



ॐ TRIKĀLA SANDHYĀ ॐ

VIŚVA SANĀTAN DHARMA SEVĀ TRUST

॥ Jai Śrī Mādhava ॥



"Для человеческой цивилизации Трисандхья подобна эликсиру жизни."

Выполняйте Трисандхью во все три сандхья-часа каждый день, ежедневно читайте одну главу Шримад Бхагавата Махапураны и постоянно повторяйте имя Мадхава в уме.

ПРИДЕРЖИВАЙТЕСЬ СЛЕДУЮЩИХ 5 УЧЕНИЙ ВМЕСТЕ С ТРИКАЛ САНДХЬЕЙ

1. Учитесь повиноваться.
2. Учитесь ждать.
3. Учитесь любить и проявлять сострадание ко всем живым существам.
4. Сдерживание чувств.
5. Откажитесь от чувства «я и мое, ты и твое» (чувства эго).

ТРИ ВРЕМЕНИ ТРИСАНДХЬИ

Утро	в Брахма Мухурте, до восхода солнца
Полдень	между 11:30 и 12:30
Вечер	может быть выполнена между тридцатью минутами до и тридцатью минутами после захода солнца

СОДЕРЖАНИЕ ТРИСАНДХЬИ

- | | |
|---------------------------------|-----------------------------|
| 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 | |

СКРОМНАЯ ПРОСЬБА ОТНОСИТЕЛЬНО ПРОИЗНОШЕНИЯ

Пожалуйста, прослушайте [официальное аудио Трисандхьи](#) для правильного произношения (рекомендуется слушать на скорости 1.5х), так как текстовые транслитерации могут содержать незначительные фонетические вариации. Мы призываем вас слушать так часто, как это необходимо, пока вы не почувствуете себя полностью комфортно.

Примечание: Повторение имени 'Мадхава' должно производиться беззвучно в уме, тогда как в аудиозаписи в этом разделе поется 'Мадхава Гита'.

1. MANTRAS

['Om'] * 3 раза

[*Om Bhūrbhuvah Svah Tatsaviturvareṇyam ।
Bhargo Devasya Dhīmahi Dhiyo Yonah Prachodayāt ॥*] * 3 раза

2. ŚRĪ VIṢṆU ṢOḌAŚA NĀMA STOTRA

(ШЕСТНАДЦАТЬ ИМЕН ШРИ ВИШНУ)

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

[*Sarva Kāryeṣu Mādhavam*] ॥ * 3 раза

*Ṣoḍaśaitāni Nāmāni Prātarutthāya Yah Paṭhet Sarvapāpa Vinirmukto Viṣṇuloke
Mahīyate ॥*

3. ŚRĪ DAŚĀVATĀRA STOTRA

(ДАШАВАТАРА СТОТРА, СОСТАВЛЕННАЯ ШРИ ДЖАЯДЕВОЙ ДЖИ)

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

*Kṣitirati Vipulatare Tava Tiṣṭhati Prṣṭhe ।
Dharaṇī Dhāraṇa Kīna 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-Hiranyakaśipu-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 Śamitā 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 Kālayasi Karavālam ।
Dhūmaketum-iva Kim Api Karālam ॥
Keśava Dhṛta- Kalki Śarīra Jaya Jagadīśa Hare ॥ 10 ॥*

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

4. DURGĀ-MĀDHABA STUTI

(ДУРГĀ - МАДХАВА СТУТИ РЕЦИТАЦИЯ)

*Jaya He! Durgā Mādhava Kṛpāmaya Kṛpāmāyī !
Durgāṅku Sebi Mādhava Hoile Mo Diām 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 Maṅgalā Tuhi || 2 ||*

Jaya He ...

*Dharma Sansthāpanne Janma Yadi Hvanti Nārāyaṇa !
Durgāṅku Chhāḍi 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 Jehuna Dekhe Benī Dole !
Tāhāra Bhāgyar Kathā Brahmā Śibe Nā Jogāi || 5 ||*

Jaya He ...

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

Jaya He ...

5. 108 РАЗ ИМЯ «МАДХАВ» (БЕЗЗВУЧНО)

['Mādhava'] * 108 раз

*Повторите имя «Мадхава» Джаганнатхи Махапрабху 108 раз.
Не произносите вслух. Считайте на пальцах и повторяйте имя мысленно.*

6. KALKI MAHĀMANTRA

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

7. JAYAGHOṢA

Джаягхоша должна произноситься мысленно, не вслух.
(Ее можно произносить вслух только стоя.)

