



Aussi loin que je me souviens, c'est le bleu étincelant de la Méditerranée qui berce mes premiers souvenirs d'enfance. Je me revois petit, sachant à peine marcher, déjà barbotant dans l'eau accompagné de mes parents, sur les beaux rivages de la Goulette. C'est certainement à eux que je dois cet engouement pour l'élément liquide, inexplicable attraction vers le milieu qui nous a tous protégés pendant 9 mois à l'aube de nos vies. C'est aussi l'élément qui forme la majeure partie de notre corps et y retourner offre le sublime privilège de revenir à cette source protectrice et apaisante. Jacques Mayol, inspirateur du film *Le Grand Bleu*, et pionnier de l'Apnée moderne, l'a très bien décrit dans son livre *Homo Delphinus* : « Lorsque je sors de l'eau, ma première bouffée d'air n'est comparable qu'à celle du nouveau né. »



Mes parents ne sont pourtant pas originaires de régions côtières, mais ils ont tous deux su me transmettre leur passion pour l'eau dès mon plus jeune âge et nos étés en famille se déroulaient généralement au bord de la mer, tout le long de la côte tunisienne. Ma mère, française, avait l'habitude de parcourir de longues distances en mer, pendant des heures, jusqu'à disparaître à l'horizon. Mon père, tunisien, m'a souvent offert les derniers modèles de fusils sous-marins, rapportés de France, et difficiles à obtenir en Tunisie. Il m'a

aussi inscrit à la piscine d'El Menzah I, et je me vois encore, à 5 ans, faisant des longueurs de bassin et participant aux tournois locaux, même si ce qui m'attirait vraiment était plus le grand bleu que l'eau fortement chlorée de la piscine. Je faisais donc partie de ces passionnés de chasse sous-marine, comme il y en tant d'autres en Tunisie, et j'ai vite fait de connaître les moindres recoins de ma Méditerranée, depuis les plages rocheuses et escarpées du Cap Blanc, jusqu'à l'épave d'El Haouaria, des aiguilles de Tabarka, aux eaux cristallines de Kelibia. Mais ce qui me motivait le plus, au-delà de la capture du poisson c'était cette inexplicable attraction pour la profondeur, peu importait le résultat, l'essentiel pour moi était cette quête de l'abîme. Je voulais aller toujours plus profond, toujours plus longtemps. Je n'avais aucune idée, à l'époque, que de l'autre côté de la Méditerranée une discipline originale et unique nommée Apnée venait de voir le jour, une discipline pas comme les autres, où l'objectif principal était de tenir le plus longtemps possible sans respirer, en mer ou en piscine. Il existe d'ailleurs plusieurs disciplines au sein de l'Apnée moderne comme elle est définie par l'AIDA (Association Internationale pour le Développement de l'Apnée). En piscine, l'Apnée Statique consiste à tenir le plus longtemps possible immergé sous l'eau, la Dynamique, à parcourir la plus longue distance. Les disciplines de profondeur se déroulent généralement en mer et forment l'essence même de l'Apnée : le poids constant où il faut descendre et remonter à la seule force des palmes ou des bras, le poids variable où on s'aide d'un poids qu'on laisse au fond, l'immersion libre et le no-limit, la plus extrême de toutes les disciplines sportives, responsable de quelques accident fatals. L'origine de l'Apnée remonte à la nuit des temps, et l'homme a souvent dû s'immerger dans les profondeurs de la mer à la recherche de sa subsistance. De la Méditerranée au Japon, il a souvent retenu son souffle pour convoiter des perles ou des mollusques, et en Tunisie, d'illustres inconnus pratiquent quotidiennement la plongée en Apnée à la recherche de coraux et autres éponges. L'Apnée a aussi fait partie de systèmes de croyances aussi anciens et subtils comme le soufisme. Cette branche mystique de l'Islam évoquait en effet le lien sacré entre la respiration et le divin. Aujourd'hui l'Apnée est un sport structuré, avec ses règles et fédérations, mais je ne peux m'empêcher d'avoir une pensée pour ces ancêtres et précurseurs à chaque immersion. Un règlement rigoureux, un entraînement très exigeant, à la fois mental et physique, associé à une hygiène de vie impeccable et une volonté de fer, forment une race d'homme hors du commun: les apnéistes.



