

# DÉCOUVERTE CULTURELLE ET ETHNOLOGIQUE DU SIKKIM

PROPOSÉE PAR VIDYÂ TOUR

Du 1 au 16 mai 2020 ( dont 12 jours au Sikkim)



**Le Sikkim est l'un des plus petits états de l'Inde, enclavé entre le Népal, le Tibet et le Bhoutan.**

Fidèle à son approche très personnelle, l'agence de voyage VIDYÂ TOUR ne se contente pas de vous proposer un circuit touristique classique mais a pour ambition de vous faire découvrir le Sikkim en profondeur. Notre objectif : vous montrer tous les aspects et toute la diversité de ce tout petit pays qui recèle des richesses naturelles et culturelles immenses. Nous parcourons le Sikkim du Sud au Nord et d'Est en Ouest en passant par les hauts lieux historiques, culturels, religieux et autres sites naturels remarquables. Le Sikkim était un royaume jusqu'en 1970 et est devenu le 22<sup>ème</sup> état de l'Union indienne en 1975. Le Sikkim est avant tout un espace naturel et préservé hors du commun. Comme son grand voisin le Bhoutan, les habitants du Sikkim sont très attachés à la qualité de la vie et en particulier à l'écologie. Nous irons à la rencontre des habitants dans le but de partager et d'apprendre d'eux. Venant de contrées soi-disant développées et modernes mais où très souvent nous passons de plus en plus à côté de la vraie vie, il est fort possible que nous apprenions beaucoup en parcourant les routes et les chemins de ce petit pays du bout du monde.

On dénombre au Sikkim 28 hauts sommets, dont le plus haut sommet de l'Inde qui est aussi la troisième plus haute montagne du monde, le Kangchenjunga (8 598 m), 21 glaciers, 227 lacs d'altitude et huit cols qui le relient à ses voisins, c'est-à-dire au Bhoutan, au Népal et au Tibet. On aurait dénombré pas moins de quatre mille espèces différentes de fleurs. Le Sikkim est le pays de l'orchidée, 700 espèces d'orchidées rares y ont été recensées. Au printemps nous pourrions admirer la floraison. Nous vous ferons découvrir les diverses ethnies qui peuplent ce petit territoire, dont les Bhutias (même peuple que les Sherpas du Népal venus de l'Est du Tibet), les Lepchas, les Limbos. La majorité des habitants du Sikkim sont

aujourd'hui d'origine népalaise et tibétaine et dans le sud on trouve des Indiens d'installation plus récente, souvent des commerçants : des Biharis, des Bengalis et des Marwaris. Les langues et dialectes sont très nombreux sur un territoire pourtant si petit, ce qui prouve la diversité du peuplement qu'il sera intéressant de décrypter à chaque nouvelle étape. On parle au Sikkim le bhutia, le dzongha, le groma, le gurung, le lepcha, le limbo, le magari, le majhi, le majhwar, le nepali, le rai, le sikkimais, le sherpa, le sunuwar, le tamang, le thulung, le tibétain et le yakha. Bien sûr on y parle aussi le hindi qui est la langue officielle de l'Inde et tout de même un peu l'anglais.

Enfin et surtout, le Sikkim nous permettra de découvrir le bouddhisme tibétain qui a été importé de l'Inde jusqu'au Tibet au 8<sup>ème</sup> siècle par le gourou Padmasambhava et qui s'est répandu dans tous l'Himalaya. Les grands monastères sont nombreux au Sikkim et toutes les grandes écoles du bouddhisme tibétain y sont représentées.

### Notre itinéraire



**JOUR 1** : vol aller vers l'Inde, atterrissage à Delhi et correspondance pour Bagdogra, l'aéroport le plus proche du Sikkim. Nuitée sur place pour se reposer des milliers de kms parcourus pour arriver jusqu'en Inde et à Bagdogra.



