

---

---

## Sterke verhalen

### Een kwalitatieve analyse van de mythologie van bodybuilders

#### Inleiding

Buitenstaanders hebben er geen goed woord voor over, afgaande op de meningen die je hoort verkondigen als het onderwerp ter sprake komt: bodybuilders zijn proto-fascisten die gezondheid en fitness op een voetstuk plaatsen, net zoals dat in Nazi-Duitsland gebeurde. Het is maar wat je gezond noemt, trouwens, want bodybuilding is verschrikkelijk ongezond. Bodybuilders worden niet voor niets op latere leeftijd gestraft voor wat zij hun lichaam hebben aangedaan. Ze krijgen uitgezakte spieren, hun lichamen zijn door al die onnatuurlijke krachttoeren volledig uit proportie getrokken en geduwd. Nu ja, krachttoeren... Bodybuilders zijn helemaal niet sterk, alleen maar 'opgeblazen'. Want daar draait het om, in bodybuilding, om zo groot mogelijk te worden. Bodybuilders zijn narcisten, die volledig door hun musculatuur in beslag worden genomen. Ze zijn alleen nog maar met zichzelf bezig. Voor andere dingen hebben ze zo weinig tijd dat ze zichzelf geestelijk verwaarlozen. Zelfs de seks moet eraan geloven, omdat alle energie door de sport wordt opgeslokt. Bodybuilders zijn impotent of frigide, en leveren wanprestaties tussen de lakens. Daarom trainen ze überhaupt, om allerlei seksuele mankementen te compenseren. Met hun spieren proberen bodybuilders hun micro-penis, cellulitis of hun minderwaardigheidscomplex te maskeren, en zich alsnog seksueel aantrekkelijk te maken. Bodybuilding is namelijk een sport voor macho's, relnichten en manwijven, die maar op één ding uit zijn.

Wie deze opvallend paradoxale uitspraken zo op een rijtje zet, ziet de contouren van het Faust-thema voor zich opdoemen. Bodybuilders lijken een mysterieuze barrière te overschrijden. Bodybuilders willen van alles - gezondheid, kracht, seks - en willen het zo graag, dat ze bereid zijn elke prijs te betalen. Het is dan ook niet verwonderlijk dat de zaken vroeg of laat beroerd uitpakken. Zoals Satan uiteindelijk Faust door de schoorsteen kwam halen, zo worden bodybuilders onvermijdelijk getraakteerd op impotentie, geestelijk isolement en een verwoest lichaam. Bodybuilders zijn Victor Frankenstein en monster, Faust en Satan, inéén.

Wie zich verdiept in de schaarse sociaal-wetenschappelijke onderzoeken naar bodybuilding, met het oogmerk daar een overwogen beeld van de sport aan te treffen, komt bedrogen uit. Vrijwel alle onderzoekers schetsen een beeld van de sport dat gelijk is aan het gangbare. Een voorbeeld is het onderzoek van Gillett en White, waarin bodybuilding betiteld wordt als een 'fatale strategie' (Gillett & White 1992). Bodybuilding moet, volgens de auteurs, begrepen worden als een reactie van mannen die zich in hun mannelijkheid bedreigd voelen. De oorzaak van deze angst schrijven zij toe aan de veranderingen in de 'gender relations', die op hun beurt weer worden veroorzaakt door ontwikkelingen in het kapitalistisch productiesysteem. Mannen en vrouwen komen daardoor steeds meer op gelijke voet te staan, hetgeen resulteert in angst en onzekerheid bij veel mannen omtrent hun identiteit-als-man. Bodybuilding verschaft deze gefrustreerde mannen een alibi voor het bestaan. Door de ontwikkeling van spiermassa en kracht zijn de bodybuilders in staat de onproblematische mannelijkheid te herwinnen. Op de langere termijn sorteert deze strategie echter geen effect: de auteurs spreken, met de ideeën van Baudrillard in het achterhoofd, van een 'fatale strategie'. De nieuwe, krachtige mannelijkheid die de sport teweegbrengt, ontleent zijn werking aan de vertaling van verlangens en gevoelens van bodybuilders in iets uiterlijks, iets materiëls, iets lichamelijks. Zelfvertrouwen, zelfrespect en trots zijn echter eigenschappen van de ziel, niet van de fysiek. De vertaling van het eerste in het laatste maakt dat wat werkelijk nagestreefd wordt, buiten handbereik blijft. Een eeuwige ontevredenheid met de uiterlijke verschijning, hoe gespierd ook, is het gevolg. Er is sprake van 'megarexia', een onblusbaar verlangen naar een steeds groter fysiek. Daarnaast wordt de wankelende mannelijkheid van de bodybuilders veroorzaakt door een gevoel van onmacht. Macht is echter politiek, sociaal en cultureel van aard, en heeft niets met het lichaam van doen. Werken aan het lichaam om macht te verkrijgen is dan ook weinig effectief, en omdat bodybuilding een manier van leven vergt waarin voor weinig anders dan sport nog plaats is, zelfs contraproductief.

