

## SOUVENIRS DE VOYAGE: Lise nous raconte le Maroc



Lise Chaussé, N.D. une québécoise diplômée en naturopathie (ADNQ) et chroniqueuse «Santé» a visité le Maroc entre le 6 juin et le 6 juillet 2003. Ce fut le coup de foudre ! Et de retours au Canada, elle ne rêve que d'une chose : Y retourner pour refaire son périple ! En attendant,

elle a bien voulu partager, avec nos lecteurs, sa vision du Maroc.

### Témoignage :

En juin dernier, dans le cadre d'un échange professionnel, j'ai eu l'immense bonheur de visiter le Maroc, un pays magnifique où j'ai fait de belles découvertes, lesquelles je désire partager avec vous.

Le Maroc est le pays de l'extrême couchant. Tout en conservant son identité berbère, il appartient à la fois au monde arabe et à la fois au monde musulman, et ce, depuis le début du huitième siècle (700-710). Grâce à son histoire vieille de trois mille ans, à sa culture et à ses ethnies ancestrales, cette nation possède une grande richesse culturelle.

Situé au Nord-ouest du continent africain, le Maroc est baigné aussi bien par l'océan atlantique que par la méditerranée; sur plus de 3500 Kms de côtes. C'est un pays avec une topographie fort contrastée, allant des plaines côtières très fertiles, où on cultive les fameuses clémentines, jusqu'au Sahara, (ce plus vaste désert du monde) tout en passant par l'imposant ensemble montagneux : l'Atlas !

De point de vue climatique, le Maroc subit, en été, l'influence de la zone aride chaude, tandis qu'en hiver, le climat est beaucoup plus doux, sauf en région montagneuse.

### Culture et traditions marocaines

Manger avec la main droite est une pratique courante au Maroc. Je l'ai moi-même expérimentée et je dois avouer que la nourriture paraît de meilleur goût.

Pour les plus réticents, les ustensiles sont aussi permis.

J'ai également apprécié le thé à la menthe, ce breuvage consommé chaud après le repas, et surtout la sieste, qui a lieu après le déjeuner.



Lise sur la plage d'Agadir

Et cet appel à la prière qui a lieu cinq fois par jour! Lancé du haut d'un minaret par un Muezzin, cet appel invite les fidèles aux prières quotidiennes formant l'un des cinq piliers de l'islam. À propos de religion, l'islam sunnite basé sur le Coran et la Sunna (habitudes et paroles du prophète) est la religion officielle du Maroc.

En ce qui concerne la langue, le français est couramment parlé par de nombreux Marocains; ce qui permet aux touristes francophones de mieux communiquer. Cependant, la langue officielle est l'Arabe. Presque toute la population parle cette langue. Le français demeure l'héritage du Protectorat, tandis que l'arabe est utilisé dans la vie de tous les jours. D'ailleurs, j'ai remarqué que les panneaux routiers ainsi que les affiches dans les différents services administratifs sont souvent bilingues.

Pour ce qui a trait à la tenue vestimentaire, dans les quartiers plus traditionnels et à la campagne, il faut éviter de porter des tenues trop légères. Les jupes courtes, les vêtements qui dénudent les épaules ou la poitrine peuvent risquer de choquer les Marocains. Il est préférable de se vêtir décentement, de se fondre dans la foule, cela démontre un certain respect. Les vêtements traditionnels reflètent la région d'origine ainsi que le statut social de celui qui les porte. Par exemple, les femmes berbères se drapent dans des pièces de tissu rectangulaires retenues par des fibules et une ceinture. Leurs bijoux sont en argent parfois mêlés de corail et d'ambre. Ces colliers semblent très lourds à porter.

Il ne faut pas passer sous silence la cuisine marocaine qui est si délicieuse! Dans un décor digne des *Mille et Une Nuits*, j'ai pu déguster pastillas, salades de légumes, couscous et autres savoureuses spécialités. Une des spécialités est le tajine, ce plat est composé de poulet, d'agneau ou de veau, d'olives, de citrons confits parfumés à la coriandre, de cumin et de safran. C'est un plat qui doit mijoter longuement à l'étouffé.

La cuisine marocaine est une cuisine ensoleillée où les couleurs et les odeurs se mélangent au plus grand plaisir de ceux qui la savourent.

### Quelques attraits touristiques incontournables

De toutes les régions que j'ai visitées au Maroc, la région d'Agadir est celle où j'ai passé le plus de temps! Le nom Agadir signifie "grenier collectif de l'Atlas occidental". Cette jolie ville, que j'ai eu la chance d'habiter pendant quelques semaines, constitue, selon moi, l'endroit par excellence pour passer d'agréables vacances au soleil. Il paraît que cette ville est la plus grande station balnéaire du Maroc. C'est aussi de là, que partent toutes les routes du Sud.

