

Treks du Langtang et de l'Helambu au Népal

(du 10 au 27 novembre 2007)

10/11 - Paris/Bahrain

11/10 - Bahrain/Kathmandu

12/11 - Kathmandu

13/11 - Kathmandu - Syabru Besi (1400 m)

14/11 - Syabru Besi - Rimche

15/11 - Rimche - Langtang

16/11 - Langtang - Kyanjin

17/11 - Kyanjin -Kyanjin Peak (4650 m)

18/11 - Kyanjin - Rimche

19/11 - Rimche - Syabru Thula

20/11 - Syabru Thula - (Shrin Gompa Bari)

21/11 - Shrin Gompa - Gosainkund

22/11 - Gosainkund (4380 m) - Laurebina Pass (4610 m) -Tharepati (3510 m)

23/11 - Tharepati - Tarkeghyang

24/11 - Tarkeghyang - Kakani

25/11 - Kakani - Melamchi Bazar (850 m)

25/11 - Melamchi Bazar- Kathmandu

26/11 - Kathmandu

26-27/11 - Kathmandu/Bahrain/Paris

Le Langtang Lierung ou Lirung (7225 m, Népal)

(Photo DV)

Samedi 10 novembre - Roissy/Bahrain (nuit à l'hôtel)

Dimanche 11 novembre - Bahrain/Kathmandu - Arrivée en début de soirée à l'hôtel Tibet (3), confortable et bien placé (éviter tout de même la chambre 503 - charmante et qui donne sur une belle terrasse mais située sous un compresseur ou générateur tout à fait insoutenable à 3

heures du matin !). Dîner sur la terrasse d'un petit restaurant ("Les yeux") du quartier animé de Tramel (2).

Lundi 12 novembre - Journée à Kathmandu. Visite de l'imposant Stûpa de Bodhnath (4) Visite de Bodhnath, des temples Hindouistes de Pashupati (5), du Stûpa de Swayambunath sur sa colline d'où la vue étendue sur l'agglomération de Kathmandu est impressionnante (6) et de l'ensemble Hindouiste de Durban Square (7). Retour à l'hôtel par les rues animées de Tramel. Dîner au restaurant.

Mardi 13 novembre - Trajet en autocar de Kathmandu à Syabru Besi (1400m) par Kakani, Ranipauwa, où les premiers sommets de la chaîne de l'Himalaya commencent à apparaître dans toute leur splendeur (Annapurna II, Maneslu, Ganesh, ...), Bidur, Kalikhastan, Ramche, Bokijhunda, Dhunche (8) et Thulo Bharkhu. Orage à l'arrivée à Syabru mais ce seront les seuls nuages et la seule pluie rencontrés pendant tout notre séjour au Népal ! Lodge sommaire mais fonctionnel.

Mercredi 14 novembre - Début du trek à Syabru Besi (10) à 1400m. Après une première passerelle, nous remontons en rive gauche la Langtang Khola que nous suivrons, pour cette première journée au travers d'une luxuriante végétation, jusqu'à Kyanjin. Thé à Palare Hôtel (11) et déjeuner à Bamboo lodge (12). Traversée sur la rive droite de la Langtang Khola par une passerelle (13). Nous nous arrêtons pour la nuit au simple mais très sympathique lodge de Rimche (15) à 2440 m qui offre une belle vue sur le couchant. (+1260m, -250m, environ 5h30).

Jeudi 15 novembre - Nous poursuivons la remontée de la Langtang Khola en traversant les installations du Lama hôtel (plus luxueuses mais moins sympathiques que celle de Rimche) et nous arrêtons pour le thé à Gumnachok (16). Nous quittons la forêt et la vallée s'élargit à Ghoratabela, 3018m (17) où nous déjeunons agréablement au soleil. Montée plus tranquille et nous arrêtons à Bouddha Hôtel à 3141 m (18) pour le thé. Visite d'un beau monastère au dessus du chemin 3450 m (19) un peu avant le village de Langtang où nous nous arrêtons dans un lodge assez confortable (20) à 3436 m (+1105m, -200m, 7h53).

Vendredi 16 novembre - Petite étape pour parvenir en fin de matinée au site de Kyanjin. Notre lodge, assez confortable, est le dernier bâtiment du village (21) à 3872 m (+460m, -30m, 3h02).

