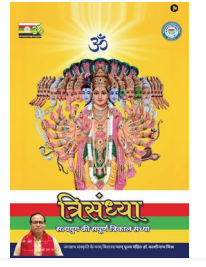




ॐ त्रिकाल संध्या ॐ

وَسُو سَنَاتَن دَرَم سَيُوا تَرَسْت

॥ جِي شَرِي مَادَو ॥



"इंसानी तहज़ीब खातर, त्रिसंध्या संजीवनी (अमृत) हींदि प्यठ छु।"

हर रोज़ त्रयि संधियान वक्रतन मंज़ त्रिसंध्या करिव, हर रोज़ श्रीमद्भागवत महापुराणुक अख अध्याय परिव, ते मनस मंज़ लगातार 'माधव' नावुक जप करिव।

त्रिकाल संध्या स्यत यि पाँछ तालीम धारिव

1. फरमांबरदार बनून सीखिव।
2. इंतज़ार करन सीखिव (सब्र करिव)।
3. सारेन जुवन स्यत प्रेम करन ते तिमन प्यठ रहम करन सीखिव।
4. इन्द्रियन प्यठ काबू थाविव।
5. 'ब्य ते म्योन, त्व ते त्वोन' (अहंकार) हींदि जज़्बातुक त्याग करिव।

त्रिसंध्या हींदि त्रयि वक्रत

सुबहक वक्रत ब्रह्म मुहूर्तस मंज़, आफताब तुलन ब्रोंठ

दुपहर 11:30 ते 12:30 दरम्यन

शामक वक्रत आफताब गरन त्रयि मिनट ब्रोंठ ते त्रयि मिनट पाछ दरम्यन करिय हेकिय

त्रिसंध्या विषय-सूची

1. मंत्र
2. शरी वशुव शोडशनामस्तोत्रम्
3. शरी दशावतार स्तोत्रम्
4. दुर्गा-मादो स्तुति
5. 108 लठि "माधव" नाव (मनस मंज़)
6. क्ली म्हामंत्र
7. ज़िगहोश

उच्चारणस मुतल्लिक अख अदबदार दरखास्त

1. مَنَشَر

لڌي 3 * [॥ بهرگو ديوسَی دهيمَ دهيو يونَه پَرچوڊا ته اوم بهوربهوه سوه تنسوئرورينيم -]

۱۱ اوشدھے چئیتیت وِشْنَم . بھوجئے جَ جَنَارَدَنَم
 ۱۱ شینے پَدَمَنَابھم جَ . وِوابے جَ پَرَجَپَتِم
 ۱۱ یُدھے چکرَدھَرَم دیوم . پُرِواسے جَ تِرِوکرَمَم
 ۱۱ نارایتَم تَنُیاگے . شریَدھَرَم پُرِیسَنگَمے .
 ۱۱ دُبسوَنے سَمَر گووِنَدَم . سَنگُے مَدھَسودَنَم
 ۱۱ کانے نارَسِنہَم جَ . پاوکے جَلَشاینَم
 ۱۱ جَلَمَدھیے وَرابَم جَ . گَمَنے وامَنَم چَیو
 ۱۱ پَرَوے رَگھُنَدَنَم .

۱۱ شَوْدَشَبِیْتَانِ نَامَانِ پُرَاتَرْتَرَهَاۤیَ یِه پَهیت سَرَوَیَآپ وَرْمُکَنو وَشَنلُوکے مَہِیْتِے

شریدشاوتار ستوترم 3.
(श्री जयदेव जी संज्ञ रचित दश अवतार स्तोत्र)

پَرَلّی پَیودھ-جَلے دھرتوان آس ویدم ۔
وِیت وِیتر-چَرِترم آکھیدم ۔
1 ॥ کیشو دھرت-مین شریر جی جگدیش برے

کُشِترِت وِیلتَرے تَو نِشِثَہ پُرشِثَہے ۔
دَہرنِ دَہرنِ کِن چَکَر گِرشِثَہے ॥
2 ॥ کیشو دھرت-کچھپ-روپ جی جگدیش برے

وَسَتِ دَشن-شِکھَرے دَہرنِی تَو لَگنا ۔
شَشنِ کَلَنک کَلِیو نَمَگنا ॥
3 ॥ کیشو دھرت-شوکر روپ جی جگدیش برے

