

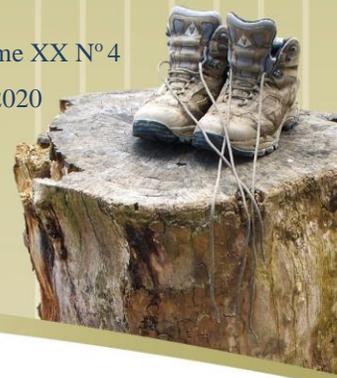


Pas à Pas

Du Québec à Compostelle

Journal de l'Association Du Québec à Compostelle

Volume XX N° 4
Juin 2020



Ça marche depuis 20 ans

EDITION SPÉCIALE : CONSULTATION PROPOSÉE AUX « NON-PARTANTS 2020 »

LE MOT DE LA PRÉSIDENTE

Chers membres,

Cette édition spéciale du *Pas à Pas* est le fruit d'une consultation auprès des 608 personnes qui ont dû mettre sur pause leur projet de partir marcher vers Compostelle en 2020.

Je remercie de tout cœur Guy Vermette, bénévole de la région de Montréal, qui a accepté de rédiger cet article à partir des témoignages de plus d'une soixantaine de participants et de participantes qui se sont exprimé(e)s à cœur ouvert. Je les remercie de leur générosité et de la confiance qu'ils et qu'elles nous ont accordée en se livrant, en se racontant et en décrivant le désarroi et les espoirs qui les habitent.

J'ose espérer que vous vous reconnaitrez dans ces écrits. C'est un texte chargé d'émotions, de sentis et de ressentis. Lisez ce texte et laissez-vous imprégner par les mots.

Bonne lecture !

Johanne Morin

Présidente



VIVRE LE DEUIL DE SON CHEMIN DE COMPOSTELLE 2020

PAR GUY VERMETTE, BENEVOLE. ASSOCIATION DU QUEBEC A COMPOSTELLE

S'introduire à l'impensable

J'ai le goût de vous présenter ce texte en référant à la douce, paisible et lumineuse vitalité d'Alexandra Stréliski qui fait corps avec son piano. Les œuvres de son album *Inscape* ont inspiré la rédaction de cet article pour donner le ton, définir le fil conducteur et partager l'essence des expériences rapportées.

Inscape se définit comme étant « L'unique essence de la nature profonde d'une personne, d'un lieu ou d'un évènement, particulièrement illustrée dans la poésie ou une œuvre artistique » (dictionnaire *Oxford*).

Cette définition est évocatrice de l'objet de notre attention, soit l'impossibilité confirmée ou probable de réaliser son chemin de Compostelle en 2020. Impossibilité réelle pour les départs du printemps et de l'été qui s'est drastiquement imposée par un confinement généralisé décrété par les gouvernements suite à la propagation pandémique d'un fichu de virus tout aussi invisible qu'imprévisible.

Convenons, pour l'occasion, que l'expérience de Compostelle est cette poésie et cette œuvre artistique qui rejoint cette unique essence de la nature profonde d'une personne à la rencontre de soi, de l'autre et de plus grand que soi.

Cette analogie n'est pas exagérée si on renvoie aux très nombreux qualificatifs et superlatifs qui encensent cette expérience unique à chacun(e) et qui contribuent à ce qu'elle soit, au fil des années, une destination très prisée et hautement symbolique pour la vivre intensément en étant porteuse d'ouverture, de découvertes, de transition, de changement et même de transformation.

Je ne partais pas sur un chemin de Compostelle en 2020. Mais, je porte cependant en moi l'effervescence et la fébrilité de mes départs imminents en 2013 et en 2015. Ces manifestations ne sont pas que des souvenirs. Elles sont perceptions, émotions, images, réflexions, partages et même mode de vie.

Lorsque la présidente de l'*Association Du Québec à Compostelle*, Johanne Morin, m'a invité à écrire cet article, j'ai eu une pensée compatissante pour toutes ces personnes qui étaient confrontées à ne pas réaliser leur chemin en 2020 après avoir bénéficié des préparatifs offerts par les très nombreux bénévoles de l'Association dans les différentes régions du Québec. Elles étaient plus de 600 sur le chemin du grand départ.

D'où l'idée de réaliser un court sondage pour connaître leurs réactions à l'annonce de cette impasse ainsi que les moyens qu'elles ont utilisés, à ce jour, pour s'adapter à ce chemin retourné au vestiaire, mis en suspend ou peut-être vécu différemment.

Le texte qui suit est inspiré, en bonne partie, par les nombreux témoignages reçus. Nous remercions grandement ceux et celles qui nous les ont généreusement partagés.



Le sens donné à son expérience du Chemin

Pour saisir la portée de l'impossibilité de partir sur un chemin de Compostelle en 2020, il est important d'être à l'écoute du sens que revêt cette expérience dans l'esprit et le cœur des partant(e)s.

