

<b>Zeitschrift:</b>	Jeunesse et sport : 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>	30 (1973)
<b>Heft:</b>	3
<b>Artikel:</b>	L'occupation des loisirs, une des grandes préoccupations des temps modernes [deuxième partie]
<b>Autor:</b>	Jeannotat, Yves
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-997439">https://doi.org/10.5169/seals-997439</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:** 11.01.2026

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

# L'occupation des loisirs, une des grandes préoccupations des temps modernes II

Yves Jeannotat

## La civilisation des loisirs ou l'Homme sur la corde raide!

### Situation actuelle

Nous avons débuté, dans le précédent numéro, une étude sommaire du loisir, c'est-à-dire de cette portion de vie que l'homme devrait pouvoir s'accorder en propre après s'être dégagé, selon la définition de Dumazedier, de ses obligations professionnelles, familiales et sociales ! Il semble donc bien qu'un des éléments les plus importants de la notion de loisir réside dans la «non-obligation». Or, par ce fait même, il est aussi un des plus difficiles à «maîtriser» — j'allais presque dire: «à domestiquer» —, étant donné qu'il touche surtout cette couche de la société que l'embrigadement professionnel a dépourvu, souvent, du sens le plus élémentaire de l'organisation. Gratifiés brusquement d'une liberté à laquelle ils ne sont pas habitués, ceux qui étaient, jusque-là, réglementés dans le temps, dans la fonction et dans la forme, se trouvent pris de cours, embarrassés, presque abandonnés !

Ce changement d'«équilibre» s'est opéré vers les années 1920. «Ce fut une puissante percée, écrit Marcel Grypondonck à ce sujet, mais aussi une situation imprévue. La grande foule, en effet, n'avait jamais appris à avoir des loisirs et ne pouvait donc les occuper. Auparavant, les ouvriers n'avaient eu que de courtes nuits, entre de longues journées de travail, pour éviter l'épuisement. Leur esprit s'était fixé sur la matérialité du travail et ils n'étaient pas capables de discerner les possibilités nombreuses qu'offrait la liberté.»

Et pourtant, des efforts louables ont été faits pour satisfaire, semblait-il, les goûts les plus difficiles: bibliothèques publiques, jardins et itinéraires de promenade, cinéma, sport ! «Mais, poursuit Marcel Grypondonck, on n'a pas pu ou pas pensé à «apprendre à lire» à la foule des travailleurs désœuvrés, on ne lui a pas donné l'amour de la nature et de l'effort. C'est pourquoi, entre les deux guerres mondiales, les salles de cinéma ont profité d'une grande partie des loisirs», avant que la télévision ne prenne le relais.

En bref, on a mis une bonne partie de la population en face d'une situation nouvelle, sans prendre soin de l'aider à l'aborder ni à sortir de l'ancienne; en d'autres termes, sans procéder à son éducation !

Ainsi, le bouleversement des structures industrielles, économiques et sociales, pour avoir été trop brusque, a mis l'homme sur la corde raide. Un souffle peut suffire à le faire basculer du bon côté et lui permettre d'apprécier sa chance, d'en tirer profit au mieux; un souffle aussi peut le faire tomber de l'autre côté et le plonger dans l'oisiveté, la débauche, la crapulerie !

Il suffit d'un rien pour vouer le «temps libre» au véritable «loisir» ou à l'«oisiveté», au «confort» ou à l'«amollissement».

### Loisir et société

Les sociologues sont à l'affût de tout ce qui a rapport aux modifications et à l'évolution de la civilisation. On comprend donc aisément que le problème des loisirs retienne particulièrement leur attention, tant ce phénomène — celui des temps modernes en particulier — influe sur le comportement. Des études très nombreuses ont tenté de mettre en lumière les profondes mutations que la diminution des heures de travail et l'augmentation du temps libre ont exercé sur la société contemporaine. Je pense, en particulier, aux études de Merton, de Crozier, de Dumazedier, de Talcott Parsons et d'autres encore. De son côté, Paul Feldheim, dans un chapitre du livre «Civilisation des loisirs», a fort bien résumé cet aspect du problème et c'est à lui, surtout, que se réfère mon analyse.

