

D'après un tiré à part du « British Journal of Physical Medicine »

La situation athlétique des femmes

Analyse d'un phénomène social *par le Dr Ernst Jokl*,
professeur de médecine et de réadaptation physiques à l'Université du Kentucky.

LE PROBLÈME

Un cheval sue, un homme transpire, une femme s'anime seulement. Ce diction (anglais) reflète bien l'attitude générale à l'égard de l'exercice et de l'athlétisme pour les jeunes filles, durant l'époque victorienne. Les attitudes sociales ont subi depuis lors de profondes modifications. Voici cinquante ans que

des millions de jeunes filles se livrent aux sports, à la gymnastique et aux jeux, participent à des épreuves de natation, à la course à pied, aux sports équestres; elles ont gravi beaucoup des plus hauts sommets et franchi à la nage mille fleuves ou lacs. Elles en ont tiré une des plus précieuses expériences de leur vie.

Tous les méchants fantômes, dont on avait menacé les femmes, se sont fait remarquer par leur absence. Elles n'ont pas pris « une apparence masculine »; la plupart se sont mariées et ont eu des enfants; aucune n'a subi de dommages, physiques ou moraux, ni une « tension exagérée », du fait de ses efforts musculaires; leur cœur n'a pas été « affaibli par les sports athlétiques » et beaucoup d'entre elles jouissent d'une verte vieillesse.

Chez les femmes, la génération actuelle est devenue plus robuste; leur maturité physique est mieux équilibrée; l'état de santé des jeunes mères et celui de leurs bébés est meilleur aujourd'hui; les femmes n'ont plus l'air vieux à trente ans; de nombreuses écolières jouent et font de l'exercice sur le même pied que leurs mères; tout cela vient, au moins en partie, de l'immense intérêt suscité à présent par l'éducation physique des jeunes filles. Les jeux et sports athlétiques pour femmes comptent comme éléments significatifs dans la culture contemporaine, dans ce qu'elle comporte de meilleur.

L'ÉGALITÉ DES FEMMES

Au chapitre XV de la *République*, de Platon, intitulé *L'Égalité des Femmes*, Socrate soulève la question de savoir si « les femmes devraient garder le troupeau, chasser avec les hommes et participer à toutes leurs occupations, ou bien être reléguées derrière les portes, comme uniquement aptes à donner naissance aux enfants et à les nourrir, tandis que tous les durs travaux seraient laissés aux hommes ». Le frère de Socrate, Glaucon, reconnaît que « nous attendons des femmes qu'elles assument leur part entière, sauf que nous devons les traiter comme moins robustes ».

Les interlocuteurs admettaient tous deux qu'hommes et femmes devraient recevoir « le même enseignement et la même éducation ». Pareil système, faisait remarquer Socrate, semble au premier abord révolutionnaire. Mais il rappelait à son ami qu'« il n'y a pas si longtemps, les Grecs jugeaient aussi ridicule que honteux d'être vus nus au gymnase. Lors de l'introduction des exercices de gymnastiques, en Crète d'abord, puis, plus tard, à Sparte, les cyniques ne manquèrent pas de s'en gausser. » Cependant, observait-il, « une nouvelle attitude fut vite adoptée et il en ira de même, une fois que les femmes auront également accès à l'éducation physique ».

Platon, toutefois, s'occupait de l'éducation d'une élite, groupe choisi de chefs, dont furent prouvées l'excellence du caractère, l'intelligence et la perfection du corps. Aussi avançait-il logiquement qu'une fois établi le principe de la sélection et le large éventail des différences individuelles, une distinction tranchée entre les systèmes éducatifs des garçons et ceux destinés aux filles ne se justifiait plus.

Au cours des dix dernières années, deux remarquables ouvrages ont été publiés à ce sujet. L'un, de Simone de Beauvoir, la distinguée philosophe existentialiste, s'intitule *LE DEUXIÈME SEXE* (1953). L'autre est l'œuvre d'un des plus éminents psychologues de notre temps, le professeur F.J.J. Buytendijk, d'Utrecht: *DIE FRAU (La Femme)*, 1953.