Pour les personnes qui en étaient à un premier départ, c'était souvent un projet de vie, qualifié de rêve et anticipé depuis plusieurs années. Un véritable hymne à la vie ! Elles étaient désireuses de se poser en solitaire, ou avec un être cher, pour faire le point en abordant leur vie autrement dans un élan de liberté avec le désir de se faire plaisir et de se faire du bien.

Pour celles qui en étaient à un deuxième ou un ixième départ, c'est souvent une joie qui est présente. Ces personnes savent bien que tous les chemins sont différents. Mais elles savent aussi qu'elles retrouveront l'essence de l'expérience du Chemin empreinte de liberté, de simplicité, de découverte et de solidarité généreuse.

Il y a souvent pour ces personnes une tendre affection, une forme de complicité intime qui tire des ficelles de cette partie des plus humaines qu'on porte en soi. La conscience du privilège de le vivre à nouveau avec un profond sentiment de gratitude malgré les efforts et les obstacles inhérents à tout dépassement de soi, et bien souvent, accompagné d'un élan du cœur de redonner aux suivant(e)s.

Pour les uns et les autres, la fébrilité et l'intensité du départ pouvaient être associées à un moment rare et des plus opportuns pour réaliser son chemin en 2020 :

- ✚ Le congé exceptionnellement plus long autorisé par son employeur;
- ✚ La disponibilité d'un proche bien aimé avec qui son chemin était planifié. Ce proche pouvant être sa fille, son fils, sa sœur, sa tante ou un ami non-voyant;
- ✚ La célébration de 25, 40 ou 50 ans de mariage;
- ✚ L'amorce de l'importante transition qu'est sa retraite;
- ✚ Le passage symbolique à ses 30, 40, 50, 60, 70 et même 80 ans avec les questions existentielles que sont : où j'en suis et qu'est-ce que j'ai le goût d'être pour la suite des choses ? ;
- ✚ La sortie laborieuse d'une période difficile psychologiquement et pour laquelle l'expérience du Chemin ne représentait rien de moins qu'un projet porteur de vie qui donne espoir en des jours meilleurs;
- ✚ Et finalement, la mort récente de son partenaire de vie et l'inévitable deuil auquel la vie nous convie et pour lequel le Chemin devient une source d'apaisement, d'apaisement et de réconciliation.

Dans ces moments bien précis, il y avait là, en 2020, une quête et un important rendez-vous avec soi-même fortement attendu, avec même un brin d'impatience, pour marcher un chemin extérieur mais aussi pour vivre un cheminement du dedans.

« J'avais besoin de temps, de silence et de présence dans un espace différent, loin de mes repères habituels...où je pourrais retrouver ce qui m'anime et me fait vivre. » (Robert)



S'être si bien préparé(e) pour vivre son chemin

Il est bon de rappeler que l'OUVERTURE, la SIMPLICITÉ et la GÉNÉROSITÉ sont les trois valeurs de *l'Association Du Québec à Compostelle* : des phares lumineux qui guident et qui orientent. L'ensemble des bénévoles de l'Association incarnent ces valeurs en aidant les partant(e)s à bien réaliser leur chemin de Compostelle et à favoriser leur retour en mettant à profit les acquis de cette grande expérience.

Les préparatifs habituels ont été nombreux et variés chez les 608 partant(e)s de cette année : la lecture de livres ou d'articles; le visionnement de films; la participation à des conférences sur les différents chemins de Compostelle; le partage de son projet avec d'autres personnes ayant vécu ou pas cette expérience; le choix de son sac à dos, de ses vêtements et des accessoires pour les soins de base; le choix de son chemin, d'où à où, avec ses attraits et selon le temps disponible; ses étapes et peut-être même l'identification des gîtes et certaines réservations; l'obtention de sa *credential*; l'achat de son billet d'avion et finalement les assurances associées au fait de voyager à l'étranger.

Puis, il y a eu cette autre préparation très importante qui consiste à se mettre en action pour accroître sa forme. Des marches régulières, voir quotidiennes, seules ou en compagnie de la ou des personnes avec qui l'on part, ou en groupe dans le cadre des activités de *l'Association Du Québec à Compostelle*. Certaines personnes marchaient avec leur sac à dos rempli comme si elles débutaient leur chemin. Des marches qui se sont maintenues après le 14 mars dernier, premier jour du confinement généralisé à l'ensemble du Québec, en respectant les règles de distanciation physique.

Il y a beaucoup de positif à se préparer si bien en modifiant des habitudes de vie plus favorables à la santé, en apprivoisant et en habitant la lenteur et la simplicité auxquelles nous convie la marche soutenue et régulière. Dans cette lenteur, des petits gestes, autrefois perçus comme anodins, deviennent présents à notre conscience et prennent de l'importance.



Une qualité de préparation qui a fait dire très souvent, je suis vraiment prêt(e) et si reconnaissant(e) de tout cet accompagnement et des bons conseils reçus de tant de gens et prodigués avec amour. Prêt(e) sur les plans physique, psychologique et matériel avec le sentiment fréquent que le chemin est commencé avant même de partir.

Avant le confinement généralisé, mais surtout une fois confinées, des personnes ont vécu ce mouvement puissant de se mettre aussi à marcher de l'intérieur et même d'en rêver la nuit.

