

À toi Daddy. Tu m'as fait découvrir les Pyrénées et ses terres sauvages, la beauté de la nature et du silence, les nuits en cabane ou à la belle étoile... Toutes ces sources inépuisables de bonheur.

Et on n'a jamais jeté l'éponge!

## **Avant propos**

Cet ouvrage relate la traversée des Pyrénées telle que je l'ai écrite sur mon petit carnet de voyage: j'ai pris des notes chaque soir sur mes aventures de la journée. J'y ai amené quelques légères modifications de style, et ai enlevé quelques très rares extraits que je préfère garder pour moi.

Je me suis donc engagée dans cette aventure au début du mois d'Août 2014, et j'ai fait une coupure de 2 jours au milieu de la traversée afin de participer à une fête de famille. Ce premier livre correspond donc à la première moitié de mon parcours.

La traversée des Pyrénées a été réalisée avec un sac de 10 kg (sans l'eau): c'est un exploit par rapport aux gens que j'ai pu croisé sur ma route qui avaient souvent des sacs énormes! À ce moment j'avais mon ancien petit téléphone, donc pas d'Internet, mais par contre une durée de batterie assez hallucinante comparée à ce que l'on a aujourd'hui avec un smartphone! Et comme les occasions de charge étaient assez rares, c'était parfait.

J'ai donc passer la nuit à Biarritz chez Papi et Mamie avant de partir. Je n'ai pas beaucoup dormi et me revois très bien le matin, au petit dej: j'ai peu d'appétit (ce qui est rare), la boule au ventre, et me demande bien dans quoi je m'embarque. Mais quel bonheur d'avoir pu partager ce moment avec Papi et Mamie! Ensuite Papi me dépose à Biriou, c'est de là que commence mon récit.

*Première partie: de Birriatou à Bagnères-de-Luchon*



## Jour 1 : la mouche plate

*Biriatou, Sare, Aïnoba*



Départ de Biriatou à 8 h 18 après que Papi m'ai déposée. Ma première rencontre est la mouche plate, et ce n'est pas devenue ma copine ! Pourquoi la mouche plate est-elle la pire ennemie de l'homme ? Et bien parce qu'elle n'a pas peur. Elle va se percher sur vous, sur le derrière de la cuisse de préférence (car elle sait que c'est chatouilleux et difficilement accessible), et rien ne la fera partir :

- Une claqué ? Elle ne la sent pas, elle est trop plate.
- Faire bouger la jambe ? Elle s'en fiche.
- De grands gestes près d'elle avec les mains ? Rien à faire, elle n'a pas peur.

Le seul moyen de la retirer est de l'enlever avec les doigts, et de sentir son petit corps mou, ses petites pattes agitées... Bref, c'est répugnant.

J'ai rencontré nombre de mouches plates entre Biriatou et Sare (heureusement, après Sare, plus de mouche plate, je bénissais alors chaque mouche ronde rencontrée!). Avant d'arriver à Sare, je



Figure 1: Lutte active contre la mouche plate

contourne la Rhune et longe le chemin de fer du petit train qui y mène. Une fois à Sare, je traverse la ville pour repartir dans les montagnes. Le chemin est étrange puisqu'on dirait qu'il fait demi-tour... Je finis par jeter un oeil au topo : merde, je suis sur le GR8 ! Je me suis trompé de chemin. Alors, une question s'impose dans ma petite tête :

- Mais pourquoi *sacrebleu* les couleurs du GR10 et du GR8 sont-elles les mêmes (blanc et rouge) ?!
- N'y a-t-il pas assez de couleurs pour donner un binôme de couleur par GR ?!

J'ai largement le temps d'y réfléchir. En effet si on compte vert, bleu, jaune, rouge, orange, violet, noir, blanc, huit couleurs, il existe 64 combinaisons ! Supposons que les deux couleurs du GR sont non ordonnées [rouge et blanc] = [blanc et rouge] il y a donc  $64/2!$  combinaisons, soit 32... Existe-t-il vraiment plus de 32 GR différents<sup>1</sup>?! Bref, je perd une heure. Je retrouve le chemin, mais commence à en avoir plein les pattes.

---

<sup>1</sup>A posteriori je vérifie, et oui il existe largement plus de 32 GR en France, et d'ailleurs cela donne envie : <https://www.gr-infos.com/gr-fr.htm>. De fait la couleur rouge et blanc est une convention indiquant que c'est un sentier de type GR, ce qui semble finalement assez logique: disons qu'il faut de le savoir!



Le chemin qui suit Sare consiste à traverser de nombreux petits villages. J'en ai vraiment plein les pattes. Ça commence à faire mal et il me reste encore 3 heures ! Je m'arrête à une fontaine, recharge mon eau, et appelle papa, voir s'il me conseille de continuer (j'espère qu'il me dira de m'arrêter ici, comme ça je pourrai m'arrêter en ayant bonne conscience). Et merde, il me conseille de filer sur Aïnoha ! Ce que je fais, mais j'ai 8h de marche non stop dans les pattes, et ça fait vraiment mal. Avec la fatigue, je perd du rythme. Je croise 2 joggeuses avec qui je discute un peu, ça me redonne la patate. Allez, plus que deux heures, mais j'ai maaaal aux pattes!! Plus qu'une heure, courage ! Non, stop ! Je n'en peux plus. Je faiblis, j'ai la tête qui tourne, j'entends des voix qui me crient : "Mouches plaaaates!"

Et soudain je vois un parking... Je vois deux filles dans une voiture, je vais leur parler, je ne sais plus ce que je leur raconte, mais je me retrouve à l'arrière de leur voiture ! Puis Aïnoha, le gîte ! Elles m'ont déposée après m'avoir offert du pain et du jambon, trop sympa !

C'est le gîte de rêve : 16 euros la nuitée, j'achète tomates, fromage, pain pour le lendemain ! Plus une bière pour ce soir (bien méritée !)

et je commande une choco pour demain mat' (on se met bien !) Et hop ! Une bonne douche, un bon repas, je papote avec un gentil papi qui va à Bidarray demain... Comme moi... Affaire à suivre.

## Jour 2 : blizzard and orange signs

*Aïnoha, col de Mehatché, Bidarray*



Je quitte Aïnoha à 8 h 40, après avoir pris un café et une chocolatine ! Je suis le chemin des croix à la sortie du village. Je croise un pottok qui m'explique qu'il vient de se recueillir à la petite chapelle. Il est clairement plus sympa que les mouches plates. Je continue la route, longe les trois croix, et atteint assez rapidement le col de Mehatché.

Là, comme prévu, il y a la déviation de GR. Je suis les points oranges, mais le brouillard monte et c'est de plus en plus difficile. Puis je les perd ! Heureusement je me retrouve avec un hollandais qui suit le GR10 comme moi, et on cherche ensemble, on sort la carte, la boussole ...! Très dur avec le brouillard, mais à l'azimut on finit par retomber sur les marques oranges ! On papote pas mal, il est très sympa, conducteur de camions, père de famille, et il fait 10 jours de GR. Il a fait de nombreuses traversées déjà. Finalement je m'arrête pour manger, et lui continue. Puis la descente se fait rapidement vers la ville de Bidarray.

Dans Bidarray je n'arrive pas à trouver le gîte. Je me rend dans

un bar pour demander : le gîte est en fait juste à côté. Quelqu'un m'interpelle... Le hollandais ! Il boit une bière avec un autre hollandais. J'en achète une et je les rejoins ! L'autre hollandais m'informe qu'il n'y a plus de place dans les deux gîtes de la ville. Je vais vérifier, la gérante des gîtes me le confirme, et me dit qu'il y a un camping, mais près d'une grosse route, donc pas top.

Ô surprise, je recroise le hollandais dans Bidarray, qui est en train de repartir pour aller camper plus haut. Ni une ni deux, je lui propose de l'accompagner, ce sera bien plus sympa de monter la tente un peu plus haut ! On y va donc tous les deux, on monte 50 minutes jusqu'à un col magnifique, ensoleillé, plat, donc idéal pour camper, mais assez étroit pour qu'on puisse voir la vallée des deux côtés ! Le rêve ! On installe les tentes, il me file un coup de pouce et il m'explique comment il prend sa douche avec une petite bouteille. Je vais derrière une cabane en ruine et j'utilise sa super méthode puis je me change : il a vraiment raison, je me sens hyper fraîche et je vais bien dormir !

Ensuite je prend mes petites notes, j'envoie mes petits textos à Daddy... Repas et dodo ! J'ai un peu peur pour demain, je suis partie avec 3 litres d'eau, avec la douche et ce que j'ai bu, il ne m'en reste que 2.2, et j'ai 8h de marche de prévu sans point d'eau... Dur...

Un berger est passé juste à côté : il amenait son troupeau de bêtes au col suivant ! Impressionnant la façon dont il menait ses bêtes en donnant des ordres au chien. Le troupeau est passé juste à côté des tentes, c'était impressionnant ! Puis, à son retour, j'ai parlé avec lui et avec sa femme, ils étaient vraiment gentils !

J'ai parlé avec Aat (le hollandais), de son boulot, il fait 60 heures par semaine, ça a l'air vraiment dur.

Je suis trop bien ici ce soir, je sais déjà que quand je reviendrai, ces

moments là me manqueront !...



## Jour 3 : course avec un hollandais

*Bidarray, crêtes d'Iparla, Saint-Etienne-de-Baïgorry*

Réveillée à 6 h 30, je décolle malgré moi à 7 h 30. Tant mieux, je n'ai pas beaucoup d'eau, mieux vaut partir à la fraiche. Le topo dit vraiment n'importe quoi : je sais que j'ai un rythme régulier, or parfois je met bien le temps indiqué par le topo, mais aujourd'hui je met la moitié... Donc tout va très vite : j'arrive à 9h au pic d'Iparla, j'appelle la petite famille. Puis je trace, j'ai laissé le hollandais derrière moi, puisque quand je suis partie, il était réveillé mais n'avait pas démonté sa tente. Je trace, je trace, très joli chemin puisque je longe une crête toute la journée. Je suis très économique en eau, et de toute manière au bout de quelques heures, une source d'eau est indiquée à 300m du chemin. Ouf, super, j'y vais et remplie ma gourdasse.



Figure 2: Lumière du matin dans la montée sur les crêtes d'Iparla.

Je continue à tracer puis décide de m'arrêter à un col pour faire une sieste (il ne me reste plus que 2 h 15 de descente), faire sécher ma tente, etc... Pas loin, il y a un groupe de personnes, je crois reconnaître la voix d'Antoine Auger, un collègue de l'INSA, mais j'ai la flemme d'aller le voir. Il faudra que je lui envoie un mail à mon retour. Et là, qui je vois ? Je vois le hollandais qui m'a rattrapée! Bon allez, pour le coup, je le dessine.

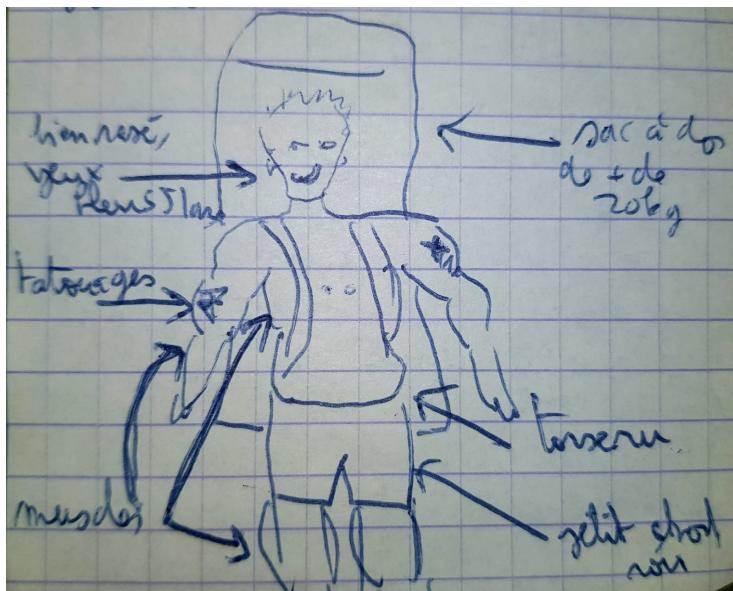


Figure 3: Le hollandais

Il passe me voir, on papote et il file. Dernière fois que je le vois :S. Je termine la sieste tranquillement, je replie la tente, tout le bartasse, et je décolle. 2h de descente, et j'arrive à Saint-Etienne-de-Baïgorry. Et qui je croise sur le chemin ? Notre fameux hollandais bien sûr. Il prend sa douche dans une bac à animal, et il s'est rasé aussi ! (Tiens d'ailleurs j'ai oublié, mais hier il s'est foutu à poil, pour se rincer à l'eau ! J'étais vaguement mal à l'aise, mais c'était marrant !). Je lui fait un petit coucou. Il m'explique qu'il va dormir au dessus de Saint-Etienne-de-Baïgorry, et si je pars tôt je le croiserai peut être, cool! Je commence à m'attacher à lui, il est vraiment trop gentil, fou de montagne, et il m'a raconté plein d'anecdotes géniales.



Figure 4: Le hollandais se rase à l'abreuvoir.

Je finis la descente et j'arrive à Saint-Etienne-de-Baïgorry :).

J'arrive à Baïgorry, je me prend une bière, en attendant que le gîte

ouvre. Au gîte je prend une super douche, je lave mes fringues et tout, j'écris, je passe des coups de fil puis dîner et au lit.

Du hollandais ou la française, qui gagnera la course ???

---

*Notes sur les basques*

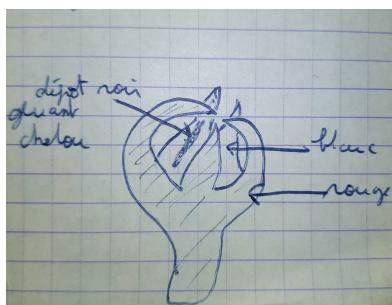
Les basques m'intriguent : ils ont leur propre langue, dans le village où je suis, ils se connaissent tous, ils se disent tous *adio*, ils font tous du trail j'ai l'impression, et comme ce n'est pas assez fatigant, ils parlent en même temps qu'ils courrent. Ils produisent des choses trop bonnes (gâteau basque, bière basque qui déchire, jambon de pays, et plein d'autres trucs !).

Ils ont tous l'air heureux, ont de belles et grandes maisons, et font de grands repas dans leurs jardins.

---

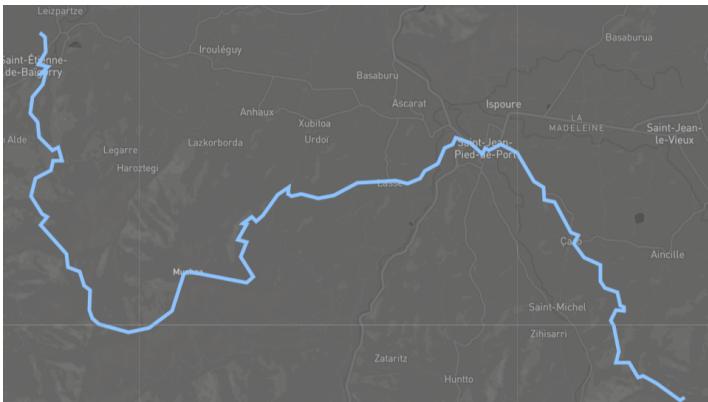
## Les animaux/plantes rencontrés jusqu'à présent

- Deux fouines trop mignonnes,
- un gros lézard vert fluo,
- deux grands rapaces qui m'avaient choisie comme proie,
- et une fleur rouge à l'extérieur, blanche à l'intérieur avec un dépôt noir assez curieux.



## Jour 4 : le robot du GR10<sup>2</sup>

*Saint-Etienne-de-Baigorry, Saint-Jean-Pied-de-Port, col d'Handiague*



Réveillée à 6 h 20, j'entends un bruit que je n'aime pas trop : celui de la pluie. Rien ne sert de se lever tôt si il pleut. J'attends au lit en demandant à papa des news de la météo (pluie dans l'heure). Encore une fois son aide et son assistance (24/24, 7/7!!) m'est précieuse. Il m'indique que la pluie doit normalement s'arrêter à 7 h 40, donc levé à 7 h 20, j'avale des spéculos et part à 7 h 40 pétantes. En effet il ne pleut plus. J'ai tout de même pris soin de mettre mes affaires dans des sacs en plastique dans mon sac à dos. Le matin est un peu dur : souvent je manque de souffle le matin. J'espère retrouver le hollandais là où il campe, mais comme je suis partie tard avec la

---

<sup>2</sup>À force de marcher, je finis par le faire de manière totalement automatique: je met un pied devant l'autre, je cale ma respiration de manière très régulière et je suis les balises rouges et blanches sans y réfléchir. Dans ces moments là, mon cerveau peut se détendre et je m'évade complètement.

pluie, il semblerait qu'il soit déjà parti. Je trace pour aller au sommet du Monhoa (1000m et des poussières), je regarde bien le chemin que je prend car avec le brouillard je veux être capable de faire demi-tour. De toute manière, j'ai rencontré des gens au gîte qui font le GR10 comme moi, et je sais qu'ils sont derrière, donc je suis tranquille.

Arrivée au sommet, je ne vois rien, super (il est indiqué "très belle vue" sur le topo...), donc je descend directement sur Saint-Jean-Pied-de-Port. La ville est très jolie, un brin trop touristique à mon goût, mais sympa quand même. Je pique-nique le super jambon de Bayonne, avec un vieux bout de pain qui a une texture de chewing-gum. Puis je fais une sieste sur un banc. Ah ! C'est le hollandais qui me réveille ! On papote 5 minutes, je lui dis que je vais camper cette nuit. Je pense qu'il ne campera pas loin, ça me rassure. Sieste finie, je me réapprovisionne (pomme, fruits secs, une bière à emporter). Puis je vais prendre un café pour me donner un peu de pep's. Je m'étiere bien le dos car il me fait un peu mal, puis je décolle, direction le col d'Handiague pour y camper.

Dans la montée, le dos me tire beaucoup, je suis obligée de faire de nombreuses pauses. Je trouve un perchoir sympa pour planter la tente. J'installe la poche à eau en hauteur sur un rocher pour pouvoir prendre une douche. Je vérifie qu'il n'y a personne, et hop, à poil devant les vaches. C'est toujours un moment très agréable, surtout après une grosse journée. Peu de temps après, je croise le hollandais, il va installer son campement plus loin, la course continue... Puis, coup de tels à la famille, binouze, repas, et dodo.

