



Revue d'histoire du XIXe siècle

Société d'histoire de la révolution de 1848 et des révolutions du XIXe siècle

40 | 2010
Discours

L'hygiène sociale au XIXe siècle : une physiologie morale

Social hygiene in the XIXth century: a moral physiology

Sozialhygiene im 19. Jahrhundert : Eine moralische Physiologie

Gérard Seignan



Édition électronique

URL : <http://journals.openedition.org/rh19/3996>

DOI : 10.4000/rh19.3996

ISSN : 1777-5329

Éditeur

La Société de 1848

Édition imprimée

Date de publication : 15 juillet 2010

Pagination : 113-130

ISSN : 1265-1354

Référence électronique

Gérard Seignan, « L'hygiène sociale au XIXe siècle : une physiologie morale », *Revue d'histoire du XIXe siècle* [En ligne], 40 | 2010, mis en ligne le 15 juillet 2013, consulté le 20 avril 2019. URL : <http://journals.openedition.org/rh19/3996> ; DOI : 10.4000/rh19.3996

Tous droits réservés

GÉRARD SEIGNAN

*L'hygiène sociale au XIX^e siècle :
une physiologie morale*

Dans les travaux sur l'hygiène sociale au XIX^e siècle, l'hygiène est souvent identifiée aux remèdes des fléaux sociaux, tous maux attribués à quelque zone inquiétante où la misère propagerait l'infection en affaiblissant les corps, remarque Georges Vigarello¹. Si bien qu'en insistant sur le thème dégénératif, souligne Olivier Faure², l'hygiène promeut quelques préventions nouvelles. Dès lors, alcoolisme, prostitution et hérédités diffuses, objets d'opprobre et de jugements hâtifs, stigmatisent la culpabilité de chacun. Mais si par ce trait l'hygiène publique du début du XIX^e siècle – dont Patrice Bourdelais spécifie les enjeux, les modèles et les pratiques³ – oppose la conviction morale au fléau dégénératif, pour spécifier ses buts, elle se place sur le terrain scientifique où la physiologie trouve la meilleure place. Remarquons qu'alors le savoir médical y joue un rôle majeur⁴. Cependant, après 1860 une pratique préventive rénovée suscite un ensemble de comportements individuels transformés par une nouvelle représentation du corps. C'est que la machine corporelle n'est plus simple mécanique comme au XVIII^e siècle avec ses mouvements aspirants et foulants, elle n'est plus simple lacs de fibres avec ses filaments enchevêtrés responsables des forces corporelles. Elle est machine productrice d'énergie, moteur créateur de rendement. Dès lors, la réfection morale attachée aux réfections corporelles n'est pas seulement affaire d'idéologie chrétienne correctrice des errements passionnels⁵, elle est aussi affaire d'emprise que le sujet pourrait avoir sur lui-même et, de fait, affaire d'une plus grande attention à l'entretien de soi. Dans ce contexte, l'optimisme économique d'un pays qui s'industrialise correspond au pessimisme des hygiénistes⁶. Pes-

1. Georges Vigarello, *Histoires des pratiques de santé, le sain et le malsain depuis le Moyen Âge*. Paris, Le Seuil, 1999 (1^{re} édition 1993).

2. Olivier Faure, *Les Français et leur médecine au XIX^e siècle*, Paris, Belin, 1993.

3. Patrice Bourdelais [dir.], *Les hygiénistes, enjeux, modèles et pratiques (XVIII^e-XX^e siècles)*, Paris, Belin, 2001.

4. Elias Norbert, *La société des individus*, Paris, Fayard, 1987.

5. Serenella Nonnis Vigilante, « Idéologie sanitaire et projet politique. Les congrès internationaux d'hygiène de Bruxelles, Paris et Turin (1876-1880) », dans Patrice Bourdelais [dir.], *Les hygiénistes...*, *op. cit.*, p. 241.

6. Eugen Weber, *Peasants Into Frenchmen: The Modernization of Rural France, 1880-1914*, Stanford,

simisme aggravé quand, à la fin du siècle, la science du cerveau apprend à mieux connaître les désordres nerveux. L'état neurasthénique est alors érigé en modèle moderne d'intempérance, cible d'une hygiène destinée à apaiser les sens faute d'avoir aidé le patient à réguler sa conduite.

Il sera donc ici question d'hygiène sociale dont le docteur Napias, membre de nombreuses commissions d'experts des années 1880, faisait remonter l'origine à 1790. Il lui attribuait le statut de science moderne tirant ses ressources de la physiologie⁷. C'est le sens que nous lui conservons pour rendre compte de l'attention particulière que le XIX^e siècle porta aux interactions du moral et du physique. Ainsi quand en 1839 la Société industrielle de Mulhouse déplore la mauvaise santé de la classe laborieuse, elle en impute la cause à la fatigue du corps mais aussi à la contagion de l'immoralité et à l'ivrognerie dans des ateliers de surcroît insalubres. La Société proposa même une récompense de mille francs au mémoire qui examinerait le bien fondé de cette opinion. En 1840, le mémoire du baron Gerando fut couronné. Mais si l'hygiène sociale du XIX^e stigmatise un contexte productiviste⁸ incitatif à la concentration urbaine et au recrutement massif de la main-d'œuvre féminine et enfantine⁹, elle entend surtout dénoncer la détérioration de la santé physique et morale des gens du peuple, comme le souligne Gaston Mialaret. Et cela d'autant que les médecins inquiets de cette situation¹⁰ n'ont plus le soutien de l'autorité de police qui, sous l'Ancien Régime, avait en charge la régulation des pollutions industrielles. Qu'importe dira-t-on, car même si des experts tels Chaptal ou Guyton de Morveaux concluent à l'innocuité de l'industrie chimique, ce n'est pas la fin du lointain aérisme dénonciateur d'un air malsain vecteur de maladies, et la science médicale discute encore de l'influence d'un air corrompu sur la santé des ouvriers. Nous verrons une déclinaison de ces attentions nouvelles s'exprimer dans la problématique du souffle, celui de la respiration, quand la physiologie se donne pour tâche d'expliquer l'altération de l'énergie vitale mise au service du corps laborieux. Nous verrons ainsi comment l'hygiène sociale s'intéresse à la pénibilité du travail ou plus généralement, à la pénibilité des conditions d'existence. Espérons par ce moyen rendre claires les conceptions qui prirent corps à partir d'arguments tirés d'une pensée scientifique historiquement située. Plaçons-en la source à l'aube du XIX^e siècle quand les thérapies de la vigueur façonnent une hygiène qui, en vingt ans, intègre dans ses préceptes la moralité que tout bon ouvrier s'imposera lui-même et dessine ainsi le contour d'une forme nouvelle de l'attention à soi.

