

Mon journal

Juillet 2010



23 et 24 juillet

23 juillet

La pluie est de retour. Elle ne cessera que vers 12 heures. Je décide de ne rien faire. Le ciel est toujours couvert et de toute façon le terrain est mouillé donc être plus glissant !!! Je profite pour lire, écouter de la musique, travailler sur le livre. Le soir, Xavier me téléphone pour savoir si je suis toujours motivée pour faire l'ascension du refuge de l'aigle. Oh que oui ! Xavier m'informe que son ami viendra nous aider à la descente.



24 juillet

Xavier me donne RDV à 7 h au pied de l'âne à 15 mm du camping. Je n'ai même pas besoin d'entendre le réveil car je suis déjà réveillée depuis une bonne heure. A vrai dire, je suis stressée : je ne mets surtout pas en cause les compétences de Xavier au contraire j'ai confiance en lui à 200 % mais au fond de moi psychologiquement je me prépare à un éventuel échec.

Je me dis : vais-je quand même réussir sans l'aide de Patrice ? C'est pour cela que je ressentirai sûrement une si grande fierté arrivée là-haut: prendre conscience que je peux réussir une ascension tout simplement comme une personne valide uniquement à la force de mes jambes et de mes bras.

Même si Patrice n'était pas là physiquement il était omniprésent dans mon cœur... Xavier vérifie mon sac à dos : baudrier, crampons, veste, gourde, nourriture... Et en route pour 10 h 30 de marche. Le temps pour cette course est prévu en 6 heures. Xavier sait qu'avec moi ce sera plus long et cela engendre un stress supplémentaire pour lui d'autant qu'il est seul. Avant de partir, je l'informe que si je n'arrive pas au bout ce n'est pas grave et m'avoue alors que pour lui cela lui enlève déjà un poids. Après ses confidences, nous partons. Il fait très froid. Nous marchons avec les polaires et les gants. Au début, l'ascension me semble facile, dénivelés certes, on monte assez vite et d'ailleurs on prend de l'altitude assez vite. J'informe Xavier de ces ressentis. Au détour, d'un sentier Xavier me fait signe qu'il y a des chamois un peu plus haut. Il me laisse prendre des photos. Nous commençons à avoir chaud et enlevons nos vestes. Plus tard, nous faisons notre 1^{ère} pause et le vide m'impressionne déjà. Je confie à Xavier que j'ai l'impression que le vide me fait de plus en plus peur et me répond juste ceci : on apprivoise le vide et ne s'attarde pas sur le sujet et pour cause... Je le saurais bien assez tôt car je ne le sais pas encore mais dans quelques heures je serai bel et bien confrontée à ce vide...



Nous continuons et puis nous commençons doucement à évoluer dans les pierriers et dénivelés qui deviennent de plus en plus raides. Pour moi, il est évident de changer de position ; à partir de ce moment, je me déplacerai dorénavant sur mes 4 appuis. Je demande un peu plus tard à Xavier : Mais tu ne m'encordes pas ? Il me rétorque : et puis encore quoi !!! Au fond de moi je me réjouis car j'adore son attitude envers moi il me considère comme une personne normale et puis cela m'aide à prendre confiance en moi.