Il est des habitudes prises par la société dont elle part vient, sous la poussée d'influences extérieures, à se débarrasser plus ou moins facilement et rapidement parce qu'elles sont superficielles et ne concernent pas directement les valeurs essentielles de l'homme. Il n'en est pas de même du phénomène des loisirs ! Les sociologues tout comme les politiciens, les psychologues tout comme les éducateurs, les économistes tout comme les «moralistes» le savent bien. C'est la raison pour laquelle ils s'attachent à son étude avec ardeur, avec frénésie même, supputant ce que sera la société de demain. Et, «s'ils mêlent parfois des considérations ou des désirs personnels à leurs raisonnements, écrit Feldheim, ils sont conscients que les tendances actuelles sont irréversibles», plus même, que cette réversibilité, si elle était encore possible, ne serait plus admise par la masse elle-même !

Comme beaucoup d'autres spécialistes que préoccupe la question, Feldheim doute, d'ailleurs, que le choix de l'expression «civilisation des loisirs», soit heureux pour définir ce que sera l'avenir de la société, «car, dit-il, la notion même de loisir est polyvalente; ce loisir qui est sensé, selon Dumazedier, répondre à trois besoins: celui de délassement, celui de développement personnel et, enfin, celui de divertissement». C'est la combinaison de ces trois fonctions qui, en contrepartie du temps de travail, devrait assurer l'équilibre psychosomatique de l'individu. Or, fait-il remarquer, ceci ne correspond que vaguement au prix de toute civilisation, qui veut que «ses éléments constitutifs soient tous solides et qu'ils se développent parallèlement, dans l'ordre économico-social aussi bien que moral ou intellectuel» !



Redonner l'amour de la nature et de l'effort. Photo Bruell

Un point important est à souligner en ce qui concerne l'aspect sociologique du loisir des temps modernes: c'est qu'il est moins la conséquence d'un accroissement du temps libre, accroissement somme toute assez lent et progressif, que de la multiplication «des possibilités de production et de consommation», ces possibilités offrant brutalement, cette fois, à la masse, de quoi satisfaire ses caprices ou, du moins, des besoins qui ne relèvent plus de l'essentiel !

### Loisir et culture

La frénésie avec laquelle les «foules» se précipitent vers les divertissements et vers le délassement pourrait laisser penser que le troisième pilier: le développement personnel, est par trop négligé pour que l'édifice moderne nommé «loisir» ne menace pas de s'écrouler à tout moment ! D'une part, bien sûr, une couche très large encore de la société se laisse momentanément — il faut l'espérer du moins — manipuler par la machine qui lui vaut le «privilège» d'une diminution des heures de travail et une augmentation du temps libre, voué, semble-t-il, sous l'effet néfaste de l'action parallèle de la publicité, à un surcroît de consommation aussi ruineuse que dégradante; d'autre part, toutefois, la mutation des méthodes de travail exigeant une élévation constante de la connaissance et, par conséquent, de la formation, on s'achemine, lentement mais sûrement, vers une démocratisation de la culture. Motivé par des raisons professionnelles, ce phénomène agira à la façon d'un stimulant, de sorte que l'équilibre devrait finir par se consolider.

### La sauvegarde de la vie biologique

Le délassement aboutissant fréquemment à la paresse et à l'oisiveté, le divertissement étant presque toujours lié à l'absorption de produits néfastes à la santé (alcool, tabac, stupéfiants), et le développement culturel exigeant rarement de sortir de l'immobilisme, on se rend facilement compte que l'homme de la «civilisation des loisirs» est un être menacé dans son essence

vitale: sa vie biologique ! Et ceci d'autant plus que la machine l'a privé d'une bonne partie de son activité physique traditionnelle tout en le soumettant à une tension nerveuse extrême !

Donc — bien que ce soit loin d'être un phénomène encore général — le temps réservé au travail diminue, mais il exige, presque toujours, un effort plus astreignant aujourd'hui qu'autrefois: nous assistons à ce que l'on appelle une «déshumanisation accrue du travail», source d'épuisement et de fatigue nerveuse. Or, par réaction, ceci engage, dès qu'a sonné l'heure du retour à la «vie privée», à plonger le corps dans une situation d'attente, dans un état de repos «passif» qui ne répond pas au besoin d'oxygénéation des cellules, nécessaire à l'équilibre biologique. C'est pourquoi Paul Chauchard a raison de déplorer comme «une grave erreur l'opposition de plus en plus courante faite entre le travail et le loisir. Par elle, l'homme, dans son essence spirituelle et mentale aussi bien que dans son existence biologique, connaît une succession d'«arrachements», de déracinements, qui ne peuvent que favoriser un état de «stress» fort nuisible !

