



**NOVEMBRE 2016**

**N°46**

**LE PÉLINFO**

**ASSOCIATION « MARCHEURS ET PÈLERINS »**  
**12 route de Saint Pierre 81200 AIGUEFONDE**

**Président: Yves COUZINIÉ ☎ 05 63 61 85 76 ☎ 06 11 80 54 63**

**Secrétaire: Brigitte RIVALS ☎ 05 63 61 64 85**

**INFO EXPRESS**

**RANDO D'UN JOUR**

**SAMEDI 26 NOVEMBRE 2016.**

***Autour du Banquet et lac des St Peyres (Tarn)***  
***Rendez-vous à 8h30 à St Pierre de Fronze***  
***ou à 8h45 devant la salle polyvalente de Bt du Pont de l'Arn***  
***(avec le pique-nique).***

\*\*\*\*\*

**MERCREDI 28 DÉCEMBRE 2016**

***Rando digestive Boucle de 16 km***  
***entre Notre Dame de Tournadous et St Pierre de Trivisy***  
***Rendez-vous à 8h30 à St Pierre de Fronze***  
***ou à 9h15 au Pont de Sénégats (près de Ganoubre)***  
***(avec le pique-nique)***

\*\*\*\*\*

**FETE PATRONALE**

**SAINT MARTIN de LA SOUQUE**

**Le 11 NOVEMBRE 2016**

**9h** : MESSE en l'église ST MARTIN de LA SOUQUE  
animée par MARCHEURS et PELERINS

**10H30** : Randonnée La SOUQUE /ANGLES (7km)

**12 H30** : Repas convivial à la Salle Polyvalente  
d' ANGLES

**14 H 30**: Randonnée de retour à LA SOUQUE

**RESERVATION OBLIGATOIRE** pour le REPAS (15€  
par adulte et 5€ par enfant de moins de 10 ans)  
auprès de MARYVONNE JOUGLA au  
05 63 70 98 54

avant le 3 NOVEMBRE



ASSOCIATION  
**LES BUISSONNETS**  
FOYER DE VIE POUR PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

**LOTO**  
3€ le carton

**Vendredi 25 novembre 2016**  
à 20 h 30  
au palais des congrès à  
**Mazamet**

**SUPER LOT : UN VOYAGE en**  
**ESPAGNE sur la COSTA BLANCA**  
*(pour 2 personnes dans un hôtel 4\*)*  
Et de nombreux autres lots :  
Jambons, Chapons, Canards, lots surprises ....

*Venez nombreux, nous vous attendons...*

Association Les Buissonnets - Chemin de la Rougarie  
81200 AIGUEFONDE - Tel : 05 63 61 81 24  
Imprimé par nos soins

## **Week-end « Spiritualité et randonnée » à Notre Dame d'Orient (Aveyron)**

Du vendredi soir 14 au dimanche 16 Octobre 2016, les « Marcheurs et Pèlerins » avaient rendez-vous au monastère des bénédictines de Notre Dame d'Orient, dans l'Aveyron, pour un 2ème week-end « Spiritualité et randonnée ». Après la réussite de la première édition en Juin 2015, les participants avaient hâte de se retrouver à nouveau au monastère. Le vendredi soir, le ton est donné, peu après l'arrivée. Nous participons à l'office des Complies à 19h30 juste avant de nous retrouver avec les religieuses pour le Bénédictité qui précède le repas du soir.

Soupe aux choux de Monique et « poumpets » de Brigitte régalaient les convives.



### **Samedi 15 Octobre 2016**

Pour débiter la journée du samedi, nous nous retrouvons à l'église du monastère pour la messe à 8h. Une heure plus tard, nous partons en voitures jusqu'au point de départ de la randonnée du jour. Malgré une arrivée sous la pluie le vendredi soir, la météo annonçait le beau-temps pour le samedi et le dimanche. Et effectivement, une fois dissipées les brumes matinales, c'est un soleil éclatant qui accompagne la trentaine de marcheurs pour une boucle de 19 km au départ du Masnau-Massuguiès, dans le Tarn. Dans les bois, au bord du chemin, un beau cèpe est cueilli. Mais, c'est plutôt une alternance de montées et descentes qui est au menu.

