

PARCOURS NOTTURNO

étape 1

Une heure au coeur du Parc du Mont Avic, c'est une grande émotion.

Marcher dans une forêt la nuit, c'est vraiment spécial. A chaque fois, vous trouverez quelque chose de nouveau et de surprenant. Suivez les flèches sur les pierres, sur l'écorce des troncs, elles seront votre guide. Cherchez les 15 étapes avec votre lampe de poche, aiguiser votre vue et votre ouïe. Photographiez le Qr-code que vous trouverez à chaque étape pour plonger dans une expérience sensorielle intense. Ne vous écartez pas du chemin balisé. C'est une promenade facile pleine d'émotions, qui vous amènera à découvrir la nature dans l'obscurité de la nuit.

Savez-vous pourquoi on parle de forêt « enchantée » ? Parce que quand la nuit tombe les couleurs disparaissent et toutes les choses que je vais vous montrer apparaissent.

étape 2

Gardez votre lampe de poche éteinte pour habituer vos yeux à l'obscurité et tournez lentement vers la gauche. Observez les silhouettes des montagnes, des arbres, des maisons. Ils ont perdu en profondeur, on ne voit ni détails ni couleurs, comme s'il s'agissait d'éléments d'une scène de théâtre : la nature la nuit. Voyez-vous les lumières du fond de la vallée ? Ce sont celles de Champdepraz et de Montjovet. En levant un peu les yeux, vous apercevez deux sommets jumeaux : Becca Torché et Corno del Lago et, entre les deux, le profil net du Col Dondeuil, autrefois voie de communication importante avec les territoires Walser. Tournez votre regard un peu plus vers la droite et regardez devant vous la pointe arrondie de la Becca di Nona. Autrefois, le soleil et ses ombres servaient à mesurer le temps. Les noms de certains sommets alpins font référence à cette ancienne fonction comme justement la Becca di Nona : leur position vue du village de référence coïncide avec celle du soleil à midi.

Restez dans le noir et marchez jusqu'au point 3 : ici c'est facile, les traces des roues sur le chemin sont bien visibles et vous guideront.

étape 3

La flèche du Mont Avic est devant vous, regardez-la bien, elle a une forme unique qui vous accompagnera tout au long du parcours. Essayez maintenant de faire une petite expérience, un jeu : prenez le pic comme référence et identifiez une étoile. Choisissez-la très lumineuse afin de la reconnaître plus tard, lorsque nous reviendrons sur le sujet. Faites attention, s'il a un léger scintillement c'est une étoile, sinon c'est une planète et pour notre expérience ce n'est pas bon. Il est temps de rallumer votre lampe de poche. Trois cents mètres plus loin, le chemin bifurque : notre itinéraire poursuit sur la gauche en pénétrant dans le bois. Allons voir.

étape 4

Nos nuits sont toujours accompagnées d'une source lumineuse. Nous avons un peu perdu l'habitude des ténèbres. C'est pourquoi nous sommes ici maintenant : pour essayer de nous familiariser avec quelque chose qui nous appartient très peu, la nuit dans les bois. Le meilleur moyen est de garder tous les sens en éveil, de saisir chaque détail. Des bruits comme les cris d'animaux, nos propres pas, chaque éclat des étoiles aux reflets de l'eau. Nous percevons tout différemment si nous étions ici pendant la journée. Essayez d'observer l'endroit où vous

vous trouvez avec la lampe de poche allumée : votre regard est capté par un seul point, tout le reste apparaît sombre. Tandis qu'avec la lampe de poche éteinte, les yeux ont tendance à s'adapter et à capturer des détails partout.

Continuez sur le chemin avec la lampe de poche allumée, jusqu'à un gros rocher spécial.

étape 5

Ici, vous êtes dans un endroit un peu magique : je vais vous montrer quelque chose de spécial, je ne sais pas si c'est bien ou c'est mal, mais... vous savez que depuis toujours les bois sont fréquentés par des êtres étranges. Levez lentement votre lampe de poche sur le rocher, remontez jusqu'au creux. Soyez silencieux pour ne pas déranger. Il y a une cachette. Dans d'autres bois comme celui-ci on raconte la présence de ces créatures timides et réservées. Autrefois elles étaient plus nombreuses, puis les hommes sont arrivés, en grand nombre et pleins de besoins, au point de forcer le petit peuple à se retirer dans les recoins les plus cachés, loin de leur vue. C'est pourquoi on ne les voit jamais. Elles travaillent la nuit, vivent dans des grottes et sous terre, dans les poutres des granges, protègent les cultures et le bétail.

C'est un bel endroit, la forêt, encore capable d'enchanter et de fasciner, surtout la nuit. Et ainsi, entre l'apparition et la disparition d'une fouine, le bruissement des feuilles mues par un coup de vent, le bruit de petits pas, il est possible que l'imagination et la fantaisie vous permettent d'entrevoir quelque chose. Ces créatures sont très susceptibles et il faut éviter d'en parler trop souvent. Alors je vais vous dire à voix basse : je crois que ces êtres bons et travailleurs, gardiens des trésors que la nature nous a donnés, sont très, très heureux de vivre dans le Parc du Mont Avic.

