

LES ALPES

10 2011

Club Alpin Suisse CAS
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer





Pont suspendu peu rassurant au fond de la gorge près de Nyak.

Cime et antécime du Manaslu à la lumière du petit matin. A l'arrière-plan, le sommet principal qui culmine à 8163 m.

Entrer dans la cour des grands

Une randonnée népalaise au pied du Manaslu

A l'écart des circuits de trekking classiques, le tour du Manaslu enchante par la variété des paysages, la diversité des ethnies et des villages empreints de culture tibétaine. Confidences avec la « montagne de l'esprit ».

Texte : Peggy Frey, Delémont

Photos : Olivier Goffinet, Courtételle

Une antécime, puis une cime. Le sommet enneigé du Manaslu se détache dans le ciel bleu de l'Himalaya népalais. Huitième sommet du monde, ce bloc de roche et de glace, esthétique à souhait, domine largement son massif du haut de ses 8163 mètres. Après plusieurs jours de marche, le côtoyer et poser un regard sur ses pentes se mérite. Le Manaslu sait se faire désirer, se dévoile timidement, souvent paré de sa corolle de nuages.

S'embarquer dans le tour du Manaslu à pied, c'est accepter de vivre trois semaines d'efforts physiques soutenus, dans un confort sommaire, coupé de presque toute modernité. Des contraintes vite surmontées, contrebalancées par la beauté de cette randonnée qualifiée de grandiose par ceux qui ont la chance de fréquenter ses sentiers escarpés.





Aux abords du village de Samdo, ces Tibétaines travaillent aux champs à plus de 3700 m d'altitude.



Chörten, reliquaire bouddhiste, à l'entrée du village de Lhogaon.

Braver la jungle pour tutoyer les cimes

Ambiance tropicale, transition tempérée, fraîcheur et froid. Sur le tour du Manaslu, le climat varie de la chaleur à la rudesse de la haute montagne, une fois la barre des 3500 mètres passée. Ces différences météorologiques se lisent aussi dans la diversité et la richesse des paysages.

Visant les hauteurs, le randonneur ne s'attend guère à débiter son trek dans une forêt dense et humide. Pourtant, dans le bas de la vallée encaissée de la Budhi Gandaki règne la jungle, allant jusqu'à accabler le marcheur par la moiteur et la lourdeur de ses températures. Débuter le trek à Gorkha plutôt qu'à Arughat Bazar, en prenant par la vallée de la Daraudi Khola et les villages de Baluwa, Barpak et Laprak, permet de prendre rapidement de la hauteur et d'éviter la chaleur. Ce n'est qu'en reprenant l'itinéraire classique au niveau du village de Khorlabesi que l'on retrouve la torpeur tropicale ... et quelques rares randonneurs. Cette variante très peu fréquentée permet aussi de belles rencontres avec les villageois. Flirtant avec la barre des 3000 mètres, elle offre de beaux panoramas sur le massif du Ganesh.

A moyenne altitude et près des villages, la forêt cède la place aux terrains cultivés. Rizières, champs de céréales et, plus haut, de pommes de terre se partagent les plateaux et les coins d'espace à peu près plats. Là où la pente devient trop forte, des terrasses adoucissent le dénivelé. Dans une mosaïque de couleurs, les sentiers louvoient entre les plantations. Bercé par une brise, le blé mûrit dans un ondolement, spectacle distrayant pour le marcheur fatigué par les kilomètres et la charge de son sac. Ces passages sont aussi l'occasion de découvrir les pratiques agricoles, base de l'économie locale de cette région retranscrite.

Vue sur la vallée du Daraudi depuis le village de Mandre.

Jeune caravanier de retour du Tibet avec son yack et ses mules.

Veiller sur l'esprit de la famille

Norbu Bamdup et son épouse Neema vivent sur le plateau de Prok, un village situé à 2380 mètres d'altitude. Le travail des champs, l'élevage, les tâches domestiques et la prière occupent leur quotidien. « Nous avons fait le choix de rester ici pour veiller sur l'esprit de notre famille, protéger notre culture et nos traditions », confie Norbu.

Dans la maison, un temple abrite l'âme des ancêtres. Tapisée de planches de bois, la cuisine sert d'unique pièce de vie à la famille. Sur le poêle se préparent le thé au beurre de yack, les *chapattis*, la soupe de lentilles et le riz pour le *dal bath*. « Vivre dans ces montagnes coupés du monde est difficile, surtout en hiver, commente Neema. Pour aller à l'école qui est loin, nos enfants doivent quitter le foyer très jeunes. » Malgré ces contraintes, Norbu ne tarit pas d'histoires. Au coin du feu, il raconte volontiers la vie là-haut, les quatre jours de marche qu'il faut pour rejoindre la route de Kathmandu. Les longues randonnées en montagne aussi, ces lieux magnifiques où il emmène volontiers ses hôtes.