La thèse centrale du livre de M^{me} de Beauvoir est que « depuis l'époque patriarcale, les femmes ont généralement été forcées d'occuper dans le monde une place secondaire par rapport aux hommes et comparable, à bien des égards, à celle des minorités raciales, malgré le fait que, numériquement, les femmes constituent au moins la moitié de la race humaine. En outre, ce rôle secondaire ne s'impose nullement par des caractéristiques féminines naturelles, mais plutôt par de fortes influences du milieu, dues à une tradition éducative et sociale soumise au contrôle des hommes. « Ceci », affirme l'auteur. « a résulté en une faille générale de la part des femmes à prendre leur place dans la dignité humaine, en menant une existence libre et indépendante, associées aux hommes sur un plan d'égalité intellectuelle et professionnelle. Cette condition n'a pas seulement limité leurs accomplissements dans bien des domaines, mais a aussi donné naissance à des plaies sociales très répandues. »

Le changement des processus sociaux et éducatifs semble suffisant à M^{me} de Beauvoir pour produire un nouveau et meilleur type de femmes.

L'attitude de Buytendijk est différente. « Le genre d'existence caractéristique de la femme », écrit-il, « lui confère une possibilité spéciale de réaliser les plus hautes valeurs morales connues de l'humanité. » Il ne suggère pas que la situation effective, telle qu'elle est dans la société actuelle, reflète nécessairement la validité de ses dires. Mais, à l'opposé de M^{me} de Beauvoir, Buytendijk n'accepte pas comme seuls critères d'évaluation les données de la science, anatomique, sociologique, statistique ou autre. Il préfère adopter comme normes de la structure phénoménologique de la personnalité féminine des qualités spirituelles, telles que les exprime la citation de Saint Matthieu, XI, 29, par laquelle s'ouvre son livre: « ...car je suis doux et humble de cœur » (*Discite a me, quia mitis sum et humile corde*):

L'ÉDUCATION PHYSIQUE DES FILLES

En 1922, le *British Medical Journal* a publié un rapport sur l'éducation physique des filles, compilé par une commission mixte, où se trouvaient représentés le Collège Royal des Médecins de Londres, le Collège Royal des Chirurgiens d'Angleterre, l'Association médicale britannique, la Fédération

des Femmes Médecins, l'Association britannique d'entraînement physique, l'Association Ling, l'Union nationale des Femmes professeurs, l'Association des Institutrices-Assistantes des écoles secondaires, l'Association des Ecoles privées et le Collège des précepteurs. Favorable dans son ensemble à l'éducation physique, le rapport présente deux traits remarquables. D'abord, il se fonde entièrement sur des avis et ne contient aucune preuve à l'appui. En second lieu, il se réfère, sans commentaire critique, à différentes idées entachées de préjugés analogues à ceux qui ont mis obstacle à l'introduction d'un système efficace d'éducation physique pour jeunes filles pendant des générations.

De nombreuses institutrices et étudiantes pensaient « qu'on tend à exagérer l'importance relative des jeux, au détriment du caractère » et que la « gymnastique menait à la force et au développement des muscles, aux dépens de la grâce ». Le hockey était considéré par certaines comme « convenant seulement aux jeunes filles plus âgées et plus fortes ». Plusieurs institutrices ou étudiantes jugeaient que « la natation est souvent nuisible par le séjour prolongé dans l'eau » et que « la natation est un exercice impliquant un effort trop exagéré du cœur ». Le danger de « fatiguer le cœur » était souligné pour les courses d'aviron, condamnées par 27 étudiantes en médecine sur 34. Certaines institutrices pensaient que « si des élèves doivent parcourir à bicyclette une distance trop longue en venant à l'école, cet effort les rend incapables de travailler mentalement ». Quelques-unes étaient même convaincues que « les jeux et les sports tendaient à encourager le goût du plaisir, au détriment de l'intérêt pour le foyer et autre chose, et à diminuer la féminité ». De plus, « des effets malsains pouvaient résulter de certains exercices peu judicieux aux agrès ».

