

Zeitschrift:	Jeunesse forte, peuple libre : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
Herausgeber:	École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
Band:	12 (1955)
Heft:	4
Artikel:	L'alpinisme nécessite de sérieuse préparation
Autor:	Wolf, Kaspar
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-996849

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: 08.02.2026

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

Le sport le plus original

Quelques hommes cheminent paisiblement au pied d'un glacier. Le soleil darde ses rayons sur la nuque. La neige cède sous les pas. De temps en temps, l'un des hommes essuie la sueur qui perle à son front.

Les voici qui s'élèvent maintenant sur l'arête. Puis, respirant un peu plus péniblement, ils gravissent le névé abrupt. Les voici enfin debout tout au haut de la cime.

Ils sont satisfaits ; n'est-ce pas merveilleux, après toutes les peines qu'ils ont endurées : le lever au milieu de la nuit, la marche incertaine sur la moraine, la longue montée dans le froid glacial du matin puis sous les rayons ardents du soleil, sans oublier le danger constant d'y laisser sa vie. Ils se serrent la main et se félicitent mutuellement. Les yeux rayonnants admirent le panorama.

S'il me fallait expliquer pour quelles raisons les hommes gravissent les montagnes, un livre serait nécessaire, et encore, ce serait incomplet ! La halte au sommet m'apparaît quelquefois comme un bain de vie. Après toutes les peines et tous les tourments, après la lutte contre la crainte, on a, dans la montagne tout au moins, atteint un but. On s'est élevé ! La vie vous apparaît plus simple, plus riche, libérée de toute contingence humaine. On se sent purifié !

L'alpinisme n'est pas un sport en tant que compétition, mais c'en est un si on le considère dans son sens le plus large, comme délassement ou comme une satisfaction personnelle dans la recherche de l'effort physique.

Comme tel, le sport de l'alpinisme est le plus singulier qui soit, car l'homme, dans ce jeu, frôle constamment la frontière de la vie et de la mort. Il met librement son existence en jeu, non pas pour la perdre, mais pour la conquérir à nouveau !

La jeunesse et la montagne

Lorsqu'un jeune est conduit, pour la première fois en montagne, il est exposé à une forte tentation. Il est à la merci de l'espoir et de la crainte, du pressentiment et de ses connaissances, de ses désirs et de la réalité. Il aspire à de grandes choses. Il souhaite ardemment l'aventure de la vie.

La montagne peut lui offrir beaucoup de tout cela. La tentation à laquelle il se trouve soumis, c'est précisément de céder à l'ardeur indomptable qui caractérise la jeunesse. Il est fasciné et se donne complètement.

Comment pourrait-il différencier ce qui est jeu et ce qui est un problème sérieux, lui pour qui la vie est sans frontières ? Avec l'âme d'un enfant ne connaissant pas encore la mesure des choses, mais avec la force d'un homme capable de performances extraordinaires, il n'est pas rare qu'il franchisse cette limite qu'en montagne on ne peut voir mais seule-



Premiers essais de marche sur un glacier

Les voici qui s'élèvent maintenant sur l'arête...

L'alpinisme nécessite

par Kasp

ment connaître. Plus d'un a payé de sa vie cette témérité ! Si l'alpinisme n'est qu'un jeu sportif où l'on se mesure avec soi-même et avec la montagne, mais où le jeune homme ne connaît que les règles techniques du jeu, il convient de donner un sérieux avertissement. L'alpinisme exige une certaine maturité fondamentale de la conception de la vie, le sens de la mesure des choses de ce monde ; il exige un jugement objectif, un excellent équilibre psychique et un cœur solide qui lui permettent d'apprécier, à côté de l'aventure de l'excursion, les beautés du monde alpin.

Toutes ces exigences ne relèvent pas uniquement de la connaissance des règles, mais encore de l'éducation.