Effleurer le monde de l'alpinisme extrême

Chaque jour de marche réserve son lot de surprises visuelles. L'apothéose restant le passage entre les villages de Ligaon et





A Barpak, les mots d'usage sont traduits en anglais. La majorité des habitants sont des anciens Gurkhas, militaires népalais au service des Britanniques.



Dans leur maison de Prok, Norbu Bamdop et son épouse Neema accueillent volontiers les touristes de passage.

Karche, lorsque l'on pénètre dans la zone de hautes montagnes. Là, les yacks prennent le pas sur les mules, et la végétation se raréfie, pour finalement céder la place aux pierriers, puis aux glaciers. Cette lente ascension vers la source de la rivière Budhi Gandaki longée depuis des jours, puis vers le col de Larkya (Larkya La), n'a qu'un objectif : entrer dans la cour des grands pour tutoyer le Manaslu et ses « frères de hauteur ».

Après dix jours de marche, l'arrivée au village de Samagaon réserve une belle récompense : le Manaslu, « montagne de l'esprit », se dévoile enfin. Après toutes ces heures à se l'imaginer, à se demander quel sera le ressenti en apercevant son sommet, la réponse arrive enfin : on se trouve petit, touché et ému par tant de beauté, un peu surexcité aussi de le savoir si proche. Pourtant, sa cime toise ce hameau, le domine de plus de 4500 mètres.

À défaut de partager les confidences de celui que les Népalais ont aussi baptisé « le refuge de l'âme », le randonneur écoute les récits des alpinistes revenus d'expédition ou des pilotes qui veillent sur eux un étage plus haut. Car Samagaon, niché au pied de la face nord-est du Manaslu, sert de refuge à ceux qui en tentent l'ascension. On vient du monde entier pour gravir ce 8000, la palme revenant aux Japonais, qui furent les premiers à atteindre son sommet en 1956. « Pour nous, le Manaslu reste mythique », confie Chikafusa, arrivé de Tokyo cinq semaines auparavant.

Kiran, pilote des sommets

La chaîne de l'Himalaya, Kiran Prosad la voit plus souvent du ciel que de la terre. Mustang, Dolpo, Everest, Annapurna : ces massifs, le pilote les frôle des pales de son hélicoptère. « J'ai passé ma licence à Moscou en 1994 et vole dans les montagnes népalaises depuis 1998. » Quatre-vingt pour cent des vols qu'il effectue sont des vols de sauvetage. En parallèle, Kiran, croisé à Samagaon, se charge aussi des déposes

Kiran Prosad, pilote d'hélicoptère pour les expéditions au Manaslu.

d'alpinistes et livre le matériel dans les camps de base des sommets.

D'une anecdote à l'autre, le pilote parle de son métier, raconte ce sauvetage original dans la région du Dolpo. « Je devais récupérer un alpiniste soi-disant malade. Quand je me suis posé, il s'est avancé vers moi et m'a dit : « I'm home sick. » En fait, il voulait juste rentrer chez lui au plus vite. Je ne savais pas si je devais rire ou m'énerver de faire le taxi ! »

Plus sombre, Kiran évoque aussi la descente de corps d'expéditions qui ont mal tourné ou les sauvetages extrêmes. « Je mets un point d'honneur à respecter les règles de sécurité, mais la montagne me semble toujours plus meurtrière. Est-ce parce qu'il y a de plus en plus de monde sur les hauts sommets que les accidents sont si nombreux ? »

Inquiet, Kiran l'est aussi à propos du réchauffement climatique. « Sans être un scientifique, je constate juste une évolution qui ne va pas dans le bon sens. Depuis que je survole les glaciers népalais, ils diminuent et je vois de petits lacs se créer un peu partout sur la glace. » Même du côté de l'Everest, le massif préféré de Kiran.

Fouler le pied du Manaslu et voir les Annapurna

Repu d'histoires d'alpinisme extrême, monde qu'il ne fait qu'effleurer, le marcheur poursuit son chemin. Peu à peu, il baisse le rythme de ses journées pour s'acclimater à l'altitude. Encore deux à trois jours de marche et il affrontera son challenge à lui : le passage du Larkya La, à 5106 mètres.







