

Grand - Angle sur la Chine

LITTERATURE

Voici deux livres d'un même auteur :

Feng Menglong (1574-1645)

Il s'agit d'un écrivain important de la fin de la dynastie Ming (1368-1644).

Né dans une famille de lettrés de Suzhou, une ville charmante et dynamique située non loin de Shanghai, il est l'auteur de plus d'une centaine de nouvelles, récits ou anecdotes, commentaires et autres publications diverses.

Ses premiers écrits furent des compilations tirées de l'histoire locale.

Analyste fin et lucide de son époque, il incarne un nouveau type de lettré, anticonformiste et réformateur.

Très vite, il porte une attention nouvelle à la langue parlée (baihua), dite aussi « vulgaire ».

Les récits ou nouvelles, pleins de sève et de vie, que l'on vous propose, sont écrits en langue parlée et ont été publiés entre 1620 et 1628.

Les deux livres sont présentés en bandes dessinées.

La Courtisane Du Shiniang

Feng Menglong

Ce récit rend compte à merveille de l'art comme de la vision du monde de l'auteur.

Il s'agit, ici, d'une courtisane, ou plutôt d'une fille de joie, qui préfère se jeter à l'eau en emportant avec elle sa boîte pleine de bijoux plutôt que d'être vendue par son amant.

Belles illustrations. Un DVD accompagne le livre.

Texte bilingue : français – chinois

Ed. You Feng, 2010, 88p - 12 euros

La Tunique perlée

Feng Menglong

Récit également intitulé « La chemise de perles de Jiang Xingge ».

Il s'agit, ici, de l'histoire d'une Dame Jiang qui a trompé son mari et qui, après bien des péripéties, se voit finalement pardonnée...et retrouvera son amour perdu.

Quels sont les buts que l'auteur s'est fixés tout au long de ses écrits ?

Rendre compte de la comédie humaine jusque dans ses moindres détails et restituer toute la richesse de sentiments de l'âme humaine.

DVD + MP3 Belle présentation

Texte bilingue: français - chinois

Ed. You Feng, 2011, 88p - 14 euros

Voici encore un livre d'un auteur connu, présenté sous forme de bande dessinée :

Pu Songling

Pu Songling naît en 1640 dans le Shandong d'une famille sans doute d'origine mongole.

Il vécut la vie pauvre d'un simple « bachelier » sans jamais avoir pu réussir aucun concours national qui lui aurait ouvert la carrière mandarinale.

Son œuvre maîtresse « Chroniques de l'étrange » ou « Chroniques du pavillon des loisirs » fut ignorée de ses contemporains puisque, par manque d'argent, il ne put la faire imprimer.

Il mourut en 1715 dans la solitude et un dénuement total.

L'écriture de cet auteur se distingue par la profondeur du contenu, l'originalité des situations, la qualité de la prose et la poésie de la langue. Il imagine ou décrit les événements les plus fantastiques, tout en les situant dans un contexte entièrement réaliste.

Son style élégant et poétique nous séduit encore aujourd'hui.

DVD + MP3 Belle présentation

Texte bilingue : français - chinois

Le Meilleur de Pu Songling

Ed. You Feng, 2011, 39p - 14 euros

La découverte des classiques chinois, fondement d'une philosophie ancestrale, est essentielle pour qui s'intéresse à la Chine, à son histoire, sa société, ses arts et sa pensée.

Les livres qui suivent sont l'oeuvre d'un auteur, **Tsai Chih Chung**, humoriste et dessinateur, qui a eu l'idée de redonner vie à la sagesse chinoise en proposant une série de grands classiques en bandes dessinées.

