

Cap Expé

2015



**Un rêve mis en musique,
un élan que l'on suit jusqu'au bout.**

Carnet d'Expés 2015



Pour retrouver le sens du dedans, Cap Expé vous lance à l'abordage du dehors.

Partir à l'aventure, marcher, grimper, faire du packraft, du vélo, ...

Se confronter aux grands espaces, qu'ils soient extraordinaires ou de proximité, est davantage qu'un simple loisir, une simple vacance ou une parenthèse. C'est le premier pas vers un élargissement du regard, une révélation du sens par les sens, comme un sentier de l'Essence.

De plus en plus égarés dans les paradis virtuels de notre monde hyper connecté, nous ressentons tellement le besoin de recalibrer nos boussoles internes.

Cap Expé est une auberge espagnole où

chacun amène ses rêves de grands espaces, tout proches ou très lointains, pour les enrichir de la rencontre de ceux des autres.

L'aubergiste est passé maître dans l'art de faire se rencontrer les personnes, leurs rêves, leurs talents.

Seul, entre amis ou en famille, il reste alors à se lancer. Partir. Et suivre cet élan jusqu'au bout.

Revenir ensuite les bras et les yeux chargés de moments pleinement vécus et à partager.

Cap Expé rassemble les passionnés des grands espaces autour du site Internet www.capexpe.org.

Catalyseur de ces expéditions et de leurs multiples partages., chacun peut y demander et y trouver les éléments nécessaires au grand départ.

Si au fil des ans une réserve commune de matériel technique s'est constituée, c'est surtout le prêt direct des uns aux autres, et leurs rencontres, qui accompagnent les premiers pas.

Régulièrement après une séance d'escalade, un souper porte ouverte permet des échanges de visu.

Et chaque année, un week-end festif dans les Fagnes, rassemble toutes ces passions autour d'un BBQ de cerf, d'un concert-jam session et d'ateliers divers.

Et puis écrivons, filmmons, photographions, dessinons !

Sortons et rencontrons.

Soyons les chantres de nos propres vies. Faisons preuve de poésie pour aborder l'espace, le chemin, le senti, le rencontré.

Tout à la fois.

Nous y gagnerons en compréhension peut-être, mais surtout ces instants sont bien trop beaux pour ne pas être chantés.

Ainsi germeront d'autres rêves, d'autres passions, d'autres Expés pleines de sens et de vie.



Après l'ascension de la pyramide sommitale soufflée par le vent, nous avons juste le temps d'enlever les peaux pour profiter d'une descente quasiment vierge de traces dans une poudreuse incroyable. (Laurent N.)



Nous avons fêté le nouvel an à cinq entre la France et l'Italie, dans le bivouac Boerio (3089m). Chargés comme des mulets, nous sommes montés en ski jusqu'à ce camp de base, histoire de profiter à fond de la plénitude des lieux, une semaine durant. (Dom)





Ce petit film respire la qualité de cette aventure humaine où la synergie des rencontres a, une fois encore, dépassé la somme des individualités fortes. (Dom)

Tout d'un coup le blanc. Complet.

Que l'on regarde au-dessus ou en-dessous,
la tête à gauche ou à droite,
sol et ciel ont subitement disparu.

Il n'y a plus de relief,
mais il n'y a pas de brouillard.

Le vent du nord-ouest nous frappe
de côté, ou de face.

Rien ne présageait cela
quelques instants auparavant.

Et maintenant,
nous nous raccrochons chacun aux traces
de celui ou celle qui nous précède.
(Julien)





Le matin, il faut s'extraire de la chaleur du sac et sortir de l'abri précaire de la nuit.
(Christian)

Au bout de quelques jours, les gestes sont routiniers :
allumer les réchauds, faire fondre de la neige,
dégeler les chaussures, manger sur le pouce,
refaire les sacs, démonter les tentes,
au besoin en s'entraidant s'il y a trop de vent
et reprendre la route. (Christian)





Je crois que le dénuement arctique recrée le sentiment que la vie est sacrée.
(Delphine)



Si en plus de cela, on rajoute du rire, de la galère,
pleins d'expériences, une amitié, du fun, de l'inédit,
une découverte de soi et du monde qui nous entoure,
des réponses à des questions...
Voilà une recette parfaite pour une bonne aventure ! (Gaël)