Le passage du Larkya La (5150 m) est derrière nous. Les drapeaux de prières tibétaines déposés au col par les voyageurs sont une manière de remercier les dieux de les laisser passer.



Masque bouddhiste gravé à même la terre. Il protège le passage d'un pont suspendu en mauvais état.

A plus de 5000 mètres d'altitude, ce haut plateau glaciaire se trouve juste avant le Larkya La.

Bimtang, premier hameau après le passage du Larkya La.

Dernière halte à Dharmashala (4470 m), où un lodge a été installé récemment. S'il enlève un peu de charme à la solitude de ce no man's land de sommets acérés, il facilite le quotidien des randonneurs. Perdu dans un monde minéral, entrecoupé de surfaces gazonnées, ce lieu-dit offre un panorama sur le Manaslu nord (7157 m) et le glacier de Syacha. De là se découvre aussi le Larkya La, ultime étape de l'ascension.

Dès potron-minet, le souffle court, les trekkers reprennent leur marche. Dans les pierriers, la neige et la glace parfois. Si elle ne présente aucune difficulté technique, la progression vers le col est longue, éprouvante pour certains, surtout par mauvais temps. Bien que splendide, le paysage s'apprécie avec difficulté en raison des contraintes imposées par l'altitude. Une seule chose compte : apercevoir enfin les *lountas* et autres *darchok*, ces drapeaux de prières qui claquent au vent et marquent le passage d'un col dans l'Himalaya.

Un replat, une autre montée, un lac turquoise égaré dans un creux du glacier de Larkya, puis le col se dessine enfin. De l'autre côté se découvrent les massifs périphériques des Annapurna, le sommet de l'Himlung et ses glaciers accidentés, prémices d'une longue et cassante descente sur une moraine. Malgré la fatigue accumulée, cheminer de Bimtang à Karche est un passage inoubliable de ce trekking, tant les paysages sont somptueux. Au pied des géants de roc, le marcheur

s'égare dans les prairies, zigzague entre les rochers et les arbres centenaires. Le long de la Dudh Khola, la « rivière de lait » glissant sur de la roche blanche, il découvre la beauté du versant ouest du massif du Manaslu qui le surveille depuis une quinzaine de jours.

Vie ancestrale et traditions séculaires

Si ce trek n'est pas difficile techniquement, les dénivelés importants et la longueur de certaines étapes nécessitent une bonne condition physique.

Largement moins fréquentée et plus isolée que sa voisine des Annapurna, la région du Manaslu, frontière avec le Tibet, a été interdite au tourisme jusqu'en 1991. S'il fallait autrefois être accompagné d'un officier de liaison pour s'y déplacer, un permis de trekking suffit aujourd'hui. Les randonneurs peuvent y venir en groupes organisés ou de manière individuelle. Bien qu'il faille officiellement être accompagné d'un guide, cette seconde option offre plus de liberté et l'avantage de pouvoir modifier son itinéraire, d'y ajouter quelques détours dans des vallées latérales riches en curiosités.

Authentique, le tour du Manaslu l'est aussi par la simplicité des « infrastructures touristiques ». Si les lodges et gargotes à *dal bhat* – soupe de lentilles qui accompagne le riz, les légumes et parfois un peu de viande – se développent et jalonnent de plus en plus le parcours, le confort y reste très rudimentaire. Il n'est pas rare d'être accueilli par une famille proposant le gîte et le couvert, et de passer la soirée entouré de quelques muletiers ou porteurs venus se sustenter au coin du poêle avant de reprendre leur marche. Les sourires et regards échangés pallient alors la barrière linguistique et l'impossibilité de converser.

Villageois, muletiers, porteurs, pèlerins, commerçants, les sentiers du Manaslu grouillent au rythme de la vie locale. Une

