



# Voyage d'Importance

Un pèlerinage en sept étapes

L'Esprit du Chemin



# Salut !

Bonjour voyageur. Vous partez en pèlerinage ? Vous voulez en faire un voyage d'importance ? Alors, vous avez dans vos mains une histoire qui peut vous servir.





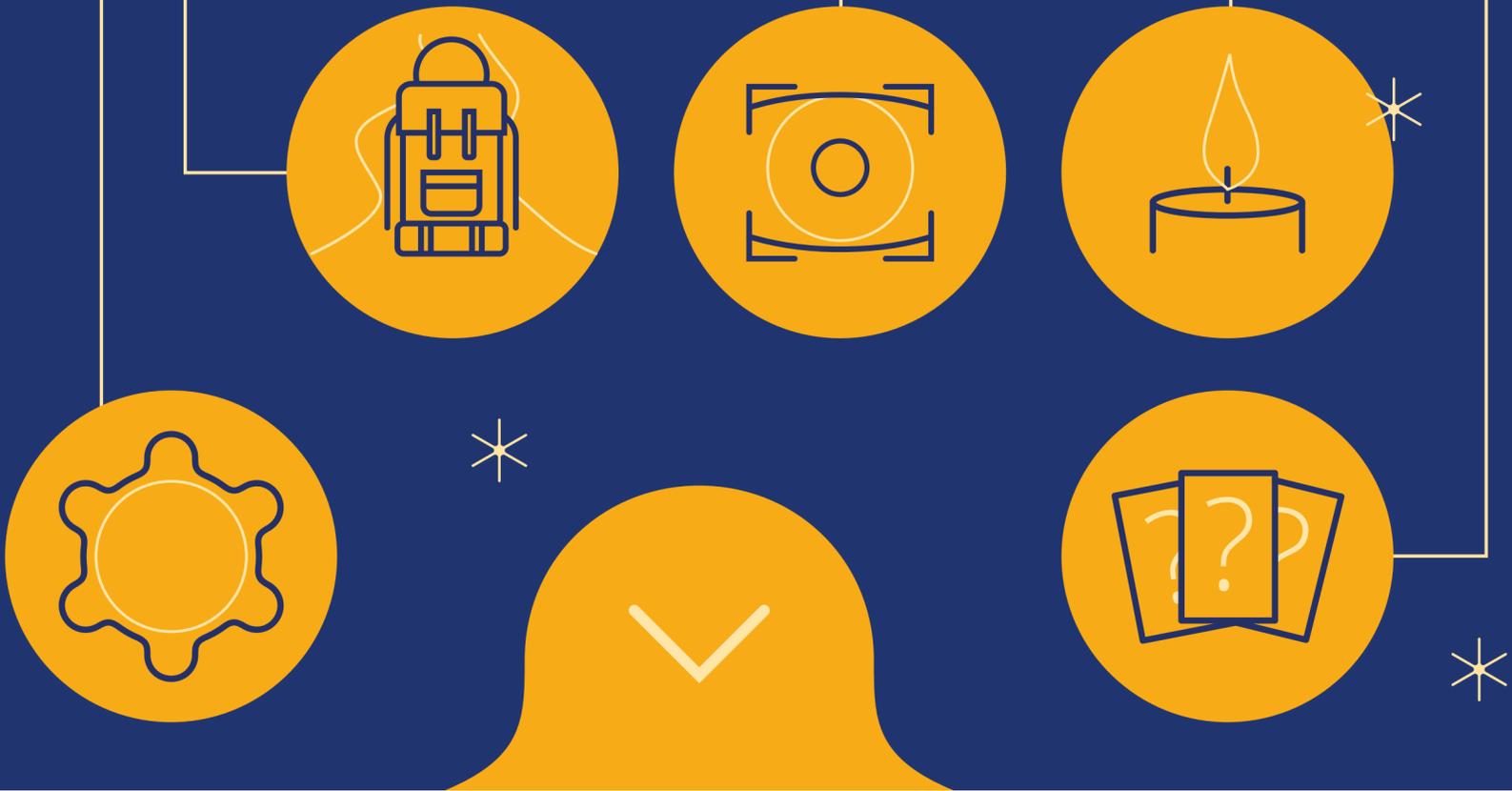
# Un Compagnon

Cette histoire est comme un compagnon de route spirituel, inspirée par les histoires des milliers de pèlerins et par les grands récits de voyage et les traditions de sagesse du monde entier.





- Sélection de l'étape
- Début de l'étape actuelle
- Thème de l'étape actuelle
- Rituels de l'étape actuelle
- Jeu de cartes



# Navigation

Suivez l'introduction et les sept étapes, l'une après l'autre, du début à la fin.

Ou naviguez vers les étapes, les thèmes, les rituels et les cartes par le menu en bas des pages.



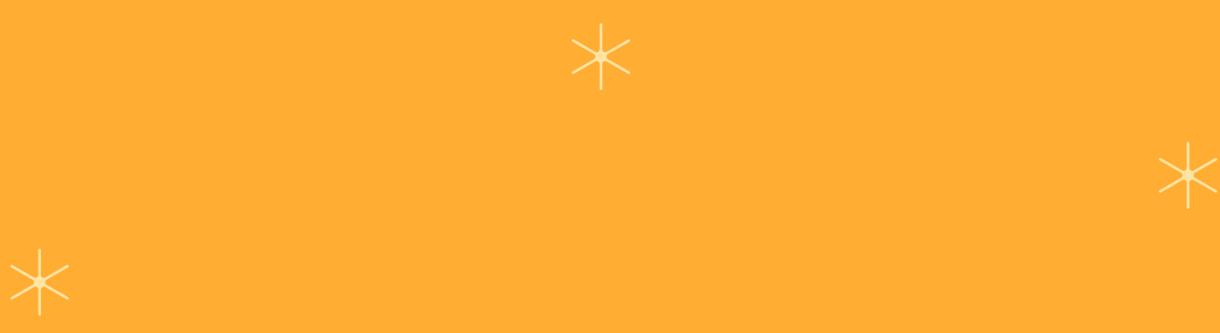
# Démarrez ...

**Suivez l'histoire du début à la fin**

ou va direct à la



**Ou choisissez votre propre route**



i

Introduction



## Un voyage d'importance

Dans le monde entier le pèlerinage est un symbole très ancien du voyage à travers la vie.

Le mot 'pèlerin' vient du latin 'per ager' (à travers les champs) et de 'peregrinus' (étranger) : le pèlerin quitte la vie familière et va à la rencontre de l'inconnu en traversant des terrains étrangers.

Faire un pèlerinage est dans l'air du temps. Les chemins vers Saint-Jacques, Rome et vers d'autres destinations de pèlerinage sont mieux balisés. Et il y a de nombreux



guides et sites web contenant des informations pratiques.

Cet autre chemin, le chemin de la vie, ressemble entretemps de plus en plus à un dédale. Les évolutions sont ultrarapides. Les sociétés deviennent de plus en plus compliquées et les rapports traditionnels



sont sous pression. Dans toute cette dynamique, les gens peuvent et doivent même trouver leur propre voie.

Pour beaucoup d'entre nous pouvoir partir en pèlerinage est d'une grande valeur.



Prendre avec soi seulement ce dont on a besoin, le rythme du voyage, la nature, l'incertitude, la solitude, les rencontres, faire constamment des choix – loin de ce qui est connu et familier. Voilà les ingrédients magnifiques pour une expérience profonde. Ainsi, le voyage peut être un bon moyen de se détendre et de découvrir qui vous êtes et ce qui a vraiment de la valeur (ce qui est 'sacré') pour vous.

Pour beaucoup de gens, la décision d'entreprendre un pèlerinage est liée à un évènement particulier ou une nouvelle phase dans leur vie.

Pour d'autres, le voyage prend une importance en cours de route.

**"Le chemin m'a graduellement transformé de promeneur en pèlerin."**

**- Jeroen Gooskens -**



# Thème:

## **Les lieux sacrés**

Pourquoi partir en pèlerinage ? Dans les traditions religieuses, la réponse est claire : pour visiter des lieux sacrés et pour ainsi professer la foi. Dans ces lieux il y a eu du contact avec le divin : des prophètes, des apôtres et d'autres saints y sont nés ou enterrés, y ont eu des révélations et des commandements, ont vécu des guérisons miraculeuses (interventions divines). Le pèlerinage donne la possibilité d'apercevoir ou même – par les reliques - de toucher le grand mystère.



*Les reliques sont des restes du corps d'un(e) saint(e) ou des objets qui ont été en contact avec un(e) saint(e).*

Dans l'Occident, il y a de plus en plus de pèlerins qui partent pour des destinations sacrées, mais pour la plupart d'entre eux, ces destinations n'ont plus de sens religieux. Si, la destination donne encore une direction au pèlerinage, mais 'le chemin est le but'. Beaucoup de pèlerins préfèrent donner eux-mêmes du sens à leur voyage.

C'est pourquoi, des nouvelles formes de pèlerinage ont émergé (aux Pays-Bas p.e. le Walk of Wisdom ('Randonnée de Sagesse')) et des pèlerinages individuels vers une destination qu'on choisit soi-même, qu'on trouve personnellement 'sacrée'.





## Rituels

Dans les traditions religieuses, les pèlerinages sont surtout des voyages vers des lieux sacrés, où on peut demander la vision ou l'aide et en remercier. Le contact avec le divin est essentiel et souvent il y a des règles détaillées qui décrivent comment entrer en contact, par des prières, des chants, des actes, des vêtements ; en bref : par des rituels.

Aussi quand votre pèlerinage n'est pas d'inspiration religieuse, les rituels peuvent être très importants pour donner du sens à votre voyage.

*« Les rituels peuvent nous aider à donner forme aux choses que les mots ne sauraient exprimer. »*

**- Leen Wijker -**

Avec chaque étape, on vous donne des exemples de rituels qui peuvent l'accompagner.





# Cartes



Ces cartes sont comme un compagnon de voyage. Un compagnon qui vous pose des questions, permet d'en savoir plus et parfois vous met au défi de prendre un autre chemin.

Les 24 cartes suivent les 7 étapes. Vous pouvez aussi choisir votre propre ordre. Après la dernière carte de chaque étape, apparaît un menu de choix.





# L'Appel

Je suis mis au défi.



L'Appel



## Réveillez-vous !

Dans les films souvent un réveil sonne, une lettre est distribuée ou un évènement dramatique se produit. Ainsi, le protagoniste est réveillé. C'est l'appel à se détacher de ce qui est familier et de s'activer.



« L'appel vient ou bien sous forme de crise, que nous ne pouvons pas résoudre à notre manière normale, ou bien sous forme d'une aspiration naturelle à une vie plus satisfaisante et avec plus de sens. »

- Joseph Campbell -

Souvent, un événement particulier ('crise') est la raison de faire un pèlerinage : la perte d'un bien-aimé ou d'un job, une maladie sévère, la transition à une autre phase de vie (par exemple : des études au travail, du travail à la retraite).

Mais cela peut également être un appel qui vient de l'intérieur : une voix qui vous dit qu'il est temps de prendre la route, au propre comme au figuré. Par exemple, parce que vous avez des questions importantes : « Est-ce que ceci est la vie que je veux mener ? », « Est-ce que ma liaison est bonne ? », « Est-ce que mon travail a du sens ? ».



Il peut être séduisant de bloquer ces questions et de se plonger dans son existence active. Or, l'appel est magique. Si ces questions sont vraiment importantes pour vous, elles ne cesseront de revenir.

*« Trop souvent, vous prenez des décisions dans la vie que vous ne soutenez que partiellement. De ces décisions découlent des choix dans lesquels vous ne vous reconnaissez plus vous-même. Jusqu'au jour où vous vous réveillez. Alors, vous prenez les choses qui sont importantes pour vous et vous partez pour vous rencontrer vous-même de nouveau. C'est le moment de se parler sérieusement. »*

(Un Aborigène en voyage sur les chemins traditionnels du rêve)



# Thème:

## **Le conseiller**

Le plus souvent, nous ne prêtons pas immédiatement l'oreille à un appel. D'abord, il faut rassembler tout son courage.

Entretiens, vos doutes sont confirmés par votre entourage qui veut vous garder chez vous : « Mais tu es bien ici ! », « Mais tu ne peux pas nous abandonner ».

Alors, la tentation est peut être grande d'abandonner vos rêves et vos projets. Mais vous pouvez aussi vous servir des réactions de votre entourage pour améliorer et renforcer vos projets...

Parfois, on rencontre spontanément



quelqu'un qui vous encourage justement à ne pas cesser de vous poser ces questions qui ont une telle importance pour vous et à aller à la recherche de réponses. Quelqu'un qui sait vous motiver : un conseiller qui vous donne des idées et des conseils, mais qui sait aussi que vous devez vous-même trouver votre voie.

« C'est ton chemin et ton chemin  
seul. Quelqu'un pourra marcher  
avec toi, mais personne ne le fera  
pour toi. »

- Jalal ad-Din Rumi -





## Rituels

Vous décidez de partir. Est-ce que vous voulez marquer ce moment avec un rituel ou un symbole ? Par exemple : acheter le sac à dos, mettre le carnet de pèlerinage sur sa table de nuit, se mettre déjà à écrire un journal ?

Peut-être que vous prenez la route pour recevoir des réponses à des questions qui sont essentielles pour vous. Quelle destination choisissez-vous dans ce cadre ? Quel chemin ? À pied ? De chez vous ? Seul ?

Voyagez attentivement. Cela commence par les préparatifs.

*« La manière dont nous faisons nos bagages, détermine notre voyage. »*

**- Phil Cousineau -**

Gardez les choses simples, voyagez léger ! Pourtant, vous voulez peut-être laisser une petite place pour :

. un objet qui représente le sens de votre



voyage, de sorte que vous le portez sur vous ?

- . un symbole de quelque-chose que vous voulez abandonner en cours de chemin ? (Une petite pierre par exemple.)
- . quelques bougies chauffe-plat, pour des moments particuliers ?
- . des petits cadeaux pour les gens que vous rencontrerez en route ? (Par exemple des cartes, des poèmes).

Essayez de faire table rase avant de partir. Ainsi, vous pourrez fixer toute votre attention sur votre voyage.





# Le Départ

Je relève le défi, je prends la route.



Le Départ



## Le premier pas

Vous relevez le défi. Vous passez le seuil entre ce qui est familier et ce qui est inconnu.

Dans les grands récits de voyage, ce seuil est souvent représenté par un portail, un pont, une ouverture dans une forêt obscure ou l'entrée d'une caverne. Parfois, le seuil est gardé par des gardiens gigantesques qui font une dernière fois un effort pour garder le voyageur à la maison. Ils symbolisent les doutes juste avant le départ.

Il y a toutes les chances que vous hésitiez encore, que vous imaginiez des gardiens menaçants : « Est-ce que c'est vraiment



ce que je veux ? » , « Est-ce que j'en suis capable ? »

Alors, posez-vous la question suivante:  
« Quel est le pire qu'il puisse m'arriver en cours de route ? »

Les gardiens ne deviennent-ils pas aussitôt – comme par magie – beaucoup plus petits ? Partez, suivez votre propre voie, bien que la forêt devant vous semble tellement obscure.

