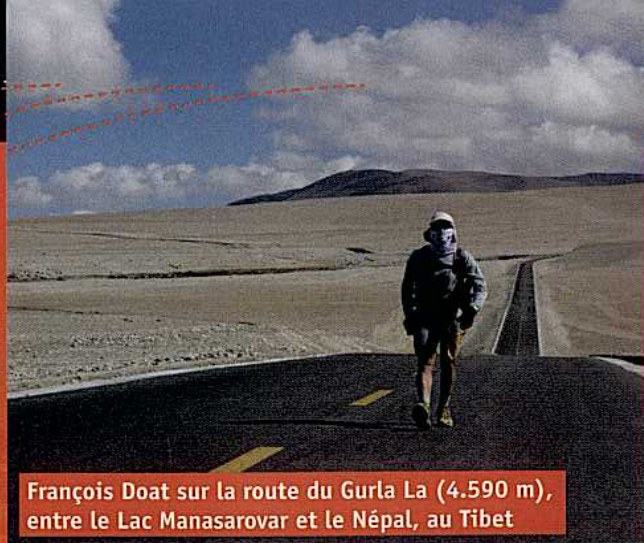


Virginie Duterme dans le Kagmara La (5.115 m)



François Doat sur la route du Gurla La (4.590 m), entre le Lac Manasarovar et le Népal, au Tibet



Bivouac

sentier aérien où l'on prie pour que l'attraction reste terrestre... C'est le seul chemin qui permet de « survoler » le Lac de Phoksumdo tout en gardant les pieds sur terre. Puis, ce fut la descente vers la Phoksumdo Khola. L'endroit où coule cette rivière est surprenant. C'est une immense steppe recouverte de toundra, plantée d'arbres blancs, parsemée de marécages et dominée par le Kanjirowa Himal (6.612 m). Lorsque nous sommes passés, un troupeau de yacks sortaient des eaux du lac. Une image surprenante. Dans notre esprit, au plus profond de ce no man's land, aux allures de fjord taillé dans l'Atlas Marocain, chacun s'attendait à voir surgir un velociraptor, comme dans Jurassic Park.

Nous étions en Terra Incognita et faisions chemin sur une trace perdue entre la rivière et une forêt de pins. Par moments, elle était invisible. Par endroits, elle était juste marquée par les empreintes laissées par les caravanes de yacks venues du Tibet. Même si nous étions loin des forêts primaires d'Humla Valley et de la Karnali River, avec leurs arbres aux racines immenses et des paysages dignes du film « Le Seigneur des Anneaux », l'ambiance du Phoksumdo était réellement fantastique... Dans l'ombre, il ne manquait que les lumières des Elfes. L'imaginaire était une réalité. À l'image des paysages entre Darma et Gamgadhi où nos esprits, nos corps voyageaient entre les écrits de Tolkien et « A Marche Forcée », dans tous les sens du terme, de Slavomir Rawicz. Longeant le cours capricieux et tortueux de la Phoksumdo Khola ; longtemps, nous avons serpenté en cherchant la meilleure trace ou la plus fraîche, une planche de bois sous le bras pour franchir le torrent sans alourdir nos chaussures. Puis, au détour d'un méandre, le chemin s'est retrouvé et quelques kilomètres plus loin, la montagne s'est ouverte vers le Nord-Ouest. Dans des gorges aussi hautes que profondes, un torrent tombait du ciel... C'était notre nouveau chemin...

Aucune trace, juste des cairns, posés et dissimulés, ici et là, balisant un itinéraire improbable, parfois vertical, et dénué de sens. À droite, à gauche... En haut, en bas... Il fallait suivre les caprices du torrent vrombissant sous la pierre ou jaillissant de

la glace. Escaladant, marchant, courant sur un chemin parfois ravin. Un cheminement ludique comme une course d'enfant sur des rochers en bord de mer. Au sortir des gorges de la Tuk Kyaksa Khola, nos pas ont commencé à rouler sur les moraines du Chhuran Lek (5.544 m), avant d'arriver dans les pâturages du « Camp des Champs de Neige » de Matthiesen, plus connu sous le nom du camp de base du Kang La, situé à 4.550 m. Au fond de la vallée, il y avait une immense chute d'eau totalement gelée. Une stalactite de glace grandeur nature. Incroyable ! Seul passage pour continuer, un chaos rocheux et glacé, prisonnier d'un ravin escarpé et ardoisé. C'est le chemin que nous indiquèrent des nomades Dolpo-Pa en train de prendre le thé, entourés de leurs chevaux sans vent...

