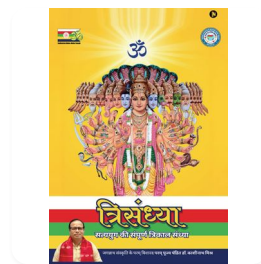




ॐ TRIKALA SANDHJA ॐ

VISVA SANATAN DHARMA SEVA TRASTS
॥ Džai Šrī Madhava ॥



Cilvēces civilizācijai Trisandhja ir kā dzīvības eliksīrs.

Veiciet Trisandhju visās trīs sandhjas stundās katru dienu, lasiet vienu nodaļu no Šrīmadas Bhagavad Mahapurānas katru dienu un pastāvīgi skandiniet vārdu Madhav prātā.

IEVĒROJIET ŠĪS 5 MĀCĪBAS KOPĀ AR TRIKAL SANDHJU

1. Mācieties paklausīt.
2. Mācieties gaidīt.
3. Mācieties mīlēt un izrādīt līdzjūtību visām dzīvajām būtnēm.
4. Maņu savaldīšana.
5. Atmetiet sajūtu „es un mans, tu un tavs” (ego sajūtu).

TRISANDHJAS TRĪS LAIKI

Rīts Brahma Muhurtā, pirms saullēkta

Pusdienlaiks starp 11:30 un 12:30

Vakars var veikt trīsdesmit minūtes pirms un trīsdesmit minūtes pēc saulrieta

TRISANDHJAS SATURS

- | | |
|---------------------------------|--|
| 1. Mantras | 5. 108 reizes “Madhav” vārds (klusībā) |
| 2. Šrī Višnu Šodaša Nama Stotra | 6. Kalki Mahamantra |
| 3. Šrī Dašavatara Stotra | 7. Džajghoša |
| 4. Durga-Madhaba Stuti | |

PAZEMĪGS LŪGUMS PAR IZRUNU

Lūdzu, klausieties [oficiālo Trisandhjas audio](#), lai iegūtu pareizu izrunu (ieteicams klausīties 1,5x ātrumā), jo teksta transliterācijās var būt nelielas fonētiskas atšķirības. Mēs aicinām jūs klausīties tik bieži, cik nepieciešams, līdz jūtaties pilnīgi ērti.

Piezīme: Vārds 'Madhava' jāskandina klusībā prātā, savukārt audio ierakstā šajā sadaļā tiek dziedāta 'Madhava Geeta'.

1. MANTRAS

['Om'] * 3 reizes

[*Om Bhurbhuvah Svah Tatsaviturvareṇjam ।
Bhargo Devasja Dhimahi Dhijo Jonah Pračodajat ॥*] * 3 reizes

2. ŠRĪ VIŠNU ŠODAŠA NAMA STOTRA

(ŠRĪ VIŠNU SEŠPADSMIT VĀRDI)

*Auśadhe Čintajet Višnum । Bhodžane Ča Džanardanam ॥
Šajane Padmanabham Ča । Vivahe Ča Pradžapatim ॥
Judhe Čakradharam Devam । Pravase Ča Trivikramam ॥
Narajanam Tanutjage । Šrīdharam Prijasangame ॥
Duhsvapne Smara Govindam । Sankate Madhusudanam ॥
Kanane Narasimham Ča । Pavake Džalašajinam ॥
Džalamadhje Varaham Ča । Gamane Vamanam Čaiva ॥
Parvate Raghunandanam ।*

[*Sarva Karješu Madhavam*] ॥ * 3 reizes

*Šodašaitani Namani Prataruthaja Jah Pathet Sarvapapa Vinirmukto Višnuloke
Mahijate ॥*

3. ŠRĪ DAŠAVATARA STOTRA

(DAŠAVATARA STOTRAM, KO SACERĚJIS ŠRĪ DŽAJADEVA DŽI)

*Pralaja Pajodhi-džale Dhritavan Asi Vedam ।
Vihita Vahitra-čaritrām Akhedam ॥
Kešava Dhrita- Mina Šarira Džaja Džagadiša Hare ॥ 1 ॥*

*Kṣitirati Vipulatāre Tava Tiṣṭhati Priṣṭhe ।
Dharani Dharana Kina Čakra Gariṣṭhe ॥
Kešava Dhrita- Kaččhapa-rupa Džaja Džagadiša Hare ॥ 2 ॥*

