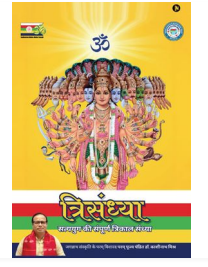




ॐ ತ್ರಿಕಾಲ ಸಂಧ್ಯಾ ॐ

ವಿಶ್ವ ಸನಾತನ ಧರ್ಮ ಸೇವಾ ಟ್ರಸ್ಟ್

॥ ಜಯ ಶ್ರೀ ಮಾಧವ ॥



"ಮಾನವ ನಾಗರಿಕತೆಗೆ, ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆ ಸಂಜೀವಿನಿ (ಅಮೃತ) ಸಮಾನವಾಗಿದೆ."

ಪ್ರತಿದಿನ ಮೂರು ಸಂಧ್ಯಾಕಾಲಗಳಲ್ಲಿ ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆ ಮಾಡಿ, ಪ್ರತಿದಿನ ಶ್ರೀಮದ್ಭಾಗವತ ಮಹಾಪುರಾಣದ ಒಂದು ಅಧ್ಯಾಯವನ್ನು ಪಠಿಸಿ, ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ನಿರಂತರವಾಗಿ 'ಮಾಧವ' ನಾಮವನ್ನು ಜಪಿಸಿ.

ತ್ರಿಕಾಲ ಸಂಧ್ಯೆಯೊಂದಿಗೆ ಈ ಕೆಳಗಿನ 5 ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಿ

1. ವಿಧೇಯರಾಗಲು ಕಲಿಯಿರಿ.
2. ಕಾಯಲು ಕಲಿಯಿರಿ (ತಾಳ್ಮೆ ಇಡಿ).
3. ಎಲ್ಲಾ ಜೀವಿಗಳನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಲು ಮತ್ತು ಅವರ ಮೇಲೆ ಕರುಣೆ ತೋರಲು ಕಲಿಯಿರಿ.
4. ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಮೇಲೆ ಸಂಯಮವಿಡಿ.
5. 'ನಾನು ಮತ್ತು ನನ್ನದು, ನೀನು ಮತ್ತು ನಿನ್ನದು' (ಅಹಂಕಾರ) ಎಂಬ ಭಾವನೆಯನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿ.

ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆಯ ಮೂರು ಸಮಯಗಳು

ಪ್ರಾತಃಕಾಲ ಬ್ರಹ್ಮ ಮುಹೂರ್ತದಲ್ಲಿ, ಸೂರ್ಯೋದಯಕ್ಕೆ ಮುನ್ನ

ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 11:30 ಮತ್ತು 12:30 ರ ನಡುವೆ

ಸಾಯಂಕಾಲ ಸೂರ್ಯಾಸ್ತಕ್ಕೆ ಮೂವತ್ತು ನಿಮಿಷ ಮೊದಲು ಮತ್ತು ಮೂವತ್ತು ನಿಮಿಷ ನಂತರದ ನಡುವೆ ಮಾಡಬಹುದು

ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆ ವಿಷಯ-ಸೂಚಿ

- | | |
|-------------------------------------|--------------------------------------|
| 1. ಮಂತ್ರ | 5. 108 ಬಾರಿ "ಮಾಧವ" ನಾಮ (ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ) |
| 2. ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣೋಃ
ಷೋಡಶನಾಮಸ್ತೋತ್ರಮ್ | 6. ಕಲ್ಕಿ ಮಹಾಮಂತ್ರ |
| 3. ಶ್ರೀ ದಶಾವತಾರ ಸ್ತೋತ್ರಮ್ | 7. ಜಯಘೋಷ |
| 4. ದುರ್ಗಾ-ಮಾಧವ ಸ್ತುತಿ | |

ಉಚ್ಚಾರಣೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಒಂದು ವಿನಮ್ರ ನಿವೇದನೆ

ಸರಿಯಾದ ಉಚ್ಚಾರಣೆಗಾಗಿ ದಯವಿಟ್ಟು [ಅಧಿಕೃತ ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆ ಆಡಿಯೋ](#) ಆಲಿಸಿ (ಇದನ್ನು 1.5x ವೇಗದಲ್ಲಿ ಕೇಳುವುದು ಹೆಚ್ಚು ಸೂಕ್ತ). ಲಿಪ್ಯಂತರದಲ್ಲಿ ಸಣ್ಣ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳಿರಬಹುದು, ಆದ್ದರಿಂದ ಉಚ್ಚಾರಣೆಯಲ್ಲಿ ಪರಿಣತರಾಗುವವರೆಗೆ ಇದನ್ನು ಆಲಿಸಿ.

ಸೂಚನೆ: ಮಾಧವ ನಾಮ ಜಪವನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕು, ಆದರೆ ಆಡಿಯೋದಲ್ಲಿ ಆ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಮಾಧವ ಗೀತೆಯನ್ನು ಹಾಡಲಾಗಿದೆ.

