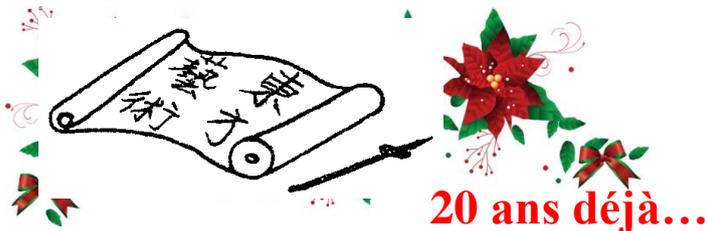


# BULLETIN « ASIART »

Association pour la connaissance  
de la culture asiatique en France

[www.asiart-atelier.fr](http://www.asiart-atelier.fr)

PRIX : 1,60 € (gratuit pour les adhérents)



N° 81  
Hiver 2015



20 ans déjà...

...La petite note de saison...

## Méditation dans une nuit paisible

D'une blancheur immaculée,  
La clarté de la lune s'éparpille devant mon lit ;  
Les yeux ensommeillés,  
Je l'ai prise pour une couche de givre étalée sur le sol.  
Levant la tête, je regarde la lune,  
Baissant les yeux, je pense à mon lointain bercail.

## Passer la nuit dans un temple sur la montagne

Le pavillon du temple mesure plus de cent mètres,  
On peut même cueillir des étoiles en levant la main.  
Je n'ose pas parler fort,  
Je crains de réveiller les dieux du ciel.

**Li Bai** (701-762) né en Asie centrale au sein d'une grande famille, puis élevé au Sichuan, dans la tradition confucianiste.  
Auteur de poèmes dès l'âge de quatorze ans, il devient disciple de l'ermite Zhao Rui sur le mont Omei, ce qui imprègnera à jamais son style, marqué par la doctrine taoïste.

Amicalement vôtre,  
**Liliane Borodine**  
Présidente

## Au sommaire de ce numéro :

- p.1** Caractère en style cursif : *xù*, la clarté et l'aube  
Illustration : Le symbole d'espoir, d'éternité et de lumière
- p.2** Page littéraire : *À demain désespoir*, de BAI Hua  
*Le duel des Héros* : Les plaidoiries du juge Bao de Shi Yukun
- p.3** Fiche technique n° 81 : Les estampes japonaises 1/3
- p.4** Les illustrations de ces 10 derniers hivers (1/2)
- p.5** Les illustrations de ces 10 derniers hivers (2/2)
- p.6** Les points qui guérissent
- p.7** Un petit goût d'Orient : la tempura au Japon
- p.8** Guimet exposition sur les tigres de Corée.  
Sujets du printemps 2016, Bulletin d'adhésion « ASIART »



Ont également participé à ce bulletin  
Amélie Besnard, Anne Le Meur  
et Khuu Han Lap pour la calligraphie

Bonne année 2016 !

Association « ASIART » 11 bis, avenue de Versailles - 75016 PARIS

Tél. 01 45 20 48 13 --- e-mail : [asiart.asso@gmail.com](mailto:asiart.asso@gmail.com) --- [www.asiart-atelier.fr](http://www.asiart-atelier.fr)

(Conférences, visites atelier de peinture, documentation, fournitures et tous renseignements)

Bai Hua  
白桦

## A demain désespoir 哀莫大于心未死

Traduit du chinois par  
Yvonne André



Éditions You Feng  
Libraire & Éditeur

Qiu Ye (prononcer Ts'ieou Ye), peintre chinois venu exposer à Los Angeles, se lie d'amitié avec Jenny, jeune et jolie Sino-américaine avide de comprendre son lointain pays d'origine. Pour satisfaire sa curiosité, il revient sur ce que fut sa vie autour de ses amours passées.

Il revit les épisodes marquants de son destin singulier tout au long de deux tiers de siècle : l'enfance sous l'occupation japonaise, le temps du Kuomintang, la vie des soldats rouges dans les zones libérées, les années de formation aux Beaux-Arts, les reportages au Lob-Nor, au Yunnan, puis à Pékin, et la vie austère imposée aux artistes dans les années cinquante et soixante.