Un grave problème pour le moniteur

Même si un moniteur, sachant exactement de quoi il s'agit, fait de la question de l'éducation l'objectif No 1 de l'alpinisme, il ne doit pas se laisser effrayer par l'ampleur et le sérieux de sa tâche. Le problème de la responsabilité.

Car le risque ne pourra jamais être totalement écarté. Il y a quelques années, un ami disparut soudain, devant mes yeux, dans une crevasse à quelque 200 m. de la cabane, sur un glacier qui, à première vue, n'offrait aucun danger. Il fut recouvert par une épaisse couche de neige qui fut entraînée par sa chute. Avec l'énergie du désespoir, je cherchai le disparu pendant deux heures qui me parurent plus que suffisantes pour me faire sentir le poids de la responsabilité pour le restant de mon existence. Cet ami était fils unique ; sa mère n'avait consenti qu'à contre-cœur à la laisser partir avec moi ; d'un cœur léger, je lui avais promis que nous reviendrions sains et saufs. Je retrouvai finalement mon ami complètement engourdi, mais vivant. Ce qui avait failli être une catastrophe se termina relativement bien. Je ne souhaite cependant à aucun moniteur de devoir faire un tel apprentissage de la responsabilité.

Partout et à chaque instant, on se trouve, en montagne, devant une décision à prendre. Quand faut-il courir un risque afin de ne pas se priver du plaisir d'une ascension ? Quand faut-il, au contraire, y renoncer afin de ramener tout le jeune monde confiant à la maison ?

Je souhaite que les connaissances du moniteur, son expérience, son coup d'œil avisé ou les conseils d'un guide puissent faire intervenir toujours cette décision au bon moment et au bon endroit, ni trop haut, ni trop bas !

Le degré élémentaire

Le degré élémentaire de l'alpinisme est inhérent à la formation première et à l'éducation de l'enfant. Il n'a, comme tel, rien à voir avec l'alpinisme. C'est en quelque sorte sur les épaules de son père, lors d'une promenade dominicale, que le petit enfant perçoit ses premières impressions sur la grandeur et la diversité du monde.

C'est encore aux côtés de son père, en se promenant sur les collines que l'enfant apprend où le soleil se lève, quelle est la direction du vent et d'où tombe la pluie.

e sérieuse préparation

, Macolin

Jeune homme, toujours en compagnie de son père ou de camarades, dans le cadre d'une troupe d'éclaireurs, par exemple, il explore les contrées proches ou lointaines, en été ou en hiver, sous le soleil ou la pluie, par le froid ou la chaleur, de jour ou de nuit; tout au long de l'année, il se familiarise avec les lois de la nature, il apprend à se comporter dans les diverses circonstances et à apprécier tout ce que Dame Nature lui offre si généreusement en richesse et en beauté.

Pour la deuxième fois dans la vie : Premiers essais de marche

Le moment est maintenant arrivé d'effectuer les premiers pas dans le royaume des montagnes. Il peut le faire dans un camp d'éclaireurs, dans le cadre d'une organisation de jeunesse du C.A.S., dans un cours d'alpinisme de l'instruction préparatoire, mais combien il serait sympathique de voir le père au côté de son fils.

Ce départ est, d'une façon ou d'une autre, déterminant. Le terrain sur lequel on s'aventure devient de plus en plus rapide, les fondements de moins en moins sûrs, mais le danger de chute est encore totalement exclu.

Le jeune homme doit tout d'abord réapprendre à marcher, aussi dans des conditions changeantes et difficiles.

De nombreux moniteurs se rendent coupables sous ce rapport. Ils cèdent à l'impatient enthousiasme de la jeunesse désireuse d'escalader le plus vite possible les cimes et négligent ainsi les éléments fondamentaux de la technique de l'alpinisme : la marche, sur les pentes gazonnées, sur les éboulis, sur les moraines, sur les pierres, sur la neige, sur la glace, sur les névés, les séracs ; la marche en montée, en descente, de biais, dans toutes les variantes, seul, avec le piolet, avec le rucksack, en colonne, à la corde courte, frais ou fatigué, avec une bonne ou une mauvaise visibilité, sur un sol sec ou mouillé.

