



ॐ TRIKĀLA SANDHYĀ ॐ

VIŚVA SANĀTAN DHARMA SEVĀ TRUST
॥ Jai Śrī Mādhava ॥



"Pro humanitate, Trisandhya est velut elixir vitae."

Trisandhyam perage omnibus tribus horis sandhyae cotidie, lege unum capitulum Shrimad Bhagavata Mahapurana cotidie, et nomen Madhav assidue in mente canta.

HAEC 5 PRAECEPTA UNA CUM TRIKAL SANDHYA TENE

1. Disce oboedire.
2. Disce exspectare.
3. Disce amare et omnibus viventibus misericordiam praeberere.
4. Continentia sensuum.
5. Relinque sensum "ego et meum, tu et tuum" (sensus egoismi).

TRIA TEMPORA TRISANDHYAE

Mane in Brahma Muhurta, ante solis ortum

Meridies inter 11:30 et 12:30

Vesper fieri potest inter triginta minuta ante et triginta minuta post solis occasum

TRISANDHYA CONTENTA

1. Mantras
2. Śrī Viṣṇu Ṣoḍaśa Nāma Stotra
3. Śrī Daśāvatāra Stotra
4. Durgā-Mādhava Stuti
5. 108 times "Mādhava" name
6. Kalki Mahāmantra
7. Jayaghoṣa

HUMILIS ROGATIO DE PRONUNTIATIONE

Quaesumus, audi [audio ufficiale Trisandhyae](#) pro vera pronuntiatione (audire ad 1.5x celeritate commendatur), cum transliterationes textus minores variationes phoneticae continere possint. Te hortamur ut audias quoties opus est donec omnino securus sentias.

Nota: Cantus nominis 'Madhava' silenter in mente fieri debet, cum in recordatione audio 'Madhava Geeta' in illa sectione canitur.

1. MANTRAS

['Om'] * 3 vicibus

[Om Bhūrbhuvah Svah Tatsaviturvareṇyam ।
Bhargo Devasya Dhīmahi Dhiyo Yo Nah Pracodayāt ॥] * 3 vicibus

2. ŚRĪ VIṢṆU ṢOḌAŚA NĀMA STOTRA

(SEDECIM NOMINA SHRI VISHNU)

Auṣadhe Cintayet Viṣṇum । Bhojane Ca Janārdanam ॥
Śayane Padmanābham Ca । Vivāhe Ca Prajāpatim ॥
Yuddhe Cakradharam Devam । Pravāse Ca Trivikramam ॥
Nārāyaṇam Tanutyāge । Śrīdharam Priyasaṅgame ॥
Duḥsvapne Smara Govindam । Saṅkaṭe Madhusūdanam ॥
Kānane Narasiṃham Ca । Pāvake Jalaśāyīnam ॥
Jalamadhye Varāham Ca । Gamane Vāmanam Caiva ॥
Parvate Raghunandanam ।
[Sarva Kāryeṣu Mādhavam] ॥ * 3 vicibus

Ṣoḍaśaitāni Nāmāni Prātarutthāya Yaḥ Paṭhet Sarvapāpa Vinirmukto Viṣṇuloke
Mahīyate ॥

3. ŚRĪ DAŚĀVATĀRA STOTRA

(DASHAVATARA STOTRAM COMPOSITUM A SHRI JAYADEVA JI)

*Pralaya Payodhi-jale Dhṛtavān Asi Vedam ।
Vihita Vahitra-caritram Akhedam ॥
Keśava Dhṛta- Mīna Śarīra Jaya Jagadīśa Hare ॥ 1 ॥*

*Kṣitirati Vipulatare Tava Tiṣṭhati Prṣṭhe ।
Dhāraṇi Dhāraṇa Kīṇa Cakra Gariṣṭhe ॥
Keśava Dhṛta- Kacchapa-rūpa Jaya Jagadīśa Hare ॥ 2 ॥*