« C'est le courage que l'on a de prendre un chemin qui le fait apparaître. »

- Paolo Coelho -

« Voyageur, le chemin, ce sont les traces de vos pas, c'est tout ; voyageur, il n'y a pas de chemin, le chemin se fait en marchant. »

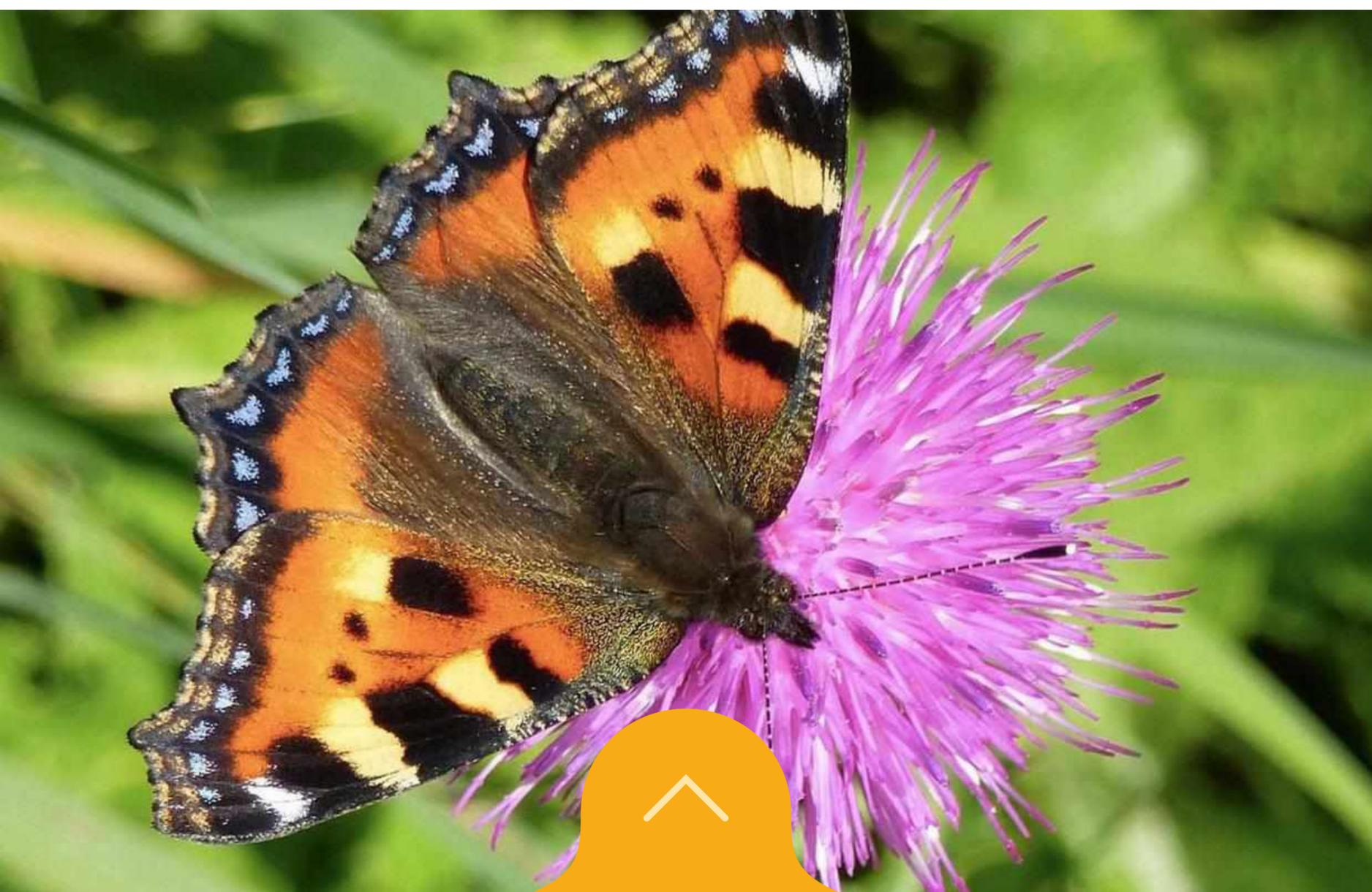
- Antonio Machado -



Vous partez. Vous êtes ouvert à ce qui va venir, vous n'anticipez rien. C'est votre voyage à vous, une possibilité de mener votre vie rêvée. Vous vous détachez de votre position et de vos rôles – chez vous et dans votre travail –, vous choisissez une autre identité et vous vous envolerez comme un papillon...

**« Je ne m'intéresse pas à la façon dont tu gagnes ta vie, je veux savoir à quoi tu aspires, et si tu oses rêver de réaliser le désir ardent de ton cœur. »**

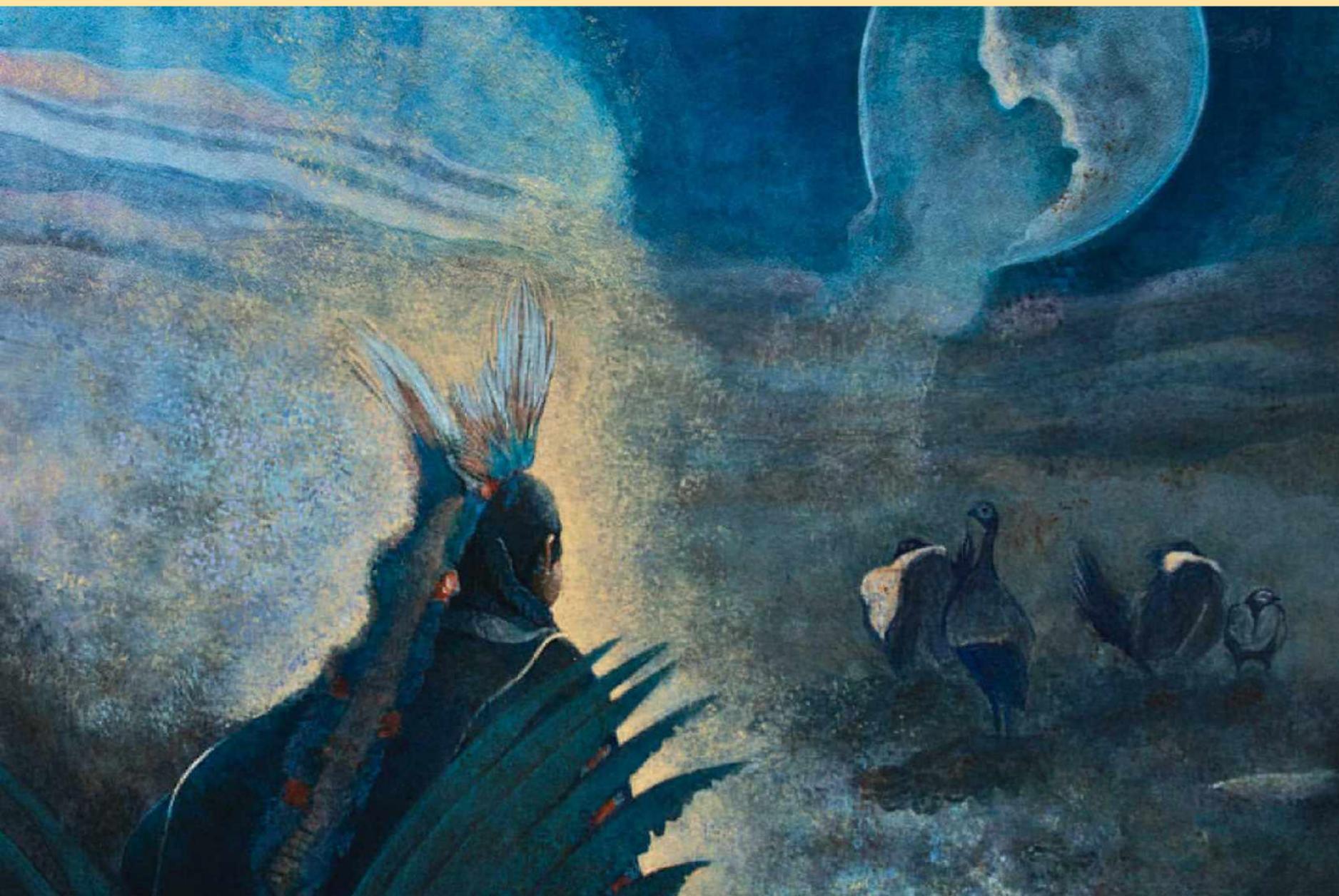
**- Oriah Mountain Dreamer -**



# Thème:

## **Rite de passage**

Dans certaines cultures indiennes, une 'quête de vision' marque le passage des jeunes à leur maturité. Quatre jours et nuits de jeûne, seul, dans un lieu sacré au sein de la nature font part du rituel. C'est là que les jeunes demandent une vision aux esprits pour pouvoir donner un sens à leur vie et à leur rôle dans la société.



Aussi dans d'autres cultures se retirer temporairement à une fonction importante, en tant que rite de passage, ou à d'autres moments particuliers ou bien périodiquement.

Les traditions religieuses connaissent leurs propres exemples :

- Le prophète Moïse demeura quarante jours et nuits sur le mont Sinaï et y reçut les dix commandements.
- Gautama Bouddha médita sept semaines sous un arbre où il atteignit l'illumination.
- Après avoir observé quarante jours et nuits de jeûne dans le désert, Jésus commença à prêcher.
- Dans une caverne, le prophète Mahomet jeûna dans le mois de Ramadan et y eut ses premières révélations.





## Rituels

Découvrez quels rituels appartiennent au pèlerinage que vous avez choisi. Que signifient-ils pour vous ?

Il y a des pèlerins qui marquent leur départ par une fête d'adieu, une bénédiction de pèlerin ou un rituel qu'ils ont inventé eux-mêmes. D'autres pèlerins sont accompagnés par des membres de leur famille ou des amis qui font un bout de chemin avec eux, à pied ou à bicyclette. Il y a d'autres moments importants : le premier tampon dans votre carnet de pèlerin ou la



fixation de votre symbole de pèlerin à votre sac à dos ou à votre sacoche de cycliste.

Lors des adieux, le plus souvent c'est celui qui part qui est le pivot. Mais il faut aussi se rendre compte que votre voyage a également une influence sur ceux qui restent à la maison. Eux aussi vivent leur premier pas. Comment exprimer cela, actuellement et en cours de route ?

Conseil : écrivez avant votre départ une lettre à vous-même, par exemple sur ce que vous voudriez apprendre, découvrir ou répondre. Cela peut vous aider à partir consciemment. Il se peut que vous confiez cette lettre à une personne spéciale ? Une fois de retour, la lettre pourrait aider à passer en revue votre voyage.





# En Voyage

Je suis vraiment mis à l'essai.



En Voyage



## Dépasser les limites

Vous êtes en route, vous cherchez votre propre chemin. Cela exige du courage. Parfois plus que vous croyez. Certains pèlerins

- portent des sacs à dos ou sacoches de cyclistes trop lourds, bourrés de certitudes,
- se servent de transport de bagages, prennent des taxis, pour éviter les obstacles difficiles,
- appellent sans cesse au téléphone, envoient beaucoup de messages électroniques, pour ne pas se détacher de ce qui est familier,
- veulent tout projeter, pour ne pas céder à l'incertitude.



Évidemment, il y a de bonnes raisons de se faire aider. Ce qui est pour certains une rigolade, est un grand défi pour les autres. Ce qui compte, c'est de vous engager vraiment dans l'aventure de votre vie, de continuer à vous développer.

De plus : même si vous avez bien préparé votre voyage, une fois en route vous découvrirez que tout se passe souvent différemment.

« La vie, c'est le truc qui se passe quand t'es occupé à faire autre chose. »

- John Lennon -

Il s'avère que vos vieilles routines ne fonctionnent plus, et de nouvelles solutions sont donc nécessaires.

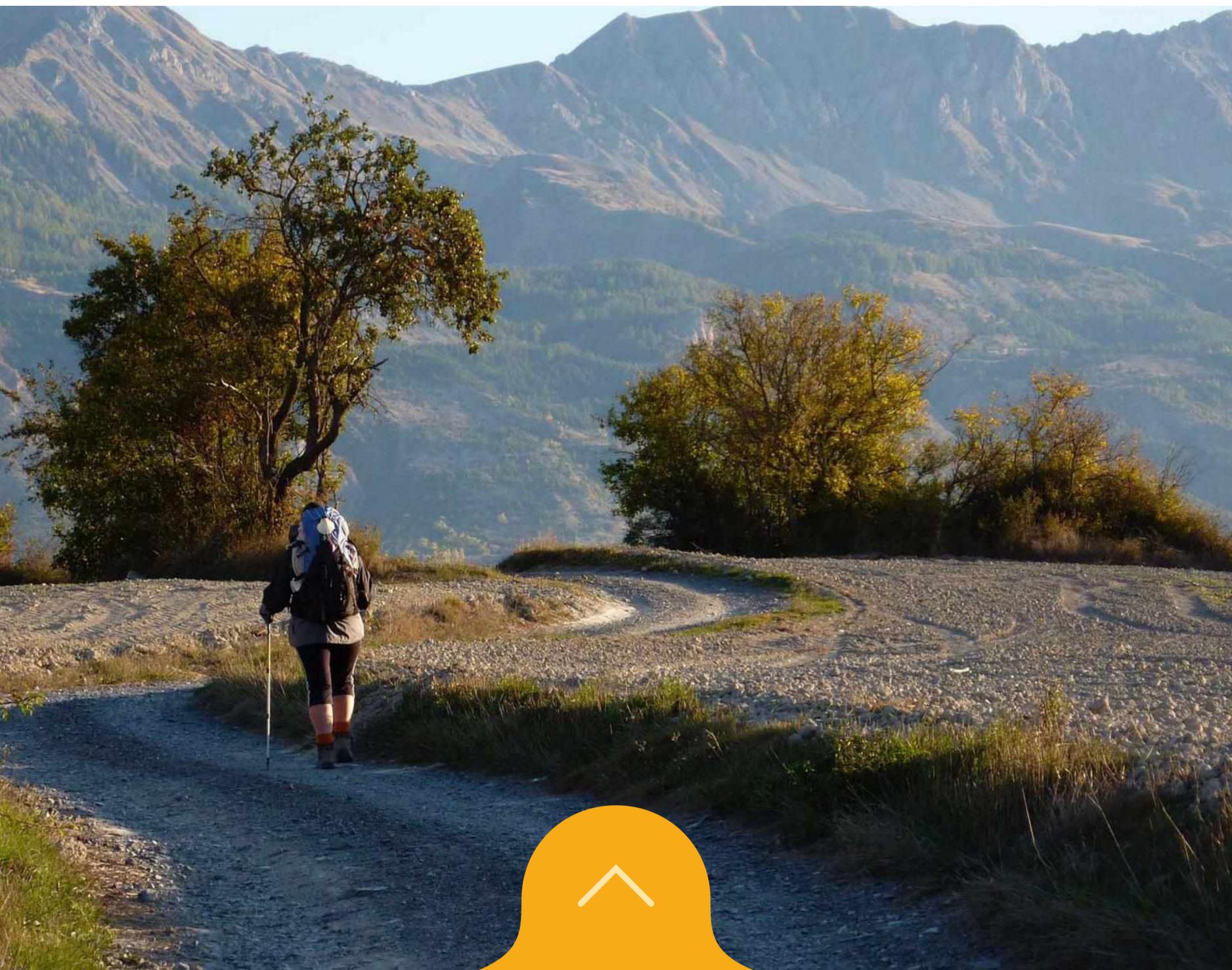
Il y a les moments difficiles. Vous êtes confronté à vos propres limites. Les doutes que vous aviez avant de partir peuvent revenir plus forts que jamais : « Mais qu'est-ce que je croyais ? »,



« J'aurais dû écouter... », « S'ils pouvaient me voir dans cette situation... ».

