

LBRIS

We know  
books

Lindsey **Vonn**

POVESTEA MEA

TOT MAI  
**SUS**

Traducere din limba engleză de  
**Alexandru Kedei**

pilot  
books

# LBRIS

We know  
books

## CUPRINS

<b>Prolog</b>	<b>009</b>
<b>Partea întâi. Obiectivele mele</b>	<b>017</b>
<b>Partea a doua. Linia pantei</b>	<b>107</b>
<b>Partea a treia. Tot mai sus</b>	<b>191</b>

# Prolog

**N**u am avut niciodată atât de multe emoții înaintea unei curse.

Sunt pe bicicletă, încerc să-mi activez mușchii piciorului. Mă simt decent. Nu grozav, ci decent.

Îmi urmez rutina, ascult playlistul meu de dinainte de cursă, încerc să respect importanța a ceea ce urmează, dar și să-i ignor amploarea. Este ultima cursă din carieră, așa că m-am datat cu totul unei atitudini de tipul „totul sau nimic“. E o limită foarte fragilă între tendința de a mă încuraja și cea de a mă sabota mintal și încerc din răspuțeri să păstrez echilibrul. Îmi spun că este doar o altă cursă, dar, în același timp, știu că nu-i așa.

În realitate, înseamnă totul. Este șansa mea să scriu finalul acestei povești.

Obiectivul meu, acum, este să mă încarc cu toată energia posibilă, astfel încât să dau tot ce am în ultimele mele clipe ca schioare profesionistă. Acum e momentul. Ultimul lucru pe care mi-l doresc este să cad și asta să fie ceea ce-și vor aminti oamenii despre mine. Al doilea lucru pe care nu mi-l doresc este să trec de linia de sosire după o cursă impecabilă, dar cu sentimentul că aș fi putut să dau mai mult, că nu am făcut tot ce mi-a stat în putință.

În noaptea de dinaintea unei curse, mă culc de fiecare dată vizualizând traseul - fiecare poartă, fiecare denivelare, fiecare detaliu al pârtiei. Îl vizualizez iar și iar, până când simt că devine parte din mine. Când mă trezesc, mă simt obosită de multe ori, pentru că realitatea este că nu sunt deloc o persoană matinală.

Dar de îndată ce mă urc pe bicicletă, încep să mă simt mai bine. Atunci intru în acea stare mintală de concentrare maximă.

Astăzi însă este o cu totul altă poveste. Sunt pe bicicletă de doar zece minute și deja simt că am pedalat destul. Aș vrea să sar cu totul peste această dimineață. Nu mă înțelegeți greșit, nu vreau ca această cursă să se termine sau să știu că mi-am încheiat oficial cariera, dar, în același timp, sunt nerăbdătoare să ajung pe zăpadă, să inspectez traseul, să ajung la poarta de start.

Sunt în Åre, Suedia, pentru Campionatele Mondiale de Schi Alpin FIS, un loc unde am impresia că am concurat de un milion de ori. Am închiriat o casă chiar la marginea orașului, ca familia mea să poată fi aici, alături de mine, pentru ultima mea cursă. După tot ce au sacrificat de-a lungul anilor, după toate modurile în care mi-au fost alături, mi se pare corect să încheiem împreună acest capitol, sub același acoperiș.

De la casă și până la pârtia pentru cursa de coborâre sunt zece minute cu mașina. Pe drum sunt însoțită de antrenorul meu, Alex Bunt, fizioterapeuta mea, Lindsay Winninger, și Claire Brown, una dintre cele mai vechi prietene de-ale mele, care m-a ajutat enorm în acest sezon. După ce ajungem, merg să inspectez traseul, în timp ce Lindsay și Claire se ocupă de locul meu din cabană. Lindsay este alături de mine de aproape cinci ani și-mi cunoaște rutina. Știe exact unde vreau să stau la fiecare eveniment - într-un colț retras, departe de celelalte fete, unde să pot să mă concentrez. Aici, în Åre, este un locșor pe care mi-l aleg mereu, așa că Lindsay a pregătit totul acolo, în timp ce Claire are grijă de ultimele detalii logistice, iar eu urc pe munte.

