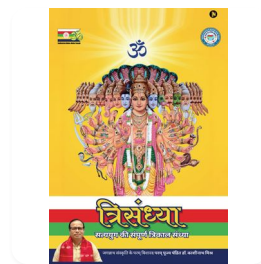




ॐ ТРИКАЛА САНДХЯ ॐ

ВИСВА САНАТАН ДХАРМА СЕВА ТРЪСТ
„ Джай Шри Мадхава „



„За човешката цивилизация Трисандхя е като еликсир на живота.“

Извършвайте Трисандхя през всичките три сандхя часа всеки ден, четете по една глава от Шримад Бхагавата Махапурана ежедневно и постоянно повтаряйте името Мадхав в ума си.

ПРИДЪРЖАЙТЕ СЕ КЪМ СЛЕДНИТЕ 5 УЧЕНИЯ ЗАЕДНО С ТРИКАЛ САНДХЯ

1. Научете се да се подчинявате.
2. Научете се да чакате.
3. Научете се да обичате и да проявявате състрадание към всички живи същества.
4. Въздържание на сетивата.
5. Откажете се от чувството за „аз и мое, ти и твое“ (чувството за его).

ТРИТЕ ВРЕМЕНА НА ТРИСАНДХЯ

Сутрин	в Брахма Мухурта, преди изгрев слънце
Обед	между 11:30 и 12:30
Вечер	може да се извършва между тридесет минути преди и тридесет минути след залез слънце

СЪДЪРЖАНИЕ НА ТРИСАНДХЯ

- | | |
|---------------------------------|--|
| 1. Мантрас | 5. 108 пъти името „Мадхав“ (мълчаливо) |
| 2. Шри Вишну Шодаша Нама Стотра | 6. Калки Махамантра |
| 3. Шри Дашаватара Стотра | 7. Джайгхоша |
| 4. Дурга-Мадхаба Стути | |

СМИРЕНА МОЛБА ОТНОСНО ПРОИЗНОШЕНИЕТО

Моля, слушайте [официалното аудио на Трисандхя](#) за правилно произношение (препоръчва се слушане на 1.5x скорост), тъй като текстовите транслитерации може да съдържат незначителни фонетични вариации. Насърчаваме ви да слушате толкова често, колкото е необходимо, докато не се почувствате напълно комфортно.

Забележка: Повтарянето на името „Мадхава“ трябва да се извършва мълчаливо в ума, докато в аудиозаписа в тази секция се пее „Мадхава Гита“.

1. МАНТРАС

['Ом'] * 3 пъти

[Ом Бхурбхувах Свах Татсавитурвареням ।
Бхарго Девася Дхимахи Дхийо Йонах Прачодаят ॥] * 3 пъти

2. ШРИ ВИШНУ ШОДАША НАМА СТОТРА

(ШЕСТНАДЕСЕТТЕ ИМЕНА НА ШРИ ВИШНУ)

Аушадхе Чинтайет Вишнум । Бходжане Ча Джанарданам ॥

Шаяне Падманабхам Ча । Вивахе Ча Праджапатим ॥

Юддхе Чакрадхарам Девам । Правасе Ча Тривикрамам ॥

Нараянам Танутйаге । Шридхарам Приясангаме ॥

Духсванне Смара Говиндам । Санкате Мадхусуданам ॥

Канане Нарасимхам Ча । Паваке Джалашаянам ॥

Джаламадие Варахам Ча । Гамане Ваманам Чаива ॥

Парвате Рагхунанданам ।

[Сарва Кариешу Мадхавам] ॥ * 3 пъти

Шодашайтани Намани Пратарутхая Ях Патхет Сарванана Винирмукто
Вишнулоке Махияте ॥

3. ШРИ ДАШАВАТАРА СТОТРА

(ДАШАВАТАРА СТОТРА, СЪСТАВЕНА ОТ ШРИ ДЖАЯДЕВА ДЖИ)

Пралая Пайодхи-джале Дхритаван Аси Ведам ।
Вихита Вахитра-чаритрам Акхедам ॥
Кешава Дхрита- **Мина Шарира** Джая Джагадиша Харе ॥ 1 ॥

