

[Denne artikel er trykt i dagbladet Politiken d. 6. april 2021]

Er der noget særligt ved bordtennis?

Lars Bo Kaspersen

For nøjagtig 50 år siden nemlig d. 7. april 1971 vandt den kun 18-årige Stellan Bengtsson fra Falkenberg i Sverige verdensmesterskabet i bordtennis i herresingle. Han pulveriserede de bedste kinesere og japanere, der ellers havde fået for vane at vinde VM.

Stellans sejr viste verden, at Sverige og det svenske 'folkhemmet' kunne producere verdensklasse. Det var på det tidspunkt, at det gik op for mange, at 'den svenske model' kunne konkurrere med de ellers dominerende systemer – nemlig det amerikanske liberalistiske og det Sovjet-kommunistiske. Stellan Bengtsson og den 'svenske model' slog igennem og den svenske velfærdsstat fremstod nu som en mulig og succesfuld 3. vej mellem kapitalisme og kommunisme. Den svenske stats villighed til at investere i folkets sundhed og velvære, udvikle den folkelige idrætsbevægelse, reducere uligheden i samfund, men samtidig at kunne hævde sig i elitesport gjorde Sverige til en eftertragtet model, som mange beundrede. I forhold til bordtennis havde dette spil hurtigt opnået en stor udbredelse efter 1. verdenskrig og Sverige markerede sig som relativt stærk i denne sportsgren. Således havde Sveriges Tage Flisberg vundet en VM-sølvmedalje i 50'erne, så der var langsomt ved at udvikle sig en tradition for at fostre talenter i bordtennis.

Nogle få år efter Stellans sejr fandt jeg ved et tilfælde et bordtennisspil. Jeg blev fascineret af spillet, da det var en række af udfordringer: bevægelse, fart, temposkift, skru, taktik, marginaler – blot for at nævne nogle enkelte udfordringer. Stellan blev et af mine forbilleder. Hurtigt kontraspil, et solidt forhåndssloop og hård træning – alt sammen egenskaber jeg fandt hos Stellan og selvfølgelig spillede jeg med et Stiga Mark V bat lige som Stellan. Jeg overtog Stellans slogan: "For mig er hver bold en kamp i kampen". Jeg trænede intenst, fra jeg var 13 til midten af tyverne men især brugte jeg tid som træner. Jeg forlod herefter bordtennissporten til fordel for en karriere på forskellige danske universiteter. Jeg fulgte bordtennissporten på afstand, men vendte tilbage til spillet for et par år siden. Selv om der skulle gå næsten 35 år, så vidste jeg, at jeg ville vende tilbage, for der er noget særligt ved bordtennis...

Inden jeg redegør for min tilbagevenden til denne sport, vil jeg foretage nogle betragtninger om bordtennis og den verden, vi befinder os i. Jeg har især fokus på nogle begivenheder ved det omtalte VM i Nagoya i 1971, men det suppleres med nogle afstikkere tilbage til Kina i begyndelsen af 1950'erne. Bordtennis kan være en interessant prisme at betragte verden ud fra, fordi der er noget særligt ved bordtennis...

Tyve år før Stellans VM-triumf blev der andetsteds i verden taget en række politiske beslutninger, der på længere sigt skulle få store konsekvenser politisk og økonomisk men også for bordtennisspillets status og omfang i verden. I årene umiddelbart efter grundlæggelsen af den kinesiske Folkerepublik havde Mao som leder af det nye Kina indset, at bordtennis måske kunne noget særligt. I 1951-52 besluttede Mao, at folkesundheden måtte styrkes på både kort og lang sigt i Kina. Det var forudsætningen for at befolkningen kunne arbejde længe, meget og målrettet med henblik på at skabe en samfund med velstand og ingen sult. Endvidere var Mao klar over, at opbygningen af en ny stor stat krævede en særlig sammenholdskraft. Der