Afară, aici sus, îmi liniștesc nervii. Este vânt și frig, dar abia dacă sesizez temperatura. Sunt în zona mea de confort. Pentru mine, cursa începe din acest moment. Când inspectez traseul, nu există loc pentru alte gânduri. Nu vorbesc cu nimeni. Sunt concentrată, calmă, chiar cinică, aș putea să adaug.

Nu mai există nimic în afară de mine, de startul meu și de fanioane. Există doar ceea ce se află chiar în fața mea. Preț de câteva momente, în liniște absolută, refuz să mă las distrasă de orice altceva.

Vântul continuă să bată puternic în vârf, dar antrenorii prezenți la fața locului îmi spun că startul va avea loc conform planului. S-a discutat despre posibilitatea de a coborî linia de start pentru a evita rafalele puternice, dar nu s-a luat nicio decizie, așa că plec să fac câteva ture de încălzire. Nu schiez pe traseu, însă aceste coborâri libere îmi permit să simt vântul în față, să-mi ajustez poziția corpului. Tocmai asta vreau să obțin urcând și coborând muntele. Vreau doar să schiez.

Mă întorc în cabană și verific dacă am făcut tot ce aveam de făcut înainte să concurez. Rutina mea este mereu aceeași, o serie de acțiuni care îmi dau senzația de siguranță și familiaritate. Am schiat pe aceste pârtii atât de mulți ani, încât știu exact ce-mi place, ce a mers bine pentru mine în trecut și ce mi-a purtat noroc și repet aceste lucruri la nesfârșit. În schiul alpin, există atât de multe variabile. Nu e ca la înot, unde piscina are de fiecare dată aceeași lungime. Nu e ca în tenis, unde terenul are întotdeauna aceleași dimensiuni. În schiul alpin nu există constante. Nu pot să controlez zăpada sau gheața, nici condițiile de vânt. Nu pot să controlez lumina sau vizibilitatea. Nu pot să controlez concurența. Nu pot să controlez riscul. Pregătirea mea este singurul lucru pe care îl pot controla, așa că mă asigur întotdeauna că o fac ca la carte. Nu o fac de dragul vreunei superstiții, ci mai degrabă ca să mă simt confortabil.

Îmi pun din nou căștile, închid ochii și încerc să vizualizez traseul. Aici, la Åre, sportivii au câte un spațiu alocat la parter, dar mie îmi place să fac încălzirea într-un loc retras, ferit de posibilele distrageri. Știu o zonă deschisă, unde telecabina își lasă pasagerii, și mi-am revendicat un colț privat acolo ca să urmez pașii rutinei mele.

După aceea trec la încălzirea fizică, menită să-mi activeze musculatura picioarelor. Credeți-mă, nu vreți să dați peste mine în timpul încălzirii. De obicei, sunt destul de relaxată, îmi fac timp pentru autografe sau poze, dar când sunt în cabană, cel mai bine ar fi să nu te uiți la mine. Începând de acum, mă mobilizez ușor-ușor. De regulă, optez pentru o progresie lentă - nu vrei să te entuziasmezi prea devreme, pentru că îți consumi prea multă energie și nu mai ai destulă pentru cursă. Astăzi însă accept ideea că, din acest moment, nu mai are rost să am rețineri. Nu mă mai gândesc la oboseală sau la riscul de a face prea mult. Astfel de lucruri nu mai contează. Nu mai am niciun motiv să mă păstrez pentru ce urmează, pentru că această cursă este ultima care mă mai așteaptă.

Pe măsură ce-mi termin încălzirea, primim vestea prin stațiile de comunicație că bara de start a fost mutată mai jos, pe a treia poziție de rezervă - același punct de start folosit pentru proba de Super-G de marți - ceea ce reprezintă o schimbare semnificativă. Noul start este mult mai jos pe pârție și scurtează considerabil traseul. Este o veste bună pentru mine, pentru că partea superioară a traseului este cea mai solicitantă pentru genunchiul meu.

