

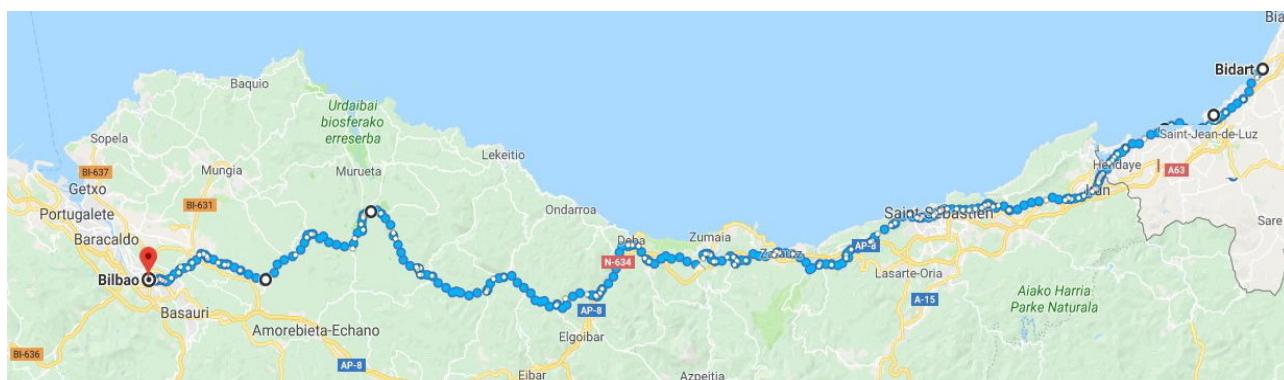
Saint-Jacques de Compostelle « Camino del Norte »

La joie du chemin

plage de Bidart (près de Biarritz) => Bilbao

du 08/07 au 15/07/2018

180km, une semaine de marche ou 1h30 en voiture...



Début juillet 2018, au tout début des vacances scolaires, avec mon frère et mon fils de 10 ans nous avons effectué **une semaine de marche, soit 180km**, entre la plage de Bidart (située entre Biarritz et Saint-Jean-de-Luz) et Bilbao (Espagne) en suivant le « Camino del Norte » c'est-à-dire l'un des chemins de Compostelle qui suit le littoral au nord de l'Espagne.

Au retour de ce modeste périple j'étais fier surtout pour mon fils, Bruno, car c'était la première fois qu'il marchait autant.

J'ai souhaité partager par écrit cette semaine de marche car **on m'a posé souvent les mêmes questions avant le départ et à notre retour. Ces questions tournaient principalement autour des hébergements mais aussi sur les motivations qui poussent à aller sur les chemins de Saint-Jacques.** Pour beaucoup de gens Compostelle est une destination à but religieux, pourtant comme nous le verrons, les raisons qui poussent au « chemin » sont multiples.

J'ai composé ce récit de voyage de façon pratique, par rubrique, plutôt que de détailler étape par étape ce que l'on peut voir sur le parcours.

Ce modeste récit se propose également pour objectif de vous donner envie de partir sur les chemins de Saint-Jacques et prendre votre bâton de... pèlerin...

Pourquoi avoir choisi l'un des chemins de Compostelle ?

Nous avons choisi Compostelle car nous nous sommes dit que le balisage serait à la hauteur de la renommée du chemin et avec des possibilités d'hébergement et ravitaillement tout au long du chemin. C'est ce que nous avons pu vérifier en nous informant sur internet et en feuilletant des ouvrages¹. C'est donc d'abord des raisons pratiques, et non religieuses ou spirituelles qui nous ont fait choisir la destination. Et puis, ne nous le cachons pas, un peu de curiosité aussi, le chemin de Compostelle est très couru, abondamment documenté et n'a pas besoin de publicité : c'est une

¹ Principalement l'ouvrage très pratique « Camino-del-Norte » au édition Rother, qui détaille toutes les étapes

destination qui donne envie pour qui aime marcher.

Le choix du « Camino del Norte »

Nous avons choisi de suivre un itinéraire « bis » de Compostelle en Espagne, en suivant le littéral, c'est-à-dire la côte nord de l'Espagne. Le chemin classique, en Espagne, étant le chemin des français « Camino francés ».

Pourquoi avoir choisi le Camino del Norte ?

Vu la période où nous comptions marcher, au début des vacances scolaires, nous nous doutions qu'il y aurait beaucoup de monde. Compostelle étant une destination hyper courue, nous avons préféré prendre un « itinéraire bis » et n'avons absolument pas regretté notre choix. Sur le parcours nous menant à Bilbao (notre destination finale) nous avons croisé plusieurs « pèlerins » ayant quitté le chemin des français « Camino francés » car ils avaient des difficultés pour se loger en raison du nombre de marcheurs.

