

---

## LES POTINS DE BLEAU

---

*Danielle Canceill, le 17 décembre 2005*

### 1 - L'ascension de la tour de guet

Dimanche 27 novembre, pour la 1<sup>ère</sup> fois de ma vie, j'ai fait une voie de 40 m en forêt de Fontainebleau : qui l'eût cru ??? Moi la première, je ne pensais pas la chose possible. Et pourtant...

Il était tombé la veille quelques centimètres d'une neige humide et collante. Le matin, le ciel était bleu sur les environs de Versailles, mais, comme nous le fit bientôt savoir notre réseau de correspondants habituels du dimanche matin joints par téléphone, ce même ciel était pluvieux sur Antony et incertain sur l'Essonne et la Seine-et-Marne...

Calorifère ??? Le casse-tête à paramètres multiples et variables commençait. Il fallait satisfaire les jeunes et les moins jeunes, les grimpeurs et les non-grimpeurs, les grimpeurs d'extérieur et ceux d'intérieur (heureusement qu'on n'a pas encore inventé la rando en salle...) tout en optimisant les déplacements et les affinités. Bref, après n-1 coups de fil, le compromis trouvé fut qu'on se retrouverait à Bois-le-Roi, qu'on téléphonerait à nos reporters sur le terrain pour savoir si les rochers étaient secs, que s'ils ne l'étaient pas les grimpeurs en salle iraient grimper en salle, les marcheurs et grimpeurs en forêt iraient marcher en forêt et les enfants feraient leurs devoirs ou joueraient à cache-cache avec les poules.

Ce qui fût fait. Les rochers restant désespérément humides, voilà comment Anne-Cécile, Suzanne, Cécile, Gilles et moi-même, partîmes pour une balade de quelques heures dans les environs de Bois-le-Roi. On devisait agréablement, lorsque au détour d'un chemin on se retrouva au pied d'un splendide mirador (de surveillance d'incendie???). A quel endroit étions-nous exactement, je ne sais pas très bien ; quelque part entre le Cuvier et le Rocher St-Germain, mais Cécile et Gilles, qui connaissent le coin comme leur poche, ne nous ont pas laissé le temps de regarder la carte et c'était la tombée de la nuit et je n'avais ni ma boussole, ni ma frontale, ni mon rappel, etc... Bref, nous étions au pied d'une structure métallique style pylône, avec un petit côté tour Eiffel. Des barbelés sectionnés sur un côté laissaient la possibilité d'escalader assez facilement le grillage qui en défendait l'accès. Ensuite, il y avait une succession

de plates-formes et d'escaliers d'une dizaine de marches. Des escaliers certes, mais des escaliers bien raides. Voire même, très raides. Avec une rampe de chaque côté, d'accord, mais du vide tout autour. Et des marches assez larges, je le reconnais, mais à claire-voie tout de même. Alors, monter ? Pas monter ? On n'hésita pas longtemps. On revenait d'un week-end d'escalade à Buis, où des voies de 100 m en 6a**b**<sup>+</sup> ne nous avaient pas fait peur, alors c'était pas un escalier de 40 m qui allait nous impressionner.

Néanmoins, malgré l'aspect à priori facile de l'escalade, il était indéniable que plus on montait, plus on était haut... Et même très haut. Et quand on regardait en haut, on avait l'impression, qu'il y en avait encore énormément à monter. Et quand on regardait en bas, on se disait qu'on était partis depuis bien longtemps déjà. Je vous l'avoue franchement, je n'en menais pas plus large que les marches de l'escalier, que je trouvais d'ailleurs de plus en plus étroites et l'escalier de plus en plus raide et la hauteur de plus en plus haute. Et puis, on n'était pas encordés... Mézenfin, comme aurait dit Georges (qui pendant ce temps s'escrimait coûte que coûte à gravir quelques menus blocs humides de moins de 7 à 8 m de haut au *Diplodocus*) le risque objectif ne semblait pas très élevé (en tous cas moins que nous). Donc, nous grimpons, grimpons, grimpons,... espérant à la fois atteindre le haut le plus vite possible, pour en finir avec cette interminable ascension et profiter du sommet et donc de la vue, tout en se disant qu'on ne voulait pas l'atteindre trop vite quand même, car on se rapprochait alors de l'instant fatidique où il faudrait entamer la descente qui nous inquiétait déjà... Je commençais déjà à ressasser : « Mais que diable allons-nous faire dans cette galère... ». Mais bon, le danger d'avalanche était minime et les raisons de faire demi-tour peu satisfaisantes pour notre ego. On continua donc. Jusqu'à arriver sous la lourde trappe de la plate-forme sommitale. Qui va la soulever ??? Anne-Cécile qui était en tête s'y essaya sans succès. Vas-y Gilles ! Euh... non non non... A toi Cécile ! Ah non je peux pas ! Heu, moi non plus, dis-je en tremblant et sans même essayer ! Et c'est Suzanne qui s'y colla. Tel Sisyphé portant le Monde, elle se hissa, se courba, s'arc-bouta et souleva la trappe avec la tête, les épaules et le dos ! Bravo Suzanne ! Comme au sommet d'un phare, on prit pied sur la plate-forme,

