



Dormir du sommeil du juste...

Pont-St-Esprit, dimanche 11 août 2024

Psaume 4

Chers toutes et tous,

Nos pensées vont vers vous qui partagez fidèlement à distance nos cultes dominicaux.

En cet été caniculaire, la chaleur ne nous aide pas à dormir. Mais est-ce uniquement cela qui perturbe nos nuits ?.

ACCUEIL

Nos vies sont agitées. Nos nuits parfois aussi...

Les soucis et les fardeaux ne nous épargnent pas.

Nous vivons dans l'anxiété de ne pas pouvoir nous acquitter de ce que les autres attendent de nous. Et ces angoisses nous hantent souvent jusque dans notre sommeil. C'est dans ces moments qu'il est vital de pouvoir s'arrêter pour un temps de ressasser nos peurs.

Le temps d'un culte, pourquoi pas ?

Pour y déposer nos soucis, nos fatigues et nos cauchemars.

Pour nous laisser accueillir par le Christ ressuscité, et vivant.

Pour y recueillir une parole qui nous rassure et nous justifie.

Le Christ nous accueille ce matin.

La paix du Père, l'amour du Fils, la consolation de l'Esprit-Saint nous sont offerts pour que nous vivions ce culte le cœur au repos, et l'esprit apaisé.

Amen

LOUANGE

Seigneur, merci,

car en toi nous trouvons du repos.

De tes ailes, tu fais un abri, et sous tes plumes nous nous réfugions.

Tu nous offres un secours dans la détresse, le calme dans l'agitation de nos pensées.

Dans le désert que sont parfois nos vies, tu fais jaillir un eau qui désaltère, comme au temps de Moïse.

En toi, nous pouvons vivre ce repos du corps et de l'esprit, en nous tenant près de ta source paisible.

Merci pour ce repos, qui n'est ni paresse, ni nonchalance, ni indifférence.

Écartés de l'emballement de ce monde, nous nous tenons à l'écart de la précipitation et des actions stériles.

Voici que nous sommes restaurés, que le verbe aimer reprend sens,
Que nos yeux se lèvent, et que nos cœurs bondissent.
Il n'y a qu'avec toi que nous goûtons à ce repos vivifiant, à la douce puissance de la grâce.

Soit loué, Seigneur. Alléluia

A L'ÉCOUTE DE SA PAROLE

Que le Saint-Esprit vienne illuminer nos intelligences, et que la place disponible dans nos cœurs soit remplie par toutes les paroles que nous allons entendre. Qu'elles soient pour nous paroles de vie, paroles de Dieu, source d'apaisement et de quiétude.

Amen

Psaume 4

1 *Du chef de chœur, avec instruments à cordes. Psaume de David.*

2 Quand j'appelle, réponds-moi, Dieu, ma justice !

Dans la détresse tu m'as soulagé ; par pitié, écoute ma prière.

3 Hommes, jusqu'où irez-vous dans le mépris de ma gloire, l'amour du vide et la poursuite du mensonge ? *Pause.*

4 Sachez que le SEIGNEUR a mis à part son fidèle ;
quand j'appelle le SEIGNEUR, il m'écoute.

5 Frémissez et ne péchez pas ; sur votre lit réfléchissez, et taisez-vous. *Pause.*

6 Offrez les sacrifices prescrits, et comptez sur le SEIGNEUR.

7 Ils sont nombreux à dire : « Qui nous fera voir le bonheur ? »

– Fais lever sur nous la lumière de ta face, SEIGNEUR ! –

8 Tu m'as mis plus de joie au cœur
qu'au temps où abondaient leur blé et leur vin.

9 Pareillement comblé, je me couche et m'endors,
car toi seul, SEIGNEUR, me fais demeurer en sécurité.

Chers frères et sœurs,

Après vous avoir épuisés dans le stade et sur le ring la semaine dernière¹, je vous devais bien une bonne nuit de repos !

Parlons-en justement, de nos nuits. Qu'entend-on par dormir du sommeil du juste ?

