

● Essai - psychologie

L'Art zen du temps

« Si tu ne trouves pas la vérité à l'endroit où tu es, où espères-tu la trouver ? » écrivait le maître zen Dôgen. Derrière cette petite phrase se cache tout une philosophie zen de l'espace et du temps qu'Erik Pigani, journaliste à Psychologies Magazine, déroule pour nous en quatre parties : évaluer, maîtriser, ralentir, observer. Le sous-titre du livre : mieux gérer sa vie en ralentissant, est un bon résumé de la méthode et des exercices qu'il propose pour ne pas se laisser envahir par la dictature du temps. « Si gagner du temps devient une obsession, c'est probablement que vous avez trop de tâches à accomplir. Dressez la liste de tout ce que vous pouvez éliminer ou déléguer ». Et votre devise deviendra vite : le temps, c'est de l'art zen... ■ P.M.

L'Art zen du temps, d'Erik Pigani. Ed. Presses du Châtelet. 17,50 €

● Chine - Document

Le sang de la Chine, Quand le silence tue

Un document efficace et terrible sur l'épidémie de Sida, qui sévit dans la province rurale du Henan, où vivent 100 millions de Chinois. Il dévoile l'implacable logique mercantile et politique de notables locaux qui ont mené des centaines de milliers de paysans pauvres à vendre leur sang. Pour une poignée de yuans, ils ont été contaminés ! Pendant une décennie, l'affaire a été étouffée en laissant ces paysans mourir sans soins, ni informations. Les pressions des ONG et de certains médecins chinois ne suffisent pas encore pour que la vie humaine soit prioritaire sur des considérations politiques ou financières. ■ A.G.

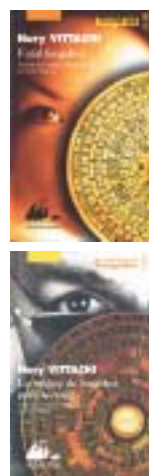
Le sang de la Chine, Quand le silence tue de Pierre Haski, photographies de Bertrand Meunier, Grasset, 18 €



● Singapour - Roman

Fatal fengshui et Le maître de fengshui perd le nord

Veste à la « Nehru » bleue moirée sur une chemise blanche à col Mao, Nury Vittachi est bien ce « militant asiatique » qui a séduit la jeunesse de Hongkong. Il se projette dans le monde de demain où les Asiatiques représenteront 70% de la population. L'Occident doit donc, dit-il, « s'ouvrir culturellement à l'Asie ». Journaliste à la Far Eastern Review, marié à une anglaise, ils adoptent trois enfants chinois et forment « une famille Benetton ». Cet expert cinghalais en vastu vidya, science hindoue de l'habitat, a aussi étudié le fengshui chinois. Après la rétrocession de la colonie britannique à la Chine, il décide de se consacrer entièrement à l'écriture et crée le personnage romanesque de



C.F. Wong : grand maître de fengshui résidant à Singapour, propulsé expert en résolution d'énigmes criminelles. Un Sherlock Holmes asiatique ? Peut-être. Mais C.F. Wong n'enquête pas en rassemblant les pièces d'un puzzle pour découvrir le meurtrier. Il n'a pas besoin de laboratoire scientifique, ni d'analyse d'ADN... Lui « sent » les énergies qui circulent. Ses romans policiers qui s'appuient sur une sagesse millénaire rénovent ce genre littéraire grâce à une sensibilité profondément asiatique. ■ A.W.

Fatal fengshui et Le maître de fengshui perd le nord de Nury Vittachi, traduit de l'anglais par Julie Sibony. Ed. Philippe Picquier, 8 €.

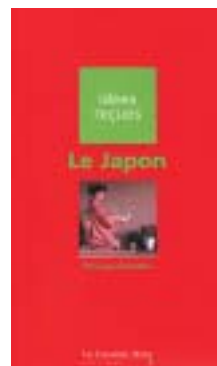
● Japon - Essai

Idées reçues - Le Japon

Philippe Pelletier est professeur de géographie à l'université de Lyon 2 et spécialiste du Japon contemporain. Il a accepté de relever le défi qui est la raison d'être de cette collection originale : analyser les préjugés qui circulent sur de grands sujets comme l'Algérie, les homosexuels, la mafia ou la psychanalyse. Lui s'est bien sûr attaqué au Japon sur lequel traînent nombre d'idées toutes faites comme : le Japon est surpeuplé, hyper pollué, envahi par le sexe et la violence ou encore : les Japonais sont des drogués du travail, ils restent toute leur vie dans la même entreprise, leurs femmes sont droitrées à la maison, etc. Un à un, Philippe Pelletier démonte ce qui n'est souvent qu'une projection, voire un fantasme de l'Occident sur ce pays réputé incompréhensible qu'est le Japon. Il réussit à être convaincant grâce à des centaines d'exemples tirés de l'histoire ou de la vie quotidienne. Sur la situation des femmes, par exemple, il reprend l'évolution du mot ie, la maison, depuis l'époque des samourais jusqu'à aujourd'hui et démontre que les Japonaises actuelles participent activement à l'économie du pays.

Un petit livre bien utile pour éviter le prêt-à-penser régulièrement encouragé par la presse et la télévision. ■ P.M.

