

ANDRI RAGETTLI



GIGER

**ATTACK
YOUR DREAMS**

Andri Ragetti

**ATTACK YOUR
DREAMS**

Giger Verlag

1. Auflage 2022
© Giger Verlag GmbH, 2022
CH-8852 Altendorf, Telefon 0041 55 442 68 48
www.gigerverlag.ch
Lektorat: Josef K. Pöllath MA
Korrektorat: Susanne Langer-Joffroy MA.
Umschlaggestaltung:
Hauptmann & Kompanie Werbeagentur, Zürich
Layout und Satz: Roland Pofperl Print-Design, Köln
ISBN 978-3-039330-38-6
eISBN 978-3-039330-62-1

Für Mama

Für alles, was du für mich getan hast.

Und für Papa

Ich hoffe, du bist stolz auf mich.

Inhalt

Vorwort

Big Air Final Weltmeisterschaft Aspen März 2021

Wer hoch fliegt, fällt tief

Meine ersten Jahre

Immer der Schlechteste

Ski Alpin versus Freeski

Durch Zufall zur Leidenschaft

Eine große Entscheidung

Freeski versus Fußball

La Familia

Meine Aufnahme in die Swiss-Freeski-Familie

Meine Wunschausbildung

Gymnasium Engelberg

Olympia 2014 in Sotschi

Ohne mich

Willkommen an der Weltspitze

Die Durchbruchssaison 2014/2015

Erster Weltcup Sieg

... und Kristallkugel 2015/2016

Social Media

Wie alles begann

Family Management

... und mentale Stärke verbessern

Rekord

Einmal der Erste auf der ganzen Welt sein ...

Olympische Spiele 2018

Auf dem Weg nach Pyeongchang

Big Air World Cup Finale

Quebec, Frühjahr 2019

Nichts scheint zu funktionieren

Lockerheit ist verschwunden

Der Wendepunkt

Colorado, Januar 2020

Meine erste Goldmedaille bei den X-Games

Mein grösster Kindheitstraum

Mein erster Ultramarathon

Sommer 2020: 100-km-Lauf

Auf dem Weg zu WM-Doppelgold

... direkt in die Zwangspause

Die härteste Herausforderung meiner Sportlerkarriere

Der Weg zurück an die Weltspitze

Bin ich noch gut genug für die Weltspitze?

Das Comeback und Olympia 2022

Epilog

Stimmen über Andri Ragetti

Vokabular Freeski

Danke

Über Andri Ragetti

Autoren

Vorwort

Mein liebster Augenblick ist jetzt. JETZT ist der Zeitpunkt, an dem ich am meisten bewirken kann, nur JETZT kann ich meine Ziele in Angriff nehmen. Ich mag es, organisiert zu sein. Ich versuche, nichts dem Zufall zu überlassen, Vorbereitungen zu treffen, um Überraschungen bei Wettkämpfen oder im Training zu vermeiden - ich handle, um meine Ziele zu erreichen.

Als ich im Sommer 2020 eine Anfrage erhalten habe, ob ich ein Buch schreiben möchte, dachte ich erst, das ist doch noch viel zu früh - ich bin doch erst 22 Jahre alt! Ein Buch zu veröffentlichen war jedoch ein Lebensziel von mir - es steht auch auf meiner »Life-Goal-Liste«. Eigentlich wollte ich mit 40 bis 50 Jahren einen Rückblick auf mein bisheriges Leben, meine Karriere schreiben, doch wer garantiert mir, dass ich dann noch lebe? Das mag dramatisch klingen - aber wieso nicht die Chance packen und das »Jetzt« aufzeigen? Denn in meinem jungen Leben durfte ich bereits einiges lernen. Ich habe viele Fehler gemacht und musste so einiges auf die »harte Tour« erfahren.

Und genau das ist der Grund, warum ich mich trotzdem entschieden habe, ein Buch zu veröffentlichen. Es geht um die Verwirklichung von Träumen. Egal, was andere sagen

mögen und ob sie Zweifel äußern. Es geht darum, bei allen Fehlern und Rückschlägen nicht aufzugeben. Hört nie auf, daran zu glauben, hört nie auf, dafür zu arbeiten. Denn es wird nicht immer einfach sein.

Dieses Buch erzählt einen Teil meines Lebens. Wie ich zu dem Menschen wurde, der ich heute bin. Dazu gehören Teile meiner Kindheit, meines Aufwachsens und die Schicksalsschläge, mit denen ich zu kämpfen hatte. Doch in diesem Buch will ich neben meiner Geschichte auch ein paar Ansichten und Lebenseinstellungen von mir teilen. Deshalb enthält jedes Kapitel eine Box mit einem Tipp in Bezug auf mentale Stärke oder dazu, wie ich im Leben mit schwierigen Situationen (besser) umgehen kann - es sind meine persönlichen Reflexionsboxen.

