

ASCENSION DU KILIMANDJARO = TREKKING ET CERISE SUR LE GÂTEAU

Bien plus qu'un simple Trek, une aventure humaine unique

Kilima Ya Njaro = Montagne de la splendeur. Comment décrire autrement ce voyage exceptionnel avec l'ANMSM ?

C'est avec beaucoup d'émotions que j'écris ces quelques lignes pour partager cette magnifique expérience avec vous.

L'équipe ANMSM de ce périple : Pierre Durand et Ali Krim comme guides pour nous accompagner dans cette aventure.

Bruno Stéphanie, France, Bruno, Jean-Philippe, Anne, Manon, Marie, Gilles, Bernard et Sabine.

Départ le 12/10/2018 de Lyon pour la plupart ou de Toulouse pour certains, mais tous tournés dans une même direction : la Tanzanie. Objectif Kilimandjaro !

C'est en Turquie, à l'aéroport d'Istanbul que la troupe se retrouve enfin au complet. Première occasion de faire connaissance, pour ceux n'ayant pas pu participer à la sortie d'acclimatation à Courmayeur le week-end précédent.

Le vol se passe sans incident hormis un léger manque de sommeil et c'est après de longues heures dans d'expectative que nous arrivons enfin à l'aéroport d'Arusha.

Une fois débarrassés des démarches administratives pour nos VISAS et les bagages récupérés, notre guide tanzanien francophone, Behost, nous accueille sous le soleil Tanzanien. Les sourires sont au rendez-vous. Et ce n'est que le début.

Un court trajet en bus nous amène jusqu'au splendide Lodge Aishi Machame, où le traditionnel et savoureux jus d'Hibiscus nous attend. Après une douche vivifiante, on se réunit autour d'un gargantuesque petit déjeuner à base d'œufs, de saucisse, de toasts, de pancakes et de fruits. De quoi finir de nous revigorer après la nuit passée dans les airs.



« Là tout n'est qu'ordre et beauté. Luxe, calme et volupté »



C'est ensuite l'heure de notre premier briefing. Le premier d'une longue et belle série : récapitulatif de la semaine à venir, jour après jour. L'accent est mis sur les points importants : L'allure Pole Pole, l'hydratation, les affaires à ne pas oublier. L'excitation de l'expédition à venir se fait sentir et l'on s'imagine déjà en train d'arpenter le sentier de la voie Machame...



JOUR 1 : De Machame Gate (1800m) à Machame Hut (2835). 11km

Avant le départ tant attendu, on rencontre les guides tanzaniens qui vont, sous la responsabilité de Behost, nous accompagner, nous ouvrir la voie et veiller à ce que tout se passe au mieux: Robert (petit éléphant), David, Barack, Emmanuel et Clément.

On fait également la connaissance de Kindo, le cuisinier qui saura nous ravir et nous émerveiller par ces talents culinaires, décuplés par les moyens à sa disposition et le cadre singulier des campements.

Allez, nous voilà enfin partis. Tous dans le bus, Haraka Haraka !!!



On nous dépose à Machame Gate, point de départ de la Voie Machame. Les sacs des porteurs sont pesés et ne doivent pas dépasser 25kg. Le registre est signé : que l'aventure commence !





Nous progressons dans une forêt dense avec des fougères géantes, des ficus, des macaranga kilimanjarica, la magnifique fleur endémique : l'impatiens kilimanjarica. On est chanceux d'apercevoir des Colobes (singes blancs et noirs avec la queue qui se confond au lichen). Et surtout, attention Porteurs !



La fine équipe après le savoureux et copieux pique-nique (Samossa, poulet, beignet, muffin, chocolat et jus de mangue)



Nous avançons dans la bonne humeur, en marchant un peu les uns sur les autres, car non encore habitués à la cadence « Pole Pole » imposée, que l'on doit adopter afin de bien s'acclimater et d'éviter les symptômes du mal des montagnes. Les guides y veillent...

Nous arrivons à notre premier campement : Machame Camp (3835m) avec un premier aperçu du sommet enneigé dans les nuages, joliment coloré par le coucher de soleil.



Les porteurs, pourtant partis après nous sont d'une efficacité redoutable. Les tentes sont déjà montées et le camp est prêt à nous recevoir. Sans doute une autre bonne raison d'avancer Pole Pole.



