



Le chemin de Compostelle – métaphore d'une vie en 44 jours de [Olek Yaro](#) est mis à disposition selon les termes de la [licence Creative Commons Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 4.0 International](#).

Les autorisations au-delà du champ de cette licence peuvent être obtenues à <http://olekyaro.com/contact>.

Le chemin de Compostelle – métaphore d'une vie en 44 jours.

La première fois où j'ai entendu parler du chemin de Compostelle, c'était pendant le tournage d'un reportage autour du livre de Jean-Christophe Rufin « Immortelle randonnée ».

Dans le décor splendide de l'ambassade du Sénégal, je mettais mon appareil sur « ON » et je cadrais ce visage qui exprimait déjà la lumière de ce chemin. Dans le tourbillon de la vie parisienne je m'étais dit alors que c'était formidable. Cela me rappelait le pèlerinage qu'autrefois j'avais effectué en Inde, il y a plusieurs années de cela. Mais une marche si longue et assidue me paraissait impensable, tandis que Jean-Christophe, d'une nature svelte, me donnait l'impression d'être un coureur de fond. Le contact s'est installé rapidement et l'énergie de la pièce s'est transformée, prenant la teinte des lumières de la Renaissance. Le temps s'est arrêté et il n'y avait plus que l'histoire que l'on avait envie de se raconter. La « graine » était semée. Mais il a fallu du temps pour qu'elle puisse éclore dans mon esprit.

Cinq ans plus tard, j'entrai dans la cathédrale de Sienne et j'observai ses magnifiques fresques. Mon humeur était instable, le pont Morandi à Gênes, traversé seulement quelques jours auparavant avec toute la famille, venait de s'écrouler brusquement. Je cherchais une solution à des questions impossibles à résoudre et je faisais face à mon incapacité à faire des choix et à mon impuissance devant ma propre vie. Soudain, j'ai entendu une voix, une toute petite voix intérieure qui me disait : « Pourquoi ne ferais-tu pas le Chemin de Compostelle ? Tu vis en France, pas loin de l'Espagne, c'est le chemin de la spiritualité de l'Occident ». Cette fois-ci l'idée a éclaté dans mon esprit comme un coup de foudre, un son fracassant de cloches, un symbole de l'éveil... Peu importe. J'avais soif de cette harmonie, de cette beauté, de cette lumière que j'avais découverte

en Toscane, la lumière en tant que phénomène indépendant de ce qu'elle éclaire. Cette conscience même de la lumière et de cet espace a provoqué en moi l'émergence du renouveau, un appel du chemin, ce chemin que l'on peut parcourir à sa propre vitesse. Et c'est cela précisément qui était devenu mon but : retrouver mon propre rythme et ma propre vitesse, celle que j'avais perdue au fil des années d'une vie de famille, en société, en m'adaptant sans cesse aux besoins des autres, et en oubliant petit à petit mon propre équilibre. C'était là, c'était né. J'avais un but désormais, un projet tout à fait particulier, un projet de toute une vie.

Il s'est trouvé que par des liens synchroniques, je me retrouvais face à de nouvelles perspectives professionnelles, ayant changé de direction et me tournant vers la pratique psycho-analytique du Rêve Éveillé Libre, loin de la vie parisienne et de ses miroirs aux alouettes. J'avais à ma disposition un mois et demi de temps et un peu d'argent de côté. Avec l'aide de mes amis bienveillants, en particulier de celle qui s'est avérée avoir déjà parcouru le chemin, j'ai décidé de ne pas hésiter et de m'engager immédiatement. Le chemin s'est épris de moi à l'idée même de son existence.

Je suis rentrée à Bordeaux et j'ai franchi les portes d'une auberge bordelaise que mon regard croisait depuis de nombreuses années. Le monsieur d'un certain âge qui m'a accueilli m'a conforté dans mon choix d'un départ immédiat : « Vous avez bien raison, vous êtes prête, il faut partir tout de suite, au moment-même où l'inspiration vous vient ». Quelles sont mes motivations ? J'aimerais retrouver mon chemin, ma propre vitesse, indépendamment des autres, revenir à la base, et peut-être échapper à la sensation de répétition permanente et ennuyeuse du quotidien... Il m'a regardé avec le sourire et m'a dit que nous nous ressemblions pas mal, lui-même, qui avait parcouru le chemin plus d'une dizaine de fois, savait bien de quoi je parlais. « Je vais vous faire votre premier cadeau » Et il a tamponné ma toute nouvelle « *credencial*. »

