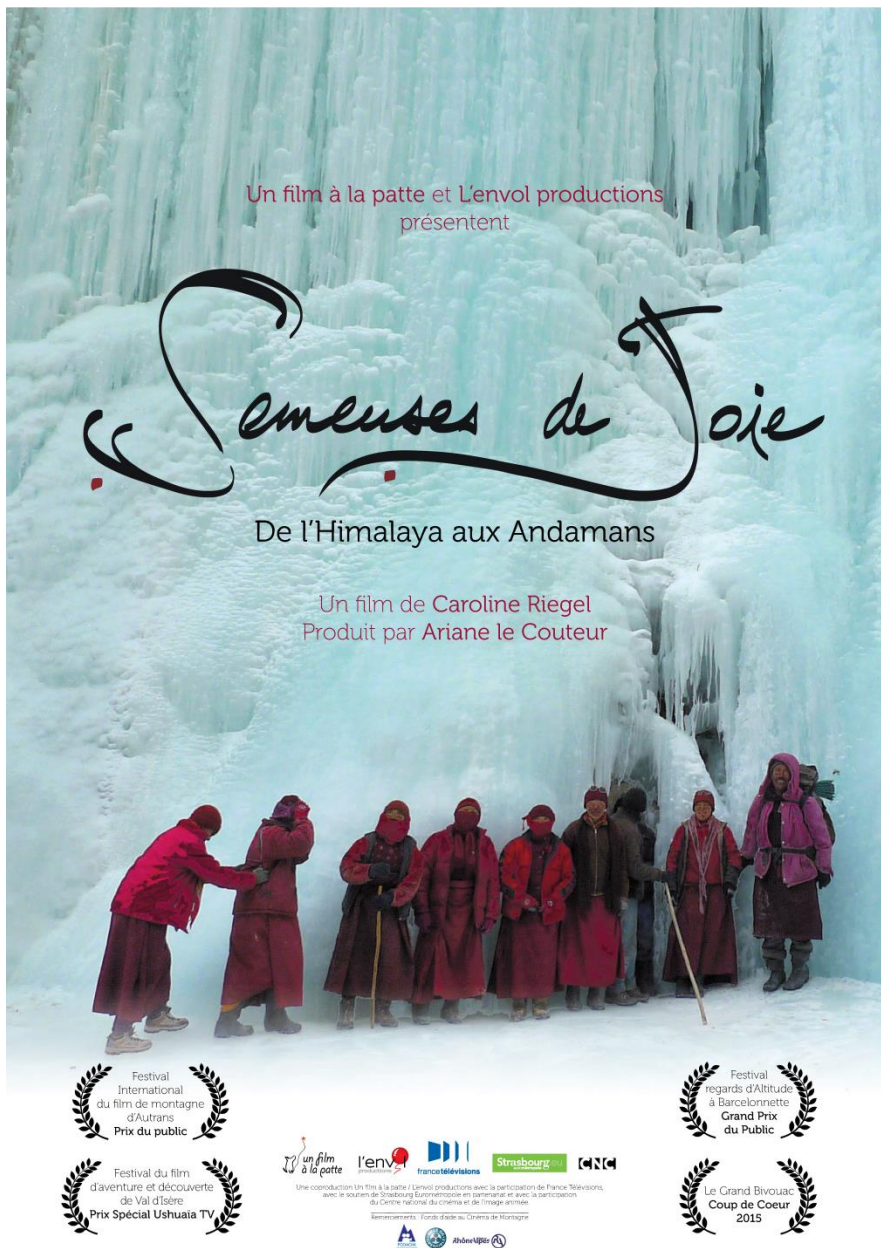


DÉCOUVREZ UNE AVENTURE HORS DU COMMUN



Un film à la patte et L'envol productions
présentent

Semeuses de Joie

De l'Himalaya aux Andamans

Un film de Caroline Riegel
Produit par Ariane le Couteur



Dans la vallée himalayenne du Zanskar une nonnerie d'un autre temps héberge des nonnes bouddhistes au cœur remarquable et à la joie contagieuse qui n'ont guère reçu d'éducation et n'ont jamais quitté leurs montagnes. Au fil de nos rencontres depuis 10 ans, nous avons rêvé d'une découverte de l'Inde, leur pays, toutes ensemble. Ce film raconte la réalisation de ce rêve, une confrontation pour ces nonnes entre l'isolement extrême et une vie moderne acquise à la globalisation.

