

Дні постів екадаші та фази Місяця на 2024 рік

24	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12
01					8				14	14	М	М
02				8	9	☽	☽		М	М		
03		8	8	9				14				
04	8	9	9		☽			14	М		3	3
05	9			☽		14	М			3		
06		☽	☽			М			3			
07	☽			14	14	Молодик			3			
08				М	М						8	9
09		М	14			3					8	9
10	14		М		3						9	
11	М			3					8	8		☽
12		3	3					8	9	9		☽
13	3							8				
14					8	8	9	☽	☽		14	14
15			8	9	9						П	П
16		8		8	9			☽		14		
17		9	8	9		☽	☽		14	П		3
18	8		9					14			3	
19	9			☽	☽			П		3		
20		☽	☽				14		3			
21	☽				14	П						
22			14	14	Повня			3				
23		14	14	П	П					8	8	
24	14	П	14		3				8	9	9	
25	П		П					8	9			
26			3	3			8	9			☽	☽
27		3					9				☽	☽
28	3		3				8		☽	☽		
29					8	9	☽				14	14
30					9						М	М
31				8		☽				14		

«Господу найдорожчі наступні дні повного і нового місяця: третій (3) день (трітія), восьмий (8) день (аштами), дев'ятий (9) день (навами), чотирнадцятий (14) день (чатурдаші), і, особливо, одинадцятий (11) день (екадаші)» -Брахма-вайварта Пурана-

Дні постів екадаші та час виходу з них на 2024 рік

№	День виходу	Назва Екадаші	день і час виходу з посту			
			Україна	захід	центр	схід
03	07.01.	САТХАЛА	08.01.	08:15-10:59	07:57-10:42	08:32-10:19
04	21.01.	ПУШПРАДА	22.01.	08:04-10:59	07:46-10:42	07:22-10:19
05	06.02.	ЩАП-ЩАЛА	07.02.	07:42-10:34	07:24-10:34	07:01-10:13
06	20.02.	БХАГМІ	21.02.	07:16-08:00	06:59-08:00	06:36-08:00
07	06.03.	ВІДЖАЙІ	07.03.	06:45-10:33	06:28-10:16	06:05-09:53
08	20.03.	АМАЛАКІ	21.03.	06:15-10:20	05:58-10:03	05:35-09:40
09	05.04.	ПАТАМОЧАНІ	06.04.	06:39-07:52	06:23-07:52	06:01-07:52
10	19.04.	КАМАДА	20.04.	06:10-10:53	05:53-10:36	05:32-10:14
11	04.05.	ВАРУХІНІ	05.05.	05:42-10:42	05:26-10:25	05:04-10:03
12	19.05.	МОХІНІ	20.05.	05:03-10:18	05:32-10:28	04:43-09:56
13	02.06.	АПАРА	03.06.	05:38-10:31	05:38-10:14	05:38-09:52
14	17.06. 18.06.	НІРДЖАЛА	18.06. 19.06.	10:13-10:31	04:46-05:00	04:26-05:00
15	02.07.	ГОГІНІ	03.07.	05:08-10:35	04:52-10:19	04:32-04:43
16	17.07.	ЩАЙАНА	18.07.	05:24-10:42	05:07-10:25	04:47-10:03
17	31.07.	КАМІКА	01.08.	05:42-10:48	05:26-10:31	05:05-10:09
18	16.08.	ПЛАВІПРО-ПАНА	17.08.	06:06-10:54	05:50-10:38	05:28-05:38
19	29.08.	АННАДА	30.08.	06:26-10:59	06:10-10:42	05:48-10:19
20	14.09.	ПАРШВЯ	15.09.	07:44-11:06	06:34-10:46	06:12-10:24
21	28.09.	ІНДІРА	29.09.	07:12-11:07	06:55-10:50	06:33-10:28
22	14.10.	ПАШАНКУША	15.10.	07:28-11:13	07:21-10:56	06:58-10:33
23	28.10.	РАМА	29.10.	07:02-07:04	06:44-07:04	06:20-07:04
24	12.11.	УППУХАНА	13.11.	07:27-10:34	07:09-09:34	06:45-09:34
01	27.11.	УППУХАНА	28.11.	07:51-10:39	07:33-10:21	07:08-09:58
02	11.12.	МОКШАДА	12.12.	08:07-10:48	07:50-10:31	07:25-10:08
03	26.12.	САТХАЛА	27.12.	08:16-10:56	07:58-10:39	07:33-10:15

