



ध्यान की घंटी • ANDROID

वर्तमान में लौट आएं।

Revenir बीच-बीच में बजता है, ताकि आप फिर से इसी पल में लौट आएं। सजगता की एक घंटी, जो पूरे दिन आपके साथ रहती है।

मुफ्त

बिना अकाउंट

बिना विज्ञापन

बिना इंटरनेट

मूल विचार

यह निर्देशित ध्यान वाला ऐप नहीं है।

बिना निर्देश

कोई नहीं बताता कि
क्या महसूस करें।

बिना कोर्स

पूरा करने के लिए कुछ
नहीं।

बिना स्ट्रीक

एक दिन छूट जाए, तो
कुछ नहीं खोता।

बस बीच-बीच में एक आवाज़, और लोगों के नीचे एक
छोटा-सा वाक्य। उस पल का क्या करना है, यह आप
पर है।

यह किस काम आता है

23.5

घंटे

सुबह बीस मिनट ध्यान में
बैठना अच्छी बात है, पर बाकी
साढ़े तेईस घंटे यूँ ही छूट जाते हैं।

दिन भर में फैला एक रिमाइंडर

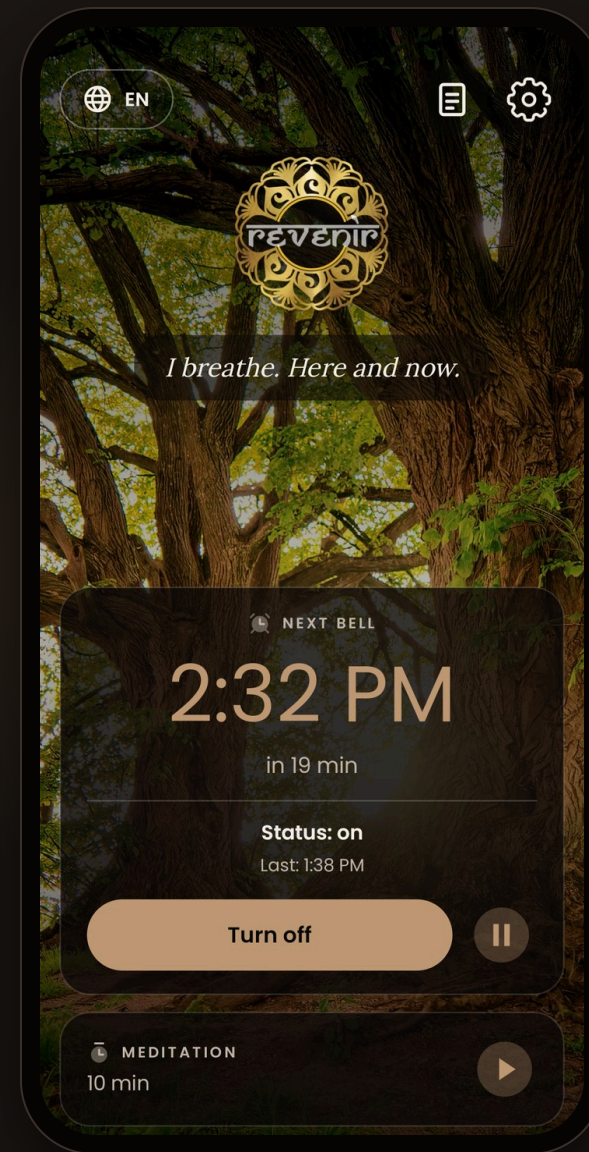
- 01 काम के बीच सजगता के पल
- 02 घर से काम करते समय साँस लेना और कंधे ढीले छोड़ना
- 03 विचारों का चक्कर तोड़ना
- 04 पढ़ाई को समय के टुकड़ों में बाँटना
- 05 अंतराल की घंटियों के साथ ध्यान

इसे इस्तेमाल करने का कोई एक सही तरीका नहीं है।

यह कैसे काम करता है

एक बार सेट करें। फिर यह बस बजता रहता है।

- 1 आप चुनें कि यह कितनी देर में बजे**
1 मिनट से 24 घंटे तक का निश्चित अंतराल, या न्यूनतम और अधिकतम के बीच अनियमित अंतराल, ताकि पहले से अंदाज़ा न लगे।
- 2 आप तय करें कि यह कब चुप रहे**
शांत समय, हफ़्ते के दिन और, अगर काम का समय तय है, तो काम के घंटे।
- 3 और फिर इसे खोलने की ज़रूरत ही नहीं**
मीटिंग, सिनेमा, सफ़र? “रोकें” बटन इसे 1 से 24 घंटे तक रोक देता है, और फिर यह अपने-आप दोबारा शुरू हो जाता है।



