

# Tour du Manaslu

3 - 20 Octobre 2019



Récit illustré

# Introduction

L'idée d'un trek au Népal germait dans la tête de certains depuis plusieurs années, d'autres avaient eu la chance de s'y rendre déjà il y a quelques années ou il y a près de 40 ans... d'autres enfin ont profité de l'occasion qui leur était proposée !

C'est ainsi que nous avons constitué un petit groupe d'amis de 7 personnes et décidé de faire le tour du Manaslu avec une pensée spéciale pour le huitième qui a dû déclarer forfait pour blessure à la cheville quelques semaines avant le départ.

Sur la recommandation d'un ami guide de haute montagne qui a une grande expérience des treks en Himalaya, et d'un autre ami guide très investi à l'École Nationale de Ski et d'Alpinisme de Chamonix (ENSA), nous avons pris contact directement avec l'agence TRINETRA dont Sunar, l'un des responsables, a été le premier guide népalais à être diplômé après avoir suivi pendant deux ans le cursus complet.

Ce choix s'est avéré particulièrement judicieux au vu de la qualité de l'accueil, de la compétence, de la réactivité, de l'efficacité et de la gentillesse de toute l'équipe. Nous avons pu apprécier également le soin qu'ils apportent à ce que leurs équipes travaillent dans des conditions respectueuses sociales et environnementales.

Nous les remercions très sincèrement pour ce merveilleux voyage dans ces montagnes de l'Himalaya qu'ils nous ont fait découvrir et dont il ont eu à coeur de nous faire partager la richesse de son histoire culturelle, religieuse et humaine.

Nous ne pouvons que recommander chaudement à tous ceux qui sont tentés de vivre une belle expérience humaine et sportive au coeur de ces montagnes de l'Himalaya de leur faire confiance !

JOUR 01 : 3 OCTOBRE 2019

## Paris

Le 2 octobre 2019, à 21H55 notre petit groupe d'amis se retrouve à Roissy pour prendre le vol Etihad Airways , Paris-Abu Dhabi, suivi du vol Abu Dhabi-Katmandou.

Arrivée à Katmandu à 16H00 heure locale, le 3 octobre. Accueil chaleureux à la sortie de l'aéroport - la procédure visa est très longue - par Harka de l'équipe Trinetra qui nous offre de splendides colliers de fleurs. On est immédiatement baignés dans le trafic des rues de Katmandu, assez oppressant après une nuit plus ou moins bonne dans nos deux avions.

Nous rencontrons notre guide Ganga, ainsi que Sunar, frère de Harka et guide de haute montagne, le premier Népalais (et peut-être le seul) à avoir suivi le cursus complet de guide de l'École de Haute Montagne de Chamonix.

Nuit au Holy Himalaya.

JOUR 02 : 4 OCTOBRE 2019

## Katmandu - Patan

Le matin nous visitons Katmandu depuis l'hôtel jusqu'à la fameuse place de Durbar Square. Plongée dans la ville avec ses nombreux temples, ses rues fourmillantes, ses embouteillages de motos, de voitures, de rickshaw...

A midi, après le déjeuner nous partons pour Patan dans la banlieue sud-ouest de Katmandu. Le bus nous laisse près de la «Durbar Square» de Patan, et va apporter nos bagages au Summit Hotel où nous dormirons.



Nous visitons cette splendide place ainsi que le musée établi dans l'ancien Palais Royal, très bien restauré après le séisme de 2015. Certains en profitent pour aller faire une grande balade pour visiter l'atelier de tapisserie de femmes tibétaines réfugiées à Patan. Le reste du groupe visite les rues autour de Durbar Square.

Après un thé/mojito bien agréable dans le jardin du Musée, nous allons rejoindre, à la nuit tombée, notre hôtel au travers d'un dédale de rues typiques.

Nous arrivons au Summit hotel, qui s'avère être très agréable et de grande classe. Diner barbecue sur une terrasse avant d'aller se coucher assez vite: fatigue du trajet + perspective de partir tôt le lendemain.

Cette journée libre sert à l'agence à établir les formalités et obtenir les permis pour le trek.

JOUR 03 : 5 OCTOBRE 2019

### **Patan – Arughat - Sothi 700m, environ 8H de route.**

Nous quittons le Summit Hotel vers 7H30 après un copieux petit-déjeuner.

Nous retrouvons Arka, notre guide Ganga accompagné par son assistant-guide, Indra, et deux de nos quatre porteurs.

Après une courte sortie de Patan et le passage bien embouteillé devant le point de départ de tous les bus publics, nous attaquons la montée du col sur la route de Pokhara pour sortir de la vallée de Katmandu. C'est le début de la grande fête népalaise «Dashain», et nos guides nous ont annoncé une route très encombrée de ce fait. Leur pronostic se révèle vérifié au-delà de tout ce qu'on pouvait imaginer : files ininterrompues de voiture, bus, cars, camions, motos des deux côtés de la route, embouteillages incroyables...

A un moment dans la redescente du col, notre chauffeur prend la file de montée pour doubler, et bien sûr se retrouve très vite face à un autre car qui montait ! Gros embouteillage avec des

voitures et notre car sur le bas-côté pour laisser la file montante... Après quelques temps d'un jeu de taquin au millimètre et sans excitation apparente, les choses rentrent dans l'ordre et nous reprenons notre route.

Nous quittons la «grande» route Katmandu-Pokhara avec plaisir, pour nous retrouver sur une route tournicotante allant vers notre destination du jour: «Sothi Khola».



