

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:	32 (1975)
Heft:	5
 Artikel:	L'athlète d'hier et d'aujourd'hui
Autor:	Naudin, Pierre
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-997557

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: 27.01.2026

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

L'athlète d'hier et d'aujourd'hui¹

Pierre Naudin

L'entraînement voici 2000 ans

Réverés comme des dieux, les champions de l'Antiquité n'étaient pas inattaquables. Leur déloyauté, leurs faiblesses, leurs bassesses étaient dénoncées avec la plus extrême véhémence. Solon, qui avait pourtant été un législateur sportif, et à qui les Grecs devaient la gymnastique obligatoire dans l'éducation des enfants, fut tellement éccœuré par la vanité des athlètes et leurs mœurs qu'il édicta contre eux des lois sévères.

Si les champions étaient battus, ce n'était pas une contre-performance: c'était qu'ils avaient trouvé plus fort qu'eux, musculairement ou techniquement (car il existait au saut et dans les lancers notamment, des techniques: les statues et les peintures des vases le prouvent amplement), ou bien que le dieu (Hermès, Héraklès) ou la déesse (Athéna, Démetre) qui régentait leur patrie, leur foyer, n'avait pas voulu les assister: «Ecoute-moi, déesse; sois bonne et viens au secours de mes jambes!»

Comme aujourd'hui, des médecins, des masseurs veillaient à amplifier le pouvoir musculaire des champions. Les «lourds» se frottaient d'huile, de sable; les «légers» préféraient la boue. Le massage des jambes des coureurs se faisait à l'aide d'une pommade à base de plantes et de cire appelée ceroma et, chose étrange, pour donner plus d'efficacité à ces massages, on demandait aux athlètes d'opposer au mouvement de la main toute la force et toute la raideur de leurs muscles en retenant même leur souffle.

Les sprinters de la course du stade (ou dromos) se livraient à des démarriages sur le sable du gymnase; les lanceurs de disque s'entraînaient avec des galettes de bronze d'un poids supérieur à celui de l'ustensile qu'ils manieraient en compétition et qui variait selon les contrées: le disque olympique et le disque pythagorique ne pesaient pas le même poids. Les lanceurs de javelot utilisaient plusieurs variétés de différentes longueurs et de différents volumes. Certains coureurs de

diaule ou de dolique (les courses de vitesse prolongée et de demi-fond) plutôt que de s'entraîner longuement dans les allées ombragées qui entouraient le gymnase sur des distances supérieures à celle de l'épreuve à laquelle ils participeraient, «couraient» tout d'abord sur les genoux dans le sable épais, puis utilisaient des sandales à semelles de plomb; certains s'alourdissaient en portant une ceinture du même métal. Le plomb avait un autre usage: pour rendre leur continence plus facile, certains athlètes dormaient, des plaques de plomb fixées sur leurs reins!

Pour éliminer à jamais le fâcheux «point de côté», des coureurs subirent stoïquement (il n'y avait pas, semble-t-il, d'analgésiques, ou, s'ils existaient, leur pouvoir n'était tout de même pas aussi rassurant que celui du pentothal!) l'extirpation de la rate. On tentait tout d'abord d'en diminuer le volume par absorption de certaines plantes et, comme cela ne donnait guère de résultats satisfaisants, les chirurgiens opéraient. Comment s'y prenaient-ils pour retirer ce viscère? Eh bien! ils ouvraient le patient, lui ôtaient la rate et cautérisaient au fer rouge; ou bien ils venaient à bout du viscère par le feu: du temps d'Hippocrate (Ve siècle avant J.-C.), on plaçait sur la rate une dizaine de champignons (de quelle espèce, on l'ignore) desséchés, et on y mettait le feu.

L'étonnant, dans tout cela, c'est que les coureurs survivaient! Et l'opération à laquelle ils consentaient de se livrer prouve qu'une victoire était immensément «rentable». Sans quoi, raisonnablement, qui se serait soumis au couteau du praticien d'alors?

