

**Zeitschrift:** Générations : aînés  
**Herausgeber:** Société coopérative générations  
**Band:** 38 (2008)  
**Heft:** 12

**Artikel:** Compostelle : les seniors prennent la route  
**Autor:** Pidoux, Bernadette  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-827098>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 30.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Compostelle

## Les seniors prennent la route

Ils sont légion à emprunter pour quelques jours ou quelques mois les chemins de Saint-Jacques. Des célébrités comme Patrick Poivre d'Arvor ou le Suisse Jean-François Duchosal, mais surtout des milliers d'anonymes dont beaucoup de seniors. Qu'ont-ils trouvé sur la route? Rencontre avec des pèlerins heureux.

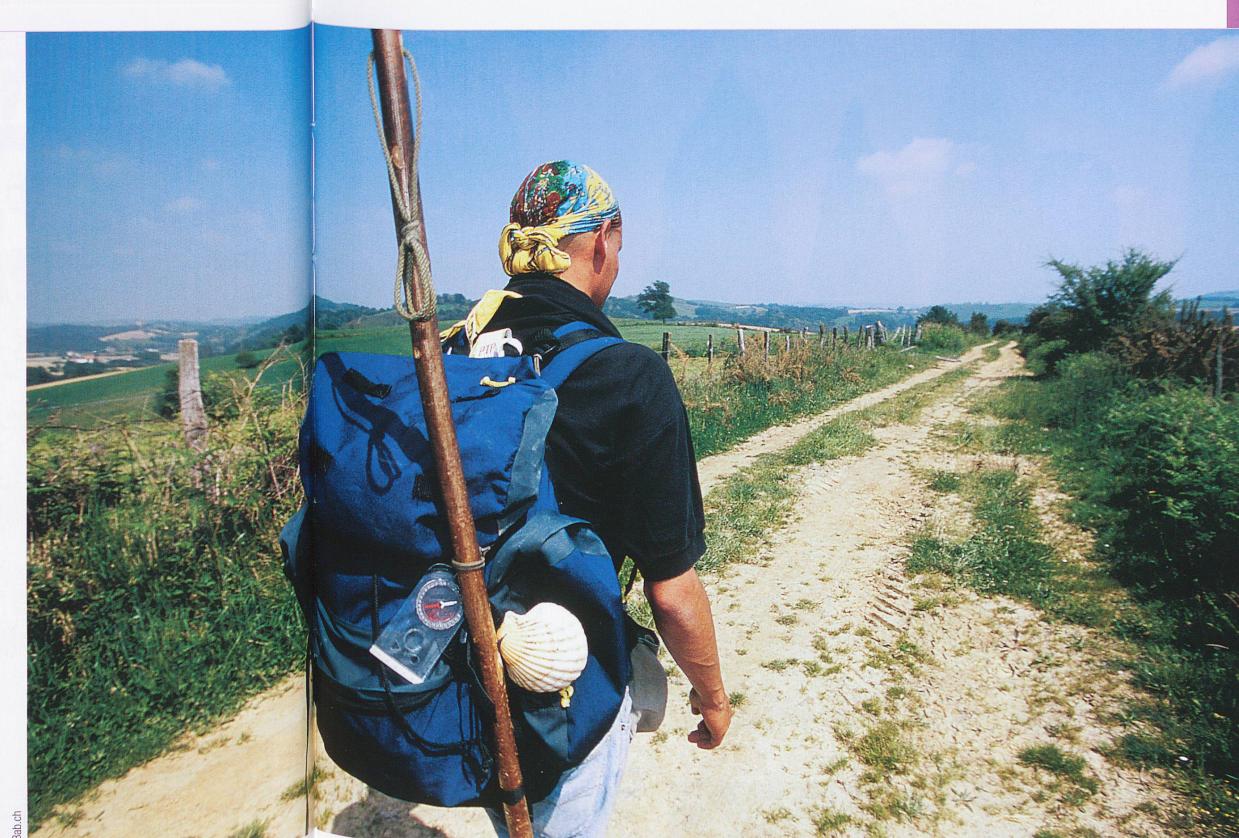
**S**aint-Jacques-de-Compostelle, en Galice, un beau samedi du mois d'octobre, en fin de matinée. Tout autour de l'imposante cathédrale baroque espagnole, des groupes de touristes suivent les visites guidées. Au milieu de cette agitation, un groupe de cyclistes crottés et en nage freine au bas des escaliers. Ils arrivent, exténués et hilares, la mine réjouie, au bout de leur chemin. Puis ce sont des pèlerins à pied, bâton à la main, coquille sur le sac et équipement réduit, qui s'embrassent, sautent de joie, s'appellent, se retrouvent, se reconnaissent dans une indescriptible confusion joyeuse.

