

1.1.4. L'Ecole Navale.

L'Ecole Navale tire ses origines de la formation des Gardes de la Marine, sous RICHELIEU : deux détachements, l'un à ROCHEFORT, les "Gardes du Ponant", l'autre à TOULON, "les Gardes du Levant" ; puis, il y a eu formation d'un troisième détachement à BREST ; en 1681, une frégate fut armée dans chacun des ports de BREST, ROCHEFORT et TOULON pour "instruire les officiers subalternes et les Gardes dans l'exercice de la manoeuvre" au cours d'une croisière d'un mois le long des côtes : le programme d'instruction de ces futurs officiers fut établi dans tous ses détails ; chaque matin, après les cours théoriques, ils passaient dans une autre salle où les maîtres à danser, d'escrime et de la pique étaient chargés de leur apprendre tout ce qui pouvait servir à être adroits (7).

A l'Ecole Royale de Marine au HAVRE (1773), première Ecole Navale Française, les élèves embarquaient en été, pour des exercices à la mer.

Les exercices à la mer, à bord des corvettes, étaient également enseignés dans les Ecoles Impériales de la Marine (1810) à BREST et à TOULON.

Mais l'Ecole Navale fut établie le 1^{er} Novembre 1830 sur le Vaisseau Orion, ancré dans la rade de BREST.

La formation pratique comportait des exercices d'embarcations à l'aviron et à la voile et de fréquentes sorties à la mer à bord de corvettes.

D'autres vaisseaux-écoles suivirent et portèrent le nom de Borda (ex-Commerce de Paris, puis ex-Valmy, ex-Intrépide).

A bord du Borda, des appareils divers de gymnastique, barres parallèles, trapèzes, étaient à la disposition des élèves. De nombreuses activités physiques étaient à l'ordre du jour : à sept heures leçon d'escrime pour manier non le sabre d'abordage mais le fleuret ; quand le second du bord trouvait la mer à la température de quatorze degrés, les "Bordaches"* armaient eux-mêmes leurs canots d'exercice et accompagnés d'un officier et d'un médecin, gagnaient la plage à force de rames ; le bain n'était pas seulement un exercice hygiénique, il devait être une école de natation. Vers 1850, un bon nageur était rare dans la Marine (certains esprits philosophiques peuvent évidemment dire que le meilleur nageur tombé à la mer par gros temps ne peut que prolonger son agonie).

*Bordache : surnom donné à l'élève de l'Ecole Navale (anciennement sur le vaisseau "Borda").

Par ailleurs, des exercices de tir étaient exécutés au "Polygone" sur les hauteurs qui dominent la rade et la ville. A la fin de l'année les meilleurs tireurs concouraient entre eux (10).

De toutes les matières du programme, celle qui ralliait les suffrages unanimes était la manoeuvre à la voile, la sacro-sainte "bouline".

Malgré la décadence de la Marine à voiles qui s'accroissait d'année en année, la voile restait à la base de l'enseignement pratique au Borda. Elle était l'objet d'un culte fervent. L'ambition de tous était d'exceller sur les vergues.

Les exercices dans la mâture débutaient sur le "cacatois", nom donné à une voile tendue dans la batterie, entre deux crocs de hamac ! Quelques semaines plus tard, les fistots* étaient admis sur la "Parisienne" (voile réservée aux débutants), vergue de perroquet, croisée à mi-mât et munie, par prudence, d'un filet "casse-tête". Travailler à rabaner une voile ou prendre des ris n'était pas facile. Ils pouvaient ainsi apprendre sans danger à larguer et serrer une voile.

La "Parisienne" était hissée progressivement de plus en plus haut jusqu'au jour où, toute appréhension évanouie, les fistots s'attaquaient à la mâture du vaisseau-école. La période de "dégrossissage" avait duré deux à trois mois.

Tous les matins, les deux promotions grimpaient, les anciens au grand mât, les fistots au mât de misaine, un jour pour larguer les voiles sur les cargues, le lendemain pour serrer les voiles.

