

Duik naar je diepste zelf!

De Oostenrijker Herbert Nitsch verbeterde in juni van vorig jaar zijn record van 185 meter. Zijn nieuw record 'No Limit' van 214 meter voerde hij uit in het Griekse Spetses. Dit record is 29 meter dieper dan het vorige wereldrecord onder de 'International Association for Development of Apnea' (AIDA) regels van de 'No Limit' discipline.

Drie jaar geleden, op 30 juni 2005, brak de Belg Patrick Musimu voor het eerst de magische grens van 200 m met één teug lucht. Hij doorliep het traject van volslagen leek naar officieus wereldrecordhouder in enkele jaren tijd. Beide prestaties werden tot enkele maanden voor zijn touchdown op 209,6 meter als onmogelijk bestempeld. Na die jaren van stilte vond ik het tijd om zijn stem in de Hippocampus te laten horen.

Maar hoe begin je als auteur aan een artikel over een halfgod onder de apneuduiers? Je weet dat je artikel nooit zal kunnen weergeven wat een ander intens beleefd heeft en waar je zelf weinig ervaring mee hebt. Zoals de meeste 'scuba'-duikers is mijn ervaring met vrijduiken beperkt tot zwembadtrainingen en de obligatoire proeven. Een onmogelijke opdracht? Hopelijk is dat niet je besluit na het lezen van dit interview.

Toen ik maanden geleden Patrick contacteerde met de vraag of hij een interview wou geven voor een artikel in Hippocampus, kreeg ik snel een positief antwoord. Aan de telefoon sprak hij met stille stem en klonk hij zeer bedeesd. Zijn stem kwam



Patrick Musimu slaagde er als eerste in om in apneu de mythische limiet van 200 meter te overschrijden. Foto: Marc Debatty.

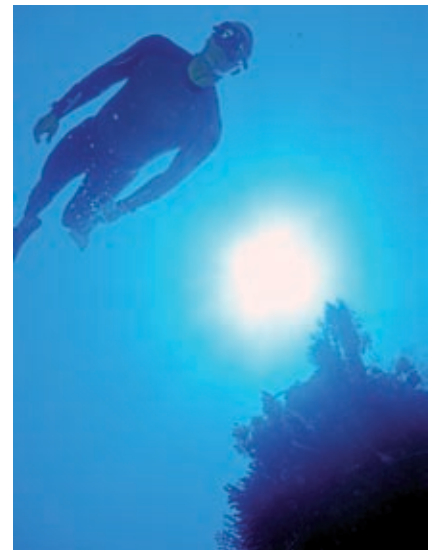
niet overeen met het beeld dat ik me van hem gevormd had. Een beeld dat ik na onze ontmoeting als compleet verkeerd ver weg verbannen heb. Ondanks onze drukke tijdschema's en enkele communicatieproblemen zagen we elkaar uiteindelijk in Nemo 33 te Ukkel. Een mooie en toepasselijke omgeving voor een gesprek naar de diepe motivatie van een apneuduiker.

Toen Patrick op 27 jarige leeftijd voor het eerst de zee zag, was het liefde op het eerst zicht. Al snel startte hij met een duikopleiding en klonk hij op tot instructeur. Tijdens zijn periode als persluchtduiker interesseerde hij zich ook voor het vrijduiken. De beheersing van deze discipline ontwikkelde zich parallel met het onder de knie krijgen van het sportduiken. In tegenstelling tot het duiken met flessen - waarbij je vooral naar je omgeving kijkt - concentreert een vrijduiker zich op het innerlijke, op de duiker zelf. En juist dat aspect oefende een grote aantrekkingskracht uit op Patrick.

Na afname van een proef 'buddybreathing' besloot hij dat de twee disciplines niet veilig te combineren waren. Tijdens deze duik nam Patrick zijn mondstuk uit zijn mond. Na een aantal uitwisselingen van het

mondstuk, bleef zijn buddy aandringen. Het duurde een hele tijd vooraleer Patrick doorhad dat hij zonder mondstuk aan het duiken was. Een duidelijk signaal voor het maken van een keuze. En hij koos voor vrijduiken.

