

Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca  
Alta Formazione Artistica Musicale e Coreutica



ACCADEMIA  
DI BELLE ARTI  
VENEZIA

**ACCADEMIA DI BELLE ARTI DI VENEZIA**  
CORSO DI DIPLOMA DI PRIMO LIVELLO IN ARTI VISIVE E DISCIPLINE  
DELLO SPETTACOLO

**TESI DI DIPLOMA ACCADEMICO IN PITTURA**  
CATTEDRA DEL PROF. LUCA REFFO

**IL MANDALA: LO SPAZIO DEL SE'**  
UN PERCORSO DI CONOSCENZA E D'INCLUSIONE

**RELATORE**  
Prof. Danilo Ciaramaglia

**CANDIDATO**  
Beatrice Costantin

Matricola 5152/P

**ANNO ACCADEMICO 2021-22**



*“Il mandala è cosa per sua natura segreta.  
Se te ne interessi per acquisire fama,  
vantando orgogliosamente con gli altri  
il frutto delle tue ricerche,  
non hai l'atteggiamento giusto.  
Se invece la tua opera  
scaturisce da sforzi  
per offrire aiuto agli altri,  
questo è l'atteggiamento mentale giusto  
per contribuire alla propria e altrui liberazione”.*  
Khenpo Thubten

Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca  
Alta Formazione Artistica Musicale e Coreutica



**ACCADEMIA DI BELLE ARTI DI VENEZIA**  
CORSO DI DIPLOMA DI PRIMO LIVELLO IN ARTI VISIVE E DISCIPLINE  
DELLO SPETTACOLO

**TESI DI DIPLOMA ACCADEMICO IN PITTURA**  
CATTEDRA DEL PROF. LUCA REFFO

**IL MANDALA: LO SPAZIO DEL SE'**  
UN PERCORSO DI CONOSCENZA E D'INCLUSIONE

**RELATORE**  
Prof. Danilo Ciaramaglia

**CANDIDATO**  
Beatrice Costantin

Matricola 5152/P

## INDICE

Introduzione	
QUALCOSA DI ME.....	pag.7
Capitolo I	
UN ARCHETIPO UNIVERSALE.....	pag.10
<b>1.Cenni storico-culturali e origini del mandala tibetano</b>	
Capitolo II	
IL MANDALA KALACHAKRA.....	pag.20
<b>1.Il mandala del buddhismo tibetano</b>	
1.1 Considerazioni sul rituale mandalico dell'Anuttara-yoga.....	pag.20
1.2 Il linguaggio iconografico del buddhismo tibetano.....	pag.20
<b>2. I concetti base della dottrina buddhista</b> .....	pag.25
2.1 Abbandono dell'Io.....	pag.25
2.2 Il concetto di vuoto.....	pag.26
<b>3 Le ruote o livelli nel tantra kalacakra</b> .....	pag.27
3.1 Ruota del Tempo esterno: il cosmo.....	pag.27
3.1.1 L'universo descritto nell'Abhidharmakosa.....	pag.27
3.1.2 L'universo secondo la tradizione Kalachakra.....	pag.29
3.1.3 Un modello architettonico dell'universo: lo stupa.....	pag.31
3.1.4 Lo stupa e la creazione del primo mandala.....	pag.34
3.1.5 Altri esempi di modelli architettonici dell'universo.....	pag.35
3.2 La ruota del Tempo interno: la persona.....	pag.36
3.2.1 Somiglianze tra persona e cosmo.....	pag.36
3.2.2 Il piano del Corpo.....	pag.39
3.2.3 Il piano della Parola.....	pag.40
3.2.4 Il piano dello Spirito.....	pag.42
3.2.5 I quattro stati di esistenza e le quattro gocce.....	pag.42
3.2.6 La nascita di un essere umano e l'evoluzione cosmica.....	pag.43
3.2. La morte di un individuo secondo il Tantra Kalacakra.....	pag.44
3.3 La Ruota del Tempo alternativo: il metodo tantrico.....	pag.46
3.3.1 Universo e persona nella liturgia del mandala.....	pag.46
3.3.2 Meditare per analogia.....	pag.46
3.3.3 L'unione mistica.....	pag.48
3.3.4 Lo yoga della deità.....	pag.48
3.3.5 Apparizione della luce.....	pag.50
3.3.6 Disposizione delle deità nella raffigurazione mandalica.....	pag.50
3.3.7 Il palazzo del mandala.....	pag.53
3.3.8 Preparazioni rituali e liturgia di consacrazione del luogo.....	pag.56
3.3.9 I vasi rituali e le cinque sostanze.....	pag.60
3.3.10 Preparazione grafica del Mandala.....	pag.61
3.3.11 Elaborazione effettiva del Mandala.....	pag.62

3.3.12 Preparazione meditativa alla liturgia del mandala .....	pag.64
3.3.13 Offerta interna.....	pag.65
3.3.14 Offerte esterne.....	pag.65
3.3.15 Protezione di sé e del luogo.....	pag.66
3.3.16 Fase di generazione.....	pag.67
3.3.17 Primo grado: mandala vittorioso supremo.....	pag.67
3.3.18 Secondo grado: attività vittoriosa supremamente.....	pag.69
3.3.19 Le sette iniziazioni fondamentali.....	pag.70
3.3.20 Terzo e quarto grado della fase di generazione.....	pag.71
3.3.21 Fase di completamento.....	pag.72

### Capitolo III

IL MANDALA E IL DISEGNO INFANTILE.....	pag.75
<b>1. Analisi metodologica di Rhoda Kellogg.....</b>	<b>pag.75</b>

### Capitolo IV

ANALISI SECONDO IL METODO DI RHODA KELLOGG DI UN CASO DI RIABILITAZIONE DA TRAUMA CRANICO: GIROLAMO DALLA GUARDA.....	pag.87
<b>1. Un amico, un artista.....</b>	<b>pag.87</b>
<b>2. L'incidente e la riabilitazione.....</b>	<b>pag.91</b>

### Capitolo V

IL MANDALA NEL PENSIERO DI C. G. JUNG.....	pag.100
<b>1. Il mandala e il Sé.....</b>	<b>pag.100</b>
<b>2. Mandala come archetipo della totalità.....</b>	<b>pag.100</b>
<b>3. Il rituale e il suo simbolismo.....</b>	<b>pag.104</b>

### Capitolo VI

IL BAMBINO AL CENTRO .....	pag.108
<b>1. L'educazione e il bambino.....</b>	<b>pag.108</b>
<b>2. Lo sguardo attento sul bambino.....</b>	<b>pag.110</b>
<b>3. Uno strumento d'incontro e conoscenza a "portata di mano".....</b>	<b>pag. 111</b>
<b>4. Il mandala: una pratica di apertura e accoglienza.....</b>	<b>pag. 122</b>
<b>5. Conclusioni .....</b>	<b>pag. 123</b>

BIBLIOGRAFIA.....	pag.124
-------------------	---------

SITOGRAFIA.....	pag.127
-----------------	---------

RINGRAZIAMENTI.....	pag.128
---------------------	---------

## Introduzione

### IL MANDALA: QUALCOSA DI ME

---

In diverse occasioni e in vari momenti della mia vita mi sono avvicinata a questa forma antica e universale. Alcuni anni fa ad esempio sentii la necessità di dipingere un grande cerchio coperto da foglia d'oro, su fondo blu, che ancora conservo appeso a una parete del mio soggiorno e illumina con la sua luce riflessa la stanza. Ricordo ancora lo stupore che mi colse e l'energia radiante che m'invase appena lo terminai.

Da allora è parte integrante della mia casa, è il mio piccolo sole e non potrei più farne a meno.

Un'altra volta, a seguito di studi sul buddismo tibetano e la filosofia orientale, dipinsi un soggetto simile a un mandala, che rappresentava la sintesi delle mie ricerche e riflessioni, una sorta di ruota aperta con al centro una porta sull'insondabile oscurità dal titolo "Passo il tempo"; l'incedere poi dei passi concentrici fissati sulla tela come le lancette inverse di un orologio definivano il tempo relativo e ciclico contrapposto al tempo assoluto e astrale del resto del dipinto.



1 Opera personale dal titolo "Passo il tempo"

Anni fa seguii un seminario sul mandala tibetano organizzato dal Centro studi sull'etnodramma di Monselice e andai a vederne la costruzione ad opera dei monaci; ne fui molto affascinata e rimase

il desiderio di approfondire e comprenderne il segreto. In un'altra occasione, alcuni anni fa, per una festa che si teneva nella scuola primaria dove insegno, disegnai su un nylon trasparente un grande mandala. I bambini delle varie classi, a turno con pezzetti di stoffa colorata ben preparati attorno al perimetro e divisi per colori, durante tutta la giornata dovevano ricoprire completamente il mandala. Una volta finito, lasciando sorpresi e divertiti tutti i presenti, improvvisarono un'esplosione di colori, lanciando per aria tutti i pezzetti di stoffa colorati che con grande pazienza e meticolosità avevano disposto a terra sul disegno preparatorio. Fu una vera festa!



2 Preparazione del mandala su supporto di nylon per la festa di fine anno presso la scuola primaria I.Nievo di Montegrotto Terme.

Fu in occasione di un confronto con il Prof. Danilo Ciaramaglia e la lettura del libro di Rhoda Kellogg “Analisi dell'arte infantile” da lui suggerito che mi fu tutto più chiaro.

Avevo avuto per anni davanti ai miei occhi uno strumento potente di ricerca interiore personale, che avevo più volte elaborato e che potevo d'ora in poi utilizzare anche a livello professionale per comprendere meglio i bambini e quindi aiutarli nella loro crescita.





3 Mandala completato dai bambini di tutta la scuola I.Nievo

## **Capitolo I**

### UN ARCHETIPO UNIVERSALE

---

#### ***1. Cenni storico-culturali e origini del mandala tibetano***

Cosa accomuna un bambino che con la matita scarabocchia felice, muovendo braccio e mano in un movimento circolare, a un sacerdote scandinavo che traccia sulla sabbia un cerchio attorno ai suoi piedi, o a un pellegrino indiano che cammina devotamente attorno al monumento del Buddha?

Sono tutti affascinati e rapiti dalla medesima figura circolare.

Se proiettiamo uno sguardo indietro nel tempo remoto, ci accorgiamo che il simbolo del cerchio appartiene ai primordi della storia umana. Graffiti rupestri preistorici in Africa, Europa e Nord-America rappresentano i motivi del cerchio e della spirale.

Il loro scopo è avvolto nel mistero, ma possiamo dedurne l'importanza dalla loro diffusione.

D'altro canto la nostra stessa storia biologica, il pianeta in cui viviamo, il Sole, il movimento di rotazione e rivoluzione a cui partecipiamo, l'alternanza del giorno e della notte, le fasi lunari, il percorso delle particelle all'interno degli atomi, confermano che la nostra vita è pervasa dalla ciclicità, ovvero dalla forma circolare.

Gli antichi mandala incisi nei diversi luoghi della terra parlano dell'umana soggezione davanti al sole e alla luna. Proprio queste rappresentazioni circolari potrebbero aver fornito ai nostri progenitori i simboli naturali per la formazione della coscienza, creando un avanzamento dal livello istintuale.

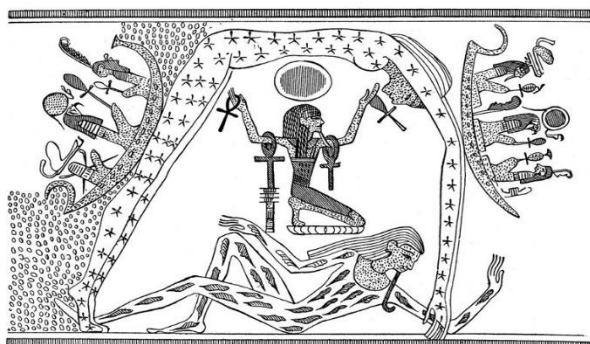
Alcuni graffiti rupestri in Danimarca di epoca precedente all'età del bronzo (anteriore al 3400 a.C.) suggeriscono ad esempio il passaggio dalla mente di gruppo istintuale alla coscienza individuale.

Nelle regioni costiere sono stati rinvenuti graffiti neolitici di imbarcazioni e nelle vicinanze alcuni mandala solari, che fanno confermare il loro utilizzo per rituali del culto solare a protezione dei viaggi in mare. Alcune imbarcazioni sono incise con orme circonscritte da un cerchio, come a simboleggiare la presenza di un sacerdote che benedice l'imbarcazione; a volte una linea divide in

due il cerchio, simboleggiando i due piedi e un'altra linea interseca la prima, così che il disegno evoca una croce iscritta in un cerchio.

Non potremmo mai saperlo, ma è probabile che i primi uomini a sentirsi individui siano stati proprio i sacerdoti, come quelli raffigurati nei graffiti danesi; forse nel momento in cui circoscrivevano attorno ai loro piedi il cerchio simbolo del sole, percepivano di essere diversi dal resto del gruppo, intuivano che occupavano uno spazio ben definito, di costituire perciò un'entità distinta, l'antesignano dell'Io.

E' straordinario come migliaia di anni più tardi lo stesso disegno sia prodotto spontaneamente dai bambini nel processo di sviluppo dell'identità personale. Nell'antico Egitto la mitologia utilizza un cerchio chiuso per descrivere l'universo anteriore al tempo. All'interno del cerchio Nut, la dea del cielo, e Geb, il dio della terra, sono strettamente uniti. Quando il cerchio si allargherà, i due progenitori del mondo si separeranno e daranno origine al tempo, alla creazione e alla coscienza.



1.1 In questa illustrazione il corpo di Nut è trapunto di stelle; quello di Geb colmo di arbusti e vegetazione

Nelle Upanishad, che appartengono all'antica letteratura religiosa dell'India, leggiamo questa storia:

Si insegna che “il sole è brahman”. All'origine tutto l'universo altro non era che non essere.

Divenne essere, evolse, si formò un uovo. Tale restò per un anno, dopo si aperse.

Delle due metà del guscio una era d'argento - la terra, l'altra d'oro – il cielo.

Ciò che nacque allora fu il sole e si sollevarono immani clamori, e tutti gli esseri, e tutti i desideri.

Questa è la ragione per cui al suo sorgere si sollevano immensi clamori, e tutti gli esseri, e tutti i desideri (1).

(1)Erich Neumann , *Storia delle origini della coscienza*, Astrolabio , Roma 1978

Gli esempi potrebbero continuare, si ritrovano infatti miti creazionistici fondati sull'idea del cerchio in Europa, in Africa, nel Pacifico meridionale e in India

La visione circolare del mondo fin dai tempi più remoti ebbe conseguenze anche nell'organizzazione della vita quotidiana. Quando i nostri antenati salirono sulle alture o sulla cime degli alberi per vedere meglio il territorio circostante e si accorsero che l'orizzonte appariva curvo, comportò una rivoluzione nella loro visione dello spazio e implicazioni pratiche. Entro questa curvatura gli uomini scoprirono come orientarsi con sicurezza in spazi sempre più vasti.

Nella ricerca di metodi efficaci per stabilire la propria posizione, fu sicuramente naturale partire dal proprio corpo, considerato come fonte direzionale e centro all'interno dell'orizzonte curvo.

Utilizzando il mandala, ossia l'orizzonte circoscritto attorno al proprio corpo e le quattro direzioni cardinali, in corrispondenza dell'apertura delle braccia e della direzione degli occhi contrapposta a quella della nuca, i nostri progenitori potevano tracciare e mantenere una direzione da un luogo ad un altro molto lontano, anche se un ostacolo deviava momentaneamente il loro percorso.

Potevano così pianificare i percorsi per far scorta di cibo o per ritrovare una sorgente d'acqua, a volte era questione di vita o di morte. Per riuscire nell'intento, oltre al proprio corpo, era fondamentale conoscere la posizione di una stella fissa, unico punto fermo a cui far riferimento.

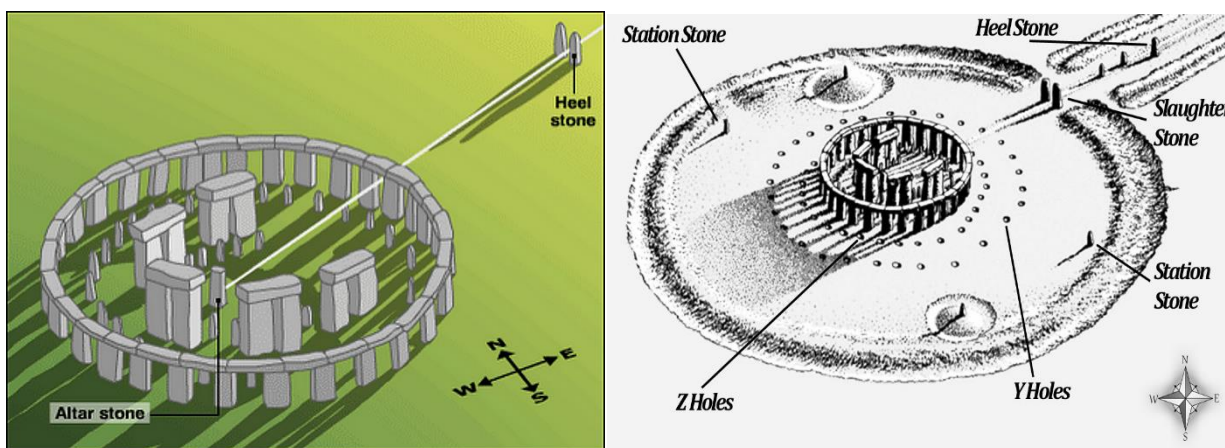
Ma i nostri antenati e tutte le grandi civiltà del passato hanno rivolto gli occhi anche al cielo per studiare i moti di stelle e pianeti. Identificarono con precisione le costellazioni e le chiamarono con vari nomi: il Toro in Egitto, l'Ariete in India, il Granchio in Persia.

La ruota delle costellazioni, solitamente divisa in dodici parti, chiamate anche "case", costituiva lo zodiaco, che oltre che essere uno strumento di predizione, veniva utilizzato per orientarsi nello spazio fisico.

Il moto circolare degli astri suggerì ai Celti l'idea di una ruota : la Ruota argentata di Arianrhod, dove le anime dei giusti ritornavano a casa.

Stonehenge è la ricostruzione terrestre di questa ruota celeste, e si ritiene che per le antiche popolazioni britanniche servisse da calendario solare.

Lo conferma la disposizione dei massi perfettamente allineati col sole all'alba del solstizio d'estate.



1.2 Stonehenge

Non sorprende che il cerchio oltre a spiegare l'origine delle cose, a essere mezzo di orientamento, sia stato sempre parte integrante nelle esperienze del sacro. Molti riti religiosi ancora oggi iniziano infatti tracciando un cerchio sacro.

I costruttori di scudi amerindi danno inizio al lavoro sacro con una danza circolare e con canti che invocano la guida del Creatore. Gli eschimesi incidono un cerchio nella pietra con movimenti ripetitivi e sempre uguali, e per lunghi periodi di tempo, per indurre lo stato di trance.

I dervisci ruotano su se stessi per entrare nell'armonia sacra dei cieli. Lo spazio all'interno del cerchio rituale diventa quindi uno spazio sacro.

Per gli indiani navaho, entrare in contatto con le sacre realtà simboleggiate dal cerchio è un atto risanante. Quando viene chiesto a un guaritore navaho di curare un malato, egli compie gesti rituali per ristabilire l'equilibrio naturale, spiana un tratto di terra circolare e disegna un mandala con sabbia colorata e al centro depone il malato. Si pensa che l'ordine sacro del mandala restauri l'armonia e richiami le divinità benefiche, con il conseguente recupero della salute.

Anche gli elementi della natura possono presentarsi in forma di cerchio, basti pensare alle caverne o alle montagne. I popoli antichi ritenevano alcuni luoghi naturali di per sé sacri, senza alcun intervento rituale umano per renderli tali. Le caverne spesso erano sentite come luoghi per entrare in contatto con gli antenati, le alte montagne, come luogo dello spirito.

Il celebre vulcano Fujiyama, la più alta montagna del Giappone (3600 m), inattivo dal diciottesimo

secolo, è considerato un luogo sacro naturale.

La leggenda narra che si alzò dalla grande pianura in una sola notte nel 285 avanti Cristo.

È considerata la montagna sacra del Giappone e viene visitato ogni anno da migliaia di pellegrini provenienti da tutto il Paese; la percorrono fino alla cima innevata lungo un sentiero a spirale intercalato da templi e altari per la preghiera e la meditazione.

Durante il processo di civilizzazione gli uomini cominciarono a costruire edifici rituali che imitavano le grotte e le montagne sacre, forse nella speranza di incorporare nell'edificio parte della forza di quei luoghi naturali.



1.3 Tempio di Borobodur

Apparvero così più di cinquemila anni fa in Mesopotamia le ziggurat, le prime costruzioni sacre a forma di “montagna”. Venivano costruite in base a calcoli e proporzioni dedotte dall'osservazione delle stelle, dei pianeti e della luna.

La ziggurat era costituita da piattaforme quadrate concentriche, simili a enormi gradoni che nell'insieme assumevano la forma di una piramide tronca. La sommità, dove spesso veniva piantato un albero sacro, costituiva il Centro, la sorgente originaria della creazione, il luogo quindi sacro per eccellenza, che fungeva anche da osservatorio astronomico.

La ziggurat rappresentava quindi un modello del cosmo e nella sua struttura era celata la storia della creazione.

La tradizione delle ziggurat continua ancora oggi nei luoghi sacri dell'Asia, come Borobodur a Giava in Indonesia, e Sanchi in India.

Sanchi, venerato come il luogo dell'illuminazione del Buddha, è un imponente tumulo alto centocinquanta metri che contiene le sacre reliquie del Buddha. E' circondato da un sentiero e da muraglioni con portali di pietra preziosamente istoriati.

I pellegrini entrano nel luogo sacro attraverso il portale orientale e percorrono il sentiero in senso orario. Varcando il portale e avvicinandosi alle reliquie del Buddha, il devoto ne trae benefici effetti e subisce una forte alterazione psicologica.



1.4 Lo stupa di Sanchi

Se proviamo a immaginare dall'alto il tempio di Sanchi, la sua pianta rivela notevoli somiglianze con i mandala tibetani. Vi si ritrovano infatti le forme del quadrato e del cerchio, oltre ai numerosi simboli, figure e motivi ornamentali.

Nel quadrato riconosciamo la struttura di una fortezza cinta da mura in cui si aprono quattro porte, ognuna custodita da un demone, mentre il tumulo rotondo è occupato dal simbolo della divinità.

C'è anche un'altra somiglianza con la tang-ka, il mandala tibetano dipinto o ricamato; anche questo viene infatti percorso intorno dai devoti, naturalmente non a piedi ma con lo sguardo.

Ogni mandala viene disegnato secondo regole tradizionali e funge da mappa di una realtà interiore che guida e favorisce lo sviluppo psicologico di chi desidera progredire nella consapevolezza spirituale; rappresenta un ausilio visivo alla meditazione e può illustrare una particolare comprensione spirituale.

Jung ipotizzò che fosse appunto questa l'origine dei mandala rituali (2). Anche Tucci concorda nel pensare che i mandala siano stati in origine il prodotto di un'esperienza introspettiva che abbia ricevuto la spinta da “necessità intrinseche allo spirito umano”(3). Solo in seguito vennero usati per indicare la strada verso quegli stati mentali che originarono il mandala.

Scrive Tucci: “Il mandala così nato da un interiore impulso diventava a sua volta sussidio di meditazione, strumento esterno per suscitare e stimolare, nel raccoglimento, quelle visioni. Le intuizioni, che brillavano prima capricciose e improvvise, sono proiettate fuori dal miste, il quale su quelle concentrandosi, ritrova la via per giungere alla sua segreta realtà”(3)..

L'uso del mandala come ausilio visivo per raggiungere determinati stati mentali è testimoniato anche in Europa. Ne abbiamo splendidi esempi nei rosoni delle cattedrali gotiche, che con la loro luce abbagliante catturano lo sguardo e infondono un senso di armonia e devota elevazione.

Le cattedrali medioevali avevano spesso, sul pavimento davanti all'entrata, un labirinto circolare a mosaico, che rappresentava il pellegrinaggio alla città santa di Gerusalemme. I pellegrini pregando, procedevano in ginocchio verso il centro del labirinto, come in un viaggio simbolico verso la Gerusalemme celeste, metafora dell'unione con Dio.

Il desiderio di trasmettere la conoscenza di Dio ricevuta nelle visioni mistiche ispirò anche

Ildegarda Von Binden a creare dei mandala. Questa santa cristiana dell'XI secolo descrive Dio

(2)C.G.Jung: *Psicologia e alchimia*, Boringhieri, Torino, 1981

(3)Giuseppe Tucci, *Teoria e pratica del mandala*, Astrolabio, Roma, 1969



“come un trono regale iscritto in un cerchio, su cui sedeva un vivente illuminato di grande folgore....Dal vivente luminoso seduto sul trono irradiava un cerchio dorato come il cerchio del sole nascente. E io non ne vedevo la fine” (4).

Le esperienze mistiche spinsero Ildegarda a scrivere e a disegnare. Il suo lavoro creativo dovette rappresentare la celebrazione di ciò che aveva visto, un contenitore per le sue esperienze numinose, e il tentativo di trasmetterle agli altri in forma comprensibile. La creazione di mandala la aiutò a ritrovare anche la salute. Iniziò il lavoro oppressa dalla malattia, ma dando sfogo alla sua creatività nel disegno, i sintomi del male scomparvero.

Giordano Bruno, nel Rinascimento, creò una serie di mandala che riteneva capaci di indurre cambiamenti positivi in chi li usava. Le sue figure rappresentano forme perfette, appartenenti a un piano ideale. Consigliando l'utilizzo dei suoi mandala negli esercizi di visualizzazione, Bruno credeva che, immagazzinando le immagini nella memoria, l'immaginazione sarebbe stata modificata da queste forme ideali. Ciò avrebbe portato a una trasformazione personale attraverso l'armonia dell'immagine mandalica.

Da questi esempi è evidente la ricchezza di significati che la tradizione dei mandala ha rivestito per l'umanità in quanto strumento di orientamento, di pratica spirituale e di collegamento ai ritmi dell'universo.

La più complessa e particolareggiata liturgia mandalica è stata sviluppata dal buddhismo tibetano e per comprendere la procedura delle pratiche occorre conoscere il sistema di credenze da cui si originano. Gli antichi buddhisti credevano in due piani di esistenza, due mondi assolutamente distinti, tra cui non c'è comunicazione.

Come spiega Tucci, uno è costituito dalla realtà a noi familiare, in cui opera il karma e che consiste in un eterno morire e rinascere. L'altro è il nirvana, che si raggiunge con un salto qualitativo con l'arresto o la repressione del karma e delle forze che lo alimentano o ne sono alimentate. Ciò avviene con la comprensione e la reale esperienza che l'universo è “solo divenire e fluire” (5)

(4)Matthew Fox, *Illuminations of Hildegard of Bingen*, Bear& Co, Santa Fe, 1985

(5)C.G.Jung: *Psicologia e alchimia*, Boringhieri, Torino, 1981

Questa comprensione arresta l'avvio del processo karmico e rende possibile il salto del nirvana.

Il piano del nirvana è stato definito come l'Assoluto, la reale essenza di tutto ciò che sembra esistere nel mondo come noi lo conosciamo. L'Assoluto è rappresentato come luce. Il devoto lo sperimenta con l'occhio della mente, ritirando l'attenzione dalle apparenze esterne per concentrarla all'interno. E' una luce abbagliante, priva di colori.

Un testo tradizionale descrive così l'esperienza realizzativa: “O figlio di nobile famiglia...ascolta. Adesso a te apparirà la luce della realtà pura. Tu la devi riconoscere, o figlio di nobile famiglia. In questo momento il tuo intelletto per sua essenza immacolato, senza ombra di sostanza e qualità, puro, è la realtà assoluta”(6)

Per raggiungere l'illuminazione occorre esercitarsi a superare l'illusione della separatezza per sperimentare l'unità con l'Assoluto. Questo processo richiede la ristrutturazione del sistema di credenza dell'io. Tendere all'illuminazione è quindi un lavoro interiore, benché si appoggi a pratiche esteriori come i rituali, la meditazione o altre attività.

Tucci fa notare che il devoto che chiede l'iniziazione alla via dei mandala deve essere già avanti nel lavoro interiore per venire accettato.

Il lavoro con il mandala è svolto sotto la guida di un maestro che stabilisce quando il devoto è pronto, e lo istruisce nelle tecniche in un luogo e in un momento propizio. Il mandala a cui l'aspirante viene iniziato dipende dalla conoscenza del maestro, da quelli che il maestro ritiene i bisogni del discepolo, e dai segni e gli auspici del momento.

In un luogo isolato viene ripulito un tratto di terreno. Nel discepolo viene indotto il giusto atteggiamento attraverso lustrazioni rituali, meditazione, digiuno e canti. Gli vengono consegnati fili colorati e gli viene insegnato a tracciare un cerchio diviso in quattro parti uguali. Il mandala viene disegnato con tinture, inchiostri o sabbia colorata. Vengono usati disegni e colori tradizionali, anche se sono ammesse variazioni individuali entro i modelli tradizionali. Anche i materiali, come i lapislazzuli per ricavare il colore blu, hanno un preciso significato simbolico.

(6)Giuseppe Tucci, *Teoria e pratica del mandala*, Astrolabio, Roma, 1969

Una volta completata la stilizzazione del disegno colorato, il discepolo viene guidato attraverso i passi della meditazione che lo metteranno di fronte agli aspetti di se stesso che gli impediscono la realizzazione della pura coscienza. Un elemento della tecnica richiede l'approfondimento della conoscenza della simbologia tradizionale del mandala attraverso l'esperienza personale.

Il lavoro interiore è facilitato da visualizzazioni basate sul mandala. Il discepolo costruisce un'immagine mentale delle figure mandaliche. Si concentra con l'occhio della mente su queste immagini e le trasforma in rapporto a se stesso secondo formule stabilite. Per intensificare l'esperienza, il maestro gli ricorda che non sono immagini reali, ma proiezioni della sua immaginazione: “o figlio di nobile famiglia, anche quei paradisi non si trovano in altro luogo (che nel tuo cuore); essi sono disposti al centro e nei quattro punti cardinali del tuo cuore; da dentro il cuore adesso emanando dinanzi ti compaiono. Queste figure non vengono da nessun altro luogo; sono soltanto artificio del tuo intelletto. Così tu devi riconoscere” (7).

Con l'esercizio e la pratica il devoto impara a costruire una vivida immaginazione mentale del mandala, e vi prende dimora in quanto mezzo per indurre il suo ritorno dal mondo della separatezza al regno dell'unità in cui entra in comunicazione con la pura coscienza. Il mandala serve così ai devoti tibetani come cammino attraverso vari stati di coscienza.

Tradizionalmente il mandala è stato usato come sussidio meditativo per intensificare la concentrazione sul sé interiore, producendo importanti esperienze; nello stesso tempo, costruisce un ordine interiore.

Secondo Jung il mandala rappresenta un rifugio sicuro di riconciliazione interiore e di totalità, ha un profondo significato psicologico, fondamentale per il senso di essere vivi, tanto quanto il bisogno di sapersi orientare è essenziale per la sopravvivenza nella realtà materiale.

(7)Giuseppe Tucci, *Teoria e pratica del mandala*, Astrolabio, Roma, 1969

## **Capitolo II**

### **IL MANDALA KALACHAKRA**

---

#### ***1. Il mandala del buddhismo tibetano***

##### **1.1. Considerazioni sul rituale mandalico dell'Anuttara-yoga**

Per addentrarmi nella conoscenza del mandala ho seguito, sulle tracce del lavoro di Martin Brauen, non un metodo comparativo tra le varie tradizioni mandaliche al fine di presentare uno studio sui mandala di validità universale, ma un'analisi dettagliata di un unico rituale mandalico, ossia quello Kalacakra, appartenente alla classe più elevata del tantra, l'Anuttara-yoga, uno degli ultimi e più complessi sistemi tantrici portato in Tibet dall'India.

Nei diversi capitoli verrà descritto e illustrato il simbolismo e la struttura del mandala Kalacakra, e come questi differiscono da quelli di altre tradizioni: ad esempio i cinque anelli che circondano il palazzo nel mandala kalacakra rappresentano le componenti cosmiche che sostengono l'universo; in molti altri mandala questo riferimento cosmico invece non è presente. Anche la colorazione interna (nero a est, rosso a sud, giallo a ovest, bianco a nord, con verde e blu al centro) differisce da quella di altre tradizioni.

##### **1.2. Il linguaggio iconografico del buddhismo tibetano**

Per trasmettere le sue verità spirituali più profonde il buddhismo tantrico si serve di rappresentazioni pittoriche con un'intensità che non si rileva in nessun'altra religione.

Un esempio sono i mandala che con la loro molteplice varietà di forme rivestono un significato profondamente simbolico e sacro. La maggior parte di essi sono collegati a dottrine tantriche, che normalmente sono mantenute segrete e tramandate solo da maestro a discepolo. E' importante sottolineare che figure e immagini dipinte raffigurano soltanto alcuni aspetti dell'assoluto, non comprendendone tutta la magnificenza e beatitudine.

Il devoto per purificare la sua coscienza e “diventare divino” deve compiere speciali pratiche

attraverso un processo di sublimazione detto “yoga della deità” e meditare mediante le rappresentazioni figurative.

Solitamente i mandala vengono descritti come “cerchi magici”, “simboli degli elementi cosmici, utilizzati per supporto alla meditazione”, “strumenti per la scoperta di se stessi o per la meditazione del trascendente”. Queste definizioni contengono una parte di verità, ma non sono del tutto precise.

Di regola un mandala (*dkyil 'khor*) è un diagramma simmetrico, organizzato attorno a un centro, generalmente diviso in quattro quadranti di uguale dimensione; è composto da circoli (*'khor*) e quadrati concentrici con un centro in comune (*dkyil*).

Una gran quantità di mandala sono strumenti di meditazione, visualizzazione e iniziazione.

Tuttavia con il termine “mandala” si vuole indicare anche altre strutture: cerchi o dischi che contengono un centro sacro, la base con i piani dei cinque elementi che costituisce la parte inferiore del kalacakra, o i piani della luna, del sole e dei due pianeti Rahu e Kalagni, che fungono da trono alle deità; pure il palazzo che le ospita viene definito mandala.

Il termine “mandala” può essere anche applicato al cosmo intero, soprattutto quando l'universo purificato viene mentalmente offerto con un rito speciale.

Nel *Tantra Kalacakra* anche la figura umana può essere concepita come un mandala. Ad esempio ognuno dei canali energetici che fluiscono all'interno del corpo è collegato a una particolare direzione, elemento, costituente (*skandha*) e colore, formando in tal modo un mandala.

Il corpo umano è quindi concepito come “mandala cosmico” da offrire al proprio maestro spirituale.

La tradizione tibetana menziona quattro tipi di mandala: due detti mandala esterni, composti con polveri colorate e dipinti su stoffa; poi vengono i mandala prodotti in meditazione; infine, il corpo umano inteso come mandala. (1)

Mentre i mandala composti con polveri colorate vengono distrutti alla fine di un rito specifico, i mandala dipinti possono conservarsi a lungo. Un'altra fonte, il *Dharmamandala Sutra* descrive

(1) Ferdinand Lessing e Alex Wayman, “Fundamentals of the Buddhist Tantras”, The Hague/Paris, II ed., 1968

mandala tridimensionali realizzati con diversi materiali (oro, argento, conchiglie, pietra, corno, legno creta). Alcune testimonianze di mandala tridimensionali si ritrovano a Potala in Tibet , nel Nepal e nel Tempio Sumeru a Chengde (Jehol, Cina).



Fig.1.2.1 Modellino in metallo di mandala Kalacakra Sumeru realizzato a Potala, in Tibet.



Fig. 1.2.2 Mandala tridimensionale nel Tempio a Chengde

I più antichi disegni mandalici che si conoscano provengono dalle caverne di Dunhuang nella Cina nordoccidentale risalenti al IX-X secolo, e mostrano già la tipica struttura base .

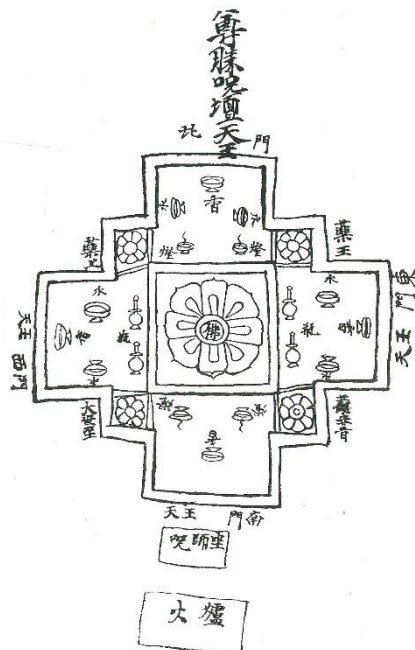


Fig.1.2.3 Uno dei più antichi disegni di mandala (IX-X sec) rinvenuto in una caverna a Dunhuang

I mandala creati nelle epoche successive sono molto più complessi, presentano sette cerchi concentrici che includono un'area quadrangolare (tavv. 10,45,46)

Se osserviamo l'area al centro del mandala si possono notare quattro linee che costituiscono le diagonali del quadrato e formano quattro triangoli di eguale dimensione; ogni triangolo di colore diverso, corrisponde a una delle direzioni cardinali.

