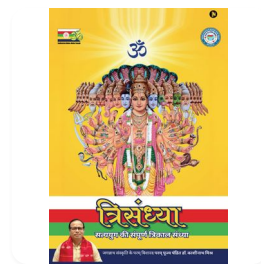




ॐ ТРИКАЛА САНДХ'Я ॐ

БІСВА САНАТАН ДХАРМА СЕВА ТРАСТ

« Джай Шрі Мадхава »



«Для людської цивілізації Трісандх 'я подібна до еліксиру життя.»

Виконуйте Трісандх'ю в усі три години сандх'ї щодня, читайте щодня одну главу Шрімад Бхагавата Махапурани та постійно повторюйте ім'я Мадхав у своєму розумі.

ДОТРИМУЙТЕСЬ НАСТУПНИХ 5 ВЧЕНЬ РАЗОМ ІЗ ТРИКАЛ САНДХ'ЄЮ

1. Вчіться підкорятися.
2. Вчіться чекати.
3. Вчіться любити та виявляти співчуття до всіх живих істот.
4. Стриманість почуттів.
5. Відмовтеся від почуття «я і моє, ти і твоє» (відчуття его).

ТРИ ЧАСИ ТРИСАНДХ'І

Ранок у Брахма Мухурті, до сходу сонця

Полудень між 11:30 та 12:30

Вечір може бути виконана між тридцятьма хвилинами до та тридцятьма хвилинами після заходу сонця

ЗМІСТ ТРИСАНДХ'І

- | | |
|---------------------------------|-------------------------------------|
| 1. Мантри | 5. 108 разів ім'я «Мадхав» (мовчки) |
| 2. Шрі Вішну Шодаша Нама Стотра | 6. Калкі Махамантра |
| 3. Шрі Дашаватара Стотра | 7. Джаягхоша |
| 4. Дурга-Мадхаба Стуті | |

СКРОМНЕ ПРОХАННЯ ЩОДО ВИМОВИ

Будь ласка, прослухайте [офіційне аудіо Трісандх'ї](#) для правильної вимови (рекомендується слухати на швидкості 1.5х), оскільки текстові транслітерації можуть містити незначні фонетичні відмінності. Ми заохочуємо вас слухати так часто, як це необхідно, доки ви не відчуєте себе повністю комфортно.

Примітка: Повторення імені 'Мадхава' слід робити мовчки в розумі, тоді як в аудіозаписі в цьому розділі співається 'Мадхава Гіта'.

1. МАНТРИ

['Ом'] * 3 рази

[Ом Бхурбхувах Свах Татсавітурварен 'ям ।
Бхарго Девасья Дхімахі Дхійо Йонах Прачодаят ॥] * 3 рази

2. ШРІ ВІШНУ ШОДАША НАМА СТОТРА

(ШІСТНАДЦЯТЬ ІМЕН ШРІ ВІШНУ)

Аушадхе Чінтаєт Вішнум । Бходжане Ча Джанарданам ॥
Шаяне Падманабхам Ча । Вівахе Ча Праджапатім ॥
Юддхе Чакрадхарам Девам । Правасе Ча Трівікрамам ॥
Нараянам Танут 'яге । Шрідхарам Прісанґаме ॥
Духсванне Смара Говіндам । Санкате Мадхусуданам ॥
Канане Нарасімхам Ча । Паваке Джалашаянам ॥
Джаламадье Варахам Ча । Гамане Ваманам Чаїва ॥
Парватє Рагхунанданам ।

[Сарва Кар 'єшу Мадхавам] ॥ * 3 рази

Шодашайтані Намані Пратаруттхaya Ях Патхет Сарванана Вінірмукто
Вішнулоке Махіяте ॥

3. ШРІ ДАШАВАТАРА СТОТРА

(ДАШАВАТАРА СТОТРАМ, СКЛАДЕНА ШРІ ДЖАЯДЕВОЮ ДЖІ)

Пралая Пайодхі-джале Дхрітаван Асі Ведам ।
Віхіта Вахітра-чарітрам Акхедам ॥
Кешава Дхріта- Міна Шаріра Джая Джагадіша Харе ॥ 1 ॥