De retour au Masnau à 16h45, le Père Jean Sers qui est venu nous accueillir nous fait entrer dans l'église de l'Assomption et donne quelques explications sur son histoire, en compagnie d'Annie et André. A la sortie, une petite friandise est offerte. De retour au monastère, après une bonne douche, nous assistons au dernier office du jour, les complies.

Puis, Mère prieure et plusieurs bénédictines nous retrouvent à l'hôtellerie pour nous dire la joie de recevoir notre groupe au monastère. Le soir, comme à son habitude, l'ambiance est excellente durant le repas. La daube de sanglier de Marie-Odile et les choux à la crème de Jean-Paul sont fort appréciés. Nous regagnons ensuite nos chambres, non sans avoir oublié de chanter « Avant d'aller dormir sous les étoiles ».

### **Dimanche 16 Octobre 2016**

Le dimanche matin, nous animons avec ferveur la messe dominicale à 8h au monastère. A 9h15, nous partons en voitures en direction du village de Martrin, dans l'Aveyron, point de départ d'une balade pédestre de 15 km. Comme la veille, le circuit est vallonné et les points de vue magnifiques. Le temps est couvert et propice à la marche.

Nous passons par l'église de St Exupère, celle de St Michel de Castor, dans la vallée du Gos et ses beaux châtaigniers. Nous faisons notre pause pique-nique dans le village du Cayla, avec des ruelles pavées à l'ancienne (les calades). Nous bouclons la boucle au pied de la tour de la Commanderie de Martrin à 16h. De retour au monastère d'Orient, nous nous retrouvons dans l'église pour conclure à 17h15 ce magnifique week-end en priant et en chantant.



**9h33 : 17 Marcheurs et Pèlerins quittent le parking du vieux moulin sans ailes, juste au dessus du village de St Chinian. Côté météo, il fait un peu frais à l'ombre mais une journée radieuse est annoncée dans un ciel bleu sans nuages et sans vent. La luminosité matinale est excellente, idéale pour faire de belles photos entre oliviers et vignes avec les belles couleurs d'automne.**

**Nous descendons tout d'abord à St Chinian pour passer devant de vieux mûriers. En 1832, ils y étaient utilisés en grand nombre pour l'élevage du ver à soie (sériciculture).**

**Après le franchissement de la rivière , le Vernazobre, nous partons vers la colline de la chapelle de Notre Dame de Nazareth. Nous grimpons d'abord par un sentier étroit jusqu'au sommet du Roc Notre Dame et de son imposante croix de fer. Le point de vue y est magnifique, jusqu'aux Pyrénées.**

**Après la pause café et la photo de groupe, nous descendons jusqu'à la chapelle, un lieu particulièrement cher aux Saint-Chinianais. Une fois n'est pas coutume, nous descendons le chemin de croix, passant près d'un roc où la Vierge Marie serait apparu vers l'an 840 en y gravant l'empreinte de son pied. Nous passons aussi devant la chapelle de Notre Dame du Perpétuel Secours, dans un lacet du sentier.**

**Dés l'époque gauloise, ce site a été dédié à la pratique religieuse (vestiges de dolmens, d'autels de pierre,...) Plus tard, on peut penser que les moines de Saint Benoît y ont développé le culte de la Vierge Marie.**

**De retour au bas de la colline, nous nous dirigeons vers un village de capitelles, endroit idéal pour pique-niquer. Au passage, nous goûtons aux fruits d'un bel arbousier au bord du sentier.**

**Repartis de notre aire de pique-nique, environs une heure plus tard, nous flânonnons entre de belles capitelles avec une table d'orientation qui offre encore un superbe panorama.**

**Notre boucle en forme de 8, suit maintenant Les Clapas et prend la direction du col de Fontjun et de son village. Après avoir contourné le Puech des Cabanes et surplombé Cebazan, nous arrivons au carrefour du four à chaux.**

**La chaux qui y était fabriquée était utilisée en la mélangeant avec du sulfate de cuivre, pour le traitement des vignes contre le mildiou.**

**A 16h, nous voilà de retour aux voitures, après un superbe parcours très riche et varié de 17 km. Notre magnifique sortie s'achève sur le parking du vieux moulin avec un verre de jus d'orange et un petit gâteau, dans la joie et bonne humeur, comme toujours.**