« Au début nous nous sentons comme des touristes, mais au bout de quelques jours nous devenons des pèlerins. Prenez garde à ne pas devenir esclave de qui que ce soit. Marchez à votre rythme ! » – a-t-il ajouté. Le voyage initiatique venait de commencer. J'ai eu beaucoup de chance, on m'a prêté tout ce qu'il fallait : le sac à dos « pro », des bâtons de marche, des accessoires, des pantalons. Il me manquait seulement les

chaussures de marche. À la boutique de matériel pour randonneurs, le vendeur, un sympathique jeune homme, a fait preuve de beaucoup de patience face à mon hésitation. Il avait aligné toutes sortes de chaussures susceptibles d'endurer les 800 km qui séparent Saint-Jean-Pied-de-Port de Santiago. Il y avait là une première porte à franchir, celle de la peur. Porter de grosses chaussures de marche avec des chaussettes en laine de mérinos, qui se sont avérées par ailleurs extrêmement secourables, m'a paru invraisemblable par ce temps estival du début du mois de septembre. « J'ai peur d'avoir trop chaud ! », avouai-je à ce jeune homme. Mais sa réponse philosophe me prit de court : « De toute manière vous allez avoir chaud, alors au moins, vous n'aurez pas mal ». Le tour a été joué, entre l'option esthétique des belles chaussures rouges et légères et l'option « confort et endurance » j'ai choisi cette dernière, et je n'ai pas eu à regretter mon choix.

Les deux jours précédant le voyage j'ai passé tout mon temps à peser les vêtements l'un après l'autre et à tomber dans les excès du « trop » ou du « pas assez ». J'ai choisi la deuxième option, le « pas assez », en termes de confort, préférant les choses plus légères aux plus lourdes, oubliant parfois leur fonction ou leur utilité. J'ai lu toutes les listes possibles de choses à prendre, des plus minimales aux plus vastes. Elles reflétaient bien les personnalités de leurs auteurs, le choix des vêtements, des budgets, le choix des Apps à emporter, les guides à choisir - d'emblée tout cela m'avait placé dans l'œil du cyclone. J'ai fini par ne plus dormir et ranger et dé ranger mes affaires jusqu'au moment du départ. Angoisse !

Je réalisai enfin que je devais partir seule dans un pays dont je ne parle pas la langue et mettre à l'épreuve mon corps et mon esprit. Le livre de Jean-Christophe Rufin m'a été un bon guide, un bon compagnon, et je voyais plus ou moins à quoi m'attendre. Contrairement à son auteur, j'ai choisi le *Chemin français*, le plus emprunté et peut-être le plus facile pour commencer, lorsqu'on est une femme blonde, petite et plutôt peureuse.

À Bayonne je rejoignis une amie qui allait m'emmener en voiture à Saint-Jean-Pied-de-Port pour que nous puissions faire une transition agréable. J'étais heureuse, à partir du moment où j'avais décidé de le faire, tout semblait me sourire, tout s'arrangeait sur mon

chemin, tous contribuaient à cette quête, tous autour de moi étaient prêts à aller dans mon sens. L'aventure avait réellement commencé.

La première chose à laquelle il faut s'attendre, c'est le changement du décor perpétuel et les autres. En effet, quelles que soient les raisons de notre départ, la reconnexion avec la nature, la quête de Soi, nous imaginons être seuls au monde. Et c'est la première illusion qui tombe, le Chemin de Compostelle est le chemin des rencontres, dans lesquelles les autres reflètent qui nous sommes et nous rappellent nos qualités que sans doute nous avons oubliées.

Les premiers jours sont empreints d'un fort désir de performance sportive, d'un extrême isolement face à soi-même. Mais peu à peu cette envie s'apaise, et nous prenons plaisir à nous arrêter, à observer les gens, échanger quelques phrases et continuer notre chemin. Rapidement, les codes sont compris et intégrés, chacun marche à sa vitesse, nul n'est tenu de tenir conversation par politesse, nous pouvons partir à tout moment, ou nous pouvons rester aussi longtemps que nous le souhaitons.

