

LE SOMMEIL DANS LES TRAITÉS DE THÉOLOGIE
PRATIQUE DES PURITAINS ANGLAIS DU XVII^e SIÈCLE

L'historiographie n'offre pas de strict consensus sur la définition du terme «puritain». L'ecclésiologie, la politique et la piété pratique constituent les critères centraux permettant d'appréhender une identité puritaine dont les manifestations varient selon les contextes religieux et politiques changeant de l'Angleterre des Tudor (1485-1603), des Stuart (1603-1649), de l'Interregnum (1649-1660) et des Stuart restaurés (1660-1714)¹. Notre étude met principalement en lumière la caractéristique de la piété puisque les conceptions et habitudes du sommeil sont des sujets éminemment pratiques et que la théologie puritaine se définit comme étant théorético-pratique avec une emphase fondamentale sur la pratique: «theologia est doctrina Deo vivendi»². Ce sont les réformés calvinistes qui ont pour caractéristique la théologie ascétique que Max Weber situe parmi les racines de l'éthique du travail du «capitalisme rationnel» moderne. Plus particulièrement, Weber y

1. J. Coffey et P. C. H. Lim, «Introduction», in *The Cambridge Companion to Puritanism*, éd. J. Coffey et P. C. H. Lim, Cambridge 2008, 1-15; J. Spurr, *English Puritanism 1603-1689*, New York 1998, 49-152; R. J. Pederson, *Unity in Diversity. English Puritans and the Puritan Reformation, 1603-1689*, Leiden 2014, 284-316. Cf. A. Milton, *England's Second Reformation: The Battle for the Church of England, 1625-1662*, Cambridge 2021.

2. W. Ames, *Medulla Theologica*, Amsterdam 1628, 1. Baxter va jusqu'à concevoir la théologie comme purement pratique: «theologia [est] scientia-affectiva-practica». R. Baxter, *Methodus Theologiae Christianae*, Londres 1681, 3; W. Perkins, *Armilla aurea*, Bâle 1596, 5; E. Leigh, *A Systeme or Body of Divinity*, London 1654, I.I.II; R. A. Muller, *Post-Reformation Reformed Dogmatics. The Rise and Development of Reformed Orthodoxy, ca. 1520 to ca. 1725*, vol. 1, Grand Rapids 2003, 349-53.

voit son apogée parmi les puritains anglais du XVII^e siècle³ qui, selon le théologien calviniste Gisbertus Voetius (1589-1676) – figure de proue du mouvement précisianiste néerlandais, analogue au puritanisme anglais –, sont les plus grands pratiquants de la théologie ascétique⁴. Cette ascèse leur est si caractéristique que «puritain» est devenu synonyme d'un rapport négatif au corps, au point que l'helléniste Eric R. Dodds (1893-1979) peut anachroniquement qualifier de «puritains» les rapports négatifs au corps des orphiques, des pythagoriciens et des platoniciens⁵.

Notre lecture des théologiens pratiques puritains (*Practical Divines*) propose une interprétation plus nuancée de leur rapport au corps, notamment dans le contexte du sommeil. L'objectif de cet article est de mettre en lumière les discours de médecine pré-servative à propos du sommeil dans leur expression théologique. Le sommeil physiologique occupe, dans les traités de théologie pratique des puritains anglais du XVII^e siècle, une place sous-estimée⁶. Intrinsèquement lié aux soucis de la conscience individuelle et sociale, de la santé et de l'oisiveté, du temps et du travail, le sommeil est sujet de réflexions théologiques et de conseils pratiques pointilleux, notamment quant à la motivation pour modérer le sommeil, ainsi qu'à la durée de ce dernier.

L'articulation du sommeil physiologique au sein de cette ascèse puritaine n'a reçu que peu d'attention pour la période allant de la fin du XVI^e siècle à la fin du XVII^e siècle. L'historienne anglaise Sasha Handley aborde le sommeil des Anglais – sans se focaliser sur une communauté religieuse particulière – surtout dans ses aspects matériels, médicaux et dévotionnels et

3. M. Weber, *L'éthique protestante et l'esprit du capitalisme*, trad. I. Kalinowski, Paris 2002, 8-9, 251-304 (éd. originale allemande 1904-1905); S. Strehle, «The Sacred Roots of Capitalism: A Theological Analysis of Weber's Famous Thesis», *Theologische Zeitschrift*, 65 (2009), 179-80, 188; E. Troeltsch, *Protestantisme et modernité*, trad. M. B. de Launay, Paris 1991, 93.

4. G. Voetius, *De Theologia practica*, in *Selectarum disputationum theologicarum. Pars tertia*, Utrecht 1659, 10.

5. E. R. Dodds, *The Greeks and the Irrational*, Berkley 1973, 139, 149, 152-56, 212-13.

6. Nous ne traiterons que des traités, bien que les échanges épistolaires aient été une voie importante de communication de conseils ascétiques: *Contexts of Conscience in Early Modern Europe 1500-1700*, éd. H. Braun et E. Vallance, New York 2004, xiii.

s'intéresse à la fin du XVI^e siècle ainsi qu'au XVIII^e siècle. Son objectif est de dégager les pratiques engendrées par les discours de médecine préservative produits par les médecins⁷. La majeure partie des sources de Handley concerne l'histoire matérielle du sommeil. Notre étude, quant à elle, s'inscrit davantage dans le champ de l'histoire des idées relatives au sommeil, ainsi qu'à leur communication.

Afin de comprendre les conceptions et pratiques du sommeil⁸ dans les communautés puritaines, il est premièrement nécessaire d'appréhender la nature des textes qui véhiculent des conseils sur le sommeil en les situant dans la lignée de la pensée casuistique réformée anglaise de la fin du XVI^e siècle et du début du XVII^e siècle. En raison du fait que la théologie pratique est la prérogative des pasteurs, cette recherche propose l'analyse d'un corpus de textes monochromatiques de par leurs auteurs : à quelques exceptions près, tous sont des théologiens anglais, formés à Cambridge ou Oxford, pasteurs dans un milieu urbain – le plus souvent à Londres –, actifs entre 1590 et 1680, de doctrine calviniste, et tous témoignent de sensibilités typiquement puritaines. Pour accompagner son analyse, le contenu de ce corpus est considéré à la lumière des régimes de santé – un genre de vulgarisation médicale florissant dans l'Angleterre des XVI^e et XVII^e siècles⁹ –, duquel il diverge notamment en ce qui concerne les motivations pour tempérer le sommeil, ainsi que la pratique de cette ascèse.

La casuistique, la conscience et la nature des textes

La Réforme met fin au système pénitentiel de l'Église romaine en Angleterre. Cependant, les Églises élisabéthaine et

7. S. Handley, *Sleep in Early Modern England*, New Haven 2016, 2-16, 69-107; Eadem, «Sleep-Piety and Healthy Sleep in Early Modern English Households», in *Conserving Health in Early Modern Culture. Bodies and Environments in Italy and England*, éd. S. Cavallo et T. Storey, Manchester 2017, 185-209.

8. Voir la notion de «sleep-piety» in Handley, *Sleep in Early Modern England*, 69-70.

9. S. Cavallo et T. Storey, «Regimens, Authors and Readers: Italy and England Compared», in *Conserving Health in Early Modern Culture*, 25-31; Handley, *Sleep in Early Modern England*, 21-22.

caroline n'adoptent pas une discipline ecclésiastique semblable à celle de Genève, à laquelle les puritains aspirent¹⁰. Certes, le manuel liturgique anglican (*Booke of Common Prayer*) évoque la responsabilité du ministre de panser les consciences troublées de ses paroissiens¹¹, mais la concrétisation de ceci se voit davantage réalisée dans les communautés puritaines insatisfaites du modèle anglican. En effet, comme le remarque l'historien Philip Benedict, les nouvelles techniques d'enseignement et d'encouragement au comportement droit offrent une alternative aux incitations d'un consistoire espéré mais jamais institué¹². À la fin du XVI^e siècle, les communautés puritaines anglaises réussissent à instaurer brièvement des classes (*classis*) – réunions régionales régulières de pasteurs – qui incarnent un dispositif de gestion des questions relatives à la piété ordinaire que les fidèles posent à leurs pasteurs. Si les classes ne parviennent pas à résoudre les cas qui leur sont présentés, ces derniers sont envoyés aux théologiens de Cambridge pour être résolus; les réponses proposées sont ensuite intégrées aux sermons¹³.

La casuistique puritaine académique voit le jour dans l'enseignement du professeur de théologie et prédicateur de l'université de Cambridge, William Perkins (1558-1602)¹⁴. Selon lui, la résolution des cas de conscience troublée se situe à la tête des priorités du chrétien car «celui qui n'a pas bonne conscience ne peut que pécher; son manger et son boire, son sommeil et sa veille, et tout ce qu'il fait, tout vire au péché; la conscience doit

10. K. Clifford, *Casuistical Divinity in English Puritanism during the Seventeenth Century: Its Origins, Development and Significance*, PhD dissertation, London 1957, 1-3. Cf. Milton, *England's Second Reformation*, 12-33.