Népal - Arughat

Après encore quatre heures de routes jusqu'à Arughat Bazar, et une fin de piste où la position 4x4 du bus est largement utilisée, nous arrivons à Sothi Khola dans notre premier Lodge, le Green Valley Lodge.

Petite ballade de fin d'après-midi sous quelques gouttes de pluie (essai des capes de pluie), nous permettant de nous acclimater à nos premiers ponts népalais.

Nous faisons la connaissance des deux derniers porteurs qui nous rejoignent à ce moment-là.

L'équipe est alors complète :

- Ganga, notre guide,
- Indra, son assistant,
- Tez, le chef des porteurs,
- Arun, Purna et Ome, les trois autres porteurs.

Toute l'équipe vient du même village gurung de Laprak, qui est un grand village 1400 m plus haut sur le versant de la montagne que nous longeons. Ils se connaissent bien et cela nous garantit qu'aucun d'entre eux ne fera défaut.

Après le dîner, nuit dans notre Lodge avec un bruit entêtant de la rivière Budhi Gandaki.



Népal - Sothi Khola, 05/10/19

JOUR 04 : 6 OCTOBRE 2019 (1ER JOUR DE MARCHÉ)

### **Sothi Khola – Khorlabesi 970m, environ 6H de marche**

Nous démarrons vers 7H45, après un petit déjeuner qui va devenir typique (plain ou apple pancakes, chappattis nature ou au fromage, Ginger tea, black tea ou black Coffee), nous suivons une large piste en rive gauche de la Budhi Gandaki.

Dès la sortie de Sothi Khola, nous assistons à une scène typique de la fête de Dashain, la mise à mort du cochon à la machette. Âmes sensibles s'abstenir !  
 La piste continue ensuite sans problème jusqu'à Machhakhola où nous nous arrêtons pour déjeuner, juste avant de passer le premier pont népalais du trek (il y en aura beaucoup !).

Sothi Khola, Nauli Khola, Machha Khola, ce sont des villages près de la rivière (Khola c'est la rivière). Ganga dit que les habitants ont souvent deux maisons, une près de la rivière pour faire les affaires et une au village plus haut dans la montagne, où les pentes sont plus propices à la culture (et le climat est peut-être meilleur aussi).

En contrebas de la piste, l'aménagement de l'entrée du pont piéton est le plus beau qu'on ait vu ; deux terrasses cimentées de part et d'autre de l'arrivée du pont de métal, avec des tables pour prendre le thé et le déjeuner, prolongées par deux grandes maisons perchées sur une marche, et entre les deux comme une place pavée qui se termine près de la piste par le fameux banc de pierre que les porteurs utilisent pour poser leur charge sans peine. Les câbles du pont sont intégrés dans des blocs de béton le long des maisons ; tout cela fait très bien construit. Deux petits enfants jouent au milieu avec des ballons de baudruche que des trekkers de passage leur ont donnés ; les ballons éclatent au grand dam des enfants, ambiance décontractée pour ce tout début de balade.



Séances d'aquarelles, en attendant le déjeuner, sur une terrasse baignée de soleil. On aperçoit les premiers sommets couverts de neige éternelle tout au fond de la vallée.

Après le déjeuner, et tout au long du chemin, nous rencontrons des étalages de viande fraîchement dépecée, présentés en petits tas homogènes d'une valeur de 1000 roupies. Ces tas seront ensuite répartis entre tous les villageois «actionnaires» de la bestiole.

En effet, on apprendra que plusieurs familles se groupent pour financer l'animal (veau, cochon...), le confient à une des familles pour le nourrir, et ensuite se partagent équitablement la viande lors de la fête de Dashain. La viande est conservée pendant environ 15 jours après avoir été fumée.



Au passage d'un torrent, des népalais étaient assis sur des pierres en nettoyant quelque chose... Certains du groupe verront que la «chose» est en fait une tête de vache fraîchement tranchée ! De quoi frapper les esprits.

On passe une coulée de boue énorme. C'est un pan de montagne qui a dévalé un peu au-dessus de la piste. On se demande comment c'est possible de maintenir une piste pour les véhicules lorsque chaque année à la mousson de telles masses dégringolent.



Arrivée ensuite à Khorlabesi où nous attend à l'entrée une splendide tête de Buddha sculptée sur un grand rocher, nous rejoignons notre Lodge «Shangri La», où après des douches revigorantes, nous avons un petit apéro à l'Arak libanais, avant un bon repas népalais.

Petite balade dans le village ; match de volley des villageois sur un terrain aménagé (l'armée occupe un hameau au-dessus

du village – ça doit aider) ; le chemin vers le village de Khorla qui se situe à 500 m au-dessus commence par un escalier vertigineux, le plus raide qu'on ait vu.

Les chambres sont assez rudimentaires, peuplées d'une faune bizarre, mais finalement on passe une très bonne nuit.

Dans chaque lodge, une microsociété s'organise avec des rôles bien définis : la famille de l'aubergiste, les guides, les porteurs, les trekkers. Les guides veillent à ce que leurs clients soient bien installés et soient servis à l'heure, ils aident aussi au service des repas. A chaque dîner, Ganga vient parler avec nous, du trek, de la vie autour du trek et de son village ; il parle un excellent français. Au fur et à mesure du trek il nous racontera plus en détail sa famille, ses deux enfants, son mariage, sa formation de guide - porteur, puis assistant guide puis guide -, son souhait de venir en France poursuivre sa formation, son rêve de voir la mer. Il dîne après nous avec son équipe, assistant guide et porteurs, en prenant toujours le même repas traditionnel de dal bhat. Dans plusieurs villages, les lodges forment un quartier séparé de celui des maisons des paysans. Ganga nous explique que les aubergistes louent les terrains à des propriétaires, et que les Gurung sont les plus entreprenants pour investir dans la construction de lodges. Il faut dire qu'on est chez eux ; leur ethnie est installée principalement dans les moyennes montagnes (1000 à 2000 m) situées dans les pentes du massif du Manaslu, entre la Budhi Gandaki et la Marsyangdi Nadi plus à l'ouest.

