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

Herausgeber: École fédérale de sport de Macolin

Band: 46 (1989)

Heft: 9

Buchbesprechung: Bibliographie et audiovisuel

Autor: Jeannotat, Yves / Nyffenegger, Eveline / Müller-Huguenin, Françoise

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: 13.07.2025

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

Pour ma bibliothèque

Yves Jeannotat et Eveline Nyffenegger (Bibliographie établie avec le concours de la librairie Payot SA, Lausanne)

Les livres analysés à cette page ont été lus et trouvés suffisamment intéressants et utiles pour mériter d'être achetés.

Le Troisième Souffle
Raymond Gafner
Editions du Grand-Pont – 1989
2, place Bel-Air
1003 Lausanne

Ancien président du Comité olympique suisse, promoteur de la Solidarité olympique, longtemps – et ce n'est pas encore totalement fini – proche collaborateur de M. Juan-Antonio Samaranch (président du Comité international olympique) mais aussi ancien directeur de l'hôpital cantonal, à Lausanne, Raymond Gafner a également été sportif de haute compétition, puisqu'il a gardé, en son temps, les buts du Lausanne Montchoisi Hockey-Club. Je dis bien «en son temps», puisqu'il est né en 1915.

Et voilà que, derrière tout cela, il gardait sous le boisseau un remarquable talent d'écrivain, un talent qu'il a laissé éclater en 1983, alors qu'il aurait pu, dans sa semi-retraite professionnelle, voyager, lire et ressasser des souvenirs, comme le font tant d'anciens sportifs.

Eh bien non, lui, connu jusque-là pour son éloquence, a décidé de dégainer – mais ce n'est pas une épée qu'il a tirée du fourreau – et de laisser chevaucher sa plume, bride sur le cou! Quatre romans en moins de sept ans! *Pavillon Haut, Les Otages d'Angkor, Balle de Match* et, tout récemment, *Le Troisième Souffle*! Sans bien le connaître, on serait tenté de dire qu'il est en train de rattraper le temps perdu. Il n'en est rien! Chez lui, il n'y a jamais d'entreprises en demi-teinte; les choses viennent quand elles doivent venir: à terme, vigoureuses, définitives.

Préfacé par José Giovanni, *Le Troisième Souffle* est un roman! Ce pourrait être tout aussi bien une analyse socio-médico-sportive. Par le biais de quelques personnages assez ambigus – volontairement ou non? – et d'une intrigue amoureuse sans passion mais qui correspond parfaitement au milieu choisi, Raymond Gafner nous fait faire un tout petit pas dans le monde de la drogue et du dopage sportif, qui en est une facette. Le sujet est d'actualité, mais l'auteur soulève trop peu le voile pour nous satisfaire, lui qui connaît – j'allais dire «parfaitement» – les ingrédients du potage qui mijote dans la marmite.

Mais *Le Troisième Souffle* est un *roman* et, comme tel, il ne manquera pas de ravir celles et ceux qui aiment les histoires bien faites. Sauf mes amis les coureurs à pied, peut-être, qui se rendront compte que le «troisième souffle» dont il est question, issu de la drogue et donc «souffle de désespérance», est exactement le contraire de celui que nous connaissons et prêchons depuis plus de dix ans: le «souffle du bonheur».

Le «souffle du bonheur», que l'on rencontre lorsque l'on court depuis quelque 50 à 60 minutes en parfait équilibre d'oxygène, fait monter en nous une sorte de jouissance, un état d'euphorie exceptionnel qui nous porte – naturellement – au seuil de la méditation et de la contemplation. Ce «souffle» est alors et réellement un heureux moyen de substitution à la drogue dévastatrice, un moyen positif et salutaire qui donne à l'âme et au corps une grande plénitude et permet à l'individu, comme l'a écrit en 1976 déjà le docteur Thaddeus Kostrubala, «de descendre en soi-même comme par une trappe pour y pénétrer dans une mystérieuse grotte au trésor».

Alors Raymond, êtes-vous prêt à nous rendre notre troisième souffle? Comment? En écrivant un cinquième roman, bien sûr, dont le titre pourrait être: *Le Souffle du Bonheur*!

Prix approximatif: 36 fr.

