

Avant-propos

« **Béni soit celui qui a inventé le sommeil**¹ »

« Le sommeil bannit de l'esprit les peines et les inquiétudes ; et comme dit Ambroise Paré, il fait oublier les courroux et tristesses, et corrige le jugement dépravé². »

Depuis des siècles, le sommeil est considéré comme un bienfait. Il est loué pour le repos qu'il procure :

« De la couche où s'étendit un corps languissant, épuisé, se lève un corps frais, dispo, alerte. Le sommeil a fait d'un homme sans force et sans vigueur, un homme fort et robuste³. »

Il est aussi reconnu pour la place qu'il occupe dans l'existence. Selon Pascal, une moitié de la vie y était consacrée :

« Personne n'a d'assurance, hors la foi, s'il veille ou s'il dort, vu que durant le sommeil on croit veiller aussi fermement que nous faisons... de sorte que, la moitié de la vie se passant en sommeil... qui sait si cette autre moitié de la vie où nous pensons veiller n'est pas un autre sommeil un peu différent du premier, dont nous nous éveillons quand nous pensons dormir⁴? »

Beaucoup se sont essayés à établir les qualités qu'offrent le sommeil, et sans doute, les écrivains ont été les plus inspirés pour le louer⁵. Omniprésent et universel, il constitue l'élément qui rassure. Gérard de Nerval s'abandonne volontiers à ses charmes, d'autant plus que l'acte de dormir ouvre les portes d'une nouvelle vie :

1. M. CERVANTÈS, *L'Admirable Don Quichotte de la Manche*, Lille, trad. de M. DAMAS HINARD, Charpentier, t. 2, 1847, p. 577.

2. J.-C. TISSOT, *Effets du sommeil et de la veille dans le traitement des maladies externes, mémoire couronné en 1781*, Paris, Koenig, 1798, p. 9.

3. PFLM., *Du sommeil*, La Haye, Pierre Frédéric Gosse, 1779, p. 11. Il faut noter que l'auteur qui écrit sous le pseudonyme abrégé de PFLM n'a pas indiqué son identité exacte, que nous n'avons d'ailleurs pas retrouvé.

4. B. PASCAL, *Pensée VIII*, dans *Moralistes français*, Paris, Firmin Didot Frères, 1841, p. 74.

5. Voir à ce sujet pour une période plus récente : F. DECHANET-PLATZ, *L'Écrivain, le sommeil et les rêves, 1800-1945*, Paris, Gallimard, 2008.

« Le sommeil occupe le tiers de notre vie. Il est la consolation des peines de nos journées ou la peine de leurs plaisirs ; mais je n'ai jamais éprouvé que le sommeil fût un repos. Après un engourdissement de quelques minutes une vie nouvelle commence, affranchie des conditions du temps et de l'espace, et pareille sans doute à celle qui nous attend après la mort⁶. »

Le sommeil épouse aussi d'autres figures. Son universalité pousse à le comprendre comme un élément assurant un semblant d'égalité :

« L'infortuné même que les revers accablent, mais qui au sein de l'adversité conserve dans son cœur l'espérance d'un meilleur sort, embrasse quelquefois, pendant qu'il dort, l'ombre flatteuse du bien dont il attend la réalité⁷. »

Pauvres et riches partagent cette « passion ». Il n'existe plus aucune différence entre eux : plus de bonheur et de malheur. Le sommeil a tout effacé. Il a rétabli les inégalités de condition humaine. Il rend semblable tous les hommes :

« Le pâtre endormi sur la paille, est égal au riche, au Roi même, dormant sur le duvet et sur la plume. Voyez ce misérable après les travaux du jour, harassé, excédé, rendu, se traînant à peine, accablé du poids de son corps : il s'étend sur un lit dur : ses yeux abattus se ferment, mais à travers ses paupières se glisse le baume salutaire du sommeil⁸. »

En évoquant les bienfaits du sommeil, son universalité, son égalitarisme revendiqué, les écrivains prônent une société plus juste, plus égale.

