

**UN RÉGIME CONTRE LA CORRUPTION : PERSPECTIVES
ALIMENTAIRES SUR LES FEMMES FRANÇAISES AU DIX-
HUITIÈME SIÈCLE**

**A REGIMEN AGAINST CORRUPTION: PERSPECTIVES ON WOMEN
AND DIET IN EIGHTEENTH-CENTURY FRANCE**

**UN RÉGIMEN CONTRA LA CORRUPCIÓN: PERSPECTIVAS
ALIMENTARIAS SOBRE LAS MUJERES EN LA FRANCIA DEL
SIGLO XVIII**

Chiara AZZARETTI*

Résumé

Le corps masculin à l'époque des Lumières était une entité pensée manipulable, capable en théorie de se perfectionner sous un régime alimentaire bien choisi. Pour les femmes, par contre, il n'était pas question de perfectibilité. Pour ces fragiles créatures, le but, moins ambitieux, était simplement de freiner ou retarder une corruption qui était considérée comme naturelle pour le corps féminin, plus délicat que son homologue masculin.

Se fondant sur un croisement de sources littéraires et scientifiques, cet article se donne pour but d'analyser les conseils alimentaires pour les femmes au dix-huitième siècle et de les contraster avec ceux qui étaient destinés aux hommes. Il en ressort deux visions différentes, voire opposées. Si l'homme peut, en raison de ce qu'il mange, vaincre et surpasser ses défauts physiques et moraux, la femme dans l'imaginaire scientifique de l'époque semble enchaînée à un corps faible et sensible.

Bien que les femmes n'exerçaient pas le même contrôle sur leurs choix alimentaires que les hommes, leur tâche était d'éviter la corruption morale plutôt que de se maîtriser de la manière de « l'honnête homme ». Cet article examine les sources littéraires et philosophiques du XVIII^e siècle pour dresser un portrait de l'alimentation du corps féminin idéal, et compare ces images avec les conseils donnés dans des textes qui traitent de l'éducation des filles. Il en ressort une lutte contre la « corruption » des corps féminins - parfois au sens littéral du terme, puisqu'on disait que certains aliments pourrissaient dans

* cazzaret@tulane.edu; Tulane University, Louisiana, United States.

le système digestif, mais le plus souvent dans une lutte symbolique contre l'excès, l'appétit et les mauvaises influences.

Mots-clés: femmes, alimentation, nourriture, Lumières, science.

Abstract

During the period of the Enlightenment, the male body was conceived as a manipulable entity, capable of perfecting itself under a well-chosen alimentary regimen. In contrast, for the more delicate female body this perfection was impossible: the central goal was to slow the corruption that was natural to the less robust female body.

In analyzing both literary and scientific sources, this article sets out to analyze dietary advice for women and contrast it with that which was intended for men. Two different, even opposing visions emerge: if men could overcome and surpass their physical and moral flaws through dietary modification, women in the scientific imagination of the time were doomed to inhabit a weak and overly sensitive body.

Although women did not exercise the same control over their food choices as men, their task was often to avoid moral corruption rather than to institute the self-mastery of the "honnête homme". This article examines 18th century medical and philosophical sources to paint a picture of the nourishment of the ideal female body, and compares these images with advice given in texts dealing with the education of girls. What emerges is a fight against the "corruption" of female bodies - sometimes in the literal sense of the word, as certain foods were said to rot in the digestive system, but more often in a symbolic fight against excess, appetite and bad influences.

Keywords: women, alimentary, food, Enlightenment, science.

Resumen

El cuerpo masculino en la Ilustración era una entidad manipulable, teóricamente capaz de perfeccionarse con un régimen alimenticio bien elegido. Para las mujeres, en cambio, no se trataba de la perfectibilidad. Para estas frágiles criaturas, el objetivo menos ambicioso era simplemente frenar o retrasar una corrupción que se consideraba natural para el cuerpo femenino más delicado que su contraparte masculina.

