

overcoats and are provided with foot bags. The inconvenience may be small. People living in sanatoria get most easily accustomed to having their windows wide open at night even in the depth of winter. On the other hand, too much stress ought not to be laid upon the Providence experience ; it does not answer the external need for fresh air of the human body as does the habit of taking exercise naked.

It is not surprising that some of the apostles of the great cause of Fresh air should have gone somewhat too far. We are told that, in several german families, the habit of dropping every article of clothing when at home has taken root. In some cases, the servants did follow the example ; health and morality do not seem to have suffered in the least from such a « going back to Nature ». All this is nevertheless mere exaggeration. Exaggerated also is the statement that if a man has, since he was born, lived under perfect hygienic conditions, senile decay can not possibly begin until he is nearing the age of 150 years. « The most common offence against hygiene of which we all, without exception, are or have been guilty, says J. P. Müller, is that of living in, and breathing tainted air ». Nietzsche was certainly correct when he declared that the meanness of life and the « lack of ability to live » of the present generation was the consequence of our « musty store-and-cellar » air. But there is no sound reason to believe that the normal length of a man's life was intended by Nature to vary between one hundred and one hundred and sixty years. Besides offences against hygiene are not to be considered as the only shortening influence in a man's life. Whatever may be the animal side of the question, the *mental* side ought to come in first. Modern civilisation's weight is heavy to carry, even in the open air.

AUTOUR DES COSTUMES DE SPORT ⁽¹⁾

III. — LA PSYCHOLOGIE DU COSTUME SPORTIF

Un homme se bat-il mieux en uniforme qu'en civil ?... Entendons-nous. Dans l'ardeur du combat ou s'il se bat pour un motif

(1) Voir *Revue Olympique* de décembre 1908 et janvier 1909.

personnel ou sous l'empire d'un sentiment particulièrement violent, le vêtement qui le couvre peut ne plus agir sur lui. Mais, dans les circonstances ordinaires, il est hors de doute que l'uniforme incite à la vaillance et — hors du combat — inspire et facilite les attitudes viriles et les allures martiales. Pourquoi voulez-vous qu'il en soit autrement de l'uniforme sportif ? Qui oserait dire que lorsque nous avons changé notre veston ou notre jaquette pour une tenue d'escrime, notre mentalité demeure exactement la même qu'auparavant et qu'il ne s'opère pas en nous une sorte de « redressement » interne dont tout notre être subit le contre-coup ? L'effet est imperceptible, soit — mais non pas insignifiant ; et d'ailleurs, imperceptible est bien vite dit. Il est probable qu'une analyse un peu minutieuse et consciencieuse la rendrait parfaitement perceptible.

Et qu'on ne vienne pas dire que ce sont là des préciosités décadentes, du latinisme — pire que cela : du byzantinisme. Les Anglais apparaissent fort sensibles à cette influence du costume sportif. En plus d'un roman, l'aveu en est fait et la chose n'est nullement présentée sous un angle exceptionnel ou extraordinaire. Les auteurs semblent la trouver toute simple et, sans doute, les lecteurs font de même. Le jeune anglais est heureux dans sa tenue de rameur ou de joueur de cricket, non pas seulement parce qu'elle est agréable à porter mais parce qu'elle lui donne un avant-goût du plaisir musculaire qui l'attend. La notion de cet avant-goût est indispensable évidemment pour que le phénomène dont nous parlons reste sain. Le vêtement de sport — sans le sport — ne pourrait charmer que des déliquescents, des chercheurs de sensations à vide. Un homme qui n'aimerait à porter une culotte, des bottes et des éperons que pour se regarder dans la glace serait un malade et voilà tout. Ce costume ne doit agir sur lui que parce qu'il évoque le cheval et l'enivrement du galop prochain. C'est pour la même raison que la vue d'un étalage de vêtements sportifs provoque dans l'organisme un léger « remue-ménage » que n'engendrera point un étalage de vêtements quelconques, si élégants et désirables soient-ils. Là encore, il n'y a rien que de normal, et les auteurs anglais ont souvent indiqué que leurs compatriotes subissaient cet attrait sans témoigner qu'eux-mêmes y trouvaient rien à redire,