De grens van de 200 meter vormde een puur cijfermatige uitdaging. Het klonk mooi om voorbij deze metrische grens te gaan, maar daarin lag niet de uitdaging. Die lag echter in de grote sprong ten opzicht van het toenmalig record. Nog nooit had men gepland om het record met 40 meter te verbeteren. In de titeljacht binnen de wereld van het vrijduiken werden de records meter per meter verbeterd. Grote recordverbeteringen betekenden immers niet alleen een groter risico, waardoor sponsors moeilijk te vinden zijn en een lange periode waarin het rondreizend recordcircus stil zou liggen, maar werden door de bestaande technieken als simpelweg onmogelijk beschouwd. Alleen door langzame gewenning kon er dieper gedoken worden.



Patrick tijdens zijn voorbereidende vrijduiken te Nice (Frankrijk). Foto: Marc Debatty.

Aangezien Patrick overtuigd was dat hij dit wel kon, stapte hij in 2002 na vier wereldrecords - in verschillende disciplines én volgens de regels van AIDA en IAFD - op zijn naam te zetten, uit de federaties. Hij kon alleen slagen als hij zich van de ketens van de reglementen kon ontdoen. Dat daardoor een geslaagde poging niet bekroond kon worden met een officiële erkenning, beschouwde hij niet als een probleem. Waarom zou een apneuduiker tijdens zijn persoonlijk avontuur zich laten beperken door een jury? Tevens werd het hierdoor

mogelijk om deze poging als een persoonlijke onderneming te beschouwen, wars van alle publicitaire verplichtingen.

Dat hij zou slagen, baseerde hij op de simpele theorie dat een menselijk lichaam zich snel kan aanpassen aan extreme omstandigheden. Deze aanpassing gaat des te sneller naarmate de stappen groter zijn. Het bewijs voor deze theorie vond hij bij de bergbeklimmers die zonder acclimatisatie naar de top klommen. Dus stap voor stap dieper duiken betekende in dit geval niets meer dan een lange, overbodige lijdensweg.

nieuwe techniek

Om succes te hebben moest hij een oplossing vinden voor de luchtholtes die, ondanks de bestaande technieken, een zware hindernis vormen. Mits een goede lichaamsbouw en training kan de samendrukking van de longen en de sinussen gecompenseerd worden, maar de middenoorholte bleef voor problemen zorgen. Zoals iedere duiker weet, moet de vrijduiker deze samendrukking compenseren door continue lucht via de buis van Eustachius naar deze holte te brengen. Ondanks de beperking van de daalsnelheid door een maximaal toegelaten gewicht van de slee van 30 kg bij 'No Limits' en het fanatiek equilibreren, ondervindt de duiker onderweg pijn. En hierin bracht Patrick de doorbraak. Hij was overtuigd dat indien hij een techniek vond waardoor hij via de keel-oorverbinding water in zijn middenoor kon laten lopen, deze compressieproblemen van de baan zouden zijn. Medische specialisten verklaarden zijn methode als louter theorie, maar praktisch niet te realiseren. Zelfs indien het zou lukken, dan voorspelden de dokters ondragelijke irritaties en problemen met infecties in het middenoor. Patrick was overtuigd dat indien het hem zou lukken, hij geen van de voorspelde problemen zou ondervinden. Immers zeezoogdieren en bepaalde vogelsoorten hebben zich hieraan aangepast en ondervinden geen problemen. Wij mensen beginnen ons leven in een aquatisch milieu en ergens moet deze levensfase 'herinnerd' worden. Eventuele irritaties door (zout) water zouden ook door het lichaam overwonnen worden. De gewenning die onze ogen na een paar zeeduiken aan zout vertonen, ondersteunt de zijn gedachtengang.