Le fait d'avoir une cousine qui habite Saint-Jean-de-Luz nous a aussi décidé à rejoindre le Camino-del-Norte. Pour toutes ces raisons nous avons choisi ce chemin plutôt qu'un autre !

Matériel

Le Camino-del-Norte offre l'avantage d'offrir des hébergements à chaque étape et des possibilités pour se ravitailler chaque jour. Donc pas besoin de tente, ni de réchaud, ni de plat lyophilisé. Par sécurité nous avons amené des repas d'avance sous forme de plat lyophilisé mais nous n'en aurions pas eu besoin.

Le matériel se résume donc au matériel classique pour une randonnée de plusieurs jours en prévoyant quand même en plus de la pommade pour les pieds, de la crème solaire (surtout pour les plages!) et un maillot de bain !!

Nous avons emmené des bâtons, mais ceux-ci ce sont avérés moins indispensables que nous l'avions imaginé car de nombreux chemins sont goudronnés et finalement les dénivelés pas si importants. Néanmoins dans certaines montées et descentes en forêt nous étions bien contents d'avoir nos bâtons et si c'était à refaire, nous les emmenerions à nouveau,.

Nous avons des chaussures de randonnée classiques, même si nous avons constaté que certains pèlerins ne supportaient plus leurs chaussures au bout de quelques jours/semaines. Nous avons vu aussi des pèlerins marcher en baskets toutes simples, en sandales, voire même pieds nus (dans ce cas prévoir du temps !).

Les hébergements, sauf exception, ne fournissent pas de draps, il faut donc prévoir un sac de couchage.

Le soir, dans les hébergements, nous étions bien contents de troquer nos chaussures de randonnée contre des sandales.

Au final, nos sacs n'étaient pas très lourds, environ 10kg pour les adultes et 3kg pour Bruno. La modération du poids du sac a joué très fortement dans la sensation de confort du chemin et aussi le plaisir que l'on a pris à le parcourir.

Les pèlerins les plus âgés ou qui avaient des problèmes de dos ne portaient pas toujours leur sac, on en a vu utiliser une poussette pour mettre leurs affaires. On nous a aussi raconté que des pèlerins se faisaient « transporter » leurs affaires d'une étape à l'autre.

Etapas

Les étapes que nous avons suivies correspondent, à trois détails près, au parcours proposé dans l'ouvrage « Camino del Norte », édition Rother² :

Etapas	Etapas	km	Temps indicatif (hors pause méridienne) ³
1	Bidart-Irun (via Saint-Jean-de-Luz puis Hendaye)	30	8h07
2	Irun > San-Sébastien	29	environ 7h
3	San-Sébastien > Zarautz	20	5h55
4	Zarautz > Deba	22	6h43
5	(jour étape à Deba) (repos)	0	
6	Deba > Markina-Xemein	25	6h27
7	Markina-Xemein > Gernika	25	6h03
8	Gernika > Bilbao	31	7h21
	TOTAL	182	environ 47h00

La première modification a été de partir de Bidart pour rejoindre Irun. En effet le Camino-del-Norte commence normalement à Irun, nous avons donc débuté le chemin plus en amont.

La deuxième variante que nous avons effectué, c'est de dormir une nuit de plus à Deba afin que mon fils ait le temps de se reposer et de profiter de la plage.

Le troisième changement que nous avons effectué par rapport au parcours proposé a consisté à couper l'étape Deba – Zenarruza, car elle représentait 31km de marche pour une durée estimée à 9h30. Nous nous sommes donc arrêtés à Markina-Xemein (étape 6) puisqu'il y avait un hébergement dans cette ville. Ce choix ne nous a pas fait perdre de temps puisqu' ensuite nous nous sommes rendus à Gernika comme cela était proposé dans l'ouvrage. La plupart des pèlerins que nous avons rencontrés avaient également fait le choix de faire étape à Markina-Xemein.

Météo

La météo dépend bien sûr de la période où vous faites le chemin, néanmoins il faut préciser qu'au Pays Basque la météo est assez changeante et qu'il pleut plus souvent qu'on ne pourrait l'imaginer. Pour donner une idée, alors que nous randonnions début juillet nous n'avons jamais eu des températures supérieures à 26-28° avec des débuts de matinée à 15-16°, idéal donc pour marcher de bon matin. En Alsace à la même période il a fait jusqu'à 36° la journée !

Nous n'avons quasiment pas eu de pluie (une demi-journée), ce qui était un coup de chance car c'était notre crainte sur le chemin. Evidemment il est indispensable d'emporter un k-way avec soi quelle que soit la saison.

