

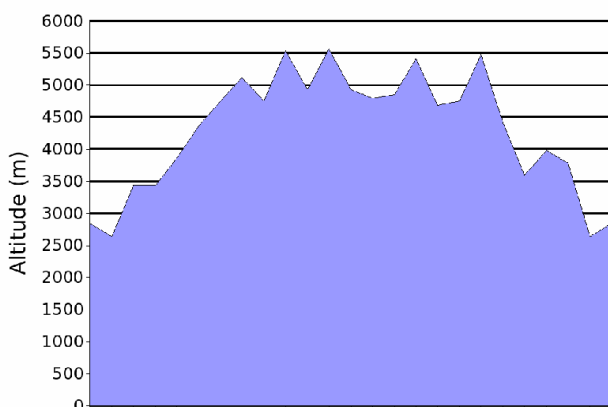
Le tour du Khumbu (Népal)

Claude Pastre, itinéraire parcouru en Octobre-Novembre 2004

Voilà un itinéraire qui mérite bien tous les superlatifs qu'on peut lui attribuer ! Itinéraire élégant, décrivant une sorte de boucle, techniquement intéressant, il permet de découvrir des montagnes somptueuses telles l'Ama Dablam, la plus belle montagne du monde (chacun a sa plus belle montagne du monde, pour moi c'est Ama Dablam !), les faces sud du Lhotse et du Nuptse, le Glacier du Khumbu montant à l'Everest, Cho Oyu, et bien d'autres.

L'accès en est facile. Une ligne aérienne régulière au départ de Katmandu conduit à Lukla, porte sud du Khumbu, le pays des Sherpas. La randonnée commence à la sortie de l'aéroport, sur le chemin vers Namche Bazar. La logistique est simple car tout est prévu pour l'accueil des randonneurs. Avantage pour les uns, défaut pour les autres, l'itinéraire est peu engagé : les étapes un peu difficiles peuvent être remplacées par des variantes faciles, les plus hautes altitudes ne sont pas des passages obligés. Si on élimine ainsi les parties les plus difficiles on peut même dire qu'il s'agit d'un itinéraire facile, altitude mise à part. Sinon, tel que décrit, considérer qu'il s'agit d'une rando assez difficile, style GR-54 "Tour de l'Oisans", l'altitude en plus.

Profil d'altitude du tour du Khumbu



Quelques petits défauts viennent évidemment troubler cette perfection : le principal est que le caractère exceptionnel de cette région l'a rendue très célèbre, et il y a donc du monde. Il paraît que cela se compare à la fréquentation du tour de la Vanoise ou du tour du Mont-Blanc au mois d'août (Je ne sais pas, n'étant jamais été assez fou pour aller en août en Vanoise ou autour du Mont-Blanc...) Ensuite, il faut prendre garde à l'altitude car on dépasse 4000m relativement rapidement et on évolue ensuite plutôt au-dessus de 4500m pendant une bonne dizaine de jours. Enfin, dernier

problème et non des moindres, le Népal sombre peu à peu dans un drame politique sanglant et l'accès risque malheureusement d'en devenir difficile dans les années qui viennent.

Si le groupe a le niveau nécessaire, on peut rajouter au programme l'ascension de l'Imja Tse (ou Island Peak, 6167m). Cette ascension est de l'alpinisme facile (coût du permis 900\$ pour un groupe jusqu'à sept personnes, crampons et ascension d'une pente de neige raide sur cordes fixes) mais à altitude déjà respectable. Elle a le petit inconvénient d'imposer un parcours du tour en sens inverse de celui que nous avons choisi, car il faut être bien acclimaté pour attaquer l'ascension. Dans ce sens, le parcours est à mon avis un peu moins beau et moins commode pour l'acclimatation initiale.

Le problème politique

En Octobre-Novembre 2004, nous étions assez inquiets quelques semaines avant le départ, mais le voyage ne nous a finalement posé aucun problème. La guérilla maoïste tenait déjà une grande partie des campagnes,

mais n'était pas visible à Katmandu, où la vie se déroulait paisiblement et normalement en apparence. Deux régions du Népal, le Khumbu et le Mustang, toutes deux peuplées d'ethnies bouddhistes d'origine tibétaine, semblaient échapper totalement à l'emprise maoïste. En revanche, on nous a rapporté que sur tous les autres itinéraires classiques de trekking du Népal, les touristes, s'ils ne sont pas malmenés, sauf rare accident, sont néanmoins rackettés : on vient, kalachnikov à l'épaule, leur demander une « contribution volontaire » à la cause. Un reçu en bonne et due forme est d'ailleurs fourni en échange, qui évitera d'avoir à payer deux fois. Le « tarif » allait de 1500 roupies (un peu plus de 20 US\$) par touriste sur le tour des Annapurnas à 3500 roupies (50 US\$) par tête, guide et porteurs compris, au Dolpo.

