

## « LE SPORT ET L'HOMME »

Paru aux Editions Pierre Cailler, Genève

Le monde est encore incapable de mesurer la grandeur de la catastrophe qui a détruit tant de vies, mutilé tant d'âmes et abattu tant d'élan et d'enthousiasmes.

Les malheurs de la guerre pèsent encore lourdement sur l'humanité qui semble ne plus savoir dans quel sens « s'engager » — puisque le mot est à la mode. Quand on réfléchit, dans le calme, à l'immensité de la tâche de la reconstruction du monde, on se rend bien compte qu'avant de « s'engager » dans de grandes œuvres, l'humanité doit refaire sa santé physique, intellectuelle et morale.

C'est pourquoi, malgré le désarroi actuel des esprits, il est réconfortant de constater qu'une multitude de penseurs, philosophes, revêtent tout ce qui est fait par l'homme et pour l'homme.

Les maux dont souffre le monde ont forcé l'homme à apprécier les causes secrètes de son mal.

L'humanité comprend enfin qu'elle est victime de la technique. Il eût été vain, il y a quelques années, de prôner l'importance psychologique, éducative du sport., malgré sa valeur éminemment humaine et sociale. Le sport a été considéré avec légèreté sous l'angle du jeu de la distraction, de l'amusement. C'est pourquoi il fut parfois méprisé. Ce jugement était le reflet de l'ambiance sociale créée par le développement technique de la vie moderne — crise d'embourgeoisement, vie facile — dans laquelle l'idée de confort, engendrant un esprit de négation universel, devenait une exaltation de la loi du moindre effort.

La guerre brutale, par son dérèglement et sa puissance destructive; a eu pour effet d'animer des forces de réflexion que la vie moderne avait sous des décors moelleux.

Le machinisme qui tend à ménager l'effort humain, jusqu'à l'élémentaire déplacement par la marche, chez bien des hommes, non seulement la joie de l'effort, mais sa notion même.

L'exemple de la Finlande est remarquable; ce pays, tout en gardant le goût de la modernisation, a su éviter les excès de la technique; il a gardé, dans son ensemble, la joie de vivre. Cette joie se manifeste dans le développement de l'effort personnel et dans la pratique générale du sport; non seulement parmi les éléments sélectionnés mais également dans les milieux les plus isolés, comme chez les bûcherons des forêts septentrionales. Cette vitalité s'est brillamment manifestée dans la guerre par une adaptation immédiate de la nation toute entière à l'œuvre de la défense nationale.

L'être humain ne pourra jamais être assimilé à une machine. Il y aura toujours une métaphysique de la vie qui fera ressortir chez l'homme un côté créateur, une puissance infinie de développement par la pensée et par l'effort. La machine transforme l'énergie et ne fait que cela; l'être humain crée, au fur et à mesure de son évolution, des puissances nouvelles, à la condition toutefois que soient obser-

vées les lois fondamentales qui régissent l'admirable mélange d'esprit et de matière qu'est l'homme.

Coubertin était un prophète lorsque, il y a cinquante ans, il prédisait la faillite des méthodes éducatives et décelait le virus qui rongeaient l'organisation sociale du monde moderne. Beaucoup sont restés indifférents à ses accents, mais s'il s'est plaint, parfois, de prêcher dans le désert, la génération qui lui succéda a reconnu la valeur de ce grand maître, des ses avertissements, de son humanisme sportif.

Sans doute, dans nos pays européens et aux Etats-Unis, l'organisation des Jeux olympiques a provoqué de beaux enthousiasmes, des réalisations grandioses, par la portée des relations internationales créées, et l'ampleur des magnifiques performances réalisées dans tous les domaines. Cependant cette recherche nouvelle de l'eurythmie, dans une harmonieuse composition de l'effort et de l'art. n'a pas eu les effets sociaux qu'un homme comme Coubertin avait laissé espérer dans sa vision de l'universel progrès humain. Cette amélioration de l'homme par le sport, qu'il escomptait avec tant d'enthousiasme, ne s'est pas réalisée. Cédant à ses instincts de violence pure, l'humanité a sombré, une fois encore, dans la folie guerrière, dans ce gaspillage de la force, cette manie de la destruction.