Le chemin est globalement assez exposé au soleil, il faut donc prévoir une casquette ou un chapeau. L'étape la plus éprouvante au niveau météo a été la première étape car elle était très exposée (pas d'ombre) et il a fait particulièrement chaud ce jour là.

² Camino del Norte, Le long de la côte d'Irun à Saint-Jacques-de-Compostelle, 34 étapes, édition Rother

³ Durée extraire via une montre-GPS, voir l'annexe pour les liens strava

Partir avec un enfant

Sur le parcours nous avons croisé assez peu d'enfants. Les plus jeunes enfants que nous avons rencontrés avaient autour de 8 ans mais ne faisaient pas le chemin jusqu'à Compostelle, leurs parents faisaient seulement quelques étapes.

Mon fils de 10 ans avait déjà une grande expérience de la marche avec de multiples randonnées d'une ou deux nuitées. Mais c'était la première fois sur une semaine, ce qui constituait pour lui un grand challenge et aussi un peu de stress. Allait-il y arriver?

La plus dure étape pour lui a été la première, Bidart-Irun, car il y avait peu d'ombre et c'était une étape très longue, surtout pour un début. Merci à ma cousine, Céline, de nous avoir accompagné pour cette première étape, elle nous a fait gagner du temps, sans elle l'étape aurait été encore plus difficile !

Le Camino del Norte en soi n'est pas d'une grande difficulté et ne nécessite pas d'être très sportif, mais il faut aimer marcher et être endurant. On ne peut pas forcer un enfant qui n'aime pas marcher.

Bruno n'a pas bronché une seule fois, même s'il faut le reconnaître, il était content d'arriver à la fin de chaque étape. Sa récompense au quotidien, quand il n'était pas trop fatigué, c'était d'aller se baigner à la mer (beaucoup de villes-étapes suivent le littoral!) et parfois même de lui offrir une glace ou un sirop...

L'étape supplémentaire que nous avons fait à Deba arrivait au bon moment (nous y avons dormi 2 nuits), il était fatigué et le fait d'avoir pu faire une journée plus cool lui a fait beaucoup de bien (et à nous aussi, il faut l'avouer!).

A l'arrivée à Bilbao il était très fier, et nous aussi, d'y être arrivé et heureux aussi d'avoir terminé, une semaine c'était donc le bon timing pour lui.

Balisage & chemin

Le balisage est tout simplement parfait. En dehors des grandes villes (San-Sébastien ou Irun par exemple) il est difficile de se tromper. Les flèches sont lisibles et nombreuses, en général de couleur jaune et bleu, on voit la coquille Saint-Jacques très souvent. C'est elle qui nous accompagne quoiqu'il arrive tout au long du chemin. Le type de fléchage est varié, on trouve aussi bien des panneaux que des indications au sol (très pratique), sur les murs des maisons, ou de « petit totem ».

Le chemin étant en général assez large (rien à voir avec les pistes de randonnée qu'on connaît dans les Vosges par exemple) et environ 1/3 du parcours goudronné nous n'avons pas eu très souvent besoin de nos bâtons que nous avons emmenés par habitude. Environ 1/3 des marcheurs avaient des bâtons.

Difficulté

Sur le tronçon que nous avons parcouru, le chemin ne présente pas de difficulté. Au fur-et-à-mesure du chemin j'ai pris conscience que **Compostelle c'est de la marche et pas de la randonnée**. Habitué à la randonnée (nous habitons entre les Vosges et la Forêt Noire) nous avons pris nos bâtons, qui nous ont été vraiment nécessaires que moins d'un tiers du chemin. Il y a des montées – et des descentes – certes, mais la plupart du temps le chemin est large, au relief modéré et assez souvent pavé ou goudronné.

La vraie difficulté c'est l'endurance, avoir un rythme en se levant tous les jours pas trop tard (nous nous levons entre 6h30 et 7h00) pour éviter d'avoir trop chaud durant la journée.

Nous n'avons pas souffert des pieds, sans doute car nous ne sommes partis qu'une semaine, par contre nous avons rencontré plusieurs pèlerins qui se plaignaient de douleurs aux pieds (ampoules)

et parfois aux genoux.

Pèlerin ou marcheur ?

Voilà une question épineuse car le mot pèlerin a une connotation religieuse.

Est-on un pèlerin parce qu'on fait Compostelle ? Non, par définition, si le but n'est pas essentiellement religieux et que l'on ne va pas au bout de son pèlerinage, que ce soit Compostelle, Rome ou Jérusalem.

Pourtant les marcheurs se définissent souvent eux-mêmes comme pèlerins, par commodité ou malice.

