

Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2013)
Heft: 45

Artikel: Pékin : à en perdre la tête
Autor: J.-M.R.
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-831713>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 24.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



Pékin à en perdre la tête

Aujourd'hui mégapole, la capitale est à l'image de cette Chine qui se tout en honorant un passé considéré comme glorieux et plusieurs fois

dirige vers la modernité à marche forcée, millénaire. A la fois déconcertant et passionnant.

L'empereur Qianlong aménagea l'ancien palais d'été, destiné à être la résidence de sa mère, en 1750 dans le nord-ouest de Pékin. Pour la circonstance, le lac de Kunming fut non loin de l'ancien site. Depuis 1998, il est inscrit au Patrimoine mondial de l'UNESCO.

même agrandi, en imitation du lac de l'Ouest à Hangzhou. Pillé et détruit à deux reprises, le palais a heureusement été reconstruit par l'impératrice Cixi en 1886 et 1902,

Artem Novikov

Comprendre la Chine? N'essayez même pas! Pour l'Occidental, le Céleste Empire conservera toujours sa part de mystère,

impénétrable. La taille de ce pays, sa population forte de plus de 1,3 milliard d'habitants mais aussi son incroyable diversité ethnique y sont pour beaucoup.

Et puis, il y a la religion, la philosophie et l'histoire, quatre mille ans de civilisation qui ont longtemps fait croire aux Chinois qu'ils étaient au centre

du monde. Ce qui apparaît à nos yeux comme des contradictions flagrantes est considéré là-bas comme des choses normales ou presque. Un exemple, un seul: cet

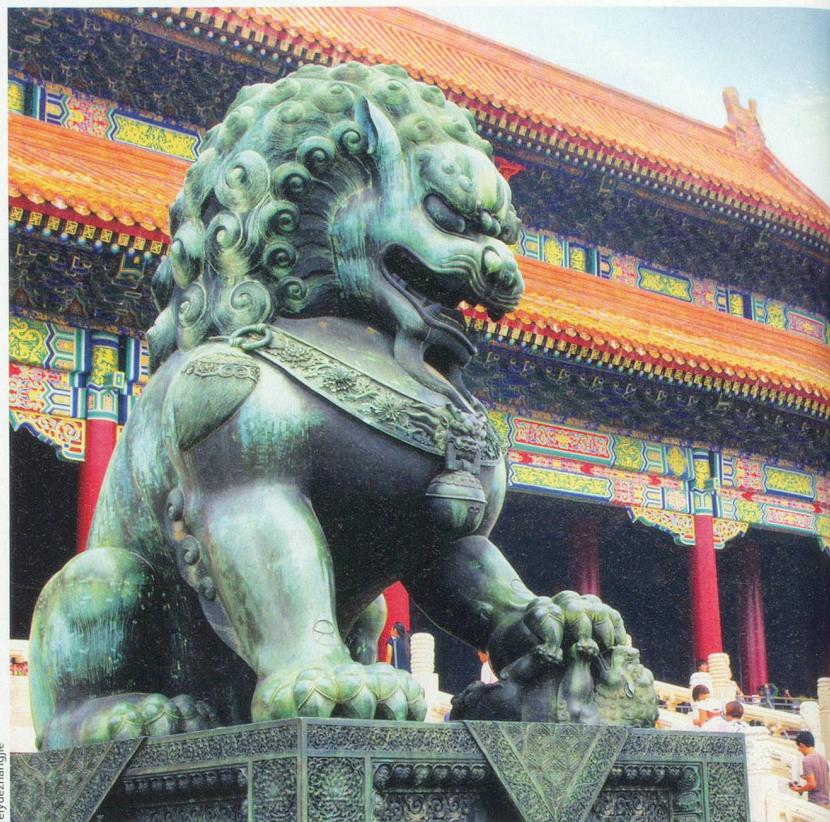
Etat communiste est aujourd'hui considéré comme la nouvelle terre promise par l'industrie du luxe qui voit son chiffre d'affaires y monter en flèche, grâce au

million de millionnaires et aux 200 milliardaires que compte ce pays. Pendant ce temps, tous les matins, les militaires continuent à hisser les couleurs sur la place

Tian'anmen sous le regard du Grand Timonier Mao. Pour le moins déconcertant, il faut le reconnaître.