1. ಮಂತ್ರ

['ಓಂ'] * 3 ಬಾರಿ

[ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಃ ಸ್ವಃ ತತ್ಸವಿತುರ್ವರೇಣ್ಯಂ ।

ಭರ್ಗೋ ದೇವಸ್ಯ ಧೀಮಹಿ ಧಿಯೋ ಯೋನಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ॥] * 3 ಬಾರಿ

2. ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣೋಃ ಪೋಡಶನಾಮಸ್ತೋತ್ರಮ್

(ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣುಜಿಯ ಹದಿನಾರು ನಾಮಗಳು)

ಔಷಧೇ ಚಿಂತಯೇತ್ ವಿಷ್ಣುಂ । ಭೋಜನೇ ಚ ಜನಾರ್ದನಮ್ ॥

ಶಯನೇ ಪದ್ಮನಾಭಂ ಚ । ವಿವಾಹೇ ಚ ಪ್ರಜಾಪತಿಮ್ ॥

ಯುದ್ಧೇ ಚಕ್ರಧರಂ ದೇವಂ । ಪ್ರವಾಸೇ ಚ ತ್ರಿವಿಕ್ರಮಮ್ ॥

ನಾರಾಯಣಂ ತನುತ್ಯಾಗೇ । ಶ್ರೀಧರಂ ಪ್ರಿಯಸಂಗಮೇ ।

ದುಃಸ್ವಪ್ನೇ ಸ್ಮರ ಗೋವಿಂದಂ । ಸಂಕಟೇ ಮಧುಸೂದನಮ್ ॥

ಕಾನನೇ ನಾರಸಿಂಹಂ ಚ । ಪಾವಕೇ ಜಲಶಾಯಿನಮ್ ॥

ಜಲಮಧ್ಯೇ ವರಾಹಂ ಚ । ಗಮನೇ ವಾಮನಮ್ ಚೈವ ॥

ಪರ್ವತೇ ರಘುನಂದನಂ ।

[ಸರ್ವ ಕಾರ್ಯೇಶು ಮಾಧವಮ್] ॥ * 3 ಬಾರಿ

ಪೋಡಶೈತಾನಿ ನಾಮಾನಿ ಪ್ರಾತರುತ್ಥಾಯ ಯಃ ಪಠೇತ್ ಸರ್ವಪಾಪ ವಿನಿರ್ಮುಕ್ತೋ
ವಿಷ್ಣುಲೋಕೇ ಮಹಿಯತೇ ॥

3. ಶ್ರೀದಶಾವತಾರ ಸ್ತೋತ್ರಮ್

(ಶ್ರೀ ಜಯದೇವ ಜಿ ಯವರಿಂದ ರಚಿತ ದಶಾವತಾರ ಸ್ತೋತ್ರ)

ಪ್ರಲಯ ಪಯೋಧಿ-ಜಲೇ ಧೃತವಾನ್ ಅಸಿ ವೇದಮ್ |
ವಿಹಿತ ವಹಿತ್ರ-ಚರಿತ್ರಮ್ ಅಖೇದಮ್ |
ಕೇಶವ ಧೃತ-ಮೀನ ಶರೀರ ಜಯ ಜಗದೀಶ ಹರೇ || 1 ||

ಕ್ಷಿತಿರತಿ ವಿಪುಲತರೇ ತವ ತಿಷ್ಠತಿ ಪೃಷ್ಠೇ |
ಧರಣಿ ಧರಣ ಕಿಣ ಚಕ್ರ ಗರಿಷ್ಠೇ ||
ಕೇಶವ ಧೃತ-ಕಚ್ಛಪ-ರೂಪ ಜಯ ಜಗದೀಶ ಹರೇ || 2 ||

ವಸತಿ ದಶನ-ಶಿಖರೇ ಧರಣೇ ತವ ಲಗ್ನಾ |
ಶಶಿನಿ ಕಲಂಕ ಕಲೇವ ನಿಮಗ್ನಾ ||
ಕೇಶವ ಧೃತ-ಶೂಕರ ರೂಪ ಜಯ ಜಗದೀಶ ಹರೇ || 3 ||

ತವ ಕರ ಕಮಲ-ವರೇ ನಖಮ್ ಅದ್ಭುತ ಶೃಂಗಮ್ |
ದಲಿತ-ಹಿರಣ್ಯಕಶಿಪು-ತನು ಭೃಂಗಮ್ ||
ಕೇಶವ ಧೃತ-ನರಹರಿ ರೂಪ ಜಯ ಜಗದೀಶ ಹರೇ || 4 ||

ಛಲಯಸಿ ವಿಕ್ರಮಣೇ ಬಲಿಮ್ ಅದ್ಭುತ ವಾಮನ |
ಪದ-ನಖ ನೀರ ಜನಿತ ಜನ-ಪಾವನ ||
ಕೇಶವ ಧೃತ-ವಾಮನ ರೂಪ ಜಯ ಜಗದೀಶ ಹರೇ || 5 ||

ಕ್ಷತ್ರಿಯ ರುಧಿರ ಮಯೇ ಜಗದ್-ಅಪಗತ ಪಾಪಮ್ |
ಸ್ನಪಯಸಿ ಪಯಸಿ ಶಮಿತ ಭವ ತಾಪಮ್ ||
ಕೇಶವ ಧೃತ-ಭೃಗುಪತಿ-ರೂಪ ಜಯ ಜಗದೀಶ ಹರೇ || 6 ||

ವಿತರಸಿ ದಿಕ್ಷು ರಣೇ ದಿಕ ಪತಿ ಕಮನೀಯಮ್ |
ದಶ-ಮುಖ ಮೌಲಿ-ಬಲಿಮ್ ರಮಣೀಯಮ್ ||
ಕೇಶವ ಧೃತ-ರಘುಪತಿ ರೂಪ ಜಯ ಜಗದೀಶ ಹರೇ || 7 ||

ವಹಸಿ ವಪುಷಿ ವಿಶದೇ ವಸನಮ್ ಜಲದಾಭಮ್ |
ಹಲ-ಹತಿ-ಭೀತಿ-ಮಿಲಿತ-ಯಮುನಾಭಮ್ ||
ಕೇಶವ ಧೃತ-ಹಲಧರ-ರೂಪ ಜಯ ಜಗದೀಶ ಹರೇ || 8 ||