Кшипіраті Віпулатаре Тава Тіштхаті Пріштхе ।
Дхарані Дхарана Кіна Чакра Гаріштхе ॥
Кешава Дхріта- Каччхана-рупа Джая Джагадіша Харе ॥ 2 ॥

Васаті Дашана-шікхаре Дхарані Тава Лагна ।
Шашіні Каланка Калева Німагна ॥
Кешава Дхріта- Шукара Рупа Джая Джагадіша Харе ॥ 3 ॥

Тава Кара Камала-варе Накхам Адбхута Шрінгам ।
Даліта-Хіран 'якашіпу-тану Бхрінгам ॥
Кешава Дхріта- Нарахарі Рупа Джая Джагадіша Харе ॥ 4 ॥

Чхалаясі Вікранамане Балім Адбхута Вамана ।
Пада-накха Ніра Джаніта Джана-павана ॥
Кешава Дхріта- Вамана Рупа Джая Джагадіша Харе ॥ 5 ॥

Кшатрія Рудхіра Має Джагад-апагата Папам ।
Снапаясі Паясі Шаміта Бхава Тапам ॥
Кешава Дхріта- Бхрігупаті-рупа Джая Джагадіша Харе ॥ 6 ॥

Вітарасі Дікшу Ране Діка Паті Каманіям ।
Даша-мукха Маулі-балім Раманіям ॥
Кешава Дхріта- Рагхупаті Рупа Джая Джагадіша Харе ॥ 7 ॥

Вахасі Вапуші Вішаде Васанам Джаладабхам ।
Хала-хаті-бхіті-міліта-Ямунабхам ॥
Кешава Дхріта- Халадхара-рупа Джая Джагадіша Харе ॥ 8 ॥

Ніндасі Яджна Відхер Ахаха Шруті Джатам ।
Садая Хрідая Даршіта Пашу-гхатам ॥
Кешава Дхріта- Буддха-шаріра Джая Джагадіша Харе ॥ 9 ॥

Млечча Ніваха Нідане Калаясі Каравалам ।
Дхумакетум-іва Кім Апі Каралам ॥
Кешава Дхріта- Калкі Шаріра Джая Джагадіша Харе ॥ 10 ॥

Шрі-Джаядева-кавер Ідам Удітам Ударам ।
Шріну Сукха-дам Шубха Дам Бхава-сарам ॥
Кешава Дхріта- Даша-відха Рупа Джая Джагадіша Харе ॥ 11 ॥

4. ДУРґА-МАДХАБА СТУТІ

(ДУРґА - МАДХАВА СТУТІ, ДЕКЛАМАЦІЯ)

*Джая Хе! Дурґа Мадхаба Крупама Я Крупамаї !
Дурґанку Себі Мадхаба Хоїле Мо Діан Саїм || 0 ||*

Джая Хе ...

*Баху Рупе Джая Дурґе, Б'яні Ачху Сарва Тхабе !
Рама Ума Бані Радха То Чхада Ан'я Ке Нахін || 1 ||*

Джая Хе ...

*Мадана-Мохана Рупе Б'яні Ачху Сарва Тхабе !
Мохана Чітта Мохілу Шрі Сарва Манґала Тухі || 2 ||*

Джая Хе ...

*Дхарма Санстхапанне Джанма Яді Хванті Нараяна !
Дурґанку Чхаді Мадхаба Кхелі Бара Шакті Кахін || 3 ||*

Джая Хе ...

*Мадхабанка Кхела Паїн Деха Дхару Махамаї !
Мадхабанку Паті Путра Рупе Кхелаоучху Тухі || 4 ||*

Джая Хе ...

*Мадхабанку Дурґа Коле Джехун Дехе Бені Доле !
Тахара Бхаг'яр Катха Брахма Шібе На Йоґаї || 5 ||*

Джая Хе ...

*Джая Дурґаті Нашіні Абхірамар Джанані !
Шубхаґамана Каранту Мадхабанку Коле Ней || 6 ||*

Джая Хе ...

