસલની બાજ (Seminal - Discharge)

એક ભણનાર ગણનાર જરથોસ્તી બચ્ચાએ બાજ નાન્પણ થી ઘરતા શીખવુ જોઈએ, કારણ કે દરૂજીએ-બુજી અને હીખ્ર (હઈર-નસા) થી લપટાયલા અભડાયલા રહેનારાઓ કદી પણ જરથોશ્તી પાકી પરહેજગારીનો મૂળમાં મૂળ પાઠ શીખતા નથી અને અર્દીબહેશ્ત અમશાસ્પંદ કે સરોશ યઝદને રાજી કરતા નથી. ખલલ થાય કે તરત ઉઠી જઈને વાડે પીશાબ વખતે પઢવાની નીરંગ તરકીબ પ્રમાણે

"વનાહ શેકસ્તેહ સદ હજાર બાર. યથા ૧" પઢીને, વાડામાં જઈને, ત્યા આગળથી રાખેલા નીરંગની બાટલીમાંથી પૂરતો નીરંગ લઈને ખરાડાયલા અંગ સાફ કરવો, પછી જેટલા કપડાં બગડવા હોય તેને પણ તે જગાએ નીરંગ લગાડીને તસ્ત સાફ કરવાં. પછીથી તસ્ત બહાર આવીને વાડે પીશાબની હાજતની બાકીની નીરંગ પઢવી. તે બાદ નાહવાની મોરીમાં જઈને કપડા ઉતારી ત્યા મોરી ઉપર રાખેલી બાટલીમાંથી નીરંગ લઈ શરીરને લગાડવો. જે બાદ નીચે આપેલી ઈત્તેલામની બાજ પઢીને બધાં કપડા ધોઈને નાહી લેવું અને બીજાં કપડાં પહેરીને બે યથા પઢીને કુશ્તી બાંધવી. છેલ્લે ૧ અપેમ પઢીને બહાર જઈ કુસ્તી કરવી. સવારનાં ઉઠીને બીજાવર નાહવાની અલગ ફરજ છે.

આજનાં વખતમાં આટલી તરકીબ દરેક જણ કરી શકે એમ છે. એનાં પાલનથી આપણી અઈપી બચી જઈ શુધ્ધ થવાથી કામીક ઈચ્છા વાસ્નાનું જોર ઘણુ ઓછું થાય છે. અને ઈત્તેલામ પણ લાંબે ગાળે આવે છે. આજે તો બન્ને પક્ષ પારસી મરદ કે ઓરત દરૂજીએ-બુજીની હાલત તેમજ પરણેલાંઓ સંસારની હાલતની કાઈપણ જતન લીધા વગર પોતે અભડાઈ પોતાનો ચેપ આસપાસનાઓ તેમજ ચીજોમાં ફેલાવે છે. જે પહેલાં નંબરની દરૂજી છે. એટલુ પણ નહિ પાળે તો ભણતર ક્યાંથી ફળે? કેટલાક ઓરથોડોક્ષો તો એ હાલત શું છે અને કેટલી ખરાબ છે, તેનું પણ ભાન ધરાવતા નથી. જરથોશ્તી ફરજયાતમાં ફક્ત ભણતર જ નહિ આવે પણ આવી તરીકતો પણ સમાઈ જાય છે.

ઈત્તેલામ ની બાજ

આત્ અઓષે-તે સ્પેન્તયાઈ-આર્મતેએ. સ્પેન્ત-આરમઈતે ! ઈમેમ્ તે નરેમ નિસ્ત્રિનઓમી, ઈમેમ્ મે નરેમ્ નસ્ત્રિનુયાઓ, ઉપસૂરાંમ્ ફ્યો-કેરેતીમ્, વીદુશ-ગાથેમ, વીદુશ યસ્નેમ, પઈતિ-પરશ્તો સ્ત્રવંઘહેમ માંજ્દરેમ્ હદ-હુનરેમ, તનુ-માંથ્રેમ.

આઅત હે નામ ફ્રદઈથ્યાઓ-આતરેન દાતેમ્ વા, આતરેમ્-ચિથ્રેમ વા, આતરેમ્ જન્તૂમ વા, આતરેમ-દખ્યૂમ્ વા, કામ્ચિત્ વા આતરે-દાતહે નામ. અષેમ વોહ્-૧.

