



## Les mandalas ou la recherche de la perfection

Les mandalas sont de plus en plus à la mode. Nombreux sont les livres qui leur sont consacrés et leur succès commercial est reflété par leur large diffusion. Dans les kiosques, magasins de jouets ou en librairie, on les trouve sous forme de livres pour enfants, pour adultes, à motifs floraux, par thèmes animaliers, simples ou compliqués. Pour les adeptes de contes de fées, ils existent même en version « princesse ».

Le coloriage du mandala opère automatiquement un effet bienfaisant pour petits et grands, indépendamment d'un don artistique ou non. Chacun s'y retrouve à égalité, au même niveau. Le résultat final offre une grande satisfaction mais c'est le chemin y menant qui est source de bienfait. En effet, colorier un mandala permet de laisser libre cours à ses pensées, de rechercher une forme de perfection dans la beauté du moment présent, de trouver le calme pour se relaxer ou encore se « recentrer », terme en vogue.

« Mandala » est un terme sanskrit qui désigne un dessin centré, et signifiant « unité, totalité ». Il est utilisé un peu partout dans le monde comme outil de concentration et de relaxation mais également comme support spirituel.

Les moines tibétains confectionnent des mandalas aux symboles précis en utilisant du sable coloré. Souvent, après des mois de travail, les chefs d'œuvre sont détruits pour dire l'impermanence des choses, le moine ne devant pas donner l'importance au résultat final. Ce qui compte, c'est la patience et l'humilité requises lors de sa création.

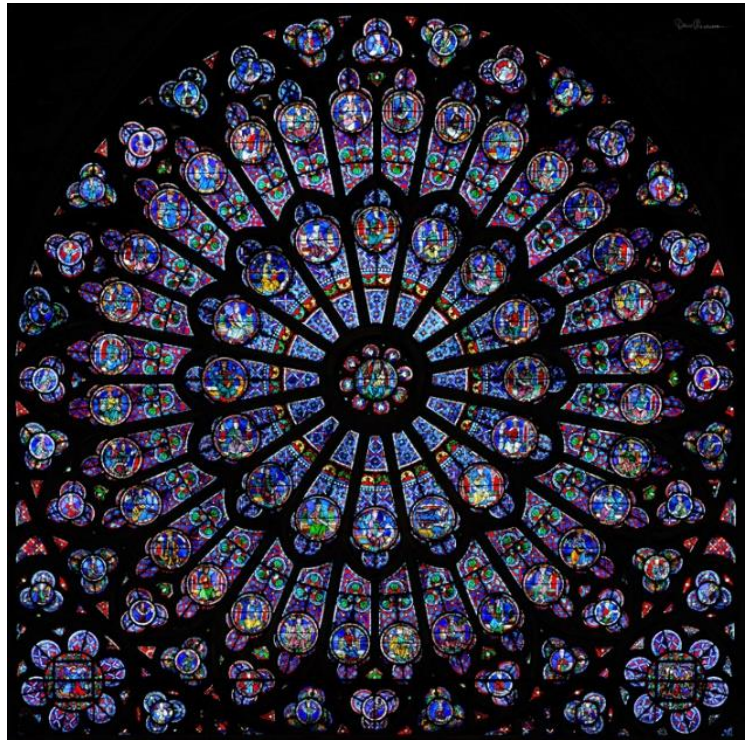
Les rosaces de nos cathédrales sont aussi une forme de mandala. La rosace ouest de Notre Dame de Paris, monumental « dessin centré » de presque 10m de diamètre et heureusement épargné lors de l'incendie de 2019 est un exemple splendide de symboles et de perfection géométrique.

Jésus enfant, sur les genoux de sa mère Marie, est au centre du vitrail. De sa main droite, il fait un signe de bénédiction rappelant la Trinité. Dans sa main gauche, il tient le monde.

### Mettre Jésus au cœur de son monde, le rechercher au centre de ses actes...

Trop souvent, c'est notre « ego », notre personne, que nous voulons mettre au centre de nos actions. Et le culte du bien-être n'y fait pas exception. Alors, efforçons-nous de sortir de cette vision égoцентриque pour placer Dieu au cœur de tout. S'il y est, l'harmonie et le bien-être suivront naturellement. Et l'image du Christ tenant le monde entre ses mains au cœur de la splendide rosace de Notre Dame – défiant le temps, les événements extérieurs et même la violence du feu - est une image forte et rassurante.

Nous vous proposons de méditer la prière au verso en coloriant un mandala proposé en document annexé. Et si vous avez envie de nous envoyer le résultat, ou tout autre mandala que vous auriez fait avec des fleurs, des cailloux, du sable, nous en serions heureux !