Stanford University Press, 1976, traduction française, *La fin des terroirs*, Paris, Fayard, 1983.

7. Hubert Napias, *Manuel d'hygiène industrielle*, Paris, Masson, 1882.

8. Eric J. Hobsbawm, *L'ère des révolutions*, Paris, Fayard, 1969.

9. Gaston Mialaret et Jean Vial, *Histoire mondiale de l'éducation*, Paris, PUF, 1981, tome 3, p. 293.

10. Édouard Dolléans, *Histoire du travail*, Paris, Domat-Montchrestien, 1943.

MORALISATION DES MŒURS ET REFONTES ÉNERGÉTIQUES AU DÉBUT DU XIX^e SIÈCLE*Dénoncer l'intempérance*

En préalable au discours moralisateur des premières années 1800 faisons un constat : l'hygiène des personnes affectées aux travaux pénibles conserve les accents de la physiologie néo-hippocratique du XVIII^e siècle. Ainsi le docteur Fouquier de Maissemy soutient-il que tout travail n'est pas nécessairement pénible si l'alimentation répond aux pertes qu'il occasionne. Car, sous réserve de nourritures substantielles, et comme en témoignent le dos de portefaix ou les mollets des porteurs de chaise, l'exercice du corps développe le système musculaire en lui faisant acquérir de la chair. Entendons que l'on « prend dans l'exercice qui amène la fatigue les éléments d'une force nouvelle »¹¹. L'assertion évoque la vertu réparatrice des contractions musculaires qui, en agglutinant les sucs alimentaires aux fibres musculaires, en développe la substance renforçant ainsi les muscles. À l'inverse, l'accélération des fluides par des mouvements violents érode la machine humaine. Évocatrice d'une usure, cette modalité de fatigue n'en finira pas de marquer le discours hygiéniste du XIX^e siècle. Mais tandis que sa pertinence est redéfinie par de nouveaux savoirs sur l'énergétique humaine, l'hygiène fait aussi grand cas de la perversion des comportements individuels sur les lieux de travail. Ce point mérite notre attention.

Voyons en effet comment Lucien Bergery, ingénieur et moraliste, s'inquiète de la santé des ouvriers messins. À l'instar des médecins du début du siècle, il compte l'intempérance née du goût des excès et des plaisirs des sens au nombre des causes responsable de l'affaiblissement des corps. Il fustige les ouvriers buvant de la bière, du vin, de l'eau-de-vie, car ces boissons font le lit de la débauche et du libertinage, vices qui énervent le corps. Dans un contexte où l'alcoolisation scelle la sociabilité du travail¹², tandis que l'alcoolisme marque l'inquiétude de la dégénérescence, la science médicale permet d'affirmer que ce ne sont pas seulement les excès de travail qui épuisent, mais les écarts de conduite. Tel serait le triste résultat observé sur les ouvriers tombés dans la débauche qui, le soir rentrant de l'atelier, se plaignent d'un accablement de tout le corps. D'où le conseil de remplacer les loisirs du cabaret par ceux de la lecture pour que le temps passé au contact de textes édifiants soit du temps pris aux mauvaises fréquentations. En espérant lui voir revêtir les attributs de la morale, Bergery dont l'ouvrage est loué dans le *Journal de la*

11. Fouquier de Maissemy, *Avantages d'une constitution faible, aperçu médical*, Paris, Gillé, 1802, p. 65.

12. Alain Corbin, « Coulistes », in Philippe Ariès et Georges Duby [dir.], *Histoire de la vie privée*, 5 tomes, tome 4, Michelle Perrot [dir.], *De la Révolution à la Grande Guerre*, Paris, Le Seuil, 1999 (1^{re} édition 1987), p. 582.

Société de la morale chrétienne, souhaite que l'ouvrier « parvienne sans peine à la tempérance »¹³. Il croit à l'enchaînement des bienfaits prévus par la médecine moraliste qui sait la correction des écarts de conduite conjointe à une plus grande quantité de travail. En somme, son discours définit un contexte, celui où la moralisation du système de production dessine un mode de rentabilité inféodé au contrôle de l'économie des forces corporelles.

Prendre de bonnes « habitudes »

Dans la mouvance des préoccupations sociales de la première moitié du XIX^e siècle, l'homme social est une intelligence servie par des organes dont l'étude des altérations fonctionnelles est incomplète si on l'isole des réactions morales. Malheureusement déplore Quételet dans son *Essai de physique sociale*, l'exigence de tempérance est peu suivie par les employés des manufactures soumis journallement aux alternatives dictées par les besoins¹⁴. La lutte contre la perversion des sens s'affiche alors comme une priorité. Dans ce combat, l'hygiène des classes laborieuses se voit assignés de multiples buts, fuir la contagion de l'immoralité dans les ateliers où se côtoient les ouvriers des deux sexes, (fuir aussi la tentation du jeu). De ces situations où naissent les passions malsaines dont la syphilis serait la traduction¹⁵, s'ensuivent en effet les émotions dont les médecins dénoncent la violence.

Or, expliquer les interactions du moral et du physique suppose le recours à la physiologie nerveuse. Ainsi Casimir Broussais, loue-t-il son siècle d'avoir enfin compris que l'économie corporelle subit le poids des circonstances environnantes dont rend compte la physiologie du cerveau. La science invite ici à concevoir le système nerveux susceptible d'ébranlements sous l'effet de violentes passions. Organes très sensibles, outils et moteurs de la conscience, on dit alors les nerfs sous la coupe d'une vie dissolue et pour cela victimes d'une morale défaillante. Voilà pourquoi les hygiénistes dénoncent la conquête des jouissances sensuelles éphémères, source d'épuisement nerveux. Car en définitive, pour le savant, « tout acte de la vie morale est une déperdition partielle de la nervosité »¹⁶ ou force spécifique au système nerveux. Déperdition d'autant plus considérable que l'excitation est plus intense ou plus prolongée. C'est la problématique de la décharge nerveuse. Au cœur des thèses hygiénistes des années 1820, elle s'inscrit résolument dans une représentation du corps comparable, dit Eusèbe de Salle, à une « machine électrique qui tantôt

13. Claude Lucien Bergery, *Economie industrielle, économie de l'ouvrier*, Metz, Editions Vve Thiel, 1829, 2 tomes, tome 1, p. 38.

14. André Quételet, *Sur l'homme et le développement de ses facultés ou essai de physique sociale*, Paris, Imprimerie Bachelier, 1835, 2 tomes, tome 1, p. 210.

