

Article n°1 ( Avril 2005 )

## Le DAN TIAN, culture d'immortalité

Les pratiquants font souvent référence à une partie du corps inconnue des biologistes occidentaux : Le **DAN TIAN** (DAN 1<sup>er</sup> ton, TIAN 2<sup>ème</sup> ton ton).

丹田

En réalité, la médecine traditionnelle chinoise reconnaît l'existence de trois DAN TIAN différents : une région entre les sourcils, une autre au niveau du plexus solaire, une autre dans le bas ventre. Dans la pratique du TAI JI QUAN, il est le plus souvent question du DAN TIAN inférieur (XIA DAN TIAN), situé dans le bas ventre et considéré comme un réservoir de QI (CHI) . Le sinogramme **DAN** représente d'après Kyril Ryjik ("L'idiote chinois" aux éditions Payot) «un vase avec un grain de cinabre pour usage magique»:

丹

La tradition taoïste raconte que les anciens purifiaient le cinabre pour fabriquer des pilules sensées conférer l'immortalité. DAN peut signifier «cinabre», «pilule (d'immortalité)», «élixir (de jouvence)» ou encore «rouge vermillon». Le pictogramme TIAN représente un champ agricole vu de dessus, traversé par des canaux d'irrigation:

田

Il signifie «champ» ou «terre cultivée». Le DAN TIAN est donc littéralement «le champ de cinabre», c'est-à-dire l'endroit où le pratiquant cultive son élixir d'immortalité.

N.P. ©2005 TAIJI WUSHU CLUB GRENOBLE ( <http://www.taiji-grenoble.com/> )