Chacun s'installe dans son humble demeure (une tente pour deux sauf celle de France) puis l'on se réunit dans la tente mess, haut lieu des Collations et Briefings, pour le Thé / Chocolat et pop-corn du soir. Tout le monde relate sa journée en quelques mots. Les commentaires sont positifs, élogieux et les remerciements très présents. On prend notre pouls et notre saturation à tour de rôle. Cette opération est à renouveler matin et soir afin d'assurer notre suivi et d'évaluer notre tolérance à l'altitude. L'ambiance est chaleureuse, bienveillante et bon enfant.

Après le repas, toujours copieux et savoureux, composé de produits frais (avec même de l'ananas et de la pastèque !) et d'une soupe de légumes différente chaque soir, Behost nous explique la journée à venir. Il nous conseille aussi sur les vêtements à prévoir dans le sac à dos (ne surtout pas omettre la cape de pluie!).



JOUR 2 : De Machame camp (2835m) à Shira camp (3750m). 5km

8H30, heure du départ. Le campement est démonté puis remonté chaque soir par certains porteurs qui en ont la charge. Ils brillent par leur remarquable efficacité.

On arpente une zone de bruyère et de lichen, avec une végétation qui se raréfie au fur et à mesure de notre avancée le long du chemin escarpé mais avec l'apparition des premiers séneçons géants. Le paysage devient de plus en plus rocailleux, volcanique.



La vue plongeante sur une mer de nuage et le Mont Meru en arrière-plan la surplombant est époustouflante. Le soleil est au beau fixe et les capes de pluies restent dans le fond du sac. L'allure Pole Pole cadence notre avancée, très progressive. Cela nous laisse le temps de s'imprégner de l'atmosphère, de l'ambiance et du paysage.

On fait régulièrement des pauses afin de bien s'hydrater (objectif 2 à 3 litres d'eau au cours de la marche) et pour prendre des photos. Rapidement, des liens d'amitié se tissent avec les guides tanzaniens.



On apprend également au fur et à mesure quelques fondamentaux de la langue, le Swahili.

Bonjour : Mambo / Jambo. Merci : Asante. Beaucoup : sana. Bienvenu / De rien : Karibu. Courage : Pole. Ca va ? : Vipi. Ca va : Poa. Pas de problèmes : Hakuna Matata.

Une expression locale pour dire « j'ai la banane/la pêche » : « Mambo poa kichizi kama ndizi ndani ya friji », prononcée quelques fois par les porteurs nous dépassant.

La chanson du Kilimanjaro parvient alors à nos oreilles pour la première fois. On l'entendra bien souvent, de quoi permettre à certains de finir par la connaître et de pouvoir accompagner les guides et porteurs qui y mettent beaucoup de cœur et d'ardeur.



Rapidement, on arrive à Shira camp (3750m), notre destination de la journée.



On a l'après-midi devant nous pour s'imprégner des lieux et se laver. On assiste surtout à la présentation de toute l'équipe qui nous entoure: guides, porteurs, cuisiniers, serveurs, responsables des tentes et des toilettes chimiques... Soit une quarantaine de personnes. Quelle logistique ! Merci encore à eux pour tout ce qu'ils nous ont apporté, en particulier pour leurs sourires, leur bienveillance et leur convivialité.



S'ensuit une démonstration du caisson hyperbare pour le cas où quelqu'un d'entre nous souffrirait d'une forme sévère du mal aigu des montagnes par défaut d'oxygénation cérébrale (œdème cérébral, œdème pulmonaire...), empêchant une redescente suffisante et dans de brefs délais. Ce caisson simule en effet une perte d'altitude de 2000 à 3000 mètres par surpression (220milibars), ce qui doit permettre après une séance d'une heure environ, une récupération suffisante pour envisager la redescente. (Il est important de penser à renouveler l'air à l'intérieur du caisson pour éviter l'inhalation du CO2 expiré, par quelques coups de pompes toutes les minutes). Bien heureusement, on n'a pas eu besoin de s'en servir en dehors de cette démonstration pédagogique.

Ali et Dudu en ont profité pour montrer comment fabriquer un brancard à partir d'une corde, pour le plus grand plaisir de Behost et de toute l'assemblée.



