

*retour sur un*

# *Voyage* **au** **Cambodge**



## Jour 1 - Arrivée au Cambodge.

Après 13h30 de vol, avec une escale à Singapour, nous avons enfin atterri à Phnom Penh, capitale du Cambodge.

Dès notre arrivée, la chaleur étouffante nous a accueilli et a marqué notre premier contact avec cette nouvelle culture.

Pour débiter notre exploration, nous avons fait un petit tour en cyclo-pousse à travers les quartiers animés de la ville. Ce fut une première immersion intense, entre le bourdonnement de la circulation et les odeurs de la cuisine de rue.

Nous avons fait un arrêt sur la place du Palais Royal, que nous avons admiré de l'extérieur en attendant la visite prévue pour le lendemain.

Ensuite, nous sommes montés jusqu'à la colline de Wat Phnom, un lieu emblématique et paisible qui offre une vue surprenante sur la ville.

Pour le déjeuner, nous avons découvert les saveurs locales dans un restaurant traditionnel, une excellente introduction à la gastronomie cambodgienne.

L'après-midi a pris une tonalité plus sombre avec notre visite au musée du génocide de Tuol Sleng. Ce lieu chargé d'histoire nous a plongé dans une réalité difficile, mais essentielle pour comprendre le passé du Cambodge.

Pour clôturer cette journée, nous avons eu un moment de quartier libre dans un marché local, où l'effervescence et les couleurs des étals nous ont permis de détendre un peu l'atmosphère.

Nous avons terminé notre première journée avec un dîner en bord du Mékong, bercés par le clapotis de l'eau et les lumières de la ville. Une première journée riche en découvertes et en émotions.

## Cambodge - Jour 2 .

Nous avons commencé cette journée par la visite des Killing Fields de Phnom Penh. Ce lieu de mémoire, empreint de silence et de recueillement, nous a plongé dans l'histoire tragique du pays.

Au milieu des stèles et des mémoriaux, chaque détail rappelle les souffrances que le Cambodge a traversé, un moment intense et émouvant.

Nous avons poursuivi par un moment plus léger en allant à la rencontre de l'association Champeay Art, qui œuvre pour encourager l'expression artistique des jeunes cambodgiens. Cet échange inspirant nous a permis de découvrir des initiatives créatives et de voir comment l'art peut devenir un puissant outil de résilience.

S'en est suivi la visite du Palais Royal et de la Pagode d'Argent.

Le Palais, avec ses toits dorés et ses jardins somptueux, est une véritable merveille architecturale.

Quant à la Pagode d'Argent, elle abrite des statues et des trésors d'une rare beauté, offrant un aperçu fascinant de la richesse spirituelle du Cambodge.

En fin de journée, nous avons embarqué pour un dîner croisière à l'intersection des fleuves Tonlé Sap et Mékong. La vue sur Phnom Penh illuminée, reflétée sur les eaux, créait une ambiance magique tandis que nous dégustions notre repas.

Pour clore cette belle journée, nous avons profité pour flâner dans les rues animées de Phnom Penh.

Puis, dans un dernier moment d'aventure, nous avons opté pour un retour en tuk-tuk, parfaitement dans l'ambiance de cette ville vibrante et accueillante.

## Cambodge - Jour 3

Visite du Musée National de Phnom Penh qui abrite une superbe collection de sculptures, d'objets d'art et d'artefacts de l'époque angkorienne, offrant un aperçu fascinant de l'histoire et de la culture du pays.

Après cette visite culturelle, nous avons pris la route en direction



de Kratie. En chemin, nous avons fait un arrêt pour découvrir une spécialité locale... peu ragoûtante : la mygale frite ! Mais aussi des sauterelles, des libellules, et d'autres insectes insolites, bref il y en avait pour tous les goûts.

Dès la sortie du bus, nous étions dans l'ambiance puisque des enfants nous attendaient... avec une mygale vivante ! Les présentations étaient faites on en voyait d'autres qui l'avait sur leur t-shirt... bref j'étais aux anges...

