



▲ Guide de haute montagne, Pasang Lama a suivi les traces de son père

Pasang Lama :

« les gens pensent toujours au futur et pas au temps présent... »

À seulement 32 ans, Pasang Lama a déjà eu plusieurs vies. Spécialiste des soins énergétiques tibétains, conférencier et guide de haute montagne, le jeune père de famille trouve encore du temps à consacrer à une association familiale qui gère un orphelinat dans son pays de naissance. Rencontre avec le plus Jurassien des Népalais, apôtre de la pensée positive et de la méditation. Zen, soyons zen et, au sens propre comme au figuré, prenons de la hauteur...

Installé à Lons depuis une dizaine d'années avec son épouse française et ses trois enfants de 21 mois, 5 ans et 8 ans, l'affable Pasang Lama s'est particulièrement bien intégré dans son nouvel environnement où sa gentillesse et sa courtoisie font l'unanimité. Et la personnalité de l'intéressé est loin d'être étrangère à cette intégration réussie. Toujours souriant, agréable et disponible pour les échanges spontanés, Pasang fait toujours montre de beaucoup d'intérêt et de bienveillance pour les autres. Par atavisme sûrement pour ce descendant de moine (le titre de Lama est donné à un enseignant religieux du bouddhisme tibétain, Ndr), mais pas seulement...

Avant dernier d'une fratrie de cinq enfants dont il est le seul garçon, le jeune homme père de famille est né dans un village de montagne dans la région de l'Everest dans une famille modeste

dont la mère était agricultrice. Quant à son père, il a connu un destin tragique, laissant le jeune Pasang et ses sœurs orphelins : « Mon père était guide de haute montagne et il est décédé lors d'une expédition quand j'avais 3 ans », indique-t-il.

Confié à un oncle dès l'âge de 5 ans, c'est auprès de ce dernier, grand maître de la région et spécialiste émérite, que Pasang apprend dès l'enfance les techniques tibétaines de soins énergétiques : « C'est lui qui m'a transmis toute les techniques de médecine tibétaine : yoga, méditation, bols tibétains et les autres techniques énergétiques », raconte-t-il. Concomitamment, il poursuit ses études et obtient l'équivalent du baccalauréat avant de débarquer en France pour un premier séjour qui n'allait pas rester sans lendemain : « Avant de rencontrer ma femme, je suis venu en France à 19 ans dans une famille française qui m'a accueilli trois mois pour que j'apprenne le

français et que je puisse devenir guide de montagne au Népal en parallèle de mes études ».

Pour le jeune bouddhiste, c'est un véritable choc culturel et sociétal : « À mon arrivée en France, ce qui m'a surpris c'est que les gens pensent toujours au futur et pas au temps présent et qu'ils courent tout le temps », évoque-t-il. « J'étais aussi étonné de constater qu'on servait des plats différents à chaque repas, que les lumières électriques étaient omniprésentes et de voir la quantité de machine qu'on pouvait trouver dans une maison. Je ne juge pas si c'est un défaut ou une qualité, c'est simplement une différence de culture avec mon pays. Ici, j'ai trouvé des gens très accueillants prêt à aider les autres et à me faire découvrir une autre culture », poursuit le globe-trotter polyglotte (outre sa langue maternelle et un Français parfait, Pasang Lama parle aussi le Tibétain, l'Hindi et l'Anglais). ▶

▼ Pasang (ici accroupi, en bas à gauche) est très investi auprès des jeunes orphelins Népalais





▲ Régulièrement, Pasang accompagne des Français à la découverte du Népal

► Installé en France à l'âge de 22 ans avec son épouse après avoir vécu quelques temps avec elle au Népal, le Jurassien d'adoption a installé un cabinet de soins énergétiques basé sur des méthodes tibétaines à son domicile il y a 6 ans.

Une association humanitaire à Katmandou

Le week-end et pendant les grandes vacances, il donne régulièrement des cours de yoga et organise des stages de méditation et de bols tibétains un peu partout en France.

Une ou deux fois par an, il retrouve les montagnes de son pays natal en organisant des séjours qui allient trek, yoga, méditation et découverte durant lesquels il accompagne des Français qui souhaitent découvrir le Népal de façon spirituelle, sportive et culturelle.