La question importante est de savoir si cet « émoi sportif » (peut-être l'expression n'est-elle pas très exacte mais nous n'en trouvons

pas de meilleure) est utilisable techniquement. Pour cela il faut qu'il constitue une préparation directe à ce qui va suivre, qu'il mette l'homme dans un état d'ensemble favorable aux mouvements auxquels celui-ci va se livrer et à l'effort qu'il va donner. L'émoi préalable peut être plus ou moins intense mais, si faible soit-il, on peut lui distinguer deux caractères. Ou bien il est joyeux et confiant, ou bien il est inquiet et craintif. La confiance et l'appréhension, tels sont ses deux pôles obligatoires : il s'orientera forcément vers l'un ou vers l'autre. Si minime que nous admettions l'effet produit, il suffit à engendrer ici de l'aide et là de l'entrave. Il est des amateurs de sport qui sont peu maîtres de leurs nerfs et auxquels on devrait attribuer le qualificatif de neurasthéniques si ce terme n'avait été dévié de son sens propre en sorte qu'on ne peut plus en faire usage que pour désigner de véritables névrosés. Chez ceux-là, l'idée de la promenade à cheval ou en bateau évoque infailliblement la notion du cheval emballé ou du bateau qui chavire. Et cela ne les arrête pas ; ils se forcent. Leur désir est plus puissant que leur inquiétude. Ils n'en éprouvent pas moins un sentiment de malaise, une légère angoisse. Cette angoisse, ils ne la ressentiraient pas s'ils n'avaient pas eu « le temps d'y penser ». Supposez-les pris de court et passant instantanément du repos total au geste sportif, leur joie sera sans mélange. Mais tel n'est pas le cas habituel. Or, en général, on s'habille pour se livrer à un exercice violent ; ainsi, le contact des vêtements appropriés donne à l'émoi que nous venons d'analyser tout le loisir de s'exprimer.

Sur le sportsman exempt — par nature ou par accoutumance — de toute appréhension, le contact du vêtement de sport agira tout autrement. Il n'éveillera qu'une idée de plaisir, d'ivresse, de désir bientôt satisfait. Nul doute qu'un tel état d'esprit ne soit de nature à faciliter l'exercice, en « assouplissant » l'organisme. A une condition toutefois, c'est que cette joie confiante demeure calme et ne provoque pas l'explosion d'une fougue intérieure. Il y a des tempéraments ainsi faits que — dans la pleine jeunesse surtout — la passion y détermine de petites révolutions générales. Ces révolutions, dans le cas qui nous occupent, risquent d'engendrer un trop plein de force en même temps que de diminuer l'adresse ; les deux phénomènes sont d'ailleurs connexes ; qui se montre trop fort pour ce qu'il a à faire n'est pas, d'ordinaire, adroit,

Voilà, nous semble-t-il, ce qu'on peut dire du vêtement sportif au

point de vue de sa psychologie. Il est susceptible de créer une sorte de « préface » au sport lui même et, dans les conditions que nous venons de fixer, cette préface est utile car elle met l'homme en bonnes dispositions par rapport à l'activité musculaire qu'il va déployer. Celui-ci peut-il à son tour utiliser cette action par le renfort de sa propre pensée, de son imagination et de sa volonté — autrement dit: penser avec intensité, avec vouloir à un mouvement et s'en imaginer l'exécution le facilitent-ils ?..... C'est là une question qui sort du cadre de cette brève étude. Nous n'avons cherché qu'à rappeler ici l'évolution du costume sportif, les limites dans lesquelles la mode peut influencer sur lui, son caractère très particulier et enfin l'effet qu'il produit sur celui qui le porte.

CHRONIQUE DU MOIS

L'ouverture des sports de 'neige s'est fait longtemps attendre cette année mais, pour tardive qu'elle ait été, les amateurs ont fini par obtenir du ciel satisfaction. Les plus à plaindre furent les Anglais dont les vacances de Noël se terminent vers la dernière semaine de janvier et qui, une fois rentrés chez eux, n'ont plus la moindre chance de chausser leurs skis.

Le ski en Europe.

A l'inverse, bien des peuples privilégiés sous ce rapport négligeaient jusqu'ici d'en profiter. On peut citer encore les Roumains pour lesquels le ski constituerait un moyen de transport des plus utiles. L'hiver roumain est très dur et d'abondantes chutes de neige viennent couvrir les montagnes et la plaine. Pourtant presque personne ne se sert de skis. Mais ce progrès ne saurait tarder car les skieurs autrichiens, très nombreux maintenant, commencent à sillonner les Karpathes. Certains trains d'Autriche présentent, le dimanche, un aspect éminemment pittoresque. Ils sont envahis d'hommes en tenue de neige portant leurs skis dressés contre eux, et le contraste est amusant de ces silhouettes de guerriers barbares paraissant munis d'armes farouches et voyageant tranquillement dans le cadre ultra moderne d'un wagon de chemin de fer. Toute