Nei dipinti tibetani l'est – che nel mandala Kalachakra è sempre nero – occupa sempre il fondo.

Ogni lato esterno del quadrato contiene un'apertura al centro a forma di T; rappresentano le porte d'accesso del palazzo, rappresentato dal quadrato stesso.



Fig.1.2.4. Mandala Kalacakra perfettamente ultimato

In alcuni mandala le deità sono soltanto accennate da simboli, puntini, piccoli cerchi o da sillabe -seme. Altri mandala possono essere completamente vuoti e richiedono quindi grande capacità d'immaginazione.



## 2. I concetti base della dottrina buddhista

### 2.1 Abbandono dell'io

Le varie scuole e tradizioni buddhiste concordano nella teoria del superamento dell'io.

Quello che in Occidente si considera individuo, nella visione buddhista comprende cinque costituenti o raggruppamenti (*skandha*): 1 la *forma* o *materia* (corporeità, materialità, sostanza) riguarda il corpo e tutti i fenomeni di ordine fisico, si riferisce alla parte materiale e sostanziale delle cose; 2 le *sensazioni* che concernono tutte le esperienze sensibili, che sono piacevoli, spiacevoli o neutre, avvengono mediante i nostri sensi a contatto con le cose; 3 le *percezioni* che consistono nel riconoscere le cose di cui abbiamo fatto esperienza; 4 i *fattori mentali*, ossia gli schemi di pensiero, che partendo dagli impulsi ci portano ad avere dei comportamenti, di conseguenza delle azioni, che determinano il karma; 5 *coscienza o mente* che è il soggetto cognitore che attraverso i sensi intesse una relazione con gli oggetti. La coscienza quindi che fa parte dei cinque costituenti, è una coscienza legata ai sensi, attraverso i quali l'uomo stabilisce le relazioni con il mondo che lo circonda. I cinque *skandha* sono transitori e soggetti a continuo mutamento, da cui la transitorietà dell'essere umano e l'impossibilità di un io permanente.

Per i buddhisti il concetto che l'individuo possieda un contenuto, un nucleo essenziale, è all'origine delle nostre miserie. L'idea di "Io" e di "Ego" conducono a una brama insaziabile, che origina insoddisfazione, angoscia e disperazione.

Solo abbandonando le catene dell'ego si può avvicinarsi allo stato noto come *nirvana*, che per il buddhismo significa libertà dai legami, dagli attaccamenti e dalla brama. Questo stato di libertà e indipendenza stimola una vita attiva e favorisce una sensazione di vicinanza nei confronti degli altri. Essere altruisti comporta la dimenticanza del proprio ego e la disponibilità a compiere sacrifici in favore del prossimo, cosa che implica una necessità di azione sociale.

Tutte le scuole buddhiste concordano sull'ideale del distacco dell'io; esistono però differenze sul metodo o veicolo per la realizzazione, proprio per rispondere alle inclinazioni, ai caratteri, ai bisogni delle singole persone.

Per semplificare si possono distinguere due vie: quella del Sutra o Paramitayana (Veicolo della perfezione con l'ausilio di testi che privilegiano l'ammaestramento e l'analisi intellettuale di se stessi e del proprio ambiente) e quella del Tantra o Mantrayana (Veicolo delle formule sacre attraverso pratiche rituali impegnative come lo yoga della deità).

## 2.2 Il concetto del vuoto

I buddhisti tibetani considerano la realtà un'entità priva di essenza, senza nucleo stabile, vuota. Con la meditazione si prefiggono di prendere questa consapevolezza e di capire che esiste un'altra realtà, che è la “vacuità” o “vuoto” (*sunyata*).<sup>(1)</sup>

Non è semplice per un occidentale afferrare e comprendere il concetto di vuoto; due esempi possono venire in aiuto per illustrare tale teoria. I testi tibetani citano spesso l'esempio della fune maculata avvolta in una spirale, che può far venire in mente l'idea di un serpente, sebbene questo sia evocato solo dal pensiero. Questo esempio vuole dimostrare come i fenomeni esistono solo in virtù del nostro pensiero, o coscienza, che elabora classificazioni e descrizioni.

Un altro esempio è fornito dalle immagini di un puzzle, in cui macchie, linee e punti da soli non rivelano alcun significato e rendono impossibile l'interpretazione. Solo dopo aver organizzato le tessere, l'osservatore riesce ad assegnare significato e contenuto a ciò che inizialmente sembrava insignificante e vuoto. Ciò dimostra come la nostra mente analitica e discriminatrice possa creare entità nuove nonostante quelle siano “vuote” e come sia difficile a ritroso far ritornare queste entità al loro stato indifferenziato. E' proprio questo che riesce a realizzare chi medita: rovesciare il processo di ordinamento, differenziazione e costituzione delle entità e riconoscere quindi il vuoto di tutte le apparenze.

(1) Alex Wayman, “Calming the Mind and Discerning the Real Buddhist Meditation and the Middle View. From the Lam-rin chen-mo of Tson-kha” New York, Columbia University Press, 1978

### **3 Le ruote o livelli nel Tantra Kalachakra**

Si possono individuare tre livelli nel Kalachakra (kala = tempo; chakra = ruota): il **livello esterno**, si occupa dello studio dell'astrologia associata agli elementi, alla divinazione oracolare, alla numerologia, alla metafisica; il **livello interno** studia invece le energie psicofisiche, l'anatomia energetica pranica del corpo umano (chakra, nadi e bindu) e la medicina; il **terzo livello**, il più profondo chiamato "*Kalachakra Alternativo*", comporta l'insegnamento sulla vacuità dei fenomeni, della non realtà del sé e della non sostanzialità della Luce Chiara.

Lo yogi trasforma il mondo in un Mandala e identifica se stesso con la divinità di Kalachakra, espressione della natura illuminata, abbandonando il modo ordinario di percepire se stesso ed il mondo; opera sui flussi vitali e sulla loro circolazione nel corpo, porta a compimento nella realtà quanto ha prima generato con la potenza del pensiero e ottiene la realizzazione della Luce Chiara, la natura profonda della mente. A questo punto il tempo è senza misura né finalità ed è mancante d'esistenza: la scoperta del regno segreto di Shambala è un viaggio interiore nel Santo Regno, raffigurato come un immenso loto a otto petali simile al chakra del cuore.

#### 3.1. La ruota del tempo esterno: il cosmo

##### 3.1.1 *L'universo descritto nell'Abhidharmakosa*

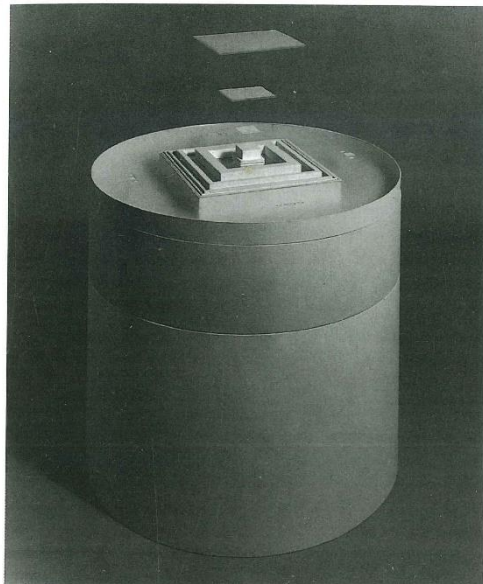
E' interessante notare che la cosmologia buddhista considera l'esistenza di "sciami planetari" come un ammasso di piccoli cosmi e mostra per questo una notevole corrispondenza con l'attuale concezione occidentale dell'universo.(1) Secondo l'*Abhidharmakosa*, testo scritto da Vasubandhu nel IV-V secolo, l'universo infatti comprende un numero infinito di sistemi planetari. Ognuno di essi ospita un enorme piedistallo cilindrico, sulla cui superficie, composta di acqua e montagne, poggia un regno celeste. Un migliaio di milioni di tali sistemi, o unità planetarie, poggia su un'ulteriore base cilindrica aerea, così vasta da non poter essere espressa in numeri.

(1) Poussin La Vallé, "L'Abhidharmakosa de Vasubandhu", II, Parigi 1923-31

Il testo narra che “prima dei tempi primordiali gli effetti delle azioni degli esseri viventi induce un vento forte ad innalzarsi dalle quattro direzioni celesti, riempiendo il vuoto con nuvole e piogge torrenziali. Dall'acqua furiosi uragani formano la colossale base cilindrica del sistema planetario. Sull'acqua con il soffio del vento si forma una schiuma fitta, pesante e gialla fino a trasformarsi in terra dorata, al centro della quale sorge il Monte Meru, una montagna-colonna composta da oro, argento, lapislazzuli e cristallo, munita sui quattro lati di terrazze. Intorno ad essa dal rimescolamento degli elementi si ergono sette pareti montuose d'oro. Nelle valli la pioggia si condensa in grandi mari di acqua fresca che prende il nome di *oceano interno*. Oltre la catena più bassa e più esterna si trova un enorme oceano salato detto il *gran mare esterno*, nel quale galleggiano dodici continenti”.

L'orlo del disco aureo terrestre è circondato da un'ottava parete montuosa, fatta di ferro.

Il mondo degli esseri viventi si trova al centro del continente meridionale, sul versante meridionale del monte Meru.(2) Al centro della regione quadrata sulla sommità di Meru si trova la città di Sudarsana e al centro s'eleva Vaijayanta, il palazzo appartenente al capo delle trentatré deità principali, che vivono in questo regno.



3.1.2 Modello in scala del cosmo secondo fonti risalenti all'Abhidharmakosa

(2) Poussin La Vallé, “L'Abhidharmakosà de Vasubandhu”, II , Parigi 1923-31

La disposizione simmetrica e centrale tipica del mandala è evidente: la superficie della montagna è divisa in quattro regioni che corrispondono alle direzioni celesti, orientate verso il centro.

Inoltre si comprende come il sistema planetario buddhista tenga in maggiore considerazione le regioni superiori rispetto a quelle inferiori, cosicché la purezza cresca in proporzione all'altezza.

Questa complessa concezione del cosmo è sempre stata di difficile rappresentazione rispetto alle proporzioni reali : a volte nella stessa opera alcune parti possono essere rappresentate in piano, come riprodotte dall'alto, altre volte in rilievo, viste cioè frontalmente.

Diversamente dalla visione antropocentrica occidentale, la concezione buddhista del mondo pone al centro, non la Terra e gli esseri umani, bensì le deità, che formano l'asse teocentrico dell'universo.

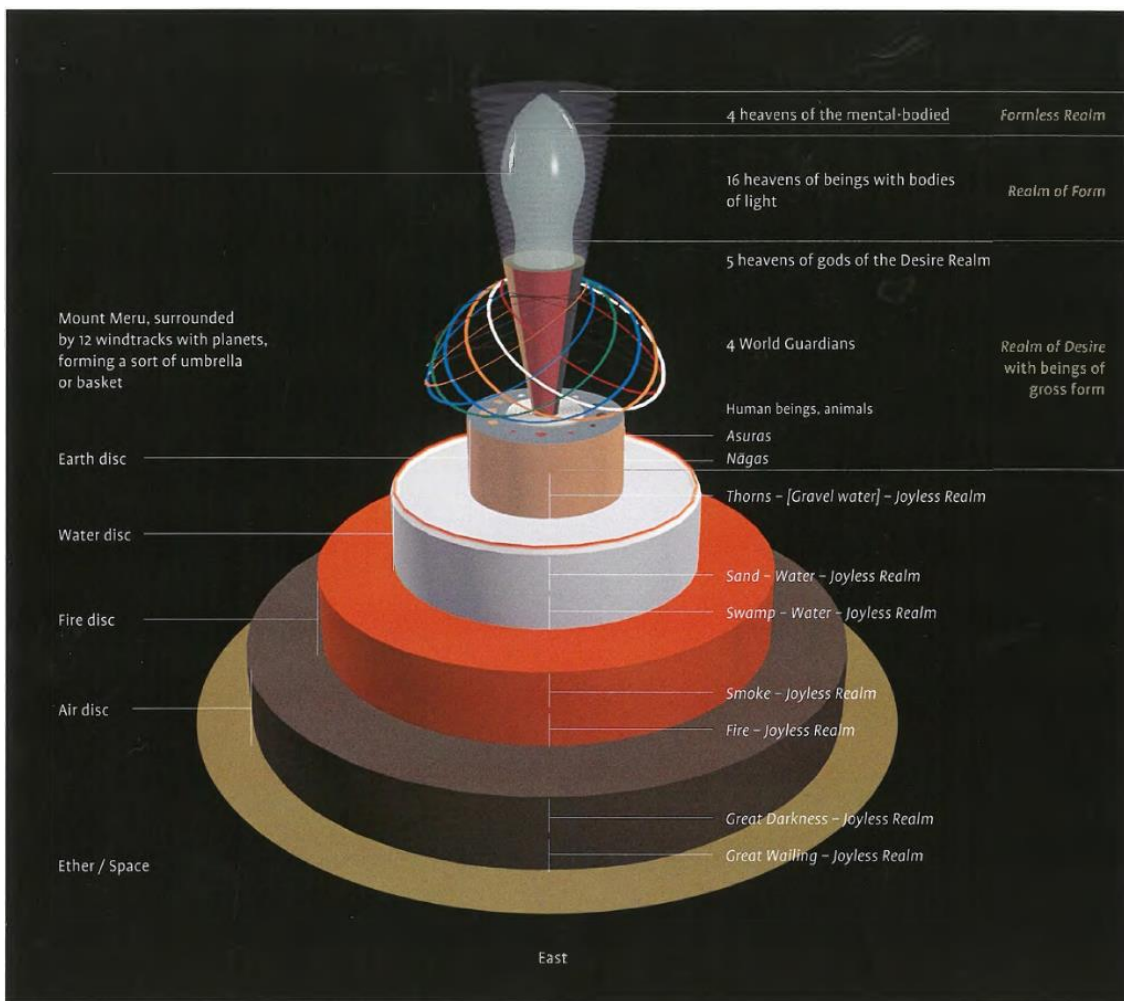
Per cui le visualizzazioni e soprattutto la liturgia del mandala comportano il raggiungimento del centro divino, inteso come ritorno. Il mandala come specchio del cosmo – esterno del mondo e interno della persona – si basa su strette relazioni tra universo, persona e mandala stesso.

### *3.1.2 L'universo secondo la tradizione Kalacakra*

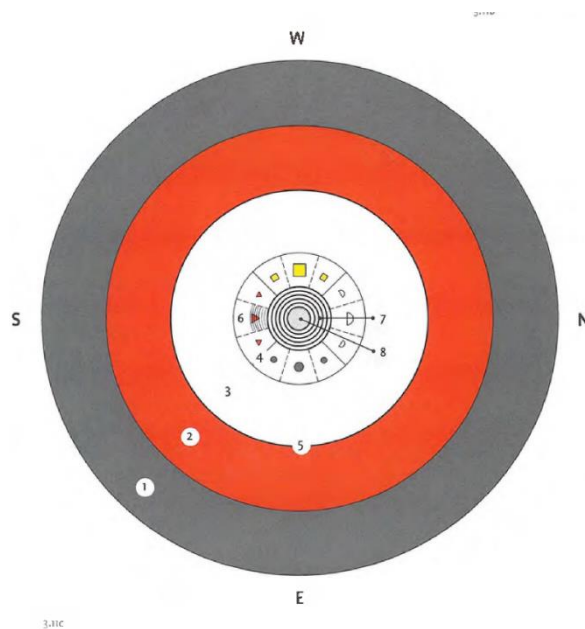
Nelle tradizioni buddhiste non esiste una sola visione cosmologica e questo in parallelo si accorda con le inclinazioni karmiche e il grado di sviluppo individuale. Quindi ogni cosmologia è valida, non può essere esclusiva, essendo di per sé relativa e non assoluta. D'altronde il mondo stesso e l'intero universo sono soggetti a continuo cambiamento.(3)

La concezione buddhista del Tantra Kalacakra postula che gli universi nascono, muoiono e rinascono a intervalli di tempi infiniti. Come per Vasubandhu la struttura del cosmo è di tipo mandalico con al centro il Monte Meru, però non quadrato ma circolare e rastremato verso la base. Questa infatti consiste in quattro colossali piani circolari, l'inferiore dei quali (aria) possiede il diametro maggiore, mentre il superiore (terra) il diametro minore. E' circondato da sei masse di terre concentriche, sei pareti montuose e sei oceani. Incluso il piano dell'acqua vi sono in tutto sette oceani.

(3)Rimpoche Kalu, "The Dharma that illuminates all beings impartially like the light of the Sun and Moon, Ed.Kagyü Thubten Choling Translation Committee Albany, Albany, 1986



3.1.3 Modello del cosmo Kalacakra:anche questo sistema prevede dodici continenti

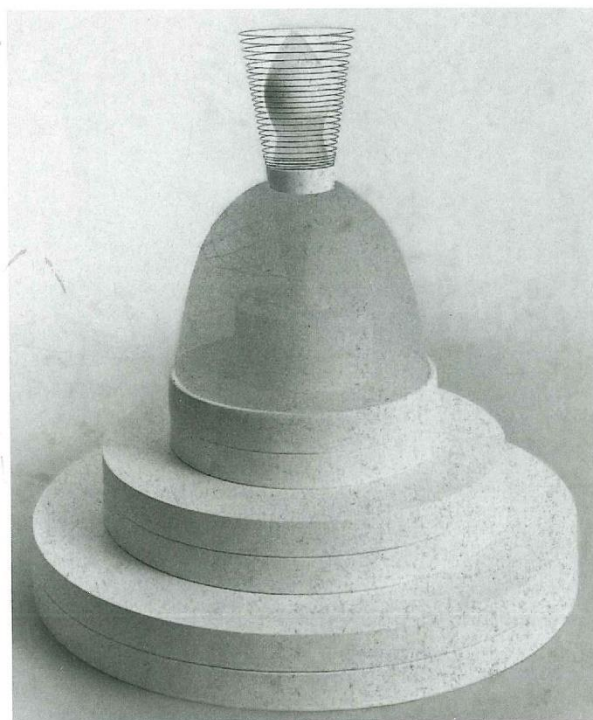


3.1.4 Proiezione piana del cosmo secondo il Tantra Kalacakra.(1) disco dell'aria; (2) disco del fuoco; (3) disco dell'acqua; (4) disco della terra; (5) montagna vajra o di fuoco; (6) continente meridionale con le sette catene montuose;(7) sette anelli; (8) base di monte Meru

Nel modello cosmologico Kalacakra colpiscono l'attenzione i dodici cerchi disposti intorno al monte Meru; sono le orbite sulle quali scorrono i pianeti e sono visibili a forma di ombrello o cesta solo in proiezione o sezione laterale. E' importante notare che l'universo sovrastante il monte Meru assume la forma di una testa umana invisibile, zona nella quale si trovano i venticinque cieli dell'universo Kalacakr. La presenza di questa testa rivela l'esistenza di una relazione speciale tra cosmo Kalacakra e forma dell'essere umano o deità.

### *3.1.3 Un modello architettonico dell'universo: lo stupa*

Lo stupa, struttura sacra già nota nel primo periodo buddhista, simboleggia tutto l'insegnamento del Buddha e la deità medesima.(4) Se osserviamo frontalmente in scala ridotta il modello cosmologico del Tantra Kalacakra e prolunghiamo verso il basso la copertura a forma di campana in corrispondenza dell'intreccio delle orbite astronomiche, avremo una struttura somigliante a quello di uno stupa.



3.1.5 Modello cosmico presentato a forma di stupa, secondo la tradizione del Tantra Kalacakra

(4)Paul Mus, "Baradudur. Les origines du stupa et la transmigration. Essai d'archéologie religieuse comparée", Hanoi, 1935)

In esso vengono conservati, come in tutti i luoghi sacri, le reliquie dei santi, i testi sacri, oggetti di culto e immagini di creta mescolate con le ceneri di un defunto(5).

Osservando le forme di stupa (fig.3.1.6) frequenti in Tibet, Giuseppe Tucci (6) ha dimostrato, basandosi su una fonte giapponese, l'esistenza di una stretta relazione fra l'intero sistema platenario e lo stupa(7).



3.1.6 Stupa Chendehji, Bhutan centrale: ha molto in comune con l'apparenza esterna dell'universo Kalacakra.

Altri studiosi collegano i livelli della struttura sacra ai quattro elementi: la base a quattro gradinate all'elemento *terra*, la sezione mediana a forma di cupola all'*acqua*, i dischi sovrapposti nella cuspide dello stupa al *fuoco* e infine il parasole all'*aria*.

Nei santuari più antichi dello Sri Lanka è evidente la corrispondenza fra l'asse dello stupa e la montagna cosmica; all'interno di ognuno di essi si trova infatti un asse centrale in pietra,

(5)Lama A. Govinda, "Grundlagen tibetischer Mystik", Zurigo 1966

(6)Giuseppe Tucci, "Arte, Architettura e Simbolismo", Indo-Tibetica, I, Roma, 1932

(7)Giuseppe Tucci"Stupa", Arte, Architettura e Simbolismo", Indo-Tibetica, I, Roma, 1932



Indrakila, che designa il palo usato dal dio Indra per unire il cielo e la terra, identico alla montagna cosmica indù .(8) Anche nella liturgia tibetana troviamo le espressioni “pilastro del cielo”, “pugnale terrestre” per indicare le montagne sacre; se consideriamo il Monte Meru assottigliato verso la zona inferiore, l'associazione risulta evidente.

Nell'antica India il pilastro eretto al centro di uno stupa era chiamato *yupa*, termine che indicava l'asse a forma di albero cosmico che collega cielo e terra. (9) Inoltre l'espressione tibetana “albero della vita” o “legno della vita” sempre per indicare l'asse centrale dello stupa, suggerisce la correlazione tra i due elementi.

In molte culture l'albero della vita è considerato il centro del mondo, nel buddhismo rappresenta l'albero sotto cui il Buddha raggiunse l'illuminazione. Il pilastro-stupa, che in tibetano viene chiamato “linea di Brahma”, che secondo Tucci significa “colonna vertebrale”(10) può coincidere con la spina dorsale del corpo umano. Si trovano analogie con l'asse centrale della statua metallica buddhista, che con le altre due *nadi* simboleggia i tre canali principali che corrono lungo la spina dorsale umana. Si possono quindi trovare numerose corrispondenze tra stupa e corpo umano, o piuttosto corpo di Buddha. In un testo giavanese si osserva che “il corpo di Buddha, considerato dall'esterno, è uno stupa”(11)

(8)Irwin,John,1980, “The axial symbolism of the early stupa. An exegeris” a cura di Dallapiccola

(9)Irwin,John,1980, “The axial symbolism of the early stupa. An exegeris” a cura di Dallapiccola

(10)Giuseppe Tucci “Stupa”, Arte, Architettura e Simbolismo”, Indo-Tibetica, I, Roma, 1932

(11)Paul Mus, “Baradudur. Les origines du stupa et la transmigration. Essai d'archéologie religieuse comparée”, Hanoi, 1935

### 3.1.4 Lo stupa e la creazione del primo mandala

Il lama Anagarika Govinda ipotizzò che la creazione del primo mandala avvenne quando il devoto trasformò lo *stupa* dotandolo di un sentiero circondato da un recinto di pietra con quattro uscite.

Ognuna delle quattro porte commemorava uno dei quattro eventi più importanti della vita del Buddha (12). Alcuni stupa vengono circumambulati in senso orario non soltanto al livello della base, ma anche a spirale salendo di piano in piano fino alla sommità, dove si trova il santuario più importante, che custodisce il simbolo dell'assoluto. Questo percorso rappresenta la via verso l'illuminazione, progredendo dalla materia rozza a quella sottile, fino al piano dell'informe e dello spirito, con l'obiettivo finale di accedere alla beatitudine e al vuoto. (13)

Lo *stupa* transitabile più conosciuto è quello di Borobodur a Giava, alto 30 m e risalente al IX-X secolo. Esso illustra in modo tridimensionale gli elementi che formano l'immagine dell'universo, tra cui la montagna del mondo e i piani delle deità.



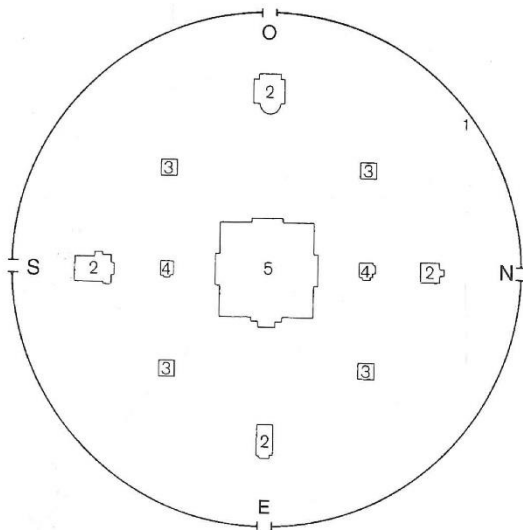
3.1.7. Stupa di Borobodur a Giava

(12) Lama A. Govinda, "Grundlagen tibetischer Mystik", Zurigo 1966

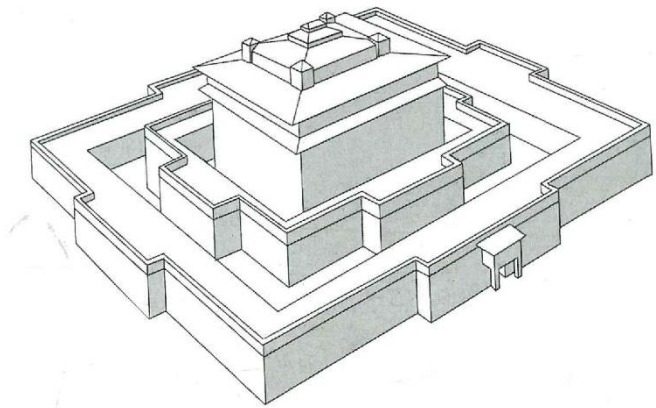
(13) Lama Govinda Anagarika, "Die Entstehungsgeschichte des buddhistischen Mandala", Der Kreis, N° 179, Aprile-Giugno 1986

### 3.1.5 Altri esempi di modelli architettonici dell'universo

In armonia con la concezione buddhista del cosmo venne progettato Samye, il più antico monastero in Tibet, che attualmente non conserva più il suo carattere originale, a seguito di ampliamenti e demolizioni. La cinta muraria di Samye corrisponde alla montagna di ferro (1), i quattro edifici, uno per ogni direzione cardinale, corrispondono ai quattro continenti maggiori (2), le direzioni intermedie sono contrassegnate da quattro stupa (3), mentre i due edifici minori sull'asse nord-sud simboleggiano il sole e la luna (4), infine il tempio centrale a forma quadrangolare, corrisponde al palazzo che si erge sul Monte Meru.



3.1.8 Ricostruzione del recinto originario del monastero di Samye



3.1.9 Ricostruzione del tempio principale di Samye nella sua forma originale

Il tempio tibetano Io Jokhang, che secondo la leggenda fu eretto nel 639 su uno stagno circolare, cela al suo interno una struttura mandalica, che è anche simbolo cosmico.

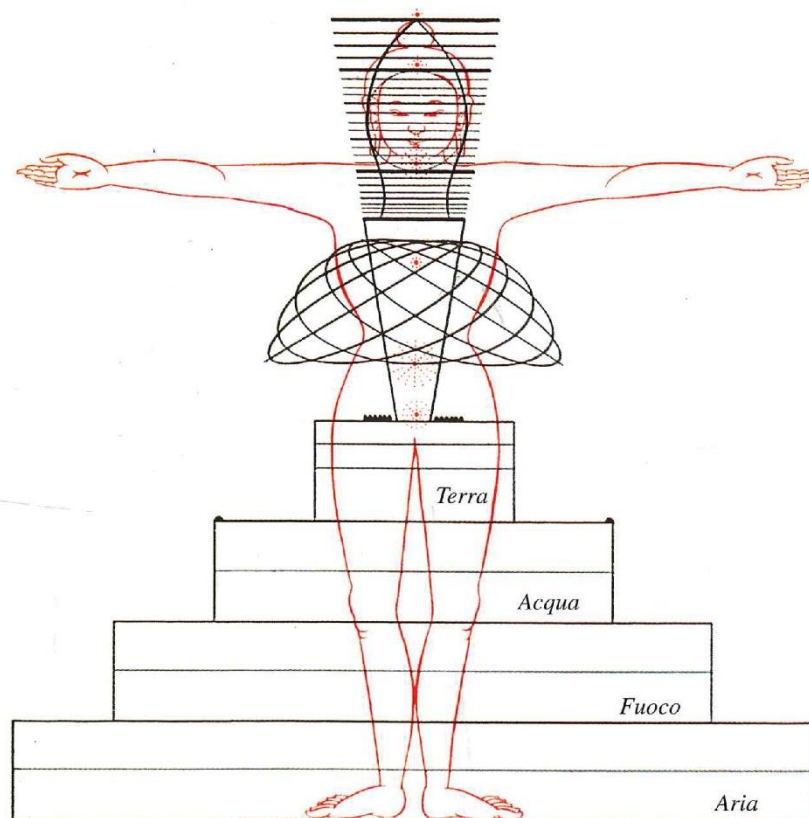
Anche quest'edificio è stato ampliato molte volte, per cui lo stato attuale non consente facilmente di individuare la struttura iniziale mandalica. Recinti architettonici con una struttura mandalica sono diffusi in tutta l'Asia. Ricordiamo Tiruvanamalai, la città-tempio dell'India meridionale, con al centro il santuario della deità principale; Bhaktapur nel Nepal il cui assetto urbanistico descrive un mandala con il santuario al centro; il Mingtang, Palazzo imperiale della Cina prebuddhista e infine la capitale Tang di Chang'an, allineata alle quattro direzioni cardinali e munita di dodici porte, una

per ogni mese(14) L'importanza posta al centro non è tuttavia una peculiarità esclusiva dell'architettura asiatica. Si trovano esempi a struttura mandalica con la città di Gerusalemme, Roma, Gur e Baghdad.

### 3.2 *La ruota del tempo interno: la persona*

#### 3.2.1 *Somiglianze tra persona e cosmo*

Nel *Tantra Kalacakra* è approfondito in modo particolare il tema delle somiglianze strutturali tra universo, mandala e corpo umano. Come accennavo nell'introduzione del terzo capitolo, il testo descrive tre livelli che interagiscono tra di loro, le cosiddette ruote del tempo: “esterno”, “interno” e “alternativo” o “diverso”.



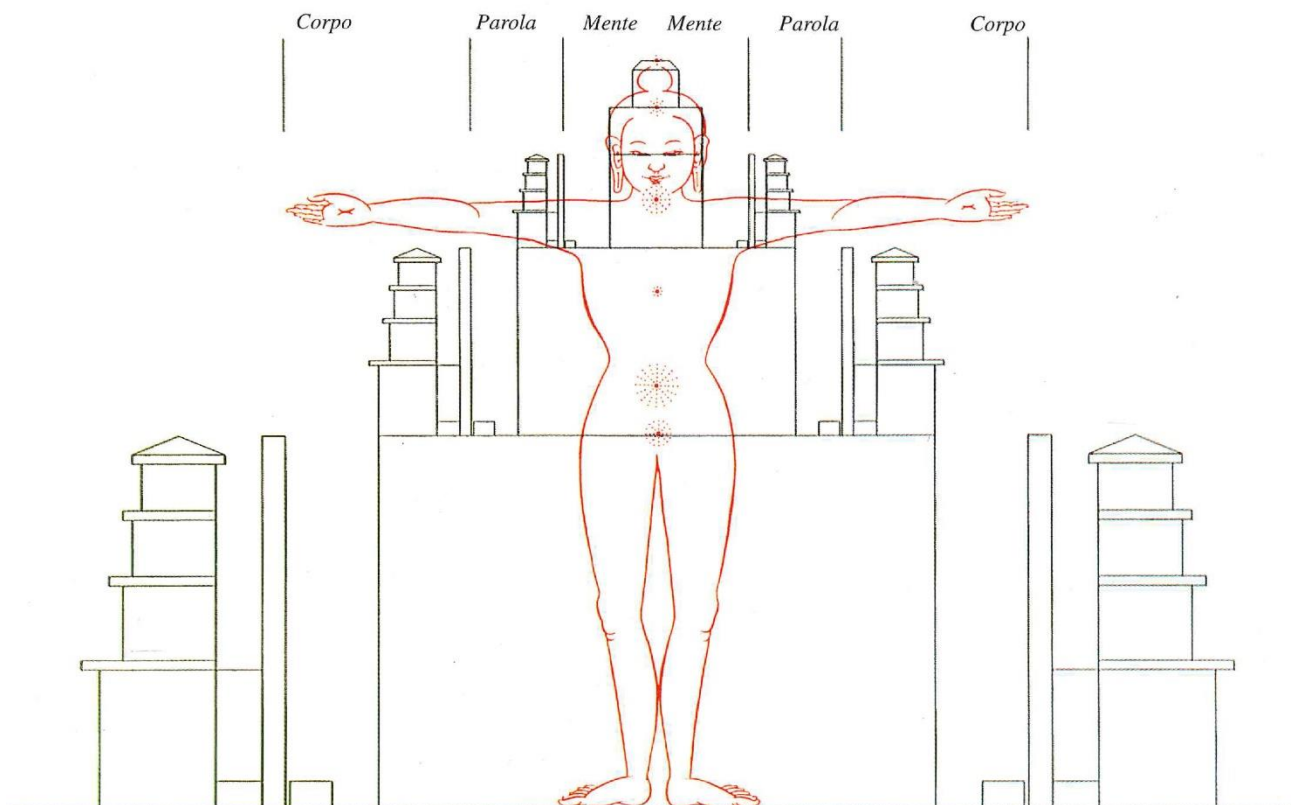
3.2.1 Corrispondenze strutturali fra universo Kalacakra e corpo umano

(14) Robert Heine-Geldern, “Weltbild und Bauform in Sudostasien”, *Acta Ethnologica et Linguistica*, N.55, Vienna, 1982

La “ruota del tempo esterno” comprende tutte le apparenze visibili esterne all'umano, cioè l'universo con i piani degli elementi, Monte Meru, i venti, il ritmo cronologico.

La “ruota del tempo interno” è formata dall'essere umano, la cui struttura, composizione e “periodicità interna” corrispondono a quelle della “ruota temporale esterna”. Infine la “ruota del tempo alternativo” che costituisce l'insegnamento di queste corrispondenze e analogie, da cui deriva la tecnica yoga.

Se osserviamo la figura 3.2.1, possiamo osservare le corrispondenze tra l'universo Kalacakra e il corpo umano: il capo umano sovrasta l'universo Kalacakra, i dischi sovrapposti dei quattro elementi si elevano a un'altezza metà dell'universo in corrispondenza dell'osso iliaco umano, il Monte Meru coincide con la colonna vertebrale, le orbite planetarie celesti corrispondono alla parte superiore del corpo umano fino ai polmoni, ossia ai canali più importanti, quelli in cui fluisce il soffio vitale, che vanno purificati e tenuti sotto controllo(1)

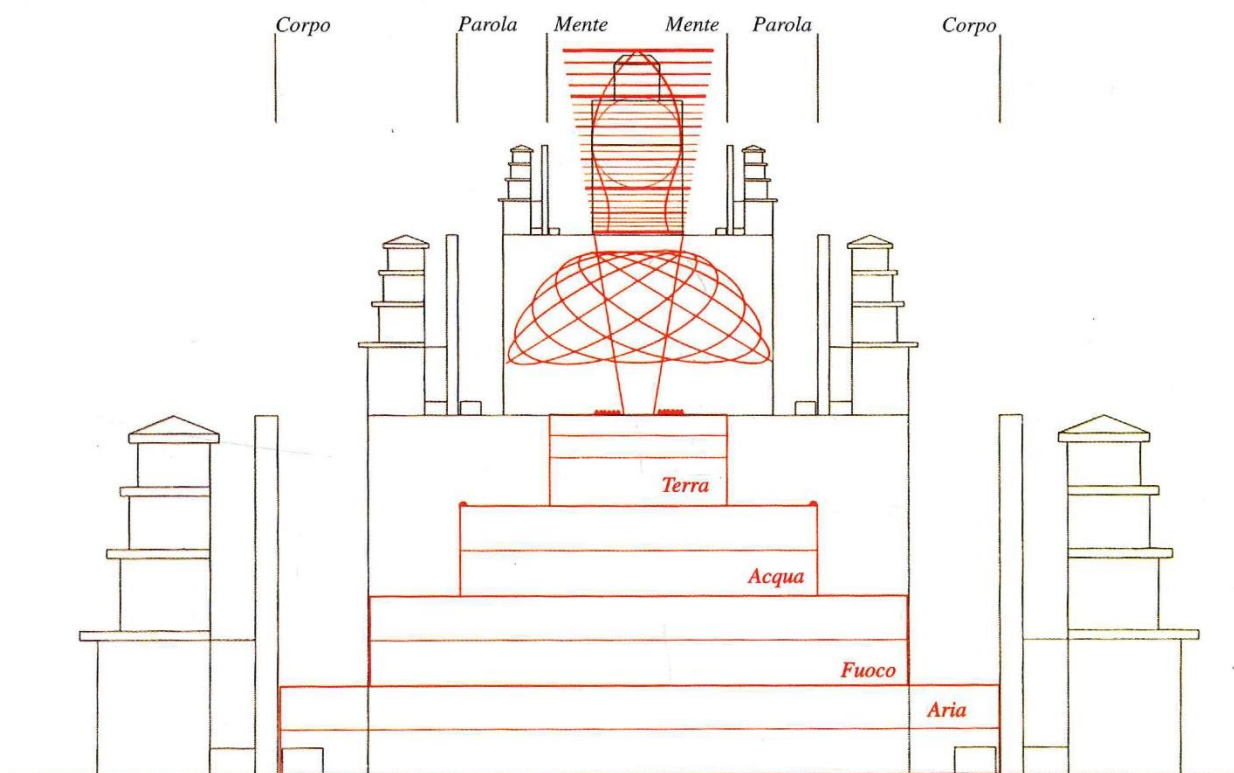


3.2.2 Corrispondenze strutturali fra corpo umano e palazzo del mandala Kalacakra

(1)John R. Newman, “The Outer Wheel of Time: Vajrayana Buddhist Cosmology of the Kalachakra Tantra”, Tesi di dottorato, Università del Wisconsin, Madison, 1987

Nella figura 3.2.3 possiamo notare che esistono corrispondenze strutturali anche tra il palazzo del mandala Kalacakra e il corpo umano: il “mandala del corpo” coincide con le gambe, il “mandala mediano della parola” con l'estensione del tronco e il “mandala dello spirito” con la testa.