11. *The Booke of Common Prayer, and Administration of the Sacraments, and Other Rites and Ceremonies in the Church of England*, London 1581, [104r].

12. P. Benedict, *Christ's Churches Purely Reformed: A Social History of Calvinism*, Yale 2002, 318. Cf. M. MacDonald, *Mystical Bedlam. Madness, Anxiety, and Healing in Seventeenth-Century England*, Cambridge 1981, 217-19.

13. R. G. Usher, *The Presbyterian Movement in the Reign of Queen Elizabeth as Illustrated by the Minute Book of the Dedham Classis 1582-1589*, London 1905, xvii-xxvii, 50.

14. Cf. G. Mosse, «William Perkins: Founder of Puritan Casuistry», *Salmagundi*, 29 (1975), 95-110. Voetius le nomme «Homère des théologiens pratiques anglais» en raison de sa vaste influence: Voetius, *De Theologia practica*, 10.

d'abord être bonne avant que l'action puisse être bonne»¹⁵. Ainsi, l'enseignement de Perkins vise «l'apaisement et la rectification» de la conscience, et met l'accent sur la conduite et la responsabilité individuelles dans le contexte de la vie quotidienne¹⁶.

Bien que Perkins ne dédie pas de traité spécifiquement au sommeil, sa pensée et celle des casuistes puritains au sujet du corps et de la santé posent les jalons pour les développements subséquents d'une théologie pratique puritaine aux ambitions englobantes¹⁷. Les raisonnements se basent sur des principes moraux, tirés des Écritures, qui peuvent ensuite être appliqués aux cas particuliers. Par exemple, s'appuyant sur une compréhension du sixième commandement comme s'appliquant autant à soi-même qu'à son voisin, le chrétien doit intentionnellement éviter la perte de santé, afin de servir l'Église, le bien commun et sa famille¹⁸. Ainsi, le lecteur du *Discourse of Conscience* (1596) de Perkins, en considérant sa responsabilité quant à ses actions et ses devoirs envers tous ses «voisins», est invité à devenir son propre casuiste¹⁹.

15. W. Perkins, *A Discourse of Conscience: Wherein Is Set Downe the Nature, Properties, and Differences Thereof: As Also the Way to Get and Keepe Good Conscience*, Cambridge 1596, 4, 14, 164-65. Sauf indication contraire, toutes les traductions en français sont les miennes. Voir aussi W. Perkins, *A Case of Conscience, the Greatest Taht [sic] Ever Was. How a Man May Know, Whether He Be a Childe of God or No. Resolved by the Word of God*, Edinburgh 1592, 18.

16. N. Gevitz, «Practical Divinity and Medical Ethics: Lawful Versus Unlawful Medicine in the Writings of William Perkins (1558-1602)», *Journal of the History of Medicine and Allied Sciences*, 68.2 (2013), 199. Dans toutes ces réflexions sur la conscience, l'enjeu n'est pas l'estime que l'individu a de lui-même – le terme *self-esteem* n'apparaît jamais dans les textes –, mais bien l'estime qu'il a de Dieu. L'obéissance à la Loi divine et la soumission de toutes les sphères de la vie à celle-ci n'ont pas de valeur proprement salutaire, mais incarnent plutôt une œuvre de reconnaissance – signe de l'élection parmi d'autres – glorifiant Dieu: W. Ames, *De conscientia, et ejus jure, vel casibus, libri quinque*, Amsterdam 1631, 134; Perkins, *A Discourse*, 109-12; Clifford, *Casuistical Divinity*, 73, 118.

17. Comme le remarque l'historien de la médecine Norman Gevitz, l'intérêt des textes de Perkins n'est pas tant dans ses propos médicaux, mais plutôt dans ses raisonnements moraux au sujet de la santé: Gevitz, «Practical Divinity», 225.

18. Gevitz, «Practical Divinity», 204. De manière générale, la conscience de sa propre santé est témoin de noblesse morale: Cavallo et Storey, «Regimens §», 38.

19. Perkins, *A Discourse*, 156-61; Perkins, *A Case*, 24-25; W. Whately, *A Pithie, Short, and Methodical Opening of the Ten Commandements*, London

Un autre principe important est celui de l'abstention en cas de doute, car «ce qui est fait avec une conscience troublée est un péché»²⁰. William Ames (1576-1633), un étudiant de Perkins, précise que si l'on ne parvient pas à déterminer si une action est permise (*licita* / *lawfull*) ou non (*illicita* / *unlawfull*), et qu'aucune issue ne semble sûre, l'abstention est la chose la plus adéquate, puisque celui qui s'abstient ne pèche pas²¹. À travers ce raisonnement, des auteurs tels que Richard Baxter (1615-1691) – qui se convertit à la foi puritaine en lisant les œuvres pratiques de Perkins²² –, s'efforcent d'éliminer le doute concernant une action, en listant toutes les manières par lesquelles une action peut être pécheresse, puis en énumérant des «directions» pour faire en sorte qu'elle ne le soit pas²³. Le principe d'abstention mène ainsi Baxter à considérer une longue veille (*long watching*) comme un moindre péché en comparaison à un sommeil volontairement prolongé au-delà des bornes de la tempérance: en effet, «le Christ excuse partiellement ses disciples, disant que l'esprit est bien disposé, mais que la chair est faible (Mt 26.41)», écrit Baxter²⁴.

Dès les années 1630, plusieurs théologiens pratiques anglais expriment le désir qu'une somme de théologie pratique voie le jour. Ce projet collectif n'aboutit pas, mais selon leur correspondance, il aurait inclu une partie dédiée à la sobriété corporelle, dont le sommeil est une composante²⁵. L'ouvrage de George

1622, 141-43; R. Baxter, *A Christian Directory*, London, 1673, part 4, ch. XXXIV; M. L. Brown, «The Politics of Conscience in Reformation England», *Renaissance and Reformation*, 15.2 (1991), 110. Notons que les régimes de santé ont semblablement pour objectif d'outiller les laïcs en leur enseignant les principes de la médecine pour qu'ils puissent maintenir leur santé: Cavallo et Storey, «Regimens», 33-34.

20. Perkins, *A Discourse*, 79.

21. Ames, *De conscientia*, 136; Baxter, *A Christian Directory*, part 1, 405, 448.

22. M. Sylvester, *Reliquiae Baxterianae*..., London 1696, 4.

23. Baxter, *A Christian Directory*, part 1, 404-6. Cf. I. Green, «Varieties of Domestic Devotion in Early Modern English Protestantism», in *Private and Domestic Devotion in Early Modern Britain*, éd. J. Martin et A. Ryrie, Farnham 2012, 26.

24. Baxter, *A Christian Directory*, part 1, 404.

25. J. Dury, *An Earnest Plea for a Gospel-Communion in the Way of Godliness, Which Is Sued for by the Protestant Churches of Germanie, Unto the Churches of Great Brittain and Ireland: In a Letter Written by Them to These, Which Was Sent Hither to That Effect*, London 1654, 34, 81-83; Clifford, *Casuistical Divinity*, 30-33.

Swinnock (1627-1673), *The Christian-Man's Calling: Or, a Treatise of Making Religion Ones Business: Wherein the Nature and Necessity of It Is Discovered: As Also the Christian Directed How He May Perform It in Religious Duties, Natural Actions, His Particular Vocation, His Family Directions, and His Own Recreations* (1662) et celui de Baxter, *A Christian Directory, or, a Summ of Practical Theologie and Cases of Conscience Directing Christians How to Use Their Knowledge and Faith, How to Improve All Helps and Means, and to Perform All Duties, How to Overcome Temptations, and to Escape or Mortifie Every Sin* (1673) – que Weber nomme à juste titre «le manuel le plus complet de la théologie morale puritaine»²⁶ – se rapprochent toutefois de cette ambition d'exhaustivité. S'ils répondent au désir des générations précédentes de théologiens pratiques, il est nécessaire de relever que ces auteurs se situent également dans un contexte «d'intensification des pratiques domestiques dévotionnelles» engendrée par la fragmentation de l'unité confessionnelle anglaise qui suit la Restauration des Stuart (1660)²⁷. De par leur nature systématique et pratique, les textes de ces auteurs – que nous proposons d'appeler des «régimes de santé spirituelle» – intègrent le contenu et la structure des régimes de santé produits par les médecins, proposant ainsi une version spiritualisée de ceux-ci²⁸. En effet, nous trouvons chez Swinnock et Baxter des chapitres dédiés au labeur et au repos, à la nourriture et à la boisson, au sommeil, aux affections de l'âme, ainsi qu'aux rapports conjugaux, faisant écho aux six choses non-naturelles de la médecine galénique, de même

26. Weber, *L'éthique protestante*, 252.

27. Handley, «Sleep-Piety and Healthy Sleep in Early Modern English Households», 203-4; Handley, *Sleep in Early Modern England*, 70.

