## Chemin d'Assise : Expérience et réflexion

Un groupe de personnes marchant sur une route

Le contenu généré par l'IA peut être incorrect.

**Qui sommes-nous ?**

Jayne et Michael, au début de la soixantaine, sont un couple australien. En 2023, nous avons marché le long de la Voie de Vézelay, le chemin de Vézelay à St Jean Pied de Port, une belle introduction aux chemins de pèlerinage en Europe occidentale. C'est à Vézelay que nous avons découvert le Chemin d'Assise. Ayant été ancrés dans la spiritualité de saint François pendant de nombreuses années, nous nous sommes engagés dans ce voyage pour l'année suivante, en 2024.

Une personne et une personne debout devant un bâtiment

Le contenu généré par l'IA peut être incorrect.Une personne et une personne debout devant une grande porte rouge

Le contenu généré par l'IA peut être incorrect.**Ce que nous avons fait**

Nous avons commencé notre pèlerinage depuis l'humble chapelle de La Cordelle à Vézelay par une messe de prière célébrée avec la communauté locale, qui a débuté le 24 juillet. Nous sommes arrivés à la Basilique d'Assise le matin du 3 octobre, embrassés par notre émotion dans le contexte très différent de l'agitation, mais beau, avec les célébrations imminentes de la fête. Nous avons maintenu notre chemin le long de l'itinéraire balisé, passant par La Chartreuse plutôt que par la variante Chambéry/Maurienne (une préférence pour les montagnes plutôt que le plat) et dans les dernières étapes, la variante La Verna de San Miniato. Le choix de ce dernier s'est fait sur la recommandation des pèlerins précédents et sur l'incitation à entrer dans les nombreux lieux qui font partie de l'histoire de François.

Une personne debout dans une rivière

Le contenu généré par l'IA peut être incorrect.**Comment nous l'avons fait**

Nous avons marché 1600 km en 67 jours. Cela représente une moyenne de 24 km par jour. Nous avons eu 4 à 5 jours de repos pendant cette période. Nous y avons passé plusieurs longues journées, jusqu'à 40 km, équilibrées par des journées plus courtes. La durée des journées était déterminée par l'hébergement potentiel, l'approvisionnement en nourriture et en eau, l'éloignement et l'exposition, les points d'intérêt et Une personne debout dans un champ avec des vaches

Le contenu généré par l'IA peut être incorrect., parfois, le travail en fonction de la météo. L'itinéraire est montagneux et souvent très isolé. Il y a eu 40 jours > dénivelé de 500 m, dont 16 jours > dénivelé de 1000 m. Cela comprenait une journée de 2400 m de dénivelé. Bien que cela puisse sembler formidable, il suffit d'être gentil avec soi-même avec moins d'ambition au cours de la première semaine ou des deux premières semaines en adoptant des journées plus courtes. La forme physique se développera rapidement. Les longues journées et les montées substantielles deviennent certainement réalisables.

Une personne allongée sur le sol

Le contenu généré par l'IA peut être incorrect.Marcher du milieu de l'été à l'automne a fonctionné pour nous. Il y a eu des journées chaudes jusqu'en septembre. Pourtant, le matin est un très beau moment pour marcher, ne laissant pas trop de distance à parcourir dans la chaleur de la journée. Nous avons eu très peu de pluie et, lorsque nous avons anticipé de la pluie, nous avons ajusté notre planification pour travailler avec cela. Les cols de montagne étaient tous très raisonnables. Nous avions entendu dire que certains cols étaient encore recouverts de neige profonde jusqu'à la mi/fin juin - ce qui aurait été très difficile pour un début en avril. Chaque année aura sa propre histoire !Nos sacs nous ont bien servis. Entièrement chargés (avec de la nourriture, de l'eau, du carburant, etc.), nous avons transporté à nous deux environ 18 à 20 kg. Cela semblait tout à fait raisonnable. Cela comprenait une tente, des sacs de couchage/tapis, un réchaud, du gaz, du matériel de restauration et autres. Nous avions une tablette (pour tenir un journal, prendre des photos) et des vêtements minimalistes. Nous transporterions suffisamment de nourriture pour 2 à 3 jours, avec des urgences d'urgence. Il y a eu des moments où nous avons épuisé ces fournitures. Nous étions souvent reconnaissants pour les offrandes de mûres que nous trouvions. Une grande partie de l'itinéraire est assez éloignée. Villages et hameaux souvent assez petits.

Dans l'ensemble, la piste est bien balisée, bien qu'il nous ait fallu une semaine ou deux pour aiguiser nos yeux sur les balises. Il y avait parfois de l'ambiguïté, et nous faisions des erreurs occasionnelles. Cela faisait partie du voyage. Nous avions traduit les notes de piste en anglais. Parfois, le phrasé était un peu difficile et même un peu amusant. Pourtant, ils nous ont bien servis. Nous avons imprimé des notes et des cartes pendant environ 10 jours à la fois pour éviter tout ce qui est trop lourd. Nous n'avons pas utilisé de GPS. La lecture de cartes nécessite un peu de concentration et des compétences de base en lecture de cartes. Comme nous sommes reconnaissants envers les nombreux qui marquent les sentiers et documentent les détails pour nous guider le long de ce beau chemin.