La scène se répète à l'intérieur même de l'édifice religieux, où des curés armés de micros intiment l'ordre de garder le silence, en vain. Sous les anges gigantesques de la nef, où le buste de saint Jacques tout en or est embrassé par les fidèles, les pèlerins célébrent à leur manière la joie du but atteint et le terme d'une expérience dont ils se disent tous mar-

qués. Pour toujours. Un monsieur d'une septantaine d'années s'étonne lui-même: «J'y suis, je l'ai fait!» Il vient de l'Ain et a marché près de trois mois. Mais quand je lui demande de me parler de son voyage, il me dit: «Non, ce n'est rien ce que j'ai fait, parler donc avec cette femme, elle, est extraordinaire, elle souffre de sclérose en plaques et elle a fait la route avec moi!»

### Marcheurs en hausse

Une rue plus bas, dans le bureau officiel du pèlerinage, les voyageurs viennent chercher leur *compostela*, le parchemin qui atteste du chemin parcouru. Beaucoup de jeunes gens, juste avant les études, et beaucoup de jeunes retraités, de tous pays, font sagement la queue, leur livret, le *credencial*, à la main. A chaque étape, un sceau est apposé sur le carnet qui certifie que le marcheur a bien accompli cette portion de route. Cette reconnaissance qui permet d'obtenir la *compostela*, est une garantie contre les



C'est entre mars et mai ou en septembre que les pèlerins se mettent en chemin.

22% de plus à prendre la route. Selon les statistiques d'associations jacquaires, en 2007, un peu plus de 31 000 pèlerins ont été décomptés au passage de Saint-Jean-Pied-de-Port, dont 686 Suisses. Les pèlerins sont à 43,7% des femmes et la tranche d'âge la plus représentée est celle des 60 ans. Il faut bien reconnaître que la statistique est un art difficile dans ce domaine. Les marcheurs ne vont pas forcément jusqu'à Compostelle en une fois et n'ont aucune obligation à s'inscrire comme arrivant. A titre d'indication, en 2004, année jubilaire (l'année jubilaire est celle où le 25 juillet, jour anniversaire de Saint-Jacques tombe un dimanche), 180 000 *compostelas* ont été distribuées. Une chose est sûre: le nombre de pèlerins va croissant, de 30% au moins ces deux dernières années. Parmi les données surprenantes, notons que les Sud-Coréens sont la nationalité qui a connu la plus forte augmentation, passant de 2 en 2004 à 285 en 2007! C'est le témoignage de ceux qui reviennent qui semblent la meilleure incitation au voyage.

### Rite de passage

Tous les pèlerins vous le diront: après ce périple, on a forcément envie de partager un vécu aussi exceptionnel. C'est ce qui explique notamment le succès des associations jacquaires. L'Association suisse des Amis du chemin de Saint-Jacques regroupe 2300 membres dans toute la Suisse et vient de fêter ses vingt ans. Marie-Claire Nicolet, secrétaire de l'association, explique que les *stamms*, ou soirées mensuelles, connaissent une grande affluence. A Genève, le dernier lundi du mois, et à Lausanne, le premier jeudi du mois, les anciens pèlerins

### Conseils au futur pèlerin

**Équipement.** Se munir d'un ou deux bâtons de marche solides et pratiques, d'un chapeau contre la pluie et le soleil, de bonnes chaussures de marche déjà formées au pied du marcheur, d'habits chauds et légers adaptés à la saison. Les vêtements techniques en gore-tex séchent plus vite que le coton. Le sac à dos doit être le plus léger possible (au maximum 10% du poids du marcheur).

