

# Chepté

Un village au Népal



Patrice Olivier

# Chepté

Un village au Népal



Patrice Olivier



*La chaîne himalayenne*

Page 10



*La culture en terrasse*

Page 20



*La communauté sherpa*

Page 12



*L'élevage*

Page 22



*Le village de Chepté*

Page 14



*Nourrir les animaux*

Page 24



*La famille Sherpa*

Page 16



*À dos d'homme*

Page 26



*La vie au rythme des saisons*

Page 18



*Les commerces de Bhalthumka*

Page 28



*Le marché de Bhalthumka*

Page 30



*La vannerie*

Page 40



*Portraits hindous*

Page 32



*Les jeux d'enfant*

Page 42



*Le Dashain*

Page 34



*L'école de Chepté*

Page 44



*Les maisons*

Page 36



*La classe*

Page 46



*L'artisanat*

Page 38



*Le sanskrit*

Page 48





*La cour de récréation*

Page 50



*Le temple*

Page 60



*Les jeux d'enfant (2)*

Page 52



*Le chamanisme*

Page 62



*La danse*

Page 54



*L'hospitalité népalaise*

Page 64



*Les origines tibétaines*

Page 56



*L'eau*

Page 66



*Le bouddhisme*

Page 58



*Le lait*

Page 68



*La pomme de terre*

Page 70



*Crépuscule sur la chaîne  
himalayenne*

Page 79



*Le maïs*

Page 72



*Remerciements*

Page 80



*La cuisine*

Page 74



*Glossaire*

Page 81



*Les repas*

Page 76



*Paysages sur la route  
de Chepté*

Page 78



*République démocratique  
fédérale du Népal*

Page 82



Pour atteindre Chepté en partant de Katmandou, il faut d'abord rejoindre Jiri, ce qui prend une journée de bus pour 200 kilomètres, ensuite, il faut trois jours de marches de Jiri à Chepté. Cette région est aux portes de la chaîne himalayenne. Ci-dessus, le GauriSankar, il culmine à 7 181 mètres.

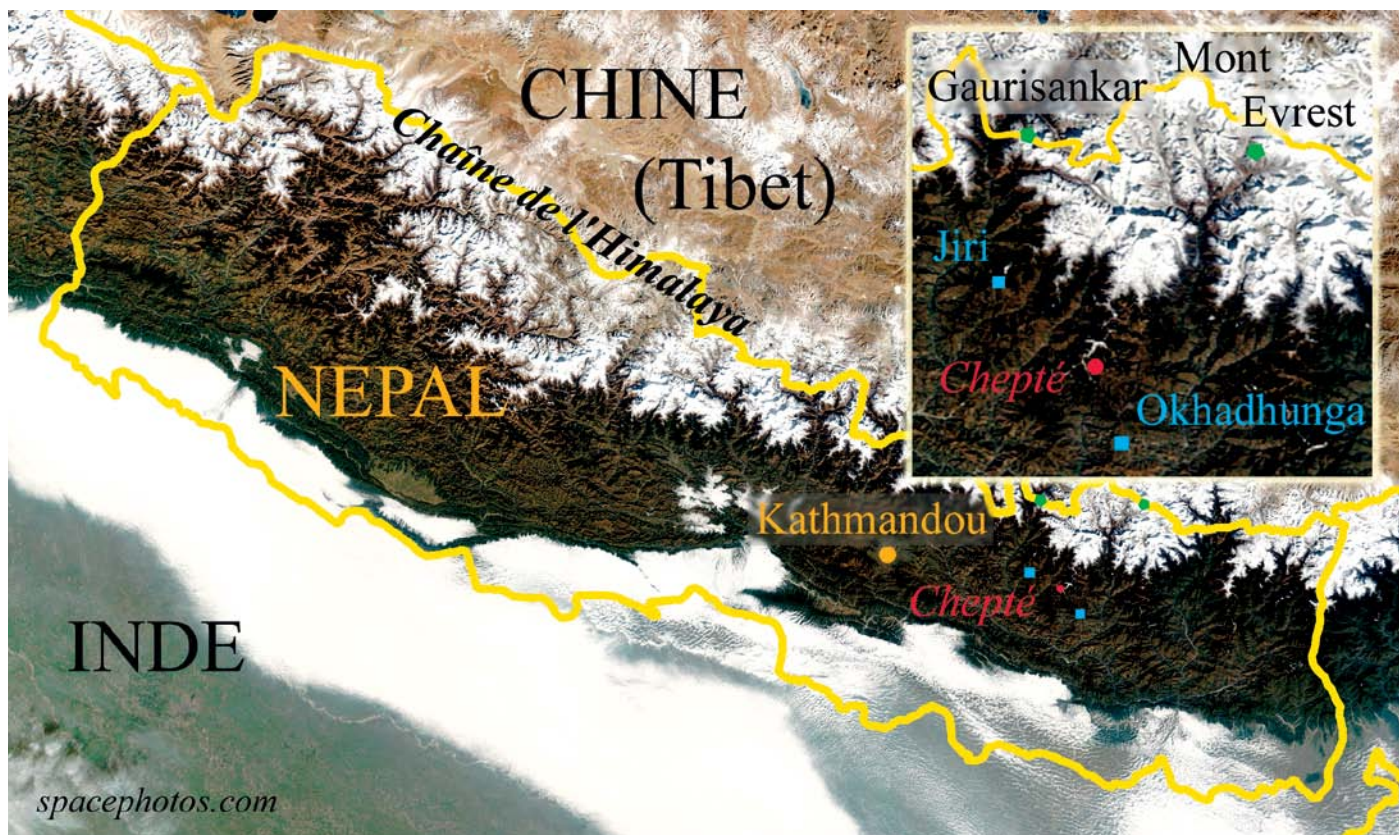
En sanskrit\*, son nom évoque la déesse Gauri et son époux, le dieu hindou Sankar.





