

## «Abbi fede e non temere»

### Lara Gut

Skieuse

En français, on pourrait traduire: «Aie la foi et ne crains rien.» Mon père me répète cette phrase quand je doute.

Avoir confiance signifie pour moi affronter le quotidien de manière plus relâchée. Tout est alors beaucoup plus simple et je suis à l'aise avec moi-même. Etre confiante sur les skis me permet de réaliser mes meilleures performances. Ma tête est mon moteur le plus puissant mais elle peut aussi selon les circonstances être mon pire ennemi.

Il y a alors ce petit côté «autosaboteur» qui va s'accrocher à chaque petit détail et entrouvrir la porte au doute. Quand cela arrive, même une quatrième place en Coupe du monde est susceptible de m'anéantir; je me sens fragile, pas à la hauteur, je crois tout faire faux et j'ai l'impression que je ne vais jamais m'en sortir.

Heureusement... c'est une bataille à laquelle je sais faire face depuis que j'ai com-

pris que je ne suis pas seule. J'ai appris à m'ouvrir aux personnes qui m'entourent. Avant je cachais mes faiblesses car j'avais peur qu'on puisse m'attaquer. Désormais, je relève la tête, je les affronte et si je regarde en arrière, je me demande pourquoi j'ai donné le droit à ces petits trucs insignifiants de prendre une telle importance dans ma vie.

Vous savez quelle est la solution? La confiance bien évidemment. Il n'y a pas de place pour la peur s'il y a l'amour. Il n'y a pas de place pour les doutes s'il y a la confiance.

On est à la fois fragile et très fort. Affronter les doutes peut aussi nous faire découvrir que nos limites sont bien plus éloignées qu'on ne l'imaginait. Et souvent on cherche des solutions trop élaborées et difficiles au lieu de revenir à des choses simples.

Dans les moments de doute, mon père me répète souvent une phrase très simple mais si puissante: «Abbi fede e non temere». Ces mots résonnent alors en moi. Je me retrouve, j'ai à nouveau confiance dans mes moyens et ce petit côté sombre se recroqueville dans un coin minuscule.

Cette chronique est assurée en alternance par Thabo Sefolosha, Kartem Hussein, Lara Gut, Yann Sommer et Mark Streit.



Sedrik Nemeth

### L'expert

Patrice Morisod  
Entraîneur à temps partiel  
de Lara Gut



JB Autissier/Panorama/EQ Images

### «Cinq médailles, ce serait déjà très bien»

«Les championnats du monde de Saint-Moritz débutent dans une semaine, et avec eux se profilent les premières interrogations dans le camp suisse. Du côté féminin, la délégation possède de belles chances de médailles. Avec Lara Gut et Wendy Holdener, la Suisse a dans son jeu deux atouts qui lui permettent de viser une médaille dans chaque discipline.

Depuis le début de la saison, ces filles trustent les podiums, il n'y a pas de raison que ça change. Même si elles devront vivre avec une grosse pression.

Chez les hommes, il est rassurant de voir que Beat Feuz retrouve sa meilleure forme à point nommé, car le reste de l'équipe n'est actuellement pas au niveau. Dans les disciplines techniques, à moins d'un exploit retentissant, les places sur le podium – entre Hirscher, Pinturaud et Kristoffersen – semblent inaccessibles. Je reste néanmoins convaincu que les skieurs suisses, plus particulièrement ceux qui ont l'expérience des grands rendez-vous comme Feuz ou Janka, ont focalisé leur concentration sur ces Mondiaux. S'ils réussissent leur coup, alors leur saison jusque-là mitigée leur sera pardonnée. Dans le cas contraire...

Disputer ces Mondiaux à la maison, c'est un avantage dont l'équipe de Suisse doit profiter. Les skieurs ont leurs repères dans la station comme sur la piste, il s'agit maintenant de concrétiser ces dispositions optimales. Je pense qu'un objectif de cinq médailles (quatre chez les filles et une chez les garçons) est raisonnable. En tout cas, ce serait déjà très bien au vu de la saison écoulée. Plus personnellement, j'espère que Lara Gut puisse devenir la grande dame de ces championnats du monde. Elle en a les moyens.