JOUR 05 : 7 OCTOBRE 2019 (2ÈME JOUR DE MARCHÉ)

### **Khorlabesi – Jagat 1370m, environ 6H de marche**

Au petit déjeuner, un des passants d'une des chaussures de Sylvie - chaussures toutes neuves achetées juste avant le trek - casse ! Branle-bas de combat pour une séance de couture par Sylvie puis Ganga, supervisée par le tenancier du Lodge. Ouf, le passant est opérationnel et tiendra tout le reste du trek.

Départ vers 8H15, nous entamons le chemin qui sera la règle jusqu'à la fin. Place aux sentiers, chemins empierrés ou escaliers, très fréquents sur le parcours.

La mousson récente a détruit les cheminements à plusieurs endroits, ce qui donne lieu à des passages plus ou moins acrobatiques (avec la rivière bouillonnante souvent quelques centaines de mètres en dessous de nous).

Nous passons un pont népalais assez abîmé. Ganga nous indique que ce sont les pierres tombant lors de la mousson qui les endommagent : contents de ne pas être dessous au moment

où elles tombent !

Nous remontons la vallée le long de la rivière bordée de parois très raides qui bloquent la vue au-dessus de nous.

Nous nous arrêtons rapidement à Tatopani où il y a des sources chaudes. Des robinets sortent de la paroi avec de l'eau plus ou moins chaude (l'un d'eux délivre de l'eau vraiment très chaude), pour le plus grand bonheur des habitants qui peuvent faire la lessive la vaisselle, ou encore se laver avec de l'eau chaude.

Après Tatopani, on monte tranquillement sur un chemin caillouteux pour atteindre le village de Dobhan et ensuite celui de Thula Dhungga où nous mangeons dans un Lodge très agréable. Déjeuner bienvenu après les 3 heures de montée du matin en «plat» népalais.

On repart à 13H10 en plein cagnard. Sur le chemin, soudainement Indra, l'aspirant-guide, pousse un grand cri et se jette dans les bras de Sylvie qui le suivait ; un énorme serpent vert venait de lui passer devant en travers du chemin ! Grosse frayeur de sa part !

Le reste du chemin se passe sans difficulté particulière, en empruntant une splendide passerelle nouvellement aménagée, le long d'une falaise, pour passer en surplomb le long de la rivière. Avec ce mélange de nature sauvage et de passage aménagé improbable, on se croirait dans un jeu vidéo. Le passage précédent était de l'autre côté en pleine falaise, mais avec une partie complètement dévastée par une précédente mousson.

Après ce passage, nous faisons une courte pause, et Bruno réalise qu'il a oublié sa polaire à l'arrêt du déjeuner.

Après quelques conciliabules, et un départ de Sylvie et Guy pour aller chercher la polaire, finalement Indra y va et ramènera la polaire.

Avant de retraverser la rivière, Ganga nous montre une petite vallée encaissée sur la droite ; un de ses amis est en train de dégager, bâtir, aménager un chemin pour permettre à des trekkeurs de rejoindre le camp de base du Ganesh Himal, principal sommet de 7000 m. Ces Gurungs sont des entrepreneurs tous azimuths.

Vraie journée de plat népalais, avec un nombre incalculable de montées et de descentes le long de la rivière, on finit la journée après 8 heures de marche en pilotage automatique jusqu'à Jagat où nous prenons nos quartiers dans un Lodge très sympathique, où nous sommes le seul groupe de touristes, avec nos guides et porteurs.

La lumière baisse, car il est déjà un peu tard quand nous arrivons, et les silhouettes des arbres se dessinent encore mieux sur la crête qui forme l'horizon au-dessus de nous. C'est curieux comme chacun de ces grands arbres semble avoir conquis une place unique sur la crête, éliminant les autres pour nous montrer leur forme élégante sur fond de ciel.

Très bon dîner et bonne nuit.



JOUR 06 : 8 OCTOBRE 2019 (3ÈME JOUR DE MARCHÉ)

### Jagat - Deng 1900m, environ 6H de marche

Nous démarrons vers 8H00 par la traversée du village de Jagat, qui est au début de la zone protégée du Manaslu ; un permis est exigé pour aller au-delà. Ganga nous explique que grâce à cette obligation de permis, le trek est moins fréquenté et moins polluant que ceux de l'Eve-rest et de l'Annapurna, et les Gurungs ont un quasi monopole pour les treks autour du Manaslu car ils fournissent l'essentiel des guides. Jagat est un très beau village pavé ; nous passons un magnifique «chorten» en passant bien sûr sur sa gauche.

A la sortie du village, nous traversons la Dudh Pokhari Khola sur un très beau pont népalais.

Après avoir traversé Salleri où l'armée est établie et Sirdibas, nous continuons à remonter la vallée avant de rejoindre Philim sur l'autre rive en passant sur un très grand pont népalais au-dessus de la Budhi Gandaki.



Comme Jagat, Salleri et Sirdibas, Philim est aussi un très beau village pavé avec beaucoup de vie locale. Des jeunes jouent au billard sous un préau (bonjour le portage!). C'est le dernier village gurung. Les pentes autour sont aménagées en terrasses pour les cultures; ça donne une idée des villages qui sont plus hauts dans la montagne.

