

Grand - Angle sur la CHINE

LITTÉRATURE

Vingt Fragments d'une Jeunesse vorace

Xiaolu Guo

Elle s'appelle Fenfang. C'est une jeune fille vorace de vingt ans qui adore le cinéma et les nouilles OVNI, qui change, sans une larme, de job comme de garçon, qui se fait virer de chez elle pour amoralité, qui cherche le grand amour et la beauté, mais pour qui rien n'est simple à Pékin...

Quand à dix-sept ans, Fenfang a fui le sud de la Chine et son village claustrophobe, entouré de champs de patates douces à perte de vue, pour venir trouver à Pékin un destin de star du grand écran, elle ignorait que c'était la ville « la moins romantique du monde » !...et qu'elle allait grossir les rangs des « six mille sept cent quatre-vingt-six » jeunes figurantes d'un film...et que tout cela ne se terminerait pas en conte de fées.

Mais Fengang est une idéaliste...

Ed. Buchet/Chastel, 2009, 188p - 17 €

La Philosophie de Lao Zhang

Lao She

Toute la philosophie de Lao Zhang se résume en un mot : l'argent !

Si l'Harpagon de Molière se contentait de rationner ses invités et d'affamer ses chevaux, Lao Zhang s'affame lui-même et ne se remplit l'estomac qu'aux frais d'autrui. Il change de religion en fonction du prix de la viande. De toute sa vie, il n'a pris que deux bains, et nul ne peut prédire quand viendra le troisième. Inflexible envers ses débiteurs, il exige qu'ils lui donnent leur fille en paiement de leurs dettes...

Ce livre est le premier roman de Lao She.

Dans cette œuvre, qu'il situe probablement entre 1919 et 1923, l'écrivain aborde nombre de thèmes qu'il reprendra plus tard – la condition féminine, les abus de pouvoir des fonctionnaires, sa compassion pour les opprimés – et lâche allègrement la bride à sa verve satirique qu'il exercera, à maintes reprises, à l'encontre de la société chinoise.

Ed. Phil. Picquier, 2009, 279p - 19 €

La dure Loi du Karma

Mo Yan

« Je suis innocent ! Moi, Ximen Nao, j'ai vécu trente ans dans le monde des humains, j'ai aimé travailler,

je me suis montré diligent et économe dans la tenue de ma maison ; j'ai donné pour la construction des ponts et des routes,...

Chaque pauvre de ce canton a pu se nourrir grâce aux aumônes en grains que je lui ai faites,...

Pourtant, moi, un homme si bon, si droit, un si brave homme, voilà qu'ils m'ont ligoté serré, m'ont poussé jusque sur le pont et m'ont fusillé !... »

Selon la dure loi du karma, Ximen Nao est condamné à être réincarné en animal : Il sera âne, bœuf, cochon, chien, enfin singe ; il revient sans cesse sur ses propres traces et auprès de ses descendants, partageant leur quotidien.

Témoin discret et acteur décalé, comique et déguisé, il suit, cinquante ans durant, de la libération maoïste à notre époque marchande, le destin d'une communauté de paysans.

Et justement, dans le village, vit aussi un petit drôle, un sale gosse mal élevé, chétif et laid, emmerdeur et terriblement bavard : Mo Yan.

Ed. du Seuil, 2009, 761p - 26 €

Voici 4 livres de Bande dessinée de la Collection Culture traditionnelle chinoise

L'auteur donne vie à la sagesse chinoise en proposant cette série des grands classiques.

Les traductions sont agrémentées de leur texte chinois, une lecture bilingue, donc, qui ravira les amoureux de la Chine et les étudiants en chinois.

Les Mémoires historiques

La Grande Muraille de Chine

Tsai Chih Chung

Ed. You Feng, 2009, 123p - 13,06 €

Les Contes de l'Étrange

Légendes de Fantômes et de Renards

Tsai Chih Chung

Ed. You Feng, 2009, 121p - 13,06 €

Démons et Merveilles des Six Dynasties

Fables et Contes de la Chine antique

Tsai Chih Chung

Ed. You Feng, 2009, 123p - 13,06 €

Conversations pures des Six Dynasties

Tsai Chih Chung

Ed. You Feng, 2009, 127p - 13,06 €

Contes et Légendes des Arts martiaux vietnamiens T.1 et 2

Phan Toàn Châu

Voici des histoires, tantôt philosophiques, tantôt tragiques, tantôt comiques, où dominent le merveilleux et les arts martiaux, des récits qui vont emporter le lecteur dans un monde merveilleux, mêlant la réalité à l'imaginaire, l'humour à la sagesse et qui vont lui faire vivre des aventures hors du temps.

De véritables moments d'évasion pour tous, jeunes ou moins jeunes, pratiquants d'arts martiaux ou non.

T.1 : Ed. You Feng, 2003, 201p - 10,05 €

T.2 : Ed. You Feng, 2005, 177p - 10,05 €

Sentiments

Feng Jicai

Présentation de sept textes extraits de la vie quotidienne, à propos de sujets variés, écrits par un auteur qui ne nous est pas inconnu : Feng Jicai (« *Personnages* »).