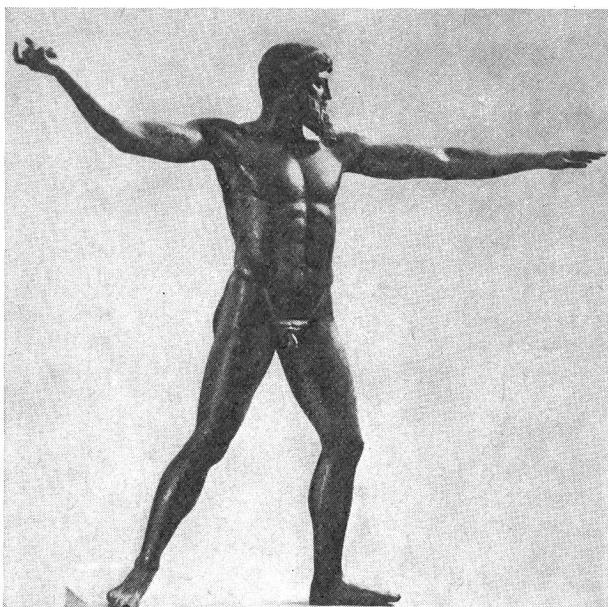
Comme à notre époque, il existait des spécialistes des courses de vitesse et des courses de fond, mais certains coureurs tels que Léonidas de Rhodes ou Polites de Kerasne vainquirent aussi bien en sprint qu'en demi-fond. Et l'on vit même mieux: Théagène de Thasos, le pugiliste et pancratiate dont les succès aux Jeux ne se comptaient plus, remporta la couronne du dolique à Phthie, en Thessalie.

Le doping ? Peut-être...

Rien ne s'oppose à l'idée que les athlètes se dopèrent. Leur régime, d'ailleurs, était celui de l'alimentation forcée: il était composé de porc, de bœuf — cuits et non bouillis — saupoudrés de fenouil; les athlètes devaient manger en silence et bien mastiquer leurs aliments. Le diététicien le plus en vogue était Dromée de Styphale. Les coureurs consommaient plus volontiers des figues sèches, du froment, du lait, mais le vin ne leur était pas interdit. Pline cite une plante, equisetum, dont ils buvaient une décoction pendant trois jours consécutifs après s'être abstenu, 24 heures auparavant, de toute boisson et de tout aliment.

Il advenait que des athlètes blessés, changeant de «profession», tirassent parti de leurs connaissances sportives. Ainsi Hérodikos de Selymbria, contemporain de Platon et d'Hippocrate. Il se consacra à l'étude de la médecine auprès des prêtres Asclépiades et mit au point, selon Pline, une discipline nouvelle: l'Iatraliptique ou gymnastique curative, qui consistait à pratiquer certains sports tout en suivant un régime. En utilisant sa méthode, axée sur le pentathlon, Hysmon d'Elée put guérir de ses rhumatismes... et être couronné à Némée et à Olympie!

Le jour J arrivait après un long stage préparatoire au gymnase voisin du stade où se disputeraient les Jeux. Les cérémonies religieuses, les sacrifices, les incantations et les cris de la foule mettaient les athlètes dans une espèce d'état de grâce qui devait pour-



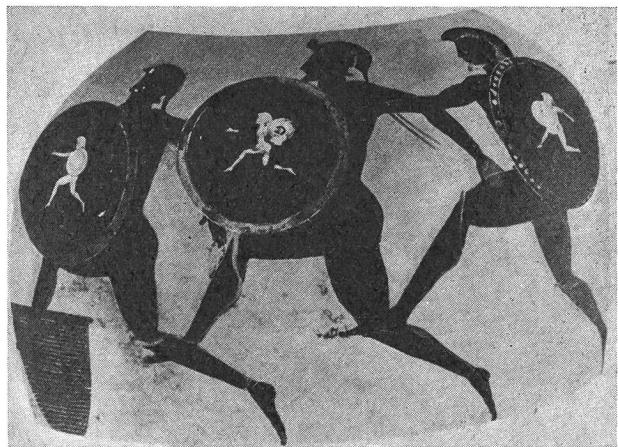
Statue en bronze du Musée National d'Athènes: repêchée en 1928 dans la mer Egée, par 42 mètres de fond, elle date, pense-t-on, du Ve siècle avant J.-C., et représente certainement un lanceur. Est-ce Héraclès lançant le javelot? Ou Zeus, la foudre en main?

