

Lara Gut

« SEULE SUR LA PISTE, JE ME DÉFIE MOI-MÊME »

CE JOUR LÀ, EN AOÛT, À LUGANO, DANS LE TESSIN, LA LUMIÈRE EST IRIDESCENTE. ET, À L'HORIZON DES JARDINS DE LA VILLA SASSA, LARA GUT RÉALISE UN SHOOTING POUR ROLEX. TOUTE SON ATTITUDE EST L'INCARNATION D'UN NATUREL DÉSARMANT, DE CETTE SPONTANÉITÉ QU'ELLE A INTRODUITE DANS SON DOMAINE DE PRÉDILECTION ET QUI FAIT D'ELLE L'UNE DES SKIEUSES LES PLUS ÉTONNANTES DE CES DERNIÈRES ANNÉES. SON MÉLANGE D'HYPER FÉMINITÉ ET DE CHARME, SES VALEURS COMME SON ESPRIT VIF FONT DE CE « TÉMOIGNAGE ROLEX » LA QUINTESSANCE DE L'AIR DU TEMPS. RENCONTRE EXCLUSIVE AVEC UNE JEUNE FEMME TOUJOURS SUPER ACTIVE, MAIS PLUS APAISÉE. C'EST ELLE QUI LE DIT!

PROFOS RECUEILLIS PAR C.SPIR

À la suite de votre blessure au genou à Saint-Moritz, l'hiver dernier, comment allez-vous, Lara ?

Je vais bien, merci. J'ai un genou neuf qui a désormais six mois... Je ne peux donc prétendre pouvoir faire les mêmes choses qu'avec l'autre mais je m'attèle à la tâche, mon but étant de revenir plus forte et plus saine, pas juste pour une seule course. Désormais, j'échange beaucoup avec les entraîneurs physiques, les médecins, et tout se passe bien. Je suis contente.

Dans quel état d'esprit êtes-vous ? Avez-vous changé des choses par rapport aux préparations des années précédentes ?

Je suis très sereine. Cette blessure m'a donné le temps de réfléchir et, en effet, de changer certaines choses. J'ai pris six mois pour mettre en place mon genou mais aussi pour revoir l'organisation avec mon team et avoir à mes côtés des personnes compétentes capables de m'apporter la sérénité et l'efficacité dont j'ai besoin pour performer. Quand je m'entraîne, je suis réellement focus. Chaque jour, j'en veux plus. Ma priorité reste le ski et les résultats. Seulement, si le sport en lui-même est simple, le métier est compliqué. Marketing, média, sponsors, etc., chaque domaine a sa particularité, ses attentes et gérer tout cela quand on veut aussi faire du ski,

c'est compliqué. Je me suis donc entourée de nouvelles personnes dont c'est le métier afin de me décharger. Ces dernières années, j'avais tendance à être un manager plutôt qu'une athlète. Désormais soulagée, je me concentre sur l'essentiel, ce que je sais faire, le ski.

À quoi veillez-vous particulièrement ?

À l'équilibre. C'est la clé ! Que cela soit entre la personne que je suis et l'athlète, la performance et la relâche, le physique et le mental, la famille et le travail, etc., chaque jour j'essaie d'être à l'équilibre.

Quels sont vos objectifs sportifs après un retour de blessure ?

Je souhaite retrouver mes sensations et skier vite bien sûr ! Je suis persuadée que le travail qui a été fait ces six derniers mois va me permettre d'être plus équilibrée et par conséquent d'être plus efficace sur les skis. Je ne me suis jamais focalisée sur les résultats car c'est une chose que je ne peux influencer. Pour ma part, je peux seulement influencer la performance. Alors pour ce faire, j'essaie de m'améliorer chaque jour, retrouver et dépasser mon niveau d'avant. Et surtout, je souhaite prendre du plaisir. Une blessure peut si vite arriver... Il va y avoir beaucoup de courses, c'est la raison

pour laquelle je désire profiter de chaque jour, chaque manche. Ces expériences m'enrichissent tellement.