Les dessins sont en noir et blanc

La lecture bilingue : français - chinois

Laozi et son Enseignement (I)

D'autres murmures de Sagesse

Ed. You Feng, 2011, 93p - 13 euros

Laozi et son Enseignement (II)

D'autres murmures de sagesse

Ed. You Feng, 2011, 87p - 13 euros

Zhuangzi et son Enseignement (I)

La mélodie de la nature

Ed. You Feng, 2011, 126p - 13 euros

Zhuangzi et son Enseignement (II)

La mélodie de la nature

Ed. You Feng, 2011, 95p - 13 euros

Sunzi et son Enseignement

L'art de la guerre

Ed. You Feng, 2010, 125p - 13 euros

La Légende du Serpent blanc

Ed. You Feng, 2010, 73p - 13 euros

L'Investiture des Dieux (II)

Ed. You Feng, 2010, 121p - 13 euros

Propos sur la Racine des Légumes

Aphorismes sur la saveur de la vie

Ed. You Feng, 2010, 127p - 13 euros

Ombres chinoises

Lisa See

Los Angeles, 1957.

Les lecteurs de *Filles de Shanghai* retrouveront, dans ce roman *Ombres chinoises*, les deux sœurs May et Perle, ainsi que la fille de cette dernière, âgée de dix-neuf ans, la fougueuse Joy.

Bouleversée par les secrets familiaux qu'elle vient de découvrir, Joy décide de s'enfuir pour Shanghai afin de retrouver son père biologique, l'artiste Z.G. Li, dont sa mère et sa tante furent éprises par le passé.

Elle sera séduite par la personnalité de son père et aveuglée par des idéaux révolutionnaires. Elle va se jeter à corps perdu dans le projet de la Nouvelle République populaire de Chine.

De son côté, Perle, dévastée par le départ de sa fille et craignant pour sa vie, est déterminée à la sauver à n'importe quel prix....Elle devra affronter ses vieux démons et relever des défis insensés au cours d'un des épisodes les plus dramatiques de l'histoire chinoise !

Flammarion, 2012, 453p - 23,9 euros

Cyber China

Qiu Xiaolong

Harmonie et probité : Les médias officiels assurent leurs lecteurs que le modèle chinois est une réussite. Cependant, sur Internet, il arrive que la colère de certains cyber-citoyens se déchaîne.

Zhou, un cadre de la municipalité de Shanghai, est la cible rêvée de cette chasse à la corruption d'un nouveau genre.

Une photo de lui, en possession d'un paquet de cigarettes de luxe, emblème des Gros-Sous sans scrupules, enflamme la toile.

Deux semaines plus tard, on le retrouve pendu !...Suicide ? Assassinat ?...

Sous l'œil vigilant des dignitaires du Parti, inquiets du formidable mouvement qui agite le réseau, l'inspecteur principal Chen, aidé d'un jeune journaliste, plonge dans l'univers des blogs clandestins....Là où la censure rouge se casse les dents !

Ce livre raconte la huitième enquête du célèbre policier-poète Chen.

Ed. Liana Levi, 2012, 278p - 18,5 euros

Quand reviennent les Ames errantes

Drame à trois voix avec chœur

François Cheng

Dans une forme éminemment originale, François Cheng signe, ici, un drame épique où le destin humain, avec toute la complexité des désirs qui l'habitent, se dévoile comme dans les tragédies antiques.

Quand reviennent les âmes errantes, un singulier échange se noue, et toute la vie vécue, extrêmes douleurs et extrêmes joies mêlées, se trouve éclairée d'une lumière autre, revécue dans une résonance infinie.

Plus rien ne subsiste à part le désir

Pur désir inaccompli

Mûr désir inassouvi...

Très belle écriture.

Les événements évoqués ont eu réellement lieu dans la seconde moitié du troisième siècle avant notre ère.

Ed. Albin Michel, 2012, 154p - 15,5 euros

CULTURE – PHILOSOPHIE

La Littérature taïwanaise

Etat des recherches et Réception à l'Étranger

Ouvrage collectif

Le concept de littérature taïwanaise a donné lieu à d'âpres controverses liées aux polémiques sur l'indépendance de Taïwan ou son appartenance à l'entité chinoise.