Pe de altă parte, mutarea barei de start mai jos înseamnă că drumul de la cabană până acolo va dura mai mult. Trebuie să mergi pe o potecă îngustă o bucată de drum, ceea ce e o mare bătaie de cap, așa că încep să mă neliniștesc și plec spre start mult prea devreme. De obicei, îmi place să ajung la start cu cincisprezece sau douăzeci de minute înainte de cursă, dar acum mai am de așteptat patruzeci de minute, iar asta înseamnă foarte mult timp de stat în frig și de analizat obsesiv cursa. Simt că ceasul nu se mișcă suficient de repede.

Îmi pun schiurile când văd că mai sunt trei concurenți înaintea mea. Apoi încep săriturile și bătăile picioarelor. Mereu am făcut asta instinctiv. Se pare că, atunci când îți trănțești

picioarele de pământ, declanșezi un răspuns neurologic - îți activezi creierul și nervii. În plus, sunt genul de persoană care scuipă. Știu, e dezgustător, dar când sunt în poarta de start, scuip mult. E un mecanism care stimulează producția naturală de testosteron - de aceea mulți sportivi fac asta. Din afară, cel mai probabil pare că sunt pe punctul să atac pe cineva. Mi s-a spus asta de mai multe ori în toată cariera mea, iar acum probabil pare mai adevărat ca niciodată. Îmi accelerez respirația și devin din ce în ce mai agresivă. Dar de fiecare dată îmi pun deoparte 5% din energie pentru momentul în care mă aflu chiar în poarta de start.

Inițiez același monolog interior pe care-l am din copilărie. *Pot să fac asta. Sunt în stare. Fără rețineri.* Astăzi, adaug un alt gând. *Nu există a doua șansă.*

Îmi spun că trebuie să domin traseul. Aproape că încerc să compensez pentru genunchiul meu, convingându-mi mintea să depășească ceea ce corpul meu nu mai poate. Adevărul este că nu sunt puternică. Abia mă țin pe picioare, la propriu. Dar, în mintea mea, îmi impun să fie altfel. Traseul se desfășoară în fața mea.

Mi-am pus schiurile devreme. Sunt concentrată. Sunt hotărâtă.

O mantră îmi răsună în minte. *Pot să fac asta. Pot să fac asta. Pot să fac asta.*

Chiar înainte să-mi vină rândul, îmi golesc mintea. Ajung în poarta de start și mă concentrez doar pe respirație. Când încep să respir intens, știu că e timpul. Atunci intru în starea mintală potrivită pentru cursă. În acele clipe, nu vrei să ai mintea împrăștiată. Ori de câte ori mă gândesc la rezultate sau privesc linia de sosire, parcă ies din corpul meu și uit că sunt la poarta de start. Atunci nu trebuie să te gândești la nimic. Gândește-te: ajungi de la zero la aproape 130 de kilometri la oră în doar câteva secunde. Dacă nu ești concentrat, dacă nu trăiești

pe deplin în prezent, cum ai putea să reacționezi suficient de repede? Trebuie să ai mintea limpede.

Pentru asta te pregătești. Te pregătești, te pregătești, te pregătești, astfel încât totul să devină automat. Te pregătești ca, în momentul în care te afli în poarta de start, să faci pur și simplu ce trebuie să faci.

În schiul de performanță, marja de eroare este extrem de mică. Ea există, dar este infimă. Într-o fracțiune de secundă, poți să treci de la a câștiga cursa la a te trezi înfășurat în plase, asemenea unui pește prins în năvod. O singură denivelare și, brusc, ți-ai făcut genunchii praf. (Crede-mă, știu despre ce vorbesc.) Sunt o mulțime de lucruri care pot să meargă prost. Odată, un concurent a căzut, iar când a lovit plasa de protecție, a alunecat pe sub ea, pentru că nu fusese fixată corespunzător. A continuat să alunece, a lovit un copac și a rămas paralizat de la brâu în jos. Așadar, într-un fel, depinde și de noroc.

