

**25 avril - J3 - Départ 4:44 - 228 kms - 75 kms de piste – 11h26 de selle - 19,9 km/h - 1763 D+**

*La nuit permet d'entrer dans la profondeur du monde*



Réveil avant le réveil finalement. Préparation sans hâte : bien s'alimenter, ranger les affaires, s'équiper pour le froid, charger le vélo, mettre de la crème à cuissard, remplir les bidons, ne rien oublier dans la chambre... Départ à 4h44. Ça monte tout de suite. La sensation de rouler dans l'obscurité, seul, dans le silence et les bruits de la nuit, est délicieuse. On ne voit pas le paysage, parfois on le devine si la lune laisse filer ses rayons entre les nuages. Les étoiles. La route devant soi. Le faisceau lumineux de la lampe nous rappelle qu'on est là, vivant. Notre souffle aussi, qui se mêle à celui silencieux des bêtes.



Aïe, subitement, alors que tout va bien et que je ne force pas, une douleur irradie mon genou droit. Pas d'explication. Le froid (il fait  $-2^{\circ}$ ) ? Une hydratation insuffisante ? J'ai pourtant l'impression de boire beaucoup. Immédiatement la douleur s'installe. Bon, va falloir gérer. J'essaie de moins appuyer, cela fait mal même quand la pédale remonte. Rien d'autre à faire qu'avancer et voir comment ça évolue. La douleur ne m'empêche pas de profiter de la nuit. Vision fugace sur ma droite, à la lisière de la forêt qui borde la route : un cerf et ses bois immenses dans la lueur de ma lampe. Magnifique. Il est là, moi aussi. Il me regardait. Je l'ai vu.

Le sommet du col, à 1497 m, marque l'entrée dans la commune de Terriente. La descente sera terrible. Le soleil n'est pas encore levé. Les températures sont toujours négatives. Avec la vitesse et déjà 2 heures de vélo dans le froid, je gèle. À un moment, n'y tenant plus, je m'arrête, enlève mes gants et réchauffe mes mains autour du phare de mon vélo. La puissance des leds dégage une chaleur brûlante en temps normal. Là mes doigts ne sentent rien. Je repars en voyant le soleil chatouiller les cimes. Sur le versant à l'ombre, je compte les secondes. Chaque mètre descendu et chaque minute qui passe devrait voir la température monter, comme le soleil à l'horizon.



Je retrouve enfin le soleil à 8h, continue de rouler sur une belle piste pour me réchauffer et prends un temps de pause à 9h pour m'alimenter. J'oublierai mes gants longs sur le muret en partant.





Le ciel est parsemé de nuages blancs. Des vignes longent de longues routes droites. Les questions sur l'état du genou tournent dans ma tête : c'est quoi ? cela va-t-il partir ? c'est grave ? est-ce que je ne risque pas de générer une blessure persistante si je continue ? faudra-t-il à un moment envisager l'abandon ? Je n'ai bien sûr aucune réponse et sais au fond de moi que l'abandon n'est qu'une solution d'ultime recours. J'y pense de manière objectivée, sans stress. Y penser, c'est peut-être d'ailleurs une manière de tenir l'idée à distance, plutôt qu'elle ne surgisse et vous prenne à la gorge par surprise !



J'ai prévu de dormir ce soir dans la grande ville d'Albacete. Arrêt aux alentours de midi à Camporrobles pour manger. J'appelle Richard et lui explique pour le genou. Immédiatement, il me dit qu'il faut que je trouve une pharmacie pour me soigner. Il fait les recherches pour moi, m'en indique une dans un village qui me dérouterait trop, m'en propose une autre. Je rechigne à changer ma trace. Mais comprends vite qu'il a raison et que c'est la seule solution raisonnable. Je ne peux pas continuer comme si de rien n'était. Il reste au moins 3 jours d'épreuve. Et devant moi une traversée que j'attendais avec impatience : celle du Parc Naturel de las Hoces des Cabriel. Lors du repérage sur carte, cela avait l'air magnifique. Je prévois de continuer sur ma lancée et de rejoindre un village avec pharmacie à la sortie du parc. Les pharmacies ouvrent à 17h en Espagne. Il faut jongler entre leurs horaires et ma vitesse d'avancement anticipée pour déterminer le re-routage adéquat et piquer sur le bon village.

Petit café et rechargement des gourdes dans un bar, hop en selle ! Pour l'instant, droit devant : j'attaque les pistes du parc naturel après Villagordo del Cabriel. Encore une fois seul au monde. C'est magique. La descente vers le fleuve est rapide, cassante et marquée par un fou rire provoqué par une information de François sur Whatsapp : « Le dossard 105 n'est plus très loin de l'arrivée. Hier il était sur l'autoroute, véridique ! ». Le « véridique » me fait exploser de rire plusieurs minutes, pendant lesquelles, bizarrement, la douleur disparaît ! Décharge d'endorphines ? Mystères du corps et de la psyché...