La chaîne himalayenne est l'une des cinq régions naturelles du Népal. Avec ses neuf sommets dépassant les 8 000 mètres, dont l'Everest (8 846 m), et sa dizaine de sommets de 7 000 mètres, cette région constitue une muraille géante entre le Népal et la Chine. Chepté se situe dans une chaîne de montagnes composant les premiers contreforts\* de l'Himalaya, à 60 kilomètres au sud-ouest de l'Everest, dans le district de l'Okhadhunga.

Dans la mythologie\* népalaise, ces montagnes sont sacrées. Elles sont considérées comme la demeure des dieux. L'Everest est appelé en népalais Sagarmatha : la déesse\* mère du ciel.







Ngima Sherpa.





La population du Népal est composée de plus de 60 ethnies\*. Elles sont réparties en deux grands groupes : les Indo-népalais, d'origine indienne et généralement de religion hindoue, et les Tibéto-népalais ; ces derniers, provenant du Tibet, vivent plutôt dans les montagnes.

À Chepté, douze familles sont d'origine indo-népalaise, vingt-trois sont tamangs et dix-huit sherpas. Les ethnies tamangs et sherpas ont les mêmes origines tibétaines et elles partagent la même religion bouddhiste, mais chaque ethnie a sa propre histoire, son dialecte\* et ses propres coutumes et croyances.



Stupa géant de Bodhnath à Katmandou. Les yeux peints du Bouddha regardent dans les quatre directions et voient tout. Le "point d'interrogation", signe de l'unité, est le chiffre un en népal. Des drapeaux, sur lesquels sont écrites des prières sacrées, sont accrochés au sommet du stupa.



Chepté se situe entre 1 700 et 2 500 mètres d'altitude.





Quarante huit familles, représentant plus de 300 habitants, sont réparties sur ce versant de montagne. Chaque habitation est entourée de ses cultures. L'activité économique est essentiellement agricole. Seuls les hommes pratiquent des activités saisonnières ou artisanales pour subvenir aux besoins de leur famille. Chepté est composé d'une école, d'un temple bouddhiste et bénéficie de deux téléphones satellites. Ce village n'est pas électrifié et ne dispose pas de l'eau courante. Tous les déplacements se font à pied et le transport des marchandises à dos d'homme. Les deux accès routiers les plus proches sont : Jiri, à trois jours de marche et Rampur, à un jour.



La cour de l'école est le seul lieu de rassemblement pour les habitants.  
Lors d'une fête, de jeunes tamangs font des danses traditionnelles.







Dawa et Dolma font partie de l'ethnie sherpa. Au village, cette ethnie représente une grande famille ; en effet Dawa et Dolma ont des liens familiaux avec les autres membres de la communauté. Leurs enfants, Tsoty, Ngima, Deeku, Temba et Nurry sont respectivement âgés de 18, 11, 7, 4 et 2 ans.

Nous sommes en octobre, Dawa est absent. Comme beaucoup de Sherpas, il est obligé de quitter le village pour travailler. Durant les périodes touristiques au Népal, Dawa est porteur ou aide-cuisinier pour les trekkings\* dans l'Himalaya. Ce travail saisonnier représente une activité de quatre à cinq mois par an (octobre-novembre et mars-avril). Le reste du temps, il travaille dans sa ferme. Pendant son absence, Dolma et ses enfants s'occupent de la maison, des cultures et du bétail.



Deeku et Nurry.





En octobre, la saison des pluies est terminée.  
Les récoltes des pommes de terre et du maïs sont finies.  
Tsoy laboure cette parcelle pour semer du blé.



Tous les climats sont présents au Népal, ils changent avec l'altitude. À Chepté, d'octobre à mi-mars, la saison est sèche et ensoleillée, mais à partir de décembre, il fait froid et il peut neiger. Le reste du temps, c'est la saison des pluies, avec de fortes précipitations pendant la mousson\*, de mi-juin à fin septembre. Pendant cette saison la température se situe entre 18 °C et 29 °C.