Кшитирати Випулатаре Тава Тиштхати Приштхе ।
Дхарани Дхарана Кина Чакра Гариштхе ॥
Кешава Дхрита- **Каччхана-рупа** Джая Джагадиша Харе ॥ 2 ॥

Васати Дашана-шикхаре Дхарани Тава Лагна ।
Шашины Каланка Калева Нимагна ॥
Кешава Дхрита- **Шукара Рупа** Джая Джагадиша Харе ॥ 3 ॥

Тава Кара Камала-варе Накхам Адбхута Шрингам ।
Далита-Хиранякашипу-тану Бхрингам ॥
Кешава Дхрита- **Нарахари Рупа** Джая Джагадиша Харе ॥ 4 ॥

Чхалаяси Викрамане Балим Адбхута Вамана ।
Пада-накха Нира Джанита Джана-павана ॥
Кешава Дхрита- **Вамана Рупа** Джая Джагадиша Харе ॥ 5 ॥

Кшатрия Рудхира Майе Джагад-апагата Папам ।
Снапаяси Паяси Шамита Бхава Тапам ॥
Кешава Дхрита- **Бхригупати-рупа** Джая Джагадиша Харе ॥ 6 ॥

Витараси Дикшу Ране Дика Пати Каманиям ।
Даша-мукха Маули-балим Раманиям ॥
Кешава Дхрита- **Рагхупати Рупа** Джая Джагадиша Харе ॥ 7 ॥

Вахаси Вапуши Вишаде Васанам Джаладабхам ।
Хала-хати-бхити-милита-Ямунабхам ॥
Кешава Дхрита- **Халадхара-рупа** Джая Джагадиша Харе ॥ 8 ॥

Ниндаси Яджна Видхер Ахаха Шрути Джатам ।
Садая Хридая Даршита Пашу-гхатам ॥
Кешава Дхрита- **Буддха-шарира** Джая Джагадиша Харе ॥ 9 ॥

Млеччха Ниваха Нидхане Калаяси Каравалам ।
Дхумакетум-ива Ким Апи Каралам ॥
Кешава Дхрита- **Калки Шарира** Джая Джагадиша Харе ॥ 10 ॥

Шри-Джаядева-кавер Идам Удитам Ударам ।
Шрину Сукха-дам Шубха Дам Бхава-сарам ॥
Кешава Дхрита- **Даша-видха Рупа** Джая Джагадиша Харе ॥ 11 ॥

4. ДУРГА-МАДХАБА СТУТИ

(РЕЦИТИРАНЕ НА ДУРГА - МАДХАВА СТУТИ)

*Джая Хе! Дурга Мадхаба Крупая Крупайи !
Дурганку Себи Мадхаба Хоиле Мо Диан Саим || 0 ||*

Джая Хе ...

*Баху Рупе Джая Дурге, Бяпи Ачху Сарва Тхабе !
Рама Ума Бани Радха То Чхада Аня Ке Нахин || 1 ||*

Джая Хе ...

*Мадана-Мохана Рупе Бяпи Ачху Сарва Тхабе !
Мохана Читта Мохилу Шри Сарва Мангала Тухи || 2 ||*

Джая Хе ...

*Дхарма Санстхапанне Джанма Яди Хванти Нараяна !
Дурганку Чхади Мадхаба Кхели Бара Шакти Кахин || 3 ||*

Джая Хе ...

*Мадхабанка Кхела Паин Деха Дхару Махамайи !
Мадхабанку Пати Путра Рупе Кхелаоучху Тухи || 4 ||*

Джая Хе ...

*Мадхабанку Дурга Коле Джехун Дехе Бени Доле !
Тахара Бхагяр Катха Брахма Шибе На Джогай || 5 ||*

Джая Хе ...

*Джая Дургати Нашини Абхирамар Джанани !
Шубхагамана Каранту Мадхабанку Коле Неи || 6 ||*

Джая Хе ...

