

TABLE DES MATIÈRES

AVANT-PROPOS	7
INTRODUCTION	13
Le sommeil, intermittence anthropologique	13
Une perspective de philosophie sociale	17
Les troubles du sommeil	21
Questions de méthode	28
CHAPITRE PREMIER : LE SOMMEIL, UNE PRIVATION DE MONDE? ..	33
Les sciences humaines face au sommeil	33
La suspension du monde commun et le repli sur soi	37
Investissement et désinvestissement	40
Centralité du sommeil	47
Le dormeur est-il un sujet?	51
Distinctions	53
a. Rêve et sommeil	54
b. Sommeil et mort	56
c. Une pluralité d'états de sommeil	59
Philosophie sociale d'un rythme biologique	61
CHAPITRE II : LE SOMMEIL, UNE TECHNIQUE DU CORPS?	65
Une pratique culturelle	65
Variation culturelle des rythmes circadiens	68
Sommeil, entre corps, nature et société	70
L'apprentissage de la nuit	75
Une histoire des pratiques de sommeil	79
Historicité des pratiques de sommeil	79
Le cocouchage	87
Le paradoxe du sommeil : privatisation et devenir public ...	91
Des normes du corps	94

CHAPITRE III : CAPITALISME ET SOMMEIL.....	105
Marx, la journée de travail et les destins des besoins.....	105
Besoins naturels et besoins nécessaires.....	106
Pathologies de la surexploitation de la force.....	109
Les limites physiques.....	112
Le travail de nuit (1).....	114
Machinerie, sommeil et définition de la journée de travail ..	116
Politique des sommeils.....	119
A. Sommeil préindustriel et industriel.....	120
Le sommeil segmenté.....	120
La « consolidation du sommeil ».....	122
L'invention de l'insomnie.....	124
B. Changements d'usages ou aliénation du rythme?.....	126
Le sommeil segmenté, un phénomène naturel?.....	126
Sommeil, lumière et lumière artificielle.....	128
Insomnies.....	130
C. Émancipation et insomnie.....	134
Sommeil et capitalisme 24/7.....	137
Le sommeil, dernière frontière?.....	137
Coloniser l'espace.....	140
L'état le plus vulnérable.....	142
CHAPITRE IV : LA CONFIGURATION TRAVAIL-SOMMEIL.....	147
Les interdépendances travail-sommeil.....	147
État des lieux.....	148
Le travail de nuit (2).....	151
Tolérance et intolérance.....	156
Le travail de nuit des femmes.....	159
La complexité des tâches.....	161
Travail, vie psychique et rêve.....	165
Réel de l'inconscient, réel du travail.....	166
Rêves et sommeil au travail.....	168
Les rêves professionnels.....	171
Travail, rêve et cauchemar.....	179
CHAPITRE V : L'ENVIRONNEMENT DE SOMMEIL.....	185
Corps endormi et corps rêvant.....	189
Corps ouvert et corps fermé.....	192
Les rêves et la jambe.....	194

Les coordonnées de l'environnement de sommeil	196
La nuit	197
L'environnement sonore.....	202
Lumière et chaleur	204
Co-dormeurs et préparation au sommeil.....	207
Environnement actuel et ancien	210
Contexte politique, arrière-plan social	213
Des mondes sans sommeil.....	213
Le social dans le rêve.....	219
CHAPITRE VI : LES ESPACES DE SOMMEIL.....	227
Avoir un lieu.....	230
L'espace élémentaire du corps	230
Espace naturel et anthropologique	232
La base du sommeil	235
La position du corps endormi.....	238
L'exposition spatiale.....	240
La protection du lieu	242
Le lieu protecteur.....	242
Protection des lieux de sommeil.....	244
Dormir ailleurs.....	247
Les lieux impropres au sommeil.....	249
Dormir dehors.....	249
Dormir enfermé	257
Un lieu à soi. Espace et lieu de sommeil des femmes	262
Le lit comme fait social	263
Avoir une chambre et un lit à soi	265
CONCLUSIONS.....	271
Le monde du dormeur	271
Sommeil et individuation.....	275
Un sommeil qui soigne ?	276
BIBLIOGRAPHIE.....	281
TABLE DES MATIÈRES.....	295