Het zal niet veel moeite kosten om in deze toepassing van het concept van 'fatale strategie' de volkswijsheden omtrent bodybuilding te herkennen. Gillett en White's onderzoek is exemplarisch: de meeste onderzoekers die zich met bodybuilding onledig hebben gehouden, komen met soortgelijke bevindingen. Het werken aan het lichaam wordt veelal afgeschilderd als een strategie van gefrustreerde mannen, die zich door de zegeningen van het emancipatie-kapitalisme in het nauw gedreven voelen. In bijna alle gevallen wordt de sport dan ook geportretteerd als de verwezenlijking van het Kwaad, zowel van een groot als van een klein kaliber. Bodybuilding wordt gekarakteriseerd als seksistisch (Guthrie &

Castelnuovo 1992), tegelijkertijd kapitalistisch en feodaal (Klein 1985), fascistisch en narcistisch (Gillett & White 1994; Klein 1987), escapistisch (Wacquant 1995) en conformistisch (Aycock 1992).<sup>1</sup> Dat is niet de enige overeenkomst: vrijwel alle onderzoekers die zich met bodybuilding hebben beziggehouden verzamelden hun gegevens 'van buitenaf'. Ze interpreteerden advertenties in fitness-magazines, zoals Gillett en White. Ze bekeken registraties van wedstrijden, en probeerden de poses van de atleten symbolisch te duiden. In het gunstigste geval werden enkele interviews afgenomen of werd een overigens sublieme autobiografie van Samuel Wilson Fussell, een gewezen bodybuilder, geanalyseerd (Fussell 1992).

Dit artikel wijkt op de twee genoemde punten af van de standaardpublicaties: het is geen bevestiging van het 'gesundes Volksempfinden'. Evenmin werd het empirisch materiaal waarop het is gebaseerd 'van buitenaf' verzameld. Medio jaren tachtig verloor ik mijn hart aan de sport en sindsdien vertoef ik in het wereldje waar het hier om te doen is. Ik trainde op verschillende sportscholen, kwam op vriendschappelijke voet te staan met enkele bodybuilders en kon toetreden tot de Harde Kern van de ijzervreter. Voor, tijdens of na het trainen zaten we aan de bar of spraken we elkaar in de zaal, tussen de setjes door, leunend op de machines en gewichtstandaards. Soms zagen we elkaar buiten de sportschool, bijvoorbeeld op een terras dat we luidruchtig in beslag namen, zeer tegen de zin van de uitbater. In zulke situaties verzamelde ik het materiaal waar ik in dit artikel uit put. Het meeste materiaal dat in dit artikel wordt gebruikt, heeft betrekking op de bodybuilders van 'Ursus', een sportschool ergens in het midden van het land, waarvan ik eerder een etnografie publiceerde (Koert 1992) Het is verzameld in de periode die zich uitstrekte van de late jaren tachtig tot het midden van de jaren negentig.<sup>2</sup>

Op basis van dit materiaal denk ik aannemelijk te kunnen maken dat de onderzoekers van het fenomeen bodybuilding de plank misslaan - en dat de sport weinig te maken heeft met de kwalificaties die men er aan toeschrijft. Om die reden probeer ik hier de vraag naar het 'waarom' van bodybuilding te beantwoorden. Waarom trainen bodybuilders? Waarom zijn zaken als kracht en een gespierde fysiek voor hen zo belangrijk? Bodybuilding vergt een zeer veeleisende levensstijl (Koert 1997). Wat maakt dat de beloning van die levensstijl opweegt tegen de kosten? Deze vragen worden beantwoord aan de hand van een analyse van wat hier 'de mythologie van de sportschool' wordt genoemd. Deze bestaat uit verhalen die de bodybuilders elkaar op de sportschool vertellen. Sommige verhalen zijn klassiekers, collectief bezit van de bodybuilders die op Ursus trainen, andere zijn meer persoonlijk van aard. Sommige verhalen zijn nuchtere

