



Chemin Faisant

Association « Les Amis de Saint Jacques de Compostelle en Alpilles »

Membre de la F.F.A.C.C.

Enregistrée sous le n°W131001213 S/P d'Aix .Loi de 1901.

Maison de la Vie Associative—55 Rue Ampère—13300 SALON DE PROVENCE

Tél: 06.89.90.60.21

Courriel: stjacquesalpilles@yahoo.fr - site : www.stjacquesalpilles.fr

Bulletin gratuit n° 62 - septembre 2022

« Quand on voyage vers un objectif, il est très important de prêter attention au Chemin. C'est toujours le Chemin qui nous enseigne la meilleure façon d'y parvenir, et il nous enrichit à mesure que nous le parcourons. »
Paulo Cuelho



LE MOT DE LA PRESIDENTE

Il court sur terre, il court dans le ciel, comme il court dans nos rêves. Fait de pierres et de poussière pour le randonneur, rayonnant de présence pour le croyant, le Chemin de Saint Jacques est pour tous ceux qui l'empruntent un Chemin mythique. Qu'importe son tracé, qu'il passe par ici ou qu'il passe par là, ce qui compte c'est qu'il nous guide comme il a guidé avant nous tous ceux qui sont un jour partis pour Compostelle.

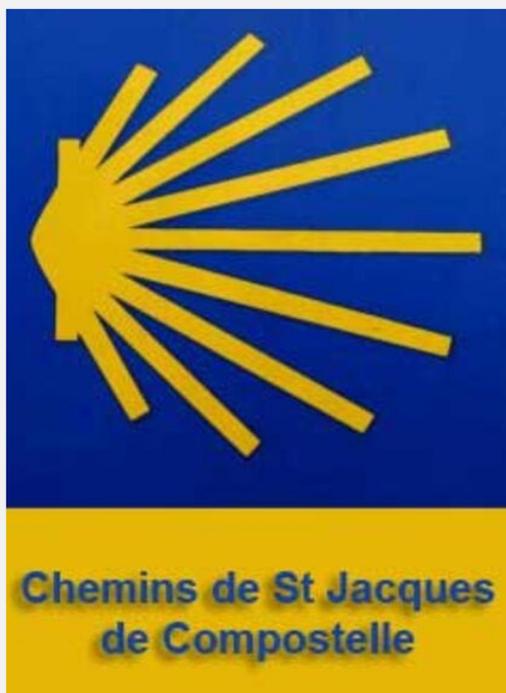
Etaient-ils tous de bons pèlerins comme nous aimons à l'imaginer ou bien, comme aujourd'hui, retrouvait-on aussi parmi eux les profiteurs, les sceptiques et les tricheurs que l'on se plaint de rencontrer trop souvent comme l'écrit Pierre Swalus (*cf. page suivante*) ? Peu importe ! Ce sont nos frères en humanité et c'est leur sillage que nous suivons avec les mêmes blessures et les mêmes espérances.

Après eux et comme eux, nous marchons tous vers le but unique. Comme une rivière qui coule vers la mer, les pèlerins marchent tous vers Compostelle. .. C'est une force que l'on ressent et qui nous unit à travers l'espace et les siècles dans une même communauté. Mais pour que l'alchimie s'opère, il faut du temps. On ne part pas en week-end sur le Chemin ! Le temps disponible est aussi indispensable qu'une paire de bonnes chaussures. Au fil des distances parcourues, le corps s'adapte, au fil du temps passé c'est l'esprit qui se transforme.... Complicé dans une époque où tout est exigé « ici et maintenant !

Il reste cependant des sages qui savent attendre. Des sages de tous âges et de toutes conditions qui partent sans limite temporelle. Ils partent pour un voyage au long cours. Nous en rencontrons quelques-uns dans notre gîte. Accueillis dans la simplicité d'un habitat modeste, aménagé avec attention et amour par une équipe dévouée, ils apportent un peu de cet esprit du Chemin si difficile à faire comprendre quand on ne l'a pas partagé. Au contraire du touriste qui exige, les pèlerins remercient. Ils remercient pour le gîte qu'ils espéraient et qu'ils trouvent au terme de leur journée, ils remercient pour le clafoutis offert par l'hôtesse, pour le bon renseignement... et ils remercient pour toutes ces choses qui chaque jour leur sont données comme des cadeaux du Chemin. C'est dans le recueil de ces témoignages que naît souvent l'envie de repartir. Car quel que soit l'état du monde, pour fuir ou pour se sauver, le Chemin reste encore et pour longtemps cette voie d'espérance qui navigue entre mythe et réalité.