Le sommeil est à la fois nécessaire, et mystérieux. Il peut être réparateur comme il peut se dérober dans nos nuits d'insomnies. Il peut nous régénérer comme il peut nous faire errer dans les ténèbres de la nuit, peuplées d'angoisses et de cauchemars.

Ce Psaume 4 que nous avons lu fait partie des Psaumes dits *de confiance*. Face au harcèlement dont il est victime, l'auteur supplie Dieu de le protéger. Justifie-moi ! Donne-moi raison face à mes détracteurs ! Mais Dieu veille sur lui, il en est certain. Et fort de cette assurance, il trouve le courage de leur clouer le bec.

1 Voir notre prédication « Vivre en chrétien, c'est du sport » du dimanche 4 août, à lire sur <https://bagnols-pont.epudf.org/predications/>

« Taisez-vous ! Le bonheur n'est pas comme vous le prétendez dans vos plaisirs matériels et éphémères, dans vos festins bien arrosés ! Accordez-vous plutôt une nuit de réflexion et faites votre examen de conscience !
Le bonheur, la félicité, c'est cette confiance que j'ai et qui remplit cet espace en moi qui n'appartient qu'à Dieu. Et quand j'ai compris cela, moi, je dors du sommeil du juste... »

Et quand j'ai compris quoi ? Quel rapport entre la confiance en Dieu et un sommeil apaisé ? Le sommeil du croyant est-il plus serein ? Dort-il toujours sur ses deux oreilles ?

Essayons de comprendre comment notre homme passe si facilement de l'insomnie au sommeil réparateur.

Le sommeil est dans la Bible le repos indispensable pour celui qui a travaillé. « **Doux est le sommeil de l'ouvrier, qu'il ait mangé peu ou beaucoup ; mais la satiété du riche, elle, ne le laisse pas dormir².** » Qui dors dîne, semble nous dire le prophète Qohéleth, mais il n'en est pas de même pour les nantis. Leurs richesses les préoccupent, au point de ne plus en dormir la nuit. Et ce malgré la chance qu'ils avaient à l'époque de ne pas dormir par terre sur une natte, mais de pouvoir se payer des lits, des matelas confortables, des coussins comme oreiller.

La foi dans la protection et la justice divine est pour le psalmiste la clef d'un sommeil apaisé. Vouloir se reposer est pleinement justifié, car c'est un commandement de Dieu. Lui même s'est reposé le septième jour. Et notre homme sait que Dieu veille sur lui continuellement. « **Le Seigneur est celui qui te garde. Vois, il ne sommeille ni ne dort celui qui garde Israël. Pendant le jour, le soleil ne te frappera pas, ni la lune pendant la nuit³** », nous rappelle le Psaume 121.

Et cette confiance est indispensable, car le sommeil, dans les temps anciens, est un état qui flirte dangereusement avec la mort. Ne disait-on pas alors que les défunts « s'endormaient avec leur pères » ?

Même notre mot « cimetière » est issu du grec κοιμητήριον (koiméterion), qui veut dire dortoir, et du verbe κοιμάω (koimaô) qui signifie dormir.

Jésus aussi a filé cette métaphore : « **Ne pleurez pas; elle n'est pas morte, mais elle dort⁴** », dit-il à Jaïrus qui croit que sa fille malade est décédée. « **Lazare, notre ami, s'est endormi, mais je vais le réveiller⁵** », dit encore Jésus de celui qu'on avait pourtant déjà enseveli.

Et ne dit on pas du Christ qu'il s'est réveillé d'entre les morts ? Εγείρω (égeirô), en grec, signifie se réveiller, mais aussi ressusciter.

Saint-Augustin, Luther, Calvin et de nombreux autres ont écrit et récité des prières qui le soir venu, confiaient leur âme et leur sommeil à Dieu...

2 Qohéleth 5,11

3 Psaume 121

4 Luc 8, 52

5 Jean 11,11

Car le sommeil, depuis longtemps, est considéré dangereux car c'est un moment de fragilité, de grande vulnérabilité.