*Vasati Daśana-śikhare Dharaṇī Tava Lagnā ।
Śaśini Kalaṅka Kaleva Nimagnā ॥
Keśava Dhṛta- Śūkara Rūpa Jaya Jagadīśa Hare ॥ 3 ॥*

*Tava Kara Kamala-vare Nakham Adbhuta Śṛṅgam ।
Dalita-Hiraṇyakaśipu-tanu Bhṛṅgam ॥
Keśava Dhṛta- Narahari Rūpa Jaya Jagadīśa Hare ॥ 4 ॥*

*Chalayasi Vikramane Balim Adbhuta Vāmana ।
Pāda-nakha Nīra Janita Jana-pāvana ॥
Keśava Dhṛta- Vāmana Rūpa Jaya Jagadīśa Hare ॥ 5 ॥*

*Kṣatriya Rudhira Maye Jagad-apagata Pāpam ।
Snāpayasi Payasi Śamita Bhava Tāpam ॥
Keśava Dhṛta- Bhṛgupati-rūpa Jaya Jagadīśa Hare ॥ 6 ॥*

*Vitarasi Dikṣu Raṇe Dika Pati Kamanīyam ।
Daśa-mukha Mauli-balim Ramaṇīyam ॥
Keśava Dhṛta- Raghupati Rūpa Jaya Jagadīśa Hare ॥ 7 ॥*

*Vahasi Vapuṣi Viśade Vasanam Jaladābham ।
Hala-hati-bhīti-milita-Yamunābham ॥
Keśava Dhṛta- Haladhara-rūpa Jaya Jagadīśa Hare ॥ 8 ॥*

*Nindasi Yajña Vidher Ahaha Śruti Jātam ।
Sadaya Hṛdaya Darśita Paśu-ghātam ॥
Keśava Dhṛta- Buddha-śarīra Jaya Jagadīśa Hare ॥ 9 ॥*

*Mleccha Nivaha Nidhane Kalayasi Karavālam ।
Dhūmaketum-iva Kim Api Karālam ॥
Keśava Dhṛta- Kalki Śarīra Jaya Jagadīśa Hare ॥ 10 ॥*

*Śrī-Jayadeva-kaver Idam Udītam Udāram ।
Śṛṇu Sukha-dam Śubha Dam Bhava-sāram ॥
Keśava Dhṛta- Daśa-vidha Rūpa Jaya Jagadīśa Hare ॥ 11 ॥*

4. DURGĀ-MĀDHAVA STUTI

(DURGA - MADHAVA STUTI RECITATIO)

*Jaya He! Durgā Mādhava Kṛpāmaya Kṛpāmāyī !
Durgāñku Sebi Mādhava Hoile Mo Diām Saim || 0 ||*

Jaya He ...

*Bahu Rūpe Jaya Durge, Byāpi Acchu Sarva Thābe !
Rāma Umā Baṇi Rādhā To Chhāḍā Anya Ke Nāhim || 1 ||*

Jaya He ...

*Madana-Mohana Rūpe Byāpi Acchu Sarva Thābe !
Mohana Citta Mohilu Śrī Sarva Maṅgala Tuhi || 2 ||*

Jaya He ...

*Dharma Saṁsthāpanne Janma Yadi Hvanti Nārāyaṇa !
Durgāñku Chhāḍi Mādhava Kheli Bara Śakti Kāhim || 3 ||*

Jaya He ...

*Mādhabanka Khelā Pāim Deha Dharu Mahāmāyī !
Mādhabanku Pati Putra Rūpe Khelāoucchu Tuhi || 4 ||*

Jaya He ...

*Mādhabanku Durgā Kole Jehuṁ Dekhe Beni Dole !
Tāhara Bhāgyar Kathā Brahmā Śibe Na Jogāi || 5 ||*

Jaya He ...

*Jaya Durgati Nāśinī Abhirāmar Jananī !
Śubhāgamana Karantu Mādhabanku Kole Nei || 6 ||*

Jaya He ...