15. Jean Pierre Rioux, *Chronique d'une fin de siècle, France, 1889-1900*, Paris, Le Seuil, 1991, p. 212.

16. Laurent Cerise, *Des fonctions et des maladies nerveuses dans leurs rapports avec l'éducation sociale et privée morale et physique*, Paris, Baillière, 1842, p. 239-374.

verse doucement son fluide et tantôt des décharges abondantes»¹⁷. Voyons là retenu l'enseignement du galvanisme qui expliquait l'action du système nerveux par analogie avec le fluide électrique. Assurément, au début du XIX^e siècle, l'hypothétique décharge d'une force intrinsèque aux capacités sensibles et motrices n'eut de sens qu'au regard de l'intensité voire de la fréquence, des réactions nerveuses.

Un néo-sensualisme

Sur un plan théorique, si la perversion et le libertinage sont rendus responsables de la décharge nerveuse, c'est en raison des causes morales soupçonnées d'exagérer la faculté de sentir. La physiologie sur ce point se montre sans équivoque. Aller au-delà de la stimulation de chaque organe, commente le docteur Foy, c'est en détruire les forces¹⁸. C'est inférer la perte de force aux manifestations intempestives de la sensibilité, autrement dit aux réactions sur lesquelles l'ouvrier a perdu tout contrôle. Raison pour laquelle la prévention stigmatise la perversion des sens sur les lieux de travail et exhorte les ouvriers à mener une vie saine. Car dans une conception moralisante des sensibilités, la pureté des mœurs et la vigueur du corps se combinent. Ainsi en 1837, dans son cours *d'Hygiène morale*, Casimir Broussais recommande-t-il à ses étudiants de moraliser le patient en lui montrant les effets physiques de l'ivrognerie. Placée sur le terrain de la vertu, la santé vient de la rédemption. Mais elle vient aussi du renversement de tendance par lequel le corps, loin de dépenser une force qui l'anime, en fait usage avec modération. On loue donc le tempérant pour sa dépense parcimonieuse du fluide nerveux. Chez lui, soutient Sandras, « les conditions physiologiques qui résultent de l'éducation morale se manifestent par la santé et par la force »¹⁹. Sceller le lien entre la vie organique, la vie sociale et l'activité mentale, tel est alors l'objet de l'attention accrue portée au rapport du physique et du moral. Ainsi se construit au quotidien un système d'images de la santé physique et psychique qui permet de gérer les comportements et la décence des mœurs tout en élaborant des stratégies protectrices à l'intention des proches. L'hygiène, riche d'une physiologie psychologique, érige l'harmonie somato-psychique en vertu indispensable à la bonne santé physique et mentale de l'homme besogneux.

Cette démarche n'est pas nouvelle. Déjà au début 1800, Georges Cabanis, professeur de médecine, connaissait les rapports du physique et du moral de l'homme. Il savait le rôle des nerfs dans la bonne marche de l'économie corporelle. Aussi attribuait-il la fatigue des manufacturiers au manque d'air actif pour soutenir la vitalité du système nerveux. Mais si l'hypothèse du

17. Eusèbe de Salle, *Coup-d'œil sur les révolutions d'hygiène ou considération sur l'histoire de cette science et ses applications à la morale*, Paris, Gabon, 1825, p. 69.

18. François Foy, *Manuel d'hygiène ou histoire des moyens propres à conserver la santé et à perfectionner le physique et le moral de l'homme*, Paris, Baillière, 1845, p. 5.

19. Claude Marie Stanislas Sandras, *Traité pratique des maladies nerveuses*, Paris, Baillière, 1851, p. 79.

confinement comme cause de fatigue nerveuse ne connaît pas d'objection par la suite, elle n'est pas tant le fruit d'observations minutieuses qu'une option théorique. Le sensualisme prévenait en effet des répercussions somatiques de l'impression des sens et suggérait en cela un possible conflit entre les forces motrices et celles de la sensibilité. Sans doute faut-il voir dans cette conception l'influence de l'Abbé Condillac qui, à la fin du XVIII^e siècle, établissait un cadre conceptuel dans lequel les physiologistes du XIX^e choisirent, plus ou moins explicitement, de s'inscrire. D'où leur démarche néo-sensualiste pour promouvoir une éthique industrielle dans laquelle la morale préventive des errements passionnels réduit à peu de frais la dépense de la force nerveuse. C'est pourquoi les thérapeutes valorisent les comportements qui dépassent le premier stade de l'organisation nerveuse, celui des instincts. Ceux-ci, dénoncés pour pousser à l'action par réflexe et donc en s'exemptant du contrôle de la volonté, révèlent un sujet peu maître de lui-même. À l'inverse, bien différente des réactions échappant au contrôle de soi, et sous réserve d'être introduite dans la vie sociale, souligne Paul Jolly, « la moralisation règle les instincts »²⁰. Exprimée sous forme « d'habitudes, insiste Becquerel, elle accoutume l'homme à se plier à l'exigence des mœurs »²¹. Instituée comme faculté active, comme loi morale, l'habitude associée à l'éducation s'impose en condition de l'hygiène sociale, elle en est l'auxiliaire précieux. Voilà l'espoir des médecins moralistes du XIX^e siècle : soucieux de donner aux ouvriers les clefs d'une saine gestion de leur quotidien pénible, ils les avertissent du coût énergétique des réactions nerveuses. Ils placent ainsi l'hygiène morale sous la coupe de la physiologie et l'émancipent partiellement d'une forme de moralisation qui jusque-là tirait son sens de la philosophie.

Or, dans le temps où la morale impose ses vues régulatrices à l'hygiène sociale, nous savons l'expertise soucieuse de l'influence délétère de l'air sur la santé des ouvriers. En conséquence, apparaît une nouvelle version de l'énergétique humaine qui redéfinit la forme des préventions recommandables à chacun.

