



LA PORTULAKO	
Gérard kaj Jeannine tradukis artikolon pri la portulako, eltiritan el la revuo "Objectif Santé", n-ro 123, aprilo 2018. Ilia dua artikolo raportas pri novigaĵoj en maljunulejoj : enkonduko de robotoj kaj lumterapio.	Paĝoj 1 kaj 2 Paĝoj 2 kaj 3
Jan Pierre rakontas al ni la finon de sia piedirado al Santiago de Kompostelo.	Paĝoj 3,4 5,6 kaj 7
Jean-Mary tradukis mallongan rakonton eltiritan el la retejo short-edition.com/fr/ : la supo de Juliana.	Paĝoj 7 kaj 8

Oni ne ekzakte scias de kie venas la portulako. Ĝi verŝajne originas el varmaj regionoj de la Malnova Mondo, sed ne eblas esti pli preciza. Kultivata de longtempe, ĝi estas naturigita tra la planedo. Oni trovas ĝin en sovaĝa stato en senkulturaj lokoj, kampoj kaj ĝardenoj.

La portulako (*Portulaca oleacea*) estas jarplanto karnoriĉa kaj sukplena. Ĝiaj tigoj ofte ruĝetaj rampas sur la grundo kaj kelkafoje rektiĝas. La folioj, dikaj kaj karnoriĉaj kiel la tigo, estas vid al vidaj ĉirkaŭ la plantbazo, kaj alternaj pli alte, kaj grupitaj ĉe la supro de la branĉetoj. Ilia formo estas ovala kaj ilia koloro estas malbrilverda, iomete pala. La floroj izolitaj posedas 5 flavajn petalojn kaj malfermiĝas de Majo ĝis Oktobro.

Ĉio estas bona

Ekzistas pluraj specioj de kultivata portulako. Oni ĉefe konas la « orkoloran portulakon kun larĝaj folioj », la sola specio, kiun oni trovas en vendejo. Ĝiaj tigoj rektigitaj portas grandajn foliojn helverdajn flave nuancitajn. La tuta planto estas manĝebla : tigoj kaj folioj estas kraketantaj, karnoriĉaj, mucilagaj, t.e. iomete viskozaj, kiam oni maĉas ilin, signo de mildigaj efikoj. Ilia saporo estas dolĉa kaj acideta.

La portulako plej ofte estas manĝata en salato kaj estas certe, ke en kruda stato estas plej bone valorigata ĝia teksturo. Sed tiu versatila planto estas ankaŭ tre bongusta diversmaniere kuirita : pate, rapide kuirita kun cepoj, knele preparita, servita en saŭco, en kiĉoj, ktp. Ĝia mucilago taŭgas por densigi supojn kiel tapioko. Tradicie en Francio kaj Italio, oni vinagris la portulakajn tigojn kaj foliojn kiel kukumetojn.

Estas sendube la tiga kaj folia mucilaga teksturo, kiu forĵetigis la portulakon far multaj Okcidentuloj, dum oni ŝategas ĝin en Azio, Afriko kaj Sud-Ameriko, kie ankoraŭ kutime, nuntempe, oni kultivas ĝin. Ĝis tiu jarcento, oni ofte trovis ĝin en francaj kaj belgaj legomĝardenoj, el kie ĝi iom post iom malaperis. Tamen, ĝi diskrete revenas pro la nuna entuziasmo por ekzemple la « mesclun » (miksaĵo de salatoj) kaj kelkafoje, oni denove vendas ĝin ĉe bazaroj.

Proprecoj

La portulako entenas proteinojn, vitaminojn A, B kaj C (dum la pasintaj jarcentoj, ĝiaj antiskorbutaj povoj malpezigis la suferojn de pluraj skipoj de maristoj), kalcion, fosforon kaj multe da fero. Ĝiaj mucilagoj donas moligajn efikojn. La planto estas ankaŭ puriga, diureza kaj refreŝiga.

Portulaka kiĉo

200g da rompiĝema pastaĵo

500g da sovaĝa aŭ kultivata portulako

2 ovoj

¼ l da freŝa kremo

60g da raspita fromaĝo

Salo, pipro

Brogu la portulakon, zorge elgutigu kaj pecetigu ĝin, ne tro fajne.

Oleu kaj farunu la muldilon.

Rulplatigu la pastaĵon kaj metu ĝin en muldilon. Loku la portulakon sur ĝin.

Batmiksi la ovojn kun la kremo, salu, pipru kaj elverŝu ĝin sur la portulakon.