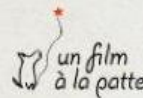
équipe artistique

Montage : Alexandre Augue / Musique : Pierre Esteve / Graphisme : Heno Marca
Étalonnage : Arnaud Lambert / Mixage : Roger Dupuis

Durée : 53'30- / Versions française et anglaise

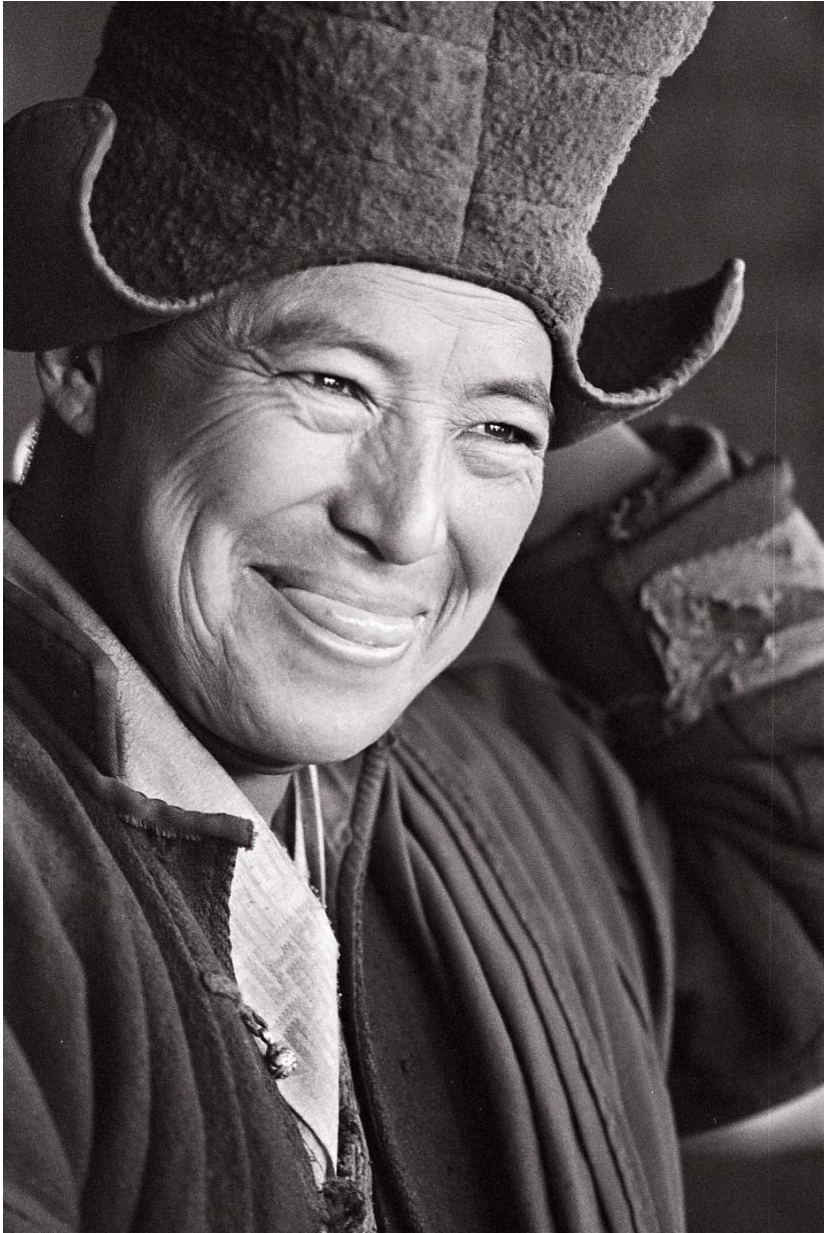
bonus

- 1/ Les coulisses d'une amitié (entretien avec Caroline Riegel) 13'
- 2/ L'aventur de la nonnerie (Construction d'une école bouddhiste à Tunгри) 6'30
- 3/ La chanson Bakula (chantée par Caroline) 1'20 / Le thème du Tchadar 1'10