Parfois, en fonction de la difficulté du parcours, le marcheur est aussi un randonneur. Chacun sait lorsqu'il parcourt le chemin, qu'il marche sur un tracé vieux parfois de plusieurs siècles, qu'il suit un chemin que beaucoup d'autres ont parcouru avant lui, ce qui confère à notre effort une forme d'humilité.

La plupart des pèlerins que nous avons rencontrés **ne le faisaient pas pour un but religieux**. Parmi nos rencontres, environ la moitié avait prévu d'aller jusqu'à Santiago de Compostelle et donc prévoyait plus d'un mois de marche. Certains faisaient le trajet jusqu'à Santiago en 2 ou 3 ans, c'est-à-dire en faisant à chaque fois des étapes d'une ou deux semaines. Certains étaient déjà allés jusqu'à Santiago mais en suivant un autre chemin (le Chemin des Français par exemple) où d'un autre point de départ.

Même si la plupart des pèlerins ne le font pas dans un but religieux, ils ont une motivation: aller au bout de leurs étapes d'abord, mais aussi avoir un autre rapport au temps, un autre rythme. Si le but n'est pas religieux il est au moins sportif. Eprouver le chemin à l'aide de notre corps ce n'est pas seulement découvrir des choses, que ce soit des églises, des monuments, des villes, des paysages, ou rencontrer d'autres pèlerins, des habitants. L'expérience physique, petit à petit fait grandir l'homme, ces choses simples nous font réfléchir sur notre quotidien. En marchant nous prenons le temps.

Ce qui réunit les pèlerins c'est d'abord le plaisir de la marche, des étapes et des rencontres.

Le côté religieux est peu présent tout au long du parcours, nous n'avons vu aucun pèlerin exhibant des symboles religieux ou ayant un discours ou un comportement ascétique.

Finalement, c'est le chemin en lui-même, sa connotation « pèlerinage » qui font que certains pensent que Compostelle est essentiellement à but religieux, ce qui n'est absolument pas le cas.

On nous dira également que le « Camino del Norte » est davantage pour le loisir de marcher alors que le « Camino Francés » est davantage « à but religieux ».

Hébergements

Les hébergements sont un aspect très positif du « Camino del Norte ». Qu'il est agréable de pouvoir prendre une douche chaude le soir et dormir dans un vrai lit ! Dans certains hébergements il y a même une cuisine, mais le soir en général, nous avons mangé dans les villes ou villages traversés. Par contre la cuisine permet de prendre son café le matin, ce qui est très pratique.

Il y a deux types d'hébergements :

- 1) auberge publique ou municipale

Les auberges publiques sont souvent gratuites mais il est expressément recommandé d'y laisser un don (donativo). Le don recommandé est de 10 euros par personne.

- 2) auberge privée, type auberge de jeunesse

Les auberges de jeunesse sont une alternative au cas où il n'y a plus de place dans les auberges publiques ou que celles-ci ne sont pas encore ouvertes (certaines n'ouvrent qu'en juillet ou août car elles sont le reste du temps occupées par des écoles).

Il faut compter environ 20 euros par personne dans les auberges de jeunesse.

Credential

Pour pouvoir bénéficier des logements réservés aux pèlerins dans les « auberges publiques » (albergues) il faut impérativement posséder un credential⁴, c'est à dire un passeport qui prouve que l'on suit bien le chemin de Saint-Jacques et que l'on est pas juste un touriste de passage qui veut dormir à peu de frais. A chaque étape ce document est tamponné et sert de preuve.

Nous n'avons pas commandé à l'avance de credential car, après renseignement, il était remis gratuitement à Irun, lors de la 1ère étape du Camino-del-Norte.

Le credential ne donne droit à aucune garantie de place dans les hébergements, dans les auberges publiques, le principe est « premier arrivé, premier servi ». Les auberges publiques comportent en général une trentaine de lits, ce qui n'est pas énorme. Pour être sûrs d'avoir de la place certains pèlerins partaient très tôt le matin (6h et parfois même plus tôt!) pour arriver avant 16h. En général avant 16h on trouve de la place, sachant que de toute façon les auberges n'ouvrent pas avant 15h (une queue se forme si on arrive plus tôt).

Pour notre part nous nous levions en général vers 7h, parfois 6h30 et arrivions vers 14h30 – 15h. Nous n'avons jamais eu de soucis de place lorsque nous avons choisi des hébergements publics.

Le temps de marche de chaque étape dépend de la distance et de la difficulté du chemin (dénivelé) mais en général il fallait compter 6-7h de marche par étape (hors pause du midi)

Dans certains hébergements nous étions 4 par chambre (lits superposés) alors que dans d'autres c'était de grands dortoirs pour 10 à 30 personnes.