Als ich noch ein kleiner Junge war, habe ich gar nicht gern gelesen. Heute liebe ich es. Wenn mich jemand inspiriert, sei es ein Sportler, ein Geistlicher oder eine bekannte Persönlichkeit, dann schaue ich im Internet nach, ob diese Person ein Buch geschrieben hat. Durch das Lesen dieser Erfahrungsberichte konnte ich viel lernen und mich weiterentwickeln. In diesem Buch möchte ich deshalb vor allem junge Leute ansprechen. Ich will motivieren und dabei helfen, den Glauben an sich selbst zu finden. Und ich hoffe, dass dieses Buch ein Wegbegleiter sein kann, wie die Geschichten, die mir auf meiner Reise geholfen haben - und es immer noch tun.

Ich will aufzeigen, dass man sich vor Entscheidungen nicht zu fürchten braucht. Auch mir sagte man oft, als Freeskier werde ich nie etwas erreichen und schon gar nicht davon leben können. Heute weiß ich - alles ist möglich. Immer die richtige Entscheidung zu treffen, ist unmöglich, viel wichtiger ist es, aus den getroffenen Entscheidungen die richtigen Schlüsse zu ziehen und daraus zu lernen. Lass dich nicht von Äußerem ablenken

oder verleiten, bleib bei dir und entscheide intuitiv. Lerne, auf dich zu hören und dir zu vertrauen. Deine Wahrheit liegt in dir, und solange du aus deiner inneren Überzeugung handelst, um auch deinen Werten und Vorstellungen gerecht zu werden, kannst du zufrieden sein und brauchst dir nichts vorzuwerfen.

Aber DU musst handeln. Zu träumen ist schön, aber es ist noch viel schöner, Träume zu verwirklichen. Du entscheidest, wie dein Leben sein wird - also »*Attack your dreams!*«

Big Air Final Weltmeisterschaft Aspen März 2021

Wer hoch fliegt, fällt tief

Es ist mein dritter und letzter Sprung am WM-Finale der Disziplin Big Air in Aspen, Colorado, in den USA. Ich stehe etwas abseits der Menge, oben im Startbereich des Big Air-Kickers und wärme mich auf. Um die Wartezeit zu überbrücken, hatte ich mich zuvor etwas hingelegt. Am Start, bereit für meinen Einsatz, bin ich besten Mutes, dass heute erneut ein super Tag wird. Vor drei Tagen wurde ich zum ersten Mal Weltmeister in der Disziplin Slopestyle. Heute will ich Doppelgold holen. Ich weiß, dass es möglich ist. Mein erster Sprung hat mir bereits 92 Punkte eingebracht. Dabei war das ein Trick, den ich im Schlaf beherrsche. Im zweiten Lauf wollte ich das Grande Finale auspacken und einen noch viel spektakuläreren Trick zeigen. Das sich stetig verschlechternde Wetter spielte mir jedoch nicht in die Karten. Obwohl ich dachte, dass ich alles genau wahrgenommen hätte und ich bei meinem zweiten Sprung in der Anfahrt mehr Tempo rausnahm, war der Wind stärker als erwartet. Ich flog zu weit. Den Trick »Triple Cork 1800 mit *Mute Grab*« hatte ich schon fast fertig ausgeführt, doch die Landung war noch etwas weiter weg. Ich öffnete mich – das heißt, aus meiner kompakten Körperhaltung »im Päckli« streckte ich mich etwas aus, um den Luftwiderstand zu erhöhen. Die Rechnung ging auf, ich

landete den Sprung perfekt – fast. Meine Hand streifte leicht den Schnee. Ich wusste, was das bedeutet. Für eine hohe Punktzahl reicht es nicht. Die Jury bewertet hart. Aber ich hatte noch eine dritte und letzte Chance. Denn nur die besten zwei Sprünge von insgesamt drei werden gezählt.

Ich bin der übernächste Fahrer, der dritte Sprung steht unmittelbar bevor. Der Himmel ist bedeckt, die Sicht wird immer schlechter, und der Wind nimmt zu. Normalerweise stört mich dies nicht. Bei schlechtem Wetter zu fahren ist eine meiner Stärken, besonders beim *Big Air*, bei nur einem einzigen Sprung. Jetzt muss ich liefern. Immerhin bin ich hier, um abzuräumen. Weil ich beim zweiten Trick etwas weit geflogen bin, überlege ich, ob ich beim »*Triple Cork 1800*« bleibe oder noch eine halbe Drehung »aufschraube« zum »*Triple Cork 1980*«. Ich entscheide mich für Ersteres. Damit fühle ich mich wohler, und mit diesem Sprung habe ich vor wenigen Wochen Gold bei den *X-Games* gewonnen. Ich bin mir sicher, wenn ich diesen Sprung stehe, dann bin ich ziemlich weit vorn dabei im Klassement. Es soll meine zweite WM-Medaille werden. Ob es für Gold reicht?

Jetzt wird es Zeit: Showtime!

Als ich anfare, spüre ich, wie der Wind zugenommen hat. Meine Skikleidung flattert. Der Rückenwind ist so stark, dass ich statt zweimal sogar fünfmal bremsen. Mehr bremsen möchte ich nicht, sonst fliege ich vielleicht zu wenig weit und kann den Trick nicht ausführen.