Kuiru dum 1/2 h en varma forno. Tuj servu.



Portulaca oleracea

PARO KAJ NAO, KURIOZAJ LOĜANTOJ EN MALJUNULEJO.



Paro : pluŝa fokido

Pro la peto de la Regiona Sanagentejo (ARS), scienca projekto iniciatita de la Gerond'if Asocio estis konfidita al la Domo Ferrari en Clamart (Hauts-de-Seine 92). Tiu mirinda projekto celis studi kaj filmi la interagojn inter la rezidantoj trafita de Alzheimer malsano kaj robotoj.

Dum kelkaj monatoj, la institucio akceptis novspecajn gastojn : 2 robotoj, Paro kaj Nao !

Unu estas pluŝa fokido, kiu reagis al tononuancoj kaj al la sona intenseco de la voĉo, eligante sonojn, movante la voston. La alia estas homoido kapabla konversacii. « Ĝi estas bonega

helpanto por la aktivaĵoj proponitaj al la rezidantoj » atestas Marie-Dominique, animantino. « Ĝi ne anstataŭas la dungitaron sed faciligas, kompletigas kaj riĉigas ĝian laboron ». Per tiuj robotoj gajnas kaj dungitaro kaj rezidantoj, certigas Brigitte, flegistino. Ili obtenas gigantajn rezultojn ĉe la rezidantoj. Volante imiti Nao-n, kelkaj sukcesis dancmovi rulseĝe ! Kaj kiu avantaĝo por ni ? Malpli da streso kaj laceco, interalie por la flegoj kaj por la dolorzorgoj... Ni havas rezidantaron, kies brako devis esti firme tenita por ŝiaj sangelprenoj. Kun Paro apud si, ŝi mem altendis sian brakon... Estis nekredeble ! » Patricia, la psikologino de la institucio eksplikas : « Iom da rezidantoj, kiuj malfacile esprimiĝis, parolis tamen al la robotoj, elmontrante siajn emociojn ; aliuloj nervozaj kaj agresemaj, kvietiĝis tuj kiam Paro alvenis. La roboto ne havas subitan humoroŝanĝon, ĝi estas pacienca kaj ne ŝanĝas sian konduton. Tiu minimuma interago faras ĝin trankviliga kunparolanto, sur kiun la elĵetado de sentoj facile okazas. » Multaj profitdonaj efikoj estis notitaj de nia dungitaro : prevento de la scikapableca ekkadukiĝo, pliboniĝo de la sociigo, kvietiĝo de la angoroj, de la doloro...Filmo pri tiu eksperimento estis farita de Yves Gellié, profesia fotisto. Tiu filmo estos dissendita al pluraj muzeoj kiel tiuj de Singapuro kaj Seulo (Suda Koreio)



Nao : homoida roboto

Gérond'if : asocio sen lukra celo, kiu disvolvas serĉadon, navigadon kaj taksadon en Île-de-France en la geriatra kaj gerontologia fakoj.

Lumo por la bonstato de la rezidantoj.

Malgraŭ siaj 150 jaroj, la Domo Ferrari senĉese penas interligi tradicion kaj modernecon. En ĝia protektita unuo, situanta sub la tegmentoj, lumaj paneloj estis instalitaj. Parto de la koridoraj plafonoj tre uniformaj kaj sen gvidosigno por la Alzheimer malsanuloj estis anstataŭita per platoj montrantaj bluan ĉielon, nubojn, florajn branĉojn de arbo... Ilia intenseco estas modulebla por obteni lumon pli aŭ malpli dolĉan kaj kvietigan, kaj respekti la tagritmon. Tiamaniere, la rezidantoj ne plu havas la impreson de enfermo sed la senton povi eskapi. La lumterapio estas agnoskita rimedo de batalo kontraŭ iaj pertuboj kiel deprimemaj statoj kaj la dormomanko.



Maison Ferrari : Institucio por gastigado de dependaj maljunuloj, EHPAD.

Artikolo de la revuo « HOSPITALIERS », n-ro 169, septembro 2018, esperantigita de Gérard kaj Jeannine Layseman. Hospitaliers estas la revuo de la asocio Ordre de Malte.