Pékin moderne: des relents d'Amérique

«On adore la Chine ou on la déteste», affirmait l'écrivain Lin Yutang (1895-1976). «Une fois en Chine, on est comme submergé par un chaos jouant son propre drame.» Autrement dit, il n'existe pas de juste milieu dans l'Empire du Milieu. Mais est-ce une raison pour bouder son plaisir? A défaut de pouvoir embrasser d'un coup ce «géant qui sommeille», il convient peut-être plus modestement d'en apprécier les richesses, de se laisser aller à rêver en contemplant la Cité interdite, ancienne résidence des empereurs qui compte 8704 pièces, et non pas 9999 comme le veut la légende. Ou tout simplement en se baladant dans les parcs de Pékin, où des milliers de Chinois se livrent quotidiennement à une drôle de gymnastique, plus connue sous le nom de tai chi (*lire ci-dessous*).



Au sein de la Cité interdite, on dénombre 6 paires de lions en bronze. Le lion symbolise la puissance et la patte repose sur une boule ou caresse un lionceau considéré comme le symbole de la succession impériale

Un peu de calme bienvenu dans une mégapole de plus de 20 millions de personnes, le double avec la zone urbaine, où les gratte-ciel poussent aujourd'hui comme des bambous. Les clubs

d'affaires, les grosses voitures, les boutiques de luxe, des bâtiments créés par des architectes un peu fous, ce Pékin-là a un petit air d'Amérique. Le monde avait d'ailleurs eu une vision de cette

Le tai chi, c'est tout bon

Ce n'est pas un hasard si cet art martial chinois a traversé les siècles et les continents. Cette gymnastique douce, pleine de grâce et de précision, possède de multiples vertus. Praticable à tout âge, elle entraîne la coordination et la précision. Sa pratique régulière est aussi une bulle pour l'esprit, permettant de s'échapper des soucis du quotidien et de se recentrer sur soi-même. D'un point de vue médical, selon une étude publiée dans la revue *European Journal of Prevent cardiology*, les personnes de plus 65 ans qui pratiquent cet art régulièrement développent un meilleur système cardiovasculaire et une plus grande force musculaire. La recherche a été menée auprès de seniors à Hong Kong, qui s'entraînent au moins nonante minutes par semaine depuis plus de trois ans, et leur santé a été comparée à un groupe témoin non pratiquant. Parmi les vertus avancées par les adeptes du tai chi sont mis en avant un meilleur sommeil, la prévention des chutes et un risque moindre de tomber en dépression. Plutôt convaincant, non?

Le Club

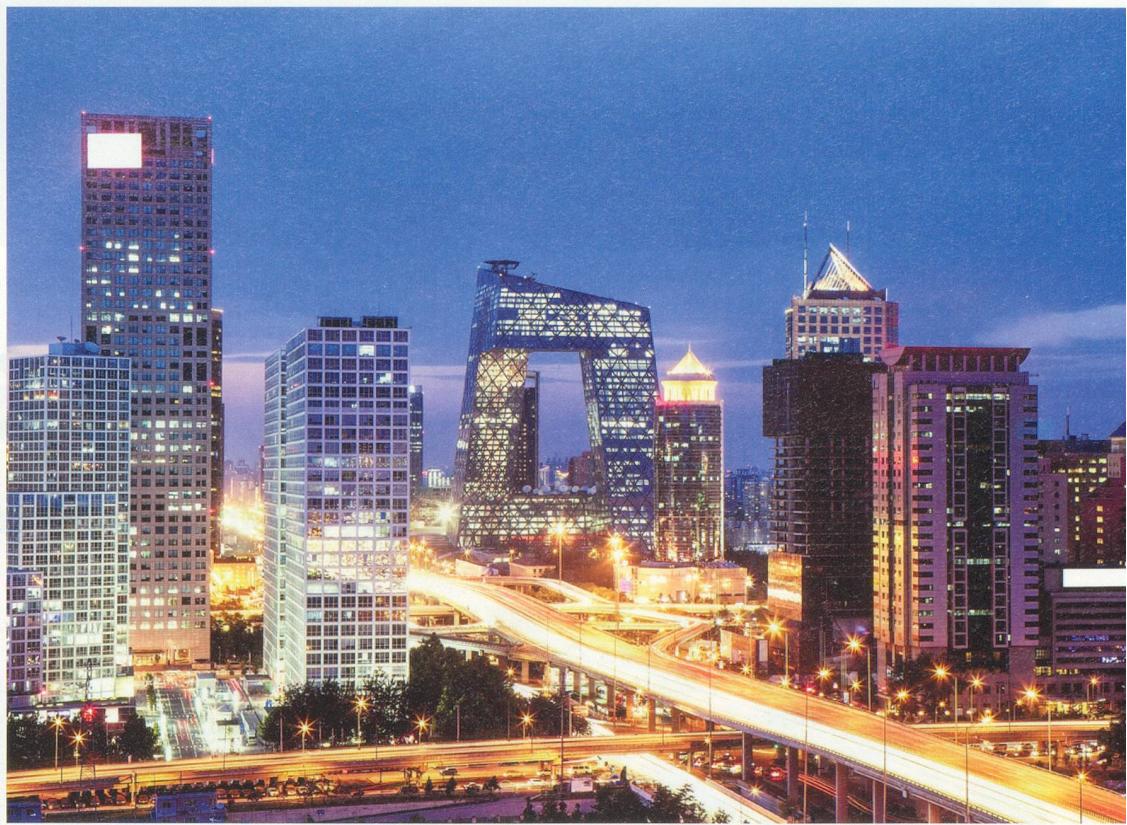
Pékin, avec en prime des leçons quotidiennes de tai chi, c'est tentant, non? Voir notre offre en page 79.