Expés “Ski de rando” à Tignes, début novembre, avec logement cinq étoiles sur le parking des remontées mécaniques.
A nous la remière neige en peaux de phoque derrière Kilian Jornet ... (Dom)



Arrivés sur place, nous avons été accueillis par une couche de neige complètement vierge de plus d’un mètre, un brouillard épais, et de gros coups de vent !
Nous nous sommes rapidement rendus compte que nous avions été un chouïa optimistes dans la planification d’itinéraire ! (Jean-François)



«L'aventure n'est pas forcément un acte spectaculaire, mais plutôt un acte "extraordinaire", c'est-à-dire quelque chose qui nous pousse hors de notre façon habituelle de penser et de nous comporter. Quelque chose qui nous oblige à sortir du caisson de nos certitudes dans lequel nous agissons et réagissons de façon automatique.

L'aventure est un état d'esprit vis-à-vis de l'inconnu, une façon de concevoir notre existence comme un champ expérimental dans lequel nous sommes obligés de développer nos ressources intérieures, de gravir le chemin de l'évolution personnelle et d'assimiler les valeurs éthiques et morales dont nous avons besoin comme compagnons de voyage.» (Bertrand Piccard)





Ces moments de relâche font aussi partie de l'alpinisme. Ce sont eux qui scellent les amitiés.
 Nous finissons le saucisson calmement, en très fines tranches.
 C'est inouï combien, en de pareils moments,
 ces petits gestes de l'un qui coupe une fine tranche pour l'autre
 parlent. (Dom)





Ca fait quand même quelques fois que nous nous rendons à la cabane.
Elle reste paisiblement là, le long de ce lac plein d'inspiration, ...
Mais ce qui nous intéresse surtout dedans ce sont ces belles carpes qui passionnent
Luc, notre grand pêcheur. (Niels)



Un jour avec des potes une idée nous vient:
Vélo...Belgique...
Le tour de Belgique à vélo ! (Niels)



A la recherche du tombeau du géant sur la Semois...
C'est où ? (Max)



L'automne à Freyr, ...
c'est comme une pointe de sel
dans un tout bon chocolat (Dom)





Nous retrouver à trois dans les Vosges, sous tente et sur ce rocher rouge citrouille
comme dans les estampes chinoises,
c'était carrément fort ! (Dom)







Pendant 10 jours, nous avons écumé
les grandes voies et tours classiques
de l'Utah et du Nevada.
Magnifique périple plein de complicité,
j'avais son âge et les mêmes questions
lors de mon séjour de 3 ans aux US, il y a ... 25 ans.
(Dom)





On sent que tout se détend,
d'autant plus que le soleil revient et qu'un
magnifique coucher de soleil accompagne
notre repas sur la berge.

Pendant la nuit, nous entendrons des loups
se répondre de part et d'autre du lac. (Dom)



Les langues se délient,
l'humour devient cinglant
mais surtout les regards s'approfondissent.
(Dom)

Le début d'une longue série d'expés
pour moi ! (Cyril)







On se couche sur le sol et c'est tout une danse qui se fait au dessus de nous. On est super heureux. Nous sommes en train d'assister aux toutes premières "Northern Lights" de la saison. (Arthur)



En 1940, ma grand-mère part à l'inconnu, sur les routes de France, de Bruxelles à Saint Jean d'Angély, fuyant l'occupant, avec toute sa famille et ma maman dans son ventre.
En février 2015, je pars à l'inconnu, sur les traces de ma grand-mère, avec toute ma famille, à vélo. (Anne)

