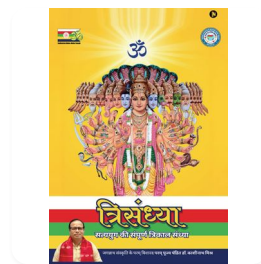




ॐ TRIKALA SANDHYA ॐ

VISVA SANATAN DHARMA SEVA TRAST
॥ Džaj Šri Madhava ॥



"Za ljudsku civilizaciju, Trisandhya je kao eliksir života."

Obavljajte Trisandhyu svakodnevno u sva tri sandhya sata, čitajte jedno poglavlje Shrimad Bhagavata Mahapurane svakog dana i neprestano pevajte ime Madhav u umu.

PRIDRŽAVAJTE SE SLEDEĆIH 5 UČENJA UZ TRIKAL SANDHYU

1. Naučite da se pokoravate.
2. Naučite da čekate.
3. Naučite da volite i pokazujete saosećanje prema svim živim bićima.
4. Suzdržavanje čula.
5. Odrecite se osećaja „ja i moje, ti i tvoje“ (osećaja ega).

TRI VREMENA TRISANDHYE

Jutro u Brahma Muhurti, **pre izlaska sunca**

Podne između **11:30 i 12:30**

Veče može se obaviti između **trideset minuta pre i trideset minuta posle zalaska sunca**

SADRŽAJ TRISANDHYE

- | | |
|---------------------------------|---------------------------------|
| 1. Mantre | 5. 108 puta ime „Madhav“ (tiho) |
| 2. Šri Višnu Šodaša Nama Stotra | 6. Kalki Mahamantra |
| 3. Šri Dašavatara Stotra | 7. Džajghoša |
| 4. Durga-Madhaba Stuti | |

PONIZNA MOLBA U VEZI SA IZGOVOROM

Molimo vas da poslušate [zvanični Trisandhya audio](#) za pravilan izgovor (preporučuje se slušanje na 1.5x brzini), jer tekstualne transliteracije mogu sadržati manje fonetske varijacije. Podstičemo vas da slušate koliko god je potrebno dok se ne osetite potpuno udobno.

Napomena: Pevanje imena 'Madhava' treba obavljati tiho u umu, dok se u audio snimku u tom delu peva 'Madhava Geeta'.

1. MANTRE

['Om'] * 3 puta

[Om Bhurbhuvah Svah Tatsaviturvarenjam |
Bhargo Devasja Dhimahi Dhijo Jonah Pračodajat ||] * 3 puta

2. ŠRI VIŠNU ŠODAŠA NAMA STOTRA

(ŠESNAEST IMENA ŠRI VIŠNUA)

Aušadhe Čintajet Višnum | Bhođane Ča Đanardanam ||
Šajane Padmanabham Ča | Vivahe Ča Prađapatim ||
Judhe Čakradharam Devam | Pravase Ča Trivikramam ||
Narajanam Tanutjage | Šridharam Prijsangame ||
Duhsvapne Smara Govindam | Sankate Madhusudanam ||
Kanane Narasimham Ča | Pavake Đalašajinam ||
Đalamadhje Varaham Ča | Gamane Vamanam Čaiva ||
Parvate Raghunandanam |

[Sarva Karješu Madhavam] || * 3 puta

Šodašaitani Namani Prataruthaja Jah Pathet Sarvapapa Vinirmukto Višnuloke
Mahijate ||

3. ŠRI DAŠAVATARA STOTRA

(DASHAVATARA STOTRAM SASTAVLJEN OD STRANE ŠRI JAYADEVA JI)

*Pralaja Pajodhi-ďale Dhritavan Asi Vedam ।
Vihita Vahitr-ačaritrām Akhedam ॥
Kešava Dhrita- Mina Šarira Džaja Đagadiša Hare ॥ 1 ॥*

*Kšitirati Vipulatāre Tava Tiśthati Priśthe ।
Dharani Dharana Kina Čakra Gariśthe ॥
Kešava Dhrita- Kaččhapa-rupa Džaja Đagadiša Hare ॥ 2 ॥*

*Vasati Dašana-šikhare Dharani Tava Lagna ।
Šaśini Kalanka Kaleva Nimagna ॥
Kešava Dhrita- Šukara Rupa Džaja Đagadiša Hare ॥ 3 ॥*

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

*Čhalajasi Vikramane Balim Adbhuta Vamana ।
Pada-nakha Nira Đanita Đana-pavana ॥
Kešava Dhrita- Vamana Rupa Džaja Đagadiša Hare ॥ 5 ॥*