vertellingen, voorzien van namen, plaatsnamen en tijdstippen, andere zijn in de loop der jaren van al deze feitelijke ballast ontdaan en bestaan alleen nog uit een reeks handelingen, verricht door mensen zonder gezicht. Sommige verhalen hebben rechtstreeks met de sport of met de sportschool te maken, andere slechts zijdelings, weer andere helemaal niets. In alle gevallen vertonen de verhalen, die onder het nuttigen van een eiwitshake, een sigaret of een kop koffie verteld worden, een grote eenvormigheid. Ze vertellen iets over de wijze waarop de vertellers de wereld zien en hun plaats daarin definiëren. Ze vertellen iets over de betekenis die bodybuilding heeft voor zijn beoefenaars, niet alles, maar wel veel.

### Waar of niet-waar

Bij het waarheidsgehalte van veel verhalen zijn vraagtekens te plaatsen. Zelfs verhalen die door de bodybuilders in de loop der jaren vrijwel ongewijzigd werden doorgegeven zijn niet altijd te vertrouwen. Ik spreek uit ervaring: ik heb bijvoorbeeld ooit het verhaal gehoord van een akelig ongeluk in een sportschool. Een gigantische zwarte bodybuilder die de stang van de lat-pulley naar zich toe trok, net toen hij het apparaat op maximaal gewicht had staan, had het ongeluk dat de kabel van het apparaat brak. De man trok de stang met al zijn kracht recht op zijn schedel, die daardoor gekraakt werd als een walnoot tussen de deur. 'Het bloed spoot eruit', vertelde de bodybuilder die erbij was geweest. Men had de zwarte reus moeten afvoeren naar het ziekenhuis.

Jaren later vertelde ik dat verhaal aan andere bodybuilders, uiteraard alsof ik er zelf bij was geweest. (Ik was nog jong, zij nog jonger en dan doe je dat soort dingen.)

Weer een aantal jaren later, toen ik op een terras zat te praten met een stel jongens van vroeger, hoorde ik het verhaal weer langskomen, met alle details erop en eraan. De verteller deed voorkomen alsof hij er bovenop had gestaan, terwijl de schurk het van mij gehoord had. Hij riep me min of meer op als zijn getuige.

'Weet je nog, Willem?'

'Natuurlijk', zei ik. 'Het bloed spoot eruit.'

Het onderscheid tussen 'waar' en 'onwaar' was echter wel degelijk relevant. Men hanteerde eigen criteria waarlangs dat onderscheid gemaakt werd. Bepaalde verhalen werden bijvoorbeeld niet opgenomen in het mythologisch repertoire van Ursus, omdat men de vertellers niet serieus nam. Sommige bodybuilders hadden er een handje van om te strooien met aller-

lei fantastische vertellingen, en waren berucht om hun zwamverhalen. De beruchtste was Gekke Bert. Gekke Bert zaagde iedereen door over zijn verleden bij de ME, het Vreemdelingenlegioen of zijn ervaringen als bodyguard, in de tijd 'dat hij in Amerika zat'. ('In Amerika... In de Koepel, zul je bedoelen', zeiden de jongens.) Gekke Bert werd trouwens nooit terechtgewezen, met wat voor getikte verhalen hij ook kwam aanzetten. Al was iedereen het erover eens dat de man 'volkomen van de pot gerukt' was, hij gold tegelijkertijd als 'een beest van een vent', iemand die je niet tegen je in het harnas moest jagen. Meestal werd ermee volstaan hem achter z'n rug belachelijk te maken.

Ooit vertelde hij aan de bar het verhaal dat hij, in zijn veelbesproken Amerikaanse Tijd, een tijd had getraind op dezelfde sportschool als 'The Barbarians', het beroemde bodybuildingduo dat ook wel films maakte. Tijdens het trainen was er een halter op de voet van één van de broers gevallen, die daardoor werd verbrijzeld.

'Maar dacht je nou dat die gekken stopten met trainen?', vroeg Bert retorisch. 'Nee, niet naar het ziekenhuis! Eerst aftrainen, dan pas naar het ziekenhuis. Helemaal gek waren ze! Echt waar!'