© Un Film à la Patte / L'Envol - 2015

Ce vidéogramme est protégé par le droit d'auteur et est exclusivement destiné à un usage privé. Toute utilisation non autorisée y compris, et de manière non limitative, la copie, la location, le prêt, la projection en public avec ou sans perception de droit d'entrée, la retransmission à la télévision - chaînes câblées incluses - ou toute autre utilisation à des fins commerciales de tout ou partie de ce vidéogramme est strictement interdite. Les contrevenants s'exposent à des poursuites judiciaires.



- **SYNOPSIS**
- **UNE HISTOIRE D'AMITIÉ**
- **UN PÉRIPLÉ INITIATIQUE**
- **UN FILM DOCUMENTAIRE**
- **UNE ASSOCIATION**
- **UNE ÉCOLE**
- **UN VOYAGE EN FRANCE**
- **LA RÉALISATRICE**

SOMMAIRE

SYNOPSIS

Semeuses de joie est un film né de ma rencontre avec onze **nonnes bouddhistes du Zanskar**, vallée himalayenne perchée à 3700 mètres. Elles n'ont guère eu d'éducation et certaines n'avaient jamais quitté leurs montagnes. Je leur ai promis une **découverte de l'Inde**, leur pays, toutes ensemble. Ce film raconte notre **amitié**, la réalisation de ce rêve et ses répercussions. Il est un hommage au cœur remarquable de onze femmes à la joie contagieuse. Il est également une confrontation pour ces nonnes entre l'isolement d'un hiver himalayen et une vie moderne acquise à la globalisation, entre le bonheur et la connaissance...



UNE HISTOIRE D'AMITIÉ

Interview de la Réalisatrice Caroline RIEGEL

Comment avez-vous rencontré ces femmes et qui sont-elles ?

C'est au coeur d'un périple au long cours à travers l'Asie, en 2004-2005, du lac Baikal au golfe du Bengale. J'ai vécu un premier hiver complet dans la vallée himalayenne du Zanskar, et notamment au village de Tungri et à sa nonnerie. Sédentaire durant 6 mois dans une vallée complètement fermée durant la saison hivernale, j'ai appris la langue, les gestes quotidiens, travaillé comme porteuse sur le fleuve gelé et enseigné à l'école gouvernementale et aux nonnes.

Il s'agit de onze nonnes bouddhistes âgées de 27 à 80 ans, toutes originaires de Tungri et des hameaux voisins. Elles ont choisi la voie monastique à l'adolescence et vivent ensemble à la nonnerie dans une harmonie remarquable. Leur cœur et leur joie ont chamboulé ma vie.

Cette immersion himalayenne fut un chapitre particulièrement marquant de ma vie: un hiver hors du temps, en accord avec la nature et toutes les générations présentes, un hiver à rire, à contempler, à réfléchir... Un hiver sans guère de consommation polluante, ni pour l'âme, ni pour l'environnement.

Où se trouve le Zanskar ?

Le Zanskar est une haute vallée himalayenne du nord-ouest de l'Inde, attachée à la culture tibétaine. Elle reste isolée en période hivernale car aucune route carrossable ne permet de s'y rendre. Ce paisible recoin du monde vivait encore en autarcie il y a 50 ans à peine. Le climat rigoureux impose une cohésion sociale, que le bouddhisme tend à renforcer. Mais les choses changent, et chacun doit désormais trouver sa place dans une modernité galopante, gourmande et parfois dérangeante.

Tungri est un petit village prospère, bien fourni en eau et en verdure. Nous sommes loin, très loin de l'Inde grouillante qui ne connaît aucun repos ! Juste au-dessus du village niche une minuscule nonnerie qui compte parmi les plus anciennes de la vallée. Le vieux *Ducan* (temple) aux murs peints de Bouddhas, Dolmas et déités aurait été construit il y a 500 ans environ.



Êtes vous retournée au Zanskar ?