Nous continuons en rive droite jusqu'à Ekle Bhatti. Déjeuner très revigorant après une matinée bien soutenue.

Après le déjeuner, une petite pluie nous fait repartir avec toutes les options possibles : pas de protection, sacs protégés, capes en place.; finalement la pluie sera de courte durée et peu intense, et elle sera la dernière du trek.

On continue ensuite le chemin, en entrant dans une forêt de pins d'Himalaya étalée au milieu

des embruns des rivières qui dévalent en chutes d'eau et qui fait penser à ces paysages chinois d'arbres, d'eau et de brumes ; puis on zigzague au fond de la gorge, près de la rivière grondante, entre rives gauche et droite par de courts ponts népalais.

C'est un passage de jungle inattendu, la chaleur et l'humidité se concentrant à cause de l'étroitesse de la gorge. C'est une transition entre le bas de la vallée et la haute vallée népalotibétaine au pied des hautes montagnes, un changement de monde.

150m de dénivelé restent à grimper pour rejoindre Deng, notre étape du soir. Nous arrivons à notre lodge «Shangri La» vers 16H45 après 7H30 de marche. Le lodge est tout en bois à deux niveaux, avec une cour au milieu ; belle ambiance, on se croirait dans un caravansérail sur la route de Marco Polo (qui passait plus au nord au Tibet).

Très bon diner avec des pizzas super ! Bonne nuit, avec réveils très tôt d'autres groupes de trekkeurs.

JOUR 07 : 9 OCTOBRE 2019 (4ÈME JOUR DE MARCHÉ)

### Deng – Namrung 2630m, environ 6H de marche

Lever vers 6H30 (même si on était déjà réveillés par les autres groupes). Ce réveil précoce nous permet d'admirer le lever de soleil sur une série de sommets à 6000m+, en particulier le Lapyang et le Lapchun Himal.

Dès la sortie de Deng, le chemin passe en rive droite en empruntant un pont népalais.

Au milieu du chemin, à nouveau dans une forêt-jungle, nous croisons deux très beaux singes «Lantelle», encore appelés «singes longue queue», avec un magnifique tour de tête blanc, des fesses blanches et un corps couleur grège.



La montée se poursuit en balcon au-dessus de la Budhi Gandaki, en traversant de jolis villages aux rues pavées (Rana, Bihi Phedi), jusqu'à Ghap où nous déjeunons dans un superbe lodge au soleil.



A plusieurs endroits le chemin passe par des passages assez gais au-dessus de la rivière Budhi Gandaki particulièrement tumultueuse à cet endroit. En longeant la rivière, le chemin monte plus directement mais il évite malheureusement les deux villages autochtones situés plus haut, Bihi et Prok; c'est peut-être mieux pour leur tranquillité ? Comme chez nous la population doit se demander s'il vaut mieux traverser le village ou le contourner...



A partir de Deng, les habitants des villages sont principalement d'origine tibétaine, on croise des femmes vêtues de tissus colorés sur une robe noire, des moineillons en uniforme. Une porte signale l'entrée de chaque village. Trois chortens posés sur la porte représentant les dieux de la puissance, de la compassion et de la connaissance qui protègent le village.

Pour plus de sûreté, dans les villages, il y a aussi des affiches pédagogiques qui expliquent aux habitants comment recourir aux dispensaires médicaux, y compris par des diagnostics à distance au téléphone !



Déjeuner à Ghap, sous les parasols dans une jolie cour protégée, où l'on accède par une porte décorée de peintures très colorées (dont un magnifique tigre).

Après le déjeuner, le chemin progresse dans le fond de la gorge à nouveau dans une ambiance quasi tropicale comme au démarrage du trek. Nous passons plusieurs ponts népalais avant une heure et demi de montée assez fatigante avec beaucoup d'escaliers et un 'raccourci' qui passe par une traversée de coulée de boue franchement vertigineuse au-dessus de la rivière..

Nous arrivons à notre étape, Namrung, et à notre lodge: «Namrung Guest House». Visite du village le soir, un hôtel luxueux construit l'année passée par un partenariat improbable entre un népal-tibétain et sa femme autrichienne, semble n'avoir pas encore trouvé son public, il est entièrement vide. A côté de notre lodge, une pâtisserie vend d'excellents gâteaux aux pommes à des prix quasiment occidentaux. Surprise pour accompagner ce dessert le soir, le guide Gurung du groupe français originaire d'Aime en Savoie, avec qui nous partageons la salle à manger, nous offre le génépi. Il travaille chaque été au refuge de la Salle, près de Samoëns.

JOUR 08 : 10 OCTOBRE 2019 (5ÈME JOUR DE MARCHE)

### Namrung - Shyala (3500m)

Au lever, découverte de sommets enneigés qui la veille étaient cachés par les nuages. Nous avons en particulier une vue superbe sur le Saula Himal à la frontière tibétaine.

Le chemin part en rive gauche, en balcon au-dessus de la rivière. Nous admirons tout au long du chemin de très belles fleurs, que ce soit dans les villages très fleuris - oeillets d'inde, cosmos, des buissons jaunes et oranges - ou des fleurs sauvages: asters, fleurs d'un bleu profond ressemblant à des delphiniums sauvages, et des petites fleurs blanches et jaunes.