Het verhaal stond in een magazine dat op de bar van Ursus lag. Maar Bert had het niet van het blaadje, hoor, zeiden de jongens, toen Bert weer weg was. Het blaadje had het van hem. Echt waar.

Het was zelfs gevaarlijk om de verhalen van een verdachte bron klakkeloos over te nemen: wie het deed, liet blijken geen zwamverhaal van een 'echt verhaal' te kunnen onderscheiden en schaadde zijn reputatie. Dat overvond Tieten-Vooruit, die zo genoemd werd omdat hij altijd rondliep met een krampachtig naar voren gekantelde borstkas. Het gerucht ging dat er, in de wijk waar Ursus stond, een moord was gepleegd. Er was een vrouw overleden in haar woning, en kleine Shariff had gezien hoe het lichaam opgehaald werd. Shariff was een Turkse jongen van tien jaar, een verstokte spijbelaar die altijd in de buurt rondhing en op zijn zwerftochten geregeld Ursus aandeed. Het was een huurmoord geweest, wist Shariff te vertellen, en de vent die het gedaan had, die had er tienduizend voor gekregen. Tieten-Vooruit nam het verhaal over, vertelde het aan iedereen die het maar wilde horen en voegde eraan toe dat hij het zelf wel voor minder dan tienduizend had gedaan. Iedereen die wist uit welke bron het verhaal stamde, zweeg geamuseerd. Totdat Ralf, de Big Man van de sportschool, hem met zijn beide benen op de grond zette.

'Van wie heb je dat verhaal?', vroeg Ralf. 'Van Shariff zeker? Och, die jongen zegt maar wat. Er is helemaal niemand vermoord, de vrouw is gewoon overleden aan een hersenbloeding... Dat je gewoon kunt doodgaan

aan een hersenbloeding, dat wil er bij een kind niet in - het moeten huurmoordenaars zijn. Shariff is nog een kind, moet je bedenken. Zo zijn kinderen, die vangen wat op en maken er een mooi verhaal van...'

### **De wereld is een hels oord**

In het volgende zal ik me beperken tot de serieus genomen verhalen, die 'telden' op de sportschool, in die zin dat ze werden doorverteld en niet werden geridiculiseerd. Ze hebben alle een directe binding met de realiteit. Populair waren allereerst de verhalen over ongelukken op het werk en op de weg. Soms hadden ze maar enkele uren nodig om hun weg naar Ursus te vinden.

'Ralf en ik waren de containers aan het leegmaken, ik sta onder de klep - en ineens hoor ik wat, ik kijk op en ik kan nog net wegspringen. Flikkerde de klep naar beneden! Was ik bijna dood geweest! Nou, Ralf zei nog: nou weet je waarom je gevarentoeslag krijgt...'

'Ik hoorde op het werk van die vent van dat ongeluk. Je weet wel, van die vrachtwagen die onderaan de brug die meisjes heeft geschept. Nou, die chauffeur is er dus aan onderdoor gegaan. Ze hebben hem in een inrichting moeten zetten, want hij was helemaal van de kaart. Helemaal kapot! Hij kon niets meer. Wat wil je, ik zou zoiets ook niet op m'n geweten willen hebben.'

Sommige verhalen over ongelukken met een fatale afloop werden zo vaak doorverteld dat ze alle details verloren - wat overbleef was een frame, een skelet. Een man, ergens, was gestorven in een oudpapierpers. Toen hij het oud papier aan het aanstampen was, om plaats te maken voor meer, had iemand per ongeluk op de knop gedrukt. Iemand die werkte op een bedrijf waar ze veevoeder maakten, was in de silo waar ze ruwvoer fijnmaalden, uitgegleden. Er werd te weinig van hem teruggevonden om hem te begraven.

In de verhalen worden niet alleen het asfalt en het machinepark geassocieerd met gevaar. Ook de mensen zijn niet te vertrouwen, soms zelfs je eigen familieleden niet. Op de sportschool vonden, naast de verhalen over ongelukken, verhalen over misdaad gretig aftrek.

Zo heeft er eens een oplichter door de stad gelopen wiens daden tot in de sportschool verhaald werden. De man ging kleine ondernemers af met de boodschap dat Karl, de eigenaar van Ursus, hem had gestuurd en dat hij een hele lading computers achterin de auto had liggen, voor een overdreven gunstige prijs.