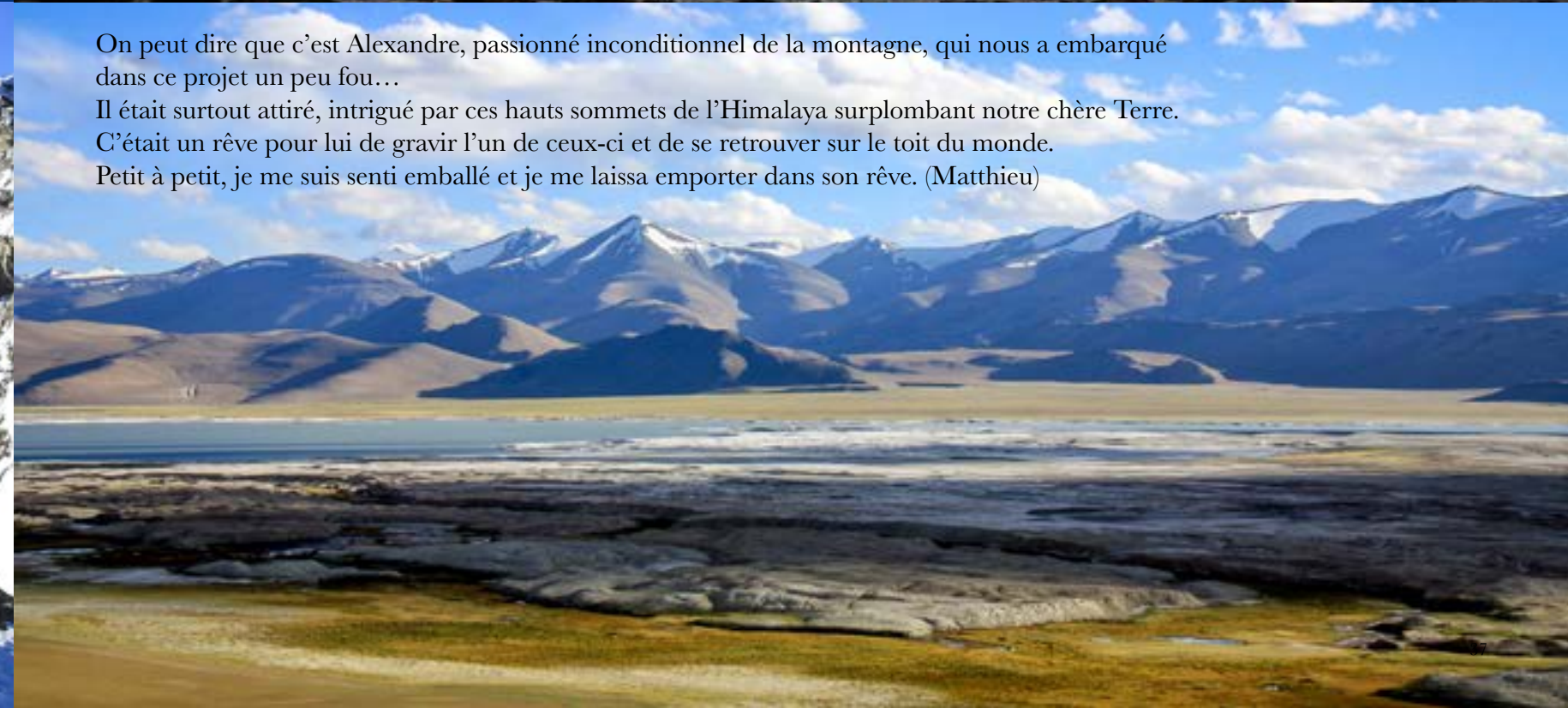


Jephan a raison. L'inconnu demande du temps.
Le temps de ne pas savoir.
De ne pas chercher à savoir.
De laisser l'espace se déployer, plutôt que de le fendre.
Le temps de se perdre et d'osciller. D'appriivoiser. (Anne)



Avez-vous déjà vu des montagnes jaunes oranges ou même rouges ?
 Avez-vous déjà vu des fumerolles, plus puantes les unes que l'autre ?
 Avez-vous déjà vu des bains chauds naturels et de l'eau bouillante qui sort de la terre ?
 He bien n'attendez plus, foncez vers ce pays, l'Islande, qui ne laisse personne indifférent ! (Pierre-Yves)





On peut dire que c'est Alexandre, passionné inconditionnel de la montagne, qui nous a embarqué dans ce projet un peu fou...
Il était surtout attiré, intrigué par ces hauts sommets de l'Himalaya surplombant notre chère Terre. C'était un rêve pour lui de gravir l'un de ceux-ci et de se retrouver sur le toit du monde. Petit à petit, je me suis senti emballé et je me lascia emporter dans son rêve. (Matthieu)



Terre brulée aux vents, des landes de pierres, l'Irlande nous a attiré pour chercher un goût de meilleur.