La sauvage répression de Tian An Men offre un prologue et une conclusion au roman, sonnante le glas des espoirs d'une génération.

SHI Yukun

## Le duel des Héros

包公

*Les plaidoiries du juge Bao*

Traduction et adaptation  
Rébecca Peyrelon



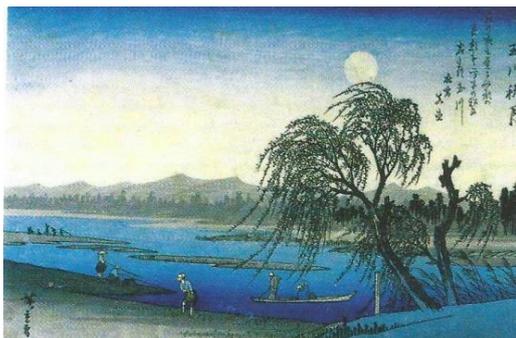
Éditions You Feng  
Libraire & Éditeur

Fresque mi-historique mi-romanesque illustrant la tradition de la narration orale et des conteurs, les *sept Héros et les cinq Galants* se compose d'une succession d'épisodes narrants la vie du juge de paix Bao Zheng, qui vécut de 999 à 1072 sous la dynastie des Song.

Bao Zheng, sous des allures de Robin des bois de la Chine antique, s'entoure de vaillants chevaliers, qui, grâce à leur adresse aux arts martiaux et au maniement des armes blanches, l'épaulent dans une lutte sans merci contre l'injustice et la corruption, dans l'ambiance feutrée d'une société définie par les strictes règles confucéennes.



## Les estampes japonaises (1/3)



Une estampe japonaise est obtenue par l'impression sur papier d'une sculpture sur bois, elle-même réalisée à partir d'un dessin original. Elle est tirée à plusieurs exemplaires. Toutes les lignes et les surfaces destinées à être imprimées

apparaissent en relief sur une planche de bois de cerisier. Cette essence de bois est choisie pour sa résistance à la force répétée de l'impression et pour sa souplesse : elle permet aussi bien de sculpter de grands aplats que des lignes très fines.

Pour le report, le dessin original est placé sur le bois, puis il est « sacrifié » au fur et à mesure du travail de sculpture. Cette étape ne peut être réalisée que par des artistes expérimentés. De leur virtuosité et de leur sensibilité dépendent non seulement la réalisation de l'estampe, mais aussi sa singularité due à la spontanéité du geste.



Un travail minutieux permet d'obtenir des lignes aussi fines qu'un cheveu. Il existe de nombreuses couleurs à imprimer. L'apparence laquée du noir, les motifs, le caractère de certains bleus, verts ou jaunes nécessitent souvent plusieurs passages.

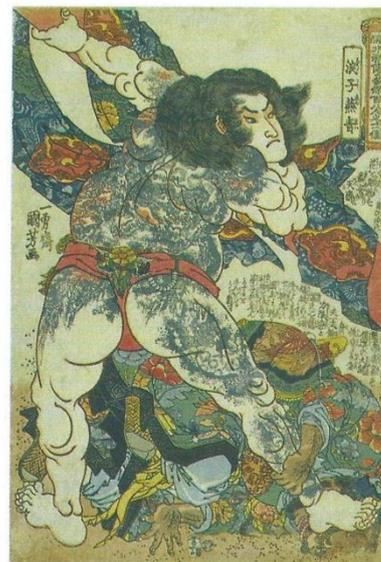


Une marque à la gouge ou un angle droit en relief (*kentô*) sont les seuls repères qui permettent à l'imprimeur, à l'étape suivante, d'appliquer successivement la feuille humidifiée sur chacun des bois dans un ordre précis. Les bois ont été préalablement enduits à la brosse d'une seule couleur chacun. Une estampe polychrome peut exiger jusqu'à dix planches de bois. Pour que les lignes soient nettes et que les couleurs se juxtaposent sans bavures et sans écart de blanc, il faut un geste sûr et un œil exercé. L'estampe est imprimée de face contre le bois enduit de couleurs qui pénètrent le papier

