Ganesh Manasa Puja

Joignez les mains sur le cœur en *namaste.*
Invoquez la présence bienveillante
du Seigneur Ganesh.
shrī ganeshāya namah

Visualisez le Seigneur Ganesh assis
sur son *simhāsana*, son « trône ».
En l'honneur de Ganesh Utsava,
vous allez lui offrir une *pūjā.*

Cette adoration que vous allez faire
est appelée *mānasa pūjā*, « l'adoration mentale ».

Dans la tradition indienne,
l'adoration mentale est considérée comme aussi puissante,
sinon plus puissante,
que l'adoration accomplie extérieurement.

La totalité de cette adoration
va se dérouler dans votre esprit.

À nouveau, visualisez le Seigneur Ganesh assis
sur son *simhāsana* doré.
Sa couleur est un blanc pur.
Sa tête est celle d'un éléphant très noble,
et sa trompe s'incurve avec grâce
vers sa gauche.

Sur sa tête, il y a une couronne céleste
incrustée de pierres précieuses représentant les vertus.
Il a des yeux chaleureux, bruns, en forme d'amande,
qui rayonnent toujours de compassion.

Le Seigneur Ganesh est appelé Ekadanta,
« celui qui n'a qu'une défense »,
car il a utilisé son autre défense
pour écrire le *Mahābhārata*.

Ses oreilles sont grandes et larges
comme des paniers de vanneur
pour qu'il puisse écouter
les prières de ses adorateurs.

Il a quatre bras.
Dans une main, il tient une masse.
Dans une autre, il tient un délicat gardénia blanc.
Dans la troisième main, il tient un aiguillon et une hache.
Et sa quatrième main est levée,
la paume vers l'avant en *abhaya mudrā,*
le geste d'absence de peur.

Le ventre du Seigneur Ganesh est gros et rond,
car il contient l'univers entier.
C'est aussi un symbole de bonheur.
Le rire vient du ventre.

La souris est son *vāhana*, son « véhicule »,
et elle représente l'esprit du chercheur.
La souris est aux pieds du Seigneur Ganesh,
comme l'esprit du chercheur
est aux pieds du Guru.

Maintenant, vous allez faire des offrandes
au Seigneur Ganesh.
Avec chaque offrande que vous faites,
vous réciterez un mantra différent
invoquant le Seigneur Ganesh.

D'abord, offrez au Seigneur Ganesh de l'eau
et des gros cubes de jaggery,
du sucre de canne brun-doré.
om mahāganapataye namah

Offrez au Seigneur Ganesh un *panchāmrit abhishek*,
un bain royal avec les cinq nectars
composés de lait, de yaourt, de ghee, de miel et de jaggery.

D'abord, offrez le lait.
om gam ganapataye namah

Offrez le yaourt.
om gam ganapataye namah

Offrez le ghee.
om gam ganapataye namah

Offrez le miel.
om gam ganapataye namah

Offrez le jaggery.
om gam ganapataye namah

Votre esprit devient centré quand vous faites *mānasa pūjā.*
Votre être entier est conduit dans l'instant présent.
Toutes les parties de vous – l'esprit, le cœur, le corps –
sont animées, actives, impliquées.

Votre soi entier a la chance
de profiter de la divine présence du Seigneur Ganesh,
que vous avez invoquée en offrant la *pūjā*.

Maintenant que vous avez terminé l'offrande de *panchāmrita,*
versez un pichet d'eau chaude claire
sur le Seigneur Ganesh.

