

Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2012)
Heft: 34

Artikel: "Ma devise? vivre et laisser vivre..."
Autor: Russi, Bernhard / Fattebert, Sandrine
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-831488>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 10.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

«Ma devise? Vivre et laisser vivre...»

A bientôt 64 ans, Bernhard Russi, le skieur mythique, champion olympique de Sapporo, retrace les grandes lignes de son parcours d'homme. Avec modestie et élégance.

Médaillé d'or aux Jeux olympiques de 1972 et double champion du monde de descente en 1970 et 1972: le palmarès du skieur alpin Bernhard Russi est pour le moins impressionnant. Mais, en 1978, le natif d'Andermatt met fin à sa carrière sportive, à l'issue d'une course, sans crier gare. Il négocie avec succès ce virage délicat, grâce au sport, toujours.

Fort d'une immense popularité, il devient indépendant et c'est à travers des spots et des campagnes publicitaires pour de grandes marques (il est ambassadeur de Subaru depuis 1979!) que la légende du ski continue à faire rêver le public. Dessinateur en bâtiment de formation et parfait polyglotte, l'Urnais met aussi, depuis 1988 déjà, ses compétences et sa parfaite connaissance du terrain au service du Comité international olympique, en imaginant le tracé de nombreuses descentes.

Et côté jardin? L'homme est pudique. On le sent à sa manière de préciser, très vite et avec l'air d'un enfant pris en faute, qu'il est divorcé. Son fils, Ian (32 ans) est né d'une première union. Depuis 1984, il partage la vie de Mari Bergström, une Suédoise qu'il a épousée dans son pays natal et avec laquelle il devient papa pour la seconde fois, avec la naissance de Jennifer (20 ans). Pas de quoi rougir; derrière l'image de battant se cache un être vrai et profondément humain.

Vous avez été sacré champion du monde en 1970, à l'âge de 22 ans. Comment fait-on, si jeune, pour ne pas attraper la grosse tête?

C'est grâce à l'éducation, à l'entourage familial et à celui de l'équipe. Mais l'attitude de mon père a été la plus importante. Lorsque j'ai gagné ce titre, il m'a dit: «Ecoute, on va manger ensemble ce soir. Mais n'oublie pas de descendre du podium!» J'ai longtemps réfléchi à ce qu'il voulait me dire et j'ai compris. On ne peut pas rester en haut éternellement, il faut toujours redescendre.

A cette époque, vous étiez réputé pour votre technique et votre sérieux alors que Roland Collombin passait pour un surdoué qui gagnait sans beaucoup d'entraînement. Est-ce que cette étiquette de «gentil» correspondait à la réalité?

La vérité est probablement à mi-chemin! Roland Collombin n'était peut-être pas aussi fou qu'on voulait le croire et moi, peut-être pas aussi sage qu'on le pensait... Dans notre monde, on a besoin de noir



Wolodja Jentsch

et de blanc: on n'est pas très à l'aise avec le gris. Et si je me sens à l'aise avec une image, je force le trait!

Vous aviez un autre redoutable adversaire: Franz Klammer. Avez-vous gardé des contacts avec lui?

Oui et j'en suis fier. On est les meilleurs amis du monde. Au début, il y avait de la concurrence, puis du respect, et avec le temps c'est devenu une grande amitié.

«Le bonheur ne se mesure pas à un compte bancaire, au nombre de photos de vous dans les médias et il ne se trouve ni devant, ni derrière la TV.»

Bernhard Russi



Et avec d'autres grands noms du ski de l'époque?

Cela arrive que l'on se retrouve, mais il faut comprendre que chacun fait son propre chemin. De plus, c'est sympa de ressortir de temps en temps les vieux souvenirs, mais pas trop souvent, sinon on ne vit pas dans le présent.

Contrairement à d'autres sportifs d'élite, vous avez brillamment réussi votre reconversion

professionnelle. Mais avez-vous traversé des moments difficiles?

Je trouve qu'il est très difficile et dangereux de comparer un sportif à un autre. Le jour où j'ai décidé d'arrêter, je n'avais aucune idée de ce que j'allais faire. A ce moment-là, j'étais sûr d'avoir pris la bonne décision. Au début, je me suis senti soulagé, avec la fin d'une grande pression accumulée depuis quinze, vingt ans. Malgré le fait que je travaillais



beaucoup, c'est deux ans plus tard que je suis tombé dans un trou. Il me manquait quelque chose...

Et où avez-vous puisé la force de rebondir?

J'ai recommencé à m'entraîner. J'en avais besoin.

Que conseillerez-vous à Didier Cuhe?

Je crois qu'il n'existe pas de conseils. On ne peut pas copier des carrières... *(Il réfléchit)*. Ah oui! Je lui suggérerais peut-être celui-ci, qu'un paysan m'avait donné à l'époque: si tu te mets tout nu devant un miroir, tu peux savoir si tu es sur le bon chemin, simplement en t'observant. Et il ne s'agit pas de s'arrêter à ses rides! Le bonheur ne se mesure pas à un compte bancaire, au nombre de photos de vous dans les médias et il ne se trouve ni devant, ni derrière la TV. C'est quelque chose d'autre...

Aujourd'hui, c'est un autre tournant de la vie, avec l'approche de la retraite. Comment l'envisagez-vous?

