

ॐ



திரிசந்த்யா தாரா

மனித சமுஹத்தின் வளர்ச்சி
பாதை

விஸ்வ சனாதன தர்ம சேவா டிரஸ்ட், பாரத்™



**பிஸ்வ சனாதன்
தர்மா சேவா
டிரஸ்ட், பாரத்**



இந்த புத்தகம் வணிகரீதியிலான
வெளியீடல்ல மற்றும் இது
விற்பனைக்காக
முன்மொழியப்படவில்லை.

திரிசந்தியாவின் அறிமுகம்

"திரிகால் சந்தியா" அல்லது "திரிசந்தியா" என்பது, நாளில் மூன்று சந்திக்காலங்களில் இறைவனை வணங்கி புகழ்வதைக் குறிக்கும்.

பஞ்சசகாக்கள் எழுதிய 'பவிஷ்ய மாலிகாவில்' விஷ்ணு ஷோடஷ நாம ஸ்தோத்ரம், தசாவதார ஸ்தோத்திரம், துர்கா-மாதவ ஸ்துதி தினமும் மூன்று முறை பாராயணம் செய்ய வேண்டும் என்று கூறப்பட்டுள்ளது. இதுவே சந்த்யாவந்தனம் ஆகும்.

திரிசந்தியாவின் நேரம்

- காலை சந்தியா - காலை 3:45 முதல் 6:30 வரை.
- மதிய சந்தியா - பகல் 11:30 முதல் 01:00 வரை.
- மாலை சந்தியா - சூரிய அஸ்தமனத்திற்கும் 30 நிமிடங்களுக்கு முன் முதல், அஸ்தமனத்திற்குப் பிறகு 30 நிமிடங்கள் வரை.

ஸ்ரீமத்பாகவத புராணத்தின் படி, பாலன்

துருவன் திரிசந்தியாவின் மூலம் பரம

பதத்தை அடைந்தான்.

காயத்ரி மந்திரம்

ஓம் □ (3 முறை)

ஓம் பூர் புவ: ஸ்வ:
தத் ஸவிதுர் வரேண்யம்
பர்கோ தேவஸ்ய தீமஹி
தியோ யோ ந: ப்ரசோதயாத்] (3 முறை)

ஸ்ரீ விஷ்ணு ஷோடஷ நாம ஸ்தோத்ரம்

ஓளஷதே சிந்தயேத் விஷ்ணும்,
போஜநே ச ஜநார்தநம் ||
ஷயநே பத்மநாபம் ச,
விவாஹே ச பிரஜாபதிம் ||
யுத்தே சக்ரதரம் தேவம்,
ப்ரவாஸே ச த்ரிவிக்ரமம் ||
நாராயணம் தனுத்யாகே,
ஸ்ரீதரம் ப்ரியஸங்கமே ||
துஃஸ்வப்நே ஸ்மர கோவிந்தம்,
ஸங்கடே மதுசூதனம் ||
காநநே நாரசிங்கம் ச,
பாவகே ஜலஷாயினம் ||
ஜலமத்யே வராஹம் ச,
கமநே வாமனம் சைவ ||
பர்வதே ரகுநந்தனம்,
ஸர்வ கார்யேஷு மாதவம் ||] (3 முறை)

ஷோடஷைதானி நாமானி ப்ராதருத்தாய ய: படேத்
சர்வபாப வினிர்முக்தோ விஷ்ணுலோகே மஹீயதே

ஸ்ரீ தசாவதார ஸ்தோத்ரம்

(ஸ்ரீ ஜயதேவரால் இயற்றப்பட்ட தசாவதார ஸ்தோத்ரம்)

ப்ரலய பயோதி-ஜலே த்ருதவான் அஸி வேதம்
விஹித வஹித்ர-சரித்ரம் அகேதம்
கேஷவ த்ருத-மீன-ஷரீர, ஜய ஜகதீஷ ஹரே ॥