**JOUR 2** : route vers le Sikkim jusqu'à Gangtok la capitale de l'état via le poste frontière de Rangpo où nous obtiendrons le permis spécial pour le Sikkim qui est très sécurisé du fait de sa frontière commune avec la Chine. Découverte de Gangtok. Le nom de la ville signifie « la Haute Colline ». En effet Gangtok a pour particularité d'être construite à flanc de colline, sa grande rue principale monte à l'assaut des hauteurs, des ruelles et des escaliers relient les différents quartiers qui s'étendent de façon étagée sur plusieurs niveaux. Il faut avoir du souffle et de bons mollets pour se promener dans Gangtok. Nuit à Gangtok.



**JOUR 3** : aujourd'hui nous quittons la ville pour aller sur les rives du lac Tsomgo, appelé aussi lac Changu, un lac d'altitude (3 753 m) qui se trouve à proximité de la frontière avec la Chine. Nous aurons besoin d'un permis spécial supplémentaire pour visiter cette zone frontalière. Tout au long du trajet tout en montée nous pourrons faire des haltes et apprécier de sublimes panoramas. Promenade autour du lac de montagne où nous pourrons admirer de nombreuses fleurs, des oiseaux migrateurs et si nous avons de la chance nous pourrions apercevoir l'animal emblématique du Sikkim, à savoir le panda roux. Possibilité de chevaucher des yaks, pour se promener ... ou juste pour la photo. Retour à Gangtok. Nous pourrions flâner dans la ville en fin d'après-midi. Nuit à Gangtok.





**JOUR 4 :** direction Linghtem dans la région de Dzongu via Mangan au cœur du Sikkim. La route pour se rendre dans cette partie très isolée du Sikkim est assez difficile. Non loin de Gangtok nous nous rendrons sur un lieu historique, à Kabi Lungchok, là où au 13<sup>ème</sup> siècle les deux chefs de guerre, le Lepcha Thekong Tek et le prince tibétain ou Bhutia Khye-Bumsa ont signé un traité de paix. Une sculpture très réaliste et émouvante illustre à merveille ce grand événement de l'histoire du Sikkim. Une fois à destination, le but de notre expédition qui durera deux jours en tout est de découvrir la culture et les coutumes des Lepchas qui vivent encore aujourd'hui pour la plupart d'entre eux au cœur de la nature, dans la forêt et dans sa proximité. Les choix politiques résolument écologiques du Sikkim doivent beaucoup à ce peuple qui a su préserver son mode de vie en vivant en symbiose avec la nature. Les Lepchas ont notamment une grande connaissance des plantes médicinales. L'environnement naturel est splendide – les Lepchas appellent le Sikkim « Nye-mae-el », ce qui signifie dans leur langue « le Paradis » et leur dieu est présent en permanence devant leurs yeux, le dieu les domine de sa silhouette ô combien massive, ce dieu c'est le Kangchenjunga lui-même. Nous serons logés de façon relativement rudimentaire, ce qui est une juste contrepartie pour vivre une expérience hors du commun hors des sentiers battus. Sur le trajet visite des monastères bouddhistes de Kabi Longstok et Phodong.



**JOUR 5 :** poursuite du séjour dans le village de Linghtem. Randonnée jusqu'au monastère de Gyalthag et le monastère de Tinvong. Lors de cette randonnée nous pourrons nous immerger et nous relaxer dans des sources chaudes.



**JOUR 6** : trajet retour de Lingthem à Gangtok. Nombreuses haltes tout au long du trajet pour apprécier les paysages, les nombreuses cascades et la quiétude des lieux.