मुख्य स्क्रीन

ज़रूरी सब कुछ, एक नज़र में।

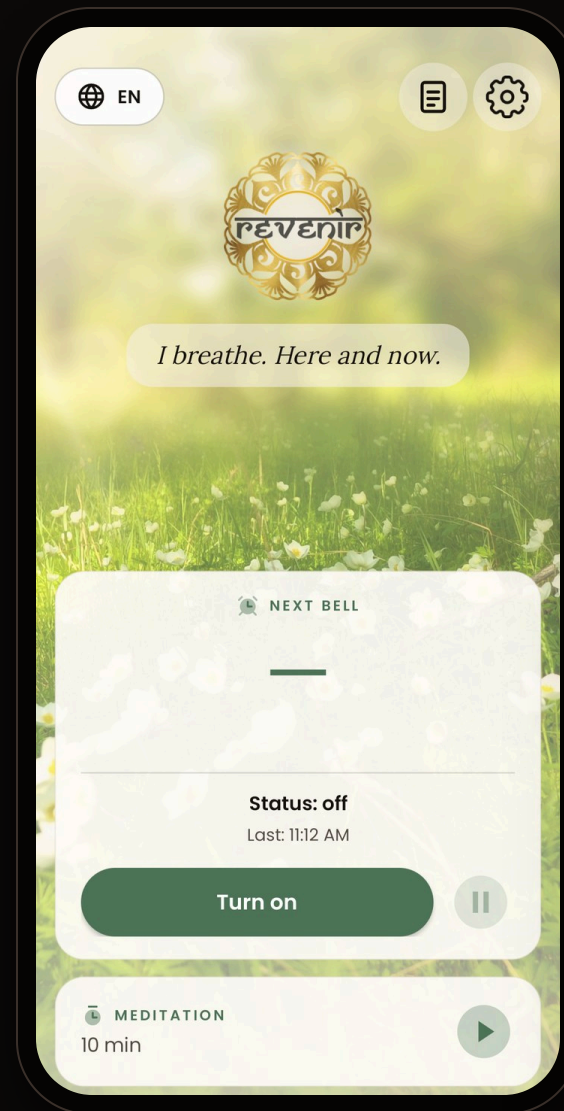
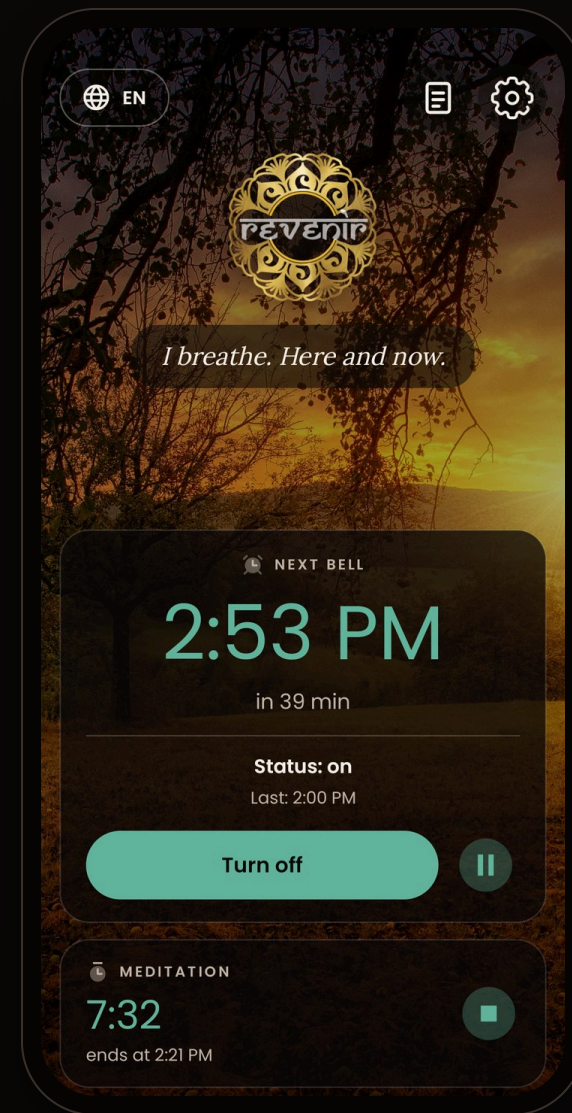
दो कार्ड, ऐप के हर काम के लिए एक। गहरी या हल्की थीम में, आपके चुने हुए बैकग्राउंड पर।

