

HENRI DESGRANGE

26,967
M

LA TÊTE

ET

LES JAMBES

PRIX : 3 FR. 50

PARIS

IMPRIMERIE L. POCHY, 21, RUE CROIX-DES-PETITS-CHAMPS

Tous droits de reproduction interdits

7

NOUV.F.
26967

LA TÊTE ET LES JAMBES

HENRI DESGRANGE

LA TÊTE

ET

LES JAMBES

PRIX : 3 FR. 50



PARIS

IMPRIMERIE L. POCHY, 21, RUE CROIX-DES-PETITS-CHAMPS

Tous droits de reproduction interdits

DON.

1897, 3,607

PRÉFACE

Mon collègue et ami Henri Desgrange ayant eu l'aimable pensée de me choisir pour mettre quelques lignes de préface en tête de son premier ouvrage cycliste, j'ai accepté avec d'autant plus de plaisir que cela me fournissait une occasion exceptionnelle de dire du même coup ce que je pense du livre et de son auteur.

Parlons d'abord du livre.

Si l'adage « le style c'est l'homme », est d'une grande vérité, on peut de même dire avec non moins de justesse « le titre c'est le livre », et cette affirmation paraîtra encore beaucoup plus évidente quand on aura parcouru l'ouvrage d'Henri Desgrange.

La tête et les jambes ! on ne pouvait exprimer en moins de mots et d'une manière plus efficace que le sport cycliste exige de la part de celui qui veut s'y adonner, deux genres de qualités, d'ordre bien différent, qui se complètent l'une et l'autre, et qu'on ne peut devenir un coureur complet, que si on les possède tous deux à titre égal.

Telle est l'idée générale qui a présidé à la confection du livre et l'a inspiré du début à la fin.

C'est l'application dans le domaine du sport, de la distinction fameuse de Xavier de Maistre : « la bête et l'autre. »

Cette théorie si juste, est en outre présentée sous la forme la plus nouvelle et la plus attrayante.

Henri Desgrange suppose qu'un jeune homme de quinze ans, désireux de devenir un coureur, vient lui exposer ses projets et lui demander des conseils. Il accepte de lui servir de cicerone dans la voie ardue de l'entraînement, mais sous la condition expresse qu'il lui obéisse en tout et pour tout aveuglément et sans résistance d'aucune sorte.

Le futur coureur accepte et commence par s'entendre défendre de monter en machine avant l'âge de dix-huit ans, et conseiller de faire d'ici là de tous les autres sports pour fortifier sa constitution et l'amener au point voulu pour subir toutes les fatigues d'un entraînement raisonné.

Viennent alors deux années pendant lesquelles Henri Desgrange le consacre exclusivement aux courses de vitesse, après quoi le régiment interrompt la carrière du coureur après ses premiers succès.

Trois ans se passent, enlevant au coureur ses qualités de vitesse, alors, Henri Desgrange le met aux courses de demi-fond, 100 kilomètres, puis six heures, douze heures et termine la carrière de son coureur par une épreuve de vingt-quatre heures, après quoi ce dernier se marie, et va grossir la phalange des touristes d'autant plus sages et convaincus qu'ils auront goûté en temps voulu aux ivresses de la piste.

On voit donc très clairement le plan général du livre d'Henri Desgrange, qui pourrait se résumer par ces mots : une carrière de coureur.

Tout cela présenté sous forme de lettres, du maître à l'élève, procédé alerte, familier et sans prétention, qui en rend la lecture des plus faciles et des plus attrayantes. Pas

trace de pédantisme, par contre, une foule de conseils précieux, d'observations justes, fruit d'une expérience éclairée, le tout présenté dans un style simple, clair, bon enfant même, qui mettent l'ouvrage à la portée de tous.

Les érudits y trouveront aussi leur compte, car il y a certaines parties du livre qui comptent des passages fouillés jusqu'aux détails de la plus profonde observation.

C'est donc un des meilleurs ouvrages qui aient encore été écrits sur le cyclisme et qui va venir ajouter une note nouvelle dans la bibliothèque cycliste déjà honorablement fournie. Il aura en outre, le grand mérite de venir à son heure, car plus que jamais l'entraînement est à l'ordre du jour et le nombre de ceux qui aspirent aux triomphes de la piste augmente sans cesse.

