

# CERCLE ET MANDALA

«*Tout ce que fait un indien, il le fait dans un cercle*»  
*Black Elk (Heháka Sápa), chef amérindien Lakota*



## Introduction

Plus que les autres formes géométriques, le cercle est très fréquemment présent dans la nature.

Observé par les humains depuis la nuit des temps sous la forme du soleil et de la lune, mais aussi dans la ronde des constellations autour de l'étoile polaire, puis plus tard dans toute l'organisation de notre système solaire avec la Terre et les planètes, rondes, tournant autour du soleil.

Sur Terre aussi la nature semble avoir favorisé la rondeur des choses:



- L'atome, le noyau de la cellule, la cellule, l'ovule, l'œuf, et jusqu'au ventre rond de la femelle enceinte
- L'œil, l'iris, la pupille
- Les nids d'oiseaux
- Les ronds d'une pierre quand elle tombe dans l'eau
- Certaines algues microscopiques comme les diatomées (figures géométriques parfaites) ou les cristaux de neige
- ...

## Symbolique

Le cercle est un signe universel.

On retrouve le cercle dans toutes les cultures du monde et sa symbolique présente une grande richesse comme en attestent ses nombreuses utilisations dans les domaines des arts, de la religion ou de la philosophie.

Il est une des premières formes tracées par les humains et apparaît dès le néolithique bien avant l'invention de la roue.

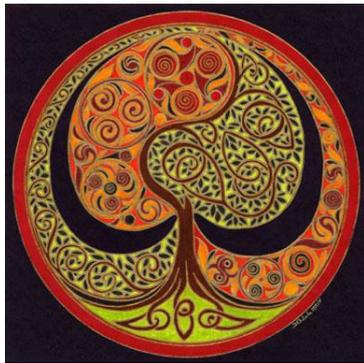


Pour presque toutes les civilisations anciennes le cercle représente l'ordre cosmique. Par exemple:



- L'Ouroboros qui se mord la queue, symbole de la transformation de toute chose dans un cycle éternel de vie-mort-renaissance.

- Le Yin et le Yang, fusion de deux forces cosmiques et équilibre parfait de principes opposés et complémentaires.



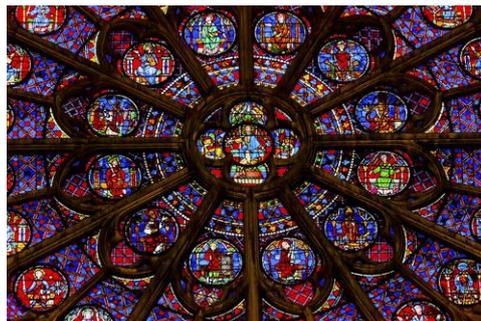
- L'arbre de vie qui se retrouve dans beaucoup de cultures et symbolise la vie en perpétuelle évolution mais aussi le caractère cyclique de l'évolution cosmique : mort et renaissance. Il témoigne des rapports harmonieux entre le ciel et la terre. Cette harmonie est représentée par le cercle dans lequel l'arbre s'inscrit.

Oeuvre de David Balade

- Les différents calendriers (aztèque, zodiaques,..)

Le cercle est parfait; il n'a ni début ni fin, c'est pourquoi il représente le renouvellement continu des cycles, l'éternité, la plénitude, l'infini.

Il arrive que le cercle soit représenté avec des rayons (rouelle celtique, mandala, rosaces des cathédrales...). Dans ce cas, cela peut indiquer l'idée d'un cycle: quatre rayons pour les saisons, douze pour les signes du zodiaque...



Au centre du cercle, tous les rayons existants se croisent en un point qui les contient tous. Ainsi, au centre l'unité est réalisée, parfaite.

Les grandes traditions religieuses et ésotériques, aussi bien en Orient qu'en Occident, ont utilisé le cercle pour symboliser l'intelligence infinie du Divin et inciter les humains à contempler ce qu'on pourrait nommer la Réalité Ultime.

## Psychologie

Si, à grande échelle, le cercle sert à représenter le cosmos, il peut être également vu comme une représentation de la psyché (ou de l'âme) humaine.

Le psychiatre Carl Gustav Jung, pionnier de la psychologie des profondeurs, voit dans le cercle le symbole du Soi. Le Soi étant un terme emprunté à la mystique indienne et par lequel il désigne une réalité organisatrice de l'ensemble de notre psyché, une harmonie entre le conscient et l'inconscient. Pour Jung, lorsque le psychisme humain a accompli l'individuation, c'est-à-dire qu'il a réalisé la totalité de ses possibilités, il peut être représenté par un cercle à quatre rayons où les rayons représentent les quatre fonctions de la conscience (pensée, sentiment, sensation, intuition). Pour Jung, la représentation de la psyché figure ainsi sur les mandalas tibétains associant cercle et carré.