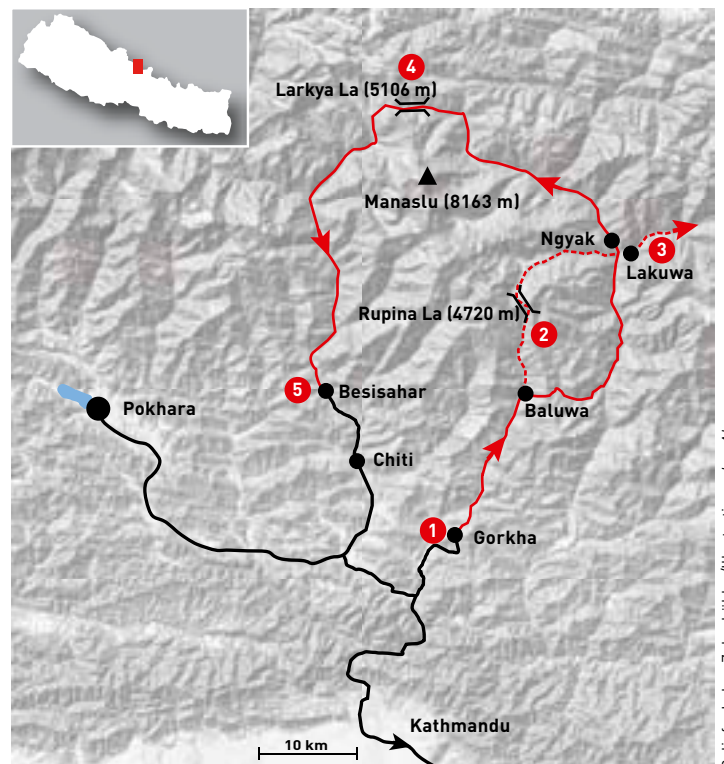


manière de s'imprégner des coutumes pastorales, de traverser des villages authentiques, de découvrir des monastères et ermitages isolés. Des endroits typiques, imprégnés de cultures locales. Celles des ethnies et castes *gurun*, *tamang* et *khampa* bercées d'influences tibétaines tant la frontière est proche.

Avec une pointe de regret, l'arrivée à Dharapani marque l'entrée sur le trop couru sentier des Annapurna. Semblables aux paysages du départ du trek, forêts et zones cultivées donnent la sensation que la boucle est bouclée. Seule consolation, le confort des lodges et la variété des menus requièrent tout randonneur éprouvé.

A contre-courant du sens classique du tour des Annapurna, sur les berges et les hauteurs de la rivière Marsyangdi, deux jours de marche suffisent pour rejoindre Bhulbhule et sortir du tour du Manaslu. L'âme en paix et l'esprit ragaillard par tant de beautés.

Neema Bamdup travaille au séchage du maïs devant chez elle à Prok.





Carnet pratique

Itinéraire

Remarque : Le tour du Manaslu commence habituellement à Arughat Bazar et chemine vers Khorlabesi par le fond de la vallée de Budhi Gandaki. Les quatre premiers jours de marche décrits ci-dessous sont une variante plus alpine de l'itinéraire classique.

1^{er} jour : Gorkha – Baluwa : 10 h, +230 m / –650 m. Cette longue étape peut être scindée en deux avec une pause à Arukul.

2^e jour : Baluwa – Barpak : 5 h, +1150 m. La montée vers Barpak est rude. A entreprendre tôt pour éviter la chaleur !

3^e jour : Barpak – Laprak : 6 h, +910 m (passage du col du Gupsi à 2850 m) / –660 m

4^e jour : Laprak – Khorlabesi : 7 h, +100 m / –1330 m, vues sur le massif du Ganesh

5^e jour : Khorlabesi – Jagat : 7 h, +500 m. Retour sur l'itinéraire classique du Manaslu. Sources d'eau chaude à Tatopani. Contrôle des permis après Jagat

6^e jour : Jagat – Dyang (via Philim et Lakuwa) : 7 h, +800 m / –500 m. A Thangurmu, une belle cascade explique le choix de cette alternative. Il est aussi possible de rejoindre directement Ngyak en restant sur le chemin classique. De Lakuwa, possibilité de prolonger le trek de plusieurs jours par un aller-retour dans la vallée retranchée de Tsum, riche en monastères, ou vers le camp de base du Ganesh. Un permis supplémentaire est nécessaire pour cette zone.

7^e jour : Dyang – Prok : 6 h, +900 m / –300 m. Variante : à la sortie de Bihi, quitter l'itinéraire classique et redescendre vers la rivière. Longue montée vers le village de Prok

8^e jour : Prok – lac de Kalchhuman → Prok (ou journée de repos) : 7 h, +1300 m / –1300 m. Longue et rude montée. Au lac, ermitage et panorama sur la chaîne de l'Himal Chuli

9^e jour : Prok – Ligaon : 6 h, +750 m / –150 m. Vues sur l'Himal Chuli depuis Ligaon. Contrôle des permis à Namrung

10^e jour : Ligaon – Samagaon (3390m) : 5 h 45, +600 m. Arrivée dans des paysages de haute montagne. De Samagaon, vue sur la face NE, le sommet et l'antécime du Manaslu

11^e jour : Samagaon. Journée de repos. Balade vers le lac du glacier du Manaslu pour l'acclimatation (1 h 30 aller-retour). Contrôle des permis

12^e jour : Samagaon – Samdo (3690m) : 2 h, +300 m. Courte étape suivie d'une balade d'acclimatation (2h, +300 m) vers la frontière tibétaine (8 km) et le col de Lajjung

13^e jour : Samdo – Dharmashala (4470 m) : 4 h 30, +750 m. Vue sur le Manaslu nord et le glacier de Syacha. Le col de Larkya (Larkya La) est visible.