Inoltre la distanza fra le spalle corrisponde all'estensione del “piano dello spirito”, la distanza fra i gomiti all'estensione del “piano della parola”, per ultimo la distanza fra le estremità di entrambe le mani all'estensione del “piano del corpo”(2). E' di particolare importanza il punto tra le sopracciglia, il terzo occhio, fondamentale nelle tecniche di meditazione yoga, perché coincide con il centro del mandala, la zona in cui dimorano le due più alte deità mandaliche, Kalacakra e Visvamatr..Nella figura 3.2.3 si possono chiaramente cogliere altre analogia tra l'universo e il palazzo Kalacakra.



3.2.3 Corrispondenze strutturali fra universo Kalacakra e palazzo del mandala

L'altezza del palazzo corrisponde alla larghezza della sua base escludendo i portali d'accesso, così come l'altezza e la larghezza del cosmo sono uguali. Lo stesso vale tra i piani degli elementi del cosmo e quelli del corpo, parola, mente. Infine vi è una corrispondenza tra la zona culminante del Monte Meru e il cubo all'interno del mandala dello spirito.

(2)Stella Kramrisch, “The Hindu Temple”, 2 voll, Calcutta, 1946

### 3.2.2 Il piano del Corpo

Per il buddhismo l'individuo è composto da cinque costituenti temporanei, *skandha*: forme, sensazioni, percezioni, fattori mentali e coscienza. Nella tradizione Kalacakra ne viene aggiunto un sesto, la sapienza o “coscienza profonda”. Oltre ai costituenti altri cinque elementi o parti essenziali compongono l'essere umano: lo spazio, l'aria, il fuoco, l'acqua e la terra. Sia i costituenti che gli elementi appartengono al piano del corpo e sia nel mandala Kalacakra che nell'iniziazione mandalica vengono accoppiati a simboli e determinate direzioni. Le loro posizioni nel mandala sono indicate nella figura 3.2.3, dove si vede chiaramente la struttura mandalica del corpo umano. I costituenti e gli elementi del corpo umano, essendo collegati ai sei chakra, possono essere disposti anche verticalmente lungo l'asse centrale della colonna vertebrale.

$\bar{R}$ elemento fuoco (1.3)	$L$ costituenti delle forme (2.5)	$L$ Elemento terra (1.5)
$\bar{R}$ costituenti dei sentimenti (2.3)	$A$ elemento spazio (1.1) $A$ costituenti della coscienza (2.1)	$U$ costituenti delle percezioni (2.4)
$\bar{I}$ elemento aria (1.2)	$I$ costituenti dei fattori mentali (2.2)	$\bar{U}$ elemento acqua (1.4)

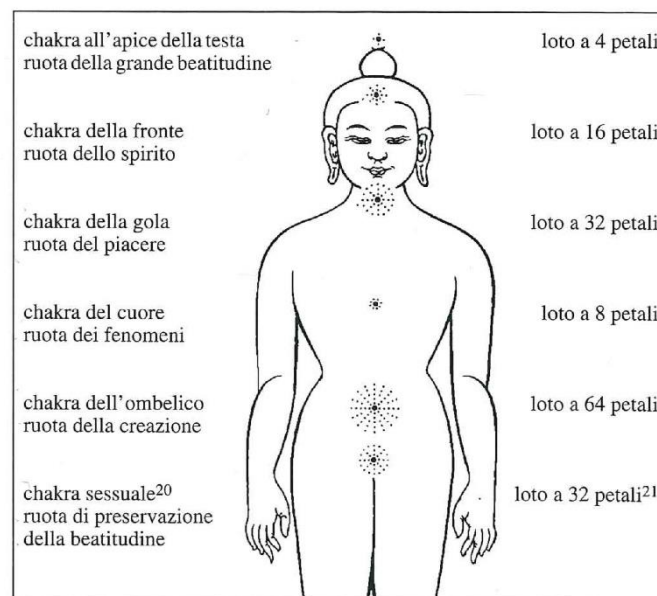
3.2.4 I cinque elementi e i cinque costituenti. Il primo numero che segue ogni elemento e costituente indica in quale iniziazione mandalica vengono purificati, il secondo indica l'ordine di purificazione nella relativa iniziazione. (per es. il fuoco 1.3. è un elemento purificato nella prima iniziazione, al terzo ordine di priorità).

### 3.2.3 Il piano della Parola

Secondo la concezione tantrica, il corpo è attraversato da settantaduemila canali invisibili (*nadi*); in essi fluiscono gli spiriti o soffi vitali (*prana*)(3). I canali energetici e gli spiriti sono considerati i più importanti componenti della persona, appartenenti al piano della parola.

Tre sono i canali principali, due si trovano a sinistra e a destra della colonna vertebrale, il terzo, quello mediano, quasi di fronte. Il canale mediano (*dbu ma*) parte dai genitali e attraversa l'interno del corpo fino alla sommità del capo, da qui devia un po' in avanti fino al terzo occhio.

Il canale bianco di sinistra (*rkyang ma*) si estende dalla narice di sinistra fino alla parte terminale del canale mediano, superandola di circa uno-due centimetri, mentre il destro, il canale rosso (*roma*), compie lo stesso percorso partendo dalla narice destra. Il canale sinistro è collegato alla luna, il destro al sole. I sei chakra o fiori di loto (*padma*), ognuno dei quali con un numero di petali diversi a seconda dei canali energetici collegati, si trovano in punti specifici lungo il *nadi* centrale, in corrispondenza degli organi sessuali, dell'ombelico, del cuore, della gola, della fronte e della sutura sagittale. Ad ogni chakra, il canale sinistro si avvolge in senso orario intorno al canale mediano, il destro in senso antiorario.



3.2.5 I sei centri di energia o potenza (chakra) di un essere umano secondo la tradizione Kalacakra

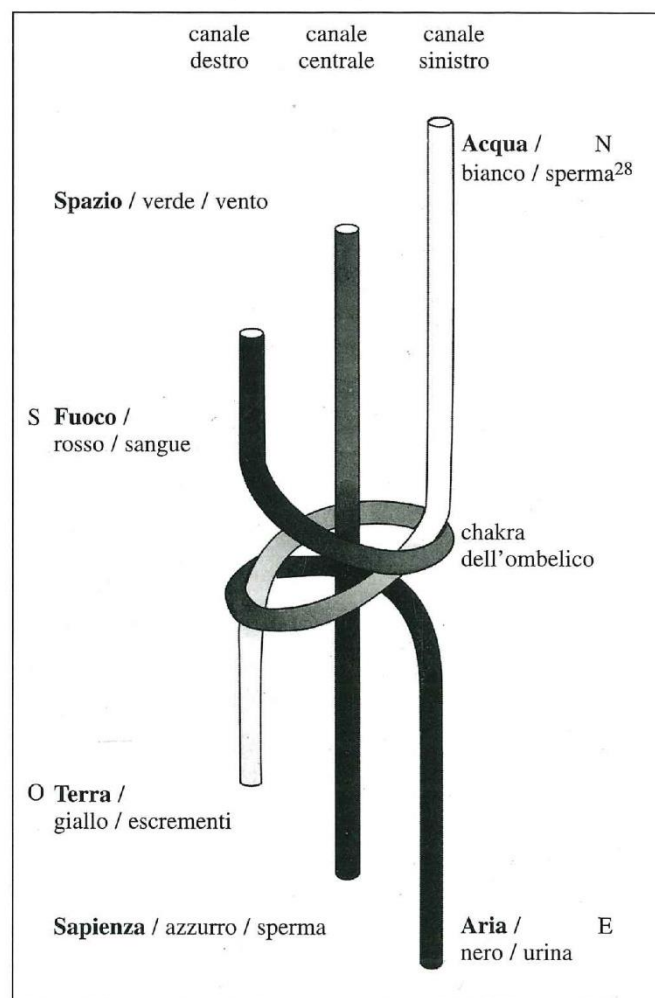
(3) Gyatso Tenzin (XIV Dalai Lama, "Heart of Mantra", In Tsongka-pa, 1981



Lo schema a tre canali è utile per comprendere il corpo umano inteso come mandala e lo stesso mandala Kalacakra. Di regola nel mandala una deità rossa è sempre in coppia con una bianca ; una nera con una gialla e una verde con una blu, dal momento che solo “partner” uguali o complementari possono formare una coppia ragionevole.

Così trovano corrispondenza anche le combinazioni cromatiche dei tre (o sei) canali: rosso e bianco (superiore destro-superiore sinistro); nero e giallo (inferiore sinistro-inferiore destro); verde e blu (mediano superiore-mediano inferiore) (4).

Gli spiriti vitali che fluiscono nei canali possiedono tutti i processi mentali e corporei, fungono da veicolo per la coscienza e contengono i semi dell'illuminazione.



3.2.6 Rappresentazione grafica dei tre canali principali situati sopra e sotto il chakra dell'ombelico. Acqua, spazio e aria vengono considerati appartenenti al lato maschile; fuoco, terra e sapienza vengono assegnati al lato femminile.

(4) Glenn H. Mullin, “Bridging the Sutras and Tantras. A collection of ten minor works by Gyalwa Gendun Drub the First Dalai Lama, Tushita Books, Dharamsala, 1981

Secondo il sistema Kalacakra in un essere umano esistono dieci spiriti principali, collegati agli elementi e alle direzioni, che formano quindi nel corpo umano un mandala ideale (5).

Disponendo i dieci spiriti secondo le loro direzioni si ottiene un mandala semplice, che corrisponde alla parte interna e più elevata del mandala Kalacakra, usato nella terza iniziazione mandalica.

Tra universo e persona si ritrovano corrispondenze tra i dodici mesi dello zodiaco e i “dodici cicli di respirazione” attuati durante l'intera giornata. In un ciclo di respirazione una persona compie 1800 respiri, definiti spiriti karmici interni, così che in una giornata si inspira ed espira 21.600 volte(6). Mentre gli spiriti esterni sono alimentati dal *karma* collettivo, quelli interni vengono formati dal *karma* personale. I dieci spiriti principali, che fluiscono nei canali sinistro e destro, corrispondono nel Kalacakra alle orbite intorno a Monte Meru.

#### 3.2.4 *Il piano dello Spirito*

L'individuo, secondo il buddhismo tantrico, oltre ai piani del corpo e della parola possiede distinte componenti mentali: “sei facoltà di senso”, “sei oggetti di senso”, “sei facoltà di azione” e “sei azioni”, che in base ai simboli ad essi attribuiti nella quinta e sesta iniziazione vengono organizzati in forma mandalica(7). Il piano dello spirito o della “grande beatitudine”, associato alla coscienza profonda ha come simbolo la campana; è collegato alla quarta iniziazione e si trova al centro del mandala.

#### 3.2.5 *I quattro stati di esistenza e le quattro gocce*

Durante la veglia, il sogno, il sonno profondo e l'estasi, che rappresentano i quattro stati dell'esistenza umana, gli spiriti vitali si concentrano in punti particolari, detti “gocce” (*thig le*) nei diversi chakra.(8)

(5)Paul Mus, “Baradudur. Les origines du stupa et la transmiration. Essai d'archéologie religieuse comparée”, Hanoi, 1935

(6)John R. Newman, “The Outer Wheel of Time: Vajrayana Buddhist Cosmology of the Kalachakra Tantra”, Tesi di dottorato, Università del Wisconsin, Madison, 1987

(7)Jeffrey Hopkins, “Meditation on Emptiness”, London, Wisdom Publications, 1983

(8)N.L. Geshe Dhargyey, “A commentary on the Kalacakra Tantra, Dharamsala, 1985)

Nello stato di veglia, in cui si producono le apparenze degli oggetti grazie agli organi di senso, gli spiriti vitali della parte superiore del corpo si raccolgono in una goccia nel chakra della fronte, detta “goccia del corpo”(9). Nello stato di sogno, che dà origine al linguaggio, gli spiriti vitali della parte superiore del corpo confluiscono all'interno del chakra della gola nella “goccia della parola” o del “sogno”. Nello stato di sonno profondo, durante il quale emerge la coscienza, gli spiriti superiori si concentrano nel chakra del cuore, formando la “goccia dello spirito” o del “sonno profondo”; infine nello stato di estasi sessuale essi rifluiscono nel chakra dell'ombelico, formando la “goccia della coscienza profonda”(10). Poiché gli spiriti raccolti nei chakra contengono impurità e le apparenze che si producono nei diversi piani sono maculate ( apparenze impure di oggetti, suoni impuri, spirito impuro e beatitudine orgasmica impura), attraverso l'attività di meditazione le apparenze gradualmente si dovrebbero purificare e divenire “forme vuote”, “suoni vuoti”, “spirito chiaro non concettuale”, “grande beatitudine immutabile”. Con le apparenze purificate, successivamente nella “fase di generazione”, verranno realizzati il puro corpo adamantino di Buddha, il puro linguaggio adamantino di Buddha, la pura mente adamantina di Buddha e la pura beatitudine adamantina di Buddha.

### 3.2.6. *La nascita di un essere umano e l'evoluzione cosmica*

Secondo il *Tantra Kalacakra* una persona ha origine in modo analogo alle deità mandaliche.

La coscienza del defunto e lo spirito vitale dopo aver individuato una coppia in congiunzione carnale penetrano nell'uomo attraverso la bocca o la sutura sagittale, scendendo fino al pene, da cui raggiungono l'utero della donna(11).

Il sangue della madre e lo sperma del padre, insieme alla coscienza del nuovo essere pronto alla rinascita, si mescolano per formare la goccia indistruttibile che occuperà il centro del cuore, grande

(9)N.L. Geshe Dhargyey, “A commentary on the Kalacakra Tantra, Dharamsala, 1985

(10)N.L. Geshe Dhargyey, “A commentary on the Kalacakra Tantra, Dharamsala, 1985

(11)Glenn H. Mullin, “Bridging the Sutras and Tantras. A collection of ten minor works by Gyalwa Gendun Drub the First Dalai Lama, Tushita Books, Dharamsala, 1981

come un seme di senape: requisito indispensabile per un nuovo corpo.

Finché il bambino si trova nel ventre è inconsapevole dei quattro stati di veglia. Nel momento del parto il bambino viene allora risvegliato dai canti di quattro dee o Buddha femminili, che penetrano nell'utero e attivano gli spiriti del feto. I soffi vitali lasciano allora il corpo, escono dal cuore, attraversano il chakra dell'ombelico, i due canali laterali ed entrambe le narici. E' in questo momento che i neonati cominciano a respirare e gli organi di senso assumono le loro funzioni. Con l'avvio delle funzioni dei sensi il bambino ottiene anche le sei facoltà di azione. Nella figura 3.2.7 viene illustrato un inventario degli elementi costitutivi di una persona secondo il Tantra kalachakra.

Corpo		Parola		Spirito		
Sei elementi	Sei costituenti	Dieci spiriti	Sei (o due) canali <sup>49</sup>	Sei sensi	Sei facoltà di azione	Emblema/ Direzione
aria	fattori mentali	spirito che accompagna il fuoco (1)	inferiore sinistro	senso dell'olfatto	facoltà della bocca	spada (E)
fuoco	sensazioni	+ spirito tartaruga (2)	superiore destro	senso della vista	facoltà del braccio	gioiello (S)
acqua	percezioni	spirito ascensionale + spirito lucertola ( <i>krkalā</i> ) (3)	superiore sinistro	senso del gusto	facoltà della gamba	loto (N)
terra	forme	+ spirito <i>devadatta</i> (4)	superiore destro	senso del tatto	facoltà della defecazione	ruota (O)
spazio	coscienza	spirito pervasivo + spirito <i>devadatta</i> (5)	inferiore sinistro	senso dell'udito	facoltà dell'urinazione	<i>vajra</i> (sopra)
<b>Settima iniziazione</b>		spirito serpente ( <i>nāga</i> ) (6)	inferiore destro	senso della mente	facoltà dell'iaculazione	campana (sotto)
coscienza profonda (grande beatitudine)	coscienza profonda (sapienza)	+ spirito <i>dharmajaya</i> (7)	superiore centrale			
		spirito che sostiene in vita (8)	inferiore centrale			
		spirito discensionale (9)				
		spirito discensionale (10)				
Sei Buddha femminili	Sei Buddha maschili	Dieci Śakti	Kālacakrae Viśvamātr	Sei Bodhisattva	Sei deità irose	
Prima iniziazione	Seconda iniziazione	Terza iniziazione	Quarta iniziazione	Quinta iniziazione	Sesta iniziazione	

3.2.7 Le componenti più importanti dell'essere umano e la loro associazione a deità ed iniziazioni mandaliche. Come regola, si conteggia, 36 componenti, si considerano due canali (sinistro e destro); l'elemento e il costituente della coscienza profonda vengono purificati separatamente nella settima iniziazione.

I piani del corpo, della parola e dello spirito rispecchiano la suddivisione del palazzo mandalico. Esistono corrispondenze anche tra lo sviluppo di una persona e le fasi della meditazione mandalica. Ad esempio la fase del “mandala vittorioso supremo” corrisponde al periodo in cui il bambino è nel ventre materno; lo “yoga delle azioni supremamente vittoriose” corrisponde al momento della nascita(12).

(12)Roger Jackson, “The Kalacakra generation-stage sadhana”, a cura di Simon, 1985

### *3.2.7 La morte di un individuo secondo il Tantra Kalacakra*

Secondo la tradizione Kalachakra, il processo di morte comincia con la percezione dei vari sensi che svaniscono, finché restano solo la coscienza mentale e il relativo spirito, che mantiene in vita il corpo; entrambi confluiscono nel canale mediano e si ritirano al centro del cuore. I nodi del canale mediano si sciolgono, e il bodhicitta bianco discende dall'apice della testa fino al cuore. In questa fase la persona morente percepisce una luce pallida, poi compare una visione rossastra, dovuta all'ascesa del bodhicitta rosso dall'ombelico al chakra del cuore; infine il bodhicitta bianco e quello rosso avvolgono completamente la goccia indistruttibile nel cuore(13).

A questo punto la persona morente percepisce un buio totale e poi una luce chiara splendente e brillante: la "chiara luce della morte".

Durante questa visione luminosa si manifestano la coscienza sottile e lo spirito sottile del defunto. La chiara luce della morte ricorda la "chiara luce della pura realtà" che lo yogin sperimenta nella fase di completamento. A questo punto la coscienza e lo spirito sottile del defunto lasciano la goccia indistruttibile attraverso una delle aperture del corpo, come ad esempio le narici.

Secondo la concezione buddista, la rinascita è provocata dall'influenza di moti accumulati in vite precedenti, ossia il karma. Il veicolo sono gli spiriti, che dopo essere passati per la morte causano la rinascita; solo quando gli spiriti vengono purificati e dissolti nello yoga della fase di completamento il ciclo di rinascita si può interrompere.

(13) N.L. Geshe Dhargyey, "A commentary on the Kalacakra Tantra, Dharamsala, 1985

### ***3.3. La ruota del tempo alternativo : il metodo tantrico***

#### *3.3.1 Universo e persona nella liturgia del mandala*

Lo scopo principale del buddhismo è quello di purificare gli spiriti vitali e le quattro gocce di impurità principali. Per compiere ciò il meditante deve comprendere il vuoto e può avvalersi come supporto di un mandala, che illustra chiaramente la corrispondenza fra il corpo dell'adepto e l'universo. L'adepto dovrà prima passare attraverso la “fase di generazione”, mediante la quale si purifica e ottiene la consapevolezza della corrispondenza fra cosmo esterno e interno.

Solo dopo aver raggiunto la necessaria maturità può governare e dissolvere gli spiriti, portando a termine la “fase di completamento” del *sadhana* Kalacakra.

La meditazione mandalica e la visualizzazione delle deità può incoraggiare questo processo, in cui la falsa opinione delle cose è abolita. Proprio per l'impiego di energie sottili e la visualizzazione delle deità il buddhismo tantrico differisce dalle altre scuole buddhiste.

#### *3.3.2 Meditare per analogia*

Esistono due metodi di meditazione buddista: il primo consiste nel meditare l'opposto di quello che si intende conseguire per creare i presupposti del cambiamento; l'altro è dato dall'imitazione, ovvero “pensiero e azione per analogia” per realizzare il corpo, la parola e lo spirito di Buddha.

Lo scopo del buddismo tantrico è quello di sperimentare la luce nella sua forma pura e chiara per eliminare gli effetti accumulati con le azioni precedenti e raggiungere la buddhità.

Il sentiero della buddhità si articola in diversi livelli. Le pratiche del livello inferiore consentono di imitare le pratiche più alte, costituiscono quindi un'anticipazione per analogia delle prove successive della “fase di completamento”.

Nella “fase di generazione” lo yogin immagina la propria esistenza come vuoto con le sembianze di deità sempre diverse, affinché nella “fase di completamento” sia in grado di divinizzare tutto il suo corpo e la sua mente, essere cioè completamente liberato.

Per comprendere meglio il rito mandalico, la relazione tra deità, mondo esterno e interno può essere d'aiuto la descrizione della deità Kalacakra

Nella figura 3.3.1 Kalacakra è riuscito, evitando che il bodhicitta bianco maschile e quello rosso femminile lasciassero il suo corpo, a domare gli spiriti e a conservare lo stato di beatitudine.

Questo è rappresentato dalla sua postura: la gamba destra rossa e distesa, indica il flusso in discesa del bodhicitta rosso, mentre quella a sinistra è bianca e piegata a indicare l'ascensione del bodhicitta bianco.



3.3.1 Kalacakra e Visvamatr

Kalacakra poggia ciascun piede su una deità, a simboleggiare che egli controlla gli spiriti karmici dei canali sinistro e destro, guidandoli verso quello mediano. Quest'ultimo è rappresentato dal corpo della deità di colore azzurro, che sta a significare “sapienza profonda”.

Le gambe di Kalachakra rappresentano anche le due parti del giorno, durante le quali il respiro fluisce alternando una volta la parte destra e una volta la parte sinistra.

I tre colli della deità rappresentano i tre canali, mentre le quattro facce, i quattro cicli di respirazione. Le sei spalle a sinistra e sei a destra corrispondono ai cicli di respirazione; le ventiquattro braccia alle dodici fasi lunari crescenti e calanti e ai ventiquattro semicicli di respirazione. Il numero totale delle falangi e articolazioni corrispondono ai giorni dell'anno.

Anche i colori delle dita hanno un significato profondo: il giallo del pollice corrisponde alla terra, il giallo dell'indice all'acqua, il rosso del medio al fuoco, il nero dell'anulare all'aria e il verde del mignolo allo spazio; i colori invece all'interno delle articolazioni stanno a rappresentare, il nero lo spirito, il rosso la parola e il bianco il corpo.

### *3.3.3. L'unione mistica*

Come altre deità tantriche, Kalachakra viene raffigurato unito in amplesso alla paredra.

Tale unione è simbolo dell'unione mistica di “sapienza” o “coscienza del vuoto di ogni cosa” (epifania femminile), e di “metodo” o “compassione” (epifania maschile).

La sessualità nel buddhismo tantrico riveste un ruolo importante, è considerata il punto di partenza per il raggiungimento dell'esperienza del vuoto. Oltre al rapporto sessuale con il partner è possibile raggiungere la stessa esperienza, anche attraverso la meditazione dell'unione mistica. Nel caso si scelga un partner reale, è necessario condividere voti e comandamenti, seguire pratiche tantriche e aver ricevuto le iniziazioni(1)

### *3.3.4 Lo yoga della deità*

Il buddhismo tantrico viene detto anche Vajirayana perché aspira allo stato di buddhità simile al diamante. A seconda del suo carattere e disposizione il meditante sceglie un particolare aspetto

(1) Dhargyey, Geshe Lharampa Ngawang, 1985 “A commentary on the Kalachakra Tantra” (tradotto da Gelong Jhampa Kelsang), Dharamsala



della buddhità e mediante lo “yoga della deità” può immaginare se stesso come un essere altruistico ideale, nella forma di un Buddha(2). Il devoto inizia visualizzando una deità seduta su un fiore di loto in uno spazio sgombro davanti a sé e la accoglie con offerte(3); confessa i suoi peccati, si affida alla deità con richieste e preghiere, infine coltiva le quattro virtù: l'amore- gentilezza, la compassione, la gioia simpatetica e l'equanimità(4). Per poter praticare lo yoga della deità si devono acquistare meriti come recitare mantra, conoscere gli insegnamenti, essere stato presente a una cerimonia di iniziazione, dimostrare desiderio di sviluppare l'illuminazione e trovare rifugio in un guru e nei Tre Gioielli. Dapprima il meditante s'immerge in un bagno di purificazione, poi assume la posizione Vairocana, cioè seduto a gambe incrociate, schiena dritta e sensi sotto controllo(5).

Respirando regolarmente con il pensiero altruistico dell'illuminazione comincia l'autogenerazione della deità. Il meditante inizia contemplando la deità fondamentale ossia il vuoto, l'assoluto estremo. Successivamente deve attraversare sei gradi.

Nel secondo grado chiamato generazione della “deità sonora”, lo spirito della coscienza del vuoto immagina un disco lunare bianchissimo posizionato nel luogo in cui il meditante desidera apparire esso stesso come deità; i suoni del mantra della deità visualizzata vibreranno attraverso il disco lunare.

Nel terzo grado viene generata la “deità della lettera”, i suoni si trasformano in lettere disposte intorno al disco lunare, emettendo raggi di luce che culminano nelle forme della deità meditata, la quale dona ad ogni essere ciò di cui ha bisogno.

Nel quarto grado sia le deità emanate sia i raggi di luce si ritirano nel disco lunare e nelle lettere trasformandosi nella forma della deità iniziale. È stata così generata la “deità della forma”.

Ora il meditante benedice alcune parti del corpo divino, dando vita alla “deità del sigillo” e invita

(2)Jeffrey Hopkins “Introduzione a Tenzin Gyatso, 1985

(3)Gyatso Tenzin (XIV Dalai Lama, “Heart of Mantra”, In Tsongka-pa, 1981

(4)Gyatso Tenzin (XIV Dalai Lama, “Heart of Mantra”, In Tsongka-pa, 1981

(5)Gyatso Tenzin (XIV Dalai Lama, “Heart of Mantra”, In Tsongka-pa, 1981

la deità reale a fondersi con la deità visualizzata, come “acqua nell'acqua”(6). Quest'ultima fase è chiamata “deità del segno”, in cui il meditante ha raggiunto una chiara visione di se stesso come deità.

### *3.3.5 Apparizione della luce*

Le deità si mostrano come corpo di luce o arcobaleni, non consistono di materiali concreti e tangibili(7). Il tibetologo Giuseppe Tucci osservò che in tutte le manifestazioni dell'esperienza religiosa tibetana viene assegnata grande importanza alla luce, “ da cui tutto proviene e che è presente dentro noi stessi”. Tucci riporta come esempio la “coscienza della persona spiritualmente matura che si identifica con la luce e che splende al momento della morte”(8). Il culto della luce lo si ritrova in tutta l'area indo-irianiana, dall'epoca vedica fino al tardo buddismo (9).

Secondo la Abhidharmakosa gli esseri umani in origine possedevano un'irradiazione naturale, simile a quella degli Dei, che persero quando cominciarono a consumare cibo solido, e mentre la loro luce svaniva, sole luna e stelle cominciarono a brillare.

### *3.3.6 Disposizione delle deità nella raffigurazione mandalica*

La tecnica yoga della deità richiede una notevole capacità di immaginazione, soprattutto quando si devono visualizzare molteplici deità disposte secondo un disegno geometrico a forma di mandala. Per questo il devoto per aiutarsi appende le loro figure dinanzi a sé, oppure nei mandala di polvere colorata le dispone su una superficie piatta(10).

Le visualizzazioni di norma vengono rappresentate e dipinte in posizione frontale, persino quando in realtà i singoli elementi sono addirittura uno sopra l'altro. Per rendere chiaro questo sistema di rappresentazione può essere utile confrontare un mandala bidimensionale con uno tridimensionale, come ad esempio il mandala Zhi Kh hro.

(6) Gyatso Tenzin (XIV Dalai Lama, “Heart of Mantra”, In Tsongka-pa, 1981

(7) Wolfgang Schone, “Uber das Licht in der Malerei”, ristampa Berlino 1983

(8) Giuseppe Tucci, “Le religioni del Tibet”, Edizioni Mediterranee, 1976

(9) Eliade Mircea, in “Storia delle religioni”, Vol.11, “Spirito, luce e seme”

(10) Ariane Macdonald, “Le Mandala du Manjusrimulakalpa”, Adrien-Maisonneuve, Parigi, 1962

Al centro di questo mandala, a differenza di quello Kalachakra, solitamente siede in trono Vairocana bianco e in corrispondenza delle quattro direzioni cardinali sono collocati altri Buddha, ognuno di un colore diverso, altre volte contraddistinti da gestualità, ornamenti, vestiario o posizioni del corpo particolari. È interessante notare che le immagini sono contemporaneamente raffigurate in proiezione piana e prospettica, di conseguenza la stessa figura dipinta viene osservata simultaneamente da due punti di vista: da sopra per la sua collocazione piana e di fronte o di lato per la raffigurazione dell'apparenza esterna. Un'altra caratteristica dei dipinti buddhisti tibetani è l'allineamento della colonna vertebrale della deità principale con l'asse centrale verticale e l'allineamento delle altre figure in modo simmetrico rispetto a questa linea centrale.

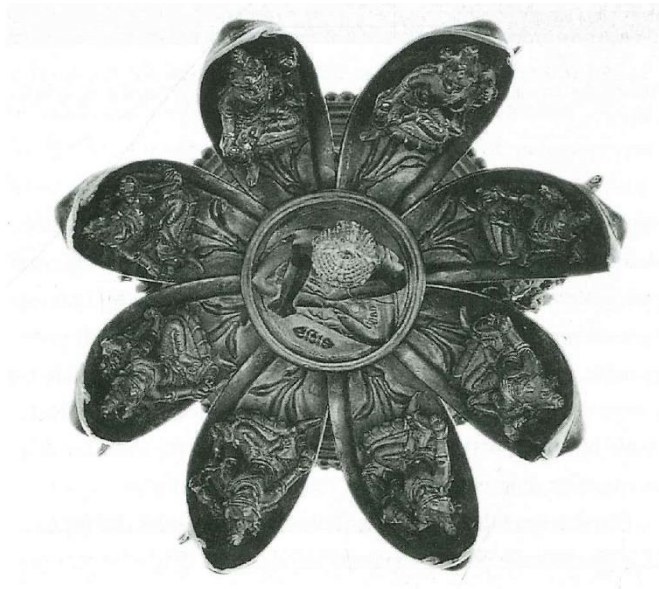


3.3.2 I cinque Buddha Tathagata disposti in un mandala semplice

Di regola la deità principale siede o sta in piedi in posizione sopraelevata rispetto alle figure circostanti per sottolineare il suo posto di rilievo all'interno della gerarchia buddista. Le figure circostanti possono, a volte, essere rivolte verso la deità principale al fine di proteggerla.



3.3.3 Il Buddha Tathagata circondato da otto Bodhisattva su petali di loto.

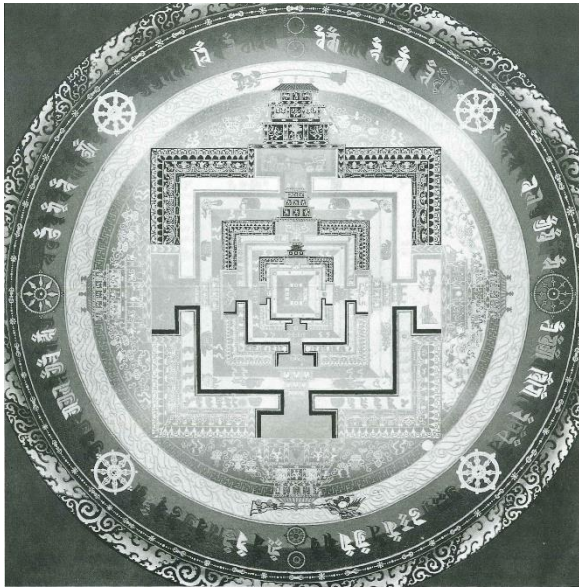


3.3.4 La struttura mandalica è riconoscibile vista dall'alto

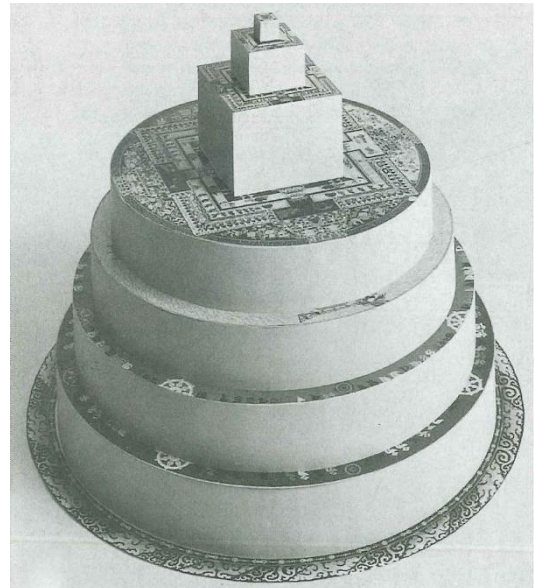
Anche nel mandala della figura 3.3.5 si può notare come i singoli elementi siano ritratti da diversi punti di vista. Nella parte superiore ad esempio i portali, le decorazioni alle pareti sono raffigurati in “rilievo” ossia prospetticamente; invece nella metà inferiore è stato fatto l'opposto, perché le pareti sono raffigurate dall'alto, cioè “in piano”.

Nella figura 3.3.6 è stato rappresentato in modo tridimensionale il mandala Kalachakra per comprendere meglio la sua complessità. Si possono ben vedere i cinque dischi del mandala bidimensionale corrispondere ai piani degli elementi spazio, aria, fuoco, acqua e terra, a fondamento dell'universo. I tre blocchi cubici sulla cima rappresentano i piani del palazzo situato sul Monte Meru. La montagna, non raffigurata, dovrebbe essere situata fra il piano dell'elemento terra, ossia il più piccolo in alto, e il palazzo.

Le proporzioni di questo mandala non sono fedelmente riprodotte nella scala effettiva, poiché la base del palazzo sarebbe di gran lunga più piccola.



