

<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>	17 (1960)
<b>Heft:</b>	[3]
<b>Rubrik:</b>	Georges Hébert, un pionnier, un solitaire : l'hommage de la presse

#### 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:** 15.01.2026

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

# Georges Hébert, un pionnier, un solitaire

L'hommage de la presse

Sous ce titre, Jean-François Brisson, ancien champion de France du 110 m. haies, rédacteur au Figaro, écrit : « Glorieux soldat, meneur d'hommes, Georges Hébert fut toujours ennemi du compromis. Animé d'une foi inébranlable dans la doctrine que, durant toute sa vie, il ne cessa de mettre au point et de perfectionner, il la considérait comme un tout...»

Seul et presque sans aide, après la fermeture du « Collège d'athlètes de Reims », il n'en réunit pas moins, avec quelques collaborateurs dévoués, de nombreux adeptes, dans tous les milieux soucieux du développement physique et viril des jeunes... »

## L'éducation physique, charnière de l'éducation morale

Nous lisons dans « Education Physique et Sports » : « Georges Hébert est entré vivant dans l'histoire comme une des grandes figures de l'éducation physique. Son nom à lui seul évoquait tout un mouvement de pensée, un mode de vie plus aéré et plus sain. Ce fut l'un de ses exceptionnels mérites de mettre au service d'une juste cause le rayonnement d'une personnalité hors de pair.

Indépendamment même des considérations de doctrine, il faut lui savoir gré d'avoir été l'un des plus ardents pionniers de l'éducation physique en France... Par son exemple comme par ses écrits, il montra que l'éducation physique était et devait être en même temps formation du caractère, éducation morale. De ses critiques contre les excès et les déviations du sport de compétition, il demeure un sage avertissement dont le sport lui-même doit tirer profit. » (1957)

## Sa solitude est pleine de grandeur

Au lendemain de sa mort, nous extrayons des colonnes du « Monde » (14 août 1957) :

« Les bienfaits du milieu naturel, la nécessité pour conserver sa santé, d'effectuer une somme quotidienne de travail physique, l'avantage d'utiliser dans l'éducation les gestes qui sont ceux de notre espèce et les exercices à but utilitaire, l'idée de la profession, du dosage et de l'industrialisation de l'entraînement, l'importance d'éduquer tous les sujets, faibles aussi bien que forts, et non seulement les plus doués, le rôle des facteurs moraux dans l'éducation physique, s'imposent à son esprit... »

L'œuvre est admirable. Mais, chose rare, l'homme est à la hauteur de l'œuvre... »

Son indépendance, sa franchise, sa fidélité à ses idées, font qu'il est parfois seul : mais sa solitude est pleine de grandeur. »...

## Des donneurs d'âmes

Au cours d'un entretien qu'il eut à Paris, en 1945, avec Georges Hébert, le R. P. Charles, de Beyrouth, rapporte ces paroles du maître :

« Toute éducation, qu'elle soit physique, intellectuelle, ou morale, voire même religieuse ; gymnastique ou scoutisme, mathématiques ou humanités, marine, séminaire... ne vaut que par les hommes qui la mettent en œuvre, que par l'âme que ces professeurs, moniteurs, éducateurs, savent lui insuffler. Ils doivent être des « animateurs », des « donneurs d'âmes ». -d

**Bibliographie :** « L'Education Physique », Revue d'enseignement et de critique. Numéro spécial 1958. Fédération Française d'Education Physique.

## Les étapes de la vie de Georges Hébert 1875—1957

1875. Naît à Paris, d'un père parisien, fils d'un libraire à la Nouvelle Orléans, et d'une mère bourguignonne.

1882—1893. Dès l'âge de sept ans, au cours d'une enfance triste, qui eut don de lui tremper le caractère, il est mis en pension à l'école Navale, où il entre, en 1893.

1893—1903. Après un voyage en mer de deux ans, Georges Hébert prend part à de longues croisières sur des navires à voile ou des navires mixtes. Il s'initie à la technique de la voile, et pratique le métier de gabier, dont la tâche consiste, par tous les temps, et sur commandement, de courir vers les cordages, d'y grimper en quelques secondes jusqu'aux plus hautes mâtures, et jusqu'au bout des longues vergues, pour larguer ou déplier les grandes voiles. Durant cette période, il vit la vie intense de la mer, vie faite d'efforts physiques incessants et d'observations glanées dans les pays qu'il est amené à côtoyer.

Il rencontre les indigènes menant une vie instinctive ; il est frappé par leur vigueur, leur habileté, leur adresse et la beauté de leur corps.