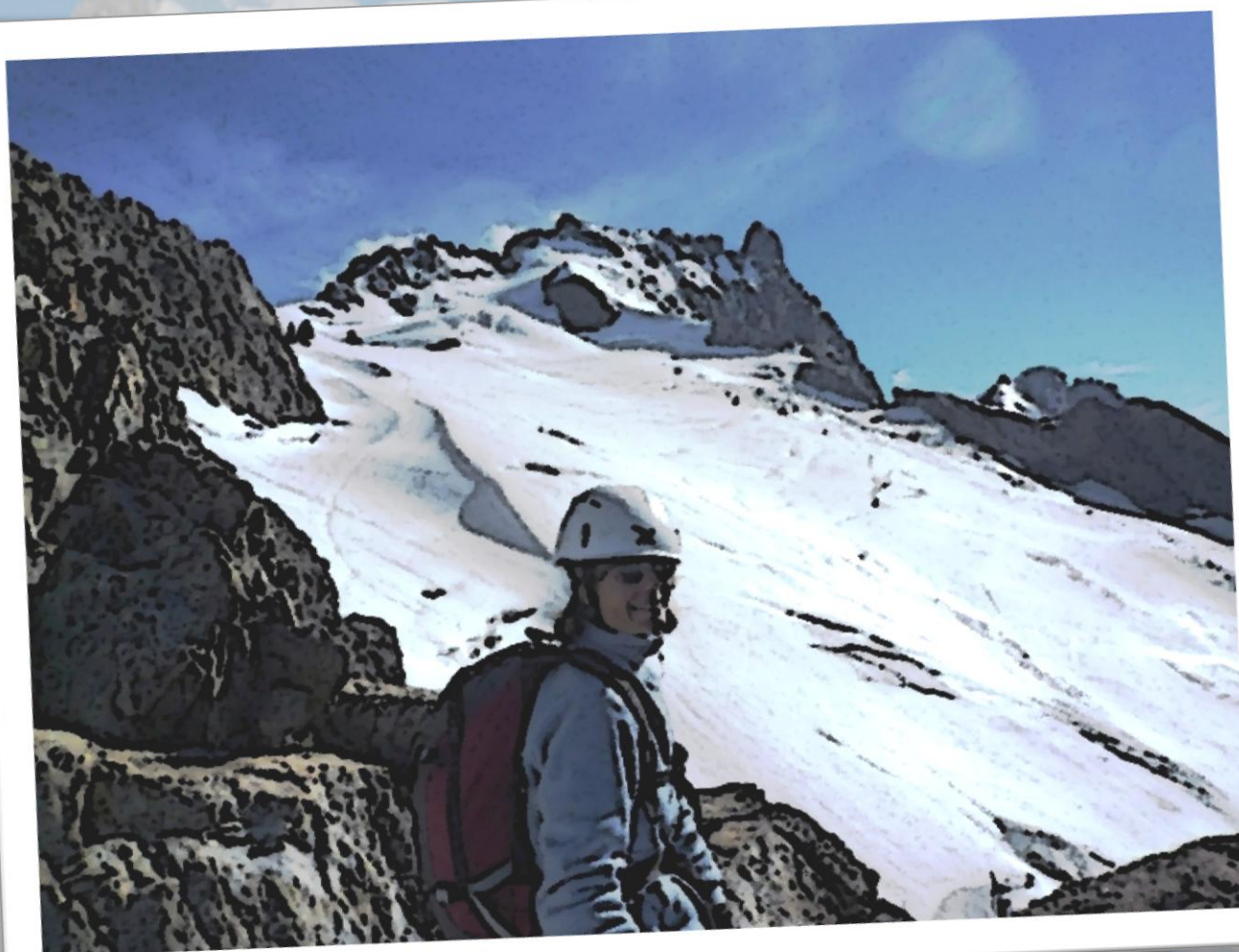
D'autres personnes nous doublent et se rendent eux aussi au refuge de l'aigle. Parmi ces personnes un collègue à Xavier. Ils discutent et je sens que Xavier n'est plus derrière moi. Panique !!! Pourtant, Il n'est seulement qu'à quelques pas. Je l'appelle et bien sûr il me rattrape en deux secondes... Puis il passe devant moi. Je progresse à petite allure mais je me sens si bien ! Puis tout d'un coup je lève la tête et puis plus personne... Je crie : t'es où Xavier, affolée. Sensation bizarre de se croire seule en montagne. Il était parti s'installer derrière un rocher, il prévoyait de faire une deuxième pause. Nous grignotons et là il m'encorde et me dit me mettre mon casque. Je lui dis alors que les choses sérieuses vont commencer...