3.3.5 Mandala Kalacakra con componenti prospettiche evidenziate nella metà superiore della figura e componenti “piane” nella metà inferiore



3.3.6 Divisione del mandala Kalacakra nei cinque piani degli elementi, (corpo, parola, spirito) del palazzo mandalico; il monte Meru, su cui il palazzo è costruito, non è riprodotto

### 3.3.7. *Il palazzo del mandala*

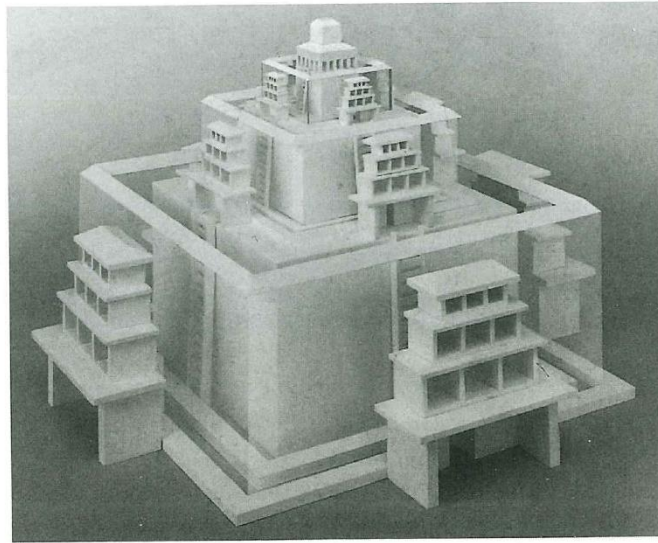
Lo yogin, nel Mandala dello spirito, con il suono OM “emana un palazzo squisito a pianta quadrata, con quattro cancelli e altrettanti portali, fatto d'oro e scintillante della luce di gemme”: è il palazzo del mandala (11), considerato emanazione del Buddha e le sue parti corrispondono a diverse sfaccettature del Buddha illuminato(12). Esso comprende tre aree principali: Corpo, Parola e Spirito e all'interno dimorano quasi tutte le deità invocate nella liturgia mandalica. A parte le sedici dee dedicate alle offerte, tutte le altre si trovano all'interno del palazzo trasparente o fra le pareti del tempio, sui diversi livelli confluenti in alto verso il centro.

Con il programma AUTOCAD è stato possibile visualizzare un modello del palazzo del

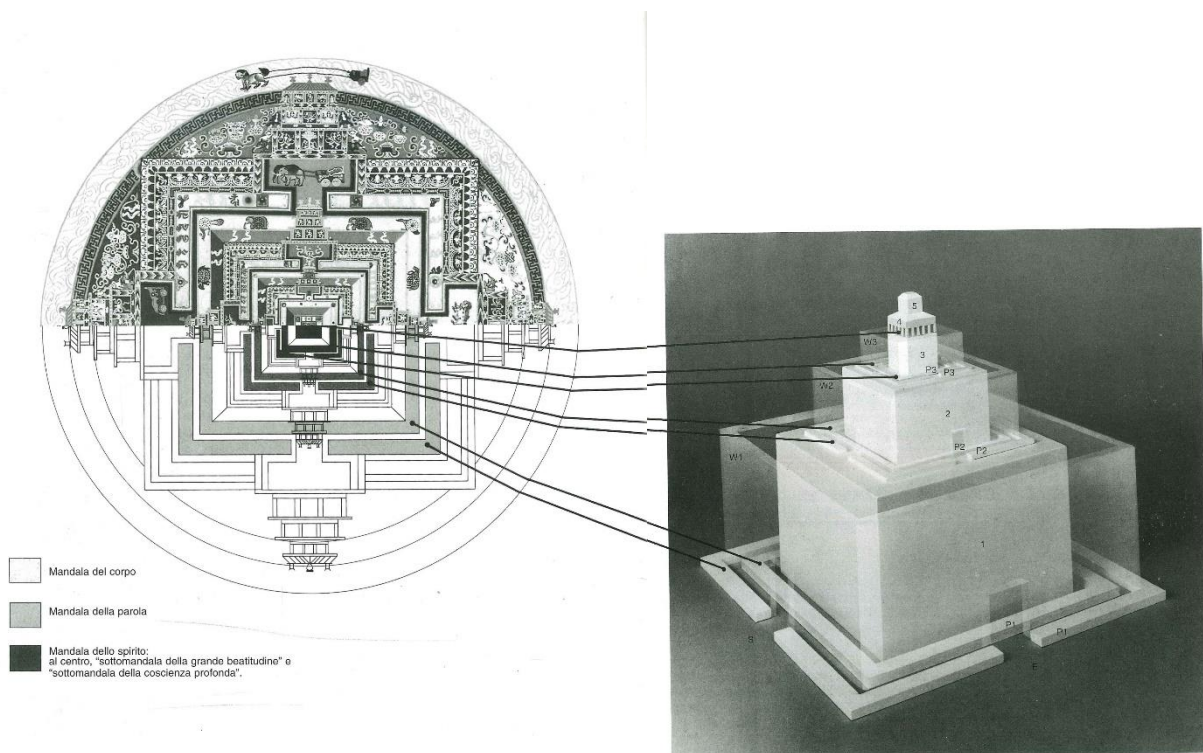
(11)Yeshe Palden, III Panchen Rinpoche, “Abbreviated method for Actualizing Kala chakra, Cycles of Time, one who has overcome and gained all. A Treasure House of Gems”, Tib. Collected Works, CHA, n.919 (Ciclostile senza data e nome del traduttore)

(12)Dhargyey, Geshe Lharampa Ngawang, 1985 “A commentary on the Kalacakra Tantra” (tradotto da Gelong Jhampa Kelsang), Dharamsala

mandala kalachakra (fig.3.3.7); le misure della base sono state dedotte dai mandala kalachakra di polvere colorata tavola 3.3.5, mentre le altezze derivano da varie fonti.



3.3.7 Modello di palazzo del mandala Kalachakra, ridotto ai suoi elementi essenziali



3.3.8 Veduta all'interno di un palazzo del mandala:

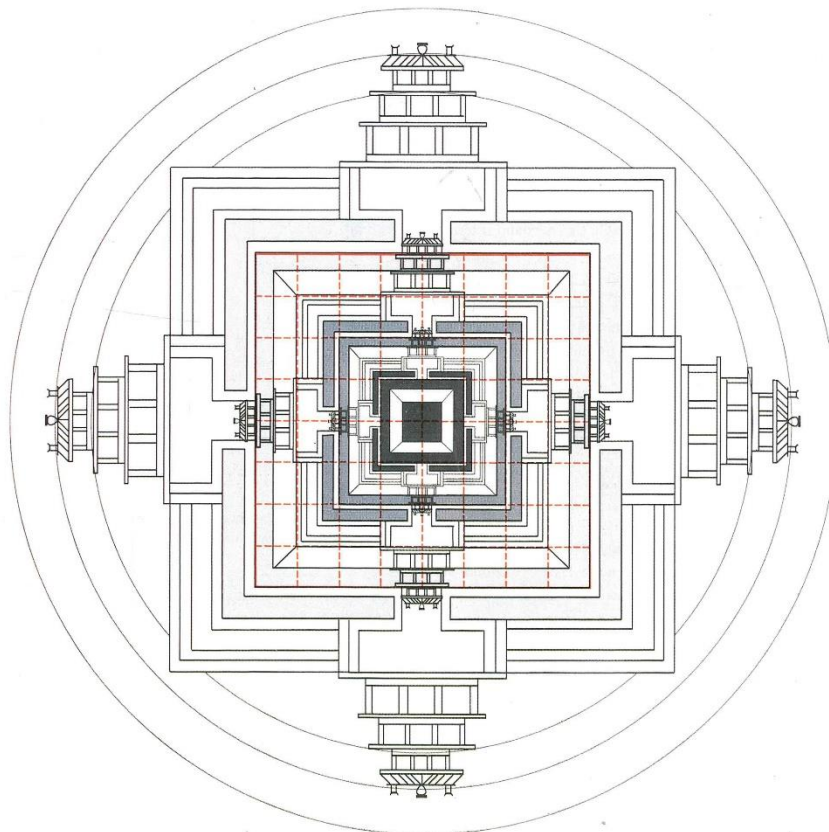
1-Piano del mandala del corpo. M1 parete che cinge il mandala del corpo; P1 padiglioni interni ed esterni per le deità. 2-Piano del mandala della parola: M2 parete che cinge il mandala della parola; P2 padiglioni interni ed esterni per le deità del mandala della parola. 3-Piano del sottomandala della coscienza profonda: M3 parete che cinge il mandala dello spirito; P3 padiglioni interni ed esterni per le deità del mandala dello spirito.

Per la sua struttura, il palazzo del mandala richiama l'architettura sacra indiana.

Stella Kramrisch e Mircea Eliade(13) hanno dimostrato come il tempio indù presenti un'immagine del mondo perfetta. Ogni santuario indiano si basa sul principio *vastumandala*, che l'architetto del tempio deve conoscere e padroneggiare:

“A partire dalla tensione della corda, con la quale vengono disegnate le linee del *vastumandala*, ogni movimento è un rito e sostiene l'edificio sacro, allo stesso modo in cui le fondamenta sostengono effettivamente il suo peso” (14).

Ancora oggi quando si tracciano le linee base del mandala tantrico buddhista si seguono queste tradizionali istruzioni indiane.



3.3.9 Griglia di otto quadrati per otto, su cui è sovrapposta una proiezione in piano del palazzo del mandala Kalacakra

(13)Mircea Eliade, “Cosmological homology and yoga”, *Journal of Indian Society of Oriental Art*, Vol.5, Calcutta, 1937

(14)Yeshe Palden, III Panchen Rinpoche, “Abbreviated method for Actualizing Kala chakra, Cycles of Time, one who has overcome and gained all. A Treasure House of Gems”, Tib. Collected Works, CHA, n.919 (Ciclostile senza data e nome del traduttore)

Il vastumandala comprende un quadrato diviso in 64 o 81 campi della stessa dimensione.

I 32 campi esterni rappresentano le deità che simboleggiano le costellazioni che la luna attraversa ogni mese (15).

Con Brahma collocato sul trono al centro, le divinità divengono 33, numero presente negli antichi testi indiani come i Rig Veda, nonché nella cosmologia buddhista, come ad esempio le 32 deità dimoranti su Monte Meru (16).

Il numero 32 compare molto spesso nella storia asiatica sud-orientale, come nel numero di cariche più alte del regno che con il monarca diventano ancora una volta 33: prova che il regno terrestre era considerato come il riflesso del cielo delle 33 deità(17).

### 3.3.8. Preparazioni rituali e liturgia di consacrazione del luogo

I riti preparatori e gli eventi rituali si muovono in sequenze concentriche intorno al centro sacro del piano mandalico, ossia la tavola su cui viene preparato il mandala.

Nei monasteri buddhisti tantrici per recuperare un'anima perduta (18) vengono eseguite danze secondo coreografie circolari, i cosiddetti riti *brgya bzhi* (19).

Prima di creare un mandala bisogna innanzitutto scegliere un posto pulito e piacevole come un giardino, una montagna o un palazzo; in caso contrario se il luogo risulta contaminato va purificato con un rituale. I monaci disegnano allora sul terreno una griglia quadrangolare, suddivisa in piccoli quadrati, in cui sistemano il signore del suolo a forma di serpente, in una posizione che varia in base alla data e alla stagione(20) Questo rituale di bonifica del terreno può essere sostituito dalla recitazione della *perfezione di sapienza in ottomila versi*.

Si passa quindi a preparare il terreno, su cui viene collocata una tavola quadrata dove verrà eseguito

(15)Stella Kramrisch, "The Hindu Temple", 2 voll, Calcutta, 1946

(16)Stella Kramrisch, "The Hindu Temple", 2 voll, Calcutta, 1946

(17)Robert Heine-Geldern, "Weltbild und Bauform in Sudostasien", "Acta Ethnologica et Linguistica, N.55", 1982, Vienna-Fohrenau)

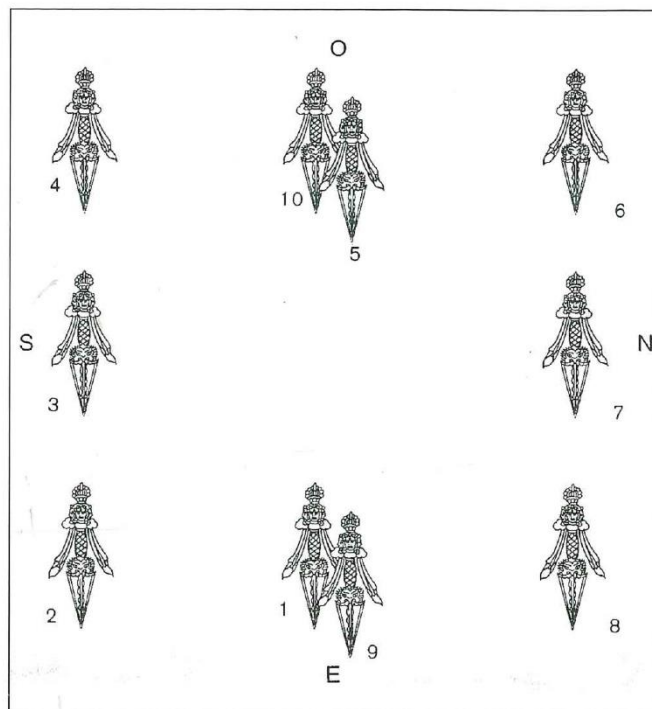
(18)Ferdinand Lessing, "Miscellaneous Lamaist notes, I. Notes on the thanksgiving offering", "Central Asiatic Journal", II, 58-71, 1956

(19) Anne-Marie Blondeau, "Question preliminaires sur le rituels mdos.". In "Tibet civilisation et société, 1990, Parigi

(20)Stella Kramrisch, "The Hindu Temple, e voll., Calcutta, 1946



il mandala. Si avvia ora la cerimonia detta “consacrazione del luogo”. I monaci afferrano gli spiriti maligni con uncini, li legano in catene e infine li inchiodano a terra con dei pugnali nelle dieci direzioni del mandala: quattro cardinali, quattro intermedie e due in senso verticale sotto e sopra. Questo rito è accompagnato da ripetute circumambulazioni della superficie mandalica formando un mandala dinamico.



3.3.10 Superficie della tavola con i dieci pugnali rituali. I numeri indicano la sequenza di “conficcamento” dei pugnali.

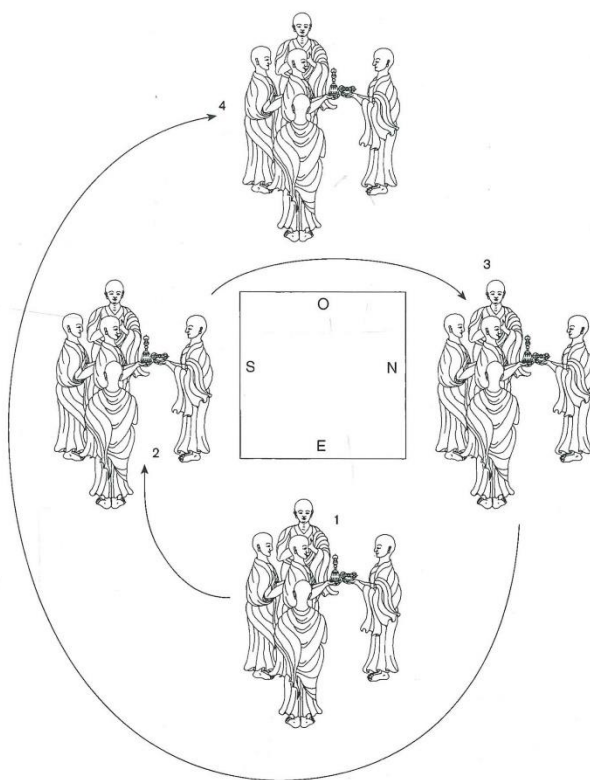
Poi il maestro va verso il centro della tavola su cui giace il mandala ed emana da se stesso dieci deità irose, che discendono nei dieci pugnali, poi evoca gli esseri della gnosi che si fondono alle deità irose. In questo modo le deità irose proteggono i pugnali rituali e quindi il luogo della cerimonia sacra, inoltre agiscono contro gli ostacoli che si possono trovare all'interno dei partecipanti, come le false idee intorno alla realtà o la brama che nasce dall'ignoranza.

A questo punto il maestro compie un giro attorno alla tavola, spargendo semi di senape e ceneri, acqua e infine ricoprendo la superficie con burro, yogurt, latte, urina e sterco di mucca preferibilmente rossa, nutrita con erbe mediche, quindi benefiche.

Infine, i partecipanti toccano la superficie della tavola mandalica con la punta delle dita e visualizzano ogni particella della superficie come un piccolo *vajra*.

Adesso il terreno è completamente purificato; vengono quindi donate offerte e fiori e viene invocata la signora della terra per richiedere l'approvazione. Segue una meditazione sul vuoto di tutte le essenze. Si passa poi alla “reclamazione del terreno”: il maestro siede al centro della superficie mandalica, con il volto rivolto a est, visualizza un cerchio protettivo e poi il mandala dicendo a se stesso: “ disegnerò un mandala in questo luogo così come l'ho appena immaginato”(21).

Segue l’offerta alle dodici dee e infine il mandala viene immaginariamente sollevato in aria.



3.3.11 Cerimonia dello “stare di fronte insieme”. I numeri indicano la sequenza

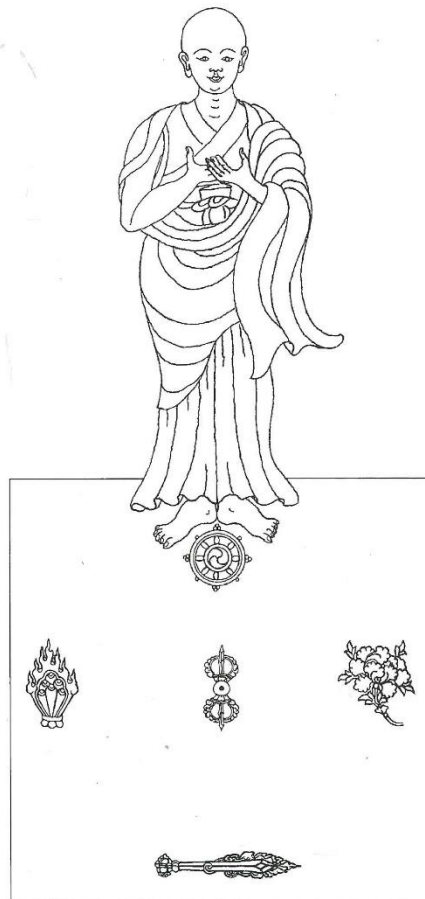
Nella fase seguente il maestro nell'angolo nord-orientale ordina agli spiriti maligni di lasciare quel luogo. Dopodiché, a oriente, quattro monaci insieme al maestro eseguono alcune posture: il maestro recitando un mantra si volta verso ciascuno dei monaci, toccando con la propria campana

(21)F. Lessing e Alex Wayman, “Fundamentals of the Buddhist Tantras”, The Hague/Paris, 1968

il vajra di ciascun monaco. Questa operazione verrà poi invertita e scambiata tra monaci e maestro.

È questa la cerimonia dello “*stare di fronte insieme*”, in cui i monaci a passi lenti si spostano partendo da est, in senso orario, verso sud, poi nord e infine ovest.

Nella fase successiva, l’“*assunzione della postura*”, il maestro benedice i suoi piedi visualizzando i cinque emblemi associati alle cinque direzioni: vajra, spada, gioiello, ruota e loto.



3.3.12 Il maestro vajra segna le cinque direzioni con gli emblemi corrispondenti

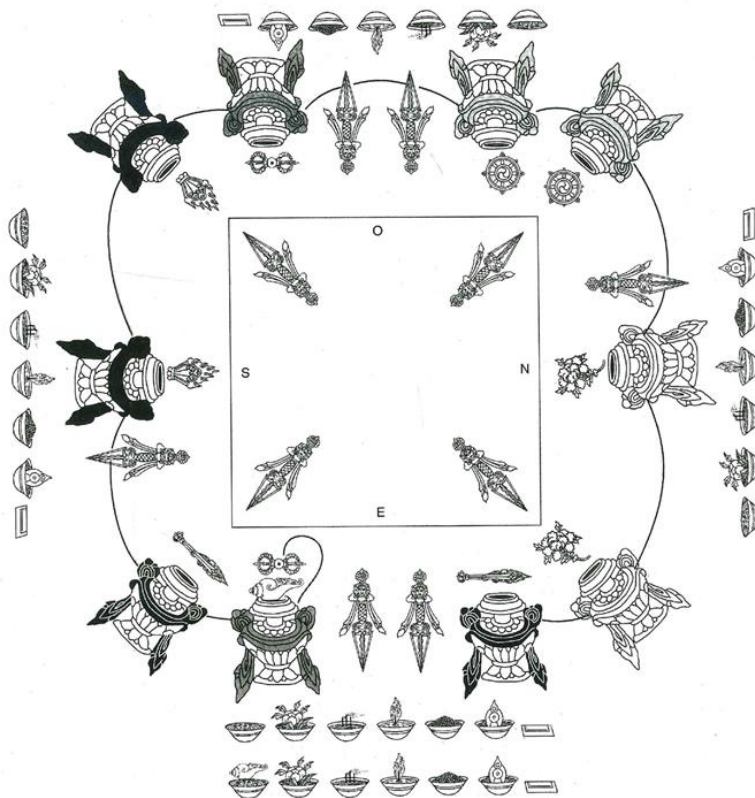
Segue la “*benedizione del terreno posandovi i piedi*”: i partecipanti immaginano che sulle piante dei loro piedi appaia un vajra a tre punte da cui emanano deità irose, che hanno il potere di proteggere il luogo e distruggere tutti i poteri negativi.

Ancora una volta viene invocato il cerchio protettivo e la superficie del mandala viene purificata, vengono gettati i semi di senape e la tavola viene circondata da incenso.

Infine, i monaci eseguono con grande compassione l’“*espulsione di tutti gli ostacoli*”, sempre visualizzando numerose deità irose, emananti dai loro piedi per scacciare ogni impedimento.

### 3.3.9 I vasi rituali e le cinque sostanze

Durante la creazione del mandala vengono collocati sul bordo della tavola vasi o grandi ampolle d'oro, argento, ferro, cristallo, legno o creta (22). Essi hanno la funzione di custodire le deità mandaliche. Il numero dei vasi può variare da un minimo di due ampolle, una per le iniziazioni detta ampolla "onnivittoriosa", l'altra contenente il liquido per aspergere il mandala, le offerte e i partecipanti, detta "ampolla operativa" o "liturgica", a quattro che corrispondono alle quattro direzioni, oppure a un numero superiore(23). Le ampolle devono essere purificate all'interno con incenso e all'esterno con semi di senape, acqua e zafferano e dopo essere state riempite con vari ingredienti, devono essere avvolte nel broccato. Ogni stoffa e simbolo indicano a quale Buddha e quindi a quale direzione è associato ogni vaso.



3.3.13 Vasi e offerte disposti intorno al mandala completo

(22) Mario E. Carelli, "Sekoddesatika of Nadapada. Being a commentary of the Sekoddesa section of the kalacakra Tantra, GOS, Vol.90, 1941, Baroda

(23) Ferdinand Lessing e Alex Wayman, "Fundamentals of the Buddhist Tantras", The Hague/Paris, II ed.,1968

Il maestro con l'estremità di una corda di cinque colori intrecciati si tocca il cuore, mentre l'altra l'avvolge intorno a un vajra, per inviare le deità nelle ampolle. Queste contenenti un fiore o un ramo vengono poi posate dai monaci in spazi definiti a forma di mandala, prima che venga delineato il diagramma del mandala definitivo. Infine esse vengono portate in corteo intorno alla tavola e disposte a intervalli regolari a seconda delle deità che contengono.

Quando le cinque sostanze (ampolle, corda imbevuta di gesso, polveri colorate, campana e vajra) sono pronte e gli adepti hanno dissolto la brama, il guru bonifica corpo, parola e spirito dei suoi discepoli con l'acqua consacrata delle dieci ampolle raccolta nella conchiglia-recipiente.

### 3.3.10 Preparazione grafica del mandala

I mandala, come tutte le opere d'arte sacra in Tibet, non possono essere disegnati e dipinti a mano libera, ma sono vincolati a una griglia schematica di riferimento (24)

Si inizia con la preparazione delle linee tramite una corda bianca spalmata con gesso inumidito detta "corda bagnata" (25). Dopo aver fissato il centro del mandala, si procede tendendo la corda sopra la superficie della tavola e fregando delicatamente per imprimere otto linee principali, corrispondenti ai quattro punti cardinali e alle linee intermedie a questi (26)



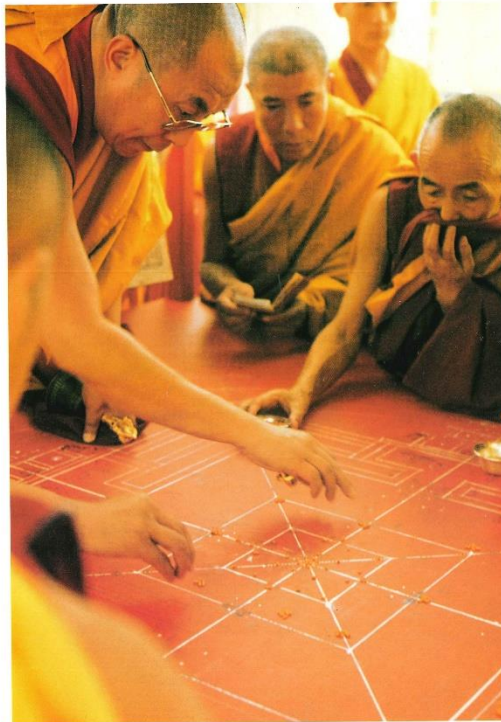
3.3.14 Disegno delle otto linee di costruzione con la corda imbevuta di gesso

(24) F.D. Lessing e Alex Wayman, "Fundamentals of the Buddhist Tantras", The Hague, Paris, II ed., 1968

(25) F.D. Lessing e Alex Wayman, "Fundamentals of the Buddhist Tantras", The Hague, Paris, II ed., 1968

(26) F.D. Lessing e Alex Wayman, "Fundamentals of the Buddhist Tantras", The Hague, Paris, II ed., 1968

La misura o unità base del mandala Kalachakra equivale all'ampiezza dell'entrata del mandala dello spirito; otto unità di base corrispondono alla lunghezza delle mura del mandala dello spirito; sedici unità di base a quelle del mandala della parola e trentadue all'estensione orizzontale del mandala del corpo. Compiuta questa operazione, segue la preparazione delle deità: un monaco purifica le loro sedi con acqua e zafferano, in seguito il maestro-vajra depone un chicco d'orzo negli spazi assegnati ad ogni deità, recitando un mantra per ciascuno.



3.3.15 Incarnazione: recitando la relativa sillabase, ogni chicco diviene simbolo di una deità

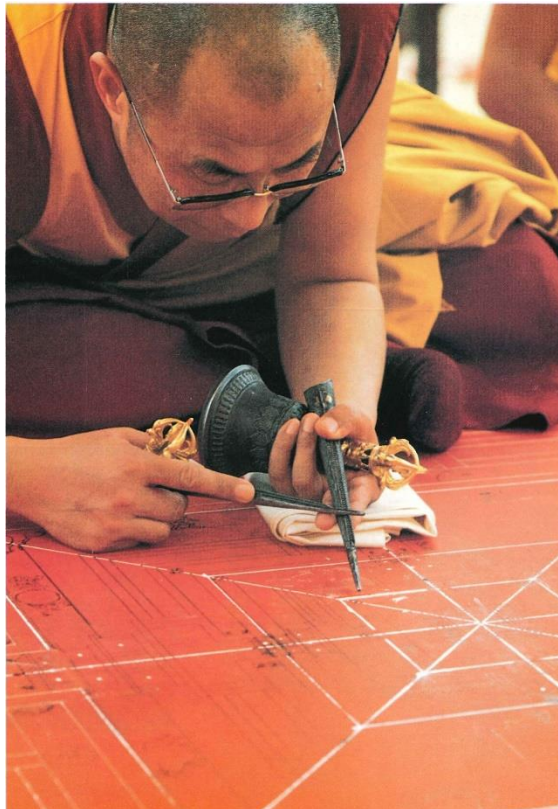
I monaci dispongono poi le offerte alle deità e richiedono loro il conferimento di potere; concludono sollevando nuovamente in aria il mandala con la meditazione.

### *3.3.11 Elaborazione effettiva del mandala*

È questa l'ultima fase della preparazione liturgica. Comincia con la rottura della “corda secca” o “filo della sapienza” dai cinque colori, che simboleggiano la sapienza di ognuno dei cinque Buddha Tathagata(27).

(27)F.D.Lessing e Alex Wayman, “Fundamentals of the Buddhist Tantras”, The Hague, Paris, II ed., 1968.

Gli esseri della gnosi e i loro padri vengono invitati a divenire non duali, ma un tutt'uno con il filo della Sapienza(28). La corda viene poi sovrapposta alla linea di Brahma (est-ovest) e viene “copiata” strappandola; questo processo viene ripetuto per imprimere tutte le altre linee del mandala. Infine le deità vengono pregate di lasciare il luogo. A questo punto inizia la colorazione del mandala per mezzo di sottili imbuto tubulari, dai quali la polvere colorata scivola fuori sollecitandone l'estremità.



3.3.16 Sua Santità il Dalai Lama colora la parete orientale del piano dello spirito

Inizia il maestro-vajra tingendo la prima linea e la parete orientale del mandala dello spirito, poi quattro monaci proseguono la colorazione.

Per stabilire le forme e i colori degli ornamenti e delle figure più importanti, i monaci incaricati si servono di manuali appositi. Le deità di un mandala possono essere rappresentate in tre modi: vengono dipinti solo gli emblemi delle relative deità, proprio dello spirito,, oppure viene posta la sillaba di ogni deità, proprio della parola, oppure viene raffigurata la forma completa della deità

(28)Y.C.Thubten Jamyang, “Kalacakra Initiation Madison”, Madison, 1981

proprio del corpo(29). Trascorsa una settimana il maestro purifica gli angoli della tavola mandalica con acqua di zafferano, decorandola con fiori. Con una cerimonia vengono portati intorno alla tavola i vasi disposti a cerchio insieme alle offerte per le dodici divinità.



3.3.17 Mandala con i corpi delle deità raffigurati



3.3.18 Mandala in cui le deità sono rappresentate da simboli

### 3.3.12 Preparazione meditativa alla liturgia del mandala

Nel *Tantra Kalachakra* si parla di “riserve di energia” provenienti dal *karma* positivo, che si formano durante i preparativi del mandala e dalla meditazione sulle quattro porte che conducono alla liberazione (il vuoto, l'assenza di segni, l'assenza di desiderio e l'inerzia).

Le pratiche meditative consistono di offerte interne ed esterne, compresa l'offerta mandalica, la purificazione dell'ego e la protezione del luogo del rituale. Le fasi sono consequenziali e costituiscono il presupposto per avviare la cosiddetta “fase di generazione”.

(29)F.D.Lessing e Alex Wayman, “Fundamentals of the Buddhist Tantras”, The Hague, Paris, II ed., 1968



### *3.3.13 Offerta interna*

Per compiere “l’offerta interna” lo yogin deve essersi radicalmente purificato mediante un rituale e la recitazione di mantra, e presentare se stesso in offerta. Dopo questa purificazione lo yogin produce una visualizzazione significativa, la cui struttura corrisponde a quella dell'universo e del mandala; questo serve per creare e offrire i cinque fluidi, che simboleggiano i cinque continenti e le cinque carni di cui lo yogin è fatto.

Nella disposizione mandalica dell'offerta interna a ogni direzione è associata una sillaba, la deità da essa emanante, il fluido corporeo, il tipo di carne e l'elemento collegati alla deità.

La tappa successiva consiste nello scuotimento del piano dell’aria, che corrisponde alla capacità di raggiungere il controllo degli spiriti nei canali. I flussi energetici così dominati, consentono lo sviluppo di calore nel chakra dell'ombelico.

Si passa poi alla seconda parte del processo di visualizzazione, per purificare nuovamente le sostanze fuse insieme per restituire loro lo splendore e l'immacolatezza.

Questo si ottiene in quattro fasi, ognuna correlata a una sillaba-seme, un colore e una direzione, formando perciò un mandala. Questa seconda parte dell'offerta interna è in stretta analogia con la successiva fase di completamento, nella quale si ottiene la purificazione completa delle quattro gocce da ogni maculazione, azione che nella fase finale di completamento porta alla beata realizzazione del vuoto.

### *3.3.14 Offerte esterne*

Si inizia con la purificazione delle offerte esterne per mezzo delle sei sillabe-seme.

Dopodiché il meditante emana mentalmente alcuni vasi di cristallo che contengono le dodici offerte esterne, inoltre acqua, fiori, incenso, luce e musica come simboli dei cinque organi di senso.

Nella versione più lunga del rituale viene offerto un mandala esterno al guru, alla deità centrale Kalachakra, e ai tre Gioielli ( Buddha , la dottrina buddhista e la comunità dei monaci).

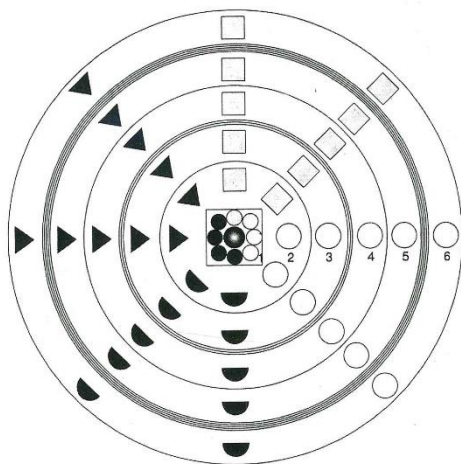
Il meditante procede quindi con la “tecnica base delle sette membra” che gli consente di acquisire ulteriori meriti, per finire con la promessa di raggiungere le quattro porte che conducono alla liberazione, cioè il vuoto, l'assenza di segni, l'assenza di desideri e l'inerzia.

### 3.3.15 Protezione di sé e del luogo

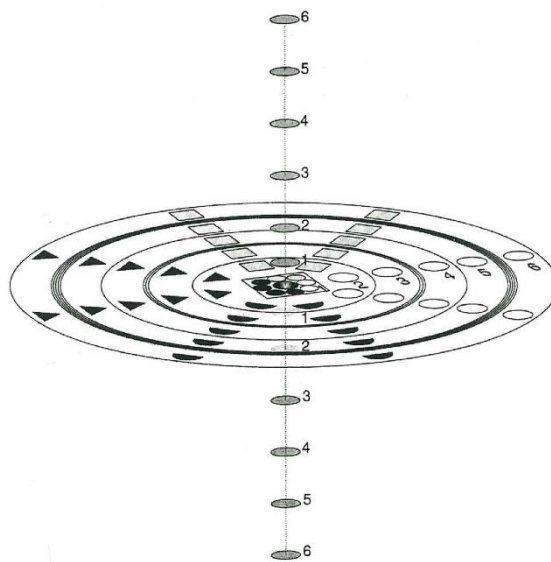
Il meditante purifica corpo, parola, spirito e coscienza profonda immaginando una luna che si trascina per tre volte sul corpo da cima a fondo, sfogliandolo dalla testa ai piedi con un serpente che muta pelle. Questa operazione fa sì che il corpo diventi bianco come il disco lunare. A questo punto si generano le sillabe-seme nei sei chakra, che si trasformano in Buddha Tathagata e che servono a dissipare il male. Il meditante emana ora mentalmente i vajra prima nei sei centri energetici, poi in ordine prestabilito in alcune parti del corpo.

Da questi vajra si irradia in tutte le direzioni un mandala sferico con una luce potente: verde verso l'alto, azzurra verso il basso, nera verso est, rossa verso sud, bianca verso nord e gialla verso ovest.

Con questi raggi vengono bruciati gli ostacoli e i demoni che danneggiano gli esseri viventi.



3.3.19 Mandala delle deità protettive



3.3.20 Mandala delle deità protettive in proiezione tridimensionale

Successivamente, per proteggere il luogo in cui sarà eseguito il rito mandalico, verrà visualizzato per la prima volta il mandala, che somiglierà alla versione definitiva prodotta nel rito kalachakra.

Sopra il mandala dello Spazio si sviluppa il mandala d'Aria, sopra questo il mandala di Fuoco, il mandala d'Acqua e il mandala di Terra che si uniscono in un unico blocco, al centro del quale poggia un palazzo. Il meditante visualizza se stesso nella forma di Kalachakra iroso (Vajravega), in piedi su un fiore di loto al centro del palazzo.

Vajravega appare di colore azzurro, con tre colli, quattro teste e ventiquattro mani, indossa ornamenti di serpente e di osso e un perizoma fatto con pelle di tigre. Il meditante, trasformato nella divinità, genera sessanta deità protettive nel chakra del cuore, che abbandonano il corpo secondo un ordine prestabilito e disponendosi in un mandala a sei cerchi concentrici. Ancora il meditante afferra con uncini gli esseri della gnosi, che hanno già raggiunto la sapienza perfetta; ognuno di essi si unisce a una delle sessanta deità.

Ora le deità possono concedere le undici iniziazioni e a gruppi di sei penetrano nei sei chakra meditante, dove si trasformano in sillabe-seme.

### *3.3.16 Fase di generazione*

La fase di generazione si articola in quattro gradi: generazione del “mandala vittorioso supremo”, “attività vittoriosa suprema”, “yoga delle gocce” e “yoga sottile”.