par frottement d'un tampon (*baren*) gainé de feuilles de bambou. Le geste concentrique qui accompagne ce frottement laisse souvent sa trace au dos de l'estampe. De même ce travail d'impression fait parfois apparaître, sur la face de l'estampe elle-même, les veines du bois avec lequel elle a été en contact. Il se peut même que l'on imite les fibres du bois utilisé (dans le sens du « fil ») pour suggérer le sable, l'eau ou un bois en trompe-l'œil. Les couleurs sont appliquées sur chaque bloc séparément. Les premières couleurs, bleu pâle, rose, vert, jaune... étaient très fragiles et ont souvent souffert de la lumière, se fanant ou acquérant des oxydations qui ne permettent plus de juger de leur beauté, de la franchise de ton et de l'intensité. Il s'agissait de pigments d'origine végétale souvent additionnés de colle de riz pour atteindre une consistance satisfaisante. Au XIX<sup>e</sup> sont apparues des couleurs chimiques, plus stables, mais plus violentes dans les accords. Le papier utilisé est à base de moelle de mûrier (*kōsō*) étrillé, écrasée en pâte et mélangée à un dosage de colle végétale. Ainsi travaillé, ce papier présente tous les caractères souhaités de souplesse (pour une bonne pénétration de l'encre) et de compacité (pour que les couleurs ne se répandent pas).

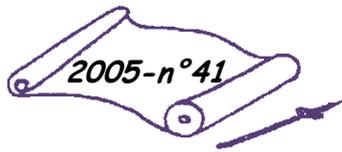


Il fait peur à voir mais c'est quelqu'un de bien, vers 1847. Nishiki-e, format ôban (39 x 26,5 cm). Collection particulière

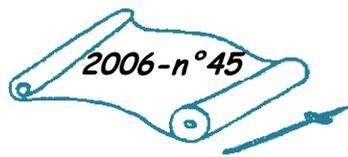


Guerriers et dragons Rōshi Ensei. Vers 1828-1829. Nishiki-e, format ôban (39 x 26,5 cm). Coll. privée.





*Les corbeaux dans la neige*



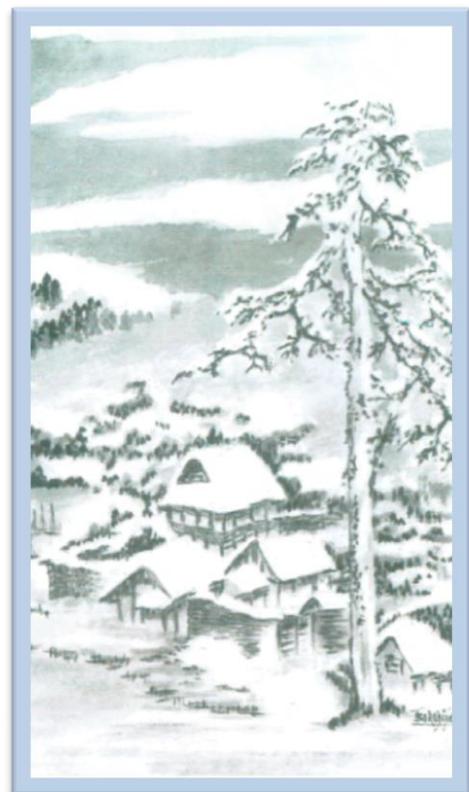
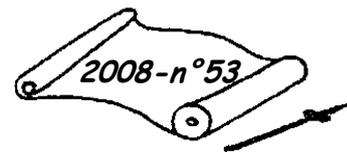
*Neige légère sur les kakis*