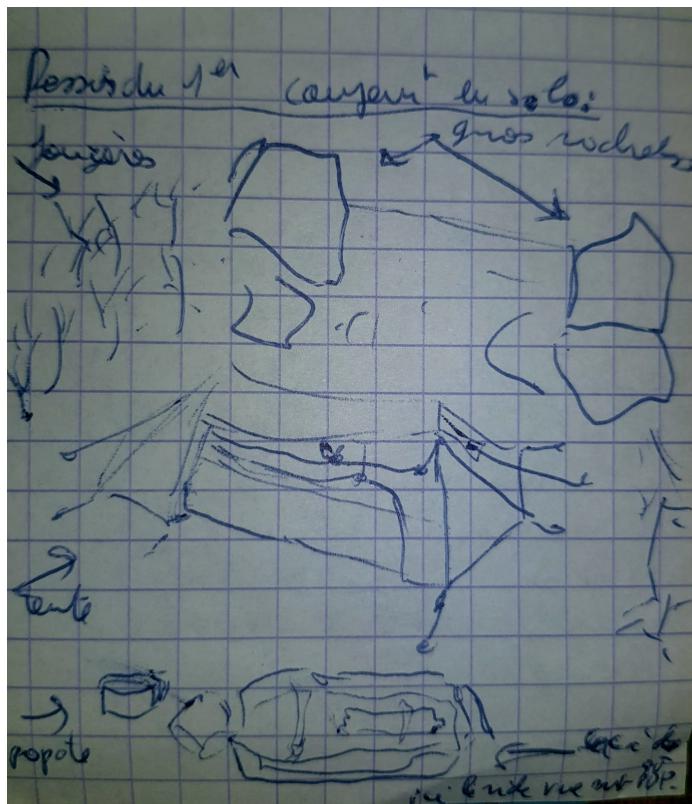


Figure 5: Vue du dessus du premier campement en solo

## Jour 5

*col d'Handiague, Estérençuby, chalets Pedro, chalets d'Iraty*

Levé, le temps est exactement comme hier soir : tant de brouillard que je ne sais pas où est le soleil. Super. Je prend le temps de me faire un café chaud, je m'habille, range le bartasse et c'est parti. Descente rapide sur Estérençuby où le hollandais m'attend pour m'offrir un café. Deuxième de la matinée. Parfait. Estérençuby est un village minuscule dans une vallée encaissée. J'aime bien. Par contre le gars du café est un peu con. Il est pas aimable avec le hollandais, lui parle en français alors qu'il sait bien qu'il ne comprend pas. J'arrive tout de même à obtenir une demie baguette de pain pour 60 centimes. Je file vers Kaskoleta alors que la hollandais finit de charger son portable. Je trace jusqu'à la montée au col d'Irau. Dans la montée, ma nuque me lance, je suis obligée de m'arrêter, je m'allonge un peu sur mon matelas. Je repars au col où je fais une sieste au milieu des brebis (et de leurs crottes). Le hollandais me double. Il me fait remarquer qu'à chaque fois qu'il me double je fais la sieste. Je me force à me poser assez longtemps pour reposer mon dos.

Puis je repars, je vois le hollandais marcher pas loin de moi. Il a du faire une pause aussi. Je décide donc de le suivre: le chemin s'élève sur de jolies collines, les paysages commencent à changer. Il y a beaucoup moins de fougères, de mouches, d'humidité: je réalise que je trouve la partie basque du gr10 assez hostile... Les villages basques en revanche m'ont beaucoup plu. Là on sent que ça évolue : le paysage, la faune et la flore sont différents. Il y a plus de rochers, des myrtilliers, le paysage est plus aride... J'aime d'avantage! Je longe les Cromlechs, des ronds faits avec de grosses pierres il y a plus de 2000 ans av. J.-C. Ce passage est vraiment beau, on voit la montagne des deux côtés, des valons à perte de vue... J'adore ! Puis, descente en forêt direction les chalets Pedro où je pense dormir. Je commence



Figure 6: Cromlechs d'Occabé

par y prendre une bonne bière bien fraîche (avec le hollandais bien sûr) et j'apprends qu'il n'y a plus de place. Mince ! Je dois filer aux chalets d'Iraty, à 2h d'ici...

Allez c'est parti, la bière me fait un peu tourner la tête, donc ça devrait aller vite. En plus, je n'ai plus beaucoup de vivres et les chalets Pedro n'en proposent pas. En effet, ça passe vite, je trace en mode robot et les kilomètres qui me séparent d'Iraty sont avalés en 1 h 20. J'arrive en haut, plus de place ! Putain ! Tant pis, je vais au camping après m'être ravitaillé à l'épicerie. Le camping est à 2km en dehors du GR10, le gérant propose de me déposer et de venir me chercher le lendemain matin, sympa ! J'accepte avec plaisir. Il dépose avec moi un HRPiste (le GR10 et la HRP se croisent à ce niveau). On discute un peu et on décide de camper à côté. Il s'appelle Christian, a le sens de l'humour comme je l'aime, et a l'air

un peu paumé. Il a mis autant de temps que moi pour arriver là, alors que normalement la HRP va plus vite. Apparemment il n'a pas arrêté de se perdre. La HRP semble peu balisée.

On installe nos tentes, douche, lessive, et au lit à 22h. J'ai oublié que préciser que le HRPiste était surchargé : il portait entre autre une quinzaine de paquets de bouffe déshydratée, il m'en a donc donnés 3 (dont un que j'ai filé à Aat).

| <u>Traductions.</u> |             |
|---------------------|-------------|
| bottle opener       | décapsuleur |
| gas                 | ess         |
| edge?               | crête       |
| blueberry           | myrtille    |

## Jour 6 : l'enfer c'est la montagne.

*Chalets d'Iraty, Logibar, passerelle d'Holzarté, cayolar d'Abarakia*

Le réveil sonne à 7h du mat'. Cela fait en fait 40 minutes que je suis levée : je me suis habillée (avec des affaires mouillées, nickel :S), j'ai commencé à ranger mes affaires et fait du café. J'en offre au HRPiste qui vient de se lever. À 7 h 25 la tente est pliée, à 7 h 30 le gérant du camping passe nous chercher pour nous déposer sur la route du GR. Il a une sorte de camionnette avec une remorque. Nous sommes 6 à l'attendre, on met donc les sacs à dos dans la remorque, et 3 personnes y vont aussi. Après un trajet sympas, le gérant nous dépose: nous sommes plusieurs à repartir sur le GR. J'entame le chemin en premier. Nous sommes pris dans un épais brouillard, qui se dissipe soudainement au bout de 30 minutes, et là...

...

La vue est splendide : des collines dorées, le soleil qui se lève, des chevaux, une mer gigantesque de brume plus bas. Waoooooo, c'est vraiment un moment magique. Je vois même un bouquetin ! Puis, retour dans le brouillard, et là, l'enfer commence : des araignées, des toiles d'araignées tous les mètres sur le chemin, je les sens s'accrocher sur mes jambes nues, c'est très désagréable !

De la boue, plein de boue, le chemin est hyper galère. Je regarde sur le topo si il y a une alternative, mais apparemment non. Je fais une pause et mange une banane, le temps de laisser passer les gens devant. Nickel, ils vont ouvrir le chemin et virer les toiles d'araignée ! C'est une fille qui passe devant, en effet je l'entend râler ! Ils font un break, je les redouble mais la route est mieux. Puis je m'arrête au niveau d'un perchoir sympa pour faire sécher ma tente et pique-niquer. Il va sans dire que je retrouve le hollandais qui nous prépare un bon café !

On descend tous les deux, et dans la descente, l'enfer continue. Je me trompe de chemin et m'enfonce à nouveau dans la gadoue ! Demi-tour, je perd quasiment 1h. Je trouve un abreuvoir où je peux rincer mes chaussures avant de reprendre la route. Et là, putain, un serpent juste sous mes pieds, et dans mon élan je ne peux m'arrêter. J'ai à peine le temps de faire un bond pour ne pas lui marcher dessus et qu'il me morde ! J'ai le cœur qui bat à fond, je continue à marcher mais je ne me sent pas très bien. Le gentil hollandais m'attend, il voit que je suis pas super en forme. On fait la route ensemble jusqu'à Logibar.

Là je retrouve quelqu'un que j'avais rencontré au gîte de Saint-Etienne-de-Baigorry. Il a 58 ans, s'appelle Yves, et voyage tout seul lui aussi. Il me dit qu'il a entendu parler de moi au gîte : la fille qui fait l'intégral du GR10 toute seule. Il me paie la bière, sympa ! Le hollandais nous rejoins, on papote tous les trois, mais je ne traîne pas trop car il me reste de la route.

Je reprend donc la route, et je file vers la passerelle d'Holzarté. Elle domine au dessus de 150m de vide, puis du canyon. Elle est assez longue et faite de matériaux souples ; elle se balance légèrement quand on y passe ! La vue est époustouflante ! Je continue un peu, le HRPiste me suit et ça me saoule, en plus il siffle derrière moi, ça m'énerve ! Oh ! Des vasques ! Allez, je vais me baigner, comme ça il passera devant et je me débarrasse de lui ! Je me met en culotte et en brassière, et hop, dans l'eau glacée ! Glaglagla ! Je n'y reste que 30 secondes mais ça fait du bien. Je sors et me sèche comme je peux malgré l'humidité ambiante. Et c'est reparti, le linge mouillé à sécher sur mon sac à dos.

En 1h j'atteins le plateau où j'ai prévu de dormir. Ouf, le HRPiste ne s'est pas installé là ! L'endroit est parfait pour camper : un grand plateau herbeux ensoleillé avec plein de douces petites brebis qui



Figure 7: Passerelle d'Holzarté

broutent paisiblement. Je pose ma tente, je met mon linge à sécher. Ici, c'est le rêve. Je passe un coup de fil à Daddy pour lui donner un peu envie ! Le hollandais arrive, il est 19 h 30 donc il décide de poser la tente pas loin. Chouette, je ne serai pas toute seule ! On voit un panneau qui indique "vente de fromages à 200m", on y va tous les deux. Le berger nous accueille aimablement, nous raconte un peu comment il gère ses brebis et tout. On lui achète pour 5 euros de fromage chacun et on lui demande si il a des tomates. On gagne une tomate chacun :-) ! Puisque je suis claquée, et qu'il est 21 h 30, je file dormir.



## Jour 7 : video game.

*Cayolar d'Abarakia, Sainte-Engrace, refuge de la Pierre-Saint-Martin*

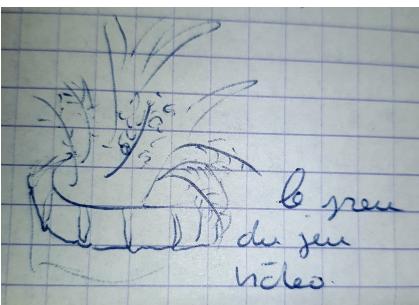


Je suis réveillée à 7h par mon réveil. J'ai dormis la tente ouverte pour voir les brebis. Il fait un peu nuageux mais pas froid. Je dis au revoir au hollandais qui est en train de petit déjeuner, et le remercie car il m'a réparé mon sac à dos, et je décolle. Encore des \*\*\*\*\* de fougères et plein de toiles d'araignées, ça me met en rogne ! Je croise sur ma route quelques bergers très sympas qui me posent des questions sur mon itinéraire et tout.

Puis, après un peu de recherche d'itinéraire, j'arrive au col. La journée doit être longue, je décide donc de ne pas m'arrêter avant Sainte-Engrace. Il me semble que le hollandais n'est pas loin derrière. Bon finalement Sainte-Engrace n'était pas si proche que ça. Il commence à faire chaud, il est midi, j'ai faim, et en plus il y a un long passage sur une route, c'est chiant. Enfin, aux alentours de 13h, j'arrive ! Je trouve un petit coin à l'ombre, sous des arbres, et je m'y arrête pour manger. Je met ma tente à sécher, je fais une petite sieste et m'étire un peu. Je veux être en forme pour l'après midi.

Après avoir bien pris mon temps, je passe prendre un café à côté de l'église de Sainte-Engrace, je rempli ma gourde, et je pars pour monter à Saint-Lary. Et là, ça devient magique. Je descend en fait

à l'intérieur d'un canyon asséché (le ravin d'Arpidia), qui remonte vers le col de Saint-Lary. Il y a donc deux grandes parois de part et d'autre, et la végétation est luxuriante ! De grands arbres laissent filtrer quelques rayons de soleil, le chemin est magnifique, il y a des cailloux avec de la mousse dessus, une flore complètement épanouie. Des cris stridents d'oiseaux s'élèvent du sommet des arbres et mettent l'ambiance. Il y a aussi d'ancien tuyaux en fer qui semblent parfaitement s'intégrer au paysage ; l'herbe pousse dessus, dedans, et les balises du GR sont peinte à même les tuyaux. Il y a même un énorme pneu abandonné, avec des plantes qui ont poussées dedans, l'intégrant parfaitement au paysage. Tout ça est vraiment magique, et je me croirait dans un jeu vidéo.



Puis le chemin ressort du canyon et devient plus classique. Après

avoir laborieusement poussé les vaches qui me barraient le chemin, j'atteins le col de la PSM<sup>3</sup>. Petit coup de fil à Daddy, trop chouette de l'avoir au tel.

45 minutes de route, je préfère m'en passer, et décide de faire du stop. À peine mon pouce levé, une super voiture, type Cayenne, fauteuils en cuir, remplie de 3 gros mafieux respirant l'argent s'arrête. Les 3 gars m'expliquent qu'ils ont laissé leurs femmes pour partir en villégiature, et faire la route des vins. Je dois mettre mon sac sur les genoux car, me disent ils, le coffre est plein de bouteilles (ou de cadavres ?). Je leur explique que je fais le GR10, les 3 gars sont sur le cul ! Ils me demandent si je n'ai pas peur des loups, des ours, je dis "non, j'en ai souvent croisé et je leur fait peur avec du feu.

- Et de nous tu n'as pas peur !!” me rétorquent ils.

Ils sont sympas, ils me posent pile poil devant le refuge.

Malheureusement il est tard, donc c'est un peu le speed pour la douche + lessive + appeler Alban...

Je me fais offrir l'apéro (un très bon blanc) par Yves l'aubergiste (celui qui m'a déjà payé un verre, il tient une auberge). J'accepte avec plaisir. On papote avec un jeune de mon age (il n'y en a pas beaucoup) qui fait le GR10 dans l'autre sens. Ils me convainquent de manger au gîte avec eux ; je leur demande le prix, c'est pas trop cher. Au repas, tout le monde est très gentil. À la fin du repas, Yves l'aubergiste m'indique qu'il a réglé le repas pour moi, qu'il me l'offre. Je lui dis que cela m'embête. Il m'explique qu'il comprend que j'ai un budget serré, que lui peut se le permettre et ça lui fait plaisir. Je le remercie vivement. Je me brosse les dents, achète quelques vivres pour le lendemain, et au lit !

---

<sup>3</sup>Pierre-Saint-Martin

## Jour 8 : Le labyrinthe de lapiaz

*Refuge de la Pierre-Saint-Martin, Lescun*

Réveil à 7h, préparation rapide et je décolle à 7 h 40 avec quelques abricots secs dans le ventre. Je sais que Yves l'aubergiste décollera peu de temps après moi, ce qui me rassure car le gardien du refuge nous a appris qu'il y a une déviation du GR10 qui n'est pas évidente à suivre. Le début se fait bien, comme je l'avais prévu il me rattrape. On papote un peu et on continue à avancer.

À avancer. Avancer encore. Il y a de moins en moins de balisage. Plus de marque rouge et blanche, mais des cairns.

On avance.

Il y avait des gens derrière nous, qui suivaient le GR10, on ne les voit plus, ça n'est pas bon signe.

On arrive à un col, ce qui nous permet de voir plus loin. Et merde, on n'est pas du tout dans la bonne direction : on est sur le chemin qui monte au pic d'Anie. Alors que l'on devait suivre le chemin vers le col des Anies. On voit le col des Anies loin loin loin, et un désert de lapiaz nous sépare : des montagnes russes, des crevasses, impossible de rejoindre le col sans se perdre là dedans. Faire demi-tour nous rajoute 3h de marche, dur ! Je me rassure en me disant qu'au moins on est deux, et si il arrive quelque chose, l'autre pourra toujours faire demi-tour. Je meurs de peur et propose de faire demi-tour pour retrouver la bonne route. Il préfère continuer et couper par le désert de roches et de crevasses ! Merde. Je préfère le suivre pour ne pas rester seule, mais je flippe vraiment, j'ai peur de me perdre dans ce labyrinthe de lapiaz. On avance à l'aveugle, en perdant un temps fou à contourner les crevasses. On s'oriente à l'azimut en visant le col. Putain, je ne sais même plus où on va, sans compter que la météo

prévoie de l'orage en début d'après midi !

Et là, on aperçoit un petit chemin sur la gauche, qui passe sur de la pelouse entre les rochers ! Et des cairns. Il s'élève et nous permet d'apercevoir le col, juste à côté, où le GR doit passer, super on est sauvés ! En effet, on rejoins le GR en 20 minutes, on est tous les deux tellement contents ! On se claque les mains comme des gamins !

On poursuit ensuite tranquillement le GR, de nouveau bien balisé. Je m'arrête car j'ai décidé de faire une petite étape aujourd'hui : j'ai mal au tendon derrière le pied et je ne veux pas me blesser sérieusement, il faut que je me ménage. Comme je peux dormir dans la prochaine ville qu'on atteint, je préfère prendre le temps tant que je suis en pleine montagne, et attendre la fin d'aprem pour descendre. Cela fait un moment que je suis en pause. Un groupe de 3 personnes avec qui j'ai mangé hier soir arrive : deux frères, qui font le tour de la France à pied en passant par le GR10, et un espagnol qui n'arrête pas de fumer des joins. On discute un peu, ils sont super sympas et s'arrêtent pour pique-niquer avec moi. On parle de tout et de rien. L'espagnol est un passionné d'escalade. Ils sont tous trop peace, ils aiment la montagne et la tranquillité, comme moi ! Ils m'offrent un café et filent en vallée. J'espère revoir le hollandais, et après plus de 3h de pause, je comprend que je ne le reverrai peut être jamais. J'ai envie de pleurer, j'aurais voulu lui dire au revoir.

Je fais mon sac et je décolle aux alentours de 15h, en direction de Lescun. Malgré le fait que l'on se soit perdus, je dois avouer que le paysage était très joli (pic d'Anie) et l'endroit que j'ai choisi pour mon break est surplombé par les orgues de Camplong, de plus j'ai une belle vue sur la vallée. Je regarde le col d'où je viens, et là, Ô surprise, un bonhomme torse nu avec une énorme sac à doc, le hollandais ! Youpi, trop contente ! Lui aussi a l'air content de me

voir ! On descend ensemble, on n'arrête pas de discuter ! De sa femme, des sports que l'on pratique, des tatouages qu'il veut enlever, d'Alban, de ses vacances au ski...!



Figure 8: Orgues de Camplong

On arrive enfin à Lescun, avec une seule idée en tête : trouver un bar pour une bière bien fraîche. On le trouve, et le gérant est hyper sympa ! Le plus sympa de tous les gérants que j'ai rencontré depuis le début (la mègère de Baigorry, gripsou de PSM...).



Le hollandais en prend une grande, je le suis. On rencontre les deux frères et l'espagnol, qui discutent avec un allemand. On se retrouve tous à siroter notre bière, en parlant dans toutes les langues ! L'ambiance est ouf, tout le monde est de trop bonne humeur ! Avec le hollandais et tout le monde, on va faire nos courses à l'épicerie du coin. Et on sent que le temps se gâte, on file donc tous les deux à la recherche d'un berger qui pourrait nous abriter dans un hangar à bêtes. En effet, il commence à y avoir de gros orages et à pleuvoir à verse ! On court à la première bergerie sur le GR. Le gars est pas très aimable mais accepte pour cette nuit, nickel ! On entre dans la grange, parfait, c'est sec et il y a un endroit plein de paille propre. Je met mon tapis à même la paille, c'est hyper confortable. On sort les frontales, et comme on vient de faire les courses on se fait un repas de ouf : chocolat, tomates, abricot, pain, yaourts, œufs ! Je complète mon carnet et au lit.



