

**Zeitschrift:** Jeunesse et sport : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin  
**Herausgeber:** École fédérale de gymnastique et de sport Macolin  
**Band:** 24 (1967)  
**Heft:** 10

**Artikel:** Ces leçons de courage  
**Autor:** Marie, Pierre  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-997729>

### **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:** 04.04.2026

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

## Ces leçons de courage

Pierre Marie

Certains êtres ayant entendu l'appel de l'aventure, se sentant une vocation de « découvreurs », nous donnent de grandes leçons. Leçons de volonté, d'énergie, de courage, acceptant la souffrance, l'effort démesuré, le risque de mort.

Parmi ceux-ci, je citerai le Norvégien Nansen, « homme hors de commune mesure » disait-on de lui. « Ami de la nature, avec une volonté et un corps endurcis » a-t-il écrit lui-même. Il pratiqua nombre de sports, et, avec quelques compagnons, réussit la première traversée du Groenland, skis aux pieds. Cela a représenté 670 kilomètres, avec des altitudes de 2700 mètres.

Puis, sur le navire le « Fram » il tenta d'atteindre le pôle Nord. Exploration qui dura 3 ans, à une époque — avant 1900 — où la TSF n'existait pas. Le navire étant pris dans les glaces, Nansen partit vers le nord, avec un compagnon, des traîneaux et des chiens. Ils atteignirent le 86° — 14' de latitude. Jamais on n'était parvenu si près du pôle.

Épuisés, les deux hommes durent hiverner dans des conditions difficiles: solitude, froid, morsures agressives. Puis, c'est la longue marche pour le retour. Peisson a noté qu'ils ont vécu 461 jours, seuls dans les glaces. Quel courage et quelle persévérance!

\*

L'activité humaine de Nansen ne se borna pas à ces deux expéditions. Au début du siècle, des conflits opposaient Suédois et Norvégiens, alors liés en un seul royaume. Les heurts étaient tels qu'on put craindre une guerre fratricide. La séparation se fit pacifiquement, grâce aux efforts tenaces de Nansen, et de quelques autres.

Délégué norvégien à la Société des Nations, après la guerre de 1914, il montra, à nouveau, son courage, sa volonté d'aboutir, de sauver des vies. En 18 mois, il réussit à rapatrier 450 000 prisonniers de guerre. Il s'occupa encore des régions affamées, des personnes déplacées et consacra, à cette besogne, le montant du Prix Nobel de la Paix, qu'il reçut en 1923, si bien qu'à la SDN on déclara qu'il avait mis « son génie organisateur au service de la charité ».

\*

Dès 1902, l'Anglais Robert Scott fut attiré vers le pôle Sud, où d'ailleurs il mourut, lui et ses compagnons, vaincus par le froid et le manque d'aliments. Son journal et celui du docteur Watson, trouvés sur leurs corps, sous la tente, montrent que ces vaillants ne craignaient pas la mort.

On peut discuter de l'opportunité d'expéditions semblables (il y avait alors une sorte de compétition sportive pour la conquête des pôles). Mais le courage de ces explorateurs, leur stoïcisme, expriment une force devant laquelle il faut s'incliner.

\*

Autre voyageur anglais, Shackleton accompagna Scott, lors d'un des premiers voyages de celui-ci. Atteint de scorbut, il eut le courage de marcher, avec ses compagnons, pendant 40 jours, pour rejoindre la base. Quelle volonté, quelle vitalité! Il mourut en 1922 dans la région sud-polaire, à 47 ans, dont 32 ans de service comme marin.

\*

Amundsen, Norvégien, après avoir trouvé un passage d'eau libre dans l'extrême nord, cherché depuis longtemps, tenta et réussit — le premier — à atteindre

le pôle Sud, après 59 jours de marche, au cours desquels lui et ses compagnons furent assaillis par de telles tempêtes, qu'ils devaient s'attacher avec des cordes les uns aux autres. Leur courage leur permit de tout supporter.

\*

Une autre preuve de cette qualité exemplaire fut donnée, plus récemment, par l'Américain Richard Byrd qui, dans cette région du pôle Sud, poursuivait des observations scientifiques. Pour ne pas risquer d'autres vies que la sienne, il resta absolument seul pendant 4 mois et demi, sur la banquise antarctique, par une température extrêmement basse et qui « minait peu à peu le corps », a-t-il écrit.

Parfois, lorsqu'il voulait quitter son abri, la tempête le clouait sur la porte. Il faisait chaque jour sa séance de culture physique et une marche assez longue. Mais si « un homme peut délibérément renoncer à ses aises, un corps n'est pas aussi maniable », notera-t-il, plus tard. Heureusement, un engin à chenilles vint le secourir, alors que la fatigue commençait à l'accabler. Ne sont-ce pas des surhommes, par leur courage, ceux qui sont évoqués ici?

