

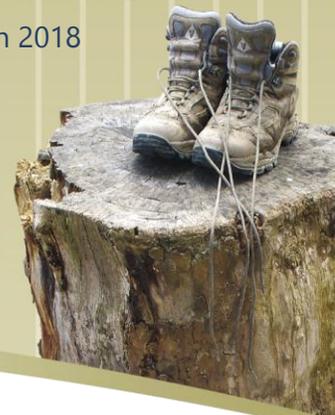
Pas à Pas

Du Québec à Compostelle

Journal de l'association québécoise des pèlerins et amis du chemin de Saint-Jacques

Vol. XVIII N° 2

Juin 2018



LE MOT DE LA PRÉSIDENTE

Chers pèlerins et chères pèlerines,

Pour tous ceux et celles qui partiront marcher sur l'un des Chemins de Compostelle, je vous souhaite un Chemin ressourçant, propice aux rencontres et aux partages.

Que ce soit un moment privilégié. Que ce soit le début d'une belle aventure humaine enrichissante.

Faites confiance au Chemin, vous y trouverez ce dont vous aurez besoin. Ouvrez votre cœur et acceptez ce que le Chemin vous offrira.

Ultréïa! Buen Camino!

Johanne Morin, Présidente

Dans cette édition...

Le mot de la Présidente

Le tour de l'Isle-aux-Coudres

Une rencontre avec le «Padre Ernesto»

La parole aux membres

Des nouvelles des régions

Une suggestion de lecture

Demande de participation à un projet de recherche.

LE TOUR DE L'ISLE-AUX-COUDRES

Le tour de l'Isle-aux-Coudres... un succès encore cette année

Le 5 mai dernier, au delà de 800 personnes ont participé au rendez-vous annuel à l'Isle-aux-Coudres, une marche de tout près de 24 kilomètres. Cette année, un vent impressionnant n'a pas empêché la grande majorité de profiter de la journée et de compléter la marche. Une belle journée de partage et d'échange, une préparation à une marche à venir sur un des chemins de Compostelle ou une occasion de se remémorer l'expérience pour d'autres.



Des participants pleins d'énergie

Félicitation encore une fois à Denise Tardif, notre organisatrice en chef, ainsi qu'à tous les bénévoles qui complètent son équipe. Merci également à la population de l'Isle qui, année après année, nous accueillent chaleureusement.

Puisqu'on dit qu'une image vaut 1000 mots, voici quelques photos prises lors de cette journée. À l'an prochain.



On commence parfois très jeune...



Marcher dans un magnifique paysage.



Petite pause pour dîner



Des bénévoles bien fiers du succès de cette belle journée

Photos Suzanne Montambault

Texte Pierre Morin

UNE RENCONTRE AVEC LE «PADRE ERNESTO»

Les gens qui ont parcouru le « Chemin du Nord » ont, pour plusieurs, entendu parler du Père Ernesto et du gîte de *Guëmes* qui peut accueillir confortablement 45 personnes. Mentionnons tout de suite que, signe de son esprit communautaire, le Père Ernesto insiste pour mentionner qu'il ne s'agit pas de *son gîte* mais plutôt d'un projet collectif fondé par cinq personnes. Il précise aussi que le chemin du nord est en développement et que le nombre de personnes accueillies augmente d'environ 10 % par année.

Du 5 au 8 mai dernier, lui et deux de ses amis étaient de passage au Québec. Ils concluaient ainsi un périple qui les a conduits en Argentine, au Mexique, dans l'état de Washington puis, à Vancouver où ils ont pris le train pour traverser le Canada. Qu'ont en commun ces endroits ? On y retrouve des villes et des villages qui portent le nom de *Guëmes*, tout comme le lieu de provenance du Padre. Des représentants de l'association l'ont accueilli, d'abord dans la région de Québec puis, dans celle de Lanaudière.

