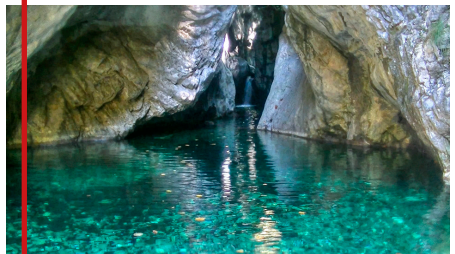


Bendola 2018

Rando-canyon

Descente de la Bendola en solo

10 au 15 août 2018



Marc Gapp

Table des matières

Vendredi 10 août :	4
Samedi 11 août :	6
Dimanche 12 août :	10
Lundi 13 août :	14
Mardi 14 août :	18
Mercredi 15 août :	22

Rando-canyon dans les Alpes Maritimes

Vendredi 10 août :

Deux ans après avoir fait la descente de la *Bendola* en solo, j'ai décidé de retenter l'aventure, de nouveau seul :

Monter à pied depuis *Saorge* et descendre le canyon en 4 jours.

Pourquoi donc récidiver alors qu'il y a deux ans, déjà, c'était à la limite du raisonnable (la limite était même franchie je crois...) ?

Avec le temps, on a tendance à idéaliser les choses. Le cerveau gomme ou estompe les points négatifs et ne subsistent en avant-plan que les moments que l'on a appréciés... Enfin, mon cerveau est comme cela, je ne sais pas pour le vôtre.

J'ai certainement, plus ou moins consciemment, oublié une grande partie des difficultés pour ne penser qu'aux bons moments qui me revenaient constamment en mémoire. En particulier, et je ne sais pas vraiment pourquoi, je me revoyais bivouaquant à la résurgence, un peu avant la cascade de 40m. Je voulais retrouver cette sensation particulière d'être seul au fond de cette entaille vertigineuse dans la montagne. Souvent, le soir avant de m'endormir, je me replongeais dans cette ambiance où se mélangeait le sentiment d'être insignifiant, fragile au milieu de ce milieu sauvage, et celui de se sentir en quelque sorte dans un cocon, protégé des difficultés étouffantes du quotidien qui me pèsent chaque jour un peu plus. Être seul, face à moi-même, en ne pensant à rien d'autre que de trouver la force d'avancer dans cet environnement, et ce n'est pas une mince affaire, où le moindre faux pas peut avoir des conséquences dramatiques.



Saorge depuis le monastère

En 2016, déjà, je considérais que tenter cette expérience, à 59 ans et avec le handicap du diabète qui mine insidieusement mes capacités physiques, était presque de la folie. Mais je ne pouvais que le supposer avant de l'avoir fait. Après l'avoir fait, j'étais certain que c'était de la folie.

Alors pourquoi vouloir le refaire avec 2 ans de plus au compteur, le diabète que je sens s'aggraver, et sans entraînement, contrairement à 2016, où je faisais, chaque week-end, de longues randonnées avec plus de 1000m de dénivelé positif ?? Peut-être parce que je ne peux (veux) pas accepter ne plus pouvoir faire certaines choses. Pourtant je sais très bien que je ne peux plus faire autant qu'avant et que chaque jour qui passe limite encore plus mes capacités. Je sais pertinemment que bien des explorations que j'ai faites sous terre ne me sont plus accessibles aujourd'hui, et d'ailleurs, je ne chercherais même pas à tenter de le faire. Alors pourquoi est-ce différent avec la *Bendola*?? Je n'ai pas vraiment de réponse. Mais je cherche...

Toujours est-il que le 10 août j'arrive à *Saorge* vers 13 heures et je me gare sur le parking de terre situé avant la piste qui part en direction du *Castou*.

En principe, lorsque j'ai fait un long trajet en voiture, j'évite de faire de trop gros efforts le jour même, et le lendemain également. Il me faut un temps «d'adaptation» à cause du dia-

bête, car je suis tout de suite épuisé (peut-être à cause de l'alimentation pas très orthodoxe quand on est sur la route). Logiquement je ne devrais donc partir que demain ou après-demain pour monter jusqu'au gîte, chez Virginie, y passer la nuit et partir tôt le matin. C'est ce que j'avais fait en 2016, mais je n'avais pas fermé l'œil de la nuit car il faisait trop chaud dans la chambre. Alors, autant monter une partie et dormir (ou au moins me reposer) en chemin, au bord du sentier. Finalement je vais «gagner» un jour et décide de monter maintenant jusqu'à la *Pinée*, à 857m d'altitude. J'aurai de l'eau pour ce soir et je pourrai remplir les gourdes à la fontaine avant de partir demain matin.

Je charge le sac et pars du camion vers 15h30. Comme il y a 2 ans, j'ai beaucoup de mal à enfile le sac sur le dos. Il est quasiment aussi lourd qu'en 2016. J'ai pourtant limité certaines choses, dont la nourriture, mais j'en ai embarqué d'autres en plus... il me faut prendre aussi un repas pour ce soir, ce qui n'était pas le cas la dernière fois.

Il doit donc peser un peu plus de 30kg, ce sac, et il faudra le temps de m'y habituer. Mais ça, le temps, je vais l'avoir...

Je commence la longue montée, lentement, en plein soleil. Heureusement, un petit vent rend la température supportable. Tranquillement, j'arrive à l'entrée du village. Je bifurque à droite pour grimper vers le monastère où je vais m'arrêter un peu pour une petite pause. J'enlève le sac avec plaisir et je m'installe à l'ombre pour boire un coup et apprécier la vue sur la vallée et le village. Il y a un peu de monde qui se repose sur les pelouses devant le monastère ou qui vont le visiter. Le petit vent rafraîchit bien, il fait vraiment bon, mais je vais devoir continuer.

Je sors du village en empruntant le GR52A qui part en direction de la *Baisse d'Anan*. Très vite, la chaleur m'écrase, mais pas pour longtemps puisque je vais m'arrêter un moment au gîte pour dire bonjour à Virginie, qui va certainement être très surprise de me voir.

En effet, elle n'en revient pas de me voir, surtout quand je lui dis pourquoi je suis là. Elle n'aurait jamais pensé que je referais la Bendola seul, comme en 2016. «C'est de la folie...» me dit-elle, et je ne peux vraiment pas lui dire le contraire...

Après une bonne heure au frais, sous les arbres, je remets mon sac à la place qui sera la sienne pour quelques jours et conviens, avec Virginie, de lui envoyer un SMS quand je serai sorti du canyon, en principe mercredi dans la soirée. En principe...

Cette fois je quitte la civilisation pour un moment, avec plaisir, mais non sans une certaine appréhension.

Le sentier est quasiment plat au début et c'est agréable, malgré le poids du sac. Très vite, malheureusement, la montée commence. Pas trop dure au début, jusqu'à la *Chapelle Ste Croix* où je fais un petit arrêt avant d'attaquer les festivités : la montée jusqu'à la *Pinée*. Le sentier est mal dessiné, il traverse des caillles, des graviers sur lesquels on patine à chaque pas, et son tracé est perpendiculaire aux courbes de niveau, donc la pente est bien raide. Mais il suffit de prendre son mal en patience et d'avancer, en évitant le lever la tête pour ne pas voir tout ce qu'il reste à parcourir.

Enfin, vers 18h30 je pose le sac près de la fontaine, avec soulagement. Une bonne chose de faite !



Fontaine de la *Pinée*

Reste maintenant à installer un bivouac sommaire et collecter un peu de bois pour faire chauffer l'eau qui servira au repas. Le seul endroit plat est tout contre le bassin de la fontaine. L'herbe y est bien épaisse, signe d'une humidité certaine à cet endroit. Je n'ai pas trop de choix, de toute façon. Je sors un minimum de matériel pour éviter que cela prenne trop de temps à remballer demain matin. Je gonfle le matelas que j'ai emmené cette année et je le glisse dans le sursac de survie ainsi que le duvet. De cette manière, je suis sûr de ne pas glisser en dehors des matelas.

La nuit s'annonce agréable : ciel dégagé, température agréable. Tant mieux ! Autant bien commencer car la suite risque de l'être beaucoup moins puisque la météo annonce des orages et de la pluie tous les jours à partir de dimanche et jusqu'à.... fin de la semaine prochaine... ça promet... Sûr que ce n'était pas vraiment une bonne idée de faire ce périple. Mais bon, *alea jacta est...*



il faut tester l'efficacité du réchaud

Je ramasse du petit bois pour alimenter le réchaud de survie que j'ai acheté. Je suis sceptique sur son efficacité car il est vraiment minuscule. Il se présente sous la forme de 5 plaques à assembler. Il faut un peu de dextérité pour le monter, mais ça va. Il est bien rigide et semble stable, compte tenu de sa petite taille. Il y a également une coupelle pour pouvoir le faire fonctionner avec du méta (alcool solidifié), ce qui est utile si on ne trouve pas de bois sec ou si l'on est feignant et pressé, car il faut pas mal de temps pour porter 1 litre d'eau à «presque» ébullition. Une ventilation pour favoriser le tirage n'aurait pas été du luxe, mais plus volumineux.