Devant le monastère de Lihi, on croise trois enfants ravis de nous montrer qu'ils parlent anglais et leur habileté à lire une carte. Ils sont scolarisés à deux heures de marche plus haut dans la vallée, et sont pour l'instant en vacances. Nous passons un nouveau pont népalais sur la Hinang Khola, traversons le charmant village tibétain de Sho, avec un magnifique shorten à l'entrée, puis nous montons vers Lho où nous déjeunons dans un lodge avec terrasse au soleil. Lho est surplombé d'un beau temple tibétain, derrière lequel nous pouvons admirer enfin le Manaslu avant qu'il ne disparaisse dans les nuages de l'après-midi.



Redémarrage par une pente très raide pour accéder à ce temple tibétain que nous visitons. La pièce principale est magnifiquement décorée, mais sans personne car les moines sont en vacances à l'occasion d'une grande fête tibétaine pendant laquelle ils retournent chacun dans leur village d'origine. Dans la décoration du monastère, on retrouve la trinité bouddhiste, avec les peintures de trois bouddhas. Cette figure ternaire est apaisante, moins agressive qu'une divinité unique, très autoritaire, ou que celles de deux figures qui seraient vite rivales. On y trouve aussi la photo du lama et celle de l'enfant dans lequel il est réincarné et qui prendra sa succession.

Ensuite le chemin continue de progresser jusqu'à notre étape du soir: Shyala, où nous arrivons dans un lodge que nous sommes une fois encore les seuls à occuper.

Bonne douche revigorante et salle de dîner chauffée agréablement par un poêle à bois.

JOUR 09 : 11 OCTOBRE 2019 (6ÈME JOUR DE MARCHE)

### **Shyala - Glacier de Puygen 3900m - Sama Gaon 3400m, environ 6H de marche.**

Cette étape de Shyala est une variante sur le programme initial, proposée par notre guide Ganga. Elle s'est avérée particulièrement intéressante : premièrement car elle nous met aux premières loges pour admirer le lever de soleil sur le Manaslu (grandiose), et ensuite elle permet de monter plus rapidement au pied du glacier de Puygen. L'étape prévue au programme était Lho Gaon, très joli village mais plus bas (3130m).





La plus grande partie de la journée est passée à monter sur le plateau sous le glacier de Puygen (3900m) à partir duquel la vue sur le Manaslu est tout simplement grandiose. De nombreux sommets entre 7 et 8000m mètres d'altitude sont visibles : Himal Chali, North Peal, Ngadi Himal. Au bout du plateau nous arrivons au petit monastère troglodyte de Milarépa. Adossé à l'immense paroi du Manaslu, entouré par un cirque de montagnes et de glaciers puissants, cet alpage tout plat et perché devant la vallée est effectivement une incitation à la méditation, à la compassion, à la pureté et à l'élégance : *om mani padme hum*.

Sur le chemin montant vers le plateau, nous rencontrons toutes sortes d'animaux : mules, chevaux, bouquetins et yacks. Les yacks sont des animaux très craints par nos guides qui s'en méfient fortement ; en effet le yack a un caractère assez vindicatif, il peut charger et ses cornes fort développées peuvent devenir des armes redoutables. Donc quand des yacks sont en travers du chemin, on s'arrête et on attend de voir où ils veulent aller.

Après une courte halte à côté du monastère, nous redescendons en passant près d'un lac au bord de la moraine. Puis nous retrouvons le chemin de montée, ce qui nous permet de réaliser ce que nous avons monté le matin !

Le chemin redescend jusqu'à la plaine de Sama Gaon, plaine très cultivée par les tibétains qui récoltent des patates, de l'orge, du foin, du maïs... Nous croisons, au milieu de ces champs, un cavalier sur son cheval au galop, traînant un autre cheval: superbe vision.

Nous traversons pratiquement tout le village de Sama Gaon pour arriver à notre lodge «Nord Guest house», à 3527m d'altitude.

Beaucoup de petits enfants tibétains, pas toujours très propres, nous abordent en anglais avec la phrase «what is your name ?», suivie immédiatement par «do you have something for me ?»



JOUR 10 : 12 OCTOBRE 2019 (7ÈME JOUR DE MARCHÉ)

### **Sama Gaon - Glacier du Manaslu 4400m – Samdo 3700m, environ 8H de marche.**

La journée débute par la montée de la colline au-dessus du village, sur laquelle se trouvent à la fois un vieux monastère, fermé, et un tout nouvellement construit, qui a été inauguré le 10 août 2019.

Un seul Lama est présent (les autres sont en vacances, comme dans le monastère précédent) qui nous ouvre le monastère : la salle de prière et la montée à l'étage sur la terrasse. Très belle vue sur la vallée depuis cette terrasse.

Les généreux donateurs taiwanais ont financé cette vaste construction assez austère, et aussi la création d'une maison adjacente pour accueillir les plus vieux et les plus démunis des villages alentours (un Ehpad népalais). Les monastères organisent des écoles, et contribuent à la santé (on le verra à Bodnath). Ils jouent apparemment un rôle social essentiel très intégré dans leur environnement; et en retour les familles destinent leur 2ème ou 3ème enfant à être moine.



Ensuite nous montons au lac «Birendra Tal», directement sous la face est du Manaslu ; endroit superbe rempli de petits cairns de cailloux laissés par les différentes expéditions et les trekkers de passage. Nous traversons pieds nus le torrent d'évacuation du lac. De là, on voit le chemin qui monte au camp de base du Manaslu, que l'on imagine sur le replat au-dessus d'une grande falaise abrupte. Nous n'irons pas jusque-là, au regret de certains d'entre nous, entre autres parce que c'est assez loin, mais surtout parce que nous n'avons pas prévu de picnic. Il semblerait que la notion de picnic soit étrangère à nos guides qui n'envisagent pas de nous faire manger froid à l'heure du déjeuner !