Les premières craintes se dissipent après le passage des Pyrénées jusqu'à Roncevaux. Cette étape d'une trentaine de kilomètres effraie les novices. Mais l'ascension se fait facilement et les paysages splendides se déroulent devant nos yeux ébahis, affamés de ces nouvelles impressions, fortes comme celles de l'enfance. Sur le chemin, les animaux viennent à notre rencontre, parfois des cochons en liberté, des chevaux avec leurs petites clochettes accrochées au cou. Je me souviens avoir posé ma main sur le front d'un poulain qui devait être né quelques jours auparavant, avoir senti son extrême réceptivité, et réalisé que le contact de ma main allait le marquer à tout jamais. Toute la vie est faite de ce genre d'empreintes, mais les premières restent les plus fortes. Nous nous construisons autour d'elles et nous nous y attachons au plus fort. Cette conscience nous revient sur le chemin et peu à peu les décors splendides de l'Espagne servent d'écran aux projections de nos pensées, de nos souvenirs et de nos tracas.

La première semaine se déroule dans une humeur euphorique, tout est nouveau et rien ne se répète jamais. Nous apprenons vite à suivre les signes et à sentir notre corps et ses besoins, ses besoins essentiels - se nourrir, se reposer, trouver les toilettes, ou le moyen de se soulager sur le chemin. Je me souviens avoir marché avec un français qui

eut l'extrême gentillesse de me dire que si nous ne voulions pas rencontrer du monde, il ne fallait pas s'engager sur le chemin. Et il m'a aussi parlé d'un « petit instrument » secourable pour les femmes, que l'on peut se fabriquer avec une petite bouteille plate de manière à pouvoir uriner debout. Ce que j'ai fait dans les journées qui ont suivi, ce qui a rendu ma vie bien plus confortable. Car à cette période de l'année, au mois de septembre, les marcheurs sont partout et la discrétion devient un luxe.

Les dortoirs manquent parfois de places, ce qui provoque l'inquiétude chez les pèlerins. Nous nous précipitons sur nos téléphones pour réserver le lit à l'étape suivante. Parfois la réservation n'est pas possible, alors nous marchons en espérant qu'il y aura quand même des places... Là encore, le monde contemporain nous rattrape. Nous voudrions bien nous passer de tout cela, mais si nous voulons avoir un lit, il faut se confronter au réel. Dans ce pays européen, les gens ont le sens du business, ce qui rend la marche confortable et sécurisante, car lorsque nous ne réussissons pas à trouver une place en arrivant à une étape, trop éloignée de la suivante, des navettes sont disponibles gratuitement pour nous avancer vers une autre auberge, puis nous ramener le lendemain au même endroit, afin de nous remettre dans les précieux pas du chemin. Tout cela devient rassurant et souriant.

Les lieux changent, nous rencontrons des dizaines de personnes, nous oublions leurs noms, mais nous sommes heureux de les retrouver le lendemain, comme de vieux amis. Nous calculons notre budget du jour, nous n'achetons que le strict nécessaire. Nous ne voulons pas porter plus qu'il ne faut en eau et en nourriture.

Nous nous affalons au pied des églises. Nous nous adonnons à la contemplation. À chaque étape nous avons droit à un tampon sur notre *credencial*, qui marque le chemin parcouru.

Nous traversons des villes et des villages baignés de soleil, ou plongés dans le brouillard, poussés par le vent, résistant à la fatigue, trouvant ce qui « nous porte lorsque nous ne pouvons plus nous porter nous-mêmes » - comme le disait Carl Gustav Jung.

Ainsi va la vie, nous nous rappelons qu'elle est simple : avancer, prendre soin de soi et des autres, échanger, car chaque rencontre est un échange, chaque personne détient un

savoir, un conseil, ou un mot qui nous transforme, et elle obtient quelque chose en retour. C'est une interdépendance, le principe du donnant-donnant.

Le chemin regroupe toutes les nationalités possibles et imaginables, tous les âges, toutes les professions, toutes les identités. Les barrières tombent : nous partageons les plats avec des sud-coréens, buvons un verre avec des chinois, discutons de poésie avec des anglais, faisons de la musique avec des irlandais. C'est un monde en miniature, un monde dans lequel il est facile d'avancer. Nous nous rappelons que vivre c'est laisser les choses derrière soi, les choses trop lourdes, se décharger de ce qui est inutile, donner, revenir à l'essentiel, et rire. Contempler la nature, méditer dans les églises, qui sont de vrais bijoux. Très singulières, elles recèlent des chefs d'œuvres de sculpture. Même dans les villages les plus pauvres aux toits effondrés, nous pouvons encore observer les parois et les autels tapissés d'or, contempler les visages multiples du Christ, les Vierges habillées de velours tenant l'enfant qui nous regarde fixement, sans jugement, sans crainte, comme notre enfant intérieur qui cherche à s'exprimer, à renaître.