Notre deuxième halte s'est faite dans le village de Cheung Kok, mis en valeur par l'ONG Amica. Ce village préserve son artisanat traditionnel et offre une plongée authentique dans la vie rurale cambodgienne. J'ai été touchée par la simplicité de leur mode de vie.

Les habitants vivent avec très peu de moyens, mais ils font preuve d'une résilience et d'une chaleur humaine remarquable. Ce genre de moment permet de prendre du recul et de mesurer la chance que nous avons.

Nous avons ensuite déjeuné au restaurant de l'organisation humanitaire Smile à Kampong Cham, un repas qui nous a permis de goûter à des plats locaux tout en soutenant une belle initiative. Après quelques heures de route, nous sommes enfin arrivés à Kratie. L'hôtel est idéalement situé au bord du Mékong, avec une vue magnifique sur le fleuve. Nous avons eu un moment de temps libre pour nous reposer avant de terminer la journée par un bon dîner. Une journée bien remplie, riche en découvertes et en émotions !

#### **Cambodge - Jour 4**

Pour notre quatrième jour au Cambodge, nous avons commencé par un délicieux petit déjeuner dans un restaurant au bord du Mékong, avec une vue imprenable sur le fleuve.

Ensuite, direction le site de Kampi, où nous avons rendez-vous avec les célèbres dauphins de l'Irrawaddy.

Ces dauphins d'eau douce, en voie de disparition, sont uniques par leur forme arrondie et leur museau court.

Nous avons eu la chance d'apercevoir plusieurs d'entre eux, émergeant paisiblement à la surface. C'était un moment magique, presque hors du temps, de les voir évoluer dans leur habitat naturel, et de ressentir l'importance de leur protection.

L'après-midi, nous avons pris un ferry pour rejoindre l'île de Koh Trong, uniquement accessible par bateau. Malheureusement pour nous, l'eau étant basse, une petite marche s'est imposée pour atteindre les berges, le ferry ne peut pas aller plus loin.

S'en est suivie une belle promenade en tuk-tuk (ou vélo pour les plus motivés) le long des berges du Mékong, profitant de la tranquillité de l'île et de ses paysages verdoyants.

Au retour, nous avons opté pour le système D grâce à la gentillesse des habitants qui nous ont ramené jusqu'au ferry sur leur scooter !

La journée s'est terminée par une petite balade libre dans le marché local, situé à quelques pas de notre hôtel. L'ambiance y était animée, avec des étals colorés et de nombreuses spécialités locales à découvrir.

Une journée bien remplie, pleine de découvertes et de beaux moments partagés

#### **Cambodge - Jour 5**

Depart pour un long trajet en bus, vers Kampong Thom.





Une petite pluie nous accompagne et apportait une légère accalmie à l'atmosphère étouffante.

Notre premier arrêt s'est fait dans une plantation d'hévéas.

Ces arbres, exploités pour leur latex, produisent la matière première du caoutchouc.

Nous avons pu observer le processus de récolte : une incision délicate est pratiquée sur l'écorce pour permettre à la sève de s'écouler lentement. Cette production est importante pour l'économie locale.

Nous avons ensuite pris la direction des temples de Sambor Prei Kuk, un site exceptionnel classé au patrimoine mondial de l'UNESCO.

Ces temples, datant de l'époque préangkorienne, témoignent de la

grandeur de l'ancien royaume de Chenla, qui a prospéré entre le VIe et le IXe siècle.

Entourés d'une végétation luxuriante, ces édifices, avec leurs sculptures raffinées et leurs tours en briques rouges, semblaient presque se fondre dans la forêt qui les enveloppe.

En cours de route, nous avons fait un arrêt pour découvrir l'artisanat local. Les habitants de la région perpétuent des savoir-faire traditionnels en créant divers objets à partir de matériaux naturels.

## Cambodge - Jour 6

Direction Siem Reap.