تَو گر کَمَل-وَرے نَکھم آدِہُت شرِنگم ۔
دَلِیت-بَرَنِیکَشِپ-تَن بَہرِنگم ॥
4 ॥ کیشو دھرت-نرہر روپ جی جگدیش برے

چَہلِیس وِکَرمَنے بَلِم آدِہُت وَامن ۔
پَد-نَکھ نِیر حَنِیت حَن-پاَوَن ॥
5 ॥ کیشو دھرت-وامن روپ جی جگدیش برے

کُشِترِی رُدھِر مَیے جَگَد-آپَگت پاپم ۔
سَنِپِیس پِپِیس شَمِیت بَہو تاپم ॥
6 ॥ کیشو دھرت-بہرگپت روپ جی جگدیش برے

وِترَس دِکُش رَنے دِک پَت کَمَنِیم ۔
دَشن-مُکھ مَوَل-بَلِم رَمَنِیم ॥
7 ॥ کیشو دھرت-رگھپت روپ جی جگدیش برے

وَسَنم جَلَدِاہم ۔ ۛوَبَس وِپش وِش
بَل-بَت-بَہِیت-مِلِیت-یَمَنِاہم ॥
8 ॥ کیشو دھرت-بلدھر روپ جی جگدیش برے

نِندَس یَگَی وِدھِیر آہ شَرِت جاتم ۔
سَدَی بَرَدِی دَرِشِیت پِش-گہاتم ॥
9 ॥ کیشو دھرت-بڈھ-شریر جی جگدیش برے

مَلِچَہ نَوہ نِدھَنے کَلِیس کَرَوالم ۔
دَہو مَکِیئم-اَو کِیم آپِ کَرالم ॥
10 ॥ کیشو دھرت-گلکی شریر جی جگدیش برے

شَری-جَیْدِیو-کَوِیر اِدم اُدم اُدارم ۔
شَرِن سُکھ-دَم شُبھ دَم بَہو-سارم ॥
11 ॥ کیشو دھرت-دش-ودھ روپ جی جگدیش برے

دُرگا - مادو سَتُّت 4.

(دुर्गा - माधव स्तुति पाठ)

جَی ہے ! دُرگا مادو کُریامی کُریامی ۔
॥ 0 ॥ دُرگائکُ سیبی مادو بویلے مو دی اَن ساییں

... جی ہے

بہو رویے جَی دُرگے، نیاپی آچھ سَرُو ٹھایے ۔
॥ 1 ॥ رَما اُما بانی رادھا تو چھڑا اَنی کے ناپیں

... جی ہے

مَدَن-موہن رویے نیاپی آچھ سَرُو ٹھایے ۔
॥ 2 ॥ موہن چِتھ موہلو شری سَرُو مَنگلا ٹھی

... جی ہے

دَرم سَنسُتھاپنے جَنم یدی بُوٹتِ ناراین ۔
॥ 3 ॥ دُرگائکُ چھڑی مادو کھیلی بار شَکتِ کاپیں

... جی ہے

مادوٹک کھیل پاپیں دیہ دَرو مہامای ۔
॥ 4 ॥ مادوٹک پَتِ پُتر رویے کھیلاوُچھ ٹھی

... جی ہے

مادوٹک دُرگا کولے جیہو دیکھے بینی ڈولے ۔
॥ 5 ॥ تابار بھاگتیر کتھا بُرہما شِیے نِ جوگاپی

... جی ہے

جَی دُرگتِ ناشینی ابھرامر جَننی ۔
॥ 6 ॥ شُبھاگَمَن کَرنتو مادوٹک کولے نیی

... جی ہے

5. 108 लठि "माधव" नाव (मनस मंज़)

लठि 108 * ['मादो']

जगन्नाथ महाप्रभु हींदि 'माधव' नावुक 108 लठि जप करिव।
यि ज़ोरस स्यत मा वनिज़िव। पनिनीन अंगुलियन प्यठ गनिव ते मनस मंज़ नावुक जप करिव।

گُلکی مہامنتر 6.