க்ஷிதிரதி-விபுலதரே தவ திஷ்டதி ப்ருஷ்டே
தரணி-தரண-கிண சக்ர-கரிஷ்டே
கேஷவ த்ருத-கச்சப-ரூப, ஜய ஜகதீஷ ஹரே ॥

வஸதி தஷன-ஷிகரே தரணி தவ லக்ஞா
ஷஷினி கலங்க-கலேவ நிமக்ஞா
கேஷவ த்ருத-ஷூகர ரூப, ஜய ஜகதீஷ ஹரே ॥

தவ கர-கமல-வரே நகம்-அத்புத-ஷ்ருங்கம்
தலித-ஹிரண்யகஷிபு-தனு-ப்ருங்கம்
கேஷவ த்ருத-நரஹரி-ரூப, ஜய ஜகதீஷ ஹரே ॥

சலயஸி விக்ரமணே பலிம்-அத்புத-வாமன
பத-நக-நீர-ஜநித-ஜந-பாவன
கேஷவ த்ருத-வாமன-ரூப, ஜய ஜகதீஷ ஹரே ॥

ஸ்ரீ தசாவதார ஸ்தோத்ரம்

(இரண்டாம் பக்கம்)

க்ஷத்ரிய-ருதிர-மயே ஜகத்-அபகத-பாபம்
ஸ்நபயஸி பயஸி ஷமித-பவ-தாபம்
கேஷவ த்ருத-ப்ருகுபதி-ரூப,
ஜய ஜகதீஷ ஹரே ||

விதரசி திசுஷா ரணே திக்-பதி-கமனீயம்
தஷ-முக-மௌலி-பலிம் ரமணீயம்
கேஷவ த்ருத-ரகுபதி-ரூப, ஜய ஜகதீஷ ஹரே ||

வஹஸி வபுஷி விஷதே வசனம் ஜலதாபம்
ஹல-ஹதி-பீதி-மிலித-யமுனாபம்
கேஷவ த்ருத-ஹலதர-ரூப, ஜய ஜகதீஷ ஹரே ||

நிந்தஸி யஜ்ஞ-விதேர் அஹ: ஷ்ருதி ஜாதம்
ஸதய-ஹ்ருதய-தர்ஷித-பஷா-க்ஹாதம்
கேஷவ த்ருத-புத்த-ஷரீர, ஜய ஜகதீஷ ஹரே ||

ம்லேச்ச-நிவஹ-நிதனே கலயசி கரவாலம்
தூமகேதும்-இவ கிம்-அபி கராலம்
கேஷவ த்ருத-கல்கி-ஷரீர, ஜய ஜகதீஷ ஹரே ||

ஸ்ரீ-ஜயதேவ-கவேர்-இதம்-உதிதம்-உதாரம்
ஷ்ருணு ஈகஹ-தம் ஷாப-தம் பவ-ஸாரம்
கேஷவ த்ருத-தஷ-வித-ரூப,
ஜய ஜகதீஷ ஹரே ||

துர்கா - மாதவ ஸ்துதி

ஐய ஹே துர்கா மாதவ க்ருபாமாய க்ருபாமாயீ,
துர்கா ன்கு செபீ மாதவ ஹோயிலே
மோதீயான் சாயீ।

பஹூ ரூபே ஐய துர்கே, ப்யாபி அச்சு சர்வ ட்டாபே,
ரமா உமா பாணீ ராதா
தோ சடா அந்ய கே நாஹி।

மதன மோஹன ரூபே ப்யாபி அச்சு சர்வ ட்டாபே,
மோஹன சித்த மோஹிலூ
ஸ்ரீ சர்வ மங்களா துஹீ।

தர்ம ஸந்ஸ்தாபநே ஐந்ம யதி ஹ்வந்தி
நாராயண,
துர்கா ன்கு சாட மாதவ
கேலி பார் ஷக்தி காஹி।