ÉNERGÉTIQUE HUMAINE ET HYGIÈNE MORALE : LES INNOVATIONS DU MILIEU DU SIÈCLE

La problématique du « souffle »

Pour comprendre comment au milieu du XIX^e siècle la problématique du souffle, celui de la respiration, pose différemment la question de l'attention à soi et influence par ce biais le regard moralisateur, faisons un point d'histoire. Impossible en effet de saisir la mutation des savoirs dans l'hygiène sociale sans

20. Paul Jolly, *Hygiène morale*, Paris, Baillière, 1877, p. 142.

21. Antoine Becquerel, *Traité élémentaire d'hygiène privée et publique*, Paris, Asselin, 1877, p. 117.

revenir au tout début du siècle. Car pour former ses concepts, la physiologie des années 1850 hérite les savoirs dont Xavier Bichat avait fait la synthèse. L'illustre professeur tenait pour vraisemblable qu'en vertu de la chimie de Lavoisier, l'air initie des combustions pulmonaires génératrices du gaz acide carbonique ou résidu tiré du sang veineux porté à l'air extérieur par la respiration. Sachant ce gaz corrupteur des fonctions organiques, son incidence sur l'économie musculaire fit avancer les savoirs sur l'hygiène sociale. Vers le milieu du siècle, Edouard Brown-Séquard physiologiste français d'origine irlandaise, émet en effet l'idée qu'au cours de l'exercice du corps poussé à sa limite, le sang veineux chargé d'acide carbonique n'est plus capable de servir de stimulant à la vie animale²². Peut-être alors le gaz toxique a-t-il déplacé l'oxygène des globules du sang, suggère l'illustre Claude Bernard. Toujours est-il qu'en présence du gaz acide carbonique les contractions s'arrêtent. À ce point crucial pour la formulation d'une théorie novatrice de l'action musculaire, Wilhelm Wundt de l'influent laboratoire de psychophysiologie de Leipzig, reconnaît l'existence d'un rapport intime entre la fatigue et les modifications physico-chimiques du muscle. Sachant ces modifications dues à la dégradation des carbones en acide carbonique sous l'effet de l'oxydation des substrats, l'incidence de ce gaz sur le travail musculaire demeure pourtant inexpliquée. Jusqu'au milieu du XIX^e siècle, l'altération des contractions musculaires reste inférée au défaut de stimulation des muscles par un sang mal oxygéné, ce qui pour le savant est le résultat d'une respiration anhéleuse et donc de l'essoufflement. Il faut attendre la seconde moitié du siècle pour voir les experts s'acquitter de la tâche de dévoilement associant la faiblesse des contractions au métabolisme énergétique. Ils considèrent la fatigue née d'un empoisonnement de l'organisme par une de ses « propres productions de désassimilation, l'acide carbonique »²³. Ici, la désassimilation correspond à une combustion des tissus corporels sous l'effet de leur oxydation immédiatement suivie d'une asphyxie musculaire. Suivant cette acception, la fatigue est une auto-intoxication par suractivité organique. C'est la thèse toxique.

Remarquons l'importance de ce modèle qui permet à la physiologie d'élargir son domaine en s'intéressant à la baisse de rendement des ouvriers travaillant dans des conditions pénibles. Car la thèse toxique suppose la régulation des efforts pour éviter la formation de ce que Charles Bouchard, médecin nutritionniste, compare en son temps à de véritables cendres organiques ou déchets issus du conflit dynamogène entre l'oxygène et les aliments. De là naît une conception de l'énergétique humaine référée aux machines à vapeur animant les moteurs de l'industrie. Dans cette version, typique du regard porté sur l'économie des forces corporelles, le corps est une machine dont le souffle est comparé à celui des « locomotives dont nous entendons

22. Edouard Brown-Séquard, *Journal de la physiologie de l'homme et de l'animal*, Paris, Masson, 1859-1862, 2 tomes, tome 1, p. 103.

23. Fernand Lagrange, *Physiologie des exercices du corps*, Paris, Alcan, 1888, p. 86.

la respiration puissante»²⁴. L'identification de la ventilation pulmonaire au foyer de la machine à vapeur donne la raison de la force motrice que le savant sait sujette aux variations du rendement. On conçoit que la résistance à la fatigue suppose l'apport de combustible attisé par le souffle vital. L'aliment en tient lieu. C'est pourquoi au XIX^e siècle, la science du rendement humain ajoute à ses préceptes l'observance d'un régime à base de viande et de pain, grands réservoirs de matière carbonée aisément consommée par le travail des muscles. Déjà dans les années 1830, les ouvriers des chemins de fer anglais nourris d'une grande quantité de viande, n'avaient-ils pas une plus grande résistance au travail que les Français nourris de soupe observe le baron Dupin ? Mais vers la fin du siècle, l'alimentation porteuse de nouvelles vertus n'est plus simple cumul et l'évacuation simple rejet. La vision d'une combustion efficace a tout changé. C'est en brûlant que l'aliment provoque à la fois l'élimination et l'énergie. Or, le modèle inféodé ici à la thermodynamique théorisée par Carnot en 1824 conforte les croyances dans les vertus de l'alcool. Avec la consolante avalée d'un trait dès cinq heures du matin pour oublier un temps la fatigue, l'alcool entre comme une composante majeure dans l'économie du corps ouvrier. Ainsi l'illusion du coup de fouet règle-t-elle la consommation du maçon parisien ou du débardeur rouennais, et boire consiste autant à emmagasiner des forces en emmagasinant de la chaleur qu'à oublier la rudesse de l'existence. Trompé par l'espoir d'une rapide réparation de ses forces, l'ouvrier s'alcoolise ; autant dire qu'en sacrifiant au vice, il ouvre le registre dans lequel l'hygiène morale choisit de s'exprimer.

Le paradigme de « l'homme d'activité »

Dans la seconde moitié du XIX^e siècle, quand l'image d'un corps soumis au rendement impose sa pertinence, quand les vigilances individuelles appellent à restreindre les boissons alcooliques et à moraliser les mœurs, les crises industrielles et agricoles incitent un ensemble d'acteurs à assurer l'approvisionnement alimentaire des ouvriers. Mais si l'aide sociale est affaire de charité chrétienne et, partant, de morale, la protection d'un rouage de l'industrie²⁵ est surtout affaire d'interprétation. Elle repose sur le modèle éner-

24. Paul Bert, *La machine humaine*, Bordeaux, 1876, p. 6. Anson Rabinbach insiste sur la métaphore du moteur humain pour comprendre la société du XIX^e siècle centrée sur le travail dans Anson Rabinbach, *The Human Motor: Energy, Fatigue and the Origins of Modernity*, New York, Basic Books, 1990, traduction française *Le moteur humain : L'énergie la fatigue et les origines de la modernité*, Paris, La Fabrique, 2004. On pourra consulter aussi Caroline Moriceau, *Les douleurs de l'industrie. L'hygiénisme industriel en France, 1860-1914*, Paris, EHESS, 2010.

25. Julia Csergo souligne à ce sujet l'importance de l'hygiène corporelle comme outil de moralisation de la classe laborieuse. Julia Csergo, *Liberté égalité propreté, la morale de l'hygiène au XIX^e siècle*, Paris, Albin Michel, 1988, p. 40-45. On soulignera avec Didier Fassin, l'émergence de la « modernité morale » sensible à la maltraitance infantile et aux conditions du travail des enfants : Patrice Bourdelais et Didier Fassin [dir.], *La construction de l'intolérable, études d'anthropologie et d'histoire sur les frontières de l'espace moral*, Paris, La Découverte, 2005.

gétique façonné dès l'école, lieu de diffusion des savoirs auquel le bouche à oreilles apporte son concours²⁶.