*Vasati Dašana-śikhare Dharani Tava Lagna ।
Šaṣini Kalanka Kaleva Nimagna ॥
Kešava Dhrita- Šukara Rupa Džaja Džagadiša Hare ॥ 3 ॥*

*Tava Kara Kamala-vare Nakham Adbhuta Šringam ।
Dalita-Hiranjakaṣipu-tanu Bhringam ॥
Kešava Dhrita- Narahari Rupa Džaja Džagadiša Hare ॥ 4 ॥*

*Čhalajasi Vikramane Balim Adbhuta Vamana ।
Pada-nakha Nira Džanita Džana-pavana ॥
Kešava Dhrita- Vamana Rupa Džaja Džagadiša Hare ॥ 5 ॥*

*Kṣatrija Rudhira Maje Džagad-apagata Papam ।
Snapajasi Pajasi Šamita Bhava Tapam ॥
Kešava Dhrita- Bhrigupati-rupa Džaja Džagadiša Hare ॥ 6 ॥*

*Vitarasi Dikṣu Rane Dika Pati Kamanijam ।
Daša-mukha Mauli-balim Ramanijam ॥
Kešava Dhrita- Raghupati Rupa Džaja Džagadiša Hare ॥ 7 ॥*

*Vahasi Vapuši Viśade Vasanam Džaladabham ।
Hala-hati-bhiti-milita-Jamunabham ॥
Kešava Dhrita- Haladhara-rupa Džaja Džagadiša Hare ॥ 8 ॥*

*Nindasi Jadžna Vidher Ahaha Šruti Džatam ।
Sadaja Hridaja Darṣita Paṣu-ghatam ॥
Kešava Dhrita- Budha-šarira Džaja Džagadiša Hare ॥ 9 ॥*

*Mlečcha Nivaha Nidhanē Kalajasi Karavalam ।
Dhumaketum-iva Kim Api Karalam ॥
Kešava Dhrita- Kalki Šarira Džaja Džagadiša Hare ॥ 10 ॥*

*Šrī-Džajadeva-kaver Idam Uditam Udaram ।
Šrinu Sukha-dam Šubha Dam Bhava-saram ॥
Kešava Dhrita- Daša-vidha Rupa Džaja Džagadiša Hare ॥ 11 ॥*

4. DURGA-MADHABA STUTI

(DURGAS – MADHAVAS STUTI DEKLAMĀCIJA)

*Džaja He! Durga Madhaba Krupamaja Krupamajī ।
Durganku Sebi Madhaba Hoile Mo Dian Saim ॥ 0 ॥*

Džaja He ...

*Bahu Rupe Džaja Durge, Bjapi Ačhu Sarva Thabe ।
Rama Uma Bani Radha To Čhada Anja Ke Nahin ॥ 1 ॥*

Džaja He ...

*Madana-Mohana Rupe Bjapi Ačhu Sarva Thabe ।
Mohana Čitta Mohilu Šrī Sarva Mangala Tuhi ॥ 2 ॥*

Džaja He ...

*Dharma Sansthapanne Džanma Jadi Hvanti Narajana ।
Durganku Čhadi Madhaba Kheli Bara Šakti Kahin ॥ 3 ॥*

Džaja He ...

*Madhabanka Khela Pain Deha Dharu Mahamajī ।
Madhabanku Pati Putra Rupe Khelaoučhu Tuhi ॥ 4 ॥*

Džaja He ...

*Madhabanku Durga Kole Džehun Dekhe Beni Dole ।
Tahara Bhagjar Katha Brahma Šibe Na Džogai ॥ 5 ॥*

Džaja He ...

*Džaja Durgati Našini Abhiramar Džanani ।
Šubhagamana Karantu Madhabanku Kole Nei ॥ 6 ॥*

Džaja He ...

5. 108 REIZES “MADHAV” VĀRDS (KLUSĪBĀ)

['Madhava'] * 108 reizes

*Skandiniet Džagannatha Mahaprabhu vārdu 'Madhava' 108 reizes.
Nesakiet to skaļi. Skaitiet uz pirkstiem un skandiniet vārdu prātā.*

6. KALKI MAHAMANTRA

[*Rama Hare Krišna Hare, Rama Hare Krišna Hare ।*
Rama Hare Krišna Hare, Ananta Madhava Hare ॥] * 11 reizes

6. DŽAJGHOŠA

Džajaghoša jādeklamē prātā, nesakot skaļi.