L'idée du gîte lui est venue lors d'un séjour au Pérou alors qu'il prenait de longues marches. Et qui dit marches, pense souvent aux pèlerins de Compostelle. Le gîte est alors né dans sa maison natale, vieille de 110 ans.¹ Cet endroit est souvent qualifié par les gens qui ont eu la chance d'y séjourner en termes flatteurs tels que « Oasis de paix » ou « Petit paradis ». On parle aussi d'un accueil chaleureux qui s'inscrit dans la pure tradition donativo. Il est d'ailleurs question du Padre Ernesto dans certains guides traitant du Chemin du Nord.

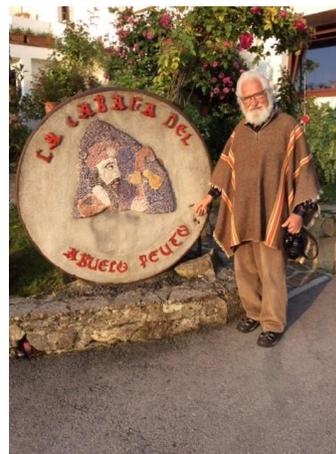
Il nous explique qu'avant le souper, il présente aux gens la petite histoire et la philosophie du projet. Puis en soirée, uniquement pour ceux qui le désirent, ils sont invités à se rendre dans un local octogonal nommé l'Hermitage pour échanger. On n'aborde pas la question religieuse mais plutôt, à l'aide d'une fresque, on parle du cheminement universel des humains allant de l'esclavage à la liberté et cela, pour toutes religions confondues. Des rencontres qu'il considère très riches compte tenu des nombreuses nationalités représentées.

Prêtre ouvrier, missionnaire sur plusieurs continents, il oeuvre maintenant pour les enfants, les démunis et les prisonniers. Cet homme fascinant est en contact constant avec le continent Sud Américain, ce terreau où il puise son énergie. La plupart des hospitaliers présents à *Guëmes* en sont originaires². Il est aussi engagé dans la défense des richesses naturelles tels que la lutte contre la déforestation et contre la plantation abusive

des eucalyptus qui appauvrissent les sols³. Il officie aussi la messe dans la magnifique petite église romane de Los Remedios.

Dans la région de Lanaudière

Monsieur François Lépine de la région de Lanaudière a rencontré le Père Ernesto et il nous a fait parvenir ce message reçu suite au retour de nos visiteurs à *Guëmes*.



Une photo de l'âme et de la locomotive de l'albergue de Guëmes sur le Camino del Norte. Le père Ernesto, quatre vingt ans, revient tout juste d'une visite au Québec où il a rencontré des représentants de l'AQAPC. L'albergue de Guëmes, une albergue vraiment unique!



Une vue extérieure de la petite église Los Remedios

¹ Adresse internet du gîte (en Espagnol seulement): <http://www.alberguedeguemes.com>. «La Cabana de Abuelo Peuto».

² Source: blog «ber.drareb04.overblog.com»

³ Source: Blog «bourguignon-la-passion.fr»



Le chœur de la petite église de Los Remedios

Dans la région de Québec

Lors de son passage à Québec, Jean-Marc Darveau, Marie Tremblay, Nicole Pomerleau et Pierre Morin avons profité de l'occasion pour le rencontrer et pour lui poser quelques questions et, dans la langue de Molière qu'il a apprise lors d'un séjour en France. Nous l'avons invité, lui et ses deux amis, Francisco Gonzales et Miguel Mazas, un dimanche matin, dans un restaurant de la rue Petit Champlain située au cœur de l'histoire et de la culture québécoise.



Brunch sur la rue Petit Champlain à Québec avec le Père Ernesto et ses deux amis.

Le mardi suivant, une visite aux chutes Montmorency puis à la Basilique Sainte-Anne de Beupré, une excursion suivie d'un excellent souper québécois offert par Marie à son domicile.