« L'IMPRESSION D'ÊTRE SUR LA LUNE... »

Au fil des mètres verticaux gagnés, les sommets enneigés de l'Himalaya ciselaient à nouveau l'horizon, alors les paysages les plus proches devenaient de plus en plus lunaires. Chacun d'entre nous faisait son chemin, à son rythme et c'est seul que j'ai débarqué dans une nouvelle vallée d'altitude. Alors que j'imaginais Phu Dorjee en Flying Sherpa à plus de 5.000 mètres, Sébastien et Wouter commençaient à s'évanouir de mon champ de vision. Deepak et Jorbir avaient disparu. Sylvain, Fabien et Frédéric prenaient pied dans les Champs de Neige. Virginie naviguait près des eaux de Tuk Kyaksa Khola en souriant à un Jean-Marc de retour chez lui... En France, le Mont-Blanc aurait été sous nos pieds... C'est alors que le chemin s'est perdu dans les pierres ardoisées... Plus de trace, si ce n'est les ombres de mes camarades qui me précédaient dans la pente de schistes noirs du Kang La. Hormis le Ganja La (5.120 m) au Langtang, jamais je n'avais vu de col aussi pentu au Népal. Le temps de tracer une flèche sur la pierre, afin d'indiquer l'impossible chemin à mes camarades, je m'engageais dans des pourcentages m'obligeant à me pencher dans la pente pour rester debout... Trois pas en avant, un pas en arrière... Le

suite p44 >>>

SÉBASTIEN LESAGE

« Himal Race fait s'exprimer le meilleur de soi-même... »

C'est au nom de son père disparu, Chris, que Sébastien Lesage a disputé Himal Race. Quatrième de l'épreuve derrière Phu Dorjee Lama Sherpa, Wouter Hamelinck et Jorbir Khaling Raï, le Réunionnais a retrouvé avec bonheur les Chemins du Ciel qu'il avait déjà parcourus en 2008, lors de l'Annapurna Mandala Trail (6e). À l'issue de sa course 2010, son bonheur fut double puisqu'il a partagé le prix du Challenge de la Sportivité avec le Breton Frédéric Doyen. Sébastien revient sur l'aventure de son voyage.

Sébastien, quelle fut la part de voyage dans Himal Race ?

Le voyage est devenu au fil des kilomètres ce compagnon indissociable de Himal Race. Voyage dans l'espace bien sûr, voyage dans le temps également, mais aussi et souvent voyage intérieur. Dès l'instant où j'ai quitté le sol de La Réunion, je me suis mis dans la peau d'un voyageur. Ainsi, j'ai très rapidement perdu mes repères et me suis volontiers laissé porter par les événements. Le voyage n'étant plus seulement géographique, culturel ou historique, il devenait spirituel.

Et jusqu'où es-tu allé en toi dans ce voyage spirituel ?

Le plus loin possible ! Sur ce plan aussi, j'ai cherché à repousser mes limites mettant à profit chaque minute de ce voyage pour m'imprégner du mieux possible de ce fantastique univers. J'ai pu ressentir le bonheur de me trouver « ici et maintenant ».

Dans certaines régions, c'était de l'exploration. Comment vit-on cette épreuve lorsque le chemin se dessine au fur et à mesure que l'on avance ?