A partir de un cruce entre fuentes literarias y científicas, este artículo propone analizar los consejos dietéticos para mujeres en el siglo XVIII y contrastarlos con los destinados a los hombres. Surgen dos visiones diferentes, incluso opuestas. Si el hombre puede, a fuerza de lo que come, superar y superar su naturaleza, la mujer solo puede retrasar la de ella. A diferencia de los hombres, las mujeres en la imaginación científica de la época parecían encadenadas a un cuerpo débil y sensible.

Aunque las mujeres no ejercían el mismo control sobre sus elecciones de alimentos que los hombres, su tarea era evitar la corrupción moral en lugar del autocontrol a la manera del « hombre honesto ». Este artículo examina las fuentes literarias y filosóficas del siglo XVIII para [pintar un cuadro] de la nutrición del cuerpo femenino ideal y compara estas imágenes con los consejos que se dan en los textos que tratan sobre la educación de las niñas. El resultado es una lucha contra la "corrupción" de los cuerpos femeninos, a veces en el sentido literal de la palabra, ya que se decía que ciertos alimentos se pudrían en

el sistema digestivo, pero también en una lucha simbólica contra el exceso, el apetito y las malas influencias externas.

Palabras clave: mujeres, alimentación, comida, Ilustración, ciencia.

Dans les écrits du XVIII^e siècle sur la santé, il n'y a pas de consensus sur ce qui constitue un régime alimentaire idéal. Certaines de ces divisions sont liées à des différences globales dans les conceptions du corps: par exemple, les matérialistes stricts, comme Julien Offray de la Mettrie, pensaient que la nourriture était simplement le moyen de soutenir la mécanique du corps, une entité complexe mais finalement connaissable. D'autres, comme les vitalistes de l'école de Montpellier, maintenaient que la nourriture digérée était intégrée dans un système complexe de fluides dont les propriétés étaient uniques aux êtres vivants. Certains aliments et styles gastronomiques spécifiques ont également suscité des controverses: par exemple, les ragoûts du style Nouvelle Cuisine étaient à la fois loués par Voltaire et condamnés comme «des espèces de poissons»¹ par le Chevalier de Jaucourt dans l'*Encyclopédie* de Diderot et d'Alembert. Cependant, le fil conducteur de ces arguments variés était la conviction ferme que c'était possible d'améliorer l'état du corps par une attention particulière aux effets de la consommation et la modification ultérieure des habitudes alimentaires. Le régime alimentaire est devenu l'une des plus cruciales de ce que Michel Foucault appelle les « techniques du soi, » définies comme des systèmes de connaissances qui « permettent aux individus d'effectuer, seuls ou avec l'aide d'autres, un certain nombre d'opérations sur leur corps et leur âme, leurs pensées, leurs conduites, leur mode d'être ; de se transformer afin d'atteindre un certain état de bonheur, de pureté, de sagesse, de perfection ou d'immortalité.»² Les textes médicaux vulgarisés ainsi que les œuvres de fiction qui représentaient le régime alimentaire ont rendu les débats autour de la cuisine accessibles à un public plus large qu'auparavant, tandis que la

¹ Jaucourt, L., chevalier de, « Cuisine », *Encyclopédie, ou dictionnaire raisonné des sciences, des arts et des métiers, etc.*, eds. Denis Diderot and Jean le Rond d'Alembert, University of Chicago: ARTFL Encyclopédie Project (Autumn 2017 Edition), Robert Morrissey and Glenn Roe (eds), Tome 4, p. 537.

² Foucault, M., trad. Durant-Bogaert, F. «Technologies of the self», in Hutton, P.H., Gutman, H. et Martin, L.H., éd., *Technologies of the Self. A Seminar with Michel Foucault*, University of Massachusetts Press, Amherst, 1988, pp. 16-49.

stabilité et la diversité accrues du régime alimentaire européen ³signifiaient que le choix des aliments devenait une question pour le consommateur bourgeois individuel et non plus seulement pour les classes supérieures.