Certains hébergements publics sont très originaux, nous avons dormi par exemple dans une école à Zarautz et dans un ancien couvent avec beaucoup de « cachet » à Markina-Xemein.

L'accueil, par des bénévoles, est très sympathique dans les hébergements publics, même si souvent l'anglais est minimaliste. Quand on parle Espagnol c'est plus pratique !

Les hébergements étaient à chaque fois très bien situés, proches des commodités et même souvent de la plage. Un vrai plus de pouvoir se baigner après une journée de marche.

A noter que l'hébergement de Markina-Xemein proposait aussi le petit déjeuner par donation (don recommandé 5 euros par personne). Nous avons essayé cette formule très pratique, le petit déjeuner était complet et l'ambiance très conviviale.

Le budget hébergement était plus que raisonnable ce qui est une bonne nouvelle pour les pèlerins.

Nourriture & ravitaillement

A nouveau, comme pour les hébergements, aucun souci à signaler. Il a été facile de trouver de quoi se sustenter tant le midi que le soir.

Comme nous ne pouvions pas faire de réserves (hormis un saucisson et des barres de céréales...) en raison du poids de nos sacs à dos & de la fraîcheur des aliments à conserver, nous achetions au fur-et-à-mesure nos provisions.

Chaque jour nous regardions sur la carte si nous traversions des villages. En général pour chaque étape il y avait un village où nous pouvions faire nos courses pour le midi. Quand nous n'étions pas

⁴ <http://www.chemin-compostelle.info/credencial/credencial-pour-compostelle.php>

sûrs nous achetions le matin même de quoi se nourrir pour la pause méridienne.

Quelle joie et quel souvenir de trouver des produits frais dans les nombreux primeurs que possède chaque village. Les produits y sont frais et de bonne qualité, rien à voir avec l'est de la France !

Nous étions friands de melon, pastèque et concombre ! Nous achetions aussi régulièrement des pêches, des cerises et de quoi faire des sandwiches au saucissons, chorizo & jambons basque. Un régal pour les yeux et les papilles.

Une fois, dans l'un des primeurs, à Orio, nous avons même eu droit à une musique latino entraînante, c'était un peu comme un rêve ou un cliché latino où l'on aurait envie de danser en faisant ses emplettes : une ambiance unique avec des commerçants aimables et souriants ! Quand on a bien marché et qu'on a faim on apprécie encore plus de faire ses courses !

Le soir nous avons quasiment à chaque fois mangé dans des bars à tapas (pintxos en Basques) et parfois aussi au restaurant. En général un repas complet à base de tapas revient à 8-10 euros par personne le soir, 10-12 euros au restaurant (boisson incluse). Les tarifs sont inférieurs à la France et on a le plaisir de goûter à d'autres produits. Le format des tapas permet aussi de goûter à beaucoup de choses.

Nous ne nous sommes absolument pas plaints, bien au contraire, de l'aspect nourriture lors du Camino.

D'une façon générale nous avons trouvé les villes et villages traversés très dynamiques avec de nombreux commerces, en tout cas bien davantage que dans certains villages français. Il semblerait que les pèlerins contribuent aussi au succès du commerce local.

Budget

Le chemin est tout à fait accessible en termes de budget. Vu qu'il s'agit d'un document pratique je vais vous proposer un tableau avec des montants indicatifs pour les dépenses journalières par personne.

Poste de dépense	Montant
Hébergement (auberge publique ou privé)	10 – 20 €
Petit déjeuner	2 – 3 €
Repas du Midi (sandwich)	3 – 4 €
Bière ou verre de vin en terrasse	2 – 3 €
Repas du soir (bar à tapas ou restaurant)	8 – 10 €
Budget journalier moyen	25 – 40 €

Pour une trentaine d'euros par jour et par personne on peut marcher dans de très bonne condition. Ramené à une semaine de marche, cela représente un budget tout à fait raisonnable d'environ 210 euros. Il faut préciser aussi que les coûts en Espagne sont inférieurs à la France, on le remarque ici pour les boissons et les repas. Souvent dans les restaurants les boissons sont incluses dans le prix du menu.

Evidemment si l'on souhaite plus de confort et dormir quelque fois à l'hôtel (comme nous l'avons fait à Deba via un logement airbnb) l'ardoise augmente vite. Ces montants donnent toutefois un ordre de grandeur. Pendant le Camino-del-Norte ce sont nos jambes qui assurent le moyen de transport, ce qui fait des économies, quoiqu'il faille bien nourrir la bête ! Je n'ai pas mis de budget culture/visite car le chemin offre peu le loisir de faire des visites, en fin de journée on se repose et on se couche tôt pour le réveil du lendemain. En général les visites sur le chemin se limite aux

églises et cloître qui sont gratuits (don à la discrétion de chacun).