Il s'agit, ici, d'une édition bilingue avec pinyin, ce qui ravira nos lecteurs ou les étudiants qui pratiquent la langue chinoise.

Ed. You Feng, 2009, 147p - 15 €

Ainsi bat l'autre Coeur

Florence Hu-Sterk

Voici une anthologie commentée, de poèmes d'amour chinois.

En Occident, un poème d'amour s'écrit le plus souvent avec des mots enflammés, alors qu'en Chine, il n'est que pudeur, subtilité et retenue. Il ne met que rarement en scène le plaisir des sens, mais plutôt des soupirs et des larmes. Cette différence, due à deux conceptions de l'amour bien éloignées, est fondée sur des structures sociales tout aussi dissemblables.

En Occident, le traitement des intrigues amoureuses commence toujours par les sentiments. En Chine, pendant de longs siècles, le processus était, pourrait-on dire, inversé, suite, selon la tradition, aux mariages arrangés par un entremetteur ou plus souvent une entremetteuse.

En Occident, on compose des poèmes d'amour, surtout avant le mariage, dans l'intention de séduire. En Chine, on exprime ses sentiments amoureux principalement après le mariage, à l'occasion de certains événements marquants de la vie, suivant un canevas d'images conventionnelles, de clichés et d'allusions historiques et littéraires dont la connaissance s'avère indispensable.

Ed. You Feng, 2008, 208p - 24,12 €

CULTURE - PHILOSOPHIE

Histoire des Français en Chine (1698-1939)

Charles Meyer

L'auteur fut, toute sa vie, passionné par l'Asie et plus particulièrement par la Chine, à laquelle l'unissait personnellement son épouse.

Il a consacré les dix dernières années de sa vie à l'enquête, ici, publiée.

C'est à la découverte des mille facettes inédites de l'histoire du « voyage à la Chine » des plus

excentriques des natifs de l'hexagone que le lecteur est guidé par cet esprit parfaitement indépendant, animant une plume quelque peu corrosive.

Cet ouvrage est un vaste récapitulatif de trois siècles et demi d'infiltration française dans le monde chinois. Infiltration, en effet, car ce qui intéresse l'auteur n'est pas la belle image de la mission civilisatrice de la France, mais le fourmillement de diplomates, de militaires, de missionnaires, de commerçants, de chevaliers d'industrie et d'individus de tout acabit dans cette Chine qui pourtant, s'était longtemps voulu résolument fermée à toute intrusion.

Ed. You Feng, 2009, 693p - 30,15 €

Les Années Mao (1949-1979)

Une histoire de la Chine en affiches

Jean-Yves Bajon

Les années Mao sont, en France, souvent synonymes des événements de mai 1968 et de la génération qui s'inspira de ce qui se passait en Chine à cette époque mais sans en avoir une connaissance très précise.

Ces années sont surtout trente années charnières de l'histoire du pays le plus peuplé du monde entre une Chine post-impériale des Seigneurs de la Guerre et une Chine qui fait irruption dans la modernité.

Ce sont aussi trente années d'une histoire opaque que les affiches rassemblées, ici, essaient de décrire à la façon d'un puzzle, avec ses couleurs, ses messages, ses énigmes, ses pièces manquantes...

Entre livre d'histoire et bande dessinée, cet ouvrage est un témoignage de l'évolution de la Chine comme peu d'observateurs extérieurs ont eu l'occasion de vivre.

Ed. du Pacifique, 2009 - 30 €

Religion et Société en Chine ancienne et médiévale

Dir. John Lagerwey

En faisant appel aux données de l'archéologie, à la philosophie, à la littérature, les articles rassemblés ici donnent une vue d'ensemble de la société chinoise dans ses aspects religieux et symboliques, au cours de deux millénaires : Depuis la Haute Antiquité des Shang (-1570) jusqu'à l'avènement en 589 de la Dynastie Sui.

Durant cette période traitée, on trouvait déjà une société dotée d'un panthéon et de rites qui allaient très largement déterminer les marges de manœuvre des mouvements de pensée et des pratiques religieuses à venir.

Le sujet de ce livre est cette société, dans sa lente évolution vers la Chine que nous connaissons : celle des trois « religions » : confucianisme, bouddhisme, taoïsme (*san* : trois *jiao* : enseignement, doctrine), mais pas seulement, car l'apparition de ces trois systèmes de valeurs, chacun encouragé par l'Etat, n'a pas fait disparaître les croyances locales, que l'on peut qualifier de « chamanisme ».

Ce livre se veut une tentative de décrire l'émergence de cette société avec sa rationalité, sa grille de lecture du monde, que l'on peut qualifier de « chinoise ».

Analyse très poussée. A recommander.

Ed. du Cerf/ Institut Ricci, 2009, 724p - 54 €

Confucius Préceptes de vie

Textes choisis par Alexis Lavis

Le cœur de la culture chinoise, l'espace au sein duquel la Chine se fit civilisation, trouve son origine dans la pensée du plus célèbre de ses maîtres de vie, *Kongfuzi* (Maître Kong), que des missionnaires jésuites nommèrent Confucius.