Le coin est très sauvage : je n'ai croisé ni promeneur, ni cycliste, ni automobiliste, ni maison depuis que j'ai quitté la route. Et au bas du canyon, sur le pont qui enjambe le Rio Cabriel, une cycliste en bikepacking ! Pas une concurrente Desertus, non, une Américaine, Henna. On discute 5 - 10 mn, elle a des projets plein la tête, cool et détendue comme une Américaine, bref une super rencontre furtive ! Beau souvenir, seul regret : ne pas avoir osé lui demander de poser pour un selfie... Elle repart dans le sens opposé au mien, je traverse le fleuve, commence la remontée et au moment où je dois obliquer sur une piste à gauche, une chaîne et un panneau « finca particular - prohibido el paso » me barrent la route. Il en faut plus que ça pour me dissuader de passer, mais il s'avère que derrière la chaîne... il n'y a plus de piste, le passage est envahi de broussailles.



Bon, bon, bon. Un re-re-routage est nécessaire. Mais au fond du canyon, pas de 3G. L'application de navigation n'est pas accessible. Je poursuis ma route au jugé. Dès que j'attrape du réseau, je m'arrête, prévois un itinéraire alternatif, plus long forcément, et le charge dans le GPS. Sans succès. Cela ne fonctionne pas. Chirac disait que « les merdes volent en escadrille ». Il n'avait pas tort ! Après plusieurs essais je comprends qu'il faut une manipulation spécifique. Ça y est, je peux repartir. Que de temps perdu ! Et cette nouvelle trace m'amène à nouveau dans une impasse. C'est parti pour un re-re-re-routage. Ça rallonge toujours plus. Toujours sans certitude que cette nouvelle option sera la bonne. Toujours sans savoir si j'arriverai avant la fermeture à la pharmacie... Il est 16h. Et il fait plus de 30° ! Mais à aucun moment le calme ne me quittera. Ce que je vis ressemble à l'aventure que je voulais vivre : des imprévus, des découvertes, le vent sur le visage et des paysages plein les yeux. Signe parmi les signes, la nouvelle piste empruntée est désignée par le GPS comme « Camino de Consolacion ».



Toujours croire en sa bonne étoile ; - )



Entretemps j'ai lu les messages des membres du groupe Whatsapp qui me suivent. Ces échanges sont vraiment chouettes. Ils me donnent de la joie. Me connectent à une autre réalité. En sens inverse, j'espère que le suivi de mon périple peut intéresser et apporter quelque chose aux lecteurs. Je dois trouver le bon équilibre entre temps passé à lire / publier et la concentration qu'il est nécessaire de garder pour mener à bien mon aventure.

À Villarta, petite bourgade, je trouve la « Farmacia Gomez de Quero Blat ». Ce n'est pas celle que m'avait indiquée Richard, située une vingtaine de kilomètres plus loin, mais « un bon tiens vaut mieux que deux tu l'auras » ! Je montre mon genou et fais la grimace. La pharmacienne me conseille une pommade, des médicaments et aussi une genouillère. Je me demande si elle ne profite pas de ma supposée détresse pour me fourguer la moitié de son échoppe et décline la proposition pour la bande. Elle insiste « si, si señor ». Je décide de lui faire confiance, je ne suis pas à quelques euros près : le coût de la vie en Espagne est sans commune mesure avec la France. La dame me donne aussi le conseil de beaucoup boire. Je m'assois devant son officine, avale les médicaments, me pommade, mets la bande et la voilà qui sort du magasin pour me demander si mes bidons sont bien pleins ! Quelle gentillesse... J'en profite pour préciser que je ne parle pas un traître mot d'espagnol ! Et que les Espagnols ne parlent pas (ou ne veulent pas parler ?) un traître mot d'anglais ! Pourtant les échanges seront toujours aisés, empreints de douce cordialité.

Je repars d'autant plus revigoré qu'après quelques kilomètres, les anti-inflammatoires font leur effet et la douleur s'estompe. En revanche, cette trace improvisée emprunte des routes sans intérêt. Je m'ennuie et n'ai qu'une envie : arriver.

Albacete, la grande ville. Trafic, bruit, faubourgs à traverser, feux, rampes au-dessus des voies ferrées, demi-tours pour contourner les voies rapides, errements pour trouver l'hôtel... Cette étape est une erreur, bonne leçon : éviter les grandes villes.

Installation comme d'habitude. Douche comme d'habitude. Les routines s'installent. Repas pas comme d'habitude : je commande un burger, on m'apporte un morceau de viande de porc trop cuit avec quelques flageolets autour. Je fais part de mon étonnement. « Si, si, señor, burger » (!!!). Je souhaite ensuite des précisions avant de choisir le dessert, le serveur ne dit mot, s'en va et revient de la cuisine avec une crème brûlée...



Je passe au bar pour ~~noyer ma détresse dans l'alcool~~ demander des glaçons. Richard m'a indiqué que le froid serait bon pour la douleur. Impossible de me faire comprendre de la barmaid. Elle n'a pas l'air habituée à ce que des clients s'adressent à elle en lui montrant leur genou. Heureusement, le groom serviable qui parle anglais est encore dans les parages. Je remonte dans la chambre avec un seau rempli de glaçons. Un petit cataplasme, les préparatifs habituels et au lit !