Vint-cinq ans plus tard, je me retrouve aux Bahamas, durant le Vertical Blue, événement mondial qui réunit les meilleurs apnéistes autour du plus profond Blue Hole au monde. Un cylindre naturel de plus de 200 mètres de profondeur, à quelques mètres de la plage de sable fin de ce paradis tropical. C'est là où le champion du monde en titre et son organisation invitent chaque année les meilleurs représentants de chaque pays pour tenter de battre des records nationaux ou mondiaux. J'étais arrivé de Colombie où je vis actuellement, il y a 3 semaines et je m'entraîne pour battre l'actuel record de France d'Apnée en Poids Constant non-assisté, la plus pure des disciplines d'Apnée, selon moi. Il s'agit d'atteindre la profondeur fixée la veille sans aucune aide d'aucune sorte, pas de palmes, ni de poids, ni d'oxygène évidemment ! Le stress est très élevé, d'innombrables difficultés ont jalonné mon parcours pour en arriver là, et bien des sacrifices ont été nécessaires pour réaliser ce voyage. N'ayant aucun sponsor, aucune aide, aucune équipe ou entraîneur à part moi-même, la moindre erreur peut coûter cher et j'éprouve plus de difficulté à retrouver cet état de calme et de sérénité absolument nécessaires dans notre sport. Mais toutes ces pensées dérivent et disparaissent à mesure que je me renferme dans un état de relaxation de plus en plus profond, et j'exécute les exercices mentaux préparés plusieurs mois à l'avance. Je me trouve en ce moment allongé sur le dos, en surface, flottant sur cette énorme colonne d'eau que je m'apprête à transpercer, défiant ainsi les lois établies par l'Océan. Une technique de respiration spéciale me permet d'augmenter de plusieurs litres ma capacité pulmonaire totale et d'absorber les dernières

molécules d'air qui vont être mon réservoir durant les 3 prochaines minutes que dure l'immersion. Les juges en surface égrainent le compte à rebours, 3, 2, 1, Official Top, 1, 2, 3... Et me voila parti vers les profondeurs. Le monde du silence m'englobe, les parois du Blue Hole se referment sur moi, et la pression commence à faire sentir ses effets. Les premiers mètres sont toujours les plus difficiles, il faut en effet vaincre la flottabilité positive et arriver le plus rapidement possible à la phase de chute libre, le « free fall ». C'est là où, entraîné par la formidable pression de l'eau, mon corps s'engouffre vers le fond, comme un caillou, à une vitesse vertigineuse. Je ferme les yeux pour rentrer dans cet état de transe qui va me permettre d'économiser le plus possible mon précieux combustible. Ma technique de compensation profonde me permet d'équilibrer mes ouïes et d'éviter que la pression me déchire les tympans. Petit à petit, mon rythme cardiaque descend à des valeurs que la science a encore du mal à expliquer, phénomène observé également chez les mammifères marins, et faisant partie d'une naturelle adaptation de l'homme au contact avec l'eau et la profondeur. C'est le lien qui nous rattache à nos ancêtres et à notre nature aquatique. Arrivé au fond, l'alarme de mon profondimètre me réveille de ma léthargie et je m'apprête à saisir le témoin. J'ai enfin l'occasion de jeter un rapide coup d'œil aux alentours, le bleu n'existe presque plus au fond, les ténèbres absorbent de plus en plus toute présence de lumière. Je ressens la sensation envoutante de ne pas avoir besoin de respirer, d'être en union avec la profondeur. Mais les secondes s'égrainent et il est hors de question de perdre du temps, je commence à rebrousser chemin et entame ma longue remontée vers la surface. Le plus dur reste à faire, et j'enchaîne les brasses à un rythme soutenu pour pouvoir m'arracher à la force qui m'attire vers le fond. Personne d'autre que moi ne peut m'extirper de cet abîme, mais à aucun moment je ne me laisse dominer par la peur ou la sensation de l'échec. Je pense aux personnes qui m'attendent en haut, à mes amis. Je reviens peu à peu à la lumière et la fatigue commence à se faire ressentir dans mes muscles. C'est le moment de voir si les mois d'entraînements en piscine ont porté leur fruit. J'aperçois enfin le premier plongeur de sécurité et je me détends automatiquement, plus que vingt mètres ! J'essaie de rester le plus concentré possible et de repenser mon protocole de surface. C'est la zone la plus dangereuse, où le risque de perte de connaissance par syncope est très important. Finalement je fais surface et m'agrippe fortement à la corde, je reviens enfin à l'air libre, au monde terrestre et je tarde quelques secondes à reprendre mes esprits. Après un tel voyage, et sous l'effet d'une légère narcose, il faut toujours un certain temps pour retrouver le monde réel et reprendre pleine conscience. Je prends de grandes bouffées d'air et je laisse mon corps s'irriguer de nouveau de sang oxygéné. Je réalise enfin mon protocole de sortie et reçoit le carton blanc du juge, et les applaudissements et accolades de mes amis et spectateurs. Un sentiment de satisfaction m'envahit, même si le plus

