

Si on étudie par exemple le travail musculaire d'un doigt, on voit que ce travail est beaucoup augmenté, si on y associe les mouvements d'une autre partie du corps, de la main du côté opposé ou du membre inférieur du même côté par exemple.

L'influence de l'activité associée se manifeste encore dans le fait suivant.

L'action de compter "un, deux" à haute voix, en suivant le rythme du métronome pendant le travail ergographique en exalte aussi la valeur. C'est une action réalisée chez les militaires dans les marches, chez un grand nombre de manœuvres, surtout dans les travaux de force exécutés en commun, par des chants cadencés, suivant un rythme approprié aux mouvements du travail. Dans cette circonstance, l'excitation ne paraît pas seulement obtenue par le fait de l'activité associée mais aussi par le bruit. Il se produit aussi une excitation manifeste lorsque c'est une autre personne qui scande le rythme à haute voix.

Si l'exercice de la parole peut exciter la capacité motrice des membres, l'exercice des membres peut aussi venir au secours de la fonction verbale. Des mouvements des membres qui n'ont même aucune signification métaphorique viennent souvent au secours de la mémoire verbale défaillante.

Sous l'influence de l'exercice modéré, les réflexes tandineux s'exagèrent, tandis qu'ils peuvent diminuer jusqu'à l'abolition sous l'influence de la fatigue. L'excitabilité électrique des muscles augmente ou diminue dans les mêmes conditions.

L'utilisation des mouvements comme excitants est du reste une acquisition instinctive plus ancienne que l'homme. Le chimpanzé comme les anciens athlètes se bat la poitrine pour s'exciter au combat ; et l'observation populaire qui enregistre les phénomènes physiologiques dans les métaphores a introduit dans le langage une expression qui figure heureusement le mal que se donnent ceux qui veulent s'exciter : se battre les flanes.

L'effet excitant général de l'exercice des membres a été relevé par ceux qui ont étudié la psychologie des sports. Akopenko et Lazourski ont constaté que les mouvements de la marche accélèrent les processus psychiques simples.

Ces faits montrent qu'on peut trouver le plaisir dans le travail le plus exclusivement mécanique, abstraction faite de toute considération du produit. Un travail modéré produit