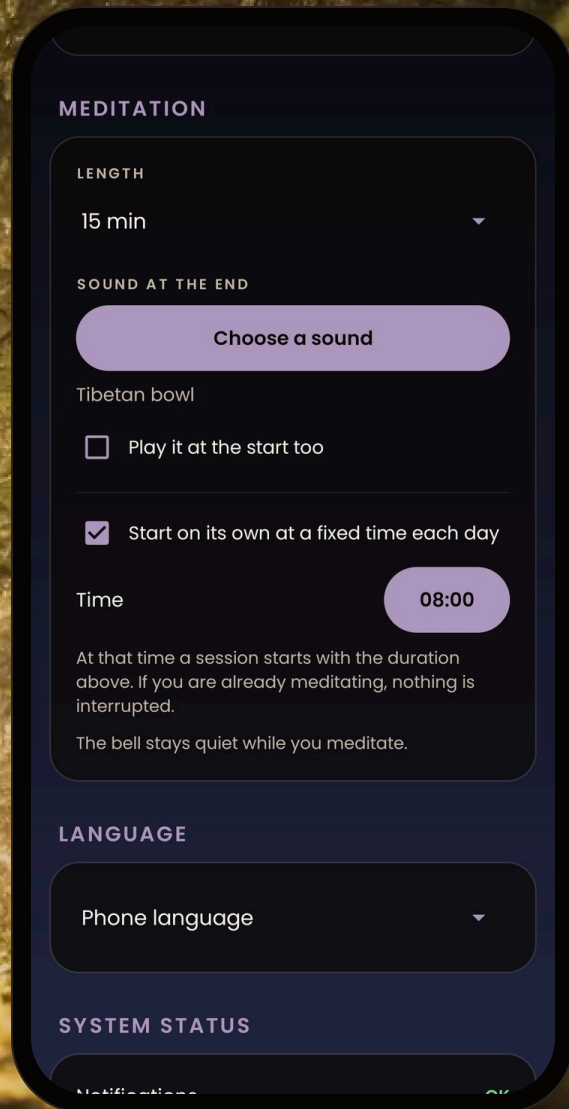
घंटी

अगली घंटी कब बजेगी, घंटी चालू है या नहीं, और उसे चालू करने या रोकने के बटन।

ध्यान

रोज़ के सत्र की अवधि और समय। ध्यान के दौरान उलटी गिनती वहीं चलती रहती है।





ध्यान टाइमर

और जब आप *ध्यान में बैठें...*

...तो उलटी गिनती चलती है, और अंत में एक आवाज़ बजती है।
न कोई निर्देश, न कुछ और।

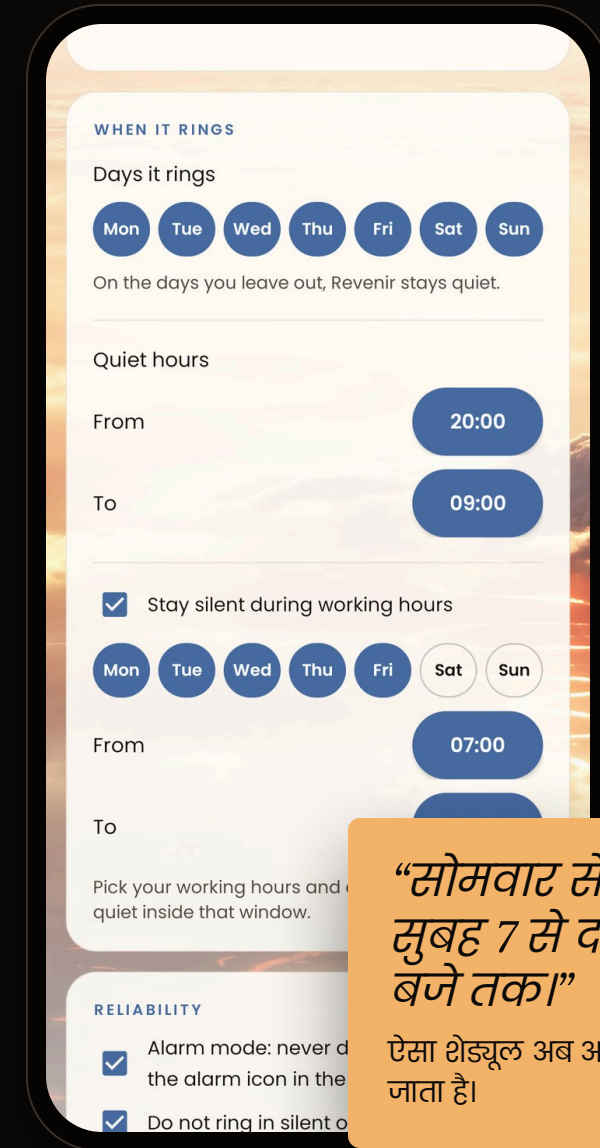
- **रोज़ का ध्यान:** यह हर दिन आपके तय किए समय पर अपने-आप शुरू हो सकता है।
- अंत में एक आवाज़, और चाहें तो शुरू में भी।
- ध्यान के दौरान घंटी चुप रहती है।

कब बजे