Il y eut, certes, bien d'autres penseurs et bien d'autres courants éminents.

On pense au taoïsme de Lao Tseu et de Tchouang Tseu, au réalisme de Sun Tsu ou au bouddhisme qui, bien qu'étranger, sut si bien épouser la culture chinoise...

Confucius n'explique rien, ne sous-entend rien, ne fait aucun mystère : Il remet simplement les choses à leur place. La pensée originelle de cet homme du Ve siècle av. J.-C. concerne la manière dont l'homme doit se tenir pour faire apparaître le miracle de son humanité.

La langue chinoise le dit à même les signes de son vocabulaire : L'humain, lorsqu'il se tient debout, c'est-à-dire en homme, joint la terre au ciel.

L'ordonnement harmonieux des éléments et des êtres – le monde – et la vérité de l'humanité se font écho. Ils se soutiennent et se détruisent l'un l'autre.

Le pourquoi est un mystère que Confucius ne cherche pas à mettre au jour. Seul le comment l'occupe.

On pourrait affirmer que tout, en Chine, s'est fait en rapport à Confucius (pour ou contre) : L'esprit rituel, le respect des hiérarchies, la façon de gouverner, le service dû aux parents et aux ancêtres, l'exigence de politesse, un rapport si particulier à la culture qui semble s'enraciner dans un passé immémorial.

Ed. Presses du Châtelet, 2009, 209p - 6,5 €

The Illustrated Book of Laozi

Zhou Chuncai and Paul White

This book is an opening to the Chinese classics through illustrations.

This 81chapter *Daodejing* (Tao Te Ching) of Laozi (Lao Tzu) covers two traditional sections:

- The *Dao* (the Way) section (Chapters 1 to 37) and
- The *De* (Virtue/ moral Force) section (Chapters 38 to 81)

The book presents the ancient sage Laozi and his *Daodejing* in an easy-to-understand way.

The illustrations help the reader to better grasp the meanings.

New World Press Ed., 2008, 226p - 14,5 €

Migration et la Situation linguistique de Canton : Le cas des migrants du Hubei

Wang Shuyan

Le Hubei est une des provinces émettrices d'importants courants migratoires.

Il faut noter que depuis le début du 21^e siècle, l'un des faits les plus remarquables est l'urbanisation à grande vitesse de la Chine, urbanisation qui s'accompagne le plus souvent de migrations.

Il est évident que l'arrivée des migrants dans une ville n'entraîne pas seulement la croissance de la

population urbaine, mais provoque aussi un changement linguistique.

L'auteur s'est donné pour but d'étudier la corrélation entre la dynamique sociale et la situation linguistique, ce qui l'a mené à lire dans les rapports de force entre le putonghua et le cantonais, ainsi que d'autres dialectes chinois, une relation entre l'unité et la pluralité sur la plan linguistique, relation qui peut être résumée comme « harmonieuse dans la diversité ».

Ed. You Feng, 2009, 379p - 20,1 €

La Philosophie inquiétée par la Pensée chinoise

François Jullien

« Entendons bien ce terme de départ : « inquiéter ». Car « inquiéter » la philosophie, ce n'est pas l'*interroger*.

Pour interroger l'autre, il convient, en effet, de pouvoir se situer sur le même terrain que son interlocuteur, avoir déjà repéré des enjeux communs et avoir partagé des références : cela suppose une entente implicite de ce qui pourrait être mis en question.

Or, c'est cette situation qui n'est pas donnée d'emblée entre la Chine et l'Europe, tant il est vrai que ces deux civilisations sont demeurées si longtemps extérieures l'une à l'autre : Leurs systèmes de langue sont sans parenté et leurs pensées se sont développées de part et d'autre de façon parallèle et sans se fréquenter. Sans même qu'on puisse soupçonner entre elles, une influence.

C'est, du moins, jusqu'à une époque récente (la fin du XVI^e siècle, voire le milieu du XIX^e siècle).

Un tel terrain d'entente sera donc à aménager pour qu'elles puissent *envisager* de s'interroger. A quoi visent, par un biais ou un autre, les essais de cet ouvrage.»

« Inquiéter » la philosophie, c'est la débusquer là où elle se croyait tranquille pour la porter à se « réfléchir ».

Ed. du Seuil, 2009, 1426p - 39 €

L'Invention de l'Idéal et le Destin de l'Europe

François Jullien

« Idéal est un mot européen. En anglais, allemand, français, espagnol, italien, mais aussi en russe ou polonais : ce terme est le même, seule diffère la façon de le prononcer.

Mais quel « commun » révèle-t-il ? A lui seul, il dessine une géographie possible de ce que nous appelons l'« Europe ».

Mais qu'en advient-il quand on sort d'Europe ?

La langue arabe n'entre-t-elle pas déjà en rupture avec ce sémantisme ? Et ne faut-il pas en recomposer tout autrement la notion quand on passe au chinois ?

Car il n'est pas banal d'avoir isolé dans la vie de l'esprit cette représentation unitaire, détachée de l'affectif, qu'on appelle « idée ».