Objet de louanges certainement, il ne faut pas oublier que le sommeil est une manifestation corporelle qui se définit avant tout par un repos des sens. Sa définition a peu évolué entre le xvii^e et le xix^e siècle. Antoine Furetière décrit le sommeil comme « une envie de dormir, un assoupissement, un état où les sens n'ont que peu ou pas d'action⁹ ». L'apparente passivité du corps endormi domine ainsi dans la plupart des explications durant le siècle des Lumières. Il faut attendre la deuxième moitié du xix^e siècle, pour qu'Émile Littré renouvelle sensiblement l'approche sémantique du sommeil. Les principes physiologiques de l'époque sont alors pris en compte, les organes et les sens sont définitivement dans l'inaction durant le sommeil : « Entier assoupissement des sens, ou, dans le langage physiologique, cessation momentanée de l'activité propre aux systèmes doués des propriétés de la vie animale¹⁰. » Jean François Féraud, grammairien et lexicographe français, présente les mêmes vues que les autres dictionnaires, si ce n'est que l'envie de dormir est selon lui synonyme « d'être accablé » ou « abattu de

6. G. NERVAL, *Aurélia*, dans *Le rêve et la vie*, Paris, Victor LECOU, 1855, p. 127.

7. PFLM., *op. cit.*, p. 86.

8. *Ibid.*, p. 11.

9. A. FURETIÈRE, *Dictionnaire Universel*, La Haye, vol. 4, 1727, article « sommeil ». À noter que le Dictionnaire de l'Académie française, (1694) donne la même définition du sommeil.

10. E. LITTRÉ, *Dictionnaire de la langue française*, 1^{re} éd., 1872, article « sommeil ».

sommeil ». Cet auteur considère donc le sommeil comme le résultat d'une extrême fatigue, conséquence logique d'une journée de labeur¹¹.

Par ailleurs, pour définir un repos des sens, le terme « sommeil » n'était pas le seul utilisé. Outre l'emploi de « dormir » en tant que substantif, il est fréquent aussi de trouver le mot « somme », puisque tous les auteurs de dictionnaires du XVII^e au XIX^e siècle pensent qu'il a le même sens que le mot « sommeil¹² ». Pourtant, dans le *Dictionnaire Universel*, comme dans le *Dictionnaire de l'Académie française*, le mot « somme » est plutôt utilisé pour le repos animal. Jean-François Féraud dans le *Dictionnaire critique de la langue française* (1788) est du même avis, toutefois, il précise que ce mot désigne aussi « l'espace de temps où on dort », d'où l'expression « il a dormi un bon somme¹³ ». Familièrement, ce sont les « paysans qui dorment d'un profond somme¹⁴ ». Dans la deuxième moitié du XIX^e siècle, les auteurs de dictionnaires considèrent toujours le somme comme un « moment assez court », il peut être pris bien entendu la nuit, mais aussi le jour. Sans doute, la sieste n'est-elle plus aussi mal considérée que dans les siècles précédents.

Au regard de ces définitions, le sommeil sera donc compris comme la suspension des sens, provoquée naturellement, ce qui permet d'étendre le sujet autant à l'explication physiologique qu'aux pratiques et aux discours qui entourent l'acte de dormir. Le sommeil artificiel, résultant du magnétisme ou d'une anesthésie est écarté, cette dernière d'ailleurs étant postérieure au champ d'étude de ce travail. Quant au somnambulisme magnétique, il a déjà pour le XIX^e siècle suscité l'intérêt des historiens, notamment la très belle étude sur les guérisseuses de Nicole Edelman parue en 1995¹⁵. Quant aux rêves et aux songes, ils mériteraient bien plus d'intérêts que d'être compris comme une manifestation du sommeil, ils relèvent indiscutablement d'une problématique spécifique. Imprévisibles, fugaces, ils se prêtent à toutes les interprétations et révèlent de nombreux enjeux, pour certains traités par les historiens ces trente dernières années¹⁶. Caractéristique importante qu'il ne faut pas négliger : le sommeil est pris généralement de nuit. Cette correspondance est inévitablement à rappeler, même brièvement. La culture de sommeil d'Ancien Régime évolue dans un environnement

11. J.-F. FÉRAUD, *Dictionnaire critique de la langue française*, Marseille, Jean Mossy, t. 3, 1788, p. 587.

12. Par exemple, Antoine Furetière, Jean-François Féraud ou Emile Littré considèrent tous le sommeil et le somme comme des synonymes.