'Hij moest er snel vanaf en hij had haast, dus moest je snel zeven honderdjes pakken en naar buiten gaan, dan kon de koop meteen gesloten worden', vertelde Mister Soft, die een koffieshop runde en op de sportschool trainde. Mister Soft had het zaakje niet vertrouwd, vertelde hij aan de bar. Computers voor zo weinig geld, daar was iets faliekant mis mee. Hij had de man gezegd dat hij geen interesse had. Ga maar weer weg, had hij gezegd.

'Toen kwam hij bij mij', nam de Italiaan het woord van Mister Soft over. Nadat de oplichter bij de shop van Mister Soft had bot gevangen, was hij naar de pizzeria van de Italiaan gegaan en had hetzelfde verhaal afgedraaid. De Italiaan was naar buiten gegaan om de handel te bekijken. Achterin de auto lagen geen computers maar zaten twee Dobermannen. De man had gezegd: hier met je geld of ik laat m'n honden los. De Italiaan had op het punt gestaan te betalen, want wat deed je tegen twee getrainde Dobermannen? Die beten je dood. Gelukkig voor hem waren zijn werknemers hem naar buiten gevolgd, en toen zij zich bij de twee voegden, was de man snel in de auto gestapt en met plankgas weggereden. De Italiaan had gehoord dat de truc bij andere zaken wel was gelukt. Er waren die dag heel wat mensen hun goede geld kwijtgeraakt.

Karl was zich overigens van geen kwaad bewust. Hij had niemand doorgestuurd en hoe ze aan zijn naam kwamen wist hij ook niet. Hij kende niemand die aan het signalement beantwoordde.

Een ander verhaal in dit genre was dat van het Gouden Handje, een oplichter die de 'autojongens' door het hele land bij elkaar miljoenen guldens heeft gekost. Dat verhaal bereikte de status van collectieve vertelling. Het Gouden Handje was rijk geworden door handelaren in exclusieve automobielen op te lichten. De man kocht drie wagens maar betaalde er vervolgens twee. Die andere kwam nog, zei hij.

"Weet je wat? Ik laat de derde wagen morgen door het meisje ophalen. Die neemt dan het geld mee. Kan ze met een dure auto over de weg, dat is leuk voor zo'n kind." Zo deed-ie het. Alleen had ze geen geld bij zich, maar die gasten dachten: o, dat zit wel goed - en gaven gewoon de auto mee.'

Vervolgens werd er voor de derde auto nooit betaald. Zo ging Het Gouden Handje alle autohandelaren af, overal hetzelfde principe toepassend,

toddat de autodealers samenkwamen om zich te beraden op maatregelen. Ze konden niet naar de politie stappen, omdat zijzelf ook niet helemaal zuiver op de graat waren. Ze besloten de zoon van de oplichter te ontvoeren. Ze bouwden een verlaten bunker om tot gevangenis, kidnapten de zoon en zeiden Het Handje te betalen, op straffe van de dood van zijn zoon.

'En wat denk je dat hij zei? "Schiet maar kapot! Het geld krijg je niet, want dat is op. Schiet maar kapot." Dat zei hij. Z'n eigen zoon! "Schiet maar kapot!"'

Dat vonden de ontvoerders overdreven. Ze lieten de jongen vrij. 'Wat we ook voor mensen zijn, dachten ze daar, we zijn geen moordenaars. De jongen heeft er een zenuwtic aan overgehouden. Sinds ze hem hebben ontvoerd trekt hij met zijn mond. Als je-n-em de volgende keer ziet, moet je d'r maar op letten...'

Soms spelen de verhalen in dit genre zich verder van huis af. Hieronder vertelt een bodybuilder over de tijd dat hij in het voormalige Oostblok tweedehands auto's verkocht, in steden waar elk gezag van de overheid afwezig was.

'Die stad waar wij dan zitten, nou, helemaal verpunkt. Van die skinheads en die alternatieve figuren. Allemaal neonazi's daar. Tuig!'

De autoverkoop had zich, even buiten 'Nazi-city' - zoals de plaats door de verkopers onderling half serieus werd genoemd - gevestigd in een kamp, dat beschermd werd met een stenen muur, prikkeldraad, elektronische alarminstallaties, schijnwerpers en waakhonden.

'En nog werden er auto's gestolen. Dan stelen ze van ons de auto's, en dan mogen wij ze weer terug gaan halen in die wijken waar hun dan zitten. Nou, ik ben niet snel bang, maar ik moest er een hond en een vette gun bij hebben, anders dorst ik daar niet in! Geen politie te zien en die vieze fascistten hebben het voor het zeggen! Nou, ze kunnen dan wat van Nederland zeggen, maar het is hier nog lang niet zo erg als daar...'