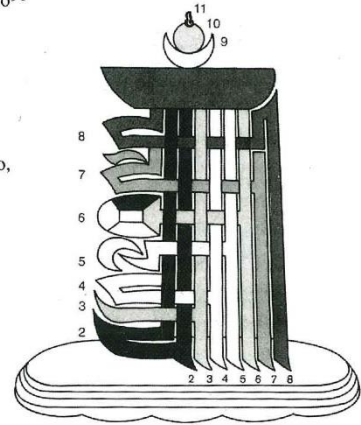
### *3.3.17 Primo grado: mandala vittorioso supremo*

Il meditante elabora un cosmo all'interno di se stesso con i quattro piani degli elementi, su cui si eleva il Monte Meru. In cima alla montagna cresce un fiore di loto su cui compaiono tre pianeti: luna bianca, sole rosso e Rahu nero(30).

I vari elementi separati si riuniscono formando le dieci lettere e caratteri, da cui nuovamente rinasce il cosmo.

(30)Gyatso Tenzin (XIV Dalai Lama, “Heart of Mantra”, In Tsongka-pa, 1981

Elementi nell'universo	Elementi nella "madre"	Sillabe	Colori
11 grande beatitudine/ coscienza profonda	(canale mediano?) <sup>89</sup>	sottile linea ondeggiante ( <i>nāda</i> ) sulla sommità	verde o nero
10 sole	canale energetico destro	punto = <i>anusvāra</i> (M di HAM) <sup>90</sup>	rosso, giallo o bianco <sup>91</sup>
9 luna	canale energetico sinistro	luna crescente = <i>visarga</i> (H di KṢAḤ)	bianco o rosso <sup>91</sup>
8 deità	(canale mediano?) <sup>89</sup>	HA(M)	blu
7 Ioto (su Meru)	utero	KṢA(H)	verde
6 Meru	chakra sessuale <sup>92</sup>	MA <sup>93</sup>	bianco, giallo, rosso e nero
5 terra	chakra dell'ombelico	LA	giallo
4 acqua	chakra del cuore	VA	bianco
3 fuoco	chakra della gola	RA	rosso
2 aria	chakra della fronte	YA	nero
1 spazio	chakra all'apice della testa	vocale A, che "dà vita" a tutte le consonanti	



3.3.21 Il "dieci volte potente", cartiglio costituito da sette "potenti" lettere intrecciate e tre segni aggiuntivi, posti in relazione con gli elementi (universo) e i chakra (persona)

Al vertice della sillaba HUM sorge un padiglione e all'interno di esso, dal suono BHRUM nasce il palazzo di diamante. Ogni piano del palazzo è chiuso da mura luminose e scintillanti, lungo le quali su piattaforme le singole deità visualizzate prendono posto.

Le deità mandaliche nascono dai feti e si sviluppano come gli esseri umani.

Il meditante inizia evocando la coppia centrale, Kalacakra e Visvamatr, le dieci Sakti e i vasi; corrisponde alla fase embrionale dei primi 3 mesi dell'essere umano, in cui i canali principali e gli spiriti vitali si formano insieme ai sei chakra. Vengono poi evocate le settanta deità del piano dello Spirito, corrispondenti ai primi cinque mesi di sviluppo del feto, e in seguito generati i cinque Buddha maschili e femminili che purificano i costituenti e gli elementi, questa fase è analoga allo sviluppo fetale del quarto mese quando l'embrione diviene feto.

Il quinto mese, in cui il feto sviluppa i sensi, corrisponde all'emanazione dei dodici Bodhisattva che purificano i sensi, e delle dodici deità irose che purificano le facoltà di azione, le attività.

La generazione delle ottanta deità del piano della Parola è analoga allo sviluppo fetale del settimo mese. L'emanazione delle trecentosessanta deità del piano del Corpo che purificano i giorni

dell'anno, le ossa, le articolazioni, nonché delle dodici deità irose che simboleggiano i dodici orifici del corpo umano, corrispondono all'ottavo mese di gestazione, in cui il feto assume la forma definitiva. Nell'ultima fase corrispondente al nono mese del feto, in cui si sviluppa epidermide, pori e capelli, si formano le dieci coppie *naga* e le dieci signore del recinto della Terra ardente, che prendono posto fuori dalle mura del palazzo e sono responsabili della purificazione dei rimanenti canali energetici. Infine nel decimo mese compaiono, sulla piattaforma esterna del mandala dello Spirito, le dieci dee delle offerte, all'esterno dei mandala della Parola le “trentasei signore del desiderio” e altrettante “trentasei signore del non desiderio”.

Anche queste ultime emanazioni sono collegate allo sviluppo dell'embrione, in quanto sono le ultime indispensabili alla nascita(31).

### *3.3.18 Secondo grado: attività vittoriosa suprema*

Secondo la tradizione kalachakra nella meditazione mandalica, in corrispondenza della nascita di un essere umano, segue la fase di risveglio: i quattro Buddha femminili svegliano Kalachakra e Visvamatr con i loro canti melodiosi, poi le otto Shakti formano un Mandala attorno alla coppia sacra. A questo punto la sillaba HUM nel cuore del meditante emana Vajravega irosa, che digrignando i denti, conficca un uncino nell'ombelico di kalachakra, gli lega le mani, lo minaccia con armi e lo trascina di fronte al meditante, nel cui cuore si dissolve.

Ora gli spiriti della coscienza profonda, che alla nascita lasciano il corpo, vengono sedati e rinviati al canale mediano, in corrispondenza del chakra dell'ombelico, proprio da dove erano usciti.

Per finire le deità sono pronte a ricevere le undici iniziazioni .

(31)Alex Wayman, “The Buddhist Tantra. Light on Indo-Tibetan esotericism”, New York, Samuel Weiser, 1973

### *3.3.19 Le sette iniziazioni fondamentali*

Questo gruppo di “sette iniziazioni”, che verrà qui descritto, appartiene alla prima delle tre classi di iniziazione della complessa liturgia tantrica, seguono poi le “quattro alte iniziazioni” e le “quattro altissime iniziazioni”(32)

Dopo aver formulato voti speciali e sollevato il drappo che nasconde il mandala, il candidato, bendato e vestito come una deità, viene condotto dal maestro “come un bambino” a entrare mediante visualizzazione nel mandala attraverso la porta orientale(33). Dovrà inoltre circumambulare tre volte il mandala del Corpo e, tornato davanti alla porta orientale, si trasformerà in Aksobhya e Amoghasiddhi. Vagherà poi attraverso il mandala assumendo la forma dei sei Buddha secondo un ordine progressivo stabilito dalla cerimonia.

Seguono due “azioni pronostico” che servono al maestro per guidare l’iniziato all’interno del mandala. Quando al discepolo viene sollevata la benda dagli occhi, gli appare per un attimo un colore, che informa il maestro sul tipo di attività in cui l’adepto dovrà esercitarsi; in seguito, un discepolo, in nome di tutti gli altri, getta un fiore sul mandala e dalla posizione del fiore il maestro capisce con quale Buddha il discepolo ha una speciale sintonia interiore(34). Le iniziazioni hanno come fine ultimo purificare il discepolo in modo sistematico e graduale per far sì che egli divenga un “vaso appropriato per la devozione tantrica” (35). La purificazione di Corpo, Parola e Spirito viene compiuta in due iniziazioni per ciascuno di essi, mentre nella settima iniziazione viene purificata la “coscienza profonda”.

Con le iniziazioni vengono purificate per la prima volta le quattro gocce dei chakra situate nella fronte, nella gola, nel cuore e nell’ombelico, paragonate alla tetrate di corpo, parola, mente e coscienza profonda; per le purificazioni vengono usate l’acqua e la corona pentalobata.

(32)Gyatso Tenzin (XIV Dalai Lama, “Heart of Mantra”, In Tsongka-pa, 1981

(33)Gyatso Tenzin (XIV Dalai Lama, “Heart of Mantra”, In Tsongka-pa, 1981

(34)Raniero Gnoli e Giacomella Orofino, “Iniziazione Kalacakra”, Naropa, Adelphi, 1994

(35)Mullin, Genn H., “Bridging the Sutras and Tantras. A collection of ten minor works by Gyalwa Gendun Druhp the First Dalai Lama”, Dharamsala, Tushita Books, 1981; ed. rivixsta, Ithaca, New York

Il discepolo sperimenta nella prima, nella terza, nella quinta e nella settima iniziazione, mediante la visualizzazione, una “nascita” corrispondente ognuna alle quattro facce di Kalachakra, quindi ogni volta in una nuova direzione e in un altro quadrante del mandala.

Passo dopo passo il discepolo visualizza tutte le deità maschili e femminili, che penetrano nel suo corpo attraverso i chakra. La purificazione e la trasformazione del corpo nelle quattro fasi gettano i semi per una successiva fase del rito mandalico, in cui vengono prodotte le qualità della buddhità superiore.

Ogni singola iniziazione è strettamente collegata a un livello particolare del mandala dello Spirito, non solo, ma anche alle fasi fondamentali dell'infanzia, confermando ancora una volta, il fatto che la liturgia del mandala va intesa come un processo naturale, le cui costanti e regole sono universali.

### *3.3.20 Terzo e quarto grado della fase di generazione*

Gli ultimi due gradi della fase di generazione prevedono tecniche yoga molto complesse e corrispondono al passaggio dell'essere umano all'età adulta.

Nel terzo grado, o “yoga delle gocce” è prevista l'esperienza delle “quattro gioie” con la discesa della goccia di *bodhicitta* bianco.

Il discepolo deve trasformarsi in Kalachakra e visualizzare le sillabe-seme nei sei chakra e in quelli di Visvamatr.. Inoltre gli organi sessuali di Kalachakra e di Visvamatr vengono bloccati dalle sillabe PHAT e AH, affinché la goccia di *bodhicitta* bianco non lasci il corpo.

Con la meditazione e la potenza congiuntiva dei due Buddha, lo spirito discendente accende il fuoco interiore nel chakra dell'ombelico, per salire poi sia verso l'alto che verso il basso nel canale mediano. Ogni volta che la goccia attraversa un chakra, il meditante avverte uno stato di gioia e di beatitudine. Nel quarto grado della fase di generazione, detto “yoga sottile” si fa ancora una volta esperienza delle quattro gioie, però stavolta la goccia di *bodhicitta* sale dal basso verso l'alto, al chakra all'apice della testa. Le impurità non sono ancora state eliminate del tutto, in questa fase

quindi il vuoto non viene percepito ancora direttamente e completamente. Tale condizione può essere raggiunta soltanto nella fase di completamento.

Lo yoga sottile dovrebbe consentire all'adepto di contemplare il mandala con piena vividezza per quattro ore, visualizzando anche tutte le deità in una goccia piccolissima compresa nel terzo occhio. Questa visione dovrebbe permettere allo yogin di vedere persino il bianco degli occhi di ogni singola deità.

Lo yoga sottile si conclude con la recitazione dei mantra di tutte le deità riunite nel mandala, facendo offerte e dissolvendo ogni gruppo di deità in un chakra o parte del corpo.

Infine, il meditante si riflette nel vuoto, rigenerandosi come Kalacakra semplice con una testa e due braccia: emanazione che dovrebbe riuscire a mantenere tutto il giorno.

Da questo momento in poi, la persona cerca di vivere ogni giorno, anche durante le azioni quotidiane, l'esperienza della meditazione, sforzandosi di tendere allo scopo finale, che è quello della fase di completamento.

### *3.3.21 Fase di completamento*

La fase di completamento implica il raggiungimento della perfetta buddhità nella forma di Kalachakra e della sua paredra. Questo grado comprende visualizzazioni molto complesse, che hanno bisogno della guida di un maestro spirituale, inoltre non sono strettamente legate al mandala kalachakra. Lo scopo ultimo delle pratiche tantriche è quello di realizzare i quattro aspetti perfettamente puri e completi di un Buddha, in questo caso dell'unione divina di Kalacakra e Visvamatr..

Per ottenere questo risultato vanno purificate e trasformate le quattro gocce: impresa avviata con la fase di generazione. La goccia del Corpo nel sesto chakra si trasforma in “manifestazione delle forme vuote”, la goccia della Parola nel chakra della gola in “suoni vuoti”,<sup>(36)</sup> la goccia dello Spirito nel chakra del cuore in “suprema sapienza non concettuale” e la goccia della Coscienza

(36) Dhargyey, Geshe Lharampa Ngawang, 1985 “A commentary on the Kalacakra Tantra” (tradotto da Gelong Jhampa Kelsang), Dharamsala



profonda nel chakra dell'ombelico in “grande beatitudine immutabile”(37).

Raggiunto il sesto grado della “stabilizzazione meditativa” o “concentrazione” vengono disciolti gli spiriti karmici, cioè gli spiriti vitali, che nel corso di una giornata fluiscono attraverso il corpo umano servendo da veicolo a tutti i tipi di coscienza. Con tale procedura il praticante purifica gradualmente se stesso di tutte le maculazioni, raggiungendo infine la buddhità.

Una volta raggiunta la buddhità, tutti gli strumenti propiziatori, quali raffigurazioni delle deità, oggetti liturgici e lo stesso mandala, non sono più necessari, e possono essere distrutti.



3.3.22 Disfacimento del mandala:asportazione della polvere colorata

La polvere colorata impiegata per costruire il mandala viene accuratamente raschiata via e versata in un fiume, dove produce il mandala finale sulla superficie dell'acqua, fino a disperdersi in modo naturale.

(37)Mario E. Carelli, “Sekoddesatika of Nadapada. Being a commentary of the Sekoddesa section of the kalacakra Tantra, GOS, Vol.90, 1941, Baroda



3.3.23 La polvere del mandala viene raccolta in un vaso vestito come una deità



3.3.24 Alla fine della cerimonia la polvere viene versata da Sua Santità il Dalai Lama nel fiume più vicino e nell'acqua forma l'ultimo mandala in modo naturale.

### Capitolo III

#### IL MANDALA E IL DISEGNO INFANTILE

---

##### *1. Analisi metodologica di Rhoda Kellogg*

La ricerca condotta dall'autrice si basa sullo studio e l'analisi ventennale di circa un milione di disegni e scarabocchi eseguiti da bambini di tutto il mondo e appartenenti ad ogni classe socio-economica, dai due agli otto anni.

L'indagine è incentrata sulle caratteristiche della formazione di linee negli scarabocchi e nei disegni, eseguiti con il pastello o con la matita su carta, non considerando l'uso del colore, essendo questo influenzato dalla disponibilità degli adulti.





















Dagli studi è emerso che ogni bambino, da un paese all'altro, da una cultura all'altra, nel processo di simbolizzazione ripercorre la medesima evoluzione grafica.

Nel 1945 Rhoda Kellogg si accorse che a tre anni i bambini disegnano il simbolo religioso dominante nel mondo orientale, il mandala. Questa scoperta la portò a cercare analogie formali e strutturali nel lavoro dei bambini e a tentare una classificazione. In particolare nei disegni dei bambini cercava forme e strutture che ricorressero regolarmente.

Annota che “dagli scarabocchi amorfi del bambino emergono dapprima delle forme di base: il cerchio, la croce perpendicolare, la croce diagonale, il rettangolo, e quindi dalla combinazione di due o più forme di base emerge quel simbolo più complesso conosciuto come mandala, un cerchio diviso in quattro parti da una croce”.

A conclusione dei suoi studi individuò quattro stadi di sviluppo nell'arte spontanea del bambino così suddivisi:









1 *Stadio del modello* dai due anni e forse prima, il bambino disegna gli scarabocchi-base, ossia venti tipi di segni, che rappresentano le strutture portanti del disegno. I movimenti che i bambini compiono comportano variazione di tensione che non richiedono l'uso della vista.

Scarabocchio 1		Puntino
Scarabocchio 2		Linea verticale singola
Scarabocchio 3		Linea orizzontale singola
Scarabocchio 4		Linea diagonale singola
Scarabocchio 5		Linea curva singola
Scarabocchio 6		Linea verticale multipla
Scarabocchio 7		Linea orizzontale multipla
Scarabocchio 8		Linea diagonale multipla
Scarabocchio 9		Linea curva multipla
Scarabocchio 10		Linea vagante aperta
Scarabocchio 11		Linea vagante attorcigliata
Scarabocchio 12		Linea ondeggiante o a zigzag
Scarabocchio 13		Linea ad occhiello singolo
Scarabocchio 14		Linea ad occhielli multipli
Scarabocchio 15		Linea spirale
Scarabocchio 16		Cerchio a linee multiple sovrapposte
Scarabocchio 17		Circonferenza a linee multiple
Scarabocchio 18		Linea circolare in svolgimento
Scarabocchio 19		Cerchio singolo incrociato
Scarabocchio 20		Cerchio irregolare

Tav.3.1 Gli scarabocchi base

Gli scarabocchi base ci aiutano a capire come nei bambini molto piccoli la facoltà di disegnare è naturale ed è resa possibile grazie al sistema nervoso e muscolare proprio dell'uomo.

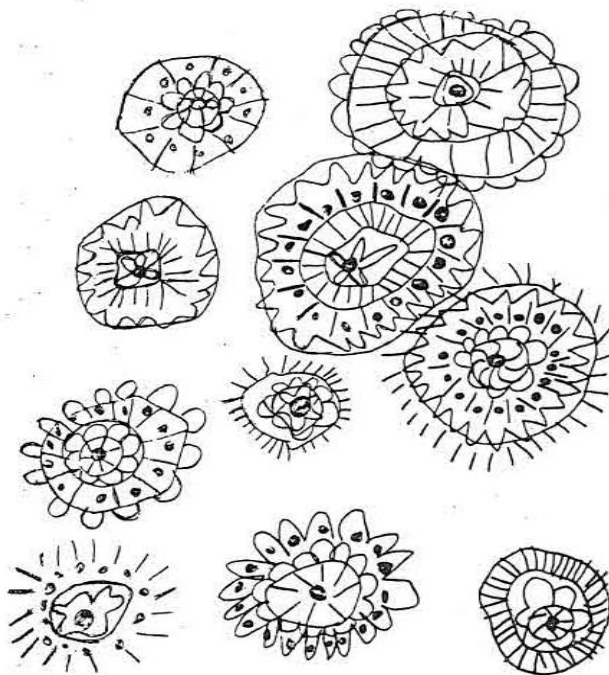
Si comprende quindi che la capacità di comporre scarabocchi non è una acquisizione recente per la specie. Un bambino quindi che non riesce a farlo significa che il suo sistema nervoso o fisico è seriamente compromesso.

	Verticali	Orizzontali	Diagonali	Circolari
Scarabocchi multipli	 6	 7	 8	 9
Scarabocchi singoli	 2	 3	 4	 5

Tav. 3.2 Scarabocchi multipli e singoli

Sembra che i segni più facili da fare con un pastello o con le dita siano le linee nelle diverse direzioni (2,3,4,5,) o gli scarabocchi che risultano da un movimento rapido di avanti e indietro, linee multiple (6,7,8,9,).

A due anni i bambini tracciano sia linee singole che multiple, queste vengono usate anche per colorare. Gli scarabocchi comprendono tutti i segni che risultano da un movimento spontaneo, eseguito o meno con il controllo degli occhi. E' difficile trovare esempi puri di scarabocchi nei disegni dei bambini di due anni, perché solitamente sovrappongono uno scarabocchio ad un altro. Bisogna aspettare i tre o quattro anni perché il bambino disegni un solo scarabocchio sullo stesso foglio.

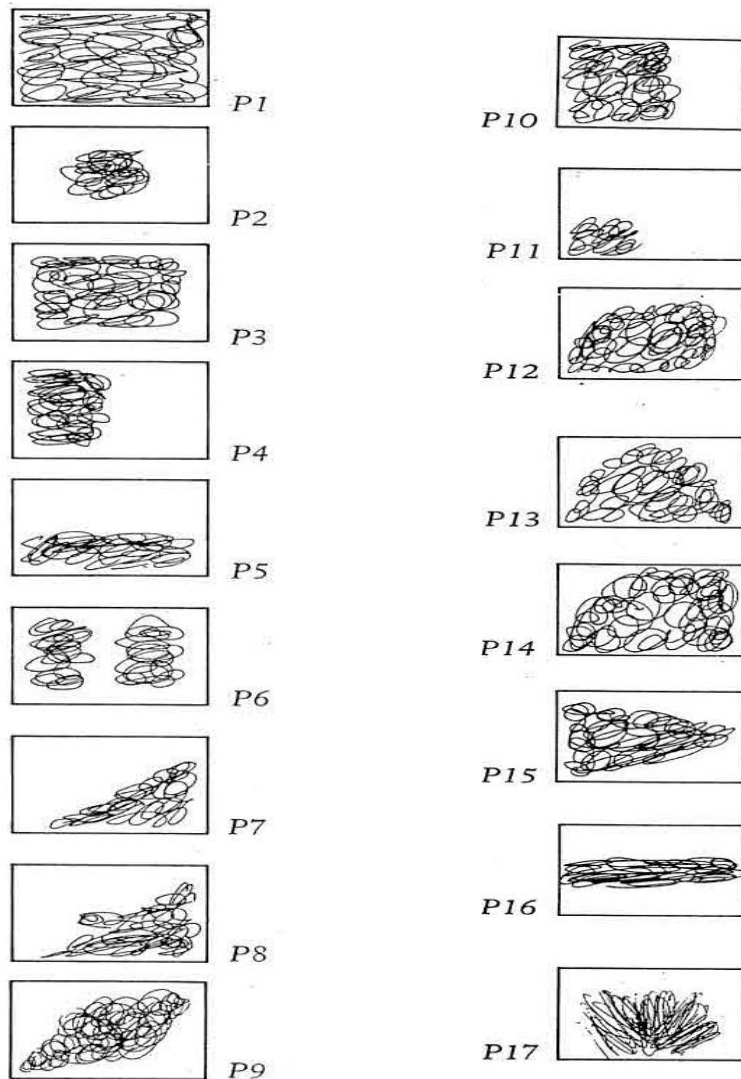


Tav 3.3 Disegno fatto con gli scarabocchi 2,3,4,5,12,16 (5 anni)

Può succedere che il bambino collochi alcuni scarabocchi-base entro modelli di posizione. Questi modelli sono eseguiti spontaneamente e spesso sono la risposta del bambino allo stimolo visivo che gli offre il suo stesso scarabocchio. I modelli suggeriscono le forme che il bambino farà più tardi. L'inclinazione nei bambini a fare forme è così forte e prorompente da sembrare innata, che nasca o meno dall'esperienza dello scarabocchio o da altre.

I bambini a quest'età vede, percepiscono il foglio come un tutto unico e reagiscono di conseguenza; spesso collocano i loro segni lungo un lato del foglio.

Rhoda Kellogg dai suoi studi riuscì a individuare 17 modelli di posizione; questa classificazione è valida indipendentemente da come il bambino può orientare il foglio, perché considera la posizione degli scarabocchi rispetto alla spazio e ai margini del foglio .



Tav.3.4 Modelli di posizione

I bambini solitamente preferiscono disegnare sul foglio posizionato con il lato più lungo davanti a loro. Ciascun modello di posizione rivela un tipo di percezione associato allo scarabocchiare.

I modelli sono le prime documentazioni di struttura controllata, ricordano forme non casuali.

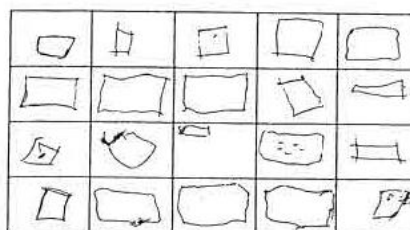
2 *Stadio della forma* (2-3 anni) è caratterizzato dalla produzione di diagrammi. Sono i primi segni

messi in relazione tra loro e che danno luogo a croci, triangoli, ovali e altre forme che vengono disegnate utilizzando come riferimento i bordi del foglio. In questa fase il bambino non solleva la matita dal foglio e con molta facilità ne supera i bordi.

I diagrammi che Rhoda Kellogg ha raccolto dall'analisi dei disegni dei bambini sono sei: cinque di essi sono geometricamente regolari ( il rettangolo o quadrato, l'ovale o il cerchio, il triangolo, la croce greca, la croce diagonale), il sesto invece è di forma irregolare.

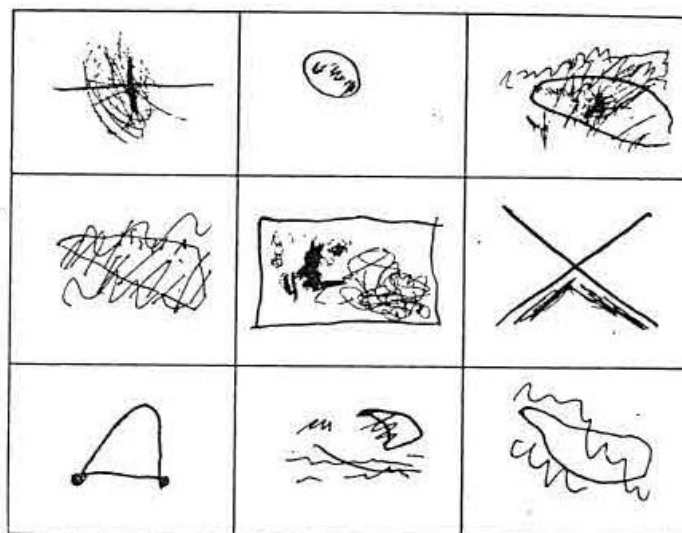


Tav.3.4 Diagrammi di forma bizzarra senza linee aggiunte (3 anni circa)



Tav.3.4 Diagrammi rettangolari con linee aggiunte (3 anni circa)

Nei lavori dei bambini spesso i diagrammi e le altre formazioni di linee sono spesso uniti con scarabocchi o con altri diagrammi e non è facile distinguerli.



Tav. 3.5 Diagrammi e scarabocchi

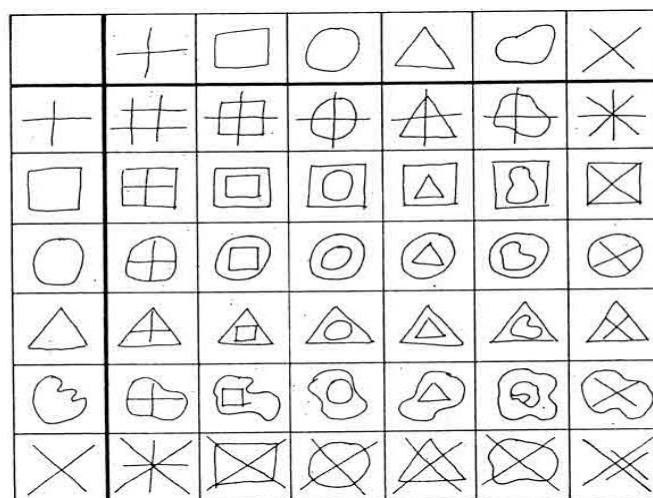
Quando ad un diagramma si aggiungono degli scarabocchi la figura che ne deriva di solito è un modello di posizione oppure la forma implicita di un altro diagramma. Quando i diagrammi sono uniti fra loro, ne risulta un'associazione (insieme di due diagrammi) o un aggregato (insieme di tre o più diagrammi). Nello sviluppo artistico del bambino la comparsa dei diagrammi, delle

associazioni e degli aggregati è pressapoco simultanea.

Nel processo evolutivo i diagrammi indicano un progresso del bambino nell'uso più controllato delle linee e nell'esercizio della memoria.

Durante lo stadio dei modelli e nel primo periodo di quello delle forme, il bambino reagisce agli stimoli visivi dei suoi stessi scarabocchi; appena conquista il controllo visivo sugli scarabocchi-base è in grado di usarli per completare i modelli di posizione e le forme rudimentali di diagramma che essi gli suggeriscono. Le formazioni che disegna risultano spontaneamente dall'interazione tra l'atto dello scarabocchiare e la sua predisposizione a scegliere certe forme.

I diagrammi sono una prova evidente dell'intenzionalità e dell'uso della memoria nei disegni infantili. E' probabile che il bambino, facendo i diagrammi, si ricordi di forme analoghe presenti nei suoi scarabocchi precedenti. Dal momento in cui il bambino è in grado di disegnare i diagrammi la memoria e l'intenzionalità hanno un ruolo importante.



Tav. 3.6 Alcune associazioni possibili (schizzi dell'autrice)

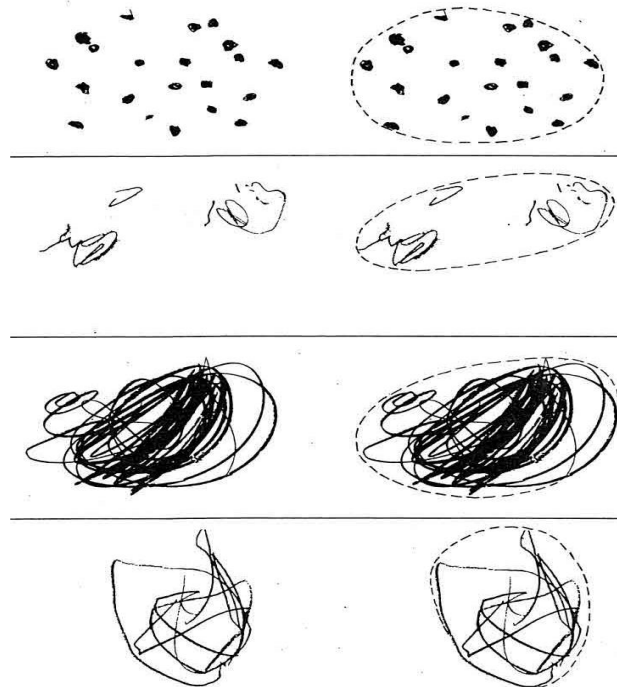
I diagrammi sono preceduti da forme rudimentali di diagramma; queste sono strutture che non dipendono dalla loro posizione rispetto ai margini del foglio e che non presentano forme precise.

Gli scarabocchi-base, i modelli di posizione e i diagrammi rudimentali sono tutti documenti della percezione delle forme da parte del bambino.

I bambini dispongono i segni secondo un progetto preciso che nella configurazione globale implica

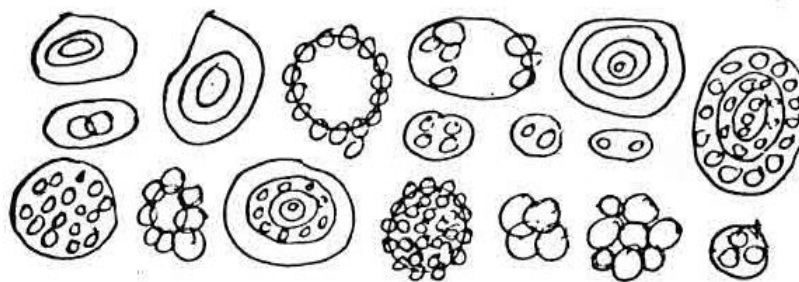


una forma. Molto tempo prima di essere in grado di tracciare il contorno di un diagramma (o forma) come ad esempio un ovale, un triangolo, realizzano composizioni di scarabocchi-base in cui tali forme sono implicite .



Tav.3.7Questi quattro disegni illustrano delle forme circolari implicite.

3 *Stadio della composizione formale dell'arte spontanea (3-4 anni )*: il bambino elabora i diagrammi in associazioni o aggregati; è in questo stadio che inizia a fare formazioni di linee ben equilibrate, che la Kellogg definisce mandala , soli e radiali.



Tav.3.1 Aggregati di ovali in composizioni equilibrate (3 e 4 anni)

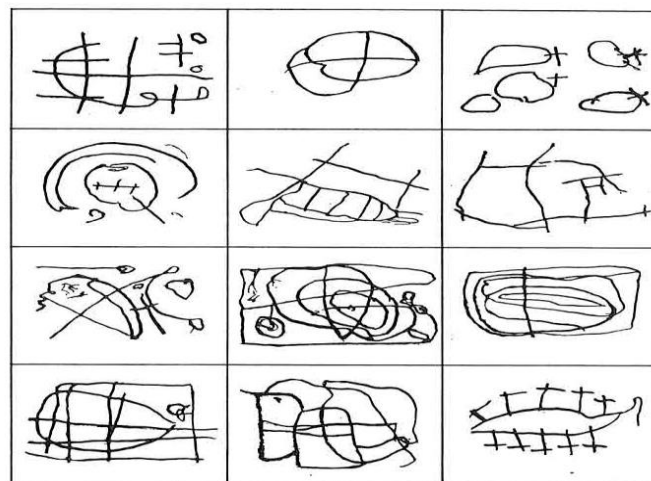
A questa età il bambino non scarabocchia più solo per il piacere del movimento o per sentire la resistenza della matita sul foglio, ma per rappresentare sensazioni interne vissute intensamente.

La Kellogg ha constatato che certe associazioni sono molto comuni, mentre altre assai rare o del tutto assenti. Le associazioni preferite dai bambini sono la croce greca unita alla croce diagonale, oppure una delle due unita ad un rettangolo, ad un ovale o ad una forma irregolare. Molto comune è anche l'unione di due rettangoli o di due ovali.

Quando il bambino comincia a comporre aggregati si comporta come l'artista con il suo repertorio di impressioni visive. All'età di 3-4 anni disegna un gran numero di aggregati, sviluppa uno stile personale nel costruirli, dovuto al suo modo di disegnare e comporre gli elementi compositivi, alle variazioni di attenzione muscolare e visiva, e sono riconoscibili anche dagli adulti.

Continuerà a disegnare aggregati anche negli stadi successivi.

La maggior parte dei disegni che il bambino fa prima dello stadio figurativo non sono facilmente distinguibili da quelli di altri bambini.



Tav.3.2 Aggregati costituiti da forme irregolari e da croci greche o diagonali (3 e 4 anni)

La preferenza per l'equilibrio e la regolarità che sembra innata nei bambini impedisce che gli aggregati risultino miscugli disordinati di forme.

Nello sviluppo l'equilibrio è importante, perché sembra che il bambino percepisca e ricordi più facilmente formazioni di linee equilibrate che altre formazioni. Inoltre sembra preferire l'equilibrio globale a quello verticale o a quello orizzontale, come ad esempio con i mandala.

“Mandala” è una parola sanscrita che significa cerchio. Nella religione orientale essa viene usata

per indicare varie formazioni di linee, ma soprattutto forme geometriche a struttura concentrica. Gli stessi tipi di formazioni di linee ricorrono anche nei disegni dei bambini. I mandala fatti dai bambini sono spesso delle associazioni formate da un cerchio o da un quadrato, divisi in quattro parti da una croce greca o da una croce diagonale; oppure sono aggregati, formati da un cerchio o da un quadrato divisi in otto parti da due croci appaiate. Anche cerchi o quadrati concentrici sono dei mandala.

Il mandala ha sempre un perimetro di chiusura ed è diviso da una o più croci, a differenza del sole, che non è un'associazione o un aggregato perchè al centro non vi sono linee incrociate; in genere il sole è formato da un ovale (o cerchio) oppure da un rettangolo (o quadrato) con brevi linee che incrociano il perimetro.

Il mandala intrinseco e le formazioni “mandaloidi” dimostrano che i bambini percepiscono i mandala molto prima di disegnare il primo diagramma.

Il mandala è una chiave della sequenza che dai disegni astratti porta a quelli figurativi. Il bambino dal mandala passa al sole, poi alla figura umana, e poi gradualmente aggiunge ai nuovi disegni molte configurazioni dei suoi precedenti lavori spontanei.

Questo sistema logico-visivo dello sviluppo spiega la forma globale della prima figura umana disegnata dal bambino, forma che di solito all'adulto sembra contorta, rozza e disarmonica.

La forma mandaloide della prima figura umana è un segno della profonda sensibilità artistica del bambino. Il mandala è importante non solo in quanto parte della sequenza evolutiva dell'arte infantile, ma anche come legame tra l'arte infantile e quella degli adulti.

Sia nell'arte infantile che in quella degli adulti i quadrati e i cerchi divisi da una o più croci sono numerosi. Tuttavia il contenuto dell'opera d'arte non basta a convincere i ricercatori e gli studiosi che esista una correlazione significativa tra l'attività dei bambini e quella degli adulti.

Gaitskell rifiuta ad esempio di considerare il lavoro dei bambini come composizione formale ed Arnheim pensa che i bambini non siano astrattisti, nonostante il fatto che i loro disegni non si

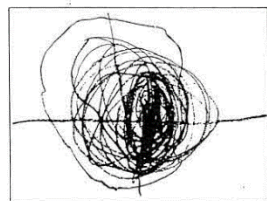


Fig. 95 / M5, struttura mandaloide formata, in questo caso, da un ovale campito (41 mesi).

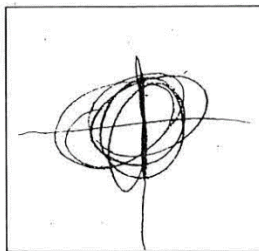


Fig. 96 / M5, struttura mandaloide su un ovale multiplo (46 mesi).

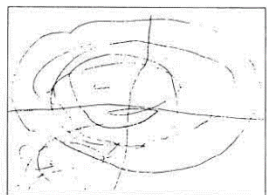


Fig. 97 / M5, struttura mandaloide costituita da alcuni ovali concentrici (40 mesi).

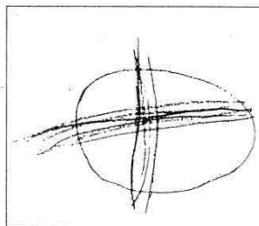


Fig. 98 / M5, struttura mandaloide con un ovale e delle croci (37 mesi).