*Kšatrija Rudhira Maje Đagad-apagata Papam ।
Snapajasi Pajasi Šamita Bhava Tapam ॥
Kešava Dhrita- Bhrigupati-rupa Džaja Đagadiša Hare ॥ 6 ॥*

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

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

*Nindasi Jadžna Vider Ahaha Šruti Đatam ।
Sadaja Hridaja Darśita Pašu-ghatam ॥
Kešava Dhrita- Budha-šarira Džaja Đagadiša Hare ॥ 9 ॥*

*Mlečča Nivaha Nidane Kalajasi Karavalam ।
Dhumaketum-iva Kim Api Karalam ॥
Kešava Dhrita- Kalki Šarira Džaja Đagadiša Hare ॥ 10 ॥*

*Šri-Đajadeva-kaver Idam Uditam Udaram ।
Šrinu Sukha-dam Šubha Dam Bhava-saram ॥
Kešava Dhrita- Daša-vidha Rupa Džaja Đagadiša Hare ॥ 11 ॥*

4. DURGA-MADHABA STUTI

(RECITOVANJE DURGA - MADHAVA STUTI)

*Džaja He! Durga Madhaba Krupamaja Krupamajee ।
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 Čita Mohilu Šri Sarva Mangala Tuhi ॥ 2 ॥*

Džaja He ...

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

Džaja He ...

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

Džaja He ...

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

Džaja He ...

*Džaja Durgati Našini Abhramar Ďanani ।
Šubhagamana Karantu Madhabanku Kole Nei ॥ 6 ॥*

Džaja He ...

5. 108 PUTA IME „MADHAV“ (TIHO)

['Madhava'] * 108 puta

*Pevajte ime 'Madhava' Jagannatha Mahaprabhua 108 puta.
Ne izgovarajte naglas. Brojte na prstima i pevajte ime mentalno.*

6. KALKI MAHAMANTRA

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

6. JAYGHOSH

Jayaghosha se recituje mentalno, bez izgovaranja naglas.

(Može se pevati naglas samo ako ste u stojećem položaju.)

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

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

Om Namō Brahmanja Devaja Gobrahmanahitaja Ča ।
Ďagat Hitaja Krišnaja Govindaja Namō Namah ॥

[*Om Ananta Koti Višva Brahmanda Natha Parabrahma Narajana Mahavišnu*
Bhagavan Kalkiram Šri Šri Šri Satja Ananta Madhava Mahaprabhu Ďi ki Džaja!]
* 3 puta

[*Mata Mahalakšmi Ďi ki Džaja!*] * 3 puta

[*Mata Vaišno Devi Ďi ki Džaja!*] * 3 puta

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

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

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

O Gospode! Neka se svi poklonici celog sveta okupe što pre —
Recite radosno jednom, "Hari Hari", "Hari Hari", "Hari Hari"

O Gospode! Neka se Istina, Ljubav, Saosećanje, Oproštaj i Mir uspostave na ovoj
zemlji, celom univerzumu što pre —

Recite radosno jednom, "Hari Hari", "Hari Hari", "Hari Hari" * 3 puta

DŽAJ ŠRI MADHAVA

VAŽNA UPUTSTVA

Čak i sada, kada i nauka i duhovnost osećaju približavanje velike promene, čovečanstvo nema sigurno sredstvo za prevazilaženje ove krize. Prema ‘Bhavishya Maliki’ — odrecite se grešnih dela i neka ljudi svake vere prihvate ‘Trisandhyu’ za zaštitu života.

U ovo vreme smene doba, ovaj tajni princip je jedina Mrita Sanjivani za zaštitu života. Oni koji žele da dostignu Satyayugu treba da se pridržavaju ovih učenja u svojim životima.