Cet ouvrage ne prétend pas trancher le débat de manière définitive.

Il offre un aperçu des directions dans lesquelles la recherche s'est orientée au cours des dernières années.

Certains articles évoquent des discussions théoriques concernant la narration de l'histoire littéraire taïwanaise, d'autres traitent de problématiques majeures comme celles de la conscience de l'île face au colonisateur japonais, de l'usage littéraire du taïwanais ou des origines du modernisme à Taïwan, d'autres enfin s'attachent à

des œuvres particulières, de Bai Xianrong, de Wang Wenxing ou de Lai He.

Une deuxième partie est centrée sur la réception de cette littérature en Europe et aux Etats-Unis. Elle propose un bilan quantitatif des traductions publiées en français, en anglais et en allemand, et des travaux de recherche réalisés dans les pays concernés.

Ed. You Feng, 2011, 682p - 30 euros

Les Cultures d'Orient et d'Occident et leurs philosophies

Liang Shuming

La première édition de ce livre étant épuisée, il a paru souhaitable de présenter une réédition augmentée.

L'auteur propose, ici, un texte portant sur l'évolution de sa connaissance des mentalités et de la vie.

Depuis trois décennies, dit-il, le monde nous parle de la régénération de la Chine...Lui nous entretient de la régénération de la culture et des civilisations. Acuité d'un sage, sans doute ?

Ed. You Feng, 2011, 280p - 25 euros

Les belles Infidèles dans l'Empire du Milieu Problématiques et pratiques de la traduction dans le monde chinois moderne

Ouvrage collectif

Cet ouvrage se veut une contribution à l'histoire de la traduction dans la Chine moderne, et en même temps, une réflexion sur les conditions pratiques de cette activité, ses motivations, ses aléas et ses embûches.

Diverses formes de traduction y sont envisagées, allant de l'adaptation à l'auto-traduction (Eileen Chang ou les auteurs taïwanais japonisants) et à l'intra-traduction (du *wenyan* en *baihua*).

Le rôle de quelques grands auteurs modernes, de Ba Jin à Han Shaogong, y est mis en lumière par un recensement exhaustif de leur production aussi bien qu'à travers l'analyse de leurs méthodes de travail.

On y trouvera également un état des lieux des traductions d'œuvres françaises à la fin de l'Empire et au début de l'Ere républicaine, où l'on découvrira que la curiosité des traducteurs chinois ne s'arrêtait pas à Hugo ou Maupassant, puisque même les *Lettres d'Héloïse et d'Abélard* furent transposées dans la langue de Confucius au tournant des années 1930 !

Ed. You Feng, 2010, 252p - 20 euros

Histoire du taoïsme

Isabelle Robinet

Regroupant aujourd'hui plus de vingt millions de disciples, le taoïsme est le témoin vivant d'un immense courant de la pensée chinoise. Cette histoire en explore toutes les facettes. Centré sur l'individu et associant le corps et l'esprit, le taoïsme se distingue des autres « religions » par l'absence de tout dogmatisme. Une spiritualité créatrice de lien social, marquée par une forte composante cosmologique.

Pensée ouverte, le taoïsme a toujours accueilli dans son sein des courants extérieurs qu'il a parfaitement assimilés, sans jamais perdre sa spécificité.

L'étude incontournable d'une tradition en plein essor.

Ed. Cerf, 2012, 269p - 10 euros

La Sagesse asiatique en 200 proverbes et citations : Confucius, Gandhi, Lao Tseu,...

Les secrets de la sagesse résident souvent dans quelques petits mots.

Retrouvez, dans ce petit ouvrage, les proverbes de l'Asie éternelle ainsi que les maximes des plus grands penseurs, de Lao Tseu à Gandhi, en passant par Bouddha, Confucius, Issa Kobayashi, Rabindranath Tagore,...

Ces sentences, souvent imagées, parfois drôles, nourriront à coup sûr, votre réflexion et vous aideront, qui sait, à trouver le chemin du bonheur. Quelques exemples ?