Buen camino à tous nos amis pèlerins dans l'attente de leur retour et du récit de leur itinérance.

Ultréia Catherine Casanova



SOMMAIRE

- ◆ Le mot de la Présidente
- ◆ Sondage
- ◆ A chacun son Chemin
- ◆ Alternative à Compostelle
- ◆ Le Chemin et le soleil
- ◆ Le coin du lecteur
- ◆ Et si nous retombions en enfance
- ◆ La langue française
- ◆ Nos adhérents ont du talent
- ◆ La recette



Sondage : « Qu'est-ce qu'est pour vous le Chemin de Saint Jacques de Compostelle ? »

Notre association fait partie de la fédération française des chemins de Compostelle appelée depuis l'AG de 2022 Compostelle France. Celle-ci a entre autre mission, la sauvegarde, la mise en valeur et la promotion des Chemins. D'où l'importance de bien les définir ; pour cela, deux visioconférences ont été organisées avec les présidents des associations fédérées. Afin de présenter une réponse argumentée un petit sondage a été réalisé auprès de nos adhérents lors d'une sortie sac à dos - ils ont dû répondre à la question suivante :

« Qu'est-ce qu'est pour vous le Chemin de Saint Jacques de Compostelle ? »

La plupart ont répondu par ce que la tradition a transmis : le Chemin de Compostelle serait un Chemin de pèlerinage qui date du Moyen Age et qui est emprunté aujourd'hui par des personnes qui ne font pas forcément un pèlerinage.

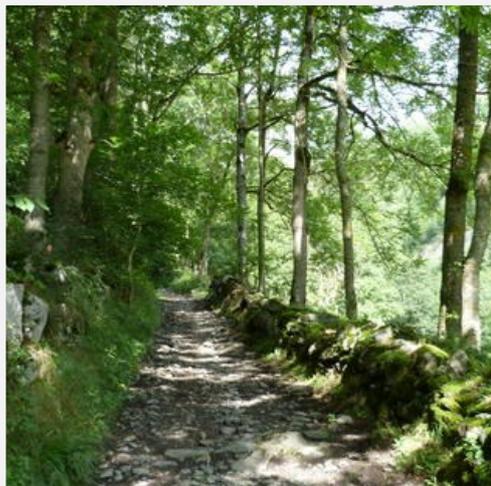
Le retour à la nature, le pas de côté par rapport à une société agitée, la maîtrise du temps, l'amitié partagée, la terre vue à hauteur d'Homme : tous ces bienfaits qui, pour résumer, sont ceux de la marche et de l'itinérance, peuvent se retrouver sur tous les GR ; et pourtant, à deux exceptions près, aucune des personnes interrogées n'a admis l'équivalence.

- Il y a, avant le départ, une perception singulière de cet itinéraire, celle-ci est inscrite dans l'imaginaire de chacun. Que celui-ci soit nourrit par la culture, la religion ou la philosophie le Chemin devient le symbole de quelque chose, pas toujours bien défini, qui cependant donne sens à une interrogation personnelle.
- La force symbolique du Chemin est plus grande que son authenticité historique même si elle apporte un petit plus. Il n'empêche que tous apprécient les visites des églises et sanctuaires.
- Mais la grande différence entre le GR et le chemin est l'intention qui motive celui qui l'emprunte. La recherche de liens vers les autres, qu'ils soient inconnus, familiers, vivants ou disparus, la quête existentielle, ou religieuse ne semblent pas pouvoir s'exprimer sur un GR ; les seuls questionnés qui ne font pas de différence entre les deux propositions sont ceux qui partent pour accompagner un groupe d'amis ou un être aimé. Toutefois certains sont partis randonneurs et sont revenus pèlerins.
- Personne n'est agacé par l'appellation de pèlerins donnée au marcheurs du chemin, tout au plus nos « randonneurs » restent indifférents...

La conclusion de ce petit sondage : Le chemin de Saint Jacques est un chemin singulier même s'il se décline au pluriel et ce n'est pas un GR qui irait vers Compostelle. On ne part pas sur le chemin comme on part sur un GR car la perception et les intentions sont différentes. Pour distinguer les utilisateurs de l'un(le chemin) ou des autres (les GR) il est d'usage et admis de les nommer différemment : Randonneurs pour les GR et Pèlerins pour le Chemin même s'il est reconnu que beaucoup l'emprunte sans intention de dévotion.



