



SAINT-JACQUES ALPILLES

Chemin Faisant

Association "Saint Jacques 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

Bulletin gratuit n°CF73N– Avril 2026

« Voyageur, il n'y a pas de chemin, le chemin se fait en marchant »

Extrait du poème d'Antonio Machado



Sur le Chemin en Occitanie « Le Pont du Diable »



SOMMAIRE

- ◆ Le mot de la Présidente
- ◆ Les Voies du Sud
- ◆ Adam de Craponne
- ◆ L'écho des Garrigues
- ◆ Le coin lecture
- ◆ Poème et Florilège
- ◆ La Recette du trimestre





LE MOT DE LA PRESIDENTE

Il est plus facile d'entrer dans l'Histoire en prédisant un futur improbable qu'en inventant un système hydraulique pourvoyeur d'industrie. Nostradamus, universellement connu, a éclipsé Adam de Craponne, même dans la mémoire locale. Et pourtant l'œuvre du second a assuré la prospérité des gens de son temps et... du nôtre.

Nous avons saisi l'opportunité de la commémoration du quincentenaire de la naissance de ce héros méconnu pour combler cet oubli en plaçant la rencontre inter-associations sous sa houlette.

En effet, depuis que Maurice Calvo, président en son temps de Saint-Jacques-Alpilles, a élargi cette belle initiative à toutes les associations de la Région Paca-Corse, il incombe, chaque année, à l'une d'entre elles, de l'organiser. En 2026 c'était notre tour. Comme à chaque nouvel événement l'association a mobilisé ses forces vives qui ont répondu assurant, comme d'habitude, la pleine réussite de l'évènement, qu'elles en soient toutes remerciées car la rencontre a été un franc succès unanimement salué par les 135 invités présents.

Cette année une aide supplémentaire est venue de notre association jumelle Salon Patrimoine et chemins. En effet son président Gilles Rigolle nous a, non seulement ouvert les portes du domaine de Cure Bourse, fourni in situ les explications nécessaires pour comprendre la complexité du réseau hydraulique, mais aussi donné une conférence magistrale : démonstration faite du bienfait de l'ouverture aux autres, de la richesse du partage et de la joie que cela procure.

Si un temps certain a été consacré à l'organisation de cette journée, un autre temps tout aussi important a été consacré à la formation des remplaçantes aux postes vacants ; Françoise qui s'occupait du gîte a déménagé plus vite que prévu, Brigitte lui a succédé aux côtés d'Aline. Marie, qui depuis 20 ans, s'occupait du Journal, a dû y renoncer. Danielle a relevé le défi de la remplacer en attendant que Marlène assure la relève ; car Danielle remplace aussi Jean-Charles dans la gestion du site.

Marie, Françoise et Jean-Charles ont donné de leur temps et de leur compétence pour que vive notre association. A leur suite, Brigitte et Danielle reprennent le flambeau.

Grâce à eux et à tous les autres notre association est reconnue, respectée et écoutée.

Mille fois merci

Ultréia Catherine Casanova



Les autres Chemins vers Compostelle

Depuis la nuit des temps les grandes voies du Sud relient la péninsule italienne à la péninsule ibérique. Terres de conquêtes puis routes commerciales, enfin Chemins de pèlerinage, de l'antiquité à nos jours ces voies ont été les témoins de l'Histoire. Aujourd'hui encore elles sont le reflet de leur temps. Dans la poussière de leurs chemins elles voient passer les pèlerins qui vont, soit vers Compostelle en Espagne, soit vers Rome en Italie. Survivance d'un monde disparu ou bien tendance new âge ? Un peu des deux certainement. Qu'importe après tout ! Comme elles ont toujours su s'adapter aux vicissitudes du monde ne doutons pas qu'elles sauront relever le défi d'un XXIème siècle tourmenté.