Ich löse die Rotation aus, mein Körper beginnt sich in der Luft zu drehen.

Meine Hand führe ich an den Ski.

Noch einmal über den Kopf, und ich schaue zu Boden.

Ich fliege weit.

Notfallmäßig füge ich zum Schluss die 180-Grad-Drehung doch noch hinzu.

Mit voller Wucht lande ich – auf meinen beiden Skiern.

Doch dann geht alles ganz schnell...

Mein linker Ski löst sich. Es reißt mir die Bindung vom Ski, sie verspickt in kleine Teile.

Ich stehe rückwärts in der Landung, noch immer in vollem Fahrtschuss.

Es knickt mich unter Wucht der Landung ein.

Ich stürze.

Ich schlittere auf dem Rücken in den Zielraum.

Und spüre ... das war eine sehr heftige Bewegung für mein Knie.

Als ich endlich zum Stillstand komme, ist mein erster Gedanke: »Mein Ski liegt noch oben in der Landung, ich muss ihn holen.« Gleichzeitig schießt es mir durch den Kopf. »Gleich wirst du sehen, wie dein Körper diesen Sturz verkraftet hat.« Normalerweise bin ich wütend, wenn ich einen Sprung nicht stehen kann und stürze. Doch jetzt bin ich es nicht. Ich weiß nur, dass das eben richtig heftig war. Mein Unterbewusstsein setzt ein, etwas ist nicht gut – ich habe ein komisches Gefühl in mir.

Ich stehe auf, mache zwei Schritte. Nichts geht mehr. Mein Knie hält nicht. Ich habe keine Schmerzen, aber es fühlt sich fürchterlich an. Instinktiv weiß ich, was Sache ist. Doch ich kontrolliere meine Gedanken. Ich muss positiv bleiben. Ich setze mich. Es bildet sich ein Kloß in meinem Hals. Ich entscheide mich, nochmals aufzustehen, um meinen Ski zu holen. Erneut muss ich mich in den kalten Schnee setzten. Es geht nicht, ich

kann nicht gehen. Ich breche ab, mache ein Handzeichen, und mein Coach JP springt über die Absperrung des Zielraums und rennt zu mir. Das wars. Ich bin am Boden zerstört.

Meine ersten Jahre

Immer der Schlechteste

Skifahren liegt in meinen Genen. Meine Mama kam mit 18 Jahren nach Flims, wo sie meinen Vater kennenlernte. Mein Vater war einer der besten Skifahrer des Dorfes. Und des Nachbardorfes. Noch heute werde ich auf sein Talent angesprochen: »Dein Vater war der beste Skifahrer, den ich kannte. Sein Können war einfach unglaublich!«, wird dann hin und wieder gesagt. Meine Mama fuhr auch Ski, aber nicht so oft und so gut. Aber mein Vater übte viel mit ihr, sodass das Skifahren auch für sie zu einer großen Passion wurde. Die beiden verbrachten ihre ganze Freizeit auf der Piste oder in einer Berghütte. Sogar in ihren Flitterwochen waren sie Skifahren. Nach der Hochzeit 1992 kam Christina, meine große Schwester, zur Welt und 1995 mein Bruder Gian.

Mein Vater war Inhaber unseres in vierter Generation geführten Metallbaugeschäfts. Er arbeitete viel und war sehr erfolgreich. Meine Mama machte die Buchhaltung. Die Ferien verbrachten sie mit uns Kindern meist in einer Hütte unterhalb des imposanten Flimsersteins oder auch mal auf den Kanarischen Inseln. Wir waren eine typische Bündner Familie – das Leben war bodenständig und unkompliziert. Im Winter lehrte mein Vater meinen Geschwistern das Skifahren. Er war nämlich früher

Skilehrer und wusste genau, wie man Skifahren unterrichtet. Meine Schwester kann sich noch gut an ihre ersten Versuche erinnern. Als Älteste war sie zu Beginn oft mit ihm allein unterwegs. Am 21. August 1998 komplettierte ich dann unsere Familie. Drei Kinder sind genug, fand meine Mama. Mein Vater hätte lieber noch mehr gehabt. Dafür bekamen wir gegen den Willen meines Vaters unsere erste Katze: Tigi. Das war der Beginn meiner großen Liebe für Katzen. Meine Mama durfte sie beim Bauern abholen. Obwohl mein Vater erst nicht wollte, schlief Tigi trotzdem immer auf ihm, wenn er mittags seinen Povernap machte. Das Familienglück war perfekt.

Ich war von Geburt an der Wilde von uns dreien und mit einem sehr starken Willen ausgestattet. Meine Eltern waren gefordert. Meine Schwester war die Aufmerksame und mein Bruder Gian der Ruhige, der immer und überall schlafen konnte. Gian ist sogar einmal bei einem Spaziergang beim Gehen eingeschlafen und beim Skifahren, als er sich noch am Skistock von Mama gehalten hat.