S'impose alors un nouveau paradigme, une nouvelle représentation du corps laborieux porté par les discours philanthropiques dont la science médicale spécifie les détails. Ainsi les traités d'hygiène inquiets de la « quantité de mouvement » néfaste à la santé définissent les conditions favorables au fonctionnement de la machine humaine. Alors l'hygiène sociale tire sa pertinence d'une physiologie dont les agriculteurs mais aussi les marins, autrement dit les professions exercées en plein air, sont les meilleurs exemples. Elle aide à spécifier « la quantité et la qualité de matériaux qui doivent brûler [dans le corps] et les forces que ces combustions devront mettre en jeu »²⁷.

Au choix des nourritures et des boissons s'ajoutent les conseils sur la nature des repas. On veut ceux de midi riches en alimentation animalisée productrice de chaleur par combustion des composants azotés. Programmés pour palier les défaillances du corps, les déjeuners redonnent de l'énergie. Mais ce n'est pas tout. Intégré au régime du travailleur de force, le sommeil pris la nuit participe aux réfections énergétiques dès lors qu'il favorise l'assimilation renouvelant ainsi le potentiel calorique par encombrement du tissu adipeux.

Pourtant les réfections ne se limitent pas au seul bénéfice de l'alimentation et d'un repos compensatoire, car à l'époque où l'on sait le rôle de l'air dans le rendement humain, la préservation des voies respiratoires revêt une grande importance. L'hygiène morale où l'idéal de l'attention à soi se décline de fait par un interdit. Fumer est donc proscrit. Cela suppose en complément de cette mise en garde, le respect d'une règle applicable à la façon de se vêtir. Seuls d'amples vêtements dégageant le cou et libérant les côtes trouvent l'aval des médecins soucieux d'une respiration aisée garante du rendement musculaire. Dans ces conditions, l'ouvrier mieux nourri et respirant à son aise, n'est plus assimilé à un homme de peine mais à un « homme d'activité »²⁸. Par ce statut, il gagne en dignité, il devient celui qui, par l'accroissement de sa production, montre la perfection des phénomènes organiques, car il rend du travail suivant des échanges respiratoires toujours mieux réglés. Une vision idyllique de l'homme de peine suppose ici la dépense d'énergie soumise aux vigilances qui en règlent le débit. Les experts veulent ces vigilances au service d'une éthique du travail placée sous le contrôle de la physiologie. Par ces traits, ils dessinent une hygiène morale, car soucieuse de la santé de la classe laborieuse sous couvert des exigences de la science du rendement.

26. Abram De Swann, *Sous l'aile protectrice de l'État*, Paris, PUF, 1988, p. 244-264.

27. Alexandre Lacassagne, *Précis d'hygiène publique et privée*, Paris, Masson, 1879, p. 243.

28. Gustave Le Bon, *La vie, physiologie humaine appliquée à l'hygiène et à la médecine*, Paris, Rothschild, 1874, p. 246.

L'école et le parti pris moralisateur

À la période où les physiologistes font des oxydations corporelles une variable des préventions individuelles, la régulation énergétique s'applique aussi à l'hygiène des intellectuels. L'école est le lieu privilégié de ses mises en œuvre et. Léon Bourgeois, ministre de l'Instruction Publique en 1890, insiste pour que l'hygiène, sous forme d'une véritable éducation physique, investisse les écoles et les lycées. Comme outils de cette réforme, la République rend obligatoires les exercices bien cadencés avec des mouvements de bras, de jambes et des épaules. Grande est l'espérance de voir l'activité physique soulager le surmenage scolaire. Moraliser l'école, entendons prendre soin des élèves, veiller à leur santé, diminuer leur fatigue, c'est prôner la généralisation des mouvements d'ensemble exécutés avec ordre et méthode, c'est solliciter prioritairement l'énergie musculaire pour reposer le cerveau. Ce qui, par extrapolation, induit une éducation respiratoire dévolue à la gymnastique dont on attend le développement du souffle par correction des postures et redressement du buste. Les médecins sont formels, vingt à trente minutes par jour de gymnastique suédoise – initiée par Per Enrick Ling (1776-1839) – maintiennent le dos droit, apprennent à respirer par le diaphragme. Pourtant ce n'est pas assez de devenir fort en activant le foyer organique, car l'objectif dévolu aux gymnastiques est principalement de reposer les enfants de l'étude. Le *Manuel de gymnastique et de jeux scolaires* de 1892 est très clair sur ce point. Or, s'il accorde aux jeux libres une très grande place²⁹, c'est certes pour dériver vers les muscles les forces de l'innervation exaltées dans l'organe de l'intelligence, mais c'est surtout pour vérifier la règle physiologique qui associe l'activité d'un organe à sa production de chaleur. Les avis concordent quand il s'agit des muscles. Semblable unanimité s'applique à la physiologie de la pensée imaginée sous la coupe d'activités combustives au sein de la cellule nerveuse. Car, comme le soutient Aimé Riant puisant sa caution chez l'incontournable Claude Bernard, « il y a autant de foyers calorifiques qu'il y a d'organes »³⁰. Activer les foyers musculaires équivaldrait donc à éviter la surchauffe cérébrale, et à reposer le cerveau par la mise en sommeil de sa fonction idéale.

Cette hygiène prophylactique ralliée aux techniques redresseuses du corps et favorable aux grands jeux pour activer les muscles, n'a pas seulement dicté les normes du fonctionnement cérébral, elle a façonné une éthique scolaire. Les exercices du corps y sont autant de remèdes au surmenage qu'un mur dressé contre la dégénérescence dont les aliénistes craignent les répercussions

29. Ministère de l'Instruction publique et des Beaux-arts, *Manuel d'exercices gymnastiques et de jeux scolaires*, Paris, Imprimerie nationale, 1892, p. 1. On y trouve l'influence de Jean-Baptiste Fossagrives et de Jean Réveillé-Parise, auteurs d'ouvrages sur l'hygiène des enfants ou des personnes adonnées aux travaux assidus de l'esprit.

