

Mandala [Il Mandala è stato usato nella giornata di formazione “Passo passo...” del 20 aprile 2013, a cura di Cemea (cfr. n° 2/2013 dei Quaderni)].

Dal sanscrito *maṇḍala* (), letteralmente: «essenza» (maṇḍa) + «possedere» o «contenere» (la); tradotto anche come «cerchio-circonferenza», è una rappresentazione simbolica del processo di reintegrazione dell'esperienza individuale nell'unità primordiale del cosmo. Secondo i buddhisti rappresenta il processo mediante il quale il **cosmo** si è formato dal suo centro; attraverso un articolato simbolismo consente una sorta di viaggio iniziatico che permette di crescere interiormente. I buddhisti riconoscono che i veri Mandala possono essere solamente **mentali**, le immagini fisiche servono per costruire il vero Mandala che si forma nella mente della gente. È dunque un oggetto di meditazione, un “disegno” delle energie universali, quelle energie che agiscono sia nell'universo fuori di noi (macrocosmo) sia nell'universo dentro di noi (microcosmo).

Il mandala compare in tempi diversi e in ogni cultura visto che il più antico mandala sin qui conosciuto è una "ruota solare" paleolitica scoperta nell'Africa del sud. Ma esempi di mandala cristiani si trovano già nel primo Medioevo, mostrando per lo più Cristo nel centro ed i quattro evangelisti o i loro simboli ai quattro punti cardinali. Inoltre possiamo osservare figure mandaliche nei rosoni delle nostre chiese, nei labirinti, nelle forme di certi templi, come pure nei siti etruschi e romani. Anche la natura attorno a noi spesso si presenta sotto forme mandaliche: nella frutta, nelle pietre e nei fiori.

Nella tradizione esoterica indiana lo strumento di supporto alla meditazione è lo **Yantra** (letteralmente, appunto, "strumento"). Lo Yantra è simile al Mandala, tuttavia le due tecniche si differenziano per la complessità: lo Yantra è molto più schematico, limitandosi ad usare figure geometriche e lettere in **sanscrito**, mentre nel Mandala sono rappresentati anche - in maniera talvolta particolareggiata - luoghi, figure ed oggetti. I monaci compongono le figure del mandala utilizzando sabbie finissime, come fossero i colori della tavolozza di un pittore. Quando finalmente hanno concluso il mandala, recitano un mantra e poi distruggono l'opera che hanno creato, perché il buddhismo insegna che la legge universale delle cose è l'impermanenza: tutto passa, niente è eterno. Perciò anche la distruzione di un mandala di sabbia – seppure così faticosamente e minuziosamente realizzato – insegna a chi guarda che tutto è impermanente, e che non dobbiamo rimanere attaccati a ciò che realizziamo.

[elaborazione redazionale su dati Treccani, Wikipedia. www.milleorienti.com]