\*\*\*\*\*

## **WEEK END ND ORIENT : Le poème de Gigie**

*Vierge Pèlerine nous a tous, à nouveau réunis  
Après des sœurs Bénédictines réjouies  
Pour un week-end où nous avons été unis  
En associant quelques nouveaux amis.*

*D'abord ne pas oublier un grand Merci  
A notre équipe qui nous a encore fournie  
Des prières, randonnées et gâteries.  
Beaucoup de calories entassées  
Il nous faudra bien les éliminer.*

*Le temps nous a bien gâté  
Après deux jours tellement arrosés  
Soleil et clarté nous ont accompagné  
Dans ces beaux paysages aveyronnais  
Trouvés parfois un peu frisquets.*

*Merci Père Jean de nous supporter  
Associé à notre président si dévoué  
Nous sommes très difficiles pour respecter  
Cette minute de silence tant demandée  
Mais nous tacherons d'avoir meilleure volonté  
Lors de notre prochaine randonnée.*

## **Réflexion sur la gentillesse**

Extraits de « Echo des Monts d'Alban » (Journal du secteur pastoral d'Alban-Montfranc-Villefranche) Octobre 2016

### **OSER LA GENTILLESSE**

Dans un monde brutal, violent où la tendresse semble venir d'une autre planète, prendre le contre-pied des idées individualistes devient mission impossible. Devant l'ironie et les moqueries qu'une attitude bienveillante est susceptible de déclencher, nous avons peur de nous ouvrir à l'autre. Essayer la gentillesse relève de la bravoure et d'un nouveau courage qui ne sont pas enseignés durant notre parcours scolaire.....

Dire bonjour et sourire à son voisin, offrir des croissants à son prochain, une agréable attitude, une utopie ou une future réalité ? Le gentil est perçu comme un peu bête, hélas ! Méchanceté et réussite sont étroitement associées là où règne la compétition. Se montrer, devenir célèbre et triompher de ses adversaires par tous les moyens y compris les plus déloyaux, serait plutôt à la mode. Les chroniqueurs caustiques, les héros cyniques, désabusés exercent sur nous une véritable attraction. Certains n'hésitent pas à écraser celui qui est en travers de la route (parfois plus talentueux) pour arriver à leurs fins. Ces pratiques fréquentes s'épanouissent depuis l'école jusque dans les disciplines sportives, artistiques et combien au cœur de nos élites dirigeantes mondiales.....

C'est vrai qu'en étant gentil, je prends le risque de me « faire avoir », c'est un pari non dénué de danger ; l'autre peut profiter de moi, il n'y a aucune garantie, quand, de surcroît, l'autre baigne dans un environnement dominé par les rapports de force. Pour lui, je suis obligatoirement un faible....

Nous imaginons les autres méchants, nous croisons dans la rue des visages fermés, peu avenants, c'est souvent un masque de protection ou de timidité. La politesse nous apprend à ne pas parler aux inconnus, à ne pas parler trop fort, à ne pas être dans la séduction. Par ailleurs, nos relations habituelles consistent à ne donner que si nous recevons, l'acte gratuit paraît suspect. La gentillesse peut être contagieuse, je l'espère, les gens attendent des preuves de gentillesse et ont envie de l'être avec nous en général.

Nous pourrions pour vivre plus harmonieusement, appliquer cette « écologie relationnelle » dans notre sphère privée en souhaitant qu'elle se propage comme une saine addiction, un bagage de survie et métamorphoser par étapes tout ce qui nous entoure...

Annie Ballester »

27-10-2016 10:25

*Merci pour cette belle réflexion...  
Parce qu'il faut aller toujours plus vite et posséder encore plus de matériel, on oublie d'où l'on vient et abandonne tout contact avec l'Autre.  
En Être responsable ,sachons rester humble ,prouver et dire à l'Autre combien on les aime.  
Ce serait les prémices de la gentillesse....  
Ces beaux sentiments on peut les trouver dans" partage et convivialité "des amis marcheurs pèlerins.  
Gigie d'Albi*

24-10-2016 17:56

*Oh quel beau texte, dans lequel chacun et chacune peut se retrouver...  
je retiendrai l'expression "écologie relationnelle" bien amusante mais si vraie !!!  
et oui la gentillesse est à cultiver, encore et encore même si l'on a peur du regard des autres...  
j'essaie de la pratiquer du mieux que je peux et je dois dire que j'en suis tj récompensée...merci Annie  
LASNIER Paulette*