L'enseignement de la "manoeuvre" était complété par de nombreux exercices de nage à l'aviron, de navigation à la voile sur les canots de l'Etat, et par des sorties à la mer à bord des navires annexes. Ces sorties pour exercices furent bientôt désignées sous le nom général de corvettes, emprunté au type des navires qui leur avaient été affectés à l'origine. Les "corvettes" avaient lieu le jeudi et le dimanche après-midi. Elles comportaient des évolutions en grand-rade ou dans les parages immédiats de BREST (anses de CAMARET, BERTHEAUME). En plus de ces sorties courantes, deux grandes corvettes figuraient au programme d'instruction. En fin de première année, les élèves appareillaient à bord du "Bougainville" pour une croisière d'un mois, la "Campagne d'été", qui les conduisait soit sur les côtes de la Manche ou de l'Atlantique jusqu'en ESPAGNE, soit sur les côtes de BELGIQUE, de HOLLANDE et d'ANGLETERRE.

*Fistot : surnom donné à l'élève de première année de l'Ecole Navale.

Un bataillon d'apprentis fusiliers fut donc formé à LORIENT dans le but de fournir l'éducation préalable. L'Officier de Mousquetterie en sort également.

1.1.5.2. Au bataillon d'apprentis fusiliers-marins de LORIENT.

En 1847, des gymnases étaient déjà institués dans les régiments d'Infanterie de Marine et l'instruction de la gymnastique prescrite dans une portion du corps d'Infanterie de la Marine Nationale (25).

Un peu plus tard, à LORIENT, un bataillon d'apprentis fusiliers-marins fut créé. Les exercices gymnastiques et la natation faisaient partie intégrante de l'instruction des fusiliers-marins au même titre que l'infanterie, l'artillerie légère et les tirs. Le but était de former des instructeurs de gymnastique pour la Marine.

La durée d'une période d'instruction était fixée à seize semaines. Chaque Compagnie consacrait journalièrement une heure aux exercices de gymnastique. Ces exercices étaient :

- la boxe,
- la lutte française et la lutte bretonne (lutte française aidée de crochets de bras, de jambe),
- les grimpers : à la corde lisse, aux mâts verticaux, aux portiques, à l'octogone,
- les sauts : d'obstacle avec arme, à la perche,
- le lancement du poids (7,250 kg) ou lancement de projectiles (galets sur cible à vingt mètres),
- le lever de la gueuse (40 kg) avec jeté, arraché ou développé,
- les courses de vélocité (trente à cent mètres) avec ou sans arme,
- les courses de fond (1 500 à 5000 mètres),
- le transport des blessés avec étude des soins à donner aux noyés.

La natation constituait également un exercice régulier et obligatoire : avec les plongeurs, brasse ordinaire (100 mètres), brasse sur le dos, plongée sous l'eau, natation tout habillé le fusil en bandoulière, et une épreuve de résistance en plongée sous l'eau.

A la suite du stage, les fusiliers-marins et les Officiers de Mousquetterie servaient donc sur les navires de guerre.

Mais toute cette préparation physique apparut insuffisante au lendemain de la défaite de la guerre de 1870.

Ainsi une tension vive s'est instaurée dans les divers milieux s'intéressant à la

jeunesse. La gymnastique militaire apporta une réponse à cette situation.

1.1.5.3. Les Bataillons Scolaires.

Pour retrouver les "provinces perdues", les exercices militaires se sont développés dans plusieurs collèges et lycées (31).

Le décret du 6 Juillet 1882 créa les Bataillons Scolaires pour les enfants de douze ans et plus en remplaçant les cours scolaires de gymnastique par des exercices gymnastiques et militaires.

Seuls les élèves déclarés en bonne santé par le médecin attaché à l'établissement pouvaient suivre ces exercices.

Tout Bataillon Scolaire était placé sous les ordres d'un instructeur militaire.

En 1885, cent neuf Bataillons étaient constitués dont vingt-quatre à Paris et vingt dans le Nord. Certains étaient constitués par de jeunes mousmes.

Après leur apogée en 1886, des problèmes d'équipement, d'entretien, d'hostilité de conservateurs se sont posés, et la suppression officielle des Bataillons Scolaires fut ordonnée en 1891.

Mais la propédeutique militaire se poursuivra au sein des sociétés de gymnastique, de tir, et des associations de préparation militaire (50).

