

Tour de l'Adrar Meltsen : vallée du Zat et plateau du Yagour

par Philippe LE PORT

Lors de la préparation du tour du Toubkal en 2006, j'avais repéré dans le guide Olizane « Montagnes du Maroc » une boucle de 6 jours qui permettait de faire le tour de l'Adrar Meltsen (3595 m) par la vallée du Zat et le plateau du Yagour. Une boucle classique mais peu fréquentée, qui emprunte une rivière au fond d'un vallon encaissé, puis traverse un plateau couvert de gravures rupestres, avec des villages berbères vierges tout au long de l'itinéraire.

Le topo est alléchant, mais mi-juillet, je suis encore indécis. Un petit survol satellitaire avec Google Earth achève de me convaincre. Les sentiers ne sont pas toujours visibles, mais l'itinéraire est simple et le paysage, à vol d'oiseau, est superbe.

Une préparation scientifique

Le circuit étant peu pourvu en points de ravitaillement, il me faut prévoir de la nourriture pour 4 à 6 jours. C'est lourd. Je vais donc cette année adopter une approche scientifique qui me permettra d'optimiser le rapport poids/calories.

Le site « i-dietetique.com » permet justement de calculer ses besoins journaliers en calories en fonction de son âge, poids, taille et de l'effort fourni. J'y apprendis qu'il me faut 4000 calories/jour. Le site me propose également de me donner la réponse à la question fondamentale : « avez-vous le poids idéal ? ». Je rentre les informations demandées et reçois la réponse suivante :

Si vous avez toujours été comme cela et que vous vous sentez bien dans votre peau, c'est peut-être votre poids normal. Si vous avez suivi un régime ou fait beaucoup d'exercice pour devenir aussi mince, sachez que votre poids actuel n'est pas considéré comme un poids idéal santé et qu'il ne vous est pas conseillé de maigrir davantage

Un peu ébranlé d'apprendre que je suis peut-être anorexique, je m'en vais naviguer dans le forum « gastronomie » du site « randonner-leger.org ». Un membre du forum indique que la barre céréale protéinée des « pousseurs de fonte » est une solution intéressante pour la randonnée. Je fonce chez Décathlon et j'interpelle un vendeur avec aplomb : « le rayon Musculation s'il vous plaît ! ». Je lis sur son visage qu'il pense avoir mal entendu. C'est très désagréable. Il faut peut-être que je gagne quelques kilos.

Un sachet de barres protéinées m'accompagnera pendant tout le trek, mais dégoûté par son emballage type « viande Charal », je n'aurai jamais le courage d'y goûter. Sur 4 kilos de nourriture scientifique emmenés, je n'en consommerai que 3. La

prochaine fois, je ferai un peu moins scientifique et plus gustatif.

Lundi 27 juillet 2009 : départ à la fraîche.

Mon avion décolle de Paris Orly à 6h45 et arrive à Marrakech vers 10h00. Je change 200 € en Dirham (10 Dirhams pour 1 €) à l'aéroport et entame sans transition un exercice pratique de négociation avec le taxi. Il me faut aller en centre ville chercher une bouteille de gaz. Le petit taxi est à 70 dirhams pour les touristes, je fais valoir que le bus est à 20 dirhams, on me rétorque qu'il ne passera pas avant une heure (mon œil !). Finalement, j'obtiens pour 40 dirhams de partager un taxi avec 2 marocains. Nous filons directement rue Bab Agnaou près de la place Jema el Fnaa où je retrouve l'échoppe qui vend des bouteilles camping gaz. Puis, je rejoins la station de Grands Taxis à Bab e Gorh qui dessert Setti Fatma (1450 m), le point de départ de la boucle. Pour 25/30 Dirhams, on peut s'entasser à 7 dans un taxi Mercedes (3 à l'avant et 4 à l'arrière). En payant deux places, on peut s'assurer le bénéfice d'une ceinture de sécurité : le voyage en grand taxi est certainement la partie la plus dangereuse de la randonnée.