13. J.-F. FÉRAUD, *op. cit.*, p. 587.

14. A. FURETIÈRE, *op. cit.*, article « somme ».

15. N. EDELMAN, *Voyantes, guérisseuses, visionnaires en France (1785-1914)*, Paris, Albin Michel, 1995. Voir aussi *Histoire sommaire de la maladie et du somnambulisme de Lady Lincoln...* présenté par N. EDELMAN, J.-P. PETER et L. MONTIEL, Paris, Tallandier, 2009 ; « Savoirs occultés : du magnétisme à l'hypnose », *Revue d'histoire du XIX^e siècle*, N. Edelman (dir.), n° 38, 2009/1.

16. Sur le rêve, parmi une bibliographie très vaste voir en particulier : J. CARROY, N. RICHARD, *Alfred Maury, érudit et rêveur : les sciences de l'homme au milieu du XIX^e siècle*, PUR, 2007 ; D. MASSEAU, *Le XVIII^e siècle, Histoire, mémoire et rêve. Mélanges offerts à Jean Goulemot*, Paris, Champion, 2006 ; V.-C. PETROVITCH, *Connaissance et rêve(rie) dans le discours des Lumières*, New York, 1996 ; Y. RIPA *Histoire du rêve : regard sur l'imaginaire des français au XIX^e siècle*, Paris, Olivier ORBAN, 1988.

bien particulier : la nuit, dont il faut au préalable connaître les logiques, les limites et les représentations. Jusqu'au début du XIX^e siècle, l'affirmation qui voulait que la nuit soit faite pour dormir n'était pas contestée, comme le rappellent invariablement les dictionnaires, traités de médecine et de piété depuis le Moyen Âge. La nature impose sa volonté à l'homme. Le temps que la nature a marqué pour la veille est le jour et pour le sommeil la nuit¹⁷. Indéniablement, la machine corporelle réagit à l'alternance jour-nuit, et même si certains vont s'émanciper de ce quasi déterminisme à l'aube de l'Industrialisation¹⁸. Les nuits n'étaient pas pour autant désertes, même si les corporations interdisaient avant la Révolution le travail de nuit, certains métiers exerçaient une fois l'obscurité arrivée. Traditionnellement, jusqu'à la fin de la monarchie, les orfèvres et les drapiers de soie pouvaient travailler de nuit à leur guise lorsqu'ils travaillaient à un ouvrage destiné au roi, à la reine ou à la famille royale. Dans les boulangeries, le travail était très dur avec au moins seize heures de travail par jour. À cela, il fallait ajouter quelques heures de travail nocturne¹⁹. Sébastien Cabantous en s'appuyant sur les archives du pays Tarnais au XVIII^e siècle a remarqué que

« 15 % des motifs des déplacements nocturnes étaient directement liés à une activité professionnelle où paysans, marchands ou artisans, voire médecins ou cabaretiers, interrogés à des titres divers, déclaraient être en train d'achever un ouvrage ou de rentrer tardivement chez eux une fois le travail terminé²⁰ ».

Il est aussi possible d'ajouter dans cette liste non exhaustive, toute une série de travaux où le travail de nuit est « structurel », c'est-à-dire l'ensemble des métiers qui sont liés au feu et qui doivent donc se faire de façon continue une fois que les feux sont allumés : c'est le cas des verreries, des forges, des savonneries, des charbonneries notamment. Considérés comme des marginaux, les chiffonniers peuplaient aussi les nuits de beaucoup de villes françaises, sans pourtant être très inquiétés. Avec la loi Le Chapelier de 1791, bientôt d'autres professions rejoindront le monde des travailleurs nocturnes, phénomène qui s'accéléra dans la deuxième moitié du XIX^e siècle avec le développement en France de l'industrie textile.

