

Népal immersion

visite de la vallée de Kathmandu et randonnée en immersion chez les Tamang



Durbar square de Patan

JOUR 1 : Départ de France

Envol de LYON avec Turkish Airline. Escale à ISTANBUL. Continuation avec Turkish Airline en direction de KATHMANDU. Nuit à bord.

JOUR 2 : Arrivée à Kathmandu et transfert à l'hôtel

Arrivée à Kathmandu. Nous vous accueillons à l'aéroport et vous conduisons à l'hôtel dans le quartier de Thamel ou nous faisons le briefing. C'est-à-dire la présentation de la ville, de notre séjour en détail et le règlement des formalités. Vous pouvez y laisser des affaires que vous retrouverez à votre retour des Annapurna.

Suggestion si vous arrivez en milieu de journée : vous profiterez de la matinée pour « atterrir » et prendre vos marques dans cette ville tumultueuse aux milles facettes. Dans le quartier de Thamel, vous en savez plus où donner de la tête entre les boutiques de trekking, celle de peintures bouddhistes ou encore spécialistes des bols chantants. En partant un peu au sud du quartier

touristiques, vous quittez le domaine des trekkers pour celui des népalais. Dans le quartier d'Assan, les marchandises débordent des boutiques et la vie est dense, on se faufile dans cette foules, les petites motos, les rickshaws, marchands ambulants ou commerçants, en l'espace d'une heure tous vos sens sont sollicités. Vous apprécierez d'autant plus un restaurant calme à votre retour dans le quartier de Thamel.

JOUR 3 : Hindouisme et bouddhisme à Kathmandu

Rendez-vous à 9H00 pour la visite de Swayambunath avec votre guide culturel francophone. Un véhicule privé vous conduit à Swayambunath, il faut prendre avec vous vos affaires pour la suite du séjour, les bagages resteront dans le véhicule le temps de la visite puis vous partirez avec le même véhicule à Bodnath où vous dormez ce soir. Vous pouvez laisser au premier hôtel ; des affaires que vous retrouverez avant de partir en safari et la veille de votre vol retour.

Votre guide vous donnera les clés pour comprendre l'histoire de ce site particulier et c'est le moment de commencer à passer de l'étonnement aux questions sur les religions, la culture, l'histoire de ce pays et de la vallée. Swayambunath est selon la mythologie à l'origine de la vallée, le lieu d'où se consumait une flamme qui s'autoalimentait près d'un lotus. Autrefois, un lac recouvrait la vallée, le lotus et cette flamme ont été vus en rêve par Manjusri qui une fois sur place trancha une colline au sud de la vallée asséchant le lac et donnant naissance à la vallée. Le stupa de Swayambunath est à l'emplacement du lotus. Hindouistes et bouddhistes y prient. Vous profitez également d'une vue dominante sur la vallée.

Vous traversez ensuite une partie de la ville pour vous rendre à Pashupatinath, le lieu de culte hindouiste le plus important du Népal. A Pashupatinath, le temple de Shiva et le principal temple hindou de la vallée, les népalais hindous prient mais viennent également pour les crémations. Sans doute un des moments, les plus spectaculaires et déroutants de votre voyage. La crémation est pour les hindous une naissance. Cette visite est l'occasion de remettre en question notre bagage culturel et d'ouvrir le regard sur l'autre. Vous rencontrez également de nombreux sâdhus, ils ont choisi de renoncer à la société dans le but de rompre le cycle des renaissances et d'atteindre le nirvana.

Changement d'ambiance pour une circumambulation autour du stupa de Bodnath. Vous êtes cette fois au cœur de la communauté bouddhiste. Bodnath est le stupa illustrant souvent Kathmandu, il est sans doute le symbole le plus connu de Kathmandu avec ses deux yeux bienveillants mi-clos, mi-ouverts, exemple de l'équilibre, de la sérénité. C'est le lieu de culte bouddhiste le plus important au Népal. Les bouddhistes tournent autour du stupa le soir venu en tournant les moulins à prière. Le quartier regroupe toutes les ethnies bouddhistes et de très nombreux monastères. Une ambiance pieuse touchante. Pour vous permettre de profiter de l'ambiance du soir, vous dormez à proximité du stupa.

JOUR 4 : Entre rizières et temples, l'est de la vallée

Vous prenez un bus local, le plus pratique pour la courte distance que vous devez faire. C'est aussi la meilleure façon d'approcher un peu le quotidien des népalais. Après cette brève immersion urbaine, vous voilà à la campagne, au milieu des rizières. Vous découvrez l'activité des champs, selon la saison, le riz, le blé ou les pommes de terre sont cultivées. De l'autre côté d'un petit cours d'eau une colline est dominé par la ville de Changu Narayan et son temple. Vous y montez et visitez le temple dédié à Vishnou, dieu protecteur au sein de la trinité hindoue. Construit au VIème siècle, il serait le plus ancien de la vallée. Vous pouvez y admirer les plus anciennes sculptures de Vishnou accompagné de Garuda son véhicule.

Un second transport local permet de vous rendre à **Bhaktapur**. Le tapotement de la carlingue rythme les arrêts du bus. Chaque passager vous permet d'imaginer la vie népalaise.

Bhaktapur est peut-être la cité la plus traditionaliste de la vallée. Une grande ferveur anime les fêtes hindoues de cette ville classée au patrimoine de l'UNESCO. Elle mérite son nom qui signifie littéralement la ville dévote. Les pagodes des nombreux durbar square ont été particulièrement bien restaurées. C'est un plaisir de déambuler dans les rues, observer les potiers dans toutes les phases de fabrication, les jeux des enfants toujours nombreux ou des discussions de voisines.

Vous avez le temps de profiter de cette ambiance avant de regagner votre hôtel.