« Je nous ai vues, elle et moi, marcher. Je nous ai vues arriver à Santiago, remplies de fierté, et pleurer de joie. C'était tellement vrai et réel. Il me paraissait impossible que nous ne partions pas, comme prévu en mai ! » (Johanne)

Pour certain(e)s, le sac à dos était là, dans l'entrée, prêt à être soulevé pour le grand départ. Refermer la porte, mettre la clé dans la serrure, et ...

Le choc de l'impossibilité de partir

Et puis, PLUS RIEN...En fait, ce qui a été vécu comme un choc par de très nombreuses personnes a été précédé par une cascade d'annonces ¹ de plus en plus alarmantes :

- ✚ Le 30 janvier, l'*Organisation mondiale de la santé* (OMS) déclare l'État d'urgence de santé publique internationale;
- ✚ Le 28 février est dépisté le premier cas au Québec;
- ✚ Le 11 mars, l'*OMS* déclare l'État de pandémie;
- ✚ Le 13 mars, le *Gouvernement du Québec* décrète la fermeture de toutes les institutions d'enseignement et des services de garde;
- ✚ Le 14 mars, le *Gouvernement du Québec* déclare l'État d'urgence sanitaire pour 10 jours et cet état d'urgence sera renouvelé plusieurs fois - jusqu'à ce jour;
- ✚ Le 16 mars, les frontières canadiennes sont fermées;
- ✚ Le 23 mars, toutes les entreprises et tous les commerces du Québec doivent fermer.

Puis, il s'en est suivi la transmission de nombreuses informations sur l'état de situation en France, en Espagne, en Italie et au Portugal. Pour se rendre compte que tout fermait comme au Québec et qu'il devenait impensable, voire dangereux sur le plan sanitaire, d'aller marcher sur les chemins de Compostelle. Ces derniers s'en trouvaient ainsi désertés pour la première fois de l'histoire moderne.

¹ <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1690914/mesures-restrictions-isolement-quarantaine-fermeture-quebec-canada>

*« On dit que le Chemin de Compostelle nous rattrape là où on s'y attendait le moins !
La preuve est faite. » (Hélène et André)*



Cette séquence d'évènements majeurs et historiques, échelonnés sur deux mois, est importante pour comprendre l'évolution et la variété des réactions des personnes qui devaient partir sur un chemin de Compostelle en 2020.

Au début des annonces de confinement, une première réaction a pu en être une de doute et d'inquiétude. Pourrons-nous partir tel que prévu ? Suivi d'une incrédulité croissante au fur et à mesure que les annonces de fermeture et de confinement se succédaient. Sans nécessairement nier la réalité, on tente de la minimiser. On se dit : ça ne se peut pas, c'est trop gros. Ça va finir par passer et on va pouvoir y aller quand même. Plusieurs ont dû se dire ça jusqu'à la dernière minute. Certain(e)s ont même officiellement repoussé leur départ à l'automne en pensant que la situation s'améliorerait suffisamment d'ici là. Peut-être que l'avenir leur donnera raison. Qui sait ?

Quand les partant(e)s ont pris conscience de cette réelle impossibilité de partir au printemps et à l'été, ce moment peut avoir été vécu par plusieurs comme un choc, un grand vide, un sentiment de manque et de perte, de s'être fait dérober son projet, son rêve. Cette réaction a pu être accompagnée d'une profonde déception, d'une tristesse innommable, de frustration, voire même pour certain(e)s, de colère, d'un sentiment d'échec ou d'impuissance, de symptômes dépressifs ou d'une certaine confusion.

Or, les spécialistes reconnaissent dans plusieurs de ces réactions les manifestations d'un processus de deuil. La célèbre psychiatre américaine, Elisabeth Kübler-Ross, a beaucoup travaillé sur les différentes étapes du deuil pour illustrer la subtilité de ses manifestations et parfois la cohabitation éprouvante de certaines d'entre elles.

Ce processus de deuil débute souvent par un déni ou une minimisation des faits. Idéalement, il se termine par un lâcher-prise et une acceptation paisible. Cette acceptation paisible peut cependant être exigeante à atteindre et surtout demander beaucoup de travail et de temps.

Dans le contexte actuel de pandémie et de confinement généralisé, c'est davantage une résignation qui a pris place. C'est moins douloureux de se résigner lorsqu'une lueur d'espoir de repartir demeure au fond de soi.

À cet effet, il est intéressant de préciser qu'une grande caractéristique du processus de deuil est justement le maintien de l'espoir en continu, puis de manière intermittente jusqu'au moment où l'aboutissement du deuil ne laisse plus d'autre choix. La réalité inéluctable s'impose à nous.