ನಿಂದಸಿ ಯಜ್ಞ ವಿಧೇರ ಅಹಹ ಶ್ರುತಿ ಜಾತಮ್ |
ಸದಯ ಹೃದಯ ದರ್ಶಿತ ಪಶು-ಘಾತಮ್ ||
ಕೇಶವ ಧೃತ-ಬುದ್ಧ-ಶರೀರ ಜಯ ಜಗದೀಶ ಹರೇ || 9 ||

ಮ್ಲೇಚ್ಛ ನಿವಹ ನಿಧನೇ ಕಲಯಸಿ ಕರವಾಲಮ್ |
ಧೂಮಕೇತುಮ್-ಇವ ಕಿಮ್ ಅಪಿ ಕರಾಲಮ್ ||
ಕೇಶವ ಧೃತ-ಕಲ್ಕಿ ಶರೀರ ಜಯ ಜಗದೀಶ ಹರೇ || 10 ||

ಶ್ರೀ-ಜಯದೇವ-ಕವೇರ ಇದಮ್ ಉದಿತಮ್ ಉದಾರಮ್ |
ಶೃಣು ಸುಖ-ದಮ್ ಶುಭ ದಮ್ ಭವ-ಸಾರಮ್ ||
ಕೇಶವ ಧೃತ-ದಶ-ವಿಧ ರೂಪ ಜಯ ಜಗದೀಶ ಹರೇ || 11 ||

4. ದುರ್ಗಾ - ಮಾಧವ ಸ್ತುತಿ

(ದುರ್ಗಾ - ಮಾಧವ ಸ್ತುತಿ ಪಾಠ)

ಜಯ ಹೇ ! ದುರ್ಗಾ ಮಾಧವ ಕೃಪಾಮಯ ಕೃಪಾಮಯೀ !
ದುರ್ಗಾನ್ಮು ಸೇಬೀ ಮಾಧವ ಹೋಇಲೇ ಮೋ ದೀಅಂ ಸಾಯೀಂ || 0 ||

ಜಯ ಹೇ ...

ಬಹೂ ರೂಪೇ ಜಯ ದುರ್ಗೇ, ಬ್ಯಾಪೀ ಅಭು ಸರ್ವ ರಾಬೇ |
ರಮಾ ಉಮಾ ಬಾಣೀ ರಾಧಾ ತೋ ಛಡಾ ಅನ್ಯ ಕೇ ನಾಹಿಂ || 1 ||

ಜಯ ಹೇ ...

ಮದನ-ಮೋಹನ ರೂಪೇ ಬ್ಯಾಪೀ ಅಭು ಸರ್ವ ರಾಬೇ |
ಮೋಹನ ಚಿತ್ತ ಮೋಹಿಲೂ ಶ್ರೀ ಸರ್ವ ಮಂಗಲಾ ತುಹೀ || 2 ||

ಜಯ ಹೇ ...

ಧರ್ಮ ಸಂಸ್ಥಾಪನೇ ಜನ್ಮ ಯದೀ ಹ್ವಂತಿ ನಾರಾಯಣ |
ದುರ್ಗಾನ್ಮು ಛಾಡೀ ಮಾಧವ ಖೇಲಿ ಬಾರ ಶಕ್ತಿ ಕಾಹಿಂ || 3 ||

ಜಯ ಹೇ ...

ಮಾಧವನ್ಮು ಖೇಲ ಪಾಯೀಂ ದೇಹ ಧರೂ ಮಹಾಮಾಯೀ |
ಮಾಧವನ್ಮು ಪತಿ ಪುತ್ರ ರೂಪೇ ಖೇಲಾಉಭು ತುಹೀ || 4 ||

ಜಯ ಹೇ ...

ಮಾಧವನ್ಮು ದುರ್ಗಾ ಕೋಲೇ ಜೇಹೂಂ ದೇಖೇ ಬೇನೀ ಡೋಲೇ |
ತಾಹಾರ ಭಾಗ್ಯರ ಕಥಾ ಬ್ರಹ್ಮಾ ಶಿಬೇ ನ ಜೋಗಾಯೀ || 5 ||

ಜಯ ಹೇ ...

ಜಯ ದುರ್ಗತಿ ನಾಶಿನೀ ಅಭಿರಾಮರ ಜನನೀ |
ಶುಭಾಗಮನ ಕರಂತೂ ಮಾಧವನ್ಮು ಕೋಲೇ ನೇಈ || 6 ||

ಜಯ ಹೇ ...

5. 108 ಬಾರಿ "ಮಾಧವ" ನಾಮ (ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ)

['ಮಾಧವ'] * 108 ಬಾರಿ

ಜಗನ್ನಾಥ ಮಹಾಪ್ರಭುವಿನ 'ಮಾಧವ' ನಾಮವನ್ನು 108 ಬಾರಿ ಜಪಿಸಿ.
ಇದನ್ನು ಜೋರಾಗಿ ಹೇಳಬೇಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಬೆರಳುಗಳ ಮೇಲೆ ಎಣಿಸಿ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ
ನಾಮ ಜಪ ಮಾಡಿ.

6. ಕಲ್ಕಿ ಮಹಾಮಂತ್ರ

[ರಾಮ ಹರೇ ಕೃಷ್ಣ ಹರೇ, ರಾಮ ಹರೇ ಕೃಷ್ಣ ಹರೇ |
ರಾಮ ಹರೇ ಕೃಷ್ಣ ಹರೇ, ಅನಂತ ಮಾಧವ ಹರೇ ||] * 11 ಬಾರಿ

7. ಜಯಘೋಷ

ಜಯಘೋಷದ ಪಾಠವನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ಮಾಡಬೇಕು, ಜೋರಾಗಿ ಹೇಳಬಾರದು.
(ನೀವು ನಿಂತಿರುವ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಮಾತ್ರ ಇದನ್ನು ಜೋರಾಗಿ ಪಠಿಸಬಹುದು.)