Le chemin ensuite continue vers Samdo, notre étape du soir. Nous y arrivons après une dernière montée un peu raide. Nous arrivons au «Yak Hotel» qui est assez plein, car Samdo est généralement une halte où les trekkers restent deux jours pour s'acclimater à l'altitude.

Le village s'étend à l'est, ouvrant vers de vastes champs cultivés. On circule difficilement dans les ruelles étroites entre flaques de boue et bouses de Yak. Les habitants rentrent les foin dans le haut des maisons en pierre en grimpant sur des échelles. Belle découverte de la vie villageoise que nous essayerons de traduire en dessins.



JOUR 11 : 13 OCTOBRE 2019 (8ÈME JOUR DE MARCHÉ)

### Samdo 3700m

Nous profitons de cette journée d'acclimatation en remontant la vallée sur la droite de Samdo (en regardant vers le Nord), jusqu'à une altitude de 4600m. La vallée mène à un col frontière



avec le Tibet en Chine. On rêvait d'y aller pour mettre un pied dans ce pays continent, mais les distances sont immenses dans ces montagnes. Ganga nous dit que les routes côté Chine vont jusqu'à ce col (Google earth confirme); le grand plateau tibétain est plus facile à aménager et la Chine est un pays autrement puissant que le Népal, sans oublier les enjeux stratégiques intérieurs de la Chine. Bref la Chine attend que le Népal construise une route jusqu'à ce col pour développer les routes commerciales.

Lors de la montée nous admirons la splendide face Nord du Sonam Himal dans laquelle nous pouvons voir une avalanche de séracs bien impressionnante.

Le village est très habité avec une forte activité.

A cette période de la fin des moissons, les maisons du village enfouies sous les foins donnent une impression d'opulence. Mais, bien qu'on ait aperçu ici ou là une télévision, des téléphones portables et des petits panneaux solaires sur les toits, le village où cohabitent les hommes et les animaux nous rappelle aussi l'habitat traditionnel dans nos montagnes. C'est le dernier village habité avant le Larka La. Par son emplacement et par la végétation, il fait penser aux villages de fond de vallée de nos Alpes, qui permettaient dans le temps aux voyageurs de se reposer avant de franchir le col. A l'époque il y avait aussi des monastères (quelques uns sont d'ailleurs restés)...

Ganga nous apprend que le village devrait être un peu plus haut, à l'endroit où le gouvernement népalais veut construire une route vers le Tibet. Mais tous les habitants préfèrent rester à Samdo. On discute avec lui des conséquences de la route, apportera-t-elle un développement utile aux habitants, sera-t-elle la fin d'un mode de vie traditionnel ? il est partagé sur cette question !

Nous redescendons par le même chemin, et profitons d'un après-midi de repos au Yak Hotel.

Le soir, nous avons une très belle vue plongeante sur la vallée que nous avons remontée hier. De nombreuses crêtes se succèdent en plans superposés jusqu'aux hauts sommets du Himal Chuli qui ferment l'horizon au Sud à presque 8000 m, et inspirent les dessinateurs.

Au coucher du soleil, l'ombre les gagnera un par un, et les immenses murailles glacées resteront éclairées plus longtemps.



JOUR 12 : 14 OCTOBRE 2019 (9ÈME JOUR DE MARCHE)

### **Samdo - Dharmashala 4400m, environ 4H de marche**

Au petit déjeuner Etienne fait un écart avec nos habitudes en commandant un thé tibétain et un bol de tsampa. Le thé tibétain est un thé dans lequel on ajoute du beurre de yak baratté et salé. Le goût est inoubliable et la mémoire est un phénomène étonnant : il retrouve avec émotion et surprise le goût du thé tibétain qu'il avait bu 35 ans auparavant lors d'un trek autour de Namche Bazar.

La tsampa est une bouillie un peu fade faite avec de la farine d'orge ; ça ressemble à de la blédine.

Il a fallu demander à une népalo-tibétaine de venir faire la cuisine pour préparer ce petit déjeuner car le cuisinier est gurung (ils sont partout!).

Avec ce petit déjeuner des hauteurs, Etienne est en grande forme pour la montée régulière jusqu'à Dharmashala, notre nuit la plus haute, avec une vue splendide sur le Manaslu et sa voie normale par dessus un glacier caillouteux impressionnant.

Dans l'après midi, nouvelle montée d'acclimatation sur les pentes herbeuses au-dessus du camp. Nous montons sans difficulté jusqu'à une altitude de 4900 m avant de redescendre vers le camp.



L'hébergement se fait dans des Algeco, la soirée est un peu fraîche et on ne s'éternise pas après le dîner. Il y a deux bâtiments pour loger les trekkers et un ancien au-dessus qui est abandonné ; Ganga nous explique que des Gurungs avaient

investi dans un lodge pour les trekkers sur un terrain loué par un habitant de Samdo ; devant l'affluence des treks, des népalo-tibétains ont trouvé que ce serait plus 'intelligent' d'investir eux-mêmes dans des hébergements et ils ont arrêté la location du terrain.