5. 108 VICIBUS NOMEN “MADHAV” (SILENTER)

['Mādhava'] * 108 vicibus

*Canta nomen 'Madhava' Jagannatha Mahaprabhu 108 vicibus.
Ne dicas clare. Numera digitis tuis et canta nomen mentaliter.*

6. KALKI MAHĀMANTRA

[*Rāma Hare Kṛṣṇa Hare, Rāma Hare Kṛṣṇa Hare ।*
Rāma Hare Kṛṣṇa Hare, Ananta Mādhava Hare ॥] * 11 vicibus

7. JAYAGHOṢA

Jayaghoṣa mentaliter recitandus est, sine voce proferenda.

(Tantum clare cantari potest si stans es.)

Tvameva Mātā Ca Pitā Tvameva
Tvameva Bandhuśca Sakhā Tvameva ।
Tvameva Vidyā Draviṇam Tvameva

[*Tvameva Sarvam Mama Deva Deva ॥*] * 3 vicibus

Om Namō Brāhmaṇya Devāya Gobrāhmaṇahitāya Ca ।
Jagat Hitāya Kṛṣṇāya Govindāya Namō Namaḥ ॥

[*Om Ananta Koṭi Viśva Brahmāṇḍa Nātha Parabrahma Nārāyaṇa Mahāviṣṇu*
Bhagavān Kalkirām Śrī Śrī Śrī Satya Ananta Mādhava Mahāprabhu Ji kī Jaya! ॥] *
3 vicibus

[*Mātā Mahālakṣmī Ji kī Jaya! ॥*] * 3 vicibus

[*Mātā Vaiṣṇo Devī Ji kī Jaya! ॥*] * 3 vicibus

[*Sarva Devī-Devatāom kī Jaya! ॥*] * 3 vicibus

[*Sudharma Mahā-Mahā Saṅgha kī Jaya! ॥*] * 3 vicibus

[*Sudharma Mahā-Mahā Saṅgha kī Jaya! ॥*] * 3 vicibus

O Domine! Utinam omnes devoti totius mundi quam primum congregentur —
Dic gaudenter semel, "Hari Hari", "Hari Hari", "Hari Hari"

O Domine! Utinam Veritas, Amor, Misericordia, Venia et Pax super hanc terram,
totum universum quam primum constituentur —

Dic gaudenter semel, "Hari Hari", "Hari Hari", "Hari Hari" * 3 vicibus

JAI ŚRĪ MĀDHAVA

INSTRUCTIONES MAGNAE

Etiam nunc, cum scientia et spiritualitas adventum magnae mutationis imminetis sentiunt, humanitas nullum certum medium habet ad hanc crism superandam. Secundum ‘Bhavishya Malika’ — peccata relinquit, et populi cuiusque fidei ‘Trisandhyam’ ad vitam tuendam adoptent.

Hoc tempore conversionis aetatis, hoc secretum principium est una et sola Mrita Sanjivani ad vitam tuendam.

Qui Satyayugam attingere volunt, haec praecepta in suis vitis teneant.

Secundum instructiones Domini Kalki tempore constitutionis Dharmae, haec in vitis nostris sequi debemus:

- 1. Misericordiam omnibus viventibus praebete. Carnem edere desinite et vitam sattvicam adoptate. Nullum vivens vel humanum ullo modo laedite.**
- 2. Hac aetate, nomen Madhav (Domini) canta. Si vis, clare cantare potes vel Nomen Eius silenter in mente memorare.**
- 3. Omnis homo haec quinque virtutes teneat: Veritas, Amor, Misericordia, Venia et Pax.**
- 4. Omnis homo regulariter in Satsang participet. Satsang significat congregari ad qualitates Dei cantandas, gloriam Eius describendam, et discussionem spiritualem habendam.**
- 5. Trisandhyam cotidie perage — Dominum mane, meridie et vespere memora et lauda.**
- 6. Canta Kalki Mahamantram a Domino Kalki datum cotidie.**
- 7. Omnis homo in via Dharmae ambulet.**
- 8. Supra castae et religionis discriminationem elevans, Satsang cum omnibus habe.**
- 9. Relinque sensum “ego” et “meum.” Talis superbia et adhaesio hominem a vera natura spirituali auferunt.**
- 10. Lege Shrimad Bhagavata Mahapurana domi cotidie. Quantum tempus permittit, stude bhajan, kirtan, Purana, scripturas, Bhavishya Malika et alios textus spirituales.**
- 11. Omnem mulierem ut “Mater”/“Maa” et omnem virum ut “Frater” appellato.**
- 12. Ante edendum, primum cibum Domino offer.**
- 13. Si plura de Domino Kalki et hoc magno opere scire vis, contactum numeri mobilis in fine huius libelli dati.**