En 1909, Georges HEBERT fut chargé de la réorganisation de l'enseignement de la gymnastique et des exercices physiques dans la Marine Nationale.

1.1.6. HEBERT*.

1.1.6.1. Le berceau de l'Hébertisme.

Georges HEBERT, Officier de Marine sorti de l'Ecole Navale, parcourt le monde, observe les hommes et les choses. Il voit vivre les dernières peuplades primitives dans leurs moeurs ancestrales. Il est frappé par la perfection de leur développement physique qui n'a d'autre source que la seule pratique de leurs activités quotidiennes. Mettant en application ce principe, il devint lui-même un athlète remarquable. La perfection corporelle et physiologique des êtres vivants dans des conditions naturelles a été la révélation d'où est sortie toute son oeuvre.

Un autre fait l'a marqué. En 1902, il est à SAINT-PIERRE de la MARTINIQUE lors de l'éruption de la Montagne Pelée ; c'est là, dans des circonstances dramatiques, au milieu des scènes de panique, alors que beaucoup "perdent la tête et les jambes" qu'il se rend compte que seuls les êtres forts physiquement, mais surtout moralement, sont capables de se rendre utiles à leurs semblables. Il en tirera la devise de toute son oeuvre : "Etre fort pour être utile".

Il ne faut pas également omettre de replacer HEBERT dans le contexte historique ; le retour aux origines tire son évidence d'un autre postulat, admis par tous les hommes de l'époque : la race dégénère. L'urbanisation, le développement de l'industrie, ont des conséquences négatives sur les riches comme sur les pauvres. Les exercices physiques deviennent une nécessité.

En 1905, la Marine l'affecte à l'Ecole des fusiliers-marins de LORIENT pour qu'il mette en pratique ses idées sur l'Education Physique (28).

Il remplaça l'enseignement "militaire" par un enseignement humainement plus "utilitaire".

Il établit des performances cotées pour en faire apprécier les résultats qui sont probants.

En 1909, HEBERT obtient de ce fait, la charge de l'Education Physique dans toute la Marine, y compris les Ecoles.

*Georges HEBERT (1875-1957) : Né à Paris. Lieutenant de Vaisseau. Ancien Directeur de l'enseignement des exercices physiques dans la Marine. Directeur technique du Collège d'Athlètes de REIMS.

Il forme alors des enfants de sept à quatorze ans en même temps que des jeunes hommes de quatorze à vingt et un ans.

La Marine encourage HEBERT à donner des démonstrations pour convaincre les éducateurs de la valeur de ses idées et de sa méthode.

Des médecins se passionnent pour son oeuvre, notamment Paul CARTON, qui avait de son côté redécouvert les lois de la vie saine. En Paul CARTON, HEBERT trouve le frère spirituel en médecine et abandonne toute recherche entreprise en ce domaine.

Un Congrès International, organisé à PARIS en 1913 et confrontant les différentes théories et pratiques sur la "culture physique humaine", fait triompher "La Méthode Naturelle" d'HEBERT.

Avant d'étudier la doctrine de Georges HEBERT, signalons que la défaite des Français et les victoires allemandes aux Jeux Olympiques de Stockholm en 1912, vont être à l'origine d'une réaction de l'opinion publique. L'initiative privée du Marquis de POLIGNAC répondra à cette réaction en fondant le Collège d'Athlètes de Reims et en confiant sa direction à Georges HEBERT. L'Hébertisme est alors appliqué aussi bien dans la Marine que dans la population civile.

1.1.6.2. La doctrine de Georges HEBERT : La Méthode Naturelle.

La Méthode Naturelle, méthode pour parvenir au perfectionnement de l'être humain, comprend trois aspects : physique, viril et moral.

1.1.6.2.1. La culture physique.

"Tout être, vivant à l'état libre, parvient à son développement physique complet par la simple pratique des exercices ou des mouvements auxquels il est destiné par nature, ou qui lui sont essentiellement utiles pour sa conservation et sa protection. Les animaux non domestiqués sont, d'une façon générale, et chacun dans son espèce, de véritables modèles de développement complet. Les plus beaux spécimens humains, en force, en beauté et en santé, se rencontrent chez les hommes qui vivent près de l'état de nature, plus particulièrement parmi les sujets de certaines peuplades primitives ou sauvages" (8).