Toate aceste lucruri sunt luate în vedere în inspecția traseului și în procesul de vizualizare. Poți să știi dinainte cum este configurat traseul, ce vreme vei prinde, în ce stare se află zăpada, dar și viteza cu care urmează să cobori? Pentru că toate acestea determină cursa pe care o vei avea. Este dificil să estimezi viteza, dar, înainte de o cursă, pot să vizualizez traseul la un timp similar cu cel al cursei propriu-zise. Unii sportivi sunt buni la asta, alții nu. Nu toți sportivii sunt înzestrați cu asta.

În schi, nu te ajută cu nimic dacă acționezi robotic. Trebuie să existe o înțelegere intuitivă între tine și munte. E greu de explicat - trebuie să știi instinctiv cea mai rapidă cale de a coborî. Această abilitate nu poate fi insuflată de un antrenor. Uneori, dacă exersezi suficient, poți să o forțezi. Dar, în acest caz, te lupți și cu propriul corp. Nu este la fel de puternică precum intuiția, care îți spune exact unde să te duci.

Lasă-mă să-ți explic: să presupunem că ești pilot de curse auto. Nu ești cel mai bun, nici cel mai talentat, dar te descurci

bine. Mergi la Daytona și exersezi, exersezi, exersezi. Cu atât de mult antrenament, vei ajunge să te descurci excelent pe acel circuit. Vei deveni un expert la Daytona, pentru că asta a învățat să facă corpul tău prin intermediul repetiției.

Dar apoi, brusc, trebuie să concurezi pe un alt circuit, fără să ai timp de antrenament.

Dacă poți să te urci într-o mașină și să fii bun oriunde - adică dacă poți să-ți calibrezi îndemânarea în funcție de orice traseu - înseamnă că, într-adevăr, ești talentat. Unii oameni se descurcă de minune, indiferent de loc. Unii ajung în mod natural la acest punct, fără prea multă experiență. În același timp, cunosc sportivi care au mult mai mult talent, dar nu au muncit suficient pentru a-l valorifica. Cele două trebuie să se completeze reciproc.

Un sport individual precum schiul depinde, în mare parte, de puterea mintală a sportivului. Când ajungi la un anumit nivel, mai ales în probele de coborâre și Super-G, ceea ce determină clasarea ta pe primul sau pe al zecelea loc este starea ta psihică. Diferența constă în cât ești de dispus să te împingi dincolo de propriile tale limite. Forța ta mintală e esențială pentru reușită. Nu poți să fii schior de viteză cu orice fel de mentalitate. Trebuie să fii curajos în toate modurile posibile. Acest sport este, prin natura sa, extrem de periculos. Există mereu un risc. Și exact asta îl face mai captivant. Se poate observa cu ușurință că schiorii de viteză au un set foarte diferit de aptitudini, pe care schiorii tehnici nu-l au. E vorba de o abordare complet diferită a acestui sport.

La începutul carierei mele, unele fete mai mari încercau să mă descurajeze, spunând lucruri de genul:

- Pare foarte periculos, condițiile sunt atât de proaste încât nu cred că vom concura azi.

Încercau să-mi intre în minte.

- Bine, spuneam eu.

Apoi le ignoram și câștigam.

De fapt, îmi sunt prielnice astfel de situații. Este ca o partidă mintală de șah și îmi place la nebunie s-o joc. „Oare cine poate să coboare cel mai rapid de pe munte?“, mă întreb singură, sperând că eu sunt aceea. Asta mă diferențiază net de toți ceilalți: nu mi-e frică. Nu mi-e niciodată frică de nimic, nici măcar de căzături. Asta este atât o calitate, cât și un defect.

Odată ce ceasul începe să numere invers, totul devine serios.