Monkey Business Images



prestige, en l'occurrence, de l'empereur. Sa perpétuelle.



Le siège de la télévision centrale chinoise China Central Television (au centre), est un ensemble d'immeubles situé dans le nouveau quartier d'affaires de l'est de Pékin. Son bâtiment principal, le plus spectaculaire, atteint 234 mètres.

Zhu Difeng

course à la modernité lors des Jeux de 1998 avec ces deux stades hors du commun: le Nid d'oiseau et le Cube d'eau.

Retour aux sources

Pour ceux qui cherchent une Chine plus authentique ou, disons, plus conforme aux images d'Epinal, une promenade dans le lacs des vieilles ruelles des *hutong*, les quartiers anciens, constituera une cure aux vertus apaisantes. On y respire l'air d'un autre temps, à savoir les odeurs de friture et de thé qui se mélangent à la poussière. On y déambule entre des échoppes minuscules de cordonniers, marchands de charbon et on peut y apercevoir des retraités jouant aux échecs. Les plus fatigués feront la visite en cyclo-pousse, avant de déjeuner chez l'habitant.

Pour avoir un autre aperçu du chaos à la chinoise, il faut se rendre aussi au marché aux puces de Panjiayuan qui s'étale ou se concentre, c'est selon, sur plusieurs milliers de mètres carrés. Etoffes, meubles en vrac, objets divers: c'est le bonheur du

chinois qui devra se débrouiller pour distinguer le vrai de la copie.

Toujours à Pékin enfin, on se fera quand même un devoir de jeter un coup d'œil sur la place Tian'anmen, la troisième plus grande au monde en raison de sa surface de plus de 40 hectares, connue pour être l'entrée de la Cité impériale... mais aussi symbole des manifestations de 1989 demandant des réformes politiques et démocratiques, manifestations réprimées sans pitié par l'Etat.

Dans le gigantisme

Et bien sûr, impossible de ne pas aller jeter un coup d'œil sur la Grande Muraille. Un incontournable, classé parmi les merveilles actuelles du monde. Construite entre le III^e siècle av. J.-C. et le XVII^e, elle avait pour fonction de défendre la frontière nord de la Chine contre les invasions barbares. C'est la plus importante structure jamais édifiée par l'homme: selon les dernières estimations, en tenant compte des parties détruites, sa longueur

totale atteignait 21 196 km. Il est sans doute temps de prendre un bon bol d'air, ou tout au moins un train pour se rendre dans l'autre mégapole, Shanghai, véritable poumon économique de l'Empire. Indispensable? Oui, car c'est à partir de là que l'on partira à la découverte d'une autre merveille du monde: l'armée de terre cuite connue aussi sous le nom de grande fouille. Des milliers de statues de soldat réalisées en argile, peintes à l'époque, aucune n'étant identique, qui devaient servir à protéger l'empereur défunt Qin Shi Huangdi (III^e siècle av. J.-C.). Un brin mégalomane ou un grand paranoïaque? A vous de choisir: en comprenant le mausolée, la nécropole a nécessité trente-six ans d'ouvrage, avec l'apport de 700 000 travailleurs. Les ouvriers qui avaient eu l'honneur d'édifier le tombeau et assisté à l'enterrement auraient été emmurés vivants à la fin de la cérémonie, afin qu'ils ne puissent jamais divulguer les secrets de cette construction. Il ne faisait pas bon être l'employé du mois en ces temps reculés! J.-M. R.