*Paix et harmonie*



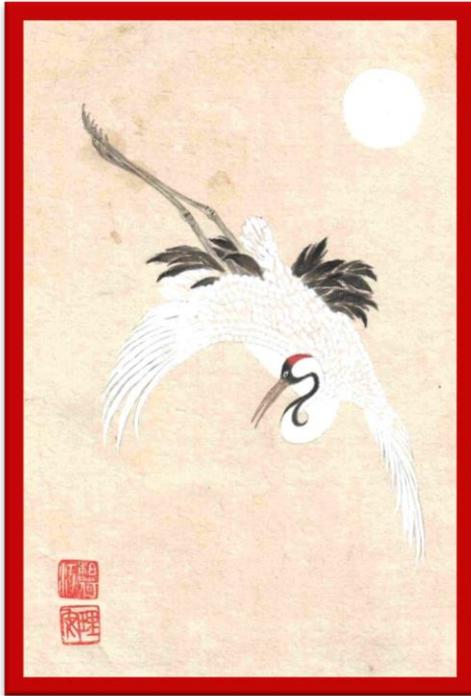
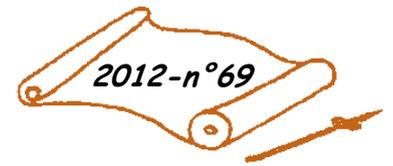
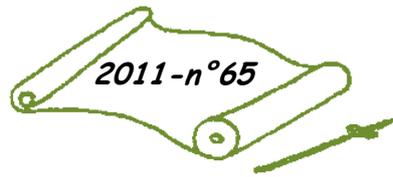
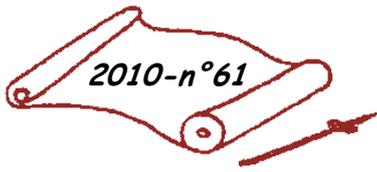
*En attente de manteau de neige*



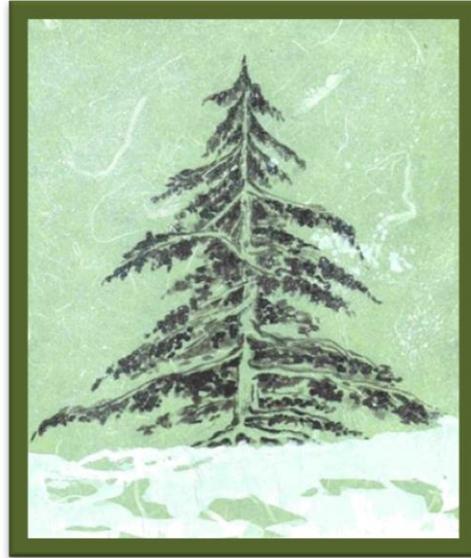
*Douceur et sérénité d'une atmosphère ouatée*



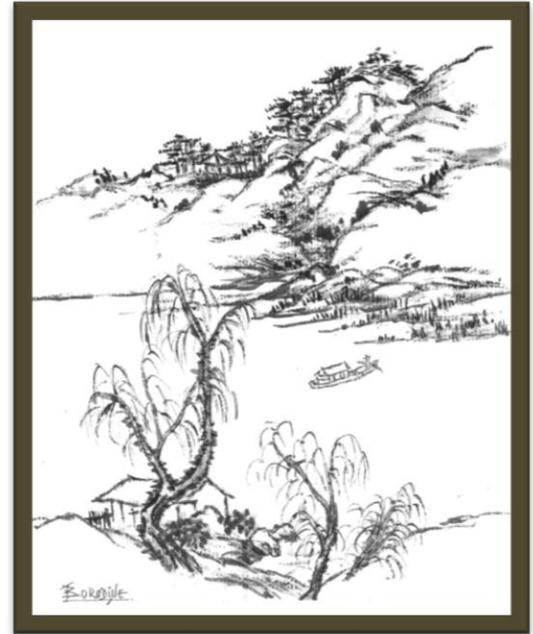
LES ILLUSTRATIONS DE CES 10 DERNIERS HIVERS (2/2)



