

Mánasa Puja
Bhagaván Nityananda
Una *dhárana* de Gurumayi Chidvilasananda

Siéntate en una postura cómoda.

Hazte consciente de tu respiración...

Inhala profundo, exhala largo...

Inhala profundo, exhala largo...

Inhala profundo, exhala largo...

Cierra suavemente los ojos.

Visualiza que estás fuera del Santuario del Samadhi de Bade Baba en
Ganéshpuri.

En las dos manos sostienes una bandeja de *puja* llena de flores fragantes.
Hay gardenias, rosas y jazmines.

En la bandeja también hay algunos otros ingredientes para el culto: pasta
de sándalo, cúrcuma, *kum kum* y granos de arroz, al igual que un coco.

El canto de *Om Namó Bhagavate Nityanandaya* se está repitiendo
en tu cabeza y en tu corazón.

¡Om Namó Bhagavate Nityanandaya!

Ahora, sube lentamente los cuatro escalones de mármol hacia
el Santuario del Samadhi, un escalón a la vez. Al llegar
al rellano, avanza lentamente hasta el umbral.

Detente allí... Permite que tu mirada recorra todo el camino
hasta el *sanctum sanctorum* del Santuario del Samadhi,
donde la *murti* dorada de Bade Baba se sienta bajo un dosel de plata.

Con las bendiciones de Bade Baba entra reverente al Santuario del Samadhi.

Con cada paso que das hacia Bade Baba,
siente cómo te impregnas cada vez más con la inmensa energía
de Bade Baba.

Observa cómo tu corazón se humedece por el poder de la devoción.

Mientras caminas toda la extensión del Santuario del Samadhi,
paso a paso, las palabras del canto *Om Namó Bhagavate Nityanandaya*
continúan endulzando tu ser entero.

Has llegado ahora frente a las *pádukas* de plata, que descansan
sobre un alto pedestal de mármol, justo afuera del *sanctum sanctorum*.

Acércate a estas *pádukas* con devoción y reverencia.
Estas *pádukas* imparten el conocimiento de Brahman,
el Absoluto.

Recuerda, tus dos manos sostienen una bandeja de ofrendas,
para adorar a Bade Baba en el *sanctum sanctorum*.

Suavemente, inclina la cabeza y lleva la frente a las *pádukas*.

Om Namó Bhagavate Nityanandaya

Al levantar la cabeza,
un *brahmín* te invita a recibir el *darshan* de Bade Baba.
Silenciosa y reverentemente, cruza por la reja de plata hacia el *sanctum
sanctorum*.

Estás justo frente a Bade Baba.

Hazte consciente de tu respiración.
Inhala con naturalidad; exhala con naturalidad.

Contempla la mirada de gracia de Bade Baba derramando su luz sobre ti.
Qué bendito momento.

La mirada de Bade Baba es tierna y serena.

Ahora es el momento para la *puja* en la que haces tus ofrendas a Bade Baba.

Sosteniendo la bandeja de *puja* en tu palma izquierda,
con la mano derecha, tan suave como una mariposa se posa en una flor,
aplica la pasta de sándalo sobre los pies de Bade Baba.

Ahora aplica la cúrcuma.

Ahora aplica el *kum kum*.

Ahora coloca los granos de arroz.

Ahora, toma cada gardenia y colócala en los pies de Bade Baba.

Ahora las rosas, una por una.

Y ahora los capullos de jazmín.

En la bandeja, tienes todavía una cosa más.
Ofrece el coco con la bandeja a los pies de Bade Baba.

El *brahmín* te da una lámpara de plata para el *áрати*.

Enciéndela. Disfruta de la llama mágica.

Ondea la lámpara de *áрати* a Bade Baba.

¡Jaya Jaya Arati Nityananda!

Coloca la lámpara del *áрати* en un soporte cercano.

Con las manos juntas frente a ti, ofrece tu gratitud a Bade Baba.

La *puja* está completa.

La *prasanna mudra* en el rostro de Bade Baba está impresa en tu corazón.

Prasanna mudra, alegre contentamiento.

Ahora es el momento de *pradákshina*.
Vas a caminar alrededor de la *murti* de oro de Bade Baba.

Comienza la *pradákshina*.
Camina en dirección de las manecillas del reloj, mientras las vibraciones
del canto,
Om Namó Bhagavate Nityanandaya, danzan en tu ser.

Con cada paso que das, experimenta el amor y la devoción
por Bade Baba impregnando cada célula de tu cuerpo.
Y con cada paso, tienes más apertura para recibir
la gracia y las bendiciones de Bade Baba.

Recuerda: la gracia de Bade Baba, la luz de Bade Baba,
la sabiduría de Bade Baba son la fuente de protección en tu vida.
Enfócate en la *pradákshina*.

Ahora has hecho un círculo completo alrededor de Bade Baba
y estás de pie frente a Bade Baba.
Contempla la mirada de gracia de Bade Baba.
Siempre regresa a esta conexión con Bade Baba en tu propio corazón.

Escucha, el *brahmín* tiene *prasád*, el regalo bendecido de Bade Baba,
para darte.
El *brahmín* te está dando la bandeja de la *puja*,
que ahora rebosa con el *prasád* de Bade Baba.

Mira, la bandeja contiene flores de las que ofreciste a los pies de Bade Baba,
pedazos de coco fresco y dulces.
Este *prasád* está impregnado de la abundante *shakti* de Bade Baba.

Con humildad, recibe y acepta este *prasád*,
un regalo del amado Bade Baba.

Coloca tu mano derecha sobre tu pecho,
y ofrece tus salutations a Bhagaván Nityananda.

Sal en silencio por la reja de plata.

Toma asiento en la espaciosa sala,
colocando la bandeja de *prasad* a tu lado.

Cierra los ojos.

Visualiza a Bade Baba en tu corazón.

Medita.

© 2012, 2015 SYDA Foundation. Derechos reservados.