5. 108 ПЪТИ ИМЕТО „МАДХАВ“ (МЪЛЧАЛИВО)

['Мадхава'] * 108 пъти

*Повтаряйте името „Мадхава“ на Джаганнатха Махапрабху 108 пъти.
Не го казвайте на глас. Бройте на пръстите си и повтаряйте името наум.*

6. КАЛКИ МАХАМАНТРА

[Рама Харе Кришна Харе, Рама Харе Кришна Харе ।
Рама Харе Кришна Харе, Ананта Мадхава Харе ॥] * 11 пъти

6. ДЖАЙГХОШ

*Джаягхоша трябва да се рецитира наум, без да се говори на глас.
(Може да се повтаря на глас само ако сте в изправено положение.)*

ТвAMEBA Мата Ча ПИТА ТвAMEBA
ТвAMEBA Бандхушча СакхА ТвAMEBA ।
ТвAMEBA Видя Дравинам ТвAMEBA
[ТвAMEBA Сарвам Мама Дева Дева] ॥ * 3 пъти

Ом Намо Брахманя Девая Гобрахманахитая Ча ।
Джагат ХитайА КришнаЯ Говиндая Намо Намах ॥

[Ом Ананта Коти Вишва Брахманда Натха Парабхрахма Нараяна
Махавишну Бхагаван Калкирам Шри Шри Шри Сатя Ананта Мадхава
Махапрабху Джи ки Джая!] * 3 пъти

[Мата Махалакшми Джи ки Джая!] * 3 пъти

[Мата Вайшно ДевИ Джи ки Джая!] * 3 пъти

[Сарва ДевИ-Деватаом ки Джая!] * 3 пъти

[Судхарма Маха-Маха Сангха ки Джая!] * 3 пъти

[Судхарма Маха-Маха Сангха ки Джая!] * 3 пъти

О, Господи! Нека всички предани от целия свят да се съберат възможно най-скоро —

Кажете радостно веднъж, „Хари Хари“, „Хари Хари“, „Хари Хари“

О, Господи! Нека Истината, Любовта, Състраданието, Прощката и Мирът да се установят на тази земя, в цялата вселена възможно най-скоро —

Кажете радостно веднъж, „Хари Хари“, „Хари Хари“, „Хари Хари“ * 3 пъти

ДЖАЙ ШРИ МАДХАВА

ВАЖНИ ИНСТРУКЦИИ

Дори сега, когато както науката, така и духовността усещат приближаването на голямата промяна, човечеството няма сигурни средства за преодоляване на тази криза. Според „Бхавишя Малика“ — откажете се от греховните дела и нека хората от всяка вяра приемат „Трисандхя“ за защита на живота.

В този момент на преход на епохите, този таен принцип е единствената Мрита Сандживани за защита на живота.

Тези, които желаят да достигнат Сатяюга, трябва да прилагат тези учения в собствения си живот.

Според инструкциите на Господ Калки по време на установяването на Дхарма, ние трябва да следваме тези неща в живота си:

- 1. Проявявайте състрадание към всички живи същества. Откажете се от яденето на месо и приемете сатвичен живот. Не вредете на никое живо същество или на който и да е човек по никакъв начин.**
- 2. В тази епоха повтаряйте името на Мадхав (Господа). Ако желаете, можете да повтаряте на глас или да помните Неговото име мълчаливо в ума си.**
- 3. Всеки човек трябва да се придържа към тези пет добродетели: Истина, Любов, Състрадание, Прощка и Мир.**
- 4. Всеки човек трябва редовно да участва в Сатсанг. Сатсанг означава събиране, за да се пеят качествата на Бог, да се описва Неговата слава и да се водят духовни дискусии.**
- 5. Извършвайте Трисандхя всеки ден — помнете и възхвалявайте Господа сутрин, по обяд и вечер.**
- 6. Повтаряйте Калки Махамантра, дадена от Господ Калки, всеки ден.**
- 7. Всеки човек трябва да върви по пътя на Дхарма.**
- 8. Издигайки се над кастовата и религиозна дискриминация, провеждайте Сатсанг с всички.**
- 9. Откажете се от чувството за „аз“ и „мое“. Такава гордост и привързаност отдалечават човека от истинската му духовна природа.**
- 10. Четете Шримад Бхагавата Махапурана у дома всеки ден. Когато времето позволява, изучавайте бхаджан, киртан, Пураните, писанията, Бхавишя Малика и други духовни текстове.**
- 11. Обръщайте се към всяка жена като „Майка“/„Маа“ и към всеки мъж като „Брат“.**
- 12. Преди да ядете, първо предложете храната на Господа.**

13. Ако желаете да научите повече за Господ Калки и тази велика работа, свържете се с мобилния номер, даден в края на тази брошура.