Oui, depuis 2004, j'ai vécu plusieurs hivers et toutes les saisons au Zanskar. En cumulé, j'ai passé presque 3 ans sur place. J'ai notamment aidé l'association Rencontre au Bout du Monde dans ses projets de développement communautaire. Cet engagement m'a permis de mieux connaître le Zanskar moderne ainsi que la plupart des acteurs de cette région himalayenne: politiques, sociaux, ONG, religieux...

J'ai enseigné plus de 6 mois à l'école gouvernementale de Tungri (maths, anglais & sciences) ainsi qu'aux nonnes et monté des projets comme un canal d'irrigation pour Pishu, village en manque d'eau.

C'est donc plus de 12 ans d'une amitié forte et intime avec les nonnes et les villageois de Tungri qui a rendu notre rêve possible: voyager ensemble pour découvrir l'Inde, le Népal et le Bhoutan.

... Le cœur et la joie de ces femmes ont chamboulé ma vie ...



UN PÉRIPLÉ INITIATIQUE

Un pèlerinage et une découverte aux quatre coins de l'Inde, de l'Himalaya à l'archipel des Andamans.

4 mois de voyage en quittant le Zanskar par le fleuve gelé en février pour rentrer début juin à pied par un col à 5000 m

Comment est né ce projet de voyage ?

C'est un long périple qui m'a menée jusqu'à Tungri. Dès lors, je ne cessais de raconter aux nonnes le monde que j'avais eu la chance de découvrir. En faisant des *momos* (raviolis), en cherchant de l'eau ou du bois, entre deux prières ou le soir au coin du feu, nos cœurs se sont pris à rêver de le parcourir ensemble ! Ces femmes n'ont aucune ressource. Certaines n'avaient jamais quitté la région, une seule avait vu l'océan.

Je leur ai fait une promesse : leur offrir une découverte de leur vaste pays, l'Inde, où aucun passeport ne leur était nécessaire.

Comment avez-vous préparé ce voyage et qui l'a financé ?

J'ai financé seule ce voyage en économisant pendant deux années où j'ai travaillé au Pakistan sur un projet hydroélectrique et au Sud Soudan avec le CICR. J'ai ainsi pu amasser les 30 000 € nécessaires à l'aventure et même apprendre l'urdu (hindi) au Pakistan. A mon retour du Sud Soudan, j'ai eu quatre mois pour préparer le voyage, trouver une caméra et m'initier au tournage. J'ai rencontré des producteurs, des réalisateurs, des ingénieurs du son, des formateurs qui m'ont aidée à partir le mieux préparée possible.



Qui a choisi l'itinéraire de ce périple ?

J'ai choisi le tracé de ce périple. Les nonnes m'ont accordé leur entière confiance avec pour seule requête de faire halte dans les grands monastères tibétains et les lieux bouddhistes historiques d'importance.

Ce voyage est un pèlerinage sur les traces de Gautama Bouddha, mais il est surtout une découverte de l'incroyable diversité de leur pays. Je l'ai souhaité « école de vie » pour ces femmes qui n'ont guère reçu d'éducation et n'avaient pas eu la chance de voir le monde par-delà les cols.



... Ce film est une ode à la joie, l'amitié, par-delà les frontières ...

UN FILM DOCUMENTAIRE

*« Un film que j'ai tourné seule sur 12 mois cumulés.
J'ai été à la fois guide, organisatrice, traductrice,
camerawoman, responsable d'une caravane de 12 personnes
âgées de 27 à 77 ans ».*

Pourquoi un film ?

Au cours de mes précédents voyages, j'avais fait de la photographie N&B et j'ai eu la chance de publier les récits de mes expériences. Mais elles ne liront jamais, pas même en anglais et n'ont guère l'œil sensible au N&B.

Seule l'image filmée permettait de s'affranchir des barrières culturelles et linguistiques. Tous les Zanskarpas sont désormais rompus et « attentifs » à la télévision.

Ce film est donc un outil de mémoire et d'échange pour nous toutes, réalisé avec elles et les Zanskarpas, acteurs de cette aventure.

Que raconte « Semeuses de Joie » ?

