

<b>Zeitschrift:</b>	Jeunesse forte, peuple libre : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
<b>Herausgeber:</b>	École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
<b>Band:</b>	13 (1956)
<b>Heft:</b>	3
<b>Artikel:</b>	Cultiver le goût de l'effort
<b>Autor:</b>	Pellaud, Francis
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-996757">https://doi.org/10.5169/seals-996757</a>

### 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>**



# Jeunesse forte Peuple libre

Revue mensuelle  
de l'Ecole fédérale de gymnastique  
et de sport (E.F.G.S.) à Macolin

Macolin, mars 1956

Abonnement: Fr. 2.30 l'an

Le numéro: 20 ct.

13me année

No 3

## Cultiver le goût de l'effort

Nous vivons à une époque de motorisation, de mécanisation, d'automatisation à outrance.

Parfairement consciente de la faiblesse humaine, l'industrie s'est ingénierie à créer et à produire tout ce qui est susceptible d'éviter à l'homme la nécessité de l'effort. C'est une révolte organisée et systématique contre la sentence divine consécutive à la désobéissance de nos premiers parents Adam et Eve: «Tu gagneras ton pain à la sueur de ton front! Tu enfanteras dans la douleur!»

On nous a annoncé la construction prochaine d'usines électroniques 100 % automatiques, capables de produire la plupart des produits de première nécessité; on applique déjà — avec plus ou moins de bon-

heur — la méthode de l'accouchement dit, sans douleurs!

Mais on assiste aussi — et il convient de le proclamer bien haut — à une dégénérescence accrue de la race humaine, au fur et à mesure que se développent les commodités de toute nature qui privent notre organisme de l'action stimulante de l'effort physique.

La loi du moindre effort paraît s'être imposée dans tous les milieux de la population: l'ouvrier entend obtenir le plus haut salaire et le minimum d'heures de travail; les chefs d'entreprises, les directeurs de fabrique n'aspirent qu'à faire fortune le plus rapidement possible; les spécialistes de tout bois exigent des



Lourdement chargée, skis sur l'épaule, une patrouille franchit l'arête escarpée séparant le Fel-senthal de la Gurzenalp, au pied du Gemsstock.

Photo de l'auteur.

honoraires exorbitants; les commerçants ne traitent que si la marge de bénéfice qui leur est accordée dépasse les normes les plus optimistes; les loteries et autres concours de pronostics, enfin, n'ont jamais connu une vogue aussi considérable !

Bref, les hommes, petits et grands, veulent vivre et surtout jouir avidement de leur existence, sans devoir en payer, en contre partie, le prix imposé par la loi naturelle.

Les sociologues, les pédagogues et autres éducateurs s'alarment de cette fâcheuse tendance et s'emploient à définir et aussi à dissiper le malaise qui résulte de cette course effrénée au profit et à la jouissance. Ils en envisagent, avec inquiétude, toutes les funestes conséquences: dégénérescence physique de l'individu et partant affaiblissement correspondant de la nation et déliquescence morale engendrée par la paresse, source de tous les vices.

\* \* \*

Aussi, est-ce avec une vive satisfaction que nous avons accueilli la déclaration du major Arnold Kaech, commandant du récent cours central alpin d'hiver, par laquelle il nous proposait, comme un des buts essentiels du cours: Cultiver le goût de l'effort !

Le caractère spécial des cours centraux alpins assure d'emblée une sélection des hommes qui y participent. Si par hasard, certains d'entre eux s'y présentèrent avec le secret désir d'effectuer d'agréables vacances «aux frais de la princesse», ils en furent certainement pour leurs frais ! Certaine dislocation, avec paquetage complet, d'Andermatt au St-Gotthard, via Pizzo Centrale, en pleine bourrasque de neige, par un brouillard aussi dense que tenace, ne fut qu'un des aspects particuliers de ce culte de l'effort si cher au directeur de notre Ecole fédérale de gymnastique et de sport !

La vie en haute montagne ne permet, en effet, aucun marchandage; celui qui prétend la partager se trouve placé, qu'il le veuille ou non, entre deux alternatives: aimer l'effort et ses exigences ou souffrir un long et dououreux calvaire !