On entend encore l'orage gronder.

## Jour 9

*Lescun, Etsaut, refuge d'Ayous*

Réveillée par des miaulements de chat en chaleur. 6 h 30. Pas de tente à plier, à 7h je suis prête, abricots secs dans le ventre. Je dis “à bientôt” au hollandais. Je pense le revoir demain ; je sais que je vais plus loin que lui ce soir (refuge d'Ayous, 12h de marche d'après le topo), mais je pense faire une journée cool demain, profiter des lacs et beaux paysages (pic du midi d'Osso). La montée vers le col de Barraucq est de type pays basque : très humide. Des fougères, des toiles d'araignées, de l'humidité, du brouillard, de la forêt. N'empêche je trace car j'ai hâte de voir la petite famille que je dois rejoindre un peu plus loin!! Je me sens en pleine forme aujourd'hui. En effet, en 4h, les 6h indiquées sur le topo sont explosées.

La famille devait me rejoindre au col, résultat, c'est moi qui les cueille au parking ! Ils sont surpris et hyper contents ! Moi aussi : il y a Daddy et Lucile bien sûr, mais aussi Nathalie et Zena. Je ne le dis pas trop mais je me sens toute émue de les voir. Ils m'offrent une chocolatine et un café, le rêve ! Je me régale, ils me connaissent bien et savent ce qui me fait plaisir. On traverse la ville d'Etsaut en voiture pour rejoindre le départ du chemin de la mature, un très beau chemin creusé dans une falaise. On marche demie heure et on attaque un super repas : riz + avocat, tomates de la dame rouge, fruits, petits caillés... Miam, super. On papote, je leur lis un peu le carnet, je prend de leurs nouvelles. Un véritable moment de bonheur. Papa me ravitaille à merveille avec tout ce dont j'ai besoin, sans compter la réparation du sac à dos et pain Cadenet <3. Puis je file.

Il y a normalement 4 h 30 de montée, mais comme il y a un risque d'orage et que je me sens en pleine forme, je décide de tracer. En 3h je suis au col, mais avec une douleur au tendon d'Achille à droite, et

au bas de la nuque... Demain, c'est promis, je me repose ! De toute manière je dois attendre le hollandais car je veux absolument lui dire au revoir (il fini bientôt son trip) ! Quand j'y pense, je suis triste, il va trop me manquer... Même si je ne le vois pas tous les jours, je sais qu'il n'est pas loin derrière, et cela me rassure. Et lorsqu'on est ensemble, parfois on discute de choses passionnantes et parfois on se tait juste et c'est bien aussi. Il ne me reste que 10 minutes et j'atteins le refuge.



Figure 9: Refuge d'Ayous

Là, bonne surprise, je retrouve le couple (Aude, la fille qui fonce, et Mathieu, le gars qui connaît la montagne) mais aussi Yves l'aubergiste. Je vais planter ma tente vite fait près du lac et ensuite je prend un bain dans le lac, en sous-vêtements, pour me rincer un peu. Je me change et rejoins Yves l'aubergiste et le couple pour une bière (je paie un coup à Yves). Puis on mange ensemble, une

personne offre le vin à table, je me sens un peu saoule ! Je rigole trop avec Aude, à la fin du repas on est toujours affamées, on va mendier des restes de dessert et des croutes de fromage en se prenant de gros fous rires.

Je règle ensuite le repas, puis au lit dans la tente. Il fait froid ce soir.

## **Jour 10 : “La cabane de Cézy” ou “le concours de Gabas”**

*Refuge d'Ayous, Gabas, cabane de Cézy*

Hier était une grosse journée, donc aujourd’hui, je me la fait en mode vacances. Levée 7 h 30 parce que j’ai vraiment trop envie de faire pipi, sinon je pense que j’aurais attendu 8h ! Je passe au refuge pour remplir ma gourde et dire au revoir à mes amis qui sont sur le départ, et m’installe à la terrasse du refuge pour profiter du paysage. Profiter.

Puis, je retourne tranquillement à ma tente, pour la démonter et tout ranger. Départ tranquillou vers 9 h 15, et je marche doucement pour profiter des paysages et des nombreux lacs ! Il fait très beau, c’est un régal !

J’arrive, après 3 petites heures, au village de Gabas. Sur un mur j’aperçois une affiche indiquant en lettres capitales :

---

### *GRAND CONCOURS DES COMMERCANTS DE GABAS*

\* 1er prix : celui qui fait le plus bas profit.

\* 2ème prix : celui dont le gérant est le moins aimable.

\* 3ème prix : le plus grand nombre de clients qui entrent et ressortent d’un restaurant sans consommer.

---

Je ne comprend pas trop ce que cela signifie... Je m’arrête à un bar restaurant et demande si ils font des sandwichs pour le déjeuner (il est 11 h 30).

- “Non et de toute manière on sert pas de déjeuner avant midi.” me rétorque une charmante dame.

Je vais dans un autre restaurant, le temps d'entrer, je m'aperçois que je suis dans les cuisines !! Une très aimable sorcière me crie :

- "C'est les cuisines ici ! Sortez et rentrez par l'autre côté !"

Je sors, mais ne rentre pas par l'autre côté.

Je tente le dernier restaurant du village. Encore une fois je demande si il est possible de prendre un sandwich pour le déjeuner. Une avenante mégère s'exclame :

- "On n'a pas de pain ! Et c'est pas avant midi quinze !"

Super. Bon. Ha. Un gentil monsieur arrive, il me dit :

- "Allez, je vais vous faire une assiette de fromage avec du pain ! Qu'est-ce que vous buvez avec ?"

- "Un grand café s'il vous plaît :)"

Ouf, sauvée ! Je me rassasie, prend mon temps, et reprend un grand café avant de partir.

Si chaque année Gabas organise ce concours, autant dire que je n'y remettrai jamais les pieds. Je fais un caca mental sur la tête des agréables mégères qui m'ont remballée, et quitte Gabas le ventre tout de même bien rempli.

J'attaque la montée aussi tranquillement que j'ai fait la descente. Il fait très beau mais le chemin passe à l'ombre des arbres donc il ne fait pas trop chaud. Après 3h de marche, je sors de la forêt, longe une falaise, et débouche sur un plateau. C'est là que j'avais repérée une cabane sur la carte. Je bifurque à gauche (sort du GR) et m'avance sur ce joli plateau dominé par les falaises de Cézy.

J'aperçois la cabane ce Cézy ! Pourvu qu'elle soit ouverte, un orage est prévu pour ce soir... Le loquet de la porte est fermé...

Ah non, c'est bon en fait, wahoo, elle est superbe, il y a deux petites pièces : l'une est la pièce principale avec des bancs et quelques matériels, l'autre possède un espace surélevé sur lequel il y a des matelas : la nuit va être bonne.



Figure 10: La cabane de Cézy

Je décide donc de m'installer là. Trois anglais posent leurs tentes pas loin et viennent papoter avec moi. Ils font 10 jours de GR, et la femme de l'un d'eux les ravitailler en voiture (sympa !). Je les reverrai sûrement demain, à Gourette. En revanche il est 18 h 00 et j'ai la dalle : je craque : je mange le sandwich prévu pour demain ! (Je pensais me ravitailler à Gabas mais il n'y avait rien.) Résultat je n'ai plus rien à manger pour demain à part 3-4 abricots secs ! Heureusement j'ai de l'eau et l'étape de demain est courte (7h, ensuite je pourrai me ravitailler à Gourette). Enfin, demain est un autre jour. J'écris mon carnet, médite un peu, me cuisine un paquet de déshydraté et

au dodo dans la super cabane.

Changement de programme : Je décide de monter sur une petite colline à côté pour trouver du réseau pour appeler Alban. J'y vais, ça ne capte toujours pas, du coup je me dirige un peu vers la vallée. Oh mince ça ne capte toujours pas. Je me déplace de manière aléatoire en regardant si les barres de réseau augmentent. Une barre... Youpi deux barres ! Allez j'appelle. La barre disparaît, ça raccroche. Je fais une seconde tentative, sans succès. Tant pis. Je lui envoie un texto lui disant que je laisse tomber et que je retourne à la cabane où ça ne capte pas. Je lève les yeux, et là un frisson me parcours l'échine : un brouillard dense comme je n'en ai pas eu depuis le début. Honnêtement, je ne vois rien à plus de trois mètres. Or, depuis la cabane, j'ai marché environ 20 minutes, et dans tous les sens qui plus est, puisque je cherchais du réseau. Je suis dans une merde noire. En plus je suis sur une sorte de plateau. Bon, je vais retourner à la cabane en visant un peu trop à droite, comme ça je suis sûre qu'elle sera sur ma gauche. Le gros problème est que si je passe à 12m de la cabane je ne la verrai pas. Bon, je tente le coup. Je marche, je marche, je marche trop. Je l'ai louپée c'est sur. Bon je fais demi-tour et refait le même chemin mais un peu en décalé pour essayer de tomber dessus. Toujours pas. Cette fois ci je ne sais plus si elle est devant ou derrière moi. Je descends une petite pente, ça a l'air par là. Non. Je ne sais plus où je suis, dans quelle direction est la cabane, où est le GR. Merde, je suis complètement perdue. Miracle, je tombe sur un ruisseau. J'ai vu un des anglais y remplir sa gourde, je sais que la cabane est rive gauche du ruisseau à environ 50m. En revanche je ne sais pas si elle est plus ou moins en amont de là où je suis. Je me met à 50m du ruisseau et le longe dans le sens de l'écoulement de l'eau. Ouf ! Un toit, je suis trop heureuse, je retrouve ma petite cabane ! Ça aura été le petit piment de la soirée ! :)

---

*Nuit*

- 9 h 00 : Couchée
- 9 h 30 : Endormie
- 9 h 35 : Réveillée par le bruit de la cabane qui semble s'écrouler
- 9 h 40 : Me rend compte qu'en fait ce sont des souris qui grattent le mur!
- 10 h 00 : Endormie
- 10 h 20 : Réveillée par les souris
- 11 h 00 : Endormie
- 11 h 05 : Réveillée par les souris

Bref, impossible de dormir à cause de ces fichues souris. Je les éclaire à la frontale, il y en a au moins 5. Je les entend parfois passer juste à côté de mes oreilles ! À cause d'elles, je ne m'endors pour de bon qu'à partir de 3h du matin, trop fatiguée pour être réveillée par les petits bruits.

---

## Jour 11 : Les deux frères

*Cabane de Cézy, hourquette d'Arre, Gourette*

J'ai mis le réveil à 8h mais me réveille à 7 h 30. Pas de petit dej puisqu'il ne me reste qu'une tomate dans mon sac à dos. Départ à 8 h 00. Je passe faire un petit coucou aux trois anglais qui me proposent des abricots secs ! Super, j'accepte avec plaisir et je gagne aussi quelques raisins secs : des vivres pour aujourd'hui ! Merci les anglais, vous me sauvez ! Et c'est parti, je m'aventure sur le magnifique chemin qui mène à la hourquette d'Arre.

Il y a d'abord un sentier balcon, qui s'élève ensuite le long d'un torrent, traverse quelques névés, attaque une bonne pente herbeuse et zigzague dans un cirque de pierres pour atteindre le col à 2465m. La vue est magnifique : de part et d'autre, on peut voir s'étendre la chaîne des Pyrénées, et la mer de nuages au dessous. Bon enfin il y a aussi un vent glacial, alors un petit texto à Daddy pour lui dire que la vue est belle, quelques abricots et raisins secs, et je me lance dans la descente. Je pensais m'arrêter au lac d'Anglas, mais vu le temps brouillardoux, je décide de filer sur Gourette, où je pourrai me restaurer, me mettre au chaud, prendre une douche, laver mon linge...

Trois heures après la hourquette j'arrive à Gourette. Et là, je me lâche. J'entre dans un petit restaurant, et commande une "ardoise du skieur" : saucisse, jambon de pays, fromage, frites... ! Roh putain le régal ! Il a fait brouillard toute la matinée, j'avais plus rien à manger, et là je me fais un super repas chaud ! Ça prend vraiment tout son sens, je me régale comme jamais ! Et un café allongé par dessus ça ! J'appelle papa et on discute pendant un bon moment, il suit toujours mon aventure à 300%!!! Enfin je vais faire mes courses à la supérette, la vendeuse (très gentille) m'informe qu'ils ouvrent à 8h le matin et qu'ils proposent des chocolatines cuites sur place ! Je



Figure 11: Arrivée à Gourette.

passerai demain matin :). Ensuite je vais au chalet CAF, me prend une super douche, lave mon linge, range un peu mon sac, etc... Je me met bien, j'écris un peu mon carnet.

Yves l'aubergiste arrive, on discute un peu, et ensuite les deux frères débarquent à leur tour. On rigole bien avec les deux frères, ils sont vraiment trop sympas. On nous annonce que les 4 randonneurs attendus ne sont pas arrivés, et que l'on mangera donc tout les deux (les deux frères ne mangeant pas ici). Bon le repas est très bon (salade, de bons petits légumes frais en entrée, puis légumes caramélisés et cuisses de canard confites et panées <3). Par contre le tête à tête avec Yves l'aubergiste, c'est pas ouf. Il n'arrête pas de parler de lui et je n'écoute plus, j'ai juste envie de me coucher et de dormir. J'essaie de le montrer mais il ne semble rien remarquer, tellement il s'écoute. L'enfer se termine aux alentours de 21h : il me lâche enfin. Je ne

tarde pas à aller me coucher. La nuit est délicieuse dans un bon lit.

## Jour 12 : Chez Gilles

*Gourette, Arrens, lac d'Estaing, col d'Ilhéou, refuge d'Ilhéou*

Le lendemain matin, grasse mat' jusqu'à 7 h 30, trop bon ! Je me prépare, suit prête à 8 h 00, vais m'acheter 3 choco (oui 3 ! Elles sont chaudes et putain de délicieuses !). J'aperçois Yves qui m'attend ! Il ne semble pas avoir saisi que si je fais le GR10 toute seule, c'est que j'apprécie la tranquillité. Pourquoi faut-il qu'il vienne m'embêter et passer son temps à m'assommer de paroles ? On marche donc ensemble et il se met juste derrière moi, et me colle au cul, ce qui m'exaspère. Au moins il me permet de prendre un raccourci que je n'avais pas vu. En 4h on arrive à Arrens où sa route se termine (on a explosé le timing : 6h sur le topo). Son itinéraire se termine ici (tant mieux).

Ensuite je fais du stop jusqu'au lac d'Estaing (ce qui me fait gagner 2h). En deux voitures et 30 minutes j'arrive au lac, il est 13h, je me fais donc un sandwich au chèvre. Je garde ma tablette de chocolat pour les jours suivants. Je décide de ne pas m'arrêter avant d'atteindre le col d'Ilhéou. Je mange en marchant, croise des personnes sympas, essaie d'acheter du fromage dans une ferme où il n'y a personne, et atteint le col en 3h. Là je fais ma sieste, je m'étre, mange une barre de chocolat puis je check le topo pour demain. Fin de la petite sieste, direction le refuge. Où la bière m'attend. Je trouve le paysage est extraordinaire... Il y a des aiguilles qui surplombent la vallée, des petits torrents, des névés. Quelle beauté ! À un moment, quand le brouillard se dégage, et que je vois apparaître le paysage, j'ai un frisson qui me parcourt des pieds jusqu'à la tête, et des larmes de bonheur qui montent aux yeux. Ce n'est pas la première fois que la beauté d'un paysage me coupe ainsi le souffle.

J'arrive au refuge à 18h, l'heure de la binouze ! Le gardien, Gilles,

est adorable! Franchement je l'adore, il est vraiment gentil, de bonne humeur et très souriant ! Au refuge, l'ambiance est super ! Je vais me baigner rapidos dans le lac pour me décrasser, et rejoins tout le monde pour le repas. On rigole bien, avec une dame on partage des fantasmes de viande quand on passe à côté des bêtes (vaches, cochons) en se baladant après le repas ! On cite aussi tous les morceaux que l'on aime bien (bavette d'aloyau, rôti de porc dans l'échine... !).

Après le repas la plupart des gens s'en vont dormir. Je reste en bas pour écrire mon carnet. Là on voit un berger dehors qui rassemble ses brebis. Le travail est impressionnant : elles sont éparses aux quatre coins de la montagne et il court de part et d'autre pour les rassembler tout en donnant des ordres à son chien. Sans parler du personnage ! Un beau jeune homme, de mon âge, un sac en bandoulière et des cuisses en béton armé (et je pèse mes mots !).

Il passe ensuite rapidement au refuge, trempé de pluie. J'aurais bien aimé lui parler, lui poser des questions sur son métier. Je dois avouer que ça m'intrigue et m'intéresse énormément la vie des bergers, comme des gens qui travaillent en montagne en général. À ce propos, je discute pas mal avec Gilles, le gardien. Il m'explique qu'à la base il est maçon charpentier. Il est du coin et a repris le refuge il y a 4 ans de cela. Il m'explique qu'en début de saison (fin mai), il vient ouvrir le refuge alors qu'il y a encore beaucoup de neige. Il doit creuser 1 mètre de neige pour remettre l'eau du refuge. Le premier mois, il est quasiment tout seul au refuge. Avec les températures froides de l'hiver, il arrive que des cannettes en stock aient explosées ! Et quand il passe ce premier mois au refuge, il mange avec ses visiteurs parfois en tête à tête ! Je me dis qu'il faut absolument qu'on passe au refuge à ce moment, l'ambiance doit être géniale ! Souvent, une partie du lac est gelée !

- "Il faut être bien dans sa tête, parce qu'avec le froid, quand tu passes

une semaine sans un visiteur...”

Décidément ce Gilou je l'adore ! Après ça, je vais faire un petit tour dehors. Il commence à faire nuit et il y a beaucoup de vent. La montagne est encore plus belle ! Et au lit, toute heureuse de cette très bonne soirée !

## Jour 13 : Perdue dans le brouillard

*Refuge d'Ilhéou, refuge de Gaube, refuge de Baysselance*

J'avais prévu grasse mat' avec petit dej' à 8h, mais finalement je me lève à 7 h 15. Je prépare mon sac et finit d'écrire mon carnet le matin. Le gentil Gilou me propose de m'amener le petit dej'. Miam, du café bien chaud et des tartines ! C'est le luxe et ça me fait un bien fou ! Malheureusement je commence à m'habituer au service et à la nuit en gîte !!

Le temps est maussade : beaucoup de brouillard ! Avant de partir, je demande à Gilles de m'écrire un petit mot dans mon carnet (l'idée m'est venue de Lucilou) ! Il m'écrit donc quelque chose, mais ça restera mon petit secret. Je pars tranquillement aux alentours de 8 h 15.