Avec de la patience, je réussis quand même à obtenir suffisamment d'eau chaude. Au repas ce soir : plat lyophilisé pâtes bolognaises Decathlon, 2 morceaux de saucisson, 1 babybel, 1 barre de céréales et 1 café. La nuit s'installe délicatement, et les étoiles vont progressivement apparaître à mesure que le ciel s'assombrit. Il fait bon ici et je m'installe dans le duvet pour observer le ciel qui promet d'être magnifique. C'est la période des étoiles filantes, et je suis à l'affût. J'ai tellement de vœux à faire, alors autant m'y prendre tôt. Bientôt je m'assoupis et la nuit promet d'être reposante. Mais non, je me réveille sans cesse, comme si j'étais inquiet. Aucune raison voyons, mais rien n'y fait, je me réveille dès que je sens que je m'endors. Tant pis, j'en profite pour regarder le ciel entre 2 assoupissements et je vois effectivement pas mal d'étoiles filantes.

Samedi 11 août :

Par contre, je sens de plus en plus l'humidité et, avant le lever du jour, le sursac, le matelas et le bas du duvet sont complètement trempés. Pire que s'il avait plu ! Je me lève vers 5h et je dois essayer de faire tout sécher, le plus possible, surtout le duvet qui est en plumes. Je doute que cela sèche car l'air est bien humide (signe qu'il devrait faire beau), mais je pends quand même duvet, sac de survie et matelas sur les arbres aux alentours. J'en profite pour me faire un café en attendant.

Comme je le supposais, ça ne sèche pas beaucoup et je suis obligé de remballer dans l'état, en espérant que je n'arriverai pas trop tard ce soir et qu'il y aura un peu de soleil.

Tout est rangé. Je fais le plein d'eau. En tout j'ai 2 litres et demi de réserve. C'est peu mais je ne veux pas trop me charger. Il y a 2 fontaines indiquées sur la carte : la *Fontaine Froide* et la *Fontaine des Chiens*, mais j'ai peu d'espoir qu'elles coulent au mois d'août.

6h30, je décolle de la *Pinée*. Première montée bien pentue pour atteindre le *col de Peiremont* à 1042 m d'altitude. 200 mètres de dénivelé pour débiter. Je monte doucement, mais malgré cela je m'arrête souvent car le sac pèse vraiment lourd. Je sens que la journée va être longue... et dure...

Petit à petit, j'arrive au col. Premier obstacle franchi. Il me reste encore presque 1000m de dénivelé à prendre, quand même. Je continue par un sentier qui longe les pentes nord de la *Crête de Colla Rossa*. Sur la carte ça semble bien, même s'il y a un gros cran bien pentu pour rejoindre le GR52A à la *Fontaine des Chiens*. Il faut quand même se méfier car entre la carte et la réalité, il y a quelques fois des surprises, surtout que certaines zones ont l'air escarpées et on n'arrive pas à distinguer les courbes de niveau sur la carte.

Premier désagrément : le sentier ne semble pas beaucoup pratiqué et la végétation obstrue le chemin à beaucoup d'endroits. Je dois constamment me baisser et me faufiler entre les branches basses des arbres. C'est fatiguant. Heureusement, peu à peu la végétation diminue au fur et à mesure que le sentier monte, car il monte bien, et il redescend par moment (c'est toujours démoralisateur...). Un peu avant d'arriver à la grande montée, je vois que le chemin descend vraiment beaucoup et je décide de suivre la courbe de niveau pour retrouver le sentier plus loin, en espérant que ça passe car la végétation est bien dense. D'autres ont déjà fait la même chose car on devine une trace plus ou moins apparente. Effectivement je rejoins le chemin après plusieurs centaines de mètres, à l'endroit où il attaque la montée. Ouh là, ça grimpe fort, très fort et quasiment tout schuss. Je monte très



en bas, la *Bendola*

lentement et j'ai l'impression que la montée ne s'arrêtera jamais. En plus, le chemin est glissant car l'herbe est encore bien trempée. Je devine enfin le replat du GR un peu plus haut. La fin est très dure, comme toujours, mais j'y arrive. Je suis à la *Fontaine des Chiens*, à 1485 m d'altitude et, comme je m'en doutais, il n'y a aucune trace d'eau, pas plus qu'à la *Fontaine Froide* près de laquelle je suis passé il y a

environ 1 heure... Je n'ai plus aucune chance de trouver de l'eau et je vais donc devoir me rationner. Pas bon pour les crampes ça !

Je continue le GR52A jusqu'à la *Baisse de Lugo* où je m'arrête pour faire une pause et manger un peu afin de reprendre des forces. Le soleil est là maintenant, mais il est encore tôt et l'altitude rend la température agréable, même un peu fraîche.

Je ressens déjà la fatigue alors qu'il me reste encore du chemin à parcourir. J'ai l'impression que c'est plus dur qu'il y a 2 ans, mais ce n'est peut-être qu'une impression car les choses passées ont tendance à s'estomper alors que le présent est bien là, lui, et il se fait bien sentir. C'est vrai qu'en 2016 j'avais galéré pour monter jusqu'à la *Cime d'Anan* et surtout pour suivre les crêtes de la *Pointe de Lugo*.

Je dois repartir maintenant sinon je ne pourrai plus avancer. Avant d'arriver à la *Baisse de Lugo*, il y avait des anciennes boîtes de nourriture pour chien, une ficelle qui doit servir à attacher un animal, et d'autres choses auxquelles je n'avais pas vraiment fait attention. Je retourne voir si il n'y aurait pas d'eau, par hasard. Je vois un bidon de 10 litres avec un liquide incolore à l'intérieur. Je l'ouvre et goûte... c'est de l'eau. J'en prends un petit peu car je crains de ne pas en avoir assez, mais j'en laisse suffisamment pour le pauvre chien qui doit rester attaché ici quelques fois.

Je reprends mon chemin de croix. Pour l'instant ça ne grimpe pas trop mais dans peu de temps ça va changer, lorsque je quitterai le GR pour monter en direction de la *Baisse de Chiay*. En 2005, nous avons emprunté ce sentier mais au bout d'un moment, celui-ci disparaissait sous la végétation abondante et nous avons dû monter au jugé dans une espèce de jungle encombrée d'arbustes qu'il fallait sans cesse enjamber pour pouvoir avancer. Mais à cette époque, nous n'avions pas de moyens pour s'orienter comme nous en avons aujourd'hui. Ça devrait être plus facile de ne pas perdre la trace avec la carte IGN au 25000ème installée sur l'iPhone, et la fonction GPS. C'est d'ailleurs ce qui m'a décidé à reprendre ce chemin.



la Baisse de Chiay

Juste dans un virage du GR, le sentier grimpe vers la droite. Pas de problème pour voir la trace, au contraire, car il y en a plein des traces ! Les moutons doivent monter au col en passant par ici. Le problème, c'est que les moutons passent partout et donc, il y a une multitude de traces. Laquelle suivre ? J'avance donc au hasard en gardant constamment un œil sur le GPS pour surveiller que je ne m'éloigne pas trop du tracé théorique. Malgré cela, j'avance en zigzag, un coup trop bas, un coup trop haut, mais naturellement j'ai tendance à monter moins qu'il ne faudrait. Je dois donc rectifier le tir et monter directement dans la pente pour reprendre plus de dénivelé.

Petit à petit je m'approche de la *Baisse de Chiay*, mais c'est un peu difficile de suivre un vrai chemin et je me retrouve souvent empêtré dans des arbustes qui gênent la progression.

Je réussis à rejoindre le sentier mal tracé qui part vers la *Baisse de Pourtiguère* juste avant d'arriver à la *Baisse de Chiay*. Je tiens le bon bout. J'ai fait pratiquement tout le dénivelé que j'avais à faire. Content d'arriver au col. Le ciel se couvre et je suis à moitié dans la brume. Il fait même froid car je suis trempé par la transpiration. J'ai dû perdre plusieurs litres d'eau et ma réserve dans la gourde qui reste est bien basse, mais ça devrait aller.

Je suis accueilli par 4 ou 5 patous qui descendent en courant vers moi et en aboyant bien fort. Un troupeau de moutons et de chèvres arpente le versant du *Balcon de Marta* et les chiens font consciencieusement leur travail, d'autant plus que le berger surveille depuis le haut. Ça ne les empêche pas de venir réclamer des caresses, avant de repartir tranquillement vers le troupeau. Il ont l'air bien heureux de gambader sur les alpages, sans sac...

Je repars bientôt car j'ai un peu froid. Il va falloir maintenant longer les pentes abruptes du *Balcon de Marta* qui domine le vallon de la *Bendola* de plusieurs centaines de mètres. La difficulté consiste maintenant à trouver les bons passages. Il faut essayer de deviner un léger semblant de trace et la suivre au mieux. Pour cela je dois sans cesse monter et descendre en essayant de ne pas basculer de côté à cause du poids de ce maudit sac.

La fatigue se fait sentir et j'ai hâte de pouvoir poser le sac. Je ne devrais pas arriver trop tard et je pourrai peut-être faire sécher le duvet et le sursac, si le soleil veut bien se montrer, ce qui plutôt incertain à l'heure qu'il est. J'espère qu'il y aura de l'eau en haut, au fond du vallon, comme en 2016. En principe oui, car d'après les dires de Virginie, il a plu quasiment tous les jours depuis le mois de mars. Ça devrait donc aller. Je tends l'oreille pour entendre l'eau, mais je suis encore trop loin ou je suis peut-être au-dessus de la partie sèche encore car je n'entends rien d'autre que le souffle du vent dans les mélèzes et, au loin les cloches des moutons.

Le chemin est long maintenant mais j'aperçois le grand vallon après lequel il faut tirer sur la droite pour rejoindre le lit du ruisseau. Enfin !