Din momentul în care îți poziționezi bețele de schi, ai douăzeci de secunde. Poate că nu pare mult, dar în acea stare de spirit douăzeci de secunde par o eternitate. Așa că fac ceva ciudat: mă concentrez pe curelele de la bețe, ca să mă distrag de la tot ce se întâmplă în jurul meu. Mereu mi-a prins foarte bine, așa că am păstrat acest obicei. Încă o dată, rutina mă salvează.

Semnalul sonor pornește la zece secunde, apoi din nou la cinci, patru, trei, doi, unu.

E greu să pleci exact la unu. Dar vreau să fiu numărul unu, așa că încerc de fiecare dată.

Atunci îmi spun: „Ce-o fi, o fi!“

Și, într-o secundă, sunt deja plecată.

Toată lumea strigă - echipa mea, toți cei din zona de start - și ador senzația asta.

De fiecare dată îi încurajez pe toți să facă zgomot, pentru că mă ajută să mă încarc cu energie. Cu cât strigă mai tare, cu atât mai bine. Mă ajută să-mi cresc nivelul de energie, fără să mă gândesc prea mult la asta. Pentru că, din nou, cu cât gândești mai puțin, cu atât mai bine.

Atunci, pe traseu, nu mă gândesc la ce înseamnă cursa asta. Nu-mi fac griji pentru genunchi sau pentru cât pot să-mi reziste picioarele. Nu mă gândesc la căzături sau la faptul că ar trebui să mă menajez.

Tot ce fac este să schiez.

## Partea întâi

# Obiectivele mele

# Capitolul 1

**T**oată lumea mă întreabă de unde îmi iau ambiția, iar adevărul este că nici eu nu știu. Nu este un răspuns simplu, la fel cum motivația în sine nu este ușor de înțeles. Motivația a variat în funcție de etapa din viață - nu a fost același lucru de la început și până în prezent. De pildă, la începutul carierei mele, mă impulsiona faptul că schiatul era singurul lucru la care eram bună.

Când aveam trei ani, tata m-a înscris la gimnastică, dar nu eram în stare să fac nimic din ce se cerea de la noi. Am continuat câțiva ani, până când antrenorii le-au spus părinților mei că sunt prea înaltă. Când aveam șase sau șapte ani, am încercat fotbalul, unde am descoperit că nu reușeam deloc să mă coordonez. Apoi, tata m-a luat cu el la tenis, dar nu puteam să trimit mingea peste fileu. În cele din urmă, am ales patinajul artistic. Cred că am participat la trei lecții, dar, ulterior, tata a decis că nu voi continua. Însă, până în acel moment, mă îndrăgostisem deja de schi, așa că n-am mai acordat nicio șansă celorlalte sporturi.

În familia mea, nu se punea problema *dacă* să schiezi - cu toții o făceam. Mi-aș dori să-mi amintesc cum a fost când am schiat pentru prima dată, dar îmi aduc aminte doar că mi-era frig. Stăteam în rucsacul tatălui meu, pe când era antrenor, și îmi amintesc vag senzația de a coborî o pârtie împreună cu el. Îmi amintesc mirosul de zăpadă proaspătă, aerul rece și cum se simțea să te miști pe schiuri.

Prima dată când m-a pus pe schiuri aveam doi ani și jumătate. Nu-mi amintesc nici asta, dar probabil mi-a plăcut suficient de mult încât să vreau să continui. Primele mele

amintiri consistente sunt de mai târziu, când eram un pic mai mare. Întotdeauna îi dădeam mâna la o parte ori de câte ori încerca să mă ajute și îi spuneam:

- Mă descurc singură!

Chiar și atunci eram încăpățânată și voiam să fac lucrurile de una singură. Odată, coboram împreună cu tata și am luat-o înaintea lui. Eram bucuroasă că puteam să fac asta. Am început să cobor dealul cu viteză și m-a lăsat s-o fac până la capăt.

Atunci am gustat pentru prima oară ce înseamnă să schiezi cu adevărat: viteză, putere și adrenalină. Pentru cei care nu au încercat niciodată, fac mereu aceeași comparație: este ca și cum ai conduce mașina pe o autostradă, unde limita de viteză este de 130 de kilometri pe oră, și apoi ai scoate capul pe fereastră. Așa se simte, doar că atunci când faci schi alpin, nu există mașină. Ești de unul singur.

