

www.ajantavoyages.com  
info@ajantavoyages.com  
Tel: (977) 1 44 11 504



Randonnées à thème  
en Himalaya  
Kathmandu - Nepal

## Népal Trekking & peinture chinoise avec Robert Faure

### *LA NATURE COMME MODELE*



*du 23 Octobre au 7 Novembre 09*

#### **POINTS FORTS**

- > *Introduction à la peinture Tch'an (Sumie) avec Robert Faure*
- > *Pratique quotidienne de la peinture à l'encre de Chine dans un cadre naturel exceptionnel*
- > *Trek sans difficulté (4 h/jour) loin des grands itinéraires touristiques,*
- > *Balade en pays Sherpa, entre villages, monastères, forêts de pins et de rodhos avec la chaîne de l'Everest en toile de fond*
- > *Rencontres avec des maîtres tibétains pour une introduction à la méditation bouddhique*
- > *Vol de montagne entre Katmandou & Phaplu*
- > *Découverte des grands sites culturels de la vallée de Katmandou*

*Ajanta Tch'an le 02/12/08*

## Népal : trek et peinture Tch'an en pays sherpa

*'Voir et voir sont deux choses différentes'*

Proverbe japonais

Ce petit trek de 10 jours est centré sur la pratique de la peinture Tch'an avec **la nature pour modèle** tout en cheminant au cœur du pays sherpa. Quelle civilisation n'a pas gravé ses traces de vie, ses représentations sur le roc, la pierre ou le papier? Quel enfant n'a pas laissé sur le sable ou le papier la fugitive empreinte d'un doigt ou d'un pinceau?

L'expérience de la trace laissée par le simple pinceau empli d'encre ne cesse de nous étonner et de nous apprendre quelque chose de l'acte créateur. Cette expérience apparaît hors du temps, au-delà des écoles, des oeuvres et même des pays. Elle récapitule l'aventure humaine depuis le fond des âges. C'est l'histoire du langage, de la mémoire et de la volonté de laisser une trace pour ceux qui nous survivent. Les plus simples instruments ont donné lieu aux plus belles réalisations. La sobriété des formes, le noir et blanc alliés à la dextérité du pinceau donne encore, après des siècles écoulés, la perception du frémissement de la vie. La calligraphie, comme tout art, préfigure un passage, une transformation. L'apprentissage du geste sans peur, sans retouches, suppose un arrangement intérieur, une mise en paix, un goût de la richesse de l'unique instant où le calligraphe reçoit la puissance d'un élan créateur. La calligraphie n'apporte pas forcément quelque chose en plus, mais nous fait don de quelque chose en moins. Moins de lourdeur, moins d'indifférence dans nos pupilles, moins d'orgueil dans nos éphémères réussites. Elle révèle depuis des siècles d'admirables prophètes de la beauté.

Ce voyage est encadré par **Robert Faure**, maître de peinture et directeur de l'Institut de peinture Tch'an et Sumi-e. Il est notamment l'auteur de *L'esprit du Geste, philosophie et pratique de la peinture à l'encre de Chine Tch'an et Sumi-e*.

Peindre à l'encre de Chine dans un cadre naturel, de villages en monastères, au pied des pins himalayens ou au cœur des forêts de rodhos, observer le jeu des rivières dans les rochers ou le mouvement du vent dans les jeunes bambous : voilà le résumé de cette belle randonnée à thème au Népal.

## 1 - ITINERAIRE



- 1 **Départ de Paris**
- 2 Arrivée à **Katmandou** et transfert à **Bodhnath**.  
Introduction à la peinture Tch'an et repos.  
Nuit à la Shechen Guest House ou similaire en B/B à quelques minutes à pied du grand stupa de Bodhnath.
- 3 **Katmandou**  
Le matin, session de peinture puis visite du grand Stupa bouddhiste de Baudhanath et des monastères tibétains alentours  
Après-midi excursion à Bhaktapur, ancienne cité impériale de la vallée de Katmandou et inscrite au Patrimoine mondial de l'Humanité.  
Nuit à la Shechen Guest House ou similaire en B/B
- 4 **Katmandou - Jiri (1950 m) - Mali (2300 m - 2 h)**  
Transfert en bus (7 h) jusqu'à Jiri, point de départ de notre trek en longeant la Bhote Kosi qui descend du Tibet.  
2 heures de marche jusqu'au col de Mali et camp.
- 5 **Mali - Shivalaya - Deurali (2700 m - 4 :30 h)**  
Descente sur Shivalaya pour traverser la rivière (1:30 h) puis montée jusqu'au col de Deurali  
Camp à Deurali
- 6 **Deurali - Bandar - Namkeli (2000 m - 3 h)**  
Longue descente en forêt de rodhos puis traversée des ponts suspendus

sur la Liku et la Kaseri Khola (2 h) puis montée (1 h ) jusqu'au village de Namkeli (2000 m).