மாதவ ன்க கேல பாயி தேஹ தாரு மஹாமாயீ,
மாதவ ன்கு பதி புத்ர
ரூபே கேலாஊசு துஹீ।

மாதவ ன்கு துர்கா கோலே ஜேஹூ
தேக்ஹே பேனீ டோலே,
தாஹார பாக்யர கதா ப்ரம்மா
ஷிவே ந ஜோகாயீ।

ஐய துர்கதி நாஷினி அபிராம ர ஐநநீ,
ஷுபாகமந கரந்து
மாதவ ன்கு கோலே நேயீ।

மாதவ-மாதவ கீதம்

(அனந்த யுகத்தின் ஒரே திருநாமம்)

மாதவ மாதவ மாதவ ।
ஸ்ரீ ஸத்ய அனந்த மாதவ ॥

ஸ்ரீ ஸத்ய அனந்த மாதவ ।
ஸ்ரீ ஸத்ய அனந்த மாதவ ॥

மாதவ மாதவ மாதவ ।
ஓம் ஸத்ய அனந்த மாதவ ॥

ஓம் ஸத்ய அனந்த மாதவ ।
ஓம் ஸத்ய அனந்த மாதவ ॥

மாதவ மாதவ மாதவ ।
ஸ்ரீ ஸத்ய அனந்த மாதவ ॥

ஸ்ரீ ஸத்ய அனந்த மாதவ ।
ஸ்ரீ ஸத்ய அனந்த மாதவ ॥

மாதவ மாதவ மாதவ ।
ஸ்ரீ ஸத்ய அனந்த மாதவ ॥

ஸ்ரீ கஸ்கி மஹாமந்திரம்

(அனந்த யுகத்தின் கஸ்கி மகாமந்திரம்)

ராம ஹரே கிருஷ்ண ஹரே ராம ஹரே கிருஷ்ண
ஹரே,
ராம ஹரே கிருஷ்ண ஹரே அனந்த மாதவ ஹரே ||1 ||

ராம ஹரே கிருஷ்ண ஹரே ராம ஹரே கிருஷ்ண
ஹரே,
ராம ஹரே கிருஷ்ண ஹரே அனந்த மாதவ ஹரே ||2 ||

ராம ஹரே கிருஷ்ண ஹரே ராம ஹரே கிருஷ்ண
ஹரே,
ராம ஹரே கிருஷ்ண ஹரே அனந்த மாதவ ஹரே ||3 ||

ராம ஹரே கிருஷ்ண ஹரே ராம ஹரே கிருஷ்ண
ஹரே,
ராம ஹரே கிருஷ்ண ஹரே அனந்த மாதவ ஹரே ||4 ||

ராம ஹரே கிருஷ்ண ஹரே ராம ஹரே கிருஷ்ண
ஹரே,
ராம ஹரே கிருஷ்ண ஹரே அனந்த மாதவ ஹரே ||5 ||

ராம ஹரே கிருஷ்ண ஹரே ராம ஹரே கிருஷ்ண
ஹரே,
ராம ஹரே கிருஷ்ண ஹரே அனந்த மாதவ ஹரே ||6 ||

ராம ஹரே கிருஷ்ண ஹரே ராம ஹரே கிருஷ்ண
ஹரே,
ராம ஹரே கிருஷ்ண ஹரே அனந்த மாதவ ஹரே ||7 ||

திரிசந்தியாவின் நேரம்

- காலை சந்தியா - காலை 3:45 முதல் 6:30 வரை.
- மதிய சந்தியா - பகல் 11:30 முதல் 01:00 வரை.
- மாலை சந்தியா - சூரிய அஸ்தமனத்திற்கும் 30 நிமிடங்களுக்கு முன் முதல், அஸ்தமனத்திற்குப் பிறகு 30 நிமிடங்கள் வரை.