Depuis cette époque, le roi s'est octroyé les pleins pouvoirs et a fait disparaître le peu qui restait de démocratie. Toute possibilité de solution pacifique semble désormais très improbable et le pays risque de s'enfoncer davantage dans la violence jusqu'à ce que l'un des bords craque.

Une attitude raisonnable pour un projet de rando au Népal est probablement de surveiller le comportement des grands voyagistes spécialistes du Népal, comme Terres d'Aventure, Allibert ou Tirawa. Ils ont des antennes sur place qui leur permettent de juger mieux que quiconque de la situation (en particulier mieux que le ministère des Affaires Étrangères dont les « conseils aux voyageurs » semblent destinés surtout à créer l'affolement). Le jour où ces agences annuleront leurs voyages au Népal, il vaudra mieux les imiter !

Choix de l'époque et habillement

La bonne période pour cet itinéraire est en Octobre-Novembre, après la mousson et avant les neiges de l'hiver. On peut certes aller randonner au Khumbu jusqu'en fin Décembre, et également en Mars-Avril, mais à ces époques il faut prévoir de se contenter des fonds de vallée : la neige risque de rendre les cols d'altitude difficilement praticables, en tous cas avec un simple équipement de randonnée (et ne pas oublier que les porteurs sont encore plus sommairement équipés). En Octobre-Novembre, il fait le plus souvent beau, surtout après mi-octobre, les restes de mousson n'étant pas rares dans la première moitié du mois. Prévoir l'équipement pour des épisodes de petite pluie ou neige. Quand il fait beau, le soleil est chaud, mais l'air est frais. Les brises thermiques sont assez fréquentes l'après-midi, et bien que raisonnables, elles augmentent la sensation de froid. Il faut être au moins aussi bien équipé qu'en haute montagne l'été dans les Alpes. On voit même quelques doudounes sortir des sacs en soirée.

Cartographie et topos

"Mount Everest", carte au 1/50000 du National Geographic Magazine. Produite en 1988 par l'Office Topographique Fédéral Suisse pour le compte du National Geographic. Cette carte est de toute beauté. Elle ne couvre que la partie Est de l'itinéraire, mais c'est la qualité suisse : regarder la carte, c'est déjà faire le voyage à moitié ! A ma connaissance, cette carte n'a été publiée qu'en encart dans un numéro du National Geographic (vol. 174, n°5, Novembre 1988), elle est donc difficile à trouver.

"Khumbu Himal", 1/50000, n°2 du Arbeitsgemeinschaft für vergleichende Hochgebirgsforschung". De qualité nettement inférieure, mais facile à trouver, elle est en réalité tout à fait suffisante pour une randonnée sur sentiers où l'on est rarement tout seul. Il existe plusieurs autres cartes, à l'échelle 1/100000, faciles à trouver à Katmandu.

La littérature sur le Khumbu ne manque pas. On peut recommander un livre décrivant en détail l'itinéraire jusqu'au camp de base de l'Everest, valant surtout par ses très belles illustrations : "La route de l'Everest", Ryohei Uchida, Glénat 1991, ainsi qu'un autre livre lui aussi magnifiquement illustré : "Les plus beaux Trekkings du Népal", Masayuki Nakamura et Ryohei Uchida, Glénat 1997.

Et il ne faut évidemment pas rater "Domage que l'épaule W du Nuptse dépasse 7650m et que Sagarmatha n'atteigne pas 9600m" dans Le Crampon, revue du GUMS-Paris, n°325, Décembre 2004, où Huguette Frenkiel fait un récit très vivant de notre parcours de l'itinéraire décrit ici.

Logistique

On peut s'organiser de plusieurs manières pour ce parcours. La plus simple est de s'adresser en France à un voyageur spécialisé dans le trekking. Cet itinéraire, ou quelque chose qui lui ressemble figure dans tous les catalogues, incluant souvent l'ascension de Imja Tse (voir par exemple le récit d'un de ces voyages sur le site de Isabelle et Didier Jamet : <http://did.jamet.free.fr/>). Cette solution vous débarrasse de tous les soucis, mais coûte au moins 50% plus cher qu'une organisation directe.