PIEDIRADO DE JAN PIERRE AL SANTIAGO DE KOMPOSTELO (Daŭrigo kaj fino)

T+10

Lourenza > Abadin

25,15 km. Niveldiferenco - 479,26 + 809,74 / km vojeto 9,96 vojo 15,19



Lourenza

Patrick regule sendas al mi la veterprognozojn por la venontaj etapoj. Neniam perturbo atendota. La mateno estas bruma kaj iom post iom la klareco surprizas nin kaj la suno brilas. Kiel agrable estas piediri nudkape, harojn en la vento. Oni tute ĝuas la naturon, kiu senfine malkaŝas sin. La haltejo de la tago ankoraŭ estas privata gastejo, ĝi ankaŭ estas freŝdata, do perfekte aranĝita. La du nedisigebluloj Henri kaj Georges estas tie, same kiel la grupeto sed en du aliaj lokoj. Lastjare la vizitado de tiu marborda tero plialtiĝis je 10%. Ĉar la enlanda vojo estas pli kaj

pli irata, ŝajnas, ke la pilgrimantoj preferas elekti tiun itineron. La nombro de privataj gastejoj, dormĉambroj disponigataj de privatuloj, hoteloj disponigantaj unu- aŭ multlitajn dormejojn je adaptitaj prezoj vere atestas la entuziasmon al tiu historia vojo de Irun al Santiago. Baldaŭ la Camino Del Norte estos kiel la Camino Frances. Negocaj aferoj estos post vojturno.

T+11

Abadin > Vilalba

20,68 km. Niveldiferenco - 331,57 + 292,73 / km vojeto 12,00 vojo 8,68

Fine la revanĉo de pado kontraŭ asfalto. Mi piediras en subarbaro, mi transiras riveron per mezaĝa ponto, la padoj estas herboriĉaj kaj mi gapvagas en arbaro de eŭkaliptoj. La etapfino estas malpli agrabla pro traire de industria zono kaj senfina vojo ĝis la urbocentro.

Mi denove haltas en gastejo de la ĉeno Castelos, kie mi ricevas la samajn servojn, similajn al tiuj de hotelo por turistoj. La malkomforto de montrifuĝejoj estas for.

Ĉe la akceptejo mi profitas, ke mia interparolantino komprenas la francan por eldonigi mian busbiletan por la reveno al mia lando. Kaj granda knabo alvenas, li estas Jean-Luc. Mi ankoraŭ neniam vidis lin. Ĝenata



de zorgodona veziketo sur piedo, kiu, same kiel tendenito, timigas ĉiujn migrantojn, li preferis fari etapon per buso por domaĝi sin. Jean-Luc elektas liton apud la mia. Oni konatiĝas unu kun la alia. Oni tuj havas bonan kontakton. Poste oni rendevuas je la 18a ĉe la Torre Del condé Andrade (mezepoka turo, kiu ŝirmas la hotelon Parador) por vespermanĝi kune. Mi prezentas al li Henri kaj Georges,

kiuj vagadas en la urbo serĉante nutraĵvendejon. Ili ŝatas kuiri, kiam la gastejo ebligas tion. Henri estas fano de la Kompostelaj vojoj. Malmultaj estas tiuj, kiujn li ankoraŭ ne iris kiel pilgrimanto. Ĉiuj kvar tintigas la glasojn parolante pri pli malpli malgravaj temoj, antaŭ ol ni disiĝas. Mi sugestas tiam al Jean-Luc manĝi polpon, specialaĵon de Galegio, pladon per kiu mi delektiĝas kun frandemo. En modesta trinkejo, kiel por solene konfirmi nian amikecon, ni kundividis unuan bonan manĝon, polpon laŭ la galega maniero tradicie servitan en ligna pelveto kaj fromaĝtorton trinkakompanatan de la nepre necesa Estrella.

T+12

Vilalba > Santa Leocadia (Carballedo)

26, 40 km. Niveldiferenco - 423, 51 + 402, 83 / km vojeto 11, 44 vojo 14, 97

Kiel ĉiumatene la vetero afliktas nin. Sed hodiaŭ matene la pluveto estas tenaca. Kiam oni ne marŝas en subbarbaro, ne ŝirmite oni sentas fajnan diskretan pluveton, kiu refreŝigas la vizaĝon kaj briligas la bitumon. Tiu rubando kiu scintilas aldonas poezion al la pejzaĝo. Baldaŭ la suno faras venĝon kaj la vetero estas bela, ankoraŭ pli varma ol hieraŭ. Niaj boteletoj estas malplenaj kaj pro manko de fontano oni haltas ĉe domo por peti akvon. Niaj plastboteletoj estos plenigitaj de freŝa akvo kaj krome oni donacas al ni grandan pecon da tarta atun (torto farĉita de cepo, tinuso, tomato, regiona specialaĵo). Malavareco de la vojo.