Gilles m'a prévenue : au col, il faut bien tirer sur la droite avant de descendre, sinon on tombe sur des falaises, et en temps de brouillard, il est arrivé qu'il y ait des accidents. Je monte assez vite au col, et comme Gilles me l'a indiqué, je tire sur la droite pendant 10 minutes. Seulement, il semblerait que le chemin qui m'amène à Pont d'Espagne, descende ensuite sur la gauche. Or au bout de 10 minutes, le chemin continue à longer la montagne sans descendre et il n'y a pas de bifurcation. Ni au bout de 15 minutes, ni 20, ni 30 ! Merde, le chemin longe la montagne sans descendre franchement. Entre le brouillard et ma carte au 50/1000 où mon chemin est indiqué, mais pas les autres chemins existants, dur de voir si il y a vraiment une bifurcation ou pas. Je vois un cairn sur la gauche. Je descend un peu, mais après plus de cairn. Il est hors de question que je m'engage hors sentier alors qu'il y a du brouillard et que je suis toute seule (et potentiellement des falaises plus bas !). Ce topo est vraiment nul, il indique un chemin qui n'est pas du tout tracé !

Bon, je réfléchi aux alternatives qui s'offrent à moi : soit je continue sur ce chemin bien tracé : je sais qu'il ne va pas où je veux, mais au moins il devrait me mener quelque part. Soit je fais demi-tour, en priant pour rencontrer des gens derrière moi qui ont une "vraie" carte. Si jamais je ne croise personne, dans le pire des cas je reviens au refuge (la honte !) et je descend sur Cauterets (bon détour !). Je décide de faire demi-tour. Je marche une demie heure, et bonne surprise, je tombe sur trois personnes que j'avais rencontrées au refuge ! Et ils ont une carte. Normalement, si je suis le bon chemin, il devrait y avoir une autre intersection, plus loin, qui me mène où je le souhaite. Si je continue, je devrais trouver cette seconde intersection. Par sécurité, je décide de rester avec ces trois personnes jusqu'à trouver cette seconde intersection. Ils marchent très doucement mais tant pis. Je préfère assurer ma sécurité quitte à perdre un peu de temps. Finalement, on arrive enfin à cette fameuse intersection. Je laisse le groupe ici, j'ai perdu 2 h 00 :(.

La descente se passe tranquillement jusqu'au gave du Marcadau qu'il faut ensuite longer sur 3 km. Je le longe sur 2 km et le chemin disparaît. Merde, je suis sur la mauvaise rive ! La route passe rive droite, impossible de passer rive gauche (falaises)... Encore du temps de perdu puisque je dois faire demi-tour ! Oh noooon à moins que ? Si je traverse ici ? C'est quand même un bon torrent, large de 8 mètres et profond à hauteur de mi-cuisse. Il y a du courant mais pas trop. La traversée ne me fait pas particulièrement peur, mais si il arrive que je perde l'équilibre, mon sac passe à l'eau, je mouille donc tous mes changes, mon duvet, ma bouffe ! De quoi remettre en question la continuité de mon voyage ! Il y a un monsieur en face qui voit que je m'apprête à traverser (je suis en train d'enlever mes chaussures). Il dit à son gamin : "on attend la dame qui va traverser des fois qu'elle ait un coup de froid". Et bien n'empêche, je suis bien contente qu'il y ait quelqu'un en face qui m'encourage.

Les pierres sont hyper glissantes et il y a plus de courant que ce que j'imaginais : je dois vraiment me concentrer pour garder l'équilibre. Je m'entend encore dire "il ne faut pas que je marche sur les gros cailloux, ça glisse trop, il faut que j'aille sur les petits cailloux et que j'enfonce mes orteils pour bien garder l'équilibre). Oh putain, je suis à deux doigts de tomber, j'ai une sorte de montée d'adrénaline : je ne peux pas mouiller mon sac, je ne peux pas mouiller mon sac. À ma mauvaise surprise, je m'aperçois que je ne suis qu'au milieu du torrent. Je ne peux donc plus faire demi-tour. Je me concentre à fond, met un pied devant l'autre, et finit par attraper une main qui m'est tendue. Et j'entends le monsieur conclure auprès de son fils "Tu vois la dame elle est courageuse !". Et il m'offre ensuite un Oreo que j'accepte avec plaisir. Puis je remet mes chaussures et reprend ma route, satisfaite de ce petit coup de folie. Ensuite je longe tranquillement le fleuve jusqu'au télésiège de Gaube que j'emprunte pour m'économiser 350m de dénivelé jusqu'au lac. Puis j'ai 2 h 30 de marche jusqu'à un premier refuge : le refuge de Gaube. Je ne sais pas si ce sont les émotions du matin où la fatigue cumulée, mais ces 2 h 30 me paraissent 5h ! J'arrive enfin au premier refuge. Mon objectif était d'arriver au suivant à 2 h 30, mais là je n'ai vraiment pas la foi. Je m'arrête deux minutes. Non, si je m'arrête ici, je ne pourrai jamais faire le petit Vignemale demain. Il faut ABSOLUMENT que j'aille au refuge suivant ! Et c'est reparti, je recharge le sac sur mon dos, et avale quelque abricots secs et un peu d'eau. Et là, c'est dur, franchement j'en peux plus. Moralement, physiquement. C'est vraiment dur, je n'ai pas la foi. Sans compter ce glacier d'Ossoue, il a quelque chose d'angoissant, d'austère... Je fais la montée vers le col mais je suis éprouvée par le début de la journée et je me sens stressée par la face angoissante du Vignemale. Je ne me sens pas bien car je ne croise personne sur la route. Finalement j'arrive enfin à l'hourquette d'Ossoue.



Figure 12: Le refuge de Baysselance

De là je vois le refuge où je veux aller, super ! Je vois l'ascension possible vers le petit Vignemale pour demain matin. Et là, je prend une décision fatale : je suis fatiguée, la journée a été trop dure et j'ai mal aux talons, demain j'abandonne le petit Vignemale. Tant pis. Je me ménage et je descendrai sur Gavarnie.

J'arrive au refuge : il est bondé. Je demande à la gardienne si je peux dormir au refuge, c'est impossible, il est plein à craquer. Je la supplie car il fait froid dehors, il doit faire 0 degré cette nuit et mon duvet n'est pas assez chaud. Elle me déniche une place par terre, sur un matelas dans un dortoir de 20. Nickel, je suis trop heureuse.

Je me prend une binouze et attend 19h, l'heure du repas. Au repas, les tables sont imposées. Je fais alors la rencontre de 4 compères géniaux : ils ont la cinquantaine, sont marrants et sont tous des marathoniens avertis. Je fais particulièrement connaissance de Patrick, l'un d'eux. Un bel homme aux yeux bleus, 56 ans, une fille qui s'appelle Estelle, comme moi. Il me fait mourir de rire avec ses histoires. Il a déjà fait la course des templiers, et aussi une course de fou furieux à la Réunion (20h de course). Ils font la HRP tous les 4. À notre table, il y a aussi un guidos avec son client. Il a 26 ans, des dreads, des yeux clairs et des avant-bras de grimpeur. L'ambiance est très bonne lors du repas, on se régale. On discute beaucoup, et avec Patrick on se chauffe pour faire le petit Vignemale demain.

On verra bien, la nuit porte conseil.



## Jour 14 : Le petit Vignemale

*Refuge de Baysselance, petit Vignemale, refuge de la Grange de Holle (Gavarnie)*

Levée 7 h 00 pour le petit dej'. Il est déjà chaud le Patrick. Bon allez, on va se faire le petit Vignemale, je ne peux pas lui refuser ça. Et ben franchement, ça en vaut la peine. On explose le timing avec du 600m à l'heure, et on atteint le sommet à 8 h 45. La vue est grandiose : tout le cirque de Gavarnie s'étend devant nous, la brèche de Roland, la mer de nuages, le refuge de Baysselance, le glacier du Vignemale en contrebas, les petites gens qui montent au grand Vignemale. Et le soleil qui brille au dessus. Sans compter la face nord du Vignemale qui tombe sur le refuge des Oulettes, et domine l'austère glacier des Oulettes. À couper le souffle. On redescend en courant. J'apprends que Patrick est un trailer dans l'âme. Ce mec est vraiment génial.

Ensuite on passe rapidement au refuge pour enchaîner la descente. On rejoins ses copains au niveau d'un lac, où l'on décide de s'arrêter pour pic niquer. Les gars repartent, moi je décide de prendre le temps pour la sieste. Ensuite je décide d'aller me baigner dans le lac : l'eau est tellement claire. Je me met en sous-vêtements et m'aperçois en descendant vers l'eau que je m'enfonce complètement dans la terre : impossible d'accéder au lac, ce sont de véritables sables mouvants. Tant pis pour le bain. Ensuite je finis la descente en deux-trois heures. Je passe visiter une cabane dans laquelle je rencontre un espagnol qui se fait chauffer des pâtes. On discute un peu, il me propose des pâtes que je refuse. Il a de très beaux yeux. Je m'échappe et arrive tranquillement au refuge des granges de Holles (CAF). Là, un gentil monsieur du nom de Philippe m'accueille chaleureusement. Sans compter la bande à Patrick qui est en train de siroter une bière. Je file prendre une douche, écrit mon carnet, puis on passe à table. Par chance, je me retrouve à table avec la bande à Patrick et une



Figure 13: Patrick et moi au sommet du petit Vignemale.

bande de 4 jeunes (2 littéraires, géniaux, 2 médecins, un peu snobs et bourrés). L'un des littéraires m'explique qu'il a fait une thèse "la vision de la nature dans la littérature du XIXème siècle". Je l'aime bien. Il m'écrit un mot dans mon carnet que je lirai le lendemain soir. Cela me fera réfléchir.



Figure 14: Dans le chalet des granges de Holles.

Pour la suite, les amis de Patrick sont obligés de l'abandonner à cause de douleurs aux genoux (tous !). Je décide alors de l'accompagner sur la HRP à partir de demain. Affaire à suivre.

## Jour 15 : La hourquette d'Allans

*Refuge de la Grange de Holle (Gavarnie), hourquette d'Allans, auberge du Maillet (Troumouse)*

Les deux beurrsés des 4 jeunes sont allés au bar et ont fait un peu de bruit dans la nuit, et puis il a fait un peu froid. Je n'ai pas super bien dormi. Mon réveil sonne à 6h50, je m'habille et prends mon petit dej à 7h00. Ce matin je met pas mal de temps à me préparer et Patrick est obligé de m'attendre. Avant de partir, je promet à Philippe (le gardien du gite) de lui envoyer une carte de Banyuls. Je m'engage à le faire. Il a été adorable et nous a donné de bons conseils (itinéraire entre la HRP et le GR10, météo, conditions d'enneigement...).

J'achète 2 chocos : une pour Patrick, une pour moi, et on va se prendre un café allongé dans un café de Gavarnie. La serveuse se montre à la hauteur des commerçants de Gabas. Je ne lui dis ni merci ni au revoir.

Et on est partis en direction de la hourquette d'Allans. Le temps est radieux , on gaze bien dans la montée, on ne parle pas trop. On arrive assez vite au col: la vue est superbe des deux côtés, et le temps bien dégagé. On rencontre un couple d'italiens très sympas: Mara et Christiano. On casse la croûte, je vais sécher ma tente , on discute avec quelques personnes qui se sont aussi arrêtées au col. Puis on entame la redescente. On n'arrête pas de parler de tout et de rien, de GPS, de la SNCF (Patrick est conducteur de train retraité), de l'immigration ... Bref, la descente passe vite. On aperçoit le lac, on bifurque donc à droite en direction de l'auberge du Maillet. Elle est indiquée à 1h50. On ne surveille pas trop le chemin et on s'aperçoit 1h30 après que l'on est arrivés bien trop haut par rapport à l'auberge (nous sommes 400m au-dessus). Bref, on perd un temps fou à le rejoindre, et à éviter les dangereuses barres rocheuses qui la dominent.

On arrive aux alentours de 18h00, il fait froid et j'ai très mal à l'avant du tibia. J'avais prévu de poser la toile, et finalement je craque, j'ai pas le courage tant pis je prends la demi pension. Patrick m'offre la bière pour se faire pardonner de s'être trompé d'itinéraire. Je rencontre un jeune kiné très sympas, qui va se faire les crêtes du cirque de Troumouse en solo: joli projet! Ensuite douche et repas à 19h30. En tête à tête avec Patrick, la chance! Il me parle de ses aventures en moto. La moto, c'est un peu un truc qui me dépasse, mais quand c'est Patrick qui m'en parle, ça devient passionnant! On passe une soirée très agréable, on est juste heureux d'être où on est.

Le repas est super (tajine, gâteau à la crème et aux fraises).

On ne sait pas encore quel itinéraire on prend le lendemain. Nous verrons bien!

## Jour 16 : Périostite

*Auberge du Maillet, hourquette d'Héas, refuge de Barroude*

Réveil à 7 h 00 avant même que ma montre ne sonne, comme de coutume. Je prépare mon bartasse et vais attendre Patrick pour le petit déjeuner. Je discute avec le kiné qui m'explique son programme du jour.

Patrick arrive enfin, on petit-déjeune ensemble. On discute de l'itinéraire du jour : le brouillard risque de nous retarder, on prendrait trop de risque à passer par le col de la Munia, malgré les encouragements de nos 4 amis alpinistes qui nous poussent à emprunter cet itinéraire. L'un d'eux propose même de nous déposer en voiture !

Comme chaque matin où je petit déjeune dans un gîte, je me bourre le ventre. Je suis affamée. Je vais voir l'adorable monsieur qui gère le gîte, et, les yeux larmoyants, lui réclame un rab de beurre, pain et biscotte. Le brave monsieur accepte, et je me remplis le ventre jusqu'à ce qu'il n'y ait plus la moindre petite place. Après avoir dit au revoir aux 4 alpinistes et au kiné, on entame la descente vers Héas, un village 200m au dessous du Maillet . On enchaîne sur la montée en direction de la hourquette d'Héas. On retrouve les italiens de la veille, ainsi qu'un couple d'espagnols, tous très sympas. La montée est raide mais la récompense en haut en vaut la chandelle : arrivés au col nous nous offrons un carré de chocolat noir aux noisettes. La vue depuis le col est limitée par le brouillard ; dommage de ne rien voir alors que nous nous trouvons à plus de 2600 m d'altitude...

On redescend ensuite pour rejoindre un autre col. Ma périostite me fait souffrir, bien plus qu'hier : je commence à m'inquiéter car c'est la première douleur qui dure. Dans la descente qui nous sépare du refuge de Barroude, je souffre le martyre. Je passe devant Patrick,



Figure 15: Grignottage de chocolat noir à la hourquette d'Héas, dans le brouillard.

et là mon morale flanche : je sens que je ne vais pas tenir. Je me débrouille pour qu'il ne me voit pas, et je me met à pleurer car je sens que je ne vais pas tenir longtemps avec cette douleur à l'avant du tibia. Aujourd'hui, nous sommes sensés aller jusqu'à Parzan, il nous reste plus de 1000m de descentes, et c'est justement la descente qui me fait le plus souffrir. Je sais d'ores et déjà que je ne serai pas capable d'aller au delà du refuge de Barroude, soit seulement la moitié de l'étape que nous avions prévu de faire. Si j'avais été seule, cela n'aurait pas été un problème. En revanche, de devoir dire à Patrick (qui a déjà été « abandonné » par ses 3 copains) que moi aussi j'abandonne ici, cela me déchire le cœur et me rend furieuse. Et merde.

On arrive au refuge, on fait une pause pour prendre un café allongé qu'il m'offre. Je prends mon courage à deux mains, et lui avoue que je n'en peux plus : ma périostite me fait trop souffrir, je suis forcée de m'arrêter et passerai la nuit au refuge. Il croit d'abord à une blague. Non, ça n'en est pas une... J'ai peur qu'il décide de m'abandonner ici. Dans ce cas là, je redescendrai demain côté français, atteindrai une gare à coup de stop, et rentrerai me reposer sur Toulouse. Il ne sert à rien de forcer. Mais non, nous sommes une équipe me dit-il, on reste ensemble. Sauvée ! J'en aurais pleuré s'il était partis sans moi continuer la HRP ; seule, je n'aurais pas eu le courage de continuer. Il m'offre un autre café, suivi d'une crêpe au Nutella : il est mon ange gardien !

On décide donc de couper l'étape prévue en deux, ce qui nous amène demain à Parzan, après demain à Viados, le jour suivant à la Soula, pour enfin rejoindre le refuge de Jean Arlaud (refuge du Portillon) avant de redescendre attraper un train sur Luchon. Bon, ça se goupille plutôt bien. Je vais prendre ma douche dans le lac (gla gla gla), après quoi Patrick s'occupe de me soigner. Il a tout le nécessaire pour cela : de l'huile à base d'Arnica, une huile essentielle à base de



Figure 16: Refuge de Barroude

Gauthérie, des tissus-gel Flector. Il m'explique comment masser le tibia avant de coller le Flector, et de strapper (sans trop serrer) la cheville pour la maintenir. Je m'exécute. Pourvu que ça aille mieux demain. Au gîte, le repas du soir est bon, mais l'ambiance un peu morne. Les gens de notre table sont d'un inintérêt total : le HRPiste-monsieur-40-km (prétentieux à souhait), la famille parfaite, le mec gentil. Seul Patrick est passionnant lorsqu'il s'exprime et raconte ses histoires. Durant le dîner, la situation m'amuse : je sens que les gens sont intrigués par la relation qui me lie à Patrick. Un père et sa fille ? Un couple ? Je jubile de répondre habilement à leurs questions afin de ne pas satisfaire leur curiosité. Patrick dort au refuge alors que je dors sous la tente, ce qui les embrouille complètement ! Je laisse planer le doute. La nuit venue, P. m'accompagne jusqu'à ma tente, que j'ai installée à 200m du refuge. Avec le brouillard on met 15 bonnes minutes à mettre la main dessus. Je commence à connaître les tours que le brouillard peut nous jouer ! J'espère que demain la cheville ira mieux.

## Jour 17 : De Barrosa à Parzan

*Refuge de Barroude, col de Barrosa, Parzan*

3:00 am : « gla »

4:00 am : « gla gla »

6:00 am : je m'enfonce dans mon duvet et ferme complètement l'ouverture au niveau de la tête : je préfère mourir étouffée dans mon propre dioxyde de carbone que de mourir de froid.

6:20 am : la technique fait ses preuves, je dors à points fermés. Malheureusement mon réveil sonne. Le nuit a été assez agitée, mais la journée devrait être tranquille.

Je rejoins P. qui est dans le coltar pour un super petit déjeuner : pain à volonté, jus d'oranges à volonté, céréales, vrai café... ! Le rêve. Je m'empiffre. Patrick hallucine. Je vais ensuite plier ma toile. On part tranquillement aux alentours de 8h30. La montée au col de Barrosa (Barroudes en espagnol) est rapide et le paysage me plaît : du sable noir brillant recouvre les sommets de part et d'autre du col. Après quelques photos, on amorce la descente. Je décide d'y aller très doucement pour ménager ma périostite. Il fait beau, le sentier est entouré de fleurs, on croise même un groupe d'une trentaine d'isards !