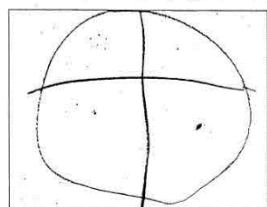


Fig. 99 / M8, mandala ovale con la croce, una formazione di due diagrammi (37 mesi).

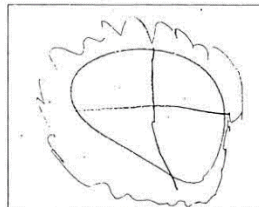


Fig. 100 / M8, mandala ovale con la croce, circondato da una forma irregolare (37 mesi).

Tav.3.3 Esempi di strutture mandaloide

riferiscono ad oggetti reali. Entrambi giudicano l'arte solo dal punto di vista dell'artista adulto.

Il mandala dimostra invece che gli adulti condividono la visione estetica dei bambini; è una Gestalt cui rispondono positivamente sia i bambini sia gli adulti.

Nella psicologia junghiana il mandala rappresenta l'unità tra la psiche e l'inconscio collettivo, il quale, secondo la definizione di Jung (1), è semplicemente "l'espressione psichica dell'identità della struttura cerebrale a prescindere da ogni differenza d'età e razziale".

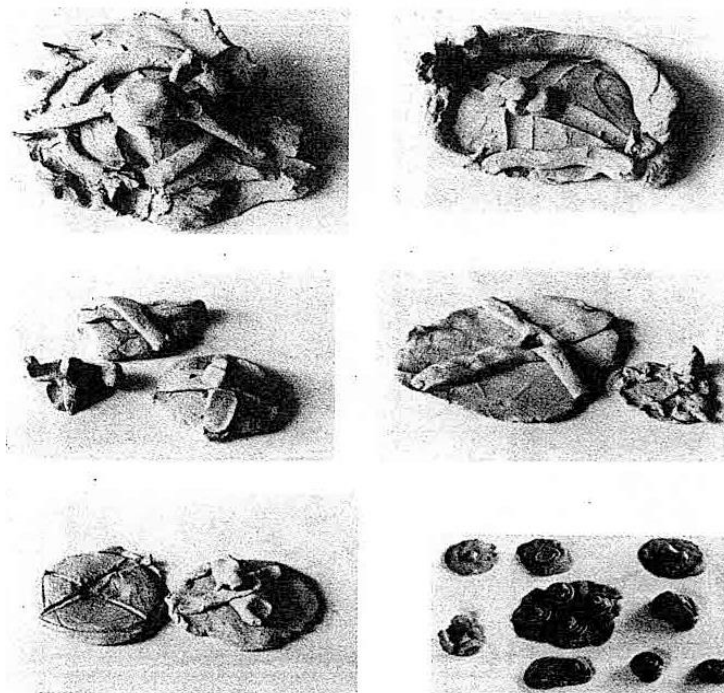
Secondo Read H. (2) i mandala "sono immagini di totalità e di completezza, che favoriscono una contemplazione e una meditazione disinteressata.

Rhoda Kellogg amplia questo concetto affermando che i mandala "sono immagini di equilibrio

(1) Jung, Il segreto del fiore d'oro, Boringhieri, Torino, 1932

(2) H. Read, The Forms of Things Unknown, Hardcover, 1960

perfetto e di struttura coerente, che possono essere goduti da tutti come esperienza estetica, al di là



Tav.3.4 Mandala in creta (3 e 4 anni)

dello stato emotivo soggettivo. Le grandi opere d'arte in genere hanno una struttura equilibrata che contiene le quattro linee direzionali di movimento presenti nel mandala; le esperienze estetiche dell'arte ci aiutano ad allontanare dalla coscienza alcuni degli stimoli visivi e mentali privi di significato e di organizzazione della nostra vita quotidiana. L'arte perciò è una necessità visiva per ottenere stabilità mentale.

Sovente sia adulti che educatori sono così abituati a sottovalutare l'arte spontanea dei bambini che non riescono ad apprezzare i semplici mandala da loro disegnati. Si preferisce stampare modelli già confezionati e far colorare poi ai bambini.

Con un'attenta analisi, mescolata a una spiccata sensibilità, le formazioni di linee disegnate spontaneamente dai bambini possono invece rivelare un'infinità d'informazioni sulla personalità e sul livello di sviluppo cognitivo del bambino. Vi si possono cogliere il suo senso dell'armonia e della bellezza, il carattere, le capacità intellettive, gli umori, blocchi e conflitti, predisposizioni, i percorsi nascosti della sua mente. E' insomma un microcosmo del bambino che merita tutta l'attenzione e l'ascolto dell'adulto e di chi si prende a cuore la sua crescita.

Sole poche persone riescono a superare l'opinione diffusa che l'arte infantile è sempre arte povera o inferiore. D'altra parte ognuno può ben ricordare la propria esperienza scolastica nel corso della quale ci è stata inculcata la convinzione che le nostre capacità fossero inadeguate. Quanti bambini sono rimasti traumatizzati e non hanno più cantato, o perso il piacere di disegnare e quindi hanno represso la propria espressività, o hanno odiato una o l'altra disciplina.

I mandala consentono di superare qualsiasi tipo di pregiudizio, sono accessibili a ogni persona di ogni età e cultura. Sono infatti facili da riconoscere ed essenzialmente piacevoli. Solitamente un grande mandala inciso sulla pietra non è ritenuto puerile, ossia immaturo, perché solo un adulto potrebbe farlo, ma la stessa formazione di linee, disegnata sulla carta da un bambino di tre anni, è normalmente considerata immatura e priva d'importanza.

Anche gli adulti che riconoscono i meriti dei bambini sotto altri aspetti possono non riconoscere il valore dell'arte spontanea.

I bambini, come gli adulti, possono essere inibiti al piacere della creatività perché i loro lavori infantili sono considerati immaturi. Quando lavorano invece con gli strumenti da disegno in condizioni favorevoli, sono calmi, autocontrollati e soddisfatti. L'unico ostacolo alla loro soddisfazione è il timore del disprezzo dell'adulto.

I genitori e gli educatori non dovrebbero applicare dei modelli arbitrari all'arte spontanea. Il valore dell'attività artistica sta proprio nel farla. Inoltre aspettarsi una progressione costante non è realistico. Il bambino ripete le Gestalt che gli sono familiari, prova a farne delle nuove ed esegue lavori apparentemente “capricciosi” per svariate ragioni.

Quando gli adulti provano a rispondere all'attività dei bambini con approvazione coerente, senza sopravvalutare ciò che preferiscono, il bambino esprime il meglio di sé nel disegno.

## **Capitolo IV**

### Analisi secondo il metodo di Rhoda Kellogg di un caso di riabilitazione da trauma cranico: Girolamo Dalla Guarda

---

#### ***1. Un amico, un artista***

Questo breve testo vuole, attraverso la testimonianza del pittore Girolamo Dalla Guarda, essere un'ulteriore conferma della validità dello studio metodologico riguardante lo sviluppo grafico del bambino ad opera di Rhoda Kellogg .

Conosco da circa trent'anni il pittore Girolamo Dalla Guarda. Di lui mi ha sempre colpito la potenza espressiva, la sua disarmante naturalezza, l'ardore del suo gesto quasi arcaico e la poetica della sua opera, le sue forme “incancellabili del sogno”, come le definì Giovanna Grossato, curatrice della mostra monografica dello stesso pittore a Isola Vicentina presso Villa Cerchiari, comprendente opere dal 1970 al 2004, proprio un anno prima del fatidico incidente.

Anni prima lo stesso pittore, anche poeta, aveva descritto in una sua poesia visionaria, ciò che gli sarebbe successo.

Al suo esordio, era stato notato dal critico Giuseppe Faggin, che metteva in luce “la capacità di Dalla Guarda di catturare nel segno i diversi aspetti del reale, particolarmente la figura umana, che sarebbe divenuta” negli anni “il motivo principale della sua ricerca”.

Come un bimbo che vuole afferrare e portare a sé ciò che lo circonda con la curiosità e la meraviglia di chi deve ancora scoprire tutto, così Girolamo Dalla Guarda con tratti essenziali ma incisivi, fissa l'immagine di un soggetto che immediatamente lo attira e lo conquista.

“Artista di istinto, di folgorazioni improvvise e di subitane trasgressioni”, così ancora lo descrive il prof. Faggin e, io oserei dire, che sa cogliere con tratti fulminei e indagatori l'animo nascosto nei volti dei suoi soggetti.

## ***2.L'incidente e la riabilitazione***

Il pittore Girolamo Dalla Guarda viene investito da un'auto il 13 febbraio 2005, in prossimità di un marciapiede e scaraventato sulla facciata di una casa, scuotendo brutalmente la testa .

Entra subito in coma per trauma cranico encefalico e portato d'urgenza in codice rosso presso l'ospedale san Bortolo di Vicenza.

Dalla tac risulta che il coma è vigile e forse non irreversibile, però non è possibile determinare la tempistica del risveglio.

Dopo venti giorni, il 5 marzo Girolamo si sveglia, però non riesce a parlare. Da questo momento inizia il periodo di riabilitazione, seguito da un team specializzato, tra cui la dott.ssa logopedista Edda Sgarabottolo, del reparto di riabilitazione dell'ospedale san Bortolo di Vicenza, presidente dell'associazione BRAIN traumi cranici.

Dopo una settimana il pittore inizia un periodo di tre incontri settimanali, seguito dalla stessa dottoressa , che mette a disposizione il materiale pittorico utilizzato abitualmente dal pittore prima dell'incidente.

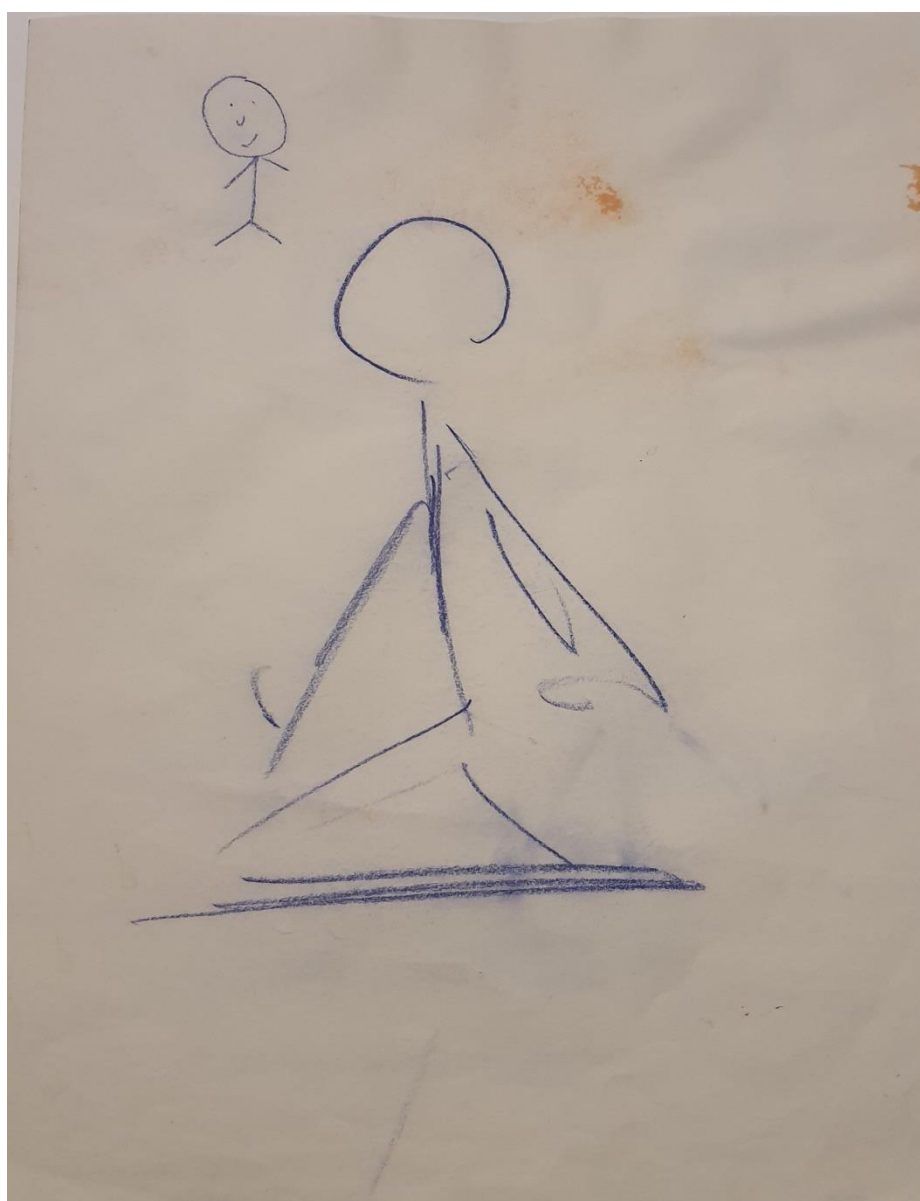
E' di grande aiuto in questo periodo il supporto della compagna del pittore, Alice Gonano, che collabora con la logopedista e segue giorno dopo giorno con grande dedizione e amore il suo compagno.

Negli incontri il pittore comincia a disegnare su carta con pastelli colorati, all'inizio guidato dai suggerimenti della dott.ssa Sgarabottolo, poi in modo spontaneo.

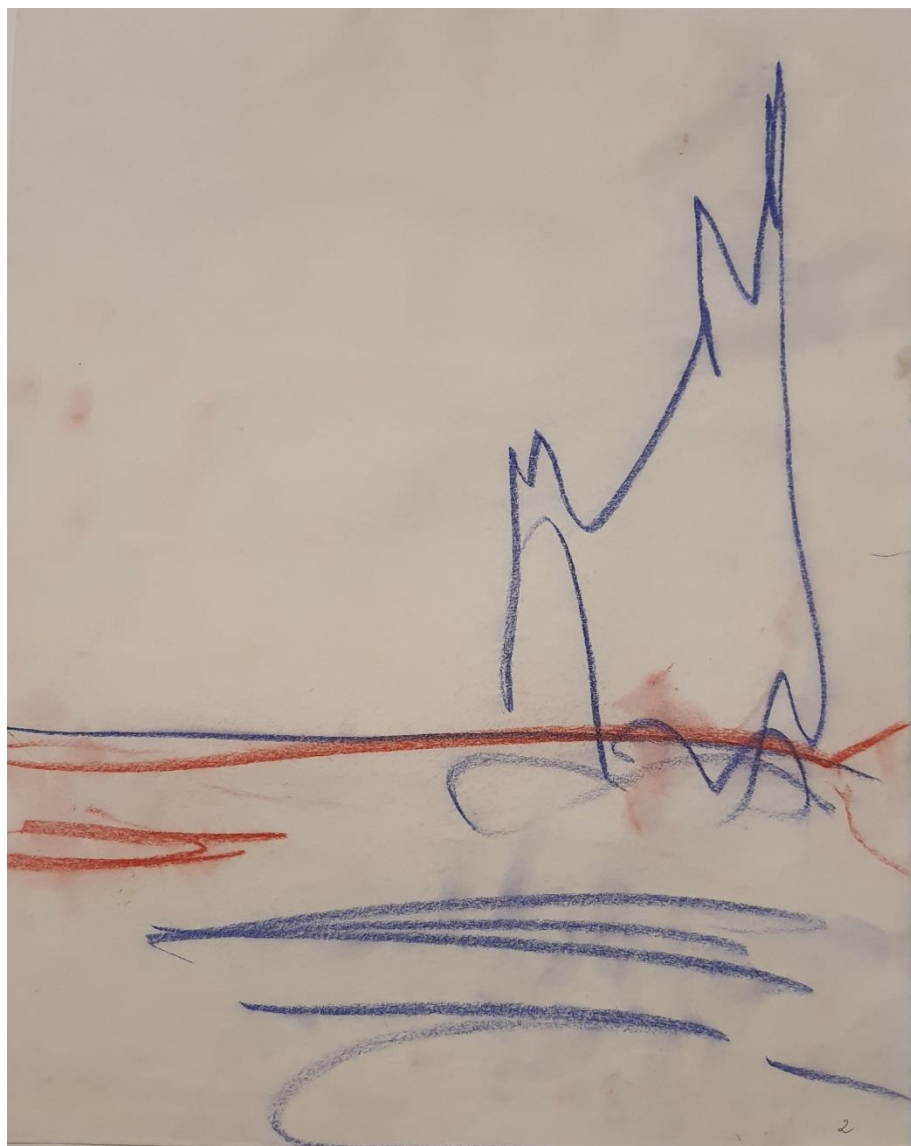
L'intento da parte della specialista è quello, tramite il ripristino e l'evoluzione della rappresentazione grafica, che il paziente possa riacquistare il linguaggio, che risultava disarticolato, dissociato e confuso. Il medium familiare al paziente, ossia il linguaggio grafico, potrebbe essere uno strumento efficace per la sua guarigione.



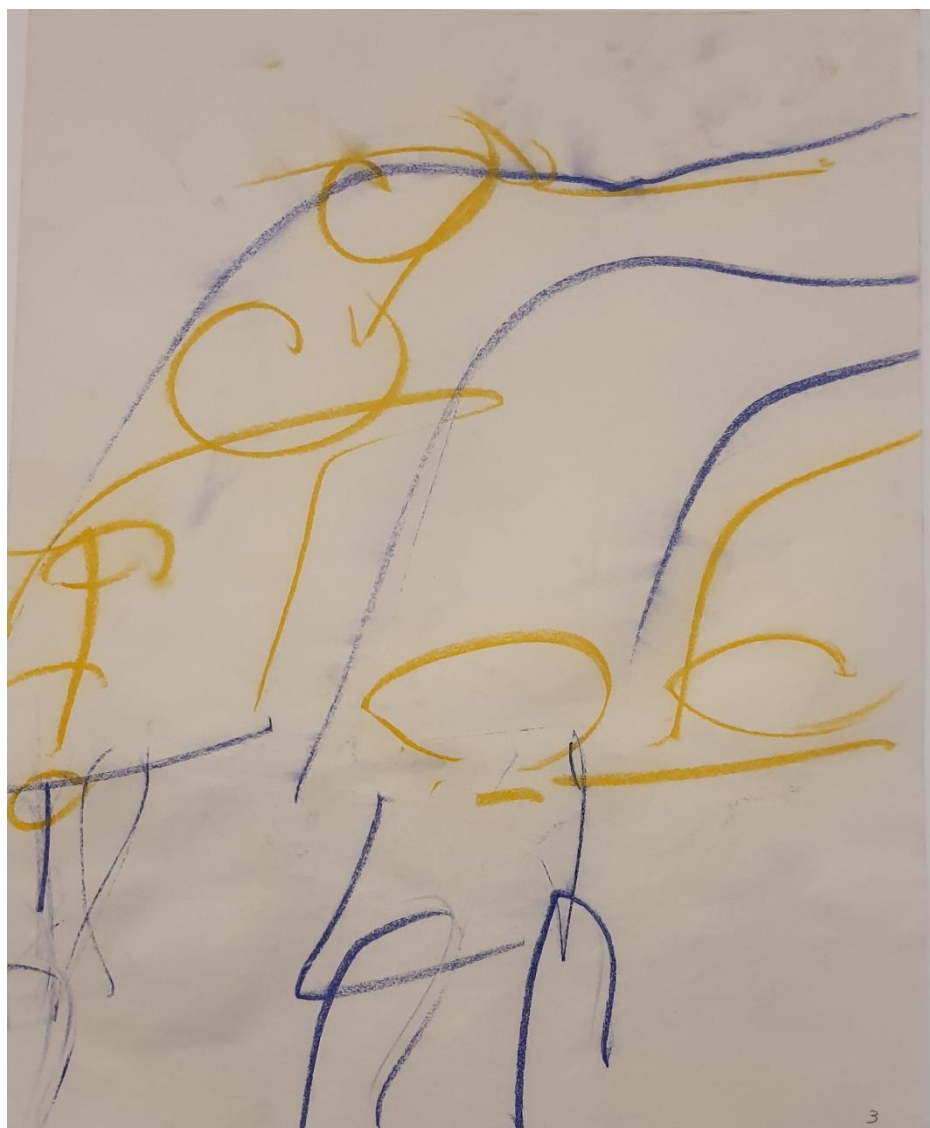
Durante il primo incontro la dott.ssa Sgarabottolo suggerisce al pittore di riprodurre una figura umana da lei disegnata in modo stilizzato . Da subito è evidente la difficoltà da parte di Girolamo Dalla Guarda di chiudere il cerchio e d'inserire all'interno i segni che contraddistinguono il volto: naso, occhi, bocca. E' chiaro che il suo cervello ha subito con il trauma una perdita di memoria forse temporanea e una regressione all'età di circa due-tre anni. Inserisce poi altre linee, che fanno parte dei *20 tipi di segni degli scarabocchi base* classificati da Rhoda Kellogg, per imitare lo schema del corpo. Il colore utilizzato è solo il blu.



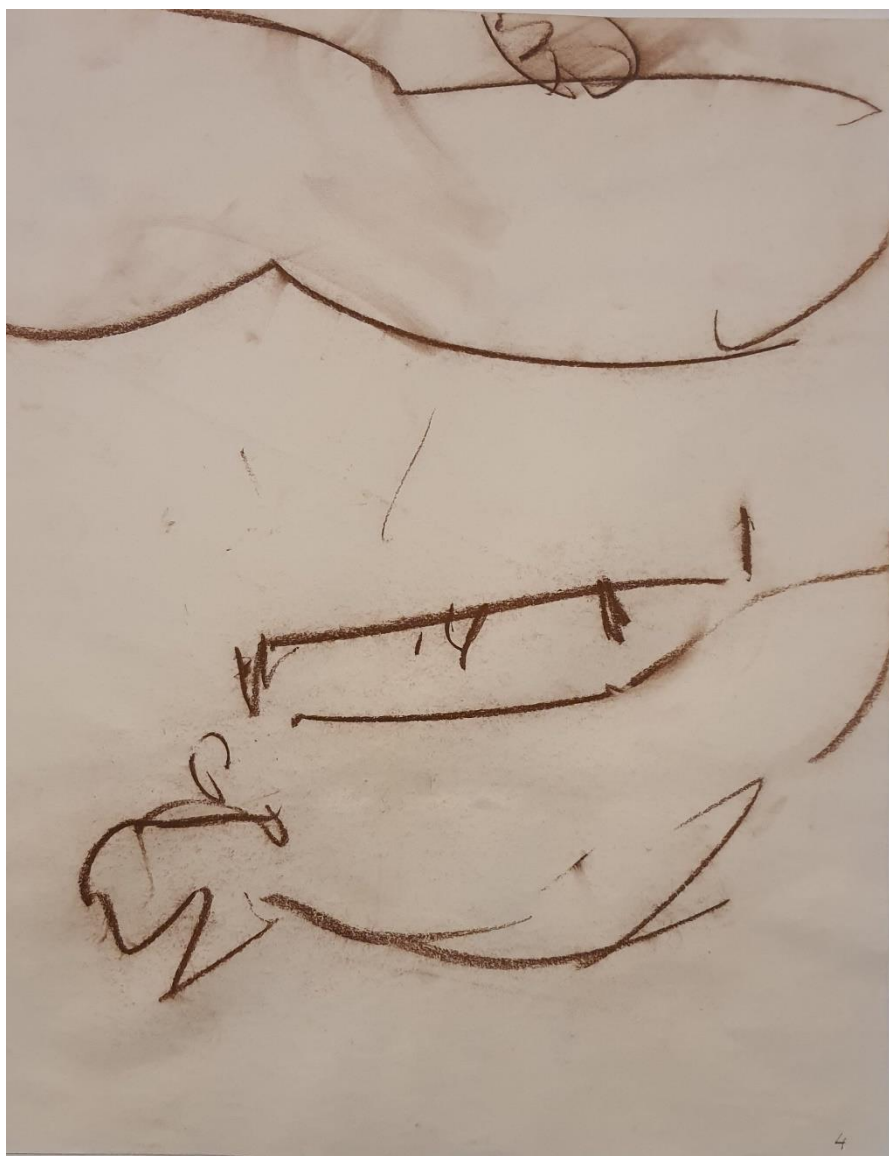
E' interessante il secondo disegno perché compare un primo *diagramma irregolare* e una serie di *linee multiple* che definiscono la linea di terra. E' un primo tentativo di collocazione spaziale e di ricerca della forma. I colori utilizzati sono il blu dominante e il rosso per tracciare la linea di terra.



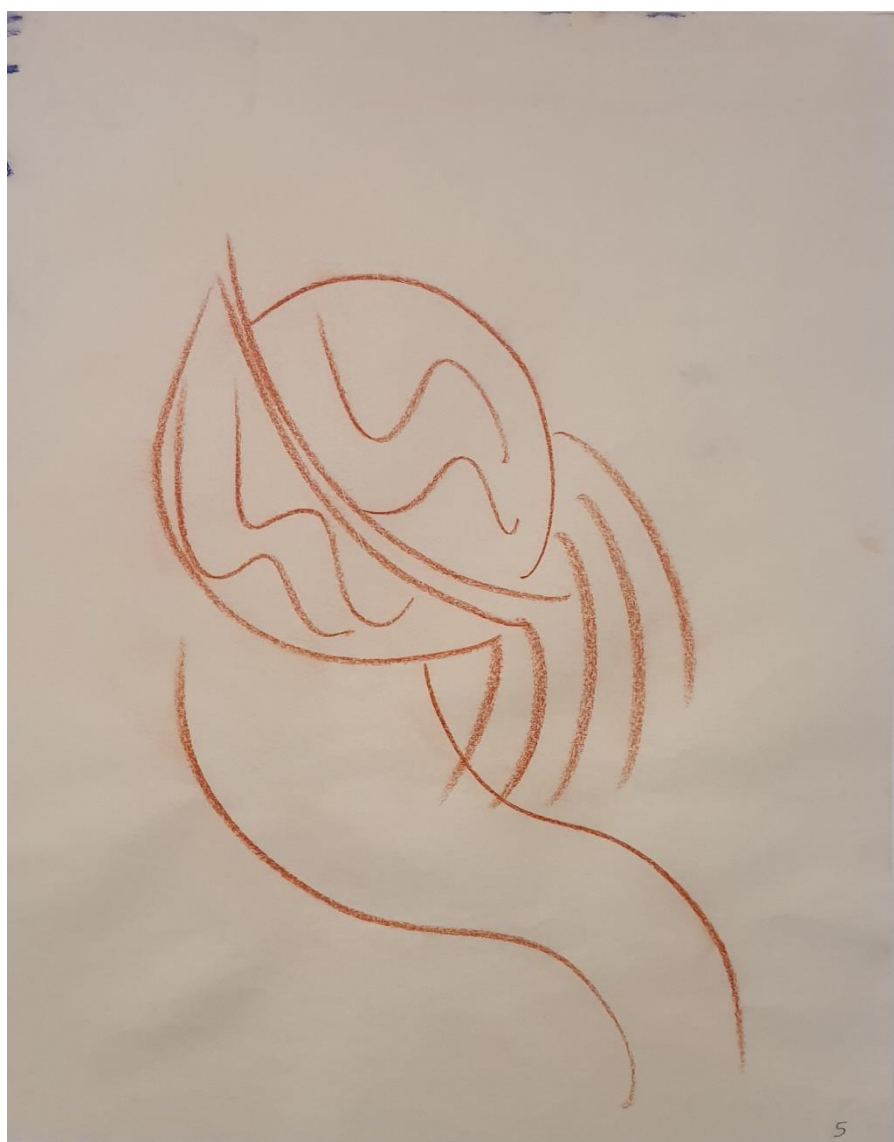
Nel terzo disegno , si nota ancora la difficoltà di chiudere il cerchio; il paziente è alla ricerca di costruire forme utilizzando il *modello di posizione P9* e ci sono i primi accenni di alcune *croci*. Utilizza il colore giallo per ricercare la forma del cerchio e le croci, il blu per le altre *linee-base*.



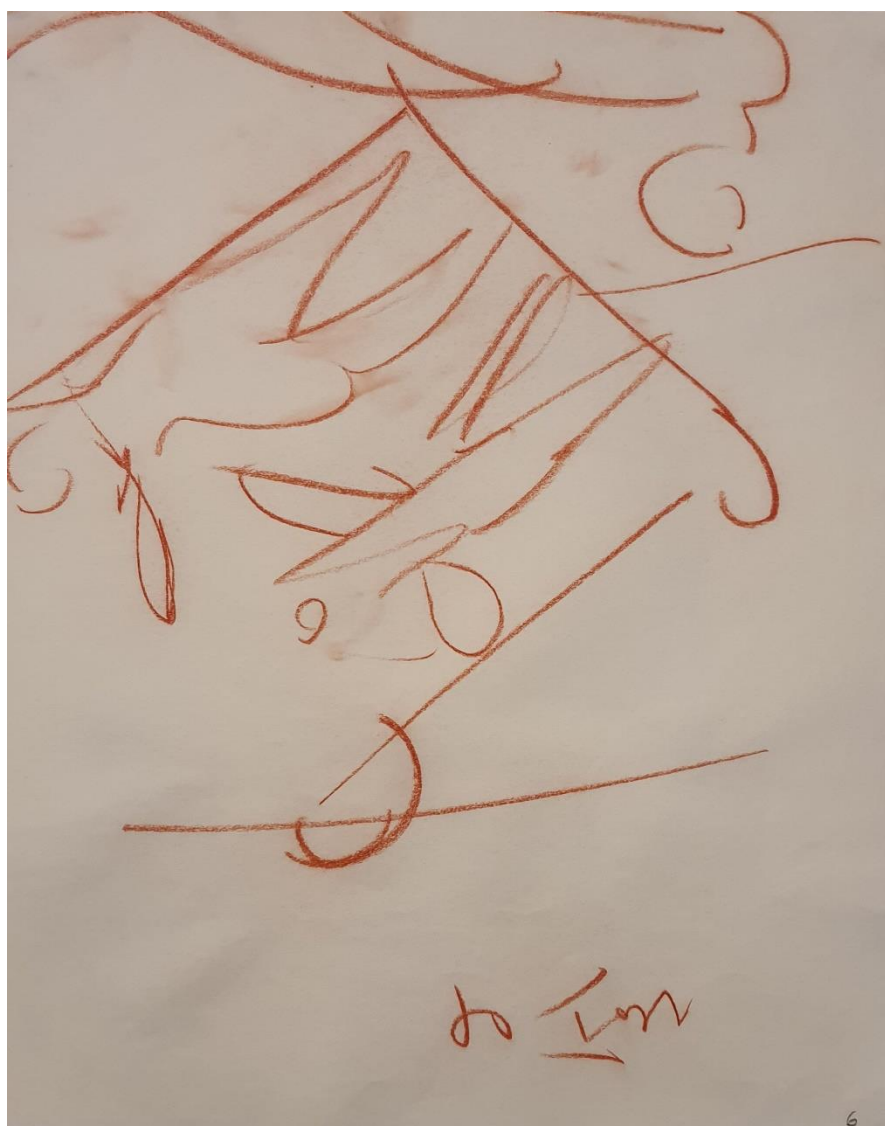
Nel quarto disegno utilizza solo il pastello marrone per definire due *diagrammi irregolari distinti*, sembra, nella ricerca di definire le masse di due corpi orizzontali. In entrambe le "figure" persiste il tentativo di abbozzare due cerchi, ancora aperti.



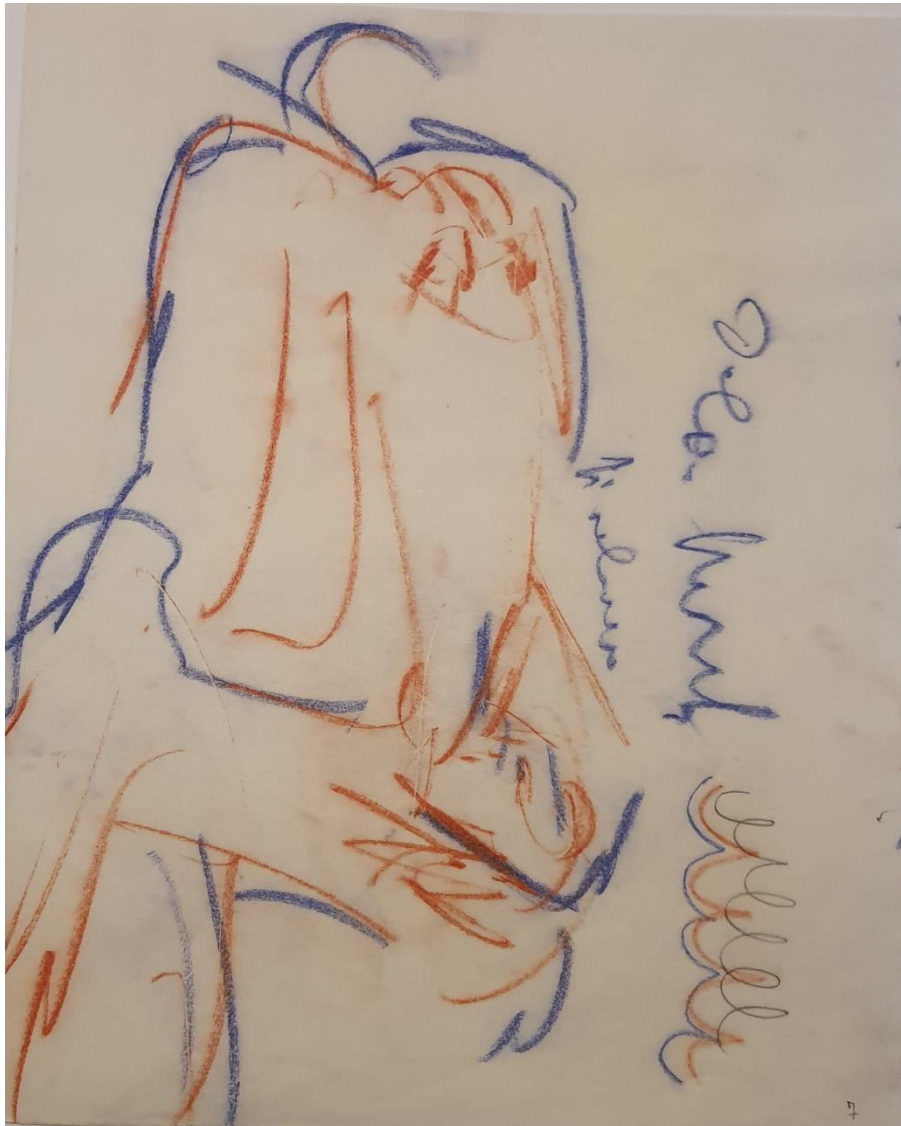
Nel quinto disegno, circa dopo quindici giorni di continue esercitazioni grafiche, il pittore Girolamo Dalla Guarda sembra abbozzare una prima forma composta da due linee curve ben fatte, a forma di guscio, al cui interno traccia due linee verticali a interrompere la *forma curvilinea*. Ne risulta una forma simile a un cervello con i due emisferi. Potrebbe essere un tentativo di riequilibrare la propria mente o il suo autoritratto al momento dello schianto, con la mente da cui esce un fluido, forse la memoria. Il disegno prosegue in basso con altre due linee curve, come a definire un corpo. Il tutto definisce un *modello di posizione P 17*. Il colore è il rosso.



Nel sesto disegno c'è il tentativo di tracciare un *diagramma regolare di forma quadrata*, anche se non chiuso inferiormente, *associato ad altre linee e scarabocchi*. Questi indicano un progresso nell'uso più controllato delle linee e nell'esercizio della memoria. Sembra che il paziente stia cercando di recuperare la fisicità del corpo umano, mediante il disegno dei diagrammi regolari. Utilizza il colore rosso e per la prima volta si firma.