skulle skabes en stærk integration, som dels krævede fælles aktiviteter og dels krævede, at Kina og det kinesiske folk blev anerkendt og respekteret i verden. Mao indså, at bordtennisspillet potentielt kunne være det instrument, der øgede både folkesundheden og sammenhængskraften. Desuden kunne Kina opnå anerkendelse og beundring i verden, hvis landet kunne producere dygtige bordtennisspillere. Fra 1952 gik produktion og distribution af bordtennisborde og udstyr i gang. Borde, net, bat og bolde var relativt billigt at producere og det kunne stå alle vegne. Maos vision blev til virkelighed. Bordtennisbordene rykkede ind i parker, offentlige pladser, fabrikker, uddannelsesinstitutioner, hospitaler m.v. og befolkningen spillede til den store guldmedalje. I 1959 vandt Jung Kuo-tuan Kinas første verdensmesterskab i bordtennis og det blev fulgt op af Chuang Tse-tung, der vandt VM i 1961, 1963 og 1965. Kina overtog hermed verdensherredømmet i bordtennis efter Japan. Det satte den såkaldte Kulturrevolution en stopper for, da elitesport og konkurrence ikke længere var så populært. Fra 1966 og frem til Maos død var bordtennis som andre aktiviteter udsat for mange forhindringer.

Folkerepublikken var en ung stat og den sloges med det helt store problem, at landet ikke var anerkendt som det 'rigtige' Kina. Den status havde amerikanerne tildelt Formosa (Taiwan), som dermed også repræsenterede Kina i FN. Uden USA's anerkendelse forblev Folkerepublikken noget isoleret. Kina kunne ikke integrere sig fuldt ud i 'verdenssystemet', så længe USA ikke anerkendte Folkerepublikken. Hvordan skulle denne gordiske knude løses? Sommetider kan bordtennis noget særligt...

Ved de omtalte verdensmesterskaber i bordtennis i Nagoya i 1971, hvor Stellan vandt guld, var kineserne ikke indbudt. Kina fik imidlertid foranlediget af en japansk skoleinspektør og bordtennisentusiast en invitation til mesterskaberne og bordtennislandsholdet fik accept fra landets ledelse, at holdet kunne rejse. Under mesterskaberne stødte en af de amerikanske spillere ind i den kinesiske trup og spurgte, om ikke spillerne kunne overtale de kinesiske ledere til at invitere amerikanerne på en landsholdsturne i Kina, når de skulle rejse hjem fra VM. Efter en række diplomatiske manøvre lykkedes det at få en aftale i stand mellem de to Kold Krigsfjender. Dette banede vejen for Henry Kissingers besøg i Kina senere på året og Nixons rejse til Kina i 1972. Herefter blev Folkerepublikken formelt og reelt anerkendt af USA og dermed kunne landet indtræde i FN og tage sin plads i FNs sikkerhedsråd. Kina var hermed blevet et fuldgyldigt medlem af verdenssystemet og forudsætningen for at landet kunne satse på den udadventede og stærkt handelsorienterede strategi i årene efter Maos død, var nu på plads. Uden Pingpong-diplomatiet i 1971 havde Kina ikke kunne starte sin offensive vækststrategi i 1980'erne. Der er noget særligt ved bordtennis...

Da Kulturrevolutionen stiltede af, Mao døde og et nyt regime kom til magten satte kineserne sig for at indhente, hvad man havde mistet og der kom fuld turbo på udviklingen - også når det gjaldt bordtennisporten. I 70'erne haltede man stadig bag efter europæerne, især Sverige og Ungarn stod stærkt. Men 80'erne blev atter domineret af kineserne, som til sidst i hvert fald blandt herrerne blev overhalet af Sverige, som ellers som samfundsrollemodel var løbet ind i en alvorlig krise fra slutningen af 80'erne og som fortsatte op igennem 90'erne. Men selv om den 'svenske model' knagede i furerne, og var udsat for globaliseringens stormvejr med omstruktureringer, nedskæringer og mange reformer til følge, så høstede Sverige frugterne af fortidens investeringer, da den gyldne generation af svenske bordtennisspillere (Waldner, Persson, Appelgren m.fl.) vandt et uhorrt stort antal titler og mesterskaber fra slutningen af 80'erne og frem til og med årtusindeskiftet.