Ce n'est qu'après qu'intervient ce que la méthode de la technique alpine appelle la formation au rocher léger, la manipulation de la corde, l'utilisation rationnelle du piolet, le travail sur le glacier et les névés, et la formation complémentaire aux premiers secours, à l'orientation, à la météorologie et à l'alimentation de l'alpinisme, etc.

La maturité

Un jeune alpiniste qui fait ses ascensions à la vitesse d'un météore et qui, dans l'espace de quelques années seulement, a déjà escaladé les sommets les plus élevés, les pointes les plus ardues et effectué les traversées les plus audacieuses, me laisse toujours quelque peu soucieux. Celui qui monte trop haut risque de tomber aussi plus profondément, dit-on ! J'aimerais mettre en garde ici tous ceux qui vont trop vite, à l'exception des alpinistes particulièrement doués.

Le jeune homme de 16, 18 ou 20 ans devrait, après l'initiation, mettre en pratique des centaines de fois ce qu'il a appris, afin de parvenir à une certaine maturité. Nos montagnes sont des places de jeux aux variations et aux ressources infinies.

D'intéressantes marches d'approche de cabane, des passages de tous genres, de simples excursions sur les glaciers et les névés, de petites varappes, peuvent être effectués partout et en tous temps.

Ce que l'enfant fait sur les hauteurs du Jura, du Plateau ou des Préalpes, les excursions en pleine nature, il doit le faire à nouveau. L'excursion à travers le royaume alpin. Il doit apprendre à connaître les lois de la montagne, de telle sorte qu'il se familiarise avec elles et ait aussi la confiance nécessaire. Et cela exige généralement beaucoup de temps, non seulement des mois, mais souvent des années.

Il est heureux, le jeune homme qui a un père, un ami plus âgé ou un moniteur qui veuille bien se charger de son initiation. Car l'alpinisme ne s'apprend pas uniquement en le pratiquant pendant quelques années de jeunesse, mais bien en le « revivant » pendant toute une existence.

La haute école

Il y a dans ce domaine, comme dans tous les autres domaines de l'activité humaine, des éléments particulièrement bien doués. Ils s'affirment bientôt, non seulement par leur technique, mais par toute leur personnalité.

Il n'est pas défendu de les initier à la haute école de l'alpinisme. Ce serait pour de nombreuses raisons — ne serait-ce que du point de vue psychologique — une erreur que de vouloir les empêcher de suivre leur idéal. On leur ferait beaucoup plus de tort que de bien.

Mais ce n'est plus là l'affaire des cours d'alpinisme de l'instruction préparatoire, par exemple, et à mon avis, non plus celle des organisations de jeunesse du C.A.S.

Ici intervient, en lieu et place de l'enseignement en classe, l'initiation individuelle et l'école proprement dite. Le jeune homme bouillant et enthousiaste doit, comme élève, devenir, dans une certaine mesure, le disciple d'un ami et professeur expérimenté et plus âgé que lui. C'est là que s'associent le désir d'action de la jeunesse et la solide expérience de l'aîné ; cela peut donner de magnifiques cordées !

Il serait souhaitable que chaque grand alpiniste s'associe de temps en temps à un jeune pour le faire profiter de sa riche expérience, de sa science et de sa haute conception de l'alpinisme.

En guise de conclusion

L'alpinisme exige lui aussi une solide formation, mais une formation toute particulière qui s'étend sur plusieurs années. Un vétéran dirait même sur toute la vie ! N'oublions jamais que la belle tâche qui nous a été confiée consiste précisément à conduire la jeunesse dans le merveilleux domaine des montagnes, afin d'enrichir ainsi sa vie et la nôtre



En montagne, tout paraît plus simple, plus riche ! On se sent purifié !

C'est dans la cordée que s'associent l'enthousiasme de la jeunesse et la solide expérience de l'aîné.