

● **INTERVIEW** Privée de podium depuis deux ans, **DOMINIQUE GISIN** raconte les doutes d'une skieuse qui doit composer avec les fantômes de ses trop nombreuses blessures.

● **Depuis la descente d'entraînement remportée à Val-d'Isère en décembre dernier, votre sourire a retrouvé toute sa lumière.**

Je suis beaucoup plus tranquille depuis. Car, même si les résultats ne sont pas encore là, je sais désormais que ça peut toujours le faire. Alors que, pendant plus d'un an, je n'étais plus sûre d'être encore capable de skier au niveau du podium. Maintenant, je sais que oui, c'est une question de temps.

● **Malgré 7 podiums en Coupe du monde, dont 3 victoires, il vous est arrivé de penser avoir perdu ce niveau à jamais?**

Oui. Les épreuves américaines ont été très difficiles et à ce moment j'ai vraiment pensé: OK, je ne suis plus rapide. A Lake Louise par exemple, je n'ai pas mal skié et j'ai terminé 9e et 13e. C'est correct. Mais, finalement, si c'est le maximum que je peux atteindre, ça ne me satisfait pas parce que j'ai déjà été plus haut. J'ai toujours dit que ce qui m'intéresse, c'est d'avoir quelque chose à travailler. Or, à ce moment-là, je me suis demandé en quoi je pouvais m'améliorer. Physiquement? Oui, peut-être 1%, mais cela ne change presque rien sur les skis. Techniquement? Non, à Lake je ne pouvais pas skier tellement mieux le «fall away». Les coaches l'ont dit. Je suis arrivée à un point où je ne voyais plus sur quoi travailler. Dans ces conditions, pour moi, le sens de cette profession n'existait plus...

● **Vous l'avez retrouvé?**

Oui, car je sais maintenant que cette sensation, ce «flow» qui m'avait permis de monter sur le podium et même de gagner des courses est encore une réalité pour moi. Qu'il n'existe pas uniquement dans ma tête, en rêve. Lorsque tu regardes en arrière, c'est toujours mieux que dans le présent. Mais, finalement, peut-être qu'à l'époque des podiums ton sentiment était le même qu'aujourd'hui, mais tu crois que c'était différent. Pour

moi, il était important de comprendre si c'était seulement une idéalisation des temps passés. Finalement je sais que non, qu'il m'est toujours possible de skier dans le bon état d'esprit. Je n'ai pas encore réussi à le faire en course, mais je peux y travailler. Pour moi, c'est plus intéressant de chercher cette solution. Avant, je cherchais un chemin pour atteindre quelque chose dont je n'étais même pas sûre de l'existence.

● **Pouvez-vous définir ce «quelque chose»?**

C'est une question de libération. Je sais que, de l'extérieur, on ne le voit presque pas, mais je mets de la réserve dans certaines courbes. Quand je sens que c'est un peu limite, je prends une marge. Je m'écarte d'un demi-mètre de la ligne, je mets les skis très légèrement en travers. Ça fait mal parce que je ne peux pas contrôler cela.

● **C'est une autoprotection après les multiples blessures dont vous avez été victime?**

Je pense que c'en est la cause. Je ne peux pas me blâmer. Je comprends qu'une part de moi ne veuille pas aller dans une zone trop risquée. Voilà, c'est ce qui n'est pas facile en ce moment. Mais j'ai le pouvoir de changer cela. Je me sens tellement stable sur mes skis en ce moment que je sais que je peux aller dans une autre zone, sans me faire mal pour autant. C'est ce qui a été important à l'entraînement à Val-d'Isère, comme à Zauchensee. Je commets peut-être des fautes, mais sans me dire: «Oh non, je vais finir dans les filets!» Ce n'est pas grave, et même avec des fautes tu vas plus vite, parce que tu ne mets pas ces réserves, tu laisses aller. C'est ce chemin que je cherche à suivre en course également. C'est difficile à expliquer car c'est très émotionnel et pas vraiment logique. >>>

«LES SENSATIONS EXISTENT ENCORE»

«Ma motivation a toujours été de trouver mon potentiel maximal»

Dominique Gisin

Dominique Gisin est beaucoup plus posée aujourd'hui, elle affirme attendre son heure.

ITINÉRAIRE D'UN TALENT CONTRARIÉ PAR LES BLESSURES

1985 Naissance le 4 juin. Vit à Engelberg, grande sœur de Marc et de Michelle.

2005 Premier départ en Coupe du monde fin novembre à Lake Louise.

2007 Premier podium en Coupe du monde, deuxième de la descente de Zauchensee (Aut).

2009 Première de ses trois victoires, également en descente à Zauchensee.

2010 Désillusion à Vancouver: lourde chute lors de la descente olympique.

2011 Obtient son brevet de pilote d'avion. En 2012, énième opération au genou.



Keystone/Jean-Christophe Bort

>> ● **C'est le challenge que vous espériez?**

Oui, c'est beaucoup plus intéressant d'en avoir un. Ma motivation a toujours été de trouver mon potentiel maximal. Quand je n'aurais plus rien à travailler, c'est le moment où je dirai: OK, c'était cool, mais c'est fini. Je cherche à skier du mieux possible selon mes propres capacités. Actuellement, je sens que, techniquement et physiquement, je suis beaucoup plus forte que les années précédentes. Et je n'ai plus de douleur, ce qui fait une grande différence – je n'ai plus besoin d'anti-inflammatoires. Je suis bien sur mes skis, je suis beaucoup plus stable dans toutes les disciplines. Donc, s'il y a quelque chose de logique dans ce sport, ça devrait aller mieux puisque je suis sûre que «ça» existe encore.

● **Comment étiez-vous à l'époque des succès?**

En course, j'étais dans une autre dimension. Au point que, lorsque je franchissais la ligne, je ne voyais même pas mes temps. Ce n'est que si on me prenait par le bras pour me mettre dans la «leader box» que je savais que j'avais été rapide. J'étais comme coupée du monde. Mais les années passent, tu évolues, et ce qui marchait avant ne te correspond peut-être plus aujourd'hui. Il ne faut pas vouloir s'y accrocher, et poursuivre son chemin.

● **Le vôtre a été semé d'embûches particulièrement lors des grands rendez-vous.**

Il y a eu des chutes, des blessures aux Mondiaux, aux JO, mais je suis vraiment en paix avec ça. Je n'ai aucun regret, car je peux me dire que, dans chacune de ces compétitions, j'ai tout donné. C'est la seule façon de faire. Et je ne ferai pas différemment aux JO de Sotchi.

«J'ai toujours tout donné. C'est la seule façon de faire. Et je ne ferai pas différemment aux JO de Sotchi»

Dominique Gisin