À midi, je suis à Setti Fatma dans une guinguette au bord de l'Ourika, confortablement installé devant un tajine d'agneau. Je prend des forces car je n'ai que 3 kg de nourriture dans mon sac pour une randonnée de 6 jours. J'espère pouvoir ravitailler en milieu de parcours vers Imerguène ou Ouarzazt qui sont desservis par une piste.

À 14h, je suis en route vers ma première étape, les azib (bergeries) Agouns. Il fait bien chaud et j'avance lentement. Le chemin serpente sous des noyers, passe un verrou rocheux, puis suit le lit de l'oued. Au 2/3 du chemin, un berbère répond, en français, à mon « salam alikoum ». Nous nous asseyons et discutons des bienfaits de la marche, des vertus de la médecine par les plantes et du danger des champs électromagnétiques induits par les lignes électriques récemment installées pour alimenter le village de Tourcht. Nous discutons de nos familles et il trouve beaucoup de charme au prénom de ma dernière fille Blanche. Il m'assure que je peux randonner en toute confiance dans la montagne et nous nous séparons en jurant de nous revoir. Je continue à suivre la direction générale du vallon pour arriver au pied d'un petit cirque cultivé. Les cultures en terrasses sont soignées (pommiers, oignons), mais les bergeries sont inoccupées. Petite impression de village fantôme, renforcée par le fait que je suis incapable de trouver les chemins de desserte des différentes cabanes. Une brève exploration me fait découvrir près de la bergerie la plus haute une plateforme de

battage qui est un véritable balcon sur la vallée. L'eau chante à 100 m de là sous un beau noyer.

Mardi 28 juillet : un si joli bivouac.

La nuit a été bonne. De minuscules fourmis en ont pourtant profité pour s'attaquer au sac plastique qui contient mon fromage et ma viande des Grisons : il est transformé en passoire. Je débarasse ma nourriture de son surplus de protéines, puis je pars jouer à cache-cache avec le chemin du col de Tizi n'tilst. Le coquin se montre parfois, mais finit toujours par disparaître. Lorsque je crois l'avoir définitivement perdu je le recroise par hasard. Je recherche les traces de crottin de mule, mais je suis plus souvent accompagné de crottes de chèvres qui m'entraînent malgré moi vers quelques passages où les mains sont bien utiles. J'arrive enfin sur une crête qui précède un doux vallon, où le chemin est bien marqué et qui mène sans surprise au col. La descente dans la vallée du Zat est facile et régulièrement ombragée par de beaux arbres au tronc noueux ramassés sur eux-mêmes. Ce sont des genévriers thurifères.

Cet arbre qui pousse entre 1700 m et 3000 m d'altitude est remarquablement résistant à la sécheresse, à la chaleur et au froid, aux insectes et à la mutilation par les hommes. Le bois est utilisé par les bergers pour le chauffage et la construction. Les feuilles sont appréciées des troupeaux. Sa croissance est très lente. Il semble désormais incapable de se régénérer naturellement et l'exploitation intensive qui en est faite par les villageois met son avenir en danger.

Le lieu de bivouac, bien visible, est une presqu'île verdoyante, sans arbre et sans ombre, qui barre le cours de la rivière. Il commence à faire très chaud et je décide d'attendre que le soleil soit moins fort en déjeunant et en faisant une petite sieste. Vers 4 heures, je rejoins le champ et commence à me réjouir de cet emplacement de bivouac idyllique quand, au détour d'un rocher, je me retrouve nez à nez avec un berger en train de se délester d'un liquide devenu inutile.

Comme la plupart des bergers, il ne parle que berbère. Ses chèvres pâturent sur les versants et il est venu vérifier que tout allait bien. Je lui propose un thé, il me propose de venir dormir chez lui, j'accepte sans réfléchir. Après 3 heures de marche et d'innombrables traversées de la rivière (à chaque coude, il faut changer de rive) nous arrivons enfin au village de Tarzirt, suspendu à 150 m au-dessus de la rivière, et entouré de cultures en terrasse. La maison d'Ali, pour ne pas empiéter sur les parcelles cultivables, est construite sur un ver-