Tous ceux qui entreprennent quelque chose de nouveau, luttent contre ce genre de doutes. Ce n'est pas facile, mais ça fait partie du jeu. Il faut l'accepter et faire le prochain pas.

Et bien sûr qu'il n'y a pas que des obstacles en voyageant. Il y a aussi beaucoup de moments merveilleux. En route, on vit plus intensément que d'habitude. En quelque sorte, vous marchez (ou pédalez) avec tous vos sens en alerte.



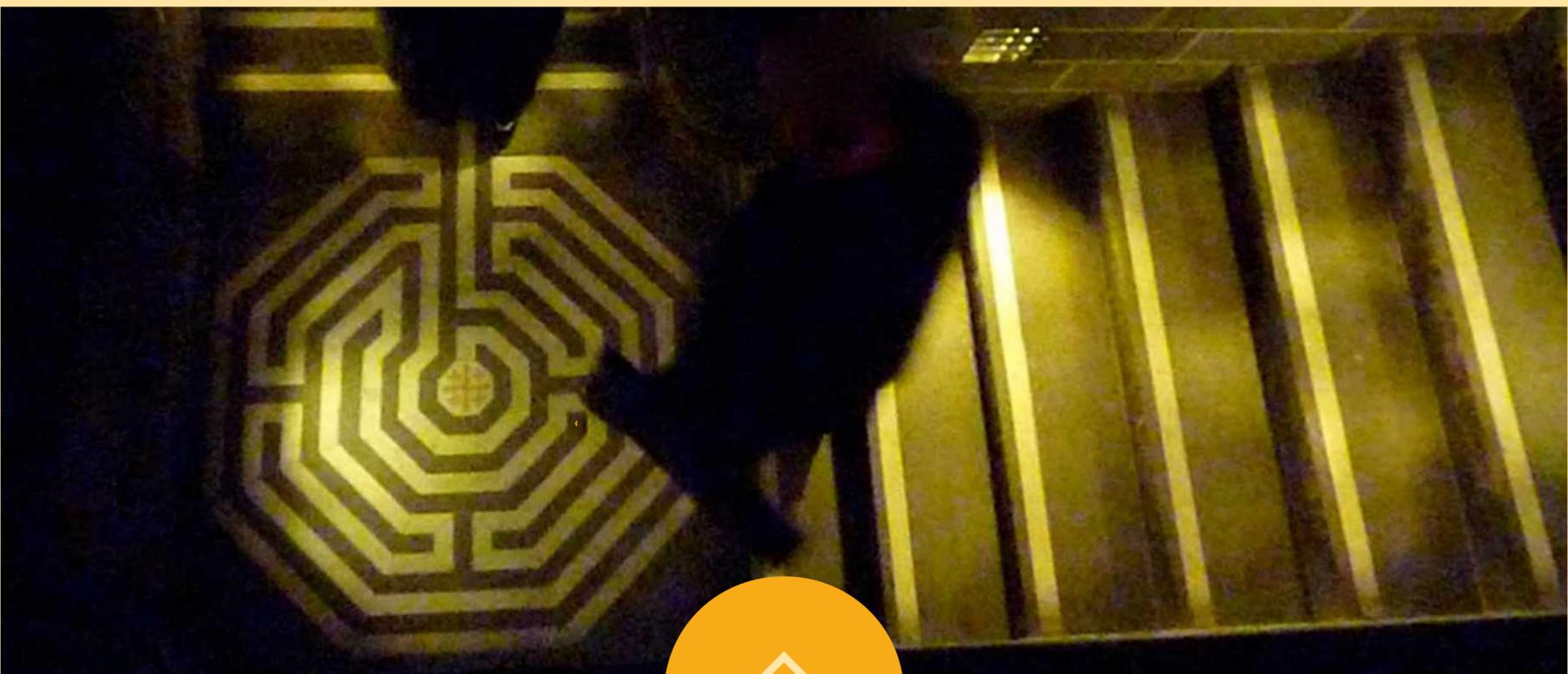
 **Thème:**

## **Les labyrinthes**

Tout comme le pèlerinage, le labyrinthe est un symbole très ancien pour le cours de la vie.

Vous entrez dans le labyrinthe, à la recherche de quelque chose d'essentiel. Parfois, vous croyez l'avoir atteint. Puis, vous en êtes loin. Lorsque vous découvrez ce qui est vraiment important pour vous, vous avez atteint le cœur (point essentiel). Alors le chemin du retour commence, hors du labyrinthe. Vous explorez comment vous pouvez insérer ce que vous avez découvert dans votre vie de tous les jours.

*Le mythe du Minotaure est connu. C'était un taureau monstrueux qui vivait dans un labyrinthe en Crète et qui était nourri avec*



*des sacrifices humains. Le héros Thésée se jeta dans ce labyrinthe, vainquit le monstre et retrouva son chemin grâce au fil que sa bien-aimée Ariane l'avait fourni.*

Ainsi, nous prenons tous nos fils conducteurs avec nous lorsque nous voyageons : nos talents, nos inspirations, nos rêves. Mais ce n'est pas tout. C'est que souvent les monstres des grands mythes ne représentent pas l'autre, mais surtout : nos propres côtés obscurs.

**« Ce n'est pas la hauteur de la montagne à gravir qui va t'empêcher d'avancer, c'est le caillou dans ta chaussure. »**

**- Mohamed Ali -**

Ces côtés obscurs font partie de votre parcours, aussi difficile que cela puisse être. Il faut l'accepter et essayer de ne pas 'tuer' ces monstres. Souvent ils gardent un trésor précieux...





## Rituels

Lors du parcours, de nombreux pèlerins développent spontanément un nouveau rythme, un nouveau rituel : se lever, faire ses bagages, dire adieu, marcher ou aller en vélo au prochain lieu d'étape, s'y inscrire et faire tamponner son carnet, défaire ses bagages, se laver et laver ses vêtements, soigner ses pieds ou entretenir sa bicyclette, se reposer, échanger des expériences, manger, dormir. Jour après jour, toujours plus loin...

Tenir un journal prend souvent une place importante dans le rituel quotidien : noter des évènements, des impressions et des pensées. Cela peut aussi prendre l'aspect d'un livre de bord qui aide votre petit bateau à garder le cap.

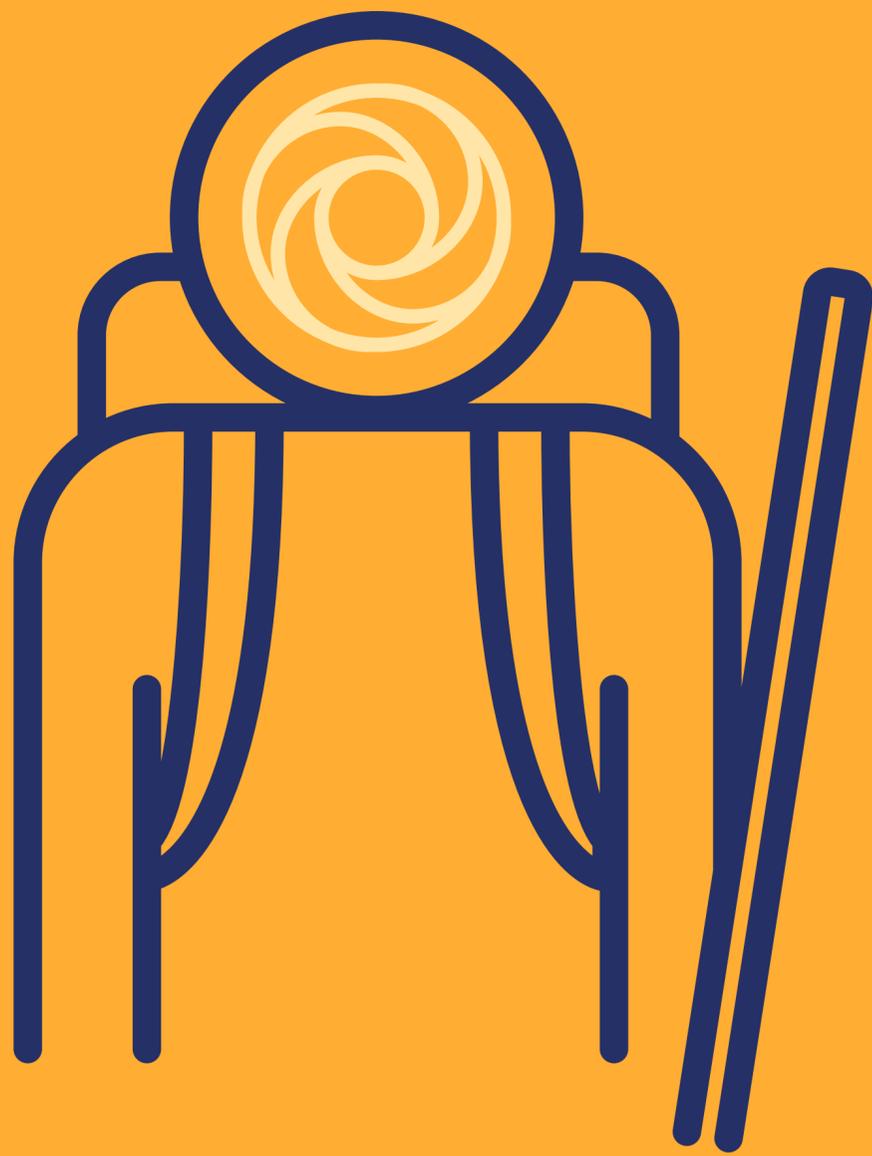
Un journal est vraiment une chose pour vous-même. Il ne faut pas le confondre avec un blog qui vise surtout à informer d'autres personnes. C'est une grande différence !





# Le Pèlerin

Je me sens soutenu par moi-même et  
me sens plus fort.



Le Pèlerin



## **La force et la confiance**

En cours de chemin, l'aide ne vient pas uniquement de l'extérieur, mais également de l'intérieur. Nombreux sont les récits de pèlerins qui ont découvert en eux-mêmes lors des moments les plus durs une grande énergie inattendue et de l'ingéniosité.

L'inattendu vous force à quitter les routines et exige une nouvelle approche. Bien sûr,



cela n'est pas évident sur le moment, mais c'est aussi une possibilité de développer votre force, votre créativité et votre sagesse. Et... d'apprendre à y faire confiance.

*Lorsque le chevalier Perceval trouva rapidement le château où se cachait le Saint-Graal, à vrai dire il ne savait pas quoi faire. Alors commence son errance de plusieurs années à travers une forêt immense. Il se voit confronté à de nombreuses tâches. Finalement, il retrouve le château et cette fois-là, grandi par son voyage, il fait le bon choix, il devient le nouveau gardien du Graal.*

**« Normalement les compagnons (intérieurs) apparaissent au moment que vous lâchez prise, au moment que vous captez que vous ne pouvez pas mener à bonne fin ce voyage de la même manière que le précédent. »**

**- Joseph Campbell -**



Le jour, beaucoup de pèlerins marchent (ou pédalent) en solitaires, tandis que le soir, ils recherchent la compagnie d'autres personnes, dans des restaurants ou des gîtes.

Ainsi, vous voyagez à votre propre rythme et avec vos propres pensées, des pensées que vous pourrez partager plus tard avec les autres pèlerins. C'est comme ça que l'intelligence de soi se tisse : seul, ensemble, seul, ensemble...



## Thème:

### **Quel est mon mythe ?**

Beaucoup de pèlerins considèrent leur voyage comme un rite de passage, d'une 'vieille' vie, qu'ils veulent ou doivent lâcher (étude, travail, partenaire), à une 'nouvelle' vie, jusque là encore inconnue. En route il ne s'agit donc plus de ce que vous êtes (étudiant, entrepreneur, époux/épouse, retraité(e)), mais de qui vous êtes. Ce 'statut' vous relie à beaucoup d'autres qui sont également en cours de route, dans leur propre vie.

**« Une fois, une seule, je n'ai su que dire. C'est quand quelqu'un m'a demandé : « qui est-tu ? » »**

**- Kahlil Gibran -**

**« Le monde est une auberge pour les voyageurs. »**

**- proverbe afghan -**





Faisant chemin, des événements importants, des émotions et des choix de votre vie surgiront. Cela est de grande importance. Au fur et à mesure que vous pouvez mieux et plus sincèrement raconter votre propre histoire, vous comprendrez mieux vous-même et votre relation avec autrui. Ainsi vous pourrez continuer à vous développer.

« Ne vous contentez pas des histoires qui se présentent à vous, développez votre propre mythe. »

- Jalal ad-Din Rumi -





## Rituels

C'est avec vous-même que vous faites le chemin le plus longtemps. Et peut-être que vous n'avez jamais été si longtemps seul. Cela peut être une épreuve particulière. Les rituels personnels peuvent vous donner les moyens de prêter attention à vous-même. Des exemples :

Parfois, un dortoir dans un refuge de pèlerins est agité. Essayez tout de même de vous réveiller calmement. Fermez encore un moment vos yeux, respirez plusieurs fois profondément, faites-vous une idée du jour à venir. Réfléchissez à ce dont vous avez besoin pour en faire une belle journée et à ce que vous voulez donner. Ne vous levez pas avant.

Prenez tous les jours un moment pour vous. Faites quelque chose que vous aimez faire : du tai chi, méditer, chanter...

Dirigez vos pensées lorsque vous marchez. Chaque jour, choisissez un thème, par exemple : un livre, une période de votre vie, vos proches.





# Les Compagnons

Je peux m'appuyer sur les autres et sur l'Autre et je me sens plus fort.



Les Compagnons  
de voyage



## **La magie et les rencontres**

En cours de route, il n'y a pas que des dangers. Vous trouverez aussi vos alliés. Combien de récits de pèlerins n'y-a-t-il pas sur des rencontres particulières, d'une grande hospitalité et d'aide désintéressée offerte spontanément ?

Les grands récits de voyage parlent de magie et d'anges. Sur le chemin de Compostelle, on dit alors souvent : « Cela ne peut pas être une coïncidence... ».