\*

Mais il y a encore d'autres formes de courage, d'obstination et de ténacité, de tout ce qui est nécessaire pour créer et faire vivre, développer et rendre viable une grande œuvre, mise au service des hommes.

Courage, foi, espérance, ténacité se transmettant, de celui qui est l'âme de l'entreprise, à ses exécutants. En écrivant ceci, je pense à la ligne d'aviation postale, créée au lendemain de la première guerre mondiale et qui, de Toulouse, rallia d'abord Casablanca, puis Dakar, et enfin l'Amérique du Sud.

Et ce tour de force, sans cesse recommencé, l'était sur les avions d'alors, véritables « cages à poules », conduits par de grands pilotes, dont nombre sont morts aux commandes de leur appareil, sur cette ligne ou au cours d'autres vols: Mermoz, Saint-Exupéry, Guillaumet, Reine, etc.

\*

Cette réussite, ouvrant la voie à la poste aérienne, fut due à un homme, habité par une sorte de génie, de prescience du rôle pacifique de l'aviation et qui réalisa là une sorte de miracle. Il se nomme Didier-Dourat, dont l'écrivain Kessel a dit dans son « Mermoz »: « Il savait ce qu'on peut tirer de l'être humain ». Quand on sait susciter les qualités marquées plus haut et aussi l'abnégation, ajouterai-je.

Ainsi, au cours d'une traversée de la Cordillère des Andes, Mermoz dut se poser à 4000 mètres d'altitude. Ce pilote extraordinaire lança son appareil dans le vide et put reprendre assez de vitesse, pour en être maître à nouveau.

Dans la même Cordillère, Guillaumet tomba en panne dans une tempête de neige. Quand elle fut apaisée, l'aviateur partit et marcha 4 jours avant de trouver un village. « Ce que j'ai fait, aucune bête ne l'aurait fait », dira-t-il à Saint-Exupéry.

Ce dernier, tentant un record de distance, s'abat dans le désert de Libye. Avec son mécanicien, réduits à boire la rosée que la nuit déposait sur les ailes de l'avion, ils couvrent des kilomètres, à la recherche d'indigènes. La fatigue, le soleil, la soif, le mirage les éprouvent. Enfin, après plusieurs jours, des Bédouins les découvrent, et ils peuvent boire. « Eau, tu es la vie » écrira « Saint-Ex ». (...)

Quittons ces vies exaltantes, ayant porté, si haut, le courage humain et tournons-nous, à présent, vers des efforts plus modestes, restant ignorés, mais valeureux quand même. Puis, je tenterai de montrer qu'un certain courage doit être l'apanage de chacun et que, par exemple, l'entraînement corporel doit être un « credo » pour chacun de nous.

Courage presque héroïque encore que celui de cet officier qui, à la suite d'une chute de cheval, est resté paralysé des membres inférieurs. Sportif, il a la volonté de se rééduquer physiquement. Essayant d'abord de remuer un doigt de pied puis avec une sangle de soulever son buste, de surmonter sa « ruine physique » (1). Lents, peu à peu les progrès le récompensent. Il peut s'asseoir, fait des tractions, remuscle ses jambes atrophiées, se tient debout, avec deux béquilles. Le tout au prix de quelles souffrances! Puis il marche avec des cannes.

Victoire d'une volonté inflexible, ce qui lui a permis de participer, en 1956, aux « Jeux Sportifs Internationaux pour Mutilés » qui eurent lieu près de Londres.

\*

En septembre 1965, un Hollandais aveugle, passionné d'alpinisme, a réussi l'ascension de l'Aiguille de la Dibona (3130 m.), dans l'Oisans, avec trois guides, qu'il suivait en se repérant sur les sons de la clochette que chacun avait accrochée à son bâton.

Prouesse stupéfiante où, là encore, courage et volonté vont de pair.

\*

Autre leçon, toujours enrichissante, cet IMC (infirmes moteur cérébral) — dont le cerveau ne commandait pas ou mal — (2). Ne sachant pas marcher, ne pouvant porter son verre à sa bouche, ni nouer sa cravate, il s'est rééduqué, lui aussi, avec l'aide d'un père qui fut admirable.

Il apprend à aller dans la rue, au bras de quelqu'un d'abord, puis seul, vainquant peu à peu ces deux tares majeures: « l'anarchie musculaire et l'émotivité constante ».

