

## table des matières

PRÉFACE par Emmanuel RENAULT .....	7
CHAPITRE 1 : LES DISCOURS SUR LES ARTS MARTIAUX ET LE RÔLE DE	
LA PHILOSOPHIE.....	15
Pourquoi les pratiquants d'arts martiaux s'intéressent-ils à la philosophie des arts martiaux?.....	16
Différents types de livres sur les arts martiaux.....	27
Les récits légendaires .....	29
La philosophie orientale.....	36
Le point de vue des chercheurs.....	43
Les manuels et la théorie interne à l'art.....	52
La philosophie comme sagesse?.....	61
CHAPITRE 2 : CE QUE LES ARTS MARTIAUX SONT ET CE QU'ILS NE	
SONT PAS .....	71
Les arts martiaux peuvent-ils vaincre les problèmes psychologiques?.....	71
La question du genre.....	76
Arts martiaux et sports de combat .....	82
Arts martiaux et systèmes d'autodéfense .....	95
Les mythes de l'efficacité, de l'intériorité et de l'énergie.....	98
Arts martiaux internes et externes, traditionnels et modifiés .....	107
CHAPITRE 3 : DES CORPS EN ACTION .....	117
Décrire et expliquer le mouvement.....	118
Transformer le corps.....	121

Modification des sensations et travail émotionnel.....	126
Réactions instinctives, réflexes et habitudes .....	135
Intentions et décisions.....	143
Le schéma corporel .....	147
Agir et non agir.....	150
Une autre conception de l'action.....	157
CHAPITRE 4 : LES ARTS MARTIAUX COMME TRAVAIL ET COMME ART	163
Transformation de soi et confrontation au réel .....	165
Travail ou profession ? .....	174
En quel sens les arts martiaux sont-ils des arts ? .....	178
CONCLUSION : UNE ÉTHIQUE DES ARTS MARTIAUX?.....	188