On arrive à une piste où l'on fait une pause café (au réchaud) en parlant bricolage. On repart pour Parzan ; en une heure nous atteignons une route nationale (dangereuse pour les piétons) qui nous mène à Parzan. On y trouve deux supermarchés de taille démesurée comparé au minuscule village. Ce sont sûrement des magasins-frontière destinés aux français qui font leurs courses en Espagne : c'est nul. Un peu en retrait se trouve Parzan : c'est de suite le coup de cœur entre nous. C'est un village tout petit, perdu dans une magnifique



Figure 17: Au col de Barrosa, avec son sable noir.



Figure 18: Un sacré regroupement d'isards!

vallée encaissée. Ses maisons sont en pierres, comme ses routes. Ses petites gens, devant leurs maisons, discutent entre eux en espagnol, et nous saluent amicalement d'un « hola » ou d'un « buenas ». C'est un village où l'on doit littéralement mourir d'ennui, mais je ne sais pourquoi, avec ce beau temps, il me fait complètement rêver. Je m'y sens bien. Vraiment bien. En plus de cela, mon tibia ne m'a pas du tout lancé dans la descente, je crois que je suis sur la voie de l'amélioration ! On entame l'après-midi avec un super restaurant à l'horaire espagnol (à 14h30). Au menu : une délicieuse paella ! On se régale, on parle motos, on prend du vin, un peu trop peut être, cela m'épuise. Puis on se trouve une chambre d'hôtes génialissime : 35€ la nuit pour 2 personnes, la chambre est super, la salle de bain très propre, il y a une cuisine où l'on pourra se préparer de bons petits plats, et il y a même... ...une machine à laver ! Youpiii, on fout tout le linge pourri dedans et c'est parti !

On met ma tente à sécher, et pendant que P. prend sa douche je m'accorde une petite sieste. Ensuite je file me doucher après quoi je m'aperçois qu'il est déjà 19h00 ! On va faire des courses : on achète les vivres pour les jours qui suivront, plus de quoi dîner et petit déjeuner . Pour l'apéro, on s'ouvre une petite bière avec charcuterie et fromage. En même temps je me prépare un formidable gratin aux courgettes et aux oignons (miam un peu de légumes!), quant à Patrick, il se fait des pâtes bolo. Comme d'habitude, on parle de tout et de rien, et comme d'habitude, c'est passionnant. Pour le dessert, j'ai préparé une super salade de fruit que l'on partage, accompagnée d'un yaourt, et suivie d'un café. On papote encore un peu puis l'on file se coucher. Le lit est douillé : il y a des draps, une couverture toute douce, ça sent bon la lessive, c'est moelleux ! Et puis contrairement aux dortoirs, nous ne sommes que deux dans la chambre ! Je m'endors en rêvant de cette petite ville magique, Parzan...



Figure 19: La super cuisine de la chambre d'hôte!

## Jour 18 : La route des pins

*Parzan, refuge de Biados*

La nuit a été bonne. P. a ronflé pendant  $\frac{1}{4}$  d'heure, juste le temps de me bercer avant de m'endormir. Nous avons mis le réveil à 7h30, on veut se la jouer cool ce matin. La veille, nous avons acheté un super petit déjeuner, et nous avons tout installé sur la table de la cuisine. Il ne nous reste qu'à appuyer sur le bouton de la machine à café pour le lancer. On se met bien quand même ! Café à volonté, jus de fruit à volonté, pain grillé, beurre et confiture !.. Nous avions prévu de partir à 8h30, nous sommes finalement prêts à 9h00. On se perd un peu au début, pour enfin trouver le départ du sentier aux alentours de 10h00. Le ciel est bleu-carte-postale. Dans la montée je trace et P. en bave, il me suit non sans peine. Je jubile un peu de mettre la pâté à ce passionné de trail. Je l'entends s'essouffler derrière moi pour me rattraper. On atteint vers 13h le col de los caballos (les cavaliers qui surgissent de la brume). Nous sommes blasés car malgré notre rythme soutenu, nous n'avons pas pu exploser le timing indiqué par le topo de la HRP. Comme la journée s'annonce assez longue, on décide d'attendre 14h pour faire la pause déjeuner. Encore une fois, le paysage ma plaît. Cette fois-ci les sommets alentours sont moins hauts, mais la vallée est très vallonnée, parsemée de cailloux rouges (riches en fer), aride, et de sapins dont j'adore l'odeur. Ça fait très espagnol je trouve. On voit même des linaigarettes (petites fleurs blanches de coton) que Patrick prend en photo (qu'est-ce qu'il est mignon).

On a quelques doutes sur l'itinéraire, puis on retrouve une piste qui nous mène au refuge de Biados (Espagne) aux alentours de 17h30. On prend une binouse, on rencontre un couple de français très mignon. Après la douche, on passe à table: on mange avec eux. Le repas est délicieux, mais alors vraiment un régal, encore une fois! Pour le



Figure 20: Les linaigarettes de Patrick.

moment, de tous les gîtes testés, je lui décerne la médaille culinaire : - bouillon aux vermicelles - haricots coco, pommes de terre à l'ail et à l'huile d'olive (plat typique espagnol) - un plat de viande très tendre, avec des petites carottes et poivrons caramélisés - des fruits au dessert. Simple mais efficace. Je félicite les cuisiniers avant d'écrire mon carnet, puis d'aller me coucher.

## Jour 19 : La cabane de Pla

*Refuge de Biados, cabane de Pla (ou d'Aygues Tortes), refuge de la Soula*

J'ai mis le réveil à 7h00 mais me réveille un peu avant. Après le petit dej, direction la hourquette supérieure d'Aygues Tortes. Le sentier est joli comme tout, au milieu des moutons, avec le soleil, la rosée...

On se perd un peu avant l'arrivée au col, ce qui nous force à passer par un passage escarpé et engagé avec des cailloux qui s'effritent, donc on y va doucement. Finalement on arrive, mais ça n'a pas été facile. Il y a énormément de vent, on se cale donc derrière un abris de pierre pour picorer quelques fruits secs et du chocolat noir, en observant les oiseaux au dessus de nos têtes et en essayant de les identifier (ils sont répertoriés dans mon topo du GR10). On descend ensuite tranquillement, on rejoint un ruisseau que l'on longe jusqu'à une cabane magnifique: la cabane de Pla. Il y a un rez de chaussée avec un poêle tout neuf, deux tables, de grandes fenêtres en verre, et une mezzanine avec un petit dortoir sympas.





On décide de s'arrêter là pour pique niquer. Je descends une tablette entière de chocolat noir à l'orange. Je fais une petite sieste dans le dortoir au grand damne de Patrick qui craint que le temps ne tourne à l'orage. Puis on atteint le refuge de la Soula en 1h15. Le refuge est dans le brouillard, et un peu tristounet, à côté d'une centrale. Soirée RAS.

Première nuit avec des boules quies que P. me passent : le rêve.

## Jour 20 : Course glacière

*Refuge de la Soula, lac de Caillauas, col des Gourgs Blancs, col du Pluviomètre, refuge du Portillon*

Levé à 7h00. Quantités insuffisantes lors du petit dej, j'en redemande avec succès. Départ 8h15 (on avait prévu 8h00, donc on n'est pas trop mal). La première partie de la montée se fait dans la purée de pois. Je met le turbo pour impressionner Patrick, ça le met en rogne.

On arrive au lac de Caillauas, il se met à pleuvoir. Puis à grêler! La grêle est assez grosse pour nous fouetter les jambes (nous sommes tout les deux en short) et accompagnée de nombreuses bourrasques : c'est hyper agréable :P. On craint que la taille des grêlons n'augmente et que cela devienne dangereux, car il n'y a aucun abris autour de nous...! Malgré tout, on continue à avancer. Mais la météo nous ralentie. Et ça grimpe bien.

On arrive ensuite au lac des Iscolats, puis au lac du Milieu. L'averse s'arrête. On enlève les pèlerines. L'averse reprend. Dur.

Ça grimpe de plus en plus raide. Les fortes bourrasques de vent soulèvent nos ponchos, nos sacs se mouillent et on n'y voit plus rien. On pète les plombs. Ça grimpe toujours autant, il n'y a plus de sentier mais juste de la caillasse avec quelques cairns éparses. Dur de trouver le bon itinéraire. On arrive à une sorte de plateau à la suite duquel on doit franchir un névé qui nous mène au col des Gourgs Blancs. Je cours les 15 dernière minutes car j'ai parié avec Patrick que j'arriverai au col avant 12h30. Pari perdu à 3 minutes près. Le topo indique que le pic Bourdon se trouve à 30 minutes du col (3034m). On voulait absolument le faire mais la météo nous a dissuadé, on décide de continuer à progresser avant que le temps passe à l'orage. La descente est extrêmement délicate. On croise des alpinistes qui viennent du refuge où l'on va. Ils nous indiquent de



Figure 21: Tenue signée Yohji Yamamoto!!

passer à droite. Plus tard le topos nous révèlera que la descente à droite est dangereuse et déconseillée. En effet, c'est hyper raide, un mélange de terre et de cailloux qui s'effrite entre les doigts. C'est juste sur une trentaine de mètres mais c'est l'enfer. Je fais tomber une pierre qui passe à 2cm de Patrick qui est sous moi. L'ambiance est tendue. Je conseille à Patrick de longer la montagne à flanc afin d'atteindre un petit névé bien plus stable. En effet, cela nous permet de progresser plus sereinement. Ensuite on doit franchir un autre col. Vue d'en bas, deux possibilités se dégagent: filer droit sur un névé, ce qui nous obligera à mettre les crampons, ou longer le névé sur la gauche par un passage caillouteux, qui se redresse sérieusement sur la fin. Je ne suis pas sûre que ça passe d'ailleurs.

Il se remet à grêler. On décide de tenter sur la gauche pour éviter d'avoir à chausser les crampons. Le dernière passage, très raide, est franchissable en passant bien les pieds et en s'aidant des mains. Un petit pas de 5 quand même. Heureusement, la roche se délite moins qu'au passage précédent. Par contre, pour Patrick qui est derrière moi, le passage s'avère vraiment difficile à passer. Il me dit qu'il ne passera pas. Il me fait passer ses bâtons, et je l'encourage posément en lui conseillant des placements pour les pieds. Il franchit finalement la passage escarpé avec succès, et me remercie de mes précieux conseils.

La reste du chemin reste délicate, mais rien à voir avec les deux passages dangereux que l'on a franchi. Après avoir rejoins le col du pluviomètre, on descends vers un second col, pour remonter vers la tusse de Montarqué. Le chemin est plus tranquille et mieux indiqué. Il y a un peu d'orage derrière nous, ce qui nous convaincs d'accélérer puisque nous sommes en train de suivre une crête :S.

Je sème Patrick, puis je l'attends, et le sème à nouveau. Je lui met la pression, mais finalement nous atteignons la tuque, ce qui nous



Figure 22: Ce n'est pas pour rien qu'il s'appelle le col du pluviomètre.

permet d'apercevoir le refuge. La suite du chemin est bien balisée. Ma périostite me lance donc je marche doucement. On atteint le refuge en 45 minutes, vidés, lessivés! On n'a toujours pas mangé et il est 16h00! Je demande à Régis, le gardien, si je peux utiliser le réchaud dans le gîte. En effet c'est possible, on s'offre alors un repas de fête car je ne souhaite pas redescendre mes lyophilisés. On fait donc péter le couscous et le riz au curry, sans compter l'apéro saucisson fromage avec une bière bien fraîche servie par Régis: sympas de devoir finir les provisions. On finit en s'offrant un café et une douche, tout ça offert par Patrick :)

Le soir au repas, on rencontre deux jeunes hommes costauds qui sont sauveteurs en montagne, ils appartiennent aux CRS, sont 200 en France à faire cela. Le concours est difficile, très similaire à celui de guide. Ils sont très polyvalents : alpi, escalade, canyoning, spéléo! Qu'est-ce qu'ils sont costauds ces deux petits jeunes! Demain ils partent faire la traversée des arrêtes de Crabioules : une course facile mais très longue et exposée! On a même droit à un cours de cartographie de l'un deux: j'apprends pleins de choses. Tout les gens finissent par aller se coucher. Nous sommes les deux derniers avec P., on éteint toutes les lumières et on file au lit.

## Jour 21 : Au revoir...

### *Refuge du Portillon, Bagnères-de-Luchon*

Pour le petit dej, comme pour le repas d'hier soir, c'est du jamais vu: la nourriture est en abondance, sans limite. Régis est un maître dans la tenue des refuges et la gestion des stocks, et je l'en félicite avant de partir.

On discute en quittant le refuge avec deux gars d'EDF qui ont fait des mesures laser du barrage (des topographes). Ils attendent l'hélico qui



Figure 23: Refuge du Portillon.

vient les chercher. Ils proposent de me déposer comme il leur reste une place, proposition que je décline poliment pour ne pas laisser Patrick tout seul. La descente est longue mais tranquille. On se prend un café allongé à Espingo, puis on remonte vers le Céciré, pour enfin redescendre sur la station de Superbagnères. On nous dit qu'il n'est pas possible d'acheter des billets en haut des œufs, nous qui comptions les prendre pour descendre! 1000m de dénivelé! On insiste et le monsieur finit par accepter de nous laisser passer : on achètera le ticket en bas. On décide tout de même d'aller prendre une bière, la vue depuis la station étant superbe. On en profite pour manger nos pic nique puis on redescend par les œufs afin d'atteindre la gare de Luchon en 15 minutes à pied. On prend un ticket et direction Toulouse pour un break de trois jours pour moi. Le soir restaurant dans Toulouse en tête à tête avec Patrick avant de lui dire au revoir.

J'ai le cœur serré...



Figure 24: Descente sur Superbagnères.

*Deuxième partie : dernière ligne droite vers la mer...*



## Jour 22 : De retour sur la route.

*Artigue, Fos*

Départ lundi matin de Toulouse, à 7h15 pour arriver à la gare à 7h25, le train est à 7h46, on s'aperçoit à 7h30 que j'ai oublié mon portable ! J'ai donc 16 minutes pour prendre une décision. On conclut vite que l'aller-retour à la maison ne me permettra pas d'attraper mon train à l'heure, il reste donc l'alternative: soit je ne prends pas mon portable, soit je retourne le chercher, ce qui m'oblige à prendre le train suivant et me fait perdre la matinée. J'enrage d'avoir oublié une chose aussi essentielle. Après 14 minutes de réflexion, je décide de ne pas partir sans mon portable, car cela comporte trop d'inconvénients: pas de possibilité de donner des nouvelles à Alban, potentielle inquiétude maternelle, risque de rencontrer des difficultés pour se retrouver le week-end prochain ! Je ne veux pas prendre ce risque, donc retour à la maison. Mais qu'est-ce que je m'en veux ! Finalement, ça se passe plutôt bien: en regardant les horaires, je vois que je ne perds qu'une heure et demie, je prends même le temps de faire 2, 3 choses et d'appeler Mamounette pour lui dire au revoir.

Papa est tout gentil, il reste avec moi le plus longtemps possible puis me donne un peu d'argent pour que je puisse m'acheter un café en attendant ! Je m'achète un café et une choco qui est délicieuse. Puis je file à la gare prendre mon train : il me dépose à Montréjeau où je dois prendre un bus qui va à Luchon. Le bus a une demi-heure de retard, ce n'est pas comme si j'avais déjà perdu assez de temps ! Dans le bus, je rencontre une dame qui a fait une partie du chemin de St Jacques de Compostelle. En descendant (arrivée à Luchon), on se dit au revoir et elle me demande ce que je fais maintenant. Je lui dis que je vais faire du stop entre Luchon et Artigue. Ce n'est pas du tout sur son chemin, mais elle propose de me déposer ! Un monsieur surprend la discussion et nous indique que lui va à Artigue, il propose

de m'y amener, j'accepte.



Figure 25: Village d'Artigue

Il est très sympa, s'appelle Bernard. Il pratique la chasse à l'arc avec des copains, il a tenu une boîte de nuit, un magasin de fleurs et des stands de motos dans les salons. Bref, il a plein de choses à raconter ! Je lui demande si je peux me restaurer à Artigue, car j'aimerais manger avant de partir. Il me dit qu'il n'y a absolument rien et propose de me préparer un sandwich !

Je me retrouve donc chez lui avec du pain, du beurre, du jambon de pays, un mélange de girolles, morilles et volaille (poulet, saucisse de canard...) et une salade de tomates !!!! Il me propose même une bière, proposition que je décline de peur de m'endormir sur la route. On discute pendant que je mange puis il m'indique le départ du GR. Le paysage est superbe : c'est une crête, avec plein de fleurs violettes de part et d'autre, avec un superbe panorama (que j'ai dessiné). Je vois tout le massif de la Maladeta et là d'où je viens (au-dessus de Superbagnères).

Je croise un berger, je sens qu'il a envie de parler, donc je m'arrête un peu. Le temps est superbe, je me régale ! Puis j'entame le descente vers la cabane d'Artigue, je suis une indication du GR10 et m'aperçois que cela diffère du chemin que j'avais repéré sur la

carte. Je sors le topo pour vérifier et ma crainte se confirme : j'ai pris un sentier qui ne passe pas par la cabane d'Artiguessans ! Tant pis, je rajoute une heure de marche pour aller à Fos où j'ai repéré, dans le topo, un camping. J'arrive à Fos, vers 20h30, je suis vidée. Le camping est indiqué de l'autre côté du village, je le traverse donc. Assis dans son jardin, un couple me salut et m'interroge sur ma destination. J'apprends à mon grand désespoir que le camping a fermé l'année dernière à cause des inondations argh ! Je dors où moi ? Les deux personnes me proposent de camper dans leur jardin.

Je discute un peu avec Sabrina et Jean-André, ils sont d'une gentillesse rare. Ils m'offrent la douche et m'invitent même à manger en compagnie des parents de Jean-André qu'ils ont invités. Au menu, salade de tomates, pâté, steak, purée et fromage ! Décidément, j'ai de la chance aujourd'hui ! Cela m'évite de taper dans mes réserves, d'autant plus que je ne pourrai me ravitailler durant les 4 prochaines étapes, donc ça va être dur de gérer ! Ils m'offrent aussi du vin rouge à profusion. Je me couche dans ma petite tente vers 22h30, complètement morte : je m'endors tout de suite ! Et en m'endormant, je me dis : heureusement que j'ai oublié mon portable, sans quoi tout cela ne serait pas arrivé.

## Jour 23 : Le Crabère

*Fos, pic Crabère, refuge de l'Étang d'Araing*

Je me réveille à 7h30 (Wouhou la grasse mat' !!) et la famille propose de me déposer à Labach pour me faire gagner du temps (3h !). Je n'ose pas refuser. Je commence donc à randonner vers 9h30 et le topo indique 4h de montée jusqu'au refuge de l'Étang d'Araing, donc petite journée ! Cependant, quand ce topo dit 4h, c'est vraiment 4 ! (contrairement aux 2 topos précédents). J'arrive donc au refuge vers 13h30, je fais sécher ma tente puis fais une petite sieste. A mon réveil, j'ai bien envie d'une petite bière. Malheureusement, je ne la mérite pas après seulement 4h de marche ! Si encore j'avais fait le pic Crabère à côté, je pourrais m'en offrir une... Qu'à cela ne tienne : j'emprunte un petit sac au gardien du refuge, j'attends une fenêtre de temps clair et j'y vais. Je perf : 1h, 600 mètres de dénivelé. Sans le gros sac, je me sens pousser des ailes ! Malheureusement, j'arrive trop tard au sommet : il est déjà englobé dans un nuage ! Dommage, je ne vois rien, il faudra que j'y retourne. Je rentre au refuge, à la descente je vais très doucement pour ménager ma tendinite (je mets une heure aussi !).