Ville, Culture

Encore une excellente nouvelle ! Les villes & villages traversés sont extrêmement variés et beaux !

Compostelle oblige, on croise bien sûr de nombreuses églises et chapelles, que l'on peut, ou non, prendre le temps de visiter sur le chemin. Dans certaines églises se trouvent également des cloîtres de toute beauté.

L'architecture des églises est différente de ce que nous connaissons en Alsace, au Pays Basque espagnol elles sont souvent fortifiées, c'est-à-dire assez austères avec peu d'ouvertures. D'autres fois les églises possèdent de beaux campaniles ou clochers.

Les centres villes sont très typiques, avec de belles maisons et des centres piétonniers animés avec de nombreux commerces et terrasses.

Même Gernika qui a été bombardé en 1937 lors de la guerre d'Espagne a été superbement reconstruit et possède un riche patrimoine en plus de sa riche histoire.

San-Sebastien et Bilbao m'ont particulièrement impressionné pour leur vieille ville très animée. San-Sebastien est une très belle ville avec trois grandes plages en plein centre ville, c'est une ville assez grande, touristique, mais très agréable. Les autres villes traversées sont plus modestes mais très typiques avec une âme et architecture Basque.

Rencontre & ambiance

C'est vraiment l'aspect qui m'a le plus surpris et enthousiasmé sur le chemin. **L'ambiance y est excellente**, c'est l'aspect que j'ai préféré.

Les rencontres sont vraiment un côté très agréable du chemin de Compostelle. L'état d'esprit est positif et la plupart des gens ont envie de discuter, passer du temps ensemble.

Evidemment chacun ne va pas au même rythme et la plupart du temps on se croise ou on ne partage que quelques mots ou quelques minutes ensemble. Par contre le soir, à l'hébergement ou lors des pauses, on rencontre à nouveau les mêmes personnes. Au fil des jours des liens se créent et on ne se dit plus seulement « Buen Camino ».

Ainsi nous avons eu la chance de partager quelques étapes avec Marion qui vient d'Arras. En plus d'être super sympa, grâce à son bon niveau d'Espagnol, Marion fût une excellente interprète et a amélioré notre quotidien grâce à sa connaissance des produits dans les primeurs ! Nous avons aussi rencontré deux frères italiens que nous avons accompagnés par intermittence sur deux jours, nous en reparlerons plus bas. Nous avons fait aussi de multiples rencontres le long du chemin, le doyen du parcours était François, un Marseillais de 74 ans, qui a fêté son anniversaire sur le chemin !

Les personnes qui partaient seules (environ la moitié), si elles le souhaitaient, ne restaient jamais longtemps seules.

A ma grande surprise, l'ambiance sur le chemin était plutôt bon enfant, voire festive, je n'ai absolument pas ressenti de côté religieux ou austère (nous n'avons croisé aucun ermite pénitent!) lors de la marche, au contraire. L'immense majorité des gens veulent discuter, rencontrer. La langue n'est pas vraiment un problème si l'on parle un peu anglais.

Nous avons rencontré des pèlerins de toutes les nationalités : Coréen, Américain, Allemand, Espagnol, Italien et des Français de toutes les régions de France !

Le soir, il n'était pas rare que des groupes de pèlerins prennent un apéro en terrasse dans l'un des cafés de la ville-étape. L'ambiance était très décontractée et certains pèlerins rentraient même - on ne sait pas trop comment - après le couvre-feu (souvent 22h dans les auberges municipales).

Le meilleur souvenir que nous garderons au niveau de l'ambiance avec les autres pèlerins, c'est un immense repas « pasta carbonara » organisé par les deux frères italiens que nous avons rencontré. Sous leur direction nous avons fait les courses pour environ 25 personnes ce qui représentait un bon caddie avec les ingrédients et les boissons ! Les courses n'ont pas été faciles car ni nous, ni les italiens ne parlions espagnol, hors, ils étaient exigeants sur la qualité et le choix des produits ! Je crois que je me souviendrai toute ma vie de la vision d'une commerçante espagnole essayant de comprendre un italien lui parlant dans sa langue, et inversement!! La cuisine pour ce petit groupe valait également le détour. L'auberge de jeunesse de Gernika où nous nous trouvions était très bien équipée. Les deux frères avaient une petite dizaine de personnes pour les aider à organiser cette magnifique soirée pleine de fraternité. Tout le monde a applaudi les deux italiens et a apprécié ce repas simple et généreux que nous avons partagé ensemble. Tout le monde a pu se resservir pour le même prix. Bravo!

La joie du chemin

De même que l'on se souhaite « Buen camino⁵ » quand on se croise, les pèlerins nomment affectueusement le chemin de Compostelle tout simplement « le chemin ».