Le bonheur relatif qui constitue l'aspiration consciente ou inconsciente d'un chacun, n'est réalisable que dans un enchaînement aussi harmonieux que possible des activités professionnelles et des activités de loisir, des activités «constraininges» et des activités «libres» ! Le temps disponible pour ces dernières n'est d'ailleurs pas toujours aussi large qu'il y paraît. On a pu croire, longtemps, que l'automation, en réduisant le nombre des heures de travail, augmenterait d'autant celui des heures d'activité libre! C'était méconnaître, encore, qu'une bonne partie du loisir moderne est un loisir «obligé»: sur place d'abord, pour permettre un meilleur rendement à la production, ailleurs ensuite, si l'on se laisse emporter dans le courant irrésistible de la consommation conditionnée. La majorité des hommes d'aujourd'hui prétendent être libres ! En réalité, ils portent de lourdes chaînes, parce qu'ils ont perdu toute référence à la tradition, de sorte que leur source unique de satisfaction, c'est presque toujours en eux-mêmes qu'ils doivent la trouver: filet bien mince, hélas ! et vite épuisé !

Paul Sivadon met le doigt sur un point sensible lorsqu'il écrit: «Le travail de naguère, celui de l'artisan et même celui du paysan, comportait en lui-même une part de satisfaction: la joie de l'expression et de la création, le sentiment de communion avec la nature dans la lutte qu'imposent ses éléments. Il comportait aussi une part de détente et de repos: à l'effort tendu pour vaincre une difficulté imprévue, succédait toujours un lot important d'actes automatisés par l'habitude, accomplis avec aisance en laissant l'esprit libre de rêver !»

«Dès que le travail a exigé un effort d'attention plus soutenu, poursuit-il, il a fallu imaginer des coupures pour permettre cette détente qui n'est plus incluse dans la tâche elle-même.» Pour maintenir cette attention au maximum, on s'est donc vu dans l'obligation de créer des moments de détente artificielle. «La technique de la pause s'est progressivement substituée aux procédés empiriques de jadis: chanter ou siffler en travaillant !»

«Ainsi, conclut Sivadon, on voit le «travail» se doubler progressivement d'un «loisir» qui se détache de lui à mesure qu'il se concentre. Mais ce loisir se présente sous un aspect nouveau, non pas tellement parce qu'il est réglementaire, mais parce qu'il conditionne la possibilité de poursuivre le travail qui est, lui, impératif !» On est bien loin de «l'ensemble d'occupations auxquelles l'individu peut s'adonner de plein gré», qui forme la donnée fondamentale de la définition de loisir élaborée par Dumazedier ! La difficulté, en ce qui touche à ce sujet, provient vraisemblablement de la confusion que



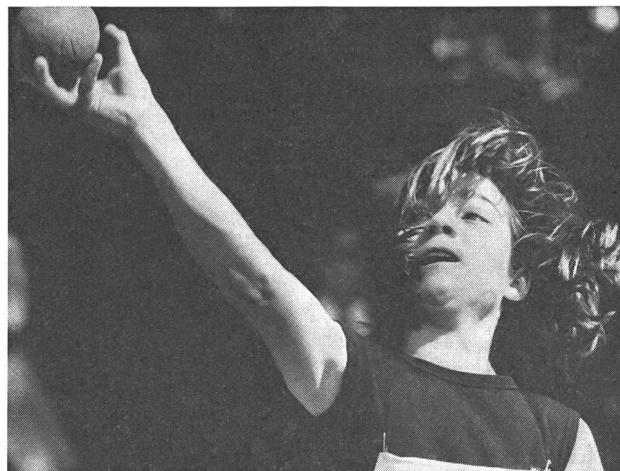
La masse, qui se voit offertes brutalement toutes les possibilités de satisfaire ses caprices, se précipite avec frénésie et sans distinction vers ce qu'elle croit être «son loisir» et «sa liberté». Photo Bruell

la notion de «liberté» sème aux quatre vents. En fait, loisir est loin d'être toujours synonyme de liberté et travail ne devrait pas être synonyme de contrainte ! Paul Sivadon touche juste lorsqu'il constate que deux éléments fondamentaux se font face, dont il faut parvenir à équilibrer les exigences: la nature d'une part et la société de l'autre ! «Cette dernière, écrit-il, tend, par le moyen du travail qu'elle impose, à libérer l'homme des contraintes de la nature, mais la nature, en sollicitant l'homme dans le sens de ses lois, tend à le libérer de l'étreinte du social !» C'est en ceci que réside le problème biologique de l'homme de notre temps. Cette citation explique clairement qu'il ne s'agit pas d'«opposer une servitude à une liberté, mais d'harmoniser deux tendances contradictoires, certes, mais complémentaires, comportant l'une et l'autre, l'une par l'autre, à la fois servitude et liberté» !