Dans l'après-midi, petite excursion vers un promontoire à 4200 m (22), proche des glaciers, au pied de l'impressionnant Langtang Lirung (7225 m). (+305m, -30m, 2h30).

Samedi 17 novembre - Excursion au sommet le plus proche, le Kyanjin peak à 4600 m (23). Splendide vue sur le somptueux cirque de sommets avoisinants. Un peu au dessous, un col (24) permet de découvrir les pentes des glaciers qui descendent des Yansa Tsenji (6575 m) et Morimoto peak (6750 m). (+690m, -585m, 4h30). Visite du Monastère qui comporte de belles fresques et de la fromagerie avoisinante, créée par des amateurs suisses de bon fromage !

NB - Un peu dommage de ne pas avoir tenté le Yala peak (5500 m) qui paraissait possible dans la journée (au moins le Tsergo Ri - 4984 m - à partir du Kyanjin peak). Reconnaissance visuelle de l'itinéraire de montée au Kanjia La (5130 m) qui permet d'accéder directement à l'Helambu sans avoir à redescendre à Syabru et traverser par le Laurebina pass, ce que nous fîmes dans les jours suivants. En fait cet itinéraire, déjà très enneigé à cette période de l'année nous dit le propriétaire du lodge, implique de camper ce qui est une autre affaire que de bénéficier de confortables lodges ! A une autre fois, donc !

Dimanche 18 novembre - Etape un peu longue mais régulière et tranquille pour redescendre la Langtang Khola jusqu'à Rimche, qui permet de revoir de façon détendue cette riante vallée toujours dominée par l'éblouissant Lierung. Chants et danses célèbrent ce retour. (+100m - 1495m).

Lundi 19 novembre - Poursuivant la redescente jusqu'à Bamboo, où nous déjeunons avant de remonter à Thula Syabru (ne pas confondre avec celui d'en bas, Besi). Surprise ! notre sentier a été emporté par un énorme rocher et c'est sur des planches de fortune que nous devons composer une dernière fois avec la Langtang Khola. Vers 1700 m (26), le sentier quitte le fond de la vallée et remonte rapidement dans la forêt

jusqu'à un idyllique petit hameau (27), véritable belvédère sur la région. Redescende sur un pont impressionnant permettant de traverser la tumultueuse Chompche Khola puis de remonter au travers des cultures en terrasse à Syabru. Confortable lodge (18) à 2238 m dans ce gros village. Ecole animée et danses d'enfants avant de visiter le Gomba, intéressant par ses fresques, à défaut du simulacre de Puja officié par un moine douteux aux allures de tiroir caisse (nous étions plus facilement généreux ailleurs) davantage que de moine inspirant la méditation. D'une façon générale, ce n'est malheureusement plus au Langtang, trop touristique à notre goût, que les amoureux que nous sommes du Ladakh et du Rupshu peuvent retrouver les monastères émouvants et leurs célébrations qui caractérisent les régions du versant Nord de l'Himalaya (+705m, -935m, 6h45).

Mardi 20 novembre - Remontant vers les crêtes qui nous dominent au Sud au travers d'une belle forêt, nous traversons tout d'abord le rustique hameau de Dursagang (30) à 2700 m pour le thé (ou "hot lemon") de circonstance puis déjeunons à Foprang danda (31) station installée sur un promontoire d'où la vue sur le Langtang, mais aussi les vallées de l'Ouest qui conduisent aux chaînes du Ganesh Himal (7405 m) et du Manaslu (8163 m), est somptueuse. Pénétrant dans une majestueuse forêt de cèdres, nous contourons une croupe pour parvenir à Shandan Bari (32) à 3300 m. Confortable lodge. Monastère avec d'intéressantes fresques (+1115m, 70m, 7h15).