sant pentu. Une venelle donne accès à la cour/terrasse qui dessert une pièce de vie, un WC extérieur et un niveau inférieur où se cachent la femme d'Ali et ses enfants. Achmed, un parent d'Ali, nous rejoint sur la terrasse pour la cérémonie du thé. Il déballe un pain de sucre qu'il débite avec une barre métallique, ébouillante la menthe, transvase l'eau d'un récipient à l'autre comme un joueur de bonneteau. Nous savourons le thé en trempant des morceaux de galette dans de l'huile d'olive et échangeons quelques mots pendant que le soleil se couche sur la vallée du Zat. Ali installe une natte sur la terrasse et m'indique que ce sera mon lit pour cette nuit, je m'y allonge et m'endors sous les étoiles pendant que la famille d'Ali profite de l'obscurité. Une demi-heure plus tard, Achmed et Ali me réveillent et me font comprendre qu'il faut que je me lave les mains. Je m'exécute dans un demi-sommeil, surpris de ce zèle hygiénique. Quand ils posent, sur un guéridon, un plat à tajine, je comprends que c'est l'heure du dîner entre hommes.



Des sacs de noix pour le marché

Mercredi 29 Juillet : une famille anéantie.

Le lendemain, en pliant mon tapis de sol, j'entrevois un petit point noir qui disparaît d'un saut de puce. Je rejoins rapidement Ali et Achmed qui ont bâti les ânes, car ils doivent descendre et vendre une partie de leur récolte de noix à Imerguène. C'est sur ma route, je vais les accompagner. À Zrouène, je m'octroie une pose et dis au revoir à mes amis. Ils me donnent, emballées dans un morceau de chemise, cinq galettes de pain. En retour, je sors pour eux une barre de pâte d'amande et fait le geste de la leur remettre. Ils refusent gentiment en me faisant comprendre que j'en aurai besoin pour la suite de ma randonnée.

Le changement de bivouac de la veille fait que j'ai, malgré moi, une demi-journée d'avance sur le topo. Les étapes sont raisonnables, voire courtes, elles permettent de prendre son temps et de bien profiter du

paysage. Entre 12h et 16h, moment de la journée où le soleil tape fort et la chaleur dégagée par les pierres me prend entre deux feux, je fais généralement une longue pause déjeuner à l'ombre avec une sieste. Cette partie de la rivière, bordée de larges bandes de terre, ombragée de puissants noyers, invite à la paresse. À 17h, je suis à Imerguène, confluent de deux vallées et terminus d'une piste pour 4x4 qui remonte de la vallée du Zat. Le village comporte une dizaine de maisons et deux épiceries excentrées. C'est elles qui fournissent les villages en amont, accessibles uniquement par les mules. Après un bon Coca bien frais, je prend la piste qui traverse les villages de Tizert et Imtsène. Un gîte/refuge, construit par l'association « les amis de la vallée du Zat », doit pouvoir accueillir confortablement des groupes, mais il est fermé et les enfants que j'interroge ne semblent pas savoir qui s'en occupe.

Je continue ma descente vers Tillouguit (« pont » en berbère). Deux bergeries se tiennent en sentinelle au-dessus de la route. En face et en contrebas, le petit ruisseau d'Ikriss que l'on devine sous un champ de caillou, se jette dans la Zat. Un frère et sa sœur y gardent leurs chèvres. Il faut continuer la route sur une centaine de mètres pour trouver le discret chemin de descente qui débute juste avant une aire de battage et conduit à un étroit pont de béton. En face, le sentier d'Ikkris se devine aux poteaux électriques rudimentaires qui le bordent.

À chaque jour suffit sa peine. Je m'arrête discrètement sous des arbustes touffus, faisant attention de ne pas me faire repérer par les enfants qui, sur l'autre rive, redescendent avec leur troupeau vers une bergerie. Lorsqu'ils ont disparu, j'installe ma tente.