Une petite visite à Ste-Anne-de-Beaupré très appréciée par nos invités

Plusieurs Québécois ayant séjourné à *Guëmes* (quatrième groupe en quantité) l'ont initié à notre culture. Il mentionne d'ailleurs se sentir très à l'aise avec les Québécois qui, selon lui, ont des traits communs avec les Espagnols. Il parle entre autres de notre simplicité et de notre sens de l'accueil et de la fête.

Nous avons remis au Père Ernesto et à ses deux amis un petit souvenir de l'association. Merci pour votre disponibilité et pour cette agréable rencontre Père Ernesto.

Marie Tremblay, Jean-Marc Darveau, Nicole Pomerleau et Pierre Morin.

Une invitation à devenir hospitalier

Si vous êtes intéressé à être bénévole au gîte de *Guëmes*, possiblement même à partir de cet été, vous pouvez contacter l'équipe du Père Ernesto au moyen du courriel suivant : ernestobustio@yahoo.es (en français si vous voulez).

LA PAROLE AUX MEMBRES

Nous présentons deux textes qui font suite à ceux publiés en décembre et en mars dernier par Messieurs Guy Vermette et Yves De Belleval. Pour faire suite à **la simplicité**, première valeur de l'association et à **l'ouverture**, la seconde valeur, voici des textes portant sur **la générosité**, la troisième valeur de l'association.

La générosité du Chemin

par Guy Vermette, pèlerin

Après la simplicité et l'ouverture, la générosité est la troisième valeur de l'Association Québec à Compostelle. Ces valeurs représentent des phares dans l'engagement pèlerin et bénévole pour faire vivre avant, pendant et après l'essence de l'expérience du Chemin.

On découvre tout l'attrait et la richesse de la générosité dans un monde où beaucoup se paie et se calcule, où on a rien pour rien et que c'est bien souvent donnant / donnant avec les notions d'intérêt et de profit qui en sont intimement associées.

Sur le plan étymologique, la générosité était identifiée comme une « qualité qui élève la personne au-dessus d'elle-même ». Une forme de noblesse de l'âme et une bonté du cœur s'exprimant d'un élan simple et spontané. Une conception très humanisme des notions d'intérêt et de profit où l'attention est portée à l'être et non l'avoir.

En lien avec l'expérience des Chemins de Compostelle, la générosité se manifeste de manière différente d'une personne à l'autre et à des degrés variés. Elle est teintée de qui on est, de ce qu'on vit et de comment on conçoit l'expérience qu'on souhaite accomplir ou qu'on a accomplie.

Pour ma part, les Caminos Del Norte et Primitivo furent des chemins de gratitude car à terme, j'étais imprégné d'une profonde reconnaissance à dire un gros merci à la vie d'en avoir retiré tant de bénéfices malgré ses exigences. Alors que le Chemin d'Arles m'a été un chemin de bienveillance allant lentement et

bien enraciné dans mes pas à la rencontre d'amis pèlerins pour célébrer de touchantes retrouvailles.

La générosité avant de partir

La générosité est celle de mes espérances, d'y penser parfois depuis longtemps. Et à se dire, un jour, j'aimerais partir pour Compostelle. C'est aussi une générosité bien involontaire dans mes appréhensions, de cette part d'inconnu devant une expérience qui amène à élargir les horizons du possible en rendant le changement permanent pour un temps. Puis, elle se manifeste dans mes préparations alors qu'on en prévoit souvent plus que moins en se rendant compte rapidement sur le Chemin qu'il y en a trop dans notre sac à dos. On laisse les autres être généreux dans leurs informations, leurs témoignages pour nous aider à partir du bon pied. La générosité se construit à l'instant et se récolte par devant et subtilement en dedans.