Prema uputstvima Gospoda Kalkija u vreme uspostavljanja Dharme, trebalo bi da sledimo ove stvari u svojim životima:

- 1. Pokažite saosećanje prema svim živim bićima. Odrecite se jedenja mesa i usvojite satvički život. Ne nanosite štetu nijednom živom biću niti bilo kom čoveku na bilo koji način.**
- 2. U ovom dobu, pevajte ime Madhav (Gospoda). Ako želite, možete pevati naglas ili se sećati Njegovog imena tiho u umu.**
- 3. Svaka osoba treba da se pridržava ovih pet vrlina: Istine, Ljubavi, Saosećanja, Oproštaja i Mira.**
- 4. Svaka osoba treba redovno da učestvuje u Satsangu. Satsang znači okupljanje radi pevanja Božjih kvaliteta, opisivanja Njegove slave i vođenja duhovne diskusije.**
- 5. Obavljajte Trisandhyu svakog dana — sećajte se i hvalite Gospoda ujutru, u podne i uveče.**
- 6. Pevajte Kalki Mahamantru koju je dao Gospod Kalki svakog dana.**
- 7. Svaka osoba treba da hodi putem Dharme.**
- 8. Iznad kaste i verske diskriminacije, održavajte Satsang sa svima.**
- 9. Odrecite se osećaja „ja“ i „moje“. Takav ponos i vezanost odvođe osobu od njene prave duhovne prirode.**
- 10. Čitajte Shrimad Bhagavata Mahapurana kod kuće svakog dana. Kako vreme dozvoljava, proučavajte bhajan, kirtan, Purane, spise, Bhavishya Maliku i druge duhovne tekstove.**
- 11. Obraćajte se svakoj ženi kao „Majko“/„Maa“, a svakom muškarcu kao „Brato“.**
- 12. Pre jela, prvo ponudite hranu Gospodu.**
- 13. Ako želite da saznate više o Gospodu Kalkiju i ovom velikom delu, kontaktirajte broj mobilnog telefona naveden na kraju ove brošure.**

NAJČEŠĆA PITANJA

1. Opšta pitanja o praksi Trisandhye

Trisandhya se može obavljati **bez kupanja**. Stavite ruku na čelo i setite se Majke Gange, govoreći „**Šri Gange**“ tri puta. Ako je moguće, prethodno operite stopala i poprskajte se malo vodom.

Trisandhya se može obavljati bilo gde — **na putu, u vozu, u vozilu, na vašem radnom mestu**, ili **tiho u srcu**. U jednom ili drugom obliku, na jednom ili drugom mestu, mora se obaviti bez izuzetka.

Shrimad Bhagavata Mahapurana treba čitati **samo nakon kupanja**, kada ste čisti. Tokom dana menstruacije, Trisandhya se obavlja u sva tri vremena kao i obično — naglas ili u srcu. Tokom tih sedam dana Shrimad Bhagavata Mahapurana se **ne čita, mada se može slušati**.

Tokom sutaka takođe, Trisandhya se može obavljati u sva tri vremena; ali u to vreme Shrimad Bhagavata Mahapurana ne treba **ni čitati ni slušati**, a Satsangu se ne treba pridružiti. U oba slučaja Shrimad Bhagavata Mahapurana i drugi predmeti obožavanja ne treba **dirati**.

2. Šta treba učiniti ako puna Trisandhya nije moguća u pravo vreme?

Ako puna Trisandhya nije moguća u pravo vreme, onda obavite **kratku Trisandhyu** u to vreme, a **punu Trisandhyu kasnije** kada vreme dozvoli.

Trikal Sandhya se može obavljati bilo gde — **na radnom mestu, dok hodate putem, dok vozite, u školi**, ili čak dok obavljate bilo koji drugi posao: **tiho, u umu**. Obavljanje Trisandhye u pravo vreme, na bilo kom mestu, apsolutno je neophodno.

Ako Trikal Sandhya ne može biti obavljena u pravo vreme, uzmite ime Gospoda Madhava i **pokajte se**, i molite se Gospodu da se od sada obavlja u pravo vreme; jer spisi objavljuju da Trikal Sandhya treba da se obavlja u pravo vreme.

Metoda Trikal Sandhye kada nema vremena

Šloka koju je dao Panditji na Google Meet-u. Kada prilika za obavljanje sandhye ne dođe i vreme počne da prolazi, tada umesto sandhye možete **pevati ime Madhav 108 puta, Jai Durga Madhav 11 puta**, i recitovati dole navedenu šloku jednom.