# Lara Gut au tournant de la persévérance

**Ski alpin** La Tessinoise a remporté pour la première fois la plus prestigieuse des descentes, à Cortina.

Florian Müller Cortina  
florian.mueller@lematindimanche.ch

A travers les pitons rocheux des Dolomites, l'Olympia delle Tofane serpente langoureusement vers l'horizon, comme pour mieux mystifier ses prétendants. Aussi majestueuse qu'inquiétante, la coquine ne s'offre qu'aux cœurs obstinés. Tantôt douce, tantôt accrocheuse, elle souffle le chaud et le froid, en courant alternatif. Un jeu de dupe, hypnotique et parfois cruel, que Lara Gut n'avait jusque-là jamais réussi à cerner. Hier, pour la première fois de sa carrière, la Tessinoise s'est parée des lauriers italiens. De cette classique du circuit féminin dont elle avait aperçu les lueurs à neuf reprises déjà, mais jamais les rayons enivrants de la victoire.

### «Oui, je suis favorite»

Un morceau de bravoure qui, au-delà du résultat comptable, valide ses progrès dans la discipline reine: toujours placée, elle n'était pas encore parvenue à décrocher la moindre victoire cette saison. «C'est cool, et ça fait du bien, soufflait-elle une fois son pensum achevé. Pour autant, ce n'est pas une surprise pour moi. Cette saison, sauf à Val d'Isère, j'avais toujours été dans le top 4 en descente. Je savais que la victoire était dans mes cordes, mais il y avait toujours un petit grain de sable pour me faire perdre du temps.»



La piste serpente langoureusement vers l'horizon. Lara Gut y a trouvé sa voie. Alessandri Trovati/Keystone

Aucune anicroche, hier. Un exercice imposé parfaitement maîtrisé, de haut en bas. Un touché de neige virtuose, une agressivité bien placée, une glisse fluide, pour devenir la troisième Suissesse seulement sacrée au pied de la reine du Cirque blanc. Présente aux avant-

postes à tous les entraînements, Lara Gut a su concrétiser ses meilleures dispositions. «Sur le haut du tracé, je n'avais pas le sentiment d'être bien sur mes skis, confiait encore la Tessinoise. J'avais l'impression qu'ils m'échappaient. Ensuite, je me suis vraiment sentie bien et j'ai

pu attaquer à fond. Je tiens aussi à dire que la piste était parfaitement préparée. C'est le meilleur endroit de la Coupe du monde dans ce domaine. Si seulement c'était comme ça partout...»

A Cortina d'Ampezzo, les organisateurs ne lésinent pas: le mode «Mondiaux 2021» est déjà

activé. Alors, Lara Gut aura 29 ans, et encore toutes ses dents. Et peut-être même tout l'avenir devant elle, à en croire la jurisprudence Federer. Mais d'ici là, d'autres échéances attendent la «Bombe de Comano». A commencer par aujourd'hui, avec un super-G au

programme, dont elle sera la grandissime favorite. «Oui, on peut dire ça comme ça, approuvait la lauréate du jour. Mais le statut de favorite ne sert à rien si je ne le concrétise pas sur la piste. Je ferai de mon mieux, comme d'habitude, et puis on verra ce que ça donnera.» Victorieuse des trois premières moutures de la saison dans sa spécialité, Lara Gut aura derechef l'occasion de reprendre la tête du classement général de la Coupe du monde à Mikaela Shiffrin. Sa rivale américaine, consciente du danger, sera d'ailleurs au départ, histoire de grappiller elle aussi quelques points.

### Un regard qui parle

Et puis... Et puis ce sera au tour des Championnats du monde de Saint-Moritz, dans une semaine. A domicile, Lara Gut sera attendue comme le Messie, avec toute la pression médiatique y relative. «Honnêtement, je ne pense pas encore à Saint-Moritz, coupe-t-elle. J'ai d'abord une course ici demain (aujourd'hui), puis j'irai à Stockholm pour le City Event (mardi). Mais la seule pression qui pèse sur mes épaules est celle que je me mets moi-même.» Comme pour mieux prévenir: «La nation attend de moi une médaille d'or, j'en attends plusieurs.»

Ces mots, elle ne le formulera qu'en pensées. De celles qui se lisent dans la détermination d'un regard, au tournant de la persévérance. ●

Copyright: quattrini