Les femmes étaient clairement incluses dans cette vision d'une société en cours de transition, mais leur présence au sein de cette nouvelle conception était généralement sous-entendue plutôt qu'explicitée par les écrits scientifiques contemporains sur le corps. Par exemple, dans les articles de l'*Encyclopédie* de Diderot et d'Alembert qui traitent de l'alimentation et de l'hygiène du corps, tels que « Régime », les femmes sont généralement reléguées à l'arrière-plan. Elles font partie de la catégorie des gens « faibles et délicats » qui comprend également la plupart des habitants des grandes villes et les hommes de lettres. Il est conseillé à tous ces êtres vulnérables d'être particulièrement vigilants en ce qui concerne la santé: « Toutes ces différentes personnes doivent continuellement s'occuper à compenser par la tempérance, la régularité dans leur manière de vivre, & les attentions sur ce qui regarde la conservation de leur santé, ce qu'ils perdent journellement de la disposition à jouir d'une vie saine & longue, par une suite naturelle de leur faiblesse naturelle ou de leur genre de vie »⁴. Bien qu'il y ait un élément de choix dans la fragilité des hommes de lettres ou des citoyens, les femmes sont en un sens condamnées par leur sexe à un statut de santé inférieur.

Cette faiblesse inhérente est un thème commun dans les écrits sur le corps des femmes, souvent lié à leur « sensibilité » excessive, qualité définie par Anne Vila comme le paradigme central du XVIIIe siècle. Dans son livre *Enlightenment and Pathology*, elle retrace l'évolution du terme depuis son utilisation initiale comme contrepartie émotionnelle de la qualité physique de l'irritabilité (c'est-à-dire réaction physique aux stimuli externes) dans un concept polysémique qui englobe une réactivité à la fois physique et émotionnelle.⁵

³ Spary, E., *Eating the Enlightenment: Food and the Sciences in Paris*, University of Chicago Press, Chicago and London, 2012, p. 51.

⁴ « Régime », *Encyclopédie, ou dictionnaire raisonné des sciences, des arts et des métiers, etc.*, eds. Denis Diderot and Jean le Rond d'Alembert, University of Chicago ARTFL Encyclopédie Project (Autumn 2017 Edition), Robert Morrissey and Glenn Roe (eds).

⁵ *La force vitale paradigmatique dont les actions pourraient être détectées dans toutes les fonctions corporelles, qu'elles soient saines ou morbides* (n.tr.) Vila, A, *Enlightenment and Pathology, Sensibility in the Literature and Medicine of Eighteenth-Century France*, Johns Hopkins University Press, Baltimore, 2002, p. 2.

La poursuite de l'équilibre du corps sensible est au centre du projet des physiiciens des Lumières tels que Samuel Auguste Tissot, principalement connu pour un traité contre la masturbation intitulé *L'onanisme* qu'il a publié en 1769. Bien que l'alimentation ne soit pas le sujet principal de Tissot, *L'onanisme* contient plusieurs chapitres dans lesquels Tissot explique en détail son point de vue sur l'alimentation. Tissot affirme que la satisfaction des désirs physiques a un effet destructeur sur le corps humain, et il préconise la même modération dans son alimentation que dans la sexualité : il faut trouver un juste milieu entre la viande « d'animaux jeunes, nourris dans de bons endroits »⁶ les légumes tendres, et les céréales pures qu'il conseille de manger « préparées et cuites en crème avec du bouillon de viande »⁷ pour en faciliter la digestion. Il met largement l'accent sur les dangers mortels de l'excitation du corps par l'ingestion des substances trop épicées, sucrées ou amères et il décrit ces substances comme particulièrement dangereuses pour les femmes. Le vinaigre est défendu, ainsi que la majorité des fruits. Il prétend qu'une femme serait tombée malade après avoir mangé trop de fruits rouges « vingt-quatre jours après une couche très heureuse » ; d'après lui, elle ne devait sa condition pitoyable qu'à son régime diététique : elle avait « le ventre était tendu au point de devenir livide ; elle était dans l'assoupissement, et son pouls presque imperceptible ».⁸