Au refuge, je m'offre :

- Une douche chaude,
- Une bière (fraîche !)

Puis on passe à table. Là je rencontre deux charmants espagnols, on rigole bien ! J'aime bien les espagnols, j'aime leur culture, leur façon de voir les choses et de profiter de la vie ! Ils se prénomment Fernando et José. Au dodo à 21h, avec les boules Quiès, la nuit passe très vite ! (dans le dortoir, je suis avec les deux espagnols et il y en a un qui ne fait que péter toute la nuit).



Figure 26: Refuge et lac de l'étang d'Araing

## Jour 24 : La cabane merveilleuse

*Refuge de l'Étang d'Araing, Eylie, col de l'Arech, cabane du Besset*

Je me réveille sur un pet particulièrement bruyant. Le petit déjeuner est bien (pain et café à volonté). Je commande deux pique-niques au gars du refuge de peur de mourir de faim les jours suivants. Je dis au revoir aux deux espagnols et décolle à 8h30. RAS dans la descente, excepté un passage avec beaucoup de boue, fort désagréable. Juste avant Eylie, je rencontre un berger génial. Il est à la recherche d'une brebis et de son agneau né il y a deux jours. Il s'inquiète car au village, cette nuit, deux poules se sont faites agressées par un renard. Si le renard tombe sur le nouveau-né, il craint que ce ne soit le carnage. Je lui dis que je ne les ai pas vus sur le chemin. J'en profite pour lui poser des questions sur les cabanes où je compte dormir ce soir.

Il m'indique que la cabane d'Arech est occupée par un berger, mais que l'annexe peut être utilisée par le randonneur. Il m'explique que ledit berger est un beau gosse qui ne fout rien et qui fait du kayak au lieu de garder les brebis. Il me prévient que ce berger « aime bien les filles »,

- “Mais ne t'inquiète pas, il ne va pas te sauter dessus”

Cela ne me rassure pas vraiment, je ne dormirai décidément pas à Arech !



Figure 27: Village d'Eylie

A Eylie je quémande un repas au gîte ; normalement ils ne servent pas le midi, mais comme je suis toute seule... Ils me servent alors le meilleur repas que je n'ai jamais mangé depuis le début du GR10 (ils arrachent donc la palme d'or à Viados !) : en entrée, salade verte DU JARDIN, haricots verts DU JARDIN parfaitement assaisonnés puis une formidable omelette avec les œufs DE LA POULE, des lardons, pommes de terre, champignons, oignons, persil...Pour le dessert, une tranche de melon accompagnée d'un gâteau au chocolat maison !

Simple mais efficace et servi en quantité plus que suffisante ! Je repars donc le ventre bien plein !

La montée est assez dure puisque je suis en pleine digestion. C'est vraiment difficile mais je force pour avancer. En plus, je me dis que je suis partie pour 3 jours d'autonomie, nuit en cabane et en tente et que je ne croiserai sûrement pas grand monde. Ça me déprime un peu. J'appelle Alban pour me changer les idées. Puis je repars. En Ariège le GR10 est hyper bien indiqué et il y a régulièrement des panneaux en bois bien visibles indiquant les directions, les cabanes, les temps de parcours, c'est vraiment pratique ! J'arrive au col, à partir duquel il me reste 3h pour atteindre la cabane du Besset où je veux dormir.



Figure 28: Col de l'Arech

J'ai décidé d'allonger un peu l'étape d'aujourd'hui car celle d'après-demain est extrêmement longue (11h30) et je préfère la raccourcir. D'autant plus qu'il est possible que je retrouve Marion après demain soir, il ne faut donc absolument pas que je prenne du retard sur mon planning ! Je me sens épuisée, mais je continue. Si j'arrive à Besset, l'étape d'aujourd'hui comptera 1450 mètres de montée et plus de 2000 mètres de descente !

Et là, tout à coup, je sens un regain d'énergie, comme cela m'arrive

parfois en fin d'après-midi. Je me sens HYPER BIEN ! En plus, je croise un groupe de trois dames qui ont trop la patate et cela me motive. Arrivée en vallée, j'entame la montée à fond la caisse, je trace, je trace, jusqu'à ce que je sente la fatigue me tomber dessus et là miracle, je vois le toit de ma cabane sortir du brouillard, celle où je veux dormir ! Et là, les bonnes surprises s'enchaînent : la cabane est super, il y a de l'eau, j'ai du réseau et en plus au bout d'une heure, le brouillard se lève pour laisser place à une vue extraordinaire sur le coucher du soleil !! Sans parler des isards que j'aperçois derrière la cabane !



Je prends donc une super douche (glacée), je passe mes petits coups de fil (ça me fait du bien de discuter), je mange des pâtes bolo qui ne sont pas bonnes et au lit dans ma super cabane !

## Jour 25 : Dans la brume électrique

*Cabane du Besset, plat de la Lau, étang d'Aymar, cabane d'Heliet*

Je me réveille naturellement vers 7h15. J'ai mis un peu de temps à m'endormir car je me sentais angoissée. Je crois que la solitude me pèse. Mauvaise surprise : les souris (que je n'ai pas entendues avec mes boules Quies) ont tapé dans mon pique-nique. Un tiers de mon sandwich a littéralement été croqué, une barre de céréales entamée, il y a un croque dans ma pomme et le pire : la moitié d'un de mes gâteaux Gerblé bio au chocolat a été bouffée ! Les souris ont même mangé le plastique pour avoir accès aux barres et au gâteau ! J'avais pourtant bien veillé à fermer mon sac, mais apparemment, elles ont réussi à se faufiler dans le sac et la poche en plastique jusqu'à la nourriture ! Bon, je suis un peu en rogne, mais après tout ce n'est pas trop grave. Ce matin, je me fais un super petit déjeuner (pour éviter le coup de pompe du matin) : je prends la peine de me faire chauffer du café (j'en ai acheté un nouveau, soluble, qui n'est pas mauvais !), avec mes gâteaux secs au choco (à moitié mangés par les souris), une pomme et une barre de céréales ! C'est royal ! Je décolle tranquillement vers 9h car je sais que la journée va être cool. Comme j'ai bien petit déjeuné, je me sens en forme ce matin.

L'arrivée au col est indiquée en 1h10 et j'y suis en une demi-heure (ça y est le topo commence à déconner !). Il fait super beau, la journée va être agréable ! J'entame une longue descente, le chemin est plaisant, il y a des cabanes qui le bordent. Je les visite toutes ! Elles sont toutes moins bien que la cabane du Besset ! J'arrive à Plat de la Lau. Il est indiqué sur mon topo qu'il y a juste 2 granges non gardées où l'on peut dormir. Vu la quantité de voitures garées, je doute que le topo soit actualisé ! En effet, en m'approchant de la rivière, je vois une bâtie neuve : la maison du Valier. Elle fait bar/restaurant/gîte ! Je suis presque déçue, moi qui m'étais embêtée

à gérer mes vivres et qui pensais que l’Ariège était sauvage.



Figure 29: Pla de la Lau

Bon, je me prends tout de même une bière et un petit sandwich (je craque). La serveuse n'est pas aimable, le sandwich a un goût de produit vaisselle, je la soupçonne de vouloir empoisonner les randonneurs. Je repars le ventre plein, les jambes complètement coupées à cause de la bière. Tant pis c'est le prix à payer. Au bout d'une heure, je cale ma respiration et j'avance mieux. J'arrive assez vite à la cabane dans laquelle j'ai prévu de dormir. J'ai pris tout mon temps, mais il n'est que 14h30, je vais m'ennuyer si je n'ai rien à faire de l'après-midi. Je décide de pousser jusqu'à La Cabane d'Heliet, à 3h30 d'ici.

Avant cela, je fais une petite sieste, puis je redécolle. J'avance bien, cependant le temps se couvre. De toute manière, je dors dans la cabane, donc ce n'est pas trop grave. Les paysages me plaisent un peu moins par ici, est-ce dû au mauvais temps ? J'arrive finalement à l'étang d'Aymar, près duquel je remplis les gourdes, puis au col d'Audéale, à côté duquel se trouve la cabane du Clos d'Heliet ! En-

core une fois, j'ai beaucoup de chance: la cabane est superbe. Seule chose que je lui reproche : elle est orientée Sud, il y a donc vite de l'ombre le soir (contrairement à la cabane du Basset, orientée Ouest, depuis laquelle j'ai pu voir un superbe coucher du soleil). Cela mis à part, elle est assez grande, propre, il y a une table en bois, un étage avec un matelas. J'aime bien lorsqu'il y a un étage, car les souris restent toujours en bas (et oui, les souris m'ont bel et bien traumatisée). J'arrive donc à 18h à cette cabane et l'expérience m'a appris à ne pas me coucher avant 21h30 si je veux bien dormir. Il me reste donc 3h30 à tuer. Je me douche avec 25 cl d'eau, je me masse les chevilles et les pieds, j'écris dans mon petit carnet, je prépare la journée de demain avec mon topo. Je me prépare un tajine végétarien déshydraté (pas terrible), fait ma vaisselle, me brosse les dents, prépare mon lit, médite un peu. Ouf, il est 21h30, je peux aller me coucher. N'empêche, je me sens vraiment seule, je ne croise pas grand monde sur ma route et c'est ma seconde nuit seule, en cabane. La solitude a toujours été ma pire ennemie et m'y confronter ne règle apparemment rien. Je n'ai qu'une envie : passer une soirée avec papa et maman, ou me faire un plateau film avec Alban, ou une bière avec Edith et Nargisse. La famille et les amis (les petits comme les grands), c'est vraiment ce qui compte le plus pour moi et ce qui me manque le plus maintenant.

Bon, je broie un peu du noir, c'est sûrement à cause du brouillard. Je mets mes boules Quies et file me coucher. Je dors plutôt bien. Je me réveille pour faire pipi, je sors avec la frontale et là je vois quelque chose de très étrange : il y a du brouillard et des éclairs assez réguliers. Comme un éclair d'orage, bien que je n'entende pas d'orage et que la fréquence soit plus importante, toutes les deux secondes environ, je me demande vraiment ce que c'est ! Ça me fait penser au film « Dans la brume électrique », ça colle complètement. Ça m'angoisse un peu. Je me rendors. Cette fois je suis réveillée par l'orage. Je suis



Figure 30: Cabane d'Heliet

paniquée : l'orage en montagne, seule dans une cabane, ça me terrifie. J'enfonce mes boules Quiès dans les oreilles et me force à ne pas ouvrir les yeux pour ne pas voir les éclairs. Si je meurs électrocutée, au moins je ne le verrai pas venir. Je repense à l'histoire d'un homme qui a perdu un orteil à cause de la foudre. Je n'ai pas envie de perdre un orteil ! Je me rendors.

## Jour 26: Retrouvailles avec la familia!

*Cabane d'Heliet, Gîte d'Aunac*

J'ai finalement bien dormi. La veille, j'ai suspendu mon sac de bouffe à un lacet que j'ai attaché à une poutre. Mon pique-nique est intact ! Armée d'un lacet et de boules Quiès, l'Homme domine enfin la souris. Victoire.

Je me fais un bon petit déj et finis tous mes vivres. Je prends mon temps car il pleut dehors. Je décolle à 9h, il ne pleut plus. Sur le trajet vers le gîte je me perds à un moment, pour cause d'inattention et mets un peu plus de temps que prévu à arriver. Finalement, vers 14h je suis au gîte où j'ai prévu de retrouver la petite famille.

Affamée, je supplie le gérant de me donner à manger. Il me sert un super plateau de pain, fromage, beurre et jambon de pays! Miam ! Mais ça ne me suffit pas. Je lui demande s'il descend sur Seix, dans l'après-midi, pour qu'il me dépose. En effet, il y va. Je me fais des super courses de nourriture. J'achète des gâteaux au chocolat et au caramel pour grignoter avec le café cet aprèm, je prends de quoi manger ce soir (fruits et yaourt) et de quoi pique-niquer ainsi que les vivres de course pour demain.

Lorsque j'ai fini mes courses, le gars du gîte me ramène. Il n'arrête pas de fumer et a l'air assez shooté. Mais il est gentil. Ce soir, papa et maman viennent manger et déposent ma copine Marion qui va faire une étape de GR10 avec moi. J'ai hâte de les voir tous les trois. Je leur prépare le repas, la table et tout. J'ai acheté une bouteille de vin. Je suis la seule au gîte ce soir, c'est comme si je les invitais chez moi !... J'ai pris ma douche et fait la vaisselle, je passe ensuite tous mes coups de fil tranquillement comme ça fait un moment que je ne captais pas (Alban, Lucile)... Je prends le temps de discuter avec eux et cela me fait du bien. Vers 20h30, la famille et Marion débarquent.

Je suis hyper contente de les voir!! Le repas est animé, on mange bien, on boit un peu, on n'est que tous les quatre dans ce joli gîte, c'est super ! Je me ravitailler grâce à papa et après cette merveilleuse soirée je les raccompagne à la voiture. Je suis un peu inquiète qu'ils prennent la route ce soir pour rentrer sur Toulouse.



Figure 31: Gîte d'Aunac

Après leur départ, Marion m'annonce qu'elle a oublié ses chaussures de rando.. OUCH !! Comment vais-je adapter le programme ? J'ai un peu de mal à m'endormir. 23h15, papa m'envoie un texto : ils sont bien arrivés à la maison, je suis rassurée! À minuit je finis par m'endormir.

## Jour 27: Péripole avec Marion

*Gîte d'Aunac, Couflens, Etang d'Arreau, gîte de Rouze d'Ustou*

Le réveil sonne à 7h, j'ai trouvé une solution pour les chaussures. J'avais prévu une étape de 10h, mais avec les chaussures actuelles de Marion (des Bensimon) c'est juste impossible. Je propose de faire du stop jusqu'à Couflens (puisque l'on a prévu de dormir dans un gîte à 1h de Couflens) et on prendra le GR à l'envers à partir du hameau, comme cela on pourra faire demi-tour quand on voudra. Finalement, on fait tout de même une grosse journée: on marche une heure avant de faire du stop. On est prise en 10 minutes par une gentille dame qui nous dépose à Couplens.



Figure 32: Étang d'Arreau

Là, contrairement à ce qui était indiqué sur le topo, il n'y a pas d'épicerie : dommage ! On monte ensuite jusqu'au lac d'Arreau, mais il ne fait pas très beau on a un peu froid: on redescend donc vite. Marion a très mal aux pieds. On a fait 100 m de dénivelé pour monter au lac puis 300m de plus pour aller de Couplens au gîte où l'on passe la nuit. En arrivant, nous sommes vraiment épuisées et affamées. Nous n'avons que des lyophilisés à manger, mais on a vraiment très faim: pourvu qu'il y ait des ravitaillements possibles au gîte... Trop bonne surprise, il y a plein de produits de la ferme :

saucisson maison, tomme de chèvre et crottin de chèvre, pain maison, tomates du jardin !!! Le rêve! On achète de tout en bonne quantité, puis on va dans la partie gîte. Et là on s'espante : non seulement le gîte est magnifique et en plus de cela, il y a plein de ravitaillement à la disposition des randonneurs : les prix sont indiqués, on se sert et on met l'argent dans une caisse. C'est vraiment génial qu'ils fassent confiance aux gens comme cela !! Il y a des bières au frais, du vin rouge au verre, des snickers, plein de ravitaillements super pour le GR10. C'est le RÊVE !!



C'est un charmant couple d'italiens qui tient le gîte. Il y a des gens qui arrivent (un couple et trois espagnols sympas). L'ambiance est bonne, on boit de la bière et du vin, on parle un peu avec les gens et on va se coucher vers 10h. Je suis un peu dégue du comportement de Marion qui ne respecte pas les lieux. Elle laisse la table sale après le repas, laisse ses mégots de cigarettes, tâche un canapé avec du vin. Je ne la sens pas dans la même mentalité que moi et passe donc une soirée mitigée.

Malgré cela je dors bien; on a mis le réveil à 6h30 pour demain.

## Jour 28 :

### *Gîte de Rouze d'Ustou, étang de Guzet*

J'ai bien dormi et mets du temps à émerger lorsque le réveil sonne. Cela fait un moment que je ne me suis pas levée si tôt. Au petit déj, le jeune homme italien qui gère le gîte, tout droit sorti du film "Brokeback mountain", nous sert du pain, trois confitures différentes, du fromage blanc fait maison et du beurre fait maison. C'est royal, c'est délicieux, j'en profite pleinement !! Marion traîne et ne m'aide pas trop à ranger, concentrée à camoufler la tâche de vin de la veille. On part un peu en retard. La montée est raide, mais on avance bien. Il y a beaucoup de boue, on rigole bien avec Marion et ses chaussures pourries !! On arrive vite au col où l'on fait une pause pour manger un snickers provenant du gîte (miam) ; on s'aperçoit que l'on a du réseau. On appelle donc nos amis respectifs dans la descente.

On arrive avec une demi-heure d'avance mais on est complètement synchro avec la famille que l'on devait rejoindre : Papa, Maman, Nathalie et Sandra (qui campera avec moi ce soir !). On monte 1h tous ensemble après que je me sois ravitaillée. L'ambiance est super, il fait plutôt beau et comme d'habitude je suis hyper contente de voir la famille. Je discute beaucoup avec Papa. Il connaît bien la montagne, les traversées et le GR 10 en particulier. Il me comprend bien, il sait pourquoi je fais ça, ce que je ressens, ce que je vis et il connaît souvent déjà les étapes que je fais. Il répond à mes interrogations et nous organisons ensemble la suite de mon itinéraire ainsi que notre prochaine rencontre.

Ensuite, nous pique-niquons tous ensemble, puis je quitte la famille ainsi que Marion, pour partir avec Sandra.

Elle fait du trail et a un super rythme. Tant mieux : je la suis et cela me motive. On marche en discutant de tout et de rien. De sport, de



Figure 33: Retrouvaille de la p'tite famille et des amis

nos petits copains, du travail. Ça passe très vite, on arrive donc à l'étang de Guzet, où l'on a prévu de camper. Malheureusement les abords du lac sont très raides, il est donc impossible de poser la tente. On continue à avancer bien que l'on soit fatiguées (j'ai déjà 10h de marche dans les pattes). On trouve finalement un coin parfait pour camper, à côté d'une cabane occupée par un couple bien agréable. Ils ont allumé un feu dans la cheminée.

On repart pour installer nos tentes et chercher du bois que l'on ramène à la cabane. On passe la soirée au chaud dans cette superbe cabane (avec un mini dortoir, des matelas, des couvertures, une jolie table et des tabourets, des vivres divers...). On dîne dans la cabane avec nos nouveaux amis et on en profite pour faire sécher nos affaires. Après le dîner, nous continuons à discuter avec le couple qui connaît bien le coin. J'en profite pour me masser les pieds et les mollets.