« Dès le moment où l'on s'engage pleinement, la providence se met également en marche. Pour nous aider, se mettent en œuvre toutes sortes de choses qui n'auraient jamais eu lieu autrement. »

- Johann Wolfgang von Goethe -

« Suivez votre félicité et l'univers vous ouvrira des portes là où il n'y avait que des murs. »

- Joseph Campbell -

Bien évidemment, rien ne vous empêche de demander de l'aide sur votre trajet. Il y a beaucoup de gens qui vous aideront volontiers.

En route parfois des amitiés pour la vie se forment. Mais rencontrer des compagnons de voyage implique aussi d'apprendre



à dire adieu. Cela peut être très difficile. Parce qu'il s'agit d'une solidarité plus profonde ? Ou est-ce que cela est surtout dû à l'appréhension de devoir continuer tout seul ? Si cela est le cas, faites avec. Vous verrez qu'ensuite, vous serez plus que jamais ouvert aux nouvelles rencontres. En outre... c'était bien votre propre choix de faire votre propre chemin, n'est-ce pas ?



*Le pèlerin André avait prévu qu'il voyagerait trois jours au maximum avec les mêmes compagnons de voyage. Il a tenu parole, même si cela était parfois pénible.*



## Thème:

# Expériences mystiques

En cours de chemin, vous pouvez être plus ouverts à des expériences mystiques que d'habitude, que votre voyage soit inspiré par des motifs religieux ou non. Des moments où vous pouvez à la fois vous sentir très petit comme être humain et extrêmement relié à quelque chose de grand et de significatif, même si cela est difficile à exprimer.

Cela peut vous arriver par exemple sous un ciel étoilé et infini, lors d'un merveilleux lever du soleil ou lors de rencontres avec d'autres pèlerins, de tous les coins du monde. Chacun fait son propre voyage, mais en même temps, il y a le lien avec les personnes qui ont la même sensibilité que vous. Et lorsqu'on est nombreux à accorder de l'importance à quelque chose, cela deviendrait presque naturellement une vérité.



Une expérience mystique peut aussi se produire lorsque tout d'un coup toutes les pièces du puzzle sont mises en place, quand on a une vision pénétrante ou quand on a soudain une réponse à une question qui nous préoccupait depuis un certain temps déjà.

« Nous sommes partis explorer la Lune, et c'est la Terre que nous avons découverte. »

- Bill Anders, astronaute d'Apollo 8 -





## Rituels

Le fait de parcourir ensemble le trajet, en tant que pèlerins, procure une dimension particulière à votre chemin. Marcher, dormir, manger ensemble ... Les rencontres donnent de la couleur à votre expérience. Les rituels peuvent fournir plus de profondeur. Pensez par exemple à :

- faire un dessin pour quelqu'un dont vous ne parlez pas la langue,
- faire une surprise aux pèlerins qui arrivent plus tard que vous à la refuge en leur faisant du thé,
- partager quotidiennement une chose qui vous préoccupe avec une autre personne,
- demander un moment de silence ensemble avant le repas,
- faire une surprise à quelqu'un en offrant un trésor que vous avez trouvé en route (une petite pierre, une fleur),
- laisser une trace particulière sur le chemin de cette journée (un dicton, une flèche de pommes de pin, un message que vous avez écrit sur un bout de papier).





# L'Arrivée

Je découvre une nouvelle perspective,  
je prends une décision.



L'Arrivée



## **Avez-vous atteint le cœur ?**

Dans la métaphore du voyage, l'arrivée veut dire : que vous avez atteint le cœur (du labyrinthe), que vous avez trouvé votre 'Graal', que vous savez ce qui a vraiment de l'importance (de 'sacré') pour vous.

En pèlerinage, l'arrivée signifie surtout : parvenir à la destination choisie. Il se peut que vous y parveniez avant que vous ayez obtenu les réponses sur les questions que vous vous êtes posées en partant.

Certains éprouvent l'arrivée surtout comme une déception. Tout à coup, on se rend compte que le voyage est terminé. Que la vie simple, en compagnie de pèlerins, à laquelle on s'est habitué en chemin est finie.





En outre : à l'arrivée dans des villes comme Saint-Jacques de Compostelle ou Rome, il s'avère que la vie 'normale' continue toujours. Et vous êtes là...

C'est pourquoi il y a des pèlerins qui décident de rentrer tout de suite. Parfois, ils sont de retour chez eux en un jour. Souvent ils le regrettent plus tard : « Au fond, qu'attendais-je ? »

« ... n'escomptant pas que Santiago te donne des richesses. Santiago t'a donné le beau voyage. »

- paraphrasant le poème  
'Ithaque' de Constantin Cavafy -



« Il n'y a pas de chemin qui mène  
au bonheur: le bonheur est le  
chemin. »

- Gautama Boeddha -

Après avoir atteint votre destination, vous franchissez de nouveau un seuil. Vous allez retourner chez vous. Tout comme votre départ de chez vous, ce seuil est un moment important. Accordez-vous le temps pour ce moment.



📷 Thème:

## Est-ce que la 'tâche' est accomplie ?



Dans les traditions religieuses, l'arrivée au lieu sacré est l'apogée du voyage. C'est là que le croyant entre en contact avec le divin. Ensuite, les pèlerins qui sont allés à La Mecque – par exemple – peuvent se faire appeler 'Hajj' et les pèlerins qui se rendent aux 88 temples sur l'île de Shikoku au Japon 'henro san'.





Que signifie l'arrivée pour les pèlerins non-croyants ? Pour eux, il ne s'agit pas d'une destination sacrée.

Beaucoup d'entre eux se présentent à un bureau de pèlerins pour recevoir la Compostela, pour certifier qu'ils ont parcouru, à pied ou à bicyclette, une certaine distance au minimum. Cela peut être un accomplissement en soi, mais est-ce que c'était cela qui comptait ?

Il y a également des pèlerins qui continuent leur chemin vers un autre point d'arrivée non-religieux. Par exemple : le Cap Finistère ou Muxia, sur la côte atlantique, quelque 100 km au-delà de Santiago. C'est là, qu'ils



achèvent leur chemin – et parfois aussi une période de leur vie – et puis, ils font demi-tour.

C'est un moment pour réfléchir, au propre comme au figuré. Votre voyage est terminé. Accordez-vous le temps de vivre, de célébrer cela. Ne vous laissez pas vous emporter par des proches impatientes ou par la hâte d'acheter un ticket de retour.

Autrefois, il n'y avait pas de choix : un pèlerin partait de chez lui et faisait l'aller et le retour – le plus souvent à pied. Aujourd'hui, la destination choisie est pour la plupart des pèlerins la fin de leur voyage.

Du moins, il le semble. Mais, rien n'est plus faux. En fait, vous ne vous trouvez qu'à mi-chemin, au cœur du labyrinthe. Maintenant un nouveau défi vous attend : prendre avec vous vos expériences et vos nouvelles perspectives chez vous. Vous abandonnez les repères de votre chemin de pèlerinage et tracez vous-même votre chemin, en donnant du sens à votre vie de tous les jours.





# Rituels

Si vous suivez un chemin vers un lieu sacré, il est important de savoir quels rituels appartiennent à l'arrivée et s'ils vous conviennent également.

Et à l'inverse : comment vous pouvez respecter les rituels par les autres.

Dans de nombreuses religions la purification est un rituel important à l'arrivée. Les musulmans se lavent les pieds avant d'entrer dans la mosquée. Les hindouistes se lavent dans des rivières sacrées comme le Gange. Sur les chemins de pèlerinage



vers Czestochowa (Pologne), le rituel suivant est important : demander pardon de tout



ce qu'on n'a pas bien fait sur le chemin, comme d'autres vont à confesse à l'arrivée au lieu sacré. Quoi qu'il en soit, il s'agit de réconciliation. Avec soi-même, avec autrui, avec l'Autre.

Un autre rituel important consiste à faire un sacrifice, par exemple à demander de l'aide ou à remercier pour cette aide. Le sacrifice n'a pas besoin d'être coûteux (brûler un cierge). Le sacrifice peut avoir un lien avec l'aide demandée (un handicapé guéri sacrifie ses béquilles).

Est-ce que vous voulez vous réconcilier avec vous-même avant d'arriver ? Est-ce que vous voulez faire un sacrifice à l'arrivée ?

Autrefois, de nombreux pèlerins achetaient un insigne qui symbolisait le lieu sacré qu'ils avaient visité, en tant que preuve et souvenir. Si l'insigne avait été mis en contact avec le sacré, il offrait aussi la protection lors du retour.

Qu'est-ce que vous ramenez chez vous comme symbole 'sacré' de votre voyage ?





# Le Retour

Avec une nouvelle perspicacité je  
donne forme à ma vie quotidienne.



Le Retour



## L'étape la plus difficile ?

Dans les grandes histoires de voyage, la fin magnifique est comme suit : après des longues pérégrinations, le héros rentre chez lui avec un trésor, p.e. une potion médicinale magique ou des pommes d'or qui rendent immortel quiconque les mange. Le trésor est la preuve d'un voyage réussi et surtout quelque chose à partager avec ceux qui sont restés chez eux.

Quel 'trésor' ramenez-vous ? Qu'est-ce qui a donné du sens à votre voyage ?



Outre toutes les différences personnelles, beaucoup de réponses de pèlerins à ces questions ont des choses en commun :

- vivre simplement au jour le jour, avec peu de choses.
- lâcher les certitudes : apprendre à croire que tout ira bien.
- l'importance de l'hospitalité, des rencontres et de la connexion.
- la 'magie' : les coïncidences, des miracles en route.

Comment est-ce que vous pouvez donner du sens à ces expériences dans la vie de tous les jours, aussi en relation avec des autres ?

**« Le retour à la vie quotidienne est le test de votre pèlerinage. »**

**- Jennifer Westwood -**

Ce 'test' peut être l'étape la plus difficile de votre voyage. Maintenant, vous êtes tout seul ; les compagnons pèlerins sont



aussi rentrés chez eux. Le plus souvent, chez vous, la vie quotidienne a continué. Est-ce que vous pouvez être ouvert aux expériences de ceux qui sont restés chez eux, ou est-ce que votre voyage spécial prend trop de place ? Et inversement : est-ce que vous pouvez mettre des mots sur ce qui a été spécial ?

Est-ce que vous voulez et pouvez raconter ce que le voyage vous a apporté ?



## Thème:

### **Boucler la boucle**

Pour les pèlerins, en général, être en route n'est pas un but en soi. Enfin, ce qui compte c'est (aussi) de trouver la paix en soi, rentrer chez soi, en soi, et ainsi boucler la boucle. D'où vient la division en 7 étapes. Le sept symbolise notamment ce qui est achevé.

« Le terme de notre quête sera d'arriver à l'endroit que nous avons quitté et de le percevoir tel qu'il est. »

- Thomas Stearns Eliot -

« Le trésor est caché derrière notre propre fourneau. »

- Martin Buber -



Pour certains, le pèlerinage est une expérience qui change complètement leur vie. Pour d'autres, ce voyage est une confirmation qu'ils se trouvaient déjà sur le bon chemin. Et d'autres encore trouvent de l'inspiration en route pour des petits changements ou initiatives.

« Choisissez une seule chose, faites-le avec soin, et vous ferez beaucoup de choses à la fois. »

- Thich Nhat Hanh -

Aujourd'hui, il y a beaucoup de pèlerins qui prennent la route encore et encore. Pour eux, à chaque fois, le pèlerinage peut être une source d'inspiration. Ou bien... les chemins de pèlerinage modernes – et surtout les plus fréquentés – sont-ils devenus une nouvelle 'zone de confort' ? Là, vous pouvez encore être pèlerin ('étranger') ? Bien sûr, à ces questions, nous avons tous nos propres réponses, mais il semble opportun de les poser.





## Rituels

Peut-être avez-vous organisé une fête d'adieu. Et maintenant il y aura une fête de retour ?

Beaucoup de pèlerins font une place spéciale pour commémorer leur voyage, p.e. avec un symbole à la porte d'entrée ou avec une œuvre d'art dans leur maison.

Si vous avez écrit vous-même une lettre avant votre départ, vous pouvez l'ouvrir maintenant : est-ce que le voyage a pris le sens que vous aviez prévu, ou bien un autre ?

Suggestion : écrivez de nouveau une lettre à vous-même dans laquelle vous dites quelle est la signification la plus profonde de votre voyage, comment vous voulez faire forme à cette signification dans votre vie quotidienne et qui seront vos compagnons de voyage. Préparez-vous à ouvrir un jour cette lettre, pour une nouvelle rétrospective.





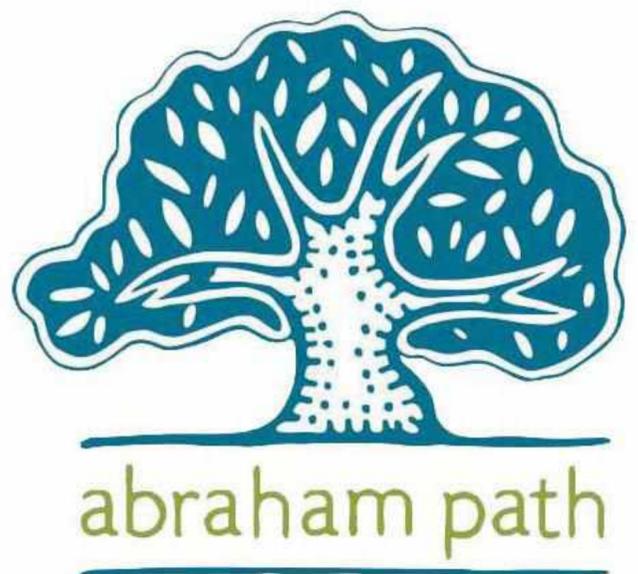
*Jeu de cartes*



## L'APPEL

À un certain moment l'idée d'un pèlerinage a croisé votre chemin. Et depuis, il vous hante. Vous vous êtes décidé: voilà ce que je vais faire!

- Comment cet appel s'est-il présenté à vous?
- Qui ou quoi a été le messenger?
- Nous attendons souvent pour obéir à un appel; quelle était votre hésitation?
- Pourquoi avez-vous décidé de partir juste maintenant?
- Qui ou quoi a fait pencher la balance?



Sur les traces de ...  
([abrahampath.org](http://abrahampath.org))

## IDÉE

« Partez,  
quittez votre pays. »

- Appel à Abraham -  
(patriarche des juifs, des  
chrétiens et des musulmans)

Vous franchissez le pas du rêve à la réalisation: vous allez annoncer votre départ. Imaginez-vous: comment? où? et à qui? et racontez!