LE POTENTIEL PHYSIQUE DE PERFORMANCE CHEZ LA FEMME

Depuis la publication du rapport de 1922, une seconde révolution a eu lieu dans l'éducation physique des filles. En conséquence de l'amélioration de la santé et de la situation sociale de la femme durant la période étudiée, une amélioration de ses performances s'est produite pendant ce même temps, dépassant de loin tout ce qu'on envisageait il y a vingt-cinq ans. Aujourd'hui, une athlète bien entraînée est supérieure dans la majorité des sports à la moyenne des jeunes hommes non entraînés. L'antique notion de l'infériorité du potentiel physique de la sportive n'est plus défendue comme une affirmation catégorique.

Aux Jeux Olympiques de 1896, E. T. Burke arriva premier dans la course de 100 mètres pour hommes, en 12 secondes, tandis que Miss Jackson a gagné le même cent mètres en 1952 à Helsinki en 10" 5/10

et Miss Hasenjaeger, seconde, a fait le parcours en 11" 8/10. A Melbourne, en 1956, Miss Cuthbert a gagné en 11" 5/10, suivie par Miss Stubnick et Miss Matthews, toutes deux en 11" 7/10. En 1960 à Rome, Miss Rudolph réalisa le temps de 11". E. H. Clark a gagné le saut en longueur pour hommes à Athènes en 1896, avec 6 m. 35, tandis que Miss Y. Williams a gagné avec 6 m. 24 à Helsinki en 1952 et M^{me} Krzesinska, avec 6 m. 35 à Melbourne en 1956. Le lancement du poids à 11 m. 22, à Athènes en 1896, ne saurait se comparer aux 15 m. 28 atteints par M^{lle} Zybina, d'URSS, à Helsinki, en 1952, ni aux 16 m. 59 de M^{lle} Tichkyevich en Australie en 1956, même compte tenu du fait que les femmes utilisent des poids un peu moins lourds. En août 1957, le record mondial du lancement de poids pour femmes fut de 17 mètres et, pour le disque, de 56 mètres.

LA MENSTRUATION ET LA PERFORMANCE ATHLÉTIQUE

Pendant les championnats mondiaux féminins d'athlétisme en 1930, à Prague (Tchécoslovaquie), Kral et Markalous (1937) ont constaté, au cours de leur surveillance médicale, que 29 pour cent des concurrentes ont réussi leurs meilleures performances sportives pendant la menstruation. De nombreux records athlétiques, par exemple, pour le saut en hauteur, la course de vitesse, le lancement des poids et du disque ont été établis dans cet état. Dans 63 pour cent des cas, la menstruation n'a exercé aucune influence sur les performances, tandis que, dans 8 pour cent des cas, une légère infériorité s'est manifestée.

Au Congrès médical des sports, en Finlande, 1952, Ingman a communiqué les résultats d'une étude similaire, menée sur un groupe de 107 championnes, comprenant 9 nageuses, 13 gymnastes, 28 joueuses de basketball, 14 skieuses et patineuses et 43 athlètes, âgées de 15 à 25 ans. Sauf 4, toutes avaient participé à des compétitions durant la menstruation, sans éprouver de troubles d'aucune sorte; 20 affirmèrent que leurs performances étaient meilleures durant la menstruation et 5 avaient battu leurs propres records à ce moment-là. Aucun effet de la menstruation sur l'efficacité athlétique n'avait été remarqué par 45 d'entre elles et des résultats inférieurs à la normale avaient été notés par 39.

Aux Jeux de Melbourne, plusieurs femmes médecins, attachées à des équipes nationales, où la représentation féminine était nombreuse, ont collaboré avec l'auteur et ses collègues dans l'étude de cette question et l'on constata qu'au moins 6 médailles d'or, pour des compétitions de course et de natation, avaient été gagnées pendant la menstruation.

Dans la mesure où l'on a pu s'en assurer, nulle concurrente se retira d'une épreuve à cause de la menstruation. Par ailleurs,

trois femmes athlètes, une dans le lancement du poids, une dans celui du disque et une dans la course de 100 mètres (relayée) se trouvèrent enceintes et à 2, 3 et 4 mois de grossesse, respectivement.

Philips (1957) montre combien, d'après son expérience clinique, il lui paraît difficile d'admettre que des états, tels que menstruation irrégulière, débutent par un trouble localisé dans la glande intéressée, sans qu'auparavant, un désordre central ait apparu; cet auteur demeure convaincu que les troubles affectifs surtout sont à l'origine de tels dérangements centraux, s'ils n'en sont pratiquement l'unique cause. L'expérience des athlètes confirme la validité de ses conclusions.

