

La plongée de nuit

Avec les voyages, les destinations chaudes et séduisantes fleurissent à nouveau dans nos carnets de plongée. Tout comme on découvrirait avec enthousiasme la vie nocturne d'une ville visitée pour la première fois, il serait dommage de passer à côté de l'extraordinaire activité nocturne qui règne sur les récifs. A la lueur d'un phare de plongée, (re)voyons ensemble quelques préceptes importants de la plongée de nuit.



Parés pour redécouvrir l'environnement marin, de nuit...

A la simple évocation d'une plongée de nuit, les poils de certains plongeurs se dressent au garde-à-vous dans l'excitation, tandis que chez d'autres, ils se laissent brosser gentiment dans le bon sens. La plongée de nuit, c'est une extension des explorations de la journée et la garantie de retrouver un monde déjà connu sous un "jour" totalement nouveau. Sous l'eau, non seulement la vie continue bien après le coucher du soleil, mais sur certains récifs – à

l'image de certaines zones urbaines –, c'est même la nuit que le niveau d'activité sera le plus élevé. Les coraux, tous polypes dehors, se gavent de plancton durant les heures sombres et offrent un spectacle haut en couleurs, tandis que les murènes sortent de leurs abris et se faufilent à travers les méandres du récif. Mais il y a aussi les crabes, qui déambulent entre sable et rocher, à l'affût des petites créatures dont ils se nourrissent, et plusieurs espèces de requins qui peuvent faire l'étalage de leurs talents de chasseurs en pleine nuit, lorsque

ce ne sont pas des anguilles qui se font surprendre en eau douce. Et puis c'est aussi de nuit qu'il est possible d'observer certains habitants des mers dans leur intimité, comme le poisson perroquet qui s'enferme dans son cocon de mucus pour se protéger et mieux rêver des coraux qu'il brisera de son bec le lendemain... La nuit, c'est un environnement nouveau qui s'offre à nous, même si le site de plongée nous est déjà bien familier !

Le jour et la nuit ? Mais non !

Fondamentalement, les techniques essentielles de la plongée de nuit ne diffèrent guère de la plongée diurne. A part le fait d'avoir une main mobilisée par le phare – une habitude souvent déjà acquise de jour –, c'est bien plus d'une adaptation à l'environnement que d'une révision complète des techniques dont il s'agit. La nuit, même si tous les poissons-chats sont gris, notre perception de l'espace est forcément modifiée par la diminution de la lumière : la plongée de nuit fait donc plus que jamais appel à une stabilité modèle, pour éviter d'endommager l'environnement certes,

mais aussi le plongeur lui-même (ah oui, j'oubliais : les oursins aussi sont plus actifs la nuit...) ! Pour la descente, un bout ou la pente du fond doivent fournir des références claires et faciliter un équilibrage en toute sérénité, afin d'avoir le temps de balayer les environs de son phare et de déterminer le cap à suivre. Un cap qu'il faudra d'ailleurs bien souvent retrouver au retour, ce qui implique éventuellement l'utilisation d'un compas qui nous aide à retrouver les grandes lignes du parcours réalisé. Comme les plongées de nuit s'effectuent en général sur une zone plutôt restreinte, une solution souvent adoptée consiste à fixer une lampe à éclats – stroboscopique – directement sur le bout de descente, et de la garder à portée de vue durant la balade. Sa présence est également un excellent repère de profondeur pour le palier de sécurité et la plupart des modèles sont aussi munis d'une petite lampe suffisamment puissante pour servir à la remontée en cas de besoin.

Les feux de la rampe

Mais avant d'en arriver là, c'est la plongée bien sûr qui va mobiliser



toute notre attention, et plus particulièrement l'éclairage. Attention ici à ne pas tomber dans la démesure : là où un phare puissant se révèle indispensable de jour, avec une forte luminosité naturelle, les lampes trop lumineuses ont tendance à gâcher l'ambiance de la nuit. Le choix est plutôt large de nos jours, mais les phares halogènes sont les plus répandus et conviennent parfaitement, d'autant plus que la puissance qu'ils affichent est réelle, contrairement aux lampes LED ou HID dont les équivalences peuvent créer une certaine confusion. Certains phares sont réglables dans des gammes allant de 100 à 25% de leur intensité maximale, mais il est facile également de changer soi-même l'ampoule ou de demander à son revendeur préféré de le faire. Attention, inter-

convient mieux que d'autres : là où bon nombre de ces accessoires semblent parfaitement identiques, notons que les seules qui soient vraiment adaptées sont celles disposant d'un interrupteur et pas les modèles que l'on active en vissant la tête. Et pour clore la revue du matériel indispensable, signalons aussi les bâtonnets lumineux – "cyalumes" – de couleurs variées – ou encore mieux, les bâtonnets indicateurs lumineux à pile –, qui peuvent être fixés sur la robinetterie pour, par exemple, distinguer le guide du reste de la planquée.