important reste pour moi le plaisir de savourer ces sensations uniques et le souvenir de ces trois minutes passées à défier les frontières du possible.



La vie réserve bien des surprises, et la mienne a souvent pris des tournures inespérées. Depuis tout petit déjà, je rêvais de parcourir le monde et d'avoir une vie hors du commun, loin de la triste monotonie de la grande majorité des personnes qui m'entouraient. Il me semble qu'il n'y a qu'une manière de vivre la vie : intensément et avec passion, en profitant de chaque moment sans attendre de meilleurs lendemains. Un trapéziste de renom a dit un jour « le seul moment où je me sens en vie est quand je suis sur la corde raide. Tout le reste, n'est qu'une longue attente ». Pourtant, rien ne me prédestinait à une vie si différente. Ayant terminé l'école primaire à Mutuelle Ville avec une bonne moyenne, je fis partie des quelques « privilégiés » sélectionnés pour continuer leurs études secondaires au Lycée Pilote. Étant curieux de nature et très attiré par les sciences en général et la biologie en particulier depuis tout petit, la voie à suivre était toute tracée. Mon parcours a cependant été très différent. Il y avait pour moi une énorme différence entre les heures que je passais avec grande passion à observer la faune et la flore, expérimenter avec des tubes à essais des circuits intégrés ou des produits de toute sorte, les livres que je dévorais quotidiennement, et le système éducatif peu pédagogique auquel j'allais me heurter. Ma déception fut grande et ma moyenne du bac s'en fit ressentir. Je n'avais donc de choix que de continuer dans la filière offerte par la Faculté des Sciences de Tunis, MPC1, trop généraliste et très loin des rêves d'enfant qui trottaient encore dans ma tête. Je décidai cependant de terminer mes études universitaires, et passai cinq ans qui m'ont semblé éternels, mes plus grands moments de bonheur étant mes escapades estivales à Kélibia ou aux eaux poissonneuses d'El Haouria. Je pouvais d'ailleurs constater à quel point la main de l'homme modifiait et nuisait terriblement au

fragile équilibre instauré par la nature et la mer. Chaque année la chasse sous-marine devenait plus difficile et il fallait aller chercher le poisson de plus en plus profond. Je me promis qu'un jour j'agirai pour la sauvegarde du milieu marin et du patrimoine de mon pays.