Si le corps féminin a parfois été relégué au second plan dans les textes médicaux et philosophiques des Lumières qui traitent de l'alimentation, il est toutefois souvent au centre des textes littéraires. Dans ses écrits sur la sexualité au XVIIIe siècle, Mary McAlpin soutient que les corps féminins littéraires servent de signal d'alarme à la dégradation culturelle dont les réponses sensées révèlent de profondes inquiétudes et préoccupations culturelles.⁹ Le même argument peut être étendu au domaine de l'alimentation et cela se retrouve en opposant deux personnages représentant deux visions extrêmement différentes de l'enfance : Sophie la future épouse du protagoniste fictif d'*Emile, ou de l'éducation* de Rousseau,

⁶ Tissot, S., *L'Onanisme: Ou Dissertation Sur Les Maladies Produites Par La Masturbation*, 1760, p. 158.

⁷ *Ibidem*, p. 164.

⁸ *Ibidem* p. 156.

⁹ McAlpin, M., *Female Sexuality and Cultural Degradation in Enlightenment France*, Routledge, 2012, p. 51.

et Marie Angélique Memmie LeBlanc, la « fille sauvage de Champagne » dont l'existence réelle est bien documentée mais dont l'importance symbolique et littéraire dépasse de loin sa durée de vie réelle.

Dans l'*Emile, ou de l'éducation* de Jean-Jacques Rousseau, le régime alimentaire est l'une des principales tactiques par lesquelles le narrateur accomplit son objectif, qui est d'assurer la force physique et l'irréprochabilité morale de son protégé. Il propose un régime qui privilégie les légumes et le bouillon à la viande et condamne le raffinement culinaire et l'artifice. Pour Emile, le plaisir de manger est permis lorsque la nourriture est simple et saine et que le repas fait suite à une activité physique vigoureuse: « L'exercice et la vie active nous feraient un nouvel estomac et de nouveaux goûts ... Tous nos repas seraient des festins, où l'abondance plairait plus que la délicatesse »¹⁰. Rousseau affirme au début du livre que les enfants de sexe masculin et féminin sont essentiellement indiscernables, mais son traitement du régime alimentaire de Sophie dans la dernière partie révèle cependant une conception nettement différente de l'éducation morale et physique des filles. Alors qu'Emile est censé être constamment stimulé et mis au défi, au point qu'il n'a pas le temps de penser à la nourriture, la tâche de la mère de Sophie est de transformer l'énergie naturellement exubérante de sa fille en patience et en discipline de soi. Cela est rendu plus difficile par la gourmandise naturelle de Sophie, mais également plus urgent, car selon Rousseau, l'abus de nourriture est particulièrement dangereux pour les femmes. « Ce penchant n'est point sans conséquence pour le sexe; il est trop dangereux de le lui laisser »¹¹ Une fille gourmande risque de se ruiner les dents et de prendre du poids, mais au-delà de ces considérations esthétiques, c'est aussi une forme de « sensualité basse » indigne du futur compagnon d'Emile. Malgré les dangers qui la guettent, Sophie arrive à trouver le droit chemin malgré les dangers qui planent sur elle ; son personnage permet d'illustrer les résultats moraux positifs de la réduction des appétits féminins dès le plus jeune âge: « Elle est devenue sobre par habitude, et maintenant l'est par vertu ».¹²

Malgré le danger potentiel d'une gourmandise incontrôlée, la jeune Sophie est un être essentiellement pur qui a besoin de correction plutôt que de réforme totale. Ses appétits ne sont pas en soi alarmants car ils

¹⁰ Rousseau, J. J., *Emile ou de l'éducation* in *Œuvres complètes de J.-J. Rousseau Tome II*, A. Houssiaux, Paris, 1852-1853, p. 629.

¹¹ *Ibidem*, p. 660.

¹² *Ibidem*.

correspondent parfaitement à ce que l'on attend de son sexe : même à l'âge adulte, elle privilégie les aliments légers, sucrés et sains: « Sophie a conservé le goût propre de son sexe; elle aime le laitage et les sucreries; elle aime la pâtisserie et les entremets, mais fort peu la viande; elle n'a jamais goûté ni vin ni liqueurs fortes »¹. L'effet général de cette description du régime alimentaire de Sophie est celui de la délicatesse ; elle ne consomme rien qui puisse la submerger ou l'enivrer, et ses préférences sont très différentes des plats robustes proposés à Emile.