« Semeuses de Joie » raconte notre périple en trois temps:

- **L'hiver au Zanskar** est le temps des préparatifs. Nous plongeons dans le quotidien des nonnes et découvrons leur mode de vie, leur spiritualité, leur personnalité... Tous les enjeux du film sont introduits : la réussite du voyage, la force de leur bonheur, l'accès à la connaissance et ses impacts...
- **Le voyage en Inde** est le cœur du film, un carnet de route aux extrêmes d'un pays qui semble peu se connaître; en effet aucun Indien ne sait d'où elles viennent. Les nonnes partagent avec nous leur émerveillement, leur étonnement : un regard différent qui questionne sur les valeurs, le sens de la vie...
- **Le retour au Zanskar** est le temps du partage, de la réflexion. Que retiennent-elles? Comment a-t-il infléchi le cours de leur vie et de leurs pensées ? Quelles sont leurs perspectives d'avenir à l'heure où une école tant attendue ouvre ses portes à la nonnerie ?



LEUR VENUE EN FRANCE

*« Je connais les familles de chacune des nonnes, leur univers,
leur histoire, leurs amis...*

*J'ai souhaité leur faire découvrir enfin mon pays la France et
leur permettre de rencontrer tous ceux qui ont rendu nos rêves
possibles. »*



Nous avons fait un véritable tour de France et des amis: de la mer à la montagne, de la ville à la campagne...

A l'inverse du voyage en Inde, nous avons pu approfondir les amitiés, les échanges. Du fait que je ne filmais pas, et grâce à ce formidable outil de partage qu'est le film, au gré de nombreuses projections et d'invitations à des festivals, il nous a véritablement été possible d'axer ce voyage sur la rencontre. Nous avons même pu échanger de manière approfondie - vie, réflexions, foi et prière - avec d'autres communautés religieuses.

Le voyage en France a donc profondément marqué les nonnes mais aussi tous ceux qui ont eu la chance de les rencontrer, à entendre le récit de leurs émotions et de leurs souvenirs 2 ans après.

En fin de compte, ce voyage a aussi été l'occasion extraordinaire et rêvée de partager la joie et l'amitié de mes amies si chères avec tous ceux qui nous ont aidé pour rendre le voyage en Inde possible, réaliser le film et tous ceux qui soutiennent les projets Thigspa à la nonnerie. On ne peut imaginer de plus beau remerciement !



Quand sont-elles venues ?

Nous avons porté ensemble les débuts du film et toutes ses « avant-première » durant 2 mois, en octobre et novembre 2015. Avec les semeuses, c'est aussi l'avenir de la nonnerie que nous avons soutenu grâce à de nombreuses conférences organisées dans le but de récolter des fonds pour la construction de l'école.

Tout comme pour le voyage en Inde, je me suis chargée de financer leur venue avec l'aide de ma famille et d'amis généreux. Il est important en effet que les donations servent en priorité à financer la construction de l'école et la suite des projets pour l'avenir de la nonnerie.

Quel a été leur parcours ?



UN SUCCÈS INATTENDU

- *Près d'une centaine de conférences en France, Suisse et Belgique avec pas moins de 20 000 spectateurs (dont certaines « standing ovation » mémorables)*
 - *Diffusion sur France 5 et Ushuaïa TV*
 - *8 fois récompensé en festival*

Comment expliquer cet engouement ?

Difficile au début de comprendre les salles archipleines et le succès du film. On pouvait penser que la présence des nonnes était la seule raison. Mais après leur départ, le succès du film a continué: les prix, les salles pleines, l'émotion et la joie des spectateurs...

Alors est-ce la force, la sincérité et la joie de ces femmes, celles du film, de l'aventure, de l'amitié, ou la passion partagée par la réalisatrice? Sans doute un peu tout cela à la fois. Il semble évident que beaucoup de gens sont en quête d'authenticité, autant dans la forme que dans le fond. En quête aussi de liens, de réponses positives, bienveillantes et porteuses d'espoir, de réponses aux questions existentielles du monde actuel, aux craintes d'un futur trop houleux et trop haineux. En quête de sens, tout simplement...