Lors d'un voyage aux Etats-Unis, il peut se rendre compte du niveau de la formation sportive de la jeunesse. En 1902, le « Suchet », navire sur lequel il navigue, stationne à Saint-Pierre de la Martinique. On est à la veille de l'éruption de la Montagne Pelée, et Georges Hébert, se promenant au marché, remarque l'état silencieux des négresses au lieu du joyeux vacarme de leur caquetage habituel : il pressent la catastrophe. Le soir-même, le « Suchet » regagne Fort-de-France. Georges Hébert se hâte de revenir à Saint-Pierre aussitôt après la catastrophe ; il recueille et s'efforce d'évacuer les rescapés des environs, car, à Saint-Pierre, il n'y a plus d'êtres vivants.

1903—1913. Georges Hébert prend conscience de sa vocation : éducative, morale, patriotique. Il sera formateur d'hommes. Il demande à entrer à l'école de gymnastique de la marine à Lorient. Il rédige un rapport à l'intention du ministre, qui le charge alors de l'enseignement de l'éducation physique à l'école des Fusiliers-Marins.

Sa vie s'oriente vers une phase d'intense activité créatrice (cf. bibliographie).

1905. Georges Hébert ouvre un stade, dans lequel, pour la première fois dans les sports modernes, les hommes s'entraînent le torse nu. Il installe des pistes de saut et de lancer, des appareils, des emplacements pour les poids et haltères, la lutte. Il établit des parcours types, parvenant à créer l'émulation chez les élèves.

1908. Toujours dans le cadre des fusiliers-marins, il préconise l'enseignement de la natation et du sauvetage. Des exercices pratiques sont prévus, par exemple le chavirage d'embarcations, l'évolution, dans l'eau, de compagnies entières avec casques et armes.

1909. Le gouvernement français (Ministère de la Marine) charge Georges Hébert de la mission d'entraîner physiquement tous les soldats de la marine.

1910. Il innove une nouvelle manière d'évoluer au cours de la leçon d'entraînement : « la vague », qui met en œuvre la liberté d'action individuelle et l'alternance des efforts violents ou modérés.

Va-t-on assister à l'épanouissement de ses idées, et surtout de la Méthode naturelle ? Un ordre émanant du général Sarrail, chef d'armes de l'infanterie, annihile tous les efforts entrepris jusqu'alors. Il interdit l'emploi de la Méthode naturelle dans l'armée, ne se doutant pas qu'une guerre mondiale se prépare. Cette décision, aussi subite qu'arbitraire, a eu de lourdes conséquences pour les troupes françaises. Des centaines de mille de vies humaines auraient pu être préservées si l'on avait laissé agir Georges Hébert.

Les idées de Georges Hébert intéressent le monde de la science, en particulier les médecins, dont Heckel, Gillet, Thooris, Lucas Championnière, et Jean Berger. Mais c'est surtout en Paul Carton, l'auteur de plusieurs traités sur le végétarisme et le naturisme, qui lui aussi, prépare une œuvre parallèle, que Georges Hébert reconnaît un frère spirituel, voire un maître en qui il puise les idées directrices de sa vie.

1913. Le Congrès International d'Education Physique tient ses assises à Paris. Georges Hébert y démontre une séance d'en-

trainement avec la participation de 150 sujets. Il remporte un grand succès.

1913. Une pierre d'angle s'inscrit dans l'œuvre de Georges Hébert : la construction, à Reims, par le Marquis de Polignac, du Collège d'athlètes.

Les meilleurs athlètes de France viennent s'y entraîner, dont le fameux coureur Jean Bouin, que la guerre de 14 fauchera. On assiste à la fondation d'une annexe, réservée aux femmes, que Mme Hébert dirigera.

Le physiologiste Georges Demeny, d'origine hongroise, qui étudia les éléments scientifiques de l'éducation physique, vient à Reims collaborer avec Hébert.

1914. La guerre éclate et brise les efforts enthousiastes d'Hébert. A la tête d'une compagnie de fusiliers-marins, le 9 octobre 1914, il se bat près de Dixmude, où il est blessé grièvement au bras, une balle lui ayant sectionné le nerf radical. Après dix mois d'hôpital, sa blessure s'est lentement cicatrisée mais il a perdu à jamais l'usage de ce membre.

1916. Encore blessé, le gouvernement le charge de l'instruction de plusieurs troupes. Il crée des centres d'instruction sur tout le front, malgré l'opposition de Joinville.

1917. Le Dr Paul Carton, à Brévannes, dans un centre de convalescence pour enfants, applique la Méthode naturelle, grâce à laquelle il obtient des résultats pleins de promesse. Il publie : « La cure de soleil et d'exercice chez les enfants ».