Le choix se présente plusieurs fois par jour : continuer à marcher ou s'arrêter ? Rester ici ou aller là ? Choisir telle compagnie ou telle autre, ou cheminer seule ? Dormir ou visiter la ville ? Aller voir un musée ou boire un verre ? Nous apprenons à sentir ce que notre cœur désire. Et lorsque nous suivons ce désir, étrangement le chemin l'approuve. Lorsque nous nous battons avec ce désir, le chemin nous remet sur nos pas, comme un magicien, un maître ultime, un parent patient qui enseigne sans violence, avec un amour infini, et de l'humour. Car les clins d'œil et les synchronicités ne manquent pas. Ces petites choses, qui ne font sens que pour nous-mêmes et qui remplissent notre cœur de joie, nous montrent que nous sommes dans la bonne direction dans ce processus intérieur de transformation, et que, même si l'illumination ne fera pas son apparition aujourd'hui, peut-être le fera-t-elle demain ?

Certains endroits sur le chemin sont particulièrement riches d'enseignements, telle l'*Albergue Verde*, une auberge éco-végétarienne biologique, où nous pouvons rester autant que nous voulons et participer aux activités communes : yoga, méditation, construction d'une pagode, partage des repas, musique, arts de la rue, tout y est... Surtout un partage de la bienveillance. Il n'est pas tant question d'argent ici,

pratiquement tout fonctionne sur le principe de la donation libre. C'est l'échange qui compte. Plus les gens sont heureux, plus ils sont prêts à donner. *L'Auberge Verte* possède un grand jardin et une serre dans laquelle on élève des fruits et des légumes, ce qui suffit pour tous les visiteurs d'une saison entière. La nourriture est délicieuse. Après des centaines de « *menus du pèlerin* », cela fait un bien fou, et nous pouvons enfin nous poser et nous demander ce que nous aimons vraiment faire. La musique, l'écriture, la lecture, le dessin deviennent tout simplement indispensables. À l'auberge, quelques guitares sont mises à disposition, les cours de yoga sont animés par des bénévoles aux parcours fantastiques dignes de récits de cinéma. C'est là que nous voyons que certains ont acquis une véritable humilité. Ils ne vous parleront jamais des 4000 km qu'ils ont parcourus, tandis qu'une certaine légèreté rayonne sur leurs visages, le sourire des bienheureux.

Les donations que nous laissons payent le petit déjeuner de ceux qui arriveront le lendemain. Et puisque nous avons eu un excellent petit déjeuner aujourd'hui, nous voulons le partager avec d'autres et nous vidons nos poches.

Cette maison nous paraît éternelle, ouverte aux quatre coins de l'horizon, elle est comme suspendue dans l'espace et le temps, et c'est plutôt rassurant. C'est un endroit où nous pourrions revenir toujours dans notre mémoire, car il nous marque à tout jamais par son énergie et la conscience permanente de la présence de l'amour.

Ici le concept de la communauté prend tout son sens. Ce choix de vie écologique, appliqué à une plus grande échelle, pourrait sauver la planète, et peut-être la sauver déjà, mais il faut commencer par soi, l'endroit où l'on est maintenant, se relier aux autres et revenir à la base : une maison, un jardin et un échange.

Nous apprenons progressivement à demander lorsque nous avons besoin de quelque chose, et à faire confiance au chemin, car le *chemin donne*.

L'hôte de *L'Auberge Verte*, qui navigue entre Inde et Espagne, nous a parlé du coucher du Soleil à Finisterra et du rituel symbolique de la mort et de la renaissance que chaque pèlerin peut expérimenter en arrivant à la fin de la *terre des anciens*, après Santiago.

« La voie du pèlerin c'est la voie du Nord » – a-t-il dit – « Il va vers le Nord pour

s'éteindre et renaître à lui-même ». Nous pouvons trouver un concept semblable dans le « Bhagavad Gita », qui utilise le même terme en parlant de la voie de la libération... Tout au long du chemin nous faisons l'expérience d'un kaléidoscope d'humeurs et d'émotions : de la plus grande vulnérabilité et de la solitude, nous passons à des états océaniques de pleine présence, d'une profonde tristesse à des fous rires. Nous nous dépossédons de notre *persona*, de notre couche de civilisation afin de voir ce qui réside au fond. Est-ce la culpabilité qui nous a poussé à parcourir tout ce chemin en espérant être pardonné de nos péchés, pour autant que l'on croit en ce concept ? Espérons-nous fuir une blessure qui nous affecte, une peur qui nous afflige ? Sur le chemin nous oublions d'y penser. La seule punition qui existe vraiment, c'est celle que l'on s'inflige soi-même... Peu à peu, toutes ces tendances s'effacent, laissent place au présent et à la vision d'un espace ouvert éternellement neuf.