În mod analog, atunci când cazii, te simți de parcă ai sări din acea mașină fără să porți nicio protecție. Sau ca și cum ai intra cu mașina într-un stâlp cu 120-130 de kilometri pe oră - având în vedere că exact asta e viteza cu care ne deplasăm. Spre deosebire de alte sporturi, unde porți diferite accesorii de protecție, noi mergem pe munte cu un echipament minimal. Și o să cazii. Face parte din fișa postului. Este cât se poate de periculos. Dacă stai de vorbă cu cineva care e dependent de adrenalină, îți va spune că însuși riscul este ceea ce face totul mai incitant. Dacă ai merge cu 130 de kilometri pe oră și ai ști că aterizezi într-un morman de perne, nu ar mai fi atât de palpitant.

Asta este adrenalina - te forțează să-ți atingi limitele, să ajungi până în punctul în care aproape că pierzi controlul. Apoi, este viteza - vântul în față, lumea care trece pe lângă tine ca o străfulgerare. Combinația dintre cele două îmi dă un fior care mă duce în culmea extazului. Este un sentiment pe care nu poți să-l compari cu nimic altceva. Chiar și acum, îmi este greu să

explic ce anume îmi place la schi, pentru că a fost și va fi mereu ceva foarte natural pentru mine. Nu i-am pus niciodată valoarea la îndoială și nu m-am întrebat de ce o fac - pur și simplu o făceam. De fiecare dată când coboram în viteză pe munte, mă simțeam ancorată în realitate, mă simțeam vie, așa cum nimic altceva nu m-a făcut să mă simt vreodată.

Cum tatăl meu era schior, am crescut înconjurată de cultura schiatului și am beneficiat de îndrumarea lui. Fusese campion mondial la juniori, a schiat pentru echipa națională de juniori a Statelor Unite și a avut o oarecare reputație, până când și-a distrus genunchiul la vârsta de nouăsprezece ani. Doctorul i-a pus un ghips care îi ținea piciorul drept, ceva ce astăzi nu s-ar mai face niciodată, iar după aceea nu și-a mai putut îndoi genunchiul mai mult de șaiszeci de grade. Dar, chiar dacă nu a mai putut să concureze, nu a încetat niciodată să schieze.

Am avut noroc că am împărtășit pasiunea pentru schi. Așa am ajuns să creăm o legătură specială și știu că s-a bucurat că m-am atașat de schi atât de mult. De-a lungul anilor, indiferent de cum s-a schimbat și cum a evoluat relația dintre noi, schiatul ne-a apropiat întotdeauna. Dar, atunci când a fost vorba să-mi transform pasiunea într-o carieră, nu m-a împins niciodată. Ambiția mea a fost mereu cea care m-a făcut să vreau să devin schioare de performanță. El doar m-a ghidat și m-a încurajat cât de mult a putut. În tot acest timp, prioritatea a fost să iubesc ceea ce fac.

În copilărie am schiat la Buck Hill, o parte micuță din Burnsville, Minnesota, în apropiere de Minneapolis. Când spun micuță, nu exagerez. Erau două teleschiuri și trei telescaune, iar diferența de nivel era de 80 de metri, cu o altitudine maximă de 369 de metri. (Ca să mă fac înțeleasă, voi da un exemplu: la Vail, diferența de nivel este de 1.050 de metri, cu o altitudine maximă de 3.527 de metri.)

LIBRIS We know books

Școala de schi alpin de la Buck Hill era coordonată de Erich Sailer, un antrenor legendar din Austria, care fusese antrenorul tatălui meu pe vremea când concura. La început, când tata mă puneă în rucsacul său, el lucra pentru Erich ca antrenor de schi part-time, ca să-și plătească studiile la facultatea de drept. Erich încă mai era antrenor când am fost suficient de mare ca să mă alătur echipei de schi, la șapte ani. Pentru mine, experiența a fost incredibilă. În schimb, pentru tata și Erich, a fost cu siguranță un moment în care s-a închis cercul.

