

En dag for alt

I dag er det pinseaftnen, innledningen til pinsehøytiden. Ifølge de troende kristne var det da Den Hellige Ånd viste seg for disiplene i form av flammende lys - 49 dager etter at Jesus sto opp fra de døde på påskedagen.

I Norge er både 1. (søndag) og 2. pinsedag (mandag) helligdager. Første pinsedag regnes som fødselsdagen til den kristne kirken. Pinsen er blitt kalt «den ukjente høytiden» - og mange av oss har ikke noe spesielt forhold til den. I mange sammenhenger har 2. pinsedag blitt trukket fram som en av de «overflødige» helligdagene, som burde avskaffes.

Det får meg til å tenke på alle de andre «dagene» vi har gjennom året. Som ikke nødvendigvis er hellige, men som likevel krever feiringer, markeringer, oppmerksomhet, tid og penger - riktignok i ulike grader og former. Som for eksempel morsdag, farsdag eller Valentinsdagen. Eller hva med de over 80 internasjonale FN-dagene, som også ble født av gode motiver og intensjoner?

Nå i juni er det flust av disse verdensdagene. Den 8. juni var det dagen for verdens hav. Den 14. juni er det Verdens blodgiverdag og den 23. juni (på Sankthansaften) er det FNs dag for offentlige tjenester. Da skal vi sette pris på alle de som jobber i det offentlige. Nå i mai, som ellers har overflod av spesielle dager, hadde vi Verdens latterdag (uoffisiell). Like om hjørnet arrangeres Villblomstenes dag over hele Norge.

Og en dag er ikke alltid lenger bare én dag. I Oslo er det fra 17. - 26. juni «Skeive dager», Norges største kulturarrangement for homofile, lesbiske, bifile og transpersoner. Fra 26. juni til 3. juli arrangeres «Ekstremisportveko» på Voss. Da er det potensielt halsbrekkende aktiviteter som krever sin oppmerksomhet. Bare i vårt lille land er det over 900 festivaler årlig. Det blir mange dager det.

Og hva med de mange kjøpesenterdager, rødnesedager og bygdedager i regi av handelsstander, ideelle organisasjoner og velforeninger? Trenger vi alle disse dagene? Tilbake til dagen i dag; som forøvrig også er fandens fødselsdag, ifølge gammel overtro. For ikke å glemme navnedagen til Borgar, Bjørg og Bjørge. Jeg synes du i dag kan møte pinse-dagene med god samvittighet. Om ikke annet, så kan du markere dem som «uoffisielle» hverdager. Hverdagen finner man jo ellers sjelden plass til, i et stadig trangere år.



VENTILEN

LARS INGE SKREDE
lars.inge.skrede@smp.no

MED DALSNIBBA SOM MÅL. Denne helga spring fleire hundre sprekingar motbakkelop i Geiranger. Ein av dei er Ragnar Seljeset, som trass sterk funksjonshindring spring til topps for attande gong.



MOTIVASJON. - Dei årlege løpa i Geiranger er med på å halde meg oppe, fortel Ragnar Seljeset som blei råka av hjerneslag for nokre år sidan. I dag spring han for attande gong frå fjorden til Dalsnibba, 1500 meter over havet.

MOTBAKKE. I eitt år har Ragnar Seljeset (47) jobba målbevisst mot eitt einaste mål: Å springe frå Geirangerfjorden til Dalsnibba på under fire timar.

- Eg har aldri vore så godt budd som no. I år er det veldig seriøst, seier han.

Hjernebløding. 47-åringen frå Hornindal er klar for løp nummer 18 i Geiranger frå fjord til fjell. Sjølv for funksjonsfriske er Nibbeløpet21 rekna for å vere ein knalltøff halvmaraton, med stort sett berre motbakke opp på Dalsnibba - 1500 meter over havet.

Ragnar har delteke i motbakkelopet i Geiranger frå starten i 1994. Men i 2002 blei han ramma av hjernebløding. Han blei bra igjen, men for å hindre ny bløding måtte han gjennom ein operasjon tre månader seinare. Då gjekk noko gale, og familiefaren frå Hornindal blei sterkt funksjonshindra. Mellom anna slit han med balansen.

Tom i fjor. Skaden har likevel ikkje stoppa Ragnar frå å delta i det krevjande motbakkelopet i Geiranger. Han fekk ikkje delta det året han blei sjuk, men i staden sprang han til topps to gonger året etter.

Det hadde vore artig å oppleve Ringo Starr, men for meg er Geiranger viktigast

RAGNAR SELJESSET

- Då sprang eg til topps to helgar på rad for å kome à jour, fortel han.

Og den målbevisste honndølen har ikkje tenkt å gi seg.

- Målet mitt er 20 løp, så får eg vurdere etter kvart, seier han og legg til at han er avhengig av medhjelparar for å delta.

Dårleg balanse. Medhjelparane spring på kvar si side og held i eit transportbelte, slik at Ragnar held balansen.

- Eg har forferdeleg dårleg balanse og bruker mykje energi på å halde retninga. Du kan seie at eg spring dobbelt så langt som andre, for eg spring frå side til side også, seier han.

I år er det Randi Langlo og Siv Kristensen frå Hornindal, samt Jan Endre Nesdal frå Stryn som skal vere med.

Løpet er på søndag, men Ragnar har fått dispensasjon til å springe laurdag, slik at det skulle passe for medhjelparane hans.

Gjekk tom. Det finst mange enklare løp Ragnar kunne delteke på, men det er ikkje aktuelt. Turen til Dalsnibba er årets einaste, men store mål.

Og i år meiner han det er realistisk å kome under fire timar.

- I fjor sprang eg på 4.09, men eg gjekk heilt tom to kilometer før mål. I år har eg budd meg godt, og skal ikkje gjere same bommerten igjen. Eg var så tom at eg trudde eg skulle stryke med, minnest han.

Ragnar har trena ein og ein halv time kvar dag og er betre i form enn nokon gong. I tillegg til meir målbe-

visst trening, har han også fokusert mykje på kosthald.

- Det har ført til at eg har gått ned elleve kilo, fortel han.

Strategien for å halde heile vegen opp på Dalsnibba er å drikke kvart tiande minutt og å ete kvar time.

Rekord. Ragnar sin personlege rekord til Dalsnibba er tida 2.07.

- Før operasjonen tenkte eg at det ikkje skulle vere problem å kome under to timar. Det fekk eg aldri bevist. No brukar eg dobbelt så lang tid på alt, så viss eg klarer å springe under fire timar så hadde eg klart å springe under to også. Det er eg overbevist om, smiler han.

- Men kvifor i alle dagar held han på med dette?

- Eg har alltid likt slike løp. Og det er ei utfordring å kome seg opp i 1500 meter høgde. No når eg har halde på i så mange år, er det vanskeleg å bryte av. Og så held eg meg i form. Det er dette løpet som har halde meg oppe i vinter, seier han.

Laurdag spelar Ringo Starr på festivalen Norwegian Wood i Oslo, og som stor fan av Beatles og Ringo Starr skulle Ragnar eigentleg ha vore der. Det var synd det blei stemnekollisjon, men motbakkelopet til Dalsnibba går framom alt:

- Det hadde vore artig å oppleve Ringo Starr, men for meg er Geiranger viktigast.

ANNE-MARI TOMASGARD
anne-mari.tomasgard@smp.no