Parmi une série de 543 athlètes, coureuses, joueuses de hockey et de tennis, nageuses et gymnastes, on n'a décelé aucun exemple de difficultés sérieuses d'origine menstruelle. Au contraire, 702 jeunes filles de 15 à 20 ans, forcées de se livrer à des travaux physiques, au cours de la Seconde Guerre mondiale, subirent, sous l'effet de cette pression mentale, de graves réactions anormales du cycle menstruel dans 19,2 pour cent des cas, 50 pour cent étant affectées d'aménorrhée. Deux ans encore après leur libération, Kaufmann et Mueller (1948) trouvèrent que 3,4 de ces femmes n'avaient pu rétablir leur cycle. L'importance de la tension physique exigée par le travail imposé à ces personnes était négligeable, comparée à l'énorme effort neuromusculaire fourni par les 543 athlètes féminines. Mais une femme participant à une épreuve de sport le fait de plein gré. La liberté n'est pas seulement une conception morale, elle représente aussi une nécessité psycho-physique fondamentale pour des femmes cultivées et sensibles.

L'arrêt du cycle menstruel chez les jeunes femmes est fréquent, en liaison avec une sévère maladie systématique ou avec un traumatisme mental ou physique; sa reprise spontanée accompagne souvent la réhabilitation physique. Chez une femme âgée de 33 ans, percluse d'arthrite rhumatoïdale et dont les périodes avaient disparu pendant les derniers huit ans, vit une amélioration considérable de son état général et une mobilité accrue s'accompagner d'un retour de la menstruation. Semblable observation a été faite avec deux malades, âgées de 22 et 18 ans, affectées respectivement de paraplégie partielle, à la suite d'une lésion spinale au niveau de la première vertèbre lombaire et d'hémiplégie spastique, toutes deux causées par des accidents d'automobile. Dans ces deux cas, la normalisation du cycle au cours du traitement s'établit lors du regain du contrôle de la vessie et des intestins. Un quatrième cas de retour à une menstruation normale est celui d'une fille de 18 ans, hébété, dont une amélioration générale de l'état psychiatrique et neuromoteur suivit un « temps mort » de deux ans.

Beaucoup de médecins, prophètes de malheur en obstétrique, ont affirmé qu'un entraînement physique intensif, et surtout la participation à des compétitions d'athlétisme, constituaient un facteur de difficultés probables en couches. Or, ces avertissements n'ont rien de vrai.

Le 2^e Livre de Moïse (Exode I: 19) précise qu'habituees à de durs travaux manuels, « les femmes des Hébreux ne sont pas comme les Égyptiennes, car elles sont rapides et délivrées avant que la sage-femme n'ait pénétré dans la maison ».

Niemieneva (1953) a analysé les fiches obstétriques de 94 femmes, qui avaient participé aux championnats nationaux de Finlande, ou avaient obtenu des prix dans d'importants concours de natation entre 1933 et 1945.

Chez les femmes, la durée de la parturition avait été plus brève que chez d'autres n'ayant point pris part à des épreuves sportives; le temps total moyen pour les sportives était de 17 heures 27 minutes, contre 21 heures 26 minutes pour les autres. Pour les nageuses, la seconde étape de l'accouchement avait pris 40,2 minutes et pour les joueuses de baseball, 55,4 minutes, tandis que les cas de contrôle avaient pris une heure une minute. Au sein du groupe athlétique, aucun trouble par contraction utérine ou perte d'élasticité du cervix, ne se manifesta; nul cas de périnée déchiré au troisième degré et 3 cas seulement de déchirure du second degré se présentèrent. La proportion d'épisiotomies fut très réduite.

Ces données se comparent très favorablement aux chiffres obtenus par Niemieneva avec un groupe de contrôle et prouvent, sans doute possible, l'excellent état fonctionnel des muscles chez les femmes athlètes.