Deux décennies plus tôt, le cas de la « fille sauvage » Marie-Angélique Memmie Leblanc avait montré l'effet déstabilisant et menaçant d'un jeune corps féminin qui ne correspondait à aucune des normes de consommation féminine élaborées par Rousseau. Bien que les détails de sa vie varient selon le récit, il est généralement convenu qu'en 1731, une enfant sauvage de sexe féminin fut trouvée dans la forêt près du village de Songy en Champagne, France². Elle suscita beaucoup d'enthousiasme comme exemple d'humanité non altérée par la société, mais il était également clair qu'elle était loin d'un idéal pastoral de l'état naturel. Elle était inhabituellement forte pour une fille de son âge, et attaquait violemment quiconque s'approchait d'elle. Certains doutaient même du fait qu'elle soit pleinement humaine : avant d'être capturée et envoyée à l'hôpital municipal Saint-Maur, on l'appelait dans le village « la bête du berger »³. Sa biographe, Madame Hecquet, affirme qu'elle a finalement été transformée en chrétienne francophone, mais que ses appétits posaient un obstacle persistant à son assimilation. Contrairement au goût naturel de Sophie pour le sucre et le lait, Marie-Angélique désirait des aliments crus, rugueux et même sanglants : selon Madame Hecquet, « Le plus difficile à réformer en elle, et peut-être le plus dangereux, ce fut la nourriture des viandes crues et saignantes, ou de feuilles, branches et racines d'arbres; son tempérament et son estomac accoutumés par l'usage continuel à des aliments crus et remplis de leur suc naturel, ne pouvoit se faire à des nourritures plus délicates, que la cuisson rend indigestes, suivant l'aveu de plusieurs Médecins »⁴. Malgré

¹ *Ibidem*.

² Douthwaite, J., *The Wild Girl, Natural Man and the Monster: Dangerous Experiments in the Age of Enlightenment*, University of Chicago Press, Chicago, 2002, p. 29.

³ *Ibidem*, p. 29.

⁴ Hecquet, *Histoire D'une Jeune Fille Sauvage: Trouvée Dans Les Bois À L'âge De Dix Ans*, Paris, 1755, p. 19.

ses difficultés, l'*Histoire D'une Jeune Fille Sauvage Trouvée Dans Les Bois À L'âge De Dix Ans* de Hecquet la dépeint comme une « sauvage » réformée avec succès, alors que d'autres récits de la vie de Marie-Angélique se concentrent plutôt sur la monstruosité de son régime préféré. Par exemple, Julia Douthwaite cite un épisode grotesque d'une histoire régionale écrit en 1788: lorsque Marie-Angélique se fixe sur une « femme extrêmement grosse » qui dîne du poulet à l'Hôpital, les spectateurs se rendent compte que ce n'est pas son dîner dont Marie-Angélique a envie, mais de manger de la chair humaine.¹

La figure «sauvage» de Marie-Angélique illustre une nuance importante dans les textes des Lumières qui prônaient un retour à un état « naturel » : plutôt qu'un retour à des conditions entièrement primitives, des auteurs comme Rousseau, Tissot et de Bordeu proposaient des mesures correctives contre les résultats des progrès de la société, tout en préservant les effets positifs de la raison et de la civilisation. *L'essai sur les maladies des gens du monde* de Tissot de 1770 dresse un tableau désastreux du citadin trop indulgent, surexcité, et tellement endommagé par son environnement et ses habitudes personnelles qu'il est incapable même d'accéder à la libération quotidienne du sommeil : contrairement au paysan qui mange simplement et dort profondément, « L'homme du monde agité par les affaires, les projets, les plaisirs, les chagrins, les regrets du jour, échauffé par la veille, les aliments et les boissons un estomac travaillé par le poids et âcreté des aliments, des vaisseaux pleins de sucs qui les irritent; l'inquiétude, le malaise, la fièvre se couchent avec lui »². Le remède diététique de Tissot pour ces troubles était un régime fade à base de lait qui évitait ce que Sidney Mintz appelle des «aliments drogues » comme le café et le sucre, ainsi que des saveurs fortes et des ragoûts lourds : en d'autres termes, tout ce qui était associé à l'étrangeté, à l'abus contre-naturel.