ತ್ವಮೇವ ಮಾತಾ ಚ ಪಿತಾ ತ್ವಮೇವ
ತ್ವಮೇವ ಬಂಧುಶ್ಚ ಸಖಾ ತ್ವಮೇವ |
ತ್ವಮೇವ ವಿದ್ಯಾ ದ್ರವಿಣಂ ತ್ವಮೇವ
[ತ್ವಮೇವ ಸರ್ವಂ ಮಮ ದೇವ ದೇವ] || * 3 ಬಾರಿ

ಓಂ ನಮೋ ಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯ ದೇವಾಯ ಗೋ-ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಹಿತಾಯ ಚ /
ಜಗತ್ ಹಿತಾಯ ಕೃಷ್ಣಾಯ ಗೋವಿಂದಾಯ ನಮೋ ನಮಃ ||

[ಓಂ ಅನಂತ ಕೋಟಿ ವಿಶ್ವ ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡ ನಾಥ ಪರಬ್ರಹ್ಮ ನಾರಾಯಣ ಮಹಾವಿಷ್ಣು
ಭಗವಾನ್ ಕಲ್ಕಿರಾಮ ಶ್ರೀ ಶ್ರೀ ಶ್ರೀ ಸತ್ಯ ಅನಂತ ಮಾಧವ ಮಹಾಪ್ರಭು ಜೀ ಕೀ ಜಯ!] * 3
ಬಾರಿ

[ಮಾತಾ ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮೀ ಜೀ ಕೀ ಜಯ!] * 3 ಬಾರಿ
[ಮಾತಾ ವೈಷ್ಣೋ ದೇವೀ ಜೀ ಕೀ ಜಯ!] * 3 ಬಾರಿ
[ಸರ್ವ ದೇವೀ-ದೇವತಾವೋಂ ಕೀ ಜಯ!] * 3 ಬಾರಿ
[ಸುಧರ್ಮ ಮಹಾ-ಮಹಾ ಸಂಘ ಕೀ ಜಯ!] * 3 ಬಾರಿ
[ಸುಧರ್ಮ ಮಹಾ-ಮಹಾ ಸಂಘ ಕೀ ಜಯ!] * 3 ಬಾರಿ

ಹೇ ಪ್ರಭು! ಶೀಘ್ರದಿಂದ ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ವಿಶ್ವದ ಭಕ್ತರ ಏಕೀಕರಣವಾಗಲಿ —
[ಆನಂದದಿಂದ ಒಮ್ಮೆ ಹೇಳಿ, "ಹರಿ ಹರಿ", "ಹರಿ ಹರಿ", "ಹರಿ ಹರಿ"]

ಹೇ ಪ್ರಭು! ಆದಷ್ಟು ಬೇಗ ಈ ಭೂಮಿ, ಇಡೀ ವಿಶ್ವದಲ್ಲಿ ಸತ್ಯ, ಪ್ರೇಮ, ದಯೆ, ಕ್ಷಮೆ ಮತ್ತು
ಶಾಂತಿಯ ಸ್ಥಾಪನೆಯಾಗಲಿ —

[ಆನಂದದಿಂದ ಒಮ್ಮೆ ಹೇಳಿ, "ಹರಿ ಹರಿ", "ಹರಿ ಹರಿ", "ಹರಿ ಹರಿ"]

ಜಯ ಶ್ರೀ ಮಾಧವ

ಪ್ರಮುಖ ಸೂಚನೆಗಳು

ಇಂದಿಗೂ, ವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಎರಡೂ ಮುಂಬರುವ ದೊಡ್ಡ ಬದಲಾವಣೆಯ ಸುಳಿವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ, ಮಾನವೀಯತೆಯು ಈ ಸಂಕಷ್ಟದಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಯಾವುದೇ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸಾಧನವನ್ನು ಹೊಂದಿಲ್ಲ. 'ಭವಿಷ್ಯ ಮಾಲಿಕಾ'ದ ಪ್ರಕಾರ — ಪಾಪ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿ, ಮತ್ತು ಜೀವನದ ರಕ್ಷಣೆಗಾಗಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಧರ್ಮದ ಜನರು 'ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆ'ಯನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಯುಗ ಪರಿವರ್ತನೆಯ ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಈ ಗುಪ್ತ ಸಿದ್ಧಾಂತವೇ ಜೀವನದ ರಕ್ಷಣೆಗಾಗಿ ಏಕೈಕ ಮೃತ ಸಂಜೀವಿನಿಯಾಗಿದೆ.

