

# Le Circuit de l'Abbaye : marchez vers des moments inoubliables!

Par Marie Beaupré  
En collaboration avec  
Nancy Martin et Lisette Maillé

Crédit photo : Circuit de l'Abbaye

**Marcher. Respirer. Contempler.  
Méditer. Se retrouver...**

Parcours de marche pèlerine lancé en juin 2018, le Circuit de l'Abbaye forme une boucle de 155 km au cœur de la région de Memphrémagog, à partir de l'emblématique Abbaye de Saint-Benoît-du-Lac. Empruntant en grande partie les chemins secondaires paisibles et peu fréquentés, le Circuit invite les marcheurs à découvrir les trésors que recèlent la région. À travers ses paysages imprenables, ses sites historiques et patrimoniaux riches et l'accueil chaleureux de ses habitants, vous vivrez une expérience de ressourcement et d'introspection qui vous habitera longtemps.

À l'instar de nombreux autres itinéraires de marche pèlerine au Québec, le Circuit de l'Abbaye s'inspire du célèbre chemin de Compostelle, qui date du Moyen Âge. Et, bien que le terme comporte une certaine connotation religieuse et que le parcours fasse découvrir cimetières et églises, nul besoin d'être croyant pour le suivre. Même si les baby-boomers représentent la majorité des marcheurs, surtout chez les femmes, l'aventure est accessible à tous. Le seul prérequis : pouvoir marcher plus de quatre heures par jour pendant plusieurs jours consécutifs. Et toutes les motivations sont bonnes : relever un défi physique, vivre un ressourcement, rechercher le silence intérieur, faire des rencontres ou, tout simplement, retrouver le plaisir de marcher. « Le Circuit de l'Abbaye est un parcours de marche autonome, ce qui signifie que le marcheur est aussi l'organisateur de son parcours. Pas de groupe, pas de date de départ fixe, pas de formule préétablie. Si on le fait en entier, il faut se préparer pour huit jours de marche, donc sept ou huit nuitées. L'excitation et la fébrilité commencent dès le début de la planification »,

explique Marie Beaupré, directrice générale d'Action Memphré-Ouest (AMO), l'organisme promoteur du projet.

Bien que la marche pèlerine appelle à la réflexion et à l'intériorisation, n'oubliez surtout pas de vous retourner souvent sur votre chemin! Devant vous se déploiera alors toute la grandeur et la beauté de la nature que vous découvrirez sous un angle différent, à chacun de vos pas.

## **Faire le premier pas : une concertation intermunicipale hors du commun**

Le Circuit de l'Abbaye est le fruit d'une formidable concertation entre les huit municipalités du secteur ouest de la MRC de Memphrémagog, soit Saint-Benoît-du-Lac, Austin, Canton d'Orford, Eastman, Stukely-Sud, Saint-Étienne-de-Bolton, Bolton-Est et Canton de Potton.

« C'est l'évolution d'une idée qui date déjà de plusieurs années. À l'origine, nous cherchions à mettre en valeur le riche patrimoine religieux de notre territoire : l'Abbaye, bien sûr, mais aussi nos cimetières et nos églises, puis s'y sont greffés nos paysages et notre patrimoine historique. Nous voulions aussi favoriser la qualité de vie de nos citoyens en leur offrant des activités de plein air. Quoi de plus naturel que la marche! Nous renforçons ainsi leur sentiment d'appartenance en les incitant à visiter leur milieu et les villages voisins », dit Lisette Maillé, mairesse d'Austin et présidente d'AMO.

Vous aussi avez envie d'une expérience vraiment exaltante? Pour plus d'information, visitez le [www.circuitdelabbaye.com](http://www.circuitdelabbaye.com).



Crédit photo : Circuit de l'Abbaye



Crédit photo : Circuit de l'Abbaye