¹ Tiré de «L'Athlète et son Destin» (2).

tant se dissoudre au fil des éliminatoires. En finale, seuls restaient les «méchants». Ainsi, pendant les courses, les concurrents poussaient des cris, et parfois se gênaient, quand ils ne s'attrapaient pas (ce qui d'ailleurs les faisait disqualifier)...

Les témoignages sur l'Eléen Koroïbos, vainqueur à Olympie de la course du stade en 776 avant J.-C., sont parcimonieux, mais, de même que Phayllos de Crotone, Ladas fut une grande vedette sportive. Selon certains spectateurs, «ses pieds ne laissaient aucune trace sur le sable» et une épigramme précisait: Ladas a-t-il bondi? A-t-il volé sur le stade? Personne ne peut le dire. Son départ foudroyant était connu de toute la Grèce, et il inspira à Myron une statue auprès de laquelle son discobole était une œuvre mineure. Car, si on ignore qui était ce discobole, dont nous ne connaissons d'ailleurs que des copies plus ou moins bonnes, on sait que le Ladas de Myron provoqua un flot de commentaires qu'il n'est pas nécessaire de citer ici. Comme il fallait trois victoires olympiques pour qu'une statue-portrait, grandeur nature, fût érigée à un champion, on peut évaluer la classe de ce coureur, et je pense qu'en pétrissant dans la glaise et en coulant dans le bronze cette statue de Ladas, Myron avait résolu le difficile problème de la représentation du coureur en plein effort.

Ladas fut-il un «gagneur» prêt à tout pour devancer ses rivaux? Il tomba foudroyé dans le sprint final d'un dolique aux 85es Jeux olympiques et, transporté sur les rives de l'Eurotas, il y succomba. Cette mort inattendue ne serait-elle pas due à un dopage? Il est permis de le penser, les Grecs connaissant aussi bien que nous, sinon mieux, les étranges pouvoirs des plantes.



Les champions de l'Antiquité: les premiers au combat.

Une seconde différence apparaît, et qui n'est pas mince, avec les athlètes de maintenant. Les champions de l'Antiquité n'étaient pas... sous-exposés en cas de conflit (et les guerres étaient à vrai dire incessantes): ils avaient le redoutable honneur de marcher au combat les premiers. A Sparte, l'on compta de nombreux champions: ils périrent à côté des rois dont ils formaient la garde personnelle. Lorsque Xerxès, en 480 avant J.-C., ravagea l'Attique et ruina Athènes, Phayllos de Crotone équipa à ses frais une trière pour secourir ses compatriotes en difficulté à Salamine. Hérodote précise que le champion commandait lui-même ce vaisseau de guerre et qu'il contribua pour une large part à la défaite de la flotte ennemie.