- Plongé dans sa torpeur, Adam ne s'est rendu compte de rien. Et il s'est réveillé avec une côte en moins, et une compagne en plus !
- Le Prophète Élie ridiculise le Dieu Baal que même les invocations de 400 prophètes n'arrivent pas à réveiller !
- Samson s'est endormi auprès de Dalila, pour se réveiller chauve et sans force.
- Jonas dort dans la cale du bateau pris dans la tempête et risquant de couler,

et dans le Nouveau Testament, ceux qui savent veiller sont valorisés, à l'inverse des disciples qui s'endorment au lieu de prier à Gethsémani.

Dormir pouvait même avoir de fâcheuses conséquences !

Les grasses matinées et les siestes à rallonge étaient, pour le paresseux, la route toute tracée vers la pauvreté et l'exclusion sociale. « Tu veux prendre un peu de sommeil et t'assoupir un petit moment ? tu restes un peu étendu en te croisant les bras ? Pendant ce temps, la pauvreté te surprendra comme un rôdeur, et la misère comme un pillard⁶. », ironise le livre des Proverbes.

S'endormir en état d'ivresse pouvait mener à des actes irresponsables. C'est le cas de Noé, qui enivré par son vin, s'endort nu à la vue de son fils Chem⁷.

Le livre de la Genèse nous raconte aussi comment les deux filles de Loth firent boire leur père pour ensuite coucher avec lui et tomber enceintes⁸...

Pourtant, le sommeil a du bon car c'est aussi le pays des rêves. Des rêves qui autrefois étaient considérés comme des messages reçus de Dieu, même si l'on sait aujourd'hui qu'ils sont plutôt le reflet du travail de notre inconscient.

Les cauchemars avaient pour rôle de révéler ceux dont le cœur était coupable. Mais les rêves jouaient aussi un rôle décisif dans la Bible :

- En Genèse 28, Jacob, endormi, rêve d'une échelle sur laquelle montent et descendent les messagers de Dieu. « Dieu était ici, et je ne le savais pas », dit-il à son réveil avant de fonder sur place le premier sanctuaire de Bethel⁹.

- Puis Joseph, fils de Jacob, fut vendu par ses frères, irrités par ses rêves de supériorité au sein de la fratrie¹⁰. Il gagna sa notoriété auprès du Pharaon en interprétant son rêve de sept vaches grasses, et de sept vaches maigres.

- « Vos fils et vos filles prophétiseront, vos vieillards auront des songes, et vos jeunes gens des visions¹¹. » annonce le Prophète Joël, etc..

Jusqu'au dernier des rêveurs, Joseph, l'époux de Marie, averti par Dieu en songe alors qu'il s'apprêtait à répudier sa fiancée¹².

Enfin, la Bible file évoque aussi le réveil comme moment de la conversion, de l'éveil du cœur.

6 Proverbes 6, 10-11

7 Genèse 9, 20-22

8 Genèse 19, 35-36

9 Genèse 28, 10-20

10 Genèse 37

11 Joël 2, 28

12 Matthieu 1, 20

« Réveille-toi, Jérusalem, réveille-toi vite, retrouve ta vigueur. Sion, ville sainte, mets tes plus beaux habits. (...) Tu es couverte de poussière, secoue-toi, Jérusalem. Debout, et reprends ta place, Sion la prisonnière, libère-toi des liens qui enserrant ton cou¹³. » Voilà ce que criait le Prophète Ésaïe pour appeler le peuple de Judée à sa renaissance et donner le départ du retour des exilés à Jérusalem.

Dans le Nouveau Testament, le réveil des cœurs est synonyme de conversion. C'est l'origine du nom de cette période du 19^e siècle en France, le Réveil, où les protestants ont voulu contrer l'héritage des Lumières et son culte de la Raison et de la science. Ils voulaient redonner vigueur à la lecture de la Bible qui disparaissait, et faire à nouveau place à la piété et à l'émotion. Il voulait redonner sa légitimité à la foi et à l'expérience religieuse, dans tout ce qu'elle pouvait avoir d'irrationnel.

Mais alors, après toutes ces pérégrinations historiques et bibliques, qu'en est-il du sommeil de nos jours, au 21^e siècle ?