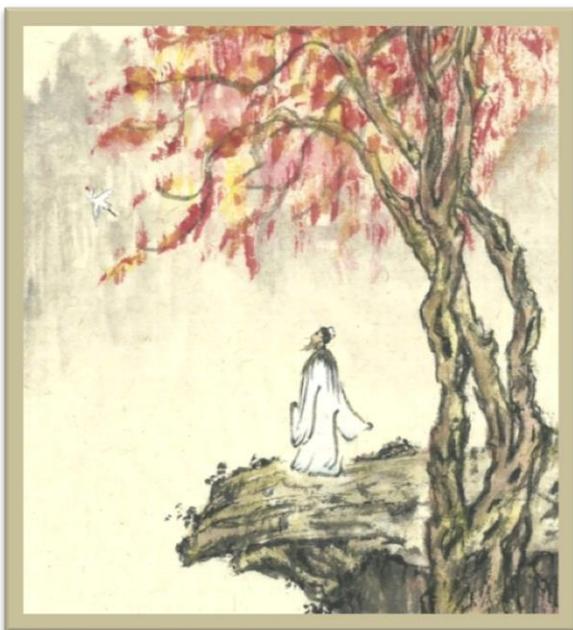
*Grue en vol*



*Le symbole d'espoir, d'éternité et de lumière*



*Hibernation*

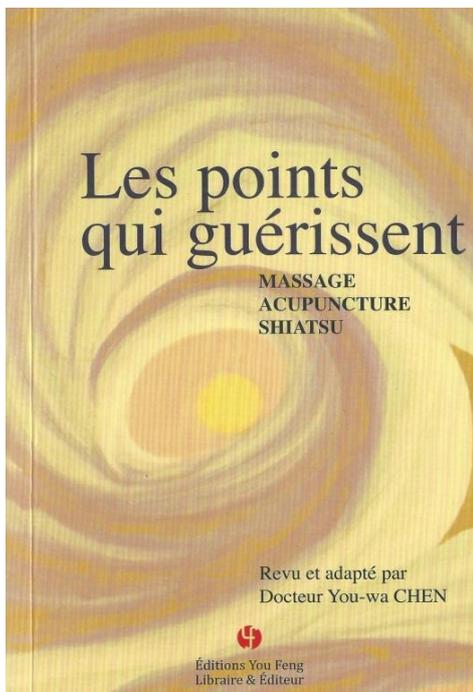


*L'adieu à l'automne*



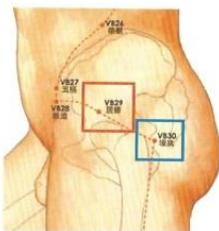
*L'injuste solitude*





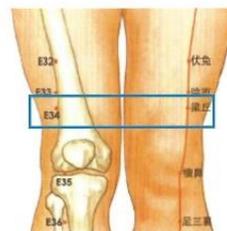
## 10. Douleur de la hanche

**Action recherchée :** renforcer la région lombaire et activer les méridiens pour faire profiter l'articulation de la hanche.  
 29 VB (Ju-liao) Creux pour s'asseoir  
 A la hanche, à mi-chemin entre l'épine iliaque antéro-supérieure et le sommet du grand trochanter.  
 30 VB (VB30) Huan-tiao Sauter autour  
 La hanche fléchie, à la jonction du 1/3 latéral et des 2/3 médian sur la ligne entre la pointe du grand trochanter et la pointe du sacrum.  
 32 E (E32) Fu-tu Lapin caché  
 Sur la face antérieure de la cuisse, à 6 pouces au-dessus du bord supérieur de la rotule, sur la ligne joignant l'épine iliaque antéro-supérieure et le bord supéro-externe de la rotule.



## 11. Douleur du genou

**Action recherchée :** promouvoir la circulation du sang en dispersant la stase sanguine au genou, et réduire l'inflammation pour soulager la douleur.  
 10 Rte (RP10) Xue-hai Mer du sang  
 Sur la cuisse et genou fléchi, à 2 pouces au-dessus de l'angle supéro-interne de la rotule.  
 34 E (E34) Liang-qiu Crête de la colline  
 Sur la face antéro-externe de la cuisse, à 2 pouces de l'angle supéro-externe de la rotule.



L'unité de mesure des distances anatomiques à la surface du corps est proposée en terme de 'pouce', désignant approximativement la largeur du pouce du patient au niveau de son articulation principale, et correspondant au 'Cun' chinois.