Ces saisons conditionnent le rythme des travaux agricoles du village. L'essentiel de l'activité agricole se fait au début et à la fin de cette période des pluies.



Deeku cherche les pommes de terre oubliées dans le labour.





Tsoty récolte les épis de maïs. Elle porte ces épis dans un doko.  
Cette hotte est tressée avec du bambou séché.



Les faibles revenus des familles, la difficulté d'approvisionnement due à l'éloignement des commerces, les obligent à cultiver toutes les surfaces disponibles. Leurs ancêtres ont façonné le paysage en construisant des terrasses, afin de développer l'activité agricole dans ce relief montagneux.

Dawa et Dolma possèdent des terrasses autour de leur maison et à proximité de la rivière. Ils cultivent du maïs, du blé, du sarrazin\*, de la pomme de terre, de la patate douce et quelques légumes verts. Ces cultures leur permettent de subvenir à leurs besoins.



Ngima arrache les mauvaises herbes entre les patates douces.  
Ce travail permet de nettoyer la parcelle et de nourrir les animaux.





Tous les matins, Dolma ou Tsoty traitent la bufflonne.  
Le troupeau de la famille est parqué près de la maison.





Beaucoup de familles possèdent un petit troupeau de buffles, quelques chèvres et des poules. Une partie du troupeau est gardée pour la vente. Les bufflonnes permettent d'approvisionner les familles en lait. On consomme de la viande rouge et du poulet uniquement lors des fêtes. Les Sherpas ne peuvent pas tuer d'animaux, la non-violence fait partie de leurs coutumes et de leurs croyances. Les animaux sont donc tués par les Hindous du village.



Tsoty et Ngima déplacent l'abri des animaux.  
Il n'y a pas d'ombre sur les terrasses ; l'abri doit suivre le troupeau.  
Dawa et Dolma possèdent huit buffles et deux chèvres.





Dawa et Dolma possèdent des terrasses à proximité de la rivière.  
Pour Tsoty, il faut 20 minutes pour remonter ce chargement de feuillage à la maison.



Les animaux pâturent les mauvaises herbes des terrasses après les récoltes. Le troupeau doit être régulièrement déplacé. Cela permet de nettoyer et de fertiliser les terrasses avant le labour. Mais cela ne suffit pas, tous les matins, avant d'aller à l'école, les enfants récoltent de l'herbe pour nourrir le troupeau et tous les après-midi, ils font paître les animaux dans des petits vallons non cultivés.



Les tiges de maïs sont mises à sécher. À la saison sèche, il n'y a plus d'herbe, il faut garder du foin pour nourrir les animaux.





Temba a 4 ans, il porte l'herbe qu'il a récoltée pour le bétail.  
Les enfants à Chepté apprennent très jeunes à transporter sur le dos des charges importantes.





L'ethnie sherpa est réputée pour fournir d'excellents guides et porteurs. Cette dernière fonction a été longtemps la leur au sein des trekkings\*, le nom de ce peuple lui a été attribué. Pour beaucoup d'hommes au village, le portage est la principale activité saisonnière.

Chepté est éloigné des routes ; les sentiers sont trop escarpés pour transporter les marchandises avec des animaux. Leur acheminement au village se fait à dos d'homme. Certaines charges peuvent atteindre 90 kg.



Lakpa habite à Chepté, il travaille comme porteur selon la demande. Il a transporté ce chargement de 45 kg durant 3 jours sur les sentiers glissants et escarpés de Jiri à Chepté.



Une des cinq échoppes de Bhalthumka. Elles sont installées autour de la place du marché.





À Chepté, il n'y a pas de commerce. Pour s'approvisionner, les habitants doivent se rendre au village de Bhalthumka à une heure de marche. Des échoppes\* vendent divers produits : riz, épices, sucre, sel, chips indiennes, coca-cola, tabac, bière, bonbons, etc.



Des jeunes de Bhalthumka jouent au carrom sur la place du marché. Ce jeu, originaire d'Inde, est appelé aussi "billard indien". Le carrom se joue avec des pions que l'on fait glisser sur un plateau de bois à la pichenette comme aux billes. Le but du jeu est de placer tous les pions dans les trous situés aux quatre coins du plateau.

Il existe plusieurs règles proches de celles du billard anglais.





Les exposants vendent de nombreux articles introuvables dans les échoppes\* de Bhalthumka : des chaussures, des vêtements, des bijoux, certains articles d'épicerie ou du tissu.

## Le marché de Bhalthumka



Le marché de Bhalthumka a lieu tous les mardis. C'est un des rares lieux de rencontres et d'échanges pour les habitants de villages comme Chepté. Pour certaines familles provenant de villages mieux exposés que Chepté, c'est aussi l'occasion de vendre leurs productions de fruits, de légumes, de tabac, etc.



Le marché commence à 11h.  
Il existe de nombreuses échoppes où l'on peut se restaurer.