जब आप चाहें, तब बजे। *जब ज़रूरत हो, चुप रहे।*

शेड्यूल आपके हफ़्ते के हिसाब से ढलता है, उलटा नहीं।

- **शांत समय:** एक ऐसा समय, जब यह न बजता है, न फ़ोन को जगाता है।
- **बजने के दिन:** जो दिन आप बंद रखें, उन दिनों घंटी चुप रहती है।
- **काम के घंटे:** दिन का एक हिस्सा, जिसमें सिर्फ़ काम के दिनों में घंटी चुप रहती है।
- **अलार्म मोड:** ताकि Android रिमाइंडर में देर न करे।



*“सोमवार से शुक्रवार,
सुबह 7 से दोपहर 3
बजे तक।”*

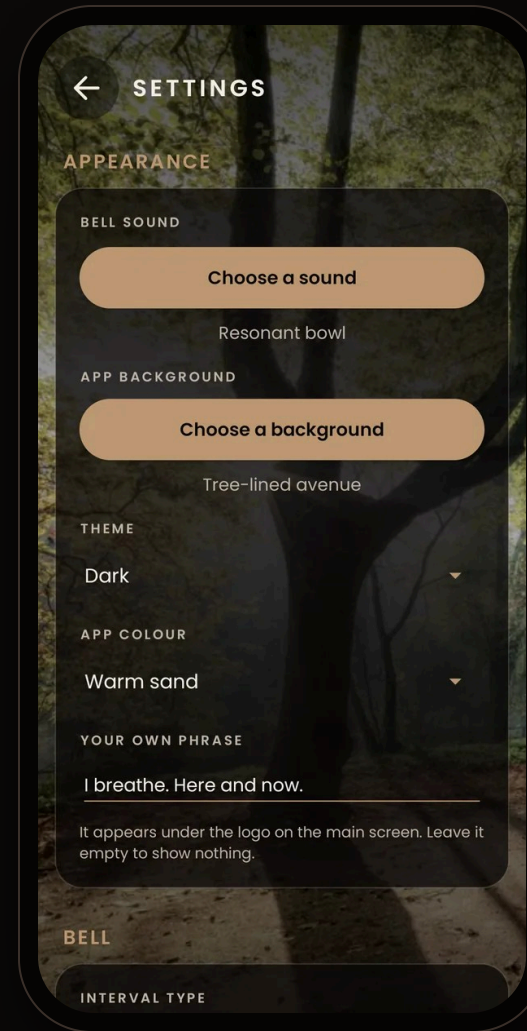
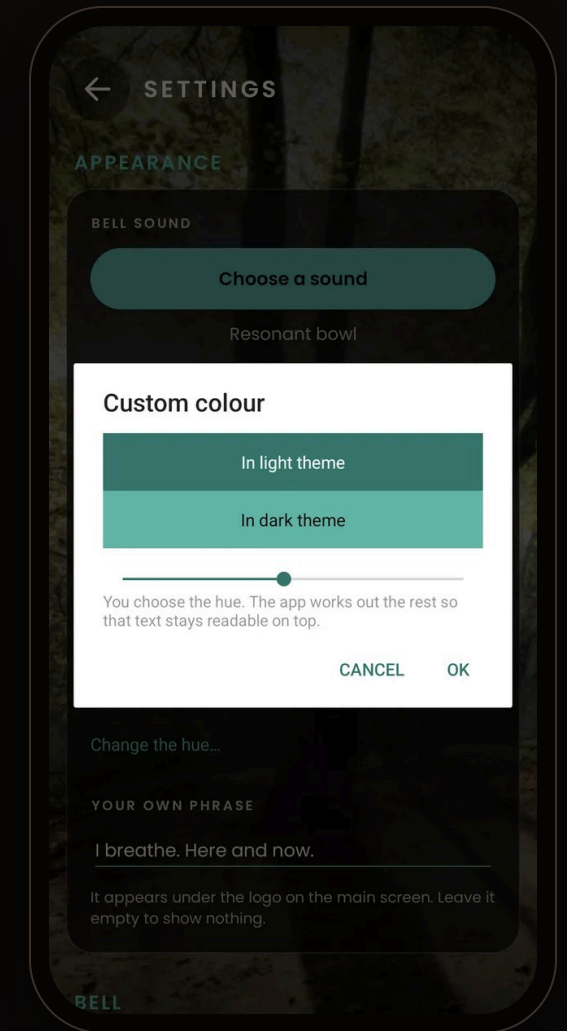
ऐसा शेड्यूल अब आसानी से सेट हो जाता है।