رام برے کرشن برے، رام برے کرشن برے - [
 لٹي 11 *] ॥ رام برے کرشن برے، آنت مادو برے

7. جयघोष

जयघोषुक पाठ मनस मंज करन छु, ज़ोरस स्यत वनिथ न।
(अगर तुही खड़ि आसिव, तमि स्यत यिम पाठ ज़ोरस स्यत करिय हेकिय।)

तुमिओ माता जे पता तुमिओ
तुमिओ बंधुशेज सकेहा तुमिओ -
तुमिओ वडिया डरोतम तुमिओ
लटि 3 * ॥ [तुमिओ सरोम मम दिओ दिओ]

/ ओम नमो ब्रह्मन् दिव्य गो-ब्रह्मन् पता जे
॥ जगत पता क्रिष्णाय गोवन्दाय नमो नम

ओम आन्त कोठ वशु ब्रह्मान्त नाते प्रब्रह्म नारायण म्हावशुन बेगवान ग्लिराम शरी शरी सरी सरी आन्त मादो म्हाप्रबु जे जी [
 लटि 3 *] जी

लटि 3 * [!माता म्हागुष्मि जी जी जी]

लटि 3 * [!माता वीशुनो दिव्य जी जी जी]

लटि 3 * [!सरो दिव्य-दिव्यताउन जी जी]

लटि 3 * [!सुंदर म्हामहासुंगहे जी जी]

लटि 3 * [!सुंदर म्हामहासुंगहे जी जी]

— हे प्रभु ! जूद अज जूद सारेन दुनियाहकन भक्तन हुंद जमाव गछी —

[वनिव आनंदस स्यत अख लटि, " ब्र ब्र ", " ब्र ब्र ", " ब्र ब्र "]

— हे प्रभु ! जूद अज जूद यिम जमीनस प्यठ, सारेन दुनियाहस प्यठ सत्य, प्रेम, दया, क्षमा ते शांति कायम गछी —

[वनिव आनंदस स्यत अख लटि, " ब्र ब्र ", " ब्र ब्र ", " ब्र ब्र "]

जी शरी मादो

अहम हिदायत

अज्युक्क्यन, यिथ्युक्क्यन ज्ञान ते रूहानियत दुयि यिछन वजिथ यिवन वोल्न बड़न तब्दीलिन हींदि आहत महसूस करन छि, इंसानियतस निश यिम संकटस निश बचनुक कुन यक्रीनी ज़रियाह न छु। 'भविष्य मालिका' मुताबीक — पाप कर्मन त्याग करिव, ते ज़िंदगी हींदि हिफाज़त खातर हर मज़हबक लोग 'त्रिसंध्या' अपनाविव।

युग परिवर्तन हींदि यिम वक्रतस मंज़, यि गुप्त सिद्धांत छु ज़िंदगी हींदि हिफाज़त खातर वाहिद मृत संजीवनी। यिम लोग सत्ययुगस मंज़ वछन छि यिछन, तिमन यि तालीम पननी ज़िंदगी मंज़ धारन करन छु।

धर्म स्थापना हींदि वक्रतस भगवान कल्कि हींदि हिदायतन मुताबीक, असन पननी ज़िंदगी मंज़ यिमन बाथन पालन करन छु:

1. सारेन जुवन प्यठ रहम करिव। माज़ ख्यन तरिव ते सात्विक ज़िंदगी अपनाविव। कुन जुवस या इंसानस कुन तरीक़स स्यत नुक़सान मा दीज़िव।
2. यिम युगस मंज़ माधव (भगवान) हींदि नावुक जप करिव। अगर तुही यिछिव, ज़ोरस स्यत जप करिय हेक्किव या मनस मंज़ तिमन नाव याद करिय हेक्किव।
3. हर अख शख़्सस यि पाँछ गुण धारन करन छि: सत्य, प्रेम, दया (रहम), क्षमा ते शांति।
4. हर अख शख़्सस नियमित तरीक़स स्यत सत्संगस मंज़ हिस्सा न्यन छु। सत्संगुक मतलब छु भगवान हींदि गुण गायन करन, तिमन महिमा बयान करन ते रूहानी बहस करन खातर अखवट जमा गछन।
5. हर रोज़ त्रिसंध्या करिव — सुबह, दुपहर ते शाम भगवानुक याद ते स्तुति करिव।
6. हर रोज़ भगवान कल्कि संज़ दीयिथ कल्कि महामंत्रुक जप करिव।
7. हर अख शख़्सस धर्म हींदि वाट्स प्यठ चलन छु।
8. ज़ात ते मज़हब हींदि भेदभावस निश ब्योन गछिथ, सारेन स्यत सत्संग करिव।
9. 'ब्य' ते 'म्योन' हींदि जज़्बातुक त्याग करिव। यिथ्युक्क्यन अहंकार ते लगाव शख़्सस तमिंदि असल रूहानी स्वभावस निश दूर न्यन छु।
10. हर रोज़ घरस प्यठ श्रीमद्भागवत महापुराणुक पाठ करिव। वक्रत मिलन प्यठ भजन, कीर्तन, पुराण, शास्त्र, भविष्य मालिका ते बाक़ी रूहानी ग्रंथन हुंद मुताला करिव।
11. हर अख ज़नानस 'माता' / 'मा' ते हर अख मरदस 'भाई' वनिथ संबोधन करिव।
12. ख्येवन ब्रोंठ, भगवानस ख्यन अर्पण करिव।
13. अगर तुही भगवान कल्कि ते यिम बड़ि कामस मुतल्लिक ज़्यादह ज्ञानन छि यिछन, तमि स्यत यिम पुस्तिका हींदि अखीरस मंज़ दीयिथ मोबाइल नंबरस प्यठ राबता करिव।