La générosité sur le Chemin

Sur le chemin, la générosité se partage. Tantôt, on est celui ou celle qui l'offre et à d'autres moments on la reçoit. La générosité s'exprime dans la simplicité mais aussi dans les exigences du quotidien. Elle se manifeste dans le fait de tendre le cœur et l'oreille dans le simple échange de notre expérience mais aussi dans la confiance de nos ressentis et même des parts de notre vie. Elle peut aussi être de tendre simplement la main, de déployer un élan spontané pour se rendre utile pour venir concrètement en aide à un autre pèlerin en besoin de soins, de nourriture, de retrouver son chemin ainsi que pour faciliter et agrémente la vie de groupe en *albergue* les soirs venus. Elle

peut aussi être de prendre la parole, en temps et lieu, pour mettre notre grain de sel ou pour contribuer à lubrifier les relations dans le respect, la bienveillance et la joie.

La générosité au retour

Pour le pèlerin, la générosité est ainsi le fruit de son ouverture et de la simplicité qu'il porte tout au long du Chemin. On reçoit beaucoup à redonner. La générosité vécue sur le Chemin amène un sentiment de gratitude résultant des bénéfices d'avoir vécu une expérience hors du commun. De dire merci à la vie d'avoir été comblé. Elle est celle du témoignage mais aussi de redonner au suivant d'une multitude de façons gratuitement, gracieusement et humblement. De son temps, de ses énergies, de ses compétences, de ses connaissances et de ses sentiments. La générosité, c'est le révélateur de ce qui nous est essentiel, passé au tamis de sa vie et qui nous lis à autrui. C'est une source intarissable de joie et d'amour, de grande humanité à laquelle nous sommes conviés à s'abreuver.



La générosité, troisième valeur de « Du Québec à Compostelle »

Par Yves De Belleval

La première valeur de l'association « Du Québec à Compostelle » est la simplicité. Le Chemin m'y invite et j'y parviens par la simplification de ma vie. Ma vie simplifiée, je peux m'ouvrir à tout ce que le Chemin (et la Vie) me réservent. C'est alors que la générosité se manifeste.

Le Chemin est généreux. Il peut m'apporter tout sans rien demander en retour. Telle est la générosité. Le Chemin me donne le courage d'aller plus loin, plus loin que mes frontières, toujours plus loin. Le Chemin m'offre de multiples rencontres ou me permet d'en approfondir d'autres nées avant que je ne me mette en chemin. Ces rencontres vont de la camaraderie à l'amour inconditionnel en passant par la fraternité et l'amitié. Générosité du Chemin. Sur le Chemin, si je suis dans le besoin, on me prendra en charge. C'est compassion. C'est l'amour de l'autre en action. Le Chemin m'offrira peut-être l'occasion d'exercer la compassion auprès d'autres personnes. Générosité du Chemin. Peut-être le Chemin me révélera-t-il les profondeurs de mon être merveilleux? Ou peut-être m'éclairera-t-il dans une quête de solution d'un dilemme auquel je suis confronté? Sur le Chemin, un lieu s'appelle la Croix de fer (Cruz de Hierro), qui est le point le plus élevé sur le Camino francés. La tradition veut qu'on y laisse un objet qui symbolise une lourdeur, un problème intérieur qu'on ne veut plus porter, une affaire qu'on a décidé de régler, ainsi de suite.

Générosité du Chemin qui concoure à l'allègement, à la libération psychologique, morale ou spirituelle. Le Chemin est aussi un Chemin du pardon. Pardon pour soi, qui est un présent que l'on se fait en se libérant d'un passé négatif. Pardon pour l'autre qui est un présent ouvert contre un passé fermé. Le Chemin a ses lieux de pardon : une Sierra del Perdon, des Porta del Perdon, des portes du pardon qui sont peut-être ouvertes pour moi. Et le Chemin est généreux en plaisirs de toutes sortes, depuis les plaisirs des sens à ceux de l'esprit. Générosité du Chemin.