Les Chemins vers Saint-Jacques-de-Compostelle dans notre région Provence-Alpes-Côte d'Azur



Des Chemins au service du patrimoine historique

En suivant les voies antiques, (Via Domitia, Via Aurélia...) Retrouvez les grands sites témoins de la civilisation latine : Arles, Glanum, Fréjus, Cimiez mais également les traces des peuples qui ont précédé les romains sur la terre provençale : hommes préhistoriques (grotte Cosquer) Gaulois, Grecs (Marseille) et Celto ligures dans le Parc Naturel Régional des Alpilles.

La Voie Domitia ou GR653D

438 km de Montgenèvre à Arles - 22 jours de marche

Altitude maximum : 1.850 mètres juste après la frontière italienne.

Altitude Minimum : le point le plus bas du sentier est proche de 2 mètres d'altitude, à l'arrivée à Arles, dans les Bouches-du-Rhône.



Dénivelé Total : le dénivelé cumulé positif sur l'ensemble du parcours est important, environ 10.500 mètres à 13.700 mètres selon les sources.

L'histoire : la Via Domitia suit une partie du tracé de la Voie Domitienne, ancienne voie romaine, construite à partir de 118 avant J-C. pour relier l'Italie à la péninsule Ibérique en traversant la Gaule narbonnaise.

Elle devait permettre la circulation rapide des troupes pour consolider les conquêtes notamment celles de la Gaule Narbonnaise (future Provence et Languedoc) et assurer les liaisons avec la péninsule ibérique, déjà conquise, où elle se prolongeait, par la Via Augusta qu'elle rejoignait au col de Col de Panissars, jusqu'à Cadix.

Les historiens et géographes grecs de l'Antiquité, comme Polybe, mentionnaient déjà cette route mythique des marchands et des héros le long des côtes du Midi.

Voie d'abord militaire puis commerciale elle deviendra au cours des siècles chemin de pèlerinage entre Rome et Compostelle. **La légende** : la Voie Héracléenne.



Selon la légende grecque, cette voie aurait été utilisée par le demi-dieu Héraclès (Hercule pour les Romains) lors de son retour depuis les confins occidentaux du monde alors connu

(Cadix) vers son pays la Grèce après avoir volé le troupeau du Géant tricéphale Géryon, accomplissant ainsi le Xème de ses douze travaux.

La Voie Aurelia ou GR653 A

393 km de Menton à Arles - 20 jours de marche ☒

Altitude maximum : Environ 796 mètres.

Altitude minimum : 0 mètre, car le sentier prend son départ sur la côte méditerranéenne (à Menton).

Dénivelé cumulé positif (montée totale) : le dénivelé total sur le parcours est d'environ 7 410 à 8 667 mètres, ce qui en fait un itinéraire avec des sections montagneuses importantes, notamment dans les Alpes-Maritimes et le Var.

Son tracé a servi de base à de nombreuses routes, et elle est aujourd'hui reconnue comme la Voie Aurélienne (GR@653A), un important Chemin de pèlerinage vers Saint-Jacques-de-Compostelle, reliant Menton à Arles.

L'histoire : La Via Aurelia est une voie romaine majeure. Mise en chantier en 241 av. J.-C par Caius Aurelius Cotta consul de la République romaine, avec comme objectif initial de relier Rome à la côte tyrrhénienne. Sous l'empereur Auguste (autour de 13 av. J.-C.), elle est prolongée jusqu'à Arles (Arelate) en Gaule,

Son importance stratégique fut essentielle. En raccourcissant la route vers l'Espagne (Hispanie), elle permettait d'éviter le passage difficile du Col du Montgenèvre.

Elle permit le contrôle et la pacification des nouvelles provinces des Alpes-Maritimes et de la gaule narbonnaise

Elle facilita le transport de l'information centrale : le cursus publicus (le service postal romain) arrivait à parcourir environ 70 kilomètres par jour.

La légende : la Via Aurelia, en tant que voie romaine est davantage associée à des faits historiques et à des vestiges archéologiques qu'à des légendes spécifiques et bien établies comme celles entourant la voie Domitia.