Marchant sur les traces de son défunt père, Pasang est lui aussi devenu guide de haute montagne. Une activité dont il connaît les risques et les assume avec courage et philosophie : « En tant que guide, mon meilleur souvenir reste mes premiers pas sur le chemin de l'Everest jusqu'à 7 000 m d'altitude même si, à 19

ans, pour ces débuts, je ne suis pas arrivé au sommet (le point culminant est à 8 848 mètres) alors que j'accompagnais un groupe japonais. Plusieurs fois j'ai eu peur. Une fois un homme de mon groupe a chuté dans un ravin de 10 mètres. Une autre fois une femme n'arrivait plus à respirer sous la tente durant les nuits. En pleine tempête de vent, alors qu'il y avait des risques certains d'avalanche et que ma tente s'était envolée, j'étais seul pour repérer le chemin pour emmener le groupe à l'abri en Inde, dans la région du Ladack ».

Pourtant, à l'entendre, au Népal comme ailleurs, les activités de montagne sont des disciplines abordables au plus grand nombre dès lors que l'on prend les précautions d'usage et que l'on est dans une forme physique acceptable : « Tout le monde peut aller au Népal avec un petit entraînement physique car il en a pour tous les niveaux et pour ceux qui marchent peu, on allie trek, yoga, méditation et découverte culturelle. Pour d'autres c'est trekking ou alpinisme qui, dans ce cas, demandent une bonne condition physique. Pour l'alpinisme les dangers spécifiques sont le mal de haute montagne, si l'on part à plus de 3000 mètres, les avalanches et les chutes. Mais

de la même manière que la montagne partout dans le monde ».

Altruiste et ouvert aux autres, Pasang Lama n'a pas oublié d'où il vient et il s'est pleinement investi dans une association humanitaire qui vient en aide à de jeunes orphelins népalais : « Localisée à Katmandou, créée par une de mes sœurs et son mari, notre association, Keta Ketu Avenir, accueille 45 enfants. Des personnes parrainent les enfants pour leurs besoins quotidiens (école, soins, repas, activités...) et l'association organise des manifestations diverses comme des repas népalais, des concerts de bols, des ventes d'artisanat, des lotos ou des festivals pour collecter des fonds. Suite au séisme au Népal l'année dernière il y a eu des dégâts sur le bâtiment que loue l'orphelinat, mettant en danger les enfants en cas de réplique du sismique. L'association a financé l'achat d'un terrain et recherche encore des fonds pour la construction d'un hébergement sur ce terrain dans la vallée de Katmandou ».

Et quand on lui demande quel autre métier il aurait aimé faire, la réponse fuse : « Je voulais être médecin ou guitariste. Pour faire du bien aux autres... ». Chassez le naturel, il revient au galop. On ne se refait pas... ■

Philippe Gavillet

Association Keta Ketu Avenir
32 bis, avenue de Montciel
39570 Montmorot
Tél : 03 63 33 50 55
06 79 05 25 33



Le Népal durement touché

La République démocratique fédérale du Népal est un pays de l'Asie du Sud enclavé dans la chaîne de l'Himalaya. Le Népal est bordé au nord par la Chine (Région autonome du Tibet), au sud, à l'ouest et à l'est par l'Inde. Le Népal possède huit montagnes parmi les dix plus hautes du monde, dont l'Everest (Sagarmatha, en Népalais) qui marque la frontière avec le Tibet. La langue officielle est le Népalais et la monnaie est la roupie népalaise. Selon l'Environmental Performance Index de l'Université privée américaine de Yale, le Népal est considéré en 2014 comme le deuxième pays le plus pollué de la planète derrière le Bangladesh. En avril et mai 2015, Le Népal connaît deux secousses sismiques qui feront de nombreuses victimes et deux millions de sans-abris. Selon les chiffres du gouvernement népalais, ces tremblements de terre ont fait 8 979 morts et 22 326 blessés. Huit mois après le sinistre, la banque centrale népalaise évaluait à huit cent mille le nombre de personnes qui pourraient passer sous le seuil de pauvreté en raison du manque de pétrole pendant que les chambres de commerce locales enregistraient quelque deux cent vingt mille pertes d'emploi. Et que l'Unicef annonçait que la santé de trois millions d'enfants était en danger faute de vaccins et de médicaments.

▼ Premier de cordée en altitude...