Il passe devant moi jusqu'alors il était derrière moi. 5, 10 mm plus tard j'ai un coup de mou, je n'ai plus d'énergie. J'essaye de me reprendre mais rien n'y fait. Je sens que j'ai besoin de sucre. Tant pis, je préfère alerter Xavier et je prends quelques gorgées de miel. Cela me requinque. Tant mieux car c'est la partie la plus dure qui m'attend. Je continue tant bien que mal. Une succession de névés, rochers, arêtes m'attendent. Je pousse sur mes bras et mes jambes et je me réceptionne sur mes genoux et sur les tibias. J'ai mal... Je serre les dents. Et arrivée en haut d'une arête. Enorme choc. Changement radical de panorama. On sort de la partie rocheuse pour basculer sur le glacier et le vide devant et derrière soi. Waouh ! Je le dirai à plusieurs reprises tellement impressionnée. Nous devons être environ à 3100 m d'altitude. Xavier décide de faire une pause. Je me suis installée sur une grande dalle mais je ne suis pas pour autant rassurée. Lui est debout et me donne sa gourde très à l'aise. Moi j'ose à peine bouger, je prends et dévisse délicatement la gourde et je bois deux gorgées. Je suis terrorisée. Xavier s'en rend compte et me dit que je ne risque pas de tomber.

Dominer les montagnes sensation de pur bonheur !!! J'admire le panorama. Après quelques minutes, je commence à me détendre et à apprivoiser le vide. Xavier me montre le refuge chancel, les vallons de la Meije et me dit que derrière moi c'est l'Italie mais je ne suis pas si à l'aise pour me retourner... Je pivote un petit peu. Tout d'un coup je vois une épaisse et énorme forme blanche se déplacer vers nous. J'avais l'impression que si je levais le bras, je pourrais la toucher. Je lance à Xavier : Mais c'est quoi ? Et l'air amusé il me répond que ce sont les nuages... Après cette pause nous continuons mais je dois me lever pour continuer. Cette partie est très aérienne : le vide est là, derrière mon dos. J'évite de regarder en bas. Même si je sais que je suis en totale sécurité avec Xavier le mental prend le dessus ; je n'arrive pas à maîtriser ma peur du vide. Sur cette partie qui se nomme col du bec., je dois enjamber et me reculer de quelques millimètres du rocher pour je puisse continuer. Mais rien n'y fait ! Blocage ! Je peine à trouver des prises qui sont pourtant bien là. Xavier reste zen. Il est d'une extrême patience mais à la fin il m'empresse gentiment de passer. Je ferais 6 m en une demi-heure... Pourtant, j'ai l'impression que cela fait seulement 5 mm que j'y suis !!!

Après avoir enfin réussi à passer, une petite pause est bien méritée. J'informe Xavier que j'ai une petite envie. Je choisis bien mon endroit !!! À 3200 m pas de petit recoin et impossibilité de se désencorder sur les arêtes. Dit arrêtes dit descente. Impossibilité de se retourner. Ah ! on oublie sa pudeur à 3200 m et il en profite pour appeler le gardien que nous arriverons vers 20 heures. Normalement, toutes les personnes doivent arrivées pour 18 h 30, heure à laquelle le repas est servi A cette altitude, le manque d'oxygène se fait cruellement sentir. D'autant plus que j'évolue sur 4 appuis (je fournis plus d'efforts qu'une personne normale). J'ai retrouvé mes esprits et ayant « un peu » apprivoisé le vide j'arrive mieux à trouver des prises. Xavier m'encourage : « bien continue comme ça ma Sandrine » mais j'ai le souffle coupé. Chaque pas me prend énormément d'énergie... je dis à Xavier : attends il me répond : oui, j'attends. Cette réplique revient constamment sur cette partie sans jamais perdre patience... Il reste encore une grosse partie à faire la vire Amieux (câbles par endroits où on doit évoluer en pas chassés : le vide est derrière notre dos. Ma progression est lente mais Xavier est toujours aussi patient. Il a trouvé une astuce géniale : Pour les parties les plus risquées, il m'invite à poser mon pied sur le sien et cela me permet d'avoir un appui sûr. Enfin, nous arrivons à la dernière partie : le glacier. Xavier me redonne mes lekkis. Mais toute de suite, je sens que je suis en difficulté. Je suis en déséquilibre permanent. Je décide de m'appuyer sur une main (dénivelé). Xavier me dis qu'il y a encore du chemin et m'invite à me remettre debout et de marcher avec mes deux bâtons. J'essaye encore mais je ne suis pas du tout à l'aise et après quelques pas je lui dit que le bâton gauche est trop haut. Il me le redescend...