Quelques parties de pouce en l'air et nous voilà aux pieds des falaises... ou plutôt au sommet car celles-ci plongent sous nos pieds jusqu'à 200 mètres plus bas où elles se fondent dans l'océan. (Mathilde)



Traverser ces grands espaces en solitaire était une expérience propice au dépassement de soi ainsi qu'une belle occasion de « se retrouver ». (Jean-François)



LES MIDGES. Ces créatures de $\pm 2\text{mm}$ vivent en groupe dans les marais Ecossais. Elles vivent en nuage et sont attirés par la chaleur. Nos actions dépendaient des midges et donc du vent. Dès que le vent se lève, on ne voit des midges nulle part, occasion idéale de faire une pause par exemple. Une fois que le vent tombe et qu'il ne pleut pas, mieux vaut être en mouvement ou dans sa tente. (Raphaël)



Cette semaine conclue par l'ascension de la « Devies- Gervasutti » en face nord d'Ailefroide, dans les Ecrins. Cette “grande voie” est un peu l'aboutissement d'une série de rencontres avec des amis, et un guide, un ami, Bruno.

Le rocher je l'ai touché pour la première fois il y a un peu plus de 30 ans sur les blocs à côté de la maison près de Fontainebleau. Immédiatement j'ai ressenti le plaisir du geste et de l'outdoor. Et puis la corde, la découverte de petits itinéraires dans les aiguilles rouges lors de mon premier stage ucpa à 17 ans. Fierté et émerveillement ! Ensuite le tunnel des études, et en bout de tunnel la rencontre avec Dom, l'expérience marquante au Yosemite, l'achat de la première Goretex avec mon premier salaire ... Après un peu d'apprentissage chaotique, quelques projets réalisés avec des amis puis une pause de plusieurs années, je rencontre par hasard Bruno lors d'une course collective aux Rouies en été 2006.

J'avais déjà grimpé quelques fois avec un guide à Chamonix, mais lors de notre première sortie ensemble à l'Olan, pour la première fois je sens passer un truc à travers la corde. C'est forcément difficile à décrire, mais c'est comme si on me guidait avec confiance pour ouvrir une porte et regarder l'activité avec de nouveaux yeux. La montagne cesse alors d'être un obstacle à franchir pour devenir un monde à comprendre, et j'ai rencontré un pédagogue qui me fait confiance. Apprendre est un processus long, d'autant plus que ma pratique est limitée à quelques jours dans l'année, mais l'expérience s'enrichit des projets variés que me propose Bruno. J'y découvre mes possibilités, mes limites.

Au relais, en assurant, je suis le spectateur attentif de l'escalade de Bruno, ... impressionné, me disant parfois que dans quelques minutes c'est à mon tour ... (Sébastien)

Nous avons déjà bien écumé les sites incontournables du Viet Nam : les montagnes de Sapa, les pics brumeux de la Baie de Ha Long, les sites d’Histoire et ceux « à voir absolument », les pagodes et les temples, le nord, le centre et le sud, les méandres végétaux du Delta du Mékong... Nous avons déjà bien fouiné autour et alentour Ha Noi.

Pour cette pause de printemps, nous cherchions à marcher. Nous rechercherions aussi, disons, une densité - donc une lenteur-, et une dose de vrai dialogue avec les paysages. C’est sur conseil d’amis (de ceux qui n’en finissent pas de déguster les coins perdus) que nous avons embarqué nos sacs-à-dos en direction de Pu Luong, cette réserve naturelle encore peu connue. (Jérôme)

Au départ, toujours :
Le poids d’un sac.

Ensuite, souvent, cette séquence :
Une question,
Une ouverture,
Une inspiration - l’air pénètre dans le corps-,

Puis,
Un premier pas.

On dit « s’engager » sur un sentier. (Jérôme)