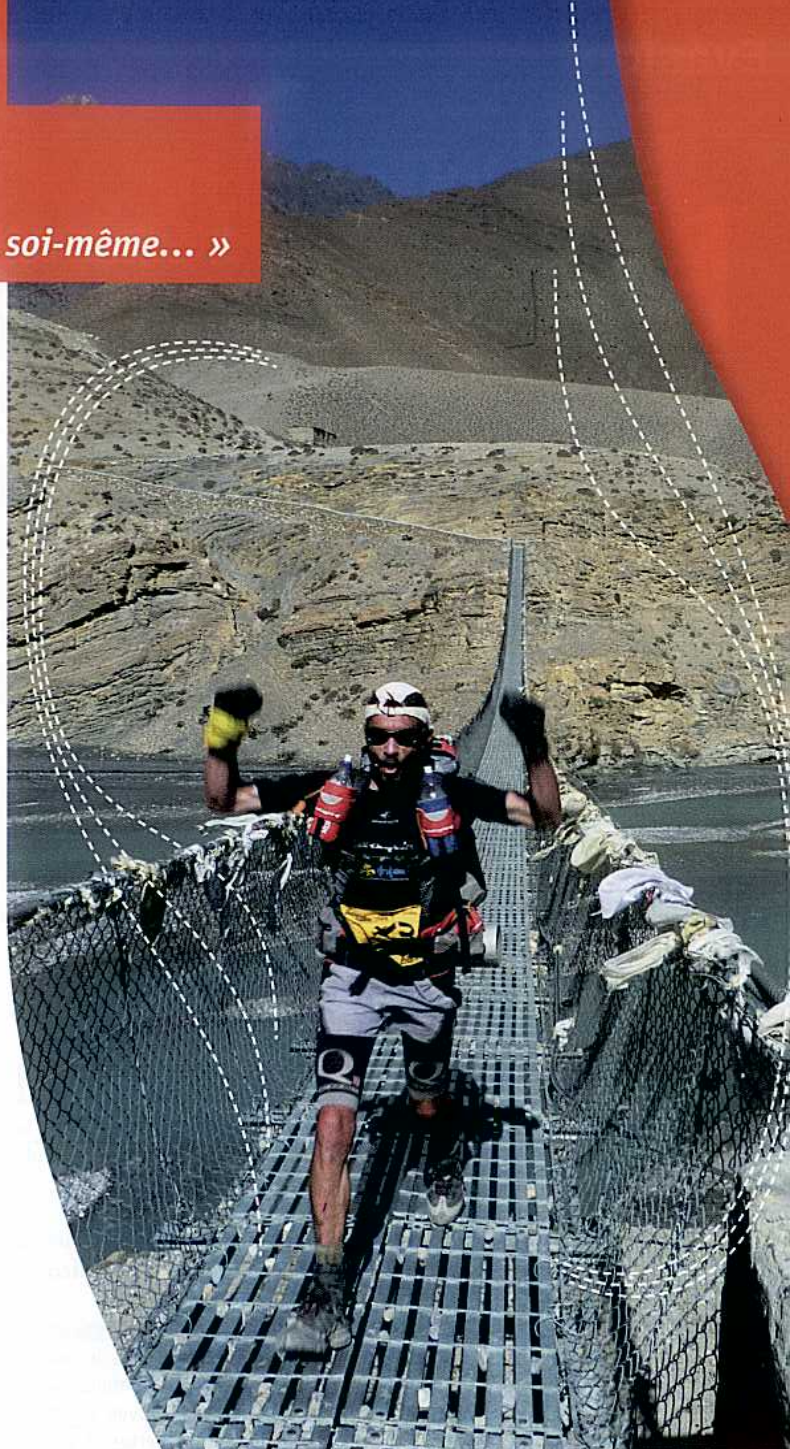
Ce côté exploratoire était totalement inattendu, aucune autre course que j'ai pu réaliser ne propose cette « dimension ». C'est pour cela que Himal Race est plus qu'une course, c'est une réelle aventure. Je crois qu'on vit les événements d'autant mieux qu'on s'apprête à les accueillir avec détachements et philosophie. Chaque nouvelle donnée par le directeur de course, chaque changement de cap, chaque nouveau chemin emprunté me réjouissaient. Je pouvais me délecter de ce « peut être et quelque part... » C'est un aspect que je recherche et que j'apprécie, partir au gré du vent et bâtir son voyage chemin faisant. Dès lors que j'ai compris que tout ne se passerait pas comme prévu, j'ai vécu incertitudes, approximations ou autres erreurs de parcours comme un nouveau challenge à relever. En fait, j'étais « survolté », enthousiasmé par ce côté aventure. Et puis, je suis plutôt de nature à apprécier les surprises et sur cette course, j'ai été servi !

