

Zhao Bichen

Traité d'alchimie et de physiologie taoïste

Weisheng Shenglixue mingzhi

陽神出現
燦爛金光
乘彼白雲
逍遙帝鄉

陽神出現

寶藏海中戲
奇哉此妙門
佛祖曾授記



見身無佛是佛身
了心如幻是佛幻
了得身心本性空
新人與佛何殊別

高證巍巍萬德尊
了得涅槃正法眼
金剛不壞體長存

虛空無內外
心法亦如此
若了虛空故
是達真如理

示等虛空法
証得虛空身
無是無非法



Introduction, traduction, présentation et notes
par Catherine Despeux

Les Deux Océans

Zhao Bichen

Traité d'alchimie et de physiologie taoïste

Zhao Bichen (1860-1942) fut un maître du courant taoïste des Mille Pics (*Qianfeng pai*) aux multiples talents. Il fut aussi considéré comme un maître du bouddhisme Chan grâce à l'enseignement qu'il reçut de son maître Liaokong. Il fut expert en arts martiaux internes et maître de l'alchimie taoïste. C'est à la fin du XIX^e siècle que Zhao Bichen a rédigé le *Traité d'alchimie et de physiologie taoïste* ici traduit qui expose de façon claire des techniques gymniques et des méditations taoïstes exprimées d'ordinaire dans les écrits classiques en symboles alchimiques souvent difficiles à déchiffrer.

Les méthodes décrites dans cet ouvrage sont destinées à transformer le corps et l'esprit par une culture de soi qui implique une bonne hygiène de vie, notamment en ce qui concerne la nourriture, la sexualité et le sommeil. Elles concourent non seulement au maintien d'une bonne santé, mais aussi à l'installation durable dans sa vie d'une douce harmonie, accompagnée de joie et de luminosité. Il s'agit, disent les taoïstes, d'harmoniser la réalité quotidienne et le divin, d'être à l'écoute du ciel afin d'assurer un cours paisible à son destin.

Catherine Despeux, professeur émérite de l'Institut national des langues et civilisations orientales, est spécialiste des techniques du corps et des techniques de méditation développées en Chine dans le bouddhisme Chan et dans l'alchimie taoïste.



ISBN : 978-2-86681-201-0

PRIX : 23 €

Document de couverture : Sortie du corps de la force spirituelle yang.
Illustration tirée du *Xingming guizhi* (*Principes sur la nature innée et la force vitale*), XVI^e siècle.