Le daish est un jeu d'argent qui a un grand succès auprès des jeunes. Il se joue avec six dés ayant les mêmes motifs que sur le tapis. Ensuite, chacun fait une mise dans une ou plusieurs cases de son choix.









Les Népalais sont majoritairement d'origine indienne et de religion hindoue, ils sont communément appelés les Hindous. Ils constituent 80 % de la population. La langue officielle du pays est le népali. Au village, ils sont représentés par une douzaine de familles. Dans l'ensemble, leur niveau de vie est plus élevé que celui des Tamangs et des Sherpas. Chaque Hindou appartient à un groupe social appelé "caste". Trois castes sont représentées à Chepté : les brahmanes, ensuite les chhetris puis les damais. Les fonctions religieuses hindoues sont assurées par la caste la plus élevée, celle des brahmanes.



Toutes les femmes sont Hindoues ou Tamangs.  
Leurs habits, colliers et bijoux dans le nez, les différencient des femmes sherpas.





Le jour du Dashain, on se fait remettre la tika par les aînés en signe de bénédiction.  
Les enfants de la famille Sunuwar reçoivent la tika de leur mère.  
Cette tika est composé de riz gluant et de colorant.



L'hindouisme est la plus ancienne des grandes religions. Elle rassemble plus de 900 millions de fidèles à travers le monde. La fête de Dashain dure dix jours, c'est la fête nationale la plus importante au Népal.

Cette fête commémore une grande victoire des dieux sur les cruels démons. Les neuf premiers jours représentent la féroce bataille entre une déesse et un démon. Le dixième jour, le Dashain est la victoire de la déesse. Lors des préparatifs, toutes les maisons sont nettoyées, joliment décorées et peintes pour accueillir la déesse. Durant cette fête, les parents proches ou éloignés se réunissent dans les foyers. Ce moment symbolise la victoire du bien sur le mal et du renouveau.



Kamal Sunuwar et sa famille, d'origines tamangs, fêtent le Dashain.

Kamal est instituteur à Chepté.

La tika est une marque portée sur le front par la plupart des Hindous. Quand il n'est pas tout simplement une marque censée porter bonheur, il est apposé au cours des cérémonies religieuses ou en guise de bienvenue.





L'intérieur de la maison de Dolma : les épis de maïs sont accrochés au plafond afin qu'ils sèchent. Comme dans les autres maisons de Chepté, la pièce de vie commune est sombre et quotidiennement enfumée.



Toutes les maisons sont construites avec des matériaux provenant de la montagne : pierre, bois et terre. Elles sont composées d'une seule grande pièce de vie où l'on reçoit, cuisine, mange et dort. De longues banquettes de bois recouvertes de tapis longent les murs. Elles servent de banc le jour et de lit la nuit. Cette pièce sombre et mal ventilée ne dispose pas de cheminée. Un feu de bois est constamment allumé pour cuisiner ; la fumée de ce foyer s'évacue de la maison par le plafond et les fenêtres. Ainsi, les occupants de ces habitations vivent constamment dans un environnement enfumé.



Les maisons hindoues et tamangs sont généralement plus colorées et plus spacieuses que les maisons sherpas. Sept familles disposent d'un petit panneau solaire pour s'éclairer.





Indra Sunuwar est agriculteur. Pendant son temps libre, il tisse des sacs en coton pour sa famille et les habitants du village.



L'éloignement des commerces et l'absence de route oblige les habitants de Chepté à vivre de leurs propres ressources. La construction des maisons illustre bien ce fonctionnement économique. Tous les corps de métiers existent dans la vallée : charpentier, maçon, tailleur de pierre et menuisier. Ils utilisent uniquement les matériaux disponibles sur place.



Les membres de cette famille hindoue, de la caste des damais, sont les couturiers de Chepté. Ce travail est spécifique à leur caste.





Le doko est l'objet en vannerie le plus utilisé à Chepté.  
Cette hotte en bambou séché, portée sur le dos, est utilisée pour tous les portages.  
Au village, plusieurs personnes connaissent la technique de fabrication du doko.





Ce sont des objets utilisés au quotidien et fabriqués sur place. Le bambou séché est la plante la plus utilisée pour leur fabrication. Ces vanneries servent : d'abris pour les animaux, de berceaux, de paniers de toutes tailles, de coussins et de nattes.



Tsoty fabrique un coussin tressé en feuilles d'épis de maïs.





Ngima joue au dandibigo avec son copain Gharma. Ce jeu a plusieurs variantes.

Le principe est d'envoyer à son copain un bout de bois posé sur le sol, en le frappant avec un bâton et l'adversaire doit l'attraper. Ce jeu peut se pratiquer seul, en maintenant le bout de bois en l'air en le frappant avec le bâton. Celui qui l'a maintenu en l'air le plus longtemps a gagné.