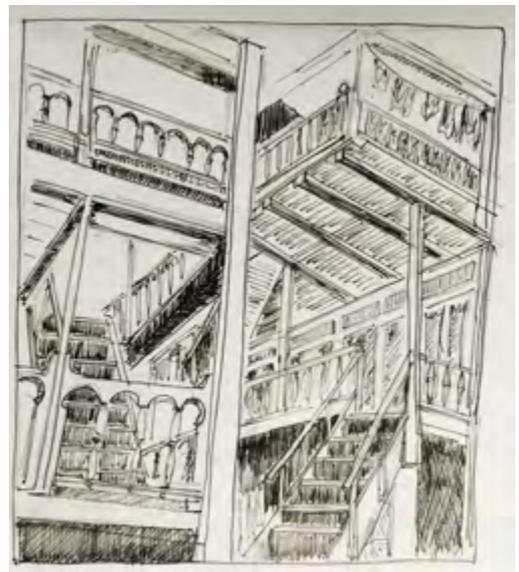
JOUR 13 : 15 OCTOBRE 2019 (10ÈME DE MARCHE)

### **Dharmashala - Larke-La 5300m - Bhimtang 3800m, environ 9H de marche.**

Départ matinal à 4h du matin, à la frontale. Il fait froid mais sans excès, le lever de soleil est superbe sur le Manaslu et les autres sommets environnants. La montée est très progressive jusqu'au Col, décoré de nombreux drapeaux de prière qui volent au vent. On arrive dans la neige ferme un peu en dessous du col. Traditionnelle photo de groupe avec les guides devant le panneau indiquant l'altitude du Col. C'est un moment fort, chacun se félicite d'avoir atteint ce point culminant de notre trek.

Un saucisson gardé précieusement jusque-là et quelques chappattis prises au lodge le matin, feront un picnic de luxe avant de s'attaquer aux 1500 m de dénivelé de descente. Une petite pensée à la route vertigineuse qui devrait passer par là un jour.

L'un d'entre nous épuisé par la montée se fera des frayeurs en faisant un vol plané dans les rochers. Un peu impressionnant car il en ressortira avec le visage ensanglanté. Rien de cassé, mais il est quand même groggy et semble ne plus trop tenir sur ses jambes. Notre guide prend les choses en main, lui et l'un d'entre nous le soutiendront sous les bras pour l'aider à descendre. Il enverra l'assistant guide courir jusqu'au lodge où nous devons déjeuner pour lui faire commander une soupe de nouilles qu'il remontera en courant au blessé et à ceux qui sont restés avec lui. Ce picnic de luxe avec de la soupe bien chaude sortant du thermos et servie dans de jolis bols sera particulièrement apprécié ! Une fois arrivé à un premier refuge, une bonne heure de sieste réparatrice sera nécessaire avant de repartir. Marcher de front à trois sur un chemin exige de faire un peu de gymnastique, et une grande attention pour choisir où poser les pieds. En se relayant pour descendre en tout 1200 m, finalement ça marche très bien. C'est assez rassurant en définitive, cette expérience nous montre que c'est possible de ramener le blessé, qui s'est mis en mode pilotage automatique, jusqu'à bon port. Inutile de dire qu'on n'avait pas le choix et que tout le monde était hyper motivé pour y arriver. Arrivés à l'étape, et après la blessure soignée, une bonne nuit lui permettra de repartir le lendemain matin.



Nous apprécions d'avoir un guide très expérimenté ; Ganga nous avait raconté comment, au moment du séisme de 2015, il s'était retrouvé seul et isolé pendant plusieurs jours avec ses clients : nous avons réalisé combien les guides acquièrent une véritable compétence en management de groupe et gestion de crise !

JOUR 14 : 16 OCTOBRE 2019 (11ÈME JOUR DE MARCHE)

### **Bhimtang - Tilje 2108m, environ 6H de marche**

Descente à travers des paysages magnifiques aux couleurs d'automne. Déluge de photos juste en dessous du village pour capter les buissons flamboyants, aux couleurs rouge et ocre, et le sommet du Manaslu qui nous montre cette fois sa face ouest de l'autre côté du col, en plein contrejour.

Nous croisons de nombreuses caravanes de chevaux ou de mulets. Le ravitaillement jusqu'à Samdo se fait beaucoup plus rapidement en 3 ou 4 jours seulement en remontant par ce côté-là.

Dans le village de Tilje, les maisons et lodges sont serrées les unes contre les autres, souvent sur 3 étages. Des escaliers et balcons s'enchevêtrent dans tous les sens.

JOUR 15 : 17 OCTOBRE 2019 (12ÈME ET DERNIER JOUR DE MARCHE)

### **Tilje - Dharapani - Besisahar**

Après quelques heures de marche jusqu'à Thonje, nous faisons la jonction avec une autre vallée profonde et le tour des Annapurna. À Dharapani, nous croisons plusieurs cyclistes se préparant à faire le tour des Annapurna en VTT, un beau challenge à n'en pas douter... Pour nous la marche à pied se termine et nous prenons un 4X4 pour aller jusqu'à mi-parcours sur une piste très escarpée, puis un bus pour Besisahar. Les bulldozers sont encore à la manœuvre à plusieurs endroits pour rétablir un passage après les coulées de boue de la mousson qui ont emporté la piste. Notre chauffeur est heureusement très habile, pour les croisements délicats avec quelques 4X4 qui montent, et les zigzags entre ornières et rochers. Un 4x4 échoué sur le bord de la piste qui s'est effondrée à son passage, attend les secours, une roue dans le vide.

De nombreux trekkers remontent la vallée sur le versant opposé à celui de la piste, ce sont les deux premières étapes du tour des Annapurna, un chemin tout en plat Népalais. Nous les envions pour leur quiétude alors que nous sommes secoués sans ménagement dans la lessiveuse de nos 4X4 !

Après ces émotions, nous faisons la pause déjeuner au milieu d'un jardin fleuri ravissant et ce sera le meilleur dalbat de tout le séjour. Besisahar est une petite ville. Certains en profitent pour aller chez le barbier, et goûter le plaisir de se faire masser le visage après s'être fait raser leur barbe de 13 jours. Les vendeurs de confiseries attendent la sortie de l'école avec leurs chariots brinquebalants.



