

**Zeitschrift:** Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport

**Herausgeber:** École fédérale de sport de Macolin

**Band:** 51 (1994)

**Heft:** 12

**Artikel:** "Vivre le rythme!" : Franz Joseph Dahinden (1898-1993), un pionnier du ski aux idées révolutionnaires

**Autor:** Hotz, Arturo

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-998301>

### 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>**

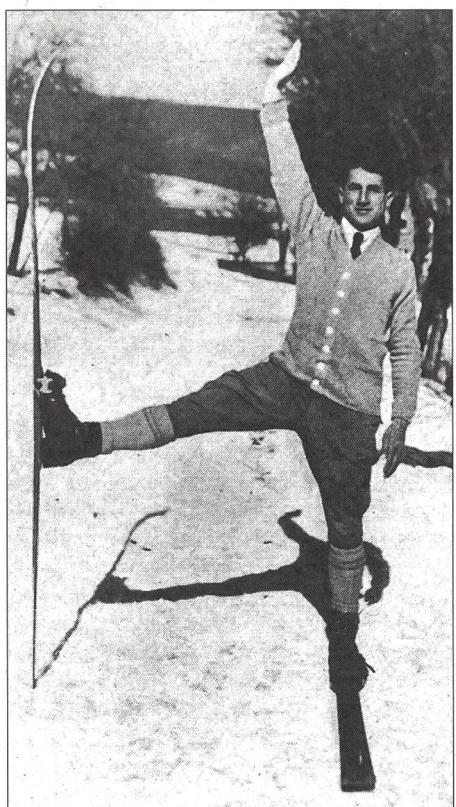
## «Vivre le rythme!»

### Franz Joseph Dahinden (1898 – 1993), un pionnier du ski aux idées révolutionnaires

Arturo Hotz

Traduction: Yves Jeannotat

*A skis, chaque virage débouche sur un pan d'aventure, pour autant qu'il ne soit pas issu du complexe mécanique du matériel, mais qu'il résulte de la force impulsive du cœur et de l'inépuisable richesse de l'âme. (F. J. Dahinden)*



Rapport de longueur entre corps et skis (selon Dahinden).

Franz Joseph Dahinden a eu une vie longue et riche. Six mois après son 95<sup>e</sup> anniversaire, ce pionnier du ski aux pensées dérangeantes, doué pour les arts, photographe et producteur de films, philosophe et écrivain est mort à Witikon, près de Zurich, le 22 décembre 1993. Il joua un rôle important dans l'évolution du ski en Suisse.

Au cours des années vingt, il ouvrit des écoles de ski au Rigi, à Arosa, à Flims et au Jungfraujoch devenant ainsi, probablement, le premier professeur de ski «quatre saisons» au monde. Dans l'entre-deux-guerres, il entra ouvertement

en conflit – tout comme Giovanni Testa de St-Moritz d'ailleurs – avec la technique standard ou unifiée du sacro-saint et officiel «Ski Suisse». Il reprochait à ces «artistes de l'exercice de campagne» leur façon «mécanique» de voir les choses. A cette époque, en effet, la «mécanique du ski», mise au point par une série de physiciens suisses était très cotée. Elle tenait même lieu de «science» du ski. Pourtant, la compréhension des différents mouvements spécifiques du ski, de même que leurs enchaînements ne pouvait être approfondie ni aller de l'avant – c'est du moins ce que faisait savoir Dahinden, dans le style souvent violemment rebelle qui lui était propre – à partir de considérations biomécaniques. Selon Dahinden toujours, cette façon unilatérale et technocratique d'appréhender les choses contraignait finalement la technique du ski à se recroqueviller sur elle-même: il n'était pas soutenable que l'enseignement du ski se limite à des principes relatifs à des placements définis par la biophysique. Il écrivait: *De cette façon, la nature du problème central de la technique du ski servait d'ordre physiologique et non pas physique; ce n'est pas dans l'exploitation de la mécanique du ski que se trouve la solution, mais dans la synthèse essentielle entre les relations physiologiques et psychologiques de la progression organique à skis.*

En tant que pionnier du ski, Dahinden était un «rebelle» et, notamment en ce qui concerne son interprétation de la technique, qu'il voulait étroitement liée à la matière, un «esthète» largement en avance sur son temps.

#### «La richesse du mouvement rythmique»

Le 9 octobre 1982, j'eus l'occasion, rentrant de Zermatt en direction de Zu-

rich, de faire le trajet en compagnie de Franz Josef Dahinden: trajet suffisamment long pour engager avec lui une conversation dépourvue de toute réminiscence nostalgique, mais instructive et enrichissante. Nous avions participé tous les deux aux festivités marquant le 50<sup>e</sup> anniversaire de l'Interassociation suisse pour le ski (IASS). C'était le petit matin. Le soir précédent, on lui avait redonné, à lui et à Giovanni Testa, la patente qui leur avait été retirée, en son temps, pour ne pas s'être conformés à la ligne établie. A partir de points de vue et de fonds d'expérience différents, nous avons échangé nos opinions sur la nature et sur les particularités du ski. Nous nous sommes aussi entretenus sur les tâches et les possibilités didactiques de l'enseignement. Et nous avons parlé, enfin, «de Dieu et du monde». Même si une tranche d'âge importante nous séparait (46 ans), nous nous sommes rencontrés sur de nombreux points et, en particulier, sur la façon de considérer la pratique du ski comme une possibilité de pouvoir sentir et vivre l'hiver autrement: (...) voilà la véritable signification du ski: la mise en relation, par son intermédiaire, du corps en mouvement avec le paysage hivernal, son appréhension, sa compréhension et son assimilation par le corps et l'âme, par le corps et l'esprit dans un balancement de joie partagée. (1924)