L'heure est au bilan : 50 piqûres à la jambe gauche, environ 150 au total sur tout le corps. Le doute n'est plus permis, il y a bien des puces chez mon copain Ali, et elles ont un goût prononcé pour la chair tendre de Parisien. Dix minutes plus tard, je suis, en slip, en apnée dans un méandre sablonneux et crotteux de la Zat. Mes vêtements prennent un bain dans un sac plastique lesté d'une lourde pierre. Une famille entière de puces est ainsi anéantie. À la nuit tombante, satisfait de mon œuvre, caché sous mes arbustes, je dévore mon plat de pâtes chinoises quand des ombres apparaissent... Les deux enfants sont accompagnés de leur chien et très intéressés par le butagaz et la tente. Je suppose que mes tentatives de camouflage les ont bien fait rigoler. Je leur donne un peu de galette de pain, ils sont déçus que je mange la même chose qu'eux et après un bref échange, je leur fait comprendre qu'il est l'heure de se coucher pour tout le monde.

Jeudi 30 juillet : les gravures.

Il n'est pas huit heures et il fait encore bon. Le chemin d'Ikkis est très agréable, il monte doucement. Après un petit éperon, la première maison apparaît et semble un poste de garde qui contrôle

l'accès au village. Un grand-père jovial et sympathique prend le soleil sur le pas de la porte. Il a travaillé en France et m'invite à partager le petit-déjeuner avec ses deux colocataires. Après avoir partagé le pain, nous nous installons tous les trois autour d'une boîte de sardine, le thé à la menthe coule à flot et la discussion va bon train. Grand succès quand j'explique que j'ai laissé ma famille en France, la photo de mes 4 enfants en costume de Pont Aven passe de mains en mains. « T'es comme un Arabe ! les Européens y peuvent pas se passer de leur femme et des enfants pour voyager ».

Le chemin pour le col de Tizzi n'Ikiss démarre juste au dessus de cette maison, à partir d'une aire de battage. Il est au début assez mal marqué du fait d'affleurements de roche dure, mais plusieurs groupes de muletiers qui descendent justement du col me permettent de ne pas m'en éloigner. Le versant est plein sud, le soleil commence à être pénible. Il est bien agréable de trouver l'ombre des genévriers sur le dernier tiers du trajet. Le col est large, plat et bien boisé, car éloigné des habitations. Il surplombe le village de Ouarzazt et donne un bel aperçu du plateau du Yagour. Je fais un crochet vers le principal groupe de maison, dans l'espoir de pouvoir m'acheter un couvre-chef, car j'ai perdu ma casquette. Une épicerie de 4 m², sur le bord du chemin, en propose justement. Le prix est de 10 dirhams d'après le patron (12 ans), et de 30 dirhams selon ses deux jeunes frères (8 et 9 ans). Je fais affaire avec l'aîné, lui prend une bouteille d'eau (10 dirhams), un coca (5 dirhams) et le paie avec billet de 100 dirhams. Il me rend 115 dirhams en monnaie ! J'essaie de lui expliquer qu'il s'est trompé en ma faveur, mais il comprend que je réclame plus. Il sort sa calculette, se lance dans une opération compliquée et fièrement me montre le résultat sur l'écran : 1700. J'espère que l'épicerie existera toujours lorsque je repasserai car si le patron n'est pas bon en calcul, il est vraiment sympathique.

Midi approche, le soleil tape, pas d'ombre à l'horizon. Je me demande déjà où je vais pouvoir déjeuner, lorsque je découvre, bordant le chemin, un carré de jeunes arbustes bien alignés. Je me glisse dessous, m'installe sur l'herbe fraîche et déballe du fromage et du pain avant de commencer une sieste. Une grive, peu farouche, vient me tenir compagnie. Mon repos est régulièrement troublé par les passants qui ne peuvent s'empêcher de me saluer. Un prétendu propriétaire vient définitivement mettre fin à la fête en me demandant de payer l'ombre. Je me lève, reprend mon sac et sans me retourner, m'en vais comme un seigneur.

Le Yagour est formé de deux plateaux à 2000 m et 2500 m d'altitude séparés par un talus en pente douce. Les eaux de fonte de neige s'accumulant au pied de ce talus, ont formé deux ruisseaux s'écoulant du col n'Rhellis, l'un vers l'Ourika à l'Ouest, l'autre vers le Zat à l'Est. Ce dernier, l'Assif n'Yagour, a creusé une belle gorge qui va en s'évasant et prend rapidement les dimensions d'un canyon rendant problématique le passage entre les 2 plateaux.

