Zeitschrift: Revue historique vaudoise
Herausgeber: Société vaudoise d'histoire et d'archéologie
Band: 116 (2008)

Artikel: Paul Martin ou un véritable humanisme à travers l'olympisme
Autor: Martin, Thierry
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-514260

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: 10.01.2026

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

Thierry Martin

PAUL MARTIN OU UN VÉRITABLE HUMANISME À TRAVERS L'OLYMPISME

Témoignage sur sa carrière et son œuvre

Il y a longtemps que j'avais le projet d'éditer les ouvrages écrits par mon père et ceux qui le concernent. Aujourd'hui, c'est chose faite! À l'exception de *Bonjour jeunesse ou Le plaisir de courir*, recueil de textes inédits [1], tous les autres ouvrages sont épuisés, voire perdus [2]. En relisant les pages des rares livres qui me restent, j'ai trouvé l'inspiration pour écrire ce témoignage. Depuis 1920, année de ses premiers Jeux olympiques, jusqu'à son décès [3], mon père n'a cessé d'appliquer dans son mode de vie les préceptes d'un « olympisme humaniste ». Paul Martin et l'olympisme forment vraiment un tout indissociable des anneaux olympiques.

La Faculté, le Stade-Lausanne et Belles-Lettres

Paul Martin, tout jeune collégien, raconte qu'un jour, en train de marauder des noix, il est surpris par le propriétaire du terrain qui essaie de l'attraper mais en vain: « Jamais

1 Cf. Dr Paul Martin, *Bonjour jeunesse ou Le plaisir de courir*, textes réunis par Jean Martin et Thierry Martin, s.l., s.d., consultables sur http://www.olympicpaulmartin.ch

2 Dr Paul Martin, *Au Dixième de Seconde. Souvenirs olympiques*, Genève, 1952; Dr Paul Martin, *Le sport et l'homme. Principes de pédagogie sportive*, Yverdon, 1944. Ces ouvrages sont disponibles sur le site internet que nous lui consacrons: http://www.olympicpaulmartin.ch. D'autres documents notamment audiovisuels y sont également consultables. Sur Paul Martin, cf. également Francis-Marius Messerli *et al.*, *Hommage à Paul Martin pour un anniversaire*, s.l., [1971], ainsi que « Le 800 mètres de Paul Martin », finale des Jeux olympiques de 1924, à Paris, extrait de *L'Orgue du Stade* d'André Obey, consultable également sur internet à l'adresse susmentionnée. A noter que c'est le compositeur suisse Arthur Honegger qui en a composé la musique (aujourd'hui perdue). Toutes ses archives sont déposées et accessibles au Centre d'études olympiques à Lausanne. À ce propos, cf. dans le présent volume la contribution de Sabine Christe et de Patricia Reymond, « Le Centre d'études olympiques. Une institution à découvrir », p. 107.

3 Paul Martin est né en 1901. Il décède en 1987. Pour plus de précisions, cf. Belles-Lettres de Lausanne, *Livre d'Or du 200e anniversaire (1806-2006)*, s.l., s.d., 2007, p. 311, N° 1861; *Dictionnaire historique de la Suisse*: http.www.dhs.ch

je n'avais couru si vite»[4]. Plus tard, il s'inscrit à la brigade des éclaireurs de Sauvabelin à Lausanne, puis à la section d'athlétisme du Stade-Lausanne. Ces deux expériences font naître en lui un goût prononcé pour le sport qu'il préfère aux heures consacrées aux devoirs scolaires à domicile. Fort des précieux conseils d'entraînement des sportifs qu'il côtoie, il réalise en peu de temps la remarquable performance de 57 secondes sur 400 mètres, approchant de 5 dixièmes le record suisse.

Pour satisfaire aux volontés de son père, Paul Martin entreprend des études d'ingénieur à l'ÉPUL, l'École polytechnique universitaire de Lausanne. Bien vite, il se rend compte que des études aussi astreignantes ne peuvent être menées de front pour un jeune athlète. Il s'inscrit alors à la Faculté de médecine dont le programme lui semble être plus compatible avec les exigences d'un entraînement sportif. Toutefois, l'engouement de Paul Martin pour le sport au Stade-Lausanne ne satisfait pas aux principes d'une famille calviniste assidûment pratiquante pour laquelle les études passent avant toute autre activité.