Marche : 2 heures, +200m

JOUR 5 : Départ pour le pays Tamang

Première journée de votre second trek, vous partez en véhicule avec toute l'équipe sur une route au sud-est de Kathmandu. Vous pouvez laisser à l'hôtel vos affaires de villes, nous les ferons suivre.

Après un premier col, c'est une longue descente qui vous amène au départ du trek. Une courte marche vous permet d'arriver au village de Khanigaon. L'accueil chaleureux et souriant des villageois restera le fil conducteur de cette immersion dans la campagne népalaise. Ici, la vie est rythmée par les champs et le cheptel de chaque famille. On entretient quelques buffles pour le lait et la viande, des vaches pour labourer et des chèvres pour le festival de Dasain. Vous dormez sous tente.

Marche : 2 heures, environ +650m

Jour 6 : Trek

Aujourd'hui, le trek vous fait monter sur la crête des monts Mahabharath, la première chaîne de l'Himalaya après la plaine du Téraï. Vous traversez de nombreux villages sur votre chemin, une randonnée tout à fait représentative du piémont népalais. Si le dénivelé est impressionnant, la marche est raisonnable, il suffit de prendre son temps et profiter de la vie alentour. On croise toujours quelqu'un et parmi les enfants sur le chemin de l'école, on discute souvent avec le plus téméraire de la bande dans un anglais basique. Avec plus de hauteur, la vue se dégage aussi sur les hauts sommets si la météo n'est pas capricieuse. Nuit sous tente.

Marche : 5 heures, environ +1000m

JOUR 7 : Trek

Au petit matin, le ciel est souvent clair et votre regard se perd au nord, hésitant entre montagnes et nuages. Oui, ce sont bien des montagnes qui apparaissent aussi haut dans l'horizon. Un bon petit déjeuner plus tard. L'équipe plie le camp et vous vous mettez en route dans cette ambiance joviale pour un profil descendant. Mane Gaon est plus haut que Khanigaon mais il faut tout de même el rejoindre par une bonne descente. En chemin, une laiterie qui collecte le lait de tous les villages environnant, quand on voit la dispersion des maisons sur ces montagnes qui sont des collines pour les népalais, on comprend la culture montagnarde de ce peuple.

Accueil à Mane Gaon, un village qui nous est cher car Babulal y est né. C'est donc naturellement que nous avons beaucoup de lien avec les habitants. C'est la meilleure façon de rencontrer des népalais, partager du temps avec eux, échanger et comprendre un peu mieux leur quotidien.

Mane gaon comme la majorité des villages de cette région est un village Tamang, une ethnie bouddhiste qui symbolise parfaitement la rencontre des cultures hindoues et bouddhistes au Népal. Népalais depuis toujours, ils sont pourtant profondément bouddhistes. Le Népal est l'intersection des deux religions, de deux cultures, de deux anciens continents qui se sont rencontrés. Nuit chez l'habitant.

Marche : 5 heures, environ +150m/-500m

JOUR 8 : Activité dans le village

Aujourd'hui nous prenons part aux activités du village. En fonction de la saison elles varient, vous pouvez démarier la moutarde ou égrainer le maïs, apprendre à fabriquer le fameux doko, la hotte népalaise en bambou qui serre à tout ou aider à cuisiner le dédou, emmener les bêtes brouter ou traire le buffle de la maison, labourer avec les bœufs ou porter le millet au moulin. Le rythme du village paraît lent, pourtant le travail est souvent rude et les népalais étonnent par leur jovialité dans toutes les tâches, vous êtes rapidement pris dans cet atmosphère bon enfant qui sera certainement un temps fort de votre voyage.

JOUR 9 : Trek

Nul doute que le départ ne sera pas évident. Si le trek n'a duré que quatre jours, vous avez déjà l'impression d'être partis très longtemps, de faire un peu partie de ce monde, hors du temps en seul lien avec la nature. Profitez encore de la simplicité de la vie des montagnes dans cette dernière marche. Lentement, vous regagnez la vallée de la Sun Khosi et le sourd murmure citadin se fait lentement attendre.

Un véhicule vous attend et toute l'équipe fait le paquetage pour la route vers Patan et une ancienne demeure Newar de la ville. Profitez de la fin d'après-midi et de la soirée pour déambuler dans les ruelles de Patan et sa place royale.

Marche : 2 heures et demi, +50m/-700m

JOUR 10 : Au cœur du plus ancien centre bouddhiste

Patan passe pour être le plus ancien centre d'enseignement bouddhiste d'Asie. C'est une ville newar où vous pourrez vous perdre dans le dédale de ses ruelles. La tradition architecturale newar des maisons de briques et de bois y a été bien préservée. Outre le Durbar square, votre guide vous fera visiter de nombreux temples au détour des ruelles.

JOUR 11 :Départ du Népal

Le matin, envol de KATHMANDU avec Turkish Airlines. Escale à ISTANBUL. Continuation avec Turkish Airline. Arrivée en France en fin de journée.

TARIF à partir de :

(sous réserve de disponibilité aérienne et hôtelière)

BASE 2 à 3	BASE 4 à 5	BASE 6 à 8
2135	2040	1900

Ces tarifs comprennent :

- Les vols sur Turkish airline et les taxes aéroport
- Le guide culturel francophone pour les trois jours de visite
- Le guide de Trekking anglophone pour le trek
- Les hotels (en chambre double) avec petits déjeuners et toutes les taxes
- Le trek en tente et chez l'habitant
- Tout le matériel de camping
- Les transferts privés
- Les entrées des sites

Ces tarifs ne comprennent pas :

- Les boissons
- Les repas en dehors du Trek (7 repas à environ 8€)
- L'assurance : nous consulter
- Le visa à régler sur place à l'arrivée