Kina vendte herefter tilbage som verdens absolutte bordtennis-stormagt og har siden været urørlige. Kinas mere end tredive års vækst har gjort landet til en stormagt, som i disse år ændrer de globale magtforhold. Kina

er ikke længere blot en producent af billigt legetøj. Der investeres i højteknologi, infrastruktur, informations- og kommunikationsteknologi m.m. og landet lever ikke længere af at imitere – nu innoverer Kina i stort omfang. Det sker også på bordtennisfeltet, hvor der udvikles nye bats, belægninger og bolde – men også forbedret slagteknik, bedre træningsmetoder, dygtige og innovative trænere og en række organisatoriske nyttiltag, der eksempelvis sikrer, at man får fat i de største talenter. Og nye talenter vælter frem. Et-barns politikken i Kina har fået forældre til at tænke sig godt om, før de vælger idrætsgren for deres barn. Mange forældre vælger bordtennis, da der er få skader og det er en idrætsgren, der både udfordrer dine fysiske og kognitive evner. Desuden hjælper bordtennis at øge koncentrationsevnen og spillet er den bedste kur mod nærsynethed. Flere forskere mener, at bordtennis er en fantastisk aktivitet til at forebygge neurologiske lidelser ikke mindst Alzheimers og demens samt en række andre aldringsproblemer. Forældrene opmuntrer og støtter derfor deres børn med henblik på deltagelse i bordtennis. Der er noget særligt ved bordtennis...

Kinesernes fortsatte interesse for bordtennis betyder, at dette spil i dag har mindst 300 millioner udøvere på verdensplan. Selv om der i dag findes mange andre populære sportsgrene i Kina bl.a. badminton og basket, så har bordtennis en særlig status og prestige. At vinde OL-guld eller VM-guld i holdturneringen i bordtennis er nok det største en kineser kan vinde. Det betyder mere at vinde holdturneringen end at kinesiske spillere slutter som nr. 1, 2,3 og 4 i single-turneringerne.

Lad os her til sidst forlade storpolitikken og vende tilbage til vores danske hverdag, hvor bordtennisspillet måske en gang i fremtiden vil bidrage til en sundhedsfremmerevolution og en ny sundhedspolitisk dagsorden. Danmark har som de fleste velstående lande en hastigt stigende befolkningsgruppe over 70 år. Vi bliver ældre og ældre og selv om mange lever et godt liv, følger en række sygdomme og skavanker med i takt med alderen. Vores bevægelighed er ikke den samme; vi går dårligere, vi ser dårligere osv. Disse almindelige aldringsprocesser er en del af livet, men noget tyder på at vi selv kan medvirke til at udskyde (i hvert fald dele af) processen, så vi får flere år uden alt for generende skavanker. Hvordan kan det lade sig gøre? Jo, det er ganske enkelt – du skal bevæge dig! Idræt, dans, gang og cykelture hjælper alt sammen. Men der er noget særligt ved bordtennis...

Først og fremmest er det et billigt spil, der ikke kræver meget plads. Et bord kan stå alle vegne! Desuden er spillet relativt let at lære og det er sjældent, at man får skader. I modsætning til en række andre sportsgrene kan bordtennis dyrkes højt op i alderen. Bordtennis er med andre ord den ideelle sport for den ældre del af befolkningen. Det understøttes af den eksisterende (men ikke særligt omfattende) forskning fra bl.a. Australien, USA og Canada. På baggrund af disse erfaringer kan vi fastslå, at bordtennisspillet træner blodkredsløbet, forbedrer fysisk form, forbedrer hånd-øje-koordination, er skånsomt over for leddene og stimulerer områder i hjernen. Denne viden har ført til, at bordtennis ikke mindst i Danmark har fået en eksplosiv medlemsstilslutning i aldersgruppen 60 år og opefter. For ca. 3 år siden tog nogle driftige personer med tilknytning til BordtennisDanmark (Danmarks Idrætsforbund) og De danske gymnastik og Idrætsforeninger (DGI) initiativ til at opstarte afdelinger eller nye klubber med henblik på at tilbyde ældre over 60 år bordtennisaktiviteter. Initiativet, som har fået betegnelsen 60+ bevægelsen, er ved at udvikle sig til en folkebevægelse. Ca. 4000 mennesker over 60 mødes 1-5 gange om ugen for at spille. 60+ bevægelsen vil fortsætte med at øge antallet af klubber og foreninger, der har en afdeling for 60+. I uge 37 afholder klubber og foreninger over hele Danmark åbent hus for nye medlemmer.