L'hospitalité. Des villages et des villes mettent à la disposition des pèlerins des refuges et auberges modestes leur assurant un toit, un lit, des douches, des installations pour faire à manger. Ailleurs, des familles ou des particuliers reçoivent chez eux. Parfois, on pratique le « donativo », c'est-à-dire de la participation volontaire aux frais. C'est l'occasion d'être généreux. Selon certains, les pèlerins seraient radins, ne contribuant pour presque rien. Je me suis fixé une ligne de conduite : là où existe la pratique du donativo, plus c'est minable, plus je donne, car j'y vois un signe de besoin. Pourquoi donner aux riches? Autre chose : dans certaines auberges, gîtes ou refuges, des personnes bénévoles accueillent et prennent en charge les pèlerins. On les appellent « hospitaliers ou hospitalières », « hospitaleros » en Espagne. Ce sont presque toujours des gens qui ont déjà fait le Chemin et qui le poursuivent en se mettant au service de ceux qui passent. C'est générosité. À plusieurs endroits, vous aurez l'initiative de vous proposer pour donner un coup de main. Ce sont des invitations à la générosité. Des occasions de manifester de la solidarité ou de la compassion auprès de ses semblables.

L'Association « Du Québec à Compostelle » qui vous reçoit aujourd'hui est l'œuvre de bénévoles et uniquement de bénévoles. C'est la générosité du Chemin qui se prolonge.

Nous vivons dans une culture dominée par la valeur non pas du don, mais de l'argent. Dans cette culture, chacun est invité, nations et individus, à se tailler la plus grosse part du gâteau. Notre rapport aux autres est souvent vicié par la concurrence et la stricte mesure du rendement financier immédiat. Les inégalités s'accroissent. Le Chemin peut augmenter notre conscience de cette situation, si besoin est. Si besoin est, le Chemin peut nous confirmer dans notre mode de vie altruiste, sinon nous mettre sur le sentier et les chantiers nombreux de transformation du monde en vue de la paix et de la justice sociale. Ainsi, La Générosité du Chemin peut se prolonger après notre retour, dans notre vie de tous les jours.

Dieu

Maintenant, je vais vous parler de Dieu. Silence. Silence absolu. Voilà. Je vous ai parlé de Dieu.

Maintenant, je vais vous parler de « ma » conception de Dieu. Je conçois que Dieu est bon, mais aussi qu'il n'est pas bon. Je conçois que Dieu est juste et miséricordieux, mais aussi qu'il n'est pas juste et miséricordieux. Cette conception est celle qu'enseignait un célèbre professeur du Moyen-Âge, qui était la coqueluche des plus grandes universités, Thomas d'Aquin. Autrement dit, je conçois Dieu comme tout à fait Autre, absolument Autre. Totalement absent, je conçois Dieu comme totalement présent. Inaccessible, accessible. C'est aussi ce qu'enseigne Jésus de Nazareth. Entre autres, il a enseigné deux choses. La première : puisque nous ne pouvons

avoir de connaissance directe de Dieu, personne ne va à Dieu si ce n'est par Lui. Il n'y a pas de vol direct vers Dieu. La deuxième : dans une mise en scène qui préfigure le cinéma, il imagine un jugement sur une question très moderne, le bonheur.

Dans cette scène, les humains sont devant lui. Comme dans un « western », il y les bons (qui ont accès au bonheur) et les méchants (qui créent leur malheur). Les bons sont ceux qui ont donné à manger à Jésus quand il avait faim, qui Lui ont donné à boire quand il avait soif, qui L'ont vêtu quand il était nu, qui L'ont accueilli quand il était étranger, qui L'ont visité quand il était en prison. Bonheur inaccessible, me direz-vous, puisque Jésus, on ne le rencontrera pas en Chemin, on ne peut pas lui donner à manger, on ne peut pas lui donner à boire, ainsi de suite. C'est pourquoi, dans le scénario, les « bons » rétorquent : « Toi? On ne te connaît pas! »