Mais la nuit n'est pas le domaine uniquement du travail. Elle est aussi le moment des réjouissances : les fêtes de bacheleries étudiées par Nicole

17. R. JAMES *Dictionnaire universel de médecine*, Paris, trad. de l'anglais de M. James par Mrs Diderot, Eidous & Toussaint, 1747, p. 1565.

18. Pour plus de développement sur le contexte nocturne voir G. GARNIER, « *L'oubli des peines* ». *Dormir et rêver 1700-1850 : pratiques, perceptions, conflits*, thèse de doctorat soutenue publiquement le 3 octobre 2011 à Poitiers, p. 200-254.

19. S. KAPLAN, *Le meilleur pain du monde. Les boulangers de Paris au XVIII^e siècle*, Paris, 1996, p. 247-253.

20. S. CABANTOUS, « Fragments d'histoire sur une délinquance ordinaire : crimes et délits nocturnes en pays tarnais au siècle des Lumières », *Revue du Tarn*, 3^e série, 2001, n° 181, p. 107-131 (référence, p. 110).

Pellegrin²¹, des veillées qui avaient souvent lieu dans des habitations ou des granges, mais aussi dans des trous de carrières, des creux de rochers et des bâtisses en ruine²². La fréquentation des cabarets n'est pas à oublier non plus, avec ses restrictions et ses flots de débordements. La nuit recouvre aussi de son obscurité certaines formes de criminalité : coureurs de nuits²³, vols, viols, meurtres... qui provoquent toujours des émotions parfois accentuées par des risques plus fantasmés : sorcellerie, revenants, loups garous... La justice s'est alors emparée de la question, même si la sécurité nocturne n'est pratiquement pas assurée au vu du peu de personnels de surveillance²⁴ et au faible éclairage public qui pourrait empêcher les dissimulations²⁵. À ce titre, le droit français a longtemps reconnu la nuit comme une conséquence aggravante. La nuit est suspecte du fait de son alliance supposée avec les débauchés, les voleurs et les assassins. Aussi, punissait-on de façon plus rigoureuse ceux qui avaient attaqué quelqu'un après la fin du jour²⁶. On pensait que l'attaque dans un lieu écarté ne permettait pas à la victime de se défendre suffisamment et qu'il lui était plus difficile d'obtenir du secours.

L'histoire du sommeil définie comme telle, représente un objet d'histoire bien particulier qui se trouve à la croisée de plusieurs territoires. Elle le doit sans doute à ses sources et au fait qu'elle se doit de combler une lacune historiographique. Au milieu des années 1980, Guy Thuillier dressait ce constat criblant de vérité : le sommeil, « cette mort éphémère n'a jamais – on ne sait pourquoi – excité la curiosité des historiens (qui, à la rigueur, s'intéressent aux meubles²⁷) ». En annexe de son texte sur le sommeil dans *L'imaginaire et le quotidien au XIX^e siècle*, Guy Thuillier relevait et détaillait avec méthode, les difficultés et les contraintes d'une recherche très proche de celle qui fut l'objet de ce livre²⁸. Trois grands problèmes furent mis en avant.

Le premier soulignait les difficultés liées aux sources :

« les sources sont éparpillées, imprécises, parcellaires, le plus souvent indirectes, et il n'est pas facile de saisir l'écart entre la norme définie par le

21. N. PELLEGRIN, *Les Bacheleries, organisations et fêtes de la jeunesse dans le Centre Ouest XV^e-XVIII^e siècles*, Poitiers, Société des antiquaires de l'Ouest, 1983.