Cependant, les légendes et les histoires qui lui sont liées proviennent de deux sources principales :

Les mythes liés aux sites antiques qu'elle traverse. Le Trophée des Alpes (La Turbie) : c'est le grand marqueur de la voie. Il commémore la victoire de l'empereur Auguste sur les tribus alpines (13 av. J.-C.), symbolisant l'établissement de la *Pax Romana* et sécurisant la route côtière pour le prolongement de la Via Aurelia (Via Julia Augusta).

Les traditions provençales qui ont converti, la voie Aurelia en chemin de pèlerinages. (GR@653A).



La Sainte-Baume et Marie-Madeleine : la voie passe et fait étape à Saint Maximin, une cité liée à la tradition de Marie-Madeleine qui aurait passé les dernières années de sa vie en Provence, faisant de cet axe un lieu de dévotion.



La Sainte-Baume

Les Alyscamps (Arles) : cette nécropole légendaire, à l'époque où l'on croyait qu'une mise en terre près de saintes reliques assurerait le salut, fit d'Arles un centre reconnu de regroupement de pèlerins.

En bref, l'histoire et les traditions de la Voie Aurelia racontent la transition de la puissance militaire romaine vers la spiritualité chrétienne sur un axe de communication millénaire.



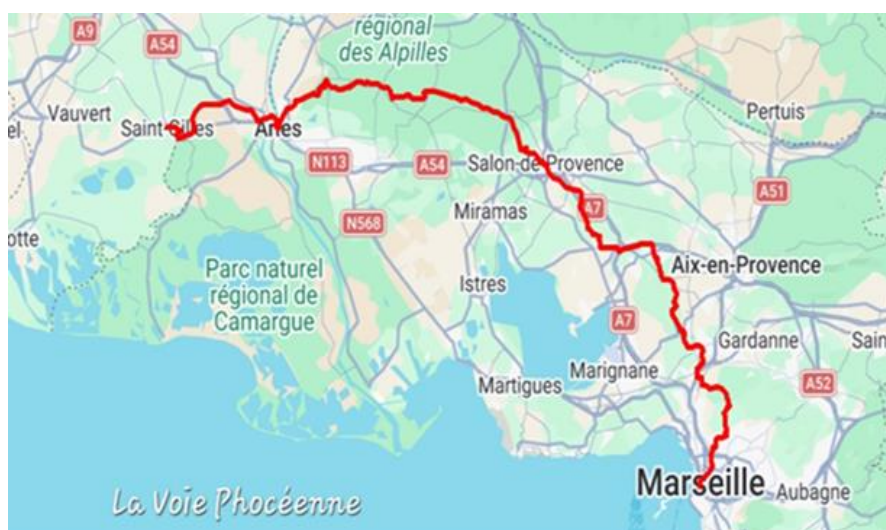
Les Alyscamps-Arles

Voie Phocéenne

Marseille –Arles

127km - 6 jours de marche

Initiée par l'Association Provençale Pour Compostelle (APPC) en 2000 en concertation avec les associations voisines des Alpilles et Paca-Corse, un nouveau Chemin de Saint-Jacques a trouvé progressivement sa place dans l'univers jacquaire.



Destiné à l'origine aux jacquets marseillais le Chemin, très rapidement dénommé Voie Phocéenne, a été chaleureusement accueilli par tous les randonneurs provençaux.

La Voie Phocéenne part aujourd'hui du Vieux Port (Eglise des Accules) et se dirige vers la Batarelle, Plan-de-Campagne, Ventabren, La Fare-les-Oliviers pour rejoindre la Voie Aurelia à Salon-de-Provence.