Por provi ekvilibrigi la distancojn, kiujn ni ankoraŭ devas trairi, ni decidis halti en domareto situanta ekster la vojo. La gastejo Witericus akceptas nin. Situante ĉe la ekstremo de malgranda vojo sen eliro tuj ĉarmas nin la loko, kie regas milda kvieteco, kiu instigas al la meditado. La akcepto de la gastejestrino, kiu restaŭris kun gusto tiun malgrandan eksan bienon, estas varma. Hodiaŭ vespere ni estos nur ĉiuj du en la malgranda dormejo. La ŝirmejoj situantaj ekster la vojo estas malmulte frekventataj de la marŝantoj avaraj je kromaj kilometroj. Tamen la arto de marŝado ne estas gajni tempon, sed perdi ĝin kun eleganteco.

(David Lebreton - La laŭdo de malrapideco – eldonejo Seuil)

Vespere oni frandos supon, torton kun tinusaĵo tarta queso (oni ne laciĝas je ĝi).

T+13

Santa Leocadia > Sobrado dos Monxes

32,52 km. Niveldiferenco - 479,80 + 522,45 / km vojeto 8,03 vojo 24,49

Post solida matenmanĝo (kaj pro frandemo, peco da tarta queso) ni retrovas pli poste la gvidmarkilojn, kiuj estas laŭlonge de la vojo forlasita hieraŭ. Ellitiĝinte jam je la 6a 30 ni frue ekiras antaŭ la tagiĝo por ĝui la unuan tagklarecon kaj profiti la unuajn sunradiojn. Dum tiu etapo la pejzaĝo estas diversa kaj varia, nekutima kun rokoj, kiuj aperas grundnivele. La klimataj kondiĉoj ripetiĝas sammaniere ĉiutage. Unue pli malpli opaka nebulo, simpla pluveto, poste la nuboj malaperas. Tiam brilas la suno, kiu foje donacas al ni beletan sunsubiron, kiam la ruĝa astro malaperas sub la horizonton.

Ni evitos la gastejon de pérégrinos (malkomforta laŭ Patrick) situantan en la monaĥejo. En tiu loko, kie



Preĝejo de Vilalba

regas la silento, ŝajnas, ke la tempo haltis. Penetrite de la kvietata atmosfero la renkontitaj pilgrimantoj ŝajnas kiel envultitaj. En la klaŭstro ili vagas trankvile meze de la monaĥoj, kiuj flustras inter si. Oni preferas al la nigritaj ŝtonoj kaj gargojloj, kiuj fikse rigardas nin, promenadon en la urbo. Eskortata de mia korpogardisto 1,95 m 100 kg oni iras de la komenco ĝis la fino de urbo, al kiu strange mankas intereso. Fiera festo forlasas la vilaĝon sed muzikgrupo ankoraŭ trairas la stratojn, ĉirkaŭita de vilaĝanoj kun malordaj haroj, kiuj gestadas ritme kun la dub-elekto-zulua muziko.

Oni bone komprenas sin reciproke kun Jean-Luc, kiu ĉiam estas en bona humoro. Oni uzas tiun vojon kun la filozofio de la migranto kaj la spiritstato de nomado, tio estas divido de la ĉiutagaĵo en la simpleco kaj dono. Niaj konvinkoj pri diversaj kaj variaj temoj ofte similas kaj tiuj, kiuj povus disigi nin, estas mokitaj kaj faritaj ridindaj...ĉu ne vere Gégé ?

T+14

Sobrado > Arzua

21,91 km. Niveldiferenco - 383,13 + 268,69 / km vojeto 5,51 vojo 16,40

De kelkaj tagoj la vojo estas pli vizitata. Precipe de hispanoj, aĝaj paroj, manon en mano, kviete pilgrimantaj al Santiago. Aŭ pli junaj, ofte en bando, kun tre malgrandaj sakoj kaj korbopilksuoj ĉe la piedoj, zorgantaj pri la riĉigo de sia vivresumo. Ili rapidas al la alvenejo. Estas ankaŭ grupoj de hispanaj katolikaj familioj aŭ amikoj, kiuj serĉas pardonon kaj iras al Santiago. Iuj gardis sian ĝinzon, aliaj preskaŭ gardis ĉe la piedoj siajn urboŝuojn. Pro pilgrimbastono en mano, talsako en la alia, ili pli similas al promenantaj turistoj. Resume la promenataro iĝas diverskonsista kaj la spirito de la vojo ne plu estas.