Il est très difficile de mettre en pause, sur la glace ou au vestiaire un projet de vie qui nous fait rêver. C'est perçu comme inconcevable, inacceptable. Tant de bouleversement dans le scénario qu'on s'apprêtait à réaliser. L'état d'endeuillé est bien présent. Laissons la parole à quelques partant(e)s qui en témoignent avec sensibilité :

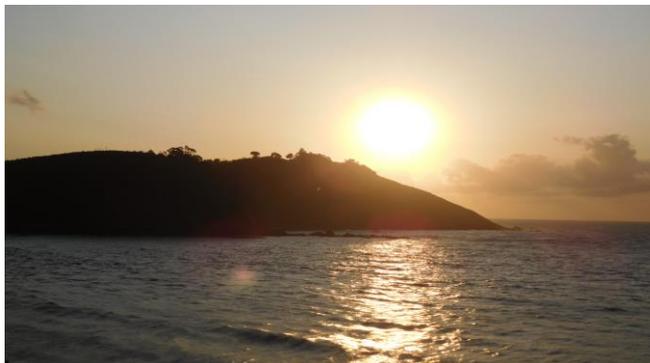
« Au cœur de cet enfer invisible qui nous frappe de toutes parts, je n'ai jamais voulu admettre une horreur pareille. » (François)

« L'annulation de ce voyage longuement et minutieusement planifié est la plus grande déception de ma vie. » (Nicole)

« Ce voyage représentait pour moi la consolidation de mon cheminement personnel et spirituel. » (Johanne)

« La covid a bousculé mon bonheur et je suis passée par toutes sortes d'émotions, puisque je ne sais pas quand je pourrai me libérer à nouveau pour un aussi long congé. » (Andréanne)

« Je ne vois pas comment une telle occasion pourrait se représenter pour moi. Je suis triste à savoir que cette fenêtre s'est possiblement refermée à jamais. À vrai dire, je suis complètement dévasté. J'ai l'impression d'avoir raté l'occasion unique d'une vie. » (Marc)



« J'ai vécu le deuil du projet pendant la durée du confinement, sans pouvoir ouvrir un seul livre, regarder une seule photo du chemin. Il n'y avait plus d'espace pour rêver la préparation. » (Ronald)

En termes de stress et d'anxiété, n'avoir pu partir est une importante épreuve. S'y ajoutent, les craintes de contracter la COVID ainsi que de la transmettre sans trop s'en rendre compte sachant que les personnes asymptomatiques peuvent aussi la transmettre. Quel virus sournois !

Le confinement généralisé a pu amplifier le choc en créant un espace physique et psychologique propice à la rumination de sa déception et une accentuation de sa tristesse sans trop avoir l'opportunité de la partager.

D'autant plus, que les membres de l'entourage ont souvent de la difficulté à comprendre ce qui anime une personne à vivre l'expérience d'un chemin de Compostelle. Certaines personnes se sont probablement fait dire par leur entourage qu'elles ne partiraient pas. On leur a dit avant même qu'elles soient prêtes à reconnaître cette impasse. Pour plusieurs proches, partir cette année ou l'an prochain, c'est du pareil au même. C'est juste une question de changement dans le calendrier.

Plus subtile, mais toute aussi éteignoir, est cette perte de légitimité de sa tristesse, de sa peine et de ses autres émotions qui débordent alors que les morts dramatiques en CHSLD et les très nombreuses pertes d'emploi ne cessent de s'accumuler en cette période de pandémie et de confinement. Il a pu y avoir aussi des décès et des pertes d'emploi dans la vie intime de certain(e)s partant(e)s rendant encore plus secondaire la peine de ne pas partir vers Compostelle. Puis, il y a eu tous ces travailleurs et travailleuses qui vivent habituellement du passage et de la présence de centaines de milliers de personnes sur les chemins de Compostelle et qui se retrouvent sans revenu, elles aussi confinées. Quelle tristesse !

Avoir les moyens de réaliser un rêve dans un tel contexte dramatique devient alors un privilège qui invite à la discrétion. De parler de sa grande tristesse de ne pas le réaliser est susceptible d'être tabou, tout au moins malaisé. On entend les propos qui se retiennent à peine, de quoi te plains-tu? On en vient même à se le dire à soi-même.

Cette perte de légitimité de sa tristesse rend encore plus saillante la conscience de ce qui vient d'être évacuée de sa vie en 2020 : cette expérience de grande liberté qui aurait été vécue à son rythme dans ces instants présents et renouvelés, à répondre simplement à ses besoins de base : dormir, manger et se mettre en mouvement. Une liberté qui se serait abreuvée de l'émerveillement ressenti en contact étroit et prolongé avec une nature inspirante. Une liberté qui aurait allégé et nourri le cœur et l'âme avec ces rencontres intimes, réflexives et souvent joyeuses entre pèlerins ou avec des aubergistes, particulièrement lors des repas communautaires, et solidairement partagés après ces longues marches quotidiennes entre deux étapes.

Devant ces annonces successives, certain(e)s voient leur motivation de partir s'effriter et réduisent leurs préparatifs. Une couche de tristesse s'ajoute et une peur s'installe à l'idée de ne pas être capable ou en mesure de vivre son projet en 2021 ou lors d'une année subséquente.

D'autres rationalisent en se disant qu'il est peut-être mieux qu'il en soit ainsi. Cependant, la rationalisation apaise peut-être, mais ne permet pas d'acquérir cette compréhension et cette intégration nécessaires à une réelle acceptation.