A Chacun son Chemin Oui ? Oui... Mais quand même!!!



« *À chacun son chemin* » est un des dictons mythiques du pèlerinage à Saint-Jacques de Compostelle. Il est même la devise de l'Association Belge des amis de Saint-Jacques de Compostelle, dont je suis membre.

Il signifie que chaque pèlerin ou chaque pèlerine a ses propres motivations conscientes ou inconscientes, que chaque cheminement est personnel tant au niveau du « pourquoi » que du « comment ». Tout est question de choix personnel : le choix du chemin suivi, le point de départ, le découpage en étapes journalières, la durée du cheminement, l'organisation matérielle et logistique, le type de logement choisi... Ce dicton signifie qu'il n'y pas de jugement à porter sur la manière dont le pèlerin ou la pèlerine se crée son pèlerinage personnel.

Pour trancher qui est pèlerin et qui ne l'est pas, il a été dit « qu'est pèlerin celui qui se désigne comme tel » !

Cela peut sembler clair et définitif, mais quand même ...certains comportements pèlerins me posent question et entraînent une fêlure dans l'édifice et ébranle l'universalité de dicton « *à chacun son chemin* ».

Mon intérêt pour le pèlerinage m'a amené à me faire membre sur facebook d'une soixantaine de groupes consacrés à Compostelle et à suivre plus ou moins régulièrement les posts de leurs membres. C'est le contenu de certains posts (essentiellement dans des groupes français) qui m'a amené à m'interroger.

Quelques exemples :

« *J'envisage de marcher quelques jours avec mon chat, sera-t-il accepté dans les gîtes ?* »

« *Pourriez-vous me dire quelle est la meilleure auberge à ... ?* »

« *Est-ce que le repas est bon dans le gîte X ?* »

« *J'ai vu que le chemin longeait la rivière X, j'aimerais faire quelques étapes en kayak ; Croyez vous que ce soit faisable ?* »

« *J'aimerais sauter l'étape de ...à... ; y a-t-il un moyen de transport ?* »

« *Je pense marcher 2 ou 3 jours sur le chemin. D'où me conseillez-vous de partir ?* »

Ayant une fille habitant sur le Causse à quelques km de la vallée du Célé (variante du GR65) et louant des ânes pour des randonnées de 2 à 7 jours, elle connaît pas mal d'hébergeurs sur ce chemin et entend certaines de leurs doléances.

Notamment les exigences de plus en plus grandes de certains « pèlerins »

« *Pouvez vous venir nous chercher à X, car l'étape est longue ?* »

« *Avez-vous une piscine ?* », « Non, mais le Célé est à 200 m », « *Nous allons voir ailleurs s'il y a une piscine* ».

Et aussi des comportements non exceptionnels de pèlerins qui réservent le gîte et le repas et qui ne se présentent pas (le téléphone arabe leur apprend que ces personnes ont téléphoné à plusieurs hébergements et se sont arrêtés dans l'un d'eux...).

Non, non et NON !

Toutes les manières de pérégriner ne se valent pas.