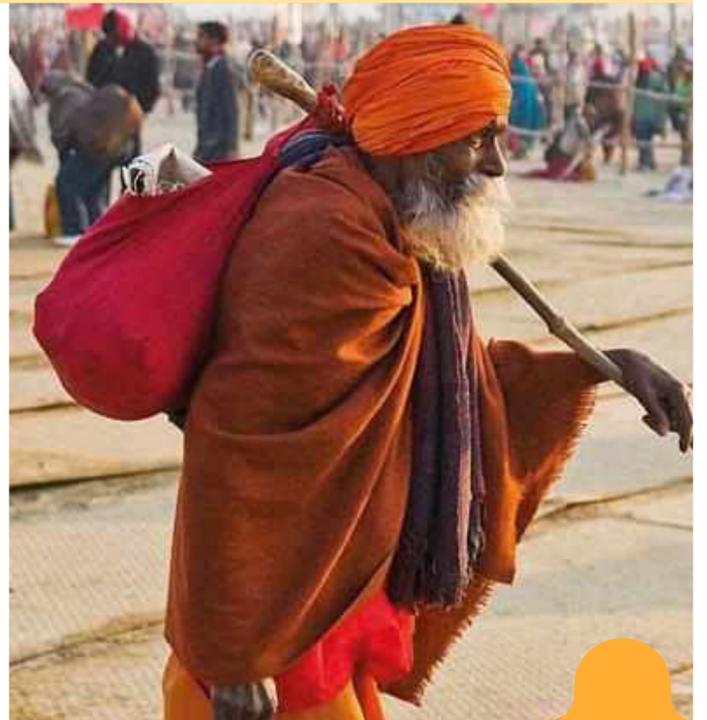




## L'APPEL: LES PRÉPARATIFS

Choisir votre destination et votre itinéraire, organiser le nécessaire, faire vos bagages, vous entraîner et vous préparer mentalement.

- Que s'est-il passé entre votre décision et votre départ?
- Quelle est la signification du voyage pour vous?
- Qu'est-ce que vous voulez recevoir? Qu'est-ce que vous pouvez donner?
- Que voulez-vous clore par votre voyage, laisser derrière vous?
- Qu'est-ce qui est le plus important de ce que vous emportez?



Voyagez simplement  
(pèlerin hindou, Inde)

### IDÉE

« Le véritable voyage de découverte ne consiste pas à chercher de nouveaux paysages, mais à avoir de nouveaux yeux. »

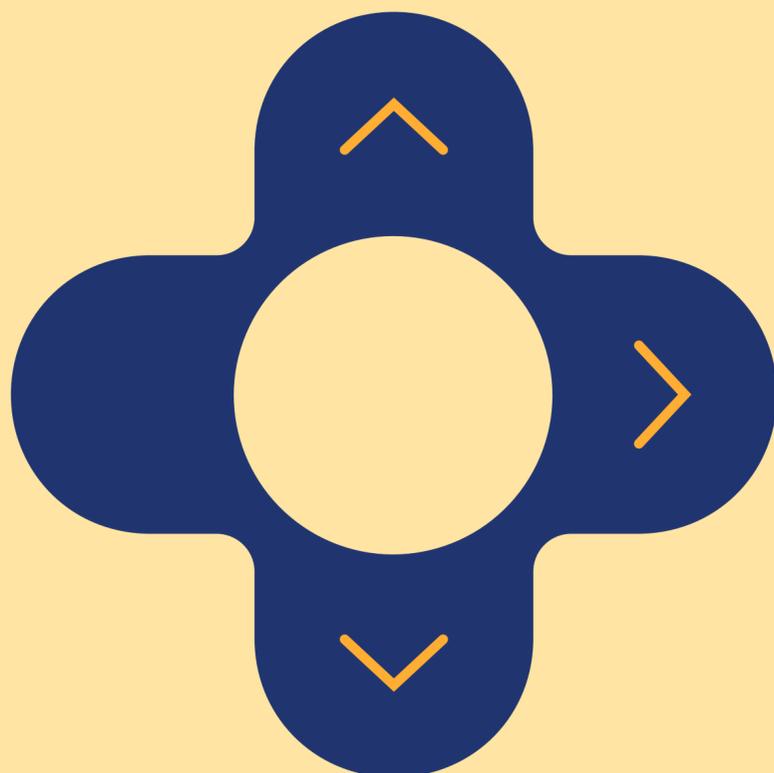
- Marcel Proust -

Choisissez une manière originale et inspirante pour faire part de votre voyage:  
un journal, un blog, des dessins ...





**RETOUR  
À L'ÉTAPE**



**CARTES  
DE L'ÉTAPE  
PRÉCÉDENTE**

**CARTES  
DE L'ÉTAPE  
SUIVANTE**

**ÉTAPE  
SUIVANTE**



## LE DÉPART: LES ADIEUX

Vous allez partir.  
À ce moment vous vous rendez bien compte  
de qui et de quoi vous devrez quitter.

- Comment dites-vous au revoir? Qu'est-ce que cela signifie pour vous?
- Que laissez-vous derrière vous, et qui?
- Que signifie votre voyage pour ceux qui restent à la maison?
- Vous en tenez compte en route? Comment?
- Quelles certitudes vous laissez tomber, lesquelles pas (encore)?



Adieu à  
Saint-Jean-Pied-de-Port

### IDÉE

Concrétisez  
pour vous-même  
'quitter le familial':

Comment le  
ferez-vous?

« La vie est un  
adieu constant. »

- Elisabeth von Heyking -





## LE DÉPART: LA PREMIÈRE ÉTAPE

Vous voilà enfin parti.  
Vous marchez ou pédalez vers  
un avenir incertain.

- Que ressentez-vous? Qu'est-ce que cela signifie pour vous?
- Pour vous aussi s'applique: le premier pas était le plus difficile?
- Quels passages dans votre vie jusqu'à présent ressemblent à celui-ci?
- De quel pas dans votre vie avez-vous été plus que content?
- Quel pas ne voudriez-vous plus jamais mettre?



Xuanzang: moine / pèlerin  
(Chine, VIIème siècle)

### IDÉE

« Toute croissance est un saut dans l'inconnu, un acte non prémédité spontané sans le bénéfice de l'expérience. »

- Henry Miller -

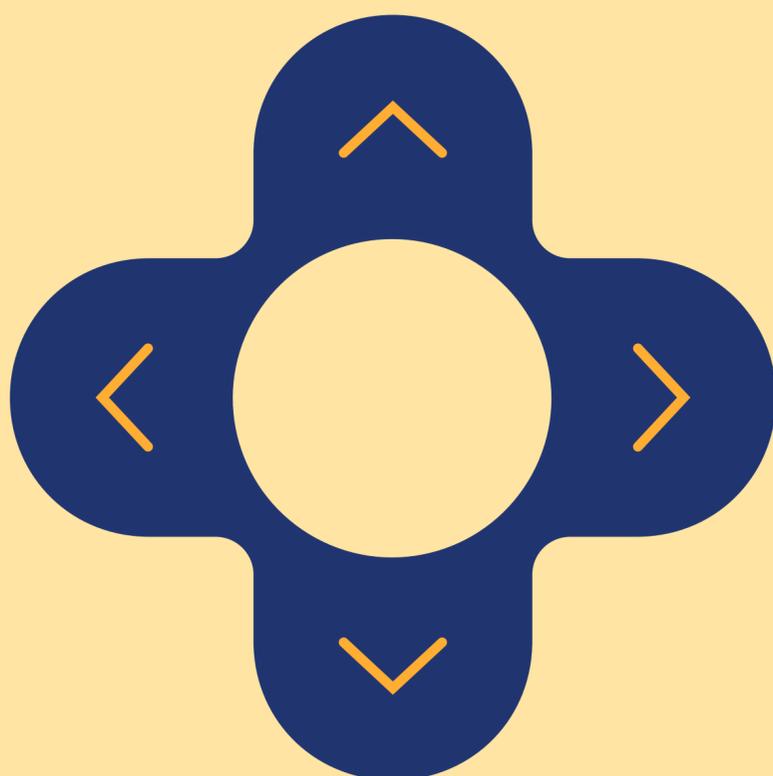
Laissez tomber vos attentes et concentrez-vous sur le moment présent. Marchez dans la confiance que vos souhaits sont déjà en train de se réaliser.





**RETOUR  
À L'ÉTAPE**

**CARTES  
DE L'ÉTAPE  
PRÉCÉDENTE**



**CARTES  
DE L'ÉTAPE  
SUIVANTE**

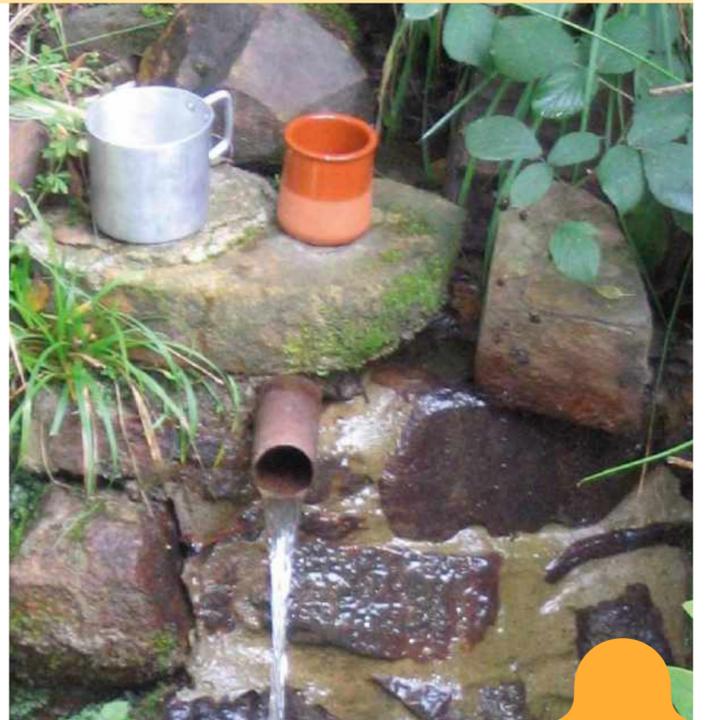
**ÉTAPE  
SUIVANTE**



## EN VOYAGE: LES SOURCES

Vous avez marché pendant des heures.  
Il fait chaud et la bouteille d'eau est vide.  
Vous serez ravi de tomber sur une source.

- Quelles sont vos sources?
- Quand est-ce que vous leur rendez visite?
- Quelle période dans votre vie a été vraiment rafraîchissante?
- Comment bénéficiez-vous maintenant de cette expérience?
- À quelles sources puisez-vous pendant votre pèlerinage?



Source le long du Camino del Norte (Espagne)

### IDÉE

« Creuse au-dedans de toi.  
Au-dedans de toi  
est la source du bien  
et une source qui peut  
toujours jaillir, si tu creuses. »

- Marc Aurèle -

Fixez d'avance un moment. À ce moment-là vous vous arrêtez, où que vous soyez, pour vous ressourcer. Laissez vous inspirer, par ce que cet endroit vous offre.

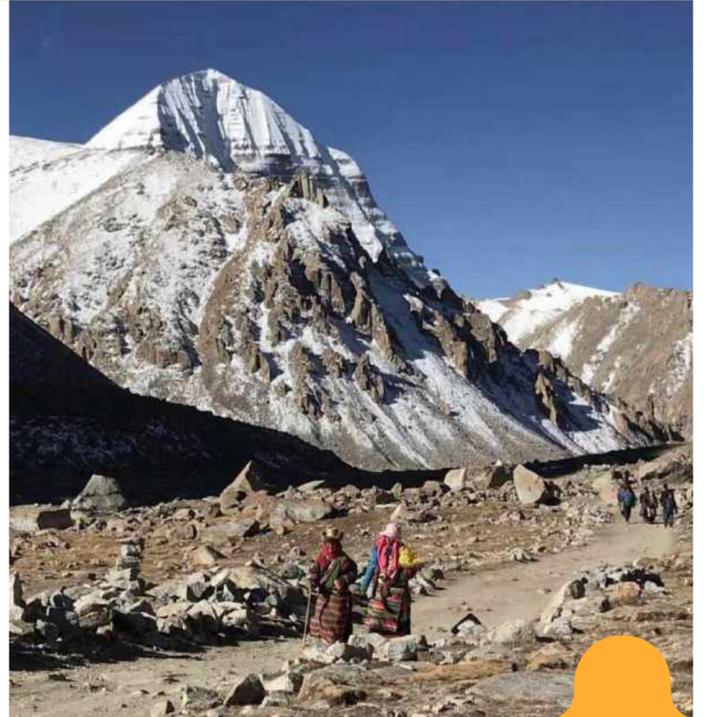




## EN VOYAGE: SOMMETS

C'était une rude montée, mais quelle vue magnifique!  
Les choses qui vous stressaient autrefois  
paraissent maintenant des points futiles.

- Dans votre vie, quelles situations ont été des expériences suprêmes?
- Quel y était votre propre rôle? Et le rôle d'autres gens?
- Quelle leçon avez-vous tiré d'une telle expérience sommet?
- Votre expérience, qu'a-t-elle signifiée pour autrui?
- Dans votre vie, vous grimpez la bonne montagne?



Le trek autour de la montagne sainte du Kailash (Tibet)

### IDÉE

« L'homme qui n'ose pas faire son propre chemin, qui n'a jamais connu de luttes, ne connaîtra jamais le bonheur. »

- Krishnamurti -

En montant, respirez par le nez et suivez le rythme respiratoire. Alors il y aura un équilibre entre l'intérieur et l'extérieur.

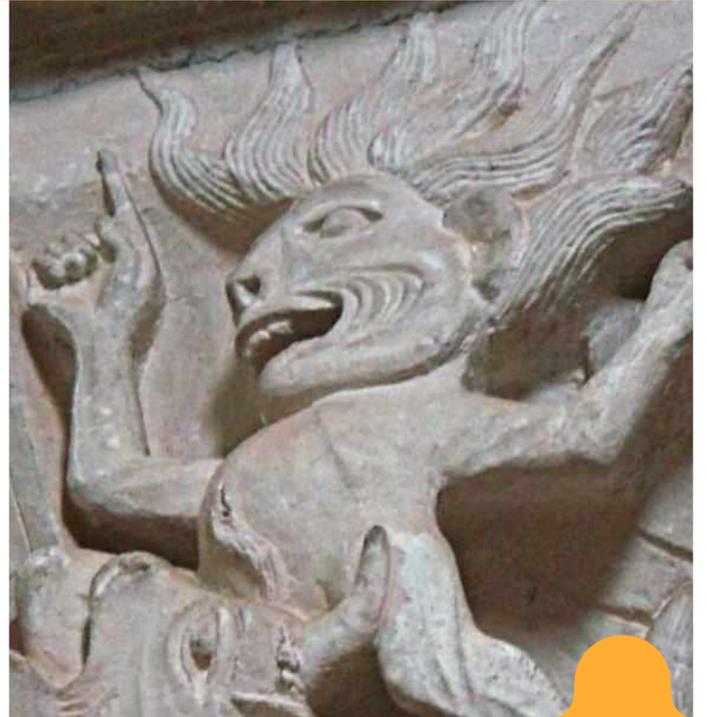




## EN VOYAGE: VALLÉES

Pas de sommets sans vallées. Vous perdez le moral et vous vous demandez: Qu'est-ce que je suis en train de faire? À quoi bon tout ceci?