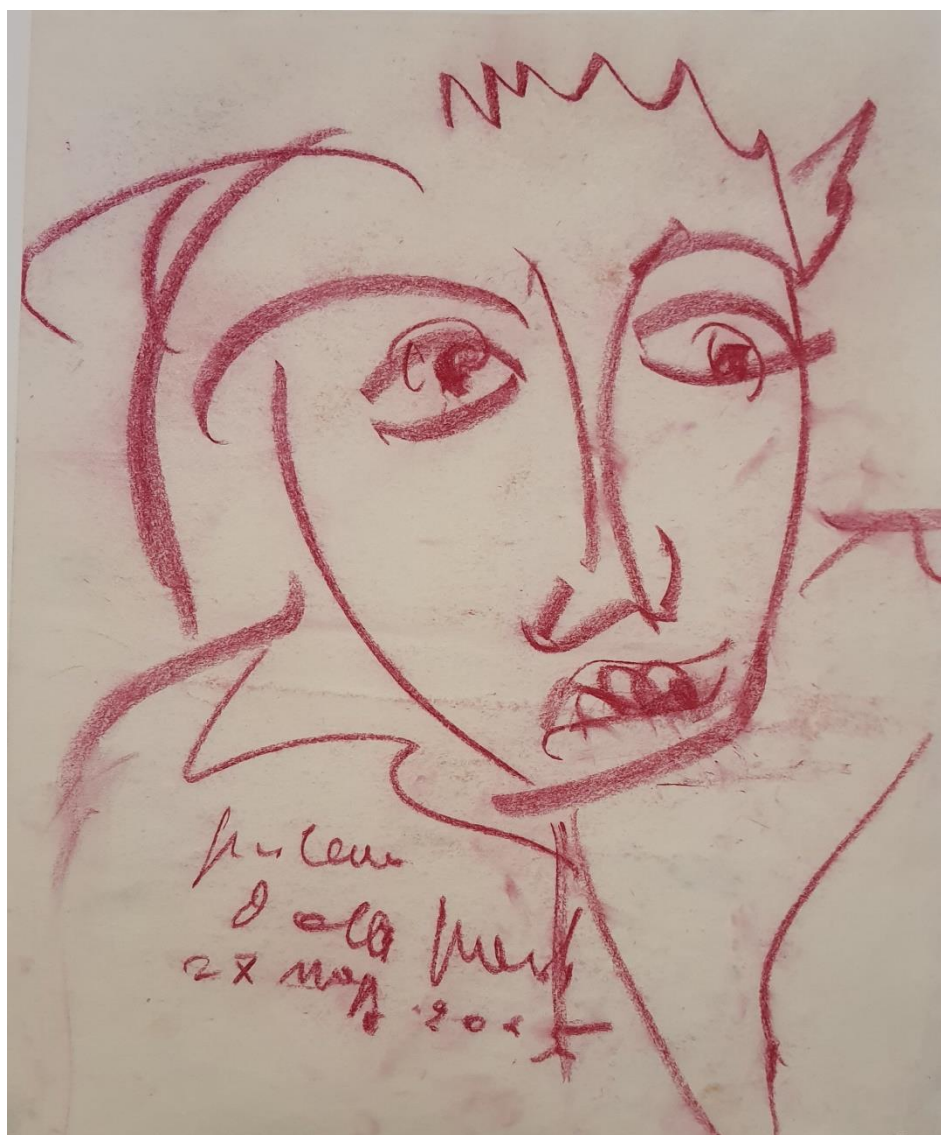


Infatti nel disegno successivo disegna una possente figura umana eretta, definendo il busto con linee spezzate, che ricordano la forma quadrata precedente, la testa con un cerchio non ancora chiuso e le altre parti del corpo con altre linee-base e scarabocchi. Anche in questo disegno l'autore si firma e utilizza i colori blu e rosso.



Nei successivi disegni associa quasi sempre la ricerca del volto con una serie di linee base fortemente incise sul foglio, che denotano una forte volontà di ritrovare le forme perdute.

Il 13 maggio viene dimesso, ritorna a casa e ritrovando il suo ambiente familiare e confortevole ritorna molto più velocemente al suo segno e per la prima volta, in data 27 maggio 2005 riesce a ritrarre un volto in modo verosimile; è il ritratto della sua amata e fedele compagna Alice. Il colore usato è il fucsia.

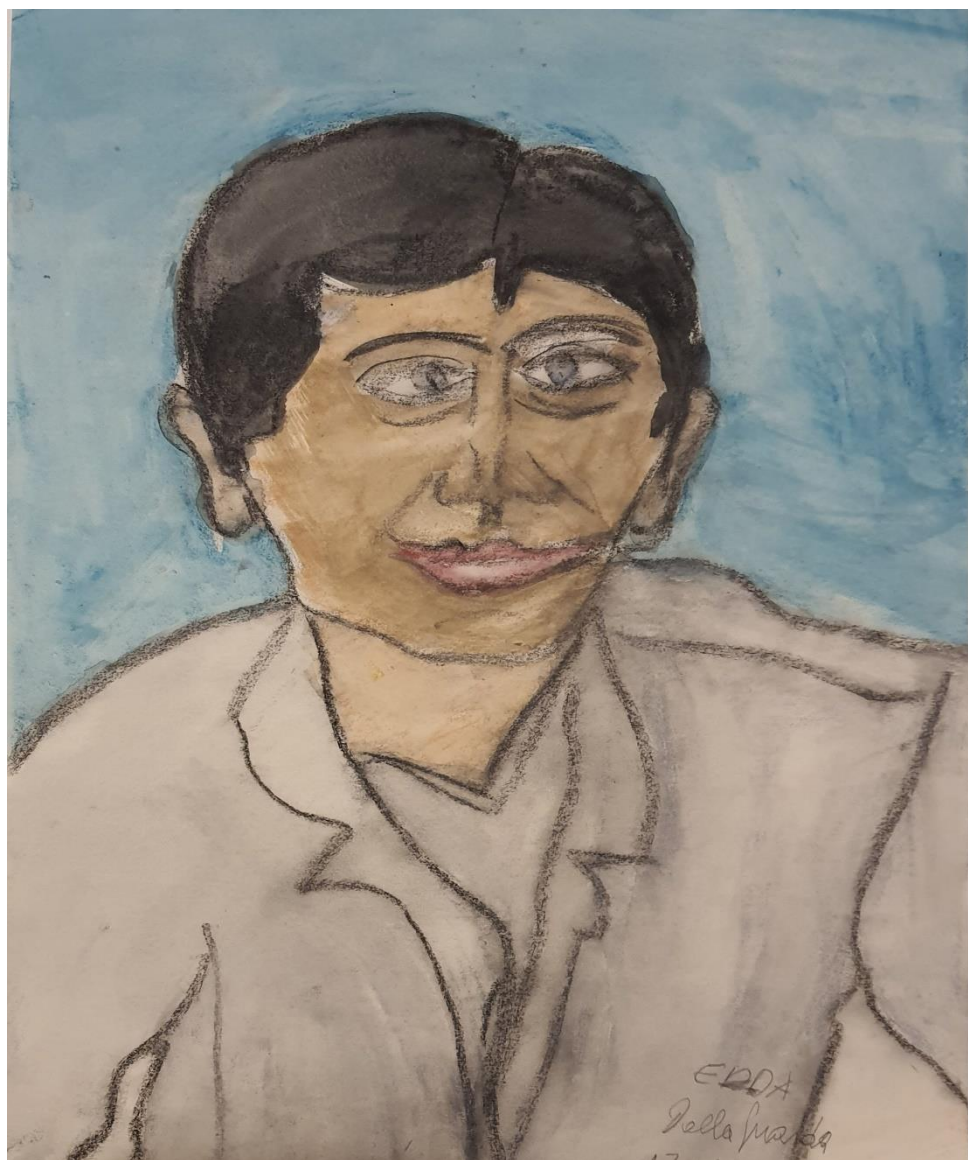




Il 15 giugno Girolamo nel ritratto di un volto riempie completamente le campiture con colori vivaci. Fino a questo momento si era limitato a utilizzare i pastelli solo per tracciare linee e forme. Il paziente continua regolarmente gli incontri settimanali presso l'ospedale di San Bortolo di Vicenza e chiude il suo percorso a Dicembre 2005 quando, dopo dieci mesi di terapia logopedica associata agli elaborati grafici, ha raggiunto una base strutturale mnemonica da cui proseguire a casa, supportato da una figura assistenziale.

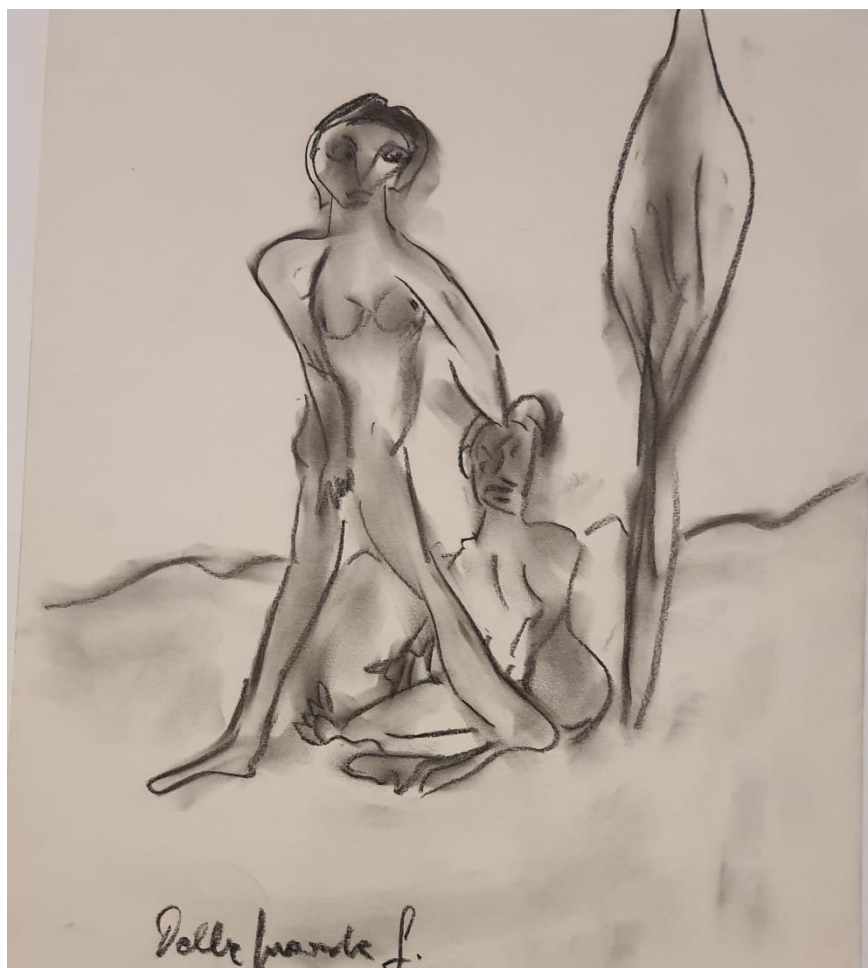


In uno degli ultimi incontri il pittore dedica un suo disegno alla dott.ssa Edda Sgarabottolo con il camicie bianco.



Il 19 dicembre, dopo undici mesi, realizza per la prima volta due figure, una in piedi e una seduta, in un paesaggio collinare nei pressi della sua abitazione di Vicenza.

L'anno successivo, a seguito di una valutazione neuro-psicologica emergeva che il pittore a causa dell'incidente, aveva perso definitivamente il trenta per cento delle capacità cognitive.



## Capitolo V

### Il Mandala nel pensiero di C. G. Jung

---

#### ***1. Il mandala e il Sé***

Carl Gustav Jung, il grande psicologo svizzero, fu il primo tra gli studiosi occidentali a intuire il significato e il valore del cerchio nell'esperienza umana.

Lo studiò per oltre vent'anni e lo chiamò appunto mandala; così lo descriveva in uno dei suoi quattro saggi: “Il mandala rappresenta uno schema ordinatore che in certa misura si sovrappone al caos psichico, così che l'insieme che si sta componendo viene tenuto insieme per mezzo del cerchio che aiuta e protegge”(1) Lo definì come il Sé, “una sorta di punto centrale all'interno dell'anima, dal quale tutto sia ordinato e il quale sia al tempo stesso fonte di energia”.

#### ***2. Mandala come archetipo della totalità***

La chiave del pensiero di Jung è quello della “completezza” riferita alla psiche, che viene considerata in modo olistico come un tutto indivisibile. Il fine dell'attività umana è infatti quello di raggiungere questa completezza, che rappresenta la piena realizzazione della personalità e del Sé, concepito come un'entità dinamica in continua rigenerazione.

Il mandala tantrico viene in questo senso interpretato come simbolo della compiutezza psichica e della naturale propensione della psiche a integrare e armonizzare i suoi differenti aspetti.

La scoperta del simbolo del mandala risale a un periodo cruciale per Jung, coincidente con il distacco da Freud e con il suo confronto con l'inconscio.

Nel 1912, Jung attraversò un periodo di forte crisi segnato da visioni terrifiche e solo la pittura e la scultura, permettendo l'esplicarsi di ciò che vedeva e viveva, riuscirono a dargli conforto.

Solo in seguito avrebbe riconosciuto nelle creazioni simmetriche e regolari che aveva realizzato dei veri e propri mandala.

(1)C.G.Jung, “Il simbolismo del mandala”, in “Gli archetipi e l'inconscio collettivo”, 1955, Boringhieri, Torino

“ Mi fu sempre più chiaro che il mandala è il centro. È l'espressione di tutte le vie. È la via al centro, all'individuazione. Durante quegli anni, tra il 1918 e il 1920, cominciai a capire che lo scopo dello sviluppo psichico è il Sé. Non vi è una evoluzione lineare; vi è solo un andare attorno al Sé. Uno sviluppo uniforme esiste, al più, solo al principio; dopo, tutto tende al centro. Questo convincimento mi diede stabilità, e un po' per volta ritornò la mia pace interiore”(2).

La sua analisi del termine comparve nel 1929 nel *Commento* a “Il segreto del fiore d'oro”, ove osserva che la parola mandala deriva dal sanscrito e significa “circolo” e che il suo simbolismo si trovava in molte civiltà diverse, tra cui la cristiana, l'indio-americana, l'egizia , oltre che in quella del buddhismo-tibetano.

Jung scoprì che immagini di mandala comparivano spesso nei sogni, nelle fantasie e nei disegni dei suoi pazienti, anche di quelli malati. Per Jung queste immagini avevano un profondo significato psicologico, perché rappresentavano una sorta di ideogramma di contenuti inconsci.

L'energia del punto centrale del mandala rappresentava l'impulso a divenire ciò che si è e, essendo un simbolo di totalità e guarigione, poteva fungere come strumento della terapia.

I mandala disegnati dai pazienti rivelavano la lotta per superare il caos interno attraverso la ricerca di una qualche forma di integrazione tra opposti; il disegno permetteva loro di rappresentare elementi non coscienti apparentemente inconciliabili portandoli a livello della coscienza.

Non si trattava, secondo Jung, di una cura da somministrare imitando immagini tratte da una fonte esterna e non poteva nemmeno essere considerata il frutto di una riflessione razionale.

Si trattava piuttosto di un tentativo che nasceva da un impulso istintivo legato alla natura stessa; a questa convinzione era sottintesa l'idea che secondo Jung il simbolismo religioso, tra cui il mandala, è l'espressione di un profondo bisogno di guarigione psichica e un anelito alla totalità.

Jung infatti considerava la religione come “una delle maggiori e più considerevoli acquisizioni dell'uomo che gli dà la forza di non essere schiacciato dalla mostruosità dell'universo” (3) e vedeva

(2)Jung, “Ricordi, sogni, riflessioni” a cura di A. Jaffè, Bollati Boringhieri, Torino, 1961

(3)Jung, “Psicologia e alchimia”, Bollati Boringhieri, Torino, 1992

nel mandala uno dei simboli più perfetti della ricerca religiosa. Per Jung lo scopo delle varie tecniche di meditazione dello yoga orientale, come quelle che fanno uso del mandala, era quello di rendere possibile e promuovere il processo psichico verso la scoperta del Sé.

Il mandala ha un significato pratico immediato nella disciplina della meditazione, è infatti strumento di controllo per la trasformazione della coscienza dello yogin.

Questo carattere trasformativo dei mandala è simboleggiato dall'unione di tutti gli opposti che, permettendo lo stato di eterno equilibrio, porta all'identificazione con la divinità.

Nel loro uso culturale contengono di regola al loro centro una figura di supremo valore religioso, Buddha, simbolo di concentrazione di tutte le forze divine (4).

Jung non ha dubbi sul fatto che questi simboli in Oriente siano sorti originariamente da sogni e visioni, inoltre riportando l'esempio di svariate immagini mandaliche presenti in numerose culture, insiste sull'universalità di questa figura.

Nell'ambito della tradizione cristiana, Jung aveva osservato un certo numero di motivi simili al mandala nella rappresentazione di Cristo. In particolare nel saggio "Il simbolismo della messa", Jung esamina un passo di un testo proveniente dalla letteratura apocrifia, gli Atti di Giovanni, ove vi sarebbe la descrizione di una mistica danza che Cristo istituì prima della sua crocifissione. Egli avrebbe detto ai suoi discepoli di formare un cerchio nel centro del quale stava Egli stesso: la solenne danza circolare mirava a imprimere nella mente l'immagine del cerchio e del centro, nonché il rapporto di ogni punto della periferia col fulcro. Nella danza come circumambulazione intorno al Signore si aveva la sintesi, l'unificazione, l'incorporazione del Signore in mezzo agli apostoli; da un punto di vista psicologico, questa disposizione equivale a un mandala e quindi a un simbolo del Sé, l'entità di ordine superiore all'Io.(5).

In Occidente lo scopo dell'unità psichica dovrebbe essere perseguito attraverso lo sviluppo di pratiche occidentali come quella che Jung definisce "immaginazione attiva", coltivabile attraverso l'ardore ascetico, o *tapas*, come mezzo di creatività.

(4) Jung C.G., "Psicologia e alchimia", Bollati Boringhieri, Torino, 2006

(5) Jung C.G., "Il simbolismo della messa", Bollati Boringhieri, Torino, 2013

In “Psicologia e alchimia”, Jung descrive l’*imaginatio* come un’evocazione attiva di immagini interne che avviene “secundum naturam”; essa costituirebbe una vera e propria opera di pensiero e rappresentazione che tenta di comprendere i fatti interni e di rappresentarli con immagini fedeli alla loro essenza (6).

Jung credeva che ogni paziente necessitasse di metodi diversi, per questo non prescriverà una serie di esercizi da seguire, ma suggerirà lo sforzo di concentrazione profonda e la messa in moto dell’immaginazione in modo tale da generare una visione spontanea.(7) .Jung riteneva che la mente occidentale, nella quale l’elemento conscio prevale, necessitasse di lasciare che le cose avvengano nella psiche senza forzarle attraverso metodi prestabiliti. Credeva che per l’Occidente l’utilizzo dell’Immaginazione Attiva potesse assumere lo stesso ruolo che lo yoga aveva assunto per l’Oriente, poiché, provocando l’abbassamento del livello di consapevolezza conscia, avrebbe reso possibile l’emergere di nuovi contenuti a livello conscio, e conseguentemente un allargamento della coscienza(8).

### ***3 Il rituale e il suo simbolismo***

Quando Jung si accorse della comparsa spontanea del mandala nei suoi pazienti, cominciò a esplorarne più a fondo il significato funzionale. Normalmente il mandala appare negli stati di disorientamento o dissociazione psichica o nel caso di schizofrenia. L’ordine severo imposto da un’immagine circolare come quella mandalica compensa il disordine e la confusione dello stato psichico, e questo attraverso la costruzione di un punto centrale al quale è correlato tutto ciò che è molteplice, opposto, inconciliabile.

Jung, ritenendolo un tentativo di guarigione da parte della natura stessa, lo considera come un archetipo o schema fondamentale nel quale si può riscontrare una conformità di base.

La “quadratura del cerchio” è uno dei motivi più importanti che Jung ritrova regolarmente nelle

(6) Jung.C.G.“Psicologia e alchimia”, Bollati Boringhieri, Torino, 1992

(7) Coward H. “Jung e il pensiero orientale”, La biblioteca Vivarium, Milano 2005

(8) Jung C.G., “L’uomo e i suoi simboli”, Raffaello Cortina, Milano, 1983

forme assunte dai sogni e dalle fantasie dei suoi pazienti, esso esprime l'idea di un centro di personalità. Si tratta di una sorta di punto centrale all'interno dell'anima al quale tutto è correlato e la cui energia si manifesta in un impulso a divenire ciò che si è.

I mandala individuali presentano un'enorme multiformità e quantità di motivi e allusioni simboliche, ma nella stragrande maggioranza essi sono caratterizzati dal cerchio e dal quadrato.

Il loro oggetto, il Sé, è in contrapposizione all'Io, per questa ragione non di rado il mandala individuale presenta una divisione in due metà, una chiara e l'altra scura.

Il mandala rappresenta tradizionalmente l'immagine di Dio, fatto che non risuona strano a Jung, dato che la filosofia indiana, secondo la sua visione, fa corrispondere all'essenza umana quella divina nel concetto di identificazione tra *atman* e *brahman*, tra coscienza individuale e universale(9). Nel buddhismo tibetano il mandala ha il significato di strumento culturale, di aiuto alla meditazione e alla concentrazione.

Nel saggio "Il simbolismo del Mandala" Jung tenta di descrivere la struttura generica di uno *yantra*: "contiene tre cerchi destinati a tenere insieme l'interno e a escludere l'esterno, il cui bordo corrisponde al fuoco del vivo desiderio, da cui conseguirebbero i patimenti infernali.

Sul bordo esterno sono raffigurati gli orrori della tomba, mentre procedendo verso l'interno segue una ghirlanda di foglie di loto"(10).

Nell'ambito rituale possiamo dire che il mandala delinea una superficie consacrata a preservare dalle forze disgregatrici e demoniache.

Scopo della contemplazione e della rappresentazione del mandala è che lo yogin prenda coscienza della divinità, cioè che attraverso la meditazione riconosca se stesso come dio ed esca dall'illusione dell'unicità individuale per fare ritorno all'universale totalità dello stato divino. Infatti nell'esercizio rituale lo yogin scambia il suo Io con Buddha producendo uno spostamento del centro psichico dall'Io personale al non-Io impersonale.

(9) Jung C.G., "Gli archetipi e l'inconscio collettivo", Bollati Boringhieri, Torino, 1997

(10) Jung C.G., "Gli archetipi e l'inconscio collettivo", Bollati Boringhieri, Torino, 1997



Tucci nella prefazione del suo saggio descrive metaforicamente i mandala così:

“...come libri scritti in una lingua di cui non si conosca più la chiave ma che, a saperli leggere, dicono poi tutti la medesima cosa; ed è quella stessa ansia che tormentava il vater upanisadico: “Fammi passare dalla tenebra alla luce” (11). Il mandala, ricorda Tucci, è innanzitutto un cosmogramma, “l'universo intero nel suo schema essenziale, nel suo processo di emanazione e riassorbimento”(12).

Non solo, chi se ne serve può ritornare psichicamente al centro dell'universo ritrovando, con l'intento di scoprire il principio ideale delle cose, l'unità di coscienza.

In questo senso si può parlare di uno psicocoscogramma, “ lo schema della disintegrazione dall'uno al molto e della reintegrazione dal molto all'uno, a quella coscienza assoluta, intera e luminosa, che lo yoga fa nuovamente brillare in fondo all'essere nostro” (13).

Gli psicocoscogrammi hanno lo scopo di rivelare al neofita il gioco delle forze che operano nell'universo e in sé medesimo, insegnandogli la via dell'integrazione della coscienza.

Tucci riporta come modello di avvenuta integrazione il Buddha nel momento della sua illuminazione, quando avviene l'eliminazione di quella serie di stati mentali che costituivano la sua apparente personalità. L'iniziato per facilitare questo stato deve apprendere a dominare il subconscio della *maya*, forza individuante paragonata ad un ondoso e irrequieto mare.

Jung definisce la Maya come il fuoco della coscienza desiderante che fronteggia la coscienza puramente contemplativa(14). Per la cultura tibetana il rituale del disegno del mandala non è una cosa semplice, ma si tratta di un cerimoniale che richiede tutta l'attenzione possibile; ogni imperfezione sarebbe segno della mancanza di quelle condizioni psicologiche, che permettono di produrre il processo di redenzione(15).

Tucci ricollega l'esperienza psichica del mandala a quella generata della pratica yoga, poiché entrambe queste istanze hanno la facoltà di spingere l'uomo nel centro di se medesimo per trovare

(11)Tucci G., “Teoria e pratica del mandala”, Ubaldini, Roma, 1969

(12) Tucci G., “Teoria e pratica del mandala”, Ubaldini, Roma, 1969

(13)Tucci G., “Teoria e pratica del mandala”, Ubaldini, Roma, 1969

(14) Jung C.G. “La psicologia del kundalini-yoga”, Bollati Boringhieri, Torino, 2004

(15)Tucci G., “Teoria e pratica del mandala”, Ubaldini, Roma, 1969

il seme divino, quella luce che arde dentro di lui e intorno alla quale si svolge tutta la sua personalità. Jung nei “Ricordi, sogni, riflessioni” riassume il valore e il significato che il mandala ebbe nel suo personale percorso:

“ Solo un po' per volta scoprii che cosa è veramente il mandala, formazione, trasformazione della Mente eterna, eterna ricreazione. E questo è il Sé, la personalità nella sua interezza, che è armoniosa se tutto va bene, ma non sopporta l'autoinganno. I miei mandala erano crittogrammi concernenti lo stato del mio Sé, che mi erano proposti quotidianamente. In essi vedevo come il Sé, cioè la mia totalità, operava.” (16)

(16)Jung, “Ricordi, sogni, riflessioni” a cura di A. Jaffè, Bollati Boringhieri, Torino, 1961

## **Capitolo VI**

### **IL BAMBINO AL CENTRO**

---

#### ***1.L'educazione e il bambino***

Tanti sono gli studiosi e filosofi che hanno cercato di conoscere il mondo invisibile del bambino, di indagare il formarsi dei diversi linguaggi e teorizzare il processo di apprendimento per formulare metodologie educative e didattiche più o meno efficaci.

Circa duemilatrecento anni fa Aristotele conduceva i suoi allievi a scoprire la “verità” mediante il metodo dialogico o maieutico, mentre cento anni prima Platone mediante il “Cratilo” imbastiva una discussione filosofica sull’origine del linguaggio.

Oggi il filosofo Galimberti pone al centro dell’educazione del bambino e quindi dell’uomo il “sentimento”, dimensione che supera l’impulso e le emozioni, perché lo ritiene alla base del “sentire umano”.

Sul finire del XVIII secolo i positivisti Rousseau e Kant fondavano la pedagogia moderna, dando piena fiducia alla ragione e all’educazione libera e spontanea; ricordiamo tutti il “buon selvaggio” di Rousseau, da cui prese ispirazione negli anni '60 il regista F. Truffaut per il suo film “Il ragazzo selvaggio”.

Ma è con Piaget (1896-1980) che le teorie sull’infanzia cominciano ad acquisire connotati di scientificità, mediante la descrizione minuziosa delle quattro tappe dello sviluppo cognitivo del bambino.

Altri pedagogisti e psicologi negli anni successivi avrebbero intrapresero ulteriori percorsi di ricerca e formulato nuove metodologie didattiche.

John Dewey(1859-1952) propose mediante una “didattica attiva”, di mettere in primo piano lo studente e non il docente, valorizzando l’interazione tra pari; Johnson e Holubec negli anni novanta formularono il “cooperative learning”; negli anni '30 Alex Osborn teorizzò la tecnica

di gruppo del “brainstorming”, basata sulla concatenazione di idee per analogia o in libere associazioni, in cui le idee degli altri stimolavano la produzione creativa delle proprie; sempre negli stessi anni Eduard De Bono valorizzò il “pensiero creativo o laterale”, intento ad esplorare strade alternative al pensiero logico tradizionale, fino ad affidarsi ad associazioni di idee del tutto casuali. Negli anni ottanta Gardner esplorava ulteriormente la mente umana e individuava “sette intelligenze principali”: linguistica, logico-matematica, musicale, spaziale, corporeo-cinestetica, interpersonale, intrapersonale.

Guilford negli anni sessanta distingueva il “pensiero convergente” da quello “divergente”.

O ancora in tempi più recenti si è proposta la “flipped classroom” o “classe capovolta”, nella quale la lezione diretta, frontale si realizza fuori dall’aula, in ambiente informale digitale e il tempo scolastico lo si utilizza per sviluppare abilità di apprendimento significativo e personalizzato.

La lista delle varie teorie pedagogico-didattiche e sullo sviluppo infantile potrebbe continuare e forse non basterebbe una tesi per esaurire la vastità dei contenuti.

Tali teorie nonostante si possa riconoscerne la validità e scientificità, rappresentano però nella maggior parte dei casi una visione “adultocentrica”, che pone al centro della percezione e dell’interpretazione del mondo, anche di quello infantile, gli schemi mentali e il punto di vista dell’adulto.

A mio avviso l’insegnante o l’esperto che si prende a cuore la vita e la crescita del bambino, dovrebbe “fare un passo indietro” e porsi in atteggiamento di ascolto per dare fiducia e voce al bambino; se siamo disponibili, ci “racconta” la sua bellezza e le ferite della vita e ci “richiama” alla nostra “responsabilità” .

“Raccontare”, “richiamare”, “responsabilità”, derivano tutti dal prefisso “re”, che indica un ritorno a uno stato precedente o un movimento all’indietro , una circolarità, che caratterizzano proprio una relazione (“referre”, “portare indietro”, “portare di nuovo”).

La vera centralità di ogni bambino si può realizzare quindi proprio nella relazione, che mette in moto uno scambio dialogico, fondamentale per la formazione dell’identità.

Come insegnante il mio impegno è rivolto non solo all'apprendimento del bambino, ma primariamente al suo benessere, alla sua crescita socio-affettiva, a promuovere la conoscenza di sé. Anno dopo anno ho visto aumentare il numero di bambini con disturbi dell'apprendimento, dell'attenzione e comportamentali, che difficilmente gli insegnanti riescono a risolvere nel tempo scuola, nonostante tutto l'impegno e le strategie adottate per rispondere ai bisogni di questi bambini. Ho riscontrato in alcuni perseverare, dal primo anno della primaria all'ultimo, certi atteggiamenti, che compromettono la serenità nelle relazioni e lo stesso apprendimento.

Gli insegnanti sono chiamati a rispondere a un programma nazionale rispettando determinate tempistiche e criteri valutativi, che lasciano poco spazio al vissuto e alla sfera emotiva dei bambini; d'altro canto l'organizzazione didattica e degli spazi scolastici sono spesso poco adatti a favorire la curiosità, la libera iniziativa e il bisogno di esplorare degli alunni.

Eppure le Indicazioni nazionali a questo proposito recitano: “Lo studente è posto al centro dell'azione educativa in tutti i suoi aspetti, cognitivi, affettivi, relazionali, corporei, estetici, etici, spirituali, religiosi. In questa prospettiva i docenti dovranno pensare a realizzare i loro progetti educativi e didattici non per individui astratti, ma per persone che vivono qui ed ora e sollevano precise domande esistenziali che vanno alla ricerca di orizzonti di significato”.

Parole illuminanti, ma che poi nella pratica quotidiana incontrano problematiche e difficoltà che ne impediscono la piena realizzazione e lasciano aperte alcune questioni.

## ***2. Lo sguardo attento sul bambino***

Come adempiere a questo obiettivo che pone il bambino al centro dell'educazione educativa e a cui si è chiamati a dare significative risposte esistenziali?

Oggi abbiamo a disposizione delle tecniche di analisi e osservazione che ci permettono di vedere come lavora il cervello infantile e tutti gli studi delle neuroscienze sulla memoria, l'attenzione, l'apprendimento hanno un valore inestimabile, in quanto ci aiutano a capire chi è il bambino, come funziona il suo cervello, quali sono i suoi bisogni.

Gli studiosi concordano nel sostenere che l'educazione deve partire dal comprendere il bambino e le sue esigenze particolari, che sono diverse per ogni età.

Proprio in questi giorni si celebra l'anniversario della nascita di Maria Montessori e le ricerche neuroscientifiche mettono in luce e confermano, dopo anni di indifferenza da parte delle istituzioni, le intuizioni sul funzionamento della mente umana ad opera della grande pedagogista.

Montessori scriveva nel suo libro *La mente del bambino* : “ L'educazione non deve essere più basata su un programma prestabilito, ma sulla conoscenza della vita umana” , e ancora, “la nostra opera di adulti non consiste nell'insegnare, ma nell'aiutare la mente infantile, nel lavoro del suo sviluppo”.

E' questo il punto di partenza del mio percorso di ricerca e del mio lavoro : conoscere il bambino e supportarlo affinché possa crescere in modo armonico.

### ***3. Uno strumento d'incontro e conoscenza “a portata di mano”***

Ho sempre pensato che “il maestro è colui che sa ascoltare”, perché credo profondamente che l'insegnamento non sia una trasmissione di saperi, ma si basi fundamentalmente sulla capacità di comprendere e percepire l'altro, in questo caso il bambino, mediante quotidiane attenzioni, osservazioni e tecniche educative attente ai processi mentali ed emozionali di ogni singolo, per riuscire ad attivare una mente curiosa di conoscere il mondo e se stesso.

Oggi questo non basta, il bambino ha bisogno di essere accolto e aiutato a risolvere pensieri confusi, conflitti interiori e dubbi, che annebbiano la sua mente e lo rendono inquieto e distratto.

I bambini come spugne assorbono tutto dalla società, che apparentemente assume atteggiamenti iper-protettivi, a partire dalle famiglie, ma che in realtà li lascia spesso in balia dei media, senza alcun filtro, o toglie loro la libertà di giocare liberamente con i simili, pianificando la loro vita in una miriade d'impegni, come fossero già adulti.

Questo significa soffocare l'infanzia, togliere la gioia di vivere, sacrificare quel tempo della scoperta, del gioco, della libertà di esplorare il mondo, anche con tutti i suoi rischi, che non tornerà più una volta cresciuti. Per questo ho creduto fosse indispensabile trovare uno strumento

linguistico che mi permettesse di avvicinarmi ai bambini, di allacciare un dialogo con loro per costruire un progetto di crescita ad personam.

Ho scelto il mandala per la sua immediatezza compositiva ed espressiva , come dire a “portata di mano” del bambino, che è già parte integrante del suo sviluppo, come ha dimostrato Rhoda Kellogg.

I bambini proiettano in modo spontaneo nel disegno le loro emozioni, il loro vissuto; sono loro a chiederlo, ne hanno bisogno, e non solo i più piccoli.

Disegnare un mandala però è molto di più : è un luogo sacro, protetto, in cui il bambino si può esporre senza pericoli e senza essere giudicato, e può esprimere la sua storia, il suo paesaggio interiore, i suoi pensieri, i suoi stati d'animo, la sua “essenza”.

Permette , come dice Jung, di far emergere e vedere i messaggi dell'inconscio in modo più digeribile con immagini e colori, e consente l'inizio del dialogo interiore.

I mandala attraverso il loro contenuto simbolico esercitano un influsso sull'inconscio, operando una sorta di catarsi. Diventano quindi una forma d'arte per la “conoscenza” e la “consapevolezza”.

Come sosteneva Jung “i mandala hanno lo scopo di portare il paziente dalla confusione all'ordine, senza che egli sia ogni volta cosciente di una tale intenzione. In tutti i casi essi esprimono ordine, equilibrio, totalità.”.

Nel mandala non c'è giudizio, non si può sbagliare, non si viene sgridati; i colori e le forme rappresentano semplicemente ciò che una persona è, nel suo insieme, con i suoi pregi e difetti, con le sue potenzialità e i lati nascosti: porta alla conoscenza e all'accettazione di sé.

Ho utilizzato i mandala con i bambini in più occasioni e con diverse tecniche di realizzazione e ho sempre constatato l'effetto benefico su di loro, in quanto infondeva senso di tranquillità e serenità, anche nei bambini disturbati da irrequietezza, alterazioni d'umore improvvise.

Ho sperimentato l'attività di creare mandala a coppie, per andare incontro ai bambini che dimostrando blocchi emotivi o sfiducia in se stessi, non riuscivano a intraprendere il percorso di realizzazione. L'interazione sinergica con i compagni rendeva possibile un dialogo costruttivo e

profondo, arricchendo gli animi di entrambi.

Ho approfondito tramite il linguaggio del mandala anche la conoscenza di alcuni bambini che presentavano disturbi dell'apprendimento, della sfera affettivo-relazionale, incapacità a rimanere a lungo impegnati in modo tranquillo nel proprio compito.

Per descrivere alcuni processi che si sviluppano attraverso il lavoro del mandala, ho scelto di raccontare i percorsi di Elena e Stella (i nomi sono ovviamente fortuiti per ragioni di privacy).

Elena è una bambina di seconda, spesso distratta, molto energica e reattiva, in classe gira per i banchi a stuzzicare i compagni ed è alla ricerca costante di conferme affettive (chiede ripetutamente “mi vuoi bene?”). Decido di utilizzare il mandala per entrare nel suo mondo e conoscere cosa si nasconde dietro al suo comportamento.