सारें ज़्यादह प्रछन वोल सवाल

1. त्रिसंध्या अभ्यासस मुतल्लिक आम सवाल

त्रिसंध्या **बगर न्यन** ते करिय हेकिय। पनीनीन मथस प्यठ अथ थाविव ते "**श्री गंगे**" त्रयि लठि वनिथ माता गंगा याद करिव। अगर मुमकिन आसि, तमि स्यत ब्रोंठ पननी खुरी वोछिव ते पनीनी प्यठ थोडुक आब छिड़किव।

त्रिसंध्या कुन जाई ते करिय हेकिय — **वाट्स प्यठ, ट्रेनस मंज़, गाड़िस मंज़, पनीनी कामुक जाई, या मनस मंज़ (दिलस मंज़) चुपचाप**। कुन न कुन शक्लस मंज़, कुन न कुन जाई, यि बगर चूक करन छु।

श्रीमद्भागवत महापुराणुक पाठ **फकत न्यन पाछ**, पाक गछन प्यठ करन छु। मासिक धर्म हींदि घहन मंज़ त्रिसंध्या हमेशा हींदि प्यठ त्रयि वक्त करन छु — वनिथ या मनस मंज़। तिमन सथ घहन खातर श्रीमद्भागवत महापुराणुक **पाठ मा करिव, यद्यपि यि बुज़िय हेकिय**।

सूतक हींदि दौरान ते, त्रयि वक्त त्रिसंध्या करिय हेकिय; मगर तिम वक्तस श्रीमद्भागवत महापुराण **न परन छु ते न बुज़ुन छु**, ते सत्संगस मंज़ शामिल मा गछिव। दुयि मामलातस मंज़ श्रीमद्भागवत महापुराण ते पूजा हींदि बाक्री चीज़न **मा छुविव**।

2. अगर सही वक्तस प्यठ पूरी त्रिसंध्या मुमकिन न आसि तमि स्यत छु करन?

अगर सही वक्तस प्यठ पूरी त्रिसंध्या मुमकिन न आसि, तमि स्यत तिम वक्तस **मुख्तसर त्रिसंध्या** करिव, ते वक्त मिलन प्यठ **पूरी त्रिसंध्या पाछ** करिव।

त्रिकाल संध्या कुन जाई ते करिय हेकिय — **कामुक जाई, वाट्स प्यठ चलान चलान, गाड़ी चलावान चलान, स्कूलस मंज़**, या कुन बाक्री काम करान करान ते: **चुपचाप, मनस मंज़**। मुनासिब वक्तस प्यठ त्रिसंध्या करन, अगरचे जाई कुन ते आसि, बेहद ज़रूरी छु।

अगर त्रिकाल संध्या मुनासिब वक्तस प्यठ करिय न हेकिय, तमि स्यत भगवान माधवुक नाव न्यिव ते **पश्चाताप करिव**, ते भगवानस निश दुआ करिव ज़ि अज़्युक्यन यि मुनासिब वक्तस प्यठ गछी; क्यज़िकि शास्त्रन हुंद वछन छु ज़ि त्रिकाल संध्या पननी मुनासिब वक्तस प्यठ करन छु।