Trop pressé d'en finir, je fais le mauvais choix de descendre alors que j'aurais dû prendre le passage du haut, et je me retrouve trop bas dans le grand vallon. Je ne peux pas traverser à cet endroit, c'est trop dangereux, et je suis contraint de remonter le vallon; pas grand-chose, mais je peine à monter (c'est sûrement psychologique car dans ma tête j'étais déjà arrivé...). Petit à petit, sans me presser, je choisis les passages les moins difficiles et je rejoins le tracé normal. Ouf! c'est bon, je n'ai plus qu'à longer et à descendre au fond du vallon dès que possible, à condition qu'il y ait de l'eau.

Des clôtures électriques ont été installées, pour les vaches ou les moutons je ne sais pas, et des installations ont été faites, probablement par les bergers. Un énorme groupe électrogène trône sur un replat et des câbles électriques rampent dans l'herbe dans différentes directions. Je passe sous la clôture électrique, mais je m'aperçois que je suis un peu trop en amont dans le vallon. J'entreprends donc de descendre un peu par le fond mais je tombe bientôt sur une verticale impossible à franchir sans matériel. Une station de pompage d'eau a été installée en haut de la verticale et de gros tuyaux plongent dans la vasque en bas, pour en récupérer l'eau. Des barreaux en acier inox ont même été plantés dans la roche pour pouvoir accéder plus facilement à la grosse pompe qui se trouve de l'autre côté du ruisseau. En bas de la cascade, je vois une grosse bâche verte qui traîne dans le passage de l'eau, des morceaux de ferraille, seaux.... Ces gens n'en ont rien à faire du ruisseau et laissent tout traîner. Ça me désole...



1er bivouac, sur une dalle inclinée

Je remonte après la clôture pour redescendre ensuite le vallon en contournant la cascade. Une pente descendante, bien raide me permet d'accéder au ruisseau, après la cascade, et je continue sur le bord du ruisseau. Heureusement il coule pas mal, et c'est déjà une bonne chose. J'arrive à l'endroit où j'avais bivouaqué en 2016. Tout de suite après, il y a une autre cascade, et comme je n'ai pas vu d'autres endroits, plus haut, où je pourrais m'installer, je vais devoir envisager de passer la nuit sur la dalle inclinée, comme il y a 2 ans. Ça ne m'enchant guère, mais je n'ai pas envie de descendre plus bas pour trouver un autre hypothétique endroit. Il faudrait que je sorte le harnais, la néoprène... car il y a une vasque en bas.

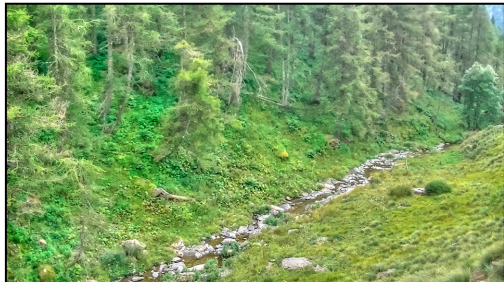
À contrecœur, mais soulagé, je dépose le sac. J'en ai plein de dos, même si je n'ai plus rien dessus... Je déballe tout de suite duvet, sursac et matelas gonflable pour les suspendre aux arbres. Il est 16 heures. Le soleil est encore là, et ça devrait sécher un peu.

Au moins je n'ai pas à faire de terrassement car le sol est déjà plat, en pente, mais plat. Heureusement que j'ai le matelas gonflable car je me souviens avoir eu le dos cassé ici, la dernière fois.

Deuxième chose, tendre une cordelette pour mettre la bâche; même s'il y a du soleil, le temps est incertain et peut vite changer à cette altitude. Pas évident de positionner la cordelette dans le même axe que la dalle car il n'y a pas d'arbres dans l'alignement. Je suis obligé d'utiliser des touffes d'herbe que je lie avec de la ficelle... S'il y a un orage trop violent, ça ne tiendra jamais. En plus j'ai oublié de prendre un cierge avec moi... il ne me reste donc, comme possibilité, que de croiser les doigts...

Je vais maintenant chercher du petit bois pour pouvoir faire chauffer l'eau du repas. Pas évident il n'y a que du mélèze, et humide pour corser les choses. Il a dû pleuvoir il n'y a pas bien longtemps. C'est bien pour le ruisseau mais moins bien pour le feu. Je collecte tout ce que je peux aux alentours, mais c'est pas terrible.

Le vallon étant bien encaissé, le soleil a quitté l'emplacement où je suis, et je peux donc installer le couchage qui n'est pas tout à fait sec; mais ça devrait aller. De toute façon, là où je suis, l'humidité ne manquera pas, avec les pieds à moins de 50 cm du ruisseau, surtout si je glisse un peu pendant la nuit... Normalement, tout étant solidaire, ça ne devrait pas arriver. Tant mieux ! Se réveiller les pieds



Le haut de la Bendola se nomme ruisseau de Marta

dans l'eau ne fait pas partie des expériences les plus agréables.

Avec du temps et de la patience (beaucoup), je réussis à faire chauffer suffisamment d'eau pour préparer les «délicieuses» pâtes à la bolognaise de Decathlon, et même me faire un café. Il fait quand même presque nuit et je ne vais pas traîner longtemps «dehors», enfin en dehors du duvet je veux dire, parce que dehors, je vais y être encore un moment.

Le matelas est bien agréable. Je ne sens pas la dureté de la roche et je vais donc peut-être réussir à me reposer. Je n'ai pas dit «dormir». Faut pas exagérer quand même. On est à la *Bendola*, et je n'ai jamais réussi à y dormir. Qui sait, peut-être une première en vue.

Dimanche 12 août :

Pas de première, pour cette nuit en tout cas. 10 minutes sur le dos, 10 sur le côté droit, 10 sur le côté gauche etc.. Mais la nuit a été calme avec le bruit du ruisseau qui s'écoule tranquillement pour se transformer en cascade une vingtaine de mètres plus loin. Il fait bon dans le duvet et c'est difficile de se décider à en sortir. Pourtant il le faut car je dois essayer de partir tôt. Il est environ 7h et il fait froid dehors, car nous sommes en altitude. Je mets mon poncho de survie sur les épaules pour conserver un peu de chaleur, le temps de m'activer un peu. Après ça sera bon. Il ne fait pas encore vraiment jour mais le ciel semble bien dégagé. Très bien ! Je cherche un peu de bois pour mettre en route le réchaud. Café indispensable ! Vital ! Faudra pas être pressé. Le temps que l'eau chauffe, je commence à remballer. Le duvet est sec, le sursac aussi malgré l'humidité ambiante, heureusement pas trop importante. En étant seul, la corvée de repliage et rangement prend énormément de temps. Ça ira mieux les autres matins, mais le premier est toujours plus long. J'ai fait le

plus gros, et je vais avaler un café avec une ou deux bricoles avec. J'en profite pour faire la séquence vidéo du matin.

Il est 9 heures et je suis «presque» prêt. Il reste à m'équiper quand arrive un groupe de canyonneurs. Ils sont 6 ou 7, et arrivent au compte-goutte. Ce sont des étrangers mais je n'arrive pas à déterminer de quel pays ils sont. On échange 2 ou 3 mots ainsi que 2 ou 3 gestes, pas plus. Ils sont bien entendu surpris de me voir seul et étonnés de voir que j'ai visiblement passé la nuit ici. Ces français... doivent-ils certainement penser. J'aurais pu les rassurer en leur disant qu'ils n'étaient pas tous comme cela...il y en a des «normaux»...

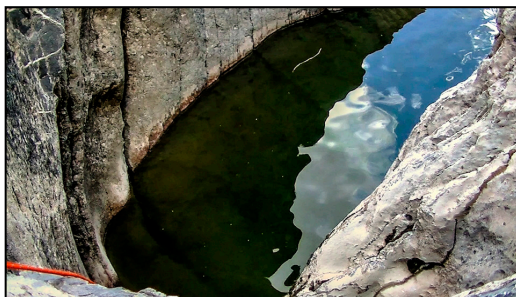
9h30, c'est parti ! Mieux qu'en 2016 où j'avais dû démarrer vers 10h30, je crois. 1 heure, ça compte.

J'équipe le premier rappel qui doit faire 12 mètres avec une corde de 53m. Pas trop le choix de toute façon, je n'ai qu'une corde de 53m de 2016, et une autre de 51m achetée cette année. Impossible d'en prendre plus. C'est le minimum pour pouvoir descendre la plus grande verticale, celle de 45 mètres. La nouvelle corde est rangée dans un sac étanche pour éviter qu'elle ne se gorge d'eau tant que je n'en ai pas besoin. C'est du poids en moins, enfin c'est plutôt pas de poids en plus, pour être plus juste.

Je me mets dans le vide et sors la caméra pour filmer cette première descente. Pas évident avec le poids du sac dans le dos, la caméra à positionner dans une main, surveiller le cadrage «selfie» et accessoirement contrôler la descente d'une autre main (celle qui reste, en général). Zut, la mise au point de la caméra est floue et je ne fais pas attention au reste. Et vlan ! Un pied dérape et je me retrouve en bascule sur le côté, l'épaule et le casque viennent cogner la roche et je dois faire attention à ne pas lâcher la caméra, ni la corde qui contrôle ma descente. Un bon départ que voilà... je râle comme un veau (c'est un euphémisme. Regardez la vidéo et vous verrez... enfin vous entendrez, plutôt). Rétablissement, sueurs froides et 2ème tentative, qui sera heureusement la bonne. Espérons que ça n'arrivera pas souvent (on peut toujours rêver et c'est bien de ne pas connaître l'avenir d'avance, sinon je



prêt pour la 1ère descente...



dans la partie sèche, les vasques sont peu engageantes

serais remonté les quelques mètres qui me séparaient du haut de la cascade, à la force des bras, pour m'enfuir... je ne sais pas où... mais pas par-là en tout cas).