fermée par des vitres et entourée d'un balcon sur lequel je n'osai point m'aventurer (il était lui aussi à claire-voie, et les herbes du plancher des vaches semblaient immensément loin). La vue heureusement, était à la hauteur de nos attentes. Coucher de soleil magnifique sur les hauteurs d'Aprémont. Couleurs automnales splendides. Océan de cimes mordorées des chênes, avec îlots vert sombre des pins et tâches jaune clair des bouleaux...

Ah ! Ben on regrette pas d'être montés. Mais maintenant faut descendre... Face au vide ? Face aux marches ? Les deux sont flippant... Mais on va pas coucher là. Allez on y va. On y alla, dans un sens ou dans un autre, les yeux fermés ou grand ouverts, en regardant vers le haut ou vers le bas et les grandes respirations profondes apprises au yoga, firent le reste...

Alors, beaucoup plus ou beaucoup moins impressionnant qu'une via ferrata en Slovénie ? Qu'une grande voie dans les Dolomites ? Qu'un rappel dans le Verdon ? Les avis sont partagés...

## 2 - Comment grimper à Bleau en hiver...

### ... sans avoir froid !

Le dimanche 11 décembre, j'envoyais sur la fameuse liste [gums@yahoogroupes.fr](mailto:gums@yahoogroupes.fr) le texte suivant :

J'écris ce petit mot à chaud, mais de retour d'une magnifique journée d'escalade sur les rochers de l'Eléphant je ne peux m'empêcher de vous faire part de mes états d'âme. En effet, d'une part je suis sidérée de voir aussi peu de monde en hiver à Bleau (ce dont je suis loin de me plaindre, tant que l'on a quelques bons copains avec qui grimper), mais d'autre part je suis également désolée de voir tant de copains se plaindre du froid, alors qu'il est si facile de s'en protéger. En deux mots voici ma technique:

- en bas, chaussettes de ski de rando en laine ou en polaire, collant de laine ou de polaire, et pantalon ou collant d'escalade en coton (ou tout autre vieux pantalon souple, pour protéger le collant) ;

- en haut, je superpose au moins **6 épaisseurs** de lainages ou de polaires, car ce qui compte c'est le nombre de couches d'air emmagasinées (les épaisseurs de coton ne servent à rien, car leur contact est froid et elles emprisonnent très peu d'air) et ce, **dès que je pars de chez moi**.

Dans la voiture, je mets **le chauffage à fond**, pour chauffer les couches d'air et stocker ainsi les calories pour toute la journée. Prévoyez des chaussons d'escalade assez larges pour les mettre avec vos grosses chaussettes. Mangez en arrivant,

pour ne pas avoir à vous arrêter. Ajoutez un thermos ou deux de thé à la menthe brûlant, une tablette de chocolat, quelques biscuits et vous êtes parés!

La technique de Jean-Pierre est légèrement différente car comme il grimpe dans le niveau 7a-b+c+/-, il doit être léger pour grimper et chaudement couvert pour méditer (hé oui, à ce niveau-là, je l'ai observé, il passe environ 1/3 du temps à grimper et environ 2/3 du temps à méditer accroupi au pied du rocher qu'il veut gravir, pour réfléchir, étudier, observer, lire ses notes, etc...c'est comme ça). Donc, il met un peu moins de couches, mais il termine par une vieille doudoune de y'a 20 ans en duvet de canard (je ne sais pas s'il la garde quand il met le chauffage à fond dans la voiture...), et :

- quand il grimpe, il n'a qu'une ou deux couches de laine et de polaire, un collant et il est pieds nus dans ses chaussons ;

- mais dès qu'il médite, il enfile sa doudoune et un pantalon en polaire, il ôte ses chaussons (qu'il met dans son pantalon pour les réchauffer) et il enfile des chaussons en polaire (issus des expéditions antarctiques de son tonton Georges).

Et idem que moi pour le thermos de thé brûlant. Et la plaquette de choc !