Een derde categorie verhalen heeft betrekking op krankzinnigheid. Buiten de muren van de sportschool lagen niet alleen de dood en de criminelen op de loer - ook de waanzin kon op elk moment toeslaan. Hieronder wordt de waanzin gepersonifieerd door de spreekwoordelijke buurtschizofreen, die de wijk terroriseert omdat de betrokken instanties niet willen ingrijpen.

'Je weet dat die vent onder ons niet helemaal goed is, hè? Nou, hij had weer wat, laatst. Onze overbuurman komt aanrijden in z'n auto, zo heel rustig de straat door, en dan komt die vent z'n huis uitgerend. Hij ziet die auto zo aankomen, hij zwaaide nog, hij draait zich om en loopt het huis



in en hij komt terug met een baksteen in z'n hand. Nou, je gelooft het niet, maar ongelogen, die lul flikkert zo die baksteen dwars door de voorruit van de auto heen! Dwars erdoor! Nou, buurman eruit, boos natuurlijk en die wil die gek te lijf gaan. Hij bleef gewoon staan, die gek. Nou, ik rende naar buiten en ik moest hem tegenhouden, want hij had hem zo kapot-geslagen. Voor mij knijpen ze hem een beetje, hè, in de buurt, dus toen werd-ie weer wat rustig. "Die vent is niet goed", zei ik, "die weet niet wat-ie allemaal doet". En weet je wat die gek deed? Hij liep nog even naar die auto, keek even naar dat gat in de ruit en hij zegt nog van: "Ik vind dat ik dat goed gedaan heb..."

Niet alleen 'gekken' konden raar uit de hoek komen. Ook in de wijken waar de 'a-socialen' werden opgeborgen moest je uitkijken.

'Het was weer raak, hoor, daar waar m'n vader woont. In die straten hebben ze al het tuig maar bij elkaar gezet, van dat woonwagenvolk en zo, alles zit daar. Nou, de kogels vlogen je om de oren! Ik liep op straat, ha, denk ik, eventjes gaan eten bij m'n ouwelui, misschien wat centjes beuren, en dan hoor ik van zwoeffff, zwoeffff... Verrek, denk ik, wat we zullen we nou krijgen? Hadden er twee overburen me toch een partij ruzie gekregen! Die zaten elkaar te beschieten met geweren, net als in zo'n wildwestfilm of hoe heet zoiets. Die ene zat in de huiskamer en de ander op de slaapkamer, zie je het voor je? "Hé, vrouw, schuif de video eens weg, ik moet op de buurman schieten!" Zie je het gebeuren? Gelukkig hadden ze de auto van m'n pa niet geraakt, anders was-t-ie ook nog mee gaan doen... Hij zit daar natuurlijk niet voor niets.'

## Vechten om te overleven

Of het nu gaat om ongelukken, misdaad of waanzin, alle verhalen van dit soort verwijzen naar een collectieve opvatting over de wereld: die is wreed en onvoorspelbaar, op het krankzinnige af, het leven kwetsbaar. Altijd en overal loert gevaar, in de vorm van een ongeluk, een nietsontziende crimineel, nazi's of een gek. De wereld is een hels oord. Om in die wereld overeind te blijven moet je kunnen vechten. Het is dan ook verkeerd de weerbaarheid in gevaar te laten komen, bijvoorbeeld door te geloven in de gekkigheid die in de kerk verkondigd wordt.

'Ik heb niets tegen de kerk of zo hoor, ik weet niet of jij christelijk bent, maar ik doe er zelf niets aan. Je kunt dan wel je handjes vouwen en dan aan onze Lieve Heer vragen of die je wilt helpen, maar dat doet-ie toch niet. Je zult het toch alleen moeten doen. Je zult zien, als je de Heer om

hulp vraagt is-t-ie altijd net even z'n tanden poetsen. Ja, ik zeg maar wat, maar je begrijpt wel wat ik bedoel.'