Pour l'organisation directe, un peu plus compliquée et un peu plus risquée, deux solutions. La première est de s'adresser à une agence de trekking à Katmandu, qui, à votre choix, vous proposera des itinéraires tout préparés ou se chargera d'organiser le voyage sur l'itinéraire que vous aurez conçu. On trouve le meilleur et le pire en matière d'agence. Les livres-guides comme "Le Routard" et "Lonely Planet" sont de bon conseil. Utilisez l'édition la plus récente car la qualité des agences peut changer assez vite. Le problème avec cette solution est que l'agence locale est un intermédiaire que vous contrôlez mal (les grands voyageurs ont des moyens de pression dont vous ne disposez pas). Il vous est par exemple difficile de faire en sorte que la charge des porteurs soit limitée à une valeur raisonnable. Il y a bien un règlement qui limite en principe les charges à 35kg, ce qui est déjà beaucoup, mais il n'est pas respecté, contrairement à ce qui se passe au Pakistan. L'agence de trekking et le guide à qui elle sous-traite l'organisation de votre voyage sont alors tous deux tentés de remplir leurs poches plutôt que d'utiliser votre argent pour embaucher un nombre suffisant de porteurs. Et évidemment, ils se renvoient la balle de la responsabilité de cette situation.

La dernière solution, la plus satisfaisante mais la plus difficile, consiste à traiter directement avec un guide sans passer par une agence. Évidemment, il vous faut soit le connaître personnellement, soit qu'il vous ait été recommandé par une personne de confiance, et il vaut mieux avoir un peu d'expérience du pays pour juger des propositions de votre guide. Mais cela vous permet de (presque...) maîtriser l'organisation de votre affaire.

Il y a encore une autre "dernière solution", qui consiste à se passer de guide et de porteurs, ce qui est d'autant plus faisable sur cet itinéraire qu'il est possible de ne porter ni tente ni nourriture. Cette manière de faire est fermement déconseillée : primo, c'est mauvais pour vos vertèbres, secundo c'est mauvais pour votre sécurité (cf. plus haut, le problème politique), tertio cela prive l'économie locale d'un apport vital pour ce pays qui va en s'appauvrissant année après année et quarto cela vous prive du contact avec ces gens charmants qui partageront votre voyage pendant trois semaines.

Pour le tour du Khumbu, c'est de toutes manières assez simple. Il y a des "lodges" (anberges) pratiquement partout, où on peut se procurer le gîte et le couvert. En supprimant l'étape proposée au camp de base de Imja

Tse, il est même possible de ne pas emmener de tente du tout. Méfiance cependant, dans ce cas, car les lodges de Lobuche et Dzongla peuvent en arriver à refuser du monde. Il est possible de réserver à l'avance, mais ce n'est pas simple : en l'absence de téléphone, il faut dépêcher un "road runner" !

Côté prix de revient, le plus cher est le voyage avion, par ailleurs de coût très variable. L'aller-retour Paris-Katmandu en 2004 nous a coûté 870 € chacun. C'est un assez bon prix, mais avec la contrainte d'un achat ferme plusieurs mois avant le départ, ce qui, compte tenu de la situation politique de Népal est forcément risqué. En sus du billet d'avion, nous avons dépensé 830 € par personne. Avec un total de 1700 € par tête, cela fait un voyage de trois semaines plutôt bon marché.

On trouve à Katmandu de quoi s'approvisionner simplement en vivres de courses (pour les jours où on ne fera pas de pause de midi à l'auberge) et pour le repas du soir en camping. On ne trouve pas de barres de céréales, qu'il faudra donc penser à emporter depuis la France. On trouve des cartouches de gaz pour réchauds Camping-Gaz, mais pas d'essence blanche pour réchaud. Les fanatiques utiliseront donc le kérosène, carburant très efficace mais il faut un peu d'alcool pour l'allumage. Acheter le kérosène à Katmandu où il est trois fois moins cher qu'à Namche Bazar. On trouve à louer ou à acheter à Katmandu tout le matériel de camping ou d'alpinisme, souvent en contre-façon de grandes marques avec des matériaux de qualité médiocre.