Le metteur en scène a prévu leur réaction et le scénario se poursuit : chaque fois que vous l'avez fait à l'un de vos proches, considérez que c'est à moi que vous l'avez fait. Tout se passe donc comme si il n'y avait ni vol direct vers Dieu, ni vol direct vers Jésus. Le bonheur est dans la qualité des rapports concrets avec ceux qui sont dans le besoin et que je rencontre sur le Chemin de la Vie. Ils sont mon Chemin vers Dieu. Il se peut que, lorsque vous serez en Chemin, vous rencontriez quelqu'un qui a soif, faim, est étranger, est coincé dans sa prison intérieure. Votre bonheur le plus grand est alors proche et porte le nom de prochain. Votre bonheur tient à la générosité.



Début de mon carnet de voyage.

Madame Catherine Gautherie nous a fait parvenir un texte extrait du début de son carnet de voyage. Il rappellera sûrement des souvenirs aux pèlerins partis sur la Via Podensis et il inspirera peut-être ceux qui hésitent à entreprendre une longue randonnée.

Je suis accroché dans un magasin de sports, quand tout à coup une dame me choisit et m'installe sur son dos.

Va-t-elle m'adopter ? Oui, je quitte le magasin.

Arrivé dans son logement, elle me pose sans délicatesse dans sa chambre et je suis là immobile en attente.

Un jour, elle me saisit et me remplit de matériels divers. Je me sens lourd! Elle me transporte pour un long voyage en avion; direction Paris.

La dame accroche 2 bâtons sur mon côté et me voilà de nouveau sur son dos dans le métro de Paris en direction de la gare de Lyon, pour monter dans un TGV. Je vois défiler le paysage jusqu'à la ville du Puy-en-Velay en Auvergne.

Qu'est-ce qui lui prend? Elle suspend une coquille Saint-Jacques après moi. Je déambule dans les rues en suivant les symboles de coquilles au sol, nous arrivons à 7 h 45 dans la cathédrale Notre-Dame-de-l'Annonciation du Puy-en-Velay.

Le prêtre me bénit ainsi que les 40 autres sacs de différentes régions de la France mais aussi de la Belgique, de l'Allemagne, de l'Italie, de la Suisse, de la Corse et moi-même du Canada.

Un jeune homme témoigne de ses 4 mois d'errance sur le chemin (aller et retour du Puy à Santiago). Il le résume en 2 mots : Liberté et Amour.

L'émotion m'envahit et le chant religieux en latin me berce. Le prêtre remet à chaque personne une médaille, un chapelet et une intention de prière. Je me dirige vers la sacristie, une religieuse tamponne un feuillet appelé le « credential » que je reçois dans ma pochette secrète.

Je quitte la cathédrale, la dame me réajuste et me serre plus fort sur son dos. Ouf! elle m'a libéré des 2 bâtons...

J'aperçois une grande statue d'un homme appelé Saint-Jacques. Lui aussi porte un balluchon et tient un bâton.

Je viens de comprendre que je vais marcher sur le Chemin de Compostelle... C'est le grand départ! Je chemine en chantant :

Tous les matins nous marchons sur le chemin.

Tous les matins nous allons plus loin.

Jour après jour, la route nous appelle,

C'est la voix de Compostelle.

ULTRÉÏA ! ULTRÉÏA !

Aller plus haut, aller plus loin

Catherine Gautherie



DES NOUVELLES DES RÉGIONS

Le coup d'envoi en Montérégie

Le samedi 24 février dernier, l'Association québécoise des pèlerins et amis du Chemin de Saint-Jacques (du Québec à Compostelle) région Montérégie a tenu son dixième (10^e) Coup d'envoi à l'Église Saint-François of Assisi de Saint-Lambert.

Mme Thérèse Marion, animatrice régionale, a fait l'ouverture de la journée technique et du Coup d'envoi suivi par l'animateur de la journée, M. Claude Perreault.

