

une plongeur insondable

Umberto Pelizzari est hors norme et ignore les dangers de l'extrême. Dans les années 90, son duel avec le cubain Pipin a emporté l'apnée dans des profondeurs extrêmes. En 1999, ce fils spirituel du mythique Jacques Mayol met fin à une carrière exceptionnelle sur deux records du monde dont un spectaculaire -150 mètres en « no limit ».
Portrait en surface.

Pendant trente ans, Umberto Pelizzari a tutoyé les grandes profondeurs. À -150 mètres, son corps était soumis à une pression seize fois supérieure à la normale, ses poumons rétractés à la taille d'une orange et ses pulsations cardiaques atteignaient à peine 7 à 8 battements par minute (contre environ 75 battements par minute normalement). Malmené dans ce milieu étranger, l'organisme adopte des réflexes de survie. « En apnée, je ne sens plus mes jambes, confie l'athlète, toutes mes sensations se concentrent dans ma tête. Je ne perçois que les battements de mon cœur à l'intérieur de mon crâne. » Plongé dans le noir le plus profond, tapi dans le silence, Umberto Pelizzari se soumet à des lois différentes de celles de la terre ferme pour se rapprocher des réactions d'un mammifère marin.

Pudique Umberto, qui rechigne à dévoiler ses sensations en apnée, « quelque chose de très intime ». Une intimité qu'il dissimule derrière une bonne humeur polie, distillant, sans hasard, des anecdotes de jeunesse. Sa passion pour l'eau ? À quatre ans, il en avait tellement peur que sa mère avait un mal fou à lui faire prendre une douche. En guise de thérapie, elle lui a prescrit la piscine. Sa découverte de l'apné ? Il retenait sa respiration en classe « pour s'amuser ». Paradoxe d'un plongeur pour qui ne pas respirer « est la chose la moins naturelle qui soit. »

« Je ne suis pas courageux »

De là à considérer Umberto Pelizzari comme un homme poisson, il n'y a qu'un pas... qu'il serait trop simple de franchir.

On l'imagine en solitaire des plongeurs, il n'en est rien.

« Je suis un homme normal ! » se défend-il avec fermeté.

Si l'apnée est sa passion, il refuse de l'enfermer dans

la dimension mystique que lui a conféré *le Grand Bleu*.

Il est sportif avant tout. Pour repousser ses limites physiques, pas question de se faire mal, il faut « travailler le mental ». Avant chaque « performance », il s'entraînait pendant dix mois.

Une période pendant laquelle il « ne pensait qu'au plaisir » de la plongée ; plaisir « intime », là encore, il n'en dira pas plus. C'est seulement quelques semaines avant les records qu'Umberto se souvenait de son « rival », le Cubain Pipin. Le duel a duré dix ans et si les relations entre les deux hommes ont été cordiales, ils n'ont jamais sympathisé : « il est impossible d'avoir une amitié sincère entre deux personnes qui se battent sportivement », constate Umberto Pelizzari. Derrière cette remarque anodine, on devine le compétiteur. Depuis trente ans, l'ancien nageur s'est astreint à un entraînement rigoureux, jusqu'à sept heures par jour. Adepte de la sophrologie et du yoga, enseignés par Jacques Mayol, il précise : « l'apnée, c'est aussi le physique ». Plusieurs kilomètres de natation, course à pied, ski de fond et musculation ont longtemps constitué son quotidien :

« Pour la descente en poids constant², la forme la plus pure de l'apnée, il faut avoir des muscles agiles qui consomment peu d'oxygène pendant l'effort », explique l'apnéiste. Sa silhouette sèche parle pour lui. Le danger, il l'ignore, ou feint de l'ignorer. « L'apnée n'est pas plus dangereuse que le motocross », estime-t-il. L'important reste de plonger dans de bonnes conditions de sécurité. Lui n'a pas eu l'impression de jouer avec ses limites. « J'ai toujours fait des performances selon mes possibilités », affirme celui qui a pulvérisé de 12 mètres le record d'apnée *no limit* en 1999. Sa force ? Il connaît son corps par cœur, une qualité « indispensable » pour un apnéiste.

« Je ne suis pas un homme courageux », se justifie Umberto Pelizzari, « mais en plongée, je n'ai pas peur parce que je me connais ». Pourtant, avant chaque tentative de record, il faisait toujours un signe de croix. « Je suis croyant et c'est une façon de demander une protection, de se sentir moins seul en bas ». C'est là l'unique concession d'Umberto à la dimension mystique de son sport.

Marion Senant



« En bas les plongeurs sont shootés. »

Antoine Maestracci, vice-président de la Commission nationale apnée.

L'apnée est-elle un sport dangereux ?

L'apnée est née sur un paquet de morts et a vite été marginalisée car considérée comme un sport à risque.

Il n'y a pas de danger si elle est pratiquée dans de bonnes conditions. Pour commencer, il ne faut jamais plonger sans être accompagné. Le film *le Grand Bleu* de Luc Besson a permis la découverte de l'apnée, plein de gens ont voulu essayer et il y a eu beaucoup de « cartons ».

Le plus courant est la syncope hypoxique. Cela arrive quand on n'a plus d'oxygène. Le cerveau « coupe tout »

et le plongeur perd connaissance. S'il est seul, il est mort.

A des profondeurs extrêmes, on peut aussi faire un OAP (ndlr : œdème aigu du poumon) que les plongeurs appellent un taravana ce qui veut dire « tomber fou ». C'est un accident de décompression qui entraîne une altération de la raison.

Sur des records extrêmes, il y a forcément du danger, même si il est calculé. Ces gens-là ne sont pas suicidaires, ils gèrent le risque mais ne l'effacent pas. Pourtant quand ils sont au fond, la concentration d'azote dans leur corps est telle qu'elle en devient narcotique. En clair, ils sont complètement shootés, cela ressemblerait même plutôt à une forme d'ivresse. Mais ils ont appris à gérer ça. Vous ne verrez jamais un plongeur oublier de tirer sur le ballon pour remonter, le geste est complètement automatisé.

1 - No-limit : descente avec une gueuse (sorte de leste) et remontée à l'aide d'un ballon qui tracte le plongeur jusqu'à la surface.

2 - Poids constant : descente et remontée à l'aide de sa seule force musculaire.

Poids variable : descente avec une gueuse et remontée à la force des bras et des jambes.