Camp

- 7 **Namkeli - Ngaur (3350 m - 4 h)**  
Montée assez rude (2 h) jusqu'au petit monastère de Goli Gompa puis marche en forêt en montée progressive jusqu'au hameau et monastère de Ngaur situé sur une crête (2 h). Belle vue à 360°.  
Camp à Ngaur
- 8 **Ngaur - Mont Piké (4045 m - 3:30 h)**  
Montée au lever du soleil au Mont Piké, point culminant de notre trek d'où l'on découvre plus de 200 km de chaîne himalayenne, des Annapurnas à l'Everest dans un cadre superbe.  
Retour au même camp.
- 9 **Ngaur - Monastère de Junbesi (5 h)**  
Descente sur Traktobuck en évitant le Lamjura La pour rejoindre la petite université monastique de Junbesi. Rencontre avec les moines. Nous assisterons au rituel du soir ou du matin et courte introduction à la méditation bouddhique (pour ceux qui le souhaitent).  
Camp aux abords du monastère
- 10 **Junbesi - Col du Shingrare La (3500 m) - Ringmo (2600 m - 4 h)**  
Nous remontons au col de Shingrare dans une belle forêt de rodhos. Belle vue sur le Thamserku et le Mera Peak.  
Puis descente facile sur Ringmo au milieu des pommiers.  
Camp au Apple Lodge.
- 11 **Ringmo - Col de Tragsindo (3100 m) - Ringmo (3 h)**  
Marche facultative pour ceux qui le souhaitent : courte montée au col de Tragsindo (1:30 h) pour s'approcher des sommets. Puis redescente au même lodge à Ringmo. Ceux qui ne désirent pas marcher peuvent rester au lodge pour se consacrer à la peinture.  
Même camp.
- 12 **Ringmo - Chiwang (3 h) (Lopen Dorjé)**  
Belle balade facile puis montée au monastère de Chiwang où nous serons accueillis par les moines du monastère.  
Camp aux abords du monastère.

- 13            **Chiwang - Phaphlu (1:30 h) et vol sur Katmandou**  
Le matin descente sur l'aéroport de Phaphlu (1:30h) puis vol sur  
Katmandou en fin de matinée (40 mn).  
Nuit à la Sechen Guest House à Bodhnath en B/B
- 14            **Journée libre à Katmandou**  
Le matin, visite la vieille ville de Patan visite du Musée de Patan, spécialisé  
dans la statuaire selon la technique de la cire perdue. Visite, si le groupe  
le souhaite, d'une fabrique de papier népalais, le lokta (daphné). Déjeuner  
au restaurant du Musée puis retour sur Bodhnath.  
Après-midi libre. Nuit en B/B à la même Guest House.
- 15            **Vol sur Paris**  
Journée libre. Dans la soirée, transfert à l'aéroport pour vol sur Paris.
- 16            **Arrivée le matin à Paris**

## 2 - INFORMATIONS PRATIQUES

*Ce voyage est organisé conjointement par l'Institut Tchan & Sumie dirigé par Robert Faure et Ajanta Voyages spécialiste des voyages à thème en Himalaya.*

**Dates :** Du 23 Octobre au 7 Novembre 09

**Niveau du trek :** facile. Altitude maxi : 4045 m  
10 jours de marche, 2 à 4 h par jour

**Niveau de peinture :** ce voyage est ouvert à des peintres ayant déjà une expérience de la peinture à l'encre ou ayant effectué au moins un stage de 5 jours avec Robert Faure. Le mieux est de le contacter directement pour en parler.

### **Trekking :**

10 jours de trek sans difficulté pour toute personne en bonne santé, malgré quelques dénivelés parfois conséquents.

Règle d'or : 'plus on est en forme, plus on se fait plaisir' donc un seul conseil pour profiter au maximum de votre voyage, n'hésitez pas à faire un peu de marche, jogging, vélo, etc., quelques semaines avant de partir.

Ce trek est encadré par une équipe népalaise de guide, cuisiniers et assistants. Nuits sous tentes durant le trek.

### **Trekking et peinture :**

L'idée de ce voyage est de peindre en cheminant et en prenant la nature pour modèle. Robert Faure introduira les concepts de 'voir' avec l'œil du peintre, c.à d. d'isoler l'essentiel d'un sujet et d'en faire un croquis (esquisse) sur un bloc-note durant la marche. Les après-midis seront consacrés à la peinture à l'encre de Chine à partir de ces croquis.