Dès le début, nous avons bénéficié des conseils de vétérans des chemins comme Réal Bergeron et Francine Maheu sur la pertinence de certains articles contenus dans le sac à dos.

De plus, la podiatre Mme Joanie Vaillancourt est venue nous faire partager les bienfaits de la préparation physique et de l'impact du choix des chaussures selon la morphologie de nos pieds. Miser sur la qualité et le confort favorise un bénéfice pour le pèlerin surtout s'il doit parcourir une distance de 800 kilomètres.

Grâce à l'implication de M. Michel Léveillé, responsable du support technique durant toute

la journée, chacun des pèlerins a reçu à son arrivée un DVD.

Michel lors de sa présentation, nous a présenté le contenu de ce présent de qualité utile pour la préparation du chemin. On y retrouve des conseils sur le sac à dos, les transactions bancaires, les gîtes et les communications en Europe.

Les conférenciers Yves De Belleval et Réjean Poirier ont partagé leur expérience des sentiers déjà empruntés en soulignant la partie spirituelle du cheminement des pèlerins.

Appuyés par des photos et de la musique, ils ont conseillé aux pèlerins conquis par le sens profond de leurs propos, de prendre le temps durant le pèlerinage, d'apprécier ce que la vie mettait devant eux, du ruisseau aux nuages, du vent au coucher de soleil et de se montrer généreux envers leur prochain.

Après le souper favorisant les nombreux échanges, toutes les personnes présentes ont été invitées à la célébration de la messe des pèlerins à l'église Saint-Francis of Assisi.

Par la suite, nous avons eu le privilège d'entendre Mme Denise Grenier nous raconter le volet historique de la remise de la *credencial* et des obligations du pèlerin durant le chemin du Moyen Âge à 2018.

Chaque pèlerin qui partira cette année a reçu après la messe, une *credencial*, un pain, une coquille, une pierre et un parchemin pour symboliser leur pèlerinage.

Merci au coordonnateur Claude Saint-Pierre pour l'organisation de cette journée.

Grâce à l'implication des membres du C.A.R. de la Montérégie et d'autres bénévoles, l'animatrice Thérèse Marion peut dire merci et mission accomplie pour le Coup d'envoi 2018.



Les personnes présentes au Coup d'envoi 2018 en Montérégie

Finalement vous trouverez à l'adresse : www.duquebecacompostelle.org et sur notre site Facebook : <https://www.facebook.com/compostellequebecmonteregie/> des informations pertinentes sur les diverses conférences et marches dans notre région.

Christian Tremblay

UNE SUGGESTION DE LECTURE

Même si le livre suggéré ne décrit pas un des chemins de Compostelle, il constitue en 144 pages un témoignage très riche sur le recul, sur le détachement et sur la réflexion souhaités à certaines étapes de l'existence, tout comme ce que permet le *Camino* pour plusieurs personnes. C'est par dessus tout un texte très bien écrit.

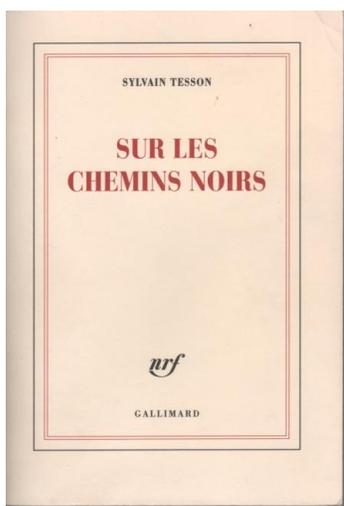
En août 2014, Sylvain Tesson a fait une chute d'une dizaine de mètres à partir d'un toit. Il subit alors un traumatisme crânien, de multiples fractures, dix jours dans le coma, paralysie faciale, surdité permanente d'une oreille et crises d'épilepsie récurrentes.