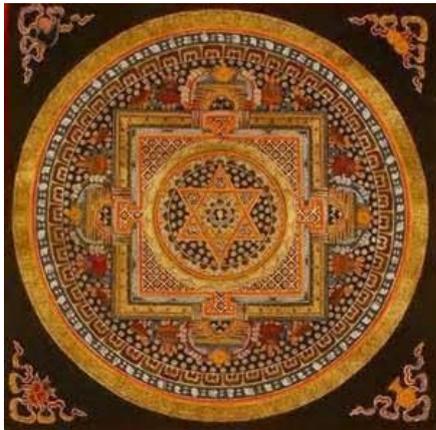
Jung a d'ailleurs observé chez ses patients psychotiques une forte propension à dessiner spontanément des figures ressemblant aux mandalas tibétains. Il y a vu une tentative d'homéostasie du psychisme, un effort pour restaurer une unité menacée par la dissociation de la psychose. Lui-même, dans les épisodes où sa santé psychique a été compromise, a recouru à ce procédé graphique et constaté le pouvoir réunifiant de ces figures.



Mandala de C.G. Jung

Des années plus tard, le psychiatre Stanislav Grof, travaillant avec des psychotiques en utilisant des états de conscience élargie, a proposé une intégration des expériences psychiques par la réalisation de mandalas. Sa technique, la Respiration Holotropique, a été rendue accessible à tout le monde et on continue à la fin d'un groupe de thérapie holotropique à proposer aux participants de réaliser un mandala afin de symboliser leur expérience, de représenter leur état d'âme à ce moment.

## Le mandala



Mandala bouddhiste

On trouve les origines du mandala dans le Jaïnisme, le Tantrisme, dans l'Hindouisme, le Bouddhisme, jusqu'au Lamaïsme. Le mot «mandala» vient du sanskrit où il signifie «cercle» ou plus exactement «Cercle sacré». En tibétain, c'est Kylkhor, Kyl voulant dire «Centre » et Khor, «Cercle».

C'est une forme géométrique avec un centre : la concentration, et une périphérie : l'organisation. La définition d'un mandala repose sur trois principes d'organisation : le point central, le rayonnement de ce point, et la frontière extérieure circulaire.

Le mandala sert de support de méditation et d'harmonisation; il représente l'unité, la totalité, la perfection.

Le mot «Mandala» est devenu un terme générique et on rencontre des mandalas dans toutes les cultures du monde: indiennes et tibétaines mais aussi amérindiennes, aborigènes, africaines, européennes...

Isabelle Le Bescond  
[www.therapie-holotropique.com](http://www.therapie-holotropique.com)

Sources : Revue Française de Yoga, juillet 1998 - [www.structure-nomade.com](http://www.structure-nomade.com) - Bouddhisme Actualités, décembre 2009 - [www.marlisladuree.com](http://www.marlisladuree.com)

## Document annexe :

### Le Cercle Sacré - The Sacred Hoop par Wallace Black Elk<sup>1</sup>

«L'interconnexion de toute chose se traduit par ce que nous appelons le Sacred Hoop, le Cercle Sacré. Nous considérons en effet que tout s'inscrit dans un cercle. Comme le disait Nicholas Black Elk<sup>2</sup> : «Tout ce que fait le pouvoir de l'Univers s'opère dans un cercle. Le ciel est rond et j'ai entendu dire que la Terre est ronde comme une balle et que toutes les étoiles le sont aussi. Le vent, au sommet de sa

<sup>1</sup> **Wallace Black Elk**, homme-médecine et un leader spirituel des Sioux lakotas. Né en 1921, il est un descendant de Nicholas Black Elk.

<sup>2</sup> **Nicholas Black Elk**, (Heháka Sápa) (1863-1950) est un homme-médecine et homme sacré de la tribu des indiens Lakotas (Sioux). Son enseignement a fait le tour du monde car il est l'un des plus grands visionnaires de la nation Lakota.

Black Elk signifie Wapiti Noir et a souvent été traduit par Elan Noir.

fureur, tourbillonne. Les oiseaux font leur nid en cercle parce qu'ils ont la même religion que nous. Le Soleil s'élève et redescend dans un cercle. La Lune fait de même et tous deux sont ronds.»

«Même les saisons forment un grand cercle dans leurs changements et reviennent toujours où elles étaient. La vie de l'homme est dans un cercle, et ainsi en est-il pour chaque chose où le pouvoir se meut. Nos tipis étaient ronds comme les nids des oiseaux et toujours disposés en cercle, le cercle de la nation, le nid de nombreux nids où le Grand Esprit nous destinait à couvrir nos enfants.»

«Dans la figure symbolique sainte que forme le cercle sacré, vous trouverez côte à côte tout ce que votre culture sépare : ce qui vit et ce qui ne vit pas, le mouvement et l'immobilité, la terre et le ciel, le règne animal et le règne végétal... Je peux dès à présent vous dire en quoi se résume toute la philosophie du peuple de la terre : maintenir ce cercle intact.»

*Source : Black Elk : les voies sacrées d'un Sioux lakota, de Wallace Black Elk et William S. Lyon, éd. Le Mail 1995*