Aucun de nous, je pense, ne peut prétendre s'endormir chaque jour serein pour un tout de cadran salvateur. Bien des choses peuvent nous empêcher de trouver le sommeil !

Il y a ces *stimuli* qui sont nos ennemis au moment de se coucher : la télévision, les écrans et leur lumière bleue, un souper trop riche, ou le sport en fin de journée qui fait monter notre taux d'adrénaline.

Il y a la chaleur, surtout en ce moment, alors que l'on sait que le corps doit abaisser sa température pour trouver le sommeil.

Et puis il y a l'insomnie, conséquence de l'incroyable machine à ressasser qui se met en marche lorsque notre corps et notre esprit se relâchent. Soucis, critiques, regrets, angoisses, charge mentale : tout à coup, tout nous semble surdimensionné et hante notre esprit qui aspirait pourtant au repos. « Notre époque pourrait s'appeler l'âge de l'anxiété », suggère le poète anglais Wystan Hugh Auden. Même les enfants, au coucher, craignent de s'endormir sans ce doudou qui les aide à se détendre et à se sentir protégé.

Et lorsque nous parvenons à trouver le sommeil, notre inconscient prend le relais pour mettre en scène toute cette agitation dans nos rêves !

Quelle est la solution contre ces nuits d'insomnies ? Je ne l'ai pas vraiment, et en tant que pasteur, je ne peux pas vous faire d'ordonnance de Valium ou vous prescrire de la mélatonine.

Le seul conseil que je peux vous proposer, c'est celui de notre psalmiste : « **Sur votre lit réfléchissez, et taisez-vous. Offrez les sacrifices prescrits, et comptez sur le SEIGNEUR¹⁴** ».

Non pas qu'une simple prière de repentance soit le remède à nos insomnies. Mais cet ordre nous suggère plusieurs choses :

13 Ésaïe 52, 1-2

14 Psaume 4, 5-6

D'abord, Dieu nous justifie dans notre besoin de dormir. Lui-même s'est reposé, et un sommeil réparateur est vital, pour notre physique comme pour notre mental.

Ensuite une vie dé-préoccupée de notre salut, en accord avec ce que notre foi nous dicte, est une vie sereine et comblée dont les actes ne nous tourmenteront pas au moment de trouver le sommeil. Notre psalmiste nous suggère de surmonter notre anxiété en nous confiant à Dieu. La foi crée en nous un espace où il devient possible de lâcher prise, d'abandonner sans crainte la maîtrise de nos vies. Alors, nous nous calmons et pouvons nous endormir en paix.

Enfin, ce temps de l'endormissement est aussi celui de la confiance ultime. Confiance en un Dieu qui veille sur nous, sur notre nuit comme sur toute notre vie. Nous sommes rassurés d'être guidés pour faire les bons choix, les bonnes actions, même si elles nous attirent les critiques de notre entourage. Nos journées nous font nous coucher comblés, rassurés, et trouver enfin le sommeil du juste.

Ce Psaume 4 est chanté dans de nombreux monastères au moment des Complies, les prières du soir. Peut-être est-ce aussi une invitation à prendre le temps de la prière avant de s'endormir. Une prière silencieuse, une prière rituelle dont le rythme rassurant nous calme. « *En nous abandonnant à l'Esprit-Saint, nous allons trouver la voie qui va de l'inquiétude à la confiance*¹⁵ » écrivait Frère Roger, de Taizé.

Voici comment Soeur Danielle des Diaconesses de Strasbourg, nous invite à prier à l'orée de nos nuits :

A la fin du jour, au moment de mon coucher,
Seigneur, je te confie ma maison.
Je te confie tous les miens, grands et petits,
Et tous ceux qui veillent dans la nuit.
Donne aux uns le repos, aux autres la sérénité.
Viens Seigneur, réconforter le malade et le découragé.
Viens Seigneur fortifier celui que le travail a épuisé.
Dans le secret de la nuit, tu visites et tu guéris,
tu renouvelles et tu relèves.
Merci pour ta garde.
Dans mon sommeil, tu veilles et tu me prépares un jour nouveau.
Amen¹⁶.