22. Y.-M. BERCÉ, *La Vie quotidienne dans l'Aquitaine au XVII^e siècle*, 1978, p. 95.

23. Voir F. PITOU, « Jeunesse et désordre social : les coureurs de nuit à Laval au XVIII^e siècle », *Revue d'histoire moderne et contemporaine*, 47-1, janvier-mars 2000, p. 69.

24. Sur ce sujet, voir en particulier L. COSTE, « Les milices bourgeoises en France » dans J.-P. Poussou (dir.), *Les Sociétés urbaines au XVII^e siècle. Angleterre, France, Espagne*, PUPS, 2007, p. 186 ; S. DELATTRE, *Les Douze heures noires. La nuit à Paris au XIX^e siècle*, Albin Michel, 2000.

25. C. WALKER, « Esquisse pour une histoire de la vie nocturne. Genève au XVIII^e siècle », *Revue du Vieux Genève*, 1989, p. 77.

26. M. PORRET, « “Les voleurs de la nuit sont bien plus à craindre que ceux du jour”. La “nocturnité” aggravante du crime sous l'Ancien Régime », extrait de L. LACCHE, C. LATRINI, P. MARCHETTI, M. MECCARELI (dir.), *Penale Giustizia Potere. Metodi, Ricerche, Storiografie*. Per ricordare Mario Sbriccoli, 2007.

27. G. THUILLIER, *L'Imaginaire quotidien au XIX^e siècle*, Paris, Economica, 1985, p. 158.

28. *Ibid.*

règlement et ce qui se passe réellement ; on possède très peu de témoignages vécus sur le dormir²⁹... ».

L'éparpillement et la disparité des sources évoqués sont une réalité : capter les habitudes quotidiennes du dormir implique de multiplier et de croiser les supports. L'apport des archives judiciaires a notamment permis de palier aux absences des égo-documents, lacunaires en ce qui concerne les classes populaires, mais non moins utiles pour le reste de la population. Souvent, les mémoires et journaux intimes orientent vers des comportements partagés – on peut ainsi penser au coucher assez « normal » de Mademoiselle de Lespinasse³⁰ – autant qu'ils mettent en lumière des personnalités fortes ayant leur propre conception du sommeil, privilégiant une volonté d'émancipation des populations dès le xviii^e siècle à l'égard des préceptes contraignants du repos nocturne. Si l'écart entre les normes et la réalité reste souvent flou et difficile à généraliser, il semble évident qu'en milieu urbain notamment, il était fréquent de repousser le coucher. Sur ce point, traités de médecine, de piété, d'éducation et de civilité sont d'un grand secours. Mais en aucun moment il ne sera question d'oublier que le sommeil est aussi une expérience personnelle.

Le deuxième problème évoqué par Guy Thuillier était relatif à la datation, pour lui : « L'ancien régime du sommeil a duré, dans ses grands traits, jusqu'en 1930-1940³¹. » Il est évident que dans le domaine du sommeil, les évolutions sont difficiles à saisir. Mais l'approche de cet historien du quotidien est surtout matérielle, et si dans les campagnes, le mobilier pouvait se passer de génération en génération, assurant peu de mutation, ce n'est pas le cas des discours, des habitudes et des représentations du sommeil. Les limites chronologiques assignées à cette étude ont bien répondu à la nécessité de travailler sur un temps long, période privilégiée lorsqu'il s'agit de comprendre une habitude quotidienne. Jacques Le Goff écrivait d'ailleurs à ce sujet que « l'histoire va plus ou moins vite mais les forces profondes n'agissent et ne se laissent saisir que dans le temps long³² ». Commencer au début du siècle des Lumières permet de rendre compte d'une montée des préoccupations savantes sur la question du sommeil. De nouvelles théories physiologiques vont alors entrer en concurrence avec les anciennes, voire les supplanter : apogée du modèle cartésien au début du siècle, remplacé par la théorie des fibres dès la deuxième moitié du xviii^e siècle. Si François La Mothe Le Vayer³³ apporte sa pierre à l'édifice de l'histoire du sommeil, Scipion Dupleix reste