#### photos :

« Moines tibétains faisant un mandala de sable »

<https://fr.wikipedia.org/wiki/Mandala>  
Rosace Ouest de Notre Dame de Paris et détail (./.)

<https://www.notredamedeparis.fr/de-couvrir/architecture/les-vitraux/>

## Prière de reconnaissance et d'intercession

Pour les premiers rayons de lumière matinale  
Et les premiers contours du jour  
Grâce te soit rendue, O Dieu !  
Pour les couleurs terrestres que dessine le soleil  
Sa luminosité perçant les nuages les plus sombres  
Et ses reflets sur les feuillages et les eaux  
Grâce te soit rendue !  
Montre-moi aujourd'hui  
Au milieu des traces sombres de la vie, du mal  
et de la souffrance  
la lumière qui soutient chacun !  
Ecarte les confusions qui embrouillent mon âme  
Que par ta grâce mon regard soit pur  
Que je puisse voir et regarder chacun  
Avec des yeux rincés par la lumière de ce jour nouveau !



Détail du cœur de la rose Ouest

tiré de J. Philip Newell « Prières celtiques, recueil du matin et du soir »

**Dieu est présent, adorons et venons à lui dans la crainte !  
Dieu est au milieu de nous, que tout en nous se taise  
Et s'incline intérieurement devant lui !**

Ainsi commence le célèbre cantique « Gott ist gegenwärtig » du mystique protestant allemand Gerhard Tersteegen. C'est une invitation à l'adoration, à la prière, au recueillement qui peut être en écho à la réflexion sur les mandalas.

« Dieu est au milieu » : Il est au milieu de son peuple, il est au milieu de l'Assemblée des croyants, mais il est aussi au milieu, au centre de tout croyant. Cette dimension « anthropologique » de la Présence est exprimée par Tersteegen dans ce court poème qui est très proche d'une affirmation de saint Jean de la Croix : « Le centre de l'âme, c'est Dieu » :

**« Le centre de ton être,  
Dieu l'a choisi pour demeure.  
Rentre doucement à l'intérieur,  
La Divinité y manifeste sa Présence »**

C'est donc bien Dieu qui a l'initiative, c'est Lui qui décide de manifester Sa Présence. Il choisit le cœur de l'homme pour en faire son Temple. L'être humain a alors à répondre à cette grâce par un mouvement d'entrée « à l'intérieur » de soi afin de vivre dans cette Présence. On discerne ainsi mieux ce que signifie le recueillement : C'est la découverte de cette dimension d'intériorité, où Dieu réside, et qui me demeure cachée si je reste à la périphérie de moi-même. Dieu est présent à l'intérieur de moi, mais moi je suis trop souvent absent de moi-même, car je vis à l'extérieur, à la périphérie de mon être véritable. J'ai donc une conversion à effectuer, un changement de direction : renoncer à m'éparpiller vers l'extériorité pour entrer en intériorité. Tersteegen se situe dans la tradition de saint Augustin, de cette découverte du Dieu « *intimor intimo meo* » « plus intime que le plus profond de son être », qu'il cherchait dans l'extériorité où il se perdait, dans un mouvement centrifuge au lieu de le trouver au centre de son être dans un mouvement d'intériorisation.

Michel Cornuz



### Chers enfants...

Ce dimanche, nous aurions célébré le culte tous âges. Comme par hasard, pour les enfants en Suisse, c'est le premier dimanche du « déconfinement », du retour à l'école. Dans ce temps spécial, peut-être que l'histoire que je vous raconte dans la nouvelle vidéo contient aussi un message pour votre situation ? Regardez ici dès demain :

[youtube.com/channel/UCwITypJ4qHCKiGimLKzRwPA](https://www.youtube.com/channel/UCwITypJ4qHCKiGimLKzRwPA)

## Paroisse INFO

### PI électronique

Le Paroisse Info n° 4-5 qui paraîtra entre l'Ascension et Pentecôte vous sera envoyé pour la première fois aussi sous forme électronique. Il remplacera petit à petit la lettre de nouvelles qui nous a accompagnés durant le confinement. Merci de nous faire part de vos remarques et suggestions.

### Cette semaine sur [www.eglise-francaise.ch](http://www.eglise-francaise.ch) :

Inspiré par le thème de la méditation contemplative à l'aide de mandalas, Dieter Lämmlin interprète pour nous « **Ora pro nobis** », une « litanie pour orgue » de **Franz Liszt (1811-1886)**.

Le jeudi de l'Ascension, nous mettrons en ligne une vidéo enregistrée par Michel Cornuz sur le thème : « **Ascension et Bénédiction** », à partir des derniers versets de l'évangile de Luc.