

Zeitschrift: Le conteur vaudois : journal de la Suisse romande
Band: 51 (1913)
Heft: 24

Artikel: Savoir dételer
Autor: Coubertin, Pierre de
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-209634>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 16.01.2026

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



CONTEUR VAUDOIS

PARAÎSSANT TOUS LES SAMEDIS

Fondé en 1861, par L. Monnet et H. Renou.

Rédaction, rue d'Etraz, 23 (1^{er} étage).
Administration (abonnements, changements d'adresse),
E. Monnet, rue de la Louve, 1.

Pour les annonces s'adresser exclusivement
à l'Agence de Publicité Haasenstein & Vogler,
GRAND-CHÈNE, 11, LAUSANNE,
et dans ses agences.

ABONNEMENT : Suisse, un an, Fr. 4 50;
six mois, Fr. 2 50. — Etranger, un an, Fr. 7 20.

ANNONCES : Canton, 15 cent. — Suisse, 20 cent.
Etranger, 25 cent. — Réclames, 50 cent.
la ligne ou son espace.

Les annonces sont reçues jusqu'au jeudi à midi.

Sommaire du N° du 14 juin 1913 : Savoir dételer (Pierre de Coubertin). — (Boutade). — Comme M'me Angot (Clément Vautelet). — Mon fusil (M.-E. T.) (A suivre). — Autour d'un demi (Jean-Pierre). — Les patois romands. — (Boutade).

SAVOIR DÉTELER

Le président du Congrès international de psychologie et de physiologie sportives, M. Pierre de Coubertin, congrès qui a eu lieu il y a un mois, à Lausanne, a publié sous le titre d'*Essais de psychologie sportive*, un livre fort intéressant, auquel nous empruntons les pages suivantes :

« L'art de dételer — ou la science, si vous préférez, nous n'en disputerons pas — semble disparaitre de nos habitudes à l'heure où nous en aurions le plus grand besoin. Nos pères avaient admirablement « dételer ». Oh ! certes, la civilisation d'alors leur facilitait beaucoup la chose. Ils possédaient de bonnes chambres spacieuses et silencieuses où on pouvait ouvrir une armoire sans être obligé, pour faire de la place, de fermer préalablement la porte ou la fenêtre, et où l'on pouvait tousser, se moucher et même éternuer sans risquer d'éveiller toute sa famille. Aucun appel de téléphone ne provoquait dans l'organisme des sursauts incessants. Les courriers étaient longs à venir, les carrosses roulaient posément, les gazettes, peu nombreuses et peu pressées, enveloppaient la chronique du jour d'expressions atténuateuses ; il y avait dans les rouages sociaux de l'huile de bonne qualité. Le contraste avec la vie présente est absolument. Maintenant, tout trépide, tout se heurte, tout menace de casser... Mais quoi ! il faut bien vivre avec son temps, faute de pouvoir se réfugier dans le passé ou dans l'avenir, et ce temps d'ailleurs rachète par une foule d'avantages fort appréciables de très réels inconvénients. Pour s'en accommoder tout à fait, que nous manque-t-il ?... Devinez. Eh bien ! il nous manque de savoir dételer.

Il ne suffit pas de vouloir, il faut encore savoir dételer.

Il y a des heures où la détente désirale ne peut pas s'opérer ; en vain la poursuivrait-on ; cette poursuite inefficace risquerait de n'engendrer que de l'énervement. Ce n'est pas toujours la fatigue qui constitue l'indice, c'est une sorte d'instinct incitant à profiter de l'occasion et des circonstances favorables. Enfin, la durée du « dételage » doit toujours être brève, sous peine de glisser dans la paresse ou — si l'on nous permet ce néologisme — dans la colimaçonnerie.

Quelles sont les « aides » ? L'optimisme est une aide morale de premier ordre. L'allongement, le silence, le plein air sont les principales des aides physiques. L'optimisme n'est pas le défaut de notre époque. Raison de plus pour s'y entraîner. Les Américains se contentent l'histoire d'une sorte de Job transatlantique, auquel ses maux successifs n'arrachaient jamais que cette parole : *Well, it might be worse* : après tout, cela pourrait être pire. En arrivant en Enfer (on

se demande, par exemple, ce qui avait bien pu y conduire ce philosophe), il regarda autour de lui et répéta son éternel : *Well, it might be worse*. Sans en pousser aussi loin l'abus, avouons que la formule a du bon et serait d'un emploi fécond en bien des cas.

Il est surprenant combien la position horizontale favorise la détente générale et, s'il y a addition de silence et de plein air, on est presque sûr d'atteindre rapidement un résultat appréciable. Alors l'habitude s'en mêle, et l'habitude est l'aide par excellence.