Tout près d'Agadir, dans les monts du Haut Atlas, j'ai rencontré des paysans sédentaires berbères. Les Berbères sont les premiers habitants de l'Afrique du Nord. Si la population marocaine est en majorité arabophone, les deux tiers des Marocains sont d'origine berbère par leur culture ou par leur langue. À mon avis, ces gens sont très sympathiques et généreux. Leur accueil chaleureux vous met rapidement à l'aise. Chez le peuple marocain, l'hospitalité est toujours à l'honneur.

Parmi certains attraits touristiques à visiter, il y a le Haut Atlas qu'il faut absolument

escalader même s'il est difficile d'accès. Le Haut Atlas est le plus important massif de la chaîne montagneuse de l'Atlas et, par le fait même, le plus élevé de toute l'Afrique du Nord. Des plaines atlantiques jusqu'à la frontière algérienne, le Haut Atlas forme une barrière infranchissable de 800 km de long et, à certains endroits, large de 100 km. Ce mont est formé d'imposants massifs, dont l'altitude dépasse largement les 4000 mètres, de vallées encaissées, de plateaux rocaillieux et de canyons étroits et vertigineux. Il paraît que le Haut Atlas a joué un rôle déterminant dans l'histoire du Maroc.

Une autre façon de découvrir ce beau pays consiste à participer à l'une ou l'autre des excursions proposées dans chacune des villes. Parmi celles-ci, il y a une visite de l'imposante cité arabo-berbère nommée Marrakech. Cette visite vaut vraiment le détour. Marrakech est située à la croisée du Sahara et de l'Atlas. Elle possède une histoire extrêmement riche. Dans cette ville magnifique, il faut visiter les jardins des roses, la Koutoubia, la médina, les souks, l'herboristerie, la mosquée de la kasba, la porte Agna, les tombeaux saadiens et la place Jema el Fna.

Je vous recommande d'explorer la belle région de Tafraoute qui se situe à 143 km au sud d'Agadir. Faire un saut dans ce coin de pays, qui est à 1200 mètres d'altitude, au cœur d'une vallée de l'Anti-Atlas, c'est parcourir un des plus beaux circuits du Maroc. La beauté de ses paysages est à couper le souffle. On peut y voir, entre autres, des falaises de granit rose fascinantes, des amandiers ravissants et des palmeraies exubérantes. Cette région est celle des Amelns, la plus connue des six tribus de l'Anti-Atlas. À cet endroit majestueux, on peut aussi rencontrer des artisans fort habiles dans la fabrication des babouches.

Un arrêt s'impose également à Taroudant, une ville située à 80 Km d'Agadir. Cette cité est à la fois paisible tout en étant très animée. J'ai été impressionnée par ses imposants remparts de 7 Km de long. De couleur ocre, ces remparts cernent des vergers, orangeries et oliveraies. Taroudant a conservé le charme des villes marocaines d'antan. Ce fut la capitale de l'ancienne dynastie saadienne. Il faut s'arrêter



Tafraoute

aux souks de cette ville où plusieurs artisans façonnent magnifiquement le cuir, le cuivre et surtout l'argent.

Au Maroc, ce ne sont pas les divertissements qui manquent! Dans chaque ville, surtout en soirée, il est intéressant de vivre au rythme des nombreux spectacles, concerts et festivals. Cela nous permet de découvrir davantage les richesses de la culture marocaine. Pour les gens plus sportifs, notamment pour les golfeurs, il y a un très beau terrain de golf à Agadir. C'est un parcours de 27 trous de renommée internationale qui s'étend sur un superbe terrain vallonné où sont plantés eucalyptus, genêts, tamaris et palmiers.

Pour tous vos déplacements, la voiture demeure le meilleur moyen de transport, car plusieurs sites naturels ou historiques sont à l'écart des lignes de transport en commun. Vous verrez que les routes labas sont étroites, très courbées et souvent entourées de précipices. De plus, il est surprenant de voir qu'elles sont ouvertes à la fois aux autos, aux camions, aux vélos, aux ânes et aux piétons!

Les quatre semaines vécues au Maroc m'ont permis de m'évader dans un territoire rempli de beaux endroits à parcourir. J'ai découvert un pays où les traditions sont encore très présentes, mais où le désir de se moderniser prend de plus en plus de place. Bref, à travers ce texte, j'espère vous avoir donné le goût d'aller découvrir, à votre tour, ce majestueux Royaume.

En terminant, je désire remercier sincèrement le Dr. Ahmed Marouan de la polyclinique d'Agadir pour avoir rendu possible ce beau voyage. J'ai grandement apprécié son immense générosité, sa bonté et son professionnalisme tout au long de mon séjour. Mes remerciements vont également à Latifa, herboriste et directrice de *Solidaire Services* à Agadir (la maison d'Argan), pour sa gentillesse et pour le temps qu'elle m'a accordé.

### Le Haut Atlas vu de Marrakech