À Chepté, les enfants vivent beaucoup à l'extérieur. En dehors de l'école, ils passent beaucoup de temps à aider leurs parents à la maison, à soigner les animaux et à travailler dans les champs. Chacun aide selon ses possibilités et son âge. Ils jouent lorsque toutes ces tâches quotidiennes sont réalisées.



Deeku et Temba jouent à labourer une terrasse.





Les cours commencent à 10h. Certains élèves sont vêtus de leur uniforme scolaire. Avant d'entrer en classe, les élèves font des exercices de gymnastique, ensuite ils chantent l'hymne national pendant la levée du drapeau. Les cours se terminent par une prière à la déesse Saraswati : divinité des arts, des lettres et de l'éducation.



Au Népal, le taux d'alphabétisation\* est bas. Il est de 49 %, avec une grande disparité entre les hommes (65 %) et les femmes (35 %). Il y a 240 élèves inscrits à l'école. On compte six classes représentant chacune un niveau. Sur cet effectif, 100 élèves sont régulièrement absents. Des familles gardent les enfants, les filles le plus souvent, pour s'occuper des animaux ou pour les travaux des champs. Certains parents procèdent à un roulement : les enfants vont à l'école chacun leur tour. Sur une classe de 40 élèves, 14 ne vont pas jusqu'au sixième niveau, l'équivalent du CM2 en France. Pour les niveaux de 7 à 10, correspondant à notre collège, les élèves doivent se rendre au village de Bhalthumka.



Deeku a 7 ans ; elle est en classe de niveau 1.





La classe de niveau 1. Les instituteurs disposent de peu de moyens pour enseigner.



Il y a six jours d'école par semaine de 10h à 14h, avec une coupure pour le repas. Il y a quinze jours de vacances pour la fête du Dashain, un mois en août et en décembre. Si les enfants étaient tous présents, il y aurait en moyenne 40 élèves par classe. Les classes sont trop petites et très mal équipées pour accueillir un tel effectif. Les enfants tamangs et sherpas parlent le dialecte de leur ethnie à la maison. L'enseignement est dispensé uniquement en népali ; ils doivent faire preuve d'une grande capacité d'adaptation.



Ngima est en classe de niveau 3.





Cours de népali.



Comme l'hindi, le népali utilise l'alphabet sanskrit et se lit de gauche à droite. Il est reconnaissable à la barre horizontale continue sous laquelle sont attachés les caractères. Il n'y a pas de distinction entre les majuscules et les minuscules. Le népali est une écriture phonétique composée de 48 phonèmes traduits en alphabet sanskrit. Un phonème est un mot qui reproduit un son de la parole et que l'on peut représenter par une méthode d'écriture, qui est ici l'utilisation de l'alphabet sanskrit. Par l'intermédiaire des Arabes, la numération sanskrite a inspiré la nôtre.



Ngima fait ses devoirs à la maison.





Ngima fait une partie de volley-ball avec une balle d'herbe.



La cour de récréation est le théâtre de nombreux jeux.



Jeu du chungikheleko. Le principe est de garder la balle le plus longtemps possible en l'air, en la frappant avec l'intérieur du pied.



Ngima observe une partie de billes.





Le bhalekheleko est un jeu d'opposition qui se fait à cloche-pied.



*Les jeux d'enfant (2)*



Ngima fait des acrobaties.

Le gattakheleko : le jeu des osselets.







Danse sherpa lors d'un rassemblement bouddhiste au temple de Chepté.  
Tsoty fait partie de ce groupe de danse.



La danse a une place très importante dans la vie des communautés népalaises. Elle est un des moyens d'affirmer l'appartenance à son ethnie et de défendre son identité\* culturelle. Les Sherpas comme les Tamangs ont leurs propres danses et habits traditionnels.



Des élèves présentent une danse de folklore népalais. Ce rassemblement est organisé en l'honneur de visiteurs de "marque". Cette cérémonie débute par le chant de l'hymne national et la levée du drapeau. Ensuite, les responsables du village prononcent leurs discours.





Dolma avec ses bijoux d'origine tibétaine.



Sherpa signifie "peuple venant de l'Est". Les Sherpas sont originaires du Kham, province située dans le sud-est du Tibet. Les premiers Sherpas auraient migré du Népal au XIII<sup>e</sup> siècle. Leur dialecte est très proche du tibétain. Cette communauté est fière de ses origines. Lors de certaines cérémonies ou fêtes, les femmes portent des bijoux qui rappellent l'appartenance à ces origines lointaines.



Jeune femme sherpa.





Cérémonie bouddhiste au temple de Chepté. Les lamas récitent des mantras : ces syllabes ou phrases sacrées en sanscrit ont pour but d'atteindre un état de méditation\*. Ces prières collectives sont entrecoupées de musique.



Le Bouddha, fondateur du bouddhisme, est né prince dans le village de Lumbinî situé dans le sud-est du Népal, il y a deux mille six cents ans. Le bouddhisme est une pratique qui doit amener l'individu à la connaissance de Soi. Les moines bouddhistes, ceux qui se consacrent entièrement à l'enseignement du bouddhisme, s'appellent des lamas.