Notre Dame de la Garde (Marseille)

Article de Catherine Casanova



Un héros ignoré : Adam de CRAPONNE

Adam de Craponne 1526-1576
Bienfaiteur de Provence



Adam de Craponne par le sculpteur RAMUS (inauguration en 1852)

Si Adam de Craponne m'était conté

Il y a 500 ans Adam de Craponne naissait à Salon de Provence. Génie de son temps, grand bienfaiteur de la Provence, son mérite fut souvent éclipsé par la renommée de son contemporain et ami Nostradamus : les forces de l'esprit d'un humaniste faisant oublier les bienfaits d'un hydrologue de génie !

C'est en plaçant notre rencontre annuelle sous sa tutelle, dans le cadre d'une commémoration municipale, que nous espérons combler cet oubli.

Adam de Craponne

Gentilhomme Provençal et ingénieur français de la Renaissance.

1526 : il naît à Salon de Provence, dans une famille aisée. Après des études à Montpellier il monte à la cour du roi Henri II.

Ingénieur militaire : en charge des fortifications

1552 : il renforce les défenses de Metz face à Charles Quint.

1564 : il travaille à la fortification du port de Nice.

Ingénierie Hydraulique :

Il est surtout célèbre pour ses travaux dans le domaine de la conduite des eaux, ce qui lui a valu le surnom de Bienfaiteur de Provence.

1557-1559 : il construit le canal qui portera son nom, permettant d'apporter une énergie vitale à l'économie.

1571 : il est engagé par la commune des Mées afin de restaurer la prise d'eau d'un canal d'irrigation.

1576 : le 20 décembre il meurt à Nantes.

Selon son petit-neveu, Paul de Grignan qui a écrit dans son livre de raison :

« En l'année 1576, le dict Adam de Craponne mourut de maladie à Nantes, en Bretagne, employé par le roi Henry troisième à la fortification de la dicte ville où il feust (à ce qu'on croyt) empoisonné par l'envie d'Italiens employés quant lui à la dicte fortification piqués de quoy le roi fist continuer l'œuvre suivant le dessein de Craponne et à la confusion du leur. Il mourut en 24 heures et fut enterré dans l'église Nostre-Dame ».

L'Œuvre Majeure : Le Canal de Craponne

Le défi : Détourner les eaux de la Durance pour actionner les roues des moulins à farine, à huile et les foulons mais aussi transformer les terres arides de la Crau en terres fertiles et alimenter les fontaines des villes de Salon, Pelissanne et Arles.



La prouesse : un canal principal de plus de 50 km (atteignant 145 km avec ses branches vers Arles et Istres) fonctionnant uniquement par gravitation, avec une pente extrêmement précise.

Le résultat : le développement des moulins, de l'oléiculture et du maraichage.

Aujourd'hui.

Si les moulins ont disparu et si les fontaines ne sont plus alimentées par l'eau du canal, l'irrigation par gravitation* est toujours en fonction et remplit des rôles cruciaux.

Un héritage écologique et économique



Le Foin de Crau : C'est grâce à cette irrigation millimétrée que l'on produit le seul foin bénéficiant d'une AOC.

Recharge de la nappe phréatique : Environ 70 % de l'eau utilisée pour l'irrigation s'infiltré dans le sol, alimentant ainsi la nappe phréatique de la Crau, qui fournit l'eau potable à près de 300 000 personnes.

Biodiversité : Le réseau de canaux a créé des zones humides et des haies qui abritent une faune et une flore spécifiques dans une région par ailleurs très aride.