Bordtennis som middel til en bedre og sjovere alderdom understøttes af forskning, der viser, at bordtennis er yderst gavnlig i forhold til behandling af neurologiske lidelser som Parkinson, Alzheimer og andre former for demens. Og her kommer jeg ind i historien igen. I en relativ ung alder (jeg var i slutningen af 40'erne) blev jeg diagnosticeret med Parkinson – en neurologisk lidelse hvor hjernens evne til at producere dopamin nedbrydes. Det indebærer bl.a. kortere bevægelser, muskelstivhed, balanceproblemer, gangbesvær, talevanskeligheder m.m. Neurologer og fysioterapeuter understregede gentagne gange, at medicin kunne hjælpe mig noget, men det afgørende for min livskvalitet og min mobilitet var vedvarende fysisk træning. Jeg har altid elsket sport, så jeg var motiveret for at øge min træning. Det gik dog op for mig, at når man skal træne en time om dagen, så er fitnesscentre og løbeture for kedeligt i længden. Derfor vendte jeg tilbage til bordtennisporten og her har jeg slået mine folder et par år. Det er sjovt, hyggeligt og har stor effekt især på min balance. Jeg er overbevist om, at den del af forskningen, der hævder, at bordtennis har nogle særlige kvaliteter i forhold til Parkinson-sygdommen, har ret. For bordtennis kan noget særligt...

Jeg er overbevist om, at erkendelsen af bordtennisspillets særlige kvaliteter i forhold til aldringsprocesser og de mange eksempler på forbedringer i dagligdagen for mennesker med neurologiske lidelse vil føre til en stille revolution i forebyggelse og behandling af den danske befolkning. Vi har chancen for at blive førende i kampen mod den dårlige aldring og de alvorlige sygdomme (Alzheimers, demens og Parkinson). Det forebyggende arbejde er det vigtigste, og her gælder det om at få flest mulige til at spille bordtennis jævnligt. Det betyder, at vi fremadrettet må tænke bordtennis med i vores strategier mod aldring.

Det kræver en ny og anderledes sundhedspolitisk strategi. Det kræver et tæt samspil mellem frivillige foreninger, fonde, private aktører, virksomheder og den offentlige sektor. Regioner, kommunale aktører, plejehjem, hospitaler, aktivitetscentre, virksomheder og bordtennisclubber må i tæt dialog udvikle tilbud til mange forskellige grupper i det danske samfund. Vi skal have bordtennisborde alle steder. I butikcentre, på plejehjem, i kommunale aktivitetscentre, på skoler og arbejdspladser. Bordtennisclubberne må tilbyde instruktion og oplæring af trænere, pædagoger og plejepersonale. Det er en ny fase i velfærdsstatens udvikling: Den eksperimenterende velfærdsstat, hvor fleksibilitet og samarbejde mellem offentligt og privat ansatte og professionelle og frivillige er det karakteristiske træk.

BordtennisDanmark og DGI, som organiserer bordtennisclubberne i Danmark, er allerede i gang med at udvikle tilbud til befolkningen og der samarbejdes med kommuner og Fonde. Således har TrygFonden for nyligt givet en større donation til BordtennisDanmark, som med støtte fra Parkinson-foreningen skal udvikle gode bordtennisaktiviteter for Parkinson-patienter. Bordtennis har nogle særlige kvaliteter, som nærmest påtvinger denne idræt en særlig samfundsmæssig rolle. Revolutionen er begyndt! For bordtennis er noget særligt...

Forfatteren er Professor på Copenhagen Business School, bordtennisentusiast og Parkinson-patient