Ce petit stupa, dans le cimetière bouddhiste de Chepté, a été érigé en mémoire d'un défunt\*. À sa mort, son corps a été incinéré\*, ensuite ses cendres ont été placées à l'intérieur avec des offrandes.

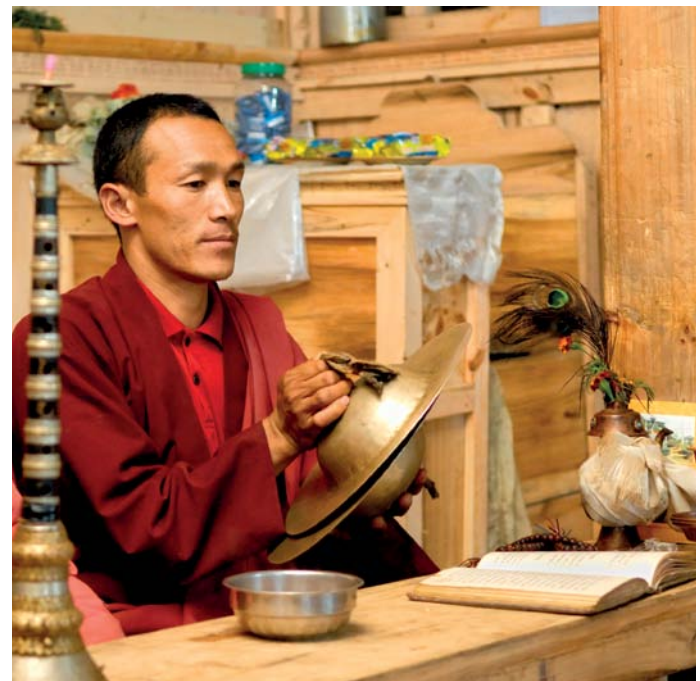




L'autel bouddhiste est le lieu de vénération de Bouddha et d'autres divinités.  
Ces habitants de Chepté font l'offrande de la lumière, avec des lampes à beurre,  
qui symbolisent la Connaissance.



Au Népal, les bouddhistes représentent 20 % de la population. À Chepté, les deux tiers des habitants sont bouddhistes, communautés tamangs et sherpas réunies. Il existe quatre courants de pensée bouddhistes au Népal, qui ont chacun leur enseignement. Les lamas de Chepté appartiennent au très ancien courant Nygma dans lequel les prêtres peuvent se marier. Il y a onze lamas dans le monastère, cinq vivent avec leurs familles au village. En dehors des fêtes, deux cérémonies par mois sont fixées en fonction du calendrier lunaire. Les bouddhistes de Chepté font appel aux lamas pour des cérémonies telles que les baptêmes, les mariages et les décès.



La musique a une place importante dans les cérémonies, elle rythme le chant des mantras.





Le chaman hindou de Chepté et ses deux assistants appellent les esprits de la forêt lors d'une cérémonie de guérison.



Les Sherpas sont bouddhistes mais les croyances chamaniques rythment leur vie quotidienne. Ces croyances font référence et aux esprits. Quand un Sherpa traverse une forêt, il fait toujours des offrandes de fleurs à ces esprits afin d'avoir leur bénédiction. Le chaman est l'intermédiaire entre ces esprits et les hommes. Grâce à ce pouvoir et une certaine connaissance des plantes, il est aussi le guérisseur du village. À Chepté, les hindous et les bouddhistes ont chacun leur chaman.



Avant de procéder au rite de guérison, ses assistants préparent des offrandes pour les esprits. Elles sont composées de feuilles de bambou, d'œufs, d'encens, de riz et d'eau sacrée. Ils appellent les esprits de la forêt avec des chants et des danses rituelles en jouant du tambour magique hindou. Ensuite, le chaman procède au rite de guérison.

Beaucoup d'habitants hindous de Chepté consultent ce chaman pour se faire soigner. S'il ne parvient pas à les guérir, ils se rendent au dispensaire de Bhalthumka. Sinon, l'hôpital le plus proche est à Okhaldhunga, à deux jours de marche.





Ngima boit son thé au lait de bufflonne le matin.



L'hospitalité chez les Sherpas est une tradition très importante. Il est impossible de recevoir un Lami, un voisin ou un étranger sans offrir ce thé noir au lait de bufflonne. Il y a toujours du thé prêt sur le feu ou dans une thermos. Traditionnellement, il est servi salé et il est exceptionnellement agrémenté de sucre ; souvent rare et cher. C'est un honneur aussi de recevoir en offrant ce thé mélangé à une ou deux cuillères de beurre de bufflonne.



Dolma prépare le thé au lait.  
Elle mélange les feuilles de thé avec un bâton, muni de ramifications.





Ngima a cinq minutes de marche du point d'eau à la maison.  
Ce sont généralement les enfants qui font le portage de l'eau.