Passons maintenant à l'auteur.

S'il est dans le monde cycliste un écrivain qui ait le droit d'inscrire en tête de son livre un titre aussi caractéristique, c'est assurément Henri Desgrange.

Venu un peu tard au cyclisme et n'ayant pu dans sa première jeunesse goûter aux plaisirs de ce sport nouveau, Henri Desgrange s'est empressé de rattraper le temps perdu et d'en parcourir rapidement toutes les phases.

Doué d'une constitution athlétique, qui lui permettait de se soumettre victorieusement à tous les genres d'épreuves, il a expérimenté sur lui-même la méthode d'entraînement qu'il préconise aujourd'hui.

Ne considérant pas le sport cycliste comme un simple exercice matériel et mécanique et appréciant au contraire quelle grande part l'intelligence est appelée à y jouer, Henri Desgrange a étudié avec soin pendant plusieurs années les grands coureurs, et appliquant à lui-même la quintessence de leur méthode, il est parvenu à être un des rares sportsmen qui aient su exactement ce qu'ils voulaient faire, ce dont ils

étaient capables et qui aient ainsi pu réussir dans toutes leurs tentatives expérimentales.

Henri Desgrange ne s'est pas contenté d'être un sportsman distingué et de remporter un poste d'honorable succès. Comme tous ceux qui pensent en même temps qu'ils agissent, il a éprouvé l'irrésistible besoin d'écrire le résultat de ses sensations, d'émettre ses théories, de raconter le résultat de ses observations et divers journaux cyclistes ont publié de lui maints articles, qui lui ont rapidement conquis, dans la presse spéciale, une place aussi honorable qu'indiscutée.

Il vient enfin d'émettre sa pensée dans un cadre plus large, en publiant l'excellent livre qui est la digne consécration de sa carrière d'écrivain.

Pour ma part, je suis doublement heureux qu'Henri Desgrange m'ait fourni une aussi bonne occasion d'esquisser sur son livre et sur lui-même une petite étude malheureusement trop courte et trop incomplète.

L'un et l'autre mériteraient mieux que cela, mais je ne doute pas que ceux qui approchent l'homme et qui liront le livre, se chargent de compléter cette lacune.

Ce sera la digne récompense de l'écrivain éclairé et méritant, qui s'est privé de tous les plaisirs d'hiver et a, pendant de longs mois, consacré tous ses moments de loisir à une œuvre utile, dans laquelle il a mis toute sa conviction de penseur et toute son âme de sportsman.

Ernest MOUSSET.

LA TÊTE & LES JAMBES

Mon cher Henri,

Tes quinze années ne doutent de rien. Tu es venu, la semaine passée, la bouche enfarinée et les yeux brillants d'enthousiasme, comme une jeune fille laissant échapper son premier aveu, me confier ta grosse passion vélocipédique et me demander de t'aider à devenir un grand coureur.

Je pourrais te répondre que les grands coureurs se sont toujours faits eux-mêmes et qu'ils ont rarement eu besoin des conseils de quelqu'un. L'instinct de la lutte existait en eux et ils ont suivi cet instinct.

L'utilité de mon œuvre serait donc déjà fort contestable.

Je pourrais te faire entrevoir aussi toute l'importance de la tâche que tu me demandes d'assumer, le temps que je puis perdre, inutilement peut-être, pour faire entrer dans ta jeune tête toutes mes idées, toutes mes vues sur l'entraînement, pour te faire suivre mes conseils.

Enfin, et surtout, t'es-tu rendu compte de la gravité de l'engagement que tu semblais disposé à prendre ? T'es-tu dit que, si j'acceptais cette tâche, je l'accepterais entièrement, sans retour, avec la résolution de te tenir dans ma main comme un morceau de cire molle que je pétrirais

à ma guise, que je t'engagerais dans une voie unique, avec défense d'en sortir, même le jour où tu aurais quelque raison de la croire mauvaise, que j'essaierais sur toi un système, une méthode, mauvaise peut-être, en un mot, que tu ferais abdication complète, entre mes mains, de toute volonté.