Tu parles d'aventure, mais comment définis-tu ce mot et dans quels endroits du parcours as-tu eu l'impression de partir à l'aventure ?

L'aventure, c'est perdre ses repères, accepter de lâcher prise et combattre un environnement hostile offrant des conditions des plus extrêmes. Plus court ? Himal Race... J'ai vécu ce sentiment lorsque nous avons traversé la zone de Karnali entre Simikot et Jumla, avec un parcours « inventé » au gré des événements, des coureurs éparpillés disposant de peu de nourriture, sans réelle autonomie et dépourvus de cartes d'orientation dignes de ce nom. Vous en connaissez beaucoup des courses où il devient nécessaire de dépecer puis de manger une chèvre au beau milieu des bois ? Mais toutes ces difficultés ont engendré du positif, une aventure humaine hors du commun : solidarité, don de soi, patience, résignation, partage... Himal Race fait s'exprimer le meilleur de soi-même.

Himal Race fut aussi une compétition. Peut-on conjuguer compétition et voyage sur une telle course ?

Oui ! C'est d'ailleurs ce qui me motive : allier l'effort sportif à la découverte d'un pays. J'adore voyager au travers des courses que je réalise. Se battre, aller au bout de soi-même tout en découvrant de nouvelles contrées, d'autres cultures, c'est magique, c'est endorphinique ! Il n'est par contre pas toujours aisé d'apprécier ce que l'on vit lorsque classement et chrono occupent votre esprit. Tout est affaire de dosage.



“J’ai pu ressentir le bonheur de me trouver ici et maintenant”

Himal Race fut une épreuve où la sélection s'est faite naturellement. Et malheureusement, par élimination. Comment as-tu vécu cela ?

Pas trop bien... C'était un déchirement de se séparer de certains de nos compagnons de route. Le groupe était formidable et l'émotion était grande à chaque abandon, mêlant tristesse, colère et résignation... Chacun craignait que son tour vienne, qu'on soit le prochain à renoncer... Himal Race est un tel investissement, il représente de tels sacrifices qu'il est difficile de se résoudre à se laisser vaincre. Pour ma part, je voulais aller au bout de l'aventure. Mon esprit n'envisageait aucune autre alternative, aucun autre chemin possible. Il fallait que je rejoigne Poon Hill. Le plaisir, le bonheur que j'ai connu pendant Himal Race étaient si grands, si beaux... J'ai dévoré chaque instant, chaque seconde de ce périple avec délectation. J'ai pu sentir, respirer, écouter... Mes sens en éveil, j'ai parcouru le chemin, le bonheur...

VIRGINIE DUTERME

« Déconnectés du monde... »

Depuis deux saisons, Virginie Duterme se construit un joli palmarès sur les courses qui sortent des normes. Victorieuse de la Montagn'Hard, de l'Everest Sky Race et créditée d'un honorable 36 h 59 à l'Ultra-trail du Mont-Blanc, la Demoiselle de Sceaux fut la seule dame à réaliser la totalité du parcours sur Himal Race. Il faut dire que ses principales concurrentes, et non des moindres - Yvonne Radondy, Pascale Fouques et Magali Juvenal - avaient fait le choix de la version courte. C'est d'ailleurs dans cet ordre que le classement fut établi à Jumla. Alors quatrième, Virginie est restée sur le Chemin des Nuages Blancs avec comme unique ambition : finir.

Virginie, à Ringmo, au terme de la 12^e étape de Himal Race, tu as dit : « Des gens normaux péteraient les plombs ». Pourquoi ?

Nous venions de passer une nuit sous tente dans le Kagmara La... Ajouter à tous les imprévus que nous avons déjà vécus, je me disais que le déroulement de cette course avait de quoi déstabiliser les gens normalement constitués. Je ne parle pas du physique. Personnellement, je ne suis pas une sportive hors normes et je ne m'entraîne pas comme une damnée. Mais mentalement, sur une course comme Himal Race, il faut accepter les aléas, l'inattendu et être capable de s'adapter à chaque situation.