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

Om Namo Brahmaṇya Devāya Gobrahmaṇahitāya Ca ।
Jagat Hitāya Kṛṣṇāya Govindāya Namo Namah ॥

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

[*Mātā Mahālakṣmī Jī kī Jaya!*] * 3 раза

[*Mātā Vaiṣṇo Devī Jī kī Jaya!*] * 3 раза

[*Sarva Devī-Devatāom kī Jaya!*] * 3 раза

[*Sudharma Mahā-Mahā Saṅgha kī Jaya!*] * 3 раза

[*Sudharma Mahā-Mahā Saṅgha kī Jaya!*] * 3 раза

О Господь! Пусть все преданные всего мира соберутся вместе как можно
скорее —

Скажите радостно один раз, "Hari Hari", "Hari Hari", "Hari Hari"

О Господь! Пусть Истина, Любовь, Сострадание, Прощение и Мир
установятся на этой земле, во всей вселенной как можно скорее —

Скажите радостно один раз, "Hari Hari", "Hari Hari", "Hari Hari" * 3 раза

JAI ŚRĪ MĀDHAVA

ВАЖНЫЕ ИНСТРУКЦИИ

Даже сейчас, когда и наука, и духовность предчувствуют приближение великих перемен, у человечества нет надежных средств для преодоления этого кризиса. Согласно «Бхавишья Малике» — откажитесь от греховных деяний, и пусть люди каждой веры примут «Трисандхью» для защиты жизни.

В это время смены эпох этот тайный принцип является единственной Мрита Сандживани для защиты жизни.

Те, кто желает достичь Сатъяюги, должны придерживаться этих учений в своей жизни.

Согласно указаниям Господа Калки во время установления Дхармы, мы должны следовать этим вещам в нашей жизни:

- 1. Проявляйте сострадание ко всем живым существам. Откажитесь от употребления мяса и ведите саттвический образ жизни. Ни в коем случае не причиняйте вреда ни одному живому существу или человеку.**
- 2. В эту эпоху повторяйте имя Мадхава (Господа). Если хотите, можете повторять вслух или мысленно вспоминать Его имя.**
- 3. Каждый человек должен придерживаться этих пяти добродетелей: Истины, Любви, Сострадания, Прощения и Мира.**
- 4. Каждый человек должен регулярно участвовать в Сатсанге. Сатсанг означает собрание для воспевания качеств Бога, описания Его славы и духовных бесед.**
- 5. Выполняйте Трисандхью каждый день — вспоминайте и прославляйте Господа утром, в полдень и вечером.**
- 6. Ежедневно повторяйте Калки Махамантру, данную Господом Калки.**
- 7. Каждый человек должен идти по пути Дхармы.**
- 8. Поднимаясь над кастовой и религиозной дискриминацией, проводите Сатсанг со всеми.**
- 9. Откажитесь от чувства «я» и «мое». Такая гордыня и привязанность уведут человека от его истинной духовной природы.**
- 10. Ежедневно читайте Шримад Бхагавата Махапурану дома. По мере возможности изучайте бхаджаны, киртаны, Пураны, писания, Бхавишья Малику и другие духовные тексты.**
- 11. Обращайтесь к каждой женщине как «Мать»/«Маа», а к каждому мужчине как «Брат».**
- 12. Перед едой сначала предложите пищу Господу.**

13. Если вы хотите узнать больше о Господе Калки и этой великой работе, свяжитесь по номеру мобильного телефона, указанному в конце этого буклета.

НАИБОЛЕЕ ЧАСТО ЗАДАВАЕМЫЕ ВОПРОСЫ

1. Общие вопросы о практике Трисандхьи

Трисандхья может быть выполнена **без омовения**. Положите руку на лоб и вспомните Мать Гангу, сказав «**Шри Ганге**» три раза. Если возможно, вымойте ноги заранее и окропите себя небольшим количеством воды.

Трисандхья может быть выполнена где угодно — **в дороге, в поезде, в транспортном средстве, на рабочем месте или беззвучно в сердце**. В той или иной форме, в том или ином месте, она должна быть выполнена без промедления.

Шримад Бхагавата Махапурана должна читаться **только после омовения**, когда вы чисты. Во время менструации Трисандхья выполняется во все три времени как обычно — вслух или в сердце. В течение этих семи дней Шримад Бхагавата Махапурана **не читается, хотя ее можно слушать**.

Во время сутака также Трисандхья может быть выполнена во все три времени; но в это время Шримад Бхагавата Махапурана **не должна ни читаться, ни слушаться**, и к Сатсангу не следует присоединяться. В обоих случаях Шримад Бхагавата Махапурана и другие предметы поклонения **не должны касаться**.

2. Что делать, если полная Трисандхья невозможна в нужное время?

Если полная Трисандхья невозможна в нужное время, то выполните **короткую Трисандхью** в это время, а **полную Трисандхью** позже, когда позволит время.

Трикал Сандхья может быть выполнена где угодно — **на рабочем месте, во время прогулки по дороге, во время вождения, в школе** или даже во время выполнения любой другой работы: **беззвучно, в уме**. Выполнение Трисандхьи в положенное время, в любом месте, абсолютно необходимо.

Если Трикал Сандхья не может быть выполнена в положенное время, произнесите имя Господа Мадхава и **покайтесь**, и молитесь Господу, чтобы отныне она выполнялась в положенное время; ибо писания заявляют, что Трикал Сандхья должна выполняться в положенное время.