1ere étape avec une halte marquante au lac Tonlé Sap.

Ce lac, le plus grand d'Asie du Sud-Est, est une véritable source de vie pour la région. Il joue un rôle crucial pour l'agriculture, la pêche et la biodiversité, et nous avons été impressionnés par son immensité et son importance dans le quotidien des Cambodgiens.

Nous avons ensuite visité Kampong Khleang, un village lacustre unique en son genre. Entièrement construit sur pilotis, ce village s'élève au-dessus de l'eau et s'adapte aux variations saisonnières du niveau du lac.

Nous avons eu le privilège de découvrir ce mode de vie si particulier, où tout semble en harmonie avec les mouvements du Tonlé Sap. Une promenade en bateau sur les canaux nous a permis de mieux observer les maisons, les barques des pêcheurs et la vie qui s'organise autour de l'eau.

À notre arrivée à Siem Reap, nous avons été immédiatement frappés par le contraste avec les villages traversés plus tôt dans la journée. Siem Reap est une ville vibrante, illuminée et bouillonnante d'énergie, et encore plus en cette période où se déroule la Fête de l'Eau.

Cette célébration, l'une des plus importantes au Cambodge, marque la fin de la saison des pluies et le renversement du courant du Tonlé Sap. Les rues sont animées par des défilés, des courses de pirogues, des danses traditionnelles et une ambiance festive omniprésente, ajoutant une dimension encore plus vivante à notre séjour.

La journée s'est achevée par un moment d'émerveillement avec le spectacle du cirque Phare Ponleu Selpak.

Ce cirque, qui mêle avec brio acrobaties, danse et théâtre, met en lumière des récits inspirés de la culture cambodgienne, tout en offrant une opportunité d'émancipation et de formation artistique à de jeunes Cambodgiens.

C'est un véritable témoignage du dynamisme culturel du pays.

Enfin, nous avons conclu la soirée dans les rues animées de Siem Reap, où l'effervescence de la fête, la musique et les lumières rendaient l'atmosphère encore plus festive et mémorable. Une journée marquée par des découvertes, des contrastes et une immersion dans la joie de vivre cambodgienne.





## Cambodge - Jour 7

Notre journée a débuté par la visite du magnifique temple de Banteay Srei, également appelé "Citadelle des Femmes". Ce joyau architectural, construit en grès rose, est renommé pour l'incroyable finesse de ses sculptures, qui représentent des scènes détaillées de la mythologie hindoue. Malgré ses dimensions relativement modestes, Banteay Srei est souvent considéré comme l'une des plus belles réalisations de l'art khmer, tant par son élégance que par la richesse de ses ornements.

En chemin, nous avons marqué un arrêt pour découvrir le processus traditionnel de fabrication du sucre de palme. Cette pratique artisanale consiste à extraire la sève des palmiers à sucre, qui est ensuite chauffée pour se transformer en une substance sucrée et caramélisée.

Ce sucre naturel est une composante essentielle de la cuisine cambodgienne et témoigne du savoir-faire ancestral des populations rurales.

Nous avons ensuite poursuivi notre journée sur le site de Kbal Spean, souvent appelé "La Rivière aux Mille Lingas".

Une randonnée à travers une jungle luxuriante nous a conduits jusqu'à ce lieu sacré, où le lit de la rivière est sculpté de motifs

religieux hindous, dont des lingas symbolisant la fertilité, ainsi que des représentations de dieux et de créatures mythologiques.

Ces sculptures, immergées sous l'eau, avaient pour vocation d'assurer la prospérité des récoltes en bénissant l'eau qui descendait vers les rizières.

Après le déjeuner, nous avons exploré le temple de Beng Mealea, un site empreint de mystère, enfoui dans une végétation dense. Ce temple, datant du XI<sup>e</sup> siècle, est un exemple saisissant de l'architecture khmère et impressionne par son état de semi-abandon, les racines des arbres semblant vouloir reprendre possession des lieux.