Et voilà, le tour est joué. A dimanche prochain sur les rochers,  
Danielle

PS Quand il fait vraiment froid (en dessous de zéro), j'utilise également la technique de Dominique Pastre, qui écrivit il y a quelques années dans Le Crampon un article resté célèbre : « Si vous avez froid aux pieds... mettez un bonnet ». En effet, elle nous expliquait que le cerveau étant un organe vital, tant qu'il perçoit une sensation de froid, il intime à la circulation sanguine de se désintéresser des extrémités pour préserver les zones vitales que sont le cœur et le cerveau. Dès qu'il a chaud, il renvoie le chauffage vers les pieds et les mains. Il suffisait d'y penser !

---

Dès le lendemain, je recevais alors deux mails des deux Pastre avec cette même question angoissée : « *Mais quand le rocher est froid, comment fais-tu pour les mains ???* ». Claude allant même jusqu'à suggérer : « *J'ai songé à un radiateur électrique dans un sac à dos (avec évidemment chapeau portant panneau solaire pour alimentation écologique) muni d'un ventilateur soufflant de l'air chaud dans deux petits tuyaux souples descendant le long des bras dans les manches jusqu'à la paume des mains.* »

Je répondis aussitôt, qu'en ce qui me concerne, la condition *sine qua non* pour ne pas avoir froid aux

doigts est d'avoir **bien chaud partout ailleurs** ! Dans ce cas, le contact froid du rocher n'est un problème que sur les premiers blocs et ensuite, avec l'activation de la circulation sanguine par l'activité physique, les doigts se réchauffent très vite. Et puis, si le rocher est vraiment très froid... je mets un bonnet ! :-)

D'où le commentaire de Claude : « Bon, j'ai compris, "bien chaud partout ailleurs" : je vais rajouter du rhum dans la gourde de thé brûlant (et inutile de me faire un cours sur les déperditions liées à l'effet vasodilatateur de l'alcool...) ! »

Et puis, le 18 décembre, je recevais, de Bernard Wolfer, le commentaire suivant : « Ah les belles histoires vraies de Tatïe Danielle, meilleures que celles de l'oncle Paul... Quand je pourrais regrimper, il va de soi que j'appliquerai ces conseils (je le faisais déjà un peu, mais pas avec autant de science et d'application).

*Je me demande quand même s'il faut garder ses vêtements sur soi dans une voiture surchauffée. On peut les garder à côté de soi, non? Et les mettre juste avant de sortir. Ceci évite de mourir d'un coup de chaleur, ou de s'endormir au volant. Et les petits gants, quand on médite? Important, non? Le bonnet est certes nécessaire, et il m'arrivait d'en mettre la nuit dans des pièces pas bien chauffées, comme ma grand-mère. Mais on perd aussi beaucoup par les mains... Mitaines, c'est déjà ça, sinon mouffles de laine, en plus du frottement et du souffle chaud sinon des mains, de l'âne gris et de la vache grasse qui passent par là... En période de Noël et de froid, ils sont faits pour cela. Quant aux pieds, c'est selon. S'ils s'activent, pieds nus dans les chaussons cela peut passer. Mais dès qu'ils méditent, eux aussi, ils ont besoin de douceur, de réconfort, voire de massage. Les chaussettes à doigts peuvent être jolies. Par contre des chaussons larges avec des grosses chaussettes, je trouve cela vulgaire et peu efficace : l'intermédiation de la laine épaisse enlève beaucoup de sensibilité, pour ne pas dire de doigté, et chacun sait qu'un doigté de pied est essentiel en escalade. Certes, des doigts gelés sont raides et peu précis, et en plus cela fait mal. Bon, ne pas les laisser refroidir, avec tous les moyens accessibles. Tapoter une prise, éventuellement avec une boule (de pof ou de simples tissus), avec délicatesse permet de réchauffer le contact, en sachant que la brutalité ne sert à rien. Bien sur, cela marche si la prise n'est pas trop haute, ou dans une position*

*délicate. On n'a pas assez parlé des cuisses, alors que c'est important. Plusieurs couches, certes, mais fines et souples alors, pour que les jambes arrivent encore à se plier. Car il ne faut pas en mettre trop pour ne pas être gêné. Un caleçon jaune canari n'est pas indispensable, quoique certains semblent en avoir besoin pour atteindre le 7a, mais être au chaud, là aussi c'est important. Là encore, tout est dans le doigté.*

*Je n'écris tout cela que pour maintenir mon esprit en éveil, car je suis bien incapable de vous prouver cela par l'exemple en cet hiver, et j'en suis très triste, vrai. Cet été, j'espère être prêt. Alors je vous montrerai de quel rocher je me chauffe. Car si je ne viens pas, c'est pas parce qu'il fait froid, bien sûr. »*

**...et pourtant en décembre à l'Éléphant, Danielle tentait désespérément de prendre un pied (mais pas le sien)...**