Une personne faisant de la randonnée dans un champ de tournesols

Le contenu généré par l'IA peut être incorrect.**Où avons-nous séjourné ?**

Le guide de l'hébergement est très utile. Nous nous projetions généralement dans 2 à 3 jours, tout en souhaitant toujours garder une certaine flexibilité dans la distance que nous allions parcourir chaque jour. Lorsque vous séjournez avec des familles/maisons, au moins un jour d'avertissement est apprécié par votre hôte. Nous avions un mélange d'endroits où nous avons séjourné. Nous avions une tente pour nous donner une certaine liberté pour répondre à nos capacités. Nous avons probablement utilisé la tente 10 à 15 nuits. Parfois des terrains de camping, parfois dans les forêts des montagnes. Il a offert des opportunités dans certains petits villages où il n'y a plus d'hébergement. Nous restions donc dans les cours d'église ou les installations municipales. Un soir, une gentille agricultrice nous a offert son verger de poiriers. Les plus mémorables de nos séjours sont en famille. La chaleur, la joie et la beauté de ces hôtes et de ces maisons sont indescriptibles. Comme nos relations se sont développées en quelques heures. Ces soirées étaient particulièrement spéciales. Nous avons séjourné dans de petites auberges, dans des couvents, des presbytères, des dortoirs d'église et parfois dans des hôtels. Et la plupart du temps, nous étions seuls. Ce n'est que dans nos derniers jours, à l'approche d'Assise, que nous avons partagé des dortoirs.

Une personne debout dans un champ herbeux avec des montagnes en arrière-plan

Le contenu généré par l'IA peut être incorrect.**Le voyage**

Nous avons créé du temps dans nos vies pour parcourir le voyage complet en un seul effort. Nous sommes heureux de l'avoir fait et nous recommandons à d'autres personnes de le faire si possible. Nous n'avons rencontré que deux autres pèlerins à notre époque (jusqu'à la semaine dernière), qui marchaient chacun près de la frontière franco-italienne. Nous avons entendu parler d'autres personnes qui marchent une semaine ou deux pendant un certain nombre d'années. Des contraintes de temps peuvent l'exiger. Cependant, c'est notre expérience, plus le voyage est long, plus l'expérience est profonde. Il faut du temps pour se débarrasser de l'encombrement de l'esprit. La répétition de marcher de plus en plus nous a permis de nous vider et de nous asseoir confortablement dans cet espace.

Ce voyage est d'une profonde beauté. Ce n'est pas que tous les endroits soient pittoresques ou que tous les villages soient accueillants. Ce n'est pas que des jours d'incertitude quant à l'approvisionnement, ou des problèmes au genou ou au pied ne soulèvent pas le doute occasionnel. C'est l'accumulation des jours difficiles, l'accumulation des beaux moments ; l'hébergement ordinaire et les séjours joyeux et affectueux en famille ; les moments calmes des nuits de montagne ; les espaces sacrés d'une crypte ou d'une forêt, la grandeur des cols alpins et la beauté des fresques ; le verre d'eau offert par le villageois. C'est cette expérience accumulée qui est intériorisée, contextualisée par le vidage complet de l'esprit. C'est le voyage dans l'âme. L'ouverture de nos cœurs et de nos esprits pour témoigner de la gentillesse et voir la beauté de tout ce qui est autour de nous. Des moments inattendus de joie profonde. Quand nous sommes arrivés à Assise, assis dans la basilique, nous avons pleuré. Ce n'était pas que nous étions ravis d'être arrivés à destination. De plus, nous nourrissions une conscience aiguë que le voyage avait fait son chemin dans les recoins les plus profonds de nos cœurs. Notre voyage ne s'arrête pas, mais aspire à de nouveaux horizons ; les explorations inattendues de l'amour qui nous avait été révélé sous tant de formes. Nos premiers jours dans les beaux champs de Bourgogne nous ont donné des raisons de méditer sur les paysages. Puis, à travers les montagnes et les chaînes de montagnes – la Chartreuse, les Alpes, les Monts Liguori, les Apennins toscans – une déclaration de grandeur, une leçon d'humilité pour être parmi eux. Les derniers jours de notre marche nous ont amenés dans la terre imprégnée des histoires de saint François. De la mystique de La Verna à la solitude de Sasso Spicco, nous avons eu lieu de réfléchir sur l'esprit de cet homme simple et remarquable : que nous apprécions la nature sous toutes ses formes ; que nous célébrons l'esprit humain qui s'épanouit dans la solitude et se délecte de la compagnie.

Ce n'est pas un voyage ordinaire. C'est transformateur. Nous ne sommes plus les mêmes.

Une personne assise sur un rebord de pierre avec une statue d'une personne en blanc

Le contenu généré par l'IA peut être incorrect.

**Heureux d'aider les autres...**

Pour ceux qui ont besoin de conseils ou qui ont des questions, nous sommes heureux de partager nos réflexions. Nous sommes joignables...