30. Aimé Riant, *Le surmenage intellectuel et les exercices physiques*, Paris, Baillière 1889, p. 297.

sur les facultés de l'esprit. En promouvant les jeux au rang de compensateurs du travail cérébral, en faisant d'eux les régulateurs des flux énergétiques, l'hygiène morale les désigne comme instruments de la santé. Par extension, elle en fait une préparation aux métiers demandant force, adresse et vigueur. Tous les experts s'accordent sur ces buts hormis quelques réserves tempérant l'ambition. Ainsi le docteur Descieux sous les auspices du ministère de l'Instruction publique, précise-t-il dans ses leçons aux maîtres du primaire, que si l'exercice est utile pour concourir à l'œuvre de santé publique, devenu excessif il se mue en travail nuisible. Rangé à cette opinion, le ministre soutient la programmation d'exercices et jeux scolaires pour compenser les travaux de l'esprit, pourvu disait-il, que cela soit fait de façon *raisonnable*

Entre moralisation des consciences et lois physiologiques

Voyons dans la prudence du ministre l'expression d'un parti pris moralisateur. Revenons-en pour preuve à Descieux, lauréat de l'Académie de Médecine et acteur influent de l'hygiène scolaire. Il présente les règles applicables à la santé du peuple comme l'expression d'une « loi hygiénique/pleinement en accord avec les préceptes de notre religion/qui recommande le travail mais sait aussi le régler, et à côté de la loi qui le prescrit, sait placer la loi qui le modère par le repos dominical »³¹. En somme, c'est sous couvert d'une conscience morale où se mêlent principes physiologiques et prescriptions religieuses, que l'hygiène de la fin du XIX^e siècle invite à développer l'habitude de l'attention à soi. Portée par l'idéologie d'une Nation forte³², cette hygiène est morale parce qu'elle préserve l'avenir des sujets, leur santé et leur force. Osons dire qu'elle est porteuse de vertus dont les hommes de l'art se voulaient les prêcheurs.

Mise au service d'une grande ambition, la résistance au travail est le but de cette hygiène du corps et de l'esprit qu'on veut gardienne de l'activité et de la chaleur pour reculer l'engourdissement des membres par le froid et la vieillesse. Grâce à l'attention qu'elle porte au développement du potentiel humain, l'hygiène morale forge l'homme d'activité, l'individu capable de retarder l'instant où s'éteint le feu dont il tire sa force. Feu organique sans doute, feu de l'enthousiasme aussi. Transposée au monde laborieux, cette vision eugéniste et optimiste spécifie les conditions de la transmutation de l'homme de peine en manœuvre athlétique et du studieux en actif.

Or, l'hygiène sociale de la fin du XIX^e siècle fait aussi grand cas de la fatigue nerveuse dont on a vu les affres révélées par l'intempérance. Outre les causes déjà identifiées comme le goût du jeu et des plaisirs libertins et cel-

31. Docteur Descieux, *Leçons d'hygiène à l'usage des enfants des écoles primaires*, Paris, Librairie Paul Dupont, 1871, p. 74.

32. Remarquons avec Anne-Marie Thiesse, que les justifications hygiénistes participant à la légitimité des gymnastiques s'accompagnent d'un projet de mobilisation nationale. Anne-Marie Thiesse, *La création des identités nationales en Europe aux XVIII^e et XIX^e siècles*, Paris, Le Seuil, 1999.

les depuis longtemps connues comme le surmenage intellectuel ou les excès vénériens, les hommes en charge de la santé physique et morale de leurs concitoyens ont vu dans l'existence citadine l'origine du surmenage que les hommes imposaient à leurs nerfs. Pour décrire ce trouble, l'hygiène s'exprime encore par la polysémie qui nimbe le concept de moral.

LA FATIGUE NERVEUSE À LA FIN DU SIÈCLE : DE L'AGRESSION DES SENS AU TROUBLE DU MORAL

Le travail et l'excès d'excitations sensorielles

À la fin du XIX^e siècle, les spécialistes des maux nerveux révèlent une nouvelle forme de fatigue. Ainsi Charles Féré, médecin chef à l'hôpital Bicêtre, en visite dans les ateliers Lumière à Lyon s'étonne de l'agitation des ouvriers travaillant dans une salle éclairée de vitres rouges. Ils sont bruyants, gesticulent et chantent à tue-tête. Il y a à cela une conséquence morale : les hommes sont inconvenants avec les femmes. Tous sont très fatigués à la fin de la journée. À l'inverse, des vitres vertes n'ont pas cette influence. Une fatigue liée au pouvoir excito-moteur d'une stimulation sensorielle est alors identifiée.

L'importance de cette découverte mérite d'entrer dans les détails de sa formulation. Pour valider sa théorie Féré utilise l'ergographe dans une série de reprises dont il compare les résultats avec ou sans excitant. Grâce à cet appareil reproduisant les tracés d'un stylet relié au médius lorsque le doigt fléchit pour soulever un poids, Féré observe que la lumière rouge, excitante au début du travail, perd vite son effet et amène promptement la fatigue nerveuse constatée par la diminution du nombre des tracés. Il note aussi que les essences et les éthers composant les boissons alcooliques influencent l'activité motrice par l'excitation de l'odorat. Mais l'expérience l'enseigne, une excitation entraîne un effet déprimant. Chez le courtier en musc, l'excitation olfactive décuple un temps les forces, mais l'exaltation olfactive déprime le système nerveux. Autrement dit, l'hyperexcitabilité musculaire consécutive aux stimulations sensorielles s'accompagne d'une décharge des forces de l'innervation, d'une « hémorragie nerveuse, dit Féré, qui constitue chez l'ouvrier une hystérie expérimentale momentanée »³³. Certes l'homme surmené n'est pas un hystérique qui s'ignore, mais il en a la réaction nerveuse.

Suivant les représentations de l'époque, ce résultat est redevable à l'épuisement de la réserve d'énergie des cellules nerveuses dans la région motrice du cerveau, là où s'accumulent d'ordinaire comme dans un condensateur les réserves de fluide nerveux destinées à passer à l'état dynamique. Mais à la différence du véritable condensateur électrique, à l'heuristique inséparable des théories neurologiques, l'écroulement brutal des forces de l'innervation

33. Charles Féré, *Pathologie des émotions*, Paris, Alcan, 1892, p. 156-162.

livre la singularité de la fatigue par décharge de l'appareil nerveux. Un champ nouveau s'offre dorénavant aux investigations scientifiques, et à la fin du XIX^e siècle l'hypothèse de la catharsis nerveuse signe une hygiène du travail en devenir. Elle s'intéresse aux formes prises par les faiblesses du corps lorsque les conditions d'existence altèrent la capacité de résistance à l'agression des sens. Or durant le temps où les experts identifient les causes imposant au cerveau un travail au-dessus de ses forces, un objet d'hygiène apparaît qui jusque-là n'était pas pris en compte. Il s'agit des soins du neurasthénique. Voyons-y dénoncées les préoccupations morales qui font le lit de la maladie.