Cette élaboration rythmique du mouvement humain en tant que moyen, mais aussi pour soi-même, était sans doute, par-delà le ski proprement dit, la préoccupation centrale de Dahinden. Pour lui, dans ce contexte, l'équilibre dynamique a toujours été une expression clé, et pas seulement en raison de la motricité; rythme et rythmicité, deux notions de tout temps fondamentales au sujet desquelles il s'exprimait lui-même de la façon suivante: *Le rythme est insufflé à notre âme, il pulse du cœur et résonne comme un chant dans le mouvement. Le rythme doit être vécu! (...) Nous pouvons décrire la contraction des muscles, mais nous ne serons jamais en mesure de le faire du mystère de la vie qui les anime. Malheureusement la motorisation et la mécanisation démunit de plus en plus les êtres avides de progrès de leur instinct du mouvement. (...) Mais la jeunesse tient à sortir de l'esclavage de la technique. Elle exige de remonter aux origines, au naturel, au rythme. (...) Comme à une source intarissable, l'organisme puise sa force au mouvement rythmé de la mar-*

che et de la course. Tension et relâchement procèdent également d'une alternance rythmique. (Tiré de: «Der Reichtum der rhythmischen Bewegung», dans: «Ski-Rambo, der einfache und natürliche Skilauf»; Immenstadt 1958; 49.)

### **«Réapprendre est inutile»**

Les considérations émises par Dahinden sur l'apprentissage du programme – même s'il n'a jamais utilisé ce terme – avaient quelque chose de révolutionnaire. Il a en effet découvert très tôt qu'apprendre à skier, c'était d'abord acquérir la maîtrise d'une sorte de programme de base qu'il s'agissait volontairement ou impérativement d'adapter, dans sa forme extérieure – on parlerait, aujourd'hui, de composante variable – aux exigences momentanées du terrain: *Celui qui s'applique à progresser ne doit donc plus, comme cela se fait traditionnellement, apprendre une multitude de formes de mouvement différentes, de courbes et de virages; il lui suffit, au contraire, de convertir et d'appliquer au ski comme il se doit un seul mouvement élémentaire: celui de la marche.* A ajouter à cela cette indication évidente qui devrait, aujourd'hui encore, servir de critère de discussion méthodologique: *Il est inutile de réapprendre, il faut apprendre en plus!* Ce que le débutant assimile à la base



*Virage en télémark, bâtons levés (selon Dahinden).*

reste en général acquis jusqu'à la maîtrise du niveau supérieur.

Ouvertes sur de nouveaux horizons, les considérations de Dahinden sont d'autant plus remarquables que, pendant des dizaines d'années encore, les techniciens officiels du ski tout comme les auteurs de livres d'enseignement du ski se sont contentés de proposer avant tout des collections d'exercices traitant des aspects extérieurs et soi-disant divers de «formes de mouvement, de courbes et de virages», fermés qu'ils étaient aux conceptions méthodologiques du pionnier.

Le rythme toujours! Le rythme, vécu par le sport au cours des jeunes années, puis élargi plus tard aux plans de la religion et de la philosophie de la vie, le rythme compris comme «l'unité du flux et du reflux», comme moyen d'accès de l'homme (à nouveau) à une partie du tout. Dans la pensée de Dahinden, le rythme en tant qu'essence commune, réunit l'homme et la nature, ces deux «systèmes» en apparence si différents l'un de l'autre. Plus tard encore, dans la dernière partie d'une œuvre impressionnante consacrée de plus en plus souvent à des sujets autres que le sport, l'harmonie – aspect qualitatif du rythme – entre l'être humain et la nature reste, pour lui comme une sorte de credo, démontrant clairement qu'il était beaucoup plus qu'un simple pionnier du ski. ■

**PINS  
FANIONS  
trainings  
shirts  
insignes brodés  
médailles  
coupes**

*demandez notre catalogue gratuit*

**SIEGRIST**  
CH-4900 Langenthal  
063 22 77 88  
FAX 063 22 40 93

Un partenaire à toute épreuve.

**ALDER & EISENHUT AG**

Fabrique d'engins de gymnastique et de sport

8700 Küsnacht ZH	9642 Ebnet-Kappel SG
Tél. 01/910 56 53	Tél. 074/3 24 24
Fax 01/910 57 10	Fax 074/3 24 03