Une fois que sa *mūrti* est propre,
prenez une serviette blanche propre et douce
et essuyez-la doucement.

om gajānanāya namah / om gajānanāya namah
om gajānanāya namah / om gajānanāya namah
om gajānanāya namah / om gajānanāya namah
om gajānanāya namah / om gajānanāya namah
om gajānanāya namah
om gajānanāya namah
om gajānanāya namah

Maintenant vous êtes prêt à offrir
un splendide châle de soie rouge
au Seigneur Ganesh.
Le châle a la couleur d'un rubis,
scintillant au soleil.
om vighneshvarāya namah

Oignez le front du Seigneur Ganesh
de pâte de santal parfumée et rafraîchissante.
Appliquez du kumkum de couleur vermillon
qui représente les bons augures.
Oignez les pieds du Seigneur Ganesh des mêmes offrandes :
pâte de santal et kumkum.

Et maintenant, offrez au Seigneur de l'*akshata*, du riz cru,
qui représente la nourriture et la prospérité.
Akshta, en sanskrit,
signifie « ce qui n'est jamais détruit ».
om gajavadanāya namah

Enroulez une guirlande formée des plus belles fleurs de jasmin
autour du cou d'éléphant du Seigneur Ganesh.
Vous pouvez aussi offrir des gardénias et des hibiscus rouges
à ses pieds de lotus.
om gaurīsutāya namah

Et maintenant, faites tourner un bâton d'encens allumé
devant le Seigneur Ganesh,
trois fois.
om vakratundāya namah

Bientôt, vous allez offrir l'*āratī* au Seigneur Ganesh.
Vous tenez prête la lampe d'*āratī*.
Elle brille de trois magnifiques flammes jaune orangé.
Soulevez cette lampe de la main droite.
Avec la main gauche, prenez une cloche dorée.
En sonnant la cloche
et en écoutant ses tintements argentins remplir l'atmosphère, présentez les
flammes de l'*āratī* au Seigneur Ganesh.

jayadeva, jayadeva, jaya mangala mūrti
jayadeva, jayadeva, jaya mangala mūrti
jayadeva, jayadeva, jaya mangala mūrti

Maintenant, offrez un *pranām* au Seigneur Ganesh.

Prenez un instant pour regarder l'arrangement
de toutes vos offrandes de *pūjā*.

Il vous reste encore quelques offrandes à faire.

Vous voyez des *modakas*, des boulettes sucrées farcies de noix de coco et de jaggery.
Il y a aussi du *panchakhādya*, un délicieux mélange de dattes séchées,
de noix de coco, de graines de pavot, de raisins secs et de sucre.
Vous voyez des goyaves, des pommes, du raisin, des mangues,
des papayes et des bananes.
Formulez l'intention que la faim de tous les habitants du monde
soit satisfaite tandis que vous offrez ces friandises et ces fruits
au Seigneur Ganesh.
om modaka-priyāya namah

Ensuite, vous voyez une noix de coco.
En offrant cette noix de coco au Seigneur Ganesh,
formulez l'intention que les fruits de votre puja
soient aussi doux que la tendre crème de la noix de coco.
om vinayakāya namah

Maintenant, c'est le moment d'offrir une *dakshinā*.
Quand vous offrez une *dakshinā*, formulez l'intention
que tous dans ce monde bénéficient abondamment
de la grâce du Seigneur Ganesh.
om mangala-mūrtaye namah

Si vous êtes assis,
vous pouvez maintenant vous lever pour
accomplir *pradakshina* au Seigneur Ganesh.
Faites-en trois fois le tour dans le sens des aiguilles d'une montre,
et dans votre esprit et votre cœur
répétez le Ganesh gayatri mantra :
om eka-dantāya vidmahe
vakratundāya dhīmahi
tan no dantī prachodayāt

Quand vous avez terminé votre *pradakshina*
et que vous êtes à nouveau debout ou assis
devant le Seigneur Ganesh,
vous pouvez offrir un *pranām*.

nitānta-kānta-danta-kānti, manta-kānta-kātmajam
acintya rūpa-manta-hīna, mantarāya krintanam
hridantare nirantaram, vasantameva yoginām
tameka-dantameva tam, vicintayāmi santatam

© 2021 SYDA Foundation®. Tous droits réservés.