



ॐ TRIKĀLA SANDHYĀ ॐ

VIŚVA SANĀTAN DHARMA SEVĀ TRUST

॥ Jai Śrī Mādhava ॥



"Ho an'ny sivilizasiona olombelona, ny Trisandhya dia toy ny ranon'aina."

Ataovy isan'andro ny Trisandhya amin'ny fotoana sandhya telo rehetra, vakio isan'andro ny toko iray amin'ny Shrimad Bhagavata Mahapurana, ary tonony tsy an-kijanona ao an-tsaina ny anarana hoe Madhav.

TAZOMY IRETO FAMPANARANA 5 MANARAKA IRETO MIARAKA AMIN'NY TRIKAL SANDHYA

1. Mianara mankatò.
2. Mianara miandry.
3. Mianara mitia sy maneho fangorahana amin'ny zava-manan'aina rehetra.
4. Fifehezana ny fahatsapana.
5. Ario ny fahatsapana hoe “Izaho sy ahy, ianao sy anao” (ny fahatsapana ny ego).

NY FOTOANA TELO AMIN'NY TRISANDHYA

Maraina amin'ny Brahma Muhurta, alohan'ny fiposahan'ny masoandro

Mitataovovonana anelanelan'ny 11:30 sy 12:30

Hariva azo atao eo anelanelan'ny telopolo minitra alohan'ny sy telopolo minitra aorian'ny filentehan'ny masoandro

FANDAHARAN'NY TRISANDHYA

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

FANGATAHANA FENO FANETREN-TENA MOMBA NY FANONONANA

Mba henoy azafady ny [feo ofisialin'ny Trisandhya](#) ho an'ny fanononana marina (soso-kevitra ny fihainoana amin'ny hafainganam-pandeha 1.5x), satria mety misy fiovana kely amin'ny fanononana ny fandikana an-tsoratra. Amporisihinay ianao hihaino matetika araka izay ilaina mandra-pahatsapanao fa tena mahazo aina ianao.

Fanamarihana: Ny fihirana ny anarana 'Madhava' dia tokony hatao mangina ao an-tsaina, fa ao amin'ny firaketana feo kosa, ny 'Madhava Geeta' no hiraina amin'io fizarana io.

1. MANTRAS

['Om'] * in-3

[*Om Bhūrbhuvah Svah Tatsaviturvareṇyam |
Bhargo Devasya Dhīmahi Dhiyo Yo Nah Pracodayāt*] * in-3

2. ŚRĪ VIṢṆU ṢOḌAŚA NĀMA STOTRA

(ANARANA ENINA AMBY FOLO AN'I SHRI VISHNU)

*Auśadhe 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 Jalaśāyinam ||
Jalamadhye Varāham Ca | Gamane Vāmanam Caiva ||
Parvate Raghunandanam |*

[*Sarva Kāryeṣu Mādhavam*] || * in-3

*Ṣoḍaśaitāni Nāmāni Prātarutthāya Yaḥ Paṭhet Sarvapāpa Vinirmukto Viṣṇuloke
Mahīyate ||*

3. ŚRĪ DAŚĀVATĀRA STOTRA

(DASHAVATARA STOTRAM NOSORATAN'I 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 ।
Dharaṇi 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-kāver Idam Udītam Udāram ।
Śṛṇu Sukha-dam Śubha Dam Bhava-sāram ॥
Keśava Dhṛta- Daśa-vidha Rūpa Jaya Jagadīśa Hare ॥ 11 ॥*

4. DURGĀ-MĀDHAVA STUTI

(FAMERENANA NY DURGA - MADHAVA STUTI)

*Jaya He! Durgā Mādhava Kṛpāmaya Kṛpāmāyī !
Durgāṅku Sebi Mādhava Hoile Mo Diāna Saim || 0 ||*

Jaya He ...

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

Jaya He ...

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

Jaya He ...