Excès en tous genres

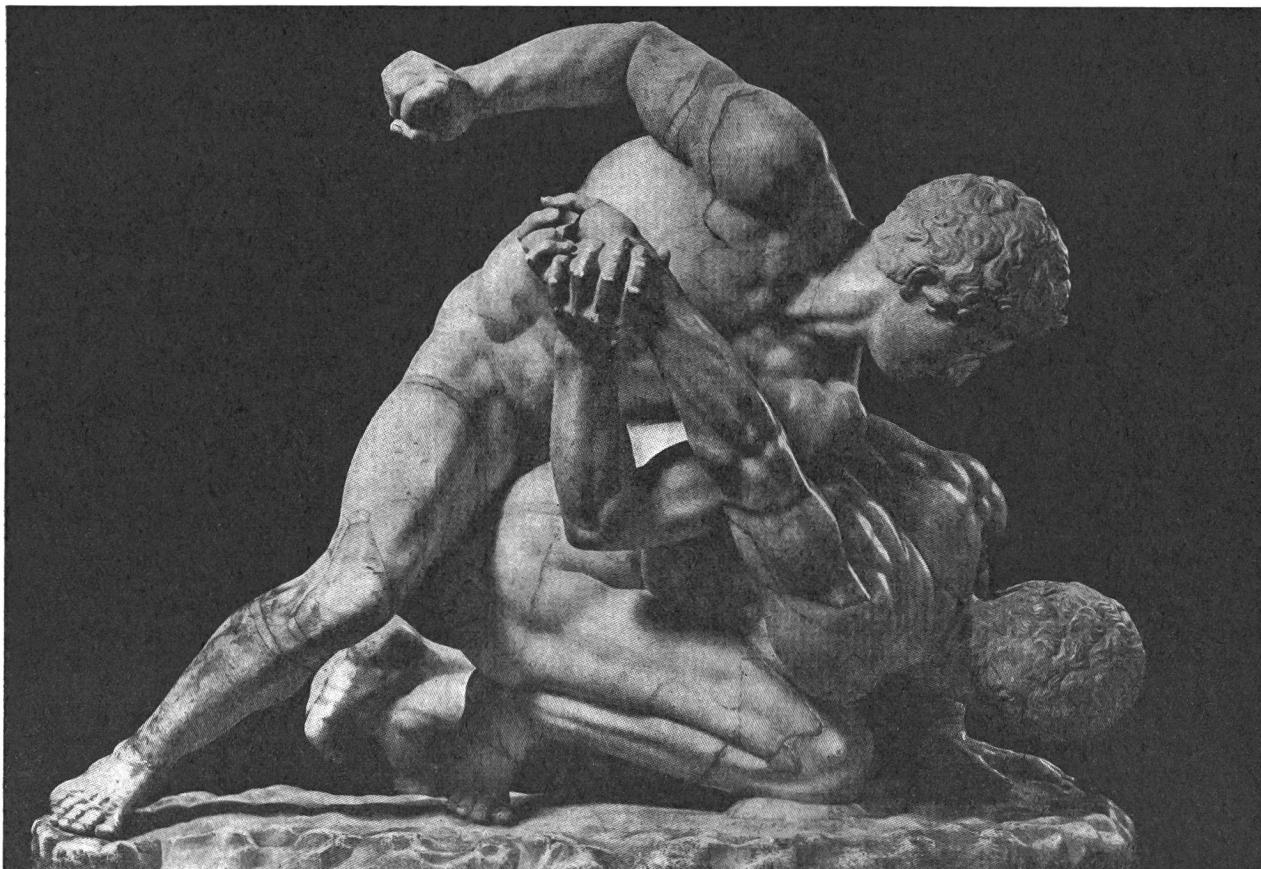
De mauvais ouvrages qui veulent à tout prix glorifier le sport prétendent que ce fut le christianisme qui condamna les jeux athlétiques. C'est faux! Entre les jeux funéraires de Patrocle et la performance de Koroïbos (qui n'est pas la première victoire olympique, mais la première dont on ait trouvé la mention) il

y avait déjà eu un «moyen âge» provoqué par l'invasion dorienne, où le sport s'était en quelque sorte fortifié et codifié. S'il sombra ensuite, et définitivement, quelque 300 ans après le début de notre ère, le christianisme n'y fut pour rien; la religion nouvelle donna, si l'on veut, l'assaut final à un édifice délabré.