Cet idéalisme platonicien nous a lassés. Mais on redécouvrira à neuf, le considérant de Chine, quelle invention audacieuse il a été...et, plus encore, quelle dramatisation de l'existence un tel coup de force a su inspirer.

Or, sur cette scène de l'idéal, le rideau ne viendrait-il pas de tomber ?

Ou que devient une « Europe » rompant avec l'Idéal ? »

Ed. du Seuil, 2009, 291p - 22 €

La Source du Vide Les Enseignements Zen

Taikan Jyoji

Le Zen ne s'adresse pas à n'importe qui, ni à tout le monde.

La pratique de l'Eveil dans le Zen Rinzaï s'effectue par trois sortes d'entraînements : 1) Zazen, 2) Pratique du koan, 3) Vie quotidienne.

Le zazen, assis les jambes croisées, est une posture universelle, pratiquée depuis des millénaires.

La pratique du koan doit devenir une véritable vrille qui va servir à faire la percée en soi, à faire un forage dans la muraille de l'égo et à atteindre sa véritable nature. Le koan a des répercussions profondes dans les différentes couches de la conscience.

Dans la vie quotidienne, la discipline ne doit pas être ressentie comme une contrainte mais comme une aide dans la réussite de l'entreprise qu'on s'est fixée.

Dans le Zen, il faut savoir « s'imposer des exigences », « se dépasser » et parfois,...en se bottant les fesses !

Ed. Le Courrier du Livre, 1989, 125p - 12,65 €

Pour mieux comprendre le Qi

Zhang Yu Huan et Ken Rose

Ce livre donne des explications précises permettant d'examiner l'ontologie du Qi, ses transformations et les forces unifiantes et agissantes de ce Qi dans les anciens domaines chinois de la philosophie, de la littérature, de l'art, du développement de soi, de la médecine, de la préservation de la santé, de la science et de la technologie.

Il permet aux lecteurs occidentaux de reconnaître et de mieux comprendre la Chine. Il révèle la vitalité du Qi, chaotique et mystérieuse en apparence, afin que chacun puisse acquérir une meilleure conscience de l'existence inséparable du Qi dans l'univers.

« Ce Qi est le matériau qui pénètre tout. Il couvre le ciel et porte la terre, s'étend dans les quatre directions, et donne naissance aux huit extrémités. Il est si haut qu'il ne peut être mesuré. Il enveloppe en lui le ciel et la terre et ne possède aucune forme ».

Appendices, chronologie concise de l'histoire chinoise, bibliographie et index : en fin d'ouvrage

Ed. Guy Trédaniel, 2006, 188p - 22 €

ART

A Foreigner's Guide to Chinese Brush Painting

Xu Di and Zhang Jiayou

Due to different cultural backgrounds and aesthetic values, foreigners need to understand the fundamental characteristics of Chinese brush painting before getting started to practice it.

As an ancient Chinese saying goes: "Even the fasted learner must obey the rules". That explains the purpose of this book.

In essence, the brush painting serves to convey the spirit of objects and how artists look at them. Its focal point lies in the "conception", the "lifelikeness" and the "symbolization".

Pedagogical book as well in explaining the Tools, in holding the Brush, as to clarify the Ink techniques, Line painting, or painting Simple Objects for example a loquat, a gourd, a radish, a lotus, a cat, a panda, a bamboo,...

Quite nice realization.

Shanghai Culture Publishing House, 2008, 190p - 24,95 €

Les Buddhas du Shangong

Musée Cernushi

La province du Shandong se situe à l'Est de la Chine, sur la Mer Jaune dans laquelle se jette le fleuve du même nom.

Depuis l'arrivée du bouddhisme en Chine orientale, les constructions de temples et de statues se sont succédées depuis les dynasties du Nord et du Sud jusqu'aux Song.

En 1996, des terrassiers découvraient à Qingzhou, une fosse où étaient disposées, soigneusement rangées, des centaines de fragments de statues bouddhiques.

Datées pour la plupart du VI^e siècle de notre ère, ces œuvres témoignent de l'une des périodes d'apogée de la statuaire chinoise par le raffinement de l'exécution et la conservation d'une partie de la polychromie.

Belle présentation : Textes et illustrations. Exposition à Paris jusqu'au 3/ 01/ 2010

Paris-Musées, 2009, 141p - 44,38 €

Chinese Classical Poems with English Translations and Comments

Hon Prof Josephine Bishop

Here, you will find 344 poems from the Tang, Five Dynasties, Song and Yuan Dynasties.

Bilingual texts and comments: Chinese and English.

Foreign Languages Press, 2009, 347p - 10,95 €

History of Chinese Taoism

Li Yangzheng

This book presents related research findings from within and outside China.

Composed of seven chapters, it gives an overall systematic introduction to the past and present of Chinese Taoism, including basic concepts, practices, scriptures, organizations, Taoism figures, immortals, Taoist temples and health preservation.

It provides extensive detailed and accurate data, as well as insightful perspectives through advanced academic achievements, and is therefore of significant historical value for greater understanding and study of Chinese Taoism, culture and folk customs.