Met behulp van yoga en veel oefening slaagde hij erin om met de techniek van

'air cavity flooding', water in zijn middenoor te laten lopen. De voorspelde irritaties en mogelijke beschadigingen bleven ook uit, zelfs als hij zout water gebruikte. Aangezien water nauwelijks samendrukbaar is, verdwijnt de noodzaak om te equilibreren en konden alle beperkingen, al dan niet geïnspireerd door menselijke limieten, van de 'No Limits' overboord gegooid worden. De weg naar grote dieptes lag wagenwijd open. 'The Ultimate Dive' (de ultieme duik) kon aangevat worden.



Yoga-oefeningen gaan de duik vooraf. Foto: Marc Debatty.

Met welke techniek kon Herbert Nitsch zijn record vestigen?

Nitsch gebruikte in tegenstelling tot wat je zou verwachten niet Patricks techniek waarbij de apneuduiker zijn middenoor via de buis van Eustachius met water laat vollopen om samendrukingsproblemen te vermijden. Hoe ging hij dan te werk? AIDA pastte de regels van de 'No Limits' aan zodat hij gebruik kon maken van een extra voorraad lucht. Met deze beperkte voorraad mocht hij via buisjes de druk in zijn middenoor, via inspuiten van lucht, compenseren. Hij was dus niet genoodzaakt de schaarse lucht in zijn longen te gebruiken om zijn oren tegen 'squeeze' te beschermen. Slechts door deze aanpassing kon hij met een hulpmiddel de grote kloof, geslagen door de menselijke techniek van Patrick, overbruggen.

welkom in de onderwaterwereld

In 2004, kon hij de autoriteiten van de 'Red Sea Government' overtuigen om groen licht te geven. Het gebruikelijke bewijs met het koord vond Patrick niet afdoende. Hij wou iets aan de rest van de wereld kunnen tonen dat hij de diepte gehaald had. Toen Suunto hun medewerking aan zijn project toezegde in de vorm van de ontwikkeling van een duikcomputer met dieptemeter die voorbij de 200 meter bleef werken, barstte de innerlijke strijd pas goed los. Alleen een onwrikbare focus op het einddoel en een wil om ongekennde limieten achter zich te laten en te overleven, stonden de realisatie nog in de weg.

Op het moment dat hij de eerste keer naar de 100 meter dook, schrijven we 2004. Omdat de watertemperatuur op dat moment 22°C bedroeg en het een korte trainingssessie betrof, besloot de veiligheidsploeg om in 'shorty' te duiken. Door een kink in de communicatiekabel vertrok de diepste ploeg al naar 50 meter alvorens Patrick klaar was. Toen hij na zijn duik boven kwam, was de traptijd van die ploeg al aardig opgelopen. Door hun lange decompressie en de shorty kregen de veiligheidsduikers het zeer koud. Zich schuldig voelend, sprong Patrick terug in het water om hen gezelschap te houden. Toen de koude echt toesloeg zagen ze in de verte een mantarog naderen. Het dier bleef op een diepte van 3 meter bij hen. Deze op die plaats uitzonderlijke verschijning deed de problemen vergeten. Patrick interpreteerde dit bezoek van een ambassadeur van de zee als een officieuze verwelkoming in de onderwaterwereld.



Suunto ontwikkelde een duikcomputer met dieptemeter die voorbij de 200 meter bleef werken. Foto: Isabelle Hamel.

mythische limiet overschreden

In juni 2005, met 10 duiken gespreid over 3 weken tijd, schreef Patrick Musimu ge-

schiedenis door opeenvolgend 100, 136, 151, 170, 185 meter te overschrijden. Op 26 juni bereikte hij eindelijk de mythische limiet van de 200 m.



Nog een laatste ademteug en op naar de 200 meter. Foto: Isabelle Hamel.