Il n'y a pas d'eau courante au village, chacun capte l'eau dans les petits ruisseaux à l'aide de tuyaux. Parfois cette installation ne fonctionne pas ; alors l'eau est puisée au ruisseau.



En saison sèche, le ruisseau s'assèche, il faut aller chercher l'eau plus loin.





La bufflonne est traite tous les matins.





Il est essentiel pour une famille de Chepté de posséder une bufflonne, car les besoins en lait sont importants. Au petit-déjeuner, tout le monde boit du lait chaud, le thé au lait est consommé plusieurs fois dans la journée et le beurre est la seule source de matière grasse pour cuisiner.



Tsoty fabrique du beurre dans cette baratte. Elle doit actionner les cordes pendant 15 à 20 minutes, pour que la crème se transforme en beurre. Elle en fabrique environ une fois par semaine.





Dolma épluche des pommes de terre avec Nurry et sa tante Rikima.



La pomme de terre, avec le maïs et le riz, constitue un des aliments de base. Les pommes de terre sont petites et sucrées. Ce tubercule, très apprécié des enfants, fait partie des plats consommés régulièrement. Dolma le cuisine de trois façons : cuit à l'eau, poêlé avec du beurre ou en purée.



Tsoty écrase les pommes de terre dans un mortier.  
La purée est prête quand elle colle au pilon.





Temba égraine le maïs avec sa maman.  
Tout le monde participe à cette tâche, ce travail est effectué généralement le soir en famille.



La production du maïs demande beaucoup de manipulation. En effet, après la récolte, Dolma accroche les épis au plafond pour le séchage, ensuite ces épis secs sont égrainés un à un à la main. Dolma prépare le maïs en purée avec des graines cuites ou en galette.



Il existe un moulin collectif pour moudre le blé et le maïs.  
Ce moulin fonctionne avec l'eau de la rivière.





Le matin, après la traite de la bufflonne, Dolma fait bouillir le lait pour le petit-déjeuner. Tous les plats sont cuisinés au feu de bois. La consommation est importante, Dolma et ses enfants doivent régulièrement couper du bois en forêt.



Dolma cuisine avec les aliments produits par elle-même ou qu'elle se procure auprès d'autres habitants de Chepté. Elle achète rarement des ingrédients au marché de Bhalthumka. Les entrées et les desserts sont quasi inexistantes. Les viandes rouges et blanches sont consommées uniquement lors de fêtes importantes. À certaines périodes de l'année, les légumes manquent et les enfants souffrent d'un déséquilibre alimentaire qui a des incidences sur leur croissance et leur santé.



Galettes de blé grillé : Tsampa



Curry, plat de légumes coupés en morceaux et cuit avec du curry. De la viande fumée de buffle a été rajoutée à ce plat.



Purée de pommes de terre servie avec une sauce.



Maïs concassé, il sera cuit pour faire de la purée.





La famille de Dolma mange de la purée de maïs au déjeuner.



Généralement, les repas sont constitués d'un seul plat et on mange avec la main droite. Le matin à six heures, avant de s'occuper des animaux ou de travailler aux champs, la famille boit un thé au lait. Le petit-déjeuner est pris vers 9h30 – 10h. Ce rythme permet aux enfants de manger avant de partir à l'école. En fonction des activités prévues, les repas sont pris plus ou moins régulièrement en début d'après-midi et le soir.



Nurry mange une galette de Tsampa.













*" Lorsqu'il est libre, l'esprit est naturellement serein,  
de même que l'eau non agitée est par nature limpide et claire. "*

Ce proverbe tibétain reflète bien la sérénité, la disponibilité et l'ouverture d'esprit de la communauté sherpa de Chepté. Il illustre aussi l'idéal\* de vie d'un Sherpa : être désintéressé\*, garder le cœur pur et serein, rester sage et être maître de soi.



## Remerciements

Merci à Dolma et ses enfants qui m'ont accueilli sans réserve.  
J'ai eu le plaisir de pouvoir découvrir et partager leur quotidien. Merci à Rinzi Sherpa,  
habitant du village et membre de l'association Lumière d'Espoir,  
qui a su me conseiller, me guider et m'intégrer dans le village.  
Tous ont participé avec enthousiasme, de près ou de loin, à l'élaboration de ce livre.

J

Lumière d'Espoir  
738 avenue de l'Europe  
34190 Laroque  
04.67.73.69.57



## Glossaire

**Analphabétisme** : Fait de ne savoir ni lire ni écrire.

**Contrefort** : Chaîne de montagnes moins élevée qui borde une chaîne principale.

**Déesse** : Être divin féminin que l'on adore. Ces divinités ont une puissance surnaturelle.

**Être désintéressé** : Renoncer à tout intérêt personnel.

**Défunt** : Personne qui est morte.

**Dialecte** : Variante régionale d'une langue.

**Échoppe** : Petite boutique fabriquée en matériau léger.

**Ethnie** : Personnes rassemblées par une même langue et une même culture, qui possèdent une structure familiale, économique et sociale similaire.

