

«DER SCHWERE WEG war für mich der richtige»

Oft verletzt und von Selbstzweifeln geplagt, hat sich die Skirennfahrerin **DOMINIQUE GISIN** zurück an die Spitze gekämpft. Die Olympiasiegerin über ihre schwierigsten und ihre schönsten Momente.

Interview Daniel Röhliberger Fotos René Ruis

SKISTAR UND PILOTIN

Dominique Gisin, 29, gewann an den Olympischen Spielen 2014 im russischen Sotschi Gold in der Abfahrt. Sie errang bisher drei Weltcup Siege. Ihre Karriere ist geprägt von Verletzungen. Sie wurde neunmal am Knie operiert. Gisin ist in Engelberg OW und im Engadin aufgewachsen. Ihre Geschwister Marc, 26, und Michelle, 20, fahren ebenfalls Skirennen. Dominique Gisin begann ein Physikstudium und besitzt das Privatpilotenbrevet. Sie ist mit einem Arzt liiert und wohnt in Engelberg OW. www.dominiquegisin.ch



«Ich bin eins mit mir»: Dominique Gisin, 29, beim Feuerstellengespräch auf der Walenalp oberhalb ihres Wohnorts Engelberg OW.

Dominique Gisin, tragen Sie nachts noch immer Ihre olympische Goldmedaille um den Hals?

Nein. Das habe ich nach der ersten Nacht aufgegeben. Die Medaille ist schlicht zu schwer. Am nächsten Morgen hatte ich eine Halsstarre.

Warum tragen Sie das Edelmetall in der Nacht nach Ihrem Sieg?

Ich wollte sichergehen, dass ich nicht träume. Als ich erwachte, nahm ich die Medaille in die Hand, lächelte zufrieden und schlief weiter. Ich wusste: Es ist nicht nur ein Traum.

Seit dem 12. Februar dieses Jahres sind Sie Olympiasiegerin in der Abfahrt. Wie tönt das?

Noch immer ein wenig verrückt. Es ist wunderschön, aber auch sehr emotional. Das spüre ich auch an den Reaktionen der Menschen.

Woran denken Sie?

Viele gratulieren mir nicht bloss zum Sieg. Sie schreiben mir ihre Lebensgeschichte. Sie sprechen mich auf der Strasse an, erwähnen meine Stürze und Verletzungen. Erzählen mir, wie sie mit mir gelitten und wie sie sich in Sotschi mit mir gefreut haben. Einige haben dabei Tränen in den Augen und bringen auch mich zum Weinen. Das ist das Eindrücklichste: dass ich mit meiner Geschichte Menschen berühre.

Was macht den Olympiasieg für Sie so besonders?

In den anderthalb Jahren vor den Olympischen Spielen hatte ich das Gefühl, ich könne nicht mehr richtig Skirennen fahren. Ich traute mich nach meiner letzten Verletzung nicht, ans Limit zu gehen. Ich musste untendurch, musste in Sotschi Ausscheidungen gegen meine Kolleginnen fahren. Ich haderte. Dann gab ich mir einen Ruck und schaffte es im entscheidenden Moment nochmals an die Spitze. Das ist für mich der schönste Sieg.

War es auch ein Sieg über Sie selbst?

Ich kann mich nicht besiegen. Aber ich habe meine Zweifel überwunden. Und ich bin über mich hinausgewachsen.

Wie hat der Olympiasieg Sie verändert?

Dieser Erfolg gibt mir Ruhe und Energie. Eine Last ist von mir abgefallen. Ich bin nicht mehr so rastlos, bin gelassener geworden. Ich bin eins mit mir.

Im Sommer 2004 stellten Sie, erst 19, die Ski in die Ecke und traten zurück. Wie kam es dazu?

Ich musste eine Saison lang mit einem Metalldraht in der Kniescheibe fahren. Im darauffolgenden Frühjahr durfte ich endlich das Metall und die Schrauben entfernen lassen. Ich freute mich wie ein kleines Kind auf das erste Skitraining. Doch die Schmerzen waren gross, und der Rückstand auf die Spitze war noch grösser. Deshalb fand ich: Jetzt reicht's.

Was geschah danach?

Ich verlor die Freude am Leben. Ich kapseelte mich ab, igelte mich ein. Mir ging es schlecht, weil ich das Skifahren so sehr vermisste. Nach ein paar Wochen rief ich meinen Trainer an und fragte ihn, ob ich wieder mitmachen dürfe.

Warum können Sie nicht ohne Skirennensport sein?