Mercredi 21 novembre - Poursuivant notre chemin dans la forêt de cèdres, nous parvenons à Cholang Pati (33) à 3584 m pour le thé puis, la végétation se faisant plus rare, montons dans un paysage plus sévère mais qui nous dévoile la crête entière des sommets himalayens qui nous séparent du Tibet. Déjeuner à Laurebina, (34) bloc de construction tout à fait incongru dans ce paysage hiératique. La montée se poursuit sur des névés gelés, jusqu'à un premier col Chautara pass à 4165 m qui ouvre sur l'accès à Gosain kund par de rudes escarpements que l'on traverse par un sentier vertigineux pour parvenir à ce lieu sublime, demeure dédiée aux dieux de la pensée indienne, avec ses lacs étincelants

(Saraswati, Ganesh, Suria, ...) . Comment ne pas y évoquer le dernier chapitre du Mahabharata où

...Yudishthira,
 Dans ces contrées, peut-être,
 Survivant du combat
 Qui détruisit les êtres,
 Marchait, suivi d'un chien,
 Qui ne le quittait pas :
 Il recherchait les siens
 Partis dans l'Au-delà. ...

*Aux portes du Zanskar, dv
 En montant le Shingo la, 10 août 2003*

En y arrivant (35) à 4400 m, la compétence et la réactivité de notre accompagnatrice jointes à l'efficacité du secours aérien qu'elle appela à temps évitèrent ce qui aurait pu être grave car on ne plaisante pas, en ces lieux, avec la raréfaction de l'oxygène et la fatigue. Cela nous sépara malheureusement, pour les jours suivants, de la compagnie de l'une des membres de notre groupe mais que nous retrouvâmes en bonne santé à notre retour à Kathmandou. Pour nous, nuit dans un lodge chaleureux bien adapté à son environnement propre à la méditation mais glacial ! (+1150m, 60m, 6h44).

Jeudi 22 novembre - Longue et éprouvante étape pour basculer dans l'Helambu. Partis à l'aube, nous parvenons au Laurebina pass (36) à 4610 m dont les drapeaux de prière furent salués par nos "Kiki Sosso Lai Galo" enthousiastes ! Puis ce fut la plongée dans la vallée, d'abord en terrain dégagé jusqu'au Phedi lodge (39) à 3650 m où nous déjeunâmes, puis à flanc de montagne en traversée par d'interminables montées et descentes d'éboulis. Passant stoïquement le Ghopte lodge (41) à 3500 m pour nous immerger dans une somptueuse forêt de gigantesques rhododendrons (que cela doit être beau au printemps !) frissonnant dans les langues d'une mystérieuse mer de nuages venant nous lécher aux points bas des descentes "Ces drapeaux de couleur !..." pour remonter au soleil encore chaud au hasard des petits cols qui

passent les rudes barres rocheuses dévalant des crêtes des Tinchuli et Soli Danda. Au coucher du soleil, nous parvenons au promontoire de Tharepati offrant un confortable gîte pour la nuit (42) à 3600 m. Nous y dormirons bien ! (+950m, -1685m, 10h14).

Vendredi 23 novembre - Reprenant notre descente dans cette belle forêt vers les paysages plus riants de l'Helambu pour traverser le site des vénérables Shortens de Bolgang (44) vers 2900 m, et nous arrêter pour déjeuner au gros village agricole de Melanchigaon (45) à 2530 m. Notre gîte d'étape nous guigne, de l'autre côté de la profonde vallée qui nous en sépare car il faudra encore plonger de 600 m - passerelle (46) vers 1900 m - et en remonter de 700 pour parvenir à Tarkeghyang (47) à 2600 m. Dîner convivial dans la cuisine et salle de séjour de nos hôtes (+730m, -1700m, 8h30).

Samedi 24 novembre - Traversée tranquille à flanc de montagne, dominant la vallée de la Melanchi Khola, nous parvenons au riant village de Gangjawal (50) à 2500 m, qui s'apprête à moissonner ses champs de céréales. Beau monastère décoré d'épis jonchant le sol. Quel beau symbole pour cette région que celui du témoignage du travail de ses habitants ! Nous déjeunons un peu plus loin à Sarmathang (52), 2600 m. Poursuivant notre flânerie sur la croupe qui sépare les vallées de l'Indrawati river et de la Melanchi Khola, et qui permet de beaux aperçus de part et d'autre, nous traversons le site ancien de Nigale Bhanjyang (53) vers 2500 m toujours avant de plonger à nouveau (54) sur Kakani (55) à 1950 m pour notre dernière nuit dans l'Helambu que nous fêtons comme il se doit !