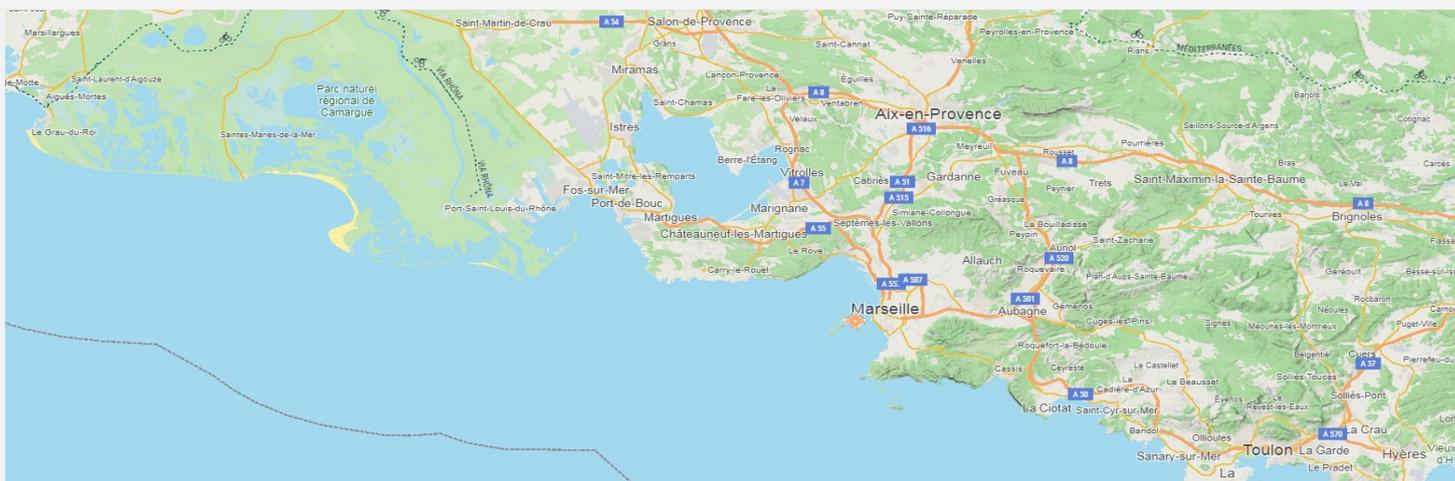
« **À CHACUN SON CHEMIN** » ne veut pas dire qu'il suffit de marcher sur un chemin de pèlerinage pour être pèlerin ou pèlerine !



Alternative à Compostelle : un autre Chemin possible

Au départ de chez nous, deux mois et demi sont nécessaires pour arriver à Santiago de Compostelle. Bien sûr, tout le monde ne les a pas. Alors plutôt que de saucissonner le temps en semaines reconductibles, pourquoi ne pas choisir d'autres chemins de pèlerinage ? Plus courts, plus proches, proposant un itinéraire et une arrivée dans un lieu chargé d'histoire et de sens, le tout dans un temps compatible. C'est un peu un modèle réduit du Chemin, mais c'est la possibilité de faire sans interruption un parcours initiatique. C'est aussi l'occasion de tester son matériel ainsi que ses capacités physiques et mentales à l'itinérance. Premier itinéraire proposé : Sur les pas de Marie-Madeleine.

Entre randonnée et pèlerinage, partez à pied en région Sud sur les traces de Marie-Madeleine en suivant l'itinéraire spirituel des Saintes-Maries-de-la-Mer à Saint Maximin. Un parcours de 222 km en dix étapes pour découvrir des lieux et des sites majeurs de la chrétienté ainsi que les paysages exceptionnels que la sainte a traversés au cours de sa prédication en Provence. Visiter la Provence en parcourant l'itinéraire de Sainte Marie-Madeleine. *Anne-Marie Pérez*



Etape 1 : Ste Marie de la Mer à Salins de Giraud

Etape 6 : L'Estaque à Marseille Saint Victor

Etape 2 : Salins de Giraud à Fos sur Mer

Etape 7 : Marseille Saint Victor à Marseille la Barasse

Etape 3 : Fos sur Mer à Martigues

Etape 8 : Marseille la Barasse à Gémenos

Etape 4 : Martigues à Carry le Rouet

Etape 9 : Gémenos à Plan d'Aups

Etape 5 : Carry le Rouet à l'Estaque (Marseille)

Etape 10 : Plan d'Aups à Maximin la Sainte Beume



Le Chemin et le soleil...



Pour faire le Chemin pendant la saison estivale (parfois seul créneau des « travailleurs »), il est important de suivre les consignes suivantes :

- Eviter le soleil
- S'hydrater.

Afin de marcher au mieux, il est souhaitable de se lever tôt pour éviter les forts rayons de soleil. S'il y a de fortes chaleurs, il vaut mieux s'arrêter à 13 heures et profiter de l'après-midi pour se reposer et visiter. N'hésitez pas à chercher de l'ombre pour marcher et bien sûr au moment des pauses. N'oubliez pas la crème solaire, application à renouveler une fois dans la journée.

L'hydratation est un facteur clé de la bonne marche du pèlerin. Globalement, il faudrait boire régulièrement environ tous les quarts d'heure, et surtout, même si vous ne ressentez pas la soif. L'EFSA (Agence Européenne pour la Sécurité sanitaire des Aliments) recommande 2 litres ou 2.5 litres d'eau quotidiens. Gardez la bouteille d'eau à porter de la main ou utilisez les réserves de sac à dos bien pratiques pour ne pas s'arrêter.