Or ce film est fort de sens: la joie, l'amitié, les valeurs qu'il partage, mais aussi sa réalisation, tout ce que la réalisatrice partage en conférences bien au-delà du film et ce qu'il permet aujourd'hui de porter: un avenir pour ce lieux et ces femmes, héritage d'une sagesse ancestrale. Sans compter le changement de regard des villageois pour ces femmes du bas de l'échelle et leur implication désormais remarquable pour leur nonnerie.



UNE ASSOCIATION

L'association Thigspa est née en février 2012, à l'initiative de Caroline Riegel, avec l'idée d'utiliser le film et ses éventuels bénéfices pour aider la nonnerie de Tungri.



Que signifie THIGSPA ?

Le nom "Thigspa" signifie "Goutte d'eau" en Tibétain. Il fait référence aux "pérégrinations d'une goutte d'eau", le voyage que j'ai effectué à travers l'Asie, entre Mars 2004 et Décembre 2005. C'est au cours de ce périple que j'ai fait connaissance avec le Zanskar, ses habitants, et les nonnes de Tungri.

Quelle est la vocation de THIGSPA ?

La vocation de Thigspa est d'aider les nonneries et population du Zanskar. L'aventure du film s'étant révélée longue, l'association a pris son temps avant de développer son premier projet: la construction de salles de classe et de logements pour les professeurs à la nonnerie de Tungri.



... Seule une école permettra à la nonnerie de ne pas disparaître...

UNE ECOLE - UN AVENIR



*L'école a ouvert ses portes alors que nous étions
aux Andamans !*

Le projet de construction de salles de classes à la nonnerie fait suite à la naissance d'une école pour jeunes nonnes sous la tutelle du CIBS (Central Institute of Buddhist Studies) à Leh, capitale du Ladakh. Ce projet espère renforcer une dynamique encourageante portée par les nonnes, des villageois impliqués et volontaires, un voyage extraordinaire, des anges gardiens venus d'ailleurs... C'est une telle convergence d'énergies qui permet aujourd'hui de construire un avenir à ce lieu, héritage d'un autre temps, gardien d'histoire et de sagesse.

Car sans école, ces nonneries de si peu de ressources n'ont guère d'espoir de s'adapter au monde moderne et semblent condamnées à une mort lente. De plus, la concurrence est rude en Inde et tous les écoliers n'ont pas la chance de trouver un travail dans leur vallée. Maintenir un équilibre entre voie monastique, voie paysanne et travail salarié semble essentiel au Zanskar, où les ressources sont particulièrement fragiles. Une école permet enfin aux petites filles des environs de ne pas avoir à s'exiler dans les grands et riches monastères, d'où trop souvent elles ne reviennent pas.



FINANCEMENT

Un budget total de **36 200 €** a été prévu pour la construction de deux bâtiments solaire (salles de classes et logement professeurs).

Caroline RIEGEL, ingénieure, et Amandine LEPEERS, architecte en charge du design, ont suivi et dirigé les travaux aidées de Gatouk, chef du village.

Participation au financement: THIGSPA (donations privées), RBM (Rencontres au Bout du Monde), Fondation ARTELIA, Continents Insolites...



PLANNING

La construction de l'école s'est déroulée entre l'été **2014** (mission de préparation) et **2016** (finitions).. Mieux et plus vite que prévu, grâce à l'implication locale !

L'école a été inaugurée par les villageois et les autorités en septembre 2016!

Ingénieure...

Ingénieure en constructions hydrauliques de métier, j'ai travaillé sur des projets et constructions de barrages en forêt vierge gabonaise, dans la Montagne Noire (France), au Québec, dans la capitale Moghol Lahore (Pakistan), et au sud de l'Equateur en 2014.

Humanitaire...

En 2011, j'ai effectué une mission d'une année au Sud Soudan avec la Croix-Rouge International, en tant qu'ingénieur. Au Zanskar, j'ai enseigné 6 mois (mathématiques, sciences et anglais) dans l'école gouvernementale de Tungri. Membre de l'association RBM, j'ai effectué trois missions de terrain pour suivre et développer leurs projets au Zanskar et au Ladakh.