Je ne peux pas m'imaginer à la retraite, parce que je n'ai jamais travaillé! A mon avis, c'est un proces-

sus naturel. J'essaie de vivre dans le présent et un peu dans le futur, mais pas trop. Grâce au sport, j'ai le luxe de faire ce qu'il me plaît.

Vous êtes en pleine forme. Avez-vous une hygiène de vie particulière?

Pas particulièrement. Ma vie est pleine de sports et d'aventures. J'aime bien tester mes limites physiques et psychiques. J'ai besoin de ce défi.

Pas de régime, non plus?

Non. Je crois que j'ai assez appris, en tant que sportif, ce qui est bien ou moins bien pour le corps et peut-être ai-je la chance que celui-ci me dicte ce qu'il veut. Apparemment, il travaille bien...

A propos de sports, quels sont ceux que vous pratiquez aujourd'hui?

Je fais de la varappe, c'est vraiment mon truc. Autrement, je fais du vélo et, pour le jeu, du golf.

A votre avis, est-ce plus difficile pour un ancien sportif d'élite d'accepter de vieillir que pour quelqu'un de moins actif?

Au contraire, parce que le sport rend davantage conscient de son corps. Si on devient moins fort, ce n'est pas d'un jour à l'autre. On peut chercher ses limites à n'importe quel âge, mais il ne faut pas chercher à se comparer avec soi-même à 20 ans ou à des personnes plus jeunes. Cela ne sert à rien et ce n'est pas drôle non plus. Mais pour être honnête, il y a quand même quelque chose dont je suis fier: quand je fais de la varappe, je n'ai jamais été aussi bien auparavant. Cela signifie que, dans la vie, on découvre toujours des choses qu'on peut mieux faire aujourd'hui qu'hier et peut-être mieux encore demain qu'aujourd'hui.

Avez-vous un dicton, une phrase qui vous accompagne au quotidien?

Ma devise? Vivre et laisser vivre. Il ne faut pas trop se préoccuper de ce que font les autres. J'appartiens plutôt aux optimistes, même si on leur reproche de manquer d'esprit critique. Je préfère commencer par être positif, pour vivre de belles choses et si ce n'est pas comme je l'imaginais, je sais que je peux être tout à fait critique.

Comment fait-on pour concilier vie professionnelle, familiale et médiatique?

C'est clair que c'est un choix, une décision à prendre. Ma théorie était que, comme je faisais du sport d'élite, j'aimais être en scène et que le public soit présent, donc je devais aussi accepter et être prêt à donner un peu de moi-même. En revanche, je n'ai jamais accepté d'ouvrir les portes de ma maison. Mais c'est à chacun de sentir s'il peut vivre avec ce genre de choses ou pas.



1976 / Comité International Olympique (CIO)

Médaillé d'or en descente aux JO de Sapporo en 1972, Bernhard Russi remporte l'argent quatre ans plus tard à Innsbruck.



Sa première course de ski, à l'âge de 5 ans, et déjà le sourire du vainqueur.



1976 / Comité International Olympique (CIO)

Les années 70 ont été marquées par la rivalité entre l'Autrichien Franz Klammer et Bernhard Russi. Aujourd'hui, les deux champions sont de grands amis.

Vous êtes marié avec Mari, votre seconde épouse, depuis vingt-huit ans. Une telle longévité devient rare à notre époque. Quel est votre secret du bonheur?

Tout ne va pas sans problèmes. Il y a des périodes où les relations sont spontanées, pleines d'amour et parfois, c'est moins évident et il faut travailler. Je pense que c'est la même chose pour tout le monde. Mais nous sommes très heureux!

Justement, vous êtes très secret sur votre vie privée. Etes-vous déjà grand-papa?

(Il rit.) Normalement, cela aurait dû se faire hier (ndlr: le 5 mars). Peut-être que ce sera aujourd'hui...

Et quel genre de grand-père serez-vous pour l'enfant de votre fils Ian?

Un grand-papa qu'on aime, je l'espère. Avec peut-être le danger de trop gâter et de ne pas assez éduquer!

Vous avez également une fille de 20 ans, Jennifer. Est-ce qu'il a été question à un moment donné que vos enfants marchent sur vos traces?

Non. S'ils l'avaient voulu, je les aurais aidés, bien sûr, mais je suis trop réaliste. Il y a beaucoup trop de hasard dans le sport et on ne peut pas programmer

le succès. Mais ce qui me semble important, c'est de pratiquer un sport de compétition, quel que soit le niveau, régional ou national. C'est peut-être la meilleure éducation pour la vie.

Vous donnez l'impression d'avoir tout réussi, tant sur le plan professionnel que privé, mais avez-vous des regrets?

Aucun. Avoir des regrets, c'est faux, parce que sur le moment, la décision est toujours juste. Si on remontait le temps pour le changer, on ne saurait pas comment cela se passerait, ni où l'on serait. Donc cela ne sert à rien...

Et avez-vous encore des rêves à réaliser?

Oui! J'aimerais pouvoir m'asseoir derrière un piano et jouer n'importe quel morceau! J'ai un mentor en Norvège, le grand pianiste du groupe A-ha (Magne Furuholmen, ndlr). Sa manière de jouer me fascine. Il m'a dit: tu peux y arriver si tu t'entraînes chaque jour une demi-heure. Je n'en suis qu'à ma troisième leçon et bien sûr, je n'ai pas toujours un instrument sous la main.

Propos recueillis par Sandrine Fattebert

Pour en savoir plus
www.bernhardrussi.ch