Les deux plateaux sont utilisés comme pâturages d'estive depuis au moins 4000 ans. En témoignent 13 sites rassemblant plus de 1000 gravures rupestres.



Un bel arbre pour la sieste

Elles sont faites en traits généralement piquetés, sur des dalles de grès horizontales et représentent des animaux, des personnages, des armes et des outils. Les bœufs sont représentés en grande quantité, mais l'on trouve aussi des chèvres, des éléphants, des félins, des rhinocéros. Les personnages peuvent être symbolisés par de simples bâtonnets, ou représentés de manière figurative avec les détails de leurs armes et de leurs habits. Les formes et détails des poignards et hallebardes sont caractéristiques des armes en métal.

Un tel site fait évidemment rêver. Au début, quand une plaque de grès bien plate affleure à quelques centaines de mètres du chemin, le démon de la découverte vous pousse à faire un petit détour pour vérifier qu'il n'y a pas là des gravures inconnues des préhistoriens. Puis, au fil des kilomètres, on s'aperçoit que les stations connues, assez mal placées sur le guide Olizane, sont suffisamment difficiles à trouver pour ne pas s'encombrer d'autres objectifs. Après bien des détours et des déboires, les Azib N'Ikkis sont en vue.

Les bergeries sont en bel appareillage de grès, avec chacune un grand enclos entouré d'un haut mur de pierre. Sur la prairie, près du ruisseau, un campement est installé. Six français voyagent avec un guide, un cuisinier et quatre muletiers. Ils m'invitent à prendre le goûter avec eux avant d'aller voir les gravures juste au-dessus du village. Avec 500 représentations de toutes tailles, c'est le site le plus important du Yagour. Pendant une heure, nous passons d'une gravure à une autre, prenant en photo les plus intéressantes et discutant de ce qu'elles représentent. Nous rejoignons le campement où j'installe ma tente car il est tard. Au Sud, sur les pentes de l'Adrar, les bergers regroupent leurs bêtes et prennent la direction du village. C'est presque simultanément, à la tombée de la nuit, que les troupeaux dévalent la prairie dans un

nuage de poussière et s'engouffrent en bêlant dans les enclos, par des portes étroites et basses.

Vendredi 1^{er} août : met un cadenas à ton vélo

Dans mon programme, j'avais décidé initialement de tenter l'ascension de l'Adrar Meltsène (3595 m). Pas de chemin, mais un itinéraire simple et sans difficulté technique. La logique pour cette ascension est de bivouaquer dans le vallon de l'Assif Sguigui (ruisseau qui prend en aval le nom de Assif n'Yagour) au dessus des Azib n'Ouagouns. Cela permet d'être à pied d'œuvre le matin, mais cela implique de faire l'impasse sur le bivouac des Azib N'Ikkis où la soirée est agréable et le matin idéal pour les photos.

Il est déjà 10 heures, lorsque je remonte le vallon en direction des Azib les plus hautes au pied de la face Nord du Meltsène. Un berger se dirige vers moi, souriant tel le messie. Il me dit « moi, faux guide » et il m'indique le sommet. Sa présentation a le mérite d'être honnête, et je ne serais pas contre le fait d'avoir un compagnon. L'itinéraire qu'il me propose passe à gauche du sommet alors que le topo dit de passer par la droite. Il peut très bien y avoir plusieurs choix. Me sentant intéressé, il dégage le sol d'un mouvement du pied et y inscrit ses prétentions : 2000 dirhams (200 euros). Un doute m'assaille : me prendrait-il pour un pigeon ? Je lui fais comprendre que je lui donne une deuxième chance de me faire une proposition. Il trace le chiffre 200 sur le sol, hésite, puis rajoute le zéro fatidique. Il vient de perdre son client du mois. Je m'en vais sans me retourner, malgré ses cris et ses témoignages d'amitié.