*Dharma Saṁsthāpanne Janma Yadi Hvanti Nārāyaṇa !
Durgāṅku Chhaḍi Mādhava Kheli Bāra Śakti Kāhim || 3 ||*

Jaya He ...

*Mādhabanka Khelā Pain Deha Dhāru Mahāmāyī !
Mādhabanku Pati Putra Rūpe Khelāouchhu 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. IN-108 NY ANARANA “MADHAV” (MANGINA)

['Mādhava'] * in-108

*Tonony in-108 ny anarana 'Madhava' an'i Jagannatha Mahaprabhu.
Aza tononina mafy. Manisa amin'ny rantsan-tananao ary tonony ao an-tsaina ny
anarana.*

6. KALKI MAHĀMANTRA

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

7. JAYAGHOṢA

*Ny Jayaghosha dia tononina ao an-tsaina, tsy tononina mafy.
(Azo tononina mafy ihany raha mijoro ianao.)*

*Tvameva Mātā Ca Pitā Tvameva
Tvameva Bandhuśca Sakhā Tvameva ।
Tvameva Vidyā Draviṇam Tvameva
[Tvameva Sarvam Mama Deva Deva] ॥ * in-3*

*Om Namō Brahmaṇya Devāya Gobrahmaṇahitāya 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!] **
in-3

*[Mātā Mahālakṣmī Ji kī Jaya!] * in-3
[Mātā Vaiṣṇo Devī Ji kī Jaya!] * in-3
[Sarva Devī-Devatāom kī Jaya!] * in-3
[Sudharma Mahā-Mahā Saṅgha kī Jaya!] * in-3
[Sudharma Mahā-Mahā Saṅgha kī Jaya!] * in-3*

*Ry Tompo ô! Enga anie ny mpivavaka rehetra maneran-tany ho tafavory
haingana araka izay azo atao —*

Lazao amim-pifaliana indray mandeha, "Hari Hari", "Hari Hari", "Hari Hari"

*Ry Tompo ô! Enga anie ny Fahamarinana, ny Fitiavana, ny Fangorahana, ny
Famelana ary ny Fandriampahalemana ho tafapetraka eto amin'ity tany ity, izao
rehetra izao, haingana araka izay azo atao —*

*Lazao amim-pifaliana indray mandeha, "Hari Hari", "Hari Hari", "Hari Hari" **
in-3

JAI ŚRĪ MĀDHAVA

TOROLALANA MANAN-DANJA

Na izao aza, rehefa samy mahatsapa ny fahatongavan'ny fiovana lehibe ho avy ny siansa sy ny ara-panahy, dia tsy manana fomba azo antoka handresena ity krizy ity ny olombelona. Araka ny ‘Bhavishya Malika’ — ario ny asa ratsy, ary avelao ny olona avy amin'ny finoana rehetra handray ny ‘Trisandhya’ ho fiarovana ny aina.

Amin'izao fotoana fiovan'ny vanim-potoana izao, ity fitsipika miafina ity no hany Mrita Sanjivani tokana ho fiarovana ny aina.

Ireo izay maniry hahatratra ny Satyayuga dia tokony hitazona ireo fampianarana ireo eo amin'ny fiainany manokana.

Araka ny torolalan'ny Tompo Kalki tamin'ny fotoana nananganana ny Dharma, dia tokony hanaraka ireto zavatra ireto eo amin'ny fiainantsika isika:

- 1. Manehoa fangorahana amin'ny zava-manan'aina rehetra. Ario ny fihinanana hena ary raiso ny fiainana sattvic. Aza manisys ratsy na zava-manan'aina na olombelona amin'ny fomba rehetra.**
- 2. Amin'izao vanim-potoana izao, tonony ny anaran'i Madhav (ny Tompo). Raha tianao, dia azonao tononina mafy na tsaroana mangina ao an-tsaina ny Anarany.**
- 3. Ny olona tsirairay dia tokony hitazona ireto hatsaran-toetra dimy ireto: Fahamarinana, Fitiavana, Fangorahana, Famelana ary Fandriampahalemana.**
- 4. Ny olona tsirairay dia tokony handray anjara amin'ny Satsang tsy tapaka. Ny Satsang dia midika hoe miara-mivory hihira ny toetran'Andriamanitra, hamaritra ny voninahiny, ary hanao fifanakalozan-kevitra ara-panahy.**
- 5. Ataovy isan'andro ny Trisandhya — tsarovy sy derao ny Tompo amin'ny maraina, mitataovovonana ary hariva.**
- 6. Tonony isan'andro ny Kalki Mahamantra nomen'ny Tompo Kalki.**
- 7. Ny olona tsirairay dia tokony handeha amin'ny lalan'ny Dharma.**
- 8. Miakatra ambonin'ny fanavakavahana ara-poko sy ara-pinoana, manaova Satsang miaraka amin'ny rehetra.**
- 9. Ario ny fahatsapana hoe “Izaho” sy “ahy.” Ny fireharehana sy ny firaketam-po toy izany dia mitarika ny olona hiala amin'ny tena toetrany ara-panahy.**
- 10. Vakio isan'andro ao an-trano ny Shrimad Bhagavata Mahapurana. Araka ny fotoana ananana, dia ianaro ny bhajan, kirtan, ny Puranas, ny soratra masina, ny Bhavishya Malika ary ireo soratra ara-panahy hafa.**
- 11. Antsoy hoe “Neny”/“Maa” ny vehivavy rehetra ary “Rahalahy” ny lehilahy rehetra.**
- 12. Alohan'ny hihinanana, atolory aloha ho an'ny Tompo ny sakafo.**

13. Raha te hahalala bebe kokoa momba ny Tompo Kalki sy ity asa lehibe ity ianao, dia mifandraisa amin'ny laharan-telefaona omena any amin'ny faran'ity bokikely ity.

FANONTANIANA MATETIKA INDRINDRA

1. Fanontaniana ankapobeny momba ny fomba fanao Trisandhya

Azo atao ny Trisandhya **tsy mandro**. Apetraho eo amin'ny handrinao ny tananao ary tsarovy i Reny Ganga, ka lazao hoe “**Shri Gange**” in-telo. Raha azo atao, sasao aloha ny tongotrao ary afafazo rano kely ny tenanao.

Azo atao na aiza na aiza ny Trisandhya — **eny an-dalana, ao anaty lamasinina, ao anaty fiara, eo amin'ny toeram-piasanao, na mangina ao am-po**. Amin'ny endriny iray na hafa, amin'ny toerana iray na hafa, dia tsy maintsy atao izany.

Ny Shrimad Bhagavata Mahapurana dia tokony hovakiana **aorian'ny fandroana ihany**, rehefa madio. Mandritra ny andro fadimbolana, ny Trisandhya dia atao amin'ny fotoana telo rehetra toy ny mahazatra — mafy na ao am-po. Mandritra ireo fito andro ireo, ny Shrimad Bhagavata Mahapurana dia **tsy tokony hovakiana, na dia azo henoina aza**.

Mandritra ny sutak koa, azo atao amin'ny fotoana telo rehetra ny Trisandhya; fa amin'izany fotoana izany, ny Shrimad Bhagavata Mahapurana dia **tsy tokony hovakiana na henoina**, ary tsy tokony handray anjara amin'ny Satsang. Amin'ireo tranga roa ireo, ny Shrimad Bhagavata Mahapurana sy ireo fitaovana fivavahana hafa dia **tsy tokony hikasika**.

2. Inona no tokony hatao raha tsy azo atao amin'ny fotoana mety ny Trisandhya feno?

Raha tsy azo atao amin'ny fotoana mety ny Trisandhya feno, dia ataovy ny **Trisandhya fohy** amin'izany fotoana izany, ary ataovy ny **Trisandhya feno any aoriana** rehefa mamela ny fotoana.