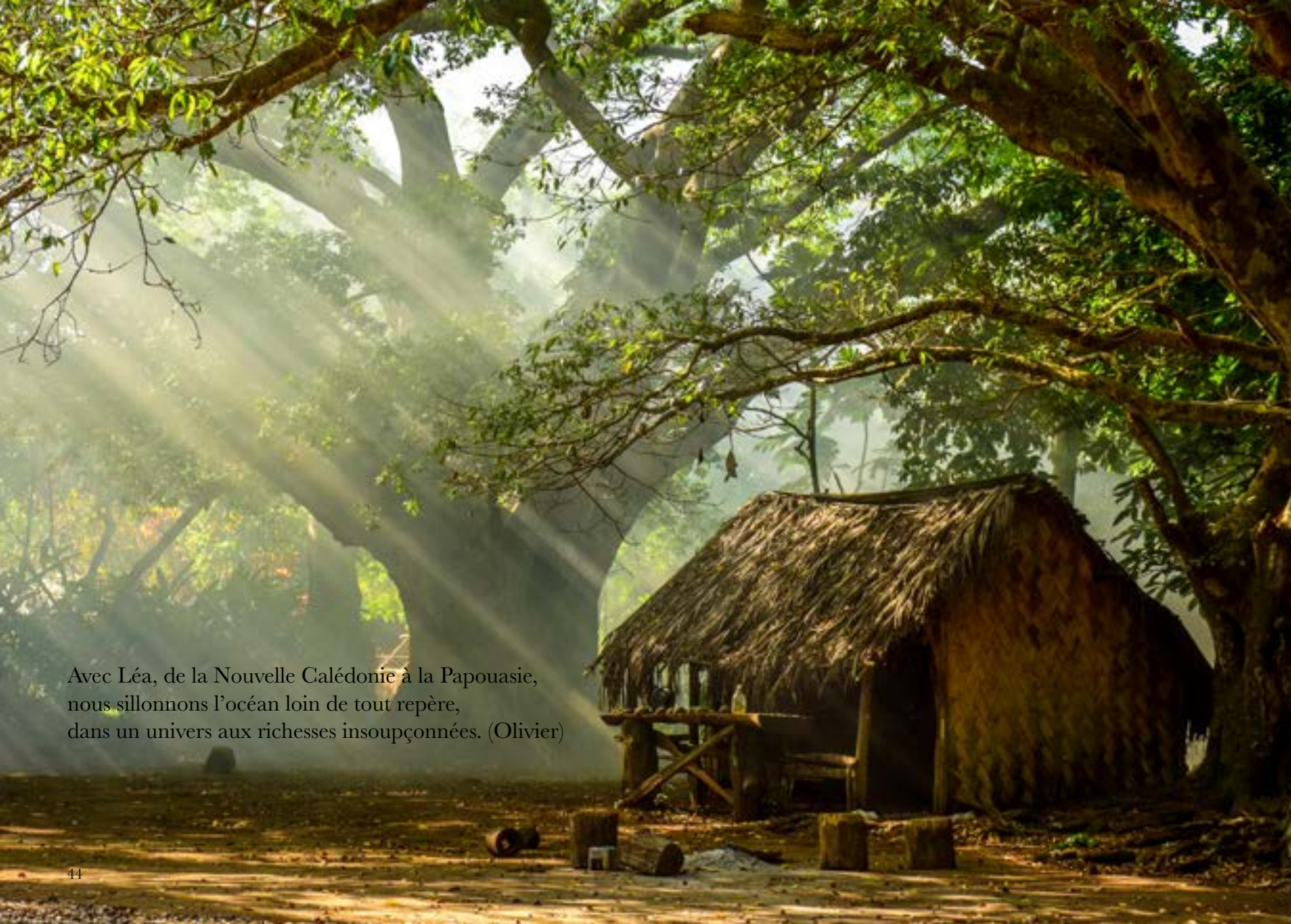


Carré de chocolat. Je lui montre la voie normale qui serpente en fond de combe. Puis je regarde cette arête Nord Est.
—« Marcel, how do you feel with that ridge ? »
- « Good. Very Good.»
— « Let’s do it ! ».
Un bel instant, ou la confiance est partagée. Une magnifique arête.

Il est 08.00 et nous sommes seuls sur la montagne. Vraiment seuls. Pas de vent. Ciel bleu.
Peu importe la fatigue, toujours pas un mot, il suffit d’écouter la corde : elle fait pression sur les tripes. Quelques présences humaines, mais très bas, très loin et sur d’autres montagnes. On est seuls !
Deux mercis, chocolat, mots inutiles et banals, photos. Nous sommes seuls sur le toit de notre monde.