Foreign Languages Press, 2009, 340p - 35 €

L'Art du Pinceau Simplicité de la Peinture chinoise

Qu Lei Lei

Avec un pinceau et de l'encre, vous apprendrez à saisir la beauté et le dynamisme des fleurs, des oiseaux, de la nature...

Grâce aux techniques parfaitement décrites par le Maître Qu Lei Lei, vous réaliserez de superbes projets :

- Cartes de vœux d'une élégante simplicité,
- Paravent décoré d'oiseaux survolant des roseaux,
- Branches de pêcheurs en fleurs,
- Fruits aux remarquables couleurs,...

Livre très didactique, très belle présentation.

Ed. Le Courrier du Livre, 2004, 128p - 24,27 €

Les Ombres chinoises

Amusez-vous dans le noir en créant des animaux plus vrais que nature

Sophie Collins

Avec juste une lampe de poche, vos deux mains et un peu d'entraînement, vous créerez quantité d'animaux, de la grenouille au chameau en passant par l'ours qui grogne,...

Ensuite, vous vous perfectionnerez en créant des paysages et des personnages que vous pourrez mettre en scène pour aboutir à un spectacle complet qui enchantera petits et grands.

Ce livre vous présente :

- Une centaine d'animaux à découvrir et réaliser,
- Des conseils précis pour vos mises en scène et effets sonores,
- Des personnages étonnants qui vous rappelleront le « Guignol » de votre enfance.

Ed. Le Courrier du Livre, 2009, 288p - 16,45 €

ACTUALITES

Votre Horoscope chinois 2010

Nguyen Ngoc-Rao

Ce guide est tiré de l'astrologie chinoise de la plus pure tradition. Il repose non seulement sur le Zodiaque chinois, mais également sur les 111 astres, beaucoup moins connus, et qui, pourtant, constituent la poutre faîtière de la discipline.

Les prévisions et recommandations contenues dans ce livre sont spécifiques à chacun des douze signes du zodiaque. Elles concernent tous les secteurs de la vie courante : Amour, argent, santé, travail, famille, amitié, loisirs, voyages, ...

Le langage utilisé est clair, sans détours, et parfaitement adapté au lecteur non initié. Les citations du monde entier, dont le texte est émaillé, et les conseils de l'auteur sont autant d'invitations à la réflexion et à la sagesse.

2010 sera l'Année du Tigre. Elle débutera le 14 février pour se terminer le 2 février 2011.

Ed. du Dauphin, 2009, 435p - 15 €

Année du Tigre - Calendrier 2010

Feng Shui Tong Sheng

Ba De Ma

« Choisir au quotidien, le bon endroit, au bon moment ».

Dès 2697 ans avant notre ère, les astronomes chinois calculaient un calendrier basé sur la position des astres et régulèrent ainsi la vie courante.

Depuis cette époque, ce calendrier indique les meilleurs jours pour entreprendre une nouvelle activité économique, signer un contrat, commencer la construction et la rénovation d'une maison ...ou emménager !

Les Chinois l'appellent Tong Sheng, ce qui se traduit par : « Gagnant et avisé tous les jours ».

Vous découvrirez dans ce livre comment être Zen ainsi que les dates et heures favorables en 2010 pour toutes les activités importantes de la vie courante.

Ed. Badema, 2009, 228p - 18 €

MEDECINE – SANTE

La Médecine du Tao Diététique et Phytothérapie

Gérard Edde

La vie est un équilibre permanent et maintenir sa santé suppose un comportement préventif, un sens de la mesure, un mode de vie sain.

Voici un guide pratique de santé au quotidien qui vous enseigne les bienfaits de la médecine héritée des Sages de la Chine ancienne .

C'est un manuel qui donne des recettes, des indications sur les plantes et sur les principaux aliments, sources de bien-être et de longévité.

Il traite de solutions à des problèmes généraux de notre quotidien : asthme, arthrite, maux de tête, sciatique, régime,...

Ajoutons que certaines recettes taoïstes de cet ouvrage sont inédites.

Quelques belles illustrations. Un index et un glossaire en fin de livre.

Ed. de l'Eveil, 2008, 222p - 26,82 €

Massage chinois pour les Bébés et les Tout-petits

Maria Mercati

Dès la naissance, le contact affectueux et rassurant que procurent caresses et câlins est indispensable au développement harmonieux de l'enfant.

Ce livre propose un massage préventif systématique – mais aussi thérapeutique - qui valorise le contact parental dans la vie courante et permet d'approfondir la relation avec l'enfant sur les plans physique, émotionnel et psychologique.

Ces techniques vous permettent aussi de traiter des troubles mineurs : Rhumes, toux, agitation, pleurs nocturnes, coliques, pipi au lit, percée de dents,...

Ed. Le Courrier du Livre, 2009, 95p - 19,8 €

La Femme multi-orgasmique

Mantak Chia et Rachel Carlton Abrams

Ce livre s'inscrit dans le droit fil de l'émancipation féminine. Il brise les tabous, chasse les préjugés et dénonce la routine débilite.