Puis, finalement, il y a les démarches astreignantes de demandes de remboursement, de dédommagement ou de crédit de billets d'avion, particulièrement lorsqu'on n'a pas acheté d'assurance annulation. Confronté(e)s parfois à attendre la journée prévue du départ pour confirmer l'impossibilité de s'envoler. Il y a aussi les annulations de réservation de gîtes ou d'auberges, si on en avait faite avant de partir. Ce qui ajoute un stress par-dessus tout le reste de l'épreuve.

Devant cette impossibilité de vivre son chemin de Compostelle en 2020 et les réactions engendrées, comment les partant(e)s en sont venu(e)s à faire face et même à s'adapter à cette épreuve sachant que toute crise comporte son lot d'opportunités. C'est la deuxième question qui a été posée aux partant(e)s et dont les réponses ont inspiré le texte qui suit.



Rebondir pour donner du sens à son impossibilité de partir

Le verbe « rebondir » renvoie souvent au concept de résilience dont le pédopsychiatre Boris Cyrulnik nous a si souvent entretenu(e)s avec clarté et bienveillance. Lui-même étant l'incarnation de cette résilience, ayant vécu les affres et les horreurs de la guerre alors qu'il était enfant.

C'est à la présente étape de rebondir que la résignation, décrite précédemment, a pu opérer pour se transmuter chez plusieurs partant(e)s en une certaine acceptation. Il y avait là un passage étroit et difficile en temps de confinement, tel l'avancement d'un funambule sur un fil étroit : un enjeu de santé physique et de santé mentale.

« Ce Chemin n'en est-il pas un, entre autres, de dépouillement, de renoncement et de lâcher-prise ? L'occasion nous est donnée de mettre cette affirmation en pratique plus que jamais. » (Hélène et André)



Plusieurs ont fouillé en eux et en elles pour se raccrocher aux dispositions intérieures qui leur étaient essentielles. C'est ainsi que des initiatives ont été prises pour donner du sens à tous ces préparatifs qui les avaient conduit(e)s au pied de la porte du grand départ. Un rebondissement qui témoigne de beaucoup de résilience pour s'adapter à leur impasse sans toutefois évacuer les blessures et les cicatrices qui ont pu prendre place en dedans.

« J'ai décidé de ne pas me laisser abattre par quelque chose sur laquelle je n'ai aucun contrôle. » (Josée)

« Devant un adversaire invisible qui fait trembler la Terre entière, nous devons nous incliner. » (Serge)

Un rebondissement qui a pris acte du contexte exceptionnel de pandémie et de confinement que nous vivions tous et toutes. C'est inévitable, c'est incontournable ! Une disposition qui aide à rebondir est

souvent le recul et le changement de perspective nécessaires à embrasser la réalité sous un angle différent et plus large. Sans minimiser la souffrance qu'on porte en soi, on se permet de mieux l'accueillir en se manifestant de la bienveillance tout en ayant un regard lucide et sensible sur la réalité d'autrui et les drames qui continuent à se vivre autour de soi.

Des leçons de vie sont apprises en relativisant ainsi ses déceptions à la lumière de ces multiples morts confinées qui se vivent dans nos CHSLD, et peut-être même dans les familles de certain(e)s partant(e)s. Il ne faut pas s'y méprendre, la grande faucheuse n'est pas que mortifère. Elle devrait nous aider à mieux nourrir notre finitude, un jour à la fois, et pas à pas en devenant une version améliorée de soi-même dans son rapport à soi et à l'autre.

Dans ce rebondissement en situation de confinement, la routine et même l'adoption de rituels facilitent l'adaptation. Cette routine structure le temps et rend prévisibles ses mises en action. Cette prévisibilité est si importante et même sécurisante dans un contexte pandémique imbibé d'incertitudes.

La marche quotidienne s'avère une importante planche de salut pour rebondir. Elle est la mise en action qui se rapproche le plus du mouvement qu'on s'apprêtait à initier sur un chemin de Compostelle. Maintenir la forme acquise au cours des dernières semaines ou des derniers mois devient un impératif, une nécessité, pour se faire du bien. Une marche qui nous ramène à la lenteur de l'instant présent, à ce qui se déploie devant soi comme nature et ce qui émerge du dedans et qu'on est invité(e) à accueillir. Ainsi, cette marche peut se vivre de manière si salutaire dans le tumulte étourdissant de la forte médiatisation de cette horrible pandémie.