5. 108 РАЗІВ ІМ'Я «МАДХАВ» (МОВЧКИ)

['Мадхава'] * 108 разів

*Повторіть ім'я 'Мадхава' Джаганнатха Махапратху 108 разів.
Не вимовляйте вголос. Рахуйте на пальцях і повторюйте ім'я подумки.*

6. КАЛКІ МАХАМАНТРА

[Рама Харе Крішна Харе, Рама Харе Крішна Харе ।
Рама Харе Крішна Харе, Ананта Мадхава Харе ॥] * 11 разів

6. ДЖАЯГХОШ

Джаягхоша має бути прочитана подумки, не вимовляючи вголос.

(Її можна повторювати вголос лише стоячи.)

Твामева Мата Ча Піта Твामева
Твамева Бандхушча Сакха Твамева ।
Твамева Від 'я Дравінам Твамева

[Твамева Сарвам Мама Дева Дева] ॥ * 3 рази

Ом Намо Брахман 'я Девая Гобрахманахітая Ча ।
Джагат Хітая Крішня Говіндая Намо Намах ॥

[Ом Ананта Коті Вішва Брахманда Натха Парабрахма Нараяна Махавішну
Бхагаван Калкірам Шрі Шрі Шрі Сатъя Ананта Мадхава Махапрабху Джі кі
Джая!] * 3 рази

[Мата Махалакшмі Джі кі Джая!] * 3 рази

[Мата Вайшно Деві Джі кі Джая!] * 3 рази

[Сарва Деві-Деватаом кі Джая!] * 3 рази

[Судхарма Маха-Маха Сангха кі Джая!] * 3 рази

[Судхарма Маха-Маха Сангха кі Джая!] * 3 рази

О Господи! Нехай усі віддані всього світу зберуться разом якомога швидше

—
Скажіть радісно один раз, «Харі Харі», «Харі Харі», «Харі Харі»

О Господи! Нехай Істина, Любов, Співчуття, Прощення та Мир встановляться
на цій землі, у всьому всесвіті якомога швидше —

Скажіть радісно один раз, «Харі Харі», «Харі Харі», «Харі Харі» * 3 рази

ДЖАЙ ШРІ МАДХАВА

ВАЖЛИВІ ІНСТРУКЦІЇ

Навіть зараз, коли і наука, і духовність відчувають наближення великих змін, людство не має певних засобів для подолання цієї кризи. Згідно з «Бхавіш'я Малікою» — відмовтеся від гріховних вчинків, і нехай люди кожної віри приймуть «Трісандх'ю» для захисту життя.

У цей час зміни епох цей таємний принцип є єдиною Мріта Санджівані для захисту життя.

Ті, хто бажає досягти Сатъяюги, повинні дотримуватися цих вчень у своєму житті.

Згідно з настановами Господа Калкі під час встановлення Дхарми, ми повинні дотримуватися цих речей у своєму житті:

- 1. Виявляйте співчуття до всіх живих істот. Відмовтеся від вживання м'яса та ведіть саттвічний спосіб життя. Не шкодьте жодній живій істоті чи людині жодним чином.**
- 2. У цю епоху повторюйте ім'я Мадхава (Господа). За бажанням, ви можете повторювати вголос або пам'ятати Його ім'я мовчки в розумі.**
- 3. Кожна людина повинна дотримуватися цих п'яти чеснот: Істини, Любові, Співчуття, Прощення та Миру.**
- 4. Кожна людина повинна регулярно брати участь у Сатсангу. Сатсанг означає збирання разом, щоб оспівувати якості Бога, описувати Його славу та вести духовні бесіди.**
- 5. Виконуйте Трісандх'ю щодня — пам'ятайте та прославляйте Господа вранці, в полудень та ввечері.**
- 6. Щодня повторюйте Калкі Махамантру, дану Господом Калкі.**
- 7. Кожна людина повинна йти шляхом Дхарми.**
- 8. Піднімаючись над кастовою та релігійною дискримінацією, проводьте Сатсанг з усіма.**
- 9. Відмовтеся від почуття «я» та «мое». Така гордість і прихильність віддаляють людину від її справжньої духовної природи.**
- 10. Читайте Шрімад Бхагавата Махапурану вдома щодня. Коли дозволяє час, вивчайте бхаджан, кіртан, Пурани, писання, Бхавіш'я Маліку та інші духовні тексти.**
- 11. Звертайтеся до кожної жінки як «Мати»/«Маа», а до кожного чоловіка як «Брат».**
- 12. Перед їжею спочатку запропонуйте їжу Господу.**

13. Якщо ви бажаєте дізнатися більше про Господа Калкі та цю велику роботу, зв'яжіться за номером мобільного телефону, вказаним наприкінці цієї брошури.