वक्त न आसन प्यठ त्रिकाल संध्या हींदि तरीका

गूगल मीटस मंज़ पंडित जी संज़ दीयिथ श्लोक। यिथ्युक्यन संध्या करनुक मौक़ा न मिलि ते वक्त गछन लागी, तमि स्यत संध्या हींदि जाई तुही **108 लठि माधव नावुक जप, 11 लठि जय दुर्गा माधव**, ते न्यच्यन दीयिथ श्लोकुक अख लठि पाठ करिय हेकिव।

دَشاوَتار سَتَوَتَرَم (اَنتم شَلوک)

ویدان اَدھرتے جَکَنیَوَتے بھوگوَلَم اَدیہرتے
دینیم داریتے بَلَم چَہلَتے کَشَتَرکَشیم کُرَوَتے -
پَوَلَسَنیم جَیتے بَلَم کَلِیتے کارَنیم اَتَوَتے
॥ مَلِچَہان مورچَہیتے دَشاکَرِتَکَرِتے کَرِشَنای تَبْہیم نَم

3. तालिबन हुंद पननी दिनचर्या स्यत त्रिसंध्या क्यज़ि करन छि?

तालिबन हुंद क्रायदह मुताबीक मुनासिब वक्रतस प्यठ सुबह (ब्रह्म मुहूर्त) ते शाम संध्या करन छि। स्कूल या परन हींदि मसरूफियत हींदि वजह स्यत, तिमन दुपहर संध्या **दिलस मंज़, मनस मंज़ भगवानुक ध्यान करान करान** पूरी करिय हेकिव।

4. कामुक जाई त्रिसंध्या क्यज़ि करन छि?

त्रिसंध्या खातर जाई कुन क्रायदह न छु। तुही यिथ्युक्यन ते आसिव, यि करिय हेकिव — **पनिनी डेस्कस प्यठ, फैक्ट्रीस मंज़, दुकानस मंज़, खेतस मंज़, या वाट्स प्यठ।**

अगर यि ज़ोरस स्यत वुन मुमकिन न आसि, तमि स्यत यि **मनस मंज़ (दिलस मंज़)** करिव; दिल छु काफ़ी जाई। अगर मुमकिन आसि, तमि स्यत पननी जूती वोथारिव ते अख पल खातर बहिव; ते अगर तिम ते मुमकिन न आसि, तमि वजह स्यत त्रिसंध्या मा तरिव।

अगर तुही यि याद न छु ते मुमकिन छु, तमि स्यत तुही **त्रिसंध्याक ऑडियो बुज़िय हेकिव।** अहम बाथ छु यि ज़ि यि मा तरिव।

5. अगर घरुकन कामन स्यत वक्रत न मिलि, तमि स्यत त्रिसंध्याक अभ्यास क्यज़ि करन छु?

काम करान करान त्रिसंध्या करिव — यिम खातर खाली वक्रतुक इंतज़ार करनुक ज़रूरत न छु; अथ मसरूफ आसन प्यठ ते यि **मनस मंज़** करिय हेकिय।

भागवत खातर, तुही यिथ्युक्यन ते थोडुक वक्रत कढ़िय हेकिव कढ़िव — अगर पूरुक अध्याय मुमकिन छु तमि स्यत अख अध्याय, ते अगर न, तमि स्यत अख सफ़ह, या अख श्लोक ते। यि याद थावन छु ज़ि बगर पाठ अख ते दह मा गछी।

6. मासिक धर्म हींदि वक्रतस ज़नानन हुंद त्रिसंध्याक पालन क्यज़ि करन छु?

मासिक धर्म हींदि वक्रतस, पूरन सथ दहन ताम भागवतुक **पाठ मा** करिव। यि **बुज़िय हेकिय।**

त्रयि वक्रत त्रिसंध्या करिव। अगर तुही याद न छु, तमि स्यत यि बुज़िव।

(श्रीमद्भागवत महापुराण, या पूजा हींदि बाक़ी चीज़न **मा छुविव।**)

7. अगर खानदानुक अख शख्स त्रिसंध्याक पालन करन छु, तमि स्यत छु तिमन सारेन यिमुक फल मिलन?