La Faculté et le Stade-Lausanne sont déjà pour Paul Martin des lieux de rencontres et d'échanges indispensables et privilégiés, mais ils sont à ses yeux encore insuffisants. Il entre en 1924 à Belles-Lettres[5], société d'étudiants qui accueille de nombreux écrivains, romands ou français, désireux de parler de leurs livres et de leurs idées. C'est Belles-Lettres qui lui donne le goût de la littérature et fait naître en lui les premiers germes de l'écrivain qu'il devient par la suite.

Les Jeux olympiques durant l'entre-deux-guerres

Deux années suffisent à Paul Martin, âgé de 18 ans, pour accéder en 1919 au titre de recordman et de champion suisse du 800 mètres, succès qui lui permet de se qualifier pour représenter à Anvers les couleurs suisses. C'est le début d'une longue carrière olympique: Paul Martin est l'un des rares athlètes au monde à avoir participé à cinq jeux olympiques: Anvers en 1920, Paris en 1924, Amsterdam en 1928, Los Angeles en 1932 et Berlin en 1936.

Alors qu'il se fait une idée encore bien vague et toute scolaire d'Olympie, des joutes olympiques et de l'esprit qui les anime, Paul Martin est profondément marqué par les Jeux olympiques d'Anvers et, en premier lieu, par la cérémonie d'ouverture à la

4 Dr Paul Martin, *Au Dixième de Seconde. Souvenirs olympiques*, Genève, 1952, p. 13 ou sur internet: http://www.olympicpaulmartin.ch

5 Belles-Lettres de Lausanne, *Livre d'Or du 200e anniversaire: 1806-2006*, [s.l.], 2007.

Cathédrale. Il se sent subitement uni aux autres athlètes. Elle lui fait faire un pas géant dans la voie de la compréhension de l'Olympisme, fait à ses yeux d'esprit chevaleresque, de camaraderie et de saine rivalité.

Les Jeux olympiques d'Anvers sont ainsi tout un faisceau d'expériences qui affermissent la foi sportive de Paul Martin; ce sont ses premiers contacts avec les athlètes américains et finlandais dont certains, comme Charlie Paddock et Paavo Nurmi, deviennent des amis indéfectibles. Grâce à eux, il découvre quelles sont les

« trois causes [...] qui peuvent permettre à un sportif, qui en a les moyens, de devenir un champion. D'abord un entraînement approprié tel que celui qui est donné aux jeunes Américains dans leur collège; ensuite le don d'observation et la volonté d'imiter l'exemple de ceux qui, comme Nurmi et Paddock, sont arrivés à un degré supérieur; enfin la confiance en ses possibilités que peut vous insuffler un connaisseur parlant avec sincérité. »[6]

À Paris, Paul Martin gagne la médaille d'argent sur 800 mètres et devient vice-champion olympique: il découvre « le miracle du record ». Ce qui frappe Paul Martin à cette occasion, c'est « l'aisance et le calme parfait de ceux qui réalisent des prouesses surhumaines »[7]. Subjugué par les performances de Paavo Nurmi, il lui voue une admiration profonde, tout comme à ses compatriotes finlandais. Une des leçons que Paul Martin retient de Nurmi est que « l'athlète qui se présente à une course du stade, sans la préparation indispensable, est dans son tort »[8]. Or, « le record est véritablement un idéal auquel on se voue entièrement et pour lequel on se prépare sans défaillance en suivant l'école du sport, école de courage, de discipline et de mesure »[9]. Dès lors, Paul Martin prend conscience qu'il ne possède pas encore cette maturité indispensable à celui qui veut gagner.