- À quel moment vous êtes-vous senti démoralisé?
- Quelles autres épreuves avez-vous rencontré?
- Est-ce qu'elles venaient de l'intérieur ou de l'extérieur?
- Qui ou quoi vous a aidé à vous remonter le moral?
- Quelle leçon avez-vous pu tirer d'une telle épreuve?



Un diable (basilique de Vézelay, France)

### IDÉE

« Ne me jugez pas sur mes succès, jugez-moi sur le nombre de fois où je suis tombé et où je me suis relevé à nouveau. »

- Nelson Mandela -

Aux lieux sacrés les monstres représentent souvent les épreuves sur notre chemin de vie. Faites attention au monstre que vous rencontrez aujourd'hui.

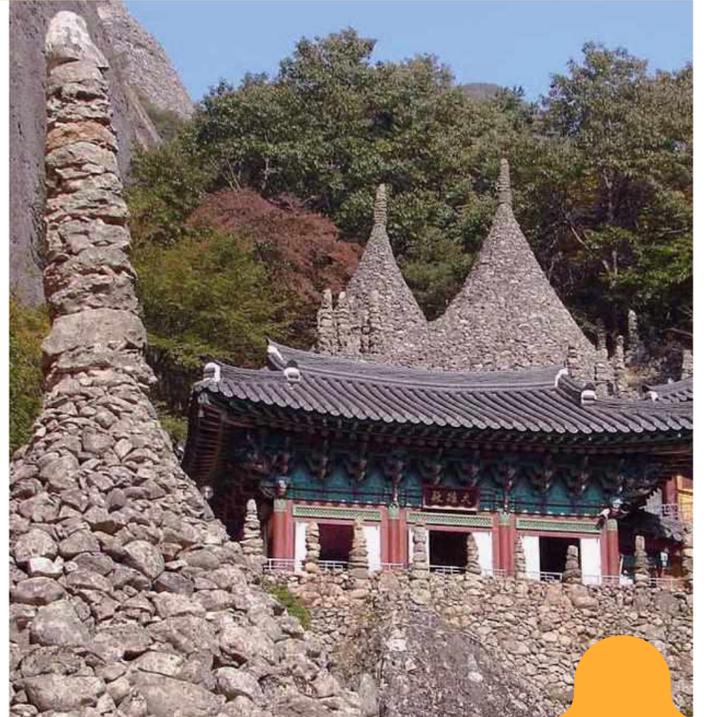




## EN VOYAGE: LE BALISAGE

Beaucoup de chemins pèlerins sont balisés avec des flèches, des cairns et d'autres signes. Ils vous rassurent: vous êtes sur la bonne route.

- Quelle direction prend votre vie?
- Comment savez-vous que vous êtes sur le bon chemin?
- Quelles décisions vous ont indiqué la direction à suivre?
- Comment les avez-vous prises? Qui ou quoi vous a aidé?
- Comment jugez-vous le doute? Positif ou négatif?



Cairns à côté d'un monastère en Corée

### IDÉE

« Les leçons viennent toujours quand vous êtes prêt. Et si vous êtes attentif aux signes, vous apprendrez toujours tout ce qui est nécessaire pour l'étape suivante. »

- Paulo Coelho -

Observez combien de signes vous remarquez aujourd'hui. Lesquels vous indiquent réellement le chemin à suivre?

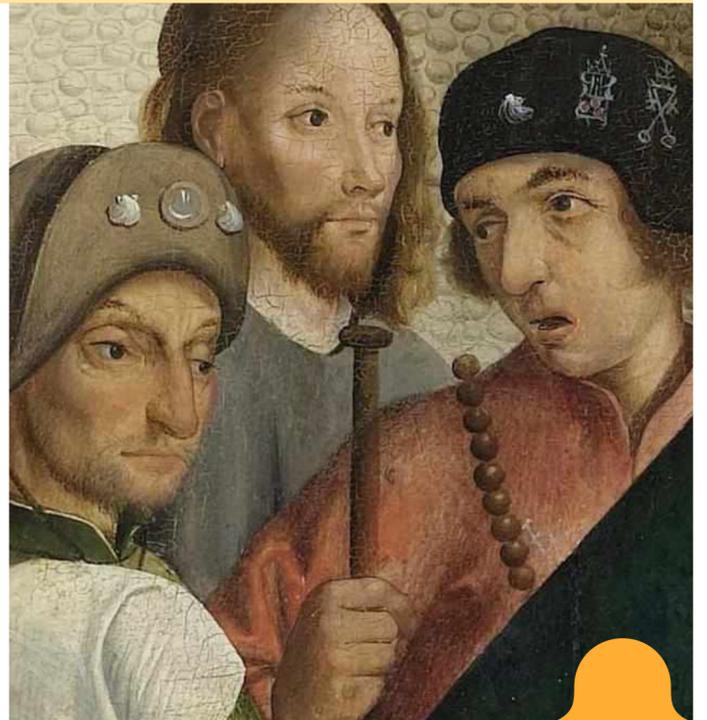




## EN VOYAGE: LES SYMBOLES

En route, les pèlerins se font connaître par de symboles. Les symboles apportent de la signification, ils créent des liens et ouvrent des portes.

- Quel est le symbole de votre pèlerinage?
- Qu'est-ce qu'il signifie pour vous?
- Est-ce que vous avez encore d'autres symboles sur vous? Qu'est-ce qu'ils signifient?
- Quels symboles reconnaissez-vous chez d'autres (pèlerins)?
- Quel symbole a une signification spéciale pour vous?



Symboles des pèlerins  
(Rijksmuseum, Amsterdam)

### IDÉE

Aujourd'hui, créez un symbole pour quelqu'un qui vous est cher. Simplement avec des objets que vous avez sur vous ou que vous trouvez sur la route.

« On ne voit bien qu'avec le cœur. L'essentiel est invisible pour les yeux. »

- Antoine  
de Saint-Exupéry -

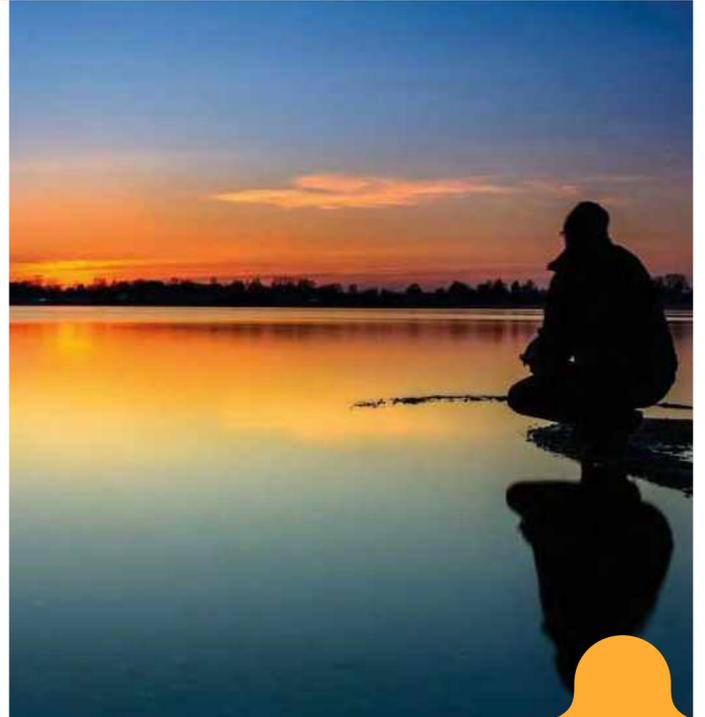




## EN VOYAGE: LE SILENCE

Chez vous, peut-être vous ne vous y mettez pas, mais ce voyage peut vous mettre dans l'ambiance de laisser vraiment entrer le silence.

- Chez vous, parfois vous faites de la place pour le silence?
- Si oui: comment? Qu'est-ce que cela signifie pour vous?
- Si non: qu'est-ce qui vous empêche? Qu'est-ce que vous en pensez?
- Qu'est-ce qu'il se présente chez vous dans le silence?
- Quelle question voudriez-vous poser à une autre personne?



Un beau moment  
en silence

### IDÉE

Se promener est comme méditer. Marchez aujourd'hui en faisant spécialement attention. Soyez plus conscient de ce que cela signifie pour vous.

« Le silence est un ami  
qui ne trahit  
jamais. »

- Confucius -

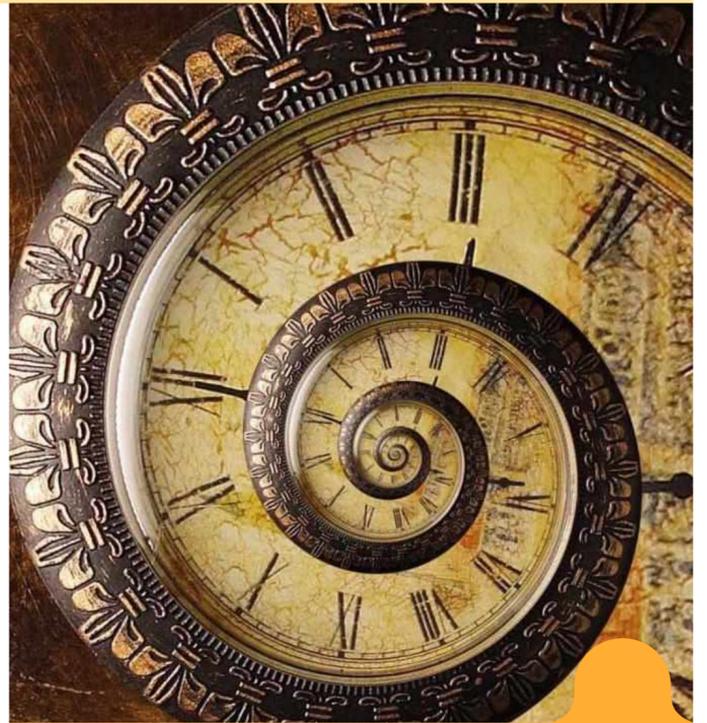




## EN VOYAGE: LE TEMPS

Vous avez et vous prenez le temps. Sur le chemin vous vivez beaucoup plus lentement que d'habitude, dans un autre rythme.

- Que pensez vous de cette vie plus lente?
- Ce rythme vous fait observer, réfléchir ou agir autrement?
- Le temps est-il votre ami ou votre ennemi?
- Vous essayez parfois de tuer le temps? Quand? Comment?
- Vous vivez dans le moment présent ou plutôt dans le passé ou l'avenir?



En route, vous prenez une autre conscience du temps ?

### IDÉE

« Telle est la nostalgie:  
habiter dans les vagues  
et ne jamais avoir d'asile  
dans le temps. »

- Rainer Maria Rilke -

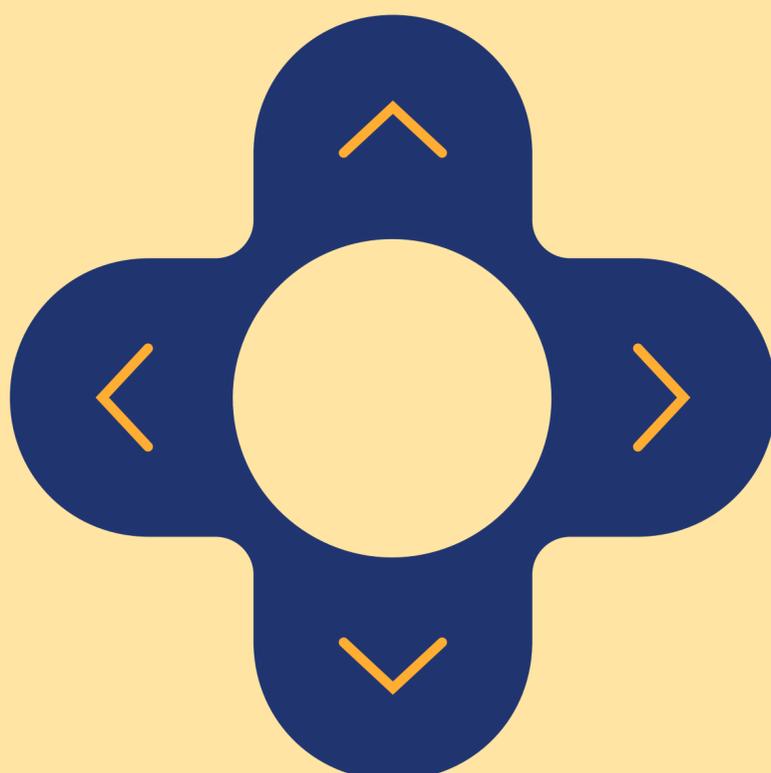
Chaque jour est un cadeau isolé. Faites-en quelque chose de beau. Voguer sur les vagues présentes. Laisser le temps au temps.





**RETOUR  
À L'ÉTAPE**

**CARTES  
DE L'ÉTAPE  
PRÉCÉDENTE**



**CARTES  
DE L'ÉTAPE  
SUIVANTE**

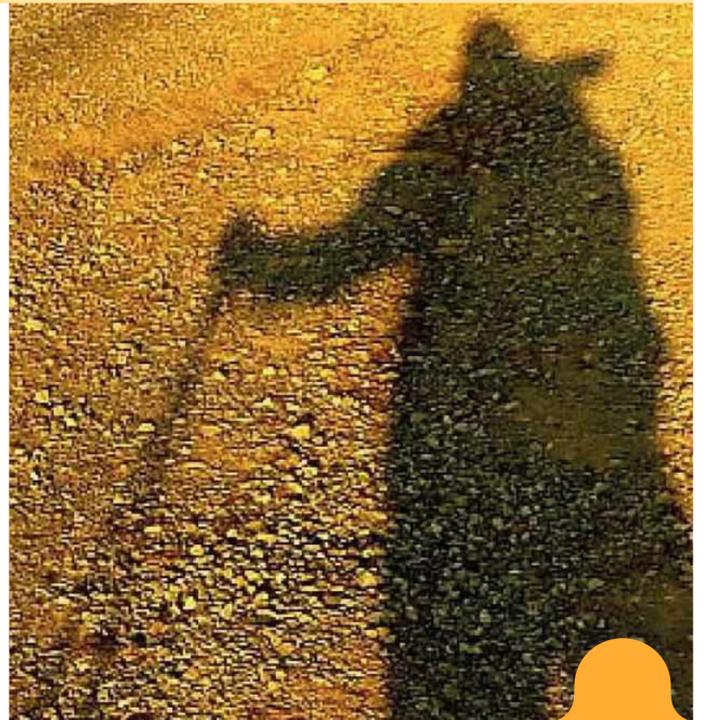
**ÉTAPE  
SUIVANTE**



## LE PÈLERIN: VOUS-MÊME

Être en route avec vous-même.  
Consciemment faire votre chemin, attentivement,  
ouvert à l'autre et l'Autre.

- Êtes-vous une bonne compagnie pour vous-même? Pourquoi?
- Que découvrez-vous sur vous-même en route?
- Comment faites-vous face aux obstacles sur votre chemin?
- Vous faites votre chemin, à votre rythme? Ou à celui d'un autre?
- Vous vous appelez pèlerin? Qu'est-ce que cela signifie pour vous?