આ એક નાજાુક પરંતુ અગતયની બાજ તરીકત હોવે, શરમાશરમી નહિં રાખી, ભાંગ્યુંતૂટયું પણ આનું પાલન થવું જોઈએ, કારણ કે કાંઈ પણ નહીં કરવાથી નુકશાન જયાદા થાય છે. ડો. સાહેબ ફરામરોઝ ચીનીવાલા એ કહ્યુ હતુ કે કાંઈ પણ નહી કરતા હોવ, તો શાયસ્ત લા શાયસ્ત, ન છુટકે, આટલું જરૂર કરવું કે તરો લગાડવો અને ખરડાયલો ચામડીનો ભાગ પાણીથી સાફ કરી પાણીથી આખા દિલને પાસ આપવો. યાને હાથની ખોબલીમાં પાણી લઈ હાથ, પગ, દિલને ચોપડી લેવું, બને તો ત્રણ મસ્તબે આમ કરવું. આ ડો. સાહેબ ચીનીવાલાએ બતાવેલા ઉપાય સાથે કુસ્તી છોડી બે મસ્તબે (વખત) સાબુથી ઘોવી, અને ખરડાયલું પહેરણ બદલી કાઢવું, નહીં થાય તો પહેરણનો ખરદાયલો ભાગ ઘોઈ નાખવો આટલું તો કરવુંજ, પછી **ર યથા ૧ અષમે** ભણી કુશ્તી બાંઘવી, અને પછી પાછી કુસ્તી કરવી અને સહવારના ઉઠી નાહી લેવું, અને સર્વે કપડા ઘોઈ નાખવાં. કોઈક વાચક ને આ વાંચતા અજાયબી લાગશે, પરંતુ હમારા એક વડીલની જુવાનીમાં તેઓના પીતાજી રાતના સુવા જતી વખતે તેઓને યાદ આપતા હતા કે તેઓએ બદલવાના કપડાં નાહાવાની મોરીમાં મુકયાંચ કે?

ઉંઘમાંથી ઉઠીને બીછાણામાંજ બેસીને ભણવાની નીરંગ

અષેમ વોલુ ૧.

લુમત લુખ્ત હવરશત સેપાસ-દાર હોમ, અજ તો દાદાર અહુરમજદ વેહ અવજાની. પતેત હોમ અજ વનાહ, અવી ગુમાન હોમ અજ હરવસ્તીન યજદાન વ દીન વ રવાન વ વહેશત વ દુજખ વ હમાર વ સેદાશ વ બદન-ઈ-રસ્તાખીજ તનપસીન વ અવસહીનશ્ન આહરમન દીવાન. અહુરહે મજદાઓ રએવતો ખરનંઘઉંહતો અમેષનાંમ્ સ્પેન્તનાંમ. નેમો જરથુસ્ત્રેહ સ્પિતામહે અષઓનો ફ્રવષેએ. અષેમ વોહુ. ૧

અએ ખુદા, માજદયસ્ની જરથોસ્તી દુએન ઉપર મને ઉસ્તવાર કર અને હુમત-હુખ્ત-હવરશ્ત તરફ ચલાવ. ભલો એતેકાદ રખાવીને આગળ સદ ગતી કરવાનો નવો સફ્રો શરૂ કરાવ (આવી દુઆ ઉપર મુજબ અવસ્તા ભણતા બિછાનામાં બેઠાં બેઠાં કરવી.)

રાત્રીએ સુતી વખતે કરવાની ભલી દુઆ

નામ-ઈ-યજદ નામ-ઈ-અહુરમજદ ખુદા અવજાુની યઝ-ઈ-યાર યઝ-ઈ-ગુશદાર કરને પઈત્યાર મહેર સ્ત્રોશ યાર સ્ત્રોશ ગુશદાર કરને પઈત્યાર અહુર મઝદાંમ અહુરમઝદ વ અમેષાસ્પંદાન વ મેહેર સ્ત્રોશ રષને નામ-ઈ-યજદ નામ-ઈ-અહુરમજદ ખોદાએ અવજાુની. અષેમ વોહૂ (૧).

