

## **Saint-Raphaël – Puget sur Argens ; troisième étape sur le Chemin du Var**



Jeudi 23 Janvier 2025 :  
étape entre la Basilique  
Notre Dame de la  
Victoire de Saint-  
Raphaël et l'Eglise  
Saint-Jacques de Puget  
sur Argens. C'est une  
journée agréable qui  
s'annonce. Nous  
sommes loin des  
grosses pluies de ces  
jours précédents. La  
fraicheur matinale est  
au rendez-vous, mais  
rapidement le soleil  
viendra nous  
réchauffer.

Dix kilomètres sur le GR653A, sur la Voie d'Arles, sur le Chemin de Compostelle, sur ce chemin qui relie Rome et Santiago de Compostela. Chemin qui passe aussi dans le Var pendant 138 kilomètres et traverse les Massifs de l'Estérel, des Maures et de La Sainte-Baume. Nous avons jusqu'alors traversé une partie de l'Estérel en partant du Col de Notre Dame. Aujourd'hui nous voici au départ de Saint Raphaël devant la Basilique, et nous sommes 10 à fouler les pas de nos amis pèlerins : Agnès, Elisabeth, Martine N. et Martine R., Sandrine, Sylvie, Alain, Antoine, Francis et moi-même. Ce matin Aurélie est partie de bonheur de Fréjus pour quelques petites étapes dans le Var, nous ne la croiserons donc pas.

Les ateliers prévus aujourd'hui sont sur les chaussures et les bâtons. Ateliers que nous retrouverons juste après le pique-nique.



Aujourd'hui ce sont Sylvie et Martine N. qui ont la charge de prendre la tête de file et de nous mener sur le chemin en suivant le balisage, juste afin de voir si les conseils des étapes précédentes ont bien été retenus. Rapidement, Elisabeth, elle aussi novice sur les chemins, se joint quelques instants à Sylvie et Martine pour apprivoiser le balisage.

Nous nous mettons à la place du pèlerin, parti depuis quelques jours, voire quelques semaines, et qui se trouve ici, au bord de mer avec une température, certes fraîche mais aussi avec un soleil généreux. Bien sûr pour le moment le centre-ville et le bord de mer obligent à une bonne partie de bitume et ce au moins jusqu'au chemin vicinal de Fréjus dont le maintien du balisage pose tant de problèmes.





Direction vers la lanterne d'Auguste qui nous rapproche du centre-ville de Fréjus. Ce chemin de la Lanterne d'Auguste est entouré de propriétés privées bordées de leurs champs. Des champs qui sont parfois ouverts au public au grés des organisations sportives ou culturelles organisées par la ville de Fréjus.



La Lanterne d'Auguste d'une hauteur de 10 mètres environ, est un amer qui n'a de lanterne que le nom qui le compose puisque non éclairé. Cet amer, aujourd'hui bien à l'intérieur dans les terres, servait de point de repère pour les marins, leur signalant l'entrée du port de Forum Julii.

Après être passés devant le presbytère de Fréjus (pensées pour Fabienne qui dans l'après-midi aidera le Père Aguila pour le secrétariat), nous atteignons assez rapidement la Cathédrale Notre Dame de l'Assomption et Saint Léonce de Fréjus, où une petite pause-café fera du bien aux lève-tôt, mais surtout à Martine.



Le fameux chemin des Vernèdes se présente à nous !!! Fameux parce que difficile pour le pèlerin aux heures de pointe, il n'y a aucun accotement, de plus un fossé empêche le pèlerin de croiser les nombreuses voitures et ce sur 250 mètres environ. Nous avons de la chance car la circulation est très fluide à l'heure où nous passons, et notre déplacement en file indienne facilite le croisement avec les quelques véhicules se déplaçant sur le chemin.

Nous arrivons à la hauteur du chemin vicinal, je pourrais encore écrire "du fameux chemin vicinal". Chemin où comme à l'accoutumé, nous nous attendons à ce que le balisage rafraîchi en 2024 ait encore été recouvert de peinture pour empêcher les pèlerins de l'emprunter. Oh !! Surprise !! Le balisage est encore présent !! Nous cheminons donc sur ce chemin vicinal fort agréable, entouré de grands champs où se prélassent plusieurs dizaines de chevaux à notre droite comme à notre gauche. Il y en a en hiver souvent près de 200. Plus loin un terrain de polo où les clubs régionaux viennent souvent organiser en été, des matchs-spectacles ouverts à un public sélectionné.

Puget nous voilà !







Après une belle marche, nos kilomètres atteints et notre petit tour dans l'Eglise Saint-Jacques effectué, nous allons nous installer dans le jardin municipal où quelques bancs nous attendent.

Voilà arrivée l'heure de notre pique-nique, le soleil est au rendez-vous et le partage, pour commencer, de pâté de sanglier maison réalisé par Alain émoustille les papilles de chacun.

Tout en prenant notre dessert, nous partagerons nos différentes expériences sur la nécessité des bâtons, et l'importance de se sentir bien dans ses chaussures. Nous l'aurons noté, le ressenti personnel est le plus important dans l'utilisation ou non des bâtons, même si nous sommes plusieurs à les utiliser à différents moments. Pour les chaussures, il n'y a pas photo, nos pieds méritent d'être installés le plus confortablement possible, alors bichonnons-les et donnons-leur les chaussures qui leur conviennent.







Nous ne nous  
séparerons pas  
avant d'avoir  
gouter les biscuits  
de Noël alsaciens  
d'Agnès et  
Antoine : les  
Bredele (Agnès,  
excuse-moi pour  
l'orthographe de  
ce mot !!)

Après un bon pique-nique et un bon moment d'échange, voici le petit plus d'Alain L. qui nous partage quelques mots et ses ressentis sur la lecture d'un ouvrage de Jacques Lanzmann : Fou de marche sorti en 1985. Jacques Lanzmann né en 1927 et décédé en 2006, était un parolier (il est cinq heures paris s'éveille, chanté par Jacques Dutronc en 1968), un écrivain, un peintre d'art abstrait, un scénariste et un marcheur impénitent.

“Marcher, c'est retrouver son instinct primitif, sa place, sa vraie position, son équilibre mental et physique. Marcher c'est aller avec soi, sans autre recours qu'avec ses jambes et sa tête, sans autre moteur que celui du moral. Marcher à pied c'est retrouver la grâce tout en perdant sa graisse, ses préjugés. C'est aussi perdre ce que l'on a de superflu. Marcher c'est se remettre en question et en route dans un monde mécanisé, c'est ressentir et entendre presque aussitôt les réponses du corps confronté chaque fois à une nouvelle expérience. Marcher c'est se mettre à l'écoute de son corps qui n'en revient pas d'être aussi sollicité et libéré...”

Partagé par Alain, selon les mots de Jacques Lanzmann.





Il est difficile de se quitter, tellement nous avons passer un bon moment, alors quoi de mieux que d'aller prendre le dernier café ou le dernier verre.

A la santé de chacun.

Bernard