Voyager, c'est (aussi)  
regarder soi-même

### IDÉE

« Voyager c'est  
regarder toi-même  
dans un autre contexte. »

- Jan Brokken -

Racontez  
aujourd'hui à  
vous-même  
(ou à un autre),  
en résumé, le fil  
rouge, l'histoire  
de votre vie.



## LE PÈLERIN: CHEZ-SOI LOIN DU FOYER

Même si vous êtes si loin de votre maison, à certains endroits, vous vous sentez chez vous dès votre arrivée.

- Qu'est-ce qu'il vous faut pour vous sentir chez vous quelque part?
- Qui ou quoi dans votre entourage familial vous manque-t-il le plus à présent?
- Qui ou quoi ne vous manque vraiment pas?
- Vous vous sentez à l'aise chez vous-même? Que (ne) faites-vous (pas) pour y arriver?
- Que faites-vous pour qu'on se sente bien en votre compagnie?



Pèlerins à table dans un gîte

### IDÉE

Observez comment en route d'autres gens organisent leur propre coin, et organisez aujourd'hui consciemment un coin où vous vous sentez 'chez vous'.

« Tu ne te sens pas chez toi où tu habites, mais où on te comprend. »

- Christian Morgenstern -





## LE PÈLERIN: LE BÂTON

En route, le bâton peut vous servir de soutien. Il y a des pèlerins qui ne l'utilisent pas, pour trouver eux-mêmes leur équilibre et rythme.

- Qui ou quoi est votre appui sur votre chemin (de vie)?
- Vous trouvez simple de demander de l'aide?
- Vous trouvez simple de donner de l'aide? Vous posez des conditions, des limites?
- Quelle devise entailleriez-vous dans votre bâton?
- Avec un bâton, vous pouvez vous protéger? Quelles sont les plus grands dangers dans votre vie?



Bâtons de pèlerins à côté d'un temple (Shikoku, Japon)

### IDÉE

« Les êtres auxquels nous servons de soutien, sont pour nous un appui dans la vie. »

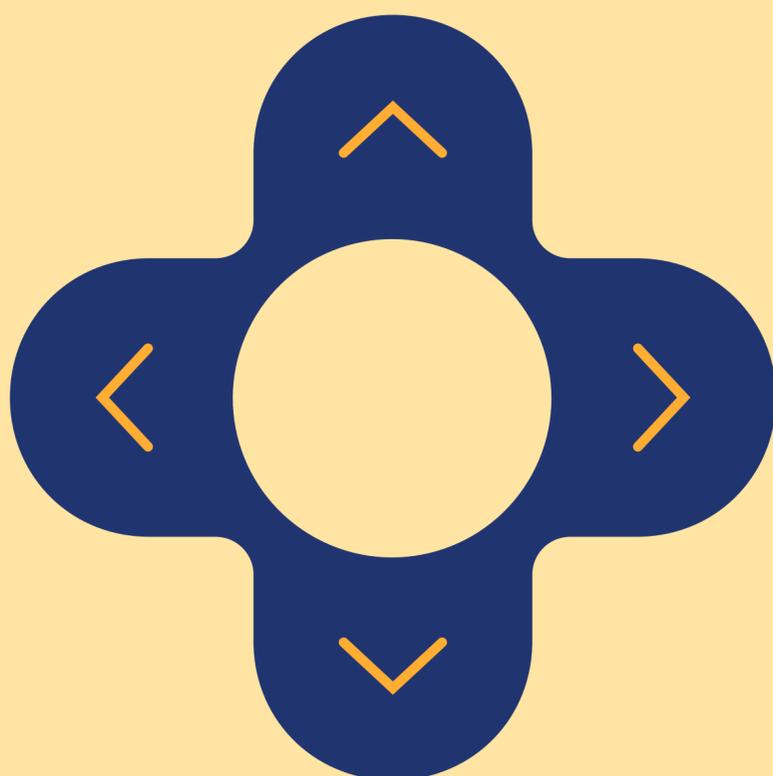
- Marie von Ebner-Eschenbach -

Aujourd'hui choisissez quelque chose que vous croyez être juste hors d'atteinte et ...  
allez-y!



**RETOUR  
À L'ÉTAPE**

**CARTES  
DE L'ÉTAPE  
PRÉCÉDENTE**



**CARTES  
DE L'ÉTAPE  
SUIVANTE**

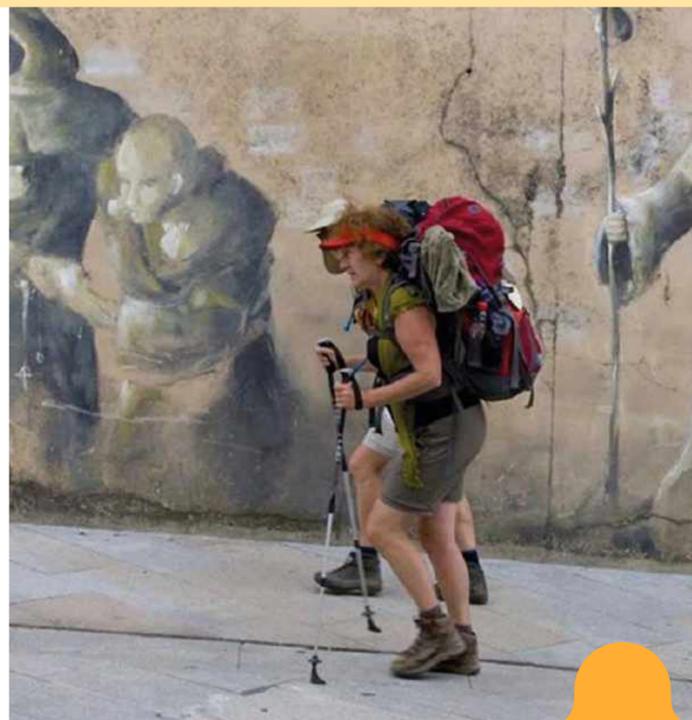
**ÉTAPE  
SUIVANTE**



## LES COMPAGNONS: LES AUTRES

À un certain moment vous vous êtes habitué à marcher seul. Quand quelqu'un vous demande s'il ou elle peut vous accompagner, vous hésitez.

- Qu'attendez-vous d'un compagnon de route?
- Qu'avez-vous à lui offrir?
- Quand est-ce que vous parlez d'une véritable rencontre?
- Qui ou quoi sont pour vous les compagnons les plus importants sur votre chemin (de vie)? Pourquoi?
- De quels compagnons voulez-vous vous débarrasser?



En route ensemble  
(Camino Francés, Espagne)

### IDÉE

« C'est ton chemin et ton chemin seul. Quelqu'un pourra marcher avec toi, mais personne ne le fera pour toi. »

- Jalal ad-Din Rumi -

Observez comment les autres viennent à votre rencontre. Aujourd'hui, expérimentez un comportement qui vous a plu (d'un autre).

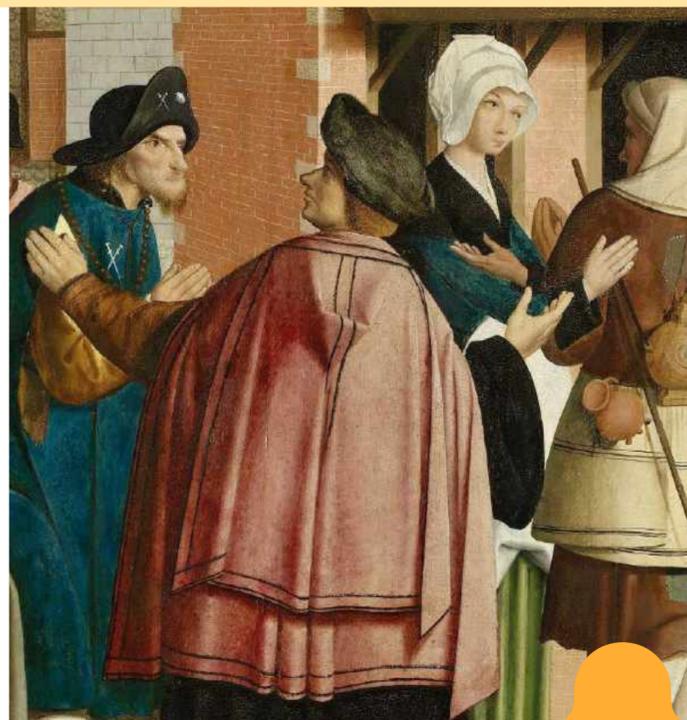




## LES COMPAGNONS: L'HOSPITALITÉ

Quelque part vous frappez à la porte,  
la porte s'ouvre et tout de suite  
on vous offre un repas.

- Quelle sorte d'hospitalité rencontrez-vous sur votre chemin?
- L'hospitalité, qu'est-ce qu'elle signifie pour vous?
- Vous trouvez facile d'accepter l'hospitalité?
- Vous vous comportez comme un hôte aux yeux de la population locale?
- Chez vous, ouvririez-vous la porte pour un étranger?



L'hospitalité  
(Rijksmuseum, Amsterdam)

### IDÉE

« Des personnes ouvertes  
sont une bénédiction pour  
nous tous. Nous pouvons  
aussi nous ouvrir auprès  
d'elles. Leur sincérité fait  
du bien. »

- Anselm Grün -

Marchez en silence  
pendant un certain  
temps et saluez  
avec attention  
les personnes,  
les animaux et  
les objets que  
vous rencontrez.





## LES COMPAGNONS: LES SAINTS

Tous les ans, dans tout le monde, des millions de gens font des pèlerinages, entre autres, aux tombes de saints qui sont importants pour eux.

- Votre voyage est dédié à un(e) saint(e)? Qu'est-ce qu'il ou elle signifie pour vous?
- Qui considérez-vous comme des saints de nos jours? De quelle façon est-ce qu'ils vous inspirent?
- Comment inspirez-vous les autres?
- Qui sont vos 'anges' en route?
- Qui vous considère comme un 'ange'?



Pèlerins sur le chemin  
(Lalibela, Ethiopie)

### IDÉE

« L'éternel ne me demandera pas pourquoi je n'ai pas été Abraham ou Moïse, mais il me demandera pourquoi je n'ai pas été davantage moi-même. »

- Sagesse hassidique -

Aujourd'hui mettez quelqu'un qui vous inspire au courant du fait qu'il est important pour vous.





## LES COMPAGNONS: LES RÊVES

En route, vous pouvez être ouvert aux expériences 'mystiques' qui vous font sentir connecté profondément avec quelque chose de grand et beau.

- Avez-vous expérimenté des moments 'mystiques' en route? Comment?
- À quels moments avez-vous eu une vision claire?
- Quand avez-vous vu des fantômes?
- Comment savoir faire la différence?
- À quoi rêvez-vous? Vous vivez votre rêve? Si oui, comment? Si non, pourquoi pas?

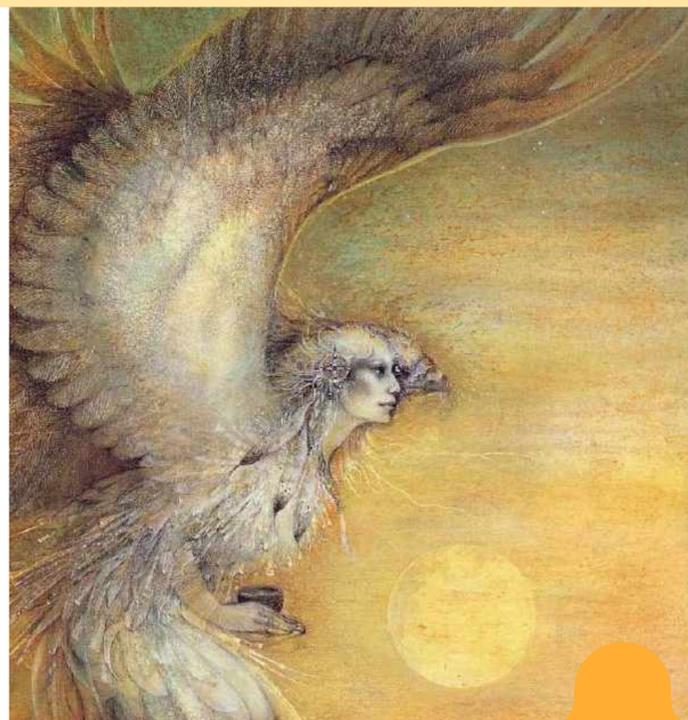


Image d'une quête de vision (amérindienne)

### IDÉE

« Les rêves d'aujourd'hui seront les matières du monde de demain. »

- Peter Gabriel -

Supposons que pendant la nuit un miracle se produise: votre rêve se réalise. Imaginez aujourd'hui tout ce qui aurait changé.

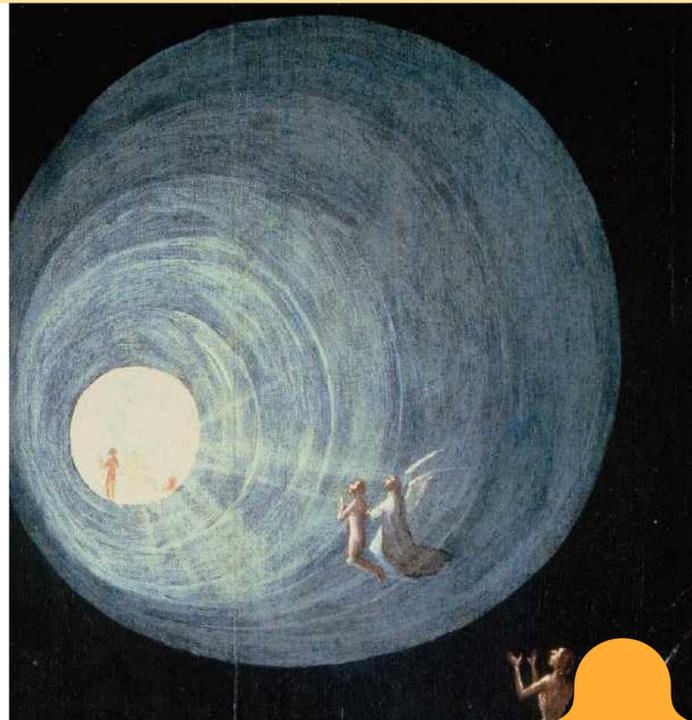




## LES COMPAGNONS: L'AUTRE

Peut-être ne l'avez-vous jamais pensé, mais pendant votre pèlerinage vous pouvez expérimenter l'Autre.

- Pour vous, à quoi ressemble l'Autre?
- Comment ça se passe avec vous et 'Dieu' (l'Innommable)?
- Déjà 'Dieu' vous a déçu?
- Déjà vous avez déçu 'Dieu'?
- De quoi vous voudriez parler avec 'Dieu'?