अपनी पसंद

शांत, और आपके अंदाज़ में।

हर बार घंटी बजने पर आपको Revenir ही दिखता है।
इसलिए इसे अपना बनाने की पूरी छूट है।

- साथ में बाउल और घंटियाँ, या फ़ोन की कोई भी ऑडियो फ़ाइल।
- हल्की या गहरी थीम, तेरह शांत रंग और आपका अपना शेड।
- कोमल रंगों वाले बैकग्राउंड, या आपकी अपनी तस्वीर।
- लोगो के नीचे एक छोटा-सा वाक्य, जो भी आप चाहें।



किन साधनाओं में काम आता है

बाहर से आती एक आवाज़, जो *मशीनी ढर्रे को तोड़ देती है*

कई परंपराएँ यही तरीका अपनाती हैं। Revenir कुछ नहीं सिखाता, न किसी गुरु की जगह लेता है। वह बस उस पल का संकेत देता है।

प्लम विलेज

सजगता की घंटी।

ज़ेन

ज़ेंडो की घंटी, जो ज़ाज़ेन शुरू और ख़त्म करती है।

विपश्यना

वे घंटियाँ, जिनसे शिविर की पूरी दिनचर्या बँधी रहती है।

चौथा मार्ग

गुरजिएफ़ का ठहराव अभ्यास।

गुरजिएफ़ चेताते थे कि अलार्म घड़ी की आदत पड़ जाती है और फिर वह सुनाई ही नहीं देती। इसीलिए अनियमित अंतराल: हर आधे घंटे पर बजने वाले रिमाइंडर का कुछ ही दिनों में अंदाज़ा होने लगता है; जो किसी भी पल बज सकता है, उसका नहीं।

सच में, कोई डेटा नहीं

यह ऐप कहीं कनेक्ट ही नहीं हो सकता।

- कोई अकाउंट नहीं, न साइन-अप, न लॉगिन। ईमेल तक नहीं माँगता।
- कोई एनालिटिक्स नहीं, न विज्ञापन, न ट्रैकर।
- इंटरनेट की अनुमति नहीं: अनुमतियों की सूची में इसे जाँचा जा सकता है।
- आपकी सेटिंग्स और नोट्स फ़ोन में ही रहते हैं; क्लाउड बैकअप जान-बूझकर बंद रखा गया है।