Ich war der Schreihals. Auf den meisten Familienfotos ist mein Gesicht hochrot, weil ich so oft geschrien habe. Aber ich konnte mich wohl auch sehr freuen, wenngleich ich mich an diese Dinge nicht erinnern kann. Im Oktober 1999 machte ich meine ersten Schritte, kurz nach meinem ersten Geburtstag, »Mama« und »Papa« konnte ich schon sagen. Abends wartete ich immer an der Haustür, bis unser Vater nach Hause kam.

Doch an einem Abend kam er nicht mehr zur Tür herein.

Am 14. Oktober 1999 hatte meine Großmutter uns zum Essen eingeladen, weil meine Mama arbeitete und nur wenig Zeit für die Vorbereitung des Mittagessens hatte. Die ganze Familie saß am Tisch. Fast. Mein Vater sollte jeden

Moment zur Tür hereinkommen, direkt von der Arbeit. Da er auch um Viertel nach Zwölf immer noch nicht da war, hatte meine Großmutter - oder Tatta, wie wir sie auf romanisch nennen - die Maluns schon auf den Tisch gestellt. »Giommi (für Gion-Martin) kommt sicher jeden Moment die Treppe hoch«, meinte meine Mama noch. Da klingelte das Telefon. Auf einen Schlag war es ruhig am lauten Familientisch. Dann brach Hektik aus. Mama und meine Tante eilten zur Tür hinaus. Tatta und Tat blieben bei uns Kindern. Wir warteten. Sahen einander ratlos an und warteten in der Stube auf dem alten Sofa mit der gehäkelten Decke.

Natürlich weiß ich von all dem, was sich in diesen Stunden abspielte, nichts. Ich war fast noch ein Baby. Irgendwann wurde uns erklärt, dass unser Papa bei der Arbeit einen Unfall hatte und dass er im Krankenhaus in Ilanz sei - nur zehn Minuten von Flims entfernt. Meine Mama fuhr zu ihm. Als sie dort ankam, informierte man sie, dass seine Verletzungen zu schwer waren und er mit dem Hubschrauber in ein großes Spital nach St. Gallen gebracht werden musste. Als Mama und meine Tante dort ankamen, war er bereits an inneren Blutungen - verursacht durch einen hohen Sturz von einem Dach bei einer Baustellenkontrolle - verstorben. Es ging alles unglaublich schnell, und schon waren wir Halbwaisen.

Nun war meine Mama allein mit drei Kindern, einer Firma, zehn Angestellten und einem laufenden Bauprojekt für eine neue, große Werkstatt.

Das erste Jahr nach dem Tod meines Vaters war sehr hart. Meine Mama war ständig traurig, es gab kaum einen Tag, an dem sie nicht weinte. Dazu kam, dass kurz darauf ein weiterer Schicksalsschlag unsere Familie erschütterte. Und ich war immer noch nicht ruhiger geworden und forderte

sie zusätzlich heraus. Sie kam mit ihren Kräften ans Limit. Manchmal schaffte sie es nicht einmal, mich zum Einkaufen mitzunehmen, weil ich mich manchmal auf den Boden warf und ohne Unterbrechungen schrie. Meine Großmutter sagte immer, ich habe mein Schicksal verarbeiten müssen und um Aufmerksamkeit geschrien. Meine Mama gab alles, um uns dreien gerecht zu werden, uns ein schönes Leben zu bieten. Doch sie musste sich auch entscheiden, wie es mit dem Familiengeschäft und der Baustelle weitergehen sollte. Außerdem wohnten wir zu dem Zeitpunkt in einer Übergangswohnung, da wir vor dem Tod meines Vaters begonnen hatten, den Umbau unseres Familienhauses zu prüfen. Das Projekt konnte nicht umgesetzt werden. Doch meine Mama zeigte Stärke und kämpfte wie eine Löwin für unser Wohl. Sie verkaufte das Geschäft und baute uns ein neues, eigenes Familienhaus, weit weg vom Dorfzentrum. Sie konnte die Leute nicht mehr sehen. Alle sprachen über sie. In der ersten Zeit wechselten die Leute sogar die Straßenseite, wenn sie meine Mama sahen. Niemand wusste in dieser schwierigen Zeit, wie man mit ihr umgehen sollte. Eine junge Mama mit drei Kindern, von der Trauer gekennzeichnet. Dass sie das Familiengeschäft nicht behielt und verkaufte, kam auch nicht überall gut an. Doch sie hatte es geschafft, das zu regeln, was sie regeln konnte. Für uns. Wir waren nun zwar eine etwas kleinere, aber immer noch eine Familie.

Das Allererste, woran ich mich erinnern kann, ist, wie wir in unser neues Haus gezogen sind. Es war noch nicht fertig, und überall waren Blachen ausgelegt. Die Maler waren noch am Streichen. Ich dürfte circa zwei Jahre alt gewesen sein. Denn im Frühling 2001 zogen wir ein. Ich hatte ein eigenes Zimmer und musste es nicht mehr mit meinem Bruder Gian teilen. Und unsere Katze Tigi kam natürlich auch mit.