Erich Sailer nu s-a schimbat deloc de când îl știu. S-a mutat din Austria în Statele Unite în 1955 și s-a stabilit la scurt timp după aceea în Minnesota, unde și-a deschis școala de la Buck Hill. Povestea spune că, atunci când a ajuns aici, avea doar treizeci și cinci de dolari în buzunar și că singurul cuvânt pe care știa să-l spună în engleză era „hamburger“. Ai crede că, după ce a trăit aproape șaptezeci de ani în Statele Unite, accentul lui ar fi dispărut, dar a rămas la fel de puternic. Când mă gândesc la el, prima imagine care îmi vine în minte este Erich în vârful dealului, în cabina lui micuță, cu cronometrul în mână.

Chiar dacă pârtia de la Buck Hill era foarte mică, Erich se folosea de dimensiunile acesteia în avantajul său.

- Nu ai nevoie de un munte mare ca să devii un schior bun, spunea el. Ai nevoie doar de cincisprezece porți.

Un traseu normal de slalom are, poate, între șazeci și o sută de porți și durează aproximativ patruzeci și cinci de secunde să-l parcurgi. La Buck Hill, traseele noastre aveau în jur de douăzeci sau treizeci de porți și durau douăzeci și cinci de secunde. Însă ce conta era că într-un loc precum Buck Hill puteai să te antrenezi cantitativ. Deoarece traseul era mai scurt și mai puțin abrupt, puteai să-ți perfecționezi tehnica fără să obosești. Este ca și cum ai alerga aceiași cincizeci de metri ca

să-ți perfecționezi tehnica de alergare, în loc să obosești alergând doi kilometri.

Nu am fost bună la schi de la bun început, dar, spre deosebire de orice alt sport pe care l-am încercat, cu cât munceam mai mult, cu atât deveneam mai bună. Să schiez bine și rapid îmi dădea un sentiment de care devenisem dependentă și, în plus, mă înțelegeam mai bine cu copiii care schiau decât cu cei pe care îi întâlneam la celelalte sporturi. Mai degrabă mă simțeam ca acasă pe pârtia de schi decât în clasă sau când stăteam cu prietenii. Pârtia era mediul de care aparțineam. Viața avea mai mult sens când coboram cu viteză, așa că am început să petrec cât de mult timp posibil făcând asta.

Schiam aproape în fiecare weekend, dar cea mai mare parte a antrenamentului meu la Buck Hill se desfășura pe pârtia iluminată artificial, după școală sau seara. De fapt, acest program era perfect pentru mine, fiindcă îmi permitea să merg la școală, să mă antrenez seara și să fac o mulțime de ture fără ca măcar să-mi dau seama. Când mergi într-un loc precum Vail, doar urcarea cu telecaunul durează zece sau cincisprezece minute, așa că o tură poate dura treizeci sau patruzeci de minute. Spre finalul carierei mele, când aveam o sesiune de antrenament la Vail, abia dacă reușeam să fac cinci ture, în timp ce la Buck Hill puteam să fac douăzeci sau douăzeci și cinci de ture pe noapte. Eram acolo aproape în fiecare noapte, prima care ajungea la teleschi și ultima care pleca acasă. Iar asta îmi aducea împlinire, pentru că știam că munceam mai mult decât ceilalți. Acel sentiment, satisfacția care vine din a munci mai mult decât toată lumea, m-a motivat mult timp. De când am început să concurez la vârsta de șapte ani și până la șaisprezece, obținerea aceluia sentiment era tot ce conta pentru mine.

Când înveți ceva pentru prima dată, ai nevoie de repetiție, trebuie să acumulezi nenumărate ore de antrenament.

Dacă vrei să fii extraordinar, cantitatea antrenamentului contează la fel de mult precum calitatea. Odată ce ajungi la un anumit nivel, memoria musculară preia controlul și devine o parte din tine.