\* \* \*

Le patrouilleur alpin et plus particulièrement le patrouilleur alpin d'hiver doit pouvoir et savoir se donner à fond; il doit consentir à dépasser — souvent largement — ce qu'il croit être la limite de ses possibilités physiques; il doit forger sa volonté de telle sorte que son organisme accepte sa loi et s'y soumette sans rechigner; il doit aussi éduquer son caractère à la soumission: soumission aux camarades plus expérimentés, mais soumission encore et surtout aux grandes lois naturelles qui régissent la vie en haute montagne avec tous les dangers réels ou subjectifs qui la menacent.

C'est dans l'âpre lutte contre les éléments déchaînés que l'homme se révèle tel qu'il est, sans masque, sans bluff ! C'est pour lui l'occasion de montrer, comme l'on dit: ce qu'il a dans le ventre !

Face à l'abîme vertigineux qu'il doit escalader ou à la pente de laquelle l'avalanche peut fondre sur lui,

«l'himalayen de café-concert» perd tous ses moyens et laisse volontiers passer son tour !

La montagne l'a éprouvé et trouvé bien petit.

\* \* \*

Le vrai montagnard, par contre, a parfaitement conscience que la montagne est toujours la plus forte.

C'est pourquoi il la cajole comme une maîtresse, lui faisant tous ses caprices, ne la brusquant jamais ! Il sait qu'avec de la douceur et beaucoup, infiniment de patience, il finira par la conquérir tout à fait. Il sait qu'il devra souffrir, beaucoup souffrir, avant d'obtenir le baiser savoureux qui n'est donné qu'au vainqueur !

Mais il sait aussi que la montagne aime les être-vigoureux et ceux précisément que ne rebute pas l'effort. C'est cette certitude de la victoire finale, cet avant-goût délicieux de la conquête qui lui donne ce goût de l'effort et l'incite à le rechercher avec avidité.

Il en résulte pour lui une exaltation qui lui fait oublier toutes les vaines frivolités de nos existences de terriens; il vit, en quelque sorte, dans un monde supra-terrestre qui imprime à son âme et à tout son être ce caractère quelque peu mystique et attachant.

\* \* \*

Dans la solitude quasi inviolée des pics et des neiges éternelles l'homme apprend, enfin, la sobriété: sobriété dans ses paroles, dans ses gestes, dans sa nutrition.

Mon oncle Maurice Crettez, guide légendaire, celui que familièrement l'on appelait «L'ours de Champex» ne parlait guère au cours des ascensions qu'il dirigeait; toute son attention était concentrée sur le choix du cheminement le plus favorable à ceux qui s'étaient confiés à ses bons soins. Il avait conscience que toute distraction de l'esprit pouvait avoir, chez des alpinistes non expérimentés, les plus graves conséquences.

Quand, par hasard, ses clients devenaient par trop bavards, il leur disait avec une rude bonhomie: «Fermez la bouche et serrez les fesses ou alors rentrez chez vous !» Il ne s'en n'est pas trouvé un seul qui ait résisté à cet impératif ou qui lui en ait gardé quelque rancune, car si Maurice était exigeant pendant la marche, il devenait le plus agréable des compagnons au repos et chaque halte était un régal pour ses clients tant il savait les enthousiasmer par ses récits tous plus captivants les uns que les autres.

Il fit des milliers d'ascensions et ne se laissa rebuter par aucune difficulté. L'ours de Champex a vaincu et mâté les plus fières montagnes, car il les a passionnément aimées. Il a cultivé, comme peut l'ont fait, le goût de l'effort.

C'est en pensant à lui, à mon père Anatole — ces deux pionniers valaisans du ski de haute montagne — à son fils Maurice et à ses deux malheureux compagnons de la patrouille des glaciers, Robert Droz et Louis Thétaz, morts au champ d'honneur de la Tête Blanche, le 10 avril 1949, que je viens de vivre intensément trois semaines d'exaltants et vivifiants efforts dans le voisinage des 3000 m. au cœur même de notre incomparable et merveilleuse Patrie! Francis Pellaud.

## Avis aux souscripteurs de l'ouvrage illustré «Macolin»

Pour des raisons indépendantes de notre volonté (accident survenu à l'un de nos collaborateurs) l'ouvrage susmentionné n'a pu sortir de presse pour Pâques comme prévu. Les éditions française et allemande sont actuellement sous presse. Le nombre des photos a été porté de 50 à 61 donnant plus de valeur encore à ce document qui fera certainement la joie des souscripteurs qui nous l'ont commandé jusqu'à ce jour et de tous ceux qui ne manqueront pas de profiter de la prolongation du délai de souscription fixé au 30 avril 1956.

Editions Pierre Boillat, rue des Prés 28, Bienné.