La valorisation de la simplicité alimentaire est mise en parallèle par Julie, l'héroïne de *La nouvelle Héloïse*, le roman épistolaire de Rousseau. Sous la direction sage de son mari, M. Wolmar, Julie se transforme d'une jeune amante passionnée en un modèle de vertu maternelle, et ses habitudes alimentaires décrites dans le roman constituent l'expression ultime de l'unité du naturel avec le raisonnable. Julie a déjà les goûts purs qui correspondent à

¹ Douthwaite, J., *op. cit.*, p. 39.

² Tissot, S., *Essai Sur Les Maladies Des Gens Du Monde*. 2e éd., François Grasset & Comp. Lausanne,, 1770.

son sexe - tout comme la jeune Sophie, elle aime le lait et le sucre, et elle évite la viande : « Elle n'aime ni la viande, ni les ragoûts, ni le sel, et n'a jamais goûté de vin pur: excellents légumes, les oeufs, la crème, les fruits, voilà sa nourriture ordinaire »¹. Cependant, elle ne se contente pas de suivre ses instincts naturels, mais modère son alimentation afin de réguler non seulement son propre corps mais le corps de chacun des habitants de son domaine de Clarens.

En particulier, Julie institue un rituel hebdomadaire de pâtisseries et de boissons non-alcoolisées (« quelques laitages, de gaufres, d'échaudés, de merveilles, ou d'autres mets du goût des enfants et des femmes »²) qu'elle sert aux femmes du domaine, y compris les domestiques. Saint-Preux, l'ancien amant de Julie, est profondément touché par le lien sentimental fort entre les servantes et la maîtresse pendant ce repas privé : « Fondée sur la confiance et l'attachement, la familiarité qui régnait...ne faisait qu'affermir le respect et l'autorité ; et les services rendus et reçus ne semblaient être que des témoignages d'amitié réciproque»³ Dans ce contexte, les sucreries fonctionnent comme un signe de la convivialité inhérent d'une occasion spéciale, et c'est Julie dans son rôle de centre moral et social de Clarens qui prend la décision de le distribuer : un geste d'hospitalité qui renforce en même temps sa position d'autorité vertueuse. Il y a pour Julie également une dimension de plaisir personnel dans la consommation du sucre, mais toujours modéré : une « volupté tempérante » qui est emblématique de sa caractère modèle. Dans l'*Emile*, Rousseau a souligné l'importance de la maternité, arguant que les mères qui nourrissent leurs enfants - physiquement par l'allaitement ainsi que moralement - sont la défense la plus sûre contre la dégradation de la société européenne: « Mais que les mères daignent nourrir leurs enfants, les mœurs vont se réformer d'elles-mêmes, les sentiments de la nature se réveiller dans tous les cœurs ... L'attrait de la vie domestique est le meilleur contre-poison des mauvaises mœurs »⁴. En tant que centre de la vie morale ainsi que de la distribution de nourriture chez Clarens, Julie assume le rôle de mère symbolique pour toute

¹ Rousseau, J. J., *Julie, ou La Nouvelle Héloïse*, in *Œuvres complètes de J.-J. Rousseau Tome II*, A. Houssiaux, Paris, 1852-1853, p. 283.

² *Ibidem*, p. 228.

³ *Ibidem*.

⁴ Rousseau, J. J., *Emile*, p. 406.

sa communauté, et sa sensibilité physique et émotionnelle bien régulée se reflète dans son environnement paisible et harmonieux.