**Incinéré** : Action qui consiste à réduire en cendre le corps d'un mort.

**Identité** : Particularités identiques et permanentes qui déterminent une personne ou un groupe.

**Idéal** : Ensemble de valeurs esthétiques, morales\*, intellectuelles, représentant la perfection.

**Méditation** : Exercice qui consiste à fixer sa pensée, d'une manière prolongée, sur un mot, une image, une idée qui évoque la divinité.

**Morale** : Ensemble des règles à respecter pour avoir un comportement qui est jugé bon par la société.

**Mousson** : Vent saisonnier qui souffle alternativement de la mer vers la terre pendant six mois, et de la terre vers la mer pendant les six autres mois. La première mousson (mousson d'été) apporte de fortes pluies tandis que la seconde (mousson d'hiver) amène la sécheresse.

**Mythologie** : Ensemble de récits mettant en scène des personnages surhumains et des actions imaginaires symbolisant certains aspects de la réalité d'une société.

**Sanskrit** : Voir page 43.

**Sarrazin** : Céréale utilisée pour l'alimentation.

**Trekking** : Randonnée pédestre de plusieurs jours en haute ou moyenne montagne, dans des régions peu accessibles.

**Vénééré** : Vouer un profond respect à une chose sacrée, un saint, une divinité.

## République démocratique fédérale du Népal



**Localisation :** République démocratique fédérale du Népal, c'est un pays de l'Himalaya, bordé au nord par la République populaire de Chine (région autonome du Tibet), au sud, à l'ouest et à l'est par l'Inde.

**Capital :** Katmandou.

**Population :** 27 millions d'habitants.

**Superficie :** 147 181 km<sup>2</sup>.

**Langue officielle :** Le Népalais.

**Régime politique :** L'élection d'une assemblée comportant 601 sièges a eu lieu en 2008. Lors de la séance inaugurale de cette assemblée le 28 mai 2008, la monarchie a été abolie et remplacée par une république.

**Chef de l'État :** Le 21 juillet 2008, cette assemblée a élu Ram Baran Yadav, membre du Congrès népalais, à la présidence de la République.

Pushpa Kamal Dahal est président du Parti communiste du Népal (maoïste) depuis 1994 et chef de sa branche militaire, l'Armée népalaise du peuple. À ce titre, il a vécu dans la clandestinité de 1996 à 2006. Le 15 août 2008, il a été élu Premier ministre du Népal par l'assemblée constituante et a prêté serment le 18 août devant le Président de la République.

**Peine de mort :** Abolie depuis 1990.

**Économie nationale :** Le revenu annuel par habitant est de 180 euros. L'économie du Népal est l'une des plus pauvres et des moins développées au monde avec 42 % de sa population vivant au-dessous du niveau de pauvreté. L'agriculture est le secteur principal de l'économie, fournissant un emploi à plus de 80 % de la population.

**Taux de mortalité infantile :** 46 décès pour 1 000 naissances chez les bébés âgés de moins d'un an (3,5 en France).

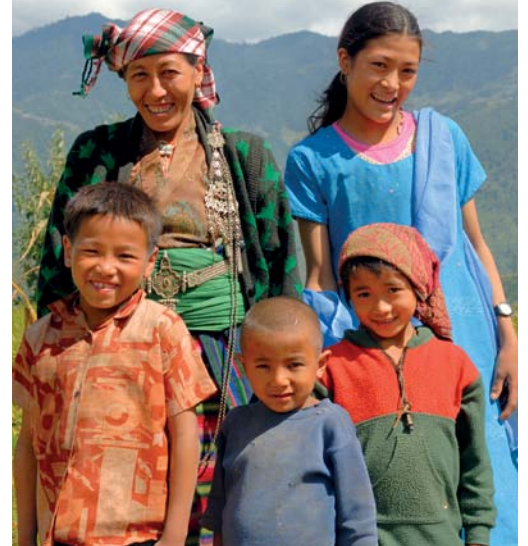
**Taux d'alphabétisation :** 49 %. 65 % pour les hommes et 35 % pour les femmes.

**Espérance de vie :** Elle est de 56 ans pour les hommes et 53 ans pour les femmes. Le Népal est le seul pays au monde où l'espérance de vie des femmes est inférieure à celle des hommes.



# Chepté

Un village au Népal



Patrice Olivier vous propose de partager ses rencontres avec les enfants d'une famille sherpa de Chepté.

Ses photographies vous invitent à vivre leur quotidien. Vous y découvrirez leurs jeux, la vie dans le village, l'école, leurs contributions aux tâches quotidiennes, les traditions et l'environnement du village.

Après ces rencontres, Ngima, Deeku, Temba et Nurry seront des enfants que vous n'oublierez pas quand vous refermerez ce livre.

ISBN : 978-2-919632-04-6