Terug aan de oppervlakte, na een duik de dag voor het bewijs van het gelijk van zijn theorie, zag de ploeg opnieuw een manta. Deze keer was de rog vergezeld door een kleiner exemplaar. Patrick stond op dat moment aan boord met zijn kind op de arm. Dit betekende voor hem zoveel als een zegen voor het realiseren van zijn project vanwege de zeebewoners.

Op 30 juni passeert Patrick de 155 meter waarbij hij alle voeling met zijn lichaam verliest. Door zijn zelfontwikkelde techniek voelt hij geen pijn en hoeft hij ook niet te equilibreren. Hierdoor ontstaat er een speciaal gevoel dat hij zelf als een 'le grand bleu' sensatie beschrijft. Enkele seconden later verpulvert Patrick, zonder publiciteit of sponsors, het toenmalige wereldrecord met meer dan 40 meter als hij de bodem op 209,6 meter bereikt en verwezenlijkt hij zijn droom...



Als de slee voorbijkomt houden de veiligheidsduikers contact met de koord, die de trillingen van het transportmiddel doorgeeft. Foto: Eugenio Alceves.



Als de diepte bereikt is, blaast Patrick zijn ballon op om terug naar de oppervlakte te geraken. Foto: Isabelle Hamel.



Wedstrijddisciplines bij vrijduiken

De disciplines zijn gebaseerd op tijd, afstand of diepte. Er wordt bij het erkennen van records geen onderscheid gemaakt in de omgeving (zout of zoet water) waar het record is uitgevoerd.

Static Apnea

Een wedstrijd met als doel zo lang mogelijk onder water te blijven. De vrijduiker ligt aan de oppervlakte, met zijn gezicht voorover in het water en houdt zijn adem in. Dit onderdeel vindt doorgaans plaats in het zwembad.

Dynamic Apnea with fins

Afstandzwemmen onder water met zwemvliezen of monovin. Het doel is een zo groot mogelijke afstand onder water af te leggen. Ook dit onderdeel vindt plaats in het zwembad. Deze discipline wordt erkend door AIDA en CMAS.

Dynamic Apnea without fins

Afstandzwemmen onder water zonder zwemvliezen of monovin. Het doel is een zo groot mogelijke afstand onder water af te leggen. Ook dit onderdeel vindt plaats in het zwembad. Deze discipline wordt erkend door AIDA.

Free Immersion

Zonder vinnen trekt de duiker zich langs een touw omlaag op eigen kracht. Bij het keerpunt draait hij of zij zich om en trekt zich weer op eigen kracht weer naar boven. De maximale diepte moet van te voren worden opgegeven. Deze discipline wordt erkend door AIDA.

Constant Weight

Langs een lijn duikt de vrijduiker af en zwemt op eigen kracht naar beneden. Hij of zij draait bij een keerpunt om en zwemt op eigen kracht weer naar boven. De lijn mag niet aangeraakt worden, behalve op het keerpunt. Doel is zo diep mogelijk te komen en uiteraard weer veilig en ontspannen boven te komen. De maximale diepte moet van te voren worden opgegeven. Deze discipline is ook bekend als; constant ballast en fixed weights. Deze discipline wordt erkend door AIDA.

Tijdens de afdaling moet je snel kunnen klaren. Foto: Isabelle Hamel.

Constant Weight without fins

Langs een lijn duikt de vrijduiker af en zwemt op eigen kracht naar beneden. Hierbij mag geen gebruik gemaakt worden van vinnen. Hij of zij draait bij een keerpunt om en zwemt op eigen kracht weer naar boven. De lijn mag niet aangeraakt worden, behalve op het keerpunt. Doel is zo diep mogelijk te komen en uiteraard weer veilig en ontspannen boven te komen. De maximale diepte moet van te voren worden opgegeven. Deze discipline wordt erkend door AIDA.

Variable Weight

De duiker maakt gebruik van een gewicht van maximaal 30 kg om af te dalen. Dit kan een gewicht zijn of een slee. De duiker komt op eigen kracht weer boven; zwemmend of gebruikmakend van het touw. Deze discipline wordt erkend door AIDA.