étape 6

Il y a certainement un pierrier ici. Cherchez-le ! Il devrait être là sur votre droite. Arrêtez le faisceau lumineux sur les pierres et observez comme elles sont pleines de charme avec leurs lichens crustacés et jaunes qui dans l'obscurité, éclairés uniquement par la torche, apparaissent presque phosphorescents. De cette façon, les rochers perdent toute leur profondeur et deviennent presque une peinture, un dessin fait d'éclaboussures de couleurs et de formes abstraites. Le jour, c'est un pierrier quelconque, maintenant c'est une merveille de la nature à découvrir.

étape 7

Éteignez toutes les sources de lumière afin que la cascade apparaisse progressivement à vos yeux, au fur et à mesure qu'ils s'habituent à l'obscurité. Sur votre gauche et sur la majeure partie du chemin que vous suivez, le torrent Chalamy vous accompagne avec une succession de rapides, de vasques plus ou moins profondes, de cascades. Au fur et à mesure que l'itinéraire change, les sons que produit l'eau en tombant et en descendant vers la vallée varient. Voici un joli balcon herbeux d'où vous pouvez observer la cascade. Si vos yeux s'y habituent, vous devriez commencer à apercevoir la mousse avec toutes ses bulles blanches. Attendez un instant avant de rallumer la torche, regardez autour de vous : les profils des conifères se détachent nettement sur le ciel étoilé. Plongés dans l'obscurité, écoutez le rugissement de l'eau plongeant dans la vasque en contrebas. Il semble amplifié dans l'obscurité de la nuit.

étape 8

La rencontre avec un animal la nuit est fascinante et surprenante, mais elle n'est pas évidente. Ne bougez pas, ne parlez pas. Sous la pleine lune, vous pouvez même vous passer d'une lampe de poche. Écoutez, dans le silence vous pouvez entendre les cris des animaux, vous pouvez sentir leur présence : des pas, des bruissements, des battements d'ailes qui suggèrent le mouvement, la direction, et vous pouvez espérer apercevoir parmi les arbres, l'herbe, les rochers, un silhouette sombre.

Le renard est très timide. Il ressemble à un chien de taille moyenne et émet des cris semblables à des aboiements, surtout pendant la saison des amours. Il rôde agile et furtif toute la nuit, à la recherche de nourriture.

Le mulot sylvestre entre dans une activité frénétique à la tombée de la nuit. Il est facile de percevoir ses mouvements rapides et ses bruissements au milieu de la végétation, ou de le voir grimper aux arbres. Les fouines et les martres sont très agiles, avec leur corps allongé et leurs pattes courtes. Ce sont de petits chasseurs carnivores mais, comme les renards, eux aussi mangent ce qu'ils trouvent : œufs, baies, selon la saison. Maintenant, accroupissez-vous en silence et levez les yeux ; vous verrez peut-être une chouette de Tengmalm voler de branche en branche à la recherche de petits oiseaux et de mammifères, ou perchée sur une branche en chantant. Un chant unique : cinq, six notes émises en succession rapide. Les strophes se répètent, même en très longues séries, surtout en hiver et au printemps. Et encore des lièvres, des cerfs et des chevreuils.

Mais maintenant concentrez-vous, écoutez la nature, en silence, pendant quelques minutes avant de continuer.

étape 9

Le bois est traversé ou même juste touché par une multitude de petits ruisseaux. Ils filtrent du sol, de la roche. Ici, devant vous, voici un petit bassin d'eau transparente. Il provient d'un ruisseau qui jaillit à proximité. On entend aussi le bruit. Cherchez-le avec votre lampe de poche, puis dirigez le faisceau lumineux vers la surface de l'eau. Attendez et regardez attentivement, la lumière pourrait attirer les insectes aquatiques ou les petits amphibiens qui vivent ici.

Observez ce spectacle, c'est la vie laborieuse, silencieuse, presque invisible de la nature qui nous entoure.

étape 10

De là, vous pouvez écouter très clairement les bruits énergiques et vifs de l'eau : le torrent, le ruissellement de la roche. Pendant la journée, sous le soleil, notre attention est attirée par une multitude de choses et souvent les bruits de l'eau qui coule sans arrêt se perdent. Le regard court vite sur la multitude d'aspects de la nature. La nuit, l'ouïe compense l'absence de vue et en est amplifiée. Utilisez la lampe de poche pour balayer le torrent, dirigez le faisceau lumineux dans l'eau et observez à quel point elle est claire. Regardez aussi ce gros rocher lisse et couvert de mousse. Le faisceau lumineux nous permet d'observer un à un les détails de l'environnement qui nous entoure, uniquement ceux que nous décidons d'éclairer. Et c'est pour cela qu'ils nous semblent si différents : jour/nuit, lumière allumée/éteinte. Ne reprenez pas le chemin là où vous l'avez laissé mais suivez les flèches pour continuer.