29. *Ibid.*

30. J. LESPINASSE, *Lettres de Mademoiselle de Lespinasse*, Paris, 1811.

31. G. THUILLIER, *op. cit.*, p. 159.

32. J. LE GOFF, « L'histoire nouvelle », dans J. LE GOFF, (dir.), *La Nouvelle Histoire*, éd. Complexe, 2006, p. 54.

33. F. LA MOTHE LE VAYER, *Opuscules ou petits traités, le I de la lecture de Platon et de son éloquence, II du sommeil et des songes...*, Antoine de SOMMANVILLE et Augustin COURBÉ, 1643.

la seule grande référence au xvii^e siècle³⁴, alors que le siècle suivant vit se développer plus de traités spécialisés³⁵.

Il paraissait aussi logique de marquer un arrêt au milieu du xix^e siècle. D'une manière assez inégale sur le territoire : une véritable progression dans les grandes villes et une lente évolution dans les campagnes, on assiste au début de cette époque à une véritable « révolution du sommeil ». Les améliorations techniques dans les modes de production du début de l'industrialisation en France, vont certes entraîner une meilleure productivité, mais aussi une nouvelle organisation du travail. Petit à petit, les ouvriers vont devenir plus nombreux, en même temps qu'ils vont connaître des horaires différents, voire même la multiplication des travailleurs de nuit. Par ailleurs, c'est aussi à cette période que se généralise dans une grande partie des villes françaises, un éclairage public conséquent et efficace, comme à Poitiers. Les conséquences sont multiples : les rues « paraissent sécurisées », les déplacements sont facilités et on assiste comme à Paris à l'affirmation d'un noctambulisme revendiqué. La seconde moitié du xix^e siècle voit aussi l'apparition des premiers somnifères de synthèse, véritable révolution pour une société qui ne connaissait alors que l'opium. Le premier somnifère fut l'hydrate de chloral et le paralaldéhyde dont l'usage se répandit à partir de 1880, quoique de goût et d'odeur désagréable.

Inscrire cette « histoire du sommeil » entre 1700 et 1850³⁶, est un moyen de capter par une approche anthropologique ce qui peut être considéré comme l'apogée d'un « sommeil d'Ancien Régime » en France. Malgré les particularismes régionaux, les membres de la société française de cette époque partagent une quotidienneté influencée par les mêmes valeurs, notamment celles du christianisme et du respect du sommeil nocturne. Néanmoins, quand il sera question de saisir particulièrement les rythmes et habitudes des populations les plus pauvres, le recours à des sources poitevines sera d'un secours précieux. Les archives judiciaires notamment aident à cerner les logiques de sommeil d'une communauté, où cohabitent ruraux et urbains, et surtout de concevoir des problématiques essentielles de l'évolution d'un corps endormi agissant (ou non) dans un environnement particulier et bien déterminé³⁷. La ville de Poitiers présente des caractéristiques propres aux villes moyennes de l'époque : insuffisance de l'éclairage nocturne et de la surveillance, criminalité, appréhensions et peurs des

34. S. DUPLEIX, *Les Causes de la veille et du sommeil, des songes de la vie et de la mort*, 1626.

35. On peut penser notamment à : B. IMBERT, *Les Bienfaits du sommeil*, 1776; PFLM, *Du sommeil*, 1779; *Essai sur le sommeil, Mémoire de l'Académie Royale de Prusse*, (1746) et 1768; J. TISSOT, *Effets du sommeil et de la veille dans le traitement des maladies externes*, mémoire couronné en 1781.

36. Cette périodisation, comprenant les événements révolutionnaires sans pour autant les ignorer, permet de définir des formes structurelles du quotidien nocturne, voire des changements. Travailler sur un temps long était une nécessité.

37. Voir G. GARNIER, « Le recours aux archives judiciaires pour étudier les habitudes de sommeil », *L'Atelier du Centre de recherches historiques*, 5/2009, [En ligne], mis en ligne le 1^{er} octobre 2009. URL : <http://achr.revues.org/index1554.html>.

citadins, volonté de s'extirper de la quotidienneté, recherche de sociabilités licites ou illicites.