Im folgenden Winter schließlich sollte ich nun endlich das Skifahren lernen. Ich wollte unbedingt mit meinen Geschwistern mitfahren. Da mir mein Vater das Skifahren leider nicht mehr beibringen konnte, übte Mama mit mir. Mein Ehrgeiz war geweckt. Ich wollte dazugehören und lernte sehr schnell. Heidi, Mamas beste Freundin, die auch alleinerziehend war und mit der wir sehr viel Zeit verbrachten, fragte meine Mama, wie lange es wohl noch dauern würde, bis ich selbstständig fahren könne. Mama sagte: »Wohl noch ein bis zwei Tage ...« Da antwortete Mamas Freundin skeptisch: »Ach Bea, also das ist doch etwas zu optimistisch. Er ist ja erst zwei Jahre alt!« Wenige Tage später fuhr ich selbstständig blaue Pisten. Ohne Hilfe, mit Kurven, und ich konnte richtig bremsen. Als Heidi mich fahren sah, konnte sie es kaum glauben, dass meine Mama das geschafft hatte. Mama ist noch heute sehr stolz darauf, dass ich durch sie Skifahren gelernt habe und nun sogar professioneller Skifahrer bin. Trotzdem hatte sie zu Beginn Bedenken, ob ich nicht noch zu klein sei, um Hindernisse erkennen und ihnen richtig ausweichen zu können. Doch es ist zum Glück alles gut gegangen.

Mama meldete sich danach als Aushilfsskilehrerin an, denn auf diese Weise durften ihre Kinder gratis in die Skischule gehen, und ich konnte noch vor dem Kindergarten an ersten Kursen teilnehmen. Doch es gefiel mir überhaupt nicht. Jeden Morgen heulte ich und weigerte mich, mit der »angeschnallten« Skilehrerin (angeschnallt für: sie trug bereits einen Helm, was damals noch selten war, und ich nannte sie zu Hause immer so) mitzugehen, weil wir da immer langsam fahren mussten. Doch dann stufte mich der Chef der Skischule trotz meines jungen Alters in eine höhere Klasse ein, und ich durfte endlich Gas geben und schneller fahren. Mit meiner Sturheit hatte ich

alle tyrannisiert, um meinen Willen zu bekommen. Aber zum Schluss waren alle glücklich.

Meine Sturheit zeichnete sich schon früh ab, dazu gibt es mehrere Geschichten. Zum Beispiel, als ich an einem Samstag mit meiner Mama Skifahren war. Sie wollte meiner Schwester Christina bei einem Skirennen zuschauen, und wir standen am Rand der Piste, neben der Terrasse eines Restaurants und warteten, bis sie dran war. Zuschauen reichte mir natürlich nicht, und das Rumstehen fand ich unerträglich. Ich wollte auch Ski fahren! Also sagte ich zu Mama, dass ich gehen wolle. Doch sie blieb standhaft und sagte: »Nein, wir bleiben jetzt hier, und du auch!« So ging das eine Weile hin und her, während ich auf meinen Skiern nach und nach immer etwas weiter hinunterrutschte und hoffte, dass sie dann vielleicht nachgeben und auch kommen würde. Doch Mama blieb, wo sie war. Sie wusste, dass ich oft drohte, mich dann aber doch fügte. Ständig testete ich ihre und meine Grenzen aus. Wenn sie mir immer nachgegeben hätte, dann wäre es mit mir nur noch schwieriger geworden. Ich war kein einfaches Kind. Als sie also wieder einmal zu mir herunterschaute, waren nur noch meine beiden Stöcke da. Ich war weg! Aufgeregt fing Mama an, mich zu suchen. Doch ich war nicht nur ein paar Meter weiter unten, sondern fuhr mehrmals ganz allein auf der Piste runter und mit der Gondel wieder hoch, bis mich nach meinen Solofahrten von Nagens nach Scansinas - so hieß die Strecke im Skigebiet Flims/Laax - eine Bekannte meiner Mama ansprach, was ich denn allein hier mache. Als ihr allmählich klar wurde, dass ich ausgebüchst sein musste, brachte sie mich wohlbehalten zu Mama zurück. Zu diesem Zeitpunkt war ich vier Jahre alt.

Meine Geschwister wurden Mitglieder im Skiclub und trainierten, um Rennfahrer zu werden. Das wollte ich

natürlich auch. Es gab viele Tage, an denen wir zu viert als Familie Skifahren gingen, obwohl Gian und Christina gar keine Freude hatten, wenn sie mich mitnehmen mussten. Sie sagten immer, ich sei eine »lahme Ente«. Ich aber gab alles, um mit ihnen mithalten zu können, wurde schneller und schneller. Und ich wurde besser. Doch immer, wenn sie auf mich warteten und ich ankam, hatte ich vor Anstrengung einen roten, verschwitzten Kopf. Kaum angekommen, wollten sie direkt wieder losfahren. Einmal kam ein Mann auf meine Mama zu und schimpfte mit ihr, dass es absolut unverantwortlich sei, ein kleines Kind wie mich so fahren zu lassen.