28. Nous suivons la définition suivante des régimes de santé: «Regimens [are] a discreet form of medical advice literature whose goal is the popularisation of expert recommendations about how to preserve health in everyday life through the correct management of one's lifestyle and, more precisely, of the spheres of activity that medical theory defined as the six Non-Naturals»: Cavallo et Storey, «Regimens», 24. Si MacDonald parle de «médecine spirituelle» (*spiritual physic*) pour désigner la casuistique puritaine, il limite ce terme à la cure des souffrances psychologiques: MacDonald, *Mystical Bedlam*, 218-31.

qu'aux cinq éléments à modérer de la santé hippocratique que préconise, par exemple, le médecin Thomas Cogan (1546-1607)²⁹.

La casuistique devient alors une composante centrale de la formation puis de la pratique des pasteurs puritains³⁰. Bien que les sermons prêchés par les casuistes permettent, à travers l'imprimerie, de venir en aide aux ministres³¹, les destinataires principaux de ces sermons réorganisés en traités de théologie pratique sont les paroissiens³². William Gouge (1575-1653), un étudiant de Perkins, vise explicitement les pères et mères de famille, à qui incombe la responsabilité de transformer leurs foyers en des «séminaires» profitables à l'Église ainsi qu'à la société (*Commonwealth*)³³. Raffinés et retravaillés, ces traités sont certainement plus détaillés que les sermons desquels ils sont issus³⁴. Ces textes sont également les fruits de plusieurs décennies de pastorat: Swinnock prêche depuis 1651 et publie *The Christian Man's Calling* en 1672, Baxter depuis 1638 et son *Christian Directory* paraît en 1673³⁵. De plus, dans le cas de Baxter, le remaniement est tel que l'œuvre devient un manuel in-folio de

29. T. Cogan, *The Haven of Health Chiefly Gathered for the Comfort of Students, and Consequently of All Those That Have a Care of Their Health, Amplified Upon Five Words of Hippocrates, Written Epid. 6. Labor, Cibus, Potio, Somnus, Venus*, London 1636.

30. J. Owen, *The True Nature of a Gospel Church and its Government* (1689), in *The Works of John Owen*, vol. 20, éd. T. Russell, London 1826, 447-49; Clifford, *Casuistical Divinity*, 25-27, 30.

31. R. Rogers, *Seven Treatises, Containing Such Direction as Is Gathered Out of the Holie Scriptures, Leading and Guiding to True Happines, Both in This Life, and in the Life to Come: And May Be Called the Practise of Christianitie*, London 1603, 571.

32. Baxter, *A Christian Directory*, part 1, [3r-3v]. Cette ouverture au lectorat laïc distingue les textes puritains de leurs analogues catholiques romains: Braun, Vallance, *Contexts of Conscience*, xiii-xiv.

33. W. Gouge, *Of Domesticall Duties*, London 1622, I-VI; Baxter, *A Christian Directory*, part 1, [3r-3v]. Cf. Cavallo et Storey, «Regimens», 38; C. Hill, *Society and Puritanism in Pre-Revolutionary England*, London 1964, 443-81.

34. Cf. A. Hunt, «Recovering Speech Acts», in *The Ashgate Research Companion to Popular Culture in Early Modern England*, éd. A. Hadfield, M. Dimmock et A. Shinn, Farnham 2014, 17-18.

35. E. I. Carlyle et S. Wright, «Swinnock, George», in *Oxford Dictionary of National Biography*, vol. 53, éd. B. Harrison et H. C. G. Matthew, Oxford 2004, 508-9; N. H. Keeble, «Baxter, Richard», in *Ibid.*, vol. 4, 418-33.

1143 pages, traitant de toutes les sphères de la vie et destiné à une consultation ponctuelle selon le besoin.

Qui sont ces paroissiens auxquels ces traités s'adressent? Les idées réformatrices ont un succès prononcé dans les grandes villes, notamment à Londres, point de pivot central entre l'Angleterre et les réseaux commerciaux intra- et extra-européens où, dès le début du XVII^e siècle, les corporations commerciales urbaines sont sous domination puritaine³⁶. L'historien chrétien socialiste R. H. Tawney identifie, dans les «*industrial and commercial classes*», une proportion considérable de puritains³⁷ et, selon l'historien marxiste Christopher Hill, le puritanisme est attractif pour les milieux marchands, pour qui la pratique d'une frugalité industrielle peut «*avoir de l'influence sur la prospérité ou l'échec*»³⁸. Bien que l'historiographie récente offre un regard plus nuancé quant à la catégorisation sociale des puritains³⁹, les textes sur lesquels cette étude s'appuie prêchent tous une frugalité industrielle qui renforce en partie la thèse de Tawney et de Weber⁴⁰.

Outre ces considérations historiographiques, les textes de théologie pratique témoignent eux-mêmes du milieu social de leurs destinataires. Dans son traité des devoirs domestiques, William Gouge aborde la question de l'allaitement et combat méticuleusement la mise en nourrice. Il évoque notamment les pères qui, désirant un sommeil sans interruption, poussent – à tort – les mères à mettre leurs nouveau-nés en nourrice⁴¹. Que Gouge prêche et écrive à ce propos témoigne du niveau social de sa congrégation car l'emploi d'une nourrice dans l'Angleterre

36. V. Harding, «*Reformation and Culture 1540-1700*», in *The Cambridge Urban History of Britain. Volume II: 1540-1840*, éd. P. Clark, Cambridge 2000, 268-75; J. Boulton, «*London 1540-1700*», in *Ibid.*, 337-44; Strehle, «*The Sacred Roots*», 177.

37. R. H. Tawney, *Religion and the Rise of Capitalism*, New York 2015, 111-12, 117-21, 129-39, 201-6.

38. Hill, *Society and Puritanism*, 134. Pour un exemple synthétique de l'idéal de frugalité puritaine, voir le chapitre «*De Parsimonia, et frugalitate*» in Ames, *De conscientia*, 396.

39. J. Coffey, «*Puritan Legacies*», in *The Cambridge Companion to Puritanism*, Cambridge 2008, 327-45.

40. Tawney, *Religion*, xi-xiii, 22; Strehle, «*The Sacred Roots*», 190.

41. Gouge, *Of Domesticall Duties*, 515-16.

du premier quart du XVII^e siècle n'est qu'à la portée des familles aisées (marchands, avocats, médecins, clercs et nobles)⁴². Gouge, Swinnock et Baxter traitent également des devoirs réciproques des maîtres et des serviteurs⁴³. Baxter affirme que, de par la nécessité de leur condition, les pauvres ne sont souvent pas concernés par le péché du sommeil excessif et que ses nombreux conseils s'adressent particulièrement aux riches⁴⁴. De manière plus explicite, les textes de théologie pratique puritaine regorgent de métaphores et d'illustrations relatives au milieu marchand. Swinnock compare à plusieurs reprises l'homme pieux (*the godly man*) au sage marchand londonien, en mettant en parallèle la disposition industrielle de l'un et de l'autre dans leurs vocations (*calling, trade, business*)⁴⁵. La comparaison n'a pas pour objet de mettre en opposition la vocation générale de tout chrétien à œuvrer pour le Royaume céleste – qui elle-même est pareillement appelée «business» – avec la vocation commerciale⁴⁶. Il s'agit plutôt de les unir et d'exhorter le lecteur – et avant lui l'auditeur du sermon – à faire preuve d'autant de zèle dans sa vocation céleste que dans sa vocation terrestre: «son magasin, aussi bien que sa chapelle, est une terre sainte»⁴⁷. Voici «cette valorisation de la vie intramondaine comme mission» que Weber observe en particulier dans le Puritanisme, et qui fait du «métier temporel [un] véritable champ d'action de la moralité»⁴⁸.

42. D. McLaren, «Marital Fertility and Lactation 1570-1720», in *Women in English Society 1500-1800*, éd. M. Prior, London 1985, 26-33; V. Fildes, *Wet Nursing. A History from Antiquity to the Present*, Oxford 1988, 79.

43. Gouge, *Of Domesticall Duties*, 589-693; G. Swinnock, *The Christian Man's Calling*, Part 2, Edinburgh, 1868, vol. 2, 3-45; Baxter, *A Christian Directory*, part 2, 40-47, 203-29; part 1, 406.

44. Baxter, *A Christian Directory*, part 1, 289.

45. Swinnock, *The Christian Man's Calling*, Part 1, vol. 1, 30, 33, 41-42, 45, 59-61; Part 2, vol. 2, 374-75, 379; Part 3, vol. 2, 504, 507. Baxter offre également de copieuses directions aux acteurs du monde commercial dans la quatrième partie de son *Christian Directory*, intitulée «Christian Politicks, (or Duties to our Rulers and Neighbours)».