Les Jeux Olympiques de Pyeongchang se dérouleront l'année prochaine, êtes-vous excitée par cette idée ?

Oui, bien sûr. Mais comme je vous l'ai dit, je suis excitée par chaque jour qui passe. Me focaliser uniquement sur les JO serait une erreur. Imaginez, que le jour J, je sois malade avec quarante de fièvre au point de ne pouvoir dévaler la piste. Certes, j'ai la possibilité de gagner des médailles, de changer mon histoire mais à y regarder de plus près, les JO représentent un seul jour dans ma saison de compétition. Voilà le problème que nous avons dans le sport : nous décomptons les jours avant les JO au lieu d'apprécier chaque jour, tout simplement. Je vais donc vivre au jour le jour en essayant de faire de mon mieux.

Qu'est-ce qui vous plaît dans le ski ?

La liberté. Seule sur la piste, je me défie moi-même. À l'inverse du tennis, par exemple, je ne vais pas me battre face à un adversaire, comprendre comment il agit, pourquoi. C'est moi qui vais devoir mettre à profit tout ce que j'ai travaillé durant l'année. Lors de mes entraînements, je réfléchis en vue de m'améliorer,



© 2017/IBRID

je peaufine les détails. Tandis que le jour de la course, je délivre le meilleur de moi-même. Ou au moins le meilleur de ce jour (rires).

Un rendez-vous avec soi-même donc ?

Oui, en effet. Mais, c'est aussi des sensations et une connexion avec le reste du monde : les spectateurs qui regardent, l'environnement, la neige, etc. Au final, ce qui importe, c'est être uni à quelque chose. Et ce petit supplément, je le vis uniquement en course. Jusqu'au départ, je réfléchis. À l'arrivée, je redeviens un être humain. Et dans l'intervalle de la course, l'instinct et l'adrénaline prennent le dessus. Une manière pour moi, à ce moment très précis, d'ouvrir mon cœur et dire : «Aujourd'hui, voilà ce que j'ai à donner.»

La saison a commencé. Les compétitions sont-elles des lieux où le temps est suspendu ?

Non, j'espère surtout passer le moins de temps possible sur la piste (rires) ! Durant la saison, il y a une certaine routine à retrouver ces mêmes lieux d'une année sur l'autre. Par exemple, Val d'Isère est un endroit où je me ressource particulièrement. Et pour ne rien vous cacher, je recherche avant tout les liens avec chacun des lieux dans lesquels je me rends. Ce sont eux qui me donnent la force d'avancer. J'en prends le meilleur pour écrire encore un chapitre de mon histoire personnelle.

L'expérience serait donc un véritable atout ?

Oui, mais pas seulement sur la piste. Quand j'étais plus jeune, on me disait : «Ah l'expérience, c'est reconnaître les pistes !» Or, avec le temps, il faut savoir que cela change. Plus jeune, on est insouciant. Et c'est cette fraîcheur que je recherche parfois à nouveau. Mais il est vrai aussi qu'avec le temps, je regarde les choses différemment comme lorsque que je fais la reconnaissance des pistes. Au début, je devais apprendre une piste. Aujourd'hui, j'apprends à retrouver mes repères. Il y a une différence entre skier et faire le métier de skieuse. Et c'est précisément l'expérience qui aide à vivre l'ensemble comme gérer toute une saison. Avec l'expérience, j'arrive mieux à anticiper ou gérer les coups de fatigue, je sais désormais où et quand puiser le meilleur de mon énergie. L'expérience aide à surmonter cela, et pour ainsi dire à mieux se connaître.

Juste avant le départ, à quoi pense t-on ?

Cela dépend... Pour moi, seul compte le moment entre le départ et l'arrivée. Au début, je cherchais à tout prix à retrouver le même état esprit, cette manière si

particulière que j'avais de me poser. Puis, l'expérience m'a montré que, finalement, même si avant le départ j'étais épuisée, euphorique ou triste, il suffisait que je sois focus pour que cela n'affecte en rien ma performance. Et finalement, dans ces moments, je souhaite surtout arrêter de penser pour suivre mon instinct.