Et quelles sont les situations les plus inattendues que tu as vécues sur Himal Race ?

Il y a eu la troisième étape au Tibet, le long du Lac Manasarovar, où nous avons dû courir 53 km à plus de 4.500 mètres ! Puis, cette fameuse nuit à la belle étoile entre Sakyagat et Gamgadhi. Le campement improvisé dans le Kagmara La, car l'organisation s'était trompée en installant le camp de base de l'autre côté du col... Cela a apporté encore plus de piment à l'épreuve.

Dans quel état d'esprit t'es-tu retrouvée lorsque tu as vu que tu étais la seule femme capable de réaliser la totalité du parcours de Himal Race ?

J'ai décidé de minimiser les écarts avec les garçons. Et de l'étape treize jusqu'à la vingtième, la dernière, j'ai essayé... Tout cela dans le but de ne pas me retrouver toute seule. D'ailleurs, lorsque nous sommes partis à onze vers le Haut Dolpo, un moment, je me suis retrouvée vraiment esseulée le long de la Phoksumdo Khola. Et j'ai pleuré... Certes, il y avait Puré, le directeur de course, qui était derrière moi avec les serre-fils, mais je ne le voyais pas. Et puis, l'enjeu était de rester au contact de la compétition. Et puis, j'ai vu certains de mes compagnons qui cherchaient le chemin dans la rivière...

Lorsque l'on a déjà disputé l'Annapurna Mandala Trail et l'Everest Sky Race, est-ce que l'on aborde Himal Race dans le même état d'esprit ?

Hormis la longueur des étapes et le nombre de jours de course, le but est le même : finir. Quant à l'enjeu, c'est de gérer mon effort par rapport aux autres. Pour Himal Race, j'avoue que je craignais un peu les étapes, les conditions de course et les difficultés pour accéder au Haut Dolpo. C'était l'endroit que j'attendais le plus... Tout ce que j'avais vu dans le film Himalaya, l'Enfance d'un Chef, j'avais envie de le découvrir. Au Dolpo, nous avons été déconnectés du monde. Nous avons dormi dans les monastères, partagé des moments avec des familles Dolpa. J'étais enchantée.

Finalement, pour terminer Himal Race, il faut avoir l'âme d'une coureuse par étapes...

Même si c'est une compétition, il faut aimer partir à l'aventure... Dans ce sens, la longueur des étapes ne m'a pas dérangé. Le changement des paysages fait que les journées passent vite. Il n'y a jamais de lassitude. Je ne sais pas si j'ai l'âme d'une coureuse par étapes, mais j'aime courir au jour le jour...



“Cette course a de quoi déstabiliser les gens normalement constitués.”



Phu Dorjee Lama Sherpa lors de son arrivée victorieuse à Poon Hill (3.193 m)



Le Mont Kailash (6.714 m)

Sébastien Lesage, Bruno Poirier, Wouter Hamelinck et Sylvain Bazin



seul moyen pour avancer sans tomber. Un rythme cadencé par le souffle court dans un silence extraterrestre. Pas de vent, aucun oiseau ni bruit. Quelques minutes devant moi, les silhouettes de Sébastien et Wouter s'échinant dans la pente. Lorsque je m'arrêtai pour boire, j'étais surpris de ne rien entendre. Un phénomène acoustique seulement embué par mon souffle. Comme le disait Wouter : « Nous avions l'impression d'être sur la lune... ». Il est vrai que notre pas de marche était sous la pesanteur et que le rythme respiratoire résonnait comme dans un casque. Le goût du sang dans la bouche, l'arrivée au sommet du Kang La (5.175 m) fut comme une délivrance... Une ouverture vers un autre monde.