La femme découvre les meilleures stratégies pour s'affranchir de son état de dépendance et se réaliser pleinement.

Ce livre de sagesse réconcilie les connaissances médicales du XXI^e siècle avec le savoir-faire des maîtres taoïstes, transmis au travers des siècles.

Les auteurs enseignent comment :

- Eveiller le Chi, régénérer les organes vitaux ;
- Pratiquer le Sourire Intérieur et l'Autoguérison ;
- Accomplir l'Orbite Microscopique, atteindre la félicité orgasmique ;
- Effectuer la respiration Ovarienne, aviver le désir ;
- Sublimier l'énergie sexuelle pour parvenir à la fusion des âmes.

Des tableaux et de nombreuses figures illustrent le texte.

Ed. Guy Trédaniel, 2006, 351p - 23 €

Chi Kung du Second Cerveau Ou le Chi kung du Tian Men

Mantak Chia

Le *Tian Men* est le réservoir d'énergie du corps dans lequel on emmagasine l'énergie originelle ainsi que l'énergie absorbée pendant les méditations et les différents exercices de Tai chi et de Chi Kung.

Le Chi Kung du Tian Men nous apprend à développer la pression du Chi (énergie vitale) dans le Tian Men pour renforcer les organes et activer tous les systèmes du corps.

C'est une pratique essentielle pour éliminer les stagnations de la circulation de l'énergie, elle a un rôle clé pour assurer la santé physique, le pouvoir d'auto guérison du corps ainsi que le maintien d'un équilibre mental et spirituel.

Cette méthode nous permet de retrouver la paix intérieure et rétablir la connexion avec nos origines.

Nombreuses illustrations.

Ed. Guy Trédaniel, 2004, 192p - 19 €

Le Trésor du Qi Gong La bannière de Ma Wang Dui

Liao Yi Lin

La grue du lac, la posture de l'aigle impérial, l'épervier migre vers le nord, l'œuf de tortue, le cerf écoute la forêt,... et ainsi plus de 30 exercices...

...sont les plus anciens mouvements de Qi Gong retrouvés en 1973, peints en couleurs, sur une bannière en soie de 100 mètres sur 50, dans une tombe datant de l'époque Han à Chang Sha, dans la province de Hunan.

Cette bannière a fait le tour du monde, où chaque mouvement est un véritable trésor de santé, d'équilibre physique et mental, simple à apprendre et très efficace pour se maintenir en bonne santé et augmenter sa forme.

Ces mouvements peuvent aussi améliorer certains troubles : Rhumatismes, raideurs articulaires, dépression, anxiété, stress, colite, obésité, diabète, hypertension,...

Un DVD accompagne ce livre à la très agréable présentation.

Ed. Guy Trédaniel, 2009, 141p - 24,9 €

A la Découverte du Qi Gong

Yves Réquéna

Voici un livre approprié pour commencer le Qi Gong, comprendre le sens de la pratique, ses effets et la

philosophie de vie cachée derrière cette gymnastique de santé.

Vous y apprendrez :

- La position d'embrasser l'arbre,
- L'exercice taoïste *l'hirondelle pourpre vole très haut dans le ciel*
- Les respirations du Gi Gong,
- Les massages de santé,
- Les huit pièces de Brocart.

Avec ces exercices, vous pourrez composer un programme quotidien de Qi Gong de 15 à 30 minutes pour fortifier votre santé.

Un DVD d'une durée de 60 minutes illustre tous les exercices présentés dans ce livre.

Il vous aidera à adopter la posture correcte, exactement comme si vous aviez un professeur de Qi Gong à domicile !

Ed. Guy Trédaniel, 2008, 205p - 24,9 €

Gi Gong La Porte de la Vie

Kunlin Zhang et Catherine Bousquet

L'énergie corporelle est le mouvement qui entraîne la circulation des matières liquides à travers le corps pour nourrir et humidifier tous les tissus, fortifier les organes, équilibrer leurs fonctions.

L'influence du corps sur l'équilibre psychique est fondamental, chaque organe étant relié à une émotion particulière, une saison, un élément naturel. Concentration, décontraction, sensibilité, utilisation paisible et régulière du souffle.

Texte clair, combinaison astucieuse et originale de photos et de dessins, détails précis justifiés par le respect de la gestuelle des énergies conductrices.

Ed. Guy Trédaniel, 2008, 157p - 16 €

L'Art secret du Seamm Jasani Les 58 mouvements tibétains de l'éternelle jeunesse

Asanaro

Il existe un art aussi ancien que le Yoga ou le Tai-Chi, qui a vu le jour, il y a des siècles, dans les montagnes de l'Himalaya, au Tibet.

Le *Seamm jasani* est une discipline qui combine des gestes fluides et des techniques de *respiration active* – en apparence très simples – mais demandant une très grande concentration.

La coordination entre postures et respiration suscite un état méditatif propice à la sérénité et bénéfique tant pour le corps que pour l'esprit.

