

Manasa Puja à Bhagavan Nityananda

Dharana composée par Gurumayi Chidvilasananda

Adoptez une posture assise confortable.

Prenez conscience de votre respiration...

Inspirez profondément, expirez lentement...

Inspirez profondément, expirez lentement...

Inspirez profondément, expirez lentement...

Doucement, fermez les yeux.

Visualisez-vous debout à l'extérieur du mausolée de Bade Baba à Ganeshpuri.

Vous tenez sur vos mains un plateau de *puja* garni de fleurs odorantes.

Il y a des gardénias, des roses et du jasmin.

Il y a aussi sur ce plateau, quelques autres ingrédients pour
le rituel d'adoration – de la pâte de bois de santal,
du curcuma, du *kum-kum*, des grains de riz – ainsi qu'une noix de coco.

Le chant *Om Namō Bhagavate Nityanandaya* résonne
dans votre tête et dans votre cœur.

Om Namō Bhagavate Nityanandaya !

Maintenant montez lentement, une à une, les quatre marches de marbre blanc
qui mènent au mausolée.

Une fois sur le palier, avancez-vous vers le seuil.

Là, marquez une pause... Portez votre regard
jusqu'au *sanctum sanctorum* du mausolée,
là où siège la *murti* dorée de Bade Baba, sous son dais d'argent.
Avec les bénédictions de Bade Baba, pénétrez respectueusement dans le mausolée.

À chaque pas que vous faites en direction de Bade Baba,
sentez se répandre toujours plus en vous
l'immense énergie de Bade Baba.
Sentez votre cœur tout entier fondre de dévotion.

Pendant que vous parcourez le mausolée sur toute sa longueur, un pas à la fois,
les paroles du chant *Om Namō Bhagavate Nityanandaya* continuent
à remplir tout votre être de douceur.

Vous voilà maintenant arrivé devant les *padukas* d'argent,
qui reposent sur un socle de marbre juste à l'extérieur du *sanctum sanctorum*.
Approchez-vous de ces *padukas* avec dévotion et révérence.
Ces *padukas* diffusent la connaissance de Brahman,
l'Absolu.

Rappelez-vous, vous tenez, posé sur vos deux mains, un plateau d'offrandes
pour le rituel d'adoration de Bade Baba dans le *sanctum sanctorum*.

Inclinez lentement la tête et posez doucement le front sur les *padukas*.

Om Namō Bhagavate Nityanandaya

Quand vous relevez la tête,
un prêtre brahmane vous invite à venir recevoir le *darshan* de Bade Baba.
Silencieusement et avec révérence, franchissez la barrière argentée
et entrez dans le *sanctum sanctorum*.

Vous voilà face à Bade Baba.

Prenez conscience de votre respiration.
Inspirez tranquillement ; expirez tranquillement.

Voyez comme le regard bienveillant de Bade Baba vous inonde de sa lumière.

Quel instant béni !

Le regard de Bade Baba est tendre et serein.

Maintenant le moment est venu d'effectuer la *puja*, de faire vos offrandes à
Bade Baba.

En tenant le plateau de *puja* sur votre paume gauche,
de la main droite, avec la douceur d'un papillon se posant sur une fleur,
appliquez la pâte de bois de santal sur les pieds de Bade Baba.

Maintenant appliquez le curcuma.

Puis appliquez le *kum kum*.

Enfin déposez les grains de riz.

Maintenant, prenez chaque fleur de gardénia et placez-la aux pieds de Bade Baba.

Puis les roses, une à une.

Et maintenant les fleurs de jasmin.

Sur le plateau, il vous reste encore un objet.

Déposez la noix de coco avec le plateau aux pieds de Bade Baba.

Le prêtre brahmane vous tend une lampe d'*arati* en argent.

Allumez-la. Savourez la magie de la flamme.

Faites tourner la lampe d'*arati* devant Bade Baba.

Jaya Jaya Arati Nityanandaya !

Posez la lampe d'*arati* à l'endroit prévu à cet effet.

Les mains jointes devant la poitrine, offrez votre gratitude à Bade Baba.

La *puja* est accomplie.

Le *prasanna mudra* du visage de Bade Baba s'est imprimé dans votre cœur.

Prasanna mudra, le contentement joyeux.

C'est maintenant le moment d'effectuer la *pradakshina*.

Vous allez faire le tour de la statue dorée de Bade Baba.

Commencez la *pradakshina*.

Marchez dans le sens des aiguilles d'une montre, tandis que les vibrations du chant

Om Namo Bhagavate Nityanandaya dansent dans tout votre être.

À chaque pas que vous faites, sentez l'amour et la dévotion pour Bade Baba
se diffuser dans chaque cellule de votre corps.

Et à chaque pas, vous vous ouvrez un peu plus à la grâce
et aux bénédictions de Bade Baba.

Rappelez-vous – la grâce de Bade Baba, la lumière de Bade Baba,
la sagesse de Bade Baba sont la source de protection dans votre vie.

Concentrez-vous sur la *pradakshina*.

Maintenant vous avez fait un tour complet et
vous êtes face à Bade Baba.

Contemplez le regard bienveillant de Bade Baba.

Revenez toujours à cette connexion avec Bade Baba au fond de votre cœur.

Écoutez, le prêtre brahmane a du *prasad*, le cadeau béni de Bade Baba, à vous offrir.

Le prêtre brahmane vous tend le plateau de *puja*,
qui déborde maintenant du *prasad* de Bade Baba.

Regardez, le plateau contient les fleurs que vous avez offertes aux pieds de
Bade Baba,

des morceaux de noix de coco fraîche et des friandises.

Le *prasad* est tout imprégné de l'abondante *shakti* de Bade Baba.

Avec humilité, recevez et acceptez ce *prasad*,
cadeau de votre bien-aimé Bade Baba.

Posez la main droite sur la poitrine
et offrez vos salutations à Bhagavan Nityananda.

Sortez en silence de l'espace clos par la barrière argentée.

Prenez place dans la grande salle,
en posant le plateau de *prasad* à côté de vous.

Fermez les yeux.

Visualisez Bade Baba dans votre cœur.

Méditez.

Texte © 2012, 2015 SYDA Foundation. Tous droits réservés.