અએ ખુદા રાત્રીએ આવતા જબુન ગાશકના હોમલાથી મને બચાવવા મહેર-સરોશ-રશ્નેની મદદ મોકલ, કે જેથી હવસી વિચારોમાં હું ચકચુર થાઉં નહિ-સપડાઉં નહિ, અને મને તરી આપતી શાંત ઉંઘ આવે, અને શાંત ઉંઘમાં નેકીની બેદારી રાખે. (જો ઉપરના અવસ્તા નહિ પઢો તોબી આવા વિચારો કરી હવસોની યાદને તોડવાની તબેહ રાખવી કે જેથી તનદરોસ્તીને શયદો થશે.)

તરો-ગોમએઝ-આબેઝર

આ કિતાબના વાચનાર જોશે કે સર્વે બાજની તરીકતોમાં, સિવાય જમવાની બાજની તરીકતમાં, એક વસ્તુનો ઉપયોગ બહુજ કિંમતી, ઉત્તમ અને અચુક છે તે ગોમએઝ, તરો, આબેઝર (સોનાનું પાણી)નો છે. સવારના બીછાના પરથી ઉઠયા પછી 'શેકસતેહ શેકસતેહ શયતાન'ની લેવાની બાજ, હાજતે જતી વખતેની, હમામ યાને નાહતી વખતેની, નખ-બાલ કાપતી વખતેની, ઉઘમાં ગોસલની હાલત વખતેની બાજોમાં તરાનો ઉપયોગ કરવોજ પડે છે. આ તરો પહેલે મરતબે વરસ્યાજીનો, પછી વગર ખસી કીધેલા ગોધાનો અથવા બળદનો, પછી ગાયનો અને છેલે ન છુટકે બકરીનો છે. એઓના છુપા ભાગ ઉપર ૧૨મું ચખ્ર (મરકજ) બરજીસી ભ્રેસ્પતી ને લગતું છે. બીજા કોઈબી જાનવર યા આદમીના છુપા ભાગ ઉપર ૧૨મું ભ્રેસ્પતીનું ચખ્ર કદી કાર્ય કરતું નથી, પણ ૧૩મું હાશમ યાને મંગળનું ચખ્ર કાર્ય કરે છે. આ ભ્રેસ્પતી ચખ્રનો પ્રવાહ આદર ફ્રોબાને લગતો, અશોઈને લગતો બ્લુ રંગનો, ખાસ્તર (વીજળી) રૂપે ''ગઓ'' વર્ગના છુપા ભાગ ઉપર ચાલુ વહેતો રહે છે. આ પ્રવાહ તસે પોતાની સાથે લઈને ચાર્જ થઈને બહાર પડે છે. તેથીજ ગવનો આબેઝર મુત્ર હોવા છતાં, બીજા કોઈબી મૂત્રથી ઉલટીજ, જુદીજ ખાસ્યત ઘરાવે છે. તેથી આપણાં પેગમ્બર સાહેબે વંદીદાદમાં અહરેમનથી અલગ રહેવાના કાયદાઓ સાથે દરૂજીથી દૂર રહીને આબેઝર-તરાનો ચાલુ ઉપયોગ કરવાનું ખાસ ફરમાન આપેલું છે.

તરો, આબેઝર તાજો ઝીલેલો ૭૨ કલાક યાને ત્રણ દિવસ સુઘી તે વાપરી શકાય છે, શરીર ઉપર બાહેરથી ચોપડવા માટે જ્યારે નીરંગદીનનો નીરંગ ફક્ત જીદગીમાં, કોઈક વાર તેના મોકાઓ ઉપર (નહાન, નવજોત, લગન, વિગેરે.) પીવામાં આવે છે.

IMPORTANT BAAJ PRAYERS IN THE LIFE OF A ZARTHUSHTI

1. BAAJ TO BE RECITED IN THE MORNING ON AWAKENING (NIRANG-E-GAOMEZ)

Take a few drops of Taro in the palm of the right hand (in case of women, use the left palm) and recite the following:

Shekasteh Shekasteh Shaitan, Ahiriman gajasteh karo kerdar, narasad gajesteh karo kerdar, seeose ameshaspand, Dadaar Ahuramazd pirozgar paak; Ashem Vohu - 1.

(To be recited thrice)

After completing the recitation, apply the Taro first on the right hand (downwards from the elbow) while reciting one Yatha Ahu Vairyo. Then apply it similarly on the left hand, face, right foot and left foot, praying one Yatha Ahu Vairyo each time. Women must apply the Taro first on the left hand then the right hand; after which comes the face, the left foot and lastly the right foot, praying a Yatha Ahu Vairyo each time.