Notre époque n'a pas voulu de cette exaltation de la beauté créée par l'effort, et de ce « printemps de jeunesse universelle » que décrivait avec passion le rénovateur de l'olympisme, auteur à jamais célèbre de la charte de la réforme pédagogique.

Bien d'autres esprits éminents ont fait ressortir le caractère hautement social et humain de l'olympisme, tel le cardinal Mercier, qui symbolisa si bien, par son attitude, la résistance belge dans les années 1914-1918. Au lendemain des hétéroclites de la guerre, à l'ouverture des Jeux olympiques d'Anvers, nous voyons encore la fine silhouette du prélat se dresser dans la chaire de la Collégiale, devant les athlètes venus des quatre coins du globe, et nous l'entendons proclamer avec force et autorité, dans sa péroration :

« Les exercices du stade ne sont pas des jeux vaniteux et stériles; ils sont une école. Si l'on veut que l'athlétisme ou le sport ne soient pas la traduction brutale et orgueilleuse de la conception nietzschéenne de la vie, il faut qu'ils soient — et nous voulons et devons vouloir qu'ils soient — une œuvre d'éducation sociale à l'intention des nations civilisées. Vous courez, vous lutez, vous vous battez, c'est bien, c'est beau, je vous bénis, et vous admire. Mois dites-vous qu'il y a mieux : montez plus haut. Vos jeux vous vaudront, si vous triomphez, une couronne de gloire qui se fane; regardez plus haut, disciplinez-vous vous-mêmes, tenez en bride vos instincts, domptez en vous la bête humaine, transportez à votre vie de tous les jours votre esprit de discipline, de loyauté et de mesure envers vos frères, et votre vertu alors vaudra avec certitude à chacun de vous une couronne de gloire qui ne se fanera jamais, parce qu'elle sera votre union, notre union à la gloire de notre Dieu. »

Rien ne pourrait mieux faire ressortir la valeur, pour ainsi dire quotidienne, de l'éducation sportive, ou plus exactement ce qui doit être dans la vie

\* Nous nous plaisons à rappeler que le Dr Paul Martin a pris part comme concurrent dans les 800 m. aux cinq derniers Jeux olympiques (1920 à 1936) et qu'il fut finaliste aux Jeux de 1924 et 1928. Il fut en outre champion d'Europe des 800 m. en 1927 et champion d'U.S.A. et du Canada des 1000 yards et des 1000 indore.

individuelle, morale et sociale, le reflet de l'olympisme. Cette leçon de hardie portée humaine ne s'adressait pas seulement à l'élite groupée pour les jeux, mais à la jeunesse du monde entier. La sélection, qui est un des buts de l'olympisme, ne diminue en rien l'universalité du but social qu'il veut atteindre en développant chez tous et au profit de tous. les valeurs personnelles et individuelles.

Il y a dans les fondements mêmes de l'olympisme une idée d'ordre et de mesure qui ne peut s'expliquer qu'en fonction du perfectionnement personnel et d'une coopération au bien commun. Cet ordre, qui implique la maîtrise de soi, suppose une notion très nette de la hiérarchie des valeurs. Par conséquent, il ne peut à aucun stade de son évolution s'accommoder ni de l'indiscipline, ni de l'anarchie de la pensée ou du geste. Celui qui a compris l'olympisme sait que chacun doit faire, en toute conscience, tout ce qu'il peut et le mieux qu'il peut. Cette preuve qu'il donne de sa valeur doit engendrer en lui la sérénité et l'équilibre. Sérénité et équilibre sont les éléments précieux des progrès ultérieurs ; car la voie reste ouverte au perfectionnement de l'effort, ; aux acquisitions nouvelles dans la collaboration, dans l'utilisation des exemples, des performances et des records. Toutes choses que chacun peut trouver dans l'atmosphère cordiale de l'olympisme, ou la fusion des esprits et, des classes se fait tout naturellement dans la plus franche camaraderie.

\* \* \*

Sous expliquerons brièvement les principes psychologiques qui doivent guider dans ses diverses phases de développement individuel la pratique du sport ; mais du sport, pratiqué à la lumière de l'olympisme. Nous n'étonnerons personne en déclarant que dans l'olympisme un acte de foi initial est nécessaire :

Acte de confiance dans la valeur et l'efficacité de l'entraînement, soumis aux principes de la gradation et de la discipline.