НАЙ-ЧЕСТО ЗАДАВАНИ ВЪПРОСИ

1. Общи въпроси относно практиката Трисандхя

Трисандхя може да се извършва **без къпане**. Поставете ръка на челото си и си спомнете за Майка Ганга, казвайки „**Шри Ганге**“ три пъти. Ако е възможно, измийте краката си предварително и поръсете малко вода върху себе си.

Трисандхя може да се извършва навсякъде — **на пътя, във влак, в превозно средство, на работното ви място или мълчаливо в сърцето**. Под една или друга форма, на едно или друго място, тя трябва да се извършва без пропуск.

Шримад Бхагавата Махапурана трябва да се чете **само след къпане**, когато сте чисти. По време на менструация Трисандхя се извършва през всичките три часа както обикновено — на глас или в сърцето. През тези седем дни Шримад Бхагавата Махапурана **не трябва да се чете, но може да се слуша**.

По време на сутак също, Трисандхя може да се извършва през всичките три часа; но по това време Шримад Бхагавата Махапурана **нито трябва да се чете, нито да се слуша**, и не трябва да се присъединявате към Сатсанг. И в двата случая Шримад Бхагавата Махапурана и другите предмети за поклонение **не трябва да се докосват**.

2. Какво трябва да се направи, ако пълната Трисандхя не е възможна в точното време?

Ако пълната Трисандхя не е възможна в точното време, тогава извършете **кратката Трисандхя** по това време и направете **пълната Трисандхя по-късно**, когато времето позволява.

Трикал Сандхя може да се извършва навсякъде — **на работното място, докато вървите по пътя, докато шофирате, в училище** или дори докато вършите друга работа: **мълчаливо, в ума**. Извършването на Трисандхя в точното време, на което и да е място, е абсолютно необходимо.

Ако Трикал Сандхя не може да бъде извършена в точното време, произнесете името на Господ Мадхав и **се покайте**, и се молете на Господа отсега нататък да може да се извършва в точното време; защото писанията заявяват, че Трикал Сандхя трябва да се извършва в точното си време.

Методът на Трикал Сандхя, когато няма време

Шлоката, дадена от Пандитджи в Google Meet. Когато не се появи възможност да се извърши сандхя и времето започне да минава, тогава вместо сандхя можете да **повтаряте името на Мадхав 108 пъти, Джай Дурга Мадхав 11 пъти** и да рецитирате шлоката, дадена по-долу, веднъж.

ДАШАВАТАРА СТОТРАМ (ФИНАЛЕН СТИХ)

*Ведан уддхарате джаганнивахате бхуголам удбибхрате
даитям дараяте балим чхалайте кшатракшаям курвате,
пауластям джаяте халам калайте каруням атанвате
млеччхан мурччхайте дашакритикрите Кришная тубхям намах.*

3. Как трябва учениците да извършват Трисандхя заедно с ежедневието си?

Учениците трябва да извършват сутрешната (Брахма Мухурта) и вечерната сандхя в точното време, според правилото. Поради изискванията на училището или ученето, те могат да завършат обедната сандхя **в сърцето, медитирайки върху Господа в ума си**.

4. Как трябва да се извършва Трисандхя на работното място?

Няма **правило за място** за Трисандхя. Можете да я извършвате, където и да сте — **на бюрото си, във фабрика, в магазин, на полето или на пътя**.

Ако не е възможно да я кажете на глас, направете го **в сърцето си**; сърцето е достатъчно място. Ако е възможно, събуйте обувките си и седнете за момент; и ако дори това не е възможно, не изоставяйте Трисандхя по тази причина.