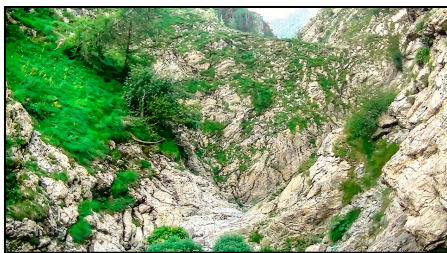
En bas, je tire le rappel de la corde. Le taux d'adrénaline est redescendu d'un cran pour revenir à une valeur plus standard. Ça épuise, l'excès subit d'adrénaline. Ce n'est pas vraiment ce qu'il me faut, puisque je viens à peine de commencer la journée

qui va, avec certitude, être exténuante et risquée. Les nombreuses désescalades dans la partie sèche, que je vais bientôt attaquer, sont, pour beaucoup, très délicates à négocier avec un sac aussi lourd et volumineux, car ses dimensions comptent beaucoup également : s'il est large, c'est très gênant pour descendre à certains endroits. Dans ces cas-là, il faudrait

l'enlever et le laisser glisser d'abord, mais la perspective de devoir à nouveau le hisser sur les épaules après me dissuade de le faire. Pourtant c'est ce que j'aurais quand même dû faire pour certains passages, dont la descente a bien failli très mal se terminer.

Je me souviens en particulier d'un passage acrobatique, en opposition entre la roche et un tronc d'arbre incliné qui descendait jusqu'en bas du ressaut. Pas de prises sérieuses, et en descendant un pied pour aller chercher un appui bien bas (l'autre jambe était donc complètement pliée), juste avant de réussir à atteindre cette prise, la longe du sac se coince dans une racine du tronc d'arbre et m'empêche d'aller plus bas. Impossible de remonter en reculant car je n'ai pas d'appui solide, étant en équilibre instable. J'essaye de sortir un bras de la bretelle du sac, pour l'enlever, mais la lanière de la sacoche des caméras, mise en bandoulière, s'est entortillée et je ne peux pas y arriver. En dessous, il y a peut-être 5 m de vide et pire, si je glisse je vais me retrouver pendu par le sac, les pieds dans le vide, sans possibilité de reprendre appui quelque part... C'est là, en principe qu'on a la fin de l'épisode et qu'il faut attendre le suivant

pour savoir si le héros va s'en sortir. Et bien, passons directement à l'épisode suivant, et, je vous rassure, le héros s'en sort. Je ne sais plus vraiment comment je m'y suis pris mais j'ai eu vraiment très chaud. S'il y avait eu quelqu'un derrière moi il aurait pu facilement débloquer la longe du sac, ou si quelqu'un avait été en bas il aurait pu remonter un peu et assurer mon pied sur une autre prise. Mais voilà, il n'y avait personne, et les choses auraient pu très mal tourner. Si le sac avait été moins lourd, je l'aurais mis en bout de longe, sous moi, donc la longe ne se serait pas coincée. Si si si si.... Facile avec des «si». Je vous garantis qu'après un épisode comme celui-là, on est complètement vidé. Et c'est loin d'être fini. D'autres passages ont également été «limites», mais celui-là m'a particulièrement marqué. «T'es vraiment c*n de t'être engagé une fois de plus tout seul là-dedans». Voilà ce que j'en ai dit; mais ce n'est pas la première fois que je me dis cela. Est-ce que ça m'a empêché de recommencer? Est-ce que ça m'empêchera de recommencer?...



dans la partie sèche

La longue partie sèche semble interminable. Il y a très peu de moments où l'on peut simplement marcher. La plupart du temps il faut désescalader, sans corde, des ressauts, parfois jusqu'à 10 ou 15 m de hauteur; installer des rappels pour franchir des verticales, avec de temps en temps, en bas, des vasques d'eau bien glauques qui sont toujours super glissantes à cause des dépôts végétaux; trouver le meilleur passage au milieu de chaos de blocs énormes : essayer par la droite, retourner pour essayer à gauche pour finalement retourner à droite car c'est là le «moins pire».

Le temps, qui était ensoleillé ce matin, se dégrade imperceptiblement. En début d'après-midi, le ciel est couvert; un orage peut-être? Bientôt, la pluie s'invite, ce qui complique considérablement les choses. Au bout d'un moment, les rochers et les ressauts à descendre sont des vraies patinoires. Il faut donc souvent trouver le moyen d'installer des rappels pour avancer avec un minimum de sécurité. Bien entendu, tout cela prend beaucoup de temps : trouver un endroit pour installer la corde de manière à ce qu'elle ne se coince pas lorsqu'on va la rappeler, une fois arrivé en bas (c'est impératif car il n'est pas possible de laisser une corde, sinon je ne pourrai pas descendre les 2 grandes cascades...), descendre, tirer le rappel de la corde (en croisant les doigts pour qu'elle ne se coince pas) avec parfois la frayeur de sentir qu'elle ne veut pas coulisser, d'être obligé de tirer comme une brute pour la faire

avancer 10 cm par 10 cm, et lover la corde pour la caser sur les épaules, par-dessus le sac. Il est 18 heures quand je peux poser le sac et trouver un emplacement pour passer la nuit. Je suis arrivé à l'affluent, un peu avant la cascade de 45m. Ici je pourrai avoir de l'eau. Indispensable ! Il faut trouver un petit coin pour installer le couchage maintenant. Celui que j'avais utilisé en 2016 n'était pas génial du tout et je dois essayer de trouver mieux. En remontant environ 50 m, je repère un coin calé entre 2 rochers sous lesquels il y a du petit gravier. Ça devrait faire l'affaire, mais il y a du boulot de terrassement à faire. Allez ! Je vire d'abord les grosses pierres et délimite un périmètre restreint car je suis seul, pas besoin d'une grande superficie. Il me faut un peu plus de 2m². Mais, même si ça paraît peu, il faut du temps pour arriver à un résultat satisfaisant. Voilà, c'est bien plat et il n'y a plus de pierres qui gênent. Maintenant, il faut installer la bâche car le temps n'est pas génial. Même s'il ne pleut pas pour le moment, il n'est pas exclu que ça vienne au courant de la soirée ou dans la nuit. Trouver d'abord 2 points d'accroche pour tendre la cordelette dans l'axe du couchage. 2 arbres solides vont servir et je peux installer la bâche sur la cordelette tendue. Restent 6 points d'attache à trouver également pour arrimer les côtés après avoir fixé les porte-jarretelles à chaque coin et aux milieux (système maison qui permet d'avoir une souplesse en cas de vent, de manière à ne pas déchirer la bâche qui est en polyane relativement fin pour être légère et compacte (et bon marché, en plus). 6 morceaux de ficelles nylon sont accrochées à des branches, racines, cailloux, enfin à tout ce qui susceptible de tenir.

Voilà une bonne chose de faite ! Le repas maintenant : trouver du bois sec d'abord. Ce soir je ne vais pas utiliser le réchaud, mais je vais plutôt faire un feu «classique» en aménageant unâtre et en me servant de la grille de barbecue que j'ai emportée (une des choses en plus par rapport à 2016).

Il fait quasiment nuit noire quand je peux déguster les super-pâtes «De-cathlon» (oui, toujours les mêmes... y-a du stock...).

Il ne pleut toujours pas, et je peux même prendre le temps de boire un café en m'imprégnant de l'environnement sauvage et calme. Pendant que je démarrais le feu, j'ai entendu des grognements à plusieurs reprises, pas très loin dans la forêt.

Un ours ? Oui, très certainement. Non, je plaisante. Plutôt un brocard intrigué, à juste titre d'ailleurs. Mon ami d'un soir est revenu, apparemment, car j'entends de nouveau les mêmes grognements. Mais je ne sais pas ce qu'ils veulent... dire. Intrigué, intéressé, en colère...? Curieux en tout cas.

Je retrouve, ce soir, ce sentiment ambigu que je ressentais à la maison, avant de m'endormir : me sentir insignifiant et en même temps protégé dans un cocon, loin de tous les soucis «futiles», en définitive. Ici c'est l'essentiel, le vital. Il n'y a pas de place pour la rancœur, la rancune, la jalousie, le superficiel et le superflu, l'hypocrisie qui porte de jolis noms pour camoufler l'égoïsme et l'égoïsme.... Tout cela ne veut rien dire ici, et c'est très certainement pour cela que je suis ici.

Oui, je sais ce que vous devez penser, et peut-être avez-vous raison, mais il faut se méfier des évidences et, surtout, des certitudes. C'est une des leçons que l'on peut tirer ici, comme



bivouac avant la cascade de 45 m, près de l'affluent

dans tout environnement non «calibré». Nous ne sommes pas grand-chose. Apprenons à entendre vraiment, à voir vraiment, à comprendre notre place réelle et ne jamais perdre de vue que nous ne sommes que de passage, ici comme dans la vie, mais que ce qui compte n'est pas forcément ce que nous faisons, mais peut-être comment nous le faisons. Nous devons savoir rester humble, tout simplement. La race humaine (ou plutôt l'espèce car le mot «race» a été banni...) se croit investie de tous les droits, de tous les pouvoirs et c'est probablement ce qui provoquera sa perte. Nous disposons de l'Intelligence paraît-il, et nous en faisons quoi? Nous laissons l'argent, et tout ce qui va avec, guider nos sociétés, nos attitudes, nos choix, ou encore la bien-pensance, le politiquement correct, les valeurs qu'on nous dit être les vraies, les comportements qu'il faut avoir ou ne pas avoir. Bref on nous apprend comment bêler juste pour éviter d'aller trop tôt à l'abattoir.