Itinéraire de Katmandu à Katmandu

1. Katmandu - Lukla (2850m) - Phakding (2640m)

Les vols pour Lukla ont lieu dans la matinée, ce qui permet d'avancer un peu sur le chemin l'après-midi. C'est la "grand'route" du Khumbu par où hommes et yaks alimentent la haute région.

2. Namche Bazar (3440m)

Namche est la capitale du pays Sherpa. On y arrive par une rude montée, heureusement ombragée. En plus de son lien ombilical avec Lukla, Namche bénéficie pendant la belle saison d'une relation commerciale active avec le Tibet à travers le Khumbu La. Les Tibétains tiennent alors marché en permanence à Namche pour y vendre des produits de fabrication chinoise à des prix défiant toute concurrence.

3. Namche Bazar

Il est recommandé de s'arrêter un jour à Namche pour l'acclimatation. Nous avons négligé cette précaution, ce qui a induit des problèmes pour certains membres du groupe. On profite de cette journée pour monter sur la colline dominant le village à 3700m pour un premier paysage magnifique sur l'Ama dablam et les grands 8000 de la région. L'Everest montre sa tête sombre par dessus la muraille blanche du Nuptse.

4. Tengboche (3870m) - dénivelée 750m

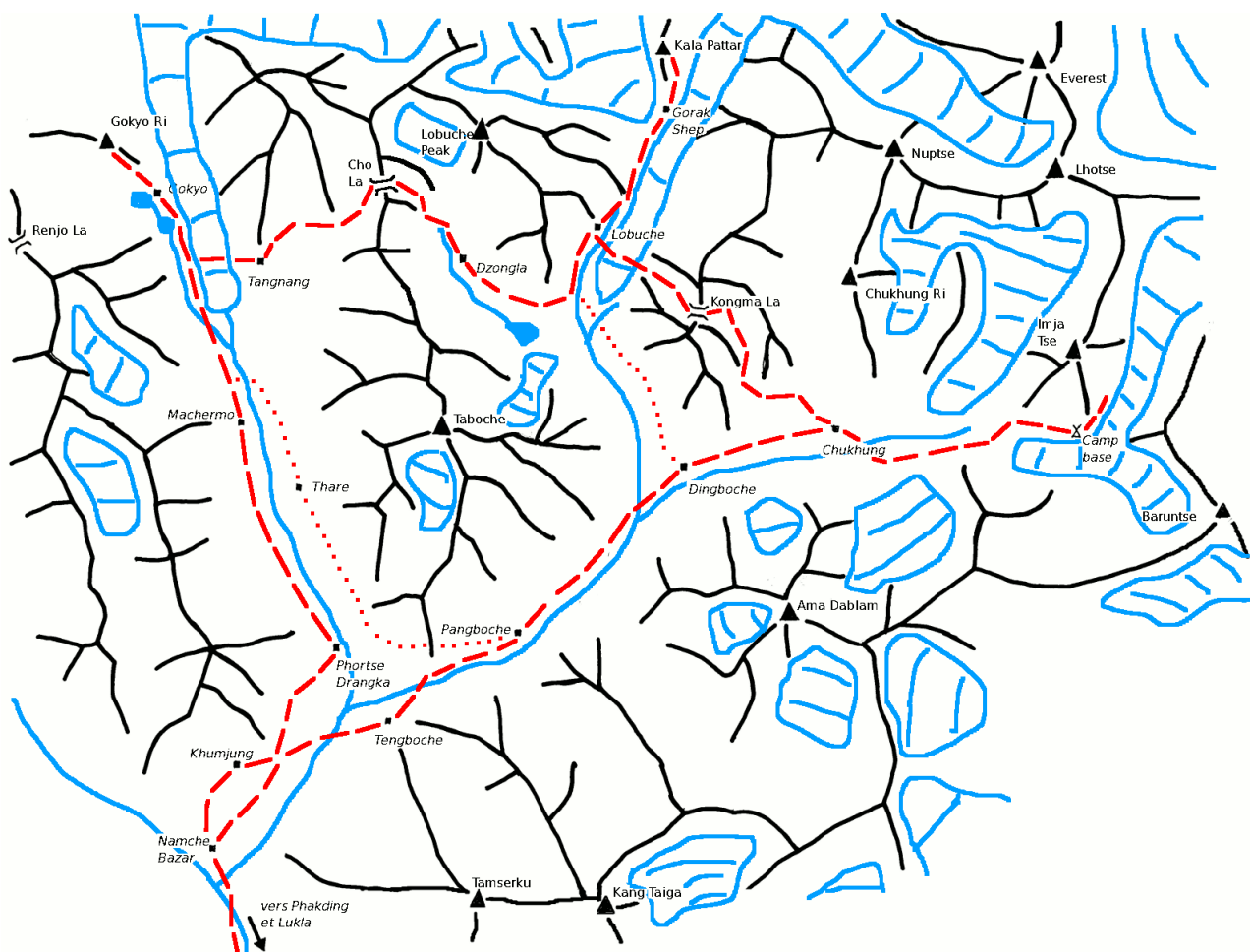
On commence par monter 150m pour suivre ensuite la vallée sur un sentier en balcon avant de redescendre traverser la rivière à 3250m, prélude à un raidillon de 600m qui mène au monastère bouddhiste de Tengboche. On peut visiter le temple et y assister à une cérémonie. Pour le paysage et pour l'acclimatation, les gens en forme feront en aller-retour 200 ou 300m de dénivelée supplémentaire sur l'épaule au-dessus du monastère. Attention au rythme : tant que l'acclimatation n'est pas terminée, il faut s'appliquer à rester bien en-dessous du niveau d'effort qu'on se sent capable de fournir.