Dimanche 25 novembre - Dernier petit effort pour rallier Melamchi Bazar - passerelle (60) à 830 m - où nous déjeunons devant la très notable maison du Parti Maoïste qui tolère depuis peu l'accès des treks à l'Helambu ! Nous y retrouvons notre autocar qui nous ramène en fin d'après midi à Kathmandu, d'abord en suivant le cours de l'Indrawati et ses vastes rizières puis, retrouvant, enfin, une bonne route asphaltée, au travers des collines riants de cette région du Népal. Nous retrouvons le soir avec l'équipe entière de nos Sirdar, sherpas, cook, porteurs et accompagnatrice (seule manquait, en bonne santé mais encore en

surveillance à l'hôpital de Kathmandu, notre équipière) dans un bon restaurant pour célébrer encore ce trek chaleureux et vivifiant.

Lundi 26 novembre - Journée libre. Visite à Patan dont les temples hindouistes nous paraissent encore plus intéressants que ceux de Durbar Square à Kathmandu et surtout moins surchargés de visiteurs. Visite, également, d'un Musée très remarquable et d'un atelier de sculpture de statues religieuses hindouistes et bouddhiques

Départ pour Paris le soir, en avion, via Bahrain.

Commentaires

Trek superbe ne comportant pas de grandes difficultés physiques (ni techniques) pour des randonneurs pratiquant régulièrement les itinéraires pédestres dans les massifs européens, pourvu qu'ils soient bien avertis des risques inhérents à la haute altitude (manque d'oxygène, rayonnement solaire, déshydratation, fatigue, ...). Certes, la notice de l'opérateur les met bien en garde de ce risque sur sa fiche technique, mais il devrait également souligner l'importance de pratiquer une marche plus tranquille et régulière en forçant sa respiration (lorsque l'oxygène est réduit de plus d'un tiers, c'est une précaution élémentaire, même si l'on dit ne pas en sentir le besoin - les montagnards de quelque expérience le savent bien !).

Tout de même, nous avons été étonnés du changement d'itinéraire, de durée (12 jours au lieu de 10) et de niveau (4 au lieu de 3) un mois seulement avant le départ (inscriptions pourtant bouclées depuis 2 mois au moins). Cela pour augmenter, sans aucun doute l'intérêt du trajet mais discutable sur le plan contractuel. Je crois aussi que la grande descente de Gosain Kund à Tharepati aurait pu être raccourcie à Ghopten, comme prévu sur la dernière version officielle du trek.

Notons, par contre, l'heureux changement de dernière minute proposé par notre accompagnatrice (dépôt par le bus à Syabru Besi - et non Dhunche - ce qui évita l'étape Dhunche/Thula Syabru sans grand intérêt et permis une journée d'excursions tranquilles à Kyanjin. Egalement, nous avons été agréablement surpris, depuis notre trek au Changtang et

Rupshu, de noter que l'organisateur assure maintenant les amateurs éclairés de la montagne, de la possibilité d'une marche apaisée, sans obligation de courir entre des pauses inutilement longues et leur permet ainsi de profiter de la nature environnante (cf <http://dvinard.chez-alice.fr/rupshu.htm>).

De fait, un serre-file fut affecté au septuagénaire qui est l'auteur de ces lignes, au demeurant délégué technique de ski-alpinisme, instructeur et encadrant depuis un quart de siècle au Club Alpin, et son retard de quelques minutes à chacune des poses prévues ne posa visiblement aucun problème à la vie du groupe ni aux horaires prévus.

Terminons ces lignes pour dire toute l'appréciation que nous devons à Hélène, notre accompagnatrice, attentive et réactive, et à l'équipe des Sirdar, sherpas, cuisinier et porteurs (Dhan Bhadur Karki (DB), Ningnurl (NG), Perem Mager (Prim), Man Bhadur Tamaing (MB), Kirisma, Bim Tamaing, Nima, Karna, Bala (BK) et Ghinga) qui, comme nous l'avions précédemment constaté avec leurs collègues au Zanskar, au Changtang et au Rupshu furent tout simplement admirables, chaleureux et efficaces !