La vetero plu estas favora. Tio estas mallonga agrabla etapo kaj tamen mi pene paŝas. Miaj kruroj movas sin en mekanika maniero kaj mi antaŭeniras kiel aŭtomato. Ĉu subita laciĝo ? Ĉu malbona nokto ? Mi ne scias. Estas tiel. Estas tagoj, kiam la sako estas malpeza, kaj aliaj, kiam la paŝado estas peza. Jean-Luc regas sian rapidon. Liaj staturo, korpa bonfarto, paŝolongo ebligas al li facile preterdistanci min, sed li estas tiel ĝentila, ke li atendas min.

Oni multe parolas pri nia pasinta laboro. Salajruloj en privata kampo en internacia firmao, tamen en malsamaj sektoroj, ni ambaŭ vidis niajn firmaojn evolui el patroneca administro direktata al la klientaro, al administro nur orientata al la akciularo. Sen fornei niajn konvinkojn ni sukcesis evolui, nin engaĝante plene, ne nombrante niajn laborhorojn malfavore al la familia ĉelo. Poste ni forgesis la pasintecon. Oni ne malfamigas nian firmaon, al kiu oni ŝuldas nian karieron sed oni forgesas la pasintecon sen amareco. Kiom da temoj ni ekstraktis ! Hodiaŭ vespere ni decidis denove havi nian epikuran vivmanieron nome kapsikoj de Padron, polpo laŭ la galega maniero, tarta queso kaj can(i)a. Oni rezervas ĉambron en la Casa Teodora, ŝika pensiono kaj estimata restoracio.

T+15

Arzua > Arca

19,54 km. Niveldiferenco - 443,59 + 323,81 / km vojeto 14,44 vojo 3,60

Hodiaŭ vojoj Frances kaj Del Norté kuniĝas por formi piedan aŭtovojon. La fino de traŭro iĝas folkloro. Junulino kun telefono en mano aŭskultas la meson marŝante. Kapjesante ripetas alia senlace kaj laŭte psalmojn responde al tio, kion lia komputilo prezentas. Diskrete mi marŝas tuj post li. « Vi gvidas min al la polvo de la morto » li diras hezite. Kiel malĝoja estas tiu religio ! Koncerne min mi preferas la stelojn de la vivo. Ankaŭ multe da junuloj marŝas kun aŭskultiloj en la oreloj, rapidas kantante laŭ la sono de sia komputilo. Tiuj uzantoj de la vojo ne plu harmonias kun la naturo, dum marŝado devas esti antaŭ ĉio ago de rezisto por favori malrapidecon, silenton, scivolemon, interŝanĝon. La vojo vere perdis sian animon.

Ĉe la tagiĝo malvarmetas kaj la sintezlana vesto estas aprezata, poste la suno akompanas nin ĝis la vespero. Bedaŭrinde mi perdis mian malgrandan bandon el la vido. Mi ekvidis ilin lastfoje antaŭhieraŭ en trinkejo, kie ili paŭzis. Ekvidante min Michel ridas kun la fingro supren kaj diras nekompreneblajn vortojn. Juan estis pli proksima de Fleur ol neniam. Estas bedaŭrinde. Mi ŝatintus retrovi ilin sur la granda placo en Santiago. Tiun tagon, kun Jean-Luc, oni perdas sin. Mi malrapide marŝas pensante vidi lin alveni malantaŭ mi per grandaj paŝoj. Uzante longan arbaran vojon mi turnas min de tempo al tempo ĉar mi ja pensas ekvidi lin de for. Sed neniu impona silueto en la malproksimo. Fine li reatingos min, post kiam li ekkomprenis, ke li malproksimiĝis de la ĝusta direkto. Logika. Ĉar la marŝado kondukas al la revado, liaj



Monaĥejo de Sobrado

revoj erarigis lin kaj li maltrafis gvidmarkilon.

Tiun vesperon oni rezervas ĉambron simplan sed komfortan kun eblo lavi kaj sekigi nian tolaĵon. Post la LSD (Lesivado, Siesto, Duŝo) oni foriras por malkovri la urbon kaj oni retrovas niajn francajn knabojn ankaŭ vizitantajn ĝin. Ni vespermanĝos ĉiuj kvar ĉe la teraso de trinkejo. Poste ni revenos al niaj respektivaj gastejoj.