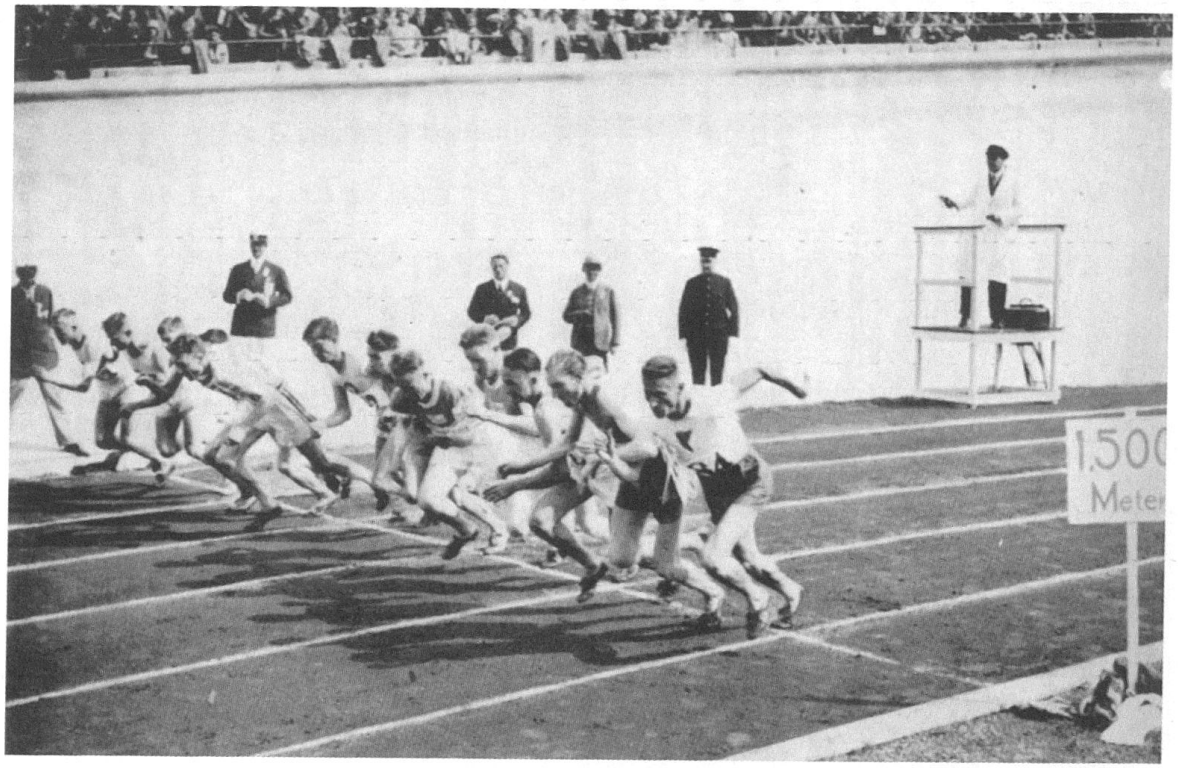
Paul Martin est également impressionné par la courtoisie et la simplicité des athlètes anglais. Il considère Lowe comme « le type parfait du coureur gentleman »:

« Il eut pour moi des gestes si amicaux, des propos d'une camaraderie si spontanée, que ma place de deuxième dans le 800 mètres m'en apporta un réel enrichissement et me fit faire un nouveau progrès dans la compréhension de l'esprit olympique chevaleresque avant tout. »[10]

6 *Ibid.*, p. 41.
7 *Ibid.*, p. 45.
8 *Ibid.*, p. 47.
9 *Ibid.*
10 *Ibid.*, p. 55.

2 Le premier 800 mètres de Paul Martin lors du Jubilé olympique à Lausanne en 1918. Photographie (extrait de P. Martin, *Au Dixième de Secondes*, Genève, 1952).

3 La finale du 800 mètres à Paris en 1924 : Paul Martin s'élance sur le fil d'arrivée.
Photographie (extrait de P. Martin, *Au Dixième de Secondes*, Genève, 1952).



3 Le départ de la finale du 1500 mètres des Jeux olympiques d'Amsterdam en 1928.
Photographie (extrait de P. Martin, *Au Dixième de Secondes*, Genève, 1952).

Paul Martin retrouve à Paris un autre champion, son ami Charlie Paddock, qui lui fait découvrir en quoi réside la mentalité sportive des Finlandais et des Américains. « En Finlande, le moindre village possède son club d'athlétisme [...], ce stimulant que le jeune Américain trouve au sein de son université [...] »[11]. Dans ces deux pays, les foules ont une véritable passion pour l'athlétisme, et la jeunesse, une joie de vivre à travers le sport.

Si les Jeux olympiques d'Anvers sont « l'étincelle » du premier regard de Paul Martin vers l'idée olympique, ceux d'Amsterdam en 1928 incarnent la « flamme » olympique de la Tour de Marathon qui l'imprègne encore davantage de la conception olympique qu'il se fait jusqu'alors. Il y fait des rencontres de plus en plus nombreuses avec des athlètes qui font toujours son admiration. Nurmi reste son meilleur ami et son conseiller indéfectible:

« Il n'y a pas de saison active et de saison morte, m'avait-il dit alors que nous parlions d'entraînement; il n'y a pas de période d'activité et de période de repos, de semestre de tension et de semestre de détente. J'ai un principe, c'est maintenir ma meilleure forme et ne jamais la perdre. »[12]

Fort de cet enseignement, Paul Martin gagne alors toutes ses courses en Suisse et à l'étranger.