Ed. Le Courrier du Livre, 2006, 202p - 19,8 €

Gi Gong pour mincir

Nadine Crégut

Dans ce livre, vous découvrirez quelques exercices simples et harmonieux, des massages et des respirations, vous permettant de retrouver les sensations vraies de faim et de satiété, de digérer correctement et de réveiller les fonctions d'élimination du corps pour retrouver votre poids génétique.

Vous pourrez approfondir les influences négatives du stress sur l'obésité avec des exercices spécifiques pour chaque cas et les modifications du corps selon l'âge.

Un chapitre entier est consacré à la diététique vue par les Chinois.

Ed. Guy Trédaniel, 2007, 215p - 20 €

Le Régime sino-minceur Mincir selon la méthode chinoise

Gérard Edde

Vous souhaitez mincir de façon efficace et durable ? Optez pour un régime équilibré et harmonieux. La minceur ne s'improvise pas : C'est un art de vivre !

En plus d'une étude détaillée des aliments et des plantes, ce livre vous propose une semaine personnalisée de régénération du corps, avec 12 recettes grâce auxquelles vous perdrez du poids tout en conservant votre énergie.

S'y ajoutent des exercices de Qi Gong, de digitopuncture, de massage et de relaxation qui vous permettront d'atteindre au bien-être le plus complet.

Ed. Guy Trédaniel, 2008, 189p - 18 €

Diététique énergétique: Mode d'emploi

Richard Zagorski

Depuis toujours, la diététique constitue l'un des piliers de la médecine chinoise, incontournable aussi bien dans le domaine préventif que curatif.

Ce livre s'adresse à ceux qui veulent mettre en pratique ses principes, adaptés à notre monde moderne et expurgés de leurs aspects « exotiques » ou trop techniques.

Une grande partie de l'ouvrage est consacrée aux vertus des aliments vus sous l'angle de la diététique énergétique chinoise, ce qui nous permettra de mieux choisir ceux qui nous conviennent, selon notre constitution, les saisons mais aussi selon nos éventuelles pathologies.

Ed. Guy Trédaniel, 2004, 205p - 21 €

Guérir à partir de l'Intérieur avec le Chi Nei Tsang

Gilles Marin

Le *Chi Nei Tsang* consiste à appliquer le Chi-Kung à un soin abdominal.

Les premiers chapitres décrivent cette pratique et ses quatre piliers : la compréhension de ce qu'est une guérison totale, l'entraînement personnel, le développement du *Chi* et l'art d'écouter par le toucher.

Les chapitres suivants vous expliquent comment travailler à la fois avec la respiration, le métabolisme, la réponse émotionnelle, la structure corporelle et son alignement.

Les derniers chapitres traitent la gestion de l'énergie sexuelle.

Ed. Guy Trédaniel, 2008, 361p - 24 €

ARTS MARTIAUX

Hsing I Chuan L'Art Interne du Kung-fu Wushu

Georges Charles

Les origines de l'Art du Poing chinois se perdent dans la nuit des temps...elles puisent leurs sources profondes dans les techniques populaires animistes et chamanistes propres à la Chine, influencées par un apport probable des philosophies et religions de l'Inde antique.

La principale particularité du Hsing I Chuan est d'appartenir à ce que l'on nomme les Styles Internes (*Nei Chia*) considérés comme des styles « souples » en opposition avec les Styles Externes (*Wai Chia*), considérés, eux, comme des styles « durs ».

Dans les Arts Martiaux Internes, il convient tout d'abord de mobiliser l'esprit et de travailler les sensations, d'amplifier le processus respiratoire, d'améliorer les diverses circulations liquides du corps (Jing), puis les muscles et tendons, grâce à des déplacements et mouvements continus effectués généralement avec lenteur...pour aboutir à une modification du système locomoteur et osseux. La pratique s'effectue donc de l'intérieur vers l'extérieur.

On traduit habituellement Hsing I Chuan par « Poing ou Boxe du Corps et de la Pensée ».

Ed. Sedirep, 1986, 221p - 40,77 €

Les Perles du Qigong

Victor et Marina. Zalojnov

Ce livre décrit et éclaire un des systèmes les plus développés au niveau énergétique et parmi les plus originaux, celui qui est issu de l'ancien art taoïste de l'autoperfectionnement.

Les auteurs sont des maîtres en Gigong sibérien.

A la base de toute la diversité des mouvements et actions énergétiques présents dans les enchaînements, se trouve l'idée de la réincarnation de l'aspect rituel du personnage mythique de la Chine ancienne : celle de l'oiseau Zhen.

Appendice et glossaire en fin de livre. Nombreuses illustrations.

Ed. de l'Eveil, 2009, 399 - 26,82 €

TOURISME

Atlas of China

In this atlas, you will find:

Introductory maps about administrative divisions, relief, ethnic groups, population, climate, communications and tourist resources

- 1) A map for each province, including Hong Kong, Macau and even Taiwan, plus 7 autonomous regions and 4 municipalities
- 2) Maps of the most important cities
- 3) Useful index in Pinyin and English for the location of towns and cities plus a glossary, at the end of the book.

Practical size – Nice presentation and print.