Les gens d'expérience l'ont tous dit: buvez beaucoup, cela vous évitera les crampes! Et arrêtez-vous quand la tendinité vous guette, forcer ne fait qu'aggraver les dégâts.

**Budget.** En Suisse, comptez de 50 à 70 francs par jour. En France, 30 à 40 euros et 25 à 35 euros en l'Espagne.

A Saint-Jacques-de-Compostelle, la cathédrale, baroque, est décorée d'or à l'intérieur.



Bab.ch

## La légende de saint Jacques

Au 9<sup>e</sup> siècle, on retrouve très opportunément le tombeau de saint Jacques, disciple de Jésus, en Galice, une région qui a échappé à l'occupant musulman. En effet, dès 711, les Maures ou Sarrazins ont entrepris d'envahir la péninsule Ibérique. Durant la reconquête espagnole, saint Jacques surnommé le Matamaure est le symbole de la lutte contre l'Infidèle. C'est au 12<sup>e</sup> siècle que *le Livre de Saint Jacques* raconte comment le corps du saint est, miraculeusement, amené par barque jusqu'à Compostelle – *Campus stellae*, le champ de l'étoile. C'est la Voie lacée qui aurait guidé les hommes chargés de la dépouille de l'apôtre jusqu'à ce lieu prédestiné. Un *Guide du Pèlerin* décrit les premiers itinéraires. Jean XXIII est le premier à se rendre en pèlerin à Compostelle. En 1989, Jean-Paul II réunit les Journées mondiales de la Jeunesse à Compostelle. Depuis cette date, le pèlerinage a connu un succès croissant.



et les candidats au voyage ont l'occasion de se rencontrer, de partager expériences et recommandations. On peut aussi y conseiller un gîte particulièrement sympathique. L'association organise également des marches communes qui permettent de découvrir par exemple des tronçons du chemin en Suisse. Qui sont donc ces candidats au voyage en quête d'aide et de conseils? «Ceux qui décident de partir sont souvent à un tournant de leur existence, fin d'études, divorce, décès, chômage, changement de vie important, comme un départ à la retraite», observe M<sup>me</sup> Nicolet. Elle-même s'est lancée sur le chemin par tranches de 15 jours depuis 1995, puis l'a fait en entier, au moment où son mari prenait sa retraite. «Nous l'avons vécu comme un rite de passage, dit-elle. Mon mari, astrophysicien, aurait pu continuer à travailler comme si de rien n'était, mais nous avions besoin de marquer le coup, pour entrer harmonieusement dans une autre époque de notre vie.» Marie-Claire raconte avoir beau-

coup apprécié la solidarité entre les générations sur la voie compostellane. «Plus de barrières sociales, d'âge ou de nationalités», remarque-t-elle. Le but est commun! A tel point qu'elle et son mari sont devenus pour quelque temps hospitaliers dans le grand gîte que gère l'association, à quelques kilomètres de la ville de Burgos, en Espagne. «Une manière de redonner ce que nous avions reçu!» dit-elle simplement. Le couple a également inscrit leur demeure de Commugny, dans le canton de Vaud, comme maison d'accueil. «Les voyageurs de passage y font étape pour une nuit et laissent dans la tirelire ce qu'ils veulent. Des soirées mémorables avec des gens de tous horizons, à chanter ou à bavarder, c'est comme ça que le chemin continue pour nous», résume-t-elle.

L'association fournit également aux voyageurs le fameux *credencial*, le livret exigé à chaque étape, et propose des livres et des cartes géographiques utiles à ceux qui préparent leur itinéraire.