Schon früh fing ich dann an, über kleine Hügel zu springen. Es gibt viele alte verschwommene Fotos von mir, die mich als kleinen Knirps zeigen, wie ich schon ordentliche Sprünge mache. Ich sprang immer weiter und machte eine Skibrille nach der anderen kaputt, weil ich immer wieder aufs Gesicht fiel, Kopf voran in den Schnee. So hatten meine Skibrillen immer Risse in der Mitte vom Glas. Als Kind konnte ich deshalb ungewollt viele verschiedene Modelle durchtesten. Meine Mama hatte keine Freude an meinen Sprung-Versuchen und meinte, ich müsse endlich damit aufhören, meine Brillen zu zerstören. Sie könne mir nicht ständig neue kaufen. Bei der dritten oder vierten Brille weigerte sie sich schließlich, deshalb fuhr ich lange Zeit mit einer kaputten Brille.

Mein großes Vorbild in den ersten Jahren war mein Bruder Gian. Er war drei Jahre älter als ich, und jede Sportart, die er machte, wollte ich auch machen. Fast alles hat er mir vorgelebt. Gian war ein großer Fußballfan, und Mama meldete ihn bei einem Fußballclub an. So kam es, dass ich oft mitmusste, wenn Mama Gian zum Fußballplatz fuhr. Dann stand ich am Rand des Fußballfeldes und konnte kaum stillstehen, so sehr wollte ich mitspielen. Zu Hause

im Garten spielten wir oft, aber fürs Training war ich zu jung. Als ich wieder einmal bei einem Training am Spielfeldrand stand und enttäuscht war, weil ich nicht mitmachen durfte, sagte der Trainer überraschend, ich könne ausnahmsweise mittrainieren. Fußballschuhe hatte ich noch keine, aber natürlich war ich sofort dabei. Ich gab alles. Ab diesem Zeitpunkt durfte ich immer mittrainieren, worüber ich sehr glücklich war. Doch das hielt nicht lange, denn für die regionalen Fußballturniere war ich immer noch zu jung. Wieder stand ich am Spielfeldrand und konnte nur zuschauen. Doch ich hatte Glück. Mein Trainer förderte mich und wechselte mich eines Tages in den letzten Minuten eines Matches ein. Endlich war ich bei einem richtigen Spiel dabei und wollte um jeden Preis ein Tor schießen. Die Zeit wurde knapp, die letzte Minute war bereits angebrochen. Da erwischte ich den Ball und rannte aufs Tor zu. Kurz vor dem Abschuss stürzte ich. Meine Chance ließ ich mir trotzdem nicht entgehen. Liegend kickte ich den Ball - Tor! Ich hatte es geschafft! Damit hatte ich nicht nur dem Trainer, sondern vor allem meinem großen Bruder Gian imponiert. Ich schwebte auf Fußballwolken.

Eine meiner bleibenden ersten Erinnerungen betrifft ein Fußballcamp im Sommer 2003. Da war ich schon alt genug, um offiziell mittrainieren zu dürfen, also etwa fünf Jahre. Wir trainierten jeden Tag. Am letzten Tag fand ein Fußballturnier statt, bei dem zahlreiche Mannschaften gegeneinander antraten und die jeweilige Gewinnermannschaft eine Runde weiterkam. Zum Schluss hatte es unsere Mannschaft tatsächlich ins Finale geschafft. Ich erinnere mich noch genau daran, als wir unsere Gegner sahen und meine Teamkollegen meinten, dass wir gegen sie keine Chance hätten. Die seien alle einen Kopf größer und viel bessere Fußballer als wir. Ich

jedoch wollte um jeden Preis dieses Finale gewinnen und sagte zum Team, dass wir es schaffen können. Wir müssten nur alles geben. »Wir werden gegen diese Mannschaft gewinnen!«, sagte ich laut, bevor unser Match begann. Ich habe mich schon damals nie von starken Gegnern abschrecken lassen. Schlussendlich gaben wir alles - und gegen alle Erwartungen siegten wir. Das war mein erstes richtig großes Erfolgserlebnis in einem Wettkampf. Wir hatten gegen die Größeren, vermeintlich Stärkeren gewonnen. Daran erinnere ich mich noch heute gern zurück. Es war ein Schlüsselmoment für mich, in dem ich gelernt habe, dass es sich lohnt, an sich zu glauben und positiv zu denken.