DAŠAVATARA STOTRAM (ZAVRŠNI STIH)

***Vedan udharate dagannivahate bhugolam udbibhrate
dajtjam darajate balim čhalajate kšatrakšajam kurvate,
paulastjam đajate halam kalajate karunjam atanvate
mlečchan murčchajate daśakritikrite Krišnaja tubhjam namah.***

3. Kako studenti treba da obavljaju Trisandhyu uz svoju dnevnu rutinu?

Studenti treba da obavljaju jutarnju (Brahma Muhurta) i večernju sandhyu u pravo vreme, prema pravilu. Zbog zahteva škole ili studija, podnevnu sandhyu mogu obaviti **u srcu, meditirajući o Gospodu u umu.**

4. Kako Trisandhya treba da se obavlja na radnom mestu?

Ne postoji **pravilo mesta** za Trisandhyu. Možete je obavljati gde god da ste — **za svojim stolom, u fabrici, u prodavnici, na polju, ili na putu.**

Ako nije moguće izgovoriti naglas, učinite to **u srcu**; srce je dovoljno mesto. Ako je moguće, skinite cipele i sedite na trenutak; a ako ni to nije moguće, ne odustajte od Trisandhye zbog toga.

Ako se ne sećate i ako je moguće, možete **slušati Trisandhya audio**. Glavna stvar je da se ne propusti.

5. Ako kućni poslovi ne ostavljaju vremena, kako treba slediti praksu Trisandhye?

Obavljajte Trisandhyu **dok radite** — za to ne treba čekati slobodno vreme; čak i dok su ruke zauzete, može se obaviti **u srcu**.

Za Bhagavatu, izdvojite koliko god malo vremena možete naći — ako je moguće celo poglavlje, onda poglavlje, a ako ne, jednu stranicu, ili čak jednu šloku. Neka se ovo ima na umu, da ne prođe ni jedan dan bez čitanja.

6. Kako žene treba da slede praksu Trisandhye u vreme menstruacije?

U vreme menstruacije, Bhagavata se **ne čita** punih sedam dana. Može se **slušati**.

Obavljajte Trisandhyu u sva tri vremena. Ako se ne sećate, poslušajte je.

(**Ne dirajte** Shrimad Bhagavata Mahapurana, niti druge predmete obožavanja.)

7. Ako jedna osoba u porodici sledi praksu Trisandhye, da li će svi dobiti njen plod?

Neophodno je da **svaka osoba to sama sledi**. Ako neko u porodici ne može da čita, neka sluša Trisandhyu i Bhagavatu. A za one koji ne mogu da govore ili čuju, potrudite se, koliko je to moguće, da **pišu ime 'Madhav'** iznova i iznova.

8. Ako jedemo meso i pijemo alkohol, možemo li započeti trisandhyu?

Ne, pre početka Trisandhye mora se usvojiti **potpuno vegetarijanski način života**, ne sme se čak ni konzumirati jaje. Bilo kakva vrsta intoksikacije (kao što su alkohol, bhang, cigarete, duvanski proizvodi, pan masala, gutka, itd.) takođe treba da se obustavi potvrdno.

9. Da li treba da se uzdržavamo od luka i belog luka da bismo započeli Trisandhyu?

Ne, možete obavljati Trisandhyu čak i ako jedete luk i beli luk. Samo sve vrste mesa treba izbegavati (uključujući jaje).

10. Mogu li žene pevati Gayatri Mantru i Trisandhyu?

Da, žene treba da pevaju gayatri mantru tri puta tokom trisandhye.

11. Možemo li pevati Gayatri Mantru bez *Upnayan Sanskara (janeu)*?

Da, možete pevati Gayatri Mantru čak i ako ne nosite sveti *janeu* konac. Možete recitovati sve mantre Trisandhye bez da ste deekshit kod gurua takođe.

12. Možemo li pevati Gayatri Mantru bez *Shaap vimochan* (oslobađanja od kletve)?

Da, treba da pevate Gayatri Mantru tri puta u vreme obavljanja Trisandhye, bez ikakvog oslobađanja od kletve.

13. Ako je neko nepismen, sa posebnim potrebama, beba ili starija osoba, nesposoban da čita Trisandhyu, šta treba da učini?

Ako je neko nesposoban da čita tekst Trisandhye, može slušati njen audio tri puta dnevno u vreme Trisandhye. Bebe su izuzete ako njihove majke obavljaju Trisandhyu (one će imati koristi). Međutim, one moraju praktikovati Trisandhyu kako odrastaju.

VISVA SANATAN DHARMA SEVA TRAST

Za Trisandhyu i druge verske informacije, kontaktirajte putem WhatsApp-a:

+91 9923071727

Zvanični veb-sajtovi i YouTube kanali

Bhavishya Malika: www.bhavishyamalika.com

Kalki Avatar - Zvanični kanal: https://www.youtube.com/@Kalki_Avatara

Dinastija Gospoda KALKIJA (Put u novi svet): <https://youtube.com/@dynastyofkalki>

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

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

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

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

DŽAJ ŠRI MADHAV