Au printemps suivant, Paul Martin réalise un rêve d'antan: il s'embarque pour l'Hellade, vers les rives de l'Égée, aux sources de l'olympisme avec ses coéquipiers du Stade-Lausanne, sous la direction du Dr Francis-Marius Messerli, membre fondateur du Comité olympique suisse et fondateur de l'Association des amitiés gréco-suisses.

Après les Jeux olympiques d'Amsterdam, Paul Martin songe à arrêter la compétition internationale et continue à s'entraîner surtout pour le plaisir. Pourtant, fort des nombreux enseignements de son maître Nurmi, il gagne encore toutes ses courses. Il réalise quelques-unes de ses meilleures performances qui lui permettent, malgré ses 31 ans, d'être sélectionné à nouveau pour les Jeux olympiques de Los Angeles. Il y découvre un village olympique digne de ce nom, celui de ses rêves, où tout est admirablement compris et conçu pour le bien-être des athlètes de toutes les nations, avec des conditions qui leur permettent de vivre côte à côte de manière fraternelle: tout est parfait, c'est le « summum »!

Pour la dernière fois, à 35 ans, Paul Martin représente les couleurs helvétiques aux Jeux olympiques de Berlin. Comme bon nombre de ses concitoyens, il est d'abord frappé par l'ampleur et le gigantisme donnés aux Jeux, ainsi que par la perfection impressionnante de leur organisation, témoignage de l'importance de cet événement aux yeux

11 *Ibid.*, pp. 62-63.
12 *Ibid.*, p. 70.

d'Adolf Hitler qui s'imagine que ces compétitions apporteront une preuve à ses théories raciales. Cette conviction fanatique est vite démentie par un athlète noir américain, Jessie Owens, qui enlève les quatre titres olympiques sur 100, 200 et 4 x 100 mètres, ainsi qu'en saut en longueur.

L'aventure américaine: New York 1929... *« The Flying Surgeon »*

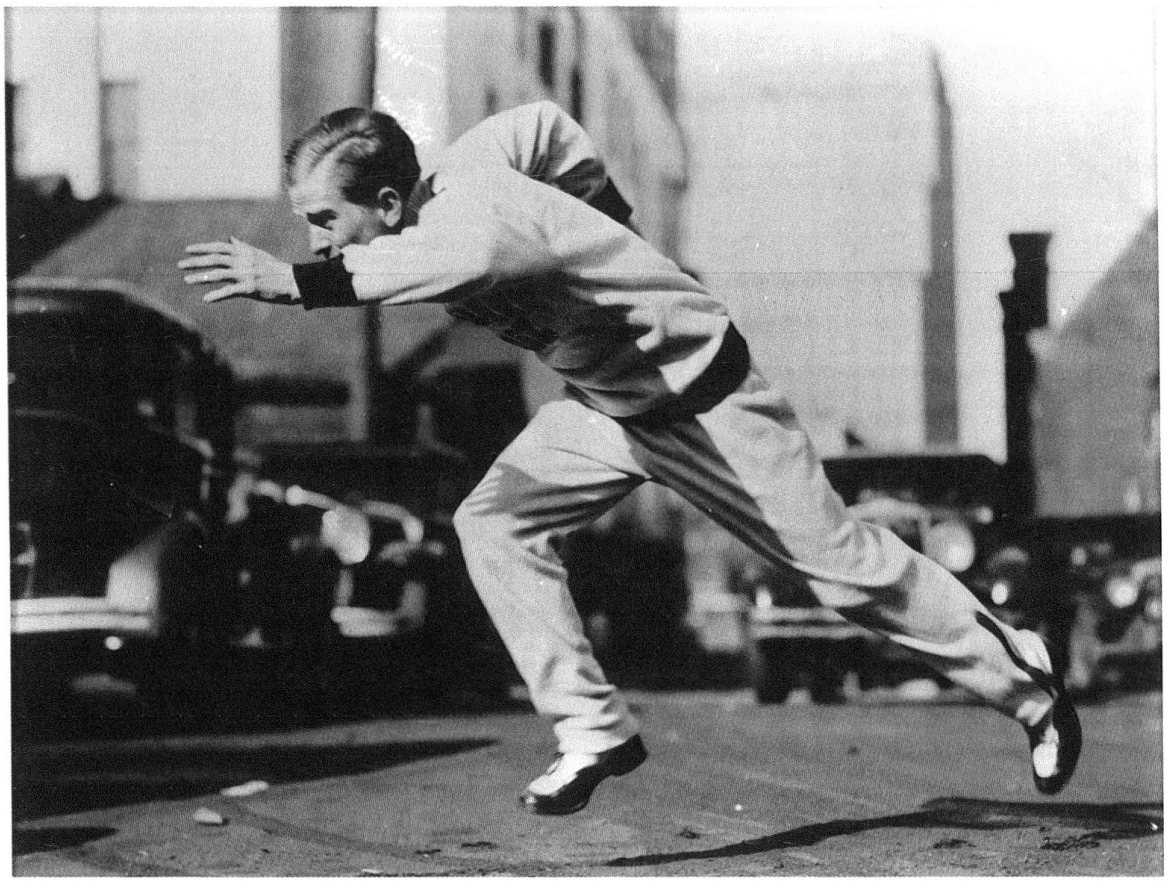
En 1928, juste après les Jeux olympiques d'Amsterdam et son voyage à Olympie dont il rêvait depuis longtemps, Paul Martin décide de mettre un terme à la compétition. Il part à New York en 1929 pour y suivre un stage de perfectionnement en chirurgie osseuse chez le professeur Fred Albee, célèbre notamment pour sa technique opératoire des greffes osseuses.