Sport et délinquance
Jean-Yves Lassalle
Presses universitaires d'Aix-Marseille – 1988
3, avenue R. Schuman
F-13628 Aix-en-Provence

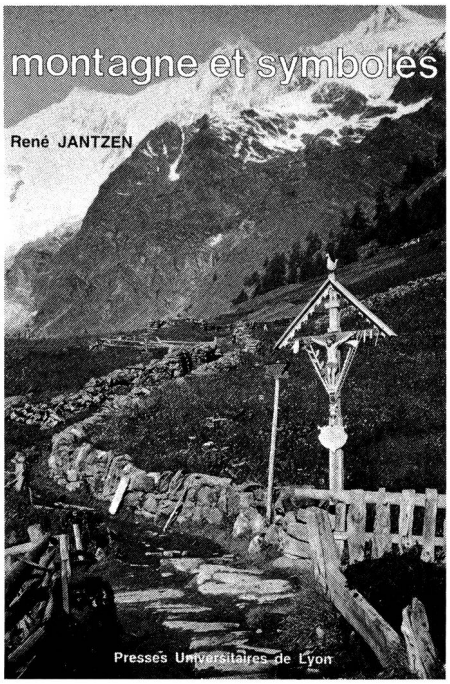
Jean-Yves Lassalle est, à 42 ans, Maître de Conférences à l'Université de Droit, d'Economie et des Sciences d'Aix-Marseille et enseignant à l'Institut de sciences pénales et de criminologie.

Pour lui, le sport en tant que phénomène social et économique est devenu un objet d'études et de recherches. Dans son ouvrage, il s'applique à dénoncer sans complaisance les comportements condamnables qui foisonnent dans ce milieu. Mais il souligne aussitôt tout ce qu'une activité sportive sainement exercée peut avoir de bénéfique. Sport occasion, et sport prévention de délinquance sont les deux grandes divisions d'une étude dont la lecture peut être utile, après celle du *Troisième Souffle* de Raymond Gafner.

Prix approximatif: 47 fr.

Montagne et symboles
René Jantzen
Presses universitaires de Lyon — 1988
88, rue Pasteur
F-69007 Lyon

Cet ouvrage-ci est un livre de chevet. L'auteur lui-même dit pourquoi: «Tantôt riante, tantôt effrayante, à la fois paradis inaccessible et enfer repoussant, la montagne fixe les aspirations les plus sublimes de l'homme.» Mais chacun n'est pas en mesure d'y pénétrer,



sinon par philosophes et poètes interposés. «Débarrassés de tout pesant bagage, ces gens-là prennent leur essor plus facilement que les meilleurs alpinistes qui doivent compter, eux, avec le poids de leur corps. Vue de cette façon, la montagne devient symbole, prétexte à une ascension mystique, retracée en termes d'ascension corporelle!»

Lecture à faire lentement – au pas de montagnard si j'ose dire – pour être vraiment gratifiante!

Prix approximatif: 46 fr. ■

Nouvelles acquisitions

Françoise Müller-Huguenin

Les livres de la bibliothèque de l'EFSM ne peuvent pas être achetés, mais empruntés gratuitement pendant 1 mois.

Jeux

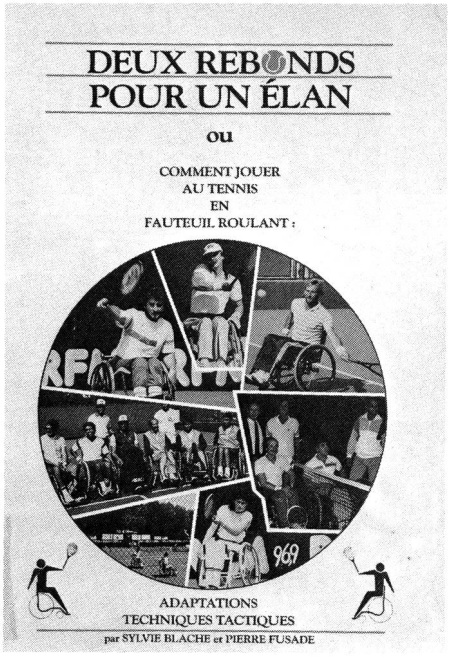
par Blaché Sylvie, Fusade Pierre **70.2373**

Deux rebonds pour un élan ou comment jouer au tennis en fauteuil roulant

1988, 145 p. fig. ill.

A toi ami joueur ou ami lecteur de puiser dans cette méthode les éléments qui permettront de faire progresser le tennis en fauteuil en te faisant toi-même battre tes meilleures performances.

Cette méthode n'est pas un livre de recettes mais plutôt le condensé de toutes nos connaissances du moment,



nos vérités provisoires, qui ne demande qu'à être enrichi ou modifié par d'autres connaissances ou expériences nouvelles.

Cette méthode, j'espère, saura atteindre une grande ambition, la mienne, qui est de stimuler et motiver joueur et non-joueur afin que jouer au tennis ne soit pas impossible.

Gymnastique

par Kreuzhuber, Siegfried **72.1081**

La gymnastique dans l'eau – Forme et santé – Les bienfaits de l'aquagym

Paris, Retz, 1988, 136 p. ill.