Le principe général est celui de la confiance dans l'ordre du monde : si rien ne

vient troubler la nécessaire adaptation de l'être à son milieu, celle-ci suffit à assurer son développement optimal. La même logique joue pour l'animal -non domestiqué, et pour les hommes qui "vivent près de l'état de nature"- non détournés de leurs comportements initiaux par la culture.

La recherche du perfectionnement physique de l'être humain est considérée comme une question simple et naturelle. La nature en effet, n'a pas condamné l'homme à rester faible. Elle le pousse au contraire à se développer en lui suggérant ce qu'il doit faire en quelque sorte par l'instinct. S'il ne parvient pas tout naturellement à son développement complet, c'est que, dès l'enfance, les conventions et les nécessités sociales restreignent son activité spontanée ou la dirigent dans un sens défectueux. La paresse physique est, en outre, la conséquence forcée des commodités croissantes de l'existence et de l'exagération du bien-être.

Si l'on considère les diverses méthodes d'Education Physique, de gymnastique, on voit que théoriquement toutes recherchent le perfectionnement physique (13).

La méthode établie par HEBERT vise le développement complet et utilitaire. Elle convient à tous et elle est applicable partout : dans l'armée, dans les écoles, dans les sociétés.

Elle a été rendue réglementaire dans la Marine où son application se poursuit régulièrement. Elle a été expérimentée sur des pupilles de la Marine de sept à quatorze ans, mousses de quatorze à dix-sept ans, matelots de dix-sept à vingt-cinq ans, hommes et femmes de tous âges.

Les procédés divers à employer pour devenir fort ne se rattachent pas aux découvertes de la science, ils découlent de l'observation de la nature et de l'expérimentation. Le corps humain n'est pas une machine sur le fonctionnement rigoureux de laquelle on puisse raisonner a priori ; l'observation et l'expérience seules permettent de juger ce que le corps est capable de produire et de déterminer ce qui lui convient le mieux.

Donc plus on a formé et éduqué de sujets et plus on peut avoir acquis de compétence en matière d'éducation. Par là, on s'explique comment l'on peut avoir des connaissances approfondies en anatomie et en physiologie, telles qu'en possèdent les médecins, et se trouver malgré cela totalement incapable de s'éduquer soi-même ou d'éduquer les autres.

La Méthode Naturelle part du principe que l'homme doit parvenir à son développement physique intégral par la seule utilisation de ses moyens naturels

de locomotion, de travail et de défense. Cette utilisation est obtenue grâce à une pratique convenable des exercices dénommés "utilitaires indispensables".

Ces exercices forment huit groupes distincts (50) qui sont :

- la marche,
- la course,
- le saut,
- le grimper,
- le lever,
- le lancer,
- la défense naturelle (par la boxe et par la lutte),
- la natation.

Ces huit groupes d'exercices sont tous utiles à des degrés différents dans le cours d'une vie humaine.

En dehors d'eux, il reste seulement des exercices tels que l'escrime, l'équitation, l'aviron, le tir ... qui sont d'une utilité secondaire, ou bien des jeux, des sports, des exercices de fantaisie et acrobatiques ; mais aucun parmi ces derniers n'est indispensable à tous les individus.

Les exercices utilitaires indispensables sont les véritables exercices éducatifs et ils améliorent l'état général de santé. Les fameux soldats grecs n'ont-ils pas employé ces seuls exercices ?

Considérons maintenant l'être humain dans le cours de l'existence.

Pour durer, la nature lui commande de résister. La force de résistance est donc la première des qualités qu'il lui faut posséder. Tout dans une méthode doit tendre à la développer au plus haut point.

De ces considérations se déduisent les deux bases fondamentales sur lesquelles repose la Méthode Naturelle :

- 1°) production journalière d'une somme suffisante de travail permettant d'acquérir la résistance,
- 2°) pratique méthodique des exercices utilitaires indispensables.