(To drīkst skandēt skaļi tikai tad, ja stāvat.)

Tvameva Mata Ča Pita Tvameva
Tvameva Bandhuščha Sakha Tvameva ।
Tvameva Vidja Dravinam Tvameva

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

Om Namō Brahmanja Devaja Gobrahmanahitaja Ča ।
Džagat Hitaja Krišnjaja Govindaja Namō Namah ॥

[*Om Ananta Koti Višva Brahmanda Natha Parabrahma Narajana Mahavišnu*
Bhagavan Kalkiram Šrī Šrī Šrī Satja Ananta Madhava Mahaprabhu Dži ki Džaja!
] * 3 reizes

[*Mata Mahalakšmi Dži ki Džaja!*] * 3 reizes

[*Mata Vaišno Devi Dži ki Džaja!*] * 3 reizes

[*Sarva Devi-Devataom ki Džaja!*] * 3 reizes

[*Sudharma Maha-Maha Sangha ki Džaja!*] * 3 reizes

[*Sudharma Maha-Maha Sangha ki Džaja!*] * 3 reizes

Ak, Kungs! Lai visi pasaules bhaktas pēc iespējas drīzāk sapulcējas kopā —
Sakiet priecīgi vienreiz, "Hari Hari", "Hari Hari", "Hari Hari"

Ak, Kungs! Lai Patiesība, Milestība, Līdzjūtība, Piedošana un Miers pēc iespējas
drīzāk tiek nodibināti uz šīs zemes, visā Visumā —

Sakiet priecīgi vienreiz, "Hari Hari", "Hari Hari", "Hari Hari" * 3 reizes

DŽAI ŠRĪ MADHAVA

SVARĪGI NORĀDĪJUMI

Pat tagad, kad gan zinātne, gan garīgums jūt tuvojošos lielo pārmaiņu, cilvēcei nav drošu līdzekļu, kā pārvarēt šo krīzi. Saskaņā ar 'Bhavishya Malika' — atsakieties no grēcīgām darbībām un ļaujiet katras ticības cilvēkiem pieņemt 'Trisandhju' dzīvības aizsardzībai.

Šajā laikmetu maiņas laikā šis slepenais princips ir vienīgais Mrita Sandživani dzīvības aizsardzībai.

Tie, kas vēlas sasniegt Satjajugu, savā dzīvē jāievēro šīs mācības.

Saskaņā ar Kunga Kalki norādījumiem Dharmas nodibināšanas laikā, mums savā dzīvē jāievēro šādas lietas:

- 1. Izrādiet līdzjūtību visām dzīvajām būtnēm. Atmetiet gaļas ēšanu un pieņemiet satvisku dzīvesveidu. Nekādā veidā nekaitējiet nevienai dzīvai būtnei vai cilvēkam.**
- 2. Šajā laikmetā skandiniet Madhava (Kunga) vārdu. Ja vēlaties, varat skandēt skaļi vai klusībā atcerēties Viņa vārdu prātā.**
- 3. Katram cilvēkam jāievēro šīs piecas tikumības: Patiesība, Mīlestība, Līdzjūtība, Piedošana un Miers.**
- 4. Katram cilvēkam regulāri jāpiedalās Satsangā. Satsangs nozīmē pulcēties kopā, lai dziedātu Dieva īpašības, aprakstītu Viņa godību un rīkotu garīgas diskusijas.**
- 5. Veiciet Trisandhju katru dienu — atcerieties un slavējiet Kungu rītā, pusdienlaikā un vakarā.**
- 6. Katru dienu skandiniet Kunga Kalki doto Kalki Mahamantru.**
- 7. Katram cilvēkam jāiet pa Dharmas ceļu.**
- 8. Paceļoties virs kastu un reliģiskās diskriminācijas, rīkojiet Satsangu ar visiem.**
- 9. Atmetiet sajūtu „es” un „mans”. Šāds lepnums un pieķeršanās attālina cilvēku no viņa patiesās garīgās dabas.**
- 10. Katru dienu mājās lasiet Šrīmadas Bhagavad Mahapurānu. Ja laiks atļauj, studējiet bhadžanus, kirtanus, Purānas, svētos rakstus, Bhavishya Malika un citus garīgos tekstus.**
- 11. Uzrunājiet katru sievieti kā „Māte”/„Maa” un katru vīrieti kā „Brālis”.**
- 12. Pirms ēšanas vispirms piedāvāriet ēdienu Kungam.**
- 13. Ja vēlaties uzzināt vairāk par Kungu Kalki un šo lielo darbu, sazinieties ar mobilā tālruņa numuru, kas norādīts šīs brošūras beigās.**