Il faut suivre le lit de la rivière jusqu'au fond et, sous la face nord, s'engager dans le petit vallon de droite. À signaler qu'en prenant de la hauteur par le talus qui longe le lit, on trouve une corniche rocheuse au milieu d'une petite prairie, qui permet de cacher du matériel pour s'alléger. L'itinéraire normal peut alors être rejoint en marchant à flanc de pente. Je grignote la montagne jusqu'à l'antécime 3107 m et je décide de ne pas aller plus haut. La descente n'est pas désagréable, le pierrier étant relativement stable.

De retour aux Azzib n'Ouagouns, je cherche un peu d'ombre pour déjeuner. Un abri sous roche, dans le départ de la gorge m'accueille. En face une pyramide de crottes déborde d'un enclos et glisse vers le ruisseau où elle rejoint deux charognes de mouton qui empuan-tissent l'atmosphère. Je remercie intérieurement l'inventeur du Micropur.

Gaillardement, vers 4 heures, je prends la direction du col de Tizzi n'Rellis. Le chemin est mal marqué. J'aperçois fort heureusement un jeune homme montant une mule lourdement chargée qui va pouvoir me ren-

seigner. Il est pressé. Il se rend certainement au marché. Cette bête et son chargement représentent tout son pécule, mais il est heureux, car la civilisation ne lui a pas encore donné le goût du superflu. Tout à coup, son père surgit derrière un mamelon. Il investit son fils en brandissant un bâton et court malgré son âge. Le fils, qui a dû charger les pommes de terres au lieu des oignons, conscient de sa faute, abandonne la mule et puis s'enfuit. Je comprends alors que c'est un voleur et je pleure en m'apercevant que, même sur le plateau du Yagour, il faut mettre un antivol à son vélo.

Vers 19h, je me retrouve à planter ma tente sur la place du village d'estive des Azib Amdouz : une grande prairie entourée de bergeries avec une source où les habitants viennent remplir leurs bidons. Je ne suis pas certain qu'ils soient habitués aux campeurs, mais un berger m'a conduit là car il ne voulait pas que je m'installe dans les pâtures. L'endroit a du charme, on aperçoit au loin la masse du Toubkal.



Azib n'ikkis le matin

Samedi 2 août : ça sent l'étable

Il ne reste plus qu'à descendre vers Setti fatma. Cela me paraît tellement simple que je manque l'embranchement vers Anammer et me laisse entraîner sur Ouigrène. Ce n'est pas grave, la vue est belle. À Immi n'Tadert, je récupère la route goudronnée et monte vers Setti Fatma. Un homme me croise, il me sourit et me dit : « Tiens, le papa de Blanche ! ». C'est mon Berbère du premier jour.

Pourquoi y aller :

- Une vraie randonnée en montagne, un dépaysement total, la découverte d'une vie pastorale qui a disparu en France, un site d'art rupestre
- Des gens très sympathiques, ouverts et accueillants.
- Un voyage facile à organiser, d'un coût raisonnable.

Bon à savoir :

Topo/ Cartographie : le guide Olizane « randonnées au Maroc » décrit précisément ce trek. La carte du Toubkal 1/100 000ème en vente au vieux campeur est intéressante car elle donne une vue globale du massif. Elle n'est pas d'une grande utilité sur le terrain pour la recherche d'itinéraire, mais elle amuse les gens du coin. Attention, sur le plateau du Yagour, il y a quelques différences entre les noms utilisés sur les cartes et ceux utilisés par la population (je vous laisse découvrir).

Transports : Transavia, la filiale *low cost* d'Air France propose des billets AR à 300 €.

Gravures rupestres : pour profiter au maximum des gravures rupestres, vous pouvez acheter « L'art rupestre du haut atlas Marocain » d'Alain Rodrigue aux éditions l'Harmattan. Dessins représentant 2690 sujets gravés. C'est une thèse de doctorat, cela ne se lit pas comme un Tintin.

Hébergement : l'association « les amis du Zat » a rénové 3 gîtes ruraux dans les douars d'accueil de Tizirt (Tizert), Warzazt (Ouarzazt). Président Ahmed Bellaoui, tel : 024 43 62 51 , fax: 024 43 62 51, Courriel :

Tourisme organisé et solidaire : DEPARTS, association de tourisme solidaire, propose des séjours en vallée du Zat : <http://www.departs.org/index/spip.php?article31>