Acte de confiance qui se manifeste par le respect des lois élémentaires de l'entraînement. Il ne s'agit pas d'une confiance irraisonnée et aveugle, mais basée sur une connaissance très précise des éléments primaires de l'effort.

L'homme a une tendance innée à éviter les sinuosités parfois fastidieuses de l'effort progressif ; l'élève veut devancer l'enseignement quotidien du maître. Tout ce qu'on lui enseigne au début lui paraît trop simple ; il se croit capable de brûler les étapes. Pour peu que l'orgueil trouble son jugement, il éprouve le désir de voir plus loin et méprise, comme indignes de son effort, les notions élémentaires qui lui sont proposées.

Sans cette préparation psychologique qui fait admettre d'emblée la nécessité absolue d'une connaissance précise des éléments primaires de l'effort et l'idée d'un entraînement progressif, le sportif risqué de compromettre irrévocablement les résultats de sa formation.

A cette notion primordiale s'ajoute une exigence qui pourrait se formuler de la manière suivante :

Il faut définir avec exactitude les différents stades de l'effort avant d'aborder les questions si importantes de l'équilibre et de la force. Un certain « état d'âme » est nécessaire pour comprendre que l'équilibre, ne demandant aucune force, ne peut engendrer de ce fait aucune fatigue. Cependant « l'équilibre » n'est pas un état d'indifférence, il n'est pas une notion négative, mais positive. Nous dirons plus tard ce qu'est cette notion par rapport au « style ». Il nous suffit d'admettre, pour l'instant, que l'équilibre est un état de mobilité effective dans un relâchement qui est le prélude du mouvement. Les notions qui seront développées par la suite nous introduiront tout naturellement, par l'analyse de l'équilibre et de la force, à l'enseignement du style, qui est une économie de l'effort pour une meilleure

répartition et un dosage plus rationnel des forces, en vue d'un rendement toujours meilleur.

Nous verrons aussi le rôle de l'attention, qui nous fait éviter dans l'effort toute dispersion, toute déperdition de force. D'où l'importance de la démonstration, de l'exemple dans l'initiation sportive. L'éducateur ne peut se dispenser de donner, dès le début, l'image concrète de ce que son élève est capable de réaliser.

La spéculation théorique peut entraîner l'assentiment de l'esprit et la conviction dans la préparation psychologique sportive, mais elle n'a qu'une valeur bien précaire sur le stade. Cependant, lorsque le sportif aura franchi les premières étapes de l'entraînement physique, un enseignement plus abstrait et plus théorique suffira souvent à parfaire son sens de la tactique, de la combativité, et à lui donner sa « forme » propre.

A tous les degrés, l'éducation doit rester profondément humaine ; en soulignant, l'ensemble des valeurs individuelles, elle doit garder le souci de chasser les préjugés et d'unir les cœurs en vue du bien commun.

L'olympisme ne peut être qu'une œuvre d'éducation destinée à un monde civilisé. Comme le prouve le symbolisme du flambeau que les athlètes transportent d'un bout à l'autre du monde, l'olympisme doit être une lumière.

## Le record

Au sommet de la courbe d'entraînement, le record nous apparaît comme une auréole réservée à quelques rares individus. De tous temps et en tous lieux l'idée de valeur a été fonction de la rareté. Le record étant chose rare, sa valeur en est définie par son caractère d'exception ; cependant nous n'insisterons pas sur cette notion bien qu'elle soit la raison du mirage qu'est le record pour les sportifs eux-mêmes.

Notre souci actuel étant d'ordre psychologique, nous voulons plutôt tenter une justification rationnelle de l'idée du record, afin de convaincre les éducateurs et les moniteurs de la nécessité de ce couronnement ultime.

Nous avons à réfuter l'opinion de ceux qui, au nom de la mesure et du sens commun, prétendent éliminer le record du champ de l'activité sportive. Ne s'agit-il pas ici d'un malentendu regrettable, issu d'une confusion verbale ?