Si vous vous entendez bien avec le soleil et si vous vous hydratez régulièrement, votre corps arrivera sans problème à Saint-Jacques de Compostelle.

Marie Gauchet



Je marche donc je pense...



Deux amis se promènent. L'un est philosophe, l'autre neurologue. Ils conversent pour le plaisir, en marchant, durant quatre saisons, dans les champs et les bois. Ils dialoguent librement, sans façons, en cherchant à comprendre ce qui se passe en nous pendant que nous marchons. La marche favorise-t-elle la pensée ? Si oui, pourquoi ? La pensée est-elle comparable à une marche ? Comment le cerveau contrôle-t-il à la fois les mouvements des jambes, l'équilibre et la posture du corps ? Quels rapports entre ces trois caractéristiques de l'espèce humaine : penser, parler, marcher debout ?

Chemin faisant, dans des termes simples et précis, ils évoquent enfin les relations entre sciences et philosophie, leur fâcheux divorce, leurs retrouvailles souhaitables. Entre divergences et convergences, leur commune volonté d'y voir clair est communicative. Et leur allégresse vite partagée. Pas à pas.

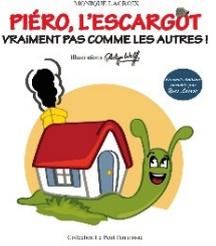
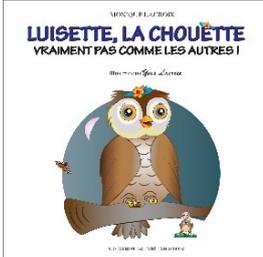
Roger-Pol Droit, philosophe et écrivain, a été chercheur au C.N.R.S. et enseignant à Sciences-Po. Son oeuvre, une quarantaine de livres (recherches, pédagogie, enquêtes, fictions), est traduite en plus de trente langues.

Yves Agid est professeur émérite de neurologie et de biologie cellulaire à Sorbonne Université, ancien chef de service (hôpital de la Salpêtrière), membre de l'Académie des sciences, co-fondateur de l'Institut du Cerveau. C'est un spécialiste de l'étude des mécanismes et du traitement des maladies neurodégénératives.

Edition Albin Michel
Proposé par Marie Gauchet

ET SI NOUS NOUS PENCHIONS SUR NOTRE PASSÉ... ET QUE NOUS RETOMBIONS EN ENFANCE ?

Je vous présente 3 livres jeunesse de ma collection «*Le petit fantaisiste*». Ils sont abondamment illustrés par Yves :

<p>Piéro, l'escargot vraiment pas comme les autres ! <i>(nouvelle édition)</i> <i>Voilà l'histoire d'un petit escargot différent des autres car il est né sans coquille.</i></p> <p>24 pages dont 4 pages de jeux - à partir de 2 ans</p>	
<p>Lolotte, la marmotte vraiment pas comme les autres ! <i>Sans cesse en mouvement, elle évolue dans son milieu naturel et n'a jamais sommeil.</i> <i>Les petits y découvriront les animaux et les plantes de la montagne et s'amuseront des mots qui riment.</i></p> <p>28 pages dont 5 pages de jeux - à partir de 3 ans.</p>	
<p><u>Luisette, la chouette vraiment pas comme les autres !</u> <i>Nous voici en forêt, en compagnie de cette petite chouette coquette qui a peur du noir... Suivons-la dans son apprentissage de la vie dans son milieu naturel entourée d'animaux familiers.</i></p> <p>28 pages dont 7 pages de jeux - à partir de 3 ans</p>	

Toutes mes publications, contributions, extraits de ces livres et de mes livres adultes sur le site :

<https://www.artsetlettresdefrance.fr/monique-lacroix/>

Actualité : [Facebook Monique Lacroix auteur](#)



Ce que l'on ne vous a jamais appris sur la langue française

L'histoire de notre idiome national est largement méconnue. La chronologie publiée par les éditions Bescherelle, qui fêtent les 180 ans de leur dictionnaire, comble cette lacune de manière ludique.

