Le sommeil du juste – Psaume 4



Psaume 4, 9 : Le sommeil du juste !

En paix, je me couche en même temps que je m'endors !

Car toi (seul), le seul Yhwh, tu me fais demeurer (habiter) en confiance (sécurité)

Cette traduction, plus littérale, essaye de rendre compte d'un verset qui, mine de rien, n'incite guère au sommeil, mais bien plus à l'insomnie, tellement chacun de ses termes est lourd de sens… Invitation à une petite immersion dans ce texte riche avant de s'écrouler de fatigue :

Les Psaumes

Dans sa forme finale, ce que l'on nomme le Psautier, est d'un point de vue littéraire une anthologie de divers textes. Les éditeurs ont recherché des œuvres variées qu'ils ont regroupées selon un classement bien précis et théologique. Le recueil est, par exemple, divisé en cinq collections débutant par un prologue (Psaume 1) et ouvrant sur un épilogue (Psaume 150). Les 5 collections 1. Psaumes 2 à 41 ; 2. Psaumes 42 à 72 ; 3. Psaumes 73 à 89 ; 4. Psaumes 90 à 106 ; 5. Psaumes 107 à 149. Notre extrait est la conclusion du Psaume 4, qui se situe dans la première collection. Par la symbolique du cinq, les compilateurs des Psaumes signifient que le Psautier est un enseignement primordial dans le domaine liturgique. Mais revenons à nos moutons que nous allons compter, cherchant vainement le sommeil, une fois l'ensemble du Psaume 4 parcouru…

Psaume 4

Le psaume fait partie de la collection des Psaumes dits de « confiance » où un croyant harcelé par son entourage, se sait exaucé par Dieu en milieu hostile. Il vaut la peine de parcourir tout le chemin pour vraiment comprendre sa conclusion au verset 9.

- v. 1 : *Indications de la provenance, du genre musical et de la dédicace…*
- v. 2 : Invocation à Dieu du plaignant comptant sur la justice divine !
- v. 3 : Reproches à ceux qui le calomnient par des paroles mensongères et creuses -*Pause*-
- v. 4 : Le Seigneur entend la plainte du fidèle
- v. 5 : Ceux qui parlent trop, mettez-la en veilleuse car la nuit porte conseil une fois que vous aurez ruminé tout cela en vos cœurs… -*Pause*-
- vv. 6-7 (eux) : Les actes de justice contribuent au bonheur des individus…
- v. 8 (moi) : Le bonheur est dans mon cœur et non dans les temps de prospérité !
- v. 9 : Une fois cela intégré, je dors du « sommeil du juste » !

L'on constate que jusqu'au verset 5, celui qui parle, crie, supplie, invoque… dénonce une situation de stress où des gens mal intentionnés lui mettent la pression ! Ce n'est qu'une fois qu'il les réduit au silence – en tous cas il en a fermement l'intention – qu'il leur indique une voie à suivre et qu'il sombre dans un sommeil profond et non plus peuplé de cauchemars.

Psaume 4, 9 ou comment passer de l'insomnie au sommeil réparateur ?

Comment cet individu peut-il passer du stade du harcèlement et de la médisance à un abandon à la confiance divine ? Comment peut-il se calmer intérieurement en un temps record, alors que je mets un temps fou à réduire cette nervosité qui ne me quitte pas ? Cette conclusion, en guise de *happy end*, contient différents thèmes, regroupés de manière condensée ici :

- Le *shalom* (la paix) qui n'est pas simplement un état de non-guerre, mais bien cette condition ultime où plus rien ne saurait m'atteindre…
- Le processus de se coucher implique une attitude physique, mais également une symbolique forte. Se coucher à terre évoque l'idée d'être renversé de son trône, de la position d'être humain debout et digne… L'acte dernier étant la mort à travers la fameuse expression du Livre des

Rois : « *Il se coucha avec ses pères…* »

- L'endormissement est vu comme un processus dangereux qui place l'humain en situation de grande vulnérabilité. Selon l'Ancien Testament c'est l'apanage du paresseux et de l'indolent, sans cesse fatigué et très mal vu par la littérature de sagesse…
- S'asseoir, s'installer, se laisser mettre en place, habiter, demeurer sont inhérents à la sédentarisation de l'individu. C'est tout de même vu comme un grand luxe à cette époque ou le commun des mortels passe le plus clair de son temps dans des activités agricoles ou en chemin, à gagner sa « croûte ». La sédentarisation reste une affaire de « riches »… C'est lorsque l'on a le temps de se poser de tout son long que la machine à « ressasser » démarre…
- Pour avoir accès à cette sédentarisation, il faut un climat de confiance et se sentir en sécurité… Du style : « Prière de ne pas déranger… »