A l'âge de 23 ans une opportunité vint enfin modifier cette routine et mon horizon terni. Je venais d'obtenir une bourse pour continuer mes études à Marseille, ville côtière, capitale de la plongée sous-marine. C'est là où Jacques Mayol et le Commandant Cousteau avaient laissé leur empreinte indélébile dans l'histoire de la plongée. Curieusement, je n'ai pas eu l'occasion d'y pratiquer ma passion correctement, et en l'absence de matériel adéquat et de compagnons d'entraînement, j'étais toujours le parfait inconnu à qui les portes restaient fermées. Je décidai néanmoins d'investir dans mon premier équipement de plongée et de chasse sous-marine avec la bourse qui m'a été versée à la fin du séjour. De retour en Tunisie, et après quelques mois passés en Espagne, Italie, Portugal et Pologne, à enchaîner les petits boulots, je n'avais qu'une envie : repartir ! Et la Cité Phocéenne m'avait donné l'opportunité d'ouvrir mon champ de vision, de connaître des personnes que je garderai toujours proches du cœur, et de vivre enfin une liberté convoitée depuis bien longtemps... Je décidai donc d'y repartir et m'inscrivis à un DESS spécialisé en architecture de software. Pour terminer le cursus il fallait réaliser un stage, et j'optai donc pour le réaliser à l'étranger. Depuis bien longtemps, je rêvais de connaître l'Amérique Latine et cette culture me fascinait. Cependant, les difficultés étaient nombreuses pour s'y rendre et aucun programme d'échange n'offrait de stage sous ces lointaines latitudes. Par chance, j'eus le soutien d'une enseignante argentine et je décidai donc de m'envoler vers le pays du Tango et de la Pampa. Les six mois que j'y ai passés ont été inoubliables, ponctués de longues traversées terrestres sur tout le territoire argentin, équipé de mon seul sac à dos, je fis le tour de cette partie de l'hémisphère sud, en passant par le Chili, la Bolivie, l'Uruguay, le Paraguay et le Brésil. Il s'avéra rapidement que je possédais une aisance naturelle pour les langues, et j'appris rapidement l'espagnol et le portugais, en plus de l'anglais, le français et l'arabe (et un peu d'italien) que je parlais couramment. Au bout de six mois, il était amusant de voir un Tunisien pouvant se faire passer parfaitement pour un argentin, à l'accent très caractéristique ! Après mon retour à Marseille, l'appel de ce continent fascinant se faisait ressentir de nouveau et je ne pouvais vivre plus longtemps la monotonie et les postes peu attractifs qui m'étaient proposés. Je décidai alors de tenter ma chance en Colombie, grâce à une proposition de mon meilleur ami de Bogota, je décidai donc de m'envoler vers ce pays andin qui possède une si mauvaise réputation à l'étranger, la Colombie. L'idée de vivre dans un pays où peu d'étrangers osent s'aventurer me tentait et je découvris bientôt une riche culture, des villes modernes et cosmopolites, une nature exubérante et une créativité et dynamisme qui caractérisent sa population, très éloigné de l'image qu'en dépeignent les médias. Mes

premiers emplois y ont été d'enseignant et de traducteur, et mon habilité pour les langues m'a énormément aidé, car dans un pays qui a été si longtemps renfermé dans son violent passé, la main d'œuvre étrangère est très appréciée. La communauté tunisienne étant riche de deux personnes (dont moi-même), il y avait peu de chance de souffrir de la terrible concurrence qui existe en France ou dans le reste de l'Europe. J'eus l'opportunité d'occuper des postes divers et différents : Chef de projets informatiques, Analyste de spécifications, Responsable de Marketing d'une compagnie américaine spécialisée dans la détection du blanchiment d'argent, Testeur, Enseignant (informatique, français, anglais, arabe), traducteur simultané, conférencier, musicien, .etc.