Désormais, le seul but que nous avons est Santiago, puis le coucher du soleil à Finisterra. Un but qui nous réunit et nous permet d'avancer. Un but pour lequel nous ne voulons pas tricher, nous ne voulons pas profiter des transports en commun, du service de transport des bagages, sauf si nos genoux lâchent ou nos blessures s'ouvrent. Mais les blessures, telles que les ampoules, qui peuvent causer de graves dommages aux marcheurs, sont aussi source de renforcement. Une fois l'ampoule bien vidée de son liquide et désinfectée avec soin, la peau devient plus forte et nous ne nous faisons plus mal à cet endroit. De même, l'esprit, tel un organe invisible, nous expose ses propres ampoules et nous devons y prendre soin afin de pouvoir avancer. Chaque situation que l'on vit avec nos tripes et qui touche à nos affects est une indication précieuse sur une de ces « ampoules » de l'âme.

Quel est le but de tout cela ? Cette question nous nous la posons très souvent. Le but de cette marche interminable, le but de ce changement quotidien de lieu, de cette cohabitation avec les autres ? Est-ce un entraînement à la tolérance ? Dans tous les cas, nous simplifions notre comportement et économisons notre énergie, et lorsque les conditions ne nous plaisent pas, nous apprenons à penser que celles du lendemain seront mieux, et lorsqu'elles sont excellentes, nous nous réjouissons, et profitons de l'instant présent sans nous y attacher.

Et nous nous ouvrons à l'amour au sens Platonicien du terme dans toute sa splendeur et toute sa subtilité, qui oscille entre la plus profonde amitié qui peut naître durant le voyage, le coup de foudre d'un couple naissant, un amour fraternel, ou un amour de la Beauté, de l'Univers, du Soi, de Dieu, quel que soit le nom qu'on lui donne, que l'on peut enfin reconnaître dans les yeux de l'Autre qui est, au fond, le véritable chemin.

Ce sentiment est accru parce que nous savons que la séparation nous guette, à tout instant nous pourrions nous dire « au-revoir ».

Cette conscience de l'éphémère va de pair avec la réalisation de ce qui est pérenne, de quelque chose qui a toujours été là, et que soudain, nous discernons dans une situation, dans une lumière, dans un son, une musique, un timbre de voix, l'harmonie des traits d'un visage, dans un mouvement, dans le vent qui fait tomber les noix sur notre passage au moment même où la faim nous tenaille. Dans le regard d'un paysan, d'un vieil homme qui nous offre un sourire et qui nous tend une pomme, rouge comme la vie. Dans la chaleur du soleil qui nous baigne, qui nous réchauffe et qui nous guide vers le point d'arrivée final où notre « ancien moi » s'endort paisiblement et rêve de l'enfant divin.

Reportage tourné avec Jean-Christophe Rufin : <https://vimeo.com/121987584>.

Site de l'auteure : www.reveilibre.com

Pièces rajoutées : une sélection des photos.

+++

Coup de cœur de l'auteure :

Auberge de Saint Nicolas -

<http://www.alberguescaminosantiago.com/albergues/albergue-de-peregrinos-san-nicolas-itero-del-castillo-burgos/>

Auberge verte, Alberge Verde : <https://www.facebook.com/albergueverde>

« Le chemin végétarien » - joindre la carte.

Le film: « Every Step Counts » – <https://vimeo.com/ondemand/everystepcounts>

+++

Liste des affaires importantes :

Les chaussures de marche : LOWA, RENEGATE

Les sandales de marche : TEVA

Le sac à dos : OSPRAY

Chaussettes : FALKE – TK2

Une crème pour les pieds anti-frottements - EA FIT Énergie

Sac de couchage : TRANSGOWORLD - 400 g.

Une micro-doudoune ou une polaire

Une veste imperméable et coupe-vent

Chapeau ou casquette

Gourde : NALGENE - 1 litre

Apps : Buen Camino

Guide Michelin : Camino de Santiago