46. «The intent of [this work] is to discover and direct how religion, the great end for which we are born, and the greatest errand upon which we are sent into the world, may be made our principle business.» Swinnock, *The Christian Man's Calling*, Part 1, vol. 1, 8-9.

47. Swinnock, *The Christian Man's Calling*, Part 1, vol. 1, 41-42; Baxter, *A Christian Directory*, part 4, 287-347. Cf. Tawney, *Religion*, 124-25.

48. Weber, *L'éthique protestante*, 148, 31.

Le sommeil, la tempérance et la santé

La pensée casuistique de William Perkins influence tout particulièrement un de ses étudiants, William Ames (1576-1633)⁴⁹. Dans son ouvrage intitulé *De conscientia, et ejus jure, vel casibus* (1631), il traite de l'éthique des «petites choses» ou «petites questions» (*minuta ista*)⁵⁰. La tempérance, écrit Ames, défend l'individu des choses qui pourraient le détourner de ses divers devoirs tant séculiers que religieux⁵¹. Le témoin de la tempérance est une conduite disciplinée qui n'est pas soumise aux affections charnelles et mondaines mais, au contraire, qui soumet celles-ci à travers la raison et la religion⁵². Si le discours de la tempérance – et plus spécifiquement celle du sommeil – n'est pas une particularité des théologiens – la littérature médicale vernaculaire de l'Angleterre des XVI^e et XVII^e siècles est imprégnée de la tempérance hippocratique et galénique⁵³ –, la coloration foncièrement religieuse de leurs propos les distingue clairement de leurs analogues strictement médicaux⁵⁴. Le discours médical s'accorde sur le fait qu'un sommeil immodéré nuit à l'esprit autant qu'au corps. Or, les théologiens pratiques vont au-delà d'une interprétation simplement physiologique de la chose. Il s'agit d'avoir un

49. Ames, *De conscientia*, [4r], 2.

50. *Ibid.*, [5r]. «Minuta ista» est traduit par «small matters» dans la traduction anglaise de 1639.

51. *Ibid.*, 125.

52. *Ibid.*, 126-27; Handley, *Sleep in Early Modern England*, 21-22.

53. W. Bullein, *The Government of Health*, London 1595, [3r]; Cogan, *The Haven of Health*, 275; J. Archer, *Every Man His Own Doctor in Two Parts*, London 1671, 99-100; H. Brooke, *Ugieine or A Conservatory of Health*, London 1650, 174-82; H. Brooke, *The Durable Legacy*, London 1681, 127, 144-45; T. Elyot, *The Castel of Helthe*, London 1539, 47r-48r; Handley, *Sleep in Early Modern England*, 21-22.

54. Bullein, *The Government of Health*, [5r]; Cogan, *The Haven of Health*, [2r-5v]; A. Boorde, *A Compendious Regiment or a Dietary of Helth*, London 1542, [15r]. Semblablement, les enjeux théologiques et éthiques du sommeil sont ce qui caractérise le commentaire du *De somno* des Jésuites de Coimbra: V. Giacomotto-Charra, «Théoriser le sommeil à la fin de la Renaissance: le commentaire des Jésuites de Coimbra sur le *De somno* aristotélicien», in *Le sommeil. Approches philosophiques et médicales de l'Antiquité à la Renaissance*, Paris 2015, 381-82.

esprit à la fois sain et saint dans un corps sain. Les écrits de Richard Greenham (1531-1594) – qui est selon l'historien Philip Benedict le «patriarche» des théologiens pratiques anglais⁵⁵ – témoignent déjà d'un intérêt pour la santé physique, perçue comme indispensable pour maintenir la santé spirituelle⁵⁶. Pour lutter contre le péché de l'adultère, le prédicateur prescrit «une tempérance continuelle concernant la nutrition, le sommeil et l'habillement»⁵⁷. Greenham va même jusqu'à proposer le jeûne et la veille (*watching*) afin de maintenir une sobre chasteté, bien qu'il rappelle aussitôt que les désirs de manger, boire et dormir sont bons par nature, tant qu'ils ne sont pas corrompus par le péché⁵⁸. La santé physique aidant la santé spirituelle, ces pasteurs prêchent des conseils médicaux en vue de maintenir et protéger la santé spirituelle de leurs ouailles.

Nous trouvons chez de nombreux théologiens puritains l'idée que le corps ne doit pas être négligé et que sa gestion doit être régulée⁵⁹. Comme les mots de Greenham le laissent transparaître,

55. Benedict, *Christ's Churches*, 318.

56. Greenham écrit que l'homme a besoin à la fois d'aides corporelles (*corporall helps*) – tels que la nourriture, le sommeil et l'habillement – et d'aides spirituelles (*spirituall meanes*) – tels que la Parole, les sacrements et la prière –, car l'âme doit être préservée à l'instar du corps qui doit être nourri: R. Greenham, *A Treatise of the Sabbath*, in R. Greenham, *the Workes of Reverend and Faithfull Servant of Jesus Christ M. Richard Greenham, Minister and Preacher of the Word of God*, éd. H. Holland, London 1612, 137. Cf. C. H. Parker, «Diseased Bodies, Defiled Souls: Corporality and Religious Difference in the Reformation», *Renaissance Quarterly*, 67 (2014), 1265-97.

57. R. Greenham, *Grave Counsels, and Godly Observations: Serving Generally to Direct All Men in the Waies of True Godlines; But Principally Applied to Instruct, and Comfort all Afflicted Consciences*, in Greenham, *The Workes*, 8; *A Short Forme of Catechising*, in Greenham, *The Workes*, 78. Baxter lie la nutrition immodérée aux rêves adultères (*lustful dreams*): Baxter, *A Christian Directory*, part 1, 407.

58. Greenham, *A Short Forme*, 78-79.

59. L. Bayly, *The Practise of Pietie Directing a Christian How to Walke That He May Please God*, [London] 1613, 392-94, 411-12, 476-77 (un ouvrage qui atteint 74 éditions jusqu'en 1821); Whately, *Ten Commandements*, 143-44, 181; Gouge, *Of Domesticall Duties*, 87-89; Bolton, *Some General Directions*, 194-95; Anon., *The Drousie Disease; Or, an Alarme to Awake Church-Sleepers Wherein Not Onely the Dangers Are Described, but Remedies Also Prescribed for This Sleeping Evil*, London 1638, 1-8; W. Herbert, *Herbert's Devotions: or A Companion for a Christian*, London 1657, 74-75, 82, 222; *Herberts Monthlie Devo-*

le but de la tempérance n'est pas la santé en elle-même et pour elle-même⁶⁰. «En servant notre corps nous servons Dieu», écrit George Swinnock, et «le caractère du chrétien n'est pas charnel, ou tourné vers son corps, mais spirituel, ou tourné vers son âme»⁶¹. Ainsi, s'il tempère son sommeil pour se lever tôt le matin, c'est parce que le matin son esprit est le plus «libre» et le plus «vif», que les pensées ne sont pas encore occupées par les affaires séculières de la journée, et que ce moment lors duquel ses capacités sont maximales doit être dédié à Dieu, notamment dans la prière. En outre, l'âme étant plus importante que le corps, c'est elle qui doit être nourrie avant le corps au commencement de chaque jour: «si pour certains corps jeûner est mauvais, le jeûne de nourriture spirituelle est d'autant plus néfaste à l'âme»⁶². Se lever tôt pour prier et lire les Écritures, c'est abrégier le jeûne spirituel qu'est le sommeil nocturne.

Plus que le lever, la veille est en soit une finalité de l'homme et son antagoniste, le sommeil excessif, prolonge négativement l'incapacité de la raison⁶³. Lorsque nous dormons, écrivent Baxter et Swinnock, nos sens sont éteints, et avec nos sens, notre sagesse, notre savoir, notre force physique et toutes nos vertus sont inutilisables. En ce sens, le sommeil excessif est pire que l'ivrognerie, puisque «l'ivrogne se prive partiellement de ses

tion, in *ibid.*, 8; S. Clarke, *Medulla Theologiae: or The Marrow of Divinity, Contained in Sundry Questions and Cases of Conscience*, London 1659, 19; R. Steele, *The Husbandmans Calling: Shewing the Excellencies, Temptations, Graces, Duties etc. of the Christian Husbandman. Being the Substance of XII Sermons Preached to a Country Congregation*, London 1668, 100-1; Swinnock, *The Christian Man's Calling, Part 1*, vol. 1, 270-72; Baxter, *A Christian Directory*, part 1, 448.