Bon, vous comprenez qu'il est temps que j'aille me coucher, et que la journée a été épui-sante....

Le couchage est parfait. Pas une pierre dans le dos. Il fait bon dans le duvet, le délicat bruissement de l'eau, plus bas; tout cela devrait contribuer à passer une bonne nuit, et ce ne sont pas les quelques bruits d'animaux, çà et là, qui pourraient perturber le sommeil.

Lundi 13 août :

Et pourtant, comme d'habitude, je n'ai pas dormi. Mais je me sens quand même moins épuisé qu'hier soir. C'est déjà bien. Bon il faudra voir ça quand je me lèverai.

Il est environ 7 heures quand j'émerge du sac de couchage, mais il fait encore bien sombre. Il faut dire que je suis sous les arbres et qu'il n'est pas possible de distinguer le ciel. Je ne sais pas s'il y a des nuages ou si le ciel est dégagé.

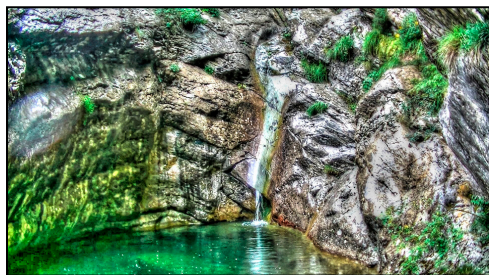
En me levant, je constate qu'il ne fait pas froid, et ce n'est pas bon signe. Pas d'humidité sur le sursac non plus. Pas bon tout ça, même si c'est plus facile de sortir du duvet par cette température.

Il faut commencer à remballer pendant que je redémarre le feu.

En principe, la journée sera moins longue que celle d'hier, mais il y a quand même pas mal d'obstacles à franchir, dont la cascade de 45 mètres qui n'est pas très loin d'ici.

J'interromps le rangement pour prendre le petit-déjeuner et filmer la séquence matinale quotidienne, désormais traditionnelle.

Bizarre, le jour ne se décide toujours pas à se lever. Il fait toujours aussi sombre. Je ne me presse pas trop car je sais, qu'en principe, j'ai le temps.



petite vasque un peu avant la cascade de 45 m

À 10h30, je mets le casque et je pose le premier pas du départ. STOP ! Un bruit inopportun entre dans mes oreilles, puis un deuxième, le tout en stéréo. Petit un : l'orage. Petit deux : la pluie sur les feuilles !

Voilà pourquoi il fait encore sombre. Je n'osais pas retenir cette hypothèse mais l'explication s'impose, et avec éclat.

Pas le choix, il faut que j'attende car ça va être très glissant et j'ai de très mauvais souvenirs

d'orages en haut, et en bas de la cascade de 45m (dont une décharge électrique dans les pieds, qui traînaient dans l'eau pendant que nous poireautions en haut de la 45, le temps que passe l'orage, qui lui, s'en foutait royalement et n'arrêtait pas de tourner et retourner au-dessus de nos têtes.).

Autant que j'attende ici, en faisant des réussites pour savoir si le reste de la journée sera meilleur. Mais, comme j'ai oublié les cartes, je ne le saurai pas....

Vers 12h30, je n'y tiens plus et, comme la pluie semble baisser d'intensité, je décide de partir en y allant doucement, quitte à tirer des rappels dans les passages les plus glissants.

Certains passages sont bien délicats, surtout quand on n'est pas encore «chaud».

Voilà enfin le toboggan qui précède le rappel de 45m dont j'aperçois les chaînes servant d'amarrage.

J'équipe le toboggan et je sors la 2ème corde de son sac étanche pour la passer autour du cou (non, pas pour me pendre...).

Le temps a l'air de se dégager et c'est tant mieux. C'est quand même plus sympa sans la pluie (et moins glissant aussi). Je mets ma longe sur la chaîne et ensuite, moment un peu inquiétant, je rappelle la corde qui équipait le toboggan. Je suis suspendu avec 45m en dessous, et 20m au-dessus, attaché sur un simple maillon...

Je passe la corde de 50m que j'avais autour du cou dans le maillon de l'amarrage et je la raccorde avec la corde qui équipait le toboggan. Attention à ne pas faire de fausses manœuvres et de laisser filer une des cordes en bas. Il faut donc bien réfléchir à ce que l'on fait, et faire attention qu'il n'y ait pas un nœud qui se forme sur les cordes sinon...blocage en cours de descente...

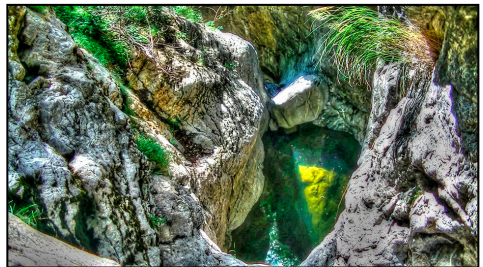
C'est bon, tout est prêt et je commence la descente. Au début, ça va, mais plus je descends, plus la corde est difficile à contrôler à cause du poids et de la corde neuve qui glisse beaucoup. Je dois faire attention à ne pas prendre trop de vitesse, sinon je ne pourrai plus stopper. J'en profite pour apprécier la descente et admirer cette magnifique faille étroite creusée par la force de l'eau dans la montagne.

Arrivé ! Ouf, ça fait du bien de poser les pieds au sol.

Je m'écarte le plus possible de la paroi que je viens de descendre pour pouvoir bien séparer les cordes. Si elles venaient à s'entortiller, elles risqueraient de se bloquer dans le maillon d'amarrage lors du rappel, et là....

Je commence à tirer sur la bonne corde, et je sens, avec soulagement qu'elle coulisser relativement bien dans l'amarrage. Il faut prendre son temps. Pas d'à-coups trop forts, pour éviter que tout se coince si les cordes sont emmêlées.

C'est bon. La corde dévale la falaise avec un long sifflement pour s'affaler au sol, sur les galets.



un rayon de soleil est toujours le bienvenu

Je remballer la corde neuve dans son sac, et je place l'autre dans la broche pour équiper l'obstacle suivant : un ressaut de 4 ou 5 m suivi, après une courte remontée, par un bombement de 5 ou 6 m qui «atterrit» dans une vasque sombre et profonde. Toujours désagréable de s'enfiler dans cette vasque, mais moins, quand-même, qu'il y a deux ans, car il y avait un rat mort, bien gonflé, qui surnageait presque à l'endroit où l'on rentre dans l'eau.

Entrer dans la vasque provoquait un remous qui ramenait le cadavre vers moi... Bof ! Pas très agréable. Faire le moins de mouvements et s'éloigner délicatement. Je rappellerai plus loin...

Après avoir traversé cette grande vasque, il faut en sortir, et je me souviens qu'en 2016 j'avais eu beaucoup de mal. Procédons donc avec méthode. J'accroche un bout de la corde sur le sac et j'enlève le sac qui contient les caméras pour le fixer également sur le sac à dos. J'accroche ensuite ma grande longe sur la longe du sac que j'ai pris le soin de rallonger. De cette manière je pourrai plus facilement m'extirper de l'eau sans être retenu par le sac ou autre chose, et ensuite, avec la longe, je tirerai le sac sur lequel tout le reste est accroché. Sortir de la vasque n'est pas facile du tout : il n'y a aucune prise pour s'appuyer avec les pieds (la roche est trop glissante) et aucune prise pour se hisser avec les mains, quasiment, car la roche est lisse. Heureusement, «quasiment», mais pas complètement et il faut se tirer du bout des doigts et essayer de faire ventouse sur la roche pour ne pas redescendre. Après quelques tentatives, je réussis à sortir relativement facilement. Parfait !

Après quelques mètres de progression, cascade de 18 m, plein vide, avec une autre vasque également bien glissante qui fait suite.

Les obstacles s'enchaînent : rappels, chaos de gros blocs à franchir, désescalades délicates, la routine quoi !

Je sais maintenant que j'arrive bientôt à la résurgence car je reconnais des passages caractéristiques, et notamment un rappel incliné qui aboutit dans une vasque glauque, avec le fond également incliné, et dont il faut sortir en escaladant un gros bloc bien lisse qui est coincé et forme un surplomb pas facile à passer. Même technique que tout à l'heure pour sortir de la vasque glissante, et je fais l'escalade du bloc sans le matériel. Mais là, pas aussi simple car le sac se coince sous le bloc quand je le tire avec la longe, qui me permet d'avoir une bonne prise pour tirer. Avec de la patience, et à force de râler (indispensable pour que ça marche...) je récupère tout le matériel. Je suis en équilibre sur une petite margelle qui domine une verticale d'une vingtaine de mètres. Pas évident de remettre le sac sur le dos comme cela, et ce n'est pas vraiment l'endroit où il faut perdre l'équilibre...