After the Taro has dried up completely, the hands, face and feet must be washed thoroughly with plain water.

* During this Tarikat your thought should be "O Almighty, during my sleep, the attack of the Dark side of Nature on me may become weak and nullified in the brightness of the Sun, and may Spenta - Armaity (Mother Earth) take the same into her fold."

Note: "Shayast la shayast" means in the last resort if you are unable to procure Taro, use Sour Lime or Ash. Of course, the effectiveness will be lesser than Taro.

* After this exercise, one may proceed with the rest of the toilet procedures.

2. BAAJ TO BE RECITED WHILE PROCEEDING TO ANSWER THE CALL OF NATURE.

Before going into the toilet, one must recite softly, as far away from the toilet as possible (atleast $10^{1/2}$ feet away).

Vanaah shekasteh sud hazaar baar. Yatha Ahu Vairyo - 1

After completion, one must recite aloud.

Ashem 3

- Humatanam Hukhtanam Havarashtnam, yadacha Anyadacha, verejyamnanamcha vaverejannamcha mahi aibi-jaretaaro naenestaro, yathana vohunam mahi (Recite twice)
- Hukhshathrotemai baat khshathrem, ahmat hyat aibi-dademahicha, chishmahicha, havaanmahicha hyat mazdai ahurai, ashaicha vahishtai (Recite thrice)

Yatha - 4

Ahunem vairim yazamaide; ashem vahishtem sreshtem ameshem spentem vazamaide.

Yenghe Hatam - 1. Ashem -1

After completing the above recitation one must perform the Paadyaab - Kusti without fail.

During this Baaj one must not speak at all, as it is not only very unhygenic because of seen and unseen microbes present in such a situation, but our personal magnetism gets damaged. During ablution our thought should be that 'Asare Roshni' should increase and 'Asare-Tariki' decrease. The very essence of taking the 'Baaj' is to build a temporary vibration wall to surround us so that our 'Khoreh' will get protected and whatever little bad effect is left in the 'Aipi' (our personal atmosphere) will get cleansed up by doing Padyaab-Kusti.

While urinating one should take care that droplets of urine don't touch our clothes or skin. This is best achieved if we have a little patience after passing urine, so any leakage stops completely. Utilization of water should be avoided, it should be dried up. Strictly speaking as per Zarthushti Din, we cannot pollute water by urinating or passing stools in it, if we do so, it is a sin, but in the present world, where flush toilets are in existence, we cannot help it but to ask for forgiveness by repenting for our helplessness.

3. BAAJ TO BE RECITED AND TARIKAT TO BE OBSERVED WHILE PROCEEDING FOR A BATH.

After removing all the clothes including footwear, one must stand in one place facing the appropriate direction as per the prevailing Gah. Then the left hand palm must be placed on the bare head and the index finger of the right hand must be placed on the navel. (Ladies must place their right hand palm on their bare heads and the left index finger on the navel) after which the following Baaj may be recited, in whispering tone.

Khshnaothra Ahurahe Mazdao. Ashem Vohu (3)

Fravarane Mazdayasno Zarathushtrish Vidaevo Ahura tkaesho. (Recite here the appropriate Gaah). Sraoshahe ashyehe, takhmahe, tanu-manthrahe, darshi - draosh ahuiryehe, khshnaothra yasnaicha vahmaicha khshnaothraicha frasastayaecha, Yatha Ahu Vairyo Zaota fra me mrute atha ratush ashatchit hacha, fra ashava vidvao mraotu.

Ahunem vairim tanum paiti (3) Yatha Ahu Vairyo (1) Kem na Mazda to be recited till Astavaitish Ashahe.

After the above recitations, one must apply Taro, if not, then juice of sour lime or a little ash from the household fire all over the body once or more than once, and wait for it

to completely dry off. Then proceed with the bath. All this must be completed without speaking in- between. After the bath, step out into a dry place, put on your clothes, hang your Kusti around your neck (like a shawl) and then take the Kusti in your hands, put your index finger (known as Barjishi finger - next to your thumb) on your navel (right hand for men, left hand for women) and recite

Nemascha ya Armaitish Ijacha (3). Ashem Vohu (1)

Remove your finger from the navel and recite **Ahura Mazda Khodai** and retie the Kusti and then pray **Jasa me Avanghe Mazda** (just as you would while reciting the Kusti prayers). After the above recitation pray as under:

Yatha (2)

Yasnemcha vahmemcha aojascha zavarecha afrinami, Sraoshahe ashyehe, takhmahe, tanu - manthrahe darshi - draosh ahuiryehe.