5. Dingboche (4360m) - dénivelée 560m

Une légère traversée descendante à travers une forêt de rhododendrons jusqu'à 3800m pour traverser encore la rivière que l'on va suivre plutôt d'assez loin sur sa rive droite. Embranchement à droite vers Dingboche (le chemin de gauche va directement vers Lobuche et le camp de base de l'Everest). C'est à Dingboche qu'on trouve les plus hauts champs de pommes de terre de la région. La pomme de terre est la seule culture du Khumbu. On peut dire qu'elle est peu à peu remplacée par la culture des touristes, de nouvelles lodges prenant chaque année la place de champs de pomme de terre.

6. Chukhung (4750m)

L'étape jusqu'à Chukhung est courte, mais on n'est pas encore acclimaté, il vaut mieux ne pas forcer. On peut compléter la journée par un aller-retour vers l'une des "collines" du coin pour y admirer l'extraordinaire muraille des faces sud du Nuptse et du Lhotse.



7. Camp de base de l'Imja Tse (5120m)

C'est le seul endroit du parcours où une tente soit nécessaire. Un bivouac y serait très inconfortable à cause de la température et surtout du vent, souvent assez sensible en fin de journée. L'Imja Tse semble très à la mode et les tentes sont un peu agglutinées entre moraine et montagne : on essaye de ne pas être trop loin du point d'eau.

8. Chukhung (4750m)

Après avoir fait une visite vers le fond de la vallée et lorgné les alpinistes grim pant vers le sommet de l'Imja Tse, on redescend tranquillement vers Chukhung. Si votre guide n'est pas familier de l'itinéraire du Kongma La où vous irez demain, cela vaut la peine d'aller repérer la première partie du chemin.

9. Kongma La (5540m) - Lobuche (4930m)

Il faut penser à emporter son casse-croûte car il n'y a pas d'auberge sur le chemin. Curieusement, la traversée du Kongma La est peu parcourue, nous n'y avons vu que trois personnes. C'est donc l'étape la plus tranquille, et c'est aussi l'une des plus belles par les paysages qu'elle offre, avec en particulier de belles vues sur le Makalu. Le sentier n'est pas tracé sur les cartes. Il démarre de Chukhung vers l'ouest en traversée presque horizontale puis ascendante. Aller passer le gué derrière la maison la plus au nord du village et avancer ensuite "au flair" dans un certain embrouillamini de sentes diverses. Vers 4900m, sur l'épaule rive droite de la vallée du glacier du Nuptse les choses se clarifient : il n'y a plus qu'un sentier à suivre jusqu'au col. Si on le perd en route, il est impératif de le retrouver pour l'ascension finale, en biais de droite à gauche dans la barre qui porte le col. Le début de descente est assez raide, neige et verglas rendant souvent les pierres assez glissantes. Facile ensuite, avec en prime sur la fin, le "plaisir", sans cesse renouvelé sur les glaciers himalayens, de devoir traverser le glacier du Khumbu sur des monceaux de caillasses de toutes tailles. Cette étape peut être évitée en gagnant Lobuche par Dingboche et les fonds de vallées. De Lobuche, on verrait le sommet de l'Everest si l'épaule W du Nuptse ne dépassait pas 7650m ou si Sagarmatha atteignait 9600m. Dommage !