T+16

Arca > Santiago de Kompostelo

20,68 km. Niveldiferenco - 418,73 + 405,49 / km vojeto 7,80 vojo 12,88

Fina etapo de la pilgrimo aŭ vagado laŭ sia spirita engaĝiĝo. Por tiu lasta etapo la ĉielo estas sennuba kvankam la matena freŝeco devigas surmeti duan tavolon.

5 kilometrojn for de Santiago ni laŭiras la impresan gastejon de Monte Del Gozo, kiu povas gastigi pli ol 500 personojn. En pintperiodo la pilgrimantoj difinas sian trairon laŭ tiu etapo. Tiel ili povas ĉeesti la meson, kiu estas dirata ĉiutage tagmeze foje kun la fama "botafumero", ĉefa allogaĵo de la ceremonio. Manipulite de kvar ekleziuloj spertaj en tiu arto, tiu giganta incensilo de 50 kg kaj 1,5 m balanciĝas en la aero parfumante la bazilikon per forta sed agrablaodoro.

Neniu malfacilaĵo dum la lasta vagado kaj ni estas gvidataj ekde la enirejo en Santiago per konkoj inkrustitaj en la grundo. Poste jen ni estas alvenintaj sur Plaza Del Obradoiro, kie la antaŭ nelonge purigita katedralo aperas en sia tuta splendo. Kun Jean-Luc oni sidiĝas laŭlonge de arkaĵo de palaco, la eksa rezidejo de la unua episkopo de Santiago. La suno varmigas nin.

La homoj alvenas. Iliaj vizaĝoj montras la feliĉon, la ĝojon esti tie post marŝado, kiu daŭris tagojn, semajnojn por unuj, monatojn por aliaj. Grupoj retrovas sin, ridas, interŝanĝas tenerajn kisojn, brakumas sin meze de la turistoj mirigataj de tiu ĝojega homamaso. La biciklantoj, veraj reklamiloj kun siaj tiel diskretaj fluoreskaj vestoj, estas la plej komunikemaj, svingante siajn biciklojn laŭ la brakforto. La kredantoj meditadas antaŭ ol klini sin antaŭ la tombo de Sankta Jakobo.

La senkredulo, kiu mi estas, trovas kvietigon en tiu ĉirkaŭaĵo. Ni retrovas Henri kaj Georges por lasta glaso. Ni interŝanĝas niajn retadresojn. Ekde morgaŭ ili daŭrigas sian iradon ĝis Fisterra, tie kie la tero falas en la maron, kie la suno dronas en la oceanon kaj ekkonsciigas vin, ke la aventuro estas vere finita. Tion mi estis sentinta antaŭ 13 jaroj (jam), kiam mi estis trairinta la camino Frances. Por mia komplico kaj mi nia elirpermeso alvenas al la findato. Necesas hejmeniri en la interkonsentitaj templimoj. Tio estas la plej bona rimedo trakti kun nia stabo la elirpermeson de la venonta jaro. Hodiaŭ posttagmeze oni donas al si libertempon. Mi skribas kelkajn bildkartojn. Jean-Luc provas ricevi la faman Compostela, speco de atesto liverita post prezento de la legitimaĵoj. Poste oni retrovas sin por sin perdi en la labirinto de mallarĝaj stratetoj. Lasta vespermanĝo.



Katedralo de Santiago de Kompostelo

T+17

Ribadesella > Santiago de Kompostelo

407,50 kilometroj, el kiuj 148,10 da vojeto, 259,40 da vojo (fonto : aplikaĵo Buen Camino)

Ekde la 7a 30 Jean-Luc staras antaŭ la oficejo de pilgrimantoj kun la celo ricevi sian pilgrimantolibreton, tiun ateston redaktitan en la latina kaj enmanigitan al ĉiu pilgrimanto, kiu trairis piede almenaŭ la cent lastajn kilometrojn antaŭ Santiago, aŭ bicikle la ducent lastajn. Hieraŭ, la atendovico estis tiel longa ke li perdis paciencon. Hodiaŭ matene li rapide revenis kun la diplomo en la mano.

Ni havos bonan matenmanĝon, poste lasta kilometro por atingi la busostacion. La buso estas tie. Brakumo.



Pilgrimantolibretoj

Oni kisas sin reciproke. Ĉiam estas malĝoje disiĝi sur stacidoma kajo.

T+18

Jen mi trankviligita. Malgraŭ manko de korpa preparo mi sentis neniun gravan muskolan problemon, krom kelkaj eklaciĝoj, kaj la balzamo Sankta Bernardo sufiĉis por mildigi elprovan nervon. Miaj kruroj ne malinklinas al la penado, miaj genuoj ne grincas. Post kelkaj tagoj, tuj kiam mi sentis, ke la tempovaloro ne plu havas la saman sencon, mi plene profitis la bonfarajn efikojn de la vagado, gustumante la silenton, ĝuante korpan penadon, kiu havigas sanigan laciĝon.