L'important ce n'est pas le but, ce n'est pas la destination que l'on s'est fixée, que ce soit Compostelle ou Bilbao n'a aucune importance. **Ce qui compte c'est de vivre le chemin, d'être présent, et ressentir dans les moments de silence notre corps qui nous parle.** C'est dans ces moments que notre corps et notre esprit se rencontrent et que l'on comprend pourquoi jour après jour on marche, sur le chemin, mais aussi dans notre vie.

Le chemin est une expérience forte, que chacun ressent différemment selon sa sensibilité. Ce n'est pas un hasard si ces hommes et ces femmes se rencontrent sur le chemin. Le chemin demande un minimum de préparation mentale avant de se lancer et de se dire on y va, on va faire Compostelle, en général on n'y va pas pour une journée. Sur le chemin on rencontre toutes les nationalités, toutes les professions, tous les âges, mais aussi tous les tempéraments, c'est le monde en miniature. Il y a autant de raisons qui poussent à suivre le chemin que de marcheurs.

Le fait de marcher nous met tous sur un pied d'égalité, pas de machine, « d'accélérateur » pour doubler incognito. Evidemment les plus sportifs ou les plus jeunes ont un pas d'avance, mais c'est là où l'on voit que la vitesse ne fait pas tout car parfois on aura envie de ralentir, d'aider, de motiver, de discuter, de faire une pause avec cet autre qui était un inconnu.

Le soir tout le monde est logé à la même enseigne, dans des lieux modestes, humbles, qui nous accueillent avec beaucoup d'affection. Merci aux bénévoles ! Il faut donner dans ces auberges municipales qui sont des havres authentiques dans un monde hautement consumériste où les lieux sans âme fleurissent (centre commerciaux climatisés, zones commerciales aux entrées de villes, chaînes de magasins, fast-food, etc.). Le premier soir dans notre hébergement municipal à Irun j'ai ressenti une vive émotion en me disant qu'on nous avait accueilli chaleureusement alors que l'on ne nous connaissait pas. Nous avons simplement montré notre carte d'identité, rempli un petit formulaire et on nous a remis gratuitement notre credential et des draps ! Nous avons dormi dans un lieu simple mais propre, on ne nous a rien demandé à payer, nous étions libres de donner, quand on le souhaite, dans une petite boîte à l'accueil.

La simplicité c'est la récompense des pauvres, l'abondance matérielle le malheur des riches et de leur âme. Savoir se contenter de choses simples, y prendre du plaisir, c'est découvrir la vraie valeur des choses. Dans le luxe de nos sociétés consuméristes il y a la désolation de l'âme parce qu'elle ne sera jamais satisfaite de l'abondance de biens.

⁵ Littéralement „Bon chemin“

Alors, si les chemins sont parfois saturés et qu'il y a trop de monde, tant mieux. On construira d'autres chemins, d'autres départs, d'autres arrivées, d'autres pèlerinages. Quand on marche depuis plusieurs jours on est frappé quand on traverse une autoroute, en-dessous (tunnel) ou au-dessus (pont). On ne « voit pas » les gens qui sont dans leur voiture parce qu'ils vont trop vite et qu'ils ont un autre rapport au temps. Ce sont deux mondes qui se croisent. Quand on quitte les chemins pastoraux pour aller sur le bitume des villes on a ce même sentiment de perte de repère, on quitte le côté rassurant du chemin « tracé » pour aller dans la jungle urbaine.

Comment expliquez cette joie que l'on ressent sur le chemin ?

Pour marcher chaque jour une vingtaine de kilomètres il faut un rythme de vie équilibré. Pour éviter les grosses chaleurs des après-midis il faut se lever assez tôt pour partir de bon matin. Les repas doivent être équilibrés, il faut boire beaucoup d'eau et manger des fruits et des légumes dont le corps à besoin. En Espagne ces produits sont excellents et on les trouve facilement partout.

L'environnement est sain, non pollué puisqu'on est proche de l'océan et l'immense majorité du temps on marche dans la nature, dans la campagne et en forêt.

Pour qui le souhaite, le chemin donne de multiples occasions de rencontres et de discussion, ce qui est bon pour notre esprit. Marcher est un effort physique naturel et sain : 7h de marche c'est une journée de travail.

Quand on marche à ce rythme, la moindre récompense pour le corps est décuplée car on y prend plus de plaisir. On apprécie d'autant plus de faire une pause pour manger un fruit, manger un sandwich avec des produits frais à midi, boire une bière le soir en terrasse après une bonne journée de marche (parce qu'il n'est pas interdit de se faire plaisir) et prendre son dîner au bar à tapas ou dans un restaurant de la ville. Le corps sait ce dont il a besoin, il sait aussi quand on a trop mangé, trop bu. Quand c'est mauvais pour lui, il nous le rappelle.

