

# **« Profondeurs »**

## **Une vie en apnée aux frontières des limites humaines**

**De Guillaume Néry**  
**Avec Luc le Vaillant**

Edition Arthaud 2014  
D'après la lecture de Jacques Sanna mai 2014

L'auteur est timent le record du monde d'apnée en poids constant (descente et remontée à la seule force des palmes ou sans). Aujourd'hui, il plonge jusqu'à 125 mètres.

La vie d'un homme est l'intervalle de temps entre sa 1<sup>ère</sup> et sa dernière respiration. Les plongées de Guillaume Néry se situent entre une dernière et une première respiration. (Donc, c'est à chaque fois une renaissance !! JS).

Chaque immersion est pour lui 1 cheminement spirituel, 1 voyage intérieur vers une meilleure connaissance de soi. Une renaissance à des sensations disparues depuis la fondation du monde.

+ qu'un sport, la plongée est pour lui une philosophie de vie, 1 moyen de renouer avec lui-même. Se confronter au danger et aussi au lâcher-prise, à l'acceptation des contraintes physiologiques et climatiques pour s'adapter à cet autre univers qu'est le fond des mers. (Tiré de la dernière page de couverture).

19 – Psychologiquement, le fait d'entrer dans l'eau d'un coup me signale que je suis requis, qu'il n'y a plus d'atermoiements, de négociation à entamer avec mon surmoi. Je suis 1 mammifère humain qui doit exhumer des capacités qu'il possédait quand il était cousin des mammifères marins. Il s'agit de libérer des archaïsmes (mémoires anciennes détenues par l'inconscient collectif – JS), d'ouvrir des potentialités, de se couler dans 1 élément connu de très longue date.

20 – Ne pas s'hyperventiler – c'est l'augmentation du taux de Co2 dans le sang qui donne la 1<sup>ère</sup> envie de respirer.

119 – Chacun/e peut partir à l'aventure tant qu'il veut bien affronter le noir (l'inconnu - JS), tenter le diable (nos ombres – JS), accepter l'échec et se moquer du succès (rester humble – JS).

147 – A -125m sous l'eau = 13,5 bars de pression = 13,5 kilos de pression au Cm<sup>2</sup> du corps. En surface la pression est = 1 bar = 1kg de pression au Cm<sup>2</sup> sur le corps. A 10m sous l'eau = 2 bars.

157 – Le retournement.

181 – Il écrit : « mon surmoi observateur » (c'est donc l'aspect de sa personnalité, conditionnée par les programmations transmises par son entourage et son lieu de vie, qui observe et pas ce qu'il est, libre de tout conditionnement restrictif – JS)

195 – Là, je renvoie le lecteur vers le modèle métaphysique de Richard Sunder avec son ouvrage « Avant le big-Bang » (JS)