En bas de la verticale je suis à l'emplacement où nous avons établi un bivouac mémorable, en juin 1996. Surpris par un orage violent, avec de la grêle, nous avons vainement essayé de nous abriter à cet endroit. Heureusement un grand feu nous a aidés à supporter le froid qui s'installait. (Le feu ayant été mis tout contre la paroi pour renvoyer la chaleur, nous avons eu une grosse frayeur quand un morceau de la paroi a explosé, avec une forte détonation et des morceaux de roche qui fusaient de partout). La nuit arrivée, et malgré la pluie, nous avons installé le bivouac à cet endroit, au pied des falaises. Il n'y avait qu'un minuscule filet d'eau alimenté par la pluie et ça n'a pas été simple de préparer un repas chaud. Cette nuit-là, il a fait moins de 4°. C'est ce que nous avons appris plus tard, en sortant du canyon. Autant dire que la nuit a été rude, enfin pas pour tout le monde, car j'avais eu la «chance» d'acheter un duvet ultra compact (à l'époque ça n'existait pas) que j'avais emporté. J'ai bien cru qu'il allait y avoir une mutinerie et que je ne pourrais pas l'utiliser. En tout cas, à ce moment-là, j'aurais pu le revendre au moins 5 fois le prix que je l'avais acheté... J'ai même «presque» eu des scrupules à l'utiliser car il fallait voir toutes ces paires d'yeux envieux qui me regardaient m'enfiler avec délicatesse dans ce cocon de chaleur (bon, d'accord, j'exagère un peu pour la chaleur).

Voilà pourquoi je ne risque pas d'oublier cet endroit. Je sais que je serai bientôt arrivé à l'endroit du bivouac.

Voilà la grande dalle inclinée, si glissante quand elle est mouillée, qui surplombe la résurgence. Un rappel de 10m et j'arrive dans une belle vasque d'eau limpide... et bien froide... Après la descente de longues dalles inclinées, j'arrive à l'endroit qui forme un promontoire au-dessus d'une succession de cascades qui se termine par celle de 40m.

Enfin, avec un immense plaisir, je pose le sac. Il n'est pas très tard et j'aurai le temps de bien m'installer.

Je déballe les affaires et commence à faire du terrassement pour aménager un endroit relativement plat et sans gros cailloux, car, même si j'ai le matelas gonflable, celui-ci ne pourra pas atténuer les trop gros reliefs. Après un bon moment, j'obtiens un résultat



bivouac de la résurgence sur un promontoire

que j'estime satisfaisant, et je peux tendre la cordelette qui servira de support à la bâche. Celle-ci bouchera le passage qui mène au rappel suivant. Espérons que personne ne viendra tôt demain matin, mais ça serait vraiment étonnant. Mis à part le groupe rencontré au départ, je n'ai vu personne.

Je pose la bâche sur la cordelette et il faut maintenant la fixer correctement pour le cas où ça soufflerait bien cette nuit, ou en cas d'orage.

Corvée de bois ensuite et préparation de l'âtre pour pouvoir utiliser la grille de barbecue.

Je finis le repas à plus de 22 heures et je me couche enfin. Le sol est bien plat. En tout cas, pas de bosse dans le dos.

J'apprécie la nuit et le bruit lointain des cascades. Quelques pierres tombent quand même des falaises, mais pas tout près, fort heureusement.

Je suis à l'endroit auquel je pensais avant de m'endormir, dans mon lit. Voilà, j'y suis. Seul au fond de cette entaille, loin de tout, dans ce «cocon» sauvage où plus rien d'autre n'existe, que le moment présent.

Je me concentre sur tous les bruits, les odeurs, les sensations que je ressens à chaque instant qui passe. Je visualise mentalement le parcours de demain, en ne pensant à rien d'autre.

J'aurais pu être détendu et réussir à m'endormir, mais, malgré le calme et le confort du couchage je n'arrive pas à fermer l'œil. L'inquiétude s'est installée au fond de moi. J'ai des doutes sur mes capacités à terminer cette descente. Peut-être ai-je surestimé mes forces. Ça me semble beaucoup plus dur qu'en 2016. Est-ce simplement une impression? Comment trouver les ressources pour arriver en bas? Mais en même temps, je suis bien ici, et je n'ai pas envie de sortir, de retrouver cette vie qui me pèse considérablement. Difficile de concilier ces contradictions. Tout cela tourne dans ma tête et la nuit est longue. Si je ne réussis pas à me reposer, ça va être encore plus difficile d'avancer demain... mais rien n'y fait, je ne trouve pas le sommeil et je passe la nuit à me tourner d'un côté, puis de l'autre.

Le ciel s'éclaircit progressivement mais il fait frais en dehors du duvet. Je vais attendre encore un peu. Vers 7 heures, je sors quand même et j'enfile le poncho de survie pour me donner du courage. Je commence à ranger le duvet, puis le sursac, comme ça, je ne me recoucherai pas...

Tout de suite, je redémarre le feu pour pouvoir faire chauffer de l'eau car un café s'impose. Le jour n'est pas encore levé dans le canyon, mais le ciel est bien dégagé et il semble être bien bleu. C'est toujours plus encourageant, même si en définitive, ça ne change pas grand-chose aux efforts qu'il faudra fournir toute la journée, qui sera bien remplie, sans aucun doute.

Il doit être 10h ou même 10h30 quand je me mets en route. Il a fallu que je répare mon harnais dont les sangles qui maintenaient les cuissards ont cassé. Elles étaient trop usées. Il faut dire que le harnais n'est pas tout jeune. Il doit dater de 2008, je crois et c'est trop embêtant de marcher comme ça, avec les 2 cuissards qui glissent vers le bas et empêchent de pouvoir lever correctement les jambes. Je récupère la lanière qui servait à porter le sac étanche destiné aux caméras (qui s'est déchiré dès le premier jour de la descente). Au moins, il n'aura pas complètement servi à rien...

Je dois aussi refaire ma montre dont un axe, qui supporte une des parties du bracelet, s'est délogé de son emplacement.

Première petite désescalade en oppo pour arriver au départ du premier rappel qui fait environ 12m. Ce rappel est un peu pénible car il faut descendre en «oblique» en s'éloignant de l'aplomb. Ce qui risquait d'arriver arrive : mon pied glisse sur la mousse et, avec le poids du sac, je ne réussis pas à éviter un méchant pendule qui me fait rejoindre l'aplomb, mais de manière un peu trop brutale. Je viens littéralement m'éclater contre le paroi et j'amortis le choc, enfin j'essaye, avec mon coude gauche et ma tête, heureusement protégée par le casque. Sur le coup, je ne sens pas grand-chose, mais par la suite, le coude me fera souffrir, surtout lorsqu'il faudra forcer dessus pour enlever/remettre le sac et lors des désescalades.

La journée commence bien !



une belle vasque profonde conduit à la cascade de 40 m

Une bonne nouvelle quand même. Pour équiper la cascade de 25m qui fait suite, il fallait faire une escalade bien glissante et sans prises évidentes. Quelques mètres seulement à monter, mais pas évident, surtout en étant seul (sinon un copain peut servir de «prise» ou aider à tirer, et, il peut passer le sac une fois qu'on a réussi à monter). Encore un des nombreux désavantages d'être seul. Je constate

qu'un autre équipement a été fait et permet d'éviter l'escalade. C'est très appréciable.

Descente du 2ème rappel et il faut traverser une vasque (bien froide, car il n'y a pas très longtemps que l'eau est sortie de sous terre).

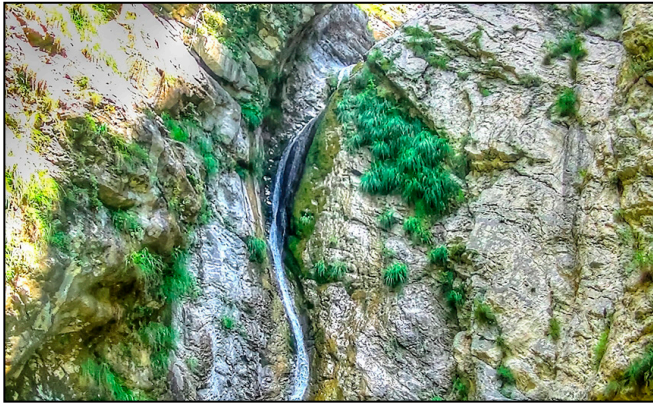
Je rappelle la corde sans la lover car j'en ai besoin juste après pour descendre le toboggan

de 20 m qui amène dans une très belle vasque profonde (malheureusement à l'ombre) qui débouche dans la cascade de 40 m. C'est après cette vasque, qu'en 1989 lors de notre première tentative de descente de la *Bendola* avec Laurent, nous avons dû nous échapper du canyon par les falaises car nous n'avions plus assez de corde, ayant été contraints d'en laisser une dans la cascade de 45m pour pouvoir la descendre...

Souvenir impossible à oublier, et c'est toujours avec un petit pincement à l'estomac que je passe ici.

Un pas un peu «olé olé» amène à l'amarrage à partir duquel on va descendre la cascade de 40m.

Je dois donc sortir l'autre corde du sac étanche et, comme pour la cascade de 45 m, je raccorde les deux «ficelles» à l'aide d'un nœud savant (et solide, tant qu'à faire). Le point de vue est superbe ! 40 mètres plus bas une grande vasque bien profonde m'attend pour



la cascade de 40 m

m'envelopper de sa froideur. En bas, le canyon s'élargit, et on voit bien la gigantesque cassure que fait le vallon de la *Bendola* dans la montagne calcaire. Les falaises qui bordent le canyon font plusieurs centaines de mètres de hauteur.

On doit être environ à 900m d'altitude et les sommets autour sont quasiment à 2000m.