## 26 avril - J4 - Départ 5:54 - 165 kms - 130 kms de piste - 8h37 de selle - 19,1 km/h - 905 D+

*Ainsi est faite la vie*

Les glaçons n'ont pas totalement fondu pendant la nuit, re-cataplasme avant un petit stress du matin : le groom aura-t-il bien reçu les consignes de son collègue pour m'ouvrir la pièce où est stocké le vélo ? Tout va bien. Je quitte cet hôtel sans regret. Il fait entre 4 et 5 degrés. Je n'ai plus de gants longs. Le froid est mordant avec le vent sur le vélo. Sortir de la ville est aussi pénible que d'y entrer. (Seule issue viable, peut-être, y rester ?)



La trace sur la piste cyclable me mène droit dans le lit d'une rivière qui passe sous un pont. J'évalue les différentes options. Il y a au moins 50 cm d'eau. Le GPS me permet de trouver une alternative. Un couple de Français qui participent aussi à l'épreuve me rejoint. Ils hésitent. Je leur indique mon choix, ils préfèrent continuer à réfléchir et décider par eux-mêmes. J'aperçois un peu plus tard leurs lumières : ils ont fait comme moi et me rejoignent lors d'une pause petit déjeuner. Je m'arrête souvent, c'est un défaut en longue distance et peut-être aussi une facilité que je m'octroie. Je les rattrape, car je roule plus vite. On se croise ainsi à plusieurs reprises, mais ils finiront la journée bien devant moi, car ils s'arrêtent peu.









Les dizaines de kilomètres défilent sur cette piste cyclable en terre qui traverse la région. Les tunnels s'enchaînent. Il s'agit vraisemblablement d'une ancienne voie ferrée, qui monte en pente douce jusqu'à plus de 1000 m d'altitude. La douleur va et vient, plus ou moins forte ou acceptable. Elle impose des arrêts réguliers pour remettre de la crème anti-inflammatoire. Le genou a un peu gonflé. Je fais attention de ne pas appuyer trop avec la jambe droite. C'est frustrant. Je sens que j'ai de l'énergie. Mais il faut gérer. Si ça continue comme cela, elle ne m'empêchera pas d'arriver au bout.

J'ai repéré une pizzeria à Villapalacios. Je devrais y être vers midi, après une centaine de kilomètres. Parfait. Las, Pizzeria Bananas est fermée. Je fais le tour du village, tous les autres restaurants le sont aussi, commence à envisager de repartir sans manger, jusqu'à ce que je tombe par hasard devant une minuscule épicerie dans une venelle. Le gérant s'apprête à fermer, je me dépêche de lui prendre quelques provisions car je n'ai plus grand chose à me mettre sous la dent. La place du village, avec l'église et la mairie, m'offre son ombre et sa fontaine. Il est 13h30. Comme d'habitude, noix de cajou, melon, sandwichs au saucisson et à la sardine, vache qui rit, pomme, banane, chocolat... on ne change pas une recette gagnante !



De vieilles dames traversent la place et m'observent. Des couvreurs travaillent sur le toit de la mairie par cette chaleur. Vie quotidienne d'un petit village espagnol.



Je me fais la réflexion que je n'ai vu aucune école depuis mon départ. J'y suis pourtant attentif... les villages traversés seraient-ils trop ruraux ? Peu d'enfants également. Où sont-ils ? À la ville pour les vacances ? Au frais dans les maisons ?

Je ramasse tous mes déchets au moment où une envie subite me surprend. Les problèmes gastriques liés à l'hydratation et à l'alimentation sont fréquents en cyclisme longue distance. Après avoir fait le tour de la place, le constat s'impose : pas de toilettes publiques aux alentours, aucune maison où frapper, il est 14h30, toute l'Espagne dort. Toute l'Espagne ? Non, pas les couvreurs, qui ont une vue surplombante sur tous les endroits où je pourrais me cacher pour me soulager. L'envie devient irréprouvable. Je n'ai pas de cuissard de rechange, l'accident n'est pas permis.



Après un énième tour, je trouve un carton que j'emporte dans le seul endroit hors de vue, entre deux piliers de l'église. Il était temps ! J'entends des pas alors que je ne suis pas essuyé. Je remonte à moitié le cuissard, l'homme ne se retourne pas. Ouf ! Quelle histoire épique ! On a le niveau d'aventure qu'on peut hein ; - ) J'ai honte d'avoir laissé ce carton là. J'aurais dû le déposer dans un des bacs à ordures disséminés en ville, mais l'idée n'est venue qu'après. Stress quand tu nous tiens...

Ma route continue sur de belles pistes roulantes au royaume des oliviers. Somptueux. Reposant.



Quelques kilomètres avec une cycliste en voyage. Paroles sans suite, fuite du temps, la vie qui file...





Villanueva del Arzobispo. 19 h. Après avoir poussé le vélo dans la rue principale, trop raide pour cette fin de journée, j'arrive enfin à l'hôtel que m'a réservé Isabelle. Petite journée aujourd'hui. Je décide de me mettre en mode guerrier pour le lendemain, sinon je ne tiendrai pas l'objectif des 6 jours.