Bien avant que la Grèce ne fût entrée dans la décadence, les combines s'étaient multipliées sur les stades: on achetait la victoire aux derniers coureurs de la finale à laquelle on participait; on achetait la victoire au dernier concurrent du disque qui ratait sciemment son essai; on achetait même les juges (ou hellanodikes) pour une somme moins importante que celle qu'ils requiraient un jour de Néron. Les esclaves plus ou moins affranchis, qui, au début des Jeux, n'avaient pas eu le droit d'y concourir, se mêlaient aux concurrents «nobles»: le dernier vainqueur figurant au palmarès des Jeux olympiques de l'Antiquité est d'ailleurs un barbare arménien: Varazdates, dont Théodore Ier allait faire un roi. On assista même, comme pour le football, le rugby et l'athlétisme actuels, à des sortes de transferts qui eussent été jugés inadmissibles auparavant, bien que les règlements ne fussent opposés à aucun racolage: les magistrats des cités désireuses de compter un champion olympique parmi leurs citoyens payèrent des athlètes renommés pour leur faire renier leur patrie d'origine. C'est ainsi qu'Astylos de Crotone se fit proclamer citoyen de Syracuse où une vie dorée l'attendait: ses concitoyens, furieux, renversèrent sa statue placée dans le temple d'Héra et convertirent sa demeure en... prison. Et quand Sotade de Crète, moyennant finances, se déclara, après une de ses victoires, citoyen d'Ephèse, les Crétos le bannirent et, bien qu'il courût vite, il n'aurait pas été prudent qu'il allât se promener au pays de son enfance!

L'argent, le laisser-aller, ne corrompirent pas que les esprits; ils agirent néfastement sur les muscles: les athlètes lourds (lutteurs, pugilistes, pancratiaires) devinrent des personnages gras, grotesques, des objets de raillerie; des pleutres et des «viveurs». Gallien les méprisa: «Manger, boire, dormir, se décharger le ventre, se vautrer dans la poussière et dans la boue», écrivait-il pour résumer leur mode de vie. Il dit ailleurs que les athlètes se levaient à l'heure où ceux qui vivent suivant la nature reviennent de leur travail et ont besoin de manger. Philostrate nota, parmi les innovations pernicieuses, «leur habitude de rester assis avant les exercices, tout remplis d'aliments comme des ballots de Libye ou d'Egypte», ce qui prouve que les prédecesseurs des athlètes de la décadence avaient coutume, comme ceux de maintenant, de s'échauffer avant tout entraînement sérieux. En conséquence, la nudité à laquelle les Grecs attachaient tant d'importance était devenue un objet d'abjection bien avant que le christianisme eût exporté, de Rome, le mépris souverain du corps!

Les athlètes, sauf les coureurs et les spécialistes du pentathlon, ne pouvaient plus tenter les ciseaux des statuaires. Et ce fut à cette époque qu'ils devinrent des exhibitionnistes! Veules, fainéants, on les raillait. Comment les Jeux qui les rassemblaient auraient-ils pu être pris au sérieux? Le déclin des Jeux olympiques commença dès la prise de Corinthe par Mummius (146 avant J.-C.!) et se poursuivit jusqu'à Auguste. Oh! certes, ils avaient lieu tous les quatre ans, on en parlait encore... à tel point que Sylla, qui avait pillé Olympie en 86, ayant envie de se divertir sans quitter Rome, en 80, fit rafler tous les concurrents adultes de la 175e Olympiade à Olympie, les fit transporter à Rome, et s'offrit des Jeux à domicile! La débauche commença. Les courtisanes et les pédérastes avaient toujours «dragué» sur les stades et dans les palestres; il n'y eut plus la moindre retenue... Et ce fut alors, alors seulement, que le christianisme en pleine ascension à Rome, nourri de drames, de



Lutteurs au pancrace (3e siècle avant J.-C.): l'argent, le laisser-aller agirent néfastement sur les muscles. Les paneratiastes devinrent des personnages gras et grotesques.

haines et d'un formidable désir de revanche contre des dieux qu'il récusait et des peuples qui, depuis dix siècles au moins, les avaient révérés, déferla sur la Grèce.