Mit Gian habe ich mich als Kind oft gestritten, trotzdem waren wir unzertrennlich. Wenn Gian mit jemand Streit hatte, stand ich ihm bei. Wir gegen die anderen. Ohne Gian wäre ich nie so weit gekommen. Er war mein Motor, mein Antrieb, genauso gut zu sein wie er. Mit drei Jahren Altersunterschied war das anfänglich fast unmöglich. Später aber wollte ich besser sein als er. Ich war der Ehrgeizigste von uns drei Geschwistern. Gian und ich forderten uns ständig gegenseitig heraus. Wer kann die besseren Tricks, wer kann als Erstes den Backflip, wer schafft das Zehn-Meter-Rail als Erster. Sogar auf dem Heimweg vom Skifahren ging es darum, wer als Erster unten im Tal ist oder wer von der Bushaltestelle schneller nach Hause rennen konnte. Wir rannten dann mit rutschigen Skischuhen an den Füßen und Skiern auf den Schultern nach Hause. Wenn ich dann als Erster ankam, öffnete ich die Tür und rief: »Hallo Mama, ich bin zu Hause. Gian kommt auch gleich.« Obwohl einer von uns beiden nur wenige Sekunden hinter dem anderen war, wollte jeder der Gewinner sein und das auch verkünden. Das machten wir über einige Jahre hinweg so. Ich kann

mich auch noch daran erinnern, dass diese Situationen nicht immer einfach waren, besonders für Gian – aber das sah ich erst ein, als ich älter wurde und wir beide in der gleichen Kategorie antreten mussten. Der harte Konkurrenzkampf hatte auch seine Schattenseiten, denn gewinnen kann jeweils nur einer. Gian war zudem lange Zeit meine einzige männliche Bezugsperson.

Wenn ich mich mit Schulkameraden zum Spielen verabredete, wurde mir erst schmerzlich bewusst, was mir fehlte. Denn oft haben deren Väter mitgespielt. Meine Mama hingegen musste beide Rollen übernehmen. Auch in der Schule wurde ich hin und wieder auf meinen Vater angesprochen oder über ihn ausgefragt. Das war für die Kinder oft spannend. Als Halbweise ist man eher die Ausnahme. Ich erinnere mich auch, dass sich ein Mädchen einmal darüber lustig machte und mich auslachte. Das war hart. Allein die Fragen haben mich meist dermaßen aufgewühlt, dass ich zu Hause abends still im Zimmer weinte. Ich konnte gar nicht gut über den frühen Tod meines Vaters sprechen und war bei diesem Thema immer den Tränen nahe. Das wollte ich nicht zeigen, habe versucht, abzublocken und zu unterdrücken. Es war mir einfach peinlich. So habe ich schon früh eine emotionale Wand aufgebaut und meine Gefühle abgestellt. Nichts anmerken lassen, war das Ziel. Es gab auch Tage, da fragte ich mich, ob das alles wirklich stimmte. Ist mein Vater wirklich gestorben? Ich konnte es ja nicht beweisen und war mit einem Jahr definitiv zu jung, um es bewusst miterleben zu können. Es belastete mich auch, dass ich keinerlei Erinnerung an ihn hatte. Meine beiden Geschwister sagten hin und wieder: »Ja genau, da waren wir mit Papa auf der Hütte bei Flida und haben das Osternest gesucht.« Ich habe dann gesagt, »Ja, das weiß ich auch noch.« Ich wollte mitreden, wollte mich auch

erinnern, obwohl ich bei einigen Erlebnissen, von denen meine Geschwister gern erzählten, noch nicht einmal auf der Welt war. Die meisten Erinnerungen habe ich aus den Fotoalben. Ich weiß manchmal gar nicht, an was ich mich wirklich erinnern kann und was ich mir nur einbilde, weil ich vielleicht einmal ein Foto davon gesehen habe.

Mama war und ist noch heute die Beste. Ich weiß nicht, woher sie damals ihre Kraft nahm. Ein Schatten lag über uns, seit dem Unfall meines Vaters. Er fehlte uns schmerzlich. Trotzdem hatten wir eine schöne Kindheit, auch wenn unser Tagesablauf vielleicht etwas chaotischer war. Ich aß oft Cornflakes zum Frühstück und zum Abendessen. Aber das störte mich nie. Als ich ungefähr sieben Jahre alt war, arbeitete meine Mama wieder mehr. Sie schaffte es gerade noch, kurz vor der Mittagspause nach Hause zu kommen, um uns das Essen zuzubereiten. Manchmal kam sie später, weil sie ein längeres Meeting hatte. Dann begann meine Schwester Christina, die damals schon zwölf Jahre alt war, mit dem Kochen. Anfangs gab es häufig Pasta. Da Omeletten (Crêpes) mein Lieblingsessen waren, hat Christina gelernt, wie man auch diese macht, und ich habe ihr dabei assistiert, bis ich das Rezept schließlich selbst auswendig konnte. Es ist noch heute eine meiner Lieblings Speisen.