Mais 'est surtout à Bogota qu'a réellement commencé l'immersion dans le monde exclusif de l'Apnée compétitive. Dans cette mégalopole perchée à 2600 mètres d'altitude, à plus de 800km de la côte la plus proche, j'étais très loin du paradis tropical que j'imaginai et convoitais ! J'avais l'impression d'avoir commis une erreur en ayant ramené mes palmes et ma combinaison de plongée. Pour la première fois, je vivais entouré de montagnes majestueuses, enveloppées dans la brume qui caractérise la Cordillère des Andes. Je décidai rapidement de reprendre contact avec le monde aquatique, et je commençai à fréquenter la toute nouvelle piscine du Complexe Aquatique flambant neuf inauguré il ya quelques années à peine. J'avais l'habitude de nager sous l'eau dans le bassin de cinq mètres de profondeur, et d'observer un sport curieux auquel s'adonnaient quelques passionnés : le rugby subaquatique, sport inconnu en France ou en Tunisie, et dont l'objectif consiste à marquer des buts avec un ballon plus dense que l'eau, et où les joueurs utilisent le seul air emmagasiné dans leurs poumons, en plus de palmes et d'un masque. Il va de soi que ce sport est très exigeant, et requiert une grande capacité pulmonaire pour pouvoir défendre le ballon à cinq mètres de profondeur, surtout à cette altitude. Les Colombiens y sont très doués à niveau mondial, et ont remporté plusieurs championnats. Ce jour-là, un des joueurs, en me voyant parcourir de longues distances sous l'eau, décide de m'inviter au match en cours et après une brève explication des règles, je me retrouve dans la frénésie du jeu. Les autres joueurs se rendirent vite compte que je possédais une résistance hors norme sous l'eau et me conseillèrent unanimement de m'inscrire à une compétition d'Apnée. Malgré l'absence de club ou de structure dédiée, je décidai de commencer un entraînement rigoureux afin de vérifier si mes capacités étaient réellement compétitives. Après plusieurs recherches, j'allai rencontrer le champion national sur l'île de San Andres, dans les Caraïbes colombiens. Cette île est un véritable paradis pour tout apnéiste, car elle possède des fonds vertigineux à peu de distance de la côte. A la fin de l'entraînement j'étais capable de retenir ma respiration pendant sept minutes 26 secondes, et de descendre 51m. De retour à Bogota, je commençai un entraînement rigoureux, comprenant de la nage avec monopalme, de la course à pied en montagne, et un entraînement spécifique en salle de musculation. Je

devais tout improviser, car il n'existait aucun entraîneur ou moniteur, dans un sport où la compagnie et l'encadrement sont absolument nécessaires, et les risques d'accident très élevés.

Finalement je décidai de tenter ma chance dans une première compétition à Marseille, durant la Coupe des Calanques, je me présentai comme un parfait inconnu et personne ne croyait vraiment les marques que j'annonçais. Mon manque d'expérience et d'encadrement m'ont fait commettre quelques erreurs et je n'arrivai pas à valider de bonnes performances en Poids Constant et en Dynamique. Cependant plusieurs personnes ont remarqué un des meilleurs temps en Apnée Statique de la compétition : 6 minutes 5 secondes, soit une seconde de moins que le champion de France de Poids Constant. Je venais de faire mon entrée sur la scène de l'Apnée compétitive. A partir de ce moment-là, tout mon temps libre était consacré à l'entraînement en altitude et en piscine ou en salle ; mes finances, à l'acquisition des derniers modèles de monopalmes ou de combinaisons. J'étais embarqué dans une folle course dont le seul objectif était de satisfaire mon obsession d'atteindre des limites que la médecine considère impossible. J'enchainai quelques compétitions en Colombie et au Brésil avant de me décider à côtoyer les grands de l'Apnée moderne, au Blue Hole des Bahamas. En Colombie, j'étais déjà devenu le symbole de l'Apnée de haut niveau, ayant créé ma propre structure pédagogique, et ce, malgré les innombrables difficultés et obstacles que je devais affronter quotidiennement, j'eus la possibilité d'enseigner et de faire partager cette passion à de nombreuses personnes, de témoigner de mes exploits sur des chaînes locales et de faire un peu connaître notre culture, aussi méconnue et sujettes aux stéréotypes, dans ce continent.





Aujourd'hui, j'ai la capacité d'analyser plus sereinement les erreurs commises et les prouesses réalisées. Je pense que la recherche du bonheur est un long parcours où l'objectif final n'est pas le plus important, mais plutôt le chemin parcouru. J'espère enfin pouvoir trouver un sponsor qui puisse m'aider dans ma quête, et participer à la sauvegarde de notre patrimoine marin, à travers la sensibilisation, la réalisation de documentaires ou de démonstrations d'Apnée, rendre hommage aux nombreuses personnes qui vivent de la mer au quotidien, et aussi de pouvoir représenter la Tunisie dans de futurs événements mondiaux. J'espère surtout trouver bientôt les bonnes conditions afin de continuer à défier les frontières de la limite humaine et à pratiquer l'art de caresser les profondeurs.