Le Kang La est un col d'une largeur surprenante pour l'Himalaya. Il est juste marqué par un cairn et quelques Chevaux du Vent, ces fameux drapeaux à prières. Comme à chaque fois, j'ai déposé un caillou sur l'amas de pierre en le contournant par la gauche. Ce rituel vient des premières croyances. Autrefois, les nomades pensaient que chaque col était habité par un esprit qu'il convenait de saluer au passage en disant : « So So So Laguielo... ». La pierre posée, je ne suis pas resté longtemps. Il faisait très froid et le temps d'apercevoir le Dhaulagiri Himal (8.167 m) dans le lointain, précédé par un océan de sommets enneigés, j'ai basculé vers le Dolpo d'autrefois... Il restait encore une longue descente à effectuer pour rejoindre le Monastère de Shey Gompa, situé aux pieds de la Montagne de Cristal. Un lieu mythique que Peter Matthiessen a fort bien décrit dans *Le Léopard des Neiges*... Alors que l'ascension du Kang La était orientée Sud, le début de la descente vers la Hubaiun Khola n'était qu'une pente verglacée sur les premiers 100 mètres. Pour éviter de prendre des risques, je fis le choix de glisser sur les fesses jusqu'au moment où j'ai pu trouver de la neige fraîche pour couper dans la pente avec un peu plus de sécurité. Après avoir dévalé la partie du col enneigée, le sentier est rapidement apparu sous mes pieds. Dans le lointain, les chortens annonçant le village de Shey étaient bien visibles et l'itinéraire était tout tracé au travers de paysages à nouveau très minéral et aux couleurs de l'automne. C'était d'ailleurs très particulier. En regardant derrière moi, j'avais l'Himalaya dans toute sa blancheur, alors que dans la descente, en point de mire,

j'avais vers des reliefs jaune-rouge-orangés qui ressemblaient à ceux du Grand Canyon. En arrivant à Shey Gompa, après 8 heures d'effort, c'était encore un autre univers...

Shey Gompa est le sanctuaire le plus sacré du Dolpo. Une légende dit qu'il fut fondé par un yogi arrivé sur un léopard volant... À Shey Gompa, il y avait certes le Monastère avec ses jardins de pierre à prières, mais aussi des maisons construites comme des forteresses. Après avoir installé nos tentes, nous nous sommes rendus dans l'une de ses habitations pour manger des pommes de terre et boire du thé. De l'extérieur, on avait l'impression que le logis était grand, mais une fois à l'intérieur, la pièce principale faisait 15 m². Nous étions une quinzaine, assis par terre, avec des pommes de terre dans les mains, une pincée de sel sur un genou et du thé au beurre de yak, la femelle du yak, dans une tasse ouvragée. La famille Dolpa-Pa qui nous accueillait semblait sortir d'un livre d'Alexandra David-Néel et nous avions l'impression que cette population appartenait à une Terra Incognita. Cœur et chaleur, il y avait. Car l'aspect forteresse des maisons n'était pas fait pour éloigner, mais pour lutter contre le froid. Cette nuit-là, à Shey Gompa, sous la tente, la température était descendue à -10°. C'était l'une de nos vingt journées de voyage sur le Chemin des Nuages Blancs... Om(*)... ■

(*) Om est la première syllabe de Om Mani Padme Hum, le Mantra de la Compassion. Om est l'essence de la forme de l'éveil, Mani Padme, les quatre syllabes centrales représentent la parole de l'éveil, et la dernière syllabe, Hum, représente l'esprit de l'éveil. Le corps, la parole, l'esprit de tous les bouddhas et bodhisattvas sont inhérents au son de ce mantra. Il purifie les voiles qui obscurcissent le corps, la parole et l'esprit et conduit tous les êtres à l'état de réalisation.

PLUS

HIMAL RACE 2010

Mont Kailash (Tibet) – Annapurna (Népal)
Du 14 octobre au 4 novembre - 3^e édition

✕ Parcours :

850 km, 31 500 mD+, 32.600 mD- en 20 étapes

✕ Participation :

30 engagés, 27 partants, 11 arrivants

✕ Podiums :

1. Phu Dorjee Lama Sherpa : 127h22

2. Wouter Hamelinck : 137h17

3. Jorbir Khaling Rai : 137h43

La 4^e édition de Himal Race aura lieu du 6 octobre au 11 novembre 2013 entre le Camp de Base des Annapurnas et le Camp de Base de l'Everest : 800 km, +30000 mD+, 28700 mD- en 24 étapes.

✕ Infos : himal@wanadoo.fr