BIEŽĀK UZDOTIE JAUTĀJUMI

1. Vispārīgi jautājumi par Trisandhjas praksi

Trisandhju var veikt **bez mazgāšanās**. Novietojiet roku uz pieres un atcerieties Māti Gangu, trīs reizes sakot „**Šrī Gange**”. Ja iespējams, iepriekš nomazgājiet kājas un apsmidziniet sevi ar nedaudz ūdens.

Trisandhju var veikt jebkur — **uz ceļa, vilcienā, transportlīdzeklī, darba vietā vai klusībā sirdī**. Vienā vai citā formā, vienā vai citā vietā, tā ir jāveic bez izņēmuma.

Šrīmadas Bhagavad Mahapurāna jālasa **tikai pēc mazgāšanās**, kad esat tīrs. Menstruāciju dienās Trisandhja tiek veikta visos trīs laikos kā parasti — skaļi vai sirdī. Šajās septiņās dienās Šrīmadas Bhagavad Mahapurāna **nav jālasa, lai gan to var klausīties**.

Sutak laikā arī Trisandhju var veikt visos trīs laikos; bet tajā laikā Šrīmadas Bhagavad Mahapurāna **nedrīkst ne lasīt, ne klausīties**, un Satsangam nedrīkst pievienoties. Abos gadījumos Šrīmadas Bhagavad Mahapurāna un citi pielūgsmes priekšmeti **nedrīkst tikt pieskarti**.

2. Ko darīt, ja pilna Trisandhja nav iespējama īstajā laikā?

Ja pilna Trisandhja nav iespējama īstajā laikā, tad veiciet **īso Trisandhju** tajā laikā un veiciet **pilno Trisandhju vēlāk**, kad laiks atļauj.

Trikal Sandhju var veikt jebkur — **darba vietā, ejot pa ceļu, braucot, skolā** vai pat veicot jebkuru citu darbu: **klusībā, prātā**. Trisandhjas veikšana īstajā laikā, jebkurā vietā, ir absolūti nepieciešama.

Ja Trikal Sandhju nevar veikt īstajā laikā, piesauciet Kunga Madhava vārdu un **nožēlojiet**, un lūdziet Kungu, lai turpmāk to varētu veikt īstajā laikā; jo svētie raksti vēsta, ka Trikal Sandhja jāveic īstajā laikā.

Trikal Sandhjas metode, kad nav laika

Šloka, ko Panditji deva Google Meet. Ja nav iespējas veikt sandhju un laiks sāk paiet, tad sandhjas vietā varat **skandināt Madhava vārdu 108 reizes, Džai Durga Madhav 11 reizes** un vienreiz deklamēt zemāk doto šloku.

DAŠAVATARA STOTRAM (FINĀLA PANTS)

*Vedān udharate džagannivahate bhūgolam udbibhrate
daitjam dārajate balim čhalajate kšatrakšajam kurvate,
paulastjam džajate halam kalajate kāruṇjam ātanvate
mlečchān mūrčchajate daśākritikrite Kriṣṇāja tubhjam namah.*

3. Kā studentiem veikt Trisandhju kopā ar ikdienas rutīnu?

Studentiem rīta (Brahma Muhurta) un vakara sandhja jāveic īstajā laikā, saskaņā ar noteikumiem. Skolas vai studiju prasību dēļ viņi var pabeigt pusdienlaika sandhju **sirdī**, meditējot par Kungu prātā.

4. Kā Trisandhja jāveic darba vietā?

Trisandhjas veikšanai **nav vietas noteikumu**. Jūs to varat darīt, lai kur jūs atrastos — **pie sava galda, rūpnīcā, veikalā, laukā vai uz ceļa**.

Ja nav iespējams to teikt skaļi, dariet to **sirdī**; sirds ir pietiekama vieta. Ja iespējams, novelciet apavus un apsēdieties uz brīdi; un ja pat tas nav iespējams, neatmetiet Trisandhju šī iemesla dēļ.