НАЙПОШИРЕНІШІ ЗАПИТАННЯ

1. Загальні питання щодо практики Трісандх'ї

Трісандх'ю можна виконувати **без купання**. Покладіть руку на чоло і згадайте Матір Гангу, сказавши «**Шрі Ганге**» тричі. Якщо можливо, заздалегідь вимийте ноги і покропите себе невеликою кількістю води.

Трісандх'ю можна виконувати будь-де — **на дорозі, у потязі, у транспортному засобі, на робочому місці або мовчки в серці**. У тій чи іншій формі, в тому чи іншому місці, її необхідно виконувати безперечно.

Шрімад Бхагавата Махапурана повинна читатися **лише після купання**, коли ви чисті. Під час менструації Трісандх'я виконується в усі три часи, як зазвичай — вголос або в серці. Протягом цих семи днів Шрімад Бхагавата Махапурана **не читається, хоча її можна слухати**.

Під час сутак також Трісандх'я може виконуватися в усі три часи; але в цей час Шрімад Бхагавата Махапурана не повинна **ні читатися, ні слухатися**, і до Сатсангу не слід приєднуватися. В обох випадках Шрімад Бхагавата Махапурана та інші предмети поклоніння не повинні **торкатися**.

2. Що робити, якщо повна Трісандх'я неможлива в потрібний час?

Якщо повна Трісандх'я неможлива в потрібний час, тоді виконайте **коротку Трісандх'ю** в цей час, а **повну Трісандх'ю** виконайте пізніше, коли дозволить час.

Трікал Сандх'я може виконуватися будь-де — **на робочому місці, під час прогулянки дорогою, під час водіння, у школі**, або навіть під час виконання будь-якої іншої роботи: **мовчки, в розумі**. Виконання Трісандх'ї в належний час, у будь-якому місці, є абсолютно необхідним.

Якщо Трікал Сандх'я не може бути виконана в належний час, візьміть ім'я Господа Мадхава і **покайтеся**, і моліться Господу, щоб відтепер вона виконувалася в належний час; бо писання заявляють, що Трікал Сандх'я повинна виконуватися в належний час.

Метод Трікал Сандх'ї, коли немає часу

Шлока, дана Пандітджі в Google Meet. Коли нагода виконати сандх'ю не настає і час починає минати, тоді замість сандх'ї ви можете **повторити ім'я Мадхава 108 разів, Джай Дургі Мадхав 11 разів**, і один раз прочитати шлоку, наведену нижче.

ДАШАВАТАРА СТОТРАМ (ФІНАЛЬНИЙ ВІРШ)

*Ведан уддхарате джаганнівахате бхуголам удбібхрате
дайт'ям дараяте балім чхалайте кшатракішам курвате,
павласт'ям джаяте халам калайте каруньям атанвате
млеччхан мурччхайте дашакрітікріте Крішна тубх'ям намах.*

3. Як студентам виконувати Трісандх'ю разом зі своїм щоденним розпорядком?

Студенти повинні виконувати ранкову (Брахма Мухурта) та вечірню сандх'ю в належний час, згідно з правилом. Через вимоги школи або навчання вони можуть завершити полуденну сандх'ю **в серці, медитуючи на Господа в розумі**.

4. Як слід виконувати Трісандх'ю на робочому місці?

Для Трісандх'ї **немає правила місця**. Ви можете виконувати її, де б ви не були — **за своїм столом, на заводі, в магазині, в полі або на дорозі**.

Якщо неможливо сказати вголос, зробіть це **в серці**; серця достатньо. Якщо можливо, зніміть взуття і сядьте на мить; і якщо навіть це неможливо, не відмовляйтеся від Трісандх'ї з цієї причини.

