

**Zeitschrift:** Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport

**Herausgeber:** École fédérale de sport de Macolin

**Band:** 43 (1986)

**Heft:** 10

**Vorwort:** Au-delà du bon sens, le sport bascule... : dans le non-sens! : Chez les "populaires", le bon sens devrait l'emporter sur le libre arbitre

**Autor:** Jeannotat, Yves

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 01.04.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



## Au-delà du bon sens, le sport bascule... dans le non-sens!

### Chez les «populaires», le bon sens devrait l'emporter sur le libre arbitre

Yves Jeannotat

Je ne vais pas rappeler l'origine du mot «sport» qui veut dire «s'amuser». Comme d'autres termes, celui-ci a dû progressivement adapter sa définition, une définition qui s'est multipliée sans jamais donner pleinement satisfaction. Voici celle élaborée par un comité de l'UNESCO: «Le sport est une activité spécifique de compétition, dans laquelle la pratique d'exercices physiques est valorisée afin de permettre à l'individu de perfectionner ses possibilités morpho-fonctionnelles et psychiques, en les concrétisant en un record, en un dépassement de soi ou d'un adversaire.» Puis celle du Français Bernard Gillet: «Le sport est une lutte et un jeu, une activité physique intense soumise à des règles précises et préparée par un entraînement intensif.» Celle, enfin, de Pierre de Coubertin: «Le sport est un culte volontaire et habituel de l'effort musculaire intensif appuyé sur le désir de progrès et pouvant aller jusqu'au risque!»

Il me plaît de lire que le sport implique le «risque», perspective à laquelle on pourrait ajouter l'«aventure» qui lui est étroitement liée. Mais à condition que le risque reste «conscient» et que l'aventure ne sombre pas dans l'équipée «aventureuse»! Or, depuis que le sport s'est heureusement démocratisé et qu'il a mis la masse en mouvement, les «risque-tout» sont aussi nombreux que les «aventuriers». Forts de leur libre arbitre, ceux-ci entraînent hélas, dans leur sillage, des imitateurs mal informés, donc privés du pouvoir de choisir en toute liberté et en toute connaissance de cause!

\*

Le sport divise les pratiquants en deux grandes catégories: celle qui réunit les spécialistes, pour lesquels la performance chif-

frée et le rang comptent plus que tout autre aspect d'ordre socio-culturel (ils sont dans la force de l'âge et dans la phase ascendante de leur courbe de rendement physiologique; ils s'entraînent en conséquence et tentent logiquement de parvenir aux limites de leurs possibilités); celle des «populaires» ensuite, dont la préoccupation première «devrait» être d'obtenir, par le sport, une santé consolidée, un bien-être accru, un meilleur équilibre, le tout se soldant d'ailleurs également par une capacité de performance générale plus élevée.

Les connaissances acquises dans les domaines de la biologie, de la psychologie et de la médecine adaptée permettent de savoir approximativement où se situe la frontière entre le sport d'élite et le sport populaire, celle-ci pouvant varier, bien sûr, en fonction des individus et du sport choisi.

\*

Il y a une quinzaine d'années, avec quelques amis, nous avons entrepris de promouvoir la pratique des sports d'endurance populaires – la course à pied en particulier – par souci de participation active et efficace à la lutte menée par les milieux médicaux contre les maladies cardio-vasculaires et tout en mettant, dans les mains des adeptes, un instrument capable de les aider à échapper aux autres effets néfastes de la société de consommation et d'opter, par le fait même, pour un mode de vie de meilleure qualité. J'aime trop le «bon» sport, trop la course à pied «populaire», je respecte trop ceux qui s'y adonnent pour ne pas dénoncer les abus lorsqu'ils se font jour! (Voir aussi pages 2 et 3.)

\*

Parce qu'elle est, pour certains, un objet de motivation indispensable, la compétition est, admettons-le, un «mal nécessaire». Mais elle ne se justifie pleinement que si elle est l'aboutissement d'une préparation consciencieuse, régulière et à long terme. En un peu plus d'une décennie, des formules quasiment idéales ont été mises au point dans ce sens en course à pied: épreuves de plaine jusqu'au marathon; épreuves de montagne jusqu'à Sierre-Zinal. L'attrait de ces formules nouvelles ou élargies a été irrésistible, aussi bien pour les champions (ces faiseurs de spectacle) que pour les «populaires» (en quête de mieux-être) d'où, également, leur succès «médiatique».

\*

Par-delà Sierre-Zinal et le marathon, on avoisine la ligne de rupture, quelques cas limites restant toutefois au bénéfice du doute: les 100 km par exemple, dont on ne sait encore trop si les bienfaits d'ordre moral et psychique qu'en retirent les «populaires» sont supérieurs ou inférieurs aux risques encourus par leur système locomoteur passif.

Cette réserve faite, j'ai la conviction absolue que la majorité des entreprises sportives dites «ultra», accessibles sans doute aux spécialistes – donc à une élite – non seulement ne se justifient pas, mais sont dangereuses et vides de sens pour les vrais «populaires»: «Grand triathlon», «Supermarathon de l'Himalaya», «Marathon alpin de Davos»... Ceci étant, la liberté individuelle prévaut de droit sur la notion de valeur et, souvent hélas, sur le simple bon sens au-delà duquel toute chose bascule et retourne au point «zéro»! ■