10. Kala Pattar (5570m) - Lobuche (4930m)

Avec le Gokyo Ri (voir jour 14), l'aller-retour au Kala Pattar qui est une épaule sur l'arête sud du Pumori, est certainement l'objectif de trekking le plus recherché du Khumbu. Il faut dire que le paysage mérite l'effort. Noter qu'il est possible de dormir dans des lodges à Gorak Shep (5200m) au pied du Kala Pattar. Une promenade alternative à celle du Kala Pattar consiste à aller visiter le camp de base de l'Everest. On peut y trouver un intérêt sociologique ou anthropologique, mais le paysage y est beaucoup moins intéressant.

11. Dzongla (4850m)

Etape de liaison pour passer dans la vallée voisine. On commence par descendre jusque vers 4800m pour trouver le sentier en balcon permettant de traverser l'épaule séparant les deux vallées. Il n'y a que deux lodges à Dzongla. Il n'est pas garanti d'y trouver des places.

12. Cho La (5420m) - Tangnang (4690m)

C'est l'étape la plus technique de l'itinéraire, également sans auberge en cours de route. Le sentier est bien marqué car parcouru par beaucoup de monde. Il faut passer sur un glacier (sans difficulté) avec, pour y accéder, une petite pente assez raide qui peut être glissante selon les conditions. Il est prudent d'avoir un piolet dans le groupe ainsi qu'un bout de corde au cas où. La descente en versant ouest est raide et demande un peu d'attention lorsque la neige rend les rochers glissants. La plupart des gens qui parcourent l'itinéraire dans ce sens, ne s'arrêtent pas à Tangnang mais vont jusqu'à Gokyo dans la journée. C'est alors une étape longue.

13. Gokyo (4750m)

Courte étape pour se reposer et admirer encore une autre collection de caillasses, cette fois en traversant le glacier de Ngozumpa. On voit aussi de beaux lacs gelés sur le glacier et on aperçoit à l'horizon Cho Oyu, la Déesse de Turquoise.

Il est possible d'aller de Lobuche à Gokyo sans passer par le Cho La, mais en contournant la montagne avec étapes à Pangboche et Thare.

14. Gokyo Ri (5480m) - Machermo (4410m)

La tradition veut que l'on parte très tôt de Gokyo, de nuit, sans petit déjeuner si on n'a pas pris la précaution de demander un thermos de thé la veille au soir, pour être le plus tôt possible au sommet du Gokyo Ri. Il s'agit de bénéficier du paysage avant qu'il ne risque d'être masqué par le développement des nuages. Gokyo Ri est un belvédère remarquable, on y voit tout, mais forcément d'assez loin.

Ce sommet est le point d'orgue de l'itinéraire. Il n'y a plus ensuite qu'à redescendre (à quelques petites remontées près) jusqu'à Lukla. Le découpage des étapes suivantes peut être facilement modifié. Il y a des auberges partout.

A noter : il est possible de rallonger le parcours en allant passer le Renjo La à l'Ouest de Gokyo. On regagne Namche en quatre jours (il est nécessaire d'emporter tentes et nourriture)

15. Phortse Drangka (3600m)

C'est au cours de cette étape que l'on retrouve herbe, arbres et odeurs que l'on avait abandonnés dix jours plus tôt en montant à Dingboche.

16. Khumjung (3790m)

Khumjung est une alternative plus calme à Namche Bazar. C'était la "ville" la plus importante du Khumbu avant l'essor de Namche.

17. Phakding

Il est possible de sauter l'étape de Phakding, et donc de regagner une journée si on a pris du retard quelque part.

18. Lukla

On passe la nuit à Lukla pour attendre l'avion, tous les vols des nombreuses compagnies desservant la ligne étant concentrés dans la matinée pour cause de meilleures conditions météorologiques.

19. Retour Katmandu.

A Lukla, atterrissage et décollage se font en vol à vue à cause de la morphologie assez chahutée de ce coin de montagne qui impose une approche aussi précise que complexe. Les vols sont très dépendants des conditions météo. Il est donc prudent de ne pas prévoir d'enchaîner le soir même un vol pour Paris. De plus, il faut un peu de temps pour visiter Katmandu et acheter les indispensables "souvenirs".