Azo atao na aiza na aiza ny Trikal Sandhya — **eo amin'ny toeram-piasana, mandritra ny fandehanana an-dalana, mandritra ny fitondrana fiara, any an-tsekoly**, na dia mandritra ny fanaovana asa hafa aza: **mangina, ao an-tsaina**. Tena ilaina ny fanaovana ny Trisandhya amin'ny fotoana mety, na aiza na aiza toerana.

Raha tsy azo atao amin'ny fotoana mety ny Trikal Sandhya, dia tonony ny anaran'ny Tompo Madhav ary **mibebaha**, ary mivavaha amin'ny Tompo mba ho azo atao amin'ny fotoana mety izany manomboka izao; satria milaza ny soratra masina fa tokony hatao amin'ny fotoana mety ny Trikal Sandhya.

Ny fomba fanaovana ny Trikal Sandhya rehefa tsy misy fotoana

Ny shloka nomen'i Panditji tao amin'ny Google Meet. Rehefa tsy tonga ny fotoana hanaovana ny sandhya ary manomboka mandalo ny fotoana, dia azonao atao ny **mihira ny anaran'i Madhav in-108, Jai Durga Madhav in-11**, ary mamerina ny shloka omena eto ambany indray mandeha.

DAŚĀVATĀRA STOTRAM (FINAL VERSE)

***Vedān uddharate jagannivahate bhūgolam udbibhrate
daityaṁ dārayate balim chalayate kṣatrakṣayaṁ kurvate,
paulastyam jayate halam kalayate kārūṇyam ātanvate
mlecchān mūrcchayate daśākṛtikṛte Kṛṣṇāya tubhyaṁ namaḥ.***

3. Ahoana no tokony hanaovan'ny mpianatra ny Trisandhya miaraka amin'ny fandaharam-potoanany isan'andro?

Tokony hanao ny sandhya maraina (Brahma Muhurta) sy hariva amin'ny fotoana mety ny mpianatra, araka ny fitsipika. Noho ny fitakian'ny sekoly na ny fianarana, dia azony atao ny mamita ny sandhya mitataovovonana **ao am-po, misaintsaina ny Tompo ao an-tsaina**.

4. Ahoana no tokony hanaovana ny Trisandhya eo amin'ny toeram-piasana?

Tsy misy **fitsipika momba ny toerana** ho an'ny Trisandhya. Azonao atao na aiza na aiza misy anao — **eo amin'ny biraonao, ao anaty orinasa, ao anaty fivarotana, eny an-tsaha, na eny an-dalana.**

Raha tsy azo atao ny miteny mafy, ataovy **ao am-po**; ampy toerana ny fo. Raha azo atao, esory ny kiraronao ary mipetraka kely; ary raha tsy azo atao aza izany, aza avela ny Trisandhya noho izany antony izany.

Raha tsy tsaroanao izany ary azo atao, dia azonao atao ny **mihaino ny feon'ny Trisandhya**. Ny zava-dehibe dia ny tsy hanadinoana izany.

5. Raha tsy mamela fotoana ny asa ao an-trano, ahoana no tokony hanarahana ny fomba fanao Trisandhya?

Ataovy ny Trisandhya **mandritra ny asanao** — tsy mila miandry fotoana malalaka ho an'izany; na dia sahirana aza ny tanana dia azo atao **ao am-po** izany.

Ho an'ny Bhagavata, alao izay fotoana kely azonao jerena — raha azo atao ny toko feno dia toko iray, ary raha tsy izany, pejy iray, na shloka iray aza. Aoka ho tsaroana izany, fa tsy misy andro iray aza mandalo tsy misy famakiana.