Ich liebe den Schnee, den Winter und die Kälte. Die Berge sind meine Heimat. Ich mag die Geschwindigkeit und die posi-

Ich zweifelte immer wieder an mir. Meine erste Verletzung hatte ich mit 14. Ich fuhr drei Jahre keine Rennen, hinkte meinen Träumen hinterher. Ich zweifelte nach jeder Verletzung, dass ich es schaffe, wieder an die Weltspitze zu kommen.

Stellen Sie sich auch abseits der Piste in Frage?

Ich bin ein kritischer Mensch. Vor allem gegenüber mir selbst. Ich bin perfektionistisch, finde ständig etwas, was ich noch besser machen könnte. Als Pilotin bin ich manchmal ein Angsthase, checke vor jedem Flug tausendmal den Wetterbericht. Und als ich seinerzeit in der fliegerischen Vorschulung eine Selektion absolvierte, ging ich heim und dachte, ich wäre durchgefallen. Vier Wochen später kam der Brief, ich hätte bestanden.

Sie seien ein Kopfmensch, sagen Sie über sich. Trotzdem weinen Sie, wenn Sie auf Ihre Siege angesprochen werden. Das tönt wie ein Widerspruch.

«Ich will mein Potenzial ausschöpfen. Deshalb fahre ich weiter Skirennen. Ich kann noch besser fahren als bisher.»

ven Emotionen nach einer aussergewöhnlichen Leistung. Heute kann ich jene Schwünge fahren, die ich als Mädchen bei Sonja Nef oder Vreni Schneider bewundert habe. Das macht mich glücklich.

Haben Sie dafür einen zu hohen Preis bezahlt?

Ich bin einen langen, beschwerlichen Weg gegangen. Diesen Weg wünsche ich niemandem. Aber für mich war er der richtige.

Das klingt eigenartig, wenn man bedenkt, dass Sie neunmal am Knie operiert wurden.

Mein Weg hat mich zu dem gemacht, was ich heute bin. Meine Verletzungen waren nicht nur Rückschläge. Sie waren auch Chancen.

Inwiefern?

Ich bekam während der Rehabilitation Zeit geschenkt. Und die nutzte ich. Ich lernte fliegen, begann ein Physikstudium. Ich machte Erfahrungen, die ich ohne meine Verletzungen kaum gemacht hätte.

Auf Ihrem Weg hätten Sie auch gezweifelt, sagten Sie einmal.

Das ist ein Widerspruch. Und es ist gar nicht so einfach, damit umzugehen.

Warum?

Ich bin rational, und ich bin emotional. Diese beiden Seiten kämpfen in mir. Mal ist die eine Seite stärker, mal die andere. Doch genau diese Kombination macht mich als Skirennfahrerin schnell. Ich kann analytisch an ein Rennen herangehen und gleichzeitig mit meiner emotionalen Seite instinktiv auf Situationen reagieren.

Ist das Glas für Sie halb leer statt halb voll?

Nein. Ich bin auch eine Optimistin, freue mich an kleinen Schritten. Ich versuche, jedem Tag das Beste abzugewinnen. Aber ich will mein Potenzial ausschöpfen. Deshalb fahre ich weiter Skirennen. Ich kann noch besser fahren, als ich das bisher gezeigt habe.

Ist Ihre selbstkritische Art auch eine Last?

Manchmal schon. Aber ich habe gelernt, auch einmal mit mir zufrieden zu sein.



«Ich habe meine Zweifel überwunden. Und ich bin über mich hinausgewachsen», Dominique Gisin.

Was tun Sie, wenn Sie mit sich zufrieden sind?

Ich belohne mich. Gönnen mir etwas, was ich zwar nicht brauche und doch gerne hätte. Ein schönes Kleid, ein Möbelstück für meine Wohnung.

Und nach Ihrem Olympiasieg gabs einen neuen Laptop.

Auf den musste ich lange warten. Nach meinem letzten Sieg 2010 in Crans-Montana nahm ich mir vor, dass ich erst einen

neuen Laptop kaufe, wenn ich das nächste Mal zuoberst auf dem Podest stehe. Es vergingen vier Jahre, bis es so weit war. In dieser Zeit musste ich mein altersschwaches Gerät mit Klebeband zusammenhalten.

Haben Ihre Selbstzweifel Sie auch weitergebracht?

Absolut. Ohne diese Zweifel wäre ich nie so weit gekommen. Sie haben mich angetrieben. Haben mich motiviert, alles zu geben.

Wer hat Sie in Momenten des Zweifels aufgefangen?

Mein Freund. Er ist meine Vertrauensperson, er gibt mir Stabilität. Aber auch meine Familie hat mir enorm viel Halt gegeben. Vor allem mein Bruder Marc. Er hat eine wichtige Rolle gespielt.

Inwiefern?