Vous arrive t-il d'avoir peur ?

Non... Je suis consciente qu'avoir peur, c'est se mettre en danger. Si la peur surgit, j'ouvre la porte au risque et par conséquent aux blessures. Si la peur est présente, j'ai envie de dire que c'est déjà trop tard et qu'il faut alors avoir le courage de tout stopper. Après, il faut aussi avoir le respect, ne pas se croire supérieur ou inférieur à la piste. Il doit y avoir un respect réciproque car c'est ensemble que tout se joue. Alors ce faisant, je recherche plutôt les liens que je peux avoir avec la piste, les lieux et l'atmosphère. Appréciez ce que je peux faire et ne faire qu'un.

On se détermine souvent par le regard que les autres portent sur nous. Comme femme, quel est le premier regard qui vous a déterminée ?

Celui de mes parents, et en particulier celui de mon père. Il m'a toujours suivie, soutenue. J'ai la chance d'avoir trouvé en lui un coach idéal. Au moindre regard, il comprend ce que je vis, ce que je ressens, ce que je veux et la direction dans laquelle je souhaite aller. Le fait d'être positive, d'oser le challenge, ça vient de lui. Et puis, je me rends compte aussi que l'on fait souvent les choses pour les autres. C'est un leurre. On se pose ainsi des limites, on se bloque et on oublie qui nous sommes. Pour ma part, je ne vais pas faire plaisir à tout le monde et faire le constat dans quelques années d'un manque quel qu'il soit. Aujourd'hui, je skie pour moi. Je préfère avoir gagné 25 courses pour moi que 40 et ne pas savoir pourquoi je l'ai fait. Je veux vivre ma vie. C'est un ressenti que j'ai perçu fortement après ma blessure. Être bien dans sa peau et à l'écoute de soi-même, c'est déterminant. Trop souvent, on fait des choix pour les mauvaises raisons. À l'intérieur, les warnings clignotent mais peu importe, on y va quand même, on s'ignore totalement. Là est le plus grand danger. Nous sommes acteurs de notre propre vie et tant que je suis sur cette terre, je souhaite vivre et faire quelque chose que j'aime !

Est-ce difficile d'accepter son image ?

Oui, en effet. Il est surtout difficile pour les autres de comprendre qu'il y a bien sûr l'image de l'athlète, mais aussi la femme que je suis. Il est déjà difficile de

se connaître soi-même, alors comment espérer que les autres puissent nous connaître à 100 % ? Au début, j'avais de la peine avec mon image. On me perçoit via trois phrases que je dis lors d'une interview et de là, on crée une image de moi. Je me suis longtemps battue pour la changer. Certes, je suis une skieuse, mais je suis aussi une jeune femme qui adore cuisiner par exemple, et cela n'a rien à voir avec l'image que les magazines renvoient de moi. L'image qu'ils renvoient n'est qu'un aspect de moi. Et accepter son image, c'est aussi faire la paix avec cela. À moi maintenant de donner ce que je veux bien montrer, toujours avec la plus grande authenticité. Au final, il y aura toujours une image de l'athlète qui elle-même cache une personne.

L'explosion du nombre de femmes dans le sport fait peu à peu sortir celles-ci des disciplines auxquelles elles étaient cantonnées très longtemps, comme la gymnastique... La femme, l'avenir du sport ?

Je pense que nous sommes tous beaucoup plus conscients de cela. Les moyens de communication d'aujourd'hui boostent l'image de la femme. Mais surtout, arrêtons de les comparer aux hommes ! L'important pour chacune d'entre nous est de trouver son potentiel créateur et faire quelque chose de sa vie.

Tous les sports ont aujourd'hui leur déclinaison féminine et ces sélections intéressent de plus en plus les marques. Pensez-vous que la femme donne de l'espoir ?

C'est certain ! Tout au long de l'histoire, les femmes ont démontré leur talent et les nombreux rôles qu'elles ont pu jouer. Et dans le sport, voir une fille réussir, c'est très inspirant. Il faut avoir le courage de se battre pour ses rêves. Il y a des obstacles, comme partout, mais si on se donne les moyens, on peut tout faire. Car à la fin, c'est notre vie que l'on crée.