J'en profite pour filmer la vue plongeante vers la grande vasque qui est malheureusement à l'ombre. Je prends mon temps pour bien apprécier la descente et respecter la bonne trajectoire. Si on part trop à droite, la corde risque de frotter dangereusement contre une arête rocheuse. Deux années de suite, la corde a été endommagée parce que nous descendions au mauvais endroit. Une chance qu'elle n'ait pas été cisailée complètement, sinon c'était l'accident. En tout cas, c'est resté gravé en moi et je fais attention à bien descendre dans le passage de l'eau.

Vraiment agréable la descente.. J'enlève le sac juste avant d'entrer dans la vasque qui reçoit la cascade et le laisse flotter tranquillement pendant que je m'enfonce dans l'eau pour enlever le descendeur. J'agrippe ensuite la corde sur laquelle il faudra tirer pour le rappel et je nage vers la sortie de la vasque en prenant appui sur le sac qui me sert de flotteur. La sortie se fait sans difficulté. Le soleil vient progressivement éclairer le plan d'eau et bientôt la lumière plongera au fond de la vasque pour l'illuminer en offrant un spectacle magnifique. Je n'ai malheureusement pas le temps de m'attarder pour en profiter car il me reste un long

chemin à parcourir et l'heure est déjà bien avancée. C'est fou ce que les journées peuvent être courtes... mais bien remplies...

Je me place dans le bon axe et tire sur la corde orange pour rappeler les 2 brins. Je dois vraiment tirer comme une brute pour faire coulisser la corde dans l'anneau d'amarrage en haut. Ça y est, elle a bougé. L'autre brin remonte lentement le long de la paroi de la cascade jusqu'à tomber avec un long sifflement dans la vasque. Ouf ! Un stress en moins. Reste à lover les deux cordes et replacer la plus neuve dans son sac étanche après l'avoir bien essorée. Je n'en aurai plus besoin pour le reste de la descente, sauf si la première se bloque dans un rappel, plus loin. Elle me servira alors de corde de secours. Le temps est bien ensoleillé et c'est une très bonne chose. La progression jusqu'au bivouac va être longue, et lente. L'eau est présente en permanence et il est facile de se rafraî-



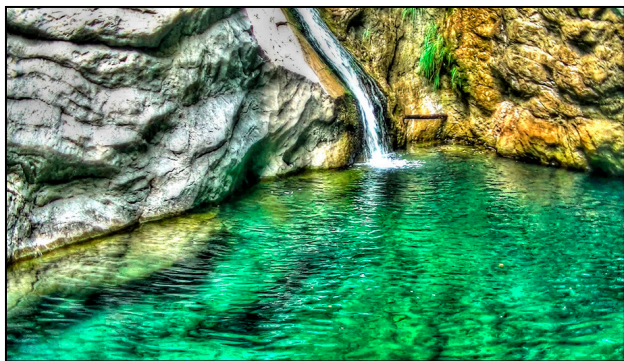
la cascade de 40 se jette dans une belle grande vasque

chir régulièrement. Les obstacles sont nombreux : chaos de blocs à désescalader, nombreuses cascades entre 8 et 16m de hauteur, suivies la plupart du temps par un bief profond et encaissé qu'il faut traverser à la nage et qui permet de se reposer un peu...

Difficile de réussir à se situer car il n'y a pas vraiment de passages caractéristiques. Le prochain repère, c'est la vasque en cœur. En progressant «normalement», nous y arrivions vers 16h - 16h30, mais là, il est déjà tard et en avançant à cette vitesse, je n'y serai pas avant 18h - 18h30, au mieux...

Petit à petit, le ciel s'est couvert mais je ne m'en suis pas du tout rendu compte, occupé que je suis à faire attention où je mets les pieds. Quelques encaissements bien sombres et hyper glissants ralentissent encore la progression : chaque pas que je fais doit être étudié;

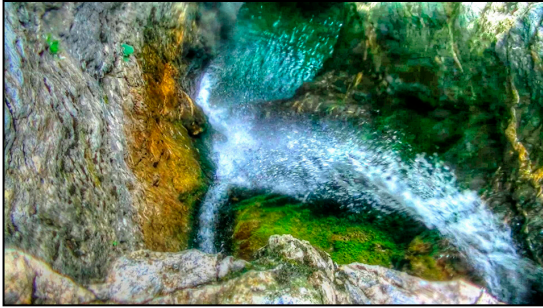
je dois m'attendre à glisser à chaque mouvement et être prêt à me réceptionner le mieux possible. Bien entendu, c'est arrivé à plusieurs reprises et certaines chutes auraient pu très mal finir. Pas évident de tomber la tête la première en avant et d'amortir la chute avec les bras, comme pour faire des pompes... C'est dans ces cas-là, entre autres, que l'on voit l'importance



cette vasque restera toujours attachée au souvenir de Franck

du casque. Pourtant ce n'est que depuis 2005 que j'en porte un et j'ai fait ma première descente de canyon en 1986, je crois... Je fais de la spéléo depuis les années 70, et là, le port du casque s'est tout de suite imposé comme une évidence.

La descente de canyon apparaît souvent comme une activité ludique et particulièrement agréable sous le soleil, et c'est peut-être cela qui minimise le ressenti du danger. Pourtant, c'est loin d'être une activité sans risques. Les nombreux accidents en canyoning, parfois mortels, le prouvent malheureusement. Il ne faut jamais oublier que l'on est en milieu naturel et que c'est donc la Nature qui «décide». Quelles que soient les précautions qui peuvent



une des nombreuses cascades se jetant dans un bief serré

être prises, le risque zéro n'existera jamais. Les personnes qui descendent clues et canyons doivent en avoir conscience, l'accepter...ou ne pas faire cette activité.

L'orage gronde au loin et se rapproche rapidement. C'est pas vraiment fait pour m'aider à avancer plus vite mais, comme dit ci-dessus, c'est la Nature qui a la main... et je devrai faire avec. Peu après, quelques grosses

gouttes d'eau viennent s'éclater sur les rochers, et très vite, tout devient glissant. Je ne peux (veux) pas m'arrêter car il est tard. Je préfère avancer, même si c'est très lentement.

J'ai de la chance car la pluie ne dure pas très longtemps, et la roche devrait donc sécher assez rapidement. Mais le ciel reste gris et il se fait tard, ce qui ne va pas aider à sécher.

Toujours pas de vasque en cœur en vue. Plusieurs fois j'ai l'impression d'y arriver, mais non, c'est encore plus loin. Je commence à stresser car il va bientôt faire nuit : au fond du canyon il fait sombre très tôt.

J'arrive enfin à la vasque. Il est 19h30 ! J'envisage de m'arrêter ici pour bivouaquer, mais aucun endroit ne s'y prête... que des dalles inclinées... Je dois me résoudre à continuer. Un peu plus loin, il y a un toboggan qui oblige à plonger complètement dans une vasque bien profonde et ça ne m'enchantant guère. Pourvu que je trouve un endroit avant...

Tout en avançant dans la nuit tombante, je scrute à droite et à gauche. Rien ! Rien de rien ! Je dois encore continuer. Je sens que je ne vais pas échapper au toboggan.

Et puis, en rive gauche, un semblant de plage de galets un peu plus spacieuse que les autres. C'est décidé, je m'arrête là.

Il y a du boulot de terrassement, mais tant pis, je bosserai.

Le sol est complètement trempé et quand je remue les galets pour essayer

d'aplanir le sol, c'est encore pire. J'obtiens un emplacement à peu près convenable d'environ 2 m². ça suffira. Je déroule la corde pour l'étaler sur les galets et je sors les affaires de couchage : couverture de survie, sursac et à l'intérieur je glisse le matelas et le duvet. Je ne mettrai pas la bâche. C'est risqué car le ciel était bien gris avant la tombée de la nuit et je reçois régulièrement des gouttes d'eau... Tant pis ! Je dois partir tôt demain matin, dès qu'il fera un peu clair, si je veux avoir une chance d'atteindre le *pont de la Baragne*. Ça me fera



dernier bivouac dans la Bendola, en principe...

gagner du temps si je ne dois pas remballer la bâche. Ce n'est pas un bon calcul, je le sais, mais ce ne serait pas facile de positionner correctement la bâche et de trouver des points d'attache pour la cordelette qui sert de faitière. Trop compliqué... et surtout, je suis fatigué. Alors tant pis, je prends le risque.

Même si je suis épuisé, et surtout parce que je suis épuisé, je dois absolument bien manger ce soir, sans quoi je n'y arriverai jamais demain.

Impossible d'espérer trouver du bois sec et je vais donc utiliser l'alcool solidifié que j'ai heureusement pris. Ça fait plaisir d'avalier quelque chose de chaud, même si c'est une ration Decathlon... Elle semblerait presque bonne... presque, faut quand même pas exagérer...

Un café quand même avant de me coucher et je me glisse enfin dans le duvet, après avoir mis à l'abri, et en hauteur, toutes les affaires.

Je ne sens pas de cailloux dans le dos (merci encore au matelas, décidément un bon investissement), et je serais presque bien, si la pluie ne me tombait pas dessus... Pas bien... Pourtant, il fait nuit noire et je vois bien les étoiles qui scintillent au-dessus de moi... Bizarre... En fait, ce doit être simplement le feuillage qui s'égoutte de l'eau qui est tombée cet après-midi. Ça devrait donc s'arrêter progressivement.



magie d'eau et de lumière

Je suis donc plus serein et je peux même me dire que je vais réussir à dormir, bercé par le doux bruit de la *Bendola* qui coule paisiblement à quelques dizaines de centimètres de moi.