<http://vedaem.com.ua/>



<http://vedaem.com.ua/>

дотримання постів у дні екадаші для вирішення різних життєвих проблем, як матеріальних, ментальних і духовних, та позбавлення від страждань матеріального світу

Всього лише два дні за місячним календарем на одинадцятий день після повного місяця і на одинадцятий день після молодика людям необхідно не вживати в їжу зернові та бобові культури, а також утримуватися від м'яса, риби та яєць



Дотримуватися посту необхідно для:

задоволення Бога через надання допомоги людям у дні екадаші, щоб позбавитись від проблем

«Коли ти думаєш про біль та потреби інших і працюєш, щоб допомогти їм – ти виконуєш роботу Бога, і, як наслідок, Бог САМ піклується про тебе» -Брахма-вайварта

світла половина місяця

темна половина місяця



1. Обов'язкові складові* отримання благословень Екадаші:

- віра у всемогутність Бога
- віра в піст у день екадаші
- бажання допомогти нужденним (за списком)
- вибір варіанту посту
- визначення варіанту духовної терапії
- здійснення пожертви** у цей день посту
- дотримання правил: вхід і вихід з посту з молитвою, вихід у визначений час з передаванням результату посту

* усі складові є обов'язковими і від них залежить результат;
 ** якщо ви не встигли вчасно здійснити пожертву, то це можна зробити пізніше, тому що тільки тоді цей піст вважається завершеним (результат залежить від постійності, безперервності, ентузіазму і безкорисності)

2. В день посту екадаші допускаються:



3. Необхідно виключити: зерно-бобові продукти і напої з них та спеції, у які можуть входити добавки з борошна



<http://vedaem.com.ua/>

4. Виберіть один або декілька варіантів посту:

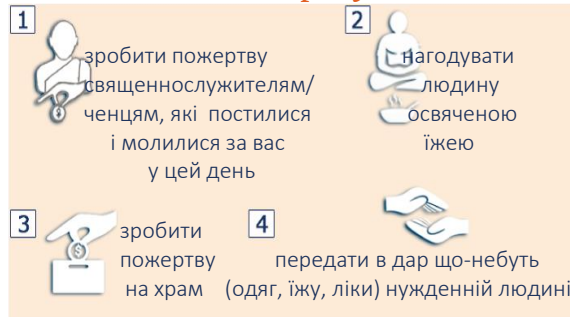


* для того, щоб піст був дотриманий, необхідно вживати тільки освячені воду, соки, фрукти, овочі, молочні продукти та інші дозволені у цей день страви (прасад).

5. Виберіть декілька варіантів духовної терапії:



6. Виберіть декілька способів благодійних внесків та пожертв у цей день:



<http://vedaem.com.ua/>

7. Правила дотримання постів Екадаші:

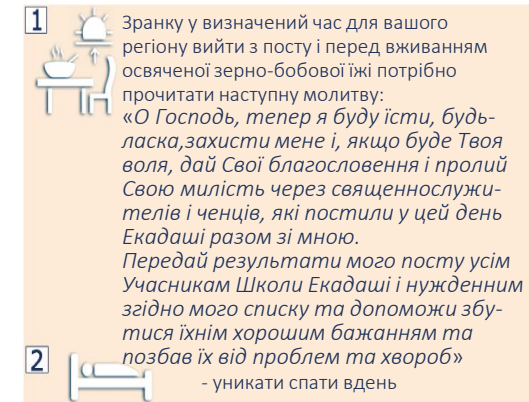
у день перед постом (дашами):



у день посту (екадаші): зранку прочитати наступну молитву: «О Господи, я буду постити в цей день, який так дорогий Тобі, а завтра прославлятиму твою священну їжу (прасад). О лотосокий Господь, о непорішний. Ти мій єдиний притулок. Милостиво захисти мене».



на наступний день після посту (двадаші):



<http://vedaem.com.ua/>