Photos

<http://europe.chez-alice.fr/general.htm>

Carte Langtang

<http://europe.chez-alice.fr/langtang-gps1b.jpg>

Coordonnées GPS du Langtang

<http://europe.chez-alice.fr/langtang.xls>

Carte Helambu

<http://europe.chez-alice.fr/helambu-gps1b.jpg>

Coordonnées GPS de l'Helambu

<http://europe.chez-alice.fr/langtang.xls>

[Voyages](#)

[Site](#)

Poésie
"Merci Hélène !"
"Ces drapeaux de couleur"

Sur les pentes des Himalaya ! - 6a

... Un jour, Yudishthira,
 Dans ces contrées, peut-être,
 Survivant du combat
 Qui détruisit les êtres,

Marchait, suivi d'un chien,
 Qui ne le quittait pas :
 Il recherchait les siens
 Partis dans l'Au-delà. ...



*Descente de l'Helambu de Gosainkund (4600 m, au fond) à Tharepati
 (photo DV)*

... A la porte du ciel,
 Un dieu lui demanda,
 S'il était essentiel
 De garder ce chien là !

Bien sûr, il insista
 Et retrouva ses frères
 Car ce chien, sur ses pas,
 Était Indra (*), son père !...

(Mahabharata, Livre XVIII)

*"Aux portes du Zanskar (extraits)
 dv, En montant le Shingo la, 10 août 2003*

*Sur les pentes des Himalaya ! - 6b***"Merci Hélène !"**

**(Trek du Langtang et de l'Helambu au Népal
 du 10 au 27 novembre 2007)**

Descendant l'Helambu
 De Gosainkund aux plaines
 Karna, Bîma, pour nous,
 Portaient fardeaux et peine.

Comme un jour Arjuna,
 Inspiré par Krishna,
 Guida les Pandavas
 Au Mahabhatata,

Sous le regard d'Hélène,
 Attentif, enjoué,
 Marchions à perdre haleine
 Par les monts et vallées.

Merci, merci, Hélène
 Pour ce trek étonnant,
 Dont nos pensées égrèment
 Les jours éblouissants ! (*)

Aéroport de Bharain, 26 novembre 2007

En remerciement à notre admirable et efficace accompagnatrice - Héhène, à nos valeureux et chaleureux Sirdars, Cook, Sherpas et porteurs - Dhan Bhadr Karki (DB), Ningnurl (NG), Perem Mager (Prim), Man Bhadr Tamaing (MB), Kirisma, Bim Tamaing, Nima, Karna, Bala (BK), Ghinga, et aux courageux trekistes - Christian et Josyane, Fanny, Houria, Marie-Anne, Nathalie, , Pierre, Sylvie-Anne et Gaële. Florence et Daniel.

() "Que l'amitié enchaîne nos cœurs reconnaissants" ad libidum*

Sur les pentes des Himalaya ! - 6c



Sous le regard d'Hélène, attentif, enjoué...

Sur les pentes des Himalaya ! - 6d



Conduit par Arjuna, Inspiré par Krisjna



Bîma, Karna, pour nous, portaient fardeaux et peine



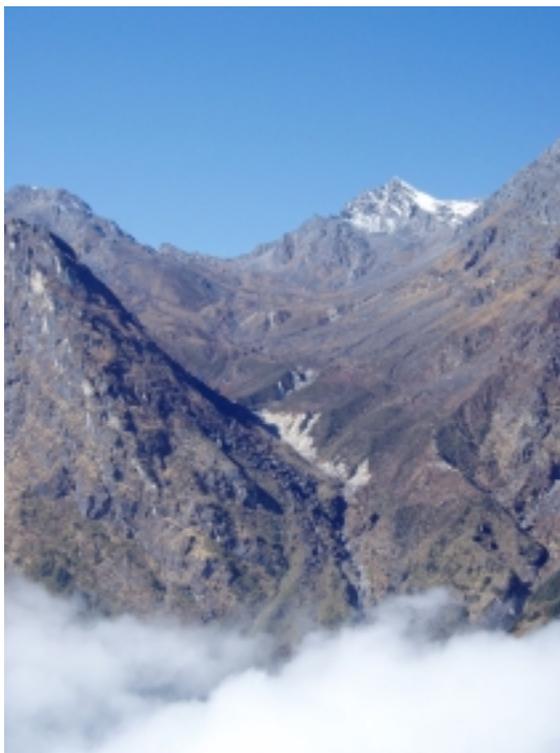
Marchions à perdre haleine, par les monts et vallées !