Ne possédant rien
Comme mon cœur est léger
Comme l'air est frais (Issa Kobayashi)

Celui qui sait se satisfaire
Aura toujours le nécessaire (Lao Tseu)

Tout ce que tu feras sera
Dérisoire, mais il est essentiel
Que tu le fasses (Gandhi)

Puisque la haine ne cessera
Jamais avec la haine, la haine
Cessera avec l'amour (Bouddha)

Si ce que tu as à dire n'est pas
Plus beau que le silence, alors
Tais-toi (Proverbe chinois)

Quand la maladie n'est pas
Connue, il n'y a pas de remède (Proverbe birman)

Ed. ESI, 2011, 97p - 4,95 euros

Œil ouvert et Cœur battant Comment envisager et dévisager la beauté

François Cheng

Au cœur du mystère du Mal qui traverse notre monde, comment envisager la beauté ?

Et, allant plus loin, comment la dévisager en vérité, sans fuite, ni artifice ?

A travers une méditation aux confins de l'Occident et de la grande tradition chinoise, l'auteur invite à cette authentique contemplation. Car par-delà la création artistique, la sainteté révèle la beauté de l'âme et se découvre l'autre mystère, celui du Beau, fondé sur le Bien, qui justifie notre existence terrestre.

(Réflexion à propos d'un accueil de François Cheng au Collège des Bernardins).

Ed. Desclée de Brouwer, 2011, 87p - 10,2 euros

Apprendre les Proverbes chinois à travers les Animaux

Alice Chan

Les adverbes font partie intégrante de l'apprentissage de la langue chinoise. Ils sont employés autant dans l'oral que l'écrit.

Leur usage augmente la force de persuasion, mais montre aussi la connaissance et l'éloquence de l'orateur ou de l'auteur.

Une grande partie de ces proverbes s'appuie sur des histoires, dites *chengyu gushi*.

Derrière chaque histoire, l'objectif est de faire comprendre le message contenu dans la maxime composée de quatre caractères, qui forment un bloc de mots figé, dont les éléments sont inséparables et invariables.

Aujourd'hui, pour comprendre le sens du proverbe, il faut remonter à sa source et raconter l'histoire d'origine.

Dans ce petit ouvrage, les proverbes s'inspirent essentiellement du monde animal, ce qui peut intéresser un jeune public. Leur forme descriptive s'apparente à la fable.

Quelques exemples ?

Le renard profite du prestige du tigre = Mettre à profit la puissance d'autrui pour s'imposer

Dessiner un serpent en lui ajoutant des pattes = Se tromper en voulant trop bien faire

Jouer de la cithare devant un buffle = Tenir un discours devant un public qui n'est pas à l'écoute

Bilingue (français-chinois)

Ed. You Feng, 2008, 101p - 12 euros

Notes sur la Culture du Panda Géant

Sun Qian

L'auteur nous relate, ici, comment cet animal sauvage, mi-chat, mi-ours, alors inconnu de tous jusqu'au XIXe siècle, est devenu au cours des dernières années l'emblème national de la Chine, le symbole du WWF, la mascotte mondialement médiatisée des J.O. de Pékin de 2008, et comment le sanctuaire du grand panda du Sichuan est depuis, inscrit sur la liste du patrimoine mondial de l'Unesco. Il nous relate, non sans humour, des anecdotes concernant les acteurs de cette démarche passionnante.

Il aborde les thèmes de la protection du panda et de son développement, et nous expose les liens d'amitié qui se sont tissés autour du panda entre la Chine et la France.

Ce livre est un voyage, un voyage culturel, touristique, mais aussi diplomatique.

Richement illustré et documenté.

Ed. You Feng, 2012, 384p - 25 euros

Grand Soutra sur l'Essence des Choses Mahapadana-Sutta

Il s'agit, ici, des textes canoniques du bouddhisme qui contiennent les théories de base du Hīnayana énoncées par le Bouddha Sakyamuni.