Enfin, il semblerait selon Guy Thuillier qu'une dernière difficulté gênerait l'historien :

« l'historien a beaucoup de peine à connaître la qualité du sommeil, les conditions réelles de durée et de confort, à saisir les *gestes du corps* avant et pendant le dormir (la vie du corps pendant le sommeil) à connaître ce qui relève du monde clos de l'alcôve, des zones obscures du sommeil (telles prières cherchent à conjurer les "forces du mal" pendant le repos nocturne), ou encore à saisir les rêves ou insomnies³⁸... »

Ces dernières remarques sont sans doute un peu trop pessimistes, mais il faut aussi comprendre cet historien qui fut l'un des premiers à s'intéresser au sommeil en tant qu'objet historique. Embrasser tous les caractères de ce comportement n'est pas une épreuve insurmontable et il est même logique de vouloir comprendre les manifestations propres au corps endormi, tant les liens qui les unissent sont prégnants. Mais il faut aussi avoir à l'esprit que le sommeil possède des enjeux multiples qui s'insèrent dans plusieurs pans de l'historiographie européenne. Pratique apparemment « immobile », le sommeil à tous points de vue, participe beaucoup à l'histoire des représentations et des pratiques quotidiennes qui s'est intéressée aux techniques du corps, aux façons de s'alimenter, de se vêtir, d'habiter, mais trop rarement de dormir³⁹. Puisque les représentations collectives en histoire englobent l'approche des attitudes devant la vie, l'amour et la sexualité, ces invariants qui n'ont cessé de varier, il est cohérent de s'intéresser au dormir, habitude et élément structurant de la vie quotidienne. Mais au même titre que Fernand Braudel ne s'est pas contenté d'énumérer les objets qui peuplaient l'univers quotidien lorsqu'il écrit *Vie matérielle et Capitalisme*, l'objectif d'une telle étude est de faire « vivre le sommeil ». Le corps endormi évolue dans un contexte religieux prégnant et dictant des gestuelles contrôlées à toutes les échelles de la société. Il est une expérience personnelle, mais aussi une expérience sociale. Il convient alors de rappeler que ses représentations apportent beaucoup à l'histoire culturelle, et si l'acte de dormir est étrangement absent du très récent *Dictionnaire d'histoire culturelle de la France contemporaine*, il faut évidemment le considérer comme une pratique culturelle régie par des normes, permettant d'éclairer les comportements collectifs de la société pré-industrielle⁴⁰.

38. *Ibid.*, p. 159.

39. Voir à ce sujet G. GINZBURG, « Représentation : le mot, l'idée, la chose », dans *Annales. Économies Sociétés Civilisations*, 46/6 (1991), p. 1219-1234 ; M. VOVELLE, « Histoire et représentations », dans J.-C. RUANO-BORBOLAN (dir.), *L'Histoire aujourd'hui. Nouveaux objets de recherche. Courants et débats. Le métier d'historien*, Auxerre, Sciences humaines éd., 1999, p. 45-49.

40. C. DELPORTE, J.-Y. MOLLIER, J.-F. SIRINELLI, *Dictionnaire d'histoire culturelle de la France contemporaine*, PUF, 2010. Voir aussi P. POIRRIER, *Les Enjeux de l'histoire culturelle*, Paris, Le Seuil, 2004.