Ashem Vohu (1), Ahmai Raeshcha, Hazanghrem, Jasa me avanghe Mazda, Kerfeh Mozd.

After this do full Padyaab - Kusti.

Note: Keep all your clothes, etc. ready to avoid speaking and asking for things when you are without Sudreh/Kusti in the bath. Whilst removing clothes, first remove Kusti, then Sudreh, Pyjama, head gear and then footwear.

At the time of applying Taro, one should think that the Good Lord will help him in trying to make his "Aipi" pure, due to which, the work of his 'Kehrp' will be easy - May he discontinue to have bad thoughts words and deeds, may he remain away from Sins, and do Patet. May the body Azda, and Aipi go on becoming pure, so that the 'Kehrp' gets nourishment throughout life and that after death the 'Se-shab' - halting period - becomes less.

After this, when Taro dries up, hands should be washed (again if male, right hand first, female opposite), water should be poured on the head and body. Avoid taking bath facing North.

After the bath, whilst dressing, first head should be covered, then feet, then pyjama, then Sudreh (if male right hand should be put first in sleeve, if female, left) keep Kusti on the shoulders, come out from the bathroom, wash your face, dry it and complete the Baaj. All this only if ideal conditions prevail. Not if you are rushing to catch the 8.20 fast.

(Whilst not entering into the significance of keeping palm on the head and index finger on the navel, suffice it to know that inner palm has the effect of the Moon, which when connected with the head takes over as **Sarosh Yazad** temporarily, who is away from an individual during this particular time. One may call this an invisible cap.

Navel and index finger both have Jupiterian effect. Near the navel the battle between Spena, and Ghana (good and evil) usually goes on, and by keeping the Barjisi finger on the navel, the lower portion of the body, where putridity also accumulates, those organs will have the patience like Spenta Armaity - mother earth to remain in that hell-like place).

4. BAAJ TO BE RECITED WHILE PROCEEDING TO EAT

Before dining, the Paadyaab - Kusti must be performed.

Then the following must be recited.

Ba naam - e - yazad - e - bakhshayandeh - e - bakhshayashgar-e-meherbaan Ahuramazd Khodai. Etha aat yazamaide, ahurem mazdam, ye gaamcha ashemcha daat, apascha daat urvaraaoscha vanghuish, raochaoscha daat bumimcha, vispacha vohu. Ashem Vohu 3.

After praying the above, one must dine in silence, offer thanksgiving to the Almighty, wash oneself and then pray as under:

Ashem Vohu 4, Yatha Ahu Vairyo 2, Ashem Vohu 1

Ahmai Raescha, Hazangharem, Jasa me Avanghe Mazda, Kerfeh Mozd.

One should not talk whilst eating, drinking of water with the food should be avoided, one should not get up whilst eating, and take care that whatever will be required is at hand. One should-avoid eating when one is angry. As far as possible one should utilize right hand only for eating. As per the appetite and requirement only one should take food for oneself and take care that he doesn't waste the same.

It is argued that this Baaj has no spiritual utility in the present times as we are not taking food (Khorakh) of Tarikat. Hence taking this Baaj would be a mockery. But whilst agreeing with this to a certain extent it cannot be denied that this recitation of Avesta, if not anything else, will be surely helpful in digesting the food or help whatever medicine you are taking for digestion. We leave it to the discretion of the readers to do as they deem fit.

5. BAAJ TO BE RECITED WHILE CUTTING NAILS OR THE HAIR ON THE HEAD

The hair on the head and nails must be cut only after applying Taro thereon. After cutting them, draw three circuits on the left hand palm while praying **Yatha Ahu Vairyo** and hold the packet containing the cut hair and nails therein.

Then in whisper pray the **Sarosh ni Baaj** till '**Astavaitish ashahe' in Kemna Mazda.** Remember not to pray the following Khshnuman '**Sraoshem Ashim huraodem verethrajnem fradatgaethem ashavanem ashahe ratum yazamaide'** which appears before the **Kemna Mazda.** Then recite as under:

Asha Vohu manangha ya struye pare magaono. Paiti te meregh asho-juust imao srvao vaidyemi. Imao srvao aa - vaidyemi, imao-se te srvao meregha asho juust hyare, aresthyascha karetayascha, thanvarecha ishvascha erezifyo-paren, asnascha fradakhshnya, paiti daevo Maazaniyanam. Ashem Vohu 1.