CONFESSON DE FOI

Dans un monde angoissé pour son avenir,
Je crois en ce Dieu éternel, semeur de paroles d'espérance.
Là où le mal abonde, il sème et sa grâce, mystérieusement, jaillit et surabonde.
Là où nous vivons en déracinés,
il sème encore, et les éclats de sa parole éclairent notre marche.
Là où nos soucis nous rongent, il sème toujours,
ouvrant une brèche dans nos murs d'anxiété.
Je crois en Dieu, éternel semeur,
qui est venu à nous par Jésus-Christ, et nous fait grandir dans la foi par l'Esprit-Saint, pour que nous portions le fruit de son insatiable bonté. Amen.

¹⁵ Cité dans Xandi BISCHOFF, *Des Psaumes à distiller*, Olivetan, Lyon, 2022, p.172

¹⁶ Soeur Danielle dans *Prières*, Olivetan, Lyon, 2012, p. 453

PRIERE D'INTERCESSION

Seigneur, en Église, nous te prions :

Nous te prions pour ceux qui ont mis leur confiance en toi, et pour nous-mêmes.
Éclaire-nous et ouvre nos cœurs au dialogue avec nos frères en humanité.
Tu nous renouvelles par le don de ton Esprit.
Tous nous a confié l'annonce de ton Évangile,
Merci de nous soutenir dans ce chemin de vie.

Nous te prions pour celles et ceux qui souffrent dans leur corps et dans leur esprit.
Nous te prions pour ceux que la société ne veut plus reconnaître car ils n'entrent pas dans nos modèles,
Seigneur, donne-nous de voir les autres comme tes enfants et d'œuvrer au dialogue fraternel.

Pour aujourd'hui et pour demain,
Nous voulons apprendre à reconnaître et à nommer nos peurs,
celles qui nous empêchent d'entrer dans le repos en toi.
Nous voulons aussi apprendre à vivre, sel de la terre, signes de ton Royaume,
Intégrés au milieu des hommes.
Fais que nous soyons unis, un en nous-mêmes, un avec nos familles respectives, un avec nos frères et sœurs les humains sur cette terre.
Ensemble, aide-nous à habiter tes promesses, dans l'attente de ton retour,
Fais toutes choses nouvelles dans nos cœurs et dans le monde.
Ensemble, nous t'adressons cette prière que ton fils Jésus nous a apprise :

Notre Père, qui es aux cieux,
que ton nom soit sanctifié, que ton règne vienne,
que ta volonté soit faite sur la terre comme au ciel.
Donne-nous aujourd'hui notre pain de ce jour.
Pardonne-nous nos offenses,
comme nous pardonnons aussi à ceux qui nous ont offensés.
Et ne nous laisse pas entrer en tentation, mais délivre-nous du Mal.
Car c'est à toi qu'appartiennent le Règne, la puissance et la gloire,
Aux siècles des siècles,
Amen

ENVOI et BENEDICTION

*Ainsi a parlé le Seigneur, l'Éternel, le Saint d'Israël :
C'est dans le retour à Dieu et le repos que sera votre salut,
C'est dans le calme et la confiance que sera votre force¹⁷.*

**Que la grâce du Dieu
Père, Fils et Saint-Esprit
repose sur chacun d'entre vous.
Amen**

ASSEMBLÉE DU DÉSERT

Dimanche 1^{er} septembre 2024

10h30 | Culte

pasteure Ingrid PRAT

(Église protestante de Montpellier)

14h30 | Fête commémorative

Allocution historique : Alice TACAILLE

(Sorbonne Université)

Évocation musicale : Daniel JUBLIN

(auteur, compositeur, interprète)

Message final :

pasteur Marcel MANOËL

Cantiques au Désert



Envie de chanter ?

**Retrouvons-nous à
l'Assemblée du Désert à Miallet**

le dimanche 1^{er} septembre 2024

Faisons la route ensemble !
Pour organiser le covoiturage,
contactez la Pasteure au 04 66 89 52 08