



Gewöhnlich taucht er mit Flossen, hier tut es Loïc Vuillemin in Landkleidung.
Foto: Livio Fakeye

«Beim kleinsten Unfall in 100 Metern Tiefe kannst du sterben»

Apnoetaucher und Zen-Buddhist Loïc Vuillemin lebte zehn Jahre als Mönch im Kloster. Heute gehört er zur Weltspitze der Apnoetaucher. Er kann fast sechs Minuten die Luft anhalten und hat etwas geschafft, was nur wenige erreicht haben.

Samuel Waldis

Loïc Vuillemin lebt seit sechs Jahren im ägyptischen Sharm al-Sheikh. Es ist die jüngste Destination in dem aussergewöhnlichen Lebenslauf des 48-jährigen Waadtländers. Vuillemin studiert Biotechnologie, wird mit 20 Jahren zum buddhistischen Mönch «Kosho» und lebt zehn Jahre in einem Kloster.

Heute ist er Tauchlehrer und einer der besten Apnoetaucher der Welt. Er hält drei Landesrekorde und ist der bisher einzige Schweizer, der in der Königsdisziplin (Tiefentauchen mit konstantem Gewicht mit Flossen) die magische Marke von hundert Metern geknackt hat. Auch in einem anderen Bereich gehört er zu einer weltweit exklusiven Gruppe.

Loïc Vuillemin, Sie haben Schuhgrösse 50. Wo finden Sie passende Tauchflossen?

Einfach ist das nicht. Als ich meine Füsse mass, sagte der Ausrüster: «Wir müssen prüfen, ob wir das machen können.» Ich höre übrigens immer den gleichen Witz über meine Füsse. **Welchen?**

Die Kommentatoren an den Wettkämpfen sagen jeweils: «Der braucht gar keine Flossen.» Aber natürlich brauche ich sie. Wegen meiner Grösse ist es eine Massanfertigung, die rund 1000 Euro kostet. Das kann ich mir eigentlich gar nicht leisten, die finanzielle Unterstützung für Apnoetaucher ist in der Schweiz leider fast inexistent.

Wie sind Sie trotzdem zu Ihrer Flosse gekommen?

Ich habe sie an einem Wettbewerb gewonnen.

Das war in der Königsklasse im Apnoetauchen: Athleten tauchen mit Flossenkraft an einem Seil runter und wieder hoch.

Genau. Ich nahm mit Doppelflossen teil, obwohl auch Monoflossen erlaubt sind. In eine Monoflosse steigt man mit beiden Füssen, Meerjungfrauen-ähnlich. Mit ihr ist man schneller, man arbeitet zusätzlich mit der Bauch- und Gesässmuskulatur. Trotz der langsameren Doppelflossen gewann ich. Und als Preis erhielt ich meine Monoflosse. **Mit dieser Flosse sind Sie 101 Meter getaucht. Der Weltrekord von Alexei Moltschanow liegt bei 136 Metern.**

Man sagt, dass es mehr Menschen gibt, die im Weltall waren (knapp 700, d. Red.), als Menschen, die 100 Meter frei getaucht sind. **Der Schweizer Unterwasser-Sport-Verband (SUSV) kennt die Zahlen: 93 Männer und 17 Frauen haben in der Königsklasse 100 Meter Tiefe oder mehr erreicht. Abgesehen davon, dass man lange die Luft anhalten muss: Wie taucht man so tief?**

Der Schlüssel lautet: Druckausgleich, die Meisterstufe im Tauchen. Man muss den atmosphärischen Druck im Mittelohr aufrechterhalten. Sonst kann das Trommelfell platzen. Beobachten Sie mal, was passiert, wenn Sie Angst bekommen oder unter massivem Stress stehen: Die Zunge zieht sich zurück und nach oben. Tief unten im Wasser ist genau das sehr gefährlich, beim kleinsten Unfall in 100 Metern Tiefe kannst du sterben. Hast du also einen Schmerz im Ohr, tauchst du sofort auf, da diskutieren wir keine Sekunde.

Wie lange können Sie die Luft anhalten?