Sinomaps Ed., 2008, 191p - 15,5 €

Atlas Mégapoles Shanghai

Thierry Sanjuan

Shanghai est née de l'aventure moderne de la Chine. Mégapole avec toutes les contradictions caractéristiques des grandes villes en grande émergence, elle connaît aujourd'hui un essor

exceptionnel, lié à sa modernisation et à sa force d'attractivité.

Les questions de développement durable, de stratification sociale et de pollution se bousculent à sa porte.

Shanghai illustre étonnamment l'avenir de la ville asiatique, voire de la ville tout court, dans une globalisation sous contrainte.

Les grands chapitres traités sont :

- Les origines historiques
- La ville mondiale
- Au cœur de la ville
- La mégapole et sa région
- Quel avenir ?

Format agréable. Plusieurs échelles. Très belle présentation.

Ed. Autrement, 2009, 88p - 22,76 €

LANGUE

Unravelling the Mystery Chinese Faces

Jeremiah Willhite

"The best way to understand a different culture is to mix with people who have a background in that culture".

This book views China from a true Chinese perspective.

This bilingual book is not for beginners. The readers or students will find 45 texts about all sorts of subjects going from "Two Ways to eat a Chicken", or "Outlook on Happiness: Then and Now", "Who is Right and Who is Wrong", "Don't Call me Miss", "Why should We Care about the Earth?",....

Foreign Languages Press, 2009, 195p - 9,95 €

Etude comparative des Grammaires chinoise et française

Zhang Yuehe

Voici une étude comparative « à la loupe » entre deux langues : Une comparaison surtout sur les mots, les groupes de mots, les phrases simples, les phrases particulières et les phrases composées entre le chinois et le français.

Cet ouvrage prend pour point de départ l'usage pratique et pragmatique, traite des questions complexes dans un langage simple avec des exemples concrets et des utilisations pratiques.

Ed. You Feng, 2008, 416p - 20,1 €

Un message à notre fidèle clientèle avant de clore ce périodique.

Ce numéro est le dernier de 2009.

Eh oui ! 2010 pointe son nez !

Ce sera **l'Année du Tigre**

qui débute le 14 février 2010 pour se terminer le 2 février 2011.

Aussi, prenons-nous un peu d'avance pour vous présenter nos meilleurs vœux pour l'an nouveau...

...et vous rappeler que, comme chaque année, en notre librairie, nous aurons de beaux calendriers venant de Chine dont voici la liste :

CD 10002	Peintures de Qi Baishi	530 X 860 mm	9,5 €
CD 10006	Peintures de Tigre	420 X 980 mm	11,5 €
CD 10012	Peintures de Fleurs et d'Oiseaux	460 X 990 mm	14,5 €
CD 10016	Peintures d'Oiseaux	570 X 865 mm	14,5 €
CD 10028	Peintures de Qi Gong	530 X 880 mm	10,5 €
CD 10070	Peintures de Wu Guanzhong	380 X 700 mm	10 €
CD 10117	Les merveilles de la Chine (calendrier sur Table)	350 X 145 mm	7,5 €
CD 10130	Bonheur	375 X 345 mm	5,5 €

...et plein « d'idées cadeaux » pour les fêtes :

Des livres, évidemment, des cerfs-volants, « les attributs du lettré » : l'encre, les pinceaux et le papier ; des signets et papiers découpés, des citations, voire des poèmes calligraphiés, des « scrolls », (rouleaux à suspendre), des cartes de Nouvel An très colorées, empreintes de symbolique,...

Un dernier mot qui s'adresse aux sinologues et aux étudiants en langue chinoise, désireux d'acheter des romans publiés uniquement en chinois.

Au nombre de leurs auteurs, citons Yu Hua, Tie Ning, Su Tong, sans oublier Wang Anyi ou Mo Yan.

ABONNEMENT 2010

	1 an	2 ans	3 ans
BEIJING REVIEW.....	95,10	183,84	271,52
LA CHINE...(chinois).....	94,15	179,61	265,07
CHINA PICTORIAL.....	66,96	127,56	188,16
CHINA TODAY.....	47,88	92,58	137,28
LA CHINE AU PRESENT.....	38,94	75,12	111,30
LA CHINE AU PRESENT.....	50,42	97,24	144,06
(en chinois)			
CHINA HOY.....	38,94	75,12....	111,30
			1 an
China Vandaag.....			8,70
CHINA SPORTS...(Chinese-English).....			92,87
WOMEN OF CHINA.....			113,86
SHANGHAI PICTORIAL...(chinois).....			116,05
CHINA's FOREIGN TRADE.....			179,98
CHINA's FOREIGN TRADE...(chinois).....			97,09
SOCIAL SCIENCES IN CHINA.....			78,78
World Economy & China.....			75,17
China and the World Cultural Exchange.....			82,15
Beijing Weekend.....			66,93
Chinese Geographical Science.....			50,31
CHINA'S TIBET..(en chinois)			35,62
CHINA'S TIBET..(en anglais)			32,63
CHINA'S TIBET..(en tibétain).....			22,63
China Business.....			107,05
NOUVELLES D'EUROPE.(chinois).....			270,00