ಸತ್ಯಯುಗವನ್ನು ತಲುಪಲು ಬಯಸುವವರು, ಈ ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ತಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಧರ್ಮ ಸ್ಥಾಪನೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಭಗವಾನ್ ಕಲ್ಕಿಯವರ ನಿರ್ದೇಶನಗಳ ಪ್ರಕಾರ, ನಾವು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಈ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಬೇಕು:

1. ಎಲ್ಲಾ ಜೀವಿಗಳ ಮೇಲೆ ಕರುಣೆ ತೋರಿಸಿ. ಮಾಂಸ ಸೇವನೆಯನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿ ಮತ್ತು ಸಾತ್ವಿಕ ಜೀವನವನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಯಾವುದೇ ಜೀವಿಗೆ ಅಥವಾ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಹಾನಿ ಮಾಡಬೇಡಿ.
2. ಈ ಯುಗದಲ್ಲಿ ಮಾಧವ (ಭಗವಾನ್) ನಾಮವನ್ನು ಜಪಿಸಿ. ನೀವು ಬೇಕಾದರೆ ಜೋರಾಗಿ ಜಪಿಸಬಹುದು ಅಥವಾ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ಅವರ ಹೆಸರನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.
3. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಈ ಐದು ಗುಣಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು: ಸತ್ಯ, ಪ್ರೇಮ, ದಯೆ (ಕರುಣೆ), ಕ್ಷಮೆ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿ.
4. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಸತ್ಸಂಗದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬೇಕು. ಸತ್ಸಂಗ ಎಂದರೆ ಭಗವಂತನ ಗುಣಗಳನ್ನು ಹಾಡಲು, ಅವರ ಮಹಿಮೆಯನ್ನು ವರ್ಣಿಸಲು ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಚರ್ಚೆ ಮಾಡಲು ಒಟ್ಟಾಗಿ ಸೇರುವುದು.
5. ಪ್ರತಿದಿನ ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆ ಮಾಡಿ — ಪ್ರಾತಃ, ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ಮತ್ತು ಸಾಯಂಕಾಲ ಭಗವಂತನ ಸ್ಮರಣೆ ಮತ್ತು ಸ್ತುತಿ ಮಾಡಿ.
6. ಪ್ರತಿದಿನ ಭಗವಾನ್ ಕಲ್ಕಿಯವರು ನೀಡಿದ ಕಲ್ಕಿ ಮಹಾಮಂತ್ರವನ್ನು ಜಪಿಸಿ.
7. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಧರ್ಮದ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಡೆಯಬೇಕು.
8. ಜಾತಿ ಮತ್ತು ಧರ್ಮದ ಭೇದಭಾವದಿಂದ ಮೇಲೆದ್ದು, ಎಲ್ಲರೊಂದಿಗೆ ಸತ್ಸಂಗ ಮಾಡಿ.
9. 'ನಾನು' ಮತ್ತು 'ನನ್ನದು' ಎಂಬ ಭಾವನೆಯನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಿ. ಇಂತಹ ಅಹಂಕಾರ ಮತ್ತು ಆಸಕ್ತಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಅವನ ನಿಜವಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸ್ವಭಾವದಿಂದ ದೂರ ಮಾಡುತ್ತದೆ.
10. ಪ್ರತಿದಿನ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಮದ್ಭಾಗವತ ಮಹಾಪುರಾಣದ ಪಾಠ ಮಾಡಿ. ಸಮಯ ಸಿಕ್ಕಾಗ ಭಜನೆ, ಕೀರ್ತನೆ, ಪುರಾಣ, ಶಾಸ್ತ್ರ, ಭವಿಷ್ಯ ಮಾಲಿಕಾ ಮತ್ತು ಇತರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿ.
11. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮಹಿಳೆಯನ್ನು 'ಮಾತಾ'/'ಮಾ' ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಪುರುಷನನ್ನು 'ಭಾಯಿ' ಎಂದು ಸಂಬೋಧಿಸಿ.

12. ಊಟ ಮಾಡುವ ಮೊದಲು, ಭಗವಂತನಿಗೆ ಆಹಾರವನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಿ.

13. ನೀವು ಭಗವಾನ್ ಕಲ್ಕಿ ಮತ್ತು ಈ ಮಹಾನ್ ಕಾರ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಬಯಸಿದರೆ, ಈ ಪುಸ್ತಕದ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾದ ಮೊಬೈಲ್ ಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.

ಹೆಚ್ಚು ಕೇಳಲಾಗುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು

1. ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆ ಅಭ್ಯಾಸದ ಬಗ್ಗೆ ಸಾಮಾನ್ಯ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು

ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆಯನ್ನು **ಸ್ನಾನ ಮಾಡದೆಯೂ** ಮಾಡಬಹುದು. ನಿಮ್ಮ ಹಣೆಯ ಮೇಲೆ ಕೈ ಇಟ್ಟು "ಶ್ರೀ ಗಂಗೆ" ಎಂದು ಮೂರು ಬಾರಿ ಹೇಳಿ ಮಾತಾ ಗಂಗೆಯನ್ನು ಸ್ಮರಿಸಿ. ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ಮೊದಲು ನಿಮ್ಮ ಕಾಲುಗಳನ್ನು ತೊಳೆದು ನಿಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರನ್ನು ಚಿಮುಕಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆಯನ್ನು ಎಲ್ಲಿ ಬೇಕಾದರೂ ಮಾಡಬಹುದು — **ದಾರಿಯಲ್ಲಿ, ರೈಲಿನಲ್ಲಿ, ಕಾರಿನಲ್ಲಿ, ನಿಮ್ಮ ಕೆಲಸದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ, ಅಥವಾ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ (ಹೃದಯದಲ್ಲಿ) ಮೌನವಾಗಿ.** ಯಾವುದೇ ರೂಪದಲ್ಲಿ, ಯಾವುದೇ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ, ಇದನ್ನು ತಪ್ಪದೆ ಮಾಡಬೇಕು.