Marc ist ähnlich veranlagt wie ich. Er hat immer an mich geglaubt, hat mir vor Augen geführt, was ich schon alles erreicht ➤

habe. Und er hat mich motiviert, nicht aufzugeben.

Sie seien ein gläubiger Mensch, sagten Sie einmal. Hat Ihnen auch Ihr Glaube über schwierige Zeiten hinweggeholfen?

Bestimmt. Ich glaube an Gott. Ich glaube, dass er unser Handeln und Denken lenkt. Dass er uns nicht mehr aufbürdet, als wir tragen können. Dieser Glaube und dieses Urvertrauen haben mir geholfen, meinen Weg auch in schweren Zeiten weiterzugehen.

Wie leben Sie Ihren Glauben?

Ich bete ein Vaterunser. Ich halte immer wieder inne, sage mit einem Gebet Danke für all das, was ich erhalte. Für das Leben, das ich führen darf. Und ich gehe manchmal auch in eine Kapelle, wenn ich in den Bergen unterwegs bin.

Was tun Sie dort?

Ich suche die Stille. Versuche, meine Gedanken zu ordnen. Ich komme zur Ruhe.

«Ich glaube, dass Gott unser Handeln und Denken lenkt. Dass er uns nicht mehr aufbürdet, als wir tragen können.»

Als Jugendliche besuchten Sie die Stiftsschule in Engelberg. Was lehrten Sie die Mönche?

Dass man an Gott glauben und gleichzeitig ein interessierter Wissenschaftler sein kann. Mit ihrer Leidenschaft für ihre Bereiche haben die Mönche in mir ein Feuer entfacht, das noch heute brennt. Für Physik und Musik. Und vor allem fürs Skifahren.

Nach Ihrem Sieg in Sotschi haben Sie im Zielraum als Erstes Ihre Grosseltern angerufen. Warum gerade sie?

Ich wollte sie teilhaben lassen an meinem grössten Erfolg. Meine Grosseltern waren in Momenten für mich da, in denen es mir nicht gut ging. Während der Therapien

nach den Operationen durfte ich bei ihnen in Basel wohnen. Sie haben mich umorgt, haben mich wieder aufgebaut. Deshalb wollte ich mit ihnen auch die schönen Emotionen teilen.

Was haben Sie mit Ihren Grosseltern am Telefon gesprochen?

Wir haben viel geweint. Haben uns gemeinsam gefreut. Und mein Grossvater hat meine Fahrt analysiert.

Was verbindet Sie mit Ihrem Grossvater?

Für mich war er ein Vorbild. Er war ein begeisterter Skifahrer, beherrschte den Slalomswung perfekt. Mit seiner Begeisterung hat er mich angesteckt. Als Mädchen war ich oft mit meinen Grosseltern in Andermatt in den Skiferien. Wir



«In einem schönen Moment denke ich an meinen Grossvater»: Dominique Gisin, Skirennfahrerin.

führen zwölfmal am Tag zum Gemsstock hinauf und wieder runter.

Im April ist Ihr Grossvater gestorben. Wie schwer wiegt sein Verlust?

Ich vermisse ihn. Doch ich denke auch an das, was wir gemeinsam erleben durften. Mein Grossvater war an vielen Rennen dabei. Und ich bin mit ihm und Grossmutter sogar einmal übers Engelbergertal geflogen. Diese Erinnerungen trage ich in meinem Herzen.

Wie bleiben Sie Ihrem Grossvater verbunden?

Ich denke in einem schönen Moment an ihn. Und ich hoffe, dass er das irgendwie mitbekommt.

Mitarbeit: Sidonia Hämmig

534 «Schweizer Familie»-Feuerstellen

Wo die Grillplätze genau liegen, erfahren Sie im Internet auf einer übersichtlichen Karte inklusive Videoaufnahmen und Fotos.

www.schweizerfamilie.ch/feuerstellen

ANZEIGE

NEU UND LIMITIERT

Das Familienkochbuch

124 Seiten

70 Rezepte

Lustige Wimmelbilder

Tolle Panda-Geschichte

GREEN GOURMET Family



Das Kochbuch für Mitgließer von heute und morgen

famigros.
40%

11.85 statt 19.80

Kochbuch
Green Gourmet Family
124 Seiten, 70 Rezepte.
Erhältlich in allen Migros-Filialen.

Angebot gilt vom 1. 7. 2014 bis 29. 9. 2014, solange Vorrat.
40% für alle Famigros-Mitglieder gegen Vorweisen der Cumulus-Karte.

Kochschpass für die ganze Familie



Ich wills zerschmelzen!

Ein Teil von
GENERATION M



Das Kochbuch entstand in Zusammenarbeit mit dem WWF.

MIGROS
Ein M nachhaltiger.