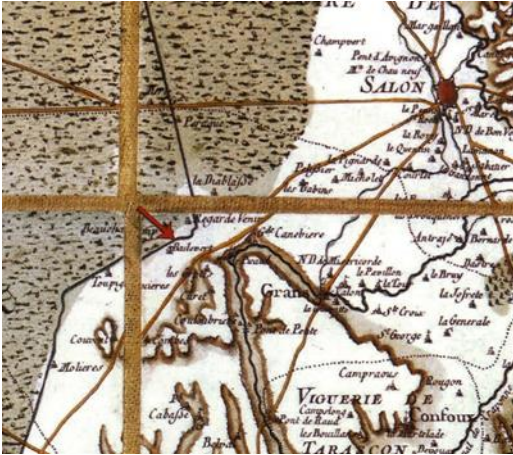
La Crau Verte

Article de Catherine Casanova





ECHO DES GARRIGUES - ECHO DES GARRIGUES



LE BAYLE -VERT

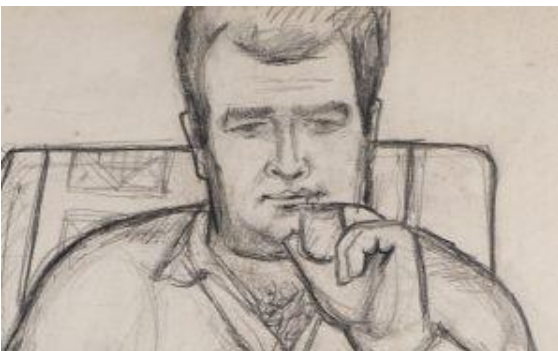
Nous avons été conviés à une conférence sur le LOUP EN PROVENCE grâce à SALON PATRIMOINE ET CHEMINS

Nous avons découvert un lieu de mémoire inscrit à l'inventaire des Monuments Historiques et Maison des Illustre depuis l'automne 2014 sur la commune de Grans.

Le Bayle-Vert est un mas de Crau, du XVIIIe et du XIXe siècles, petite exploitation agricole maintenue dans l'état exact peu à peu

aménagé par le poète Mas-Felipe Delavouët (1920-1990) qui vint vivre au Bayle-Vert, auprès de sa grand-mère maternelle, où il s'établira

<https://www.delavouet.fr/le-bayle-vert/>



MAX- PHILIPPE DELAVOUE

(Marseille, 22 Février 1920 – 18 Décembre 1990)

Ayant depuis l'enfance laissé la mer derrière lui, et la cité phocéenne où il naquit, Max-Philippe Delavouët vécut au mas du Bayle-Vert, à Grans, en bordure de Crau, dans ces doux paysages arrosés par la Touloubre, qui offrent le cadre de *Pouèmo*.

Là, partir de 1950, il bâtit une œuvre étonnante (en provençal), de richesse et d'unité : le grand poème unique que forment les cinq volumes de *Pouèmo*, publié en 1971 et 1991, dans l'écrin immuable de la majestueuse strophe par lui créée.

De ses mains de paysan naquit encore un patient travail d'édition, où la poésie se fondait dans l'art du trait, de la gravure enluminée au caractère « *Touloubre* » dessiné pour les beaux livres imprimés au Bayle-Vert.

<https://www.delavouet.fr/le-bayle-vert/>

Article proposé par Marlène Lamballais



LE COIN LECTURE

La Petite
Bonne

LA PETITE BONNE – BERENICE PICHAT (1985)



Domestique au service des bourgeois elle est travailleuse, courageuse, dévouée. Mais ce week-end-là, elle redoute de se rendre chez les Daniel. Exceptionnellement, Madame a accepté d'aller prendre l'air à la campagne. Alors, la petite bonne devra rester seule avec Monsieur, un ancien pianiste accablé d'amertume, gueule cassée de la bataille de la Somme.

L'autrice nous plonge dans le Paris des années 30, dans une alternance de vers libre et de prose, un face à face entre un maître de maison et sa domestique.

Bérénice PICHAT soulève le débat du droit à mourir dans la dignité, le sacrifice des aidants, l'exploitation des domestiques, le traumatisme de la grande guerre, et la question du regard (comment le regard de l'autre peut enfermer ou libérer.)

Très bonne lecture !