On est aussi allé voir une grotte à proximité dans laquelle dormaient les porteurs auparavant. Une occasion toute trouvée de faire la première photo de groupe avec le drapeau de l'association.



C'est au retour au camp qu'on assiste à un coucher de soleil à couper le souffle. Nouvel instant magique et chargé d'émotions.

S'ensuit l'heure du Thé - Popcorn, du Débriefing, de la prise de constantes, du repas et du Briefing pour la grosse journée du lendemain. C'est déjà le moment de regagner nos tentes. Mais pas avant d'avoir fêté dignement l'anniversaire de Stéphanie avec le Poulet d'Anniversaire, s'il vous plaît ! Mémorable.



JOUR 3 : De Shira cave camp (3750m) au col de Lawa Tower (4600m). 7km. Puis descente vers Barranco Camp (3900m). 3km. Pole Pole !

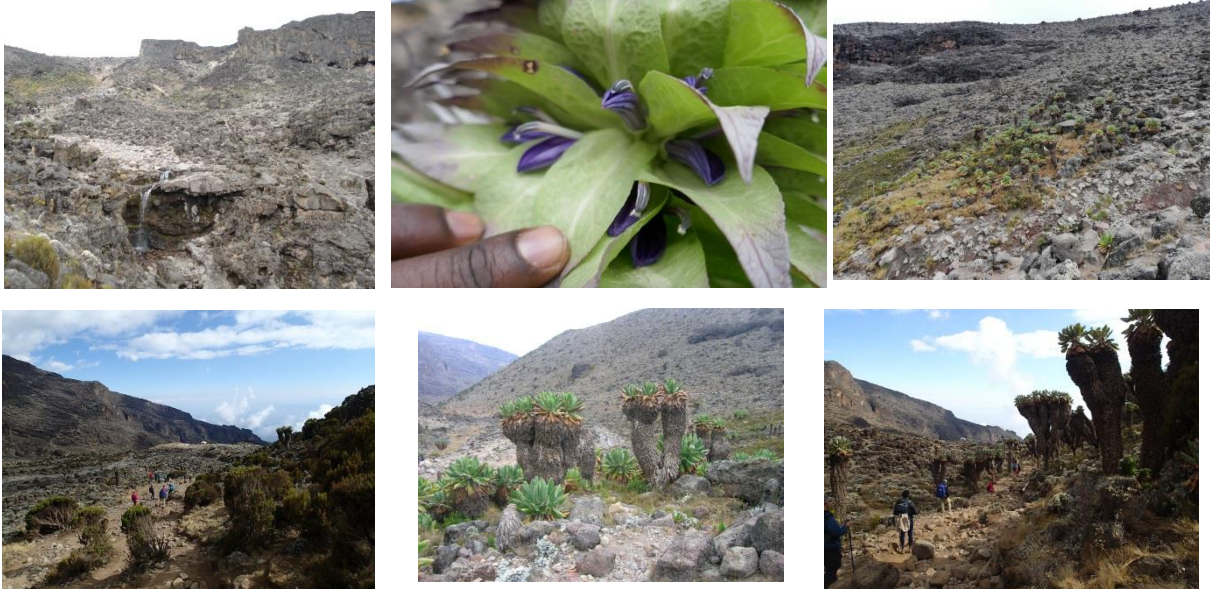


La montée au col, régulière, se fait en douceur. Les premiers symptômes de l'altitude se font sentir de façon variable. Principalement des maux de tête, un peu de fatigue, quelques troubles digestifs pour certains mais très peu de perte d'appétit ce qui est fort rassurant.

A l'arrivée au col, légèrement transis par le froid et le vent, on est ainsi ravis du merveilleux repas chaud servi. Au menu : une exquisite soupe aux nombreux morceaux de légumes frais. Asante sana Kindo ! Car quand l'appétit va, tout va.



C'est donc réchauffés et ragailardis que nous repartons sous la neige et l'orage. La descente vers Barranco Camp situé au bord d'un magnifique canyon est somptueuse et appréciée de tous. De nombreux séneçons géants, des *Helichrysum kilimanjari* se découpent dans le paysage rocailleux, embelli par de petites cascades alentours.



