Zeitschrift: Habitation : revue trimestrielle de la section romande de l'Association Suisse pour l'Habitat

Herausgeber: Société de communication de l'habitat social

Band: 72 (2000)

Heft: 4

Artikel: Voyage au pays du sommeil couchant

Autor: Curtat, Robert

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-129804

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 16.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

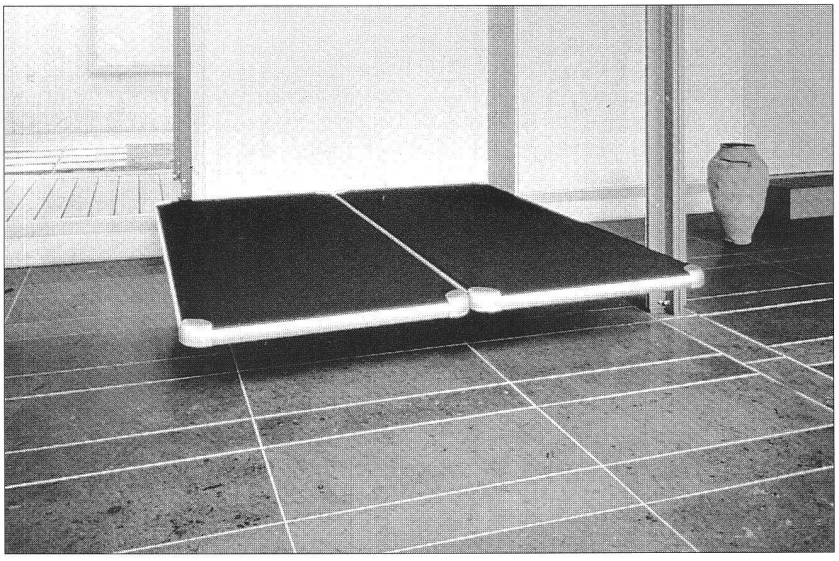
VOYAGE AU PAYS DU SOMMEIL COUCHANT

Bizarre le chemin de ce mot matelas qui désigne d'abord une chose jetée au sol avant de décrire un objet spécifique - c'est sur un matelas qu'on passe le tiers de notre existence – mais aussi une notion d'abondance : un matelas de billets. Promenade au pays du sommeil couchant…

Le livret de cette petite musique de nuit s'écrit d'abord en arabe. Ce matrah, gros coussin que l'on pose à même le sol, est le frère jumeau de la paillasse d'Abraham ou du lit de repos de Salomon. Et, bien sûr, de la couche en cèdre odorant qui surgit au Cantique des cantiques comme une invite aux fiancés. A la Renaissance les Italiens lui confèrent une nouvelle jeunesse en le transformant en materasso. En France, où il arrive peu après, le matelas de crin et de laine posé sur un cadre de sangles évolue dans la langue du materas au matelas. Ces progrès de la literie avait été précédés par l'apparition du châlit, rudimentaire cadre en bois qu'on a vu apparaître dès le Xe siècle dans les enluminures, témoin de son emploi dans les classes aisées. A cette époque la pratique du lit collectif commun aux parents, aux enfants, aux esclaves et aux serviteurs, souvent plus d'une dizaine de personnes qui dorment pêle-mêle et nues commençait à disparaître au grand soulagement de l'Eglise catholique qui avait une telle détestation du nu qu'elle en rhabillait le Christ sur sa croix !

On ne sait pas à quel moment les sangles ont remplacé le rude fond de planches mais elles étaient présentes lorsque le matelas commença à entrer dans les mœurs de la société européenne. L'idée du lit et de la chambre de parade, de la ruelle où l'on reçoit ses familiers, de la chambre de représentation – le petit lever du roi ! – n'était pas loin. Le relais allait passer au monde paysan au début du XIXe siècle. Comme le dit joliment un auteur contemporain [1] "après la séparation des hommes et des animaux-radiateurs dans leur habitat, en tête de liste vient l'amélioration du couchage". Mais le lit, condition pour entrer en ménage, est longtemps hors de prix. L'héroïne de la Mare au diable doit travailler cinq ou six ans pour avoir de quoi en acheter un. Ce lit sera d'ailleurs logé haut, au-dessus du niveau du plancher dans un premier temps, au premier étage qu'on aura ajouté à la maison basse, ensuite. Unique et cher, le lit est réservé au couple des "patrons". Les enfants et les ouvriers dorment sur des couchages proches, à l'étable aussi. La paillasse, rudimentaire matelas bourré de paille comme son nom l'indique, est là pour eux.

Au milieu du XIXe siècle apparaît le matelas de laine, l'édredon de plumes, la couverture de laine ou de coton, l'oreiller individuel. Le matelas de crin végétal qui vient d'Afrique du Nord, se développera surtout après la Première Guerre mondiale. Pour être complet sur la diversité des couchages, il faut encore citer l'emploi de paillasses garnies de feuilles de maïs et dont la rugueuse enveloppe de toile était ouverte pour que l'on puisse remuer les feuilles qui s'aplatissaient sous le poids du corps. Ce type de couchage était encore pratiqué dans la montagne du Piémont dans les années cin-