Le Japon de Philippe Pelletier, Coll. Idées reçues. Ed. Le Cavalier. 9 €.



● Tibet - Document

Tibet, Tibet

Des souvenirs personnels et une analyse globale de l'histoire, la géographie et la politique du Tibet. Pour comprendre les réalités complexes de la diaspora tibétaine en exil, et d'approcher la situation sociale actuelle dans la Région autonome du Tibet en proie à la colonisation chinoise. Un ouvrage qui permet de mieux mesurer une impasse politique qui dure.

Tibet, Tibet de Patrick French, traduit de l'anglais par W.O. Desmond, Ed. Albin Michel, 20,90 €.

Japon - Roman

Ikebukuro west gate park

Ce roman, très bien traduit, nous fait plonger avec beaucoup de verve dans le monde déjanté du quartier Ikebukuro de Tokyo. Makoto, la vingtaine, tient une échoppe de fruits et légumes. Il cherche à résoudre des conflits entre bandes adolescentes rivales, des affaires de meurtre où sont mêlés des yakusas. Il a pour toute arme son courage, son intelligence et son honnêteté maligne. Drogue, danse, sexe et vidéo... un cocktail détonnant qui raconte mieux qu'un essai l'envers du Japon riche et policé. Ce roman a obtenu le Grand prix de la littérature policière au Japon. ■ A.G.

Ikebukuro west gate park de Ishida Ira, traduit par Anne Bayard Sakai. Editions Philippe Picquier, 19,50 €.



● Chine - Document

Wei Jingsheng, un Chinois inflexible

Entre biographie et autobiographie, Wei Jingsheng, un Chinois inflexible décrit le parcours d'un homme à la volonté d'acier : après avoir passé dix-huit ans dans les plus durs camps de réforme par le travail, après avoir fait trembler par ses écrits en faveur de la démocratie deux générations de dirigeants communistes, il poursuit en Occident son combat contre la plus grande dictature du monde qui opprime la Chine. Un impressionnant témoignage recueilli par des auteurs dont la perspicacité apporte une force prodigieuse au récit. ■ A.W.

Wei Jingsheng, un Chinois inflexible de Marie Holzman et Bernard Debord, Bleu de Chine (2005), 21 €.

● Japon - Enfants

Monsieur hippopotame

« Ce que j'ai découvert aujourd'hui : il n'y a pas de différence entre une moche et une belle chez les hippopotames. On pourrait dire que c'est culturel. ». Un livre dessiné bilingue plein de poésie pour les enfants (mais aussi pour les plus grands) où les réflexions plus ou moins absurdes de Monsieur Hippopotame n'en finissent pas de nous faire réfléchir. ■

Monsieur Hippopotame de Tanikawa Shuntarô, illustrations en couleurs de Hirose Gen, traduit du japonais par Saito Junko Ed. Philippe Picquier, 11 €.



Le coup de coeur de Marco Polo

Interview de DOMINIQUE LOREAU

Comment ranger ses placards ou se sentir bien dans son corps en s'inspirant de l'art du thé. Dominique Loreau qui vit depuis vingt-sept ans au Japon, a développé une façon de vivre qui s'inspire largement de la philosophie zen. Elle en offre l'essence dans ce petit ouvrage qui célèbre, de façon pratique et sensuelle, la simplicité. Nous l'avons rencontrée à l'occasion d'un récent passage à Paris.

Quelle était votre intention en écrivant ce livre ?

■ Ce livre est un concentré de mes expériences. Il s'agit de notes personnelles écrites au fil du temps dans le but de m'améliorer. Je n'avais pas au départ l'intention de les publier.

La philosophie zen imprègne votre livre. Mais vous citez aussi des auteurs occidentaux. En quoi le Japon occupe-t-il une place spéciale dans votre quête de simplicité ?

■ Il y a plusieurs niveaux de lecture dans mon livre: matériel et spirituel. Dans le zen, le côté matériel est mieux mis en valeur que dans d'autres philosophies. Le côté esthétique aussi. Beaucoup de philosophes gréco-romains ont traité de l'art de la simplicité mais ils ont été oubliés alors que les Japonais continuent à appliquer le zen au quotidien.

Votre livre est un mélange de grande profondeur et de recettes de « bonne femme ». Comment liez-vous les deux ?

■ Quand on s'intéresse à la philosophie ou à la spiritualité, tout commence par le développement personnel. On ne change pas, en s'intéressant uniquement aux grandes choses Il faut partir du plus petit pour aller vers le plus grand. C'est au quotidien qu'on parvient à changer. En se débarrassant matériellement d'objets inutiles et encombrants, on laisse surgir le nouveau dans son corps comme dans son esprit.

Votre livre accorde une très grande importance au corps. Pourquoi ?

■ Tant que les sens ne sont pas assouvis, on ne peut pas aller bien dans sa tête. Dans le zen, le corps a beaucoup d'importance. On ne le sait pas forcément mais la sieste est obligatoire dans un temple. Cela fait partie du travail de l'esprit.

Si vous deviez utiliser un autre mot que simplifier, lequel choisiriez-vous ?

■ S'alléger. Dans sa tête, son corps, ses possessions.

Propos recueillis par Anne Garrigue