Якщо ви не пам'ятаєте і це можливо, ви можете **прослухати аудіо Трісандх'ї**. Головне, щоб її не пропустили.

5. Якщо домашні справи не залишають часу, як слід дотримуватися практики Трісандх'ї?

Виконуйте Трісандх'ю **під час роботи** — для цього не потрібно чекати вільного часу; навіть коли руки зайняті, це можна робити **в серці**.

Для Бхагавати виділіть стільки часу, скільки зможете знайти — якщо можлива повна глава, то главу, а якщо ні, то одну сторінку або навіть одну шлоку. Пам'ятайте, що жоден день не повинен пройти без читання.

6. Як жінкам дотримуватися практики Трісандх'ї під час менструації?

Під час менструації Бхагавата **не читається** протягом усіх семи днів. Її **можна слухати**.

Виконуйте Трісандх'ю в усі три часи. Якщо ви не пам'ятаєте, послухайте її.

(**Не торкайтеся** Шрімад Бхагавата Махапурани або інших предметів поклоніння.)

7. Якщо одна людина в сім'ї дотримується практики Трісандх'ї, чи отримають усі її плоди?

Необхідно, щоб **кожна людина дотримувалася її сама**. Якщо хтось у сім'ї не вміє читати, нехай слухає Трісандх'ю та Бхагавату. А для тих, хто не може говорити чи чути, докладіть зусиль, наскільки це можливо, щоб вони **писали ім'я «Мадхав»** знову і знову.

8. Якщо ми їмо м'ясо та п'ємо алкоголь, чи можемо ми почати Трісандх'ю?

Ні, перед початком Трісандх'ї необхідно прийняти повністю вегетаріанський спосіб життя, не слід **навіть вживати яйця**. Будь-яке сп'яніння (таке як алкоголь, бханг, сигарети, тютюнові вироби, пан масала, гутка тощо) також має бути **рішуче припинено**.

9. Чи потрібно нам утримуватися від цибулі та часнику, щоб почати Трісандх'ю?

Ні, ви можете виконувати Трісандх'ю, **навіть якщо ви їсте цибулю та часник**. Слід уникати лише **всіх видів нем'ясної їжі** (включаючи яйця).

10. Чи можуть жінки повторювати Гаятрі Мантру та Трісандх'ю?

Так, жінки повинні повторювати Гаятрі мантру тричі під час Трісандх'ї.

11. Чи можемо ми повторювати Гаятрі Мантру без Упанаян Санскар (джанеу)?

Так, ви можете повторювати Гаятрі Мантру, **навіть якщо ви не носите священну нитку джанеу**. Ви також можете читати всі мантри Трісандх'ї **без посвячення у гуру**.

12. Чи можемо ми повторювати Гаятрі Мантру без Шаап вімочан (зняття прокляття)?

Так, ви повинні повторювати Гаятрі Мантру тричі під час виконання Трісандх'ї, **без будь-якого зняття прокляття**.

13. Якщо людина неписьменна, має особливі потреби, є немовлям або літньою людиною, нездатною читати Трісандх'ю, що їй робити?

Якщо хтось нездатний читати текст Трісандх'ї, він може **слухати її аудіо тричі на день** під час Трісандх'ї. Немовлята **звільняються, якщо їхні матері виконують Трісандх'ю** (вони отримають користь). Однак вони **повинні практикувати Трісандх'ю, коли виростуть**.

ВІСВА САНАТАН ДХАРАМА СЕВА ТРАСТ

Для отримання інформації про Трісандх'ю та іншої релігійної інформації звертайтеся до WhatsApp:

+91 9923071727

Офіційні веб-сайти та YouTube-канали

Бхавіш'я Маліка: www.bhavishyamalika.com

Калкі Аватар - Офіційний канал: https://www.youtube.com/@Kalki_Avatara

Династія Господа КАЛКІ (Шлях до Нового Світу): <https://youtube.com/@dynastyofkalki>

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

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

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

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

ДЖАЙ ШРІ МАДХАВ