L'arrivée à New York ne manque pas de piment: au moment des présentations, le professeur Albee demande à Paul Martin s'il n'est pas par hasard apparenté à ce fameux médaillé olympique de Paris. Découvrant que son futur assistant n'est autre que celui-ci, il le met dès le lendemain entre les mains de l'entraîneur du New York Athletic Club, l'obligeant du même coup à reprendre la compétition. Il lui donne toutes les recommandations qui lui permettent de suivre en alternance les entraînements et les journées chirurgicales.

Martin devient sans tarder membre du club, qui porte le nom de *Wingfoot* (pied ailé), ceci en rapport direct avec son insigne. Il gagne sa première course 1000 yards, sur piste couverte sous les couleurs du New York Athletic Club, exploit qui lui vaut aussitôt dans la presse américaine le surnom de *Flying Surgeon*. Ces premiers événements permettent à Paul Martin de découvrir la mentalité des Américains, ainsi que leurs méthodes d'entraînement: leur accueil est si spontané que la glace est vite rompue, et si chaleureux qu'il vous met tout de suite à l'aise.

De nouvelles expériences

Cette mentalité plaît à Paul Martin qui se voit bien rester encore quelque temps et peut-être même toute sa vie aux États-Unis. Le retour risque d'être douloureux, mais il peut sans tarder se réjouir des projets professionnels et sportifs qui l'attendent. Arrivé en Suisse en 1931, Paul Martin se tient régulièrement au courant de l'évolution de sa spécialité. Il reste un « étudiant assidu » en allant visiter directement dans leurs services les



5 Paul Martin à New York. Photomontage (coll. Thierry Martin). Reproduction de l'auteur.

chirurgiens dont les idées nouvelles et les inventions techniques méritent l'attention. Entre 1932 et 1934, il parfait ses connaissances en chirurgie osseuse chez le professeur Fritz de Quervain à Berne. C'est dans cette conception des cours de perfectionnement qu'il fonde en 1938 avec le professeur Albee le Collège international des chirurgiens.

En 1936, Paul Martin ouvre à Lausanne son cabinet médical. À cette même époque, il accède au grade de capitaine-médecin. Ainsi, durant la Seconde Guerre mondiale, il met ses compétences médicales et militaires au service du Comité international de la Croix-Rouge (CICR): deux missions en Allemagne qui confirment la vocation du médecin à s'occuper continuellement de la santé, autant de celle des autres que de la sienne. Pendant cette même guerre, grâce aux encouragements d'un homme qu'il considère exceptionnel, le Père Candeau, missionnaire au Japon, et qu'il accueille à Lausanne comme patient, Paul Martin énonce dans *Le Sport et l'Homme* les facteurs essentiels de l'entraînement physique à travers l'expérience du « médecin-sportif »[13].