Then pray in whisper as under:

Sraosh asho, tagi tan farman, shekaft-zin, zin-avzaar, salare damaane Ahuramazd beresad, aidun baad.

After that throwaway the packet containing the hair and nails in a secluded place outside and complete the rest of the **Sraosh Baaj** from "Nemascha" to "Kerfeh Mozd". Then remove all the clothes, apply Taro on the clothes and body, wash the clothes and take your bath. Then wear your clothes, retie your Kusti by praying 2 Yatha and 1 Ashem. Then come out and wash your hands and face. Then re-do the Paadyaab-Kusti.

6. BAAJ TO BE RECITED WHILE CUTTING THE HAIR NEAR THE PRIVATE PARTS (PUBIC HAIR).

Follow the same procedure as given in para 1 and 2 of the earlier Baaj i.e. for cutting the hair on the head. Then recite the following:

At akhyai asha mazdao urvarao vakhshat.

Then recite softly - Sraosh asho tagi tan farmaan, shekaft -zin, zin avzar, salaare damaane Ahuramazd beresad, aidun baad.

Then follow the same procedure as given in the earlier Baaj for disposal of the hair and for cleansing oneself.

7. BAAJ TO BE RECITED BY MEN WHEN FACED WITH THE SITUATION OF NOCTURNAL EMISSION (WET DREAM)

As soon as nocturnal emission takes place, one must immediately get up from the bed and pray the Baaj prior to visiting the toilet viz. "Vanaah shekasteh sud hazaar baar - Yatha 1". After reciting thus, enter the toilet and, with the Taro previously stored there, clean the soiled parts of the body. Then, immediately clean the soiled parts of one's clothing with Taro. Then come out of the toilet immediately and finish the rest of the Baaj to be prayed after answering the call of nature.

Thareafter, go to the bathroom, remove all the clothes and apply Taro, previously stored there, all over the body. Then recite the following:

Aa-at aoshe-te spentyai - armate, spenta-armaite! Emem te narem nistrnomi, emem me narem nistrnuyao, uup suram frasho-keretim, vidush-gaathem, vidush-yasnem, paiti-parashto sravanghem mazdarem had-hunarem, tanu-manthrem.

Aa-at he naam fradaithyao - aatrem daatem va, aatrem - chithrem va, aatrem - zantum va, aatrem dakhyum va, kaamchit va aatre - daathe naam. Ashem Vohu 1.

Now wash all your clothes and bathe. Wear fresh clothes, pray 2 Yathas and 1 Ashem and tie the Kusti. Step out of the bathroom and perform the kusti again.

On awakening in the morning, take a bath again by following the usual Baaj procedure.

This is a delicate but an important Baaj Tarikat which should not be ignored. Although a little embarrassing for a male member of the family to follow at present in small houses, and because of absence of this kind of knowledge for many years for others to understand its importance, it becomes a bit difficult, nonetheless it should be performed, to the extent possible, by an individual from the time of youth.

Not following this 'Tarikat' causes untold damage. Dr. Sahib Framroze Chiniwalla has said that instead of doing nothing, at least one should get up from the bed at once after seminal-discharge, go to the toilet/bathroom clean the portion of the soiled cloth or better still change it, (one should always keep one pair of Sudreh and pyjama in the bathroom for such eventuality), take water in the palm of your hand and spread it over your full body once or twice, clean the portion of your skin made dirty by water. Before applying water, if you have Taro, do apply it, it would be a plus point. Also clean your Kusti twice

with soap and water and then coming out of the bathroom tie up the kusti with 2 Yatha and 1 Ashem, Perform the kusti again, and after getting up in the morning go for bath and wash all the night clothes.

By praying this Baaj the frequency of nocturnal emissions will decrease, provided one helps himself by self-control of thoughts and deeds.