Ĉu mi revenos sur vojon al Kompostelo ? Miaj sentoj estas miksitaj. Del Norté iĝis malŝarĝa itinero de camino Frances kaj la denseco de diversaj dupieduloj, kiuj nun invadas tiun vojon, tudas min. La vojo de la kataraj kasteloj ankaŭ estas historio- kaj heredaĵoriĉa. Deirante de Mediteraneo, progresive suprenirante sur la flankmontojn de Pireneoj, de Korbieroj, poste de Arjeĝaj valoj, oni vojaĝas sur 250 km, de fortresoj al citadeloj, en kiuj retretis la kataroj postkuritaj de la krucmilitistoj. Tiu vojo ŝajnas al mi pli aŭtentika ol la vojo al Kompostelo, kiu pli kaj pli rimiĝas kun monujo.

Epilogo

« Marŝado enkondukas tiun, kiu dediĉas sin al ĝi, en mondon de revo.
(Yves Paccalet – Le Bonheur en marchant) (Feliĉo per marŝado)

LA SUPO DE JULIANA

Originala verko france verkita de Chantal Sourire,
publikigita en la retejo <https://short-edition.com/fr/> kaj esperantigita de Jean-Mary



La maljuna virino surmetas sian mantelon kun neprecizaj koloroj. Ŝi kovras ties eluzitan kolumon per florgarnita skarpo, ne rimarkante ke ankaŭ la desegnoj velkis.

Juliana ne plu klare vidas. Ŝi surmetas siajn okulvitrojn pro kutimo, ŝi ne pli bone vidas per siaj okulvitroj sur la nazpinto.

Ŝi kaptas sian tolsakon. La dekkvara estas la ĝusta momento, ili verŝajne repakis la varojn kaj faldis la stablojn. Metio por kuraĝuloj, frua leviĝo, kaj ekstere kia ajn estas la vetero,

alparolante la aĉetontojn, servi la hastemajn klientojn, la grumblulojn, la hezitantajn. Ĉiam ŝerci malgraŭ la morda malvarmo aŭ la forlasitaj legomoj, kiuj velkas sub ardega suno.

Juliana admiras la fervoron de la stratvendistoj, lokŝanĝaj komercistoj kaj aliaj ŝtelvendistoj. Tamen ŝi ne plu vizitadas ilin. De kiam ŝia edzo, la maljuna Hektoro, mortis lastjare, ŝi ne plu bazarumas kiel antaŭe, kiam ŝi eliris, fieraj, ĉe la brako de sia edzo, kiu tiris la aĉetĉareton. La paro ne abundis je mono, sed ĝi povis pagi al si rostaĵon dimanĉe. Ŝi akompanis ĝin per patrostitaj terpomoj kaj bona salato. La preferita plado de Hektoro.

Hodiaŭ Juliana ne plu manĝas viandon, tio estas nek modo nek kaprico de vegetaranino, ankoraŭ malpli pro zorgo pri ŝia silueto aŭ la planedo. Ŝi tutsimple ne havas sufiĉe da mono. Ŝi foriras dise kolekti la restaĵojn de la bazaro. Pluvo ekfalas, friska pluveto, kiu glaciigas la ostojn. Juliana ne estas dika, ŝi nodas la koltukon streĉitan sub ŝia angula mentono kaj kurbigas la dorson.

La urbodomaj dungitoj disvolvas la akvumtubojn por purigi la



placon, ciri la antracitan bitumon per puriga ondo. Ŝi rapidigas siajn paŝojn trotetante. Sub la haloj alia virino hastas, pli juna, pli lertmovi. Juliana konas la ŝparvojon kaj iras dekstren. Ŝi kolektas kelkajn disajn salatfoliojn kaj putran poreon el kiu ŝi povos eltiri la plejbonaĵon. Tomaton apenaŭ maturan, du makuletajn terpomojn, brunetan duonnapon. La buljono estos maldensa. Ŝi ekvidas oranĝon, kiu ruliĝas antaŭ ŝi, memoras pri la kristnaska donaco, kiun ŝi ricevis ĉe siaj gepatroj. La juna virino hastas kaj puŝpelas Julianan, kiu alkroĉiĝas al la angulpiliero por ne fali. Ŝi devos malhavi frukton.