La réussite de l'homme dans sa marche, consciente ou inconsciente, vers le bonheur, va donc dépendre maintenant de la façon dont il va fixer son choix pour que son travail garde une part, ne serait-ce qu'infinie, de liberté, et pour que «sa» liberté s'intègre dans le bon ordre de la société. Le loisir, en ceci, a pour mission de satisfaire, en partie du moins, ses instincts biologiques nés d'habitudes personnelles ou ancestrales, instincts réveillés par la domination que la technique exerce sur la nature ! Il est bon de rappeler une fois encore que, si le temps libre peut engager à l'oisiveté et à la dégradation biologique, l'oisiveté ne doit pas être assimilée à la notion de loisir. Je le répète, le loisir est une forme d'activité qui répond à «des exigences biologiques davantage qu'à des exigences sociales» ! L'essentiel pour l'être humain est, par conséquent, de donner à cette activité la forme compensatoire idéale. Si son travail ne satisfait plus «ses besoins de mouvement, d'expression, de création, d'échange social», il doit parvenir à les trouver dans le loisir !

Certes, les structures sociales étant en passe de connaître des modifications qu'on peut qualifier de brutales, l'homme d'aujourd'hui est en suspension entre le «travail-production et le «loisir-consommation». Il parviendra pourtant, nous en sommes convaincus, grâce à son bon sens naturel qui finit toujours par prédominer, grâce aussi à l'instinct de conservation de la race, à retrouver un bien-être à sa portée. Dès qu'il aura trouvé l'issue lui permettant d'échapper à l'embrigadement et au conditionnement publicitaire avilissant, il redécouvrira sa personnalité et, avec elle, sa joie de vivre !

Pour assurer cette réussite, ceux qui s'intéressent à la promotion de l'homme en tant qu'être humain sont tous investis d'une part de responsabilité et peuvent



«Toute pédagogie est une éducation physique qui ne met pas le muscle seulement, mais tout le corps sous le contrôle du cerveau!» (Chauchard)

Photo Bruell

contribuer largement à ce que la période de mutation et de transition que nous vivons débouche sur un nouvel état de conscience positif ! Ils détiennent une mission qui revêt une importance capitale pour la sauvegarde de l'humanité et de la «civilisation»: celle d'exercer, par leur présence, par leurs paroles et leur exemple, une *action éducative permanente* sur leur entourage ! Leur influence, prépondérante, permettra, à force de patience et de persévérance, d'orienter progressivement la majorité «vers les formes de loisir qu'il convient de développer pour favoriser l'équilibre biologique de l'homme», à savoir, comme le dit Sivadon, vers

- tout ce qui favorise l'expression et la communication interhumaine
- tout ce qui permet le développement et l'épanouissement des fonctions corporelles
- tout ce qui permet la différenciation nette entre la tension et la détente, sur le plan musculaire
- tout ce qui permet la différenciation entre le raisonnable et l'imaginaire

Or il est facile de comprendre que, à côté des occupations artistiques et culturelles au sens large, les activités sportives correspondent particulièrement à ce but. C'est ce dernier thème que nous développerons dans notre prochain numéro, après avoir, dans l'intervalle, médité sur le sens profond des paroles de Paul Chauchard qui dit: «Ce qui est le plus urgent, aujourd'hui, c'est de développer la pédagogie par la neurophysiologie, de construire une neuropédagogie qui soit une *hygiène psychosomatique complète*. Toute pédagogie, même la plus spirituelle, poursuit-il, est une *éducation physique* au vrai sens de ce mot, qui ne met pas le muscle seulement, mais *tout le corps sous le contrôle du cerveau!*»

(à suivre)

#### Bibliographie:

- Michel Bouet: Signification du Sport, Editions universitaires, 1968.
- J. Dumazedier: Vers une civilisation du loisir? Paris-Seuil, 1962.
- A. Kaufmann et J. Pezé: Des sous-hommes et des supermachines. Albin Michel, Paris 1970.
- Marcel Gryponck: Aperçu historique de l'utilisation des loisirs, dans: «La civilisation des loisirs». Marabout université.
- Paul Sivadon: Evolution biologique de l'homme, dans: «La civilisation des loisirs». Marabout université.
- Paul Feldheim: Problèmes actuels de la sociologie des loisirs, dans: «La civilisation des loisirs». Marabout université.
- Paul Chauchard: Travail et loisirs, Mame, 1968.



Echapper au conditionnement publicitaire pour retrouver la joie de vivre!