60. Faire de la santé corporelle une finalité en soi est un vice, et donc une mauvaise ascèse: R. Greenham, *The First Treatise for an Afflicted Conscience Upon This Scripture. Proverbs 18.14. 'The Spirite of a Man Will Sustaine His Infirmittie: But a Wounded Spirit Who Can Beare It?*, in Greenham, *The Workes*, 98-99; Baxter, *A Christian Directory*, part 1, 405; R. Steele, *The Trades-Man's Calling Being a Discourse Concerning the Nature, Necessity, Choice Etc. Of a Calling In General: And Directions for the Right Managing of the Tradesman's Calling In Particular*, London 1684, 22.

61. Swinnock, *The Christian Man's Calling, Part 1*, vol. 1, 260, 38.

62. *Ibid.*, 38, 276, 20, 310; Baxter, *A Christian Directory*, part 1, 274, 406; Bolton, *Some General Directions*, 205-6.

63. Swinnock, *The Christian Man's Calling, Part 1*, vol. 1, 284.

capacités, alors que le dormeur s'en prive totalement»⁶⁴. C'est par la veille que le chrétien peut pratiquer cette constante vigilance (*watchfulness*) à laquelle il est appelé, et dont la frontière entre significations littérale et métaphorique est floue⁶⁵.

Outre le repas spirituel, le repas physiologique est aussi un enjeu pour le sommeil. Dans ses conseils pour lutter contre le sommeil excessif, Baxter évoque la tempérance diététique. Un ventre plein provoquant le sommeil, il faut donc réduire sa consommation de nourriture à ce qui est nécessaire pour sa santé, et même jeûner pour se soigner après un excès⁶⁶. En effet, Swinnock ajoute que la nourriture – à l'instar du sommeil – doit nous aider et non nous entraver dans nos vocations⁶⁷. Baxter écrit que si l'on pense qu'une heure de sommeil supplémentaire peut aider à ensuite mieux travailler, il ne faudrait pas s'en priver, puisqu'étant revigoré, il sera ensuite possible de la compenser, voire de la surcompenser⁶⁸. Ces motivations-là pour tempérer son sommeil ne concernent que l'individu dans son rapport personnel à Dieu. Or, les textes de théologie pratique recèlent d'autres raisons d'ordre social en faveur de la tempérance du sommeil.

L'individu a non seulement un devoir envers Dieu, mais également envers ses voisins. À la question «Jusqu'où un individu doit-il aimer son prochain plus que soi-même?», Ames répond: «En toutes choses temporelles, chaque individu doit préférer une personne publique, ou la communauté, avant lui-même. Car, ce

64. Baxter, *A Christian Directory*, part 1, 405; Swinnock, *The Christian Man's Calling*, Part 1, vol. 1, 283. Cf. Platon, *Lois*, VII, 807d-808c; J.-M. Flahmand, «Plotin: le sommeil de l'âme et l'éveil à soi-même», *Camenaes*, 5 (2008), 7-9.

65. Baxter, *A Christian Directory*, part 1, 287-88, 449, 454.

66. *Ibid.*, 405. Cf. l'avis médical: Elyot, *The Castel*, [43v]; *A Discourse Translated Out of Italian, That a Spare Diet Is Better Then a Splendid and Sumptuous*, in L. Lessius ET L. Cornaro, *Hygiasticon: Or, the Right Course of Preserving Life and Health Unto Extreame Old Age Together With Soundnesse and Integrity of the Senses, Judgement, and Memorie*, trad. G. Herbert, Cambridge 1634, 66; Brooke, *The Durable Legacy*, 127.

67. Swinnock, *The Christian Man's Calling*, Part 1, vol. 1, 270, 284-85.

68. Baxter, *A Christian Directory*, part 1, 289. Sur l'idée que nous dormons pour ensuite mieux travailler, voir: Bolton, *Some General Directions*, 157; Steele, *The Husbandmans Calling*, 100-1; Gouge, *Of Domesticall Duties*, 88; Swinnock, *The Christian Man's Calling*, Part 1, vol. 1, 293-94; Bayly, *The Practise of Pietie*, 476-77.

qui est bon pour le tout a plus de valeur que ce qui n'est bon que pour une partie»⁶⁹. À l'opposé de celui qui travaille, le dormeur oisif ne contribue pas au bien de la société (*Commonwealth*) – ou «publick welfare» – et de l'Église⁷⁰. Celui qui dort excessivement est coupable de tous les devoirs qu'il omet, envers lui-même ainsi qu'envers sa famille et ses voisins; parmi ces devoirs collectifs peuvent figurer l'instruction religieuse de son foyer, l'aide aux pauvres, l'accomplissement de sa vocation séculière, ou encore la fructification de ses talents (Mt 25.14-30)⁷¹. La dimension sociale des enjeux du sommeil constitue donc un des points sur lesquels l'étude du sommeil des puritains rejoint celle de leur éthique de travail ainsi que celle de leur conception et de leur gestion du temps.

Le sommeil, le matin et l'oisiveté

Modérer son sommeil en se levant tôt le matin était un lieu commun de la culture humaniste⁷². Dans la fameuse grammaire latine de William Lily (1468-1522) et de John Colet (1467-1519) figure le proverbe «Diluculo surgere, saluberrimum est, To arise betime in the morning, is the most holosome thing in the world»⁷³, que tous les écoliers connaissent encore au XVII^e siècle – au point que Shakespeare présuppose qu'une partie de ses

69. Ames, *De conscientia*, 277. Cf. J. Calvin, *Institution de la Religion Chrétienne* (1559), III.vii.5.

70. Baxter, *A Christian Directory*, part 1, 448; Swinnock, *The Christian Man's Calling*, Part 3, vol. 2, 499, 516. Cf. T. Taylor, *A Commentarie Upon the Epistle of S. Paul Written to Titus*, London 1612, 254-55.

71. Baxter, *A Christian Directory*, part 1, 405; Ames, *De conscientia*, 143-44.

72. K. Crousaz, «Erasmus and Sleep: A Case Study for the History of Sleep in the Early Modern Period», *The Sixteenth Century Journal*, 54 (2024).

73. W. Lily et J. Colet, *A Short Introduction of Grammar, Generally to Be Used: Compiled and Set Forth for the Bringing up of All Those That Intend to Attain to the Knowledge of the Latine Tongue*, London 1608 (1540-3¹), [26v]. La grammaire de Lily est la plus populaire en Angleterre et connaît 43 éditions avant 1600: *Lily's Grammar of Latin in English: An Introduction of the Eyght Partes of Speche, and the Construction of the Same*, éd. H. Gwosdek, Oxford 2013, appendix III.

spectateurs peuvent en reconnaître une allusion⁷⁴. Tous les théologiens que nous citons – à l'exception de Baxter – passent par les écoles de grammaire londoniennes et les universités d'Oxford ou de Cambridge, où se réveiller tôt est une vertu centrale de la communauté académique⁷⁵. Cette vertu est adaptée dans les textes de théologie pratique pour qu'elle s'applique non seulement au contexte académique, mais également à tout lecteur. Les capacités cognitives optimales favorables à l'étude ne constituent donc pas la raison principale pour se lever tôt. C'est pourquoi Swinnock écrit que «la sainteté doit être le coq qui nous appelle à notre labeur», tout en précisant qu'il s'agit premièrement du labeur de piété et ensuite du labeur séculier⁷⁶.

Outre les prières matinales, l'enjeu majeur est l'oisiveté (*sluggishness, idleness, sloth*), à laquelle les textes médicaux et théologiques associent le sommeil du matin. Non seulement le fait de dormir le matin est oisif en soi – car antagoniste du labeur –, mais ce sommeil-même produit en l'individu un état oisif synonyme de maladie⁷⁷. Baxter exhorte ses lecteurs à «organiser le temps de leur sommeil (pour autant que cela soit possible) afin de ne pas gaspiller les précieuses heures matinales en étant oisif dans le lit»⁷⁸. «L'homme oisif», ajoute Baxter, «pense peut-être qu'il l'est pour son bien et que se lever tôt lui fera du mal; mais ce bien n'est que son plaisir, et ce mal n'est qu'un inconfort passager de sa tête, de ses yeux et de son corps paresseux»⁷⁹. Si cet extrait admet que se lever tôt n'est pas chose facile ni confor-

74. W. Shakespeare, *Twelfth Night* (c. 1602), 2.3.1-2; N. McDowell, *Poet of Revolution. The Making of John Milton*, Princeton 2020, 47.

75. J. Dury, *The Reformed School*, London 1649, 30. Cf. T. Venner, *Viae rectae ad vitam longam, pars secunda. Wherein the True Use of Sleepe, Exercise, Excretions, and Pertubations Is, With Their Effects, Discussed and Applied to Every Age, Constitution of Body, and Time of Yeare*, London 1623, 4; Cogan, *The Haven of Health*, 15.