Il existe, de nos jours, deux versions anciennes :

L'ensemble des textes en pali et les textes sacrés, traduits en chinois, probablement à partir du sanscrit.

Le Grand Soutra sur l'Essence des Choses présente la théorie bouddhique des douze quiddités, qui font qu'une chose est ce qu'elle est, soit l'essence de cette chose.

Ed. You Feng, 2011, 329p - 25 euros

Le Sutra du Diamant

XXXII chapitres sont traités dans ce petit ouvrage en version bilingue (français-chinois).

Ed. You Feng, 2007, 101p - 10 euros

=====

POLITIQUE

=====

La Montée en Puissance de la Chine Et la logique de la stratégie

Edward N. Luttwak

« Si elle progresse toujours dans la voie du développement économique, ne faudrait-il pas craindre que la Chine vienne à se doter d'une puissance militaire mondiale ?

Le scénario d'une Chine hégémonique pourrait-il par réaction, déclencher un conflit sur l'échiquier international ? »

L'auteur de cet ouvrage, historien et grand connaisseur du monde asiatique, analyse en profondeur ce qui inspire la politique récente de la Chine, ses biais culturels, ses limites, ses erreurs, ses maladroites,...

Il tente de décrypter les enjeux au cœur des relations qu'entretient la République populaire avec les Etats-Unis aussi bien qu'avec l'Australie, le Japon, la Corée du Sud, le Vietnam, la Mongolie ou encore la Russie.

Il souligne les échecs et les réussites des uns et des autres.

Ed. Odile Jacob, 2012, 262p - 24,9 euros

Chine : L'Envers et l'Endroit

Eric de la Maisonneuve

La Chine est devenue une grande puissance et ses performances économiques sont hors normes.

Mais la Chine a deux faces, nous dit l'auteur, selon sa théorie du yin et du yang, l'endroit et l'envers.

Les enjeux sont colossaux et la tâche loin d'être achevée : Une population gigantesque, en partie encore, sous-développée, des systèmes d'éducation et de santé, parfois encore désuets, une transition politique incertaine, sans compter la bulle immobilière et l'emprise encore tenace de la corruption.

C'est à ce défi que seront confrontés les dirigeants chinois lors du XVIIIe Congrès en octobre 2012

C'est aussi un défi pour l'Occident qui doit apprendre à partager son leadership et aussi pour le monde

entier qui doit intégrer la Chine et la sortir définitivement de son isolement millénaire.

Ed. du Rocher, 2012, 221p - 18,9 euros

ART

Rochers de Lettrés **Itinéraires de l'art en Chine**

« Il s'agit ici d'un jeu subtil et passionnant de la relation entre la nature et l'exploration créatrice, un jeu en prise directe avec le cœur de la pensée chinoise d'hier et d'aujourd'hui. »

Une intime conviction naît de la contemplation de ces pierres ou encore des objets ou peintures qui les accompagnent, une conviction de l'existence de rapports intimes entre l'homme et la nature qui ne seraient pas ceux d'un destructeur mais ceux d'un partenaire respectueux et admiratif.

Rassemblés par des lettrés de notre époque, les objets et les peintures présentés dans cet ouvrage abondamment illustré, sont tout autant ceux de collectionneurs passionnés que de créateurs épris de beauté.

Au-delà des images, les textes mêlant harmonieusement rigueur scientifique, surprenantes anecdotes et réflexions des artistes chinois eux-mêmes, sont une incitation à découvrir cet univers et sa richesse.

Présentation soignée.