Au milieu de l'après-midi, les écoliers en uniforme sortent des écoles tous en même temps, et se dispersent en grappe dans les rues.

Le soir avant le dîner c'est la traditionnelle fête avec les guides et les porteurs sur une terrasse de l'hôtel. Une fois les cadeaux répartis en 6 lots homogènes, une loterie est organisée par Ganga pour les offrir à tous. On boit et chacun chante en Français ou en Népalais, fait un discours. On danse aussi !

JOUR 16 : 18 OCTOBRE 2019

### **Besisahar - Baktapur, environ 8H de route.**

Nous retrouvons la route principale à Dumre pour rejoindre Baktapur. Nuit à l'hôtel

JOUR 17 : 19 OCTOBRE 2019

### **Bhaktapur**

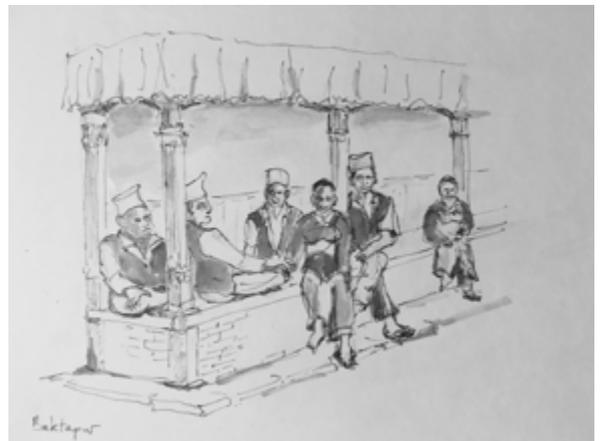
Ancienne capitale du Népal, petite ville au style hindou.

Nous avons choisi de rester à l'écart de Katmandou en redescendant des montagnes, car nous voulons éviter un retour brutal dans le grand bazar de cette ville bruyante et polluée.

Ici, la ville est réservée aux piétons et aux cyclomoteurs qui roulent à des vitesses raisonnables sur ces rues pavées de briques assez irrégulières. C'est un havre de paix comparé à la capitale. La visite, commentée par un guide francophone extrêmement sympathique, est très riche sur l'histoire de cette ville et sur l'histoire politique récente du Népal. Beaucoup de bâtiments et plusieurs temples en briques ont été détruits par le séisme de 2015, beaucoup ont été reconstruits, certains sont juste étayés, et de nombreux chantiers sont encore en cours. Le guide nous raconte aussi son parcours remarquable pour apprendre le français et réussir à passer très jeune toutes les étapes de sélection pour décrocher une bourse pour un séjour en France et apprendre le métier de guide. Depuis, il a complété sa formation avec plusieurs autres langues à son actif, l'espagnol, l'italien, l'anglais et dernièrement le chinois.

Les potiers ne travaillent pas le samedi, mais on voit des places entières couvertes de poteries qui sèchent par terre au soleil. Plus qu'ailleurs dans cette ville, les habitants se retrouvent sous ces jolies plateformes abritées d'un toit formant comme un baldaquin en bois, adossées à une maison un peu partout aux coins des rues, pour se poser, jouer aux dés, aux cartes, jouer une musique traditionnelle, ou palabrer assis.

A plusieurs endroits dans les rues, des infirmières distribuent des vitamines aux enfants après un bref examen, et sur une place est organisée une collecte de don du sang.



### **Bodnath**



Située à l'est de Katmandou, Bodnath est le centre religieux le plus important de la communauté tibétaine népalaise. Ici se sont regroupés les réfugiés tibétains après l'invasion chinoise. Son immense stupa datant du 5<sup>ème</sup> siècle est l'un des plus grands au monde. Autour du stupa se regroupe de nombreux et florissants monastères.

L'ambiance autour du stupa est très particulière : une foule de pèlerins tournent sans cesse d'un pas rapide, enchaînant des gestes rituels, parfois en s'arrêtant tous les trois pas pour se prosterner au sol, se relever et repartir. Le mouvement est obsédant, nous l'entendrons toute la nuit. Tout autour, de multiples « marchands du temple » attirent les touristes.



Aux détours des ruelles qui entourent le stupa, nous visitons plusieurs monastères et temples, qui regorgent de statues, moulins à prière, bougies et écharpes.

En prévision du baptême de l'un des petits-fils de l'un des couples, nous assistons à la bénédiction par un moine des écharpes blanches qui seront portées par le baptisé, ses parents, parrain et marraine. Une belle manifestation d'œcuménisme !

Le monastère de Matthieu Ricard est un véritable petit campus, il accueille des étudiants dans une résidence, et

comprend aussi un hôpital. Actuellement en rénovation, nous avons pu y admirer la maîtrise, la technicité et la patience de l'artiste redessinant sur des murs entiers les décors minutieux.

Dernière nuit de notre séjour népalais à l'hôtel en face du stupa.

JOUR 18 : 20 OCTOBRE 2019

### **Bodnath, départ et transfert à l'aéroport.**

L'heure est venue de quitter à regret ce Népal que s'est attachée à nous faire aimer toute l'équipe de Trinetra par sa disponibilité, sa compétence et sa gentillesse.

Dernier accompagnement jusqu'à l'aéroport où nous prendrons notre vol Katmandu-Paris avec une escale à Abu Dhabi.

Arrivée à Roissy de toute l'équipe à 7H30 heure locale, le 21 octobre 2019. «Back to normal life» après trois semaines de rêve : les embouteillages de l'A86 !