Malgré ces petits « inconvénients », un an plus tard, suite à une longue réadaptation et contre l'avis de ses médecins, ce miraculé a entrepris de parcourir la France à pied. Il amorce son parcours dans la région des Alpes Maritimes (le Sud-Est) pour se rendre jusqu'au Cotentin (le Nord-Ouest) en empruntant une série d'anciens chemins oubliés, presque jamais balisés qu'il a justement appelés *Ses Chemins Noirs*, un titre à sens multiples.

Il décide alors de se réadapter par le mouvement, par les nuits à la belle étoile, par les rencontres et par la solitude.

« La vie me laissait une chance, il était donc grand temps de traverser la France à pied sur mes chemins noirs. »

Là, personne ne vous indique ni comment vous tenir, ni quoi penser, ni même la direction à prendre ».
(Sylvain Tesson)



Ce parcours lui a permis de prendre le recul nécessaire pour faire le point sur sa vie et pour affronter certains anciens démons. Son écriture très riche nous permet de partager son parcours dans une France rurale très contrastante avec la vie moderne et avec le rythme effréné qui l'accompagne. Il nous fait

également partager ses réflexions sur la relation que l'humanité entretient avec la technologie moderne.

Bref, pour ceux et celles qui aiment le genre, un livre à placer sur votre liste de lecture.



Sylvain Tesson sur un de ses chemins noirs (Photo extraite du journal Le Devoir, le 31 décembre 2016).

Pierre Morin

DEMANDE DE PARTICIPATION À UN PROJET DE RECHERCHE

Vous prévoyez faire un chemin de plus de 300 kilomètres?

L'UQTR est à la recherche de participants pour une étude visant à vérifier s'il nous est possible de déceler des indicateurs ou des mesures reflétant les adaptations de nature biomécanique ou physiologique, chez le marcheur engagé dans un contexte de marche prolongée.

Le cumul de la marche peut-il présenter des adaptations bénéfiques ou à l'inverse, non-bénéfiques? Ce projet de recherche permettra d'en dégager la tendance générale auprès des marcheurs évalués; pour mieux cibler le travail de préparation à faire avant ou après un tel séjour de marche. Le but est de prévenir le développement de douleurs articulaires chroniques.

Votre contribution consiste à trois séances d'évaluation ayant lieu à l'Université du Québec à Trois-Rivières (durée : 1 h 15 par séance).

1^{re} séance : Au maximum un mois avant votre départ pour le séjour de marche

2^e séance : 5 à 10 jours après la 1^{re} séance

3^e séance : Au maximum 7 à 10 jours après la date de fin de la période de marche prolongée

Le coût du stationnement à l'UQTR vous sera remboursé, aucune autre compensation financière est prévue.

Vous êtes intéressé? Vous avez simplement à laisser vos coordonnées au courriel suivant :

Marche.prolongee1@gmail.com

Une agente de recherche communiquera avec vous pour vérifier au téléphone, par le biais d'un questionnaire de 15 minutes, votre éligibilité.

Karine Boivin

Professeure à l'UQTR et membre de l'AQPAC



Correction d'une erreur

Dans l'édition du mois de mars, nous avons attribué les articles et les photos concernant les activités tenues dans la région de l'Estrie à monsieur Gérard Lefebvre (la personne qui nous les a fait parvenir) plutôt qu'à monsieur Serge Malouin, l'auteur. Nous désirons corriger la situation et offrir nos excuses à monsieur Malouin.

Ont collaboré à cette édition

Karine Boivin	Johanne Morin
Jean-Marc Darveau	Pierre Morin
Yves De Belleval	Nicole Pomerleau
Catherine Gautherie	Christian Tremblay
François Lépine	Marie Tremblay
Marie-Eve Lessard	Guy Vermette
Suzanne Montambault	



L'équipe du Pas à Pas désire souhaiter à tous ses lecteurs de magnifiques vacances estivales. Profitez-en pour prendre du repos et pour partager de beaux moments avec vos proches. On se revoit à l'automne.