Figure 34: Étang de Guzet.

Comme d'habitude, mon huile et son odeur font fureur.

On se couche finalement vers 22h. J'ai pris un matelas et une couverture dans la cabane pour les mettre dans la tente. Nuit de luxe! J'appelle Alban avant de dormir. Je m'endors paisiblement et fait ma meilleure nuit en tente depuis le début du GR10 grâce au matelas et peut-être grâce à la présence de Sandra, pas loin...



## Jour 29 : À nouveau seule sur la route

*Étang de Guzet, cascade d'Ars, Aulus, port de Saleix, refuge des étangs de Bassies*

Grâce à la couverture et au matelas, c'est la première nuit dans la tente où j'ai vraiment bien dormi. C'est même le réveil qui me sort de mes rêves à 7h30. Je me fais du café et un bon petit déj, puis je réveille Sandra. Il fait hyper beau ! On décolle tranquillement vers 9h. Dans la descente, on passe par la cascade d'Ars, très jolie: elle fait 110 m de haut ! On se trompe de chemin ce qui nous fait passer par Aulus ; tant mieux, cela me permet de me ravitailler. Ensuite on monte rapidement vers le port de Saleix.

Le paysage me plaît : c'est bien dégagé et le temps est radieux. On se sépare au niveau du col, je me retrouve alors toute seule et finalement j'en suis assez contente.

Je longe de jolis étangs et atteints le col depuis lequel on voit le refuge: j'arrive vers 17h. La gardienne est très bien, elle semble bien gérer le refuge, elle me fait penser à Régis du Portillon au refuge Jean Arlaud. Lors du repas, l'ambiance est super, on traîne à table jusqu'à 22h. Nous sommes 9 à dîner et nous prenons une bonne quantité de vin en accompagnement du repas. Je rencontre entre autres un père et sa fille, qui me font beaucoup penser à Papa et moi. Lui connaît la montagne comme sa poche, dès qu'on lui parle d'un endroit, il connaît. Il met l'ambiance et est très sympa. Elle, passionnée de montagne aussi, aime la randonnée, le ski, elle fait même des sorties avec le Club Alpin Français. Il faut absolument que je garde son contact pour pouvoir randonner avec elle, où faire une sortie ski de randonnée avec le CAF.



Je pars me coucher vers 22h30 (wahou !) et fais le bilan : ce refuge est chouette, la vue est très belle (on aperçoit notamment pleins de petits étangs et de cours d'eau) et je suis contente d'être de nouveau seule sur la route.

## Jour 30 : Deuxième rencontre avec Jean-Claude

*Refuge des étangs de Bassies, Auzat, Arties, refuge du Fourcat*

Je prends mon petit-déjeuner à 7h30 et pars à 8h10, après avoir pris les coordonnées de Sophie.

Il fait grand beau et je suis on ne peut plus ravie de marcher sur ce joli sentier, toute seule. Le GR10 fait un détour pour passer par le gîte de Mounicou. Comme cela ne m'intéresse pas, je décide de couper en descendant vers Auzat et en rejoignant directement Arties. Puis j'arrive à une bifurcation où j'ai le choix :

- de couper en allant directement à Goulier;
- de passer par le lac d'Izourt;
- de pousser jusqu'au refuge du Fourcat, ce qui constitue une variante du GR10.

Cela rallonge de quelques heures. Je ne m'étais pas penchée sur la question et avais prévu de dormir à Goulier ce soir, mais à choisir entre Goulier et Fourcat, ma décision est vite prise : tant pis si cela me rallonge, je préfère monter au refuge. Je suis toute excitée car je pense que le refuge va être super, il est à 2445m d'altitude, la HRP y passe et il est entouré de deux lacs et de falaises ! Aujourd'hui je me sens en hyper forme et j'enquille les 1600 m de dénivelé qui me séparent du refuge à une vitesse qui me surprend moi-même. Et ce malgré mon ventre qui gargouille bizarrement. Je comprends vite pourquoi : je me suis trompée en prenant mon eau au refuge de Bassies, je l'ai prise au sanitaire alors qu'il était clairement indiqué que l'eau potable du refuge était dans la salle principale. C'est vrai qu'elle avait un goût très bizarre. Vers la fin de la montée je suis assoiffée, mais je m'empêche de boire de peur de tomber malade.

Au niveau du barrage de l'étang d'Izourt, je vois deux gamins jouer

devant une bâisse. Je les interroge : ce sont les enfants du berger ! Je leur demande de l'eau potable qu'ils me servent très gentiment. Cela me permet de me réhydrater.

J'arrive au refuge vers 17h30 et là, l'ambiance est super. C'est un refuge d'altitude difficile d'accès, ce qui fait le tri sur les gens qui y montent. En plus de cela je retrouve le gardien du refuge des Bésines que je connais: il est génial, hyper dynamique, me fait mourir de rire. C'est un puriste, un solitaire amoureux de la montagne et il a un corps d'athlète. Super repas, l'ambiance est au rendez-vous. L'été prochain j'aimerais aller donner un coup de main au gardien pendant une semaine. Il faut vraiment que j'emmène mes amis à ce refuge : c'est mon coup de cœur.



## Jour 31 : Étang de Gouaille et égarement

*Refuge du Fourcat, étang de la Goueille, lac de Gnioure, Siguer, col de Gamel*

J'ai mis mon réveil à 6h30 pour petit déjeuner à 7h. Je veux partir tôt car j'ai décidé de prendre une variante du GR10, plus en altitude et je veux avoir de la marge sur l'horaire. Je crains que le sentier ne soit mal balisé et la carte que j'ai sur le topo du GR10 est au 50 millième et incomplète.

Je petit déjeune au refuge, pas suffisamment à mon goût et je garde les deux petites plaquettes de beurre pour le midi. Puis je règle la nuitée et pars à 7h40 de ce magnifique petit refuge. Jean-Claude, le gardien, m'a indiqué la route à suivre et le balisage rouge et blanc. Le chemin est très escarpé mais en effet le balisage est très bon. J'atteins assez vite l'étang de la Goueille et me félicite d'avoir choisi cet itinéraire : le paysage est splendide avec cette lumière de soleil fraîchement levé. Je me sens bien !

Comme conseillé par Jean-Claude, je suis les super balisages. Malheureusement, au bout d'une heure, je m'aperçois que le chemin s'élève ensuite vers le col de l'Albeille, alors qu'il devrait redescendre dans la vallée. Et merde ! Si je ne dois pas suivre les balisage rouge et blanc, alors je ne sais pas du tout où se trouve mon chemin. Je sors mon topo et observe le grossier trait de stylo que j'ai rajouté la veille en recopiant une carte de Jean-Claude. C'est le chemin que je dois suivre... Je panique, je manque vraiment de précision, j'ai peur de me paumer ou de tomber sur des barres rocheuses. Je repère tout de même un lac sur ma gauche qui me permet de me situer assez précisément sur la carte. Bon déjà je sais où je suis. Maintenant la question est la suivante: où dois-je aller ?? Depuis lac repéré descend un ruisseau qui en rejoint d'autres ensuite, pour former un torrent

qui se jette dans le lac de Gnioure, où je dois aller. Si je suis ce ruisseau, je rejoindrai nécessairement le lac. Cependant le ruisseau passe par des barres, il faut donc que je les contourne. Je me dis que je tente le coup et si vraiment je vois que ça ne passe pas, je rebrousserai chemin.

J'entame donc ma descente vers ce premier lac, je suis ensuite les courbes du niveau vers l'est pour éviter les barres, puis je descends parallèlement au ruisseau. Je descends environ une demi-heure et...

... Merde, je tombe sur des rochers !! C'est très raide, mais un peu sur la gauche, ça a l'air de passer. Je tente. De toute manière la déescalade est plus dure que l'escalade, donc je pourrai toujours opérer un demi-tour.

Je resserre mon sac à dos pour qu'il soit bien collé à moi et j'y range mes bâtons, puis m'engage face à la paroi afin de déescalader. Pourvu que ça passe plus bas, pourvu que j'ai bien noté le chemin sur ma carte et que je me dirige bien vers la bonne vallée !!!! Heureusement il fait quand même très beau, j'ai au moins ça pour moi ! Tranquillement mais sûrement, je finis par atteindre le plancher des vaches.

Mauvaise surprise, le terrain est très humide et on s'enfonce dans la boue. Je longe la falaise et remonte un peu plus afin de pouvoir longer le ruisseau à une trentaine de mètres en le dominant. Finalement, au bout d'une heure, je retrouve le petit chemin que j'étais censée suivre. Le balisage est une marque jaune et il ne me semble pas que le gardien du refuge m'en ai parlé, mais bon ... Je pense que j'ai raté la bifurcation au niveau du lac de la Goueille. Enfin, je suis tout de même bien rassurée.

J'arrive assez vite au gigantesque lac de Gnioure, où je croise un anglais en train de dessiner le paysage : quelle scène paisible!

Peu de temps après, je m'arrête pour pique-niquer. Je finis ensuite la descente en 2h, pour atteindre une route qui m'amène à Siguer en une heure. J'en fais la moitié puis fait du stop pour finir. Je tombe sur le fils du berger du coin, très sympa. Il me dit qu'à Siguer je peux me ravitailler au "petit gîte", chez Fabrice. Il m'y dépose.

Je m'aperçois alors que j'ai de nouveau du réseau : que de bonnes nouvelles ! J'en profite pour appeler Alban puis Édith. Je me ravitailler et me fais offrir une bière par Jacques et Jean-Philippe, deux gars qui font le GR10 par tronçon, très sympas. Ensuite je reprends la route car j'ai décidé d'aller dormir au col de Gamel. J'y monte assez vite et me trouve un endroit bien plat pour camper non loin d'un arbre.

Je trouve la source indiquée dans le topo à 400 mètres de mon campement, c'est nickel. Comme d'habitude, je fais tout mon rituel du soir. Je vois un monsieur de la vallée qui me dit que ça grouille de sanglier par là et que je vais les entendre cette nuit. Bon je crois que je vais devoir bien enfoncer les boules Quiès dans mes oreilles! Je me couche aux alentours de 21h30 et je dors correctement.

## Jour 32 : Nuit en yourte

*Col de Gamel, col du Sasc, cabane de Balledreyt, cabane de Clarins, plateau de Beille*

La journée s'annonce tranquille, je décide donc de traîner ce matin. Je me réveille à 7h naturellement, prends un méga petit-déjeuner, puis je me recouche dans mon duvet. C'est trop bien ! Je décolle tranquillement à 10h : je suis les crêtes de la Bède sous un doux soleil, avec un superbe panorama tout autour. J'aperçois même Tarascon, Calamès et Sinsat, des spots que je connais bien pour l'escalade ariégoise ... !

Au col du Sasc, je retrouve Jacques et Jean-Philippe qui discutent avec le berger du coin : il est incroyable, il a 700 vaches et également des chevaux dont il ne connaît pas le nombre ! On continue à descendre ensemble en discutant pour atteindre la magnifique cabane de Balledreyt. On y pique-nique et le moment est très sympa. Ils m'offrent une part de gâteau et de mon côté je prépare un petit café pour le partager avec eux.

Je les laisse ensuite partir devant le temps de sécher ma tente. Je les rattrape assez vite ; la descente se fait rapidement. En revanche je n'ai presque plus d'eau et plus d'hydroclonazone pour purifier l'eau des ruisseaux et je n'ai pas envie de prendre le risque d'être malade comme la dernière fois.

Une énorme averse me fait complètement oublier ma soif. J'enfile mon poncho et poursuit mon chemin, guillerette de marcher sous la pluie. Seul bémol, le petit trou dans mon poncho au niveau de la nuque ! Par moment je sens un filet d'eau glacée parcourir ma nuque ... Et puis il y a de l'orage, mais comme c'est de la descente en forêt, ça ne m'inquiète pas plus que ça. Je trace sans attendre mes compagnons afin de me réfugier dans la cabane de Clarins aux

alentours de 17h, où Daddy doit me rejoindre.

Un adorable couple s'y trouve: ils avaient prévu d'y passer la nuit, mais la cabane n'est pas très jolie, pas très propre et il y a un loir et d'autres petites bestioles qui l'habitent... Le couple décide donc de pousser jusqu'à la cabane de Balledreyt (ils avancent dans le sens opposé au mien) ; il leur reste donc environ 4 heures de marche sous la pluie, soit une arrivée approximative à 21h ! Je leur dis qu'ils sont courageux. Le garçon me retourne le compliment: "Dormir dans cette cabane tout de même !". Cela me laisse perplexe ... C'est vrai qu'elle est pourrie, on va vraiment mal dormir avec Daddy ! Il arrive à 19h et dans cette ambiance glaciale, il apporte beaucoup de chaleur ; je suis hyper contente de le voir arriver. Je lui propose le plan suivant : je lui laisse mon sac pour m'alléger au max et il va en voiture au plateau de Beille. Je le rejoins à pied en mode trail, en finissant à la frontale. C'est indiqué à 3h d'ici, il vaudrait mieux ne pas traîner si je ne veux pas être trop prise par la nuit !!!

Je me donne à fond et arrive en 1h ! Là, on a décidé de dormir sur le camp Angaka, dans une yourte, pour 15 € la nuit. Et bien c'est charmant ! On rencontre un petit jeune qui suit le GR10 également.

On s'installe dans une petite yourte (enfin un habitat inuit plus précisément). Il n'y a pas d'électricité mais papa fait un feu dans le poêle pendant que je prends ma douche (au tuyau, à l'eau froide, dans une petite cabine extérieure !!).

Sur le camp Angaka se trouve une salle à manger sympathique avec électricité et lumière. Daddy m'a apporté un repas succulent : pommes de terre à l'huile, pain frais du marché, fromage, petit yaourt au chocolat pour le dessert. C'est merveilleux. Nous partageons avec le petit jeune qui a l'air affamé avec ses maigres vivres de GR10.

On va ensuite se coucher dans notre petite yourte trop cocoon. Je



Figure 35: Installation dans la superbe yourte, plus sympas que la cabane au Loir!

fais mon process du soir et m'endors profondément sous une pile de 3 couvertures.

## Jour 33: “Guillaume”

*Plateau de Beille, refuge du Rulhe.*

On se lève vers 7h15. J'ai hyper bien dormi, qu'est-ce que je me sens bien dans cette yourte avec Daddy ! On va prendre le petit-déjeuner dans la salle à manger et on rencontre la gardienne du village: cette femme est formidable ! Extrêmement gentille, elle nous offre un café et le prends avec nous pour discuter.

Elle nous explique qu'il y a énormément de monde en hiver, mais que cela ne fait que 3 ans qu'ils ouvrent l'été, même s'il y a beaucoup moins de monde. Elle me dit également que l'hiver, ils proposent des activités de construction d'igloo puis de nuit en igloo: ça a l'air super. Elle est accompagnatrice en moyenne montagne. Elle a beaucoup de charme je trouve, elle est très naturelle et chaleureuse. Elle se nomme Isabelle. Je me dis que j'aimerais bien revenir dans ce village avec les copines. J'organise mon ravitaillement et décolle tranquillement à 10h.

Je dis au revoir à Daddy et entame la montée sur le Plateau de Beille. Il fait très beau, c'est sympathique.

J'avance tranquillement, casse la croûte à midi, puis je continue en direction de la crête des Isards, bien jolie.

J'arrive au refuge du Ruhle vers 14h30 et pourtant j'ai pris tout mon temps. Le gardien du refuge, Guillaume, est adorable. Il nous décrit les différents oiseaux que l'on voit dans le ciel. Je lui demande quel sommet je peux faire dans le coin pour occuper mon après-midi. Il m'en indique un mais finalement je me dore la pilule toute l'après-midi sur la terrasse du refuge en discutant avec le gardien et les quelques autres clients. On est vraiment trop bien. Il y a un couple un peu plus âgé qui fait un tronçon du GR10 dans mon sens et un



Figure 36: Le petit “salon” convivial où l'on a pris le petit dej'.

gars qui fait le GR10 intégral mais en sens inverse.

Un peu plus tard, Jacques et Jean-Philippe nous rejoignent. Je bois une bière avec eux, je les adore! Ils passent leur temps à se chamailler comme deux gamins. Ensuite on passe à table et on traîne jusqu'à 21h45.

Tout le monde va se coucher et je reste discuter avec Guillaume le gardien et Francis, un retraité qui lui file un coup de main. Guillaume m'offre de l'alcool de poire et on discute un moment, de l'avenir, de son métier, de ce que je vais faire à Toulon, des choix professionnels que l'on doit faire, des compromis argent/travail/bonheur/liberté. Je crois qu'il m'aime bien.

J'apprends que Jean-Claude, du refuge du Fourcat, a mauvaise réputation ; j'en rigole et repense à l'itinéraire foireux qu'il m'a fait suivre.



Figure 37: Le départ du plateau de Beille.

J'aime bien également Francis : c'est un ariégeois pure souche avec ses anecdotes et son accent !

Je me couche vers 22h30, je me sens épuisée. Demain, la journée sera longue.



## Jour 34 : Gildas le berger des abeilles

*Refuge du Rulhe, col de Juclar, col de l'Albe, l'Hospitalet-près-l'Andorre, refuge des Bésines*

Réveil à 6 h 30. Comme je prends une variante du GR et que je ne sais pas comment sera le balisage, je préfère partir tôt : à 7 h 30.

Je dis au revoir à Guillaume et aux clients du refuge. Guillaume me montre une dernière fois la carte pour que je mémorise bien, puisque je n'en ai pas.

Je pars à 7 h 30 pétantes. Il fait hyper beau et compte tenu de la petite journée que j'ai faite hier, je me sens en pleine forme. C'est peut-être aussi l'alcool de poire qui est un très bon carburant !

Je passe le col de Juclar puis le col d'Albe. Le paysage est splendide : très minéral avec de nombreux lacs. J'adore, je me sens bien. Je suis ravie d'avoir pris cette variante qui me fait passer un peu plus en altitude. Le balisage du chemin est excellent.

J'ai du réseau au niveau du col, j'appelle donc papa et maman pour fixer notre rdv à l'Hospitalet-près-l'Andorre à 12 h 15. La descente est chouette : encore quelques lacs puis une jolie vallée.

L'arrivée sur l'Hospitalet-près-l'Andorre me secoue un peu : une voie rapide, des voitures à tours de bras qui foncent pour aller acheter clopes, alcools et parfums en Andorre. Ça me dégoutte.

Comme d'habitude, c'est un véritable plaisir de retrouver Papa et Maman. Ils sont en super forme et ravis de randonner avec moi ! Dans la montée on discute de tout et de rien, quel plaisir de partager du temps avec eux. On s'arrête pour manger un peu avant le lac. Je me régale de bon pain frais qu'il m'ont amené et de délicieux fromages, d'une formidable salade composée et d'un yaourt royal aux amandes

et à la mandarine. Puis on reprend la route (en pleine digestion !).



Au refuge des Bésines, j'offre une crêpe au Nutella à Papa et Maman ; ils kiffent. Je me prends une "16", puis l'on se dit aurevoir.