Traversée du Glacier... Superbe !! Nous sommes que tous les deux sur le glacier. Xavier m'informe qu'il n'a jamais vu une luminosité pareille. Au moins, avec moi, il a le privilège de voir des choses qu'il ne verrait pas avec d'autres clients. Je voudrais admirer le panorama mais je dois me concentrer sur la marche mais j'entends le bruit de nos pas crisser sous la neige génial !! (nous ne portons pas de crampons) Je dois me glisser dans les pas de Xavier pour ne pas tomber ce qui d'ailleurs ne va m'empêcher de tomber à trois reprises. Se remettre debout est très dur (après 10 h de marche, la fatigue est bien là et le manque d'oxygène se ressent aussi), je me concentre doublement car je ne veux pas risquer de retomber car me relever me demande de puiser dans mes dernières réserves. A la moitié du glacier, il me dit que l'on est bientôt arrivé... Je commence à bien le connaître !!! Pour lui cela signifie encore bien 20 mm de marche. Je ne me décourage pas pour autant, je garde le moral. Puis Xavier me dit de passer devant, signe que nous arrivons au refuge (primeur qu'il laisse au client). Encore quelques efforts à faire : le refuge est perché à quelques dizaines de mètres et nous arrivons. Après s'être débarbouillés, je lui fais un énorme bisou pour le remercier de son extrême patience et de sa gentillesse et quelqu'un nous prend en photo. Panorama exceptionnel ! Majestueux ! La Meije orientale est face à nous. J'ouvre la porte du refuge (il peut accueillir 17 personnes) et là on me fait une ovation ! Toutes les personnes se lèvent et m'applaudissent car ce le refuge de l'aigle n'est pas une course évidente.



Elle est technique. Apparemment, je suis la première personne handicapée à la faire. Cette ascension je la dois aussi à Xavier. Il a pris des « risques ».

Franchement, je ne sais pas si tous les guides pourraient le faire... Il me confiera que pour lui c'était un challenge de m'emmener 3450 m d'altitude !!! Je ne peux que le féliciter... Je ressens une si grande fierté que je le dis à plusieurs reprises. J'ai envie de la partager avec Patrice mais il n'y a pas de réseau... Nous sommes très bien accueillis. Une personne m'aide à sortir du refuge car les chaussons sont trop grands pour moi et me demande comme il doit me tenir pour m'aider. Dommage qu'il fasse aussi froid, je serais bien restée plus longtemps. Il s'intéresse à mon histoire et me pose des questions et je lui redonne le nom du site (d'ailleurs, attention très délicate, je découvrirai par la suite : il m'a laissé un petit mot sur le site). Il est 20 h 30. Juste le temps de manger, d'admirer le coucher du soleil, de me passer du gel arnica (mes jambes sont tuméfiées (bleus que je me suis fait lors de l'ascension).