La distraction qui consiste seulement à changer de lieu et de milieu constitue une aide très efficace. Le cadre dans lequel on vient de fournir un effort semble s'être imprégné en quelque sorte de cet effort même, et il n'est pas aisément de s'en détacher, d'en isoler sa pensée et ses nerfs. L'ouvrier éprouve clairement ce phénomène quand il va au cabaret. Jamais, sur son chantier ou dans son atelier, il ne réussirait à se reposer aussi bien pendant ses interruptions de travail. Le cabaret n'est, en somme, qu'un dételage incomplet et dévié ; mais, envisagé sous cet angle, il faut avouer qu'il répond, sans toutefois le satisfaire, à un besoin essentiel.

L'ouvrier de la pensée se trouve en face d'un besoin analogue, avec cette différence que son dételage est beaucoup plus délicat à exécuter et a des chances d'agir moins rapidement. La réfection des forces musculaires et morales s'accomplice vite ; on se sent merveilleusement dispos et courageux après un dételage complet bien compris et opéré à point. L'agitation cérébrale, elle, comporte toujours une certaine « houle » vis-à-vis de laquelle les aides que nous venons de signaler se comportent comme un brise-lames, mais qui ne se calme que lentement. C'est pourquoi nous avons naguère recommandé à l'homme affaibli, passant d'une forte activité cérébrale à la pratique d'un sport quelconque, de s'imposer entre deux le tampon d'un bref dételage, d'un repos absolu dans l'immobilité et le silence sur un divan ou une chaise longue.

En tous les cas, que chacun y apporte son ingéniosité personnelle et s'applique à saisir les occasions et à utiliser les circonstances, une seule chose demeure, c'est qu'il nous faut, à nous autres hommes du XX^e siècle, pratiquer régulièrement le dételage au cours de nos journées trop pleines, faute de quoi nous compromettrions cet autre dételage plus long, qui s'appelle le sommeil et qui est, en quelque façon, le régulateur de notre santé. »

PIERRE DE COUBERTIN.

Au restaurant. — Il a un goût de pétrole, votre bouillon !

— Oh ! vous savez, c'est du bouillon de cheval.

— Vous êtes sûr que ce n'est pas du bouillon d'automobile ?

Q UOIQUE les lignes suivantes ne soient pas d'allure romande ni vaudoise, elles intéressent aussi notre littérature ; c'est à ce titre que nous les reproduisons. Elles sont extraites du *Matin* :

La commission du dictionnaire de l'Académie a proscrit le mot « esquinter », sous prétexte qu'il est trop trivial.

Une jeune fille bien élevée ne pourra donc pas dire :

— Je viens de prendre une leçon de *tango*... Je suis esquintée !

En revanche, il lui sera permis de déclarer, sans rien perdre de son charme ingénue :

— Papa vient de m'engueuler !

« Engueuler » est académique. Cependant, « esquinter » paraît bien moins choquant...

Je serais désagréablement surpris d'entendre ces vers :

Le ciel, madame, a fait que je vous trouve seule
Et qu'au nom de l'honneur, enfin, je vous engueule !

* Mais, à la rigueur, j'admettrais ceux-ci :

C'est en vain, je le sais, cruelle Philaminte,
Qu'à conquérir un cœur rebelle, je m'esquine !

Il est vrai que le veto académique n'a aucune importance. L'« illustre Compagnie » finit toujours par adopter ces enfants trouvés que sont les mots nouveaux, mais elle y met de la mauvaise humeur et les fait attendre longtemps. La vieille dame n'a jamais aimé la nouveauté, ni dans l'esprit, ni dans la lettre.

Au surplus, tant mieux... Ces vocables argotiques ont l'originalité, la fantaisie et souvent même la beauté des enfants du hasard. Le jour où ils sont légitimés, ils perdent leur charme et leur éloquence, et il faut les remplacer. Car il y a des moments dans la vie où l'homme le plus poli du monde éprouve un soulagement à parler comme M^{me} Angot.

CLÉMENT VAUTEL.

MON FUSIL

I

J E n'ai pas la mémoire des chiffres. Toutefois son numéro est demeuré profondément gravé dans ma cervelle :

— 65,270.

Nous sommes, mon fusil et moi, une paire d'amis.

Nous nous rencontrâmes, à l'arsenal de Morges, il y a de cela bien des années, par une souffrante matinée d'avril. Soudain, sans explications, on me le mit entre les mains. Je le considérai longuement. Il m'apparut comme un jouet délicat, qu'il ne fallait point brusquer. J'admirai son armature de bois brun, soigneusement poli, sa mâchoire sombre trouée d'un éclat d'acier.

Nous partîmes ensemble pour la caserne de la Pontaise. Un jour, à la théorie, un caporal m'apprit que l'instrument dont j'étais détenteur devait servir à défendre la Patrie et que, par conséquent, il fallait le nettoyer et le graisser tous les soirs en rentrant de la manœuvre...