Une proposition de Marlène Lamballais





LE POEME



Il y a des chemins

Poème

Christiane Vanvincq

Un choix de Marie Gauchet-Nageotte

Il y a des chemins qui longent la mer
et rappellent la tempête autant que l'abondance

Il y a des chemins aux vallons des campagnes
où l'endroit est désert et l'heure est tardive

Il y a des chemins au cœur de la ville
où je cours après le temps sans arrêt

Il y a des chemins de larmes mais nous serons consolés
et des chemins de pauvreté pour être riche

Il y a des chemins de tous les instants :
je cherche à mettre mes pas dans tes pas

Il y a des chemins d'exils qui détruisent des vies
et des malentendus qui le font aussi

Il y a des chemins qui sont des impasses
c'est le moment de faire marche arrière

Il y a des chemins que j'ai pris
et qui m'étonnent encore

Il y a des chemins contraignants
qui enferment l'oiseau et l'humain dans une cage

Il y a des chemins libérateurs
qui ouvrent les portes de la vie

Il y a le chemin des justes,
ceux qui donnent leur propre vie pour celle des autres



FLORILEGE THEMATIQUE DE CITATIONS

Pèlerinage – Pèlerin :

« Le Chemin est la plus belle métaphore de la vie »

Gaëlle de La Brosse journaliste écrivain

« Le pèlerinage symbolise votre vie – Il signifie que vous ne voulez pas vous installer, que vous résistez à tout ce qui tend à émousser vos énergies, à étouffer vos questions, à fermer votre horizon »

Pape Saint-Paul II

« Le pèlerin est une personne qui cherche son âme même s'il ne marche pas »

« Un pèlerin est quelqu'un qui marche en regardant vers le ciel »

Paolo Rumiz écrivain marcheur italien

« Chacun fait son propre Chemin : la certitude scientifique ne tue ni la Foi ni l'Imaginaire »

Denise Péricart -Méa - médiéviste

« Le pèlerinage invite au détachement et au dépouillement de soi »

Frank Delorme - jésuite

« Le pèlerinage à Saint-Jacques de Compostelle n'est pas la fin du Chemin mais, le début »

Paulo Coelho écrivain brésilien

Anonymes :

« Le Chemin te donne ce dont tu as besoin, pas ce que tu cherches »

« Ce qui compte, ce n'est pas d'arriver à Santiago, mais qui tu es à ton arrivée »

« Sur le Chemin, chaque pas est une destination »

« Le Chemin commence à la porte de sa maison »

« Le Chemin ne te change pas, il te révèle »

« Marche sans hâte, mais sans pause

Une sélection de morceaux choisis par Anne-Marie Perez



LA RECETTE DU TRIMESTRE



Les montecados, un délice à réaliser

Si les montecados sont des biscuits d'origine espagnole, ils sont également connus au Maroc sous le nom de ghriba bahla et servis traditionnellement pendant les fêtes avec un thé à la menthe.

A l'origine, les montecados étaient préparés avec du saindoux alors qu'aujourd'hui, on utilise plutôt de l'huile d'arachide.

Ces petits gâteaux secs à l'huile ont une texture friable et fondante et parsemés de cannelle en poudre.

Les montecados traditionnels sont des desserts faciles à réaliser en seulement 10 minutes de préparation !

Ingrédients :



1 kg de farine



½ kg de sucre



½ l d'huile



Cannelle en poudre

Temps total : 30mn Préparation : 10mn Repos : 0 Cuisson : 20 m



(en variante Vanille et /ou fleur d'oranger facultatif pour parfumer)

Préchauffer le four à 160 °C (th. 5-6).

Dans un saladier, verser la farine et le sucre, puis incorporer progressivement l'huile en mélangeant à la main jusqu'à obtenir une pâte homogène mais restant assez friable.

Prélever une petite quantité de pâte de la taille d'une balle de ping-pong, puis la presser dans la main de manière à la rendre bien compacte. La rouler ensuite entre les paumes.

Disposer les morceaux de pâte sur une plaque à pâtisserie allant au four, garnie d'une feuille de papier sulfurisé, puis enfourner à 160 °C (th. 5-6) pendant 20 min. Les Montécaos sont cuits dès qu'ils se craquellent.

A la sortie du four, les saupoudrer de cannelle.