Wie wil overleven moet sterk in zijn schoenen staan. Daaraan refereren de meer persoonlijk getinte verhalen, die de ene keer over de verteller zelf gaan en de andere keer over iemand anders, maar altijd met overleven te maken hebben, in de breedste zin des woords. Dergelijke verhalen hebben altijd dezelfde boodschap: wie wil overleven in de wrede wereld moet sterk zijn, lichamelijk maar ook geestelijk. En op het punt van overleven, komt niet zelden de sport om de hoek kijken. Soms is de sport een middel om fysiek te overleven, zoals in het geval van de bodybuilder die hieronder aan het woord is. De doktoren beschouwden hem als een 'medisch wonder', wist iedereen op Ursus. Men had hem eigenlijk een leven op wien toebedacht. Als kind getroffen door een virus groeide hij uit tot één van de beste bodybuilders van de sportschool.

'Ik weet geen eens hoe het is om normaal te lopen. Mijn eerste herinneringen zijn van het opvangcentrum, daar zaten alle polioge fallen. Daar leerde ik dan te trainen, dat hoorde erbij, om de spieren te versterken en zo. Ik heb iets van vijf keer opnieuw moeten leren lopen, want van het zieke been groeiden de pezen niet, en dan haalden ze in het ziekenhuis het been los en rekten ze de pezen weer op. En elke keer moest ik dan weer leren lopen, elke keer weer. Die wond op m'n voet gaat nooit weg, die gaat steeds weer open. Als ik een dag gestaan heb staat het bloed in m'n sokken, moet je het zien?

Ik zal je eens wat vertellen. Als je iets echt wilt, dan kun je het. Ik heb mezelf uit de rolstoel getraind. Alle jongens die op het centrum zaten zitten nou ongeveer nog in de rolstoel, en ik sta hier. Ik druk ver over de honderd, en ik zat in een rolstoel. En dan zie je hier al die muppets en dan denk ik bij m'n eigen van: ik kon niet lopen, en ik zie er nog beter uit dan jullie, als je de benen dan even niet meetelt. Doe maar wijs en lul maar een flink eind weg, ik zie er toch beter uit. Als jullie hadden gehad wat ik heb gehad, lagen jullie nou onder de grond...'

Bodybuilding kan niet alleen een bijdrage leveren aan fysieke overleving of aan het zelfrespect. De sport resulteert eveneens in een fysiek waarmee je veilig over straat kan.

'Laatst ging ik wat te eten halen, je weet wel hoe dat gaat, hele dag druk en vergeten boodschappen te doen, dus dan maar weer de friettent in. Ik train het er toch wel weer af, denk ik dan. Nou, de vrouw naar binnen, want ik heb er de schurft aan, hè, daar een beetje staan te dringen en zo. Staan er drie van die snorremannen, Turken of Marokkanen of zo, weet ik

het, van die kant uit in ieder geval, en die staan zo naar d'r te kijken, en maken een geintje wat je dan natuurlijk niet kan verstaan, en eentje loopt naar haar toe. Dat moeten we dus niet hebben, hè, dacht ik bij m'n eigen, dus ik ga zo in die deuropening staan om even de boel in de gaten te houden, en die twee zie je dan meteen inhouden, hè? Die roepen iets naar die ander, die achter haar staat, en die draait zich om, en die ziet mij dan staan, die vent trekt wit weg, en hij gaat meteen terug naar z'n maatjes. Ze vonden me ietsjes te breed om mot mee te krijgen, en dat hadden ze dan goed gezien...'

Weerbaarheid is het belangrijkste bezit van een man of vrouw, volgens de bodybuilders. In de sportschoolmythologie is dan ook een aanzienlijke plaats ingeruimd voor verhalen over bodybuilders die zich weerbaar getoond hebben. In zulke verhalen wordt verteld hoe bodybuilders van Ursus, soms al vele jaren geleden, zich niet lieten intimideren door het leven. Het verhaal over De Helm is een klassieker.

'De Helm, nou, die is wel zo gek! Maar niet kapot te krijgen! Vroeger ook al niet, hoor. Ik werkte met hem hier op de Structura, en toen nam die gek ook al elke dag een kilo of vijftien, twintig oud ijzer mee van z'n werk. Hij had thuis zelf gebouwde apparatuur staan, op het zoldertje, en daar trainde hij dan mee, en daar had-ie het dan voor nodig. Elke dag liep hij dan na z'n werk zo'n vijftien kilometer naar huis met die vijftien kilo oud ijzer op z'n rug. En thuis, even douchen, eten, hoppa: achter het ijzer, trainen maar! Nou, op een gegeven moment flikkerde hij op z'n werk op drie hoog van de steiger, alles gebroken! Rug kapot, ribben gