



La lettre de Tharjay

Avril 2011

Association d'aide Tharjay
 7, rue de la clef - 75005 Paris
 Tél. : 06 13 40 33 44 (communication)
www.tharjay.org



Chers Amis,

Cette année encore, je remercie de tout cœur les bénévoles Tharjay d'ici et de là-bas.

Une pensée pour nos amis tibétains qui, peu à peu, donnent à leur projet initial de soins et de formation sur place à la Clinique des Hauts plateaux (4500 m. d'altitude) une existence plus autonome.

Actuellement, plusieurs actions essentielles sont à mener :

- **Le recrutement d'un nouveau médecin tibétain à l'année**, pratiquant aussi la médecine occidentale, pour remplacer le Dr Kartsok, malade, et sa formation aux gestes essentiels par nos bénévoles.

Notons que nos confrères pratiquant la médecine traditionnelle tibétaine exercent conjointement à la clinique, depuis l'origine. Ainsi, les nomades conservent le choix pour leurs soins de base. Merci à Françoise pour les soins prodigués aux nomades et pour ses observations précises concernant les atteintes à l'environnement, hélas reflet de l'avancée de la civilisation occidentale !

- **La formation déjà entamée d'une sage-femme itinérante** grâce à l'association tibétaine JINPA. Cette jeune femme est issue d'une famille nomade de la région : sa formation va durer 3 ans, Tharjay pouvant, à terme, la recruter et lui donner les moyens de son action par le projet d'achat d'une petite moto adaptée à l'accès aux campements éloignés et difficiles. Merci à Fanny, sage-femme venue éclairer Tharjay de ses observations et son expérience de terrain.

- **Le recrutement probable d'une traductrice : Patchen**. Cette jeune femme tibétaine, qui fut la cuisinière de la mission 2010, a révélé une connaissance précieuse de l'anglais et du dialecte tibétain parlé dans le secteur de la clinique (Kham Ke), fort différent de celui de Lhassa. Elle souhaiterait compléter ses connaissances de l'anglais. Aussi, une formation sur 2 années est étudiée par Tharjay qui assumerait ses frais de scolarité. En contrepartie, Patchen pourrait s'engager à accompagner nos bénévoles comme traductrice au cours des missions. Patchen est très motivée et pourrait devenir, à l'année, notre agent de santé communautaire comme il en existe ailleurs. Merci à Clémence pour son aide à la traduction et son intérêt pour les nomades et la culture tibétaine.

Les soins dentaires furent assurés, cette année encore, par Fabrice, avec attention et douceur. Nos amis nomades y furent sensibles et affluèrent. Merci une nouvelle fois à Fabrice et doublement : pour la qualité de son travail et aussi pour avoir guidé l'équipe Tharjay si loin ! Ses soutiens furent précieux ainsi que ceux de Maud, à la fois son épouse et assistante fort énergique, et de Ninon et Emma, leurs deux filles dont les avis pleins de fraîcheur ravirent l'équipe. Qu'ils soient particulièrement remerciés pour leur constance dans l'action de l'association Tharjay.

Ombre à ce tableau idyllique, la situation de la population des Hauts plateaux devient, depuis ces dernières années, très fragile. **Une sédentarisation accélérée marginalise actuellement les nomades dans les cités bétonnées des périphéries urbaines avec de bien faibles moyens de subsistance**, une fois les yacks, moutons et chèvres vendus à l'encan.

Par ailleurs, **de plus en plus de détritus jonchent ces merveilleux pâturages** tous colorés de gentianes, edelweiss, œillets sauvages, plantes médicinales qui donnent au yaourt une délicieuse saveur. Et puis, il y a la convoitise : déjà le sous-sol est foré, évalué, prospecté en vue de substantiels profits.

Au fil des années, nous avons l'impression de devenir les témoins d'un monde nomade en voie de disparition et d'accompagner nos amis tibétains dans un monde tellement éloigné du leur, signe de leur confiance à jamais accordée !

Permettez-moi, au nom de tous les membres de l'association, de remercier l'ensemble des donateurs et sympathisants qui rendent notre action possible. **Après un chemin de plus de 12 ans, Tharjay a toujours besoin de vous, chers donateurs, en temps ou en argent, pour la réalisation de ses projets !**

Enfin, tous nos remerciements s'adressent à SE Beru Khyentse Rinpoché, fondateur de l'association, qui nous a ouvert les portes d'un univers merveilleux et rude, sur les Hauts plateaux du Toit du Monde.

En guise de conclusion, ces mots profonds émanant du cœur d'un Sage tibétain :

« Aimer l'autre, en prendre soin, me donne ma récompense. Ce n'est pas l'autre qui me la donne, peu importe, j'ai cette récompense : un bonheur qui ne s'arrêtera jamais. »
 Sa Sainteté Gyalwang Drukpa.

Bonne route à tous sur le chemin de la Vie !

Amicalement,
 Dr Régis Proust

Des oiseaux sur une montagne d'or

C'est en tant que traductrice que je suis partie pour cette mission de juin 2010. Mon premier voyage au Tibet, à mes yeux à la fois lointain et proche car j'avais l'impression de le connaître déjà un peu à force de l'étudier et d'apprendre sa langue.

J'avais pensé qu'il me faudrait simplement un petit temps d'adaptation pour comprendre le dialecte local de là où nous allions. Car si nous pouvons étudier la langue de Lhasa et du Tibet central (Région autonome du Tibet) en France à l'INALCO (Institut national des langues et civilisations orientales ou « Langues'O »), celle de la région montagneuse du Kham où se trouve la clinique, (Tibet du sud est), est très peu étudiée... mais pourtant oh combien différente ! Autant dire que je me trouvais à devoir tout réapprendre en arrivant sur les hauts plateaux de Nangchen ! Lorsqu'un patient venait consulter un médecin, il a donc toujours fallu qu'un des Tibétains de la mission qui comprenait à la fois la langue de Lhasa et celle des nomades venant à la clinique, vienne faire mon intermédiaire !

Une jeune fille de 25 ans, Patchen, à peine plus âgée que moi, avait été embauchée par l'association comme cuisinière. D'un milieu de paysans-nomades (une partie de l'année est passée sur les pâturages et

sous la tente avec les animaux, une autre au village ans les champs) non loin de Shonda (c'est-à-dire à 4 ou 5 heures de route), elle n'était jamais allée à l'école de sa vie. Cependant, arrivée à 16 ans à Lhasa après un pèlerinage, Patchen y était restée plusieurs années et a appris là bas l'anglais, mais aussi le chinois et le tibétain écrits ! Il s'est donc avéré que «la cuisinière» maîtrisait parfaitement l'anglais et a ainsi pu largement contribuer à traduire lors des visites des nomades aux médecins et réciproquement ! Elle voudrait maintenant approfondir sa connaissance de l'anglais et pouvoir se mettre à disposition des ONG venant dans sa région dont Tharjay !

La langue est, en effet, d'une importance primordiale.

Il est tout à fait possible, bien sûr, de communiquer par des gestes, des regards, des sourires..., pour des «choses pratiques» (par exemple faire essayer les paires de lunettes ou encore recoudre une plaie) ou lorsque l'on reste dans le pathos (comment ne



pas être sensible à tous ces gamins ébouriffés, à l'hospitalité qui veut que l'on vous offre le meilleur thé, yaourt, et tsampa dès que vous entrez sous une tente ? et comme c'est tentant de convaincre en souriant un jeune nomade de vous emmener faire un tour sur sa moto, volant sur les pâturages au son de la musique tibétaine qui sort de la radio bricolée à l'arrière!). **Mais une langue véhicule aussi le « mode d'être au monde » de ses locuteurs.** Ne pas la connaître vous prive de l'accès à toute une partie de l'être de votre interlocuteur. C'est d'autant plus capital que, **dans le Tibet contemporain, la langue tibétaine est considérée comme un bien identitaire précieux.** Les nomades rencontrés ont été touchés de l'intérêt porté à leur culture et leur langue. J'ai donc eu la chance d'avoir une relation privilégiée et sous de bons auspices lors de mes rencontres.

*« Ne prenez pas à la légère
Les plus petits actes de bien.
Les gouttes d'eau en s'ajoutant
Remplissent une immense jarre. »
Patrul Rimpoche*

Cette année, la mission Tharjay comportait trois médecins : un chirurgien-dentiste, une sage-femme et une femme médecin généraliste ; sur place, 80 moines, 20 nonnes, une centaine de familles de nomades sur le plateau (d'après SE Beru Khyentse Rinpoché qui a constaté une érosion de la population nomade), plus une vingtaine d'ouvriers originaires d'une minorité tibétaine du Sichuan qui travaillaient près de la clinique à la reconstruction du monastère : 1000 personnes en tout peut-être. Les soins du dentiste ont été les plus demandés mais de nombreuses personnes âgées sont aussi venues pour des douleurs physiques ou pour recevoir des lunettes de vue. Quelques femmes, enfin, ont fait appel aux connaissances de la sage-femme pour connaître l'origine de problèmes de ventre...

Tant de moyens mis en œuvre pour si «peu» de personnes sur le plateau, si «peu» de temps passé à la clinique par les médecins français, cela en vaut-il la peine, pourraient se demander les bienveillants donateurs de Tharjay ? Outre des soins précieux et quasi gratuits pour une population peu fortunée, se rendre chaque année sur le terrain fait des membres de Tharjay les témoins d'un monde en voie de disparition mais aussi les messagers d'une autre culture. Dans un avenir plus ou moins proche, il est certain que les modes de vie des nomades seront à jamais transformés. **Tisser des liens avec des « étrangers » dans un climat de confiance et d'échange mutuel permet aux nomades de mieux vivre la période de transition subie dans un monde en pleine mutation.** Ce ne sont donc pas que des soins qui sont dispensés à la clinique, mais aussi de l'attention et de la bienveillance envers une population. Continuer à soutenir avec conscience et motivation Tharjay reste donc indispensable.

*«L'impermanence est un principe d'harmonie.
Quand nous ne luttons pas contre elle,
Nous sommes en harmonie avec la réalité.»
Pema Chodron*

1er changement : la sédentarisation des nomades
Les femmes, les hommes et même les enfants rencontrés là-bas m'ont semblé conscients des changements qui viennent les tirer, doucement ou brusquement, de chez eux. Les hommes descendent et les routes montent. Ainsi, de plus en plus de nomades, et notamment les enfants qui vont à l'école, résident désormais dans des maisons destinées à les sédentariser dans la «banlieue» de Shonda (Nangchen).

2ème changement :
la pollution de
l'environnement.

Les déchets vont de plus en plus loin dans cet environnement précieux pour sa population et sublime à nos yeux. Le jour même de mon anniversaire, j'ai eu droit à un feu d'artifice improvisé : nous brûlions tous les déchets pour partir sans laisser de traces matérielles. Mais

notre exemple n'est que peu suivi et il est vraiment dommage

de voir un environnement naturel encore préservé être souillé si vite par les déchets de toutes sortes.

3ème changement : l'ouverture nécessaire aux langues

De nombreux jeunes n'ont pas la motivation d'apprendre l'anglais : à Shonda l'école d'anglais est presque toujours déserte. Une sensibilisation serait fort nécessaire. Or, l'exemple de Patchen indique que le succès peut être au bout du chemin : s'impliquer dans des activités bénéfiques aux autres, comme par exemple la traduction au sein d'un milieu médical, donne confiance en l'avenir et développe des vocations.

Cette aventure en terre lointaine, aventure humaine avant tout, nous a sûrement apporté tout autant que nous avons donné. Comme dit le proverbe tibétain : «Les oiseaux qui vivent sur une montagne d'or reflètent la couleur de l'or»... et nous en avons été inondés.

Aussi, je fais des souhaits pour que l'activité des médecins de Tharjay se poursuive et se développe !

Clémence Henry
21 ans



Impressions d'une exploratrice en herbe

Après plusieurs heures de route, longeant de très hautes montagnes sur lesquelles étaient gravées de magnifiques et gigantesques inscriptions ou dessins religieux taillés dans la roche et de plusieurs mètres de haut, je me suis demandé comment ils faisaient pour sculpter si haut. Maintenant je sais ce qu'on appelle les secrets du Tibet.

Par la suite, nous nous sommes arrêtés devant, pour moi, l'un des plus beaux endroits du monde : une cascade jaillissait de la roche pour plonger dans un petit lac légèrement en hauteur d'où l'eau coulait et se déversait dans la rivière surplombée de drapeaux tibétains.

Nous avons pu suivre cette rivière pendant un bout de temps jusqu'aux quelques kilomètres avant la clinique où elle nous a quittés. Là-bas, j'ai aussi découvert des paysages époustoufflants dont un en particulier découvert après l'ascension d'une montagne à proximité de la clinique. Nous avons pu admirer un incroyable paysage. Au premier plan, se trouvait une énorme plaine dans laquelle étaient dispersées quelques tentes tibétaines ; derrière, il y avait des

montagnes à perte de vue. À cet instant, je me suis sentie comme un grain de sable sur une plage.

Les enfants là-haut sont très généreux et très attachants. J'ai pu en reconnaître certains que j'avais pu voir en 2008 et très présents sur les photos que papa et maman ont rapporté de leurs précédents voyages.

Malgré qu'ils n'aient pas de jouets, ils trouvent des occupations bien plus intéressantes, par exemple faire des colliers avec des fleurs ou bien, pour les enfants plus âgés, conduire une moto mettant la musique à tue-tête. J'ai eu l'occasion de faire une petite balade sur une moto ! J'ai trouvé ça très drôle, autant que de monter sur un cheval tibétain !

Aujourd'hui je ne passe plus un jour sans penser à ce voyage tout simplement extraordinaire et à ces personnes qui nous ont accueillis si chaleureusement !

Emma Guillot
11 ans

Un voyage révélateur de l'âme

En reprenant une nouvelle fois le chemin des hauts-plateaux, j'appréhendais une lassitude, la peur de ne plus rien découvrir...

Déjà dans la préparation je sentais que rien ne m'excitait particulièrement. Grâce à l'excellent travail effectué par Janig et Aude Bruchier lors de la mission précédente, le cabinet dentaire pouvait être fonctionnel immédiatement, tout avait été trié et bien rangé, répertorié et, une fois la mallette Dentex-Tharjay révisée et quelques produits achetés, je me sentais prêt. Côté effets personnels, j'ai pris l'habitude, en répétant les voyages là-bas, de ne pas m'encombrer du superflu. Cette année, les visas furent une source de quelques tracas administratifs, mais grâce à notre ami André de chez Action-Visa, les cinq passeports avec le précieux sésame furent récupérés dans les temps.

Ayant pris deux vols différents à Paris, c'est à Pékin que l'équipe s'est trouvée au complet. Puis jusqu'à Xining d'abord, et jusqu'à Yushu ensuite, Clémence, Fanny, Françoise, Maud, Ninon, Emma et moi, avons pris les mêmes avions. Pour la première fois, l'arrivée en terre tibétaine s'est faite par la voie aérienne. Grâce à l'ouverture récente de l'aéroport près de Yushu,

nous économisons une quinzaine d'heures de route et l'équipe a pu atterrir presque dans les bras de nos traducteur et chauffeurs, Dornam, Anang et Sonam qui se sont empressés de nous conduire à la maison Tharjay de Nangchen. Je ne pouvais pas m'arrêter de penser à toutes ces images du terrible tremblement de terre que venait de subir cette magnifique ville typiquement tibétaine de Yushu (ou Jyegundo).

Nous tournions le dos à la ville blessée, prenant plein sud vers les lieux de notre mission, à bord des deux véhicules de l'association. Très vite, au cours des quatre heures de trajet, sont apparus les magnifiques paysages faits de douces mais hautes montagnes, à 3000 mètres d'altitude déjà. Le chemin suit des rivières plus ou moins tumultueuses, le roulis de la voiture invite à une somnolence contemplative, grandement favorisée par les effets déjà perceptibles de l'altitude. Pourtant, nous avons parlé durant tout le trajet, l'ami Sonam, fidèle traducteur pour Tharjay depuis maintenant 5 ans, ayant beaucoup à dire. Sa

participation spontanée à l'aide aux survivants du séisme lui a laissé de fortes émotions car, comme de nombreux jeunes et de nombreux moines des régions environnantes, il a vu l'ampleur des dégâts et le dénuement des rescapés, tous se dépensant sans compter. Ce témoignage étant tellement pesant, tout en faisant le constat qu'aucun soutien psychologique n'est proposé là-bas, nous avons alors discuté plus légèrement, comme les amis que nous sommes devenus avec le temps, mais la tristesse est brusquement revenue lorsque Sonam m'a appris que Yeshi, autre traducteur des missions passées, avait disparu dans les jours suivant la catastrophe.

L'arrivée à Nangchen a mis fin à ces discussions où les tristes nouvelles se mêlaient à d'autres sujets plus frivoles, dans la joie de se revoir. La traversée de la ville par sa rue centrale a dû se faire au ralenti, la voie étant alors défoncée par les travaux, dans un magma de véhicules hétéroclites. Le soulagement vint en atteignant notre destination grâce à l'accueil chaleureux que l'on retrouve toujours à la maison Tharjay, gérée par Karmaniema. Cela met du baume au cœur après un si long et si surprenant voyage.

L'imprégnation au mode de vie tibétain est immédiate à la maison Tharjay. Nous avons tous pris nos marques avec aisance, et Clémence, qui découvrait le lieu, a apporté un nouveau regard pétillant de bonheur d'être enfin arrivée. Là, il a fallu deux jours pour se préparer à l'ultime trajet où notre énergie de bénévoles va s'exprimer sur notre lieu d'activité. Les besoins en nourriture et matériel sont maintenant bien évalués, sachant qu'une fois là-haut, il n'y a aucune certitude de trouver ce dont nous pourrions avoir besoin. Les embauches de Tsering, en tant que deuxième interprète, et de Patchen que nous avons recrutée pour gérer la cuisine, ont permis de clore les préparatifs à Nangchen.

Jusque là, je n'avais pas encore pris conscience que ce voyage allait me laisser découvrir tant de différences, à peine deux ans après mon dernier voyage. La nouvelle route en béton de Nangchen à la clinique, en construction actuellement, est surprenante. Réalisée sur la moitié de la chaussée pour l'instant, obligeant à faire des zigzags selon les travaux, ralentissant énormément la circulation, cette voie est la solution des autorités au développement des régions où vivent les nomades que nous allons rencontrer.

Ajoutée au chaos constaté dans les rues à Nangchen lié aux percements multiples pour les futurs réseaux, l'ampleur du chantier que nous parcourons durant presque quatre vingt kilomètres de montagne montre les contraintes de la modernisation. Sonam, lui-même issu d'une famille nomade, m'a alors expliqué que rien n'a préparé ces pâturages isolés et leurs habitants à accueillir la frénésie économique de la Chine moderne. Nos réflexions furent de courte durée, Sonam devant rester concentré à la conduite, tant la route est dangereuse avec de nombreux ouvriers sur les bas côtés pour effectuer leur travail.

C'est en approchant de la clinique et du village que le décor m'a le plus surpris. Nous venions d'effectuer les cinquante derniers kilomètres dans une nature vierge de toute intervention humaine, la quiétude des imposantes montagnes et la douceur d'arriver en lieu connu avaient repris le dessus, et là, surprise, il n'y



avait plus de monastère ! L'imposante bâtisse, centre du village, avait été détruite, les affres du climat, du temps, et l'onde de choc du séisme en avaient eu raison. Un nouveau monastère est en train de voir le jour, la construction va bon train sous la surveillance de Rinpoché, et le futur édifice ravit déjà les nomades des régions environnantes.

Étant venues en nombre à la rencontre de Rinpoché, les familles ont montré leur force et leur détermination à rester nomades, invitant à oeuvrer pour maintenir la clinique Tharjay fonctionnelle. Le soutien médical à cette population isolée se fait grâce, d'une part, à la présence des deux « amshis » tibétains (médecins traditionnels) Tutop et Tatsé, et, d'autre part, aux missions régulières des soignants occidentaux.

L'enthousiasme général et la liesse entourant la présence de Rinpoché ont apporté de la décontraction à tous. Ainsi, les soins se sont déroulés de manière détendue, tout en gagnant en efficacité, même pour certains actes chirurgicaux délicats. Plusieurs dents provoquant des souffrances chroniques négligées ont du être extraites, de nombreux autres cas de douleurs aiguës ont été traités avec succès. Cette année aussi, l'accent a été mis sur la prévention en ce qui concerne la santé bucco-dentaire. Les actions d'information des missions précédentes portent leurs fruits, nomades, moines et nonnes étant devenus plus attentifs à leur bien-être, consultent très facilement, ce qui permet d'éviter certaines situations extrêmes, et il faut continuer d'aller à leur rencontre !

Nous sommes aussi allés rencontrer le chef des nomades. Ainsi, nous avons pu apercevoir une nouvelle facette de ce mode de vie en mouvance. Les pluies abondantes des jours précédents obligeant la famille du chef à lever le camp pour gagner des pâturages plus élevés, nous avons assisté à un déménagement particulier. Le tracteur a remplacé les animaux pour le transport des biens : tout ce qui appartient à cette famille fut chargé dans la remorque qui allait transporter hommes et matériel. Une fois le véhicule parti dans un bruit assourdissant, nous étions toujours à palabrer, assis sur des matelas à même le sol, au milieu de nulle part, avec plus rien autour, ce qui rendait encore plus solennelles les analyses et confidences du chef. C'est la première fois que j'assistais à un transfert de campement. C'est étonnant de voir qu'ils ont vécu quelques semaines sur cette terre spongieuse, sur un petit promontoire surplombant la rivière, en pleine étendue herbeuse isolée de tout. Ils recommencent l'installation dans le lieu suivant qu'ils se sont choisi, où ils resteront quelque temps, puis changeront encore et encore.

Combien d'années pourront-ils continuer à vivre librement de cette façon traditionnelle ? Avec la modernisation galopante dont ils pourraient être les victimes, il est difficile d'apporter une réponse.

Stimulés par les recommandations de Rinpoché, les personnels tibétains employés par Tharjay font le maximum pour le fonctionnement en autonomie de la clinique, permettant aux bénévoles de chaque mission d'exercer leur art dans des conditions favorables. L'évolution vers plus d'autonomie m'a semblé être en bonne voie, même s'il est évident qu'il faut poursuivre les efforts et surtout ne pas « lâcher » les nomades, tant cette indépendance est relative. Je ne m'attendais pas à voir autant de progrès ! Les conditions semblent plus rudes qu'il y a quelques années, pourtant l'espoir d'un avenir meilleur est perceptible chez la majorité, comme si l'amélioration des moyens matériels était la solution vers plus de bonheur. Les Tibétains qui accueillent les actions Tharjay sont plutôt accompagnés qu'assistés, ce qui est positif pour l'avenir.

Par la fréquence des témoignages crus et variés sur le tremblement de terre de Yushu d'avril 2010 (séisme



d'amplitude 7 sur l'échelle de Richter), nous avons vite compris l'implication des personnes rencontrées. Sur un des piliers de l'entrée de la nonnerie, sont placardées trois ou quatre pages de photos des corps et des décombres, d'enfants déambulant dans les gravats, vêtus de leur jogging réglementaire d'écolier bleu ou rouge. Presque tous dans le district de Nangchen ont des liens avec les habitants de Yushu. Distant d'environ deux cents kilomètres, c'est la grande ville la plus proche. Selon Rinpoché qui a participé à l'aide directe aux familles, le séisme aurait provoqué 20000 décès. Pendant la mission, nous avons apporté un soutien financier aux victimes par l'intermédiaire de l'association Jinpa, organisation basée à Yushu qui oeuvre habituellement à la formation de personnels de santé et qui, depuis la catastrophe, travaille à redonner aux rescapés un semblant de vie normale dans la zone sinistrée...

La rencontre avec l'association Jinpa montre les intérêts réciproques à partager expériences et actions; c'est un plus pour Tharjay d'avoir un partenaire local permettant de recruter le personnel qualifié employé à la clinique.

A la fin de notre séjour, nous avons rapidement traversé Yushu avec Dornam et Sonam, très marqués en revenant dans cette ville à ciel ouvert, où les anciennes demeures tibétaines s'amoncellent de chaque côté des rues, en gravats de formes aléatoires. Dans la ville, des tas d'anciennes boiseries sont stockées, des pans de murs sont détournés de leur usage initial, utilisés avec d'autres gravats pour canaliser la rivière, créant de nouvelles zones exploitables où s'affairent quelques centaines d'ouvriers chinois venus prêter main forte. Ces digues nouvelles laissent apparaître des faïences témoignant qu'avant des gens les utilisaient comme cadre de vie. Là où autrefois il y avait un grand terrain libre pour les animations et les courses de chevaux, maintenant de nombreuses tentes de douze mètres carrés y ont été installées. Bleues, elles impressionnent immédiatement par leur nombre et leur agencement, donnant d'emblée l'image du camp de réfugiés. En participant aux discussions avec les acteurs locaux de l'association Jinpa, j'ai vu leur sentiment d'espoir, même si eux aussi sont très inquiets quant aux répercussions psychologiques des destructions sur la population tibétaine.

Pour l'association Tharjay qui vise des actions à long terme, pour les Tibétains qui gagnent en autonomie, cette mission aura, une nouvelle fois, créé une émulation partagée. La chance a souri à l'équipe en recrutant Patchen et Tséring, deux jeunes recrues tibétaines prometteuses ! L'amélioration du niveau en anglais est patente. Les plus motivés des jeunes qui peuvent étudier sont très bons élèves, plusieurs d'entre-eux pourront être une aide précieuse pour l'association lors des missions futures. C'est le cas de Patchen qui montre une empathie naturelle me rappelant celle de Tashi ou de Yeshe, traducteurs lors des missions précédentes, que nous n'avons pas pu rencontrer cette année.

Comme pendant les voyages précédents, le Tibet nous aura subjugué, agissant comme un révélateur de l'âme. Ce voyage a apporté son lot de découvertes, nous libérant d'une certaine monotonie infondée mais ressentie parfois, qui expliquent peut-être le souhait d'aventures lointaines ! Là-bas, chaque matin commence l'aventure, avec l'incertitude du lendemain qui donne sa juste valeur à chaque jour écoulé.

Tous nos remerciements sincères et chaleureux à tous ceux qui sont à l'origine de relations humaines particulièrement bénéfiques au delà des continents !

Fabrice et Maud Guillot
Chirurgien-dentiste et assistante dentaire

Une redécouverte

Bénévole pour la deuxième année consécutive, ce fut pour moi une nouvelle découverte. En effet, cette année le Tibet s'est présenté sous un aspect bien différent du premier séjour.

Ce qui m'a tout d'abord le plus surpris, c'est le climat tellement différent : temps très lourd, très orageux, avec des orages terribles de montagne qui surviennent de façon brutale, avec des pluies extrêmement abondantes, provoquant des glissements de la terre déjà gorgée d'eau. C'est assez terrifiant, surtout en voiture à la tombée de la nuit et que la visibilité n'excède pas trois mètres. Encore une fois, un grand bravo à Dornam, notre chauffeur !

Pour les soins que nous essayions au mieux de prodiguer aux nomades, là aussi tout était différent car la venue du Rinpoché chez les nonnes des hauts plateaux a totalement modifié le rythme du quotidien avec de nombreuses personnes venues assister aux cérémonies. L'intensité du travail a été importante avec plus de trente personnes les deux premiers jours et leur impatience a nécessité parfois un peu de discipline !

J'ai revu avec grand plaisir certains patients déjà rencontrés l'an dernier qui semblent être venus plus confiants pour, souvent, réclamer les «petites piqûres» (mésothérapie) ! J'ai pu constater que certains ont retenu les conseils d'hygiène indiqués, en particulier les nonnes pour l'entretien de leurs ongles. De manière générale, cette année, les problèmes d'hygiène m'ont paru moins importants que l'an passé.

Par contre, j'ai noté chez tous l'apparition de verrues au point que j'ai réussi, malgré le port quotidien de gants, à en attraper deux, encore présentes à ce jour !

La pollution par les bouteilles en plastique qui recouvrent comme un vilain tapis ces herbages magnifiques est préoccupante. Avec les pluies abondantes, elles pénètrent dans les sols en profondeur ajoutant à la

pollution visuelle une pollution invisible plus grave.

Les nomades, dont les chants clament l'amour qu'ils ont pour leur terre, ne semblent pas réaliser l'importance de ces dégâts et l'urgence à y remédier. Il y a nécessité pour Tharjay de mobiliser des moyens en faveur d'une «éducation de l'environnement» ! Cette pollution venant de changements d'habitude de vie apportés au mode de vie traditionnel, la solution viendra peut-être - paradoxalement - de la Chine pour la gestion des déchets.

Sur le plan médical, comme l'année dernière, à part les problèmes d'hypertension artérielle, de gastralgie et de rhumatologie, les Tibétains n'ont pas de problème infectieux majeur. Quand on voit les blessures faites à moto, il paraît incroyable qu'il n'y ait pas de surinfection, voire même de tétanos. La priorité va aux traitements anti-hypertenseur, anti-gastrite et anti-ulcère gastrique ainsi qu'antalgique, devant les problèmes rhumatologiques. Il faudrait sans doute prévoir une consultation ophtalmologique.