0

अकाउंट

0

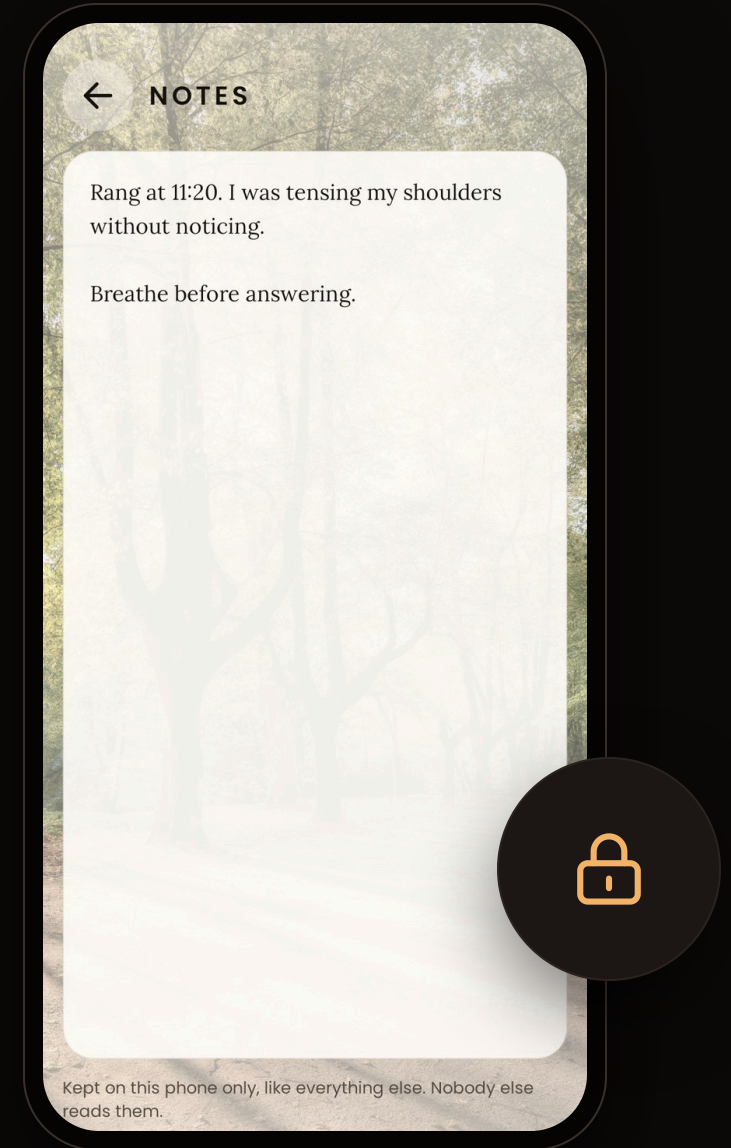
विज्ञापन

0

ट्रैकर

0

इंटरनेट कनेक्शन



इसमें क्या-क्या है

पूरा ऐप, *बिना छिपी शतों के*

न कोई पेड वर्जन, न इन-ऐप खरीदारी, न लॉक फ़ीचर, न ख़त्म होने वाला ट्रायल।

01 बाउल और घंटियाँ, या फ़ोन की कोई भी ऑडियो

04 “रोकें”: 1 से 24 घंटे, फिर अपने-आप दोबारा शुरू

07 हल्की या गहरी थीम, तेरह रंग और आपका अपना शेड

10 उलटी गिनती वाला ध्यान, अंत में एक आवाज़ के साथ

13 काम के घंटे: सिर्फ़ काम के दिनों में चुप

02 निश्चित अंतराल, या न्यूनतम और अधिकतम के बीच अनियमित

05 अलार्म मोड, ताकि Android रिमाइंडर में देर न करे

08 बैकग्राउंड: कोमल रंग या आपकी अपनी तस्वीर

11 रोज़ का ध्यान, जो अपने-आप शुरू होता है

14 नोट्स, जो सिर्फ़ इसी फ़ोन में रहते हैं

03 शांत समय, जिसमें फ़ोन जागता तक नहीं

06 साइलेंट या हवाई जहाज़ मोड में चुप

09 लोगो के नीचे एक छोटा-सा वाक्य

12 हफ़्ते के सिर्फ़ चुने हुए दिनों में घंटी

15 ग्यारह भाषाएँ, और Revenir के लिए फ़ोन से अलग भाषा भी



मुफ्त, हमेशा।

न विज्ञापन, न अकाउंट, न इंटरनेट कनेक्शन। सेट करने में दो मिनट, और बाकी पूरा दिन वर्तमान में लौटने के लिए।

Android 7+
पर चलता है

≈ 3 MB
डाउनलोड

11
भाषाएँ



revenir.es

Google Play पर उपलब्ध

hola@revenir.es