Aventurière et Écrivain...

En 2004-2005, j'ai traversé l'Asie du lac Baïkal au Bengale, au fil de l'eau, parfois accompagnée de chevaux, d'un chameau, d'un âne ou d'une bicyclette indienne. Ce périple a donné naissance à deux livres : SOIFS D'ORIENT et MEANDRES D'ASIE, publiés aux éditions Phébus en 2008. Ces récits ont reçu les prix des explorateurs de la Société de Géographie, le prix René Caillé et la Toison d'Or du livre d'aventure vécue. Un troisième récit ECLATS DE CRISTAL est paru en octobre 2011 chez Phébus; il raconte mon année en forêt vierge.



Conférencière...

Au retour du périple en Asie, j'ai été invitée à une soixantaine de conférences dans les milieux scolaires, universitaires, scientifiques, du voyage et de l'écriture. Divers projets scolaires ont vu le jour, ainsi que l'histoire d'une goutte d'eau pérégrine montée en pièce de théâtre. Une centaine de conférences avec le film « Semeuses de Joie ».

Photographe...

Photographe amateur, j'ai rapporté d'Asie une exposition Noir et Blanc en tirages barytés. Elle a été présentée à Evian, Paris, Strasbourg, Annecy, Grenoble, Montpellier, Munster, Sélestat, Cernay, Albertville, ...

Membre de la Société des Explorateurs Français
Membre de la Société Française des Grands Barrages
Membre du comité de développement RBM

LA PRODUCTRICE

Ce film existe grâce à ma rencontre avec **Ariane Le Couteur**, productrice de **l'Envol** et d'**Un Film à la Patte**. Ariane a su prendre le temps de comprendre l'histoire, la démarche, et de se décider à mener ce projet jusqu'au bout en réalisant un travail de fond et de qualité. Je dois à sa persévérance et son expérience, la chance d'avoir pu réaliser les « Semeuses de Joie » comme j'avais espéré le faire.



L'Envol est une société de production et de prestation audio-visuelle indépendante née en 1983 avec Olivier Morel, Ariane Le Couteur et Hugues de Rosière. En charge du département production de L'Envol depuis 2003, diplômée d'Eurodoc, **Ariane Le Couteur** produit des collections documentaires sur des thématiques liées à la découverte du monde et l'aventure humaine, les faits de société, la politique, l'éducation et la culture. Elle produit 3 à 5 documentaires par an avec les principaux diffuseurs de documentaires, recherchant des programmes de qualité à potentiel international.

En octobre 2013, **Ariane Le Couteur** et **Agnès Trintzius** unissent leurs expériences et savoir-faire en créant **Un film à la patte** à Strasbourg.

« Semeuses de Joie » est coproduit par l'Envol et Un Film à la Patte.

Filmographie (sélection récente):

- « **Sur le grand océan blanc** » 52' de Hugues de Rosière et Véronique Ovaldé. L'Envol / FT / TV5 Monde / Planète Thalassa 2012.
- « **Caribou Maoré, bienvenue à Mayotte** » 52' de Charles Véron. L'Envol / FT / Réunion 1ère. 2011
- « **Le miroir de Maeva** » 52' de Dominique Agniel. L'Envol / FT / Polynésie 1ère. 2011
- « **Lucien Roo Kimitete, un homme de la Terre des Hommes** » 52' de Dominique Agniel. L'Envol / FT. Pôle RFO. 2010 – Prix du public au FIFO 2011
- « **Eva Joly, le bonheur dans l'engagement** » 52' de Hege Dehli. L'Envol / France 5. 2010
- « **L'île** » 52' de Auberi Edler. L'Envol / Clics & Docs avec France 5.2010
- « **Eva Joly, Une justice malgré tout** » 43' + 52' de Hege Dehli. L'Envol / Mechanix / Arte / NRK. 2009
- « **Sous les étoiles du pôle** » 52' de Hugues de Rosière. L'Envol avec France 5. 2008 et de nombreux prix!
- « **Les Vagabonds des glaces** » 30' de Hugues de Rosière L'Envol avec France 3 Thalassa. 2009

