

## Le soin des pieds selon Paolo Rumiz

Paolo Rumiz, journaliste et écrivain voyageur italien arpente l'Europe dont il a parcouru toutes les frontières. Cette fois, il a décidé de parcourir à pied sur sa totalité la Via Appia, de Rome à Brindisi.

Il en tire un livre remarquable - **Appia** chez Arthaud - octobre 2019, plein d'humour, dans lequel il consacre un paragraphe au soin des pieds.

« Les pieds ont leurs tables de la loi. Premier commandement, sanctifie-les à chaque instant : tes pieds portent ton corps et sans eux, tu ne verrais pas le monde. Deuxième commandement , écoute-les : ils t'envoient un million d'informations, alors qu'ils évoluent à l'aveuglette, enfermés dans tes souliers. Ce sont eux et non pas la tête qui savent où se trouve la route. Troisième commandement :soigne-les. Interviens avec ton pansement dès que tu sens que ça brûle, c'est le premier stade de l'ampoule. Quatrième commandement : lave-les et rafraîchis-les à chaque torrent. Tu n'auras pas besoin d'autre chose, ni crèmes ni pommades miraculeuses. Cinquième commandement : consacre-leur du temps, chaque soir, une fois le chemin parcouru, pour qu'ils n'aient aucune raison de souffrir le lendemain. Sixième commandement : tu choisiras de bonnes chaussures, si possible en cuir. L'idéal serait des sandales, mais tu l'écarteras, toutefois, s'il y a des ronces. Septième, huitième, etc.... »

Mars 2021