13 Paul Martin, *Le sport et l'homme: principes de pédagogie sportive*, Yverdon, 1944. Cet ouvrage a été réédité à plusieurs reprises. Il est consultable sur internet: http://www.olympicpaulmartin.ch

Ces deux missions en Allemagne sont révélatrices du sens pédagogique de Paul Martin: sa patience, sa précision et son goût de l'exemple. Il redonne l'espoir et cherche à remettre l'homme dans la pleine maîtrise de lui-même. En 1944, à Lausanne, Paul Martin fait un exposé fort apprécié sur l'olympisme, à l'occasion du 50e anniversaire de la rénovation des Jeux olympiques et de la fondation du Comité international olympique (CIO). Les représentants sportifs des pays belligérants assistent aux séances sans aucun incident: tel est le rapprochement que seul le sport peut réaliser en pleine guerre.

En 1959, à Helsinki, c'est en qualité de membre de la Commission de pédagogie sportive du Centre européen de la culture, fondé par Denis de Rougemont, que Paul Martin participe à une conférence organisée sous l'égide de l'Unesco dont les thèmes traités sont: Sport et Travail, Sport et Culture, Sport et Compréhension internationale. Il présente à cette occasion, sous le thème Sport et Éducation morale, la Charte européenne du sportif. Plus tard, Paul Martin devient membre fondateur de la section suisse à Lausanne du Comité international Pierre de Coubertin.

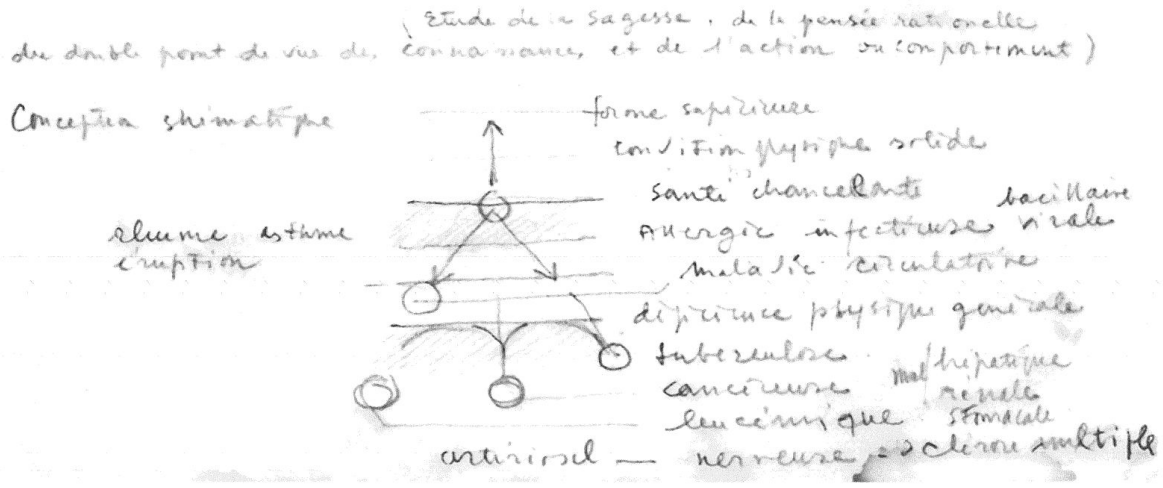
Paul Martin continue tout au long de sa carrière et de sa vie à conseiller autant de jeunes sportifs que de moins jeunes. Il donne de nombreuses conférences, entre autres aux élèves de l'École fédérale de sport de Macolin, aux aspirants gendarmes de la Gendarmerie vaudoise à Lausanne, à des clubs sportifs et à des associations de toute sorte. Le thème le plus souvent développé est l'entraînement sportif et la santé physique et morale.