ಶ್ರೀಮದ್ಭಾಗವತ ಮಹಾಪುರಾಣದ ಪಾಠವನ್ನು **ಕೇವಲ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿದ ನಂತರ**, ಪವಿತ್ರರಾದಾಗ ಮಾತ್ರ ಮಾಡಬೇಕು. ಮಾಸಿಕ ಧರ್ಮದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆಯನ್ನು ಎಂದಿನಂತೆ ಮೂರು ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ — ಹೇಳುವ ಮೂಲಕ ಅಥವಾ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ. ಆ ಏಳು ದಿನಗಳವರೆಗೆ ಶ್ರೀಮದ್ಭಾಗವತ ಮಹಾಪುರಾಣದ ಪಾಠವನ್ನು **ಮಾಡಬಾರದು, ಆದರೂ ಅದನ್ನು ಕೇಳಬಹುದು.**

ಸೂತಕದ ಸಮಯದಲ್ಲಿಯೂ, ಮೂರು ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆಯನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು; ಆದರೆ ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಮದ್ಭಾಗವತ ಮಹಾಪುರಾಣವನ್ನು **ಓದಬಾರದು ಅಥವಾ ಕೇಳಬಾರದು,** ಮತ್ತು ಸತ್ಸಂಗದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬಾರದು. ಎರಡೂ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಮದ್ಭಾಗವತ ಮಹಾಪುರಾಣ ಮತ್ತು ಪೂಜೆಯ ಇತರ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು **ಮುಟ್ಟಬಾರದು.**

2. ಸರಿಯಾದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪೂರ್ಣ ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು?

ಸರಿಯಾದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪೂರ್ಣ ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ, ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ **ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆ** ಮಾಡಿ, ಮತ್ತು ಸಮಯ ಸಿಕ್ಕಾಗ **ಪೂರ್ಣ ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆಯನ್ನು ನಂತರ** ಮಾಡಿ.

ತ್ರಿಕಾಲ ಸಂಧ್ಯೆಯನ್ನು ಎಲ್ಲಿ ಬೇಕಾದರೂ ಮಾಡಬಹುದು — **ಕೆಲಸದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ, ರಸ್ತೆಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವಾಗ, ಕಾರು ಚಲಾಯಿಸುವಾಗ, ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ**, ಅಥವಾ ಯಾವುದೇ ಇತರ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಾಗಲೂ: **ಮೌನವಾಗಿ, ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ**. ಸರಿಯಾದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆ ಮಾಡುವುದು, ಸ್ಥಳ ಯಾವುದೇ ಇರಲಿ, ಅತ್ಯಂತ ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿದೆ.

ತ್ರಿಕಾಲ ಸಂಧ್ಯೆಯನ್ನು ಸರಿಯಾದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ, ಭಗವಾನ್ ಮಾಧವನ ಹೆಸರನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು **ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ ಪಡಿ**, ಮತ್ತು ಭಗವಂತನಿಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ, ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ಇದು ಸರಿಯಾದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆಗಲಿ ಎಂದು; ಏಕೆಂದರೆ ಶಾಸ್ತ್ರಗಳ ಪ್ರಕಾರ ತ್ರಿಕಾಲ ಸಂಧ್ಯೆಯನ್ನು ಅದರ ಸರಿಯಾದ ಸಮಯದಲ್ಲಿಯೇ ಮಾಡಬೇಕು.

ಸಮಯವಿಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ ತ್ರಿಕಾಲ ಸಂಧ್ಯೆಯ ವಿಧಾನ

ಗೂಗಲ್ ಮೀಟಿನಲ್ಲಿ ಪಂಡಿತ್ ಜಿ ಯವರಿಂದ ನೀಡಿದ ಶ್ಲೋಕ. ಸಂಧ್ಯೆ ಮಾಡಲು ಅವಕಾಶ ಸಿಗದಿದ್ದಾಗ ಮತ್ತು ಸಮಯ ಮೀರುತ್ತಿರುವಾಗ, ಸಂಧ್ಯೆಯ ಬದಲಿಗೆ ನೀವು **108 ಬಾರಿ ಮಾಧವ ನಾಮ ಜಪ, 11 ಬಾರಿ ಜಯ ದುರ್ಗಾ ಮಾಧವ**, ಮತ್ತು ಕೆಳಗೆ ನೀಡಿದ ಶ್ಲೋಕವನ್ನು ಒಮ್ಮೆ ಪಠಿಸಬಹುದು.

ದಶಾವತಾರ ಸ್ತೋತ್ರಮ್ (ಅಂತಿಮ ಶ್ಲೋಕ)

ವೇದಾನ್ ಉದ್ಧರತೇ ಜಗನ್ನಿವಹತೇ ಭೂಗೋಲಮ್ ಉದ್ವಿಭ್ರತೇ
ದೈತ್ಯಂ ದಾರಯತೇ ಬಲಿಂ ಛಲಯತೇ ಕ್ಷತ್ರಕ್ಷಯಂ ಕುರ್ವತೇ |
ಪೌಲಸ್ತ್ಯಂ ಜಯತೇ ಹಲಂ ಕಲಯತೇ ಕಾರುಣ್ಯಮ್ ಆತನ್ವತೇ
ಮ್ಲೇಚ್ಛಾನ್ ಮೂರ್ಛಯತೇ ದಶಾಕೃತಿಕೃತೇ ಕೃಷ್ಣಾಯ ತುಭ್ಯಂ ನಮಃ ||

3. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತಮ್ಮ ದಿನಚರಿಯೊಂದಿಗೆ ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಮಾಡಬೇಕು?

ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ನಿಯಮಾನುಸಾರ ಸರಿಯಾದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾತಃ (ಬ್ರಹ್ಮ ಮುಹೂರ್ತ) ಮತ್ತು ಸಾಯಂಕಾಲ ಸಂಧ್ಯೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಶಾಲೆ ಅಥವಾ ಅಧ್ಯಯನದ ಒತ್ತಡದಿಂದಾಗಿ, ಅವರು ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ಸಂಧ್ಯೆಯನ್ನು **ಹೃದಯದಲ್ಲಿ, ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ಭಗವಂತನನ್ನು ಧ್ಯಾನಿಸುತ್ತಾ** ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಬಹುದು.

4. ಕೆಲಸದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಮಾಡಬೇಕು?

ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆಗಾಗಿ ಸ್ಥಳದ ಯಾವುದೇ ನಿಯಮವಿಲ್ಲ. ನೀವು ಎಲ್ಲಿದ್ದರೂ ಇದನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು — ನಿಮ್ಮ ಡೆಸ್ಕ್‌ನಲ್ಲಿ, ಕಾರ್ಖಾನೆಯಲ್ಲಿ, ಅಂಗಡಿಯಲ್ಲಿ, ಗದ್ದೆಯಲ್ಲಿ, ಅಥವಾ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ.

ಇದನ್ನು ಜೋರಾಗಿ ಹೇಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ, ಅದನ್ನು **ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ (ಹೃದಯದಲ್ಲಿ)** ಮಾಡಿ; ಹೃದಯವೇ ಸಾಕಷ್ಟು ಸ್ಥಳ. ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಬೂಟುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು ಒಂದು ಕ್ಷಣ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಿ; ಮತ್ತು ಅದು ಸಹ ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ, ಈ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿ ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆಯನ್ನು ಬಿಡಬೇಡಿ.

ನಿಮಗೆ ಇದು ನೆನಪಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ, ನೀವು **ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆಯ ಆಡಿಯೋವನ್ನು ಕೇಳಬಹುದು**. ಮುಖ್ಯ ವಿಷಯವೆಂದರೆ ಇದು ತಪ್ಪಬಾರದು.

5. ಮನೆಯ ಕೆಲಸದಿಂದ ಸಮಯ ಸಿಗದಿದ್ದರೆ, ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆಯ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಹೇಗೆ ಮಾಡಬೇಕು?

ಕೆಲಸ ಮಾಡುವಾಗ ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆ ಮಾಡಿ — ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಖಾಲಿ ಸಮಯಕ್ಕಾಗಿ ಕಾಯುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ; ಕೈಗಳು ನಿರತವಾಗಿದ್ದರೂ ಇದನ್ನು **ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ** ಮಾಡಬಹುದು.

ಭಾಗವತಕ್ಕಾಗಿ, ನೀವು ಎಷ್ಟು ಸಮಯವನ್ನು ಮೀಸಲಿಡಲು ಸಾಧ್ಯವೋ ಅಷ್ಟು ಮೀಸಲಿಡಿ — ಒಂದು ಸಂಪೂರ್ಣ ಅಧ್ಯಾಯ ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಒಂದು ಅಧ್ಯಾಯ, ಮತ್ತು ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಒಂದು ಪುಟ, ಅಥವಾ ಒಂದು ಶ್ಲೋಕವನ್ನಾದರೂ. ಪಾಠವಿಲ್ಲದೆ ಒಂದು ದಿನವೂ ಕಳೆಯಬಾರದು ಎಂಬುದನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

6. ಮಾಸಿಕ ಧರ್ಮದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಹಿಳೆಯರು ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆಯನ್ನು ಹೇಗೆ ಪಾಲಿಸಬೇಕು?

ಮಾಸಿಕ ಧರ್ಮದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ಏಳು ದಿನಗಳವರೆಗೆ ಭಾಗವತದ ಪಾಠವನ್ನು ಮಾಡಬಾರದು. ಇದನ್ನು **ಕೇಳಬಹುದು**.

ಮೂರು ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆ ಮಾಡಿ. ನಿಮಗೆ ನೆನಪಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಇದನ್ನು ಕೇಳಿ.

(ಶ್ರೀಮದ್ಭಾಗವತ ಮಹಾಪುರಾಣ, ಅಥವಾ ಪೂಜೆಯ ಇತರ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು **ಮುಟ್ಟಬೇಡಿ**.)

7. ಕುಟುಂಬದ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆಯನ್ನು ಪಾಲಿಸಿದರೆ, ಅವರೆಲ್ಲರಿಗೂ ಅದರ ಫಲ ಸಿಗುತ್ತದೆಯೇ?

ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸ್ವತಃ ಇದನ್ನು ಪಾಲಿಸುವುದು ಅವಶ್ಯಕ. ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಯಾರಾದರೂ ಓದಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ, ಅವರಿಗೆ ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆ ಮತ್ತು ಭಾಗವತವನ್ನು ಕೇಳಿಸಿ. ಮತ್ತು ಮಾತನಾಡಲು ಅಥವಾ ಕೇಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದವರಿಗೆ, ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಮಟ್ಟಿಗೆ, ಅವರಿಗೆ ಪದೇ ಪದೇ '**ಮಾಧವ**' ನಾಮವನ್ನು ಬರೆಯಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ.

8. ನಾವು ಮಾಂಸಾಹಾರ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಮತ್ತು ಮದ್ಯಪಾನ ಮಾಡಿದರೆ, ನಾವು ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬಹುದೇ?