Il est 15.00. Nous mettons pied sur la moraine. Congratulations et réelle fin de course.
C’était bien. Pas besoin de mot. Tout est là-dedans, au creux du crâne et des tripes.
(Quentin)





Avec Léa, de la Nouvelle Calédonie à la Papouasie,
nous sillonnons l'océan loin de tout repère,
dans un univers aux richesses insoupçonnées. (Olivier)



Crédits photographiques :

- Alexis De Knoop : p. 1
- Benoît Gombault : p. 8, 28, 29, 48
- Guillaume Funck : p. 4, 6, 7, 14, 17, 18, 19, 21
- Didier Clerbeaux & Jean-François Berleur : p. 9, 10, 11
- Dominique Olbrechts : p. 11,
- Geoffroy De Schutter : p. 11, 12, 14
- Raphaël Janssens : p. 13
- Jean-François Macq: p. 15, 39
- Mathilde Funck: p. 16
- Niel De Schutter : p. 20, 21
- Maximilien Regout : p. 21
- Dominique Snyers : p. 22, 23, 26, 27, 28
- Armand de Lhoneux : p. 23, 45
- Mathieu Chables : p. 29
- Martin Philippart : p. 29
- Pierre Verstraeten : p. 29, 36, 37
- Ségolène Blondel : p. 30
- Arthur Fievet : p. 32
- Anne Versaille : p. 33
- Pierre-Yves Victor : p. 34
- Gaëtan Seny : p. 34
- Rodolphe van Hövel : p. 35
- Alexandre Quintart : p. 36
- Mathilde Funck : p. 38
- Raphaël Herinckx : p. 40
- Sébastien Megnin : p. 41
- Jérôme Meessen : p. 42
- Quentin Moreau : p. 43
- Olivier Snyers : p. 44

Merci à tous ceux qui ont contribué à la réalisation de ce carnet, en particulier Pierre Verstraeten mais aussi Pierre-Yves Victor, Anne Versailles, Max Regout, Guillaume Funck, Jérôme Meeseen, Geoffroy De Schutter, Mathieu Chable, Geoffroy Wolters, Arthur Fievet, Marguerite Eyben. Un merci particulier aussi à Emilie Hamoir (Ciacocom) et Apou Agraff pour les conseils de mise en page et d’utilisation de In Design.

Editeur responsable: Dominique Snyers

Lieux et micro sites d’où sont issus les extraits :

- Norvège - www.capexpe.org/norvege2015 : p. 1, 31
- Chamonix - www.capexpe.org/chamonix2015 : p. 4, 15, 17, 18, 19
- Queyras, France - www.capexpe.org/nouvelanenaltitude : p. 5, 6
- Sylarna, Suède - www.capexpe.org/sylarna2015 : p. 48, 8
- Sarek - Suède - www.capexpe.org/sarek2015
www.capexpe.org/sarek2014 : p. 9, 10, 11, 12, 14
- Jottunheimen, Norvège - www.capexpe.org/jotunheimen2015 : p. 13
- Tignes, France - www.capexpe.org/lesclochardsdetignes : p. 14
- Jura, France - <http://www.capexpe.org/jura2015> : p. 15
- Jalhay, Belgique - www.capexpe.org/lacabane: p. 20
- Ardennes, Belgique - www.capexpe.org/lexamenvelos : p. 21
- Bretagne, France - www.capexpe.org/bretagne2015 : p. 22
- Haute Savoie, France - Petit Bargy : p. 22
- Vosges, France - www.capexpe.org/windstein2015 : p. 22
- Pyrénées, France - <http://www.capexpe.org/pyrenees2014> : p. 22, 39, 45
- Utah, Californie - www.capexpe.org/utah2015 : p. 22, 26, 27
- Quebec, Canada - www.capexpe.org/ontario2015 : p. 28, 29
- Laponie, Suède - www.capexpe.org/packraftlaponie2015 : p. 30
- Lofoten, Norvège - www.capexpe.org/norway2015 : p. 32
- Islande - www.capexpe.org/passeportexpe2015 : p. 34, 35
- Ladakh - www.capexpe.org/ladakh2015 : p. 36, 37
- Irlande - www.capexpe.org/irlande2015 : p. 38
- Ecosse - www.capexpe.org/highlands2015 : p. 40
- Parc National des Ecrins, France - www.capexpe.org/ailefroide2015 : p. 41
- Vietnam - www.capexpe.org/vietnam : p. 42
- Mongolie - www.capexpe.org/paradisetcinqsaints : p. 43
- Nouvelle Calédonie et Papouasie : p. 44



Contact : info@capexpe.org
www.capexpe.org