Tunnel de lumière  
- Jheronimus Bosch -

### IDÉE

« Il n'importe guère qu'un être soit croyant ou non: il est beaucoup plus important qu'il soit bon. »

- Dalai Lama -

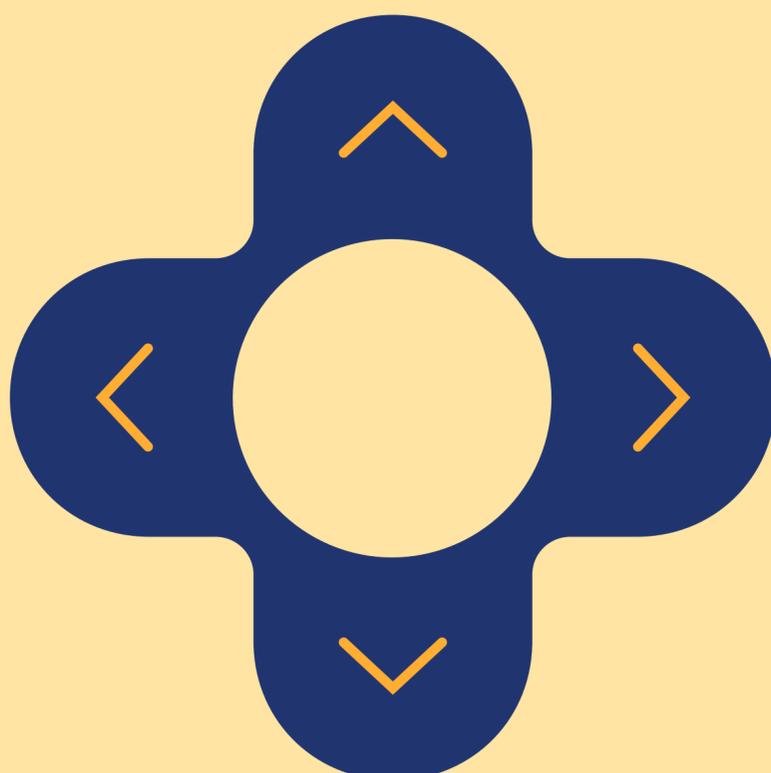
Aujourd'hui prêtez plus d'attention à ce que vous pourriez expérimenter pour l'Autre. Soyez conscient de ce que vous faites.





**RETOUR  
À L'ÉTAPE**

**CARTES  
DE L'ÉTAPE  
PRÉCÉDENTE**



**CARTES  
DE L'ÉTAPE  
SUIVANTE**

**ÉTAPE  
SUIVANTE**



## L'ARRIVÉE

Vous arrivez à Santiago, à Rome, ou bien à un autre lieu important pour vous. Est-ce la fin ou surtout un nouveau début?

- On dit souvent: "Le chemin est le but" (pas: Rome, etc.); comment l'éprouvez-vous?
- Comment vous l'éprouvez: l'arrivée?
- Maintenant vous avez aussi atteint le but de votre voyage? Avez-vous trouvé votre trésor?
- Le but a changé en cours du chemin? Si oui, comment?
- Votre voyage est terminé?



Arrivée à la basilique Saint-Pierre (Rome, Italie)

## IDÉE

« Il n'y a pas de chemin qui mène au bonheur: le bonheur est le chemin. »

- Buddha -

Marquez les moments importants en faisant quelque chose d'extraordinaire. Aussi maintenant: célébrez votre arrivée.





## L'ARRIVÉE: LE SACRIFICE

Vous arrivez dans un lieu saint. Vous allumez une bougie, écrivez quelque chose dans le livre, chantez une chanson ou restez un moment en silence.

- Faites-vous des sacrifices en route?
- Quand et pour qui vous faites des sacrifices?
- Pour qui ou quoi souhaitez-vous allumer une bougie? Avec quelle intention?
- Quels sont les points lumineux sur votre chemin (de vie)?
- Quels sont les points sombres?



Allumer une bougie  
(Lourdes, France)

### IDÉE

« Il y a assez de lumière pour ceux qui ne désirent que voir et assez d'obscurité pour ceux qui ont une disposition contraire. »

- Blaise Pascal -

Aujourd'hui allumez une bougie pour quelqu'un ou quelque chose.

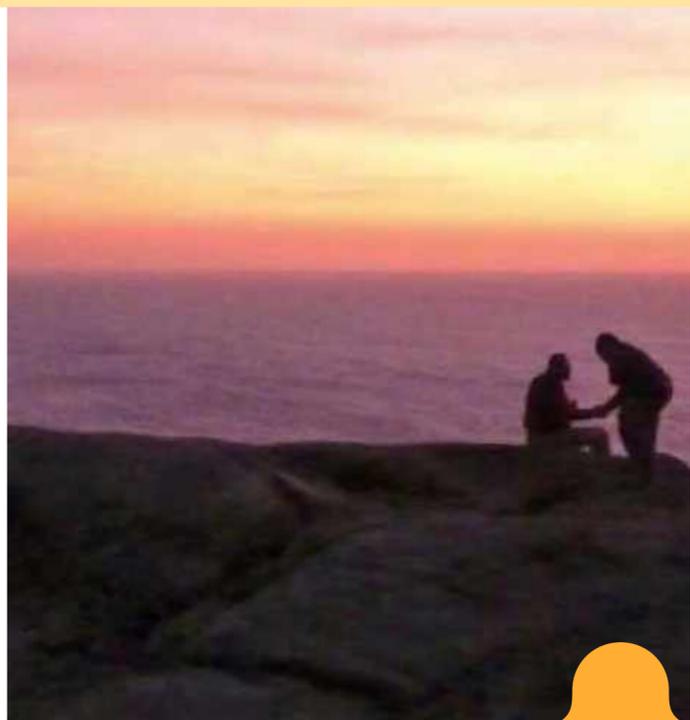
Et faites-en un moment spécial.



## L'ARRIVÉE: LE RETOUR

Certains, à peine arrivés à leur destination, font tout de suite demi-tour vers leur maison. D'autres prennent un moment pour marquer le pas.

- Comment vous séparez-vous de votre chemin?  
Que ressentez-vous?
- Vous le considérez comme un tournant dans votre vie?  
Pourquoi?
- Qui et quoi laissez-vous derrière vous?
- Qu'est-ce que vous emportez, pour vous-même et pour ceux que vous allez rejoindre?
- Que signifie le retour pour vous?



Se quitter à la fin  
(Cap Finisterre, Espagne)

### IDÉE

Prenez le temps pour un dernier adieu approprié de votre voyage. Cherchez ou faites un souvenir qui représente la signification de votre chemin.

« L'art de vivre est d'être à la maison comme en voyage. »

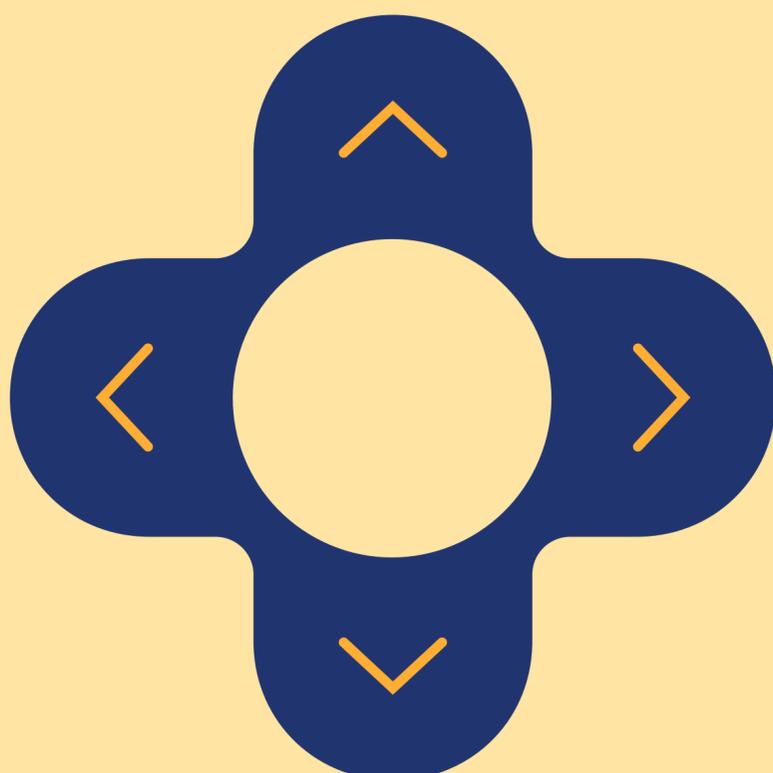
- **Godfried Bomans** -





**RETOUR  
À L'ÉTAPE**

**CARTES  
DE L'ÉTAPE  
PRÉCÉDENTE**



**CARTES  
DE L'ÉTAPE  
SUIVANTE**

**ÉTAPE  
SUIVANTE**



## LA RENTRÉE

Après avoir été en route pendant des jours, semaines ou mois en tant que pèlerin (= étranger), vous vous retrouvez chez vous.

- Vous faites en sorte que votre rentrée soit comme vous le souhaitez?
- Que signifie-t-elle pour vous? Et pour ceux qui sont restés à la maison?
- Qui ou quoi désirez-vous voir le plus?
- Comment pouvez-vous associer autrui à vos expériences?
- Selon vous, 'chez vous' a changé? Si oui, comment?

« Votre retour dans la vie de tous les jours est le test de votre pèlerinage. »

- Jennifer Westwood -



La rentrée: la boucle est bouclée, pour l'instant ...

### IDÉE

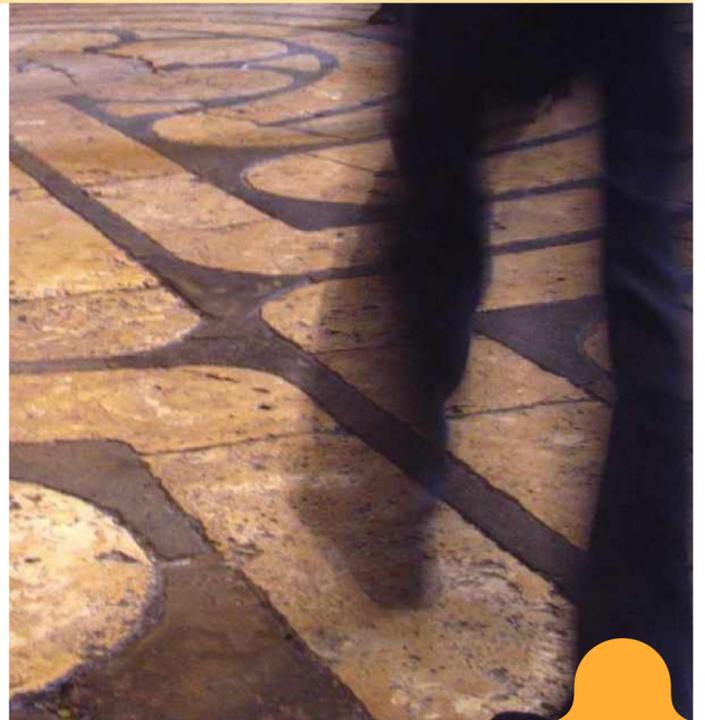
Après un voyage pareil, vous ne pouvez rentrer qu'une seule fois. Comment le ressentez-vous? Continuez à enregistrer vos expériences.



## LE CHEMIN CONTINUE

Rentrer: comment donnez-vous une signification à votre voyage dans la vie de tous les jours, et vis-à-vis les autres?

- Quelle est la signification du chemin pour vous?
- Que signifie votre voyage pour les personnes autour de vous?
- Quelle sera votre destination suivante? Très loin? Ou bien tout près?
- Aujourd'hui, qui ou quoi sont vos compagnons de voyage?



Restez en route  
(Labyrinthe de Chartres)

### IDÉE

« Soyez le changement que vous voulez voir dans le monde. »

- Mahatma Gandhi -

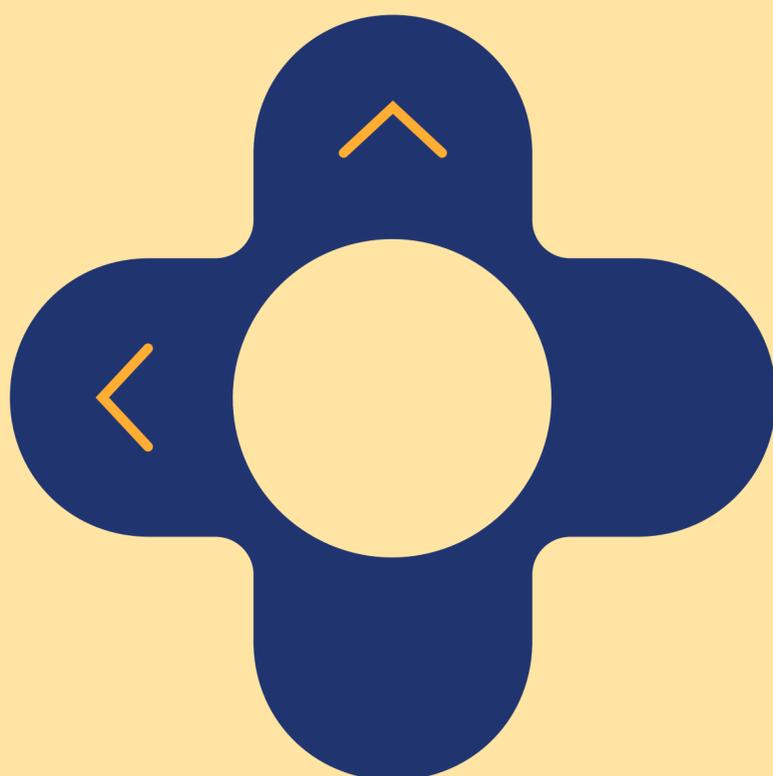
Vous allez en route pour votre destination suivante: annoncez votre départ. Imaginez-vous: comment? où? et à qui? et ... racontez!





**RETOUR  
À L'ÉTAPE**

**CARTES  
DE L'ÉTAPE  
PRÉCÉDENTE**



**CARTES  
DE L'ÉTAPE  
SUIVANTE**

**ÉTAPE  
SUIVANTE**



# Menu

Sélectionner une étape

# Colofon

Le Voyage d'Importance est une initiative de L'Esprit du Chemin :

... un gîte pour et par les pèlerins,  
... qui offre l'hospitalité et le refuge  
... dans une tradition de simplicité, qualité et inspiration.

Le gîte, établi en 2003, s'appuie 100% sur le travail bénévole, se situe à 25 km de Vézelay, dans le hameau du Chemin (!).

[www.espritduchemin.org](http://www.espritduchemin.org)

Sur notre site, vous pouvez commander une version imprimée des cartes d'inspiration.

Les cartes, en format de poche, sont plastifiées. Le jeu de 24 cartes, entouré d'un papier qui donne des explications et des idées, est emballé dans un sachet plastique. Poids : 74 grammes, prix : 5 euros (frais de poste exclus).

Design graphique :

Michaël Noorloos

[www.michaelnoorloos.nl](http://www.michaelnoorloos.nl)

Édition 2020



# Voyage d'Importance

Un pèlerinage en sept étapes