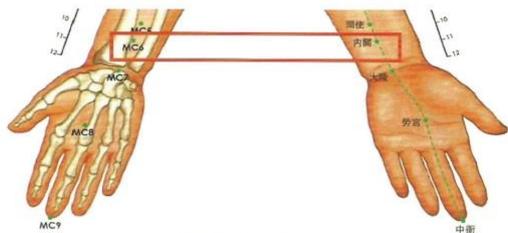
Nous employons le terme 'énergie' pour désigner le 'Qi' ou le 'souffle' chinois, pour une meilleure compréhension à l'occidentale. Le terme 'sang' désigne quant à lui le 'Xue' ou le sang dans la conception chinoise.

La désignation de chaque point est indiquée dans une couleur qui correspond à celle qui entoure ce point sur les schémas.

Le massage des points ou l'acupuncture sera pratiqué de manière bilatérale pour les symptômes généraux, unilatérale pour les symptômes locaux.

## 25. Palpitations cardiaques

**Action recherchée :** réguler la circulation du sang et de l'énergie de la poitrine et du cœur, et calmer le mental pour réduire les palpitations.  
 6 MC (MC6) Nei-guan Barrière interne  
 Sur la face palmaire de l'avant-bras, à 2 pouces au-dessus du pli du poignet, entre 2 tendons.  
 17 VC (RN17) Tan-zhong Milieu de la poitrine  
 Au milieu de la poitrine sur le sternum, à la hauteur des deux mamelons ou du 4<sup>ème</sup> espace intercostal.



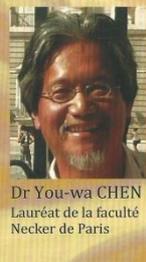
Ce livre présente de manière illustrée l'essentiel de la combinaison des points de bio-énergie utilisés au traitement simple des différents maux de la vie quotidienne.

Ces points de bio-énergie correspondent pour la plupart à ceux situés sur les méridiens énergétiques de la surface du corps humain, les autres sont sur des zones cutanées en dehors de ces méridiens. Ils peuvent tous être utilisés au cours des méthodes particulières de traitement comme l'acupuncture, le shiatsu, le massage énergétique simple, le massage ayurvédique, ou encore l'ostéopathie.

L'essentiel pour le thérapeute est de savoir accorder une attention particulière au traitement de ces points-fusibles de bio-énergie afin d'obtenir les meilleurs résultats de guérison.

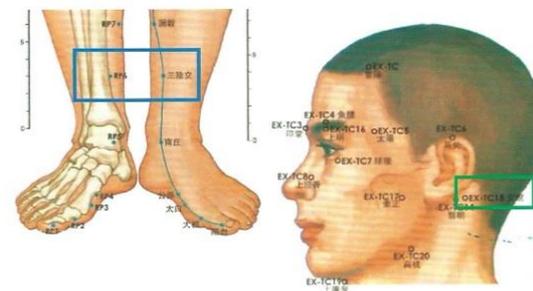
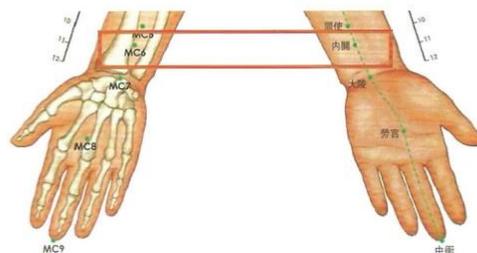
Au cours de leur pratique, les thérapeutes en médecine chinoise ont peu à peu répertorié certaines associations de points d'acupuncture qui permettent d'obtenir de meilleurs résultats.

L'hypothèse qu'un regroupement de plusieurs points énergétiques offre une synergie thérapeutique a été confirmée par des études cliniques récentes.



## 26. Insomnie

**Action recherchée :** calmer la fonction émotionnelle du cœur et le mental, améliorer la fonction circulante du sang.  
 6 MC (MC6) Nei-guan Barrière interne  
 Sur la face palmaire de l'avant-bras, à 2 pouces au-dessus du pli du poignet, entre 2 tendons.  
 6 Rte (RP6) San-yin-jiao Croisement des trois yin  
 Sur la face interne de la jambe, à 3 pouces au-dessus de la pointe de la malléole interne.  
 EXTRA 18 (EX-TC18) An-mian Sommeil paisible  
 Derrière l'oreille, dans le creux juste derrière l'os mastoïde.



