

# CONNAIS-TOI TOI-MÊME

*par PIERRE DE COUBERTIN*

Il est si vieux et il a tant de fois été commenté, ce précepte, qu'à peine ose-t-on encore le citer... D'autant qu'il n'a pas seulement contre lui d'être vieux, mais encore d'être fait pour les vieux. Comment voulez-vous que les jeunes s'y réfèrent ? La connaissance de soi-même, ce n'est pas trop de toute une vie pour l'acquérir. Nul ne saurait se flatter d'y réussir par les seuls moyens dont dispose la jeunesse.

L'objection est exacte. Et si, par respect pour les vieux bonzes qui prétendent leur enseigner une sagesse prématurée, nos garçons ne la formulent pas tout haut, soyez sûrs qu'ils y ont recours au fond d'eux-mêmes et s'en servent comme d'une barricade derrière laquelle s'abrite leur flemme antiphilosophique.

Il y a pourtant un péristyle par lequel la jeunesse a directement accès au temple illustre, et ce péristyle est celui qui ouvre sur le quartier des athlètes. Un athlète, en effet, s'il est ambitieux de perfectionnement, doit connaître ses forces et ses tares. Le laurier auquel il aspire sera le prix de la confiance que lui inspirent les unes et de la méfiance qu'il éprouve à l'égard des autres ; car, pour fabriquer le succès, il faut doser en de justes proportions ce double sentiment. Ainsi, nous voici devant un paradoxe qui serait divertissant s'il n'était avant tout satisfaisant : c'est que la doctrine fondamentale de la sagesse humaine reçut sa première application dans le domaine de la culture musculaire, et que la gymnastique apparaît de la sorte comme le vestibule avantageux de la philosophie.

La force de l'athlète ne réside pas uniquement dans ses muscles, et il n'est pas handicapé seulement par une imperfection dans les proportions de poids, de volume ou de longueur de tel

---

ou tel de ses membres. Les qualités psychiques, dont la présence ou l'absence influent tellement sur sa valeur, occupent une place de toute importance dans l'inventaire qu'il fait de lui-même.

Le modèle du genre, en matière d'inventaires de cette sorte, est peut-être la communication envoyée par le président Roosevelt<sup>1</sup> au congrès de psychologie sportive organisé à Lausanne, il y a deux ans, par le Comité International Olympique. Tout le monde sait à quel degré de sportivité se maintient l'homme d'État américain ; mais presque tout le monde ignore que cette sportivité est un produit de la volonté éclairée par la réflexion. Roosevelt, enfant plutôt débile, s'était



mué en un adolescent nerveux et timide, sans décision, sans audace. L'humiliation de son infériorité virile l'éprouva, et il résolut de s'en évader en cultivant sa vigueur corporelle, car il comprenait parfaitement, avec notre grand Montaigne, que pour « durcir l'âme » rien ne vaut comme de « roidir les muscles ». C'est ainsi que Théodore Roosevelt entra dans la carrière sportive, où il devait briller de quelque éclat — encore qu'il prenne plaisir à atténuer rétrospectivement les succès qu'il remporta.

Ce qu'il ne cherche pas à atténuer, ce que, au contraire, il s'applique à mettre en relief dans la communication que je viens de rappeler, c'est l'extraordinaire action réciproque du caractère et

du muscle l'un sur l'autre. Or, la condition exprime pour qu'une telle action commence de s'exercer, c'est la connaissance de soi-même. Théodore Roosevelt l'a poussée au maximum de la perfection. Et si le voyage perpétuel qu'il sait accomplir autour de sa propre personnalité pour en contrôler les ressources lui est devenu familier, le secret lui en a été enseigné par l'examen de ses capacités corporelles, de celles qu'il apportait à la pratique des sports.

L'exemple est logique et il vient de haut. Suivez-le, jeunes gens. Cherchez dans la façon dont vous abordez vos exercices, dont vous y réussissez et dont vous y échouez des indications sur les facultés qui sont en vous et sur celles qui n'y sont pas. Ce ne sera tout d'abord qu'une étude matérielle et restreinte en son objet. Puis, sans même que vous vous en aperceviez, les éléments psychiques se mêleront aux autres et une clarté jaillira qui, peu à peu, vous révélera tout entier à vous-même.

Vous apprécierez alors à sa juste mesure la profondeur de la sagesse antique et comment elle a atteint des sommets que l'homme n'a, depuis, jamais su dépasser. Se connaître soi-même n'est pas seulement la condition de tout progrès, la source de toute vertu, c'est encore la base de l'équilibre social. Et l'État n'y a pas moins d'intérêt que l'individu car, si les citoyens se connaissent eux-mêmes et se rendent compte de leur imperfection indélébile, ils deviennent plus indulgents aux imperfections fatales du gouvernement. Et, enfin, les peuples éclairés les uns sur les autres ont moins de chances de s'intoxiquer aux fumées d'un fol orgueil et de déchaîner ainsi des guerres infâmes.



Article publié dans *L'Excelsior* le 23 août 1915.

<sup>1</sup>Théodore Roosevelt (1838-1919), homme d'État et président des États-Unis de 1901 à 1908.