Syndrome neurasthénique et moral en souffrance

Dans les années 1890, le syndrome de la neurasthénie s'inscrit dans un contexte social dont nombre de médecins dénoncent les méfaits. Ils reçoivent des patients souffrant de maux de tête, de trouble du sommeil, de somnolence qui les laissent abattus. De là un diagnostic d'épuisement nerveux durable attribué à la rudesse de l'existence dans des mégapoles où l'individu, oppressé par les bruits et les mouvements de foule, subit la concurrence du monde des affaires. Ce tableau revisite le thème des affections morales que la physiologie rattache depuis longtemps aux passions de l'âme. Déjà, bien avant le repérage de la neurasthénie, les auteurs du début XIX^e siècle en identifient les symptômes. Dès 1821 Franck parle d'irritation spinale, Brachet de névro-spasme, Cerise de névrose prothéiforme, Monneret d'hyperesthésie générale et en 1860 Bouchut parle de nervosisme, terme qui fera date. De sorte qu'à l'époque où la révolution industrielle attire vers les villes les gens de la campagne, où les cités se peuplent, et alors que les ouvriers s'entassent dans des habitations où sévit le choléra³⁴, ce n'est pas à l'insalubrité générale qu'on impute l'altération de la santé des classes aisées, mais à l'influence pathogène des conditions morales de la vie urbaine, soit à un mal identifié en 1868 par le médecin New-Yorkais George Beard.

Dans ses premières communications, Beard rend compte de patients au système nerveux incapable de régénérer la force dont il use pour résister aux agressions de l'environnement. Albert Mathieu, exégète de Beard, rapporte le témoignage d'un commerçant qui travaille dix heures par jour. « Pendant la nuit, dit-il, les affaires de la journée me trottent dans la tête de telle sorte que ce n'est guère que le matin que je puis trouver du repos. En me le levant, je suis éreinté »³⁵. Au surmenage s'ajoutent les joies et les tortures de l'amour, l'excès de travail intellectuel, mais surtout, « la lutte dictée par les ambitions »³⁶. Par son étiologie, la neurasthénie identifiée à une névrose, terme équivalant ici à maladie des nerfs, suggère un combat pour la survie psychique et se dis-

34. Ange-Pierre Leca, *Et le choléra s'abattit sur Paris*, Paris, Albin Michel, 1982.

35. Albert Mathieu, *Neurasthénie et épuisement nerveux*, Paris, Rueff, 1894, p. 20.

36. George Beard, *La neurasthénie sexuelle, hygiène, cause, symptômes et traitement*, Paris, Société d'édition scientifique, 1895, p. 37.

tingue par les troubles subjectifs dont l'asthénie neuromusculaire ou débilité motrice, parut être la plus parfaite illustration.

Représentatifs du trouble porté à l'organisation nerveuse, les neurasthéniques sont des parangons de fatigue parce que, soutient Adrien Proust, (père de Marcel, le célèbre écrivain), leur réserve d'énergie neuromotrice est pour ainsi dire nulle. Leur cerveau, loin d'accumuler de l'énergie nerveuse, en consomme et s'en vide. Voyons ici décrit ce qu'au milieu du XX^e siècle, les psychologues appelleront le stress des managers³⁷ après que la physiologie et l'hygiène eurent développé une vision de la machine humaine soumise aux contraintes de son environnement. À ce titre, Proust, relève « l'inquiétude et l'anxiété dans laquelle le labeur a été accompli, ce sont les préoccupations morales qui l'ont précédé, accompagné ou suivi »³⁸. La mauvaise santé ne vient pas ici d'une morale en errance, du manque d'éthique religieuse ou professionnelle, mais d'un moral perturbé, d'un état psychique affaibli. Dès lors, les remèdes sont moins affaire de rédemption que de sage retour vers l'attention à soi.

Médecines et réfection morale

À la fin du XIX^e siècle, la neurasthénie n'est guère reconnue chez l'ouvrier. Car outre les réfections nutritives et l'exigence de tempérance, la propreté corporelle et vestimentaire résumant l'hygiène privée réduite en ce cas au seul aspect du visible. Un vêtement sans tâche désigne une famille saine, car ce que les élites entendent par hygiène quand il s'agit du peuple, vise surtout l'apparence³⁹. Si l'on ajoute que les ouvriers, piètres gestionnaires, doivent prévoir chômage et maladie, convenons que la malnutrition dépendante d'un budget basé sur le court terme soit une urgence de santé publique et que la médecine des pauvres dans une ambiance caritative verse peu, en ce cas, dans les troubles de l'âme.

Ainsi, tandis que l'hygiène sociale œuvre à désentasser les corps dans les espaces collectifs, et alors que le thème de la villégiature et de la climatologie investissent la littérature médicale, à la fin du XIX^e siècle les cures en altitude restent l'apanage des seules classes sociales dont les revenus garantissent l'accès aux soins. Agir sur le moral, c'est alors exposer les patients au soleil, un sous-vêtement préservant leur pudeur, pour que la peau endurcie fasse écran à l'excitation pathogène des centres nerveux psychiques. La cure, à mille mètres d'altitude, procure d'autres bénéfices. Après les premiers jours d'acclimatement, d'agréables excursions ont pour tâche de changer les idées. Rempart dressé contre les effets pervers de la modernité, la cure contreba-

37. Pour une approche épistémologique de la fatigue on pourra voir Gérard Seignan, « Du manque de ressort au manque d'énergie, la fatigue nerveuse ou l'itinéraire d'un concept du XVIII^e au XIX^e siècle », *Bulletin d'histoire et d'épistémologie de sciences de la vie*, Paris, Kimé, 2009, p. 141-163.

38. Adrien Proust, *Hygiène du neurasthénique*, Paris, Masson, 1897, p. 24.

39. Alain Corbin, « Couilisses », *loc. cit.*, p. 444.

lance l'incidence somatique des remords, de la jalousie, de l'envie et de l'avarice, des chagrins ou des revers de fortune. Toutes ces impressions morales qui, répercutées sur les sens, amènent le nervosisme et génèrent la maladie du siècle. « C'est la maladie des ambitieux, une des formes de la fièvre des esprits modernes entraînés par la soif du gain et le désir des jouissances matérielles »⁴⁰. Antagoniste des turpitudes, la vie en plein air faite d'un savant dosage de douces stimulations et d'ambiance paisible, modifie les perceptions sensorielles. Par ce biais, les soins revisitent le romantisme classique façonné par le Second Empire. Car la cure dont sont exclues les conditions sociales du travail nerveusement épuisant, impose une forme nouvelle de l'attention à soi. Il y est moins question d'aller prendre les eaux que d'envisager une déclinaison nouvelle du thème de la villégiature. Ici, l'hygiène atténue l'incidence du moral sur l'économie physique et demeure attentive au lien noué entre la vie organique, la vie sociale et l'activité mentale. Soucieux du sort que le surmené réserve à ses nerfs, les médecins combattent ce qu'en 1877 le docteur Paul Simon appelle une maladie de la civilisation, maladie dont la science médicale disserte alors à foison en inférant la cause aux errements nerveux, stigmatisant ainsi la peur de voir s'éteindre quelque force intime que la prophylaxie tente de préserver.