NOUS PARLONS TOUS FRANÇAIS : vous, votre cousin, votre belle-sœur, vos voisins comme vos collègues, et cela vous paraît normal. Or ce ne l'est pas. Il a fallu de longs siècles pour transformer ce qui était au départ une évolution du latin parmi d'autres, pratiquée sur un minuscule territoire autour de Paris, en une langue comprise dans toute la France. Mais, au fait, d'où vient le français ? C'est notamment à cette question que répond avec sérieux et pédagogie un ouvrage publié par les éditions Bescherelle. On y découvre une multitude d'informations souvent étonnantes. En voici quelques exemples.

58 AVANT J.-C. Avec la conquête romaine, ce n'est pas la langue de Cicéron qu'adoptent peu à peu les Gaulois, mais un latin populaire, celui des soldats, des fonctionnaires et des marchands.

486 L'arrivée des Francs est suivie par une vogue de pronoms germaniques (en tout cas au nord de la Loire), d'Alain à Roland en passant par Arnaud, Bernard, Richard, Robert ou Roger.

813 Le concile de Tours invite les prêtres à utiliser la « langue romaine rustique » (celle des illettrés). Cela prouve que le latin n'est plus compris par le peuple. Et qu'une autre langue est désormais parlée au nord de la Loire. Appelée « roman », elle est l'ancêtre du français.

1066 Après la conquête de l'Angleterre, Guillaume, duc de Normandie, impose à la cour de Londres son normand, une langue d'oïl proche du français. De là le nombre considérable de termes anglais ressemblant aux nôtres (*table, army, beef...*).

XVI^e SIÈCLE Sous la Renaissance, le français change de statut. Il conquiert les principaux domaines d'expression comme la religion, le droit, la médecine. Il s'exporte aussi loin de son territoire d'origine, et notamment au Canada, avec Jacques Cartier.

1539 François I^{er} signe l'ordonnance de Villers-Cotterêts, selon laquelle les actes de justice doivent être désormais écrits en « langage maternel françoys et non aultrement ». Ce texte est souvent présenté comme l'imposition du français comme langue officielle de l'Etat. A tort. De fait, à l'époque, l'écrasante majorité de la population n'a pas pour « langage maternel » le français, mais le breton, le provençal ou le lorrain.

1635 L'Académie française est créée. Elle ne publiera cependant la première édition de son dictionnaire qu'en 1694, plusieurs années après ceux de Richelet (1680) et de Furetière (1690).

1763 La France perd ses possessions nord-américaines. Avec des conséquences majeures sur les influences respectives de notre langue nationale et de l'anglais.

1830 Avec la conquête de l'Algérie s'ouvre la seconde expansion coloniale de la France, en Afrique et en Asie principalement. Une politique qui va imposer le français dans de nouveaux territoires, non par la scolarisation des populations locales (qui restera



La Cité internationale de la langue française, à Villers-Cotterêts, dans l'Aisne.

marginale), mais par le service militaire obligatoire et l'action des missionnaires, qui y diffusent le catéchisme.

1833 La première loi sur l'enseignement primaire et gratuit ne date pas de la III^e République, mais de la monarchie de Juillet, avec la loi Guizot. Dès 1840, 34 000 des 38 000 communes du pays sont dotées d'une école. Déjà, le français est choisi au détriment des langues régionales.

1835 Dans la nouvelle édition de son dictionnaire, l'Académie française impose le passage de -oi à -ai à l'imparfait. Désormais, on n'écrit plus « ils connoissoient », mais « ils connaissaient ».

1994 La loi Toubon institue un droit au français pour les consommateurs, les salariés et les usagers du service public. Las ! le Conseil constitutionnel, présidé par Robert Badinter, en réduira considérablement la portée au nom de la « liberté d'expression ».

Conclusion ? S'il reste dominé par l'anglais, le français est aujourd'hui pratiqué sur les cinq continents et n'a jamais compté autant de locuteurs. Mieux : leur nombre, estimé à 300 millions, devrait encore doubler dans les décennies qui viennent, notamment en Afrique. Ce qui signifie aussi que la France est devenue minoritaire dans la francophonie. * MICHEL FELTIN-PALAS

CHRONOLOGIE. L'HISTOIRE DE LA LANGUE FRANÇAISE

PAR FRÉDÉRIC DUVAL, JACQUES DÜRRENMATT, JEAN PRUVOST, GILLES SIOUFFI ET AGNÈS STEUCKARDT. BESCHERELLE, 322 P., 19,90 €.