L'analyse de cet ouvrage figure dans MACOLIN 12/1988.

Sports d'hiver

par Allaire François, Vinard Alain **77.800**

L'entraînement d'avant-saison pour les joueurs de hockey de 12 à 20 ans

Guy Saint-Jean, Canada, 1989, 127 p. fig. ill. tab.

Cet ouvrage se veut un nouvel outil entre les mains des joueurs et des entraîneurs. Ces derniers sont dorénavant beaucoup plus sensibilisés et motivés par cette forme d'entraînement qui prend de plus en plus d'importance dans le milieu du hockey sur glace depuis déjà une quinzaine d'années.

La simplicité des programmes d'entraînement suggérés fera en sorte que tous les joueurs de hockey âgés entre 12 et 20 ans pourront s'y adapter avec facilité. De plus, la variété des exercices aura pour effet d'éviter toute lassitude ou fatigue psychologique inutile. Au contraire, cela favorisera la curiosité des participants et leur procurera la joie de pratiquer des exercices nouveaux et stimulants.

Les auteurs souhaitent que cette nouvelle documentation permette à plusieurs joueurs et entraîneurs de s'améliorer aux points de vue cognitif et physique. De plus, ils espèrent que cet ouvrage lève le voile sur cette partie de l'entraînement qui était encore méconnue.

Généralités

par Lagorce Guy, Parienté Robert **70.2384 q**

La fabuleuse histoire des Jeux olympiques

Paris, Nathan, 1988, 728 p. fig. ill.

Cet ouvrage est la 4e édition de «La fabuleuse histoire des Jeux olympiques». Pour faciliter la prise en mains de ce livre et pour éviter qu'il ne devienne trop pesant, au fil des Olympiades, les auteurs ont décidé de le consacrer uniquement à l'histoire des Jeux olympiques d'été.

Un ouvrage spécial sera édité en 1991, avant les Jeux d'Albertville, afin de développer l'évolution des Jeux d'hiver, parallèle à celle des Jeux olympiques d'été, mais qui, à partir de 1992, ne se confondra plus avec eux.

par Engelhardt Martin, Kremer Alexandra **70.2404**

Pratique du triathlon

Paris, Vigot, 1989, 152 p. fig. ill. tab.

Pratique du triathlon propose une information exhaustive pour tous les secteurs de la discipline et les milieux triathloniens reconnaissent ces deux auteurs comme les meilleurs experts. Ils ont mis au service de l'ouvrage une longue expérience du triathlon. Cette combinaison harmonieuse de la théorie et de la pratique fait tout l'intérêt de semblable publication: elle retiendra l'attention de tous les enthousiastes du triathlon – sportifs de masse ou de haut niveau, spécialistes de la courte ou de la longue durée.

Puisse cet ouvrage appuyer les efforts de tous les triathloniens et rencontrer un large écho.

par Choque Jacques **02.48**

Sports et yoga. La force est en vous. Yoga pour tous.

Paris, Albin, 1989, 285 p. ill.

Ce quatrième guide pratique de la série Yoga pour tous, illustré de 250 photos explicatives, montre comment se préparer à une trentaine de sports aussi divers que le football, le jogging, le golf, l'équitation, le vélo ou le parachute, à l'aide de postures simples de yoga.

Comment se préparer à toute activité sportive, comment s'assouplir et s'échauffer, comment éviter les risques de claquages grâce au yoga, tel est le but de cet ouvrage unique en son genre, qui nous enseigne aussi comment nous relaxer après l'effort, mieux respirer, se concentrer et se décontracter.

par Moreau Jean-Pierre **72.1091**

Sportif corps et âme

Condé-sur-l'Escau, Tchou, 1988, 174 p. ill.

En partant du stretching postural, Jean-Pierre Moreau donne dans ce livre des clefs pour que chacun trouve le lien essentiel – ontologique – tissé entre l'athlète et son corps à travers un écho secret.

Au sommaire:

Introduction
Le sport et le stretching postural
Les tensions
Le sport et l'énergie
Le sport et la récupération
L'axe des 3 «M»
  Mental
  Motivation
  Méditation
Conclusion ■

Des lendemains sans courbature?
Avant et après l'effort, rien ne vaut un bon MASSAGE

Thermolis

produit 100 % naturel

huile de massage 150 ml Fr. 14.–
baume, pot de 50 g Fr. 14.–

En vente dans les pharmacies et drogueries
Informations et renseignements auprès de:

LABORATOIRE PHYTOLIS SA – Tél. (022) 830474 – 1217 MEYRIN / GENEVE