« Après trois semaines de panne, j'ai repris doucement l'entraînement. Dans le fond, je m'aperçois que je suis en chemin pour Compostelle depuis le jour où j'ai fait le choix de partir ». (Louise)

« Je découvre mieux mon quartier, je rencontre des gens qui ont le sourire. Et ça fait du bien. Et pour me donner du baume au cœur, je passe chez des amis qui ont installé la coquille sur le trottoir devant chez eux. De voir cette coquille, me fait du bien et me donne du courage. C'est le chemin qui continue. » (Anne-Marie)

« Je marche tous les jours beau temps, mauvais temps. La marche me garde active, m'aide à garder le moral, à faire le ménage dans mes pensées, mes émotions et me permet d'apprécier la beauté de la nature. » (Louise)

« Comme prix de consolation, je projette une randonnée d'environ 130 km dans mon environnement immédiat que je ferai soit en revenant coucher tous les soirs à la maison, soit en couchant à l'extérieur, si c'est possible. » (Louise)

Heureusement, notre Premier ministre et notre Dr Arruda ont martelé de nombreuses fois les bienfaits d'ouvrir des parenthèses dans notre confinement pour aller marcher. Mais, lorsqu'on a 70 ans ou plus, on se fait encore plus prudent(e)s sur le plan de la protection et même ratoureusement discret(ète)s pour éviter de se faire dire : retourne à la maison ! Pourtant, les décideurs de la Santé publique devraient savoir que l'âge avancé n'empêche pas d'être en bonne santé et d'avoir peu de facteurs de risque. Paroles de pèlerin(e)s aguerri(e)s !

La mise en mouvement a donné lieu également à de la créativité par la réalisation de chemins virtuels en refaisant dans sa tête, dans ses sens, par écrit, par images et même par ses pas un chemin de Compostelle déjà vécu ou même celui qu'on s'apprêtait à vivre.

« Je suis passée par un site de marches virtuelles (walking4fun.com). Chaque km marché dans mon environnement est compilé sur le chemin de son choix. Et c'est le Camino Frances que j'ai choisi. » (Anik)

« J'ai marché pendant 21 jours dans un grand parc à proximité, entre 15 et 20 kilomètres par jour en suivant mentalement les étapes que je ferais si j'étais sur la Via Francigena. J'ai témoigné de mon expérience sur mon blogue : <http://ultreia.fondationcem.org>. » (Yves)

« Je refais mon premier chemin Du Puy à Fisterra, réalisé en 2002. À Montréal du Gers, j'avais rencontré quelqu'un qui avait préparé l'arbre pour le jardin des Montréal de France au Jardin botanique de Montréal. Cet arbre était venu par bateau et cet arbre c'est moi qui l'avais planté !!! » (Anne-Marie)



« À l'aide d'une carte, je suis partie de Muxia (où j'avais terminé mon chemin en 2018) et j'ai remonté le chemin pour me rendre jusqu'à Saint-Jean-Pied-de-Port. Quand je marchais, je pensais au chemin et ça m'a permis de le garder vivant et de passer à travers cette période plus trouble. » (Emmanuelle)

« À 76 ans, je marche une douzaine de kilomètres par jour dans les rues du quartier. Mon podomètre m'indique que j'ai déjà parcouru près de 625 kms. Et je garde en tête que mon projet de Compostelle était de 750 kms. Je marche avec Compostelle à l'esprit. »
(Maurice)

De plus, des expériences vécues sur des chemins de Compostelle ou du Québec sont partagées sur des pages *Facebook* (ex. : Forum de discussion de *l'Association Du Québec à Compostelle - Montréal et Marcher autrement au Québec*). Il y aussi des sites web, tel que « *lecheminalamaison.fr* », où les gens sont invités à témoigner de moments précieux de leurs expériences antérieures d'un chemin de Compostelle comme palliatif face au confinement imposé.

Marcher sur un chemin virtuel ne fait pas disparaître sa déception. Il nous maintient cependant en mouvement en nourrissant l'esprit des chemins de Compostelle. Par la lenteur, la présence à soi et par une conscience aiguë de leur fragilité, certain(e)s ont découvert une spiritualité qui était en dormance.

Plusieurs nourrissent des liens virtuels avec des êtres chers. Les *Zoom* et *Facetime* de ce monde deviennent des substituts pour pallier l'isolement du confinement. L'enjeu étant de se solidariser dans cet isolement. L'expérience d'un chemin de Compostelle aurait comporté cette grande opportunité, soit marcher en solitaire, ou presque, durant toute une journée et retrouver, le soir venu, le regroupement solidaire d'autres pèlerin(e)s. Mais on se sent en manque de la proximité physique et du contact chaleureux. Il faut faire avec, en manœuvrant dans le champ des possibles.

La simplicité qu'appelle l'expérience d'un chemin représente une autre source de rebondissement et de quête de sens. Pourquoi ne pas profiter de cette pause, d'autant plus qu'elle se vit en confinement, pour faire le ménage de notre appartement ou de notre maison. Un ménage pour l'embellir, mais aussi pour se départir de l'inutile, du superflu et de disposer des « on verra plus tard ». Un travail d'élagage qui fait du bien et qui allège.

Cette simplicité se vit également dans le rapprochement de la nature en se mettant les mains dans la terre.

« J'ai décidé de préparer un magnifique jardin de fleurs, de plantes médicinales et de légumes... Mon jardin, j'y travaille beaucoup. J'embellis ma cour et mon cœur. J'ai ainsi transmuté la tristesse en joie, le deuil en renaissance. » (Louise).