La proportion des césariennes et de l'usage du forceps chez les anciennes championnes était telle, « qu'elle n'approchait même pas du niveau supérieur considéré comme normal ». Il en alla de même pour le nombre des cas où le placenta dut être enlevé à la main, ou de ceux qui nécessitèrent une transfusion de sang, par suite d'hémorragie.

D'importants troubles au cours de la grossesse, la toxémie surtout, n'ont pas été plus fréquents chez les athlètes que chez les autres femmes. Les résultats des mensurations du pelvis présentaient un intérêt spécial, car la grande fréquence des pelvis étroits était notoire en Finlande et du fait aussi qu'on assure que les femmes athlètes ont souvent le pelvis étroit. Néanmoins, nul écart des dimensions normales ne fut trouvé dans le groupe athlétique.

Ces données sont confirmées, pour l'essentiel, par Pfeifer (1951), dans l'analyse de l'histoire obstétrique de 107 anciennes athlètes de classe en Allemagne, notamment plusieurs championnes mondiales, olympiques ou nationales. Certaines femmes ont atteint

leur meilleure forme athlétique après la naissance de leur premier enfant et Pfeifer dit, fort justement, que la grossesse et l'accouchement stimulent souvent des forces latentes, qui améliorent l'efficacité. Comme dans l'étude de Niminewa, la durée totale de l'accouchement s'avéra nettement plus brève chez les athlètes, la troisième phase ne prenant que la moitié du temps (1 heure 41 minutes) nécessaire au groupe de contrôle. La proportion de fertilité fut trouvée pareille, comparée aux chiffres de contrôle de la Clinique gynécologique d'Heidelberg, où cette étude fut effectuée.

Le fait que les données obstétriques obtenues avec des athlètes, ou anciennes athlètes, sont normales résout, par ailleurs, deux questions fréquemment soulevées. D'abord, si des activités telles que le saut en longueur ou en hauteur peuvent fâcheusement affecter des organes pelviens sains. Ensuite, si les performances d'endurance, comme les courses du demi-mille ou du mille, exigent trop des ressources du système cardio-vasculaire féminin. On y a souvent répondu par l'affirmative, sans jamais le prouver. De l'avis de l'auteur, pareilles affirmations ne peuvent se justifier.

L'EFFICIENCE PHYSIQUE, PARTIE INTÉGRANTE DU SYSTÈME SOCIAL

Un nouveau type de femme est en voie de développement, en partie du moins, grâce à l'éducation physique et au mouvement sportif de ce siècle. La conception traditionnelle de l'infériorité physique du sexe féminin est réfutée comme affirmation catégorique. Les ressources d'adaptabilité du sexe féminin, consacrées dans le passé à résister aux conditions de la nutrition, du climat, du travail manuel et autres pressions primitives, sont maintenant disponibles pour de nouveaux usages, sous l'influence des progrès sociaux et technologiques.

En étudiant la croissance de l'efficacité physique chez l'enfant, l'auteur a constaté que les performances musculaires des fillettes en meilleure forme égalent ou surpassent celles des garçons les moins efficaces, chez des enfants non entraînés physiquement. Physiologiquement, ce fait est aussi important que celui de la moyenne statistique des performances physiques des garçons, supérieure à la moyenne correspondante pour les filles. Certes, le potentiel de performance, chez les filles comme chez les garçons, peut être considérablement développé par un entraînement systématique, dont l'efficacité s'avère chez chaque individu, indépendamment du niveau initial de sa performance.

Or, le plus remarquable dans l'augmentation présente de l'efficacité physique chez les femmes, nettement révélée par les analyses des performances olympiques de 1952 et de 1956, c'est le double phénomène que la majorité des femmes, dans le monde entier,

demeure indifférente à cette tendance. Banks écrivait (1957): « On peut dire que nous vivons dans deux mondes. Un sixième environ des habitants du globe sont maintenant sains et riches, sinon particulièrement sages. Ceux-ci sont capables de contrôler leur milieu et, chose plus importante, de contrôler aussi leur reproduction. Leur nourriture, leur habitat et leurs soins médicaux sont adéquats. »

* * *

Les données globales sur la participation et les prouesses athlétiques aux Jeux Olympiques reflètent le statut social et le degré d'émancipation des femmes dans les diverses parties du monde. Les nations qui brillaient par leur absence, ou qui n'avaient point inclus de femme dans leurs équipes, se caractérisent aussi par les conditions défavorables, ou comparativement défavorables, de la santé infantile, du taux de morbidité ou de mortalité de leur population en général, ainsi que de la longévité. Les pays où la santé et l'éducation physique des femmes sont négligées ont aussi une durée moyenne de vie brève et une forte incidence de maladies infectieuses. De même, la participation nombreuse et la forte proportion de succès pour les Etats-Unis d'Amérique, l'Europe et les Dominions britanniques reflètent leur progrès social, du moins dans les groupes où les équipes furent sélectionnées.