## Monique, Jules et les autres

«Lorsqu'on se lève le matin et que l'on se met en route, on a son ombre, immense, devant soi. Au fur et à mesure que la journée avance, l'ombre se ratatine. Ce chemin, c'est une métaphore de la vie», analyse joliment Marie-Claire Nicolet. Monique Vidonne, de Vésenaz (GE), emploie elle aussi des images fortes pour parler de son voyage, réalisé de mars à mai 2007. La Genevoise, employée chez un boucher-traiteur, vient de prendre sa retraite, quand elle décide de tenter cette aventure: «Je me suis dit, ma petite vieille, c'est la dernière occasion! Je voulais me laver intérieurement, affirme-t-elle. Ce voyage est pour beaucoup une sorte de thérapie.»

Jules Perfetta, du Mont-Pèlerin (cela ne s'invente pas), dans le canton de Vaud, éducateur spécialisé auprès de jeunes délinquants, est en préretraite. Il avait lui aussi besoin de marquer une rupture après cette lourde période de travail. Originaire de la partie italo-phone des Grisons, il s'est toujours senti à l'aise en montagne et ne craignait pas la marche. Parti un 1<sup>er</sup> mars d'Autigny, dans le canton de Fribourg, il a devant lui 2000 kilomètres jusqu'au but. Et comme une appréhension au moment de prendre la route...

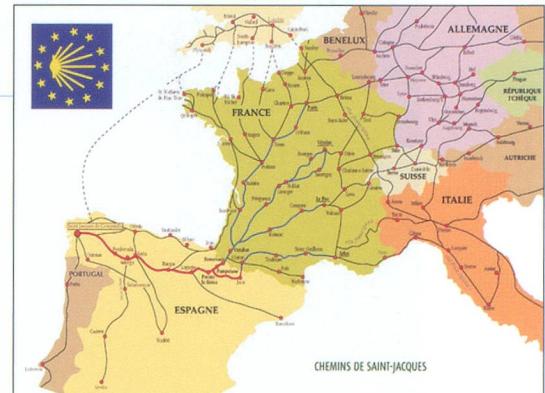
## Le doute

Au moment du départ, il y a le doute, tous le disent. «A l'instant où j'ai glissé la clé de chez moi dans la boîte aux lettres du voisin, j'ai eu un pincement au cœur, je me suis dit que j'étais folle de me lancer ainsi seule sur les routes», se souvient Monique la Genevoise. Gabrielle Nanchen, la politicienne valaisanne bien connue, a connu ce même sentiment: «Dès début mai, j'étais prête, écrit-elle dans son livre (*lire p. 25*). C'est alors qu'une peur insidieuse a commencé à m'envahir. Sourde d'abord et de plus en plus tenace, elle

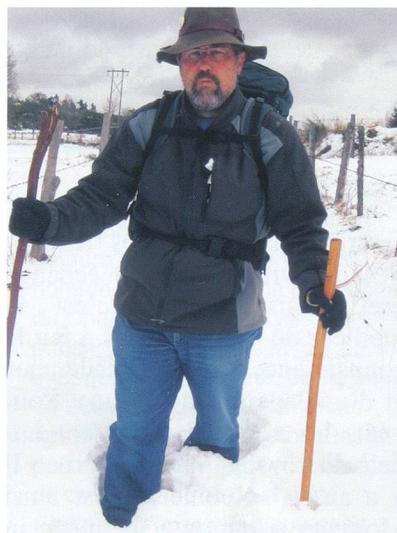
## Voies et distances

Les grandes voies historiques partent du Puy-en-Velay en Auvergne, de Vézelay en Bourgogne, de Tours dans la Loire et d'Arles dans le Midi. Ces lieux sont des points de ralliement pour les pèlerins de toute l'Europe. Ces quatre tracés sont attestés depuis le 12<sup>e</sup> siècle. Depuis 1987, ils sont classés «Premier itinéraire culturel mondial» et depuis 1998, certains tronçons appartiennent au Patrimoine mondial de l'Unesco. En Suisse, les chemins sont balisés de Rorschach ou de Constance jusqu'à Genève. Cet itinéraire se réalise en 17 jours de marche environ. De Genève, les pèlerins suisses ont le choix entre la région Rhône-Alpes pour gagner Arles ou le Lyonnais pour parvenir au Puy.