Avant d'aller dormir je demande à Xavier s'il n'y a pas un autre moyen pour descendre. Il me répond que le seul moyen est par l'hélicoptère... Couchée, je vois la pleine lune. Elle me paraît si proche !!! J'ai très froid. Heureusement qu'à ma gauche, il n'y avait personne. J'ai pris les couvertures de mon voisin absent. J'ai du mal à trouver le sommeil car j'appréhende la descente. Je sais que ce sera encore plus difficile que la montée. Vers 4 h 30 nous sommes réveillés par les autres. Ils partent pour l'ascension de la Meije orientale. Le refuge est petit pièce unique : le dortoir est en face du réfectoire. C'est ça l'ambiance d'un refuge : bruit, ronflements, odeur nauséabonde, pas de douche, toilette à la turc mais j'adore !!! 2 h 30 plus tard, Xavier me réveille en me disant d'admirer le lever du soleil. Nous sommes que tous les deux au refuge. Nous prenons tranquillement le petit déjeuner et nous nous préparons tout doucement. Je suis agréablement surprise je ne sens pas de courbature. Entre temps une personne qui devait la Meije orientale a dû se résigner à faire demi tour (problème de crampons) Ah ! La loi de montagne. Et pour nous il est temps de repartir, nous avons RDV avec Thibault après la vire amieux. En mettant les crampons, je lance à Xavier sous forme de boutade : mais je croyais qu'un hélicoptère nous attendait !!! La descente sur le glacier se passe super bien. J'entends le crissement de la neige sous les crampons j'adore !!! Là je profite du panorama. Mais aussi des craquements. Je demande à Xavier d'où proviennent ces bruits. En fait, si je rappelle bien de son explication c'est dû aux vibrations de nos pas et des crevasses... . Puis nous arrivons à la vire amieux, Partie délicate. De plus c'est le mauvais côté : le pied d'appel est le gauche. Toujours d'une extrême patience, il me propose de mettre mon pied sur le sien et ainsi à mon grand étonnement et à celui de Xavier, j'évolue bien. Je fais même abstraction du vide, j'ai déjà beaucoup moins peur. Puis Xavier aperçoit son ami, Thibault qui nous attend un peu plus loin. Après des présentations et une petite pause, nous repartons mais cette fois à trois. Thibault a tout de suite su s'adapter à moi. Avec les mêmes qualités que Xavier nous progressons plus vite que la veille. Je prends conscience que je serais lors des futures ascensions que je devrais faire appel au moins à deux personnes lors la descente pour mon confort et celui de Xavier.

Et l'idée de me retrouver prise entre deux hommes ne me déplait pas, au contraire !!! Xavier me dit qu'il n'envisageait pas la descente serait aussi « facile » et que je le bluffe par mon mental et mon adaptation. Pour la descente, Thibaut pose mes pieds aux endroits stratégiques ou lorsque les prises sont trop grandes, il m'invite à poser mes pieds sur ses mains. Je descends sur les fesses par endroits sur les rochers et sur les névés (luge sur fessiers). Je me fatigue beaucoup moins à la montée. Arrivés au niveau des chemins nous faisons une grande pause. Nous profitons grandement du panorama. Après cette grande pause, Xavier me propose de le tenir à son sac mais je tiens à finir seule. Xavier a fait une ascension avec un groupe de personne non-voyantes et il a retenu cette phrase : profite et appuie toi sur l'expérience de l'autre...Je perds parfois l'équilibre mais je peux compter sur Thibaut. Il me rattrape. Après 7 h de marche nous arrivons à 1220 m (au point de départ). Le temps de me nettoyer un peu je les embrasse très fort tous les deux pour leur exprimer ma gratitude envers eux, ma joie et ma fierté. Merci Xavier ! Merci Thibaut ! Il s'est levé à 5 h et à passer sa journée en tant que bénévole. J'offre un pot et veux les inviter au restaurant pour les remercier. Ils sont ok pour le pot mais préfèrent que l'on mange chez Thibault. Là sa femme me propose un massage ! Très agréable! Nous passons une agréable soirée qui se termine vers minuit. En me raccompagnant à ma voiture, Xavier veut savoir si cela va aller pour le retour et je glisse à l'oreille de Xavier que je n'ai pas la force de rentrer que je vais dormir dans ma voiture car mes yeux se ferment. Et au moins de deux il me ramène chez eux, je me retrouve dans la chambre de ses enfants de Thibault et Céline qui sont partis chez leurs grands parents.