Les analyses ci-dessus des Jeux Olympiques soulèvent un problème spécial, sur la pratique et la théorie de l'éducation physique et aussi sur notre conception générale de la situation de la femme dans la société. A une échelle globale, le niveau élevé d'efficacité physique chez la femme forme partie intégrante du niveau supérieur de la santé, de la croissance et de l'hygiène dans les sociétés et l'abandon d'une réserve traditionnelle, observée aujourd'hui encore par bien des éducateurs et des médecins, semble s'être fait trop attendre. Dans les limites inhérentes aux faits étudiés, la conclusion de M^{me} de Beauvoir apparaît corroborée par les données ci-dessus: même dans les pays « progressistes », la situation sociale de la femme contemporaine se caractérise par les entraves de préjugés d'origine historique, ou même pré-historique. Biologiquement, le sexe féminin est plus robuste et son adaptabilité aux exigences du milieu, bien plus grande qu'on ne le supposait jusqu'ici.

Willy Meisl, en critiquant mon étude olympique dans WORLD SPORTS en mai 1957, disait: « Je m'exprimerai moins scientifiquement, mais plus carrément: relativement et dans un certain sens, les femmes sont le sexe le plus fort. Venues au sport international bien plus tard que les hommes, elles y font de plus rapides progrès. Probablement, continueront-elles à le faire. »

Dans certaines compétitions olympiques pour femmes, les prouesses supérieures ont été accomplies à un âge inférieur à celui des hommes participant aux épreuves correspondantes. Peut-être les femmes atteignent-elles plus tôt l'âge des prouesses athlétiques. Dans certaines épreuves de natation, l'âge moyen des participantes était au-dessous de vingt ans. À toutes les épreuves olympiques pour femmes, sauf une, participaient des concurrentes de moins de 20 ans. Ces résultats semblent en faveur d'une participation des filles aux sports athlétiques dès un âge tendre.

En comparaison d'il y a 50, 25 et même 10 ans, l'âge des femmes athlètes remarquables semble couvrir une période de plus en plus étendue. Des filles de 15, 14 et même 13 ans ont conquis les honneurs olympiques. Avant la Seconde Guerre mondiale, les femmes mariées se rencontraient rarement parmi les championnes sportives, mais la situation s'est renversée. Le processus d'accélération de la croissance et de décélération du vieillissement caractérise le développement à notre époque. Un grand nombre des finalistes, dans les épreuves féminines des deux derniers Jeux Olympiques, étaient mariées et mères de famille; plusieurs avaient plus de 35 ans et 4, au moins, étaient grand-mères.

Du point de vue de la bonne condition physique, l'ancienne croyance que les femmes vieillissent plus vite que les hommes est erronée. Dans 7 sur 18 compétitions olympiques, là où les performances des hommes et des femmes sont directement comparables, les compétitrices les plus âgées étaient plus vieilles que les hommes les plus âgés. Dans 4 cas, leur âge moyen était un peu plus avancé que celui des hommes, quoique ce fut le contraire pour les 15 autres épreuves. Dans la plupart des compétitions athlétiques, les femmes les plus jeunes avaient entre 14 et 16 ans. Beaucoup d'entre elles furent battues par des concurrentes de 15 à 20 ans plus âgées. Un des plus anciens rêves de la femme, celui de conserver longtemps sa jeunesse, semble plus près de se réaliser.

C'est seulement dans les sociétés ayant atteint à de bonnes conditions de vie que les forces dont s'inspire le mouvement moderne de l'éducation physique peuvent agir. Ceci vaut pour les hommes comme pour les femmes, mais plus encore pour ces dernières, à cause de l'inertie de la tradition. Le fait qu'entre le marteau des idées dynamiques et l'enclume d'un milieu favorable, l'exercice forge et entretienne une joie de vivre nouvelle prend ainsi une importance nouvelle.

