



Jon-Erik Melsæter trener til VM i døds fra stupetårnet på Hvalstrand i Asker, innerst i Oslofjorden.

Tidlig midtlivskrise fra 10 meter

Forestill deg en nær perfekt august-sommerdag i Frognerbadet i Oslo, med strålende sol. Klokken er seks på ettermiddagen, luften er tung og søt, solen kaster lange skygger på toppen av timeterstårnet der du står og tripper.

På bakkeplan er det varmt og fuktig fordi tribunen er stappfull og åskammen rett bak er pepret av nær 2 500 publikummere. Men på toppen av tårnet er det friskt, nok til at du får ståpels, en jevn bris kommer inn fra høyre. Mens du venter spilles høy musikk på et stort anlegg og en stemme i mikrofonen egger opp publikum, brølene overdøver technomusikken. Stemmen i mikrofonen sier plutselig ditt navn, det er din tur. Du tar et magadrag, tar solid løpefart, hiver deg utfor. Alle lyder dempes, blir dunkle og ubestemmelige, men du hører hjertet hamre

i øret. I svevet rekker du ikke å tenke sammenhengende, bare på å forsøke å treffe vannet slik at det blir så lite vondt som mulig. Overgangen fra tørt til vått er skremmende brutal, smellet er høyere enn du forventet, som en undervannsmine. Mens du flyter under overflaten i den plutselige våte stillheten rekker inntrykkene å ta deg igjen, du kjenner etter om det gikk greit. Joda. All systems go. Når du igjen bryter overflaten blir du møtt av en vegg av applaus, musikk og et nytt publikumsbrøl, og solen varmer og du smiler fra øre til øre – og du er lettet og du rekker å tenke som Odd Børretzen synger, at noen ganger er det allright.

Rett før jul i 2015 skjedde det som ofte skjer med menn på min alder: Jeg røk akillessenen i en bedrifts fotballkamp. Etter en lang rehabilitering og med våren i anmarsj hadde et mål manifestert seg som korresponderte

med en tidlig midtlivskrise: Jeg skulle fullføre tenåringsdrømmen om å konkurrere i VM i Døds i Frognerbadet.

Dødsing er en egen «stupestil» som skal ha oppstått i Frognerbadet på slutten av 1960-tallet. I sin suksessroman *Seierherrene* (1990) omtaler Roy Jacobsen dødsing fra denne perioden:

«Dødsstup med løpefart – ettbeins-sats, flatt ut i ingenting, så langt ut som mulig, vannrett, arma oppover og bakover som finnene på en Buick-55, beina oppover, magan først, en jevn bue fra ytterste fingerspiss til ytterste tåspiss, ei hengekøye, med det sårbare bukskinnet i peak, før du klapper sammen så nær vannflata at de som står lamslått rundt bassengkanten – og det er mange – ikke har sett om du rakk det eller ikke – kaboff! – så spruten står helt opp til brystet til kompisen som venter på brettet.»



Dødsing foregår flere steder i verden. Foto: Pixabay

Sært barn har mange navn. For meg, som opprinnelig er fra Lier, var timete- ren på Hvalstrand i Asker alltid en syk- keltur unna på varme sommerdager i tenårene. Men vi visste ikke at det het dødsing. På Hvalstrand tok de tøffeste og de mest uredde «reka» fra tier'n. Ikke var jeg særlig god i fotball eller hånd- ball, jeg var håpløs til å prate med jen- ter men jeg kunne ta reka fra tier'n.

Den ubestridte «Kongen» av dødsing regnes for å være den nå avdøde gita- risten i Raga Rockers, Erling Bruno Hovden. Hovden og hans kompisgjeng regnes som legender fra deres myteom- spunne eskapader på tidlig 70-tall. Mathias Hansson og hans kompisgjeng bestemte seg i sommeren 2008 for at denne aktiviteten måtte gjøre et come- back i Frognerbadet. De stiftet Det Internasjonale Dødsforbundet i 2011



Jon-Eric Melsæter på vei opp i stupetårnet på Hvalstrand. Foto: Privat.

(en av gutta i gjengen var iransk, det fikk være det «internasjonale» alibiet) og de første offisielle konkurransene ble avholdt. Populariteten vokste fra at

venner og bekjente dukket opp for å heie, til i dag, hvor nærmere 3 000 skuelystne dukker opp. Billetter blir fort utsolgt, køen for å komme inn strekker

seg ofte fra bak-inngangen til Frognerbadet og bort til Sinnataggen i Vigelandsparken. Samtidig holdes kvalifiseringskonkurranser i andre byer i Norge og utlandet.