Reflexionsbox

Eine meiner ersten Lektionen für meine künftige Denkweise war: Das Leben ist kurz, mach was draus. Schmerz und Trauer gehören ebenso dazu wie Freude und Erfolg. Was auch immer das Leben für einen bereit hält, du entscheidest selbst, wie es dich

beeinflusst. Du entscheidest, ob es dich bricht oder dich wachsen lässt. Das war mir in diesem Alter zwar noch nicht bewusst, aber trotzdem leitete der Schicksalsschlag meinen Weg, alles zu geben. Meine Großmutter sagt immer: »Jeder muss sein eigenes Päcklein tragen, welches er tragen mag. Und Selbstmitleid ist das Schlimmste, Andri.« Damit meint sie, dass wir alle eine unterschiedliche Last tragen – und jeder bekommt so viel, wie er tragen kann. Mein Start ins Leben war nicht einfach. Er war geprägt von viel Trauer und ich fragte mich oft: Warum ich, warum meine Familie, das ist doch unfair. Ich musste mein Schicksal akzeptieren und habe dabei gelernt, dass es weitergeht und das Leben wieder schön sein kann. Schmerz und Trauer sind nicht für immer, Wunden heilen, wenn auch nie vollständig. Narben bleiben sichtbar. Alles hat eine zweite Seite. Das Positive aus dieser traurigen Zeit ist zum Beispiel der enge Familienzusammenhalt, den wir heute genießen dürfen und den ich sehr schätze.

Ski Alpin versus Freeski

Durch Zufall zur Leidenschaft

Bis zu meinem siebten Lebensjahr bin ich im Skiclub Flims Ski alpin gefahren. Zuerst in einer gewöhnlichen Gruppe für Kinder, später in der Renngemeinschaft. Meine kurze Zeit als junger »Rennfahrer« war sehr erfolgreich, trotz Hindernissen. Während alle Kinder bereits einen Rennanzug hatten - ich wollte auch einen, doch meine Mama sagte, dass ich erst einen bekomme, wenn ich älter bin - und ihre Skier von ihren Vätern wachsen ließen, stand ich meist mit ungewachsenen Skiern und einer zu großen, im Wind flatternden, schwarzen Skihose am Start unserer Clubrennen. Das hinderte mich nicht daran, schneller zu sein als die anderen.

Später kamen regionale Rennen dazu. Eines war in Obersaxen, das ist etwa eine halbe Stunde mit dem Auto von Flims entfernt. Dort trafen sich die Kinder aus den umliegenden Renngemeinschaften, um sich zu messen. Meine Geschwister schwärmten von diesem Rennen, da es immer die tollsten Preise gab. Ich war zum ersten Mal dabei und wollte - wie immer und überall - gewinnen. Da das Rennen so beliebt war, waren die besten jungen Skirennfahrer anwesend und die Konkurrenz dementsprechend stark. Meine Mama sagte mir, ich solle nicht traurig sein, falls es mit dem Podestplatz nicht

klappen würde. Die anderen Kinder seien schließlich sehr starke Fahrer. Ich überraschte sie und auch meine Geschwister im Publikum mit dem Resultat. Tatsächlich wurde ich Erster und bekam als Preis eine coole blaue Skijacke, die ich fortan immer trug.

Unser Training lief damals folgendermaßen ab: In der Gruppe zusammen Ski fahren und Spaß haben. Torlauf haben wir nie geübt, das gab es nur bei den Rennen. Die älteren Kinder, also auch meine Geschwister, trainierten Rennläufe. Als wir an einem Samstag wieder einmal Training hatten, kam ich gerade vom Sessellift und wollte meine Skier anziehen. Da sah ich Roman. Roman ist fast zwei Meter groß, deshalb habe ich ihn mit erst sechs Jahren problemlos erkannt. Roman war früher ein guter Freund meines Vaters, und meine Mama war mit ihm auch nach dem Tod meines Vaters in Kontakt geblieben. Da ich nicht schüchtern war, ging ich ohne Probleme auf Erwachsene zu und plauderte mit ihm. Ich hatte ihn schon immer cool gefunden. Er hatte einen Shop in Flims, der »Never Summer« hieß. Roman sagte: »Schau mal, was ich für Skier habe. Mit denen kann man vorwärts und rückwärts fahren. Die sind nämlich auch hinten nach oben gebogen.« Ich war fasziniert. »Na Andri, möchtest du auch mal solche haben?« Natürlich wollte ich auch so coole Skier haben. Roman brachte Freeski als Vertriebsvertreter von einer nordamerikanischen Marke in die Schweiz und insbesondere nach Laax. Zu Hause angekommen, erzählte ich Mama aufgeregt, dass ich Roman getroffen hätte und nun vielleicht auch bald so tolle Skier bekommen würde, mit denen man rückwärtsfahren kann. Eines Tages, gegen Ende der Wintersaison, kam Roman zu uns nach Hause und hatte drei Paar Freestyle-Kinder-Skier dabei. Ich war ganz aus dem Häuschen. Er sagte, meine Geschwister und ich würden alle gratis Ski bekommen, aber wir müssten in

unserer Schule dafür Werbung machen und sagen, dass es coole Skier sind. Kein Problem! Meine Geschwister und ich wechselten von Alpin-Ski auf Freeski.

Der Startschuss war gefallen.



1998: Ich komplettiere am 21. August die Familie Ragetti.