Tenue de soirée...

Pendant la plongée, l'éclairage sert autant à se repérer qu'à éclairer les créatures rencontrées et à communiquer : là aussi, quelques règles prévalent. La première lo-

"N'hésitez pas à tout éteindre en fin de plongée : en agitant les mains, le plancton luminescent transformera l'eau en ciel étoilé."

diction absolue de toucher l'ampoule de ses doigts nus, il faut impérativement la retirer avec un chiffon doux ou une serviette (et de préférence quand elle est froide !) pour éviter de l'endommager. De même, inutile d'aller dans votre brico-lotir du week-end pour y trouver l'ampoule idéale ; celles qui sont utilisées dans nos phares sont d'un type spécifique et là encore, votre technicien favori sera de bon conseil ! Un phare c'est bien, mais deux c'est mieux : s'il va de soi que la lampe principale est notre préoccupation majeure, il n'empêche qu'elle n'a, comme nous, pas le droit de plonger seule. En binôme, une lampe de petite taille, facile à dissimuler dans la poche de sa stab est idéale, mais ici aussi, certains modèles

gigue est de toujours diriger son phare dans le sens du déplacement, en pensant bien à l'orienter vers le bas à la descente et vers le haut à la remontée. Pour attirer l'attention de son binôme, rien de plus simple que de faire osciller le faisceau de sa lampe vers lui, en prenant bien soin de ne pas le lui projeter en plein visage, tout comme on évitera aussi de le faire avec les poissons endormis que l'on surprend dans leur nid. Ensuite, pour communiquer avec son compagnon, soit la lampe elle-même sert à effectuer des signaux convenus à l'avance – cercle pour "okay", oscillation rapide pour problème, etc. – soit elle est utilisée pour éclairer la main qui affiche les signes standards. Dernière option, si le niveau de com-

munication requis est plus poussé, il suffit d'avoir sous la main une ardoise immergeable et d'y rédiger le texte voulu à la lueur du phare de son binôme. La surveillance des instruments garde toute son importance de nuit, à plus forte raison lorsque notre esprit se concentre davantage sur des automatismes moins développés. Encore une fois, les fabricants s'évertuent à nous rendre la vie plus commode et développent des astuces bien utiles. La plupart des instruments de console ou de poignet bénéficient ainsi d'affichages phosphorescents qu'il suffit d'éclairer un instant pour qu'ils continuent à briller encore quelques secondes. Et pour ce qui est des accessoires électroniques, plusieurs ordinateurs sont dotés d'un rétro-éclairage qui s'illumine au toucher ; attention tout de même à ne pas en abuser, puisque les batteries paient le prix fort pour ce luxe. Et à défaut de prêter une attention plus soutenue que d'habitude à ces divers indicateurs, deux astuces simples permettent de garder toujours un contrôle accru. Pour ce qui est de la profondeur, il suffit de se fixer un plancher virtuel trois mètres au-dessus de la profondeur maximale planifiée : ainsi, dès que le besoin d'équilibrer les oreilles se fait ressentir, ce sera un signe clair qu'il faut vérifier sa profondeur d'évolution. Et pour éviter les risques de se retrouver avec une réserve d'air insuffisante – un problème qui prend une autre ampleur de nuit – rien de plus simple que d'ajouter une marge de sécurité en planifiant un temps de plongée plus court qu'à l'accoutumée ou en s'équipant d'un volume de bloc supérieur. Pour conclure, et même si ça peut sembler paradoxal après ce qui précède, voilà les deux seules bonnes raisons d'éteindre son phare en pl o n g é e .



D'abord, en cas de séparation : éteindre sa propre lampe ou la diriger contre soi rendra plus facile le repérage du halo du phare de son binôme et facilitera les retrouvailles. Seule règle en or pour appliquer cette technique, il est indispensable de se mettre d'accord en amont pour savoir lequel des deux masquera son éclairage ! Et enfin, si vous n'en avez encore jamais fait l'expérience, n'hésitez pas à tout éteindre autour de vous pendant au moins une minute en fin de plongée : non seulement il est étonnant de voir à quelle vitesse les yeux s'habituent à l'obscurité, mais il suffira ensuite d'agiter un peu les mains autour de vous pour que le plancton luminescent transforme l'eau en un étonnant ciel étoilé. Superbe feu d'artifice final, qui vient clore en beauté une sortie nocturne qui tiendra toujours une place à part dans notre carnet de plongées... ■

PHIL SIMHA