Je pense à cette aventure : parti vendredi après-midi et nous sommes mardi soir. 5 journées intenses et pourtant, malgré toutes ces difficultés et les dangers qui rôdaient tout au long de mon avancée, je n'ai pas vu le temps passer. Je ressens un curieux sentiment. Bien sûr, je veux sortir du canyon, bien sûr... mais en même temps je suis à ma place au milieu de cette nature brute et authentique, et je sens une vague de nostalgie qui submerge mes pensées. Cette descente a été, et elle n'est pas encore finie, plus que difficile et je sais que je n'aurais pas dû l'entreprendre. Par conséquent, cela signifie que je ne pourrai plus la refaire, seul tout du moins, et ça me rend profondément triste. C'est dans ces moments que l'on se sent encore plus vieillir, et que c'est difficile à accepter, pour moi en tout cas. Mais peut-être cela fait-il partie d'un processus d'acceptation (c'est bien dit, non?)... peut-être... en tout cas, j'ai les BOULES (c'est moins bien dit peut-être, mais c'est clair, non?).

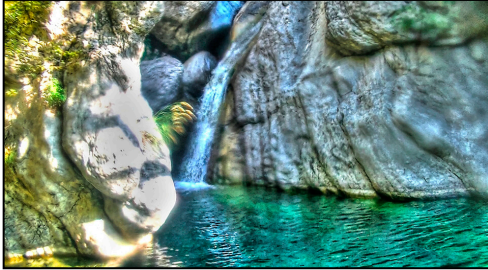
Le fil de mes pensées se dilue dans le bruit de l'eau et je me laisse planer à droite, à gauche tout le long du canyon, construisant ainsi mes souvenirs, peut-être les derniers que j'aurai de la *Bendola*...

Mercredi 15 août :

Je n'ai pas réussi à dormir, bien entendu, mais je suis relativement reposé quand les premières lueurs du jour naissant viennent dessiner le contour des crêtes que j'aperçois à travers le feuillage des arbres. Je dois me lever. Une longue journée m'attend. Enfin, non,

elle ne m'attendra pas. C'est à moi de bouger.

Quelle difficile et inhumaine opération que de sortir du duvet alors que tout est humide partout. Par chance, il ne fait pas froid, pour l'instant en tout cas, car très bientôt, le toboggan va se charger de me refroidir. Rien que d'y penser je claque des dents. Allez, je remballe tout, même si c'est trempé. Normalement, ce soir je n'aurai pas besoin du matériel de couchage. Le plus embêtant, c'est le volume et le poids. Pas évident de tout rentrer dans le sac.



de bon matin, le fameux toboggan...

Je fais chauffer de l'eau pour un café, et même deux tant qu'on y est. Séquence vidéo du matin dans laquelle je peux déverser toutes mes lamentations.

Il fait jour maintenant et je suis prêt à partir. Voilà, en route !

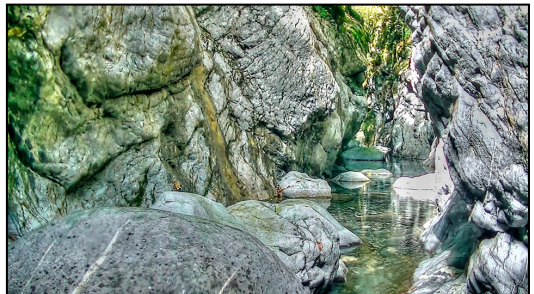
Peu de temps après mon départ, comme prévu, voilà le fameux toboggan. Heureusement, j'ai de la chance car le soleil éclaire superbement la vasque dans laquelle il faut s'immerger.

C'est nettement plus avenant que dans mes sombres pensées. D'abord le sac, la corde, la caméra puis le bonhomme. Grand plouf et j'ouvre bien les yeux dans l'eau pour admirer les rayons du soleil qui viennent éclairer le fond tourbillonnant. Ça réveille en tout cas mais ce n'est pas si terrible que cela car l'eau n'est pas très froide en fait. Je récupère tout le matériel et je filme ce joli toboggan ainsi que sa vasque.

Pour cette dernière partie de la *Bendola*, pas de rappel de corde : longue marche en rivière, encaissements sombres et glissants, biefs profonds et limpides qui permettent de se reposer en se laissant porter par le faible courant. Tout cela est long, très très long. Il faut dire que je prends mon temps car c'est inutile de vouloir avancer vite sous peine de fatiguer rapidement et de risquer des glissades à l'issue incertaine. «*Qui va piano va sano e va lontano*». C'est ce que je mets en pratique.

La journée passe et, bien que fatigué, ça avance relativement bien. Il y a deux ans déjà, la dernière journée m'avait semblé relativement plus facile.

Mais le temps avance toujours au même rythme, alors que le mien, lui, a ralenti. Ça ne fait rien, si je n'arrive pas au pont avant la nuit, je sortirai la frontale ou je ferai un autre bivouac (pas souhaitable car je risque d'être réveillé par un hélicoptère si je ne donne pas de nouvelles ce soir).



le soleil réussit parfois à pénétrer dans les encaissements

Finalement, presque surpris, je vois le *pont de la Baragne* au loin derrière les arbres. Le voilà, tout beau tout neuf car l'ancien a été emporté par une crue (il est pourtant à 4 ou 5m au moins au-dessus de la *Bendola*!). La fatigue se fait bien sentir et je ne suis pas encore sorti. Mais, bon, c'est déjà inespéré d'être arrivé là. J'enlève la néoprène, ça sera plus facile et moins chaud pour avancer, car la montée va être rude pour sortir du canyon. Effectivement, c'est ardu, et je dois m'arrêter

souvent. Arrivé en haut, il fait presque nuit. Je passe les quelques cabanes plus ou moins abandonnées pour rejoindre un bel affluent qui fonce à toute allure rejoindre la Bendola.



le pont de la Baragne. Inespéré !

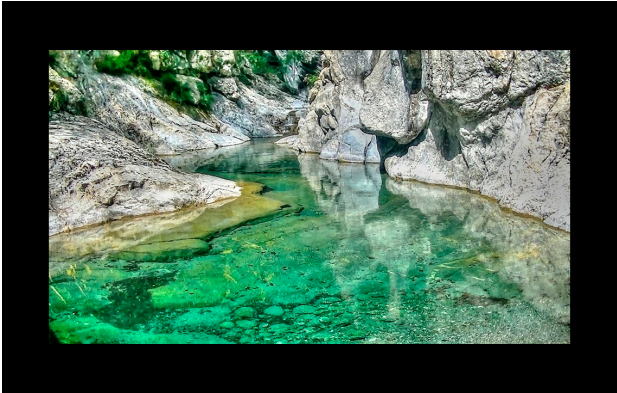
Peu après, j'allume la frontale car je n'y vois plus rien. Le chemin n'est plus très long mais je le trouve interminable jusqu'au *pont du Castou* où l'on rejoint la piste qui porte le même nom. Il fait nuit noire et je peine à avancer droit tout le long de la montée qui ne semble pas avoir de fin. Je regarde sans arrêt mon téléphone pour pouvoir prévenir de ma sortie, mais toujours pas de réseau... Arrivé au

Castou, un signal m'indique qu'il y a du réseau. C'est un message de Virginie, déjà, reçu à 22h49 : «*Pas encore sorti?*». Je m'arrête pour lui répondre que tout est OK (menteur). Chaque pas me coûte énormément et je ne vois pas le bout de cette maudite piste qui n'arrête pas de faire des détours et des contours. Le sac m'écrase les épaules et me casse le dos, c'est insupportable; il faut que je m'arrête. J'arrive près d'une maison en ruine. 4 ou 5 marches en pierre permettent d'y accéder. Je me pose sur l'escalier pour faire porter le poids du sac sur une des marches. Pas question de l'enlever, je n'arriverai pas à le remettre. Pas facile de faire reposer le sac, et encore moins facile de vouloir repartir. Tellement pas facile, qu'en essayant de me relever je bascule, tombe dans le vide pour venir atterrir sur la piste en contrebas, et je me retrouve couché sur le côté. Impossible de me redresser et me remettre debout à cause du poids du sac et impossible de réussir à l'enlever de mon dos. Tant pis. Je reste là! Couché sur la piste. Trop fatigué. Stop!

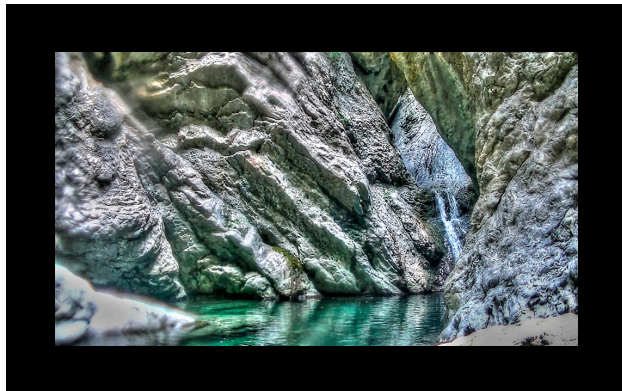
Mais la raison prend quand même le dessus et à force de contorsions je réussis à sortir du sac. Un gros effort pour le poser sur une marche et un autre effort surhumain pour l'enfiler. Je continue à avancer comme un zombie jusqu'au camion où je suis arrivé à ... je ne sais plus quelle heure. Une chose est sûre en tout cas : je ne pensais pas y arriver.



content de sortir ? pas sûr...



la Bendola est maintenant une belle rivière tranquille



fin de l'aventure... jusqu'à la prochaine fois ?...