LE DEUXIÈME SEXE

Au cours des 450 dernières années, l'évolution d'une attitude changée à l'égard des

activités physiques des femmes fait partie d'un développement majeur de la culture. La question se pose donc de savoir si les méthodes physiologiques, appliquées en général à des performances musculaires mesurables sont capables de fournir critères absolus, permettant de jauger la signification du processus social examiné. La réponse est négative. Il convient de rappeler que la culture physique, même si elle exerce de profonds effets physiologiques, n'a point de *but*s physiologiques. Si nous essayons de connaître le sens et la valeur de nos actes moteurs, les conclusions fondées sur la seule approche physiologique ne sont pas valables.

*

Chaque mouvement possède un caractère et une *Gestalt* (forme typique) propres. Les mouvements s'accompagnent d'expériences subjectives, incommunicables en tant que telles. Ils sont la propriété particulière et inaliénable de l'individu. C'est dans cette dernière sphère exclusivement, comme l'exprime Buytendijk, que « l'élément humain des mouvements humains » est représenté, que le « sens du mouvement » révèle sa signification et là réside la valeur ultime de l'aventure nouvelle, apportée en ce siècle aux hommes comme aux femmes par la redécouverte du monde du mouvement. Il s'agit ici d'un facteur déterminant, « humain » et universel.

Buytendijk a tenté d'établir une distinction phénoménologique entre les mouvements pour hommes et pour femmes. Il a, par exemple, analysé l'acte de marcher et cru pouvoir y discerner, chez l'homme, un élément de propos et de but, tandis que la marche de la femme serait, à son sens, plus fluide, égale, ininterrompue, « comme s'il existait un lien toujours présent entre le passé et l'avenir ». Mais Buytendijk souligne que pareille caractérisation ne comporte qu'une large signification catégorique. Un homme, fait-il remarquer, peut aussi manifester les caractéristiques motrices féminines « d'égalité et de fluidité ». Vice versa, les mouvements des femmes peuvent être dominés par « un propos conscient de son but ». Plus encore, les particularités kinésiologiques qui, selon Buytendijk, préexistent potentiellement chez l'homme et chez la femme, disparaissent invariablement dans les « mouvements techniques », dans les gestes tendant à un but et acquis par entraînement. Il cite en exemple l'acte d'enfoncer un clou dans un mur au marteau. Bien exécuté, ce mouvement se fait exactement de la même manière par hommes et femmes.

Dans une bien plus large mesure, cette vérité s'applique au genre d'activités impliquées par le sport et l'athlétisme. Qu'on se garde de conclure de notre analyse que les programmes d'entraînement physique devraient être en tous points pareils pour garçons et filles. L'auteur n'ignore naturellement pas l'éternel argument que les femmes

« tendent à des formes d'exercice expressives et esthétiquement orientées ». Pourtant, les exercices expressifs, artistiques et rythmiques, qui occupent une partie (une partie seulement, rappelons-le) du programme d'entraînement pour les jeunes filles, constituent une prérogative importante du sexe féminin, mais non la seule. Vice versa, cela s'applique aux garçons. Les programmes destinés aux femmes dans une école de gymnastique aussi remarquable que celle de M. Niels Ollerup, au Danemark, en sont la preuve. Impossible aussi d'ignorer la contribution artistique apportée depuis des siècles par les danseurs de ballet. Fait aussi important, pour le sujet de notre étude, les secteurs les plus actifs dans l'éducation physique contemporaine, le sport et le loisir, sont devenus pareils, ou presque, pour garçons et filles. En soi, ce fait exprime en grande partie la nature de l'impact psychologique et social du mouvement sportif dans la société moderne.