14^e jour : Dharmashala – Larkya La (5106 m) – Bimtang (3720 m) : 7 h 30, +700 m / –1380 m

15^e jour : Bimtang – Dharapani : 7 h, –1860 m. Vues sur le massif et la face ouest du Manaslu. A Dharapani, le tour du Manaslu rejoint le sentier des Annapurna.

16^e jour : Dharapani – Syange : 6h, –800 m. Journée sur le sentier des Annapurna

17^e jour : Syange – Bhulbhule : 5h, +200 m / –470m. Journée sur le sentier des Annapurna. Depuis Bhulbhule, possibilité de prendre une jeep ou de marcher une journée de plus pour rejoindre Besisahar. De là, bus pour Kathmandu

Hébergement et alimentation

Dans les circuits organisés, randonneurs, guides, porteurs et cuisiniers logent souvent sous tente et sont autonomes pour leurs repas.

Les individuels, accompagnés d'un guide, sont hébergés en lodges, chez l'habitant ou sous tente (il faut l'emporter). La variété de l'alimentation s'appauvrit avec l'altitude. Possibilité d'acheter des vivres de course tout au long du parcours. Budget journalier : de 20 à 30 dollars US par jour en individuel

Saison et climat

De mi-septembre à fin novembre et d'avril à mi-juin. Le climat varie de tro-

pical (chaud et humide) à basse altitude à celui de haute montagne (nuits froides et jours ensoleillés chauds).

Sauvetage et sécurité

Pas de réception téléphonique mobile dans les montagnes. Téléphone et Internet par satellite. Centres de secours sommaires dans certains villages

Carte

Around Manaslu trekking map. Manaslu conservation area, 1 : 125 000. Publiée par Nepal Map publisher, www.nepalmap-publisher.com

Remarque : l'orthographe des noms de lieux peut varier considérablement d'une carte à l'autre.

Équipement

On peut opter pour le bivouac et préparer ses repas ou préférer les maisons de thé (prévoir matelas et sac de couchage chaud dans les deux cas). Pour la marche, équipement de randonnée complet hiver/été/pluie, bâtons, guêtres (pour le passage du col). Provisions de course

Formalités

Un permis de trekking est requis pour la zone restreinte du Manaslu et de la vallée de Tsum si une extension de trek est prévue. Il faut en principe être accompagné d'un guide pour accéder à ces zones. Compter entre 75 et 90 dollars US le permis selon la saison.

Les agences se chargent de l'obtention des permis et des accès aux zones protégées (*conservation area*) du Manaslu et des Annapurna.

Visa d'entrée au Népal à demander auprès de l'Ambassade du Népal à Genève (022 733 26 00)

Agences

Locales : www.ethichimalaya.com, www.trekhimalayaneal.com, www.artreknepal.com
Internationales : www.himalayareisen.ch, www.allibert-trekking.com

Bilan CO₂

Vol Economy Zurich-Kathmandu, bus Kathmandu - Gorkha
1,25 t de CO₂ aller

Source : Carbon Footprint Ltd. UK, www.carbonfootprint.com

Déplacements en bus

Cinq à huit heures de bus local de Kathmandu à Gorkha

Six à huit heures de bus local de Besisahar à Kathmandu

Le tour du Manaslu, peu fréquenté, offre d'authentiques aventures dans l'univers des 8000 :

- On parvient en un jour de Kathmandu à Gorkha, où letrekking commence.
- Une variante plus alpine passe par le Rupina La (col).
- A partir de Lakuwa, un détour dans la vallée du Tsum vaut l'apèine.
- Le Larkya La (col), point le plus élevé du tour, culmine à 5106 m.
- A partir de Besisahar, on rejoint la route où passe le bus pour Kathmandu. Déjà deux étapes auparavant (à partir de Bhulbhule), le chemin est carrossable en jeep.