L'arrivée à Barranco Camp (3900m) avec un ciel qui se dégage nous permet d'apercevoir le sommet du Kilimandjaro, majestueux. On repère également le sentier qui permet de franchir l'impressionnante muraille de Barranco, que l'on empruntera le lendemain. Mes pensées s'égarer, le regard plongé vers le canyon et l'horizon où un lac se dessine, rendu étincelant par les rayons du soleil couchant.



Après l'indispensable toilette de chat à la bassine (avec de l'eau chaude chaque soir, quel luxe), on profite d'un instant convivial pour partager les moments forts de la journée et nos impressions. Les commentaires positifs persistent et la descente depuis le col a communément marqué les esprits de par sa beauté singulière. On est ensuite charmés par une nouvelle performance culinaire de Kindo.

Quoi de meilleur que des brochettes de bœuf avec des frites, accompagnés d'une sauce à base de tomates et de noix de coco puis d'une salade de fruits frais en dessert pour lutter contre le mal de tête ?

Seul Bruno B, ayant malheureusement mal choisi son moment pour perdre l'appétit n'a pu en profiter (pour le plaisir des plus gourmands).



JOUR 4 : De Barranco Camp (3900m) à Karanga Camp (3955m). 6km

Les symptômes liés à l'altitude présentés la veille à 4600m se sont dissipés, soit spontanément soit avec la prise d'un peu de paracétamol ou d'anti-inflammatoires et d'une bonne nuit de sommeil. L'homéopathie, sur les conseils d'Anne est aussi de la partie depuis le début, avec la Coca 9ch pour aider à l'acclimatation. Le diamox reste pour l'instant dans les trousseaux à pharmacie. Notre groupe est décidément en bonne forme, et la muraille de Barranco, aussi impressionnante soit elle ne pose finalement aucune difficulté. Son franchissement se fait ainsi dans la bonne humeur générale habituelle.

Certaines personnes n'ont pas eu la chance d'arriver jusque-là et ont déjà dû faire demi-tour, dès le deuxième jour.



C'est après une traversée faite de montées et de descentes successives, parfois raides, qu'on atteint Karanga à 3955m. Les porteurs se chargent d'aller récupérer l'eau en contrebas, celle-ci manquant à Barafu.

Le camp est idéalement situé, avec une vue somptueuse sur le Mont Meru et le Kilimandjaro. Ce sommet à couper le souffle nous attire, indéniablement.



C'est alors l'heure du grand Briefing de Behost et Robert sur l'ascension de de finale !!!

L'objectif est d'assimiler, d'intégrer les informations avant la veille du grand départ, afin de mieux se préparer et d'éviter l'angoisse et / ou l'excitation excessifs au dernier moment. Pole Pole !

Tout est organisé de manière à mettre toutes les chances de notre côté pour atteindre le sommet, sans risque ! Les guides seront là pour nous aider et porteront nos sacs si le besoin s'en fait sentir où s'ils le jugent nécessaire. Cependant, dès le moindre signe d'alerte, ils nous feront faire demi-tour.

La température attendue étant d'environ -15°, il est également primordial de prendre de quoi se couvrir suffisamment afin de ne pas perdre une chance d'y arriver imputable au froid.

Nous écoutons tous très attentivement ce Briefing remplis d'espoir et d'impatience. Les esprits sont tournés vers cette alléchante cerise, délicatement posée sur le savoureux et succulent gâteau qu'est ce voyage inoubliable.

Est-ce l'émotion, l'appréhension ? Les troubles digestifs ce soir sont à leur comble. Les symptômes liés à l'altitude quand à eux se font plus discrets.

JOUR 5 : De Karanga camp (3955m) à Barafu Camp (4673m). 4km. Pole Pole, encore et toujours.

C'est une petite journée en perspective, afin de garder de l'énergie pour le lendemain et de poursuivre l'acclimatation progressive. Les guides mènent la cadence, tranquille. On marque notre passage avec la construction collective d'un cairn, dominé par le sommet du Kilimandjaro, à la fois proche et inaccessible encore.

Nous arrivons tous à Barafu, le sourire jusqu'aux oreilles et le regard pétillant d'effervescence. L'émotion est si grande face aux souvenirs des moments riches et intenses déjà gravés en nous, à l'idée du chemin parcouru que les larmes ne sont pas loin.