Метод Трикал Сандхьи, когда нет времени

Шлока, данная Пандитджи в Google Meet. Когда случай для выполнения сандхьи не наступает и время начинает проходить, то вместо сандхьи вы можете **повторить имя Мадхава 108 раз, Джай Дурга Мадхав 11 раз**, и прочитать шлоку, приведенную ниже, один раз.

DAŚĀVATĀRA STOTRAM (FINAL VERSE)

*Vedān uddharate jagannivahate bhūgolam udbibhrate
daityaṁ dārayate balim chalayate kṣatrakṣayaṁ kurvate,
paulastyam jayate haram kalayate kārūṇyam ātanvate
mlechchhān mūrccchayate daśākṛtikṛte Kṛṣṇāya tubhyaṁ namah.*

3. Как студентам выполнять Трисандхью вместе с их повседневной рутинной?

Студенты должны выполнять утреннюю (Брахма Мухурта) и вечернюю сандхью в положенное время, согласно правилу. Из-за требований школы или учебы они могут завершить полуденную сандхью **в сердце, медитируя на Господа в уме**.

4. Как выполнять Трисандхью на рабочем месте?

Для Трисандхьи **нет правила места**. Вы можете выполнять ее везде, где находитесь — **за своим столом, на фабрике, в магазине, в поле или в дороге**.

Если невозможно произнести вслух, делайте это **в сердце**; сердце — достаточное место. Если возможно, снимите обувь и посидите немного; и если даже это невозможно, не отказывайтесь от Трисандхьи по этой причине.

Если вы не помните и это возможно, вы можете **прослушать аудио Трисандхьи**. Главное, чтобы она не была пропущена.

5. Если домашние дела не оставляют времени, как следует соблюдать практику Трисандхьи?

Выполняйте Трисандхью **во время работы** — для этого не нужно ждать свободного времени; даже когда руки заняты, это можно делать **в сердце**.

Для Бхагаваты выделите любое небольшое время, которое сможете найти — если возможна полная глава, то главу, а если нет, то одну страницу или даже одну шлоку. Пусть это будет учтено, чтобы ни один день не прошел без чтения.

6. Как женщинам соблюдать практику Трисандхьи во время менструации?

Во время менструации Бхагавата **не читается** в течение всех семи дней. Ее **можно слушать**.

Выполняйте Трисандхью во все три времени. Если вы не помните ее, слушайте.

(**Не прикасайтесь** к Шримад Бхагавата Махапуране или другим предметам поклонения.)

7. Если один человек в семье следует практике Трисандхьи, получают ли все ее плоды?

Необходимо, чтобы **каждый человек следовал ей сам**. Если кто-то в семье не умеет читать, пусть он слушает Трисандхью и Бхагавату. А для тех, кто не может говорить или слышать, приложите усилия, насколько это возможно, чтобы они **писали имя «Мадхав»** снова и снова.

8. Если мы едим невегетарианскую пищу и пьем алкоголь, можем ли мы начать Трисандхью?

Нет, перед началом Трисандхьи необходимо принять **полностью вегетарианский образ жизни**, не употреблять даже **яйца**. Любые виды интоксикации (такие как алкоголь, бханг, сигареты, табачные изделия, пан масала, гутка и т.д.) также должны быть решительно прекращены.

9. Нужно ли воздерживаться от лука и чеснока, чтобы начать Трисандхью?

Нет, вы можете выполнять Трисандхью, **даже если едите лук и чеснок**. Следует избегать **только всех видов невегетарианской пищи** (включая яйца).

10. Могут ли женщины повторять Гаятри Мантру и Трисандхью?

Да, женщины должны повторять Гаятри мантру трижды во время Трисандхьи.

11. Можем ли мы повторять Гаятри Мантру без Упанаяна Санскар (джанеу)?

Да, вы можете повторять Гаятри Мантру, даже если не носите священную нить **джанеу**. Вы можете читать все мантры Трисандхьи без посвящения у гуру.

12. Можем ли мы повторять Гаятри Мантру без Шаап вимочан (снятия проклятия) или Шаап вимочана?

Да, вы должны повторять Гаятри Мантру трижды во время выполнения Трисандхьи, без какого-либо снятия проклятия.

13. Что делать, если человек неграмотен, имеет ограниченные возможности, младенец или пожилой человек, неспособный читать Трисандхью?

Если кто-то неспособен читать текст Трисандхьи, он может **слушать ее аудио трижды в день** во время Трисандхьи. Младенцы **освобождаются**, если их матери **выполняют Трисандхью** (они получают пользу). Однако они должны **практиковать Трисандхью по мере взросления**.

VIŚVA SANĀTANA DHARAMA SEVĀ TRUST

Для получения информации о Трисандхье и другой религиозной информации
свяжитесь по WhatsApp:

+91 9923071727

Официальные веб-сайты и YouTube-каналы

Бхавишья Малика: www.bhavishyamalika.com

Аватар Калки - Официальный канал: https://www.youtube.com/@Kalki_Avatara

Династия Господа КАЛКИ (Путь к Новому Миру): <https://youtube.com/@dynastyofkalki>

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

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

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

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

JAI ŚRĪ MĀDHAVA