Du Puy-en-Velay à Saint-Jacques de Compostelle, il y a 1530 kilo-



mètres. Les voies du Puy-en-Velay, de Tours et de Vézelay se rejoignent peu avant la frontière espagnole, à Ostabat, dans le sud-ouest de la France. Elles franchissent les Pyrénées par Roncevaux et poursuivent jusqu'à Puente la Reina. La voie d'Arles traverse les Pyrénées au col du Somport et rejoint les autres à Puente la Reina. Depuis cette ville, la voie unique, très fréquentée, prend le nom de *Camino Frances* et mène jusqu'à Saint-Jacques.



Jules Perfetta a dû affronter la neige.



Monique Vidonne a aimé les chapelles toutes simples.

D.R.

m'a tenaillée pendant plusieurs nuits. Si je n'avais pas inscrit la date prévue pour mon départ et si je n'avais pas informé tout le monde autour de moi de ma longue absence, je ne serais peut-être jamais partie. Je me suis retrouvée sur le parvis de la basilique du Puy-en-Velay. Devant moi, à l'in-

fini, l'horizon immense à l'ouest, et tout au bout Compostelle. J'étais seule avec ma peur.»

*Ultréa!* C'est le cri de ralliement des pèlerins depuis toujours! Il signifie «plus loin» en latin tardif et c'est ainsi qu'on se salue sur le chemin. «Les premiers jours, on est porté par une sorte d'euphorie, ➤



Certains continuent jusqu'au bord de la mer, au cap Finisterre, pour y brûler leur bâton.

tout est léger», reprend Monique. Puis le corps se fait sentir et le sac aussi. Jules, Monique, Gabrielle, tous disent s'être chargés trop lourdement. «Je voulais rester coquette et j'avais pris des crèmes et trop de vêtements», se souvient Monique. Pour Jules, parti avec 13 kilos de bagage, même constat: «Le chemin apprend à se dépouiller, à devenir de plus en plus léger et simple. Et finalement, on a besoin de si peu de choses réellement.» Chacun fait alors le choix de donner ou de renvoyer chez soi le superflu. Et à chaque fois qu'il manque quelque chose, la solidarité entre marcheurs fonctionne. «Un couple de Hollandais rencontrés pour la première fois, apprenant que ma gourde est vide, n'hésitent pas à y verser la moitié du contenu de la sienne», se rappelle

Gabrielle Nanchen. Les rencontres, les vraies avec un échange bref, mais profond, c'est le meilleur du chemin. Jules a fait la connaissance de deux Brésiliennes et d'un Japonais de 80 ans. Souvent, les contacts perdurent au-delà du voyage grâce à internet. Il y a aussi les coïncidences: ainsi Monique a retrouvé un médecin allemand qu'elle n'avait pas revu depuis trente ans.

### Les épreuves

Tous ont connu la peur, quand on est seul, qu'on hésite sur la route à prendre. Pour Jules, c'est le plateau de l'Aubrac qui lui reste en mémoire, avec la neige et les trois heures de marche qui se transforment en six heures de galère. Trempé, il ne trouve pas le col indiqué sur sa

carte. Pour Gabrielle, c'est l'insolation qui la guette. «Il faisait 38°. Je me suis effondrée sous un arbre au bord de la route et j'ai attendu qu'une voiture charitable vienne me prendre, mais aucune voiture charitable n'a passé. La soif se faisait lancinante.» La Valaisanne arrive au gîte des heures plus tard, exténuée, mais «j'avais survécu», note-t-elle. Le chemin reste une épreuve physique importante, qu'il ne faut pas sous-estimer.