Konkurransformen er heller uformell i stilen hvor det meste ligger i underholdningsverdi og skrytpeoeng. Det grines på nesa av seriøse forberedelser og trening. Det skilles mellom «klassisk» døds hvor utøverne må ligge horisontalt i luften med utstrakte ben og armer, og «fristil» der det mest halsbrekkende svevet går av med seieren. Her går det i flere saltoer og skruer, ikke alle med heldig resultat. Brukne neser, ribben og punkterte lunger er ikke uvanlig. I tillegg til det gjeve VM-trofet og tittelen for «beste klassiske døds» deles det også ut pris til «årets våghals,» en prestisjefull trøstepremie til den som gikk for gull men endte i grus.

Da jeg igjen sto på toppen av timerstårnet på Hvalstrand i april 2016 var det over femten år siden sist. Det var en overskyet dag, mye vind og temperaturen i vannet cirka åtte grader. Nuppet, med andre ord. Skiene var enda ikke pakket bort, ei heller vinterjakken. Da jeg hutrende sto på platået og klemte meg inn i en våtdrakt var det kun ett spørsmål som gikk gjennom hodet mitt, og det er vel det samme spørsmålet du også stiller, kjære leser. Hva får en oppegående, (relativt) voksen mann til å frivillig søke opp en slik aktivitet? Svaret er både enkelt og sammensatt.

Enkelt fordi det hele handler om å hoppe, ligge strak så lenge man kan

og krølle seg sammen rett før man trefter. Sammensatt fordi *hvorfor* man velger å gjøre det er vanskeligere å svare på. Man tenker mye inntil man hopper og ingenting imens, det er et øyeblikk av ren Zen, en slags extreme mindfulness. I bunn og grunn tror jeg det handler om å utvikle en mer positiv og fandanivoldsk holdning til hvordan man takler ting som er skummelt.

Jeg tror nok ikke jeg hadde kommet opp med denne fikse idéen om jeg ikke hadde røket akillesenen. Det er kontrasten i hendelsen som er den mest brutale. Man løper rundt og aner ingen fare, man kjenner en strikk som ryker i beinet og så ligger man bare der, hjelpeløs. Etter skaden følger flere måneder i gips og krykker, og deretter en lang og ofte smertefull rehabilitering der man i verste fall nesten må lære seg å gå igjen. All finmotorikken bygd opp gjennom et halvt liv, borte. 89 prosent av all muskelmasse i leggen, borte. Flerfoldige påfølgende timer på treningscenter og i stua, haugevis med fysioøvelser, lengre og lengre gåturer med økende bøl i sekken.

Kroppen, som inntil nå ikke har vært satt ut på en slik måte om ikke du som fører av den har gjort noe veldig dumt, konfronterer deg til å måtte akseptere at den har sine begrensninger. Dødsingen ble en metafor på å ta igjen kontrollen, å møte frykten og å beseire den. Klarer jeg dette, så klarer jeg andre vanskelige ting i livet, tenker jeg. Når man endelig får mannen seg opp til å ta løpefart og satse utfor er det ingen vei tilbake, da er det bare svevet og plasket

igjen. Mestringsfølelsen er ekstra stor når man kommer opp av vannet og fortsatt er i ett stykke. Slik er det med mye av de viktige tingene i livet, har jeg lært. Man forsøker å se for seg hvordan noe vanskelig kommer til å gå, gjør noen vurderinger, så må man rett og slett bare hoppe i det. Gjøre noen justeringer underveis, forsøke å lande mest mulig intakt. Trekke pusten og evaluere, la det synke inn. Juble litt for at man i det hele tatt turte.

Verdensmesterskapet i døds holdes vanligvis i midten av August hvert år. Bare 30 utøvere går videre til finalen, i 2016 forsøkte over 100 våghalter å kvalifisere seg. For meg ga fjorårets forsøk mersmak: Jeg prøver igjen når kvalikken åpner og målet er å ende opp i topp femten-sjiktet uten varige mén.

Jeg er fortsatt ganske middelmådig i fotball, like håpløs med damene, men jeg er snart 40 og jeg kan dødse fra tier'n. Det får da telle for noe.

*Jon-Eric Melsæter
Kommunikasjonsrådgiver hos NIOM –
Nordisk Institutt for Odontologiske
Materialer*

Relevante lenker:

<https://www.facebook.com/dodseforbundet/>

<https://www.youtube.com/watch?v=a8Ar80iAgE4>

https://www.nrk.no/video/PS*278436