La Buck Hill, ne concentram pe elementele fundamentale. Nu exista schi liber, doar ne antrenam. Ne perfecționam tehnica, făceam exerciții, concuram. Ne plăcea să fim între porți, pentru că asta era tot ce știam. Erich ne cerea să ne însușim metoda celor o mie de porți. În weekenduri, treceam prin o mie de porți pe zi. Acest lucru mi-a oferit o bază tehnică solidă, care m-a ajutat pe tot parcursul carierei. Întrucât singurul lucru pe care puteam să-l facem era să ne antrenăm, a ajuns să-mi placă.

Rezultatele vorbeau de la sine. Înainte ca Erich să preia echipa de schi de la Buck Hill, în 1969, sunt destul de sigură că nu câștigaseră nici măcar o cursă. Dar, sub îndrumarea lui Erich, echipa a devenit o forță de temut. Încă din primul său an în funcția de antrenor, au început să câștige o mulțime de curse și au ajuns să fie una dintre echipele de top. În scurt timp, lui Erich i s-a dus vestea că transforma copiii în campioni. Cu timpul, micuțul nostru deal din suburbia Minnesotei a ajuns să producă o mulțime de schiori de top, trimițând o serie impresionantă de sportivi la Cupa Mondială și șase la Jocurile Olimpice, printre care și eu.

În plus, a adus câțiva schiori incredibili care să ne ajute să ne îmbunătățim tehnica, precum Kristina Koznick, o schioare care evolua în Cupa Mondială. Kristina își începuse traseul la Buck Hill și venea uneori să se antreneze cu noi, ne arăta chestiunile esențiale și trecea prin exerciții alături de noi. A fost foarte util să putem să-i observăm și să-i imităm pe acești sportivi adevărați, unii dintre ei având aceleași baze ca și noi.

Erich avea (și încă are\*) atât de multă energie și entuziasm când venea vorba de schi, încât, ori de câte ori te aflai în preajma lui, era imposibil să nu te molipsești la rândul tău. Este ceva ce auzi des, dar în cazul de față chiar este adevărat: Erich inspira oamenii. Da, ne trăgea la răspundere pentru greșelile pe care le făceam și ne puneă să exersăm la nesfârșit, dar, mai presus de orice, ne transmitea entuziasmul lui. Oamenii se întrebau ce făcea Erich la Buck Hill de reușea să producă acești sportivi de top. Nu înțelegeau că nu era vorba despre ceva diferit în ceea ce le spunea copiilor, ci despre modul în care îi motiva. Ne spunea cu blândețe tot ce avea de spus, chiar și atunci când ne dădea de înțeles că nu eram suficient de buni. (În primii mei ani, obișnuia să râdă de mine și îmi spunea că sunt o broască țestoasă. „Săracul de tine“, îi spunea tatălui meu. „Ai o broască țestoasă în loc de fiică.“)

Cred că o parte din magia lui Erich consta în faptul că vedea talentul inerent al oamenilor și îi ajuta să și-l dezvolte. Începea să ne facă să ne atingem potențialul, ne împingea până la limita puterilor, fără să încerce să ne schimbe ca persoane. Când eram mică, câțiva oameni mi-au spus că ar trebui să fac câteva modificări la tehnica mea. La fiecare viraj, de fiecare dată, îmi înclinam umărul dinspre interiorul curbei, arătând de parcă eram Turnul din Pisa. Toată lumea credea că nu eram suficient de stabilă și îmi spuneau să mă îndrept, cu excepția lui Erich.

- Nu te schimba, mi-a spus. Ești rapidă așa cum ești.

Chiar și când tata spunea că ar fi trebuit să lucrez la tehnica mea, Erich doar clătina din cap.

- E rapidă, răspundea el. E rapidă cu un motiv. Nu poți să schimbi ceea ce face o persoană în mod natural.

\* Erich Sailer s-a stins din viață în august 2025, la vârsta de nouăzeci și nouă de ani. (n. red.)