étape 11

Le ruisseau Chalamy, vu de nuit depuis ce point, est magnifique. Éclairez le pont, l'eau qui coule entre les rochers puis éteignez tout. Observez l'imposant Mont Avic, encadré par les arbres. Écoutez le fracas du torrent en fond sonore.

étape 12

C'est un bon endroit pour se détendre. Restez ici un instant : en marchant avec la lampe torche allumée, vos yeux suivent le faisceau de lumière sur le chemin mais si vous éteignez la source lumineuse, votre regard monte automatiquement vers le ciel : que d'étoiles au-dessus de nous ! Au fur et à mesure que les yeux s'habituent à l'obscurité, vous en comptez toujours plus. Il y en a cent milliards dans notre galaxie, dont la plupart ne sont pas visibles car trop petites ou trop éloignées. Celles qu'on peut voir à l'œil nu, dans le noir, au cœur des montagnes, sont environ trois mille, en ville beaucoup moins. Profitez de ce spectacle. Il arrive si rarement d'être dans un endroit comme celui-ci !

Les étoiles brillent et, si elles émettaient des sons, imaginez-vous quel concert ? Elles brillent parce qu'elles émettent de la lumière et de la chaleur, tout comme le soleil. Leur lumière vient de très loin et est détournée irrégulièrement le long de son chemin. Les planètes, en revanche, n'émettent pas leur propre lumière mais ce que vous voyez est la lumière réfléchi du soleil qui les éclaire à son tour.

étape 13

Trouvez un endroit confortable et éteignez la lampe de poche. Ici la vue est belle et vaste. Vous ne pouvez pas voir jusqu'à l'horizon, mais une grande partie du ciel quand même. Le Mont Avic est parfaitement visible.

C'est comme si vous aviez un immense dôme au-dessus de vous avec plein de lumières qui brillent au plafond. Le ciel est un espace sans limites. Les étoiles que vous voyez sont celles qui font partie de notre galaxie, en forme de spirale, d'un diamètre de 100 000 années-lumière. Cette bande aux bords flous qui traverse le ciel au-dessus de votre tête est la Voie Lactée. Les Grecs aimaient à penser que cette traînée était formée par une goutte de lait sortie du sein de Junon pendant qu'elle allaitait Hercule. Pour vaincre la peur des dangers de la nuit, nos ancêtres ont transporté quelque chose de familier dans le ciel, qui leur tenait compagnie jusqu'au lever du soleil, en reliant quelques-unes des milliers d'étoiles visibles pour former de curieux dessins. L'identification des étoiles dans le ciel était essentielle pour l'orientation. Il n'y avait pas de boussoles, et les anciens avaient identifié des groupements formant des figures stylisées grâce auxquelles on pouvait facilement repérer, par exemple, l'étoile polaire. Elle est assez isolée et se situe dans une zone du ciel dépourvue d'étoiles brillantes. Elle a été utilisée pour reconnaître la direction du Nord de la Terre. La Grande Ourse et Cassiopée sont visibles depuis notre latitude à tout moment de l'année. La Grande Ourse, dite aussi "grande casserole", a quatre étoiles formant la casserole et trois le manche. La distance entre les deux dernières étoiles de la casserole multipliée par 5 conduit à l'Étoile Polaire. Cassiopée est encore plus facile à trouver grâce à ses 5 étoiles principales plutôt brillantes en forme de double V ou de M selon l'orientation. Elle est située au milieu de la Voie Lactée et sa position au firmament par rapport à l'Étoile Polaire est opposée à celle de la Grande Ourse. C'est le moment de retrouver votre étoile, celle que vous avez choisie au début de la promenade, et de voir jusqu'où elle s'est déplacée par rapport à avant. Si vous avez bien identifié les points de

référence, vous pouvez facilement le voir. Les astres, comme le soleil, ne suivent qu'une orbite apparente, c'est la terre qui tourne.

étape 14

Quittez le chemin et rejoignez la clairière. Faisons une halte, pensez seulement à où vous êtes maintenant. Avec un peu de patience, pendant la saison chaude, vous pourrez voir le passage rapide des papillons de nuit à travers le faisceau lumineux de la torche et entendre le chant des grillons et des sauterelles.

étape 15

Continuez à marcher, vous entrez dans le hameau de Ville. Je vous ramène au parking. Eclairez les maisons de pierre, les balcons de bois à la torche : ce sont les détails architecturaux d'un village typique de montagne. A l'extrême droite, un vieux four en pierre aux murs encore noircis par la fumée du bois. Pour la cuisson du pain autrefois les forces de tout le village s'unissaient et à chaque fois c'était une grande fête. Ce n'est qu'un coin de ciel, un coin de forêt, un coin du grand parc du Mont Avic qui reste ici, gardant ses trésors qui sont maintenant un peu les vôtres aussi.