En tant que femme, que pensez-vous apporter à votre discipline ?

Les femmes de la discipline se battent au quotidien, elles essaient de s'améliorer constamment. Ainsi, en repoussant nos limites, nous repoussons les limites du sport et le rendons plus vivant.

Vous avez de bonnes amies dans la profession ? Y a-t-il une entraide féminine dans le milieu ?

Le sport, c'est un peu comme aller à l'école. Dans une classe, vous avez vos amies et, les autres, simples

camarades. Le ski reste un petit sport, alors forcément l'été, on s'entraîne aux mêmes endroits. Ainsi, toutes rassemblées à l'autre bout du monde, nous nous préparons ensemble. Et dans de telles circonstances, loin de chez soi, cela fait du bien d'avoir des amies qui se rendent compte combien il est parfois dur de s'entraîner. Malgré la compétition, j'ai un profond respect pour toutes ces personnes.

Les trajectoires de la vie peuvent parfois se briser ou changer de route. Y pensez-vous ?

Je suis consciente des risques que je prends mais cela ne sert à rien de se bloquer pour ça. Je fais de mon mieux. Je ne peux pas tout contrôler. Alors à chaque jour suffit sa peine. Je profite du jour présent. Et puis, «le mal», s'il arrive, peut s'avérer être une très bonne chose pour la suite de nos vies... «Un mal pour un bien», c'est bien comme cela que l'on dit en français ?

Jacques Brel disait : «Le talent, c'est l'envie !»... Et vous ?

Forcément ! Même si je dois vous avouer trouver cela un peu réducteur. On décrit souvent le talent par toutes ces petites choses que l'on ne comprend pas. Si quelqu'un a de la facilité, il est doué, et donc forcément, il a du talent. Sauf que ce talent est peut-être une folle envie de gagner, l'addition d'un travail dément, l'envie du sacrifice, un enthousiasme débordant, etc. Le talent, c'est surtout ce petit supplément d'âme qui fera à jamais la différence. Certes, l'envie reste un moteur mais le plus important, je pense, reste d'aimer ce que l'on fait.

Qu'aimeriez-vous poser comme question à Lara Gut si vous étiez à ma place ?

Je passe... et réfléchis.

Qu'est-ce qui vous empêcherait un jour de sourire ?

Cette blessure m'a montré que je dois faire les choses avant tout pour moi et arrêter de me sacrifier. Passer à côté de ma vie me rendrait terriblement triste. Je veux me faire confiance et être ce que je suis.

Lara dans dix ans ? Un rêve ?

Saine et heureuse.

Je n'ai pas oublié... Qu'aimeriez-vous poser comme question à Lara Gut si vous étiez à ma place ?

En fait, je ne souhaite ne plus me poser de questions, mais plutôt avoir des réponses !

Rolex et les femmes d'exception

Les femmes qui portent une montre Rolex ont toutes une histoire à raconter. Et le plus souvent, dans la mesure où elles incarnent l'essence de la marque depuis ses origines comme les valeurs qui lui sont chères, c'est une histoire de passion et d'audace. Et l'Histoire le prouve. Qu'il s'agisse de la joueuse de golf Annika Sörenstam, de la cavalière de saut d'obstacles Meredith Michaels-Beerbaum, de la joueuse de tennis Chris Evert, de la pianiste Yuja Wang, de la chanteuse lyrique Sonya Yoncheva, de l'océanographe Sylvia Earle ou des championnes de ski Lindsey Vonn et Lara Gut, etc., chacune à sa manière se distingue par son talent. Elles sont un exemple pour tous. Leur courage comme leur détermination invitent les femmes autant que les hommes, toutes générations confondues, à se surpasser. Alors symboles de cette quête d'excellence, les montres qui habitent fièrement leur poignet témoignent de ce qu'elles ont accompli et de ce qu'elles apportent à la société.

© ROLEX/THOMASLANE