Ако не си спомняте и е възможно, можете да **слушате аудиото на Трисандхя**. Основното е да не се пропуска.

5. Ако домакинската работа не оставя време, как трябва да се спазва практиката Трисандхя?

Извършвайте Трисандхя **докато работите** — за това не е необходимо да чакате свободно време; дори докато ръцете са заети, тя може да се извършва **в сърцето**.

За Бхагавата отделете колкото малко време можете да намерите — ако е възможно цяла глава, тогава глава, а ако не, една страница или дори една шлока. Нека това се има предвид, че нито един ден не минава без четене.

6. Как трябва жените да спазват практиката Трисандхя по време на менструация?

По време на менструация Бхагавата **не трябва да се чете** през всичките седем дни. Тя **може да се слуша**.

Извършвайте Трисандхя през всичките три часа. Ако не си спомняте, слушайте я.

(**Не докосвайте** Шримад Бхагавата Махапурана или други предмети за поклонение.)

7. Ако един човек в семейството спазва практиката Трисандхя, ще получат ли всички нейния плод?

Необходимо е **всеки човек да я спазва сам**. Ако някой в семейството не може да чете, нека слуша Трисандхя и Бхагавата. А за тези, които не могат да говорят или чуват, положете усилия, доколкото е възможно, да ги накарате да **пишат името „Мадхав“** отново и отново.

8. Ако ядем месо и пием алкохол, можем ли да започнем Трисандхя?

Не, преди да започнете Трисандхя, трябва да приемете **напълно вегетариански начин на живот**, не трябва дори да консумирате яйца. Всякакъв вид интоксикация (като алкохол, бханг, цигари, тютюневи изделия, пан масала, гутка и т.н.) също трябва да бъде прекратена категорично.

9. Трябва ли да се въздържаме от лук и чесън, за да започнем Трисандхя?

Не, можете да извършвате Трисандхя дори ако ядете лук и чесън. Трябва да се избягват **само всички видове не-вегетариански храни** (включително яйца).

10. Могат ли жените да повтарят Гаятри Мантра и Трисандхя?

Да, жените трябва да повтарят Гаятри мантра три пъти по време на Трисандхя.

11. Можем ли да повтаряме Гаятри Мантра без Упанаян Санскар (джанеу)?

Да, можете да повтаряте Гаятри Мантра дори ако не носите свещената нишка **джанеу**. Можете да рецитирате всички мантри на Трисандхя без да сте посветени от гуру също.

12. Можем ли да повтаряме Гаятри Мантра без Шаап вимочан (освобождение от проклятие)?

Да, трябва да повтаряте Гаятри Мантра три пъти по време на Трисандхя, **без да извършвате никакво освобождение от проклятие**.

13. Ако някой е неграмотен, с увреждания, бебе или възрастен човек, неспособен да чете Трисандхя, какво трябва да направи?

Ако някой е неспособен да чете текста на Трисандхя, той може да **слуша аудиото** и три пъти на ден по време на Трисандхя. Бебетата са **освободени**, ако майките им извършват Трисандхя (те ще бъдат благодетелствани). Въпреки това, те трябва да практикуват Трисандхя, когато пораснат.

ВИСВА САНАТАН ДХАРАМА СЕВА ТРЪСТ

За Трисандхя и друга религиозна информация, свържете се чрез WhatsApp:

+91 9923071727

Официални уебсайтове и YouTube канали

Бхавишя Малика: www.bhavishyamalika.com

Калки Аватар - Официален канал: https://www.youtube.com/@Kalki_Avatara

Династията на Господ КАЛКИ (Път към нов свят): <https://youtube.com/@dynastyofkalki>

КалкиАватарРуски: <https://youtube.com/@kalkiavatarrussian>

калкиаватартелугу: <https://youtube.com/@kalkiavatartelugu>

калкиаватарспански: <https://youtube.com/@kalkiavatarspanish>

калкиаватараканада: <https://youtube.com/@kalkiavatarkannada>

ДЖАЙ ШРИ МАДХАВ