quante, l'auteur de cet article en témoigne ! C'est peu avant, au début du XXe siècle qu'on avait réussi à maîtriser la technique de fabrication des ressorts en acier trempé. Grâce à cette invention, l'ensemble sommier + matelas n'allait plus cesser de progresser. Dès les années trente des artisans inventifs imaginaient déjà la technique du ressort en poche adaptées à un matelas de rêve qui allait faire un "comme-back" remarqué avant la fin du siècle que nous venons de quitter.
L'arrivée du matelas mousse, du moins sa plus grande diffusion, se place dans les années dites d'abondance. Produit industriellement, ce support s'impose par son prix mais aussi quelques qualités spécifiques. Comme ses "cousins" le matelas-mousse participe au choix de la bonne literie qui répond à quelques mots-clés : fermeté, douceur, souplesse, tendreté.
D'autres impératifs composent le couchage de nos contemporains égayés à travers le vaste globe. Sans entrer dans une recension savante on notera que le couchage des Africains peut être une peau étalée sur une natte jonchée de feuilles et d'écorces tendres, l'élément le plus important étant ici l'appui-tête nécessaire au maintien de la coiffure pendant la nuit. En Amazonie, là où tout le monde vit dans la grande maison appelée maloca, les hommes attachent leur hamac à des poteaux situés à l'est, les femmes disposant d'installations semblables, à l'ouest de la partie centrale, délimitée par douze poteaux secondaires. Enfin, dans le Japon moderne la chambre à coucher n'existe que par le jeu des cloisons en papier – les fusuma – et les capacités de rangement des objets de jour dans les placards. Dans cet espace recréé chaque jour on déploie les futons – literie qui comprend le mince matelas et la couette – sur le tatami. Détail : qu'elle repose sur un oreiller ou sur un appui- nuque, la tête est toujours orientée au nord.

QUELQUES MOTS SIMPLES

Retour à notre case de vie bien helvétique : comment se font les matelas ? par qui ? En fait les professionnels de la literie travaillent à partir de quelques principes simples :

- à la base d'un bon sommeil il y a un bon sommier qui doit équilibrer localement le poids du corps. Pour ce faire il sera ferme et légèrement bombé;

- sommier rembourré ou sommier à lattes, le choix est personnel. Esthétiquement le sommier rembourré s'intègre mieux à certaines literies;

- le matelas est la clé du confort du sommeil. Il se partage en deux grandes familles :
les matelas construits à partir d'une carcasse à ressorts ;
ceux dont le noyau est formé de plusieurs couches de mousses ;

- le ressort comme la mousse autorisent toute la gamme de sensations, du très moelleux au très ferme. La fermeté du matelas est de plus en plus souhaitée ;

- l'habillage du bon matelas requiert des matières nobles - crin animal et laine de tonte - garanties d'hygiène, d'isolation thermique et de confort. On peut aussi avoir recours à la fibre végétale ;

- le crin est généralement piqué sur une toile de jute. On y ajoute le feutre qui isole et stabilise avant de terminer le matelas par un épais rembourrage de laine, le tout conditionné dans son enveloppe de coutil ;

- la mousse peut prendre le relais des ressorts pour former le cœur du matelas par la combinaison de plusieurs couches de polyether à froid, de densités différentes. Cette formule permet une bonne régulation thermique ;

- il existe également des matelas de mousse naturelle de latex.

UN ORDRE PRECIS

Même s'il sort, en raison de son prix, de l'offre traditionnelle, il faut parler encore ici du matelas avec ressort en poche répondant à une demande contradictoire du public qui veut des supports à la fois fermes et moelleux. La fermeté recherchée ici est au service du maintien du corps pendant le sommeil. Le noyau du matelas avec ressort en poche est formé par un grand nombre de ressorts ensachés chacun dans leur enveloppe d'étoffe. A la moindre sollicitation, seule la petite surface concernée réagit tandis que la masse du matelas reste exactement modelée au profil du corps étendu. Ce matelas haut de gamme représente un des sommets du confort en sommeil.
Le marché suisse est partagé entre un petit groupe de marques industrielles et quelques artisans qui répondent aux besoins spécifiques des décorateurs et d'un public sélectionné.
Traditionnellement, le matelas est le fruit d'un partage des travaux selon un ordre précis :

- le menuisier qui dessine et taille pièce à pièce le linteau, le dormant bien nommé et l'accotoir ;

- le coupeur de tissu, un spécialiste de la coupe autour des chablons en anticipation de l'effet du tissu assemblé ;

- le tapissier qui manie l'aiguille ronde pour créer les effets de bourrelet ;

- la steppeuse qui conduit les travaux répétitifs de montage d'un plateau de matelas;

- l'épinglage des matelas c'est-à-dire le montage des platebandes qui réunissent les deux plateaux.
On notera que cet ordre n'intègre pas la fabrication de ressorts, sans doute en raison d'une vieille opposition entre le fer, le bois et le métal.

A raison les professionnels insistent sur la nécessité de prendre du temps pour choisir son matelas, celui qui vous convient exactement. C'est que ce "meuble" est l'un des plus sollicités dans la mesure où nous y passons le tiers de notre existence. A l'opposé d'un bon matelas garni de matières naturelles posées sur un sommier garni de ouate qui garantit confort, hygiène et économie, celui qui est rembourré de matières synthétiques ne respire pas. Outre l'inconfort, il participe à la transpiration de son utilisateur et à l'usure rapide du couchage. Mieux choisi, mieux adapté à la morphologie du dormeur, il permettra un sommeil réparateur et lui évitera de rejoindre la tribu pléthorique des "mal-au-dos".
L'espérance – dit Joubert – est un emprunt fait au bonheur.

Robert Curtat

1) - Pascal Dibie – Comment l'Occident accoucha de ses couches – Autrement – no 119