விஸ்வ சனாதன தர்மம்

கல்கி ராம் "ஸ்ரீ ஸ்ரீ ஸ்ரீ ஸத்ய அனந்த மாதவ மஹாபிரபு ஜீ" அவர்களை அடைய, இந்த நான்கு மஹாவாணிகளை பின்பற்றுங்கள் -

- கீழ்ப்படிதலின் திறனை மேம்படுத்துங்கள்.
- பொறுமையை வளர்த்துக்கொள்ளுங்கள்.
- அன்பு செய்ய கற்றுக்கொள்ளுங்கள்.
- உபவாசம் கடைப்பிடிக்க

கற்றுக்கொள்ளுங்கள். (இங்கே, உபவாசம் என்பது உணவிலிருந்து விலகுவது அல்ல, ஆனால் தவறான எண்ணங்களிலிருந்து விலகி, கல்கி பகவானுக்கு மேலும் நெருங்குவதற்கான விரதமாகும்.)

திரிசந்த்யாவின் நன்மைகள்

- குடும்பத்தில் அமைதி, ஆரோக்கியம், செல்வம் மற்றும் தெய்வீக அருள் பெருகும்.
- மனஅழுத்தம் குறைந்து, இறைவன் மீது மனதைக் கவனம் செலுத்தும் நிலை உருவாகும்.
- திரிசந்த்யா செய்யும் பழக்கத்தால் பக்தி மேம்பட்டு, முக்தியின் பாதை எளிதாகும்.

திரிசந்த்யா செய்யும் முறைகள்

- ஒருவர் அமைதியான இடத்தில் அமர்ந்து இறைவனை தியானிக்க வேண்டும்.
- உடலை நேர் வைத்துக்கொண்டு, மனதை அமைதியாக வைத்திருக்க வேண்டும்.
- ஸ்ரீ விஷ்ணு ஷோடஷ நாம ஸ்தோத்ரம் ஸ்ரீ தசாவதார ஸ்தோத்ரம், மற்றும் துர்காமாதவ ஸ்துதி பாராயணம் செய்ய வேண்டும்.

"வாருங்கள், நாம் திரிசந்த்யா பாராயணத்தை பயில்வோம் - இறைவன் அடிக்கு செல்வோம்!"

அத்தியாவசிய வழிகாட்டல்கள்

தர்மத்தை நிலைநிறுத்தும் புனித காலத்தில் எவ்வாறு
ஆச்சாரங்களை மேற்கொள்வது?

1. அனைத்து ஜீவராசிகளிடமும் கருணை காண்பித்து, அசைவ உணவு கைவிட வேண்டும்.
2. "மாதவ" நாமம் மற்றும் கல்கி மகாமந்திரத்தை தொடர்ந்து ஜபிக்க வேண்டும்.
3. சத்யம், அன்பு, கருணை, சாந்தி மற்றும் பரிவை கடைப்பிடிக்க வேண்டும்.
4. தினமும் மூன்று வேளைகளில் திரிசந்த்யா பாராயணம் செய்ய வேண்டும்.
5. ஸ்ரீமத் பாகவத மகாபுராணத்தின் ஒரு அத்தியாயம் நாள்தோறும் படிக்க வேண்டும்.
6. உணவு வீணாக செல்கின்றதை தவிர்க்க வேண்டும்.
7. அனைவரும் தர்மத்தின் பாதையை பின்பற்ற வேண்டும் மற்றும் மற்றவர்களையும் அதற்குத் தூண்ட வேண்டும்.



2032 முதல் சத்திய யுகத்தின் தொடக்கம்

- இந்த மாற்றக்காலத்தில் பல்வேறு பேரழிவுகளை எதிர்கொள்ள எவ்வாறு உயிர் வாழ்வது?
- பஞ்சசகாக்கள் எழுதிய "பவிஷ்ய மாலிகா" என்ற இறையறிவைப் பற்றி மேலும் அறிய விரும்புகிறீர்களா?
- கல்கி பகவான் பற்றி மேலும் அறிய தொடர்பு கொள்ளவும்-

www.bhavishyamalika.com

 @KALKIAVATAR_TAMIL

 @KALKI_AVATARA

+91 74181 82221 | +91 9000263226

விஸ்வ சனாதன தர்ம சேவா டிரஸ்ட், பாரத்TM