*

Les jeux d'une importance majeure ou mineure, comme le hockey, le tennis, le ping-pong et le golf; l'athlétisme sur piste ou sur le terrain, la natation, l'escrime, l'équitation, le patinage et le ski; le travail aux agrès, l'aviron, le canoé et l'alpinisme, toutes ces facettes du monde du mouvement se partagent entre les deux sexes. Ceux qui ont vu Miss McDaniel sauter près de deux mètres, Mrs. Strickland gagner la finale des 80 m. haies et Miss Crapp établir son nouveau record dans l'épreuve des 400 mètres natation, aux Jeux Olympiques de 1956, ne sauraient mettre en doute l'exactitude de ces dires.

Répétons-le encore: si l'on écarte le facteur d'entraînement, le fait demeure que, pour chaque composante psychologique ou physiologique connue, impliquée dans les performances musculaires, les résultats obtenus par un grand nombre d'hommes et de femmes cités en exemple se recouvrent. Pour l'intelligence et la durée de la réaction, les niveaux de perception sensorielle et de la stabilité affective, de l'efficacité physique et des mensurations corporelles, de la force cardiaque et de l'endurance respiratoire, on trouve toujours un pourcentage considérable de femmes d'une classe supérieure à celle d'un pourcentage correspondant d'hommes. L'entraînement accentue encore pareille situation. Dans presque tous les champs d'activité physique, la majorité des femmes bien entraînées surpassera par ses performances un groupe comparable d'hommes non entraînés.

La nouvelle importance vouée à l'activité physique dans la vie des jeunes filles a accru l'envergure de la personnalité féminine. C'est dans ce contexte que les observations médicales sur les athlètes féminines, citées plus haut, prennent tout leur sens social. Le sport a immensément enrichi la vie des

femmes. Cette leçon du dernier demi-siècle, depuis la « redécouverte du sens du mouvement » illustre, incidemment pour ainsi dire, l'universalité de la théorie de Sherrington sur la fonction intégrante du système nerveux et la prouve valable dans une direction qui eût peut-être surpris Sir Charles même.

Avec un sûr instinct, l'école scandinave d'éducation physique a toujours insisté sur l'acquisition d'une bonne posture comme un de ses buts principaux. Dans une récente étude, Straus (1952) attire l'attention sur le fait qu'en jugeant de la posture humaine, il ne faut pas se borner à considérer le problème technique de la locomotion, car la posture contient aussi un élément psychologique et le sens du terme n'est pas épuisé par une description des processus physiologiques contrebalançant la gravitation et maintenant le corps en équilibre.

Le langage en tient compte depuis longtemps. Le terme *droit* s'emploie pour la tenue debout sur ses pieds et aussi, avec une implication morale, pour un comportement honnête, juste, fidèle à l'amitié dans le danger, à ses convictions, sans égard aux conséquences, fussent-elles mortelles. Nous louons un homme droit, nous admirons celui qui défend son idée de la droiture. On a de bonnes raisons de supposer que le terme *droit*, au sens moral, dépasse la simple allégorie.

De telles considérations montrent que la conception de l'énergie physiologique ne suffit pas à expliquer la signification de la conquête féminine du monde du mouvement. Sherrington a insisté sur le fait que:

« Le mental, s'il était énergie, serait une quantité mesurable. Pour mesurer le mental quantitativement, nous recourons à un système d'énergie. Mais la validité en est douteuse. La recherche d'une échelle d'équivalences entre l'énergie et l'expérience mentale n'aboutit pas. Ces deux termes semblent incommensurables. »

Ils le sont en effet, selon les lois physiques. De même, la nature de l'apport fait aux femmes par les sports et l'athlétisme est incommensurable avec les données techniques sur les performances physiques. Mais demeure-t-elle incommensurable, sous l'aspect de la personnalité féminine en action? L'acte moteur représente un secteur du monde extérieur, par rapport au mental qui perçoit. Dès lors que cet acte m'est percevable, aussi bien qu'à autrui, il possède un élément d'universalité. Et dans la mesure où l'entraînement physique et l'athlétisme des femmes implique l'expérience d'actes moteurs, ceux-ci concernent une partie du cosmos percevable, ou, plus précisément à ce sujet, quelque chose de non « spécifiquement féminin ». Mais cela va plus loin. L'acte moteur, tel qu'il est perçu par la personne qui l'accomplit; prend un sens et atteint des valeurs propres ni communiquées, ni communicables, des valeurs qui sont inconnues de l'individu physiquement inactif.