Théodose Ier, en 393, fit interdire les Jeux de la 293e Olympie et ses hordes envahirent le sanctuaire, incendièrent les temples, cassèrent les statues qui avaient pu être soustraites, jusque-là, à la cupidité des conquérants. Ces fléaux de Dieu n'eurent aucune honte, à Olympie, à transformer l'atelier de Phidias en église. Ainsi soit-il...

Né de la religion. Détruit par elle...

Face au flux des mœurs et des idées nouvelles, où l'esprit était tout et le corps rien; face à l'ascétisme intransigeant des prêtres et des moines et au zèle destructeur des convertis; déprécié, vilipendé, haï même par ceux-là qui l'avaient aimé et parfois avaient été des champions dans leur jeunesse (Aristote, Platon, Lucien, Cicéron, Plutarque, etc...), et parce que trop d'abus avaient été commis en son nom, le sport grec ne pouvait pas tenir. Né de la religion, il avait été successivement liturgie, santé, distraction; politisé, il avait évidemment tenu le coup. puisque les petites patries du monde hellénique pouvaient de loin en loin s'affronter sans dommage par l'intermédiaire de quelques champions; or, les excès étaient venus, excès auxquels les hellanodikes auraient pu s'opposer s'ils avaient été des hommes intègres. Mais eux aussi, peu à peu, s'étaient mis à aimer l'argent. Ce fut la fin, une fin logique. Seuls les paysans fidèles à Zeus, à Héraklès et à la longue cohorte des dieux offensés — et interdits — continuèrent à pratiquer les exercices sportifs et s'affrontèrent en secret, parfois sur les stades que l'herbe et les ronces avaient envahis. Et cela dura jusqu'au règne de Justinien qui, en 529, prit contre ces athlètes... amateurs, des sanctions telles que

nul, en Grèce, ne fut plus tenté de pratiquer le moindre exercice physique. La mise hors-la-loi du sport allait peser très lourd sur le destin de ce peuple.

Il faut bien avouer d'ailleurs que le sport grec, même à son origine, ne fut jamais tel que le décrivent sommairement les manuels scolaires et les ouvrages idéalisés sur les Jeux olympiques modernes — qui sont précédés d'un petit historique sur les Jeux olympiques de l'Antiquité (sans Delphes, sans Corinthe, sans Némée). Bien que surgis de la religion, ils étaient plus proches de la Foire du Trône que de Lourdes aux époques de grands pèlerinages car, il ne faut pas l'oublier, ils étaient disputés en l'honneur de dieux qui étaient de rudes bons vivants.

Ceux d'Olympie avaient lieu au cœur de l'été, par des températures extrêmes. On passait des journées entières au stade où il était interdit de se couvrir la tête. Les deux cours d'eau proches, l'Alphée et le Kladéos, étaient à demi taris et les animaux sacrifiés sur les 70 autels de l'Altis (l'enceinte sacrée) se putréfiaient dans une puanteur qu'on peut... subodoré, attirant des millions de mouches.

Imaginez le reste, qui tranche avec les descriptions bucoliques des fervents de l'olympisme: tout autour du stade et du sanctuaire, un village de tentes, des tri-pots, des bordels de toute sorte, des théâtres de plein air où les auteurs donnaient leurs nouvelles pièces et où les poètes faisaient assaut de lyrisme. Imaginez aussi le troupeau innombrable des pèlerins sans toit, qui allaient, venaient, jeûnaient ou ripaillaient et, la nuit, dormaient à la belle étoile. Le pèlerinage à Olympie était aussi sacré, pour les Grecs, que celui de La Mecque pour les Musulmans. Mais combien ne reviennent jamais leur cité, leur village: ils étaient morts d'insolation, victimes de maladies, et certains, qui étaient bien repartis, périssaient sur le chemin du retour, poignardés et détroussés par des voleurs...