हर अख शख्स खातर पननी पाठी यिमुक पालन करन ज़रूरी छु। अगर खानदानस मंज़ कुन परिय न हेकि, तमि स्यत तिमन त्रिसंध्या ते भागवत बुज़ाविव। ते यिम वनिथ या बुज़िय न हेकन, तिमन खातर यिथ्युक्यन मुमकिन आसि, तिमन बार-बार '**माधव**' नाव ल्यखनावनुक कोशिश करिव।

8. अगर असि माज़ ख्यन छि करन ते शराब छि च्यवान, तमि स्यत छु असि त्रिसंध्या शुरू करिय हेकिय?

न, त्रिसंध्या शुरू करन ब्रोंठ पूरी तरीक़स स्यत शाकाहारी ज़िंदगी अपनावन छु, अंडा ते मा ख्यविव। कुन तरीक़ुक नशा (यिथ्युक्यन शराब, भांग, सिगरेट, तंबाकू उत्पाद, पान मसाला, गुटखा वगैरह) ते यक़ीनी तरीक़स स्यत बंद करन छु।

9. छु त्रिसंध्या शुरू करन खातर असन गंडि ते लसनस निश परहेज़ करनुक ज़रूरत?

न, गंडि ते लसन ख्यन प्यठ ते तुही त्रिसंध्या करिय हेकिव। फ़क़त सारेन तरीक़न हुंद माज़ ख्यन निश बचन छु (अंडा स्यत)।

10. छु ज़नानन गायत्री मंत्र ते त्रिसंध्याक पाठ करिय हेकिय?

अहँ, ज़नानन हुंद त्रिसंध्या हींदि दौरान त्रिय लठि गायत्री मंत्रुक पाठ करन छु।

11. छु असि उपनयन संस्कार (जनेऊ) बगर गायत्री मंत्रुक पाठ करिय हेकिय?

अहँ, पाक जनेऊ धाग न ल्यसन प्यठ ते तुही गायत्री मंत्रुक पाठ करिय हेकिव। तुही कुन गुरुस निश दीक्षा न्यन बगर ते त्रिसंध्या हींदि सारेन मंत्रन हुंद पाठ करिय हेकिव।

12. छु असि शाप विमोचन बगर गायत्री मंत्रुक पाठ करिय हेकिय?

अहँ, तुही त्रिसंध्या करान करान कुन शाप विमोचन बगर त्रिय लठि गायत्री मंत्रुक पाठ करन छु।

13. अगर कुन अनपढ़, दिव्यांग, न्यच्युक या बुजुर्ग शख्स आसि, यिम त्रिसंध्या परिय न हेकि, तमि स्यत छु तिमन करन?

अगर कुन त्रिसंध्या पाठ परन मंज़ असमर्थ आसि, तमि स्यत तिमन त्रिसंध्या हींदि वक्तस द्यहस मंज़ त्रिय लठि यिमुक ऑडियो बुज़िय हेकिव। न्यच्युकन हुंद छूट दीयिथ छु अगर तिमन माज्यन त्रिसंध्या करन छि (तिमन फायदा गछी)। यद्यपि, बड़ गछन प्यठ तिमन त्रिसंध्याक अभ्यास ज़रूर करन छु।

وَشَوْ سَنَاتِن دَرَم سَيُوا تَرَسْٹ

त्रिसंध्या ते बाक्री मज़हबी जानकारीन खातर व्हाट्सएपस प्यठ राबता करिव:

+91 9923071727

आधिकारिक वेबसाइट ते यूट्यूब चैनल्स

भविष्य मालिका: www.bhavishyamalika.com

कल्कि अवतार - द ऑफिशियल चैनल: https://www.youtube.com/@Kalki_Avatara

डायनेस्टी ऑफ लॉर्ड कल्कि (अख नयि दुनियाहक वाथ): <https://youtube.com/@dynastyofkalki>

कल्कि अवतार रशियन: <https://youtube.com/@kalkiavatarrussian>

कल्कि अवतार तेलुगु: <https://youtube.com/@kalkiavatartelugu>

कल्कि अवतार स्पेनिश: <https://youtube.com/@kalkiavatarspanish>

कल्कि अवतार कन्नड़: <https://youtube.com/@kalkiavatarkannada>

جَي شَرِي مَادَو