Le mal de tête présent chez certains, parfois même incommodant n'y change rien. D'être arrivés jusque-là est déjà un exploit en soi. L'exaltation est palpable.



On croise des panneaux de mise en garde, avertissant les voyageurs qu'il faut savoir écouter les conseils des guides ou des rangers pour notre sécurité, et faire demi-tour si l'on ressent une difficulté à respirer ou des maux de têtes sévères et persistants. La descente est en effet parfois la meilleure option et la seule envisageable. Rien ne sert de se mettre en danger.

L'après-midi est dédiée à l'horizontalité, avant le départ pour l'ascension finale prévu après minuit. Le dîner est ainsi servi tôt. Bizarrement l'appétit semble moins grand, à imputer à l'altitude sans doute un peu mais aussi à une part d'appréhension. En sortant de la tente mess, on est ébahis d'apercevoir la neige qui tombe et qui recouvre le sol. Ambiance...



On essaye de dormir quelques heures avant l'heure fatidique mais le sommeil joue à cache-cache...

**JOUR 6 : De Barafu à Uhuru Peak (5895) : 5km. De Uhuru Peak à Mweka Hut (3100m).
12.5km**

Les mots vont me manquer pour retranscrire fidèlement cette journée à part, indescriptible.

Pour commencer, la collation au réveil à 00H30 à base de gâteaux et d'une boisson chaude pour ne pas commencer à monter le ventre creux. On récupère tous une gourde ou une thermos de boisson chaude, qui sera bien utile.

Chacun est dans les starting-blocks, avec son sac à dos rempli des différentes couches vestimentaires pour lutter contre le froid.

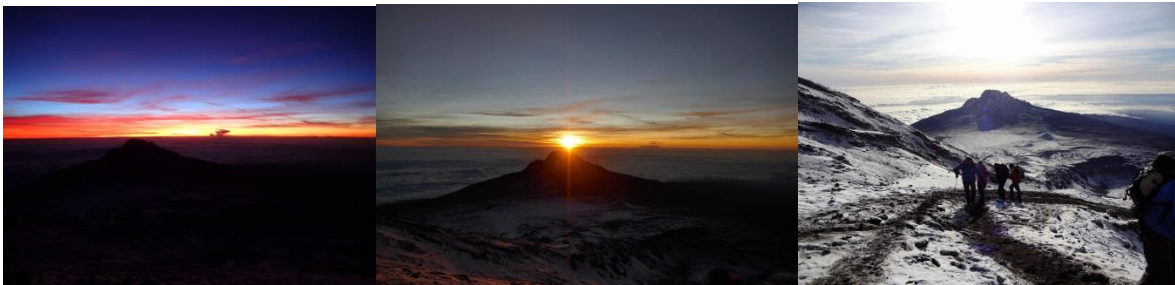
Les lumières des frontales au loin dessinent le sentier à emprunter, sur une fine couche de neige fraîche.

L'avancée sur cette pente enneigée assez pentue et parfois glissante se fait vraiment Pole Pole, avec France et Anne en tête (derrière le guide évidemment).

Les quelques pauses brèves accordées sont salvatrices. Elles servent à enfiler des couches supplémentaires et à boire chaud voire grignoter un morceau si l'anorexie ne l'empêche pas. Le froid est bien présent et douloureux pour certain(e)s.

L'altitude pèse sur nous et empêche malheureusement Bernard de poursuivre, en raison de céphalées intenablees accompagnées de nausées et de vomissements. Il redescend donc accompagné d'un guide vers Barafu. Il reste bien présent parmi nous en pensées. En témoigne son prénom tracé dans la neige. La descente et du repos lui sont salvateurs.

Au moment où le moral et la volonté semblaient fléchir, on est portés en avant par une énergie positive et une émotion vive qui prend aux tripes, transmis par les guides qui entonnent en cœur leurs chants du Kilimandjaro pour nous encourager. Ces chants ont fait se lever le soleil, dans un défilé de couleurs inimitable et majestueux. L'espoir d'y parvenir a ainsi refait son apparition, boosté par la magie de l'instant. « Kilimandjaro, Hakuna Matata, Tembea Pole Pole, Hakuna Matata ». J'en ai encore les larmes aux yeux et le cœur qui palpète. Asante.