Additional

Unghmathi Uthine Bichhanamaj Besine Bhanvani Nirang

Ashem Vohu-1

Humata Hukhta Hvarashta sepas-daar Hom, aaj to Dadaar Ahuramazd veh avajuni. Patet Hom aj vanaah, avi gumaan hom aj harvasteen yazdaan va din va ravaan va vahesht va dajukh va hamaar pa sedash va budan-e-rastakhij tanpaseen va avashinavan aharman divaan. Ahurahe Mazdao vaevato khrenanghavato ameshnaam spentanaam. Nemo Zarathushtrahe Spitamahe ashono fravashe. Ashem Vohu-1.

Aae Khuda Mazdayasni Zarathosti daen upar mane ustavaar kar ane humata-hukhta-hvarasht tarat chalav. Bhalo aetekaad rakhavine aagal sud gati karvano navo safo sharu karav (Aavi dua upar mujab avesta bhanta bichhanama betha betha karvi.)

Ratre Suti Vakhate Karvani Bhali Dua

Aae khuda ratrie aavta jaboon gashakna humalathi mane bachavva Meher-Sraosh-Rashne ni madad mokal, ke jethi havasi vicharoma hu chakchur thau nahi-sapdau nahi, ane mane tari avti shant ungh aave, ane shant unghma nekini bedaari raakhe. (Jo uparna avesta nahi padho tobi aava vicharo kari havasona yadne todvaani tabeh rakhvi ke jethi tandarostine faydo thashe)

Avesta: Naam-e-yazad naam-e-Ahuramazd khuda avazani yaz-e-yaar, yaz-e-gushdaar kasne paitiyaar meher sraosh yaar sraosh gushdaar kasne paitiyaar ahuramazdaam ahuramazd va ameshaspandaan va meher sraosh rashne naam-e-yazad naam-e-Ahuramazd khodae avajuni. Ashem Vohu-1

Additional

TARO/GAOMEZ/AB-E-ZAR

Readers of this book must have observed that in all the Baaj Tarikats (except Jamvani Baaj i.e. Baaj recited while proceeding to eat) Taro/Gaomez/ Ab-e-Zar (golden water) forms an indispensable and primary element. Taro (urine) of the Varasiaji has the highest efficacy followed by that of uncastrated bulls, oxen, followed by that of a cow. If all these are not available only then the Taro of a goat may be used.

In all these animals, the 12th Chakhra (Plexus) which is connected with Barjis-Jupiter

is to be found near the private parts whereas in other animals and humans the 13th Chakhra (which is connected with Hashem - Mars) is found near the private parts (i.e. the genitals). The currents emanating from Jupiter are those of Adar-Froba and are full of Ashoi and flow like electricity through the genitals of these Gospands thus making their Taro charged with good vibrations. The situation is exactly the opposite in other animals and humans.

Our Prophet has given in the Vandidad the laws of Druj-parhez i.e. staying away from putridity, evil and Ahriman and the use of Taro is an integral part of these practices.

Fresh Taro collected by a Humdin can be utilised for bodily application for 72 hours i.e. 3 days. But consecrated Taro i.e. Nirang derived after the Nirangdin Kriya is to be partaken of only on specific occasions viz. Nahan; for ritual purification; ordinarily and before Navjote and Wedding ceremonies.

Practical Viewpoint

In the morning, getting out of bed, we have to do (Vasi Kusti) small Kusti, and then taking Taro, we have to perform Shekasteh, Shekasteh Shaitan Baaj. This all is well and good. But in 'Kyamat' or 'Kalyug' period even in this, Satan does not allow us to function, for six out of ten persons complain that the call of Nature is so urgent that three to four times in a week it becomes practically impossible to hold on. This is the experience of this writer also, and as one of his friends says, "that even after doing a Red Indian Dance", one has to give up, there another problem arises if some droplets of urine slip out. This, is a genuine latter day problem as our bodies are not like those of our forefathers.

'Sacred thy body even as thy soul', but unfortunately that is not so, with many of us. Hence, what we can do, if we won't take this important Baaj. Although we have no authority to change anything, or even suggest anything different but still some of us try to do as follows:

- a) After getting up in the morning if nature's call is urgent, attend to it, after taking the 'Hajate Javani Baaj'. Clean your hands with Tara and water, leave the Baaj and do your Kusti. After this you may take Shekaste Shekaste Shaitan Baaj with Taro.
- (b) If it is possible get up on hour or so early than your usual time, take Baaj, attend to call of nature, and then do Kusti, after which you can go to sleep. When you get up after an hour or two, the above difficultly may not trouble you.