DÉLÉGATION DE PYRÉNÉES-GASCOGNE

https://pyreneesgascogne.secours-catholique.org

MARCHES SPIRITUELLES

Groupe de marcheurs

SPIRITUALITÉ

10/06/2026

Marcher

Marcher, c'est entrer dans un autre rythme, plus lent, plus simple, plus vrai. Lors d'une randonnée, chaque pas devient une occasion de laisser derrière soi ce qui encombre et d'ouvrir un peu plus d'espace en soi. Le souffle se cale sur le mouvement, et peu à peu, le silence intérieur revient. Sur le chemin, la nature devient une compagne discrète : le vent dans les arbres, la lumière qui change, la terre qui porte nos pas. Tout invite à revenir à l'essentiel. La marche nous apprend l'humilité : avancer sans tout maîtriser, accpeter la montée, accueillir la fatigue, se réjouir d'une clairière qui s'ouvre ou d'un point de vue qui se dévoile. Une randonnée vécue comme une marche spirituelle permet de mieux écouter : écouter ce qui se passe en soi, ce qui se dépose, ce qui se transforme. Elle ouvre aussi un espace pour la gratitude : gratitude pour le chemin parcouru, pour les rencontres, pour ce corps qui nous porte, pour la beauté qui nous entoure. Dans cette marche, chacun trouve ce dont il a besoin : un apaisement, une réponse, une énergie nouvelle ou simplement la conscience d'être pleinement présent. Et parfois, sans l'avoir cherché, un sens se révèle, comme un petit caillou trouvé au bord du chemin. Marcher ainsi, c'est se laisser façonner par le chemin autant qu'on le parcoure. C'est avancer à

l'extérieur pour avancer aussi à l'intérieur.

https://pyreneesgascogne.secours-catholique.org/notre-actualite/marches-spirituelles