### Les motivations

Monique parle d'une thérapie, du besoin de se retrouver. Faire le point sur sa vie est une des motivations majeures du pèlerin. D'autres invoquent leur foi, comme Jules qui priaît en marchant le matin et profitait de s'entretenir avec les frères

ou les sœurs des couvents situés le long du trajet. Gabrielle Nanchen ne cesse de s'interroger sur le pourquoi de cette entreprise: «En rationalisant un peu, je disais à ceux qui voulaient bien s'intéresser à ma démarche qu'il s'agissait de faire le point sur ma vie alors que j'en abordais une nouvelle phase, ou encore que je voulais découvrir à pied les lieux que j'aimais, ou encore vivre une expérience sportive. Mais en réalité, j'attendais autre chose. Une chose que je n'étais pas en mesure d'expliquer.» Sous forme de boutade, elle écrit: «Si j'ai trouvé saint Jacques en arrivant à Compostelle? Bien sûr, puisque je l'avais emmené avec moi!» D'autres, comme la Neuchâteloise Carole Rossetti, atteinte de sclérose en plaque, marchait pour récolter des fonds destinés à la recherche

## Compostelle

### Un roman historique

«Il nous fallut encore une demi-journée pour arriver à Arles, et ce fut dans un état épouvantable. En premier lieu, ni Jonas ni moi n'étions habitués à marcher autant, et nos sandales de cuir nous avaient lacéré la chair jusqu'à l'os. Epuisés et mal en point, nous dûmes nous abriter, comme bien d'autres pèlerins, sous la nef de la vénérable basilique Saint-Honoré, d'où un sacristain nous jeta dehors à coups de pied avant le lever du jour afin de célébrer la première messe. Dieu sait si j'étais content que l'on nous expulse. J'en avais assez de la puanteur et de la saleté de notre logement et de nos compagnons d'infortune.»

Les lecteurs séduits par le *Nom de la Rose* d'Umberto Eco se plongeront avec délice dans *Jacobus*, le roman historique de Matilde Asensi. La journaliste espagnole nous emmène sur le chemin de Saint-Jacques au 14<sup>e</sup> siècle. Un moine-soldat est chargé par le pape de

retrouver le fabuleux trésor des Templiers qu'ils ont pris soin de cacher au fil des étapes du pèlerinage. Galceran de Born réussira-t-il à déjouer les énigmes inventées par les derniers templiers pour soustraire leur or à la cupidité du Pontife? Sur les pas de Galceran, du moine Jonas et de Sarah, la belle Juive, le lecteur découvre les merveilles architecturales que tout pèlerin d'alors pouvait voir. Bien documenté, ce roman palpitant s'attache à restituer l'ambiance des hospices qui accueillaient les pèlerins et les conditions particulièrement difficiles que rencontraient les marcheurs au Moyen Age. Car, il n'y avait pas d'équipement de sport dernier cri pour les pèlerins du 14<sup>e</sup> siècle et, en plus, arrivés à Compostelle, aucun avion pour rentrer chez soi, mais juste un chemin à refaire dans l'autre sens...

*Jacobus*, de Matilde Asensi, éditions Plon.

### Témoignage et essai à la fois

La Valaisanne Gabrielle Nanchen, ancienne conseillère nationale et auteure d'ouvrages sur l'égalité homme-femme, est une passionnée du Chemin. Le livre qu'elle vient de publier rend compte à la fois de son expérience de pèlerine, partie seule en 2001 du Puy-en-Velay, mais aussi des réflexions historiques et politiques qu'elle a glanées autour de ce phénomène de société. Choquée d'apprendre que saint Jacques est aussi appelé le *Matamauros*, le tueur de Maures, elle revient sur le rôle assigné au saint dans une Espagne qui veut se défaire des musulmans. C'est aussi saint Jacques qu'invoquent les Espagnols lors de la sanglante conquête de l'Amérique. L'apôtre ne cesse donc d'être utilisé pendant des siècles pour des causes guerrières.