La qualité de la literie à l'époque

L'humain ordinaire, en ces temps bibliques, dormait quotidiennement à même le sol sans véritable confort. Quelquefois on pouvait utiliser une simple natte, que l'on roulait en journée ou emportait en voyage, comme « tapis de sol » contre l'humidité. Il n'y avait pas vraiment de pièce réservée au couchage et la famille au sens large dormait ensemble. Les « riches » avaient néanmoins des lieux « privés et climatisés » – chambres hautes – avec de véritables cadres de lits, assortis de matelas fins et d'une literie raffinée. L'humble devait se contenter d'une couverture ou de son long manteau dont il pouvait se recouvrir… A part le mobilier de luxe qui possédait une sorte de porte-nuque, il n'y avait pas non plus d'oreiller pour poser sa tête… En général, le repos est considéré comme quelque chose de mérité après une rude journée de labeur, mais il met aussi l'individu en position de fragilité… En effet, la nuit est le royaume des démons où rodent tous les dangers. Pour cette raison, Dieu ne dort jamais… Il est sans-cesse sur le qui-vive ! Etant donné la mortalité très importante, sombrer dans le sommeil pouvait aussi impliquer ne plus se réveiller le lendemain ! Il semblerait que les gens de l'époque avaient plutôt le sommeil léger et qu'ils se méfiaient de cette tentation de sombrer dans les bras de « Morphée ». D'ailleurs ceux qui y ont cédé, sont plutôt raillés dans les textes ou ont pâti de certaines conséquences désagréables (jugement peut-être un peu trop subjectif) :

- Dieu envoie Adam faire la sieste et il en ressort sans côte, mais avec une

partenaire…

- Elie ridiculise Baal parce qu'il dort et qu'il a du mal à se réveiller…
- Samson s'endort sur les genoux de Dalila et se retrouve « chauve » …
- Jonas dort à fond de cale pendant que la tempête menace…
- A plusieurs reprises dans le nouveau Testament, ceux qui veillent sont valorisés au détriment de ceux qui s'endorment…

Et nous, ça nous parle ?

Un rap des années 80 qui décrit bien nos situations

Ce précurseur dans le domaine peut être un point de départ pour amorcer les discussions avec des adultes ou des enfants :

Cinq heures du mat' j'ai des frissons/Je claque des dents et je monte le son
Seul sur le lit dans mes draps bleus froissés/C'est l'insomnie, sommeil cassé
Je perds la tête et mes cigarettes/Sont toutes fumées dans le cendrier
C'est plein d'Kleenex et d'bouteilles vides

J'suis tout seul, tout seul, tout seul…

(**Chagrin d'amour : « Chacun fait c'qui lui plait… »)**

Questions à débattre avec les jeunes

- Pour beaucoup d'entre nous c'est l'insomnie, sommeil cassé… Le stress, les soucis, les rumeurs, les critiques, la pression des résultats, la responsabilité croissante, la peur d'un avenir incertain ; voilà déjà de quoi alimenter le débat…
- Mais aussi tous ces simulateurs qui, sans cesse, nous maintiennent en éveil : les ordinateurs, les smartphones, les téléviseurs, les SMS et autres notifications sonores à toute heure de la nuit… N'est-ce pas une forme de harcèlement à laquelle nous nous soumettons de bon gré et comment la surmonter ?
- Tous ces stimuli ressemblent à un train de jour et de nuit qui ne cesserait de rouler, à fond, vers nulle part sans arrêt ni but… Le tout serait de nous maintenir éveillé pour ne plus être en état de penser ?
- Si les adultes ont le sommeil agité, beaucoup d'enfants également. Cette idée, des démons de la nuit, se retrouve dans leurs cauchemars et peurs…

- Le *doudou* n'est-il pas cet « objet » de confiance que l'on traîne avec soi dans des endroits inconnus ?
- Et si foncer, éveillé et toujours sollicité, était une manière d'oublier Dieu, d'oublier de trembler, de peser les choses, d'avoir peur, trembler de vigilance face à moi-même et me retrouver seul avec mon « cœur » ?
- Qu'est-ce qui perturbe ma vie et m'interdit le repos ? La routine, la vitesse, le désir, la norme, l'opinion des autres, la barre que je me place trop haute ?

Et si cette confiance (sécurité) offerte en Dieu, rendait l'humain qui tremble et fuit en avant, soudain capable de vivre sa propre solitude et ses limites en les déposant dans son cœur et justifié devant Dieu ? *En paix, je me couche en même temps que je m'endors ! Car toi (seul), le seul Yhwh, tu me fais demeurer (habiter) en confiance (sécurité) !*

Crédit Frédéric Gangloff (UEPAL) – Point KT