Admettons que d'un certain point, de vue le record soit un excès. Une conception trop bourgeoise du sport se hâtera de conclure que l'excès en tout est un défaut. Mais le malentendu consiste précisément dans le fait de transporter l'idée objective d'excès dans la notion générale de performance.

Le record est une performance, mais l'idée de performance exclut violemment la notion d'excès. En d'autres termes le record, par sa nature d'extrême pointe, summum de la difficulté, présente un caractère excessif pour l'ensemble des compétiteurs, mais nullement pour celui qui a atteint ce sommet. Le fait qu'il l'a atteint en suivant toutes les étapes intermédiaires, est la preuve qu'il pouvait l'atteindre et que ce sommet était à sa portée.

Le record n'est donc pas une explosion désordonnée de force, mais le triomphe logique de la mesure et de l'ordre.

Tant que l'attrait des sommets existera dans la société humaine, on trouvera des élans et des enthousiasmes qui s'orienteront vers leur conquête. Ceci est vrai dans tous les domaines où se manifeste un souci de perfectionnement humain.

Le nivellement total est non seulement une erreur dans l'ordre sociologique, mais une impossibilité radicale, une sorte de négation de la nature. S'il faut chercher une unité dans le monde matériel, intellectuel et spirituel, cette unité se manifesterà toujours

sous le signe de l'harmonie, dans le multiple et le divers.

Le monde physique se présente à nous avec une extrême variété de plaines et de montagnes, de vallées et de collines, de même les aptitudes individuelles des hommes, leurs tendances, leurs goûts présentent toujours une immense variété, qui est l'expression même de la vie.

Une conception matérialiste de la vie peut tenter d'expliquer l'évolution et la sélection par le seul jeu de la force brutale, qui se déploie au détriment des plus faibles.

Le monde organique et biologique nous fournit en effet de multiples exemples du « struggle for life » qui élimine les individus plus faibles pour une amélioration ou une détermination de l'espèce ; mais ce point de vue transformiste et matérialiste n'est-il pas dépassé par la philosophie du sens commun ? Nous en voyons un exemple frappant dans l'apport considérable de la philosophie bergsonienne à la civilisation contemporaine.

L'idée de sélection s'accommode fort bien d'une philosophie spiritualiste, où la liberté intervient comme facteur essentiel du développement de l'élan vital. Et si la liberté consiste, selon le mot de Bergson, « à agir avec tout son être », le choix qui oriente l'effort vers une performance record n'est-il pas, en même temps qu'une expression de force, le plus beau triomphe de l'esprit sur la matière, de la liberté sur la nécessité ?

Seule une philosophie de la liberté peut justifier le record dans la mesure où il est l'expression de la personnalité, c'est-à-dire de la totalité de notre être.

Les champions sont rares comme sont rares les grands savants, les grands penseurs, les grands saints, les grands martyrs d'une idée. Mais la présence des sommets dans les divers domaines de l'activité humaine sera toujours une invitation à monter, et le meilleur remède à la médiocrité qui avilit l'homme et tend à tarir les plus belles sources de son énergie.

L'initiation sportive n'a pas pour but la production de champions en série. Elle est comme une pyramide, montant graduellement d'une base immense par une succession ininterrompue de performances de plus en plus exceptionnelles, jusqu'à la pointe du record.

Vouloir, par souci de la mesure, nier l'utilité du record, ce serait prétendre qu'une pyramide tronquée est par elle-même une figure géométrique parfaite. La mesure, l'ordre, la logique, l'harmonie n'exigent-elles pas que les lignes de cette pyramide s'élancent vers le ciel jusqu'à l'achèvement, jusqu'à leur point d'intersection qui mieux que toute autre image symbolise l'unité.

Dans *l'Orgue du stade* André Obey a dit :

« Pas un homme sur mille ne lit les livres de Leibnitz, de Pascal, d'Henri Poincaré. Pas un sur cent mille n'est assez fort pour s'en nourrir. Nieriez-vous cependant que ces records philosophiques, ces performances réalisées par ceux qu'on nomme les champions de la pensée agissent de haut, mystérieusement, comme l'attraction lunaire, sur les marées humaines. Derrière l'athlète recordman, toute une génération qui sait par cœur la table des records, comme nous savions le catéchisme, marche sans peur et sans reproche. Que l'athlète fasse un "pas, un seul pas en avant, toute sa race, toutes les races loin derrière lui, mais sur sa route, font ce même pas irrésistible ».