QUAESTIONES FREQUENTISSIMAE

1. Quaestiones generales de praxi Trisandhyae

Trisandhya fieri potest **sine lavacro**. Pone manum tuam super frontem tuam et memora Matrem Gangam, dicens “**Shri Gange**” ter. Si fieri potest, lava pedes tuos antea et asperge paulum aquae super te.

Trisandhya fieri potest ubique — **in via, in tramine, in vehiculo, in loco operis tui**, vel **silenter in corde**. Uno modo vel alio, in aliquo loco vel alio, sine errore fieri debet.

Shrimad Bhagavata Mahapurana legendum est **tantum post lavacrum**, cum purum est. Per dies menstruorum Trisandhya fit omnibus tribus temporibus ut solet — clare vel in corde. Per illos septem dies Shrimad Bhagavata Mahapurana **non legendum est, quamvis audiri possit**.

Per sutak etiam, Trisandhya fieri potest omnibus tribus temporibus; sed illo tempore Shrimad Bhagavata Mahapurana **nec legendum nec audiendum est**, et Satsang non iungendum est. In utroque casu Shrimad Bhagavata Mahapurana et alia vasa cultus **non tangenda sunt**.

2. Quid faciendum est si plena Trisandhya tempore opportuno fieri non potest?

Si plena Trisandhya tempore opportuno fieri non potest, tunc fac **brevem Trisandhyam** illo tempore, et fac **plenam Trisandhyam postea** cum tempus permittit.

Trikal Sandhya fieri potest ubique — **in loco operis, dum in via ambulas, dum agis, in schola**, vel etiam dum aliud opus facis: **silenter, in mente**. Facere Trisandhyam suo tempore, quocumque loco, omnino necessarium est.

Si Trikal Sandhya tempore opportuno fieri non potest, sume nomen Domini Madhav et **paenitentiam age**, et ora Dominum ut deinceps suo tempore fieri possit; nam scripturae declarant Trikal Sandhyam suo tempore fieri debere.

Modus Trikal Sandhyae cum tempus non est

Shloka a Panditji in Google Meet data. Cum occasio sandhyae faciendi non venit et tempus transire incipit, tunc loco sandhyae potes **cantare nomen Madhav 108 vicibus, Jai Durga Madhav 11 vicibus**, et recitare shloka infra datam semel.

DAŚĀVATĀRA STOTRAM (FINAL VERSE)

*Vedān uddharate jagannivahate bhūgolam udbibhrate
daityaṁ dārayate balīm chalayate kṣatrakṣayaṁ kurvate,
paulastyāṁ jayate halaṁ kalayate kārūṇyam ātanvate
mlecchān mūrccchayate daśākṛtikṛte Kṛṣṇāya tubhyaṁ namaḥ.*

3. Quomodo discipuli Trisandhyam una cum cotidiana exercitatione facere debent?

Discipuli mane (Brahma Muhurta) et vespertinam sandhyam suo tempore, secundum regulam, facere debent. Propter necessitates scholae vel studii, meridiana sandhya **in corde, Dominum in mente meditantes**, compleri potest.