La santé physique et morale [14]

Pour Paul Martin, être en bonne santé physiquement et moralement, c'est jouir d'une constitution qui n'est pas viciée par des éléments morbides ou maladifs. Ainsi, la santé physique et la santé morale, indissolublement liées, obéissent à quelques règles essentielles, résumées par une formule de type *mathématique*, et représentées sous la forme d'un schéma géométrique sous la forme d'une pyramide. Les éléments de la formule de la santé physique, 3S + V + 3T = FV [15], permettent d'atteindre, pour autant qu'on les applique strictement dans l'ordre énoncé, un état physique supérieur. Si l'un des trois

14 C'est dans le cadre d'un cours donné à Lausanne par Paul Martin aux aspirants gendarmes qu'il rédige ses réflexions sur ce sujet qui n'ont pas été publiées. Pour une présentation plus développée, cf. Dr Paul Martin, *Bonjour jeunesse ou Le plaisir de courir*, textes réunis par Jean Martin et Thierry Martin, s.l., s.d., pp. 75-86, consultable sur http://www.olympicpaulmartin.ch

15 3S = Souffle, Souplesse, Style; V = Vitesse; 3T = Technique, Tactique, Ténacité; FV = Forme Victorieuse. Pour plus de précisions sur la signification des termes utilisés, cf. http://www.olympicpaulmartin.ch



6 Le premier projet d'une pyramide de la santé. Dessin de Paul Martin (coll. Thierry Martin). Reproduction de l'auteur.

angles de sustentation de la pyramide fait défaut (3S ou 3T), cette pyramide perd son équilibre et son sommet, la forme victorieuse, ne peut être atteint.

Comme pour la santé physique, le schéma de la santé morale peut être également représenté par une pyramide à trois angles de sustentation auxquels correspondent trois notions: activité, générosité et intelligence. Comme précédemment, si l'un des trois angles fait défaut, cette pyramide perd l'équilibre et son sommet, auquel chacun aspire, qui symbolise la maîtrise de soi, la liberté et la joie de vivre, ne peut pas être atteint. À ces trois notions sont associées respectivement trois autres: douceur, patience et indulgence.

Paul Martin développe encore toute une série de réflexions émanant de la conjugaison de ses deux passions, la médecine et le sport de compétition. Ce qui lui tient le plus à cœur dans cette conjugaison, c'est la relation humaine, faite d'un bon nombre d'expériences, sources d'une philosophie de vie reposant essentiellement – et c'est là le plus important pour Paul Martin – sur l'amitié qu'il considère comme une valeur éternelle.

La carrière et le vécu olympique de Paul Martin sont si riches en souvenirs et en expériences qu'il publie en 1952 *Au Dixième de Seconde* pour lequel l'Association des écrivains sportifs lui décerne le Grand prix de littérature sportive. La publication de ce livre fait de Paul Martin un fervent défenseur de l'olympisme et de l'esprit olympique. Il propose un modèle d'olympisme humaniste, soit un véritable retour aux sources dans le sport, un sport épuré. Il développe, entre autres, dans son œuvre les principes fondamentaux qui éclairent « le comportement de l'homme accompli à la lumière du sport ». Conjuguant avec succès son expérience d'athlète avec l'art de la médecine, il applique

scrupuleusement, dans toute sa carrière de sportif et dans son mode de vie, sa conception de *La santé physique et morale* et les principes fondamentaux de sa courbe d'entraînement énoncés dans *Le Sport et l'Homme* et *Bonjour Jeunesse ou Le Plaisir de courir*. Il réalise ainsi de nombreuses performances, parmi lesquelles on peut retenir, outre sa participation à cinq Jeux olympiques, la médaille d'argent obtenue en 1924 à ceux de Paris et le titre de Champion des États-Unis du 1000 *yards indoor*, les temps de 47 minutes 8 secondes sur 400 mètres et une minute 51 secondes 8 centièmes sur 800 mètres en 1928, record suisse qui dura pendant trente-quatre ans. Plus tard, entre 65 et 75 ans, Paul Martin développe encore un certain nombre de préceptes qui permettent à ceux qui veulent bien les suivre de rester en bonne santé, de « garder la forme ». Il montre l'exemple en participant à plusieurs reprises à des épreuves d'endurance, comme la course Morat-Fribourg, le Marathon de l'Engadine et la Vasaloppet en Suède. Fort de ces expériences, il conclut à une éducation qui dépasse le cadre du sport : le goût de l'effort, une hygiène de vie et le sens de la mesure qui doit guider l'homme dans son parcours de vie.

1 Affiche promotionnelle des Jeux olympiques de Sydney en 2000. Offset, Tucker Design, Impr. The Ink Group, 1997, 84 x 59,5 cm. Collections Musée Olympique Lausanne, N° inv. 76652, © CIO.