No Limits

Deze discipline komt het meest in het nieuws omdat er spectaculaire dieptes bereikt worden. De duiker maakt gebruik van bijvoorbeeld een gewicht naar keuze. Meestal wordt een slee gebruikt. De duiker komt boven door gebruik te maken van een hefballon, ander drijfmiddel, lier of iets anders. Deze discipline wordt erkend door AIDA.

The cube / Jump Blue

De duiker daalt af naar ongeveer 15 meter en zwemt daar een zo groot mogelijk afstand langs een op diepte aangelegd groot vierkant en stijgt dan weer op. Het lijkt enigszins op een combinatie van constant weight en Dynamic with fins. Deze discipline wordt erkend door CMAS.

Speervissen

Dit is een visdiscipline. Net als bij viswedstrijden boven water is dit ook een viswedstrijd maar dan onder water. Voor het vissen wordt geen hengel maar een speer of onderwaterharpoen gebruikt. Vandaar dat het speervissen heet. Vaak binnen een vastgestelde tijdsperiode is het de bedoeling om de grootste, zwaarste of de meeste vissen te vangen. Deze discipline wordt erkend door sommige bonden aangesloten bij de CMAS (BEFOS, is ten stelligste gekant tegen OW-jacht. Ook NOB, VDST en nog vele andere zijn tegen deze discipline).

Veiligheid op weg naar een record?

Hoewel de duik van een apneuduiker een persoonlijk avontuur is, is zijn veiligheid dit niet. Op weg naar de extreme diepte staan er een aantal technische duikers paraat om in te grijpen. Op halve diepte bevindt zich de laatste ploeg. Nadat de slee hen voorbij gezoefd is, voelen zij aan het koord. Dit koord geeft de trillingen van het vervoermiddel door. Na de slag van de impact en een kleine stilte, moeten zij opnieuw het koord voelen trillen.

Als dit niet binnen een bepaalde tijd (enkele seconden) gebeurt, bevestigen ze ballonnen aan de kabel en blazen ze die op. Als de slee op hun hoogte is, blazen ze ook die ballon op, waardoor die naar de oppervlakte doorschiet.

Actuele recordhouders 'No Limit'

Man

Diepte	214 m
Naam	Herbert Nitsch
Datum	2007-06-14
Plaats	Spetses - Griekenland

Vrouw

Diepte	160 m
Naam	Tanya Streeter
Datum	2002-08-17
Plaats	Turks en Caicos - Bahamas

toekomstplannen

Wat zijn de toekomstplannen van iemand die zo'n innerlijke reis gemaakt heeft? De passie blijft. Water staat gelijk aan plezier, maar is geen strijdtooneel voor persoonlijk streven meer. Het is immers niet mogelijk om een eerste keer over te doen. Zelfs als hij geld zou vinden om een nieuw project op te zetten, zou Patrick niet de jacht op nieuwe records openen. Hij zou het gebruiken voor een nieuwe ontdekkingsreis naar zijn eigen limieten. Hij denkt hierbij onder andere aan een project in verband met parelvisserij. Hierbij wil hij met een koord en een gewicht tussen de voeten de kunst van het apneuduiken herontdekken.



Patrick komt veilig aan de oppervlakte.
Foto: Isabelle Hamel.

Intussen heeft hij een boek over de voorbereiding en het succesvol uitvoeren van zijn 'ultimate dive' geschreven. Dit Franstalig werk verschijnt binnenkort in de winkels. Alvast iets om op je verlanglijstje voor de komende Kerst te zetten. ■

TEKST: PATRICK VAN HOESERLANDE
FOTO'S: ARCHIEF PATRICK MUSIMU

Bronnen

www.patrickmusimu.com

http://en.wikipedia.org/wiki/Patrick_Musimu

www.aida-international.org
www.aidabelgique.be

<http://nl.wikipedia.org/wiki/Freediving>