Sa beauté sauvage et son atmosphère unique ont fait de Beng Mealea un décor de choix pour des films tels qu'Indiana Jones et Deux Frères, renforçant encore son aura mythique.

Pour conclure cette journée riche en découvertes, nous avons été accueillis par les habitants d'un village voisin, où nous avons partagé un dîner chaleureux et convivial.

La soirée s'est poursuivie par une cérémonie bouddhiste, au cours de laquelle les moines nous ont offert leur bénédiction. Ce rituel empreint de spiritualité, d'une grande simplicité et d'une profonde sérénité, a marqué un moment particulièrement émouvant et introspectif, venant clore avec grâce une journée inoubliable.



## Cambodge - Jour 8

Journée entièrement dédiée à l'exploration des temples majestueux d'Angkor.

Départ en tuk-tuk de l'hôtel pour rejoindre le temple d'Angkor, l'un des premiers édifiés sur ce vaste site.

Bien qu'il soit moins célèbre qu'Angkor Wat, il offre un aperçu fascinant des premières avancées architecturales et artistiques des Khmers.

Ce lieu chargé d'histoire témoigne des prémices de l'extraordinaire développement culturel et spirituel de cette civilisation.

Puis direction le temple d'Angkor Wat, le plus emblématique de tous les temples et un véritable chef-d'œuvre de l'art khmer. Classé au patrimoine mondial de l'UNESCO.



Construit au XII<sup>e</sup> siècle en l'honneur de Vishnou, ce monument colossal est un modèle d'équilibre entre spiritualité et prouesse architecturale. Ses cinq tours centrales, symbolisant les monts sacrés du cosmos hindou, se dressent majestueusement au-dessus de l'ensemble du site. Les innombrables bas-reliefs, finement sculptés, racontent des récits mythologiques et historiques d'une richesse incroyable. Angkor Wat est bien plus qu'un site historique : c'est un symbole universel de la créativité humaine et du génie architectural.

Nous avons ensuite découvert Ta Prohm, un temple qui incarne à merveille la cohabitation entre l'homme et la nature. Laissez en grande partie dans son état de redécouverte, il est célèbre pour les gigantesques racines d'arbres qui enveloppent ses pierres, créant une ambiance mystique et intemporelle. Ce site, rendu célèbre par le film Tomb Raider, semble tout droit sorti d'un conte fantastique.

L'après-midi a été consacrée à la visite d'Angkor Thom, l'ancienne capitale royale de l'Empire khmer. Véritable cité hydraulique, elle illustre l'ingéniosité des Khmers en

matière de gestion de l'eau et d'urbanisme. Entourée de larges douves et de hauts remparts, Angkor Thom est un lieu à la fois impressionnant et empreint de spiritualité.

Au cœur de cette cité, nous avons découvert le temple du Bayon, remarquable par ses 54 tours ornées de visages souriants et énigmatiques. Ces sculptures fascinantes, symbolisant probablement le roi Jayavarman VII ou une divinité protectrice, semblent observer les visiteurs avec bienveillance, renforçant l'atmosphère sacrée du lieu.

Nous avons également fait un passage devant les temples du Baphuon et du Phimeanakas, avant de terminer par la Terrasse des Éléphants. Cette vaste plateforme richement sculptée servait autrefois de théâtre pour les cérémonies royales et les parades militaires, témoignant de la splendeur des festivités de l'époque.

En chemin, nous avons croisé de nombreux singes malicieux, devenus maîtres dans l'art de chaparder tout ce qui suscite leur curiosité. Leur présence espiègle, bien qu'amusante, a invité chacun à redoubler de vigilance.

Pour clore cette journée d'exception, nous avons embarqué en pirogue sur le Tonlé Oum pour admirer le coucher du soleil. Les derniers rayons, se reflétant sur les eaux tranquilles, ont baigné le paysage d'une lumière dorée et apaisante. Ce moment de sérénité, empreint de beauté, a offert une conclusion parfaite à cette immersion au cœur de l'histoire et de la spiritualité du Cambodge.

## **Cambodge - Jour 9**

Pour ce neuvième jour au Cambodge, nous avons opté pour la tranquillité et le charme d'une balade en tuk-tuk pour explorer la campagne environnante de Siem Reap, tandis que d'autres plus audacieux ont choisi le scooter.

Le tuk-tuk, plus lent mais si agréable, nous a permis de profiter pleinement des paysages, avec ses rizières verdoyantes, ses palmiers élancés, et la vie quotidienne des villageois.

Notre premier arrêt fut au centre des Senteurs d'Angkor, un lieu à la fois artisanal et sensoriel. On y découvre comment sont fabriqués des produits locaux tels que des savons naturels, des bougies parfumées, et surtout le fameux encens cambodgien.

Les ateliers sont passionnants : tout est fait à la main, dans le respect des traditions locales et avec des ingrédients naturels comme le citron vert, le jasmin ou encore la noix de coco.

Une boutique permet évidemment de ramener quelques souvenirs parfumés, parfaits pour prolonger ce voyage une fois rentrés chez nous.

Après cette visite enrichissante, place à un moment de détente bien mérité.

Nous avons pris le temps de nous relaxer dans un salon de massage, une expérience incontournable au Cambodge.

Entre les techniques traditionnelles khmères et l'ambiance apaisante des lieux, ce fut une véritable parenthèse de bien-être.

Parfait pour recharger les batteries avant la soirée.

Pour cette dernière soirée, dîner-spectacle de danse Apsara, une tradition emblématique du Cambodge. Ces danses classiques, inscrites au patrimoine culturel immatériel de l'UNESCO, sont d'une grâce et d'une finesse inégalées.

Les danseuses, vêtues de costumes somptueux et ornées de bijoux étincelants, interprètent des récits légendaires au rythme des musiques traditionnelles. Les mouvements, lents et précis, mêlent élégance et spiritualité.



Enfin , nous avons profité une dernière fois du centre-ville animé de Siem Reap , de l'ambiance festive des petites rues et des marchés, pour faire nos derniers achats. C'était l'occasion idéale de ramener quelques souvenirs uniques et de s'imprégner une dernière fois de l'atmosphère chaleureuse de la ville.

## **Cambodge - Jour 10 .**

Pour ce dernier jour au Cambodge, nous avons quitté notre confortable hôtel avec un peu de nostalgie, prêts à vivre encore quelques expériences avant le départ.

Notre matinée a commencé par la visite de l'ONG AHC (Angkor Hospital for Children), un hôpital pédiatrique qui fournit des soins gratuits aux enfants de la région.

C'est un lieu essentiel pour de nombreuses familles cambodgiennes qui n'ont pas accès à des soins médicaux de qualité.

On a pu découvrir les initiatives mises en place, les défis qu'ils relèvent chaque jour et l'impact positif qu'ils ont sur la communauté. Une visite qui pousse à réfléchir sur l'importance de ces actions solidaires et de la chance que nous avons.

Ensuite, on a fait une visite vraiment originale et surprenante au centre APOPO, spécialisé dans le déminage.

Là-bas, des rats, surnommés les HeroRats, sont entraînés pour détecter les mines antipersonnel encore présentes et trop nombreuses au Cambodge.

Ces petits héros, bien plus légers que les humains, peuvent localiser les explosifs sans risquer de les faire exploser.

Leur travail est impressionnant et joue un rôle crucial pour rendre les terres plus sûres pour les populations locales.

Cette démonstration nous a permis de mieux comprendre l'ampleur du problème des mines au Cambodge et l'ingéniosité de cette solution.

Après ces deux visites marquantes, il était temps de prendre la direction de l'aéroport pour le grand départ ... près de 16 h d'avions (escale comprise) nous attendait

Ce fut un voyage rempli de découvertes, de rencontres et de moments inoubliables, qui restera gravé dans nos mémoires.

DEBS Déborah