Mein Maximum liegt bei 5 Minuten und 56 Sekunden. Aber ich trainiere die Dauer nicht. Für mich ist es nur wichtig, dass ich ungefähr doppelt so lange die Luft anhalten kann, wie meine Tauchversuche dauern. **Dann hat ihr 101-Meter-Tauchgang drei Minuten gedauert? Fast auf die Sekunde genau.**

«Auch mit 48 Jahren frage ich mich noch immer: Was zum Teufel soll ich mit meinem Leben anfangen?»

Was geht Ihnen in diesen drei Minuten durch den Kopf?

Auf der Plattform an der Wasseroberfläche suche ich die Ruhe in mir. Diese Ruhe will ich auch beim Tauchgang bewahren. Aber natürlich sind da die Restgedanken: Ich habe Angst, dass ich es nicht schaffen werde. Oder dann beginnt irgendwo bei Meter 60 die Diskussion mit mir selbst: Komm, streng dich an. An einem guten Tag kann ich die Welle an Gedanken durchbrechen. An einem anderen Tag ist sie zu viel, und ich muss auftauchen.

Was bedeutet Scheitern für Sie?

2018 hatte ich einen Tauchgang, bei dem ich kurz vor der angestrebten Tiefe nicht mehr konnte. Ich musste abbrechen, zum ersten Mal. Es war die grösste Lektion in Demut.

Inwiefern ist Tauchen mit Meditation vergleichbar?

Die Mechanismen des Geistes sind die gleichen. Aber jemand sagte mir einmal: «Reiten ist für mich wie Meditation.» Nein, Reiten ist keine Meditation. Es ist Reiten. Man kann beim Reiten tief in sich selbst vordringen. Aber es ist nicht die gleiche Praxis. Das gilt auch für das Tauchen: Drei Minuten unter Wasser zu sein und drei Stunden in einem spirituellen Kontext vor einer Wand zu sitzen, ist nicht das Gleiche.

Als Zen-buddhistischer Mönch haben Sie damit Erfahrung.

Genau. Nehmen wir das lockere Meditieren, das spirituelle Chillen. Da wedeln Sie eine Fliege einfach von Ihrer Backe. Aber in einem Zen-Dojo, unserem Meditationsort, da ist die Haltung streng. Da sitzt du stundenlang, die Knie schmerzen, vielleicht sitzt du auf einer Hode, aber du darfst dich nicht bewegen.

Wie sind Sie Mönch geworden? Ich fühlte mich von Spiritualität, magischen Kräften und Erfahrungen jenseits der Wahrnehmung angezogen. Irgendwann erkannte ich, dass Zen-Meditation für mich der beste Weg ist. Aber ich fühle mich anders als andere Mönche.

Inwiefern? Auch mit 48 Jahren frage ich mich noch immer: Was zum Teufel soll ich mit meinem Leben anfangen? Und ich mache immer noch Witze und

Blödsinn und bin von jedem Verlangen angezogen, denen alle anderen Menschen auch erliegen. Viele Mönche kasteien sich, gehen zur Meditation, weil sie denken, etwas in ihnen sei schlecht. Ich mag Meditation auch, weil meine Freunde meditieren und weil ich meinen Vater sehen kann, der ebenfalls Zen-Master ist.

Sie haben zehn Jahre in einem Kloster in Südfrankreich gelebt.

Viele meiner Freunde sind noch immer da, meditieren acht Stunden am Tag, haben sich nie einer anderen Aktivität gewidmet. Ich habe das Kloster 2017 verlassen, auch wegen Spannungen innerhalb der Gruppe.

Und dann haben Sie das Apnoetauchen entdeckt?

Das war früher. 2014 war ich in Mexiko und beobachtete die Selbstbeherrschung der Apnoetaucher. So kam ich zum Tauchen. Ich ging zurück ins Kloster und erzählte davon. Was ein Apnoetaucher weiss, das wiegen zehn Mönche nicht auf. Gut, das ist etwas zugespitzt. Aber die Apnoetaucher haben mich tief beeindruckt, sie waren gesund und lachten immer, sie waren entschlossen und konzentriert. Und noch etwas habe ich in dieser Zeit gemerkt: Ich bin extrem kompetitiv.

Wie geht Buddhismus zusammen mit diesem Wettkampfgedanken? Mit dem Willen,

«Ich mache immer noch Witze und Blödsinn»: Loïc Vuillemin.

Foto: Vanessa Cardoso