L'exposé des principes psychologiques du sport nous fait toucher du doigt le réalisme de la psychologie de l'olympisme. Tous ces principes sont vérifiables et vérifiés sur le stade. Il y a donc toujours confrontations avec le réel, et en ce sens le sport devient la meilleure école de philosophie de la vie.

Tout excès dans la pensée comme tout abus de l'action est ramené automatiquement à de justes

proportions par la pratique du stade. Il est facile d'errer si l'on se maintient dans une activité humaine unilatérale, c'est-à-dire qu'une spéculation, qui perd de vue la dualité de l'homme, matière et esprit, peut conduire à des divagations dénuées de tout fondement pratique. à des conclusions nuisibles.

La spéculation pure peut détruire l'unité de la personne, introduire le doute jusqu'au milieu de l'évidence, annihiler l'effort dans sa source, desservir la vie qui s'étirole par manque d'action ou de proportion.

Ce danger n'est pas un vain mot ; l'histoire a connu la période où un intellectualisme sentimental et romantique exaltait les faces pâles et malades comme une expression de beauté humaine.

Un tel état d'esprit ne pouvait être que morbide.

Ce n'est pas le corps seulement qui perdait sa vigueur, dans l'atmosphère émoullente de cette littérature sentimentale, l'esprit lui-même était atteint de déséquilibre. tant il est vrai que la santé du corps et celle de l'âme sont faites pour s'unir. « Mens sana in corpore sano »

Le sport, avec ses étapes et ses sommets, tient compte de l'équilibre entre le corps et l'âme. L'appel des sommets n'est pas un appel imprudent à une foule d'athlètes qui, peut-être, ne seront capables de les atteindre, il est comme le phare qui oriente les efforts de tous vers un but rationnel, précis, idéal.

Il faut donc conclure : « Si le record est un idéal, cet idéal n'est pas étranger à la réalité, il reste au contraire l'expression suprême de la réalité. » Coubertin a dit : « Pour que cent individus se livrent à la culture physique, il faut que cinquante fassent du sport ; pour que cinquante fassent du sport, il faut que vingt se spécialisent ; pour que vingt se spécialisent, il faut que cinq soient capables de prouesses étonnantes. » Cette phrase exprime bien la nature réelle du sport en tant qu'il est l'expression de l'élan vital dans l'harmonieux développement de ses innombrables manifestations.

Cette pyramide qui représente le développement de la jeunesse d'un pays et de l'élite de ses champions n'est pas dépourvue de beauté ; elle comporte un côté spectaculaire susceptible de soulever l'élan collectif de l'admiration. Mais ce côté spectaculaire n'est qu'une conséquence, une résultante dont nous ne discutons pas du reste la portée sociale.

Il ne faut cependant pas tomber dans l'erreur de ceux qui voient dans le sport une exhibition préparée à l'instar d'une manifestation artistique ou théâtrale.

Nous avons insisté sur ces données pour réagir contre la légèreté d'esprit de ceux qui se cantonnent dans le côté spectaculaire ou commercial du sport, sans songer à l'immense force de régénération que signifie pour un peuple l'organisation générale de l'entraînement sportif.

Il y a dans cette formation sportive envisagée sous la lumière du bien commun un aspect non négligeable de progrès collectif, de record collectif. La formation étendue à une masse de sportifs crée une élite, dont l'ascension à un certain degré présente par rapport à l'ensemble les mêmes caractéristiques que le record individuel.

La sélection se fait ainsi, non seulement sous le signe de la quantité, dans la phalange des rares champions qui atteignent le sommet du record ; mais dans le domaine quantitatif de la masse, qui se trouve soulevée et améliorée pour le plus grand bien du peuple tout entier. Vivre plus solidement, armer et tremper nos énergies pour faire face à tous les dangers présents et à venir, est un programme qui ne signifie pas un engouement vaniteux pour des records puérils ; il est la plus nette affirmation du désir de vivre dans la dignité et l'indépendance ; il est l'expression de la vitalité nationale et le gage de la paix.