Une thérapeutique de la récréation

À la fin du XIX^e siècle, quand l'analogie du cerveau et de l'accumulateur permet de penser les relations de l'homme et de son environnement, quand la décharge nerveuse sert de modèle à la pensée médicale, une douce police des corps se dessine. Exprimée dans l'opportunité de prescrire exercice ou repos pour vaincre le surmenage, elle favorise la marche, la chasse ou la bicyclette. Soit autant de prétextes à d'agréables moments ajoutant au travail musculaire la volupté de la course rapide et du déplacement. Dans cette thérapeutique de la récréation, l'attention à soi déclinée sur le thème de la bonne humeur, dissipe les idées moroses.

Aux cas graves, on prescrit la séquestration médicale. Ainsi les anorexiques, symptomatiques de la neurasthénie féminine, sont-elles cloîtrées dans leur chambre, isolées, au repos absolu, pour que les soins oscillent entre sédation nerveuse et rédemption morale. Les patientes, comme punies d'avoir négligé les formes minimales de l'attention à soi (vivre sans excès, se nourrir), ne doivent leur salut qu'à l'apaisement des sens.

Aux patients directement réceptifs aux réfections morales, les médecins prescrivent des soins déclinant à nouveau le thème de la villégiature. Car si le séjour à la campagne paraît heureusement modifier les idées morbides et apaiser les nerfs, s'embarquer pour un pays lointain, courir de ville en ville, changer de genre de vie, n'est pas un moyen louable pour apaiser les

40. Émile Bouchut, *Du nervosisme aiguë et chronique*, Paris, Baillière, 1877, p. 31.

sens, avertit le docteur Bouveret. La thérapie du nervosisme, indissociable d'un relatif isolement et d'un séjour dans des pays riants, mise donc sur une version apaisée du tourisme. D'où l'intérêt des thérapeutes pour les lieux de silence voire de solitude, favorables à la contemplation des aurores ou des soleils couchants. S'y créent de douces sensations aisément accessibles à deux pas de chez soi, prédisposant au bien-être et à la sédation nerveuse. On voit ici comment le médecin, en passant par le corps, eut comme grande ambition de soigner le psychisme.

Du corps au psychisme : la libération des tensions

Ces préventions échouent-elles? Le médecin galvanise le patient pour que l'électrothérapie laisse les centres nerveux inactifs tout en entretenant le bon fonctionnement des muscles, méthode accompagnée de douches froides pour que la tonicité en soit la conséquence. Mais si ces douches doivent leur vertu aux effets combinés de la stimulation du froid et des percussions de l'eau sur la peau, la force du traitement interdit de l'appliquer aux sujets trop vivement impressionnés par le froid. Ainsi les médecins, à l'instar de Fleury exégète de Priessnitz pionnier de l'hydrothérapie, interdisent les douches froides administrées en pluie aux sujets très nerveux. «Elles augmentent l'irritabilité nerveuse, et je les ai vues, dit Fleury, provoquer des attaques d'hystérie»⁴¹. Dès lors ne nous étonnons pas que l'antienne de la vaporeuse réapparue sous les traits de la bourgeoise énervée, fasse croire à l'efficacité d'un procédé sédatif des organes de la sensibilité, mais à condition que la douche soit chaude! Car seule compatible avec le tempérament féminin, la douche ne modère l'excitabilité réflexe du système cérébro-spinal qu'administrée entre trente-trois et trente-six degrés. On comprend alors la prescription du massage pourvu que, sans excès de douceur ni sans excès de force, il crée d'agréables sensations.

On le voit, à l'époque où par ailleurs les travaux répétitifs et requérant de la vigilance alertent les hygiénistes sur l'excès des fonctions nerveuses, l'hygiène du neurasthénique a pour tâche d'alléger le poids de la tension psychique par le biais de la sédation physique.

Une telle image, ici en formation, aura son apogée au XX^e siècle quand l'hygiène sociale prendra en charge une affection qu'elle résoudra d'appeler le stress. On ne comptera plus alors les ouvrages vantant les méthodes destinées à sortir du cercle vicieux de l'affection nerveuse. Sans doute, à ce moment, une nouvelle moralisation des conduites prendra-t-elle corps. Elle dessinera une facette de l'attention à soi déclinée en des pratiques corporelles faisant écho aux gymnastiques douces. Celles-ci, présentées comme autant de sédatifs de la tension nerveuse aideront le stressé à porter un regard apaisé sur son corps, à lui redonner en somme, le moral.

41. Léon Fleury, *Traité d'hydrothérapie thérapeutique et clinique*, Paris, Asselin, 1866, p. 156.

*

Au cours du XIX^e siècle marqué par les révolutions sociales et scientifiques, l'hygiène prend en charge le souci du corps au nom de préceptes énoncés par la science du vivant et d'une morale correctrice des errements nerveux. L'intempérance dénoncée pour son influence délétère sur le système nerveux stigmatise la décharge nerveuse. Or quand au milieu du siècle la physiologie dicte les règles de la conservation des forces corporelles, la moralisation du travail invite à prendre soin d'un corps dont l'énergie dépend autant des conversions caloriques que de la dépense régulée de la puissance nerveuse. Il faudra attendre la fin du siècle pour que le modèle de la neurasthénie renforce l'hypothèse de la décharge nerveuse. Alors quand la maladie permet de décrire le corps social par la souffrance des personnes incapables de supporter le poids d'un milieu nerveusement épuisant, ce n'est plus au seul rendement des muscles et à la moralisation des conduites que l'hygiène s'intéresse, mais aux troubles de l'âme, à un mal vivre auquel l'homme de l'art tente de remédier en soignant le système nerveux. Persiste ainsi une vieille espérance tant de fois revendiquée au temps où les vaporeux, hystériques ou hypocondriaques, gens du monde, courtisans, intrigants et envieux, permettent d'expliquer la fatigue nerveuse. De là une hygiène porteuse de l'espoir de voir un jour guérie ce que plus tard on appellera la maladie de la civilisation.

*Gérard Seignan est docteur en Sciences et techniques des activités physiques
et sportives de l'Université de Bordeaux 2
(LACES - Laboratoire cultures, éducation, sociétés, EA 4140)*