Come fosse un gioco chiedo alla bambina di disegnare un punto, attorno un cerchio e poi altri oggetti, elementi, persone, animali significativi per lei, senza dare ulteriori precisazioni; mi consegna il seguente disegno:

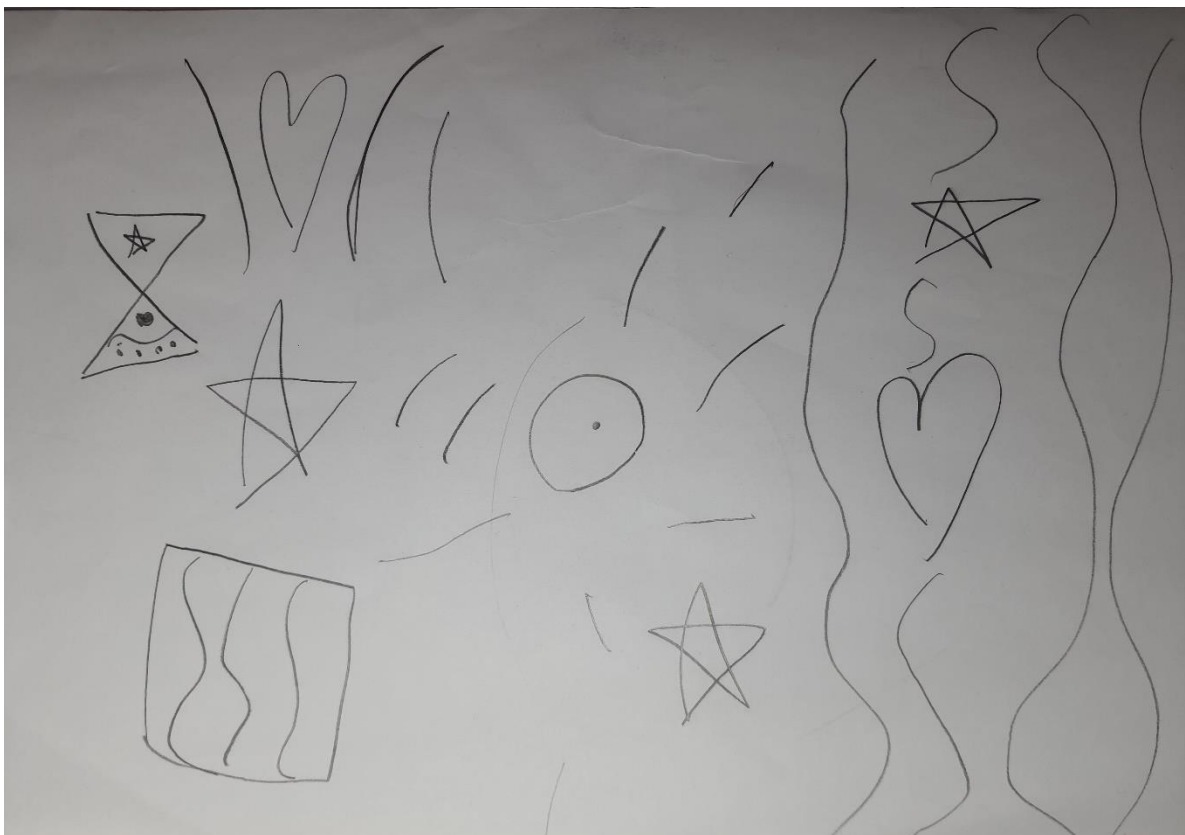


Fig. 3.1 Primo disegno mandalico di Elena (7 anni)



Si possono ben vedere attorno al piccolo mandala, che rappresenta Elena, una serie di segni a raggio direzionali verso destra, che cercano di arrivare al cuore (l'amore) e alla stella (gioia), ma sono ostacolati da una linea che attraversa quasi tutto il foglio. A sinistra altri segni invece rievocano, rimandano al suo universo intimo familiare: di nuovo il cuore, la stella, una clessidra (mi dice essere il suo portafortuna), una figura quadrata con linee ondulate che formano all'interno quattro aree. Ricorda tanto la simbologia del quadrato e del quattro, a lungo studiate da Jung.

Il numero quattro, richiama infatti i quattro elementi naturali (acqua, fuoco, aria, terra), ma anche le quattro funzioni della coscienza individuate da Jung (pensiero, sentimento, intuizione e sensazione) e utilizzate per determinare i sedici tipi psicologici. Il quadrato potrebbe quindi rappresentare la totalità del suo Sè, collocato nello spazio sinistro del foglio, che riguarda un vissuto familiare del passato, in cui la bambina poteva ritrovare il suo universo nella sua interezza.

La bambina è comunque solare, infatti c'è una stella anche nello spazio-tempo intermedio, sicuramente quello presente a scuola, in cui sta disegnando.

Tutti gli elementi rappresentati sono comunque proiettati fuori dal cerchio, all'esterno. E' chiaro il bisogno di Elena di uscire da se stessa e di cercare fuori di sé ogni possibile comunicazione e contatto. Questo disegno mi dava conferma di quello che avevo osservato della bambina durante le attività in classe, ma non conoscevo la radice, la motivazione profonda di tale comportamento. Mi sono fatta spiegare il significato di ogni singolo disegno e poi ho chiesto di rifarne uno nuovo, mettendo tutti gli elementi questa volta dentro al cerchio.

La bambina poneva il centro del mandala, in basso a sinistra, sopra al letto dei genitori, per lei simbolo dell'amore coniugale (Fig.3.2). Non solo, anche nel cerchio più piccolo, che rappresentava un gioco con i compagni, mi mostrava il suo posto ed era un puntino, sempre in un'area decentrata. Ho capito che la bambina nutriva un forte desiderio di affetto, senso di attaccamento, e che questo sentimento la portava ad essere inquieta, poco centrata su se stessa e alla ricerca incessante degli altri. Ho saputo poi che la madre è impegnata tutta la settimana per motivi di lavoro fino a sera, come pure il marito.

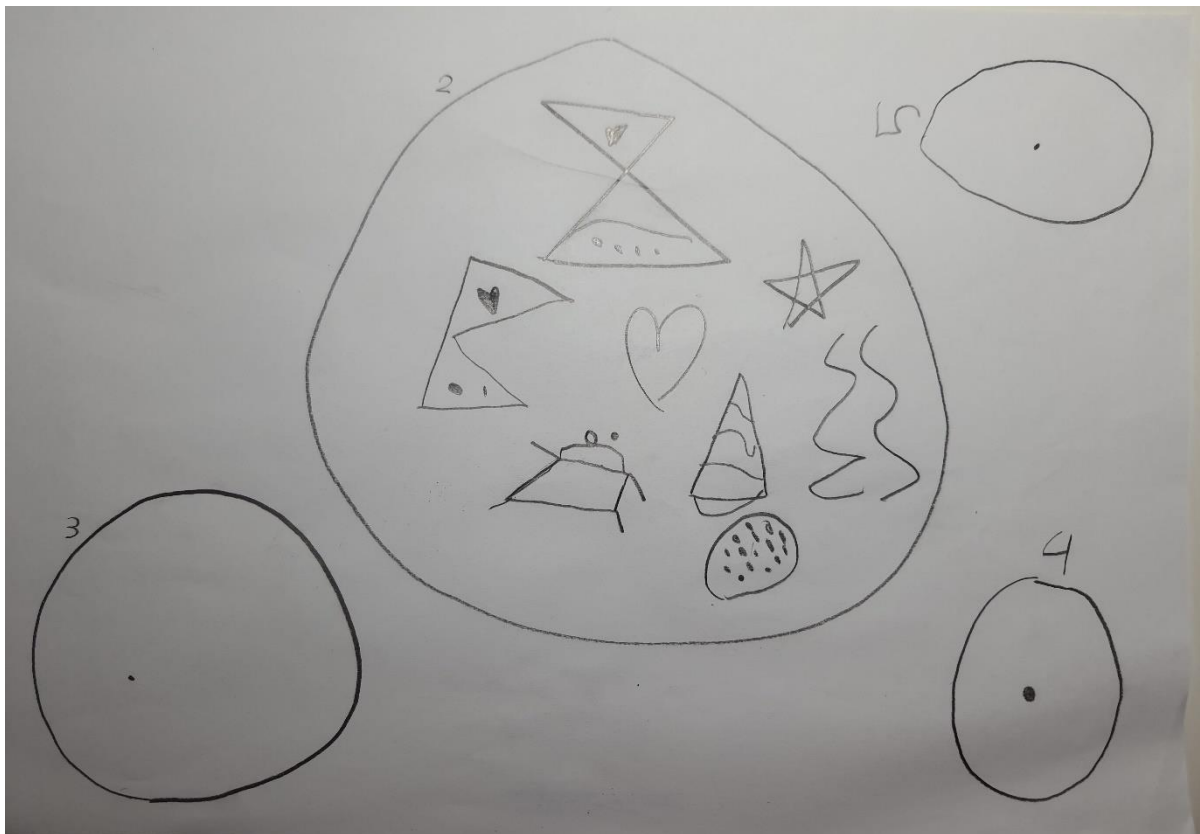


Fig.3.2 Secondo disegno mandalico di Elena (da 2 a 5 in successione)

Ho proposto ad Elena di fare un ulteriore disegno al fine di focalizzare l'attività di centratura.

Alla richiesta di un disegno soltanto con il centro e il cerchio (fig.3.2 n.3), la bambina ha riproposto la medesima posizione di “se stessa nel mondo”.

Ho fatto notare alla bambina che era importante fare un bel cerchio con il centro in mezzo e finalmente (nella fig.3.2 n 4), marcando insistentemente il punto, è riuscita a ottenere l'obiettivo.

Confermato poi anche dal quinto mandala.

In soli cinque disegni la bambina era riuscita a elaborare il suo posto all'interno del cerchio. Questo è solo un breve percorso per far comprendere la veridicità e l'utilità di un simile strumento linguistico; ovviamente non può bastare un'attività isolata, ma è necessaria continuità e costanza per accompagnare e aiutare la bambina nella crescita e nella consapevolezza. Nel corso del tempo infatti l'utilizzo del mandala può confermare l'evoluzione di alcuni contenuti oppure, se non è ancora avvenuto il processo di trasformazione, la loro ripetitività.

Il disegno del mandala rispetto ad altre vie o linguaggi, ha il vantaggio metodologico di

permettere l'osservazione del bambino senza dover intervenire durante l'esecuzione e di rendere possibile il confronto tra prodotti successivi nel tempo.

Non solo, ma nel caso di insufficienze fisiche o di blocchi psichici poter disegnare questo "cosmogramma", in quanto manifestazione espressiva, può integrare, se non addirittura sostituire, altre forme di espressione abituali.

Il mandala può svolgere una funzione importante anche come "oggetto transizionale" per quei bambini, soprattutto nei primi due anni della primaria, che soffrono per il distaccamento dalla madre e vivono la scuola con grande senso di angoscia. In quanto oggetto transizionale, oltre ad avere un valore simbolico di compensazione dell'affetto materno, assume un valore reale che aiuta il bambino ad esternare i suoi fantasmi per liberarsene in modo più veloce e naturale e trovare le risorse interiori per andare alla scoperta di altre figure e del mondo intorno a sé.

Il bambino che disegna, esplicita i suoi conflitti e le sue ansie, e così facendo li sdrammatizza : i problemi emotivi proiettati su un foglio di carta, infatti, acquistano una sorta di concretezza e di distacco, rendendoli meno ansiogeni e pressanti. Nel fare ciò utilizza dei "simboli" che per la loro universalità sono facilmente interpretabili .

Come dice Jung: "Come si debbano armonizzare i dati coscienti e quelli dell'inconscio è cosa che non posso indicare con una ricetta. Si tratta di un processo vitale irrazionale che si esprime per il tramite di certi simboli. Compito del terapeuta può essere quello di contribuire con il suo aiuto a un tale processo. In questo caso è indispensabile la conoscenza dei simboli, perché in essi si compie l'unione dei contenuti consci e inconsci e da quest'unione risultano nuove situazioni o nuovi atteggiamenti della coscienza"(1).

Ciò che ho potuto riscontrare spesso è la difficoltà da parte dei bambini a verbalizzare e quindi a comunicare agli altri il proprio disagio, che viene vissuto in modo inconsapevole, impulsivo e a volte dirompente.

(1)C.G.Jung, "Coscienza, inconscio, individuazione", Bollati Boringhieri,2013, Torino

Il mandala in questo senso può arrivare ad esprimere quanto la parola e l'intelletto spesso non riescono a spiegare, perché “ingabbiati” da concetti razionali e convenzionali propri della struttura morfo-sintattica del linguaggio verbale.

Quando un bambino disegna un mandala in modo spontaneo mette tutto di sé in quel foglio bianco, il quel punto centrale e in quella linea curva chiusa, che può assumere diverse forme e occupare diverse collocazioni spaziali.

L'elemento costante che viene sempre richiesto è quello di contenere il disegno in un cerchio, quello del mandala, che per la sua rotondità come osserva Aniela Jaffè, analista junghiana, “simboleggia una totalità naturale”, aggiungo contenitiva.

E' questa forma tondeggiante che tiene insieme e fa coesistere gli opposti, le contraddizioni, le schegge di un cuore infranto, senza per questo interrompere il flusso vitale.

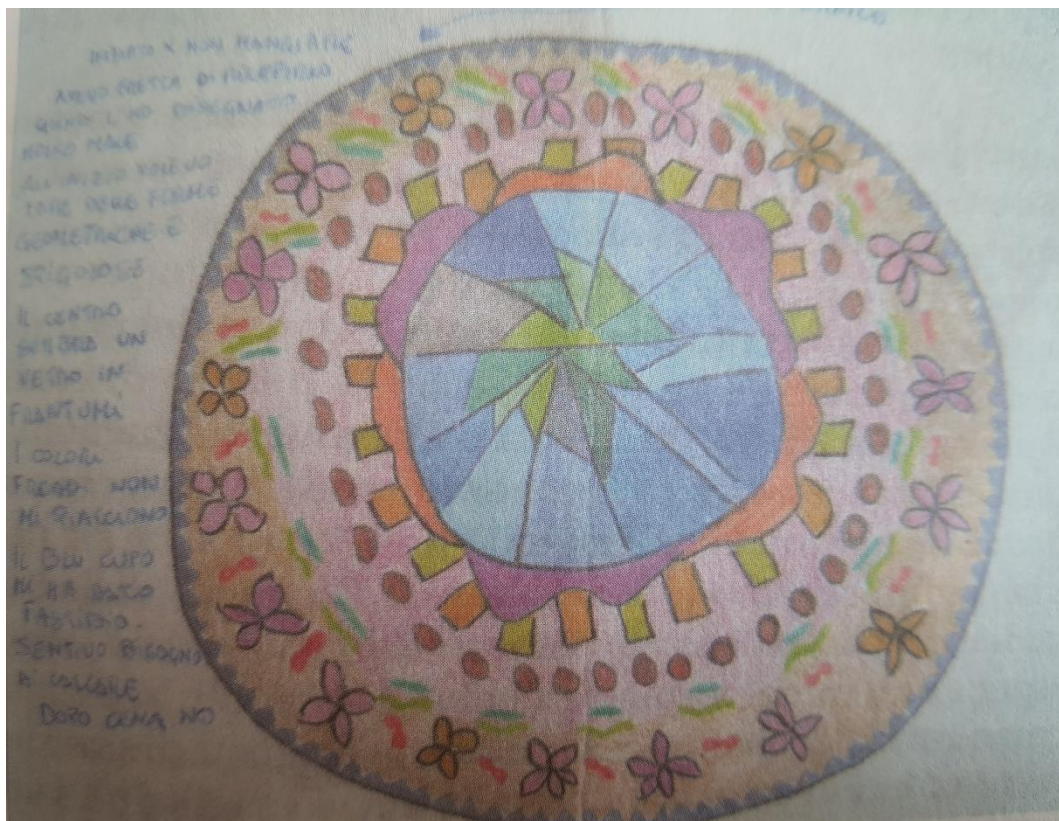


Fig.3.3 Mandala di Michelle

Lo si può ben vedere nel mandala disegnato (fig.3.3) da Michelle, una ragazza anoressica, in terapia presso la dott.ssa Anna Scelzo, che scrive accanto al suo disegno:

“Il centro è una voragine che raccoglie frantumi di vetri: quel cibo tanto amato, ma anche tanto odiato”; quel cibo che riempie di ferite come pezzi appuntiti di vetro”.

Mentre il cuore dentro è spezzato in mille pezzi, “i fiori che lo circondano lasciano inalterata l'immagine che Michelle dà di sé al mondo esterno”(2).

Jung in “L'uomo e i suoi simboli” poneva l'accento sull'aspetto naturale del mandala, evidenziando come questo compariva spontaneamente, perfino in sogno, a bambini o persone che stavano vivendo momenti di particolare importanza dal punto di vista dello sviluppo interiore o evolutivo, donando un senso di comprensione.

La crescita e il processo vitale del bambino va accompagnato da continue iniziazioni, che possono essere viste sia come “svezzamenti”, sia come creazione di nuovi modi di essere. Secondo Jung “le iniziazioni non concesse fanno crescere zone autistiche”. Parole che fanno riflettere e che forse sono la chiave per comprendere il numero sempre più frequente di bambini con varie forme di autismo o di disturbi dell'apprendimento. Anche le neuroscienze hanno verificato che i bambini felici sono predisposti all'apprendimento, mentre i bambini depressi presentano forti difficoltà nella memorizzazione.

Lo spazio e il tempo dedicato al mandala è in questo senso un momento iniziatico, come un passaggio, un conduttore dello stato d'animo della persona ed è possibile cogliere l'evento rappresentativo nel suo prender forma. “Sinistra, destra, in alto, in basso indicano tonalità affettive particolari che richiamano certi vissuti e non altri” (3). Il tratto, l'utilizzazione dello spazio, la scelta dei colori, dei simboli e dei temi disegnati, l'omissione di alcune parti della composizione assumono un significato particolare, interpretabili alla luce di conoscenze psicologiche e analitiche e con l'ausilio di una vasta bibliografia riguardante lo studio del linguaggio grafico infantile.

Così il colore marrone è spesso associato alla terra fertile, alla madre-terra capace di generare,

(2)Anna Scelzo, “D(e)I-segni dell'anima”Zephro Edizioni,Bergamo, 2013

(3)Anna Scelzo, “D(e)I-segni dell'anima”Zephro Edizioni,Bergamo, 2013

o come sostiene Luescher può essere un segnale del bisogno di sicurezza emotiva, sperimentato dalla persona come sintomo di malessere fisico. Joan Kellogg ha osservato che il marrone scuro, soprattutto se occupa il centro del mandala, indica spesso “scarsa autostima, senso di indegnità e sporcizia”(4).

Il verde può essere considerato invece un colore che guarisce. Nei disegni dei suoi pazienti Jung riconobbe che il verde poteva rappresentare la funzione sensoriale, ossia la liberazione dell'intuito, dell'inconscio.

J. Kellogg scrive del blu: “indica il luogo immaginario in cui si riceve cura e attenzioni totali, senza che ci venga chiesto nulla in cambio (5). ‘E' l'esperienza del nutrimento nell'utero, il seme della nostra fantasia della madre buona” (6). Ma il colore azzurro è associato anche all'acqua, all'idea della pulizia, della freschezza, del rinnovamento (si usa l'acqua santificata durante il Battesimo), o ancora all'inconscio, al pensiero.

Anche gli animali rivestono un ruolo fondamentale. “Il sé viene spesso simboleggiato da un animale, che rappresenta la nostra natura istintiva, e i legami di questa con l'ambiente (7).

Per Jung più l'animale è primitivo, più profondo è il lato inconscio che rappresenta. In effetti le emozioni molto forti, come rabbia e angoscia, scaturiscono dagli strati più profondi della psiche e per questo sono di difficile gestione, per cui la coscienza ordinaria tende a non riconoscerli e a rimuoverli. Ma sono lì, come dentro a una pentola a pressione, e sono pronti ad emergere in forma di “acting out”, assolutamente irrazionale e imprevedibile.

L'occhio è uno dei motivi archetipici più ricorrenti nel disegno del mandala e in particolare, come sottolinea la dott.ssa Anna Scelzo, delle ragazze con disturbo del comportamento alimentare (8).

L'occhio può assumere diverse valenze: quello che teme di essere giudicato e si crea una cortina invalicabile lasciando il mondo fuori, oppure l'occhio curioso aperto senza filtri e barriere.

(4) Kellogg R., “Analisi dell'arte infantile”, trad. it. Emme Edizioni, Milano, 1979

(5) Kellogg R., “Analisi dell'arte infantile”, trad. it. Emme Edizioni, Milano, 1979

(6) Aubin H., “Le dessin de l'enfant inadapté”, Privat, Tolouse, 1970

(7) C.G.Jung, L'uomo e i suoi simboli, Ediz. Integrale, Cortina Raffaello, 2020

(8) Anna Scelzo, “D(e)I-segni dell'anima” Zephiro Edizioni, Bergamo, 2013

Jung scrive che l'occhio è “il prototipo del mandala”: “il nostro mandala è infatti un occhio la cui struttura simboleggia il centro ordinatore dell'inconscio. L'occhio è un corpo cavo, nero all'interno, pieno di una sostanza semiliquida, l'umor vitreo. Dall'esterno è visibile una superficie rotonda, colorata, l'iride, con un centro scuro, la pupilla, da cui fluisce una luce dorata” (9). Quella luce dorata che, anche se piccola, può illuminare il processo di individuazione del Sè.

Stella mi presenta al centro del mandala proprio l'occhio.

E' una mattina di maggio, sono nella classe quarta per insegnare musica, Stella alza la mano e chiede di cantare “Voglio la pace”; subito rivela una certa timidezza che manifesta con un filo di voce fioca, quasi impercettibile.

Le chiedo con delicatezza se può cantare un po' più forte perché non riesco a sentirla, dopo un po'



Fig.3.4 Mandala disegnato da Stella

(9) C.G.Jung, “Gli archetipi dell'inconscio collettivo”, Bollati Boringhieri, 1977

scoppia a piangere. Sento che il cantare ha toccato un punto di fragilità della bambina, qualcosa che ha sempre tenuto sotto controllo, custodito dentro di sé e che ora non può più nascondere.

La invito a tranquillizzarsi, la rassicuro, le lascio il tempo di andare in bagno per lavar via le

lacrime e di ritornare in classe più serena, insieme ai compagni. Proseguo la mia lezione, ascolto nel frattempo altri bambini. Ma non voglio abbandonarla a se stessa; così tento un dialogo

“segreto” tra me e lei chiedendole di disegnare un mandala. A distanza la osservo sul suo banchetto e vedo che è molto presa, ogni tanto sorride. Dopo un po' mi consegna il suo disegno.

Eccola lì al centro, nel simbolo dell'occhio, circondato nella parte sotto da un semicerchio verde e sopra da un altro color rosa-viola (mi racconta che la sua casa è in mezzo al verde e il colore rosa-viola è il suo preferito). Tutto il suo mondo è circondato e protetto dalla linea chiusa verde, indice

che ha liberato il suo inconscio. Sopra l'occhio, a significare un senso di liberazione, ha disegnato l'albero, dove lei si diverte ad arrampicarsi e un piccolo animale, un coniglietto che gira per il suo

giardino. A destra, e non a sinistra, illustra tre cagnolini, che vede passare quasi ogni giorno di fronte alla sua casa. Leggo un desiderio di uscire dal suo piccolo mondo, magari anche di

incontrare dei compagni per giocare insieme. Infatti nessuna presenza umana è disegnata, solo il volto a sinistra, che rappresenta lei con una smorfia, sembra uno sberleffo ( forse al suo passato?).

Stella è una bambina chiusa, che parla sempre pianissimo, mi racconta di suonare il violoncello;

comincio a conoscere un po' del suo vissuto. Il mandala rivela molta solitudine. Capisco che la chiave per aiutarla ad aprirsi è creare occasioni di socializzazione con altri compagni, di

conseguenza mi attivo invitando qualche amica di scuola ad andare a trovarla a casa.

Ho presentato due esempi d'intervento , per illustrare concretamente la forza proiettiva e

liberatoria del mandala che, come una finestra aperta sul cuore e sulla mente dei più piccoli, ci lascia scoprire il loro meraviglioso universo e consente di accompagnarli nel processo di crescita.

L'obiettivo è quello di portare i bambini a focalizzarsi sul loro centro per conoscersi, accettarsi e poter esprimere le loro qualità migliori.



#### ***4. Il mandala : una pratica di apertura e accoglienza***

Si sente spesso parlare di “inclusione”, parola che è entrata anche nel gergo politico, a volte usata in modo improprio, tanto da essere svuotata del suo vero significato. E' apparsa negli anni '90 nel dibattito pedagogico per indicare una scuola, che metteva al centro il valore della “diversità” come occasione di crescita per tutti gli alunni. Una scuola quindi che non delegava la responsabilità dei bambini con disabilità ai soli docenti di sostegno, ma che pensava alla progettazione educativa e didattica come a un'azione multimodale, per andare incontro alle diverse intelligenze multiple, stili cognitivi e di apprendimento di tutti gli alunni.

Dagli anni '90 ad oggi i bambini sono molto cambiati e, rispecchiando la società complessa odierna di cui fanno parte necessitano di una differenziazione d'intervento educativo che li valorizzi, incoraggiandoli a far uso delle proprie capacità in un ambiente sicuro e flessibile.

A tal fine vengono progettati ed elaborati programmi di recupero, programmi personalizzati per studenti con bisogni speciali, attività extra curricolari, attività per gruppi omogenei. Questa serie di misure hanno come obiettivo quello di coinvolgere, senza esclusioni, tutti i bambini nella vita scolastica, valorizzando i loro punti di forza, favorendo l'autostima, oltre che la socializzazione e l'integrazione con i compagni.

L'attività laboratoriale con i mandala può appunto rientrare nelle attività extra curricolari, da cui i bambini possono trarre numerosi benefici, come il potenziamento delle loro capacità, la scoperta di nuovi interessi e attitudini, giovando nel complesso anche sul rendimento scolastico.

La scuola in cui lavoro è all'interno di un territorio con forte vocazione turistica, per cui le classi risultano disomogenee per diversità culturali, essendo costituite da bambini provenienti da diversi paesi del mondo. Questa peculiarità rende stimolante e interessante l'attività educativa, perché offre continue occasioni di confronto.

In questi ultimi due mesi abbiamo accolto bambini ucraini, che con le loro mamme sono fuggiti dalla guerra. Non conoscono, né parlano l'italiano, per cui risulta difficile la comunicazione anche tra coetanei.

Per la sua universalità e forza comunicativa il mandala si offre quindi come un efficace ponte per connettere esperienze, sentimenti, costruire nuove relazioni, che altrimenti sarebbero di difficile attuazione, a causa delle difficoltà linguistiche.

La sua realizzazione permette ai bambini di avvicinarsi e di costruire un dialogo interculturale non gravato da stereotipi e pregiudizi, ma basato sull'empatia e la comunicazione del linguaggio simbolico-grafico naturale ed immediato. Il fine ultimo è quello di creare occasioni affinché i bambini, mediante l'esperienza diretta, possano capire cosa significhi inclusione, rispetto e dignità umana, valori fondanti dell'essere umano.

## ***5. Conclusioni***

Quello che vorrei descrivere in verità non sono delle conclusioni, ma nuove “aperture”, in quanto con il presente lavoro è mia intenzione e desiderio iniziare un percorso professionale e di ricerca che tramite il linguaggio del mandala intende esplorare i paesaggi interiori dell'animo umano.

Ho cercato di mostrare quanto emerso dalla mia esperienza d'insegnante nell'utilizzare il linguaggio del mandala, senza alcuna pretesa di teorizzazione, consapevole che è un campo d'azione vasto e ancora in fase di sperimentazione.

Leggere e interpretare un mandala richiede una certa sensibilità, oltre che una notevole preparazione. Questa tesi mi ha portato a inoltrarmi nel mondo della simbologia, degli archetipi, del linguaggio grafico infantile, delle neuroscienze, di nuove tecniche pedagogiche, dell'universo junghiano e della cultura tantrica.

Ogni volta che mi ritrovo davanti agli occhi il disegno di un bambino racchiuso dentro al mandala rimango affascinata, ne subisco l'incantesimo, lo sento, è un atto magico: in quel piccolo simbolo è racchiusa tutta una vita, a cui bisogna avvicinarsi in punta dei piedi, con delicatezza, perché potrebbe ritrarsi e chiudersi in se stessa.

I bambini hanno una capacità di elaborare e metabolizzare molto più veloce dell'adulto, il loro cervello è estremamente plastico, tutto della loro vita è in trasformazione. E' importante quindi

saper leggere in un sintomo, non solo il lato deficitario o lacunoso, ma anche una forma di dinamismo vitale, di cui il bambino può diventare consapevole, se accompagnato in una esplorazione fatta con mezzi non razionali e adeguati al suo sviluppo, come sono i mandala.

Due pensieri di C.G.Jung mi hanno particolarmente colpita e vorrei riportarli per chiudere questo mio lavoro, perché contengono tutto il significato del mio operare:

“E' necessario rinunciare all'atteggiamento utilitaristico della pianificazione personale, per dar luogo allo sviluppo interiore della personalità”.

“Un cuore comprensivo è tutto, è un insegnante, e non può essere mai abbastanza stimato.

Si guarda indietro apprezzando gli insegnanti brillanti, ma la gratitudine va a coloro che hanno toccato la nostra sensibilità umana. Il programma di studi è materia prima così tanto necessaria, ma il calore è l'elemento vitale per la pianta che cresce e per l'anima del bambino”.

## BIBLIOGRAFIA:

Anne-Marie Blondeau, "Question preliminaires sur le rituels mdos." In "Tibet civilisation et societ , Parigi,1990

Aubin H., "Le dessin de l'enfant inadapt ", Privat, Toulouse, 1970

Mario E. Carelli, "Sekoddesatika of Nadapada. Being a commentary of the Sekoddesa section of the kalacakra Tantra, GOS, Vol.90, Baroda,1941

Coward H. "Jung e il pensiero orientale", La biblioteca Vivarium, Milano 2005

Dhargyey, Geshe Lharampa Ngawang "A commentary on the Kalacakra Tantra" (tradotto da Gelong Jhampa Kelsang), Dharamsala,1985

N.L. Geshe Dhargyey, "A commentary on the Kalacakra Tantra, Dharamsala,1985

Mircea Eliade, "Cosmological homology and yoga", *Journal of Indian Society of Oriental Art*, Vol.5, Calcutta, 1937

Matthew Fox, "Illuminations of Hildegard of Bingen,Bear& Co", Santa Fe, 1985

Robert Heine-Geldern, "Weltbild und Bauform in Sudostasien", "Acta Ethnologica et Linguistica, N.55", Vienna-Fohrenau,1982

Raniero Gnoli e Giacomella Orofino, "Iniziazione Kalacakra", Naropa, Adelphi, 1994

Lama A. Govinda, "Grundlagen tibetischer Mystik", Zurigo 1966

Lama Govinda Anagarika, "DieEntstehungsgeschichte des buddhistischen Mandala", Der Kreis, N  179, Aprile-Giugno 1986

Jeffrey Hopkins "Introduzione a Tenzin Gyatso, 1985

Jeffrey Hopkins, "Meditation on Emptiness",London, Wisdon Publications,1983

Irwin,John, "The axial symbolism of the early stupa. An exegeris" a cura di Dallapiccola,1980

Kellogg R., "Analisi dell'arte infantile", trad. it. Emme Edizioni, Milano, 1979

Rimpoche Kalu, "The Dharma that illuminates all beings impartially like the light of the Sun and Moon, Ed.Kagyuu Thubten Choling Translation Committee Albany, Albany, 1986

Stella Kramrisch, "The Hindu Temple", 2 voll, Calcutta, 1946

Roger Jackson,"The Kalacakra generation-stage sadhana", a cura di Simon, 1985

- C.G. Jung, “La psicologia del kundalini-yoga”, Bollati Boringhieri, Torino, 2004
- C.G.Jung: “Psicologia e alchimia”, Boringhieri, Torino, 1981
- C.G.Jung, “Il segreto del fiore d'oro”, Boringhieri, Torino, 1932
- C.G.Jung, “Il simbolismo del mandala”, in “Gli archetipi e l'inconscio collettivo”, 1955, Boringhieri, Torino
- C.G.Jung, “Psicologia e alchimia”, Bollati Boringhieri, Torino, 2006
- C.G.Jung , “Il simbolismo della messa”, Bollati Boringhieri, Torino, 2013
- C.G.Jung, “Luomo e i suoi simboli”, Raffaello Cortina, Milano, 1983
- C.G. Jung, “Gli archetipi e l'inconscio collettivo”, Bollati Boringhieri, Torino, 1997
- C.G.Jung, “Ricordi, sogni, riflessioni” a cura di A. Jaffè, Bollati Boringhieri, Torino, 1961
- Ferdinand Lessing e Alex Wayman, “Fundamentals of the Buddhist Tantras”, The Hague/Paris, II ed., 1968
- Ferdinand Lessing, “Miscellaneous Lamaist notes, I. Notes on the thanksgiving offering”, “Central Asiatic Journal”, II, 58-71, 1956
- F. Lessing e Alex Wayman, “Fundamentals of the Buddhist Tantras”, The Hague/Paris, 1968
- Ariane Macdonald, “Le Mandala du Manjusrimulakalpa”, Adrien-Maisonneuve, Parigi, 1962
- Eliade Mircea, in “Storia delle religioni”, Vol.11, “Spirito, luce e seme”
- Glenn H. Mullin, “Bridging the Sutras and Tantras. A collection of ten minor works by Gyalwa Gendun Drub the First Dalai Lama, Tushita Books, Dharamsala, 1981
- Paul Mus, “Baradudur. Les origines du stupa et la transmigration. Essai d'archéologie religieuse comparée”, Hanoi, 1935
- Erich Neumann , “Storia delle origini della coscienza”, Astrolabio , Roma 1978
- John R. Newman, “The Outer Wheel of Time: Vajrayana Buddhist Cosmology of the Kalachakra Tantra”, Tesi di dottorato, Università del Wisconsin, Madison, 1987

Yeshe Palden, III Panchen Rinpoche, “Abbreviated method for Actualizing Kala chakra, Cycles of Time, one who has overcome and gained all. A Treasure House of Gems”, Tib. Collected Works, CHA, n.919 (Ciclostile senza data e nome del traduttore)

Poussin La Vallé, “L'Abhidharmakosà de Vasubandhu”, II , Parigi 1923-31

Glenn H. Mullin, “Bridging the Sutras and Tantras. A collection of ten minor works by Gyalwa Gendun Drub the First Dalai Lama, Tushita Books, Dharamsala, 1981

John R. Newman, “The Outer Wheel of Time: Vajrayana Buddhist Cosmology of the Kalachakra Tantra”, Tesi di dottorato, Università del Wisconsin, Madison, 1987

H. Read, “The Forms of Things Unknown”, Hardcover, 1960

Anna Scelzo, “D(e)I-segni dell'anima”Zephiro Edizioni,Bergamo, 2013

Wolfgang Schone, “Über das Licht in der Malerei”, ristampa Berlino 1983

Gyatso Tenzin (XIV Dalai Lama, “Heart of Mantra”, In Tsongka-pa, 1981

Y.C.Thubten Jamyang, “Kalacakra Initiation Madison”, Madison, 1981

Giuseppe Tucci G., “Teoria e pratica del mandala”, Ubaldini, Roma, 1969

Giuseppe Tucci, “Arte, Architettura e Simbolismo”, Indo-Tibetica, I, Roma, 1932

Giuseppe Tucci“Stupa”, Arte, Architettura e Simbolismo”, Indo-Tibetica, I, Roma, 1932

Giuseppe Tucci, “Le religioni del Tibet”,Edizioni Mediterranee, 1976

Alex Wayman, “Calming the Mind and Discerning the Real Buddhist Meditation and the Middle View. From theLam-rin chen-mo of Tson-kha” New York, Columbia University Press, 1978

Alex Wayman, “The Buddhist Tantra. Light on Indo-Tibetan esotericism”, New York, Samuel Weiser, 1973

SITOGRAFIA:

<https://www.youtube.com/watch?v=8V26ZOyGoyQ>

<https://www.youtube.com/watch?v=fkgPW4A2r44>

<https://www.youtube.com/watch?v=8FHCPdAazhM>

<https://www.youtube.com/watch?v=dhBU3009ZQk>

[https://www.youtube.com/watch?v=avFuvo\\_tF4M](https://www.youtube.com/watch?v=avFuvo_tF4M)

<https://www.youtube.com/watch?v=IltseHznb8>

<https://www.youtube.com/watch?v=qJKhLWm6oM0>

<https://www.youtube.com/watch?v=unYqng66HoM>

<https://www.youtube.com/watch?v=uffOtDe6g7Q>

<https://www.youtube.com/watch?v=Xn-ql73-xPg&t=51s>

<https://www.youtube.com/watch?v=BdFvaxhqMIk&t=12s>

## RINGRAZIAMENTI

Ringrazio i miei professori dell'Accademia per la dedizione e la professionalità nel trasmettere le loro conoscenze, in particolare il prof. Danilo Ciaramaglia perchè, con i suoi spunti, mi ha dato la possibilità di iniziare il viaggio alla scoperta di me stessa e di guardare con occhi nuovi la mia vita. Desideravo da tempo dare una svolta al mio lavoro d'insegnante e qualificare il mio intervento con i bambini. La tesi sul mandala si è presentata come un'ottima occasione di ricerca personale e professionale, per esplorare a ritroso anche il mio immaginario infantile. Come sostiene il Pascoli dobbiamo sempre ascoltare il “fanciullino” che è in noi; ritengo una scelta inevitabile se si vuole incontrare la fonte da cui attinge tutta la nostra personalità.

Ringrazio anche il mio consorte Andrea Zabeo che pazientemente mi è stato accanto in questo lungo e ininterrotto periodo di studio e di lavoro.

Infine ringrazio tutti i bambini che con la loro spontaneità e fantasia colorano la mia vita di mille sfumature e mi permettono di conoscere l'animo umano in tutte le sue manifestazioni.