Offre de services considérablement accrue sur le web en temps de confinement, certain(e)s en profitent pour s'inscrire à des formations ou des cours en ligne, à assister à des conférences et à des concerts répondant ainsi à des intérêts ou à un désir de découvrir de nouveaux horizons.

Pour ceux et celles qui devaient partir plus tard dans la saison et qui ont perdu un emploi, il s'agit d'un stress supplémentaire sur le plan de la perte de revenus et de la capacité de rencontrer ses obligations financières. Cette autre épreuve n'a pas empêché certain(e)s de se porter volontaires pour participer,

comme bénévoles, à cette mobilisation collective pour aider concrètement des personnes fragilisées à répondre à leurs besoins de base.

Par ces différents moyens utilisés, il y a un grand besoin de nourrir l'humain en soi et d'aller à la rencontre de l'autre en se branchant à un espace ou un projet de vie. Quelle belle substitution qui opère! Un processus qui amène à retrouver un peu ici ce qu'on aurait cherché sur un chemin de Compostelle. On n'est pas dupes. Cela ne sera jamais pareil. Mais on ne cherche pas le pareil. On cherche la ressemblance grossière, mais suffisamment inspirante pour passer à l'action, pour que cette action nous fasse du sens et du bien.



Se projeter dans le futur

Quand on pense au futur, le désir et le besoin de partir ou de repartir dans un avenir prévisible sur un chemin de Compostelle demeurent très présents.

Pour ceux et celles qui maintiennent encore l'espoir de partir à l'automne, il s'agit de rester à l'affût des informations sur l'évolution de la situation. Demeurer ouvert(e)s, souples et avec une certaine distanciation psychologique est la voie raisonnable. Mais ce n'est pas facile à faire cohabiter avec un rêve qui ne demande qu'à être vécu et qui engendre de l'intensité et même de l'effervescence.

« Ce chemin, j'espérais dans le plus profond de mon cœur le faire un jour... Je n'ai pas encore fait mon deuil. Je me laisse croire qu'un événement pourrait me faire traverser l'Atlantique en septembre prochain. » (Philippe)

Décaler son départ fait en sorte qu'on aura plus de temps pour s'y préparer, de se mettre en forme, de préciser ses attentes, d'apporter peut-être des changements dans le choix de son itinéraire, se documenter davantage, de l'inscrire encore mieux dans le calendrier et de vouloir le vivre plus légèrement et se disposer à l'apprécier encore plus. Sur le plan des préparatifs, il pourra s'agir de

participer à des groupes *Facebook* qui s'adressent au chemin de son choix (ex. : *Les amis du Chemin Mozarabe* ; *Les amis du Via de la Plata*) ou qui permet des échanges sur l'expérience de Compostelle (ex. : Forum de discussion de *l'Association Du Québec à Compostelle - Montréal*).

« *Ça me fait du bien d'être membre de l'Association parce que ça garde mon projet vivant dans mon esprit.* » (Diane)

Mais pour les personnes qui à cause de leur âge avancé ou qui partaient seules ou avec d'autres dans une fenêtre de temps peu facilement renouvelable, il y a le risque que le deuil se poursuive suite à cette grande opportunité ratée.

Le remettre à 2021 suscite des appréhensions d'y retrouver une affluence plus grande par la présence de toutes ces personnes qui devaient le marcher cette année. De plus, 2021 est une année jacquaire qui donne lieu historiquement à une forte fréquentation des chemins de Compostelle.

Nombreux sont ceux et celles qui voudront éventuellement le marcher avec un élan de gratitude d'être sorti(e)s vivant(e)s de cette pandémie ou qui voudront peut-être marcher pour des êtres chers disparus ou qui ont souffert des conséquences financières ou psychologiques d'un confinement généralisé.

À court terme, les marches dans un large rayon de chez soi se maintiendront probablement très populaires bien que peut-être moins intenses. La marche étant déjà bien intégrée au mode de vie des partant(e)s. En plus de contribuer au maintien de la forme, il s'agit d'une importante source de réconfort.

Avec le déconfinement amorcé, plusieurs auront le projet, cet été, de marcher au Québec sur les sentiers de randonnée, les chemins de pèlerinage ou dans les magnifiques parcs nationaux, provinciaux ou régionaux. Ces derniers sont très appréciés par les membres de *l'Association Du Québec à Compostelle*.

Mais il n'est pas dit qu'il sera possible de faire de longues randonnées. Au-delà des autorisations gouvernementales, il y aura toute la logistique nécessaire pour respecter les conditions sanitaires pour prévenir la contamination, particulièrement dans les lieux d'hébergement. Ces autorisations et cette logistique sanitaire influenceront également l'attrait et la faisabilité de vivre son chemin de Compostelle à l'automne. En plus du fait que les règles soient difficiles à respecter, elles entraîneront probablement une diminution de la capacité d'hébergement.