Cette histoire des pratiques du sommeil est aussi absente de l'histoire du corps qui s'est écrite jusqu'à maintenant et qui s'était donnée comme objectif de découvrir toutes les virtualités de l'étude de la construction et de la mise en scène du corps, des apparences comme codes sociaux perçus à travers les manières de table, la mode, les rituels sociaux. À ce titre, l'appréciation d'un corps endormi distinct d'un corps éveillé, renouvelle les problématiques de l'histoire du corps. Il ne faut pas non plus oublier que le dormeur évolue dans le cadre particulier de la nuit. Jean Verdon fut le premier à comprendre dans le cadre d'un ouvrage, la nuit comme objet d'histoire. La problématique était directe : comment vivait-on à la ville et à la campagne quand l'obscurité régnait presque sans partage du coucher au lever du soleil ? Ce médiéviste offrit alors des pistes de réflexions reprises notamment par Simone Delattre⁴¹, Roger Ekirch⁴² et récemment Alain Cabantous : nuit spirituelle, contrôlée, dangereuse, rixes, homicides, conspirations, trahison, adultères et viols, distrayante... mais aussi nuit de repos⁴³. Le sommeil n'est pas oublié, par le biais du rêve, de la durée et des troubles du dormir, de la chambre, du lit, du vêtement de nuit. Ces trois derniers points rappellent que cette étude, doit aussi beaucoup aux historiens de la culture matérielle. Comme le signalait Jean-Marie Pesez,

« les inventaires après décès sont irremplaçables quand il s'agit du mobilier en bois, réduit à bien peu de chose dans la maison paysanne jusqu'aux Temps Modernes : une table, simple planche reposant sur des tréteaux, l'archebanc, meuble à tout faire, à la fois siège et armoire, ou le coffre, et un châlit⁴⁴. »

Grâce à une étude quantitative des inventaires après décès, beaucoup d'auteurs de monographies régionales ont démontré l'importance et le rôle des différents types de lit.

Ce détour vers la nature des sources et l'inscription historiographique d'une histoire du sommeil induisent l'objectif même de ce travail, à savoir dégager une culture dominante de sommeil en France entre 1700 et 1850, qui viserait à comprendre comment la société française à la veille de l'Industrialisation, une société encore très largement christianisée et vivant selon des habitudes héritées, a pu se représenter et concevoir des pratiques particulières du sommeil.

La première partie de ce livre sera consacrée à définir le corps endormi, à comprendre cette alternance veille-sommeil qui caractérise l'être humain. La pensée antique, puis les médecins, physiologistes, philosophes et penseurs au sens large qui débattent sur les principes fondamentaux de la

41. S. DELATTRE, *op. cit.*

42. R. EKIRCH, *At Day's close. Night in Times Past*, New York, W.W. Norton & Company, 2005.

43. A. CABANTOUS, *Histoire de la nuit, XVII^e-XVIII^e siècles*, Paris, Fayard, 2009.

44. J.-M. PESEZ, « L'histoire de la culture matérielle », p. 211, J. LE GOFF, (dir.), *La Nouvelle Histoire*, éd. Complexe, 2006.

médecine, servent principalement de base à la compréhension des fonctions du sommeil, de voir comment ce dernier peut être au service de la machine corporelle, tout en précisant les conditions de l'art de bien dormir.

Réfléchir sur les principes et les bienfaits du sommeil ne suffit pas. Dormir est avant tout une épreuve et il est essentiel de rappeler qu'il est parfois difficile de trouver son sommeil. Durant la période préindustrielle, de nombreux aléas interviennent pour déstabiliser l'ordre de la nature. Le sommeil se transforme en moment conflictuel : insomnie, somnambulisme, vulnérabilité du corps endormi, bruits, gémellité avec la mort viennent troubler les esprits. Le corps est aussi un danger, et la nuit le lieu des tentations. Aussi, traités de civilité et de piété se sont évertués à maîtriser les gestes et les comportements à adopter afin de s'assurer un repos voluptueux.

Réussir à dormir est alors une récompense et il sera temps pour finir de s'intéresser à la singularité des pratiques individuelles et collectives du sommeil, afin d'envisager les décalages par rapport aux discours tout en dégagant les sociabilités nocturnes et les transgressions des normes. L'histoire du mobilier nocturne sera aussi esquissée, ainsi qu'une réflexion sur la manière dont le sommeil relie une communauté provisoire, comme la clientèle d'une auberge, d'un hôtel ou d'une prison.