Puis encore, le monde vélocipédique, l'existence du coureur faite d'un semblant de gloire, les succès de la piste, tout cela t'a ébloui, masqué la triste réalité des choses. Tu as vu les grands champions portés en triomphe et tu n'as vu que cela, comme tes jeunes années ne verront au théâtre que l'existence brillante et charmante des actrices. As-tu regardé plus loin ? As-tu rencontré dans la rue de pauvres misérables, loqueteux et dépenaillés, des vieilles femmes ratatinées, vendant des bouquets de violettes ? Ce sont les invalides de la gloire : anciens cabotins, anciens coureurs, anciennes divettes. Ils ont connu la popularité, ils tendent la main aujourd'hui.

Le métier de coureur est un vilain métier pour deux raisons :

Il fait perdre la notion de la valeur de l'argent.

Il donne l'habitude de la paresse.

Comment veux-tu qu'un jeune homme qui gagne 25 louis en l'espace de quelques minutes, ne dépense pas ces 25 louis aussi facilement qu'il les a gagnés. Il arrive rapidement à se créer une existence fausse de tous points, des habitudes factices, des besoins impérieux. La pluie d'or des victoires coule et glisse entre ses mains sans qu'il puisse et sans qu'il fasse rien pour la retenir. Il peut tout acheter ce qui s'achète et si sa cervelle

n'est pas bien équilibrée, il en arrive à croire qu'il peut payer ce qui ne se vend pas.

Ses bons amis sont là aussi pour le pousser dans le mauvais chemin. Les sages conseils bientôt ne portent plus. Les observations lui sont importunes. Les louanges comme un narcotique lui montent au cerveau, il faut forcer la dose pour en sentir les effets, et il en arrive bien vite à n'accepter plus que les compliments bêtement grossiers et flatteurs.

Mais les années comptent double dans une telle existence. Les muscles à la longue perdent leur souplesse. Les courses de vitesse sont finies. On aborde les longues épreuves, les dures heures de la selle. Un peu plus tard encore tout se détraque, la victoire infidèle à fui pour toujours : on se contente d'à peu près. Vient enfin le moment où il faut s'avouer vaincu.

Ce jour-là, selon notre pittoresque expression, les pieds sont nickelés, non seulement les pieds, mais l'âme et le cœur et le cerveau. Les courses rejettent et crachent un homme vidé, anéanti, creux comme un grelot vide, plus encore un paresseux.

Et tout cela aura duré quatre, cinq ou six ans.

Quel travail utile pourra produire ce débris ? A quoi sera-t-il bon ? Personne n'en voudra. Par commisération, on le gardera quelque temps, le temps nécessaire pour constater son incurable nullité. Il ira successivement frapper à toutes les portes. Au bout de quelques années il en sera réduit à vivre d'expédients, et Dieu sait comment il finira !

Voilà l'existence et la destinée du coureur, mon

cher ami. Je ne t'ai rien caché, je t'ai montré ce qui t'attendait pour t'éviter de t'engager à la légère. Tout cela n'a rien d'attrayant. Réfléchis bien, autant qu'on le peut faire à ton âge. Si tu avais ma raison, tu ne penserais plus à tout cela.

Bien à toi,

Ton ami.

H. D.



Mon cher ami,

Tu as la foi robuste, la lettre que j'ai reçue de toi, hier, suffit à le prouver. Puisque tu veux courir et que je n'ai pas mission de t'en empêcher, causons un peu de toi.

Tout d'abord tu me fais justement observer que le tableau que je t'ai tracé de la vie du coureur est singulièrement exagéré. Je t'ai parlé uniquement du coureur qui n'a pas d'autres moyens d'existence, qui ne sait et ne peut rien faire; celui-là est à plaindre encore plus qu'à blâmer et tu ne fais pas, heureusement pour toi, partie de cette catégorie.

Examinons ensemble dans quelles conditions d'existence tu te trouves, quelle situation tu occupes, à quel degré de l'échelle sociale le sort t'a placé. Ce point est capital et il faut bien m'écouter. Je sais que tu préférerais de beaucoup que je t'entretienne du record de vingt-quatre heures, cela viendra en son temps et il me plaît aujourd'hui d'exercer ta patience en te parlant des sujets les plus sérieux.

Or donc, tu as eu quinze ans le mois dernier. Ton père est chef de bureau au ministère de l'In-