Le fond de cette méthode se trouve ainsi constitué par les huit groupes d'exercices utilitaires indispensables. Mais il convient d'y ajouter :

- 1°) une partie préparatoire, composée de mouvements élémentaires des bras, des jambes et du tronc, de mouvements correctifs de l'attitude, de mouvements respiratoires.
- 2°) une partie complémentaire comprenant les jeux, les sports de toutes sortes.
- 3°) enfin, une partie hygiénique qui comporte les bains d'air et de soleil ainsi que les soins de la peau.

L'entraînement à la résistance au froid fait également partie de la Méthode ; il s'opère principalement par le travail le torse nu au grand air en toutes saisons, le plus souvent possible.

1.1.6.2.2. La culture virile et morale.

L'Education Physique conçue par HEBERT ne se borne pas à la simple pratique méthodique des exercices du corps.

Eduquer un sujet, c'est avant tout chercher à en faire un "homme". Or, l'homme n'est pas un simple pantin articulé, il possède une âme et un cerveau.

La culture virile et morale est par suite inséparable de la culture purement physique.

L'Education Physique doit être l'école de l'énergie, du courage, de la volonté, elle doit élever le moral et faire naître de nobles sentiments ; autrement, elle ne forme que des brutes ou des automates. Tout éducateur digne de ce nom ne doit rien négliger pour favoriser le plus possible le développement des qualités viriles et exalter au plus haut point les sentiments de bienfaisance, de devoir, de dévouement, de solidarité, d'honneur des sujets qui lui sont confiés. Il doit lui-même prêcher l'exemple afin d'inspirer à tous l'amour du travail et le culte de la force. Il faut travailler avec vigueur, intérêt et enthousiasme, en concentrant l'esprit sur ce que l'on fait, il faut se proposer un but et vouloir l'atteindre, par exemple, une performance à accomplir ; il faut aussi maîtriser la peur dans les exercices difficiles.

D'une façon générale, l'officier croit avoir rempli son devoir quand il a terminé son éducation technique et celle de ses hommes. Fort ou faible, cela n'a pas d'importance.

Mais l'officier combattant doit posséder ce qu'il est convenu d'appeler "l'esprit

sportif". La guerre n'est après tout qu'un sport, un match entre deux nations. En quoi consiste en définitive cet "esprit sportif" ?

Il consiste à toujours rechercher l'effort pour l'effort, l'action pour l'action sous toutes leurs formes. A toujours vouloir faire mieux, obtenir des résultats de plus en plus en plus brillants. A développer le goût de l'initiative afin de travailler avec ardeur. A savoir supporter sans découragement la défaite ou l'insuccès et reconnaître avec courtoisie la victoire ou la supériorité d'un adversaire. Il consiste, quand on est chef, à encourager l'effort et surtout à exciter l'émulation. Tout travail, tout exercice présente le caractère sportif dès que l'idée de faire plus ou mieux est associée à son exécution. En un mot, faire du sport, c'est lutter par goût contre le temps, contre l'espace, contre une difficulté matérielle. Si les officiers étaient animés de l'esprit sportif, ils reporteraient cet esprit dans les exercices militaires ; ils les rendraient tous attrayants et intéressants pour leurs subordonnés. Jamais le sentiment du devoir le plus développé ne vaudra l'excitation produite par l'émulation sportive. Dans la Marine l'esprit sportif a existé très vivace au temps de la navigation à voiles : "au plus tôt paré !" tel était le commandement habituel et la devise de toute la marine (14).

Le métier militaire réclame des hommes d'action. Georges HEBERT synthétise la culture virile et physique par cette devise : "Soyons forts ! les faibles sont des inutiles ou des lâches !".

Certes la Méthode Naturelle est formée par ces trois genres de culture mais il y a nécessité de ne pas les séparer et de les poursuivre parallèlement.

Comment Georges HEBERT résout-il ce problème en pratique ?

1.1.6.3. La pratique de l'Hébertisme.

D'une façon générale, tout sujet qui se soumet à l'entraînement a intérêt à passer une visite médicale au début et à la fin d'une période d'entraînement et à faire établir sa fiche physiologique (17).

Une séance de travail comporte l'exécution successive de tous les genres d'exercices utilitaires indispensables, c'est-à-dire un ou plusieurs exercices ou mouvements élémentaires de marche, de course, de sauts, de grimper, de lever, de lancer, de défense et également, de natation chaque fois qu'on le peut.