Nous conseillons de transporter le papier dans un rouleau en plastique étanche. Nous fournirons de petites tables (genre camping) et des coussins pour ceux qui veulent peindre assis.

### **Robert Faure :**

Maître de peinture à l'encre de Chine, il est notamment l'auteur d'un ouvrage de référence : *L'esprit du geste, philosophie et pratique de la peinture à l'encre de Chine Tch'an et Sumi-e* aux Editions du Chêne. Il dirige l'Institut de peinture Tch'an et Sumi-e, il donne des conférences-démonstrations, organise des expositions et des stages en France et en Europe.



**Participants :**

Petits groupes indépendants de 10 à 18 personnes maximum encadrées par un guide local francophone et son équipe, chauffeurs, cuisiniers et sherpas.

**Hébergement :**

En Guest House avec petit déjeuner à Katmandou (repas de midi et soir non compris).

Sous tente pendant le trek en pension complète

**Bibliographie sommaire de peinture à l'encre :**

Robert Faure: *L'esprit du geste*, Ed. du Chêne

François Cheng : *Le vide et le plein*, Ed. du Seuil, Point Sagesse

François Cheng : *Chu Ta, le génie du trait*, Ed. Phebus

Ryukyu Saito : *La Voie de l'encre*, Ed. Guy Tredaniel

Suzuki Roshi : *Esprit zen, esprit neuf*, Ed. du Seuil, Point sagesse

**Equipement de trek conseillé:**

Un duvet (-5 °) et des chaussures de trekking, pantalons légers et shorts, pull ou laine polaire, anorak, une cape de pluie, un maillot de bain, un bonnet ou chapeau, une paire de gants, un collant, foulard, de la crème solaire, stick à lèvres, lunettes de soleil ;

Une trousse de toilette, une gourde métallique (2 litres) ou thermos, une lampe de poche, quelques grands sacs plastique pour protéger vos vêtements;

Un sac fourre-tout avec fermeture éclair limité à 13 kg (roulettes et valises peu pratiques pour le portage en trek);

Quelques livres et un carnet de note. Pour ceux qui le souhaitent un dictaphone peut être un accessoire intéressant ;

Et, bien sûr, un petit coup à boire et/ou quelques douceurs pour la convivialité des longues soirées sherpas

**Matériel de peinture :**

- Carton à dessin portable comprenant une feutrine, 2 compartiments à papier, 2 pinces pour tenir le papier, une palette pour encrage (Robert va tenter de les faire venir directement de Chine pour chaque participant).
- Un flacon d'encre du Japon
- Papier népalais
- 3 pinceaux de base de bonne qualité (petit, moyen, gros)
- un carnet de croquis + crayon + gomme \*
- un bloc notes + stylo \*
- chiffon\*

Nous proposerons un forfait pour le carton, le flacon, le papier, les 3 pinceaux (le tout fourni par Robert Faure sur demande)

\* matériel à apporter individuellement

**Budget :**

Outre les entrées dans les sites, les taxes d'aéroport (18 euros) et les quelques repas non compris à Katmandou, il faut prévoir un petit budget supplémentaire pour les pourboires. Il n'y a là rien d'obligatoire mais c'est une pratique habituelle au Népal. Estimation 2/3 euros par jour.

**Pharmacie :**

Votre guide sera en possession d'une pharmacie de base pour les premiers soins mais apportez aussi vos propres médicaments.

*NB : votre guide n'est ni médecin ni infirmier même s'il connaît bien les médicaments de la pharmacie, a été formé pour les utiliser et connaît les rudiments des premiers soins.*

**Visas Népal :**

Visa de 15 jours que vous pouvez obtenir à l'aéroport en arrivant : \$ 30 + 1 photo

**Rendez-vous à Katmandu :**

Ceux qui le souhaitent peuvent prendre leurs billets internationaux indépendamment mais ils doivent être impérativement à Katmandu le matin du jour 2. Le programme se termine le jour 15.

**Assurance :**

Vous devez impérativement être en possession d'une assurance annulation - rapatriement que vous pouvez en acheter une chez Club Aventure qui s'occupera des billets internationaux, ou que vous pouvez souscrire individuellement comme

Europe Assistance, Helvia, etc., ou avec votre carte Visa : vérifiez bien les conditions.