Là aussi, les progrès se précisent, se situent de façon touchante. Il conduit une petite brouette, remonte un seau de la cave, roule à tricycle, réussit à couper sa viande, à boire, avec une seule main, tape à la machine (il a publié plusieurs plaquettes de poésie, dont certaines ont été primées).

\*

Tous ces exemples d'aviateurs, d'explorateurs (dont certains peut-être paraîtront excessifs), celui de ces mutilés réussissant, à force d'efforts, de persévérance, à s'incorporer dans la vie de tout le monde, montrent que le courage est une vertu répandue et non pas l'apanage de quelques-uns seulement.

Alors, puisque chacun en a sa part, il doit la montrer, l'utiliser. Et quelle plus belle démonstration en faire que de la mettre au service du sport, de l'entraînement corporel dont la nécessité, à présent, n'est plus à démontrer, mais qui, malheureusement, n'est pas encore pratiqué par la masse.

Les responsabilités de cette carence fâcheuse ont déjà été établies. Les parents, les éducateurs en ont leur large part.

\*

Il n'est que temps de rattraper ce retard, de faire en sorte que tout le monde « sporte » régulièrement, que tous aient le courage, même s'il fait froid, ou s'il a plu,

de prendre le chemin du stade ou du court, de pédaler sur la route, de courir sous bois. Et surtout de savoir nager.

N'est-ce pas une sorte de courage que l'incorporer à sa vie habituelle — trop souvent sédentaire, inactive (au point de vue musculaire) cet entraînement, cette mise — ou remise — au point de son corps, de ses organes, de ses muscles.

Courage plus modeste, bien sûr, que ceux cités dans ces notes. Mais courage indéniable et d'une haute valeur humaine. Car il tend, à la fois, à un perfectionnement individuel comme à un accroissement de la valeur sanitaire et sociale de la famille, de la nation, par la majoration des individualités les composant.

D'abord en faisant reculer la maladie — la tuberculose, pour ne citer qu'elle, cause encore maints ravages — en apprenant la sobriété (je n'ai jamais connu d'athlètes qui s'alcoolisaient), en donnant le sens de la droiture, par la lutte loyale, ne laissant pas de rancune, par ce goût de l'effort physique, surtout du grand air. Cette activité corporelle pourrait ramener dans le droit chemin une certaine jeunesse dont les loisirs auraient besoin d'être orientés vers les buts utiles marqués ici. Et puis, il faut que chacun le sache, le sport n'est pas seulement générateur de santé, de robustesse et de résistance. Il sait aussi, à l'occasion — et elles sont nombreuses — être sauveteur. C'est par centaines, chaque année, que des vies sont sauvées à la mer, en rivière, à la montagne, par des sportifs entraînés et chez qui l'exercice a suscité le goût du dévouement.

\*

Des affections trouvent aussi une médication dans le sport. Ainsi la brasse guérit des scolioses. Des exercices physiques adaptés aux divers cas améliorent des « polios ».

Enfin, un entraînement basé sur certains gestes de métiers ouvriers donne à ces travailleurs une maîtrise permettant d'éviter les accidents, de diminuer la fatigue.

Ainsi, de quelque côté que l'on se tourne, du simple délassement au renforcement de jeunes santés (en ayant souvent besoin) en passant par le sauvetage — ce moyen de se surpasser soi-même — et aussi par la possibilité d'être plus apte et plus résistant, en face des difficultés de sa profession, le sport est partout: toujours il est présent.

\*

D'autre part, il est indéniable que le champion est utile. Ses performances, la beauté de certains gestes — où l'art semble présent — la montée des records, paraissant de plus en plus inaccessibles, mais toujours améliorés, tout cela a une valeur d'exemple incontestable.

Mais pour renouveler cette élite sportive — dont la présence au premier rang est, somme toute, assez brève — il est indispensable que la masse, que toute la jeunesse « sporte ». Ainsi de cette véritable armée de pratiquants, émergeront, peu à peu, les meilleurs, les plus doués, les plus entraînés capables de prendre la place des vedettes pour qui a sonné l'âge de la retraite. En m'excusant d'allonger cette étude, j'indiquerai encore que l'adulte et le déclinant ont toujours besoin du sport, adapté à leur âge et à leurs possibilités. Et je connais maints pédaleurs et crossmen, ayant dépassé l'âge canonique, dont les cheveux ont blanchi, ou ont disparu, et qui continuent à sacrifier à l'entraînement. Et pour terminer, je citerai un exemple de valeur. Ayant déjà atteint la soixantaine, Pierre de Coubertin ramait toujours à Ouchy, sur le lac Léman.

(1) André Lamoureux, « Le second souffle » (Segep, éd.).

(2) Jean Courbeyre, « Faire face », (Laffont, éd.).