76. Swinnock, *The Christian Man's Calling, Part 1*, vol. 1, 300-1, 310. Ryrie émet des hypothèses sur comment il était possible de se réveiller tôt, avec ou sans assistance: A. Ryrie, «Sleeping, Waking and Dreaming in Protestant Piety», in *Private and Domestic Devotion in Early Modern Britain*, éd. J. Martin et A. Ryrie, Farnham 2012, 77-82.

77. Brooke, *Ugeline*, 177; Boorde, *A Compendious Regiment*, [151].

78. Baxter, *A Christian Directory*, part 2, 565.

79. *Ibid.*, part 1, 404.

table, il s'inscrit dans la compréhension ascétique puritaine du maintien de la santé: le sommeil se transforme en une oisiveté pécheresse lorsqu'il est «volontairement plus [abondant] que ce qui est nécessaire pour notre santé»⁸⁰. C'est pourquoi Samuel Crooke (1575-1649), un étudiant de Perkins, peut écrire que le chrétien «dort afin de se lever et travailler, et non pour nourrir son oisiveté; il mange, à l'instar d'Élie, pour marcher par la force de sa nourriture dans la direction où Dieu l'envoie, et non pour récompenser sa gorge ou son ventre»⁸¹. Le confort corporel est subordonné aux vocations terrestre et (surtout) céleste; ainsi, Thomas Watson (1620-1686) peut dire que «le confort dépend du contentement» et que «ce ne sont pas les afflictions qui affligent, mais le mécontentement»⁸². Ce divin contentement permettrait à l'individu d'outrepasser ses inconforts dans l'accomplissement de ses vocations.

Plusieurs auteurs de théologie pratique paraissent dans les biographies de pasteurs comme des exemples quant à la modération du sommeil. Dans les *Icones* (1580) de Théodore de Bèze, Jean Calvin est visuellement et textuellement dépeint comme usé par de trop nombreuses veilles⁸³. L'exemple de ce dernier retentit de manière quasi hagiographique dans l'œuvre de Swinnock⁸⁴. Dans sa biographie du pasteur de la paroisse de son enfance, Thomas Wilson (1601-1653), Swinnock souligne également avec admiration le sommeil ascétique de celui-ci qui, selon Swinnock et d'autres paroissiens, ne dormait jamais plus de quatre heures par nuit, se couchait tard et lisait jusqu'à l'assoupissement, «volant du temps au sommeil (même lorsque son corps réclamait [du repos])»⁸⁵. Samuel Clarke (1599-1682), dans ses recueils de bio-

80. *Ibid.*, part 1, 404.

81. S. Crooke, *Tā Diapēpota, or Divine Characters...*, London 1658, 478.

82. T. Watson, *Αὐτάρκτης, or the Art of Divine Contentment*, London 1654, 49-51.

83. T. de Bèze, *Icones, id est verae imagines virorum doctrina simul pietate illustrium*, Genève 1580, f. R2v-R3v. Voir la contribution de Karine Crousaz dans le présent ouvrage.

84. Swinnock, *The Christian Man's Calling, Part 2*, vol. 1, 486-87; G. Swinnock, *The Life and Death of Mr. Tho[mas] Wilson, Minister of Maidstone, in the County of Kent*, [London] 1672, 34.

85. Swinnock, *The Life and Death of Mr. Tho[mas] Wilson*, 26, 34-35.

graphies pastorales, présente également des pasteurs qui se couchent tard dans la nuit et qui se lèvent à quatre heures, voire même, pour une minorité, à deux ou trois heures, afin de lire et de méditer les Écritures jusqu'au lever du jour⁸⁶. Pour les pasteurs puritains, le temps est compté et précieux: ils prient le soir comme si cette nuit serait leur dernière, et ils travaillent comme si c'était leur dernière opportunité de le faire⁸⁷. Ils dorment comme s'ils allaient mourir bientôt, c'est-à-dire peu. Si ces textes ont tous pour objectif de présenter de véritables exemples en matière de piété ascétique, l'attitude qui y figure face au sommeil reflète un idéal propre aux pasteurs puritains. Cet idéal est tributaire de la culture intellectuelle des universités – leurs biographies et autobiographies témoignent d'une continuité des pratiques ascétiques du sommeil entre leurs études universitaires et leur ministère pastoral⁸⁸. Cependant, de par leur office, les pas-

86. S. Clarke, *The Marrow of Ecclesiastical History, Contained in the Lives of One Hundred Forty Eight Fathers, Schoolmen, First Reformers, and Modern Divines Which Have Flourished in the Church Since Christ's Time to This Present Age*, London 1654, 127, 193, 513, 685, 815, 817, 834, 987; S. Clarke, *A Collection of the Lives of Ten Eminent Divines, Famous in Their Generations for Learning, Prudence, Piety, and Painfulness in the Work of the Ministry*, London 1662, 97, 117-18, 298, 305, 450. Voir aussi: Sylvester, *Reliquiae Baxterianae*, III, § 206; [J. Asty], *The Life of the Late Reverend and Learned John Owen, d.d., Sometime Vice-Chancellor of the University of Oxford, and Dean of Christ-Church*, London 1720, vi. Greenham, qui se lève également à quatre heures, confesse que parfois son ascèse le dessert et qu'il arrive qu'il s'en retrouve troublé et confus après avoir «studied painfully, and laboured exquisitely for a sermon»: 'Practical Divinity' *The Works and Life of Revd Richard Greenham*, éd. K. L. Parker et E. J. Carlson, Aldershot 1998, 62, 179. Cf. Ryrie, «Sleeping, Waking and Dreaming in Protestant Piety», 75-78.

87. Voir les dix «Directions Practical for Redeeming Time»: Baxter, *A Christian Directory*, part 1, 285-88.

88. Clarke, *A Collection*, [2v-3r]; [Asty], *The Life of the Late Reverend and Learned John Owen*, vi; Sylvester, *Reliquiae Baxterianae*, III, § 133: Baxter confie que, dès ses cinquante ans, sa santé ne lui permet plus de se lever tôt, chose qu'il justifie avec grande précision: «Cela incommoderait le lecteur si je racontais les nombreuses maladies et dangers des dix dernières années, dans lesquels, ou plutôt par lesquels, Dieu m'a délivré; c'est néanmoins mon devoir de ne pas oublier d'être reconnaissant [:] pendant sept mois j'étais boiteux, avec une étrange douleur dans mon pied; deux fois délivré d'un flux sanglant (*bloody flux*); une cataracte d'origine inconnue (accompagnée de toiles (*webs*) et de réseaux (*net-works*)) a perduré ces huit dernières années, sans pour autant m'empêcher de lire et d'écrire; j'ai eu des douleurs

teurs sont appelés à être des modèles pour leurs ouailles⁸⁹. Leur rigoureuse ascèse nocturne correspond-elle également à ce qu'ils prescrivent à leur auditoire depuis la chaire ainsi que dans leurs manuels de théologie pratique destinés aux laïcs?

Lorsque Baxter et Swinnock abordent la question du sommeil, ils signalent qu'ils ne s'adressent qu'aux personnes en bonne santé et qu'ils ne sont pas en mesure de conseiller les malades⁹⁰. En effet, les textes de théologie pratique n'ont pas pour objet de remplacer les soins médicaux. Plusieurs théologiens appellent à une gestion personnalisée du sommeil, disant que «la raison et l'expérience doivent juger quelle mesure [de sommeil] est la meilleure pour votre santé, et qu'il ne faut pas tomber dans l'excès»⁹¹. Pourtant, le nombre d'heures de sommeil que les pasteurs puritains conseillent diffère de ce qui est généralement prescrit par les médecins. «Pour certains, écrit Baxter, cinq heures est suffisant; pour les personnes saines ordinaires, six heures suffisent; pour beaucoup de personnes faibles et valétudinaires, sept heures sont nécessaires»⁹². William Gouge propose également cinq heures de sommeil comme minimum et il affirme, avec Swinnock et Lewis Stuckley (1621-1687), que sept heures suffisent aux

et des langueurs constantes qui ont affecté mon estomac avec d'incroyables flatulences, mes intestins, mes flans, mon dos, mes jambes, mes pieds, mon cœur, ma poitrine; mais les distensions douloureuses, ou conquêtes vertigineuses de mon cerveau, ont été le pire et m'ont rarement accordé une heure ou un quart d'heure de répit. Cependant, par la miséricorde de Dieu, je n'ai jamais été mélancolique une heure et n'ai pas été empêché dans mon travail pendant trop d'heures dans une semaine, à l'exception du temps perdu le matin car je n'arrivais pas à me lever tôt».

89. Ames, *De conscientia*, 284-88, 310; R. Baxter, *The Reformed Pastor. She-
wing the Nature of the Pastoral Work; Especially in Private Instruction and Cate-
chizing. With an Open Confession of Our Too Open Sins*, London 1656, 22, 281;
Swinnock, *The Christian Man's Calling*, Part 1, vol. 1, 26; J. Owen, *The True
Nature of a Gospel Church and its Government*, in *The Works*, 443, 449-52.