Ja neatceraties un ir iespējams, varat **klausīties Trisandhjas audio**. Galvenais ir, lai tā netiktu izlaista.

5. Ja mājas darbi neatstāj laiku, kā jāievēro Trisandhjas prakse?

Veiciet Trisandhju **darba laikā** — tam nav jāgaida brīvs laiks; pat tad, kad rokas ir aizņemtas, to var veikt **sirdī**.

Bhagavatai atvēliet tik daudz laika, cik varat atrast — ja iespējama pilna nodaļa, tad nodaļu, un ja nē, tad vienu lapu vai pat vienu šloku. Paturiet prātā, ka nedrīkst paiet neviena diena bez lasīšanas.

6. Kā sievietēm jāievēro Trisandhjas prakse menstruāciju laikā?

Menstruāciju laikā Bhagavatā **nav jālasa** visas septiņas dienas. To **var klausīties**.

Veiciet Trisandhju visos trīs laikos. Ja neatceraties, klausieties to.

(**Nepieskarieties** Šrīmadas Bhagavad Mahapurānai vai citiem pielūgsmes priekšmetiem.)

7. Ja viens ģimenes loceklis ievēro Trisandhjas praksi, vai visi saņems tās augļus?

Ir nepieciešams, lai **katrs cilvēks to ievērotu pats**. Ja kāds ģimenes loceklis neprot lasīt, ļaujiet viņam klausīties Trisandhju un Bhagavatā. Un tiem, kas neprot runāt vai dzirdēt, pielieciet pūles, cik vien iespējams, lai viņi **rakstītu vārdu ‘Madhav’** atkal un atkal.

8. Ja mēs ēdam gaļu un dzeram alkoholu, vai mēs varam sākt Trisandhju?

Nē, pirms Trisandhjas sākšanas ir jāpieņem **pilnīgi veģetārs dzīvesveids**, nedrīkst **pat** patērēt olas. Jebkāda veida intoksikācija (piemēram, alkohols, bhang, cigaretes, tabakas izstrādājumi, pan masala, gutka utt.) arī ir jāpārtrauc apstiprinoši.

9. Vai mums ir jāatturas no sīpoliem un ķiplokiem, lai sāktu Trisandhju?

Nē, jūs varat veikt Trisandhju **pat tad, ja ēdat sīpolus un ķiplokus**. Jāizvairās tikai no **visu veidu gaļas** (ieskaitot olas).

10. Vai sievietes var skandēt Gājatrī Mantru un Trisandhju?

Jā, sievietēm jāskandina Gājatrī mantra trīs reizes Trisandhjas laikā.

11. Vai mēs varam skandēt Gājatrī Mantru bez *Upnayan Sanskar (janeu)*?

Jā, jūs varat skandēt Gājatrī Mantru **pat tad, ja nenēsājat svēto janeu diegu**. Jūs varat deklamēt visas Trisandhjas mantras **bez guru iniciācijas**.

12. Vai mēs varam skandēt Gājatrī Mantru bez *Šāp vimočan* (lāsta atcelšanas)?

Jā, jums jāskandina Gājatrī Mantra trīs reizes Trisandhjas laikā, **neveicot nekādu lāsta atcelšanu**.

13. Ko darīt, ja kāds ir analfabēts, ar īpašām vajadzībām, zīdains vai seniors, kas nespēj lasīt Trisandhju?

Ja kāds nespēj lasīt Trisandhjas tekstu, viņš var **klausīties tās audio trīs reizes dienā** Trisandhjas laikā. Zīdaiņi ir **atbrīvoti, ja viņu mātes veic Trisandhju** (viņi gūs labumu). Tomēr viņiem jāpraktizē Trisandhja, kad viņi aug.

VISVA SANATAN DHARAMA SEVA TRASTS

Par Trisandhju un citu reliģisko informāciju sazinieties WhatsApp:

+91 9923071727

Oficiālās tīmekļa vietnes un YouTube kanāli

Bhavishya Malika: www.bhavishyamalika.com

Kalki Avatars - Oficiālais kanāls: https://www.youtube.com/@Kalki_Avatara

Kunga KALKI dinastija (Ceļš uz jaunu pasauli): <https://youtube.com/@dynastyofkalki>

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

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

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

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

DŽAI ŠRĪ MADHAV