Ce qui procure de la joie c'est probablement le savant équilibre du corps et de l'esprit avec un rythme équilibré où chaque jour apporte son lot de nouveautés, de nouvelles rencontres, de nouvelles villes. Le fil conducteur étant le chemin, ce qui a un côté très rassurant car finalement on suit le chemin sans le quitter, on sait où on doit aller, comme un parent qui guiderait son enfant.

Ce rythme de vie simple et sain devrait nous faire réfléchir sur nos rythmes de vie dans des villes le plus souvent polluées (avec de l'air dégradé par rapport à la campagne), dans un environnement stressant lié à la performance qu'exige notre société.

Conclusion

Pour une « machine », 180km c'est **1h30 de voiture** par l'autoroute⁶ ou **12 minutes d'avion**⁷ en imaginant que celui ci survolerait la distance entre Bidart et Biarritz...

Une semaine c'est donc le temps « moyen » qu'il faut pour des humains pour parcourir 180km en marchant.

Cette vitesse, qu'elle soit humaine ou mécanique (voiture, avion...) est ridicule par rapport à internet où tout se déroule à la « vitesse de la lumière ».

Pourtant, quelle joie de marcher, d'éprouver le chemin, c'est-à-dire de le sentir avec notre corps.

⁶ 180km / 120 km/h = 1h30

⁷ 180km / 900km/h/ = 12 minutes d'avion

C'est d'après moi la meilleure vitesse, le meilleur rythme, le rythme de l'homme. C'est le rythme où l'on prend le temps de vivre, d'apprécier, d'échanger.

Cette expérience, d'une semaine de marche, très courte à l'échelle d'une vie ou d'une année, nous rappelle l'importance de prendre le temps et de « se déconnecter » du portable, de la voiture et plus généralement de la technologie, des machines.

J'ai été particulièrement frappé sur le chemin par la bonne ambiance et les « ondes positives ». Du fait qu'il n'est pas nécessaire (ni possible) de réserver les hébergements sur le « Camino del Norte » procure une relative facilité et souplesse dans l'organisation. De la même façon, le fait de ne pas avoir eu à se soucier de stock de provisions est un gros avantage : pas besoin de tente, de réchaud ou de plat lyophilisé ! Et sans oublier que le chemin suit le littoral avec des villes possédants de très belles plages où l'on peut facilement se baigner. Quel confort et quel luxe !

Vous l'avez compris, je recommande chaudement l'expérience du chemin. Par rapport à toutes les randonnées que j'ai pu faire, c'est l'une de mes plus fabuleuses expériences.

Si un enfant de 10 ans peut le faire, alors tous les adultes en bonne santé, où qui souhaitent découvrir la joie de marcher devraient essayer.

Cette petite semaine de marche m'a donné envie d'aller plus loin et de continuer mon chemin. Je sais qu'un jour je reprendrais le chemin de Saint-Jacques là où je l'ai laissé à Bilbao ou pourquoi pas à partir d'un autre itinéraire⁸, depuis Le Puy-en-Velay par exemple. Buen Camino⁹.

Fabien Romary

Annexes

Détail des étapes sur strava (Merci à mon frère Aurélien pour les tracés) :

n°	Etapes	km	Lien strava
1	Bidart-Irun (via Saint-Jean-de-Luz puis Hendaye)	30	https://www.strava.com/activities/1689555976
2	Irun > San-Sébastien	29	https://www.strava.com/activities/1713082006
3	San-Sébastien > Zarautz	20	https://www.strava.com/activities/1694732013
4	Zarautz > Deba	22	https://www.strava.com/activities/1695351532
5	(jour étape à Deba) (repos)	0	
6	Deba > Markina-Xemein	25	https://www.strava.com/activities/1699583161
7	Markina-Xemein > Gernika	25	https://www.strava.com/activities/1701624188
8	Gernika > Bilbao	31	https://www.strava.com/activities/1704503354

Table des matières

Pourquoi avoir choisi l'un des chemins de Compostelle ?.....	1
Le choix du « Camino del Norte ».....	2
Matériel.....	2
Etapes.....	3
Météo.....	3

⁸ <http://www.chemins-compostelle.com/itineraires>

⁹ Bon chemin!

Partir avec un enfant.....	4
Balisage & chemin.....	4
Difficulté.....	4
Pèlerin ou marcheur ?.....	5
Hébergements.....	5
Nourriture & ravitaillement.....	6
Budget.....	7
Ville, Culture.....	8
Rencontre & ambiance.....	8
La joie du chemin.....	9
Conclusion.....	10
Annexes.....	11