90. Baxter, *A Christian Directory*, part 1, 404: «the ordinary sort of health-
ful persons»; Swinnock, *The Christian Man's Calling*, Part 1, vol. 1, 283: «any
ordinary person in health».

91. Baxter, *A Christian Directory*, part 1, 404; Bolton, *Some General Direc-
tions*, 194-95, 205. Certains médecins s'en tiennent à ce principe de tempé-
rance personnalisée et ne précisent pas un nombre d'heures de sommeil à
viser: Brookem *Ugieine*, 174-82; Elyot, *The Castel*, 47v.

92. Baxter, *A Christian Directory*, part 1, 404.

personnes ordinaires⁹³. Les médecins, quant à eux, prescrivent plus de sommeil: William Bullein (1515-1576) situe le minimum, pour les personnes ordinaires, à six heures de sommeil, et d'autres à sept heures⁹⁴. En ce qui concerne les personnes dites «faibles» – bien que saines –, la tendance est de prescrire entre huit et neuf heures de sommeil⁹⁵. Cette divergence entre théologiens puritains et médecins est significative, notamment parce que les clercs anglicans et les écrivains laïques suivent plutôt les médecins sur la question du nombre d'heures de sommeil⁹⁶. En somme, les pasteurs puritains ne conseillent pas leur propre ascèse du sommeil, mais proposent plutôt une *via media* entre leurs pratiques et le consensus médical. Ainsi, la durée du sommeil varierait selon trois niveaux: premièrement la pratique des pasteurs puritains, puis les prescriptions de ces derniers à leurs fidèles et, enfin, les prescriptions des médecins et des non-puritains.

93. Gouge, *Of Domesticall Duties*, 674; Swinnoock, *The Christian Man's Calling*, Part 1, vol. 1, 283; L. Stuckley, *A Gospel-Glasse, Representing the Mis-carriages of English Professors, Both in Their Personal and Relative Capacities...*, or, a Call From Heaven to Sinners and Saints by Repentance and Reformation to Prepare to Meet God, London 1667, 234.

94. W. Bullein, *A Comfortable Regimen*, London 1562, [37r]; *The Government of Health*, [34r]; Cogan, *The Haven of Health*, 275; Boorde, *A Compendious Regiment*, [15v, 17r]; J. Hart, *Klinike, or the Diet of the Diseased*, London 1633, 334; J. de Mediolano, *The English Mans Doctor. Or the Schoole of Salerne. Or Physical Observations for the Perfect Preservation of the Bodie of Man in Continual Health*, trad. J. Harington, London 1617, 27.

95. Jusqu'à huit heures: Bullein, *The Government of Health*, [34r]; de Mediolano, *The English Mans Doctor*, 28. Jusqu'à neuf heures: Cogan, *The Haven of Health*, 275; Boorde, *A Compendious Regiment*, [15v]. Cependant, une minorité de médecins prescrit de dormir entre cinq et six heures par nuit: S. Bradwell, *A Watch-Man for the Pest*, London 1625, 38.

96. Par exemple, le théologien anglican Richard Allestree (1621-1681) suit les médecins Brooke et Elyot en se tenant au principe de tempérance personnalisée et l'avocat royaliste Sir William Vaughan (1577-1641) conseille entre sept et neuf heures de sommeil: R. Allestree, *The Whole Duty of Man Laid Down in a Plain Way for the Use of the Meanest Reader*, London 1659, 197-198; W. Vaughan, *Naturall and Artificial Directions for Health Derived From the Best Philosophers, as Well Modern, as Auncient*, London 1600, 58.

Le sommeil, le temps et la bonne ascèse

La divergence entre le discours théologique puritain et le discours médical est aussi apparente à propos du sommeil diurne. Aucun consensus n'existe du côté des médecins: certains s'opposent à la sieste, d'autres la tolèrent sous certaines conditions bien définies⁹⁷. Les théologiens pratiques, quant à eux, ne mentionnent aucunement le sommeil diurne – hormis celui du matin, qui est négatif. Que la sieste soit si inconcevable qu'il ne faille même pas l'aborder constitue une preuve saillante de la conception ascétique du temps dans la théologie pratique puritaine.

Bien que des ouvrages tel que le *Christian Directory* de Baxter contiennent des chapitres dédiés à la gestion du temps, cette thématique est reformulée dans les passages qui traitent du sommeil. «Tout sommeil excessif constitue un grand péché, proportionnellement à la mesure de l'excès», écrit Baxter, et le chrétien doit être «sensible au caractère précieux du temps»⁹⁸. Dans le contexte du sommeil, ce caractère précieux (*preciousness*) du temps est exprimée par rapport à la brièveté de la vie, ainsi qu'au devoir de racheter le temps (*redeem time*). La durée de la vie est souvent comparée à une bulle, une vapeur – reflétant le livre de l'Ecclésiaste –, voire une pensée; qui plus est, la moitié de celle-ci est passée dans le sommeil – ou selon Swinnock, un tiers⁹⁹. «C'est de ce moment que dépend l'éternité», écrit Robert Bolton (1572-1631), et le chrétien n'a pas été placé dans ce monde pour se servir lui-même, ni «pour manger, boire et dormir»¹⁰⁰.

97. Cogan, *The Haven of Health*, 271-72; Brooke, *Ugeline*, 181-82; Bullein, *The Government of Health*, [33v]; Boorde, *A Compendious Regiment*, [16r]; Les-sius et Cornaro, *Hygiasticon*, 36; Hart, *Klinike*, 333.

98. Baxter, *A Christian Directory*, part 1, 405; Swinnock, *The Christian Man's Calling*, Part 1, vol. 1, 281.

99. R. Greenham, *Godly Instructions for the Due Examination and Direction of All Men, to the Attaining and Retaining of Faith and a Good Conscience*, in Greenham, *The Workes*, 659-60; Bolton, *Some General Directions*, 158; Sir W. Cornwallis, *Essayes*, London 1610, [71r-72r]; R. Steele, *A Plain Discourse Upon Uprightness*, London 1672, 279-80; Swinnock, *The Christian Man's Calling*, Part 1, vol. 1, 283.

100. Bolton, *Some General Directions*, 158, 162.

À plusieurs reprises nous trouvons dans les textes de théologie pratique le sommeil qualifié de «grand dévoreur», «voleur» et «gaspilleur» du temps¹⁰¹. Bien que, le plus souvent, ce soit le sommeil excessif qui est visé, cette distinction n'est pas toujours explicite. Dans un même paragraphe, Swinnock peut mettre en garde contre le «sommeil immodéré», puis simplement déclarer qu'il «n'y a de partie de nos vies qui soit si totalement perdue que celle passée à dormir»¹⁰². Lorsque ces auteurs traitent du sommeil dans son rapport au temps, les propos sur la nécessité du sommeil modéré pour la santé – qui sont le plus souvent insérés au début des chapitres dédiés à ce sujet – semblent être momentanément retirés de l'équation. Une tension saillante existe donc entre une conception négative du sommeil dévoreur de temps et la conscience des bienfaits d'un sommeil suffisant pour la santé spirituelle.

Outre le problème de l'oisiveté dans le cadre du sommeil excessif, d'où vient l'idée que même le sommeil modéré est une perte de temps? Le sommeil immodéré, écrit Swinnock, «gaspille le temps, un très précieux talent, qui nous est confié par Dieu et pour lequel il faudra rendre compte au grand jour»¹⁰³. Cette référence à la parabole des talents (Mt 25.14-30) est récurrente dans les textes de théologie pratique puritaine et nous informe sur la place qu'occupe le temps dans leur hiérarchie des valeurs. Pour Swinnock, le temps est «inestimablement» plus précieux que l'argent; si ceux qui gaspillent leurs richesses méritent d'être punis, la punition de ceux qui prodiguent leur temps sera d'autant plus sévère¹⁰⁴. Dans ce contexte, que le sommeil soit superflu ou non, celui-ci est un voleur – bien qu'il ne soit pas le seul. Si la richesse et la vocation séculière sont également des talents qu'il faut faire fructifier, le temps demeure un talent supérieur

101. Bolton, *Some General Directions*, 205; Baxter, *A Christian Directory*, part 1, 289; Swinnock, *The Christian Man's Calling, Part 1*, vol. 1, 283; «Tempus edax rerum», in Ovide, *Metamorphoses*, XV, l. 234.

102. Swinnock, *The Christian Man's Calling, Part 1*, vol. 1, 283.

103. Swinnock, *The Christian Man's Calling, Part 1*, vol. 1, 283, 503-4; Baxter, *A Christian Directory*, part 1, 279.

104. Swinnock, *The Christian Man's Calling, Part 1*, vol. 1, 503; Bolton, *Some General Directions*, 159-60.

qui englobe les autres car celui qui dort excessivement ne fructifie ni son temps, ni ses autres talents¹⁰⁵.