4. Quomodo Trisandhya in loco operis fieri debet?

Nulla est **regula loci** pro Trisandhya. Fieri potest ubicumque es — **ad mensam tuam, in officina, in taberna, in agro, vel in via.**

Si non potest clare dici, fac **in corde**; cor satis est locus. Si fieri potest, calceos depone et sede paulisper; et si etiam hoc non potest, ne Trisandhyam ob eam causam deseras.

Si non meministi et fieri potest, potes **audire audio Trisandhyae**. Praecipuum est ne omittatur.

5. Si opera domestica nullum tempus relinquunt, quomodo praxi Trisandhyae sequi debet?

Fac Trisandhyam **dum operaris** — ad hoc nullum tempus liberum exspectandum est; etiam dum manus occupatae sunt, fieri potest **in corde**.

Pro Bhagavata, sume quantumcumque parvum tempus invenire potes — si plenum capitulum possibile est tunc capitulum, et si non, una pagina, vel etiam una shloka. Hoc in mente teneatur, ut ne unus quidem dies sine lectione transeat.

6. Quomodo mulieres praxim Trisandhyae tempore menstruorum sequi debent?

Tempore menstruorum, Bhagavata **non legendum est** per septem dies plenos. **Audiri potest.**

Fac Trisandhyam omnibus tribus temporibus. Si non meministi, audi.

(**Ne tangas** Shrimad Bhagavata Mahapurana, vel alia vasa cultus.)

7. Si unus homo in familia praxim Trisandhyae sequitur, omnes fructum eius recipient?

Necessarium est ut **omnis homo ipse sequatur**. Si quis in familia legere non potest, audiat Trisandhyam et Bhagavatam. Et pro illis qui loqui vel audire non possunt, fac conatum, quantum fieri potest, ut **scribant nomen 'Madhav'** iterum atque iterum.

8. Si carnem edimus et alcohol bibimus, possumusne Trisandhyam incipere?

Minime, antequam Trisandhyam incipiat, oportet **vitam omnino vegetarianam** adoptare, **neque ovum consumere**. Omne genus ebrietatis (sicut alcohol, bhang, sigarettae, producta tabaci, pan masala, gutka, etc.) etiam affirmativae cessandum est.

9. An necesse est a cepa et allio abstinere ut Trisandhyam incipiamus?

Minime, potes Trisandhyam facere **etiam si cepam et allium edis**. Tantum **omnia genera non-vegetabilium vitanda sunt** (inclusis ovis).

10. An mulieres Gayatri Mantram et Trisandhyam cantare possunt?

Ita, mulieres **Gayatri mantram ter cantare debent** inter Trisandhyam.

11. An Gayatri Mantram sine *Upnayan Sanskar (janeu)* cantare possumus?

Ita, potes Gayatri Mantram cantare **etiam si sacrum filum janeu non geris**. Potes recitare omnes mantras Trisandhyae **sine initiatione a guru** quoque.

12. An Gayatri Mantram sine *Shaap vimochan* (maledictionis absolutio) cantare possumus?

Ita, debes Gayatri Mantram ter cantare tempore Trisandhyae faciendi, **sine ulla maledictionis absoluteione**.

13. Si quis est illiteratus, aliter capax, infans vel senior civis, incapax legendi Trisandhyam, quid facere debet?

Si quis incapax est legendi textum Trisandhyae, potest **audire eius audio ter in die** tempore Trisandhyae. Infantes **eximuntur si matres eorum Trisandhyam faciunt** (beneficium recipient). Tamen, **Trisandhyam exercere debent cum crescunt**.

VIŚVA SANĀTANA DHARMA SEVĀ TRUST

Pro Trisandhya et aliis informationibus religiosis, contactum per WhatsApp:

+91 9923071727

Paginae Officiales et Canales YouTube

Bhavishya Malika: www.bhavishyamalika.com

Kalki Avatar - Canalis Officialis: https://www.youtube.com/@Kalki_Avatara

Dynastia Domini KALKI (Via ad Novum Mundum): <https://youtube.com/@dynastyofkalki>

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

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

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

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

JAI ŚRĪ MĀDHAVA