« *Toutes les nouvelles mesures de la Santé publique de déconfinement rendront sûrement le chemin, qu'il soit ici au Québec ou à Compostelle, moins plaisant et plus difficile pour les marcheurs. Nous devons socialement nous y adapter.* » (Serge)

Cette pandémie a rendu le futur profondément incertain avec une conscience accrue que nous ne sommes pas maîtres des événements. Ce temps historique de pandémie a instauré un sentiment d'insécurité et de vulnérabilité devant la fragilité de la vie et l'impermanence des choses. Il a mis en avant-scène cette mort inévitable qu'on tente d'évacuer en vivant souvent comme si nous étions

immortel(le)s. Oui, on va mourir. C'est une des seules certitudes. Bien qu'on souhaite qu'elle se manifeste le plus tard possible, elle s'invite parfois de manière impromptue et dramatique.

Cela prendra peut-être beaucoup de temps avant de retrouver une certaine naïveté ou insouciance quant aux risques potentiels d'une expérience de pèlerinage sur les chemins de Compostelle ou d'autres types de voyage à travers le monde.

L'expression arc-en-ciel « Ça va bien aller », visible à profusion aux fenêtres de nos maisons, a tellement nourri l'espoir. Pas nécessairement un espoir de revenir comme avant, mais celui qui aspire à apprécier davantage la vie, simplement et solidairement, et qui fait dire à Serge, en guise de conclusion :

« Je marche et je vis ! Le Chemin sera encore là... à nous de l'attendre ! Et dans l'attente, de faire autrement... ».

Et pour boucler la boucle, revenons à l'album *Inscapé* d'Alexandra Stréliski. Sa dernière pièce s'intitule "*Le nouveau départ*". Une inspiration qu'on pourrait qualifier d'annonciatrice. Le ton est ainsi donné avec espérance pour la suite des choses. Mais on ne repart pas à zéro. On repart avec ce qu'on porte en soi de forces et de vulnérabilités ainsi qu'avec les engagements et les solidarités que l'on nourrit, pas à pas, jour après jour.

Buen Camino !

Guy Vermette

Vivre le deuil de son chemin de Compostelle 2020

Dans le cadre du projet d'écriture du texte de Guy Vermette sur l'expérience du deuil de Compostelle en 2020 que vous venez de lire, l'Association a souhaité souligner l'engagement des 60 personnes qui ont accepté généreusement de partager un peu de leur vécu suite à la mise entre parenthèses de leur rêve du Chemin.

Lundi soir dernier, nous nous sommes retrouvés, en présence de l'auteur et de Johanne Morin, pour une lecture privée sur la plateforme Zoom. Une sorte d'avant-première ou de dévoilement d'un texte, une sorte d'œuvre collective, qui nous permet de rebondir après avoir consenti à explorer un peu du mystère associé au confinement. Belle façon de reprendre la route et de garder vivantes les valeurs qui nous animent comme Association !

Il y a une vie après le confinement, les personnes qui ont participé à ce projet en sont une belle illustration. « Zoom gratitude » était finalement un nom approprié pour cette célébration.

Heureux d'avoir été témoin de ces élans !

Denis Dumais.

LES PARTICIPANTS AU SONDAGE

Nous tenons à remercier les 60 personnes qui nous ont transmis un témoignage en guise d'appréciation de leur contribution. En voici la liste :

Andréanne Garant, Andrée Legault , Anik Létourneau, Anne Marie Jan, Célyne Ross, Claire Chapados et Maurice Bossé, Clémence Lévesque, Colombe Cantin, Danielle Gervais, Danielle Mercier, Denis Guénette et Judith Mainguy, Diane Gagnon, Diane Thibault, Dominique Chamberland, Emmanuelle April Arcand, François Beaulieu, Ghislaine Courcelles, Ghislaine Martin et André Lemelin, Guy Haché et Louise Hunault, Hélène De Ladurantaye et André Juneau, Jacques Béance, Johanne Larose, Johanne Voyer, Josée Bernier, Lilianne Royer, Line Prévost, Lise Corbin et Michel Drolet, Louise Gaudet, Louise Jobin, Louise Langlois et Michel Fortier, Louise Quirion, Lucie Garant, Marc Boyer, Marc Dumas, Maurice Daignault, Micheline Azouz , Mireille Picard, Nadia Gosselin, Nathalie Chouinard, Nicole Gendron, Philippe Savoie, Pierre Barthe, Pierre Gagnon, Richard Charrette, Robert Lapointe, Ronald Young, Sabine Fohr, Serge Adam, Serge Cournoyer, Sophie Perron, Sylvain Bérubé, Sylvie Poiret, Yves DeBellevall.

Ont collaboré à cette édition

En plus des répondants au sondage identifiés plus haut :

Guy Vermette, responsable de la démarche, de la compilation des résultats et de la rédaction des textes. L'équipe du *Pas à Pas* le remercie sincèrement ;

Jean-Marc Darveau, lecteur des textes ;

Denis Dumais, animateur de la région de Montréal, collaborateur à la démarche de consultation et rédacteur d'un texte ;

Johanne Morin, le mot de la présidente, initiatrice du projet et lectrice des textes ;

Pierre Morin, lecteur des textes, mise en page et illustrations.