**Nous contacter :**

**Institut Tchan & Sumie**

84 Impasse des Bouillidous

83210 - Solliès Toucas

Tel : 00 33 (0)4 94 13 02 34

[www.art-zen.com](http://www.art-zen.com)

**Ajanta Voyages**

BP box : 34 91

Katmandou - Népal

Mail : [info@ajantavoyages.com](mailto:info@ajantavoyages.com)

[www.ajantavoyages.com](http://www.ajantavoyages.com)

Tel : 00 977 1 44 11 504

### 3 - PRIX & CONDITIONS

#### **Trek et Peinture en Pays Sherpa**

Du 23 Octobre au 7 Novembre 09

**Prix par personne : € 1650 /personne**

**Vol international : entre € 1100 et 1500**

(Prix à ce jour -02/12/08: 1200 euros par personne. Plus l'inscription est tôt et  
) (meilleur marché sont les billets)

- Comprend :**
- Hotel à Katmandou en B/B
  - Trek en pension complète avec guide, cuisiniers et assistants
  - Vol Phaplu Katmandou
  - Vols internationaux sur Katmandou (estimation)
  - Enseignement de R. Faure

- Ne comprend pas :**
- Repas de midi et soir à Katmandou
  - Entrées dans les sites dans la vallée de Katmandou
  - Assurance, taxes d'aéroport, visas et pourboires

#### **Ajanta Voyages**

Le spécialiste des voyages à thème en Himalaya,  
Programmes sur mesure pour groupes constitués en Inde, Tibet, Népal, Bhoutan

[www.ajantavoyages.com](http://www.ajantavoyages.com)

Pour toute information, contactez-nous : [info@ajantavoyages.com](mailto:info@ajantavoyages.com)

## INSCRIPTIONS

### **I - Nom et Prénoms :**

Nationalité et date de naissance :

# de Passeport et validité :

Adresse postale et mail :

Téléphone :

Téléphone portable :

### **II - Intitulé du Voyage :**

### **III - Vol international**

Je prends mes vols internationaux moi-même :

Date et lieu de départ et d'arrivée :

Numéro de vol :

Je souhaite bénéficier du billet de groupe c/° Club Aventure

### **IV - Assurance**

Numéro de police :

Nom, adresse et contact de la compagnie d'assurance :

Personne à contacter en cas d'urgence

### **V - Pré-requis en peinture**

Ce voyage est ouvert aux personnes ayant déjà un minimum de pratique en peinture à l'encre de Chine (stage de 5 jours pré-requis)

### **VI - Paiement**

Prix terrestre: 1650 € (terrestre)

Prix vol international au 02/12/08 (réajustable): 1200 €

**Prix total du voyage: 2850 €**

- 30% versé à l'inscription
- 30% le 20 Juin 2009
- Solde versé le 20 septembre 2009

N.B. Plus on approche de la date du départ, plus les billets d'avion vont augmenter. Il est donc souhaitable de vous inscrire le plus tôt possible.

**Mode de paiement :**

Par chèque à l'ordre de Institut Tchan & Sumie,

ou

Par transfert bancaire à l'ordre de Tamot Edou, cpte : 1186491 F 001.

Banque Palatine, Succursale Sèvres

39, Boulevard Raspail, 75007 Paris

RIB : 40978 - 00007 - 1186491F001 - 55

IBAN : FR39 4097 8000 0711 8649 1F00 155

**Date et signature :**

*A retourner à Ajanta Voyages ou à l'Institut Tchan, daté et signé par la poste par fax ou par mail*

## CONDITIONS GENERALES AJANTA VOYAGES

### **Itinéraire & Prix**

L'itinéraire et le prix vous sont communiqués selon les informations en notre possession au jour de ce contrat, mais des changements peuvent survenir notamment sur les vols intérieurs.

Nous ferons de notre mieux pour vous tenir informés de ces changements et pour qu'ils vous causent le moins de désagrément possible.

### **Assurance & Urgences**

Vous devez obligatoirement contracter une assurance annulation/rapatriement et nous fournir une copie de votre contrat, votre numéro de police, une copie de votre passeport ainsi que le nom de la personne à contacter en cas d'urgence, ceci pour faciliter les démarches.

### **Frais d'Annulation**

44 à 15 jours : 30 %  
- de 15 jours : 50 %

Je soussigné, Mr, Mme, Melle déclare avoir pris connaissance des conditions générales et particulières de ce voyage. Je suis conscient des risques que j'encoure mais j'en prends l'entière responsabilité et je m'engage à ne pas reporter cette responsabilité sur l'agence Ajanta, les guides ou les équipes locales.

Fait à

Le

Signature:

*A retourner à Ajanta Voyages ou à l'Institut Tchan, daté et signé par la poste par fax ou par mail avec votre premier chèque d'inscription*