Musée des Arts Asiatiques Guimet, 2012, 159p - 44,38 euros

La Calligraphie chinoise

Chen Tingyou

La calligraphie est un trésor national en Chine. Depuis l'Antiquité, plus d'un millier d'écritures ont été inventées dans le monde. Mais aucune, à part l'écriture chinoise, n'est devenue un art, bien qu'il existe de très belles enluminures dans d'autres écritures. Ce livre nous dévoile la complexité de la culture chinoise à travers l'histoire de la calligraphie. Comment celle-ci a-t-elle pu se répandre largement en Chine pendant plusieurs milliers d'années et devenir, à partir d'un outil d'écriture, un art original rarement vu au monde ? Quels sont les rapports entre le développement de la calligraphie chinoise et le goût esthétique, les conceptions de valeurs et l'âme culturelle des Chinois ?

La calligraphie, omniprésente en Chine, est étroitement liée à la vie quotidienne et attire un très grand nombre d'amateurs.

Originale Découverte, 2012, 131p - 23 euros

LANGUE

L'Empire du Sens **A la découverte de l'écriture chinoise**

Joël Bellassen et Chen Dehong

Ce livre s'adresse à tous ceux que l'écriture chinoise intéresse ou...intrigue, à ceux qui apprennent le chinois et à ceux, petits et grands, qui souhaitent faire quelques pas dans un univers graphique qui conserve des liens avec l'image et l'imaginaire.

De tous les types de sinogrammes, les idéogrammes sont les plus « porteurs de sens », car leur signification peut être extraite de l'association d'idées reflétée par leurs propres composants.

Les pictogrammes sont, eux, des signes singuliers, apparaissant comme des esquisses stylisées de ce qu'ils représentent.

Ces deux types de sinogrammes composent les quarante-huit graphies exposées dans cet ouvrage, grâce auxquelles vous pouvez entrer et découvrir cet « empire du sens ».

Très documenté et création artistique originale.

Ed. You Feng, 2011, 113p - 19 euros

Mieux traduire

Pierre JEANNE

Traduire un texte d'une langue à une autre est une opération comparable à la transplantation d'un arbuste. Et plus les langues concernées sont dissemblables, plus les risques d'échec sont grands. Mais en cas de réussite, les nouvelles possibilités qui s'ouvrent devant soi n'en sont que plus attrayantes....L'aventure est donc tentante !

La traduction est un art difficile. Il s'agit d'une métamorphose que l'on fait subir à un texte pour l'adapter à son nouveau milieu de vie.

Pour améliorer la communication entre les deux textes, il faut affiner les techniques de traduction.

C'est le but de cet ouvrage.

ED. You Feng, 2011, 115p - 15 euros

Les Caractères chinois

Han Jiantang

L'apparition de l'écriture marque une étape du développement d'une civilisation.

Les plus anciennes ont eu lieu dans les pays orientaux avec l'écriture cunéiforme de Sumer, les hiéroglyphes d'Egypte, les inscriptions sur sceaux de l'Inde et les *jiaguwen* de Chine.

Ces écritures étaient pictographiques, y compris pour les caractères chinois.

Les trois premières formes, citées plus haut, ont disparu successivement au fil de l'histoire. Seuls les caractères chinois ont subsisté et demeurent en usage même à l'époque de l'informatique.

Ce livre présente, de façon très abordable et grâce à de belles illustrations, les connaissances de base sur l'écriture chinoise.

Le lecteur est ainsi guidé dans sa promenade au « royaume des caractères chinois », évoluant avec le temps, mais à la fois survivants de la haute antiquité et riches d'avenir.

China Intercontinental Press, 2011, 158p - 24,5 euros

ARTS MARTIAUX

Le Tai chi chuan

Marianne Plouvier et Bruno Gérentes

Cet art martial trouve ses fondements dans la philosophie chinoise et, en particulier, dans les notions de *taiji*, de *dao*, de *yin* et de *yang*.

Si l'on se penche sur l'histoire du Taijiquan, on en comprend les caractéristiques propres, les notions sur lesquelles il se construit, la manière dont il s'enseigne, dont il ouvre la voie à une approche spirituelle et concrète, devenant alors un art de vivre autant qu'un art martial, art dans lequel, de l'extrême lenteur, naît une puissante énergie tournée vers l'intérieur.