Quelques objets de là bas dont un réveil acheté à Xining resté à l'heure locale occupent de plus en plus de place chez moi. Chaque jour, je pense à ce merveilleux pays et à ces habitants, les nomades !

Dr Françoise Morgan
Médecin généraliste



Un épisode aventureux d'une sage-femme au Tibet

Un jour, des nomades viennent nous chercher pour aller faire une consultation d'une patiente enceinte. Nous partons sans trop savoir où, ni à quelle distance se trouve la patiente, ni ce qu'elle a, ni pourquoi elle ne peut se déplacer. Seuls nos amis tibétains le savent.

L'équipe se constitue de Clémence, Anang le chauffeur, Patchen, à la fois cuisinière et traductrice et moi. Cela fait près d'une demi-heure qu'on roule, la clinique a disparu depuis longtemps derrière nous quand, lors d'un sursaut plus prononcé du 4x4 qui nous propulse le front contre les vitres et les uns contre les autres, un bruit de pot d'échappement qui traîne par terre se fait entendre : c'est l'axe de transmission entre les roues avant et arrière complètement déboîté qui en est la cause ! La voiture manifestement ne repartira pas dans cet état.

Le mari de ma future patiente revient en arrière sur sa moto (il ouvrait la marche) deux autres motards s'arrêtent et tout le monde se penche sur le problème, en tibétain. Le temps passant (préoccupation occidentale), je propose de repartir vers ma patiente en moto mais nos amis tibétains ne l'entendent pas ainsi car les motos ne sont pas à eux et sur les hauts plateaux, une moto prêtée, c'est sacré ! Bon.

Alors, finalement, nous rafistolons notre axe avec une corde de fortune et Anang nous propose de rentrer au pas (au pas de charge!) à la clinique car la patiente est beaucoup trop loin et la voiture ne tiendra jamais le coup jusqu'à chez elle. Nous rentrons donc à la clinique et restons dans l'expectative une heure durant. Tout à coup, miracle, Anang revient avec la voiture de Beru Khyentsé Rinpoché, le fondateur de l'association, présent sur le haut-plateau cette année là ! Nous repartons et c'est le grand luxe (il y a la clim', la radio mais nous sommes quand même un peu secoués !). Et là, c'est parti pour un voyage extraordinaire et magnifique à travers la vallée, sur les pentes abruptes des montagnes. Nous traversons plusieurs fois le même torrent, et nous arrivons enfin chez la patiente.

Je pensais me mettre tout de suite à l'ouvrage, vu l'heure et la durée de trajet du retour, mais que nenni ! Nous commençons d'abord par le thé, les galettes,



le yaourt délicieux ! Quand enfin tout le monde est sustenté, nous restons entre filles, dans l'intimité de la tente pour ausculter cette jeune femme qui, en fait, n'avait d'autre problème qu'une grossesse de 5 mois et la fatigue des journées de labeur - dure réalité du quotidien des femmes des hauts plateaux.

En repartant, nous nous empalons sur un piquet qui reste planté au dessous de la voiture. Il nous faudra un certain temps pour nous dégager avec une petite hache...

Voilà, une seule sortie peut se révéler une aventure ! Je dois louer le talent et l'expérience de nos amis tibétains, qui confrontés au jour le jour aux dures réalités du climat et du terrain, rivalisent d'ingéniosité et de pugnacité pour régler les problèmes au fur et à mesure qu'ils se posent. C'est cela vivre «ici et maintenant» au Tibet !

Fanny Retière
Sage-femme.



www.tharjay.org

Contactez-nous !

Pour d'autres informations :

Damien BLAISE (communication)
4, rue Jules Ferry
94130 Nogent sur Marne
01 78 28 98 98
ou 06 13 40 33 44
damien.blaise@club-internet.fr

Pour faire un don :

Association d'aide Tharjay
c/o Frédéric MAILLARD (trésorier)
7, rue de la Clef
75005 Paris
01 43 36 65 07
ou 06 86 38 04 02
frederic.maillard@sun-zero.com

Pour les questions et missions médicales :

Dr. Régis PROUST (président)
29, cité Les Sorbiers aux
Oiseaux
22450 LA ROCHE DERRIEN
02 96 92 34 94
ou 06 30 78 39 29
regis-proust@orange.fr