On arrive ainsi, tant bien que mal pour quelques-uns du fait de symptômes divers et variés (céphalées, jambes lourdes ou flageolantes, cyanose, dyspnée, asthénie, syndrome cérébelleux, ralentissement idéo-moteur...) à Stella Point (5756m).



On se divise alors pour que chacun puisse aller jusqu'à Uhuru Peak à son rythme. Sans toutefois trainer de trop et redescendre rapidement, seul antidote au mal des montagnes. La présence des guides est rassurante et réconfortante.

Le dernier effort à fournir pour gravir les cents derniers mètres en vaut vraiment la peine. Le cadre est sensationnel et saisissant.



La descente, comme attendue est longue et laborieuse. Les porteurs viennent à notre rencontre pour récupérer nos sacs et ce geste m'émeut.

Une pause s'impose au retour à Barafu avant de poursuivre notre route vers Mweka camp. Un jus de mangue des plus savoureux est servi à notre arrivée à Barafu. Il n'a jamais été autant apprécié qu'à cet instant. On profite du repas et d'une sieste au soleil mais il faut repartir car le chemin est encore long (environ trois à quatre heures de descente avant d'atteindre Mweka).

Au décours du chemin, on tombe sur des brancards locaux. Imposants mais ingénieux. On ne peut s'empêcher de les tester pour juger de leur efficacité. C'est tout de même cinquante kilos qu'il faut mobiliser, à vide. De quoi se faire les bras.



On retrouve progressivement la végétation avec la bruyère, le lichen puis les arbres. La descente est raide par endroits avec quelques marches. Le paysage toujours aussi beau. Et c'est enfin l'arrivée à Mweka camp (3100m). Elle se fait de nuit et aux frontales pour le deuxième groupe, parti plus tard de Barafu et composé d'Anne, de France, d'Ali, de Dudu, de Barack et de Behost.

C'est impressionnant comme la perte d'altitude permet aux quelques symptômes persistants comme le mal de tête, de disparaître. Et l'appétit revient en force !

On savoure ce dernier diner dans la tente mess et l'on sait d'avance que ces moments privilégiés vont cruellement nous manquer.



JOUR 7 : De Mweka Hut (3100m) à Mweka Gate (1640m). 10 km

On assiste le lendemain matin, avant l'ultime départ, au spectacle des porteurs. Quelle clôture ! Encore un partage émouvant avec le langage du cœur et du corps que tout le monde comprend. Des chants, de la danse et surtout de la joie, communicative.

On en profite pour tous les remercier, chacun notre tour, avec Behost pour interprète. Les rires, faciles, fusent et les larmes sont difficilement retenues.



On leur remet également les pourboires en guise d'ultime remerciement, mais qui sont finalement que peu de chose en comparaison de ce qu'ils nous ont apporté.

C'est au rythme de la chanson Jambo Jambo que nous repartons ainsi, pas tout à fait Pole Pole. On redécouvre la magnificence de la forêt et des fleurs endémiques mais les colobes restent invisibles à nos yeux. Quelques enfants patientent sur les bords du chemin, pour tenter de récupérer gâteaux et chocolat des randonneurs. Ils sont attendrissants.



C'est rapidement, bien trop tôt que l'on arrive à Mweka Gate, à pieds. Sauf pour France qui, en 4X4 et avec un ranger pour chauffeur particulier, nous dépasse et nous nargue. Ah la jeunesse !



D'être de nouveau confronté à la réalité, à la civilisation est rude et l'on est tenté de faire demi-tour. On monte toutefois dans le bus, direction Arusha, pour manger au restaurant avec Behost et Robert à midi, afin de marquer la fin de ce trek incroyable.

Non encore rassasiés, pour faire durer le plaisir et partager un dernier moment tous ensemble sur le territoire Tanzanien, on les invite le soir à nous retrouver pour le dîner à Ilboru Safari lodge. L'instant est divin. On envisage d'ores et déjà de se retrouver ultérieurement, en France cette fois-ci. Alors à très bientôt !

J'en profite pour vous dire un grand merci, à tous, vous qui avez partagé cette aventure en ma compagnie. C'est une chance inouïe que de vous avoir côtoyé pendant ces quelques jours fabuleux. Asante Sana !!!

Sabine Le Potier (ou Malaïka)