Promu «Premier itinéraire culturel européen» en 1987, le chemin de Saint-Jacques doit être le symbole

de l'ouverture de l'Europe et de la pacification entre les différentes religions, estime Gabrielle Nanchen, qui affirme: «Chacun des pas que j'ai faits en direction de Compostelle m'a permis de mieux prendre conscience de mon identité: mon identité personnelle et mon identité d'Européenne. Je rêve de jeunes marcheurs venus de toute l'Europe multicolore qui, lorsqu'ils s'arrêteront pour se recueillir, le feront les uns en partageant le pain consacré, les autres inclinés vers le sol et tournés vers la Mecque, d'autres encore – non-croyants – méditant peut-être sur l'unité silencieuse de tout, selon l'expression d'André Comte-Sponville, à la rencontre du plus profond d'eux-mêmes.»

*Compostelle, de la Reconquista à la Réconciliation*, Gabrielle Nanchen, Editions Saint-Augustin.

# Point fort



médicale. Religion pour certains, spiritualité pour d'autres, chacun fait part de ce sentiment particulier: celui d'avoir été accompagné...

## La fin et la lumière

Monique a emmené jusqu'à Compostelle un sac contenant des petits cailloux! Ses amis lui ont remis chacun une petite pierre qu'elle leur a proposée de déposer pour eux sur place. Jules, passionné de cartophilie, a envoyé une carte postale à chaque étape à ses proches. Il les a recueillies au retour pour monter une exposition itinérante. Une manière de rester en lien avec son monde. «Partir seul est un choix décisif», ajoute Marie-Claire Nicolet. «Plus libre et plus attentif aux autres, on peut voyager à son rythme, cheminer quelques jours

avec quelqu'un, puis le quitter pour se retrouver avec soi-même et ça, tout le monde le comprend», précise-t-elle.

Beaucoup de pèlerins choisissent de poursuivre après Compostelle jusqu'au cap Finisterre distant de 90 kilomètres. Sur les derniers rochers qui plongent dans l'océan, des fumerolles indiquent que certains y ont brûlé leur bâton ou leurs vêtements. Jules affirme être redescendu sur terre à Finisterre justement. Il y a brûlé la vieille souche qui lui servait de bâton, taillé dans la propriété familiale et qui s'était fendu en deux au fil des kilomètres. «Je suis reparti avec un bâton neuf, comme une nouvelle naissance», explique-t-il. Loin de la cohue de Saint-Jacques, les pèlerins se retrouvent en pleine nature au bord de la mer. Là il faut accepter le vide, l'après, le retour

à la normale. Déprimant pour beaucoup. A moins de se forger de nouveaux projets. «Cette expérience m'a donné des forces pour tout envisager dans ma vie, y compris ma mort, affirme Monique. Et tenez, rien que de vous en avoir parlé, je me sens à nouveau joyeuse et pleine d'énergie!» ■

*(Proposition de voyage en page 57.)*

## Adresses utiles

Les Amis du Chemin de Saint-Jacques, secrétariat central: Mme Marie-Claire Nicolet, route de Founex 4, 1291 Commugny, tél. 022 776 12 08; site internet: [www.chemin-de-stjacques.ch](http://www.chemin-de-stjacques.ch) Marches, soirées et journal destinés aux membres; cotisation annuel: 30 francs (AVS). Voir aussi [www.jakobsweg.ch](http://www.jakobsweg.ch)

PUBLICITÉ

**VITALITÉ POUR LE CORPS ET L'ESPRIT DÈS 50 ANS.**

Disponible en pharmacies et drogueries.  
Veuillez lire la notice d'emballage.

**Pharmaton® Vital Geriavit**

Boehringer Ingelheim (Schweiz) GmbH

Producteur: Pharmaton SA, L'Urgencier | Boehringer Ingelheim (Schweiz) GmbH