Presses universitaires de France, 2012, 127p - 10,47 euros

VOYAGE

Chine du Sud

Le Petit Futé 2012-2013

Visiter la Chine du Sud, ses charmants villages et ses superbes campagnes, c'est se replonger dans une Chine millénaire, riche de sa multiplicité.

Naxi, Miao, Bai, Hui, Yi, Tunpu, Tibétains, Buyi, Dong,..., autant d'ethnies évocatrices qui peuplent les cinq provinces du Sud, toujours empreintes de traditions, de croyances et de rites.

Si l'eau continue à couler sous les ponts, « l'oiseau fait toujours son nid, le poisson nage toujours dans la rivière et les Miao vivent toujours dans les montagnes » (proverbe Miao).

Visiter le Sud, c'est aussi saisir deux facettes essentielles et complémentaires du pays : le côté ouvert et le côté fermé, son dehors et son dedans.

Les provinces enclavées du Yunnan, du Guangxi et du Guizhou demeurent les gardiennes d'une Chine d'apparence immuable, alors que celles du Guangdong, de Hainan et du Fujian, mais aussi les régions administratives spéciales de Hong Kong et Macao, sont au contraire, les symboles d'un pays en mouvement perpétuel depuis les temps antiques.

Visiter le Sud, c'est comprendre la Chine avec ses contrastes et ses contradictions, loin des clichés et plus près de son âme !

Petit Futé, 2012, 594p - 18,15 euros

MEDECINE – SANTE

Les Bases de la Réflexologie

Réflexo-quoi ?

Cette pratique médicale prétend agir de façon réflexe, donc inconsciente et non mesurée, sur les organes et les fonctions de notre organisme tout entier.

Inspirée par la médecine chinoise, la réflexologie apporte bien-être et équilibre.

Applicable à tous, y compris aux enfants et aux personnes âgées, cette pratique simple permet de remédier aux petits maux du quotidien.

Si vous ne connaissez pas cette médecine douce ou si vous y êtes déjà sensibilisé, ce guide est fait pour vous !

Vous y trouverez

- les principes de base
- des exercices simples à appliquer
- les techniques de massage détaillées

Ed. ESI, 2011, 97p - 4,9 euros

Pratique simplifiée du Massage Tui-na

Dr. You-wa CHEN

Ce livre présente les principales techniques du massage Tui-na (poussée-prise), avec la volonté d'en dégager un abord simplifié tout en respectant sa valeur traditionnelle.

Les indications abordées sont nombreuses, comprenant aussi bien le traitement de douleurs musculaires et tendineuses, des affections communes comme les troubles digestifs ou les troubles du sommeil, que certaines affections fréquentes chez l'enfant.

Un chapitre particulier est consacré à l'automassage (le Tui-na par soi-même).

Nombreuses illustrations.

Ed. You Feng, 2011, 234p - 25 euros

Energie et Santé par la médecine préventive chinoise

Dr You-wa Chen

Ce livre présente de manière claire et pratique les méthodes de prévention pour la santé, le bien-être et la longévité.

Il couvre des disciplines aussi variées que :

- La diététique appropriée à chacun
- La pratique d'exercices physiques simples
- Le massage par soi-même des points d'acupuncture
- L'emploi des plantes médicinales, déjà contrôlées et pratiquées par de nombreuses populations.

Des sujets précis sont abordés notamment sur :

- La prévention des maladies en fonction du profil individuel
- L'esthétique du corps
- L'hygiène de vie liée à la sexualité, la grossesse, la ménopause, la vieillesse
- Le traitement naturel de quelques troubles physiques et psychiques, dont le but est de conserver le meilleur état de santé global possible.

Ed. You-Feng, 2011, 252p - 20 euros

ABONNEMENTS 2012

	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

CHINA VANDAAG..... 8,70 (1 an)

Prix exprimés en euros