1918. Que reste-t-il de la guerre ? Tout d'abord, des pertes humaines, au nombre desquelles plusieurs amis d'Hébert, dont G. Vuibert et le Dr Gillet. Reims a beaucoup souffert de la guerre ; le Collège d'athlètes est détruit.

Et puis un nouveau courant d'idées s'est implanté chez les jeunes, leur laissant entrevoir l'esprit de compétition, et de « spectacle », dans le sport.

Mais Hébert est entêté dans ses idées et poursuit la lutte, n'hésitant pas d'écrire un ouvrage : « Le Sport contre l'Education Physique ».

Il ouvre plusieurs centres d'entraînement, tant à Paris qu'en province, et peut inculquer ses idées à des moniteurs qu'il forme. Puis des groupes se fondent en France et à l'étranger, du nom d'hébertistes. On reprend ses idées dans l'enseignement, mais on le tient à l'écart. Ainsi dans la période d'avant-guerre, puis pendant et après l'occupation, il ne se verra confier aucun enseignement pour la formation des cadres.

1931. Georges Hébert consacre maintenant sa vie à la publication de son œuvre et se retire de la vie pratique, à l'ombre des honneurs et des foules.

1939. Une nouvelle guerre fond sur l'Europe, qui, tout d'abord, n'a l'air de rien. L'invasion de la France et de la Belgique, en mai 1940, montre à quel point l'entraînement du soldat allemand était poussé, par la Méthode naturelle. Pendant l'occupation, Hébert reste à l'écart de toute activité sociale, vouant son temps à rédiger ses derniers ouvrages.

1953. Une attaque le terrasse, et le prive de la parole : paralysé, son énergie lui aide à surmonter l'épreuve : il réapprend à parler, il écrit, il marche à nouveau.

1957. Il vient d'achever le dernier volume de son œuvre « Natation » qu'une nouvelle attaque fatale l'emporte.

### Ouvrages de Georges Hébert

- 1907 La Méthode naturelle. Editions Vuibert, Paris.
- 1909 L'Education physique raisonnée.
- 1910 Le Guide pratique d'éducation physique.
- 1910 Le code de la force.
- 1912 L'éducation physique ou l'entraînement progressif par la Méthode naturelle.
- 1913 La leçon-type d'entraînement complet et utilitaire par la Méthode naturelle.
- La leçon-type de natation.
- Le Guide abrégé du moniteur.
- 1918 La culture virile par l'action physique à l'intention des officiers combattants.
- 1919 Muscles et Beauté plastique.
- 1925 Le sport contre l'éducation physique.
- 1936 L'éducation physique, virile et morale par la Méthode naturelle.
- 1942 Volumes de technologie : Marche, course, saut.
- 1943 Quadrupédie, grimper.
- 1944 Les champs d'ébats.
- 1946 Equilibriste.
- 1947 Lever.
- 1950 Lancer.
- 1957 Natation.

## Valeur de l'amitié dans la jeunesse actuelle

Quels sont les traits de la jeunesse qui atteint sa majorité en l'an 1960 ? Les données du problème sont multiples. Sur le plan politique, la jeunesse d'aujourd'hui envisage le maintien du pouvoir à l'échelle humaine, sans verser pour autant dans des formules anachroniques.

Mais l'une des données des plus importantes est celle de la recherche d'une unité, d'un équilibre.

Voici comment l'envisage la génération de vingt ans en 1960, une génération qui, dit-on, « ne se paie pas de mots ». « Il y a une angoisse, ce que tu vois dans l'ensemble n'est pas beau ; angoisse de ceux qui ne peuvent s'affirmer ; le seul moyen de passer de cette angoisse à un goût de la vie, c'est l'amitié... Si tu perds confiance, c'est à ce moment-là que l'amitié est précieuse. Si tu as de vrais amis, ils t'aideront à te raccrocher... »

Un choix qui est très vrai, c'est les amitiés de jeunesse. Il y a comme une communauté de passagers sur un bateau...

On se sent dans la solitude et lié par cette solitude... »

« Pour cette génération, l'amitié est grave : elle engage la réciprocité, elle est échange profond. »

L'amitié se retrouve à tous les temps. C'est le sel de la vie, en l'absence duquel tout aliment paraît fade. C'est le ciment qui scelle les pierres angulaires des manoirs... Et plus l'amitié est rare, plus elle gagne en valeur ; une pierre de grand prix... L'amitié n'a pas besoin de mots, elle se veut profonde, humaine ; elle est grave, comme le front des statues romaines.

(Tiré d'un rapport de l'Institut Français d'Etude de Motivation).

...Un choix qui est très vrai, c'est les amitiés de jeunesse. Il y a comme une communauté de passagers sur un bateau... (Dave Sime, qui a égalé le record du monde du 200 m, USA.)

(Photo de l'auteur)