Elĉerpita de la neevitebla paŝado kontraŭ la vento kaj la misproportia batalo kontraŭ la junulino, ŝi decidas reveni hejmen, en kvietan lokon. Tro kvietan. La tolsako pezas por ŝia maljuna korpo. Ŝi prenas ties disfibratan anson.

La viro retroveturigas sian kamionon. Li devas ankoraŭ ŝarĝi du aŭ tri latkestojn. Juliana ja ekvidis sub la vendotablo la ankoraŭ freŝajn nutrovarojn, sanbrilantajn kukurbetojn, senmakulajn florbrasikojn kaj ŝvelrondajn maronkukurbojn, sed neniam ŝi ŝtelus vendeblajn produktojn. Ŝi tro respektas la laboron de la aliuloj. Ŝi dise kolektas sed ne ŝtelas. Hektoro rigardas ŝin elĉiele. Ŝi volas restadi digna. Por li, por ŝi. Ŝia fiereco estas ŝia sola havaĵo, ŝia nura riĉaĵo.

La kamiono malrapide veturas. Ĝi subite bremsas tuŝetante ŝin. La viro eliĝas el la stirejo. Li estas malalta, dorsolarĝa, kun sincera rigardo en tutronda vizaĝo trastrekita per rideto, kiam li alparolas Julianan.

Eh ! Avnjo, vi danĝere vivas, mi preskaŭ renversis vin. Kion vi faras en tiu veteraĉo, ĉu ne estus pli bone al vi en varma loko ?

Juliana mallevas la kapon kiel kulpa infano. Ŝi scias ke ŝi ne malbone agis, sed kiam ŝi vidas sin tie, post honesta laborvivo, honto invadas ŝin. Ŝi balbutas :

— Senkulpigu min, mi estis forironta.

La komercisto komprenis la kompatindan agmanieron de Juliana. Al sia patrino li kunportas nutroprovizojn, por ke ŝi ekvilibrigu la monatan buĝeton.

— Iom montru la mirindaĵojn kaŝitajn en via sako.

Juliana ŝanceliĝas sur siaj kruroj. Ŝi ne plu estas knabineto sed malbonfaristino malkovrita de la polico pro duaranga ŝteleto. La viro helpas ŝin sidiĝi sur la ŝtonbenkon.

— Nu ! Ne timu, kio plezurigus vin en mia trezorejo ? Li malfermas la malantaŭan pordon de la kamioneto kaj prenas artiŝokon nuanciĝantan de verda kaj purpurviola koloroj, al kiu li almetas du longformajn pirojn. Kaj kion alian, sinjorineton mia ? Li demandas ludante vendiston kun krajono fiksita sur la orelo. Juliana ekploras. Per varmeta kaj salita torento tia, kian ŝi ne plu verŝis ekde la morto de Hektoro. Jam antaŭ unu jaro. Bronkito kiu malbone evoluis.

La viro ekbruligas cigaredon antaŭ ol kaŭriĝi piede de la maljuna virino. Li tenas ŝian etan manon en sia dika kala mano.

— Ĉar mi vidis ...singultas Juliana, tiujn belajn ĉampinjonojn, tie, en la blua latkesto, mi repensis pri mia edzo. Li laboris en ŝtonminejo tute proksime de ĉi tie. Iujn vesperojn li kunportis al mi iom da ili, la malgrandajn kiuj ne estis vendeblaj, mi kuiris ilin kun aromherboj kaj mi rompis la ovojn sur ilin. Hektoro estis bonvivanto. Kaj mi bona kuiristino ... Sed mi tedas vin per miaj vivrakontoj ...

Per ŝtelrapida gesto, la viro viŝas siajn okulojn. Silente li en- kaj elkamioniĝas kun saketo da perlamotaj kupoletoj, aliaj en beleta roza helbruno, ege ŝvelrondaj, kun la piedoj ankoraŭ tergarnitaj.

— Jen, vi kuiras belan omleton hodiaŭ posttagmeze, pensante pri mi ... Kaj ĉiun bazartagon, vizitu min ... Dimanĉon, panjo preparas rostaĵon kun patrostitaj terpomoj, ĉu plaĉus al vi manĝi kun ni ? Vi konas miajn petolajn infanojn. Knabinon, Julia, kaj knabon kiu nomiĝas Hektoro.

Juliana rapide piediras sur la reirvojo. Ne plu malvarmas al ŝi.

Ŝi preterpasas la junan virinon kiu ŝtelis la oranĝon.