Sur les pentes des Himalaya ! - 6e

"Ces drapeaux de couleur"

*Douce couleur d'oriental saphir,
par-accueillie en la sérénité
du plein ciel, pur jusques au Cristallin,
rendit à mes yeux las, paix et délice...*

(Dante, "Divine comédie", Purgatoire, chant I/13-16
Traduction d'André Pézard, Gallimard, 1965)



*Descente de Gosain kund à Phedi, Helambu, Népal
(photo dv)*

Seigneur, incarne en moi, ces drapeaux de couleur,
De rubis, de saphirs, d'émeraude et de pleurs,
Ces arcs-en-ciel tendus entre rêve et douleur,
Ces écharpes de feu qui nous font chaud au cœur !

"Descendant l'Hélambu, de Gosainkund aux plaines,
Karna, Bîma pour nous, portaient fardeaux et peine !" (*)
Nous quittions le céleste et revenions sur terre,
Délaissant les drapeaux, les couleurs, les prières !



*Drapeaux de prière au Laurebina La (4610 m),
Gosainkund, Langtang, Népal.*

(Photo DV)

*Qu'allait-il advenir de nos pensées altières
Dans ce gouffre insensible aux rayons de lumière,
Où nous devons plonger dans les senteurs amères
Des ifs, genévriers, qui s'accrochaient aux pierres ?*

Sur les pentes des Himalaya ! - 6g

Des lambeaux de brouillard, arrachés aux nuées
Venaient lécher le sol, qui fuyait sous nos pieds,
Cèdres, rhododendrons et thuyas vénérables,
Disaient dans la pénombre un réel impalpable ! (**)

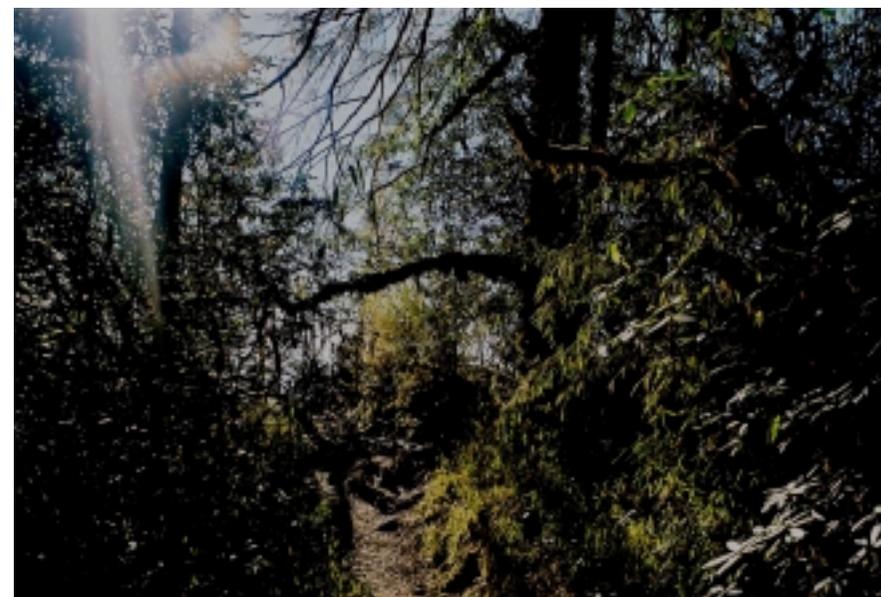


Tharepati pass, au fond, vu de Phedi.

Sur les pentes des Himalaya ! - 6h



Entre Ghopte et Tharepati, Helambu, Népal



Sur les pentes des Himalaya ! - 6i



En remontant de Ghopte à Tharepati, Helambu, Népal



Sur les pentes des Himalaya ! - 6j

*Mais soudain remontant, vers le ciel, la lumière,
Les pics étincelants, les fleurs, et les saveurs,
L'aurore et le couchant, la pensée, nos prières
Reprenaient forme, en somme, en drapeaux de couleur !*

Tharepati, Helambi, Népal, 23 novembre 2007



Arrivée à Tharepati, Helambu, Népal
(photos dv)

(*) "Merci, Hélène" ("En déclinant les sefirot, sola fide !"
Sur les pentes des Himalaya, p 6a)

(**) ad libidum : Donnaient à la pénombre un relief impalpable !