L'article « Santé » dans l'*Encyclopédie* de Diderot et d'Alembert la définit comme étant un état qui correspond à ce que l'on attend de l'âge, du sexe et des circonstances d'un individu : «Ainsi on ne peut pas regarder comme en santé, quiconque ne peut pas exercer les fonctions convenables à son sexe, à son âge, & à la circonstance....de même que c'est aussi contraire à l'idée de la santé d'exercer des fonctions qui ne conviennent pas, qui sont déplacées. ».¹ Dans les textes médicaux, philosophiques et littéraires du XVIIIe siècle, les femmes sont soumises à un certain niveau de déterminisme biologique, et elles sont considérées comme malsaines et même dangereuses si leurs goûts et leur consommation ne correspondent pas à ce que l'on attend de leur sexe. Les désirs déplacés, qu'il s'agisse d'un goût pour la viande ou d'une attirance sexuelle non normative, étaient profondément déstabilisants pour l'ordre social, tandis que la consommation normative était étroitement liée à la vertu. Bien qu'elles soient souvent reléguées au second plan dans les traités médicaux, à travers le rôle de la maternité, les femmes se sont également vu attribuer une responsabilité vitale de transmettre les principes d'hygiène morale à leurs enfants, et cette tâche morale avait une importance qui dépassait de loin la prétendue faiblesse de leur sexe.

Bibliographie

Douthwaite, J., *The Wild Girl, Natural Man and the Monster: Dangerous Experiments in the Age of Enlightenment*, University of Chicago Press, Chicago, 2002

Foucault, M., trad. Durant-Bogaert, F. «Technologies of the self», in Hutton, P.H., Gutman, H. et Martin, L.H., éd., *Technologies of the Self. A Seminar with Michel Foucault*, University of Massachusetts Press, Amherst, 1988

Hecquet, Mme., *Histoire D'une Jeune Fille Sauvage: Trouvée Dans Les Bois À L'âge De Dix Ans*, Paris, 1755

Jaucourt, L., chevalier de, « Cuisine » *Encyclopédie, ou dictionnaire raisonné des sciences, des arts et des métiers, etc.*, eds. Denis Diderot and Jean le Rond d'Alembert. University of Chicago: ARTFL Encyclopédie Project (Autumn 2017 Edition), Robert Morrissey and Glenn Roe (eds), Tome 4, p. 53

McAlpin, M., *Female Sexuality and Cultural Degradation in Enlightenment France*, Routledge, 2012

¹ « Santé », *Encyclopédie, ou dictionnaire raisonné des sciences, des arts et des métiers, etc.*, eds. Denis Diderot and Jean le Rond d'Alembert, University of Chicago ARTFL Encyclopédie Project (Autumn 2017 Edition), Robert Morrissey and Glenn Roe (eds).

« Régime », *Encyclopédie, ou dictionnaire raisonné des sciences, des arts et des métiers, etc.*, eds. Denis Diderot and Jean le Rond d'Alembert, University of Chicago ARTFL Encyclopédie Project (Autumn 2017 Edition), Robert Morrissey and Glenn Roe (eds).

Rousseau, J. J., *Emile ou de l'éducation* in *Œuvres complètes de J.-J. Rousseau Tome II*, A. Houssiaux, Paris, 1852-1853

Rousseau, J. J., *Julie, ou La Nouvelle Héloïse* in *Œuvres complètes de J.-J. Rousseau Tome II*, A. Houssiaux, Paris, 1852-1853

Sparry, E. C., *Eating the Enlightenment: Food and the Sciences in Paris*, University of Chicago Press, Chicago and London, 2012

Tissot, S. A. A. D., *Essai Sur Les Maladies Des Gens Du Monde*. 2e éd., François Grasset & Comp. Lausanne, 1770

Tissot, S. A. A. D., *L'Onanisme: Ou Dissertation Sur Les Maladies Produites Par La Masturbation*, Marc Chapuis, 1769

« Santé », *Encyclopédie, ou dictionnaire raisonné des sciences, des arts et des métiers, etc.*, eds. Denis Diderot and Jean le Rond d'Alembert, University of Chicago ARTFL Encyclopédie Project (Autumn 2017 Edition), Robert Morrissey and Glenn Roe (eds)