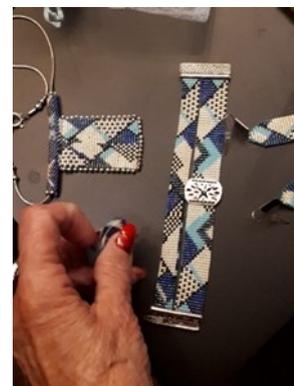


Lors d'un café jacquaire, nos adhérents nous ont montré leurs talents cachés pour la confection d'objets variés. En voici quelques exemples :

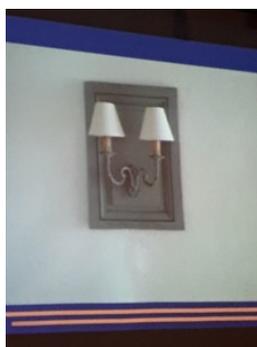
Isabelle nous explique comment procéder pour fabriquer des kilomètres de serpentins afin de réaliser cette bonbonnière aux couleurs très harmonieuses.



Une autre corde à son arc : elle se sert de cet objet qui ressemble à un instrument de musique pour confectionner ces ensembles de perles magnifiquement disposées : bracelets, colliers et boucles d'oreilles.



Nicole s'attaque à la maison et s'emploie à trouver de nouvelles destinations aux objets qu'elle stocke dans son garage. Sa devise : «rien de se perd, tout se transforme».



Angela, nous avait concocté une vidéo pour la création d'un « père Noël » que nous apprécions lors des fêtes de fin d'année. A travers ses explications nous nous rendons compte qu'elle manipule tout cela avec dextérité et bonheur.



Nos adhérents ont du talent... (suite)



Pas d'objet pour Catherine Siegel, mais une pratique ! celle de la « manupuncture » pratique originale et relativement jeune (50 ans) utilisée dans le domaine de la santé et du bien-être humain. Elle stimule le système immunitaire et, d'une façon générale, améliore ou maintient notre bien-être. Elle nous a passionnés.

Chris nous a particulièrement intéressé avec sa collection « numismate » qu'il a commencée il y a une dizaine d'années et qui est particulièrement étoffée.



Marlène Lamballais

Chers amis lecteurs,

Le prochain journal paraîtra début janvier. Cela vous laisse du temps pour participer à sa fabrication. Nous attendons vos articles. Racontez-nous votre Chemin, vos coups de cœur... Faites-nous partager une lecture que vous avez aimée, un lieu que vous avez visité... Tout article sera le bienvenu. Merci d'avance.

stjacquesalpilles@yahoo.fr

La recette

Des fruits et du sucre, tels sont les ingrédients de base des recettes de confitures, gelées et marmelades. Une recette de cuisine d'une simplicité enfantine à laquelle on n'ose pas toujours s'atteler. De la classique confiture de fraise à la confiture myrtilles-lavande, plus originale, elles sont toutes plus gourmandes les unes que les autres. Des délices à savourer sans hésiter pour le petit-déjeuner ou le goûter. Et il existe une confiture pour chaque saison. On peut commencer par la fraise, puis l'abricot, la pêche, le brugnion, la cerise et tous les fruits rouges... Pensez aux confitures d'automne, raisin, figues, châtaigne, pommes, coings, oranges amères...

Confiture de framboises

1 kg de framboises, 600 g de sucre
Ne pas laver les framboises.



Mettre une couche de sucre au fond d'une casserole et la couvrir d'une couche de fruits. Mélanger et placer la casserole sur feu moyen, le sucre se dissout et le jus se forme.

Ajouter le reste des fruits et du sucre et remuer. Dès que le sucre est dissout, faire monter la température. A partir de l'ébullition faire cuire à gros bouillon (1 minute par 100 g).

Gelée d'oranges

5 oranges, 400 g de sucre. Bien brosser les oranges et les couper en dés. Mettre dans un faitout et recouvrir d'eau. Couvrir et mettre à ébullition puis faire bouillir doucement 15 minutes casserole ouverte. Verser sur une passoire et laisser égoutter en pressant légèrement. Peser le jus récolté. Ajouter 80 g de sucre pour 100 g de jus. Mettre à découvert sur feu vif et compter 1 minute de cuisson à partir de l'ébullition pour 100 g de fruits.



Renée Kayser. Réussir vos confitures en 5 minutes. Edition Milan