## UN PETIT GOÛT D'ORIENT : LA TEMPURA AU JAPON



Pour certains, le mot « *tempura* » viendrait de l'espagnol *tempora* qui signifie « jour maigre » : le jour où les chrétiens s'abstiennent traditionnellement de viande, remplacée dans l'assiette par des œufs ou du poisson. D'autres affirment qu'il vient du portugais *tempero* ou *temperar*, « assaisonnement » ou « assaisonner »... Ce qui est sûr, c'est que ce plat fut introduit sur l'archipel nippon au XVI<sup>e</sup> siècle par les premiers visiteurs en provenance du Vieux continent. La tempura est devenue un mets populaire à l'époque d'Edo. Le goût s'en est développé sous l'impulsion des habitants de la ville d'Edo (le Tokyo d'aujourd'hui) qui en étaient friands. Edo avait été promue capitale du shogunat : travailleurs, commerçants et samourais de province montant à la capitale, la ville était largement peuplée de célibataires constituant une clientèle idéale pour la cuisine de rue et les plats d'échoppe. La tempura répondait à ce besoin. Dans la

mesure où il était interdit aux particuliers de faire usage de feu et d'huile, ce plat ne pouvait se consommer qu'à l'extérieur. De nos jours, la pâte à tempura est constituée de farine, d'eau et d'œufs, mais à l'époque on se contentait de farine et d'eau (consistance proche de celle du beignet occidental - il fallait satisfaire l'appétit des travailleurs). Pour éviter de se salir les doigts, les tempuras étaient souvent servis sur une brochette. Quant aux ingrédients de base, il s'agissait de poissons, coquillages et crustacés pêchés au large de Tokyo : anguilles, crevettes, etc. La tempura, c'était un peu le *fish & chips* des Japonais de l'ère d'Edo.

### Comment réussir une bonne tempura ?

Voici quelques clés pour réussir une bonne tempura, telle qu'on la prépare dans de nombreux foyers.

- 1) Pour éviter que la pâte ne soit trop épaisse, il faut choisir une farine de type 65, pauvre en gluten.
- 2) Les proportions de farine et d'eau sont de une mesure de farine pour deux mesures d'eau. Pour 500 ml d'eau, ajouter 1 ou 2 œufs et 250 ml de farine. Mélanger d'abord l'eau et l'œuf, avant d'ajouter la farine, en trois fois.
- 3) L'eau doit être bien froide ; certains chefs vont jusqu'à utiliser des glaçons à la place de l'eau. Il en va de même pour la farine et l'œuf : ils doivent juste sortir du réfrigérateur. Le bol dans lequel est effectué le mélange doit être froid lui aussi. Par ailleurs, il faut se garder de trop mélanger l'eau et la farine, au risque que la farine devienne glutineuse.
- 4) Ensuite, on peut éventuellement saupoudrer une pincée de farine sur l'ingrédient avant de tremper dans la préparation, ce qui facilite l'adhérence de la pâte.
- 5) Veiller à maintenir l'huile à température constante, à 180 °C et à ne pas mettre trop d'ingrédients à frire à la fois, afin d'éviter que la température chute. Une friture à basse température donnera une tempura huileuse. Pour vérifier la tempura, plonger un peu de pâte dans l'huile : si elle remonte à mi-hauteur de la friteuse, c'est signe que l'huile est prête à accueillir les tempuras.
- 6) Ne jamais utiliser d'huile rance ou vieillie !

Comme ingrédients à frire, poissons, crevettes, calamars, coquillages, racines de lotus, aubergine, patates douces, asperges, shiitake ou pleurotes sont de grands classiques.

À Okinawa, les tempuras se consomment encore comme à l'époque d'Edo, c'est-à-dire comme un *snack*, en cas de petit creux au retour de l'école ou pour accompagner la bière... Elles sont d'ailleurs très peu chères, une tempura n'excédant pas les 30 à 40 centimes. Par l'épaisseur de sa pâte comme par son mode de consommation, la tempura d'Okinawa est sans doute la plus proche de ce qu'elle pouvait être à l'époque d'Edo.