Nous arrivons donc à la définition de la bonne ascèse, soit celle qui a pour objectif la sainteté. La bonne ascèse implique l'abnégation de soi et des comforts corporels. Le sommeil est nécessaire et bon, mais il doit être scrupuleusement modéré et cette ascèse permet de gagner du temps pour servir ses voisins plus ou moins lointains: «Mon Dieu, mon âme, ma famille, mon pays m'appellent tous à endosser mon appel avec diligence», écrit Swinnock, et cet appel est «la finalité de notre être (*the end of our being*)»; à l'inverse, «la personne oisive déchoit de la finalité de son être et reçoit ses facultés en vain»¹⁰⁶. Ainsi, à travers la littérature ascétique puritaine, le sommeil est inscrit dans ce vaste système théologique qu'incarne la «doctrina Deo vivendi»¹⁰⁷. Ce n'est que dans la bonne ascèse que le sommeil possède une cause finale théologiquement orthonormée¹⁰⁸.

Conclusion

La Réforme protestante abolit les institutions monastiques, mais l'esprit du monachisme originel, dont la rigoureuse abnégation de soi et la frugalité spirituellement industrielle sont si

105. Baxter, *A Christian Directory*, part 1, 405; Strehle, «The Sacred Roots», 193.

106. Swinnock, *The Christian Man's Calling*, Part 1, vol. 1, 516.

107. Ames, *Medulla Theologica*, 1.

108. Pour les mises en garde contre l'ascèse excessive dont les priorités ne sont pas théologiquement orthonormées, voir: Greenham, *The First Treatise*, 99; Perkins, *A Discourse*, 95; Bayly, *The Practise of Pietie*, 631-32; Swinnock, *The Christian Man's Calling*, Part 1, vol. 1, 16, 67-68; *Ibid.*, Part 3, vol. 3, 156; Gouge, *Of Domesticall Duties*, 88-89. Ici, la négligence de la santé est signe d'intempérance, bien que la critique s'adresse également aux pratiques de la piété ascétique des divers ordres de l'Église romaine: Gouge, *Of Domesticall Duties*, 85. Clifford identifie la réaction à la «papist practical divinity» parmi les motivations du développement de la théologie pratique puritaine: Clifford, *Casuistical Divinity*, 16, 46-47; voir notamment la préface de Thomas Pickering aux œuvres de Perkins: W. Perkins, *The Workes of that Famous and Worthy Minister of Christ, in the Universitie of Cambridge, Mr. William Perkins*, vol. 2, éd. T. Pickering, London 1617; Greenham, *A Treatise of the Sabbath*, 158; Baxter, *A Christian Directory*, part 1, 404; *Idem.*, part 2, 568.

caractéristiques, se retrouve «sécularisé»¹⁰⁹. La disparition de la distinction entre vie séculière et vie religieuse est particulièrement saillante dans le contexte du puritanisme anglais du XVII^e siècle¹¹⁰. C'est au travers de cette réforme des mœurs que le sommeil devient un enjeu de tempérance non seulement pour le clergé et l'élite intellectuelle, mais aussi pour les «middling sorts», cette catégorie sociale à la fois séculièrement et spirituellement industrielle à laquelle appartiennent les puritains.

Comme le remarquent les historiennes Sandra Cavallo et Sasha Handley, les manuels de conseils médicaux (*advice literature*) engendrent réellement des pratiques chez leurs lecteurs¹¹¹. C'est pourquoi Sasha Handley écrit que «[les habitudes qu'elle observe] révèlent le soin que les hommes et les femmes portaient à leur sommeil, ainsi que la manière dont ils associaient des principes de santé avec leurs priorités quotidiennes domestiques et spirituelles»¹¹². C'est ce sur quoi l'historien Philip Benedict met le doigt lorsqu'il propose d'interpréter le développement sans égal de la théologie pratique puritaine comme l'alternative nécessaire à l'absence de consistoires¹¹³. Néanmoins, si les manuels de théologie pratique puritaine ont des effets sur leurs lecteurs, c'est aussi parce que les propos qu'ils véhiculent sont plus ou moins directement issus des consciences troublées de leurs destinataires. Les paroissiens se tournent vers leurs pasteurs pour obtenir des conseils quant à leurs pratiques de sommeil, parce qu'ils ne cherchent pas un sommeil sain comme une fin en soi – sinon les régimes de santé physiologique leur auraient suffi –, mais bien plutôt l'apaisement de leur conscience, que seules la morale ou la théologie pratique savent leur offrir.

109. Weber, *L'éthique protestante*, 197, Cf. 40-41; M. Weber, *General Economic History*, F. H. Knight (trad.), New York 1961, 268.

110. Tawney, *Religion*, xii-xiii, 107-10.

111. S. Cavallo, «Introduction. Conserving Health: The Non-Naturals in Early Modern Culture and Society», in *Conserving Health in Early Modern Culture. Bodies and Environments in Italy and England*, éd. S. Cavallo et T. Storey, Manchester 2017, 2-4; Handley, *Sleep in Early Modern England*, 2-16.

112. Handley, *Sleep in Early Modern England*, 40, 61-63, 68-69. Cf. T. Watt, *Cheap Print and Popular Piety, 1550-1640*, Cambridge 1991, 327.

113. Benedict, *Christ's Churches*, 318. Cf. MacDonald, *Mystical Bedlam*, 217-31.

«Le Puritanisme contribua à façonner l'ordre social, mais il fut également façonné par ce dernier», écrit Tawney¹¹⁴. Ces mots font écho à la rationalisation du sommeil prêchée par les théologiens puritains que nous avons ici explorés. En contrepartie, les régimes de santé produits par les médecins sont incorporés de manière adaptée dans les régimes de santé spirituelle¹¹⁵ et, ainsi, la pensée médicale contribue au développement de la théologie pratique dans ses discours sur le corps et la santé. Cette incorporation plaît visiblement au public londonien puritain, qui ne cesse d'en redemander dès l'aube du XVII^e siècle¹¹⁶.

Toutefois, c'est aussi en opposition à la littérature populaire (*chapbooks*) et à ses codes moraux parfois antagonistes aux sermons que les manuels de théologie pratiques sont publiés et disséminés¹¹⁷. Si la présente recherche met en lumière des textes théologiques qui inspirent des pratiques, elle met également en exergue les tensions qui donnent naissance à la casuistique puritaine. Ces tensions sont, d'une part, intérieures et de l'ordre de la conscience individuelle et, d'autre part, extérieures et à l'échelle de la société. C'est dans le sillon de la réforme des mœurs promue par le mouvement puritain qu'apparaît le traitement scolastique de la vie quotidienne des laïcs, et donc de leur sommeil.

114. Tawney, *Religion*, xi-xiii.

115. Sur le continent, il existe aussi des régimes de santé spiritualisés tel que celui du réformé Jacob Girard des Bergeries, dont la vocation première est médicale – l'auteur est un médecin –, mais dont la composante morale – l'auteur est également un professeur d'hébreu à l'Académie de Lausanne – le distingue à la fois des régimes de santé strictement médicaux et des régimes de santé spirituelle des puritains: J. Girard des Bergeries, *Le gouvernement de la santé*, Genève 1672.

116. On compte plus de 600 recueils de cas de conscience imprimés en Angleterre entre 1564 et 1660: C. W. Slight, *The Casuistical Tradition in Shakespeare, Donne, Herbert and Milton*, Princeton 1981, 8.

117. B. Capp, «Gender, Conscience and Casuistry: Women and Conflicting Obligations in Early Modern England», in *Contexts of Conscience*, 116-31; Cf. L. H. Newcomb, «Chapbooks», in *The Oxford History of Popular Print Culture*, vol. 1, éd. J. Raymond, New York 2011, 471-90.

ABSTRACT

Caleb Abraham, *Sleep in 17th-Century English Puritan Practical Theology*

17th-century English Puritan treatises of practical theology taught their readers an ascetic lifestyle by which they could self-examine and care for both their physical and their spiritual healths. These treatises blend medical and theological perspectives, emphasizing the primacy of theology and offering guidance in the form of what can be called “spiritual regimens”. This article explores what such texts prescribe concerning physiological sleep. Puritan theologians imitate and adapt the style of medical regimens to communicate their casuistical advice on sleeping within a theological framework. Sleep is good but it must be subject to meticulous moderation for it to edify the body and the soul and not become sinful. Physical health – and therefore good sleep – must be sought for because, firstly, it benefits one’s spiritual health, and, secondly, because it enables the individual to better serve God, family, Church, and society. When compared with prescriptions of medical regimens on the one hand and with the portrayals of puritan pastoral biographies on the other, the “spiritual regimens” prove to be more demanding than the former while being less ascetic than the latter.

Caleb Abraham

Université de Lausanne
caleb.abraham@unil.ch