

37

*Trésors  
des Arts Martiaux*

CHENG MAN-CH'ING

LA NOUVELLE MÉTHODE  
D'APPRENTISSAGE PERSONNEL DU

**TAI CHI CH'UAN**

SELON MAÎTRE CHENG



*Le Courrier du Livre*

*Trésors*  
*des Arts Martiaux*

Cet ouvrage peut être considéré comme la clé de voûte de l'œuvre de Cheng Man Ch'ing (Zheng Manqing) sur le taiji quan (tai chi ch'uan).

La Nouvelle méthode s'adresse à tous les pratiquants de taiji quan, quel que soit leur niveau. Quand il la publie, Maître Cheng a déjà considérablement élargi son audience et développé son enseignement jusqu'en Occident. Il suit alors les deux axes principaux de son engagement : l'un, d'inspiration confucianiste, est orienté vers la transmission la plus large possible des bienfaits du taiji quan, sans restriction de nationalité, de continent ou de sexe ; l'autre, d'inspiration taoïste, est orienté vers la recherche de l'épuration, de la douceur et du wouwei (le non-agir).

Rares sont les ouvrages où les grands maîtres transmettent une analyse détaillée de leur pratique et de leur enseignement. S'appuyant sur son immense culture classique, Cheng Man Ch'ing nous livre sa *Nouvelle méthode* comme un guide complet et précis des postures et de leurs liaisons, illustré par 180 photos et 160 schémas. Il y développe ses commentaires sur les *Classiques* du taiji quan, et trace des parallèles avec le *Yijing* (Yi King) et le *Classique Interne de l'Empereur Jaune*.

ISBN 2-7029-0435-1



16,8 €  
110,20 F

Bernard Biebet - In Graphes