ಇಲ್ಲ, ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುವ ಮೊದಲು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಸಸ್ಯಾಹಾರಿ ಜೀವನಶೈಲಿಯನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು, ಮೊಟ್ಟೆಯನ್ನು ಸಹ ತಿನ್ನಬಾರದು. ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಮಾದಕ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು (ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಮದ್ಯ, ಭಾಂಗ್, ಸಿಗರೇಟ್, ತಂಬಾಕು ಉತ್ಪನ್ನಗಳು, ಪಾನ್ ಮಸಾಲಾ, ಗುಟ್ಟಾ ಇತ್ಯಾದಿ) ಸಹ ಖಂಡಿತವಾಗಿ ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು.

9. ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲು ನಾವು ಈರುಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿಯನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಬೇಕೇ?

ಇಲ್ಲ, ಈರುಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಸೇವಿಸಿದರೂ ನೀವು ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆ ಮಾಡಬಹುದು. ಕೇವಲ ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ಮಾಂಸಾಹಾರದಿಂದ ದೂರವಿರಬೇಕು (ಮೊಟ್ಟೆಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ).

10. ಮಹಿಳೆಯರು ಗಾಯತ್ರಿ ಮಂತ್ರ ಮತ್ತು ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆಯನ್ನು ಪಠಿಸಬಹುದೇ?

ಹೌದು, ಮಹಿಳೆಯರು ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮೂರು ಬಾರಿ ಗಾಯತ್ರಿ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಪಠಿಸಬೇಕು.

11. ನಾವು ಉಪನಯನ ಸಂಸ್ಕಾರ (ಜನಿವಾರ) ಇಲ್ಲದೆ ಗಾಯತ್ರಿ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಪಠಿಸಬಹುದೇ?

ಹೌದು, ಪವಿತ್ರ ಜನಿವಾರ ಧರಿಸದಿದ್ದರೂ ನೀವು ಗಾಯತ್ರಿ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಪಠಿಸಬಹುದು. ನೀವು ಯಾವುದೇ ಗುರುಗಳಿಂದ ದೀಕ್ಷೆ ಪಡೆಯದೆಯೂ ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆಯ ಎಲ್ಲಾ ಮಂತ್ರಗಳನ್ನು ಪಠಿಸಬಹುದು.

12. ನಾವು ಶಾಪ ವಿಮೋಚನೆ ಇಲ್ಲದೆ ಗಾಯತ್ರಿ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಪಠಿಸಬಹುದೇ?

ಹೌದು, ನೀವು ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆ ಮಾಡುವಾಗ ಯಾವುದೇ ಶಾಪ ವಿಮೋಚನೆ ಇಲ್ಲದೆ ಮೂರು ಬಾರಿ ಗಾಯತ್ರಿ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಪಠಿಸಬೇಕು.

13. ನಿರಕ್ಷರಸ್ಥರು, ದಿವ್ಯಾಂಗರು, ಶಿಶುಗಳು ಅಥವಾ ಹಿರಿಯ ನಾಗರಿಕರು, ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆಯನ್ನು ಓದಲು ಅಸಮರ್ಥರಾಗಿದ್ದರೆ, ಅವರು ಏನು ಮಾಡಬೇಕು?

ಯಾರಾದರೂ ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆ ಪಾಠವನ್ನು ಓದಲು ಅಸಮರ್ಥರಾಗಿದ್ದರೆ, ಅವರು ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ದಿನಕ್ಕೆ ಮೂರು ಬಾರಿ ಇದರ ಆಡಿಯೋವನ್ನು ಕೇಳಬಹುದು. ಶಿಶುಗಳಿಗೆ ವಿನಾಯಿತಿ ನೀಡಲಾಗಿದೆ, ಅವರ ತಾಯಂದಿರು ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆ ಮಾಡಿದರೆ (ಅವರಿಗೆ ಲಾಭವಾಗುತ್ತದೆ). ಆದಾಗ್ಯೂ, ದೊಡ್ಡವರಾದ ಮೇಲೆ ಅವರು ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆಯ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಖಂಡಿತವಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕು.

ವಿಶ್ವ ಸನಾತನ ಧರ್ಮ ಸೇವಾ ಟ್ರಸ್ಟ್

ತ್ರಿಸಂಧ್ಯೆ ಮತ್ತು ಇತರ ಧಾರ್ಮಿಕ ಮಾಹಿತಿಗಳಿಗಾಗಿ ವಾಟ್ಸಾಪ್‌ನಲ್ಲಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ:
+91 9923071727

ಅಧಿಕೃತ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ ಮತ್ತು ಯೂಟ್ಯೂಬ್ ಚಾನೆಲ್‌ಗಳು

ಭವಿಷ್ಯ ಮಾಲಿಕಾ: www.bhavishyamalika.com

ಕಲ್ಕಿ ಅವತಾರ - ದಿ ಆಫೀಶಿಯಲ್ ಚಾನೆಲ್: https://www.youtube.com/@Kalki_Avatara

ಡೈನಾಸ್ಟಿ ಆಫ್ ಲಾರ್ಡ್ ಕಲ್ಕಿ (ಒಂದು ಹೊಸ ಪ್ರಪಂಚದ ಮಾರ್ಗ): <https://youtube.com/@dynastyofkalki>

ಕಲ್ಕಿ ಅವತಾರ ರಷ್ಯನ್: <https://youtube.com/@kalkiavatarrussian>

ಕಲ್ಕಿ ಅವತಾರ ತೆಲುಗು: <https://youtube.com/@kalkiavatartelugu>

ಕಲ್ಕಿ ಅವತಾರ ಸ್ಪ್ಯಾನಿಷ್: <https://youtube.com/@kalkiavatarspanish>

ಕಲ್ಕಿ ಅವತಾರ ಕನ್ನಡ: <https://youtube.com/@kalkiavatarkannada>

ಜಯ ಶ್ರೀ ಮಾಧವ