Le soir, je rencontre un accompagnateur avec son groupe à qui il fait faire un tour sur 4, 5 jours. Sa mère est dans le groupe, elle est hyper sympa. Lui aussi est adorable, il s'appelle Gildas et je pense qu'il est de mon âge. Il est apiculteur, je lui pose alors plein de questions et apprends des milliers de choses sur la vie et l'organisation des abeilles, c'est passionnant !

On passe à table, suite à quoi Gildas me propose de venir jouer aux cartes avec eux. Ils sont vraiment gentils. Je me couche à 21 h 30, claquée.

NB : J'ai volontairement pris une douche froide au refuge



Figure 38: Avec les darons <3.

### Jour 35: Nowhere to sleep

*Refuge des Bésines, col d'Agnel, lac des Bouillouses, col de la Perche*

Ce matin je dis au revoir à Gildas, j'aurais bien aimé le connaître un peu plus. Je lui achèterai du miel à l'occasion !

Je décolle à 8h et fonce vers le col d'Agnel. Il fait beau. J'entame ensuite tranquillement la descente. Elle va trop doucement à mon goût, c'est un peu long... J'arrive au lac des Bouillouses en moins de 5h, j'ai bien avancé. Je marche encore un quart d'heure avant de m'arrêter pour pique-niquer.

J'en profite pour appeler pour réserver une chambre ce soir au gîte du col de la Perche. Le numéro ne marche pas. J'appelle Papa pour qu'il trouve le bon numéro sur Internet, mais il ne trouve que celui

que j'ai déjà essayé. Du coup je lui demande de regarder s'il n'y a pas d'autres gîtes dans le coin. J'essaie d'appeler d'autres gîtes, mais ils sont tous complets. Il y en a qui ne répondent pas, je laisse un message.

Le chemin qui suit le lac des Bouillouses n'est vraiment pas marrant, c'est une très très très longue piste quasiment plate, qui passe par une station de ski. C'est moche à souhait, d'autant plus qu'il pleut, qu'il se met à grêler et qu'un orage menaçant gronde au-dessus de ma tête.

C'est long, c'est pénible, c'est fatiguant, l'étape d'aujourd'hui est vraiment longue...

J'arrive à Bolquère, je rêve juste de prendre un bon café bien chaud. Je fais 3 fois le tour du village, mais pas de café en vue. ARGH !

Je continue à avancer sous la pluie et l'orage. Je suis épuisée. Le gîte auquel j'ai laissé un message me rappelle, ils sont complets. Putain cela fait 8h30 que je marche et je ne sais pas où je dors, d'autant que je n'ai plus la tente ! En fait je l'ai laissée à Papa et Maman la dernière fois que je les ai vus afin de finir les derniers jours de la traversée des Pyrénées en mode ultra light.

La prochaine fois je réserverai le gîte à l'avance. Finalement, au col de la Perche, je trouve enfin un café : au moins je peux m'abriter. Je me prends un café allongé et une crêpe au Nutella, cela me fait un bien fou. Je demande au serveur, au cas où, s'ils ne font pas gîte aussi. Il me répond qu'effectivement il a des chambres en demi-pension. Normalement c'est fermé me dit-il, mais pour une seule personne, il veut bien me préparer la chambre. Sauvée ! Je lui dis en revanche que mon budget est serré, résultats, j'ai la demi-pension à 30 € !! Il me montre ma chambre, je dis bien chambre individuelle avec lit deux places, une douche, des toilettes, une petite cuisine. Et

ça en demi-pension pour 30 € seulement et bien ça me paraît presque louche !

Je me prends une super douche bien chaude, j'écris dans mon petit carnet et passe ensuite mais habituels coup de téléphone.

À 19h30 je descends pour le repas. Et là, je déchante. Je comprends le piège: sur une table du restaurant sont installées deux assiettes « je vous fais manger avec mon fils, ça ne vous dérange pas ? ». Je n'ai pas vraiment l'impression d'avoir le choix et je répond d'un "non" hésitant. Dans ma tête je me dis que oui, bien sûr, cela me dérange. Je constate que l'hôte m'a bel et bien organisé un repas en tête-à-tête avec son fils. Ce dernier a 20 ans et n'est pas très intéressant. On ne parle pas trop et la situation est très gênante. Je prends comme excuse que je suis très fatiguée pour m'échapper de ce calvaire avant même que le dessert n'arrive.

Il est 8h45 et bien je suis déjà archi crevée. Je file dormir.

## Jour 36: La Carança, l'authentique

*Col de Perche, Pla de les Artigues, Coll Mitjà, refuge de la Carança*

Le petit-déjeuner est super: chocolatine, café à volonté, pain frais. Je ne peux malheureusement pas en profiter à fond car Jean-Paul, le gardien du gîte, n'arrête pas de me raconter sa vie : j'acquiesce sans écouter mais cela me gâche le plaisir du petit-déjeuner. J'arrive à m'échapper enfin aux alentours de 8h.

Le ciel n'est pas d'un bleu franc, mais il est clair et lumineux et je ne sais pas pourquoi, il me rappelle le ciel de Tenerife. Je finis par quitter le désespérant Pla de Les Artigues pour enfin prendre un peu de hauteur dans les montagnes.

Le chemin fait des détours et ne va pas droit au but, c'est exaspérant. Le ciel est noir et je crains que l'orage n'arrive, je pique donc un sprint pour atteindre le Coll Mitjà. Là je rencontre une bande de jeunes hyper sympas qui font le GR10 et la HRP par tronçons, en sens inverse. Et là, oh surprise, j'apprends qu'ils viennent de croiser la jeune australienne (à peu près mon age) qui fait le GR10 dans le même sens que moi. Apparemment elle dort à Mantet. C'est sûr, demain elle est à moi ! Super, j'ai hâte de la rencontrer...

J'appelle Alban, je prends un super pique-nique au col, le temps s'est finalement amélioré. Ensuite je descends rapidement sur le refuge de la Carança. Ce refuge est particulier, il est bien plus authentique que tout ce que j'ai vu jusqu'à maintenant : pas de douche, quasiment pas d'électricité, une salle à manger très simple, ouverte sur l'extérieur avec une odeur de cabane. Le gardien est sympa, cependant je suis un peu déçue car la clientèle est majoritairement catalane, je ne peux donc pas discuter avec ces personnes. Je suis frustrée.

Je vais donc me faire une bonne sieste car je suis épuisée, je pense



Figure 39: Refuge de la Carança.

que je n'ai pas récupéré de la grosse journée d'hier. Après quoi je vais me laver dans la rivière, en priant pour ne pas croiser un client du refuge.

Lors du repas du soir, je rencontre un couple français qui me sert mais ne sert pas l'autre couple, catalan, qui se trouve à notre table et les ignore complètement ; je trouve cela incorrect.

Je discute un peu avec le gardien, de divers sujets, des villes de Toulon et de Marseille qu'il n'aime pas trop, nous parlons aussi de l'orage et il me raconte les fois où l'orage a fait trembler les murs du refuge et qu'il a vu des éclairs horizontaux.

Je me couche très tôt, vers 21h et dors d'une traite sans pause pipi jusqu'à 7h, c'est le pied !!

## Jour 37: Course avec l'orage

*Refuge de la Carança, Coll del Pal, village de Mantet, village de Py,  
refuge de Mariailles*

Départ de la Carança à 7h40. Je suis en super forme. Plus ça va, plus j'apprécie le matin en montagne. J'adore partir de bonne heure, le soleil se lève, les couleurs sont splendides, il fait frais et c'est la meilleure heure pour surprendre des animaux sauvages !

Ensuite j'enchaîne les endroits sympathiques : le Coll del Pal, le magnifique village de Mantet puis le village de Py, avec ses maisons de pierre authentiques. À Py, je m'arrête à l'épicerie du coin tenue par une dame très gentille qui vient de s'installer il y a de ça une semaine seulement. C'est une épicerie qui est vraiment destinée au ravitaillement pour les marcheurs du GR10. La dame tient aussi un café juste à côté, je décide d'en prendre un sur la jolie petite terrasse. En même temps, je me restaure avec ce que j'ai acheté : une crème Mont-Blanc et un KitKat. J'ai du réseau donc j'en profite pour appeler papa et Alban. Encore au téléphone, j'entends l'orage commence à gronder, il est temps d'y aller ! En tout cas, je me promets de revenir dans ce très joli village.

Je speed à fond à fond car l'orage est de plus en plus fort et de plus en plus proche. J'arrive au refuge en sueur, aux alentours de 16h et je me prends une bière locale. Je rencontre deux dames, deux copines qui se retrouvent tous les ans pour randonner quelques jours. Ce n'est pas la première fois que je vois des gens qui font ça et je trouve ça génial ! Elles sont adorables et me posent plein de questions. Au refuge il y a elles deux, qui sont françaises, deux autres femmes (une mère et sa fille il me semble) et tous les autres clients sont espagnols !

Pendant le repas j'en profite donc pour travailler mon espagnol. En-

core une fois la journée a été longue et je suis très fatiguée, je monte donc aux alentours de 21h et je dors d'une seule traite encore une fois ! Au top !



## Jour 38: L'Australienne croisée !

*Refuge de Mariailles, sommet du Canigou, col de Barbet, Carnisseria, gîte de Batera*

J'ai mis mon réveil à 7h, puisque je veux partir aux alentours de 8h. Je me réveille malgré moi à 6h, me lève malgré moi à 6h15 et quitte le refuge malgré moi à 7h30. Avant de partir, je discute avec le gardien, il m'explique que le refuge de Mariailles est l'un des seuls refuges des Pyrénées qui fonctionne en achetant le fonds de commerce : les murs appartiennent à la commune. Ce qui est très intéressant, car contrairement aux refuges CAF ou en parcs nationaux, c'est le gardien qui gère tout le budget ainsi que les bénéfices (nuitées etc.). Encore une fois on parle de son métier, de travail, de liberté, de choix à faire entre liberté et argent : un sujet récurrent sur mon parcours, un sujet qui me questionne pour mon avenir.

Sur la route, je m'aperçois que je suis seule sur le chemin et j'ai une lueur d'espoir: je serai peut-être la première de la journée au sommet du Canigou !!! Espoir vite rincé par un groupe de 3 gars en trail qui me doublent sans scrupule: je monte quand même à fond et me sens, encore une fois, en super forme. J'atteins le sommet en 2h30, environ 10 minutes après le groupe de trail que j'ai réussi à rattraper dans la partie la plus raide de la montée ! Je sais qu'il existe un autre chemin permettant d'atteindre le sommet du Canigou, je pense que les gars l'ont emprunté pour descendre car je suis seule au sommet ... Tant mieux, je prends le temps d'observer la vue, je balaye l'horizon des yeux, quand une ligne bleue horizontale attire mon attention au loin : la Mer !!! Une intense émotion me submerge et malgré moi je me mets à pleurer à gros sanglots sans pouvoir me contrôler. Je suis complètement émue. Je reste un quart d'heure au sommet à contempler mon objectif et à me remettre de mes émotions.



Figure 40: Sommet du Canigou.

J'entame finalement la descente dans laquelle je croise la dame rencontrée au refuge, qui me semblait être avec sa fille, bien plus jeune. Pourtant cette fois-ci elle est seule ! Je percute : ce n'était en fait pas sa fille ; ces deux personnes s'étaient simplement rencontrées au refuge !! Et la jeune fille, avec son accent qui m'avait surpris... n'était autre que la fameuse australienne... Je viens donc de la rater car j'ai pris de l'avance ! Elle a dormi dans le même refuge que moi, à Mariailles et je n'ai même pas pu lui parler! Quel dommage, c'était une jeune de mon âge, qui effectuait un périple bien similaire. Compte tenu de la grosse étape que j'ai prévu de réaliser aujourd'hui, je risque de ne jamais la revoir, merde, merde, merde !

Trop tard, tant pis, j'amorce la descente que m'a conseillée le gardien de Mariailles, en passant par le col de Barbet. Cela me permet de gagner du temps en arrivant directement sur la Carnisseria, plutôt

que de faire un grand détour !

Je m'arrête déjeuner au niveau d'une cabane pour pouvoir me mettre à l'ombre, puis je reprends ma route direction le gîte de Batera, où je n'ai pas réussi à réserver. J'aperçois le gîte de loin, mon impression n'est pas très bonne: il a l'air affreux. Impression confirmée, les deux bonnes femmes ne sont pas très aimables, l'intérieur n'est pas beau et en plus je suis toute seule ce soir. À 18h, j'apprends finalement que deux cyclistes débarquent, youpi ! Je les attends pour manger. Deux jeunes Suisse hyper sympa, l'un parle bien français, l'autre moins. En plus ils sont mignons, ce qui ne gâche rien. Kévin et Pierre font du VTT et quand au fil de la discussion, je comprends qu'ils suivent quasiment le GR10 en VTT, je réalise que ce sont des fous furieux ! Après le repas je passe quelques coups de fil et ensuite je me couche vers 21h30.

## Jour 39: On dirait le sud ...

*Gîte de Batera, Arles-sur-Tech, coll de Paracolls, gîte de la Palette*

Comme d'habitude je me réveille avant que mon réveil ne sonne, à 6h. Je prépare mes affaires sans bruit pour ne pas réveiller les cyclistes. On petit-déjeune finalement tous les trois à 7h du matin, il y a plein de café et de la brioche, l'ambiance est super !

Je pars la première, je sais de toute manière qu'ils me rattraperont. Le début du chemin est dense en végétation, au menu : rosée fraîche pour les mollets et toiles d'araignées en accompagnement ! Je commence à m'y faire !

Les cyclistes me rattrapent assez vite, ils sont impressionnantes ! Non seulement ce qu'ils font est extrêmement physique (2000m de dénivelé quotidien en moyenne, portage du vélo dans les montées raides mais aussi les descentes parfois) mais c'est aussi dangereux et technique : ils passent dans des chemins de fou en descente, je suis bluffée de constater qu'ils m'ont suivie sur cet itinéraire déjà très technique. De toutes les personnes que j'aurais rencontrées sur le GR10, je dois dire que c'est deux gars-là sortent du lot; ils suscitent chez moi une très grande admiration. Ils s'arrêtent pour me dire au revoir, puis re-disparaissent en un clin d'œil.

J'arrive à Arles-sur-Tech vers 10h30 du matin ; je me ravitailler (je cherches des rousquilles, une spécialité locale que nous connaissons avec Alban, mais je n'en trouve pas) puis je reprends ma route en direction du Coll de Paracolls. Je m'agace de mettre trop de temps pour l'atteindre, je suis en petite forme. De toute manière à chaque fois que je prévois une petite étape, je me sens fatiguée: ce doit être question de mental ! Ne souhaitant pas arriver trop tôt au gîte, je prends une longue pause au col pour déjeuner : pique-nique, petite sieste, coups de fil : je m'occupe bien. L'emplacement me plaît : c'est

une jolie forêt de type méditerranéenne, ça sent le sud, le temps est radieux et je me sens bien.



Figure 41: Miam la rousquille, à la fois esthétique et gourmande!

Je repars ensuite pour une bonne heure de marche avant d'atteindre le gîte de la Palette. Encore une fois on m'annonce que je suis seule ce soir, oh nooooon, ça me déprime! En revanche cette fois-ci le gîte est superbe : une maison perdue dans la montagne, une charpente splendide et faite maison, un four solaire (une sorte de demi-coquille d'œuf en miroir au centre de laquelle on peut placer une poêle lorsqu'il fait beau), la terrasse est très bien aménagé avec de nombreux petit coins cocoon pour s'asseoir !

Les gérants du gîte sont adorables : ils m'invitent à dîner à leur table pour ne pas me laisser seule, c'est trop gentil! Leurs deux filles sont adorables aussi, pleines de vie et un peu fofolles. Le repas est



Figure 42: Gîte de la Palette et sa superbe terrasse.

super: tout bio, des petites lentilles corail, du millet, des légumes et au dessert du coulis de framboise maison avec un fromage blanc ! Et hop au lit.

## Jour 40 : La pire journée !

*Gîte de la Palette, Las Illas, col du Perthus*

Cette fois-ci, c'est le réveil qui me sort de mon sommeil à 6h20. Comme d'habitude, j'ai hyper bien dormi et bien récupéré. Je prends le petit-déjeuner avec le père de famille. J'apprends qu'il a été conducteur de travaux pendant 5 ans, comme Alban. "Vivement qu'il change de métier" dis-je (car c'est un métier très difficile). "Ah ça c'est sûr" me rétorque-t-il. Et ben... Le petit déj est un régal : confiture de myrtilles et confiture de marrons maison, gâteau maison, fromage blanc.

Je décolle à 7h20. Vu l'étape qui m'attend (la plus longue en kilomètres depuis le début), c'est à peine assez tôt. La montée se fait bien, sans trop de difficultés ; la végétation est dense, ça grouille de sangliers par ici ! Je n'arrête pas d'en surprendre qui s'échappent sur mon passage: j'en vois une dizaine, ils pullulent par ici !!! J'arrive vite au premier col, puis au second, puis entame rapidement la descente vers Las Illas. Je me trompe de chemin et doit faire demi-tour, ça me rend dingue de perdre 20 minutes ! Toutes les heures et demie, je m'arrête pour manger des petits gâteaux secs, pour remettre une dose de sucre dans le sang ! La journée va être très longue et je préfère m'alimenter exclusivement de sucre rapide, très facile à digérer. Je choisis donc de ne pas faire de véritable pique-nique, au risque de trop ralentir ma progression. Il y a une longue route qui mène à Las Illas, pfiouh, que c'est moche et chiant !

Je décide de faire du stop et me fais tout de suite prendre par un couple d'Anglais en vacances ! À Las Illas, une déviation du GR m'oblige à refaire quelques kilomètres de route : je commence en avoir marre, je déteste la route. Je la quitte finalement pour suivre une piste qui n'en finit jamais. Je suis une crête mais comme c'est en

forêt je n'ai aucun panorama... Il fait chaud, j'en ai marre. Un cycliste me double, il passe en sifflotant, il est tout guilleret. Ça me remonte le moral. On discute un peu puis il s'en va, toujours en sifflotant. Cette piste n'en finit pas et m'exaspère, l'étape d'aujourd'hui manque sincèrement d'intérêt ! J'aperçois enfin le col du Perthus, ça a l'air loin ! Je n'ai presque plus d'eau, j'essaie d'économiser. La petite ville de Perthus se rapproche, enfin, car cela fait 8 heures que je marche, en n'ayant quasiment pas fait de pause. Je suis partie à 7h20 du gîte de la palette et je n'atteins le Perthus qu'à 16h30 !

Sacrée étape, j'en ai bavé il faut le dire. J'ai le temps de me prendre une petite bière et Alban me rejoins ! Drôles de retrouvailles, je suis trop épuisée pour les apprécier à leur juste valeur... On se trouve un petit hôtel au Boulou, à côté du Perthus et on se fait un resto dans le coin. Je n'apprécie pas de prendre la voiture, de passer dans cette grande ville, ce retour précoce à la civilisation gâche un peu la fin de ma traversée. Très bonne nuit malgré tout et doux réveil avec le chant particulier des oiseaux du Boulou.

**Jour 41 : Les pieds dans l'eau.**



Figure 43: Je n'ai pas écrit dans mon carnet de voyage sur cette dernière journée. Parfois une photo vaut mieux qu'un discours..