6. Ahoana no tokony hanarahan'ny vehivavy ny fomba fanao Trisandhya mandritra ny fadimbolana?

Mandritra ny fadimbolana, ny Bhagavata dia **tsy tokony hovakiana** mandritra ny fito andro feno. Azo **henoina** izany.

Ataovy ny Trisandhya amin'ny fotoana telo rehetra. Raha tsy tsaroanao izany, henoy.

(Aza **mikasika** ny Shrimad Bhagavata Mahapurana, na ireo fitaovana fivavahana hafa.)

7. Raha misy olona iray ao anatin'ny fianakaviana manaraka ny fomba fanao Trisandhya, hahazo ny vokany ve izy rehetra?

Ilaina ny **hanarahan'ny olona tsirairay izany manokana**. Raha misy olona ao anatin'ny fianakaviana tsy mahay mamaky teny, avelao izy hihaino ny Trisandhya sy ny Bhagavata. Ary ho an'ireo izay tsy mahay miteny na mihaino, ataovy izay ezaka rehetra, araka izay azo atao, mba **hanoratany ny anarana 'Madhav'** imbetsaka.

8. Raha mihinana hena sy misotro toaka isika, afaka manomboka trisandhya ve?

Tsia, alohan'ny hanombohana ny Trisandhya dia tsy maintsy manaraka **fomba fiaina tsy misy hena tanteraka** ny olona, ary **tsy tokony hihinana atody mihitsy**. Ny karazana fahamamoana rehetra (toy ny toaka, bhang, sigara, vokatry paraky, pan masala, gutka, sns.) dia tokony hajanona tanteraka koa.

9. Mila mifady tongolo sy tongolo gasy ve isika vao manomboka Trisandhya?

Tsia, azonao atao ny Trisandhya **na dia mihinana tongolo sy tongolo gasy aza ianao**. Ny karazana hena rehetra ihany no tokony hialana (anisan'izany ny atody).

10. Afaka mihira ny Gayatri Mantra sy Trisandhya ve ny vehivavy?

Eny, ny vehivavy **tokony hihira ny gayatri mantra in-telo** mandritra ny trisandhya.

11. Afaka mihira ny Gayatri Mantra ve isika raha tsy manao *The Upnayan Sanskar (janeu)*?

Eny, azonao atao ny mihira ny Gayatri Mantra **na dia tsy manao ny kofehy masina janeu aza ianao**. Azonao atao koa ny mamerina ny mantra rehetra ao amin'ny Trisandhya **tsy mila deekshit amin'ny guru**.

12. Afaka mihira ny Gayatri Mantra ve isika raha tsy misy *Shaap vimochan* (fanafahana amin'ny ozona)?

Eny, tokony hihira ny Gayatri Mantra in-telo ianao amin'ny fotoana fanaovana Trisandhya, **tsy mila manao fanafahana amin'ny ozona**.

13. Raha misy olona tsy mahay mamaky teny, manana fahasembanana, zaza vao teraka na zokiolona, tsy afaka mamaky Trisandhya, inona no tokony hataony?

Raha misy olona tsy afaka mamaky ny lahatsoratra Trisandhya, dia afaka **mihaino ny feony in-telo isan'andro** amin'ny fotoana Trisandhya izy. Ny zaza vao teraka dia **afaka raha manao Trisandhya ny reniny** (hahazo tombony izy ireo). Na izany aza, **tsy maintsy manao Trisandhya izy ireo rehefa lehibe**.

VIŚVA SANĀTAN DHARMA SEVĀ TRUST

Ho an'ny Trisandhya sy fampahalalana ara-pivavahana hafa, mifandraisa amin'ny

WhatsApp:

+91 9923071727

Tranonkala Ofisialy sy Fantsona YouTube

Bhavishya Malika: www.bhavishyamalika.com

Kalki Avatar - Ny Fantsona Ofisialy: https://www.youtube.com/@Kalki_Avatara

Taranaky ny Tompo KALKI (Lalana mankany amin'ny Tontolo Vaovao): <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