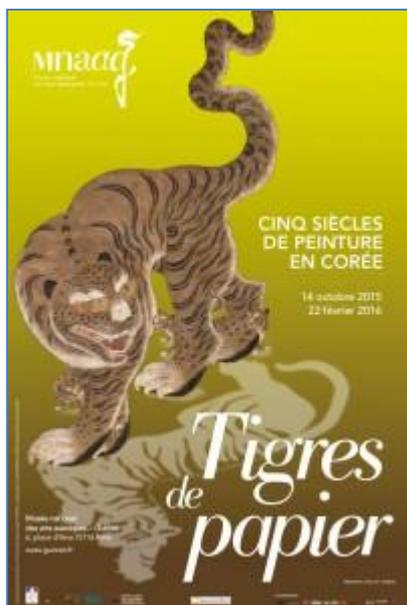
Source : « *Le goût du Japon* » n° 36.



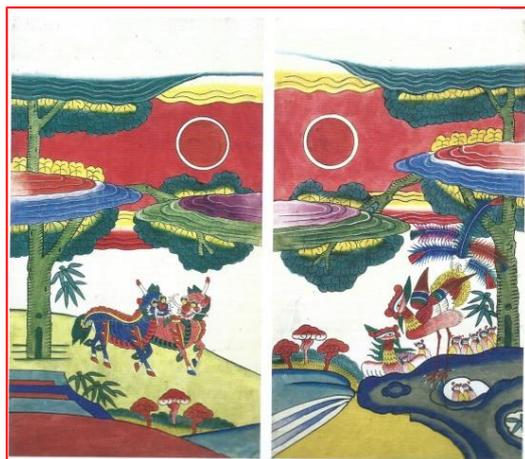
L'association ASIART propose des cours  
de CALLIGRAPHIE  
et de PEINTURE TRADITIONNELLE CHINOISE

Jeudi de 14h00 à 16h00  
et samedi de 14h00 à 16h00  
à l'atelier situé au  
10, rue du Ranelagh – 75016 Paris.  
Renseignements et inscriptions  
au 01 45 20 48 13.





Du 14 octobre 2015 au 22 février 2016



Musée national des arts asiatiques - Guimet : 6, place d'Iéna- 75116 Paris

Remarquable par son unité, la collection de peintures et paravents du MNAAG, évoquant l'univers décoratif de la Corée du 14e au 20e siècle, est considérée comme l'une des plus importantes collections jamais rassemblées en Occident. Peintures, paravents, céramiques, jarres et mobiliers, dont quelques œuvres du musée qui renvoient à la première galerie coréenne en 1893, sont présentés dans cette exposition qui permet le plein déploiement des collections de peintures coréennes du musée. Il ne s'agit plus seulement d'esthétique décorative puisque bouddhisme et chamanisme ont leur place. Outre cet inédit florilège dont les quelque 130 œuvres surprennent par leurs couleurs chatoyantes, cette exposition invite à reconsidérer les rapports et les liens qui existent entre le Japon, la Chine et la Corée sur fond de relations avec l'Occident pour mieux en comprendre les correspondances mais aussi les différences.



Joyeuses fêtes



ASIART



Joyeuses fêtes



**Calendrier culturel** : L'Empire de l'encre, calligraphies contemporaines japonaises, du 21 octobre 2015 au 11 janvier 2016 au musée Guimet.

**Dans le n° 82 du printemps 2016** : l'année du Singe, fiche technique n° 82 : les estampes japonaises (2/3), un petit goût d'Orient, la renaissance de la pierre à encre Duan (1/2), etc.



**BULLETTIN D'ADHÉSION** (à retourner) à : « ASIART » 11 bis, avenue de Versailles - 75016 Paris

**OUI**, je désire adhérer à l'association ASIART

Mme  M.  Mlle

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Code postal : \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_

Téléphone : \_\_\_\_\_ e-mail : \_\_\_\_\_

**Adhésion** : valable 1 an à partir de la date d'inscription

**Adhérent** : 20 € **Bienfaiteur** : montant libre

**Règlement** : par chèque postal ou bancaire, ou par mandat à joindre impérativement avec le bon d'adhésion

Date : \_\_\_\_\_ Signature : \_\_\_\_\_