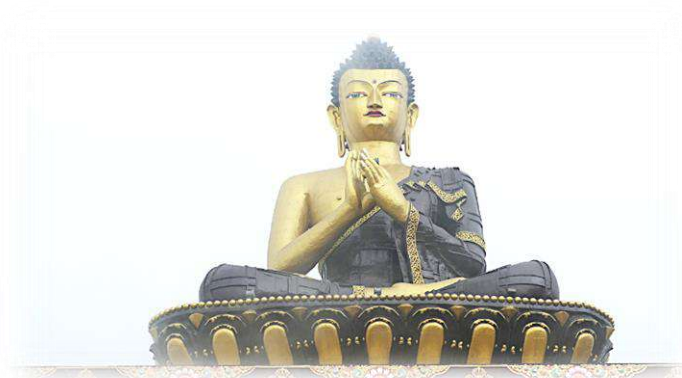
**JOUR 7** : aujourd'hui nous quittons Gangtok en direction de Namchi dans l'est du Sikkim. Nous ne manquerons pas de visiter le grand monastère de Rumtek, le plus grand du Sikkim, qui se situe dans les environs de Gangtok. Ce monastère appartient à l'école bouddhiste Kagyu et il est le siège du chef religieux de cette école, le Karmapa. Mais le Karmapa ne réside pas actuellement au monastère de Rumtek car une polémique est en cours concernant sa nomination, il y a actuellement deux candidats pour la fonction. A Namchi nous pourrions admirer la plus grande statue au monde de Padmasambhava (ou gourou Rinpoché) qui est le grand sage indien qui a importé au 8<sup>ème</sup> siècle le bouddhisme dans l'Himalaya et ce, jusqu'au Tibet. Environ 30 % de la population du Sikkim est bouddhiste. Nous visiterons ensuite un site très original qui est une réplique des quatre lieux de pèlerinage situés aux quatre points cardinaux de l'Inde où les Hindous doivent se rendre au moins une fois dans leur vie. Les quatre lieux saints sont : Badrinath au nord de l'Inde, Jagannath à l'est, Dwarka à l'ouest et Rameshwar au sud. Même si la culture bouddhiste est très présente au Sikkim, ceci ne doit pas faire oublier que 60% des habitants du Sikkim sont hindous. Les pèlerins qui viennent de l'extérieur du Sikkim sont nombreux aussi. Nuit à Namchi.





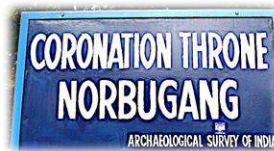


**JOUR 8** : trajet de Namchi à Yuksom en passant par Ravongla. A Ravongla nous visiterons le parc du Bouddha Shakyamuni dans lequel se trouve une statue d'une hauteur de près de 40 m, dans laquelle nous pouvons entrer et découvrir tout en nous élevant progressivement au sein de la statue des fresques et explications des épisodes marquants de la vie de Bouddha, de sa naissance à l'Éveil. Cette visite est à la fois fort plaisante et pédagogique. A quelques kms de là nous pourrons visiter le monastère de Yung Drung Bon Kundrak Lingbon où la religion bön qui date d'avant le bouddhisme y est encore pratiquée. Le bouddhisme tibétain peut être considéré comme un syncrétisme du bön pratiqué autrefois dans tout l'Himalaya, dont au Tibet, et le bouddhisme importé de l'Inde. Nous reprendrons notre route en direction de Yuksom et nous visiterons le monastère de Tahshiding, qui est considéré comme étant le plus sacré d'entre tous car ce se serait en cet endroit que le gourou Padmasambhava aurait béni la terre du Sikkim. Nuit à Yuksom.



**JOUR 9** : visite de Yuksom, la toute première capitale du Sikkim. Nous marcherons jusqu'à Norbughang, un lieu-dit où le premier roi du Sikkim, Phuntsog Namgyal a été couronné en 1642. Trois moines ou lamas qui venaient du Tibet ont procédé au couronnement de Phuntsog Namgyal : lama Lutsum Chembo, lama Sempa Chembo et lama Rinzing Chembo.

Les trois lamas sont vénérés encore aujourd'hui au Sikkim. Le roi du Sikkim ainsi que sa dynastie portaient le titre de Chogyal ce qui signifie « roi religieux ». Rando au monastère de Dubdi en traversant la forêt et les plantations de cardamone. Nuit à Yuksom.



**JOUR 10** : en route pour Pelling. En chemin nous pourrons faire une halte pour nous promener sur les berges du lac sacré de Kecheopalri. Vu de haut on distingue que cette étendue d'eau présente la forme d'une empreinte de pied. D'après le mythe ce serait l'empreinte du pied du gourou Padmasambhava. Dans les environs de Pelling nous visiterons le monastère de Pemayangtse, c'est l'un des tout premiers monastères du Sikkim appartenant à l'école des Nyingmapâ, l'école la plus ancienne du bouddhisme tibétain. Un moine y a construit une représentation des sept paradis. Puis nous irons ensuite voir les ruines du palais de Rabdentse, la deuxième capitale dans l'histoire du Sikkim (1670-1814). Nous y verrons notamment trois stèles qui ont été érigées à la mémoire des trois lamas fondateurs de la dynastie.





Retour à Pelling pour prendre la direction du monastère de Sanga-Choelling au sommet d'une colline. Magnifique panorama sur l'Himalaya et les collines alentour. A proximité une nouvelle statue géante a été érigée, elle représente Cherenzi ou en sanskrit : Avalokiteshvar. Cherenzi est le bhodisatvâ qui incarne la compassion. Un bhoddisatvâ est un sage bouddhiste qui volontairement n'a pas été jusqu'au stade de l'Éveil pour rester parmi les hommes pour travailler au soulagement de leurs souffrances. Avolikiteshvar signifie « le dieu qui regarde le monde d'en-bas ». Avolikiteshvar est toujours représenté effectivement avec le regard tourné vers le bas, il regarde avec compassion les êtres humains qui souffrent dans le monde d'en bas. Le Dalaï Lama est considéré comme la réincarnation du bhoddisatvâ de la compassion. Nuit à Pelling.



JOUR 11 : trajet de Pelling à Darjeeling.



JOUR 12 : journée à Darjeeling, ancienne station d'altitude où les Britanniques venaient respirer le bon air des montagnes et connue mondialement pour son thé. Pour les plus courageux réveil à 4 heures du matin pour admirer le lever du soleil depuis la « Colline du Tigre » (Tiger Hill) et le massif du Kanchenjunga (8 598 m) qu'on ne se lasse pas d'admirer même si on l'aura déjà admiré depuis d'autres points de vue à l'intérieur du Sikkim. Visite du monastère de Ghoom. Visites de plusieurs sites l'après-midi : Japanese Peace pagoda, Himalayan Mountaineering institute, le centre des réfugiés tibétains le zoo où l'on pourra découvrir la faune himalayenne, dont le panda roux, et des plantations de thé. Nous pourrons visiter la gare et admirer les petites locomotives à vapeur sous toutes leurs coutures, mais je ne conseille pas de faire un tour à bord du petit train, le « Toy train », à cause de la pollution engendrée par ce mode de locomotion d'un autre temps. Nous aurons traversé au cours de ce voyage des régions très préservées d'un point de vue écologique, ce petit train n'est pas écologique du tout. Fin d'après-midi libre pour apprécier à son rythme Darjeeling.



JOUR 13 : trajet pour l'aéroport de Bagdogra pour le retour à Delhi. Départ très tôt le matin pour éviter la circulation très intense de la journée. Nuitée à Delhi.

JOUR 14 : vol international retour depuis Delhi.



## TARIF

**Forfait** : 1 995 € (minimum 10 personnes)

Le forfait comprend :

- Hébergement : 15 nuitées
- Pension complète au Sikkim
- Transport : minibus privé avec chauffeur
- Vol intérieur pour rejoindre Bagdogra
- Accompagnement et guide local
- Aide à la demande du visa indien

Le forfait ne comprend pas :

- Le billet pour le vol international
- Les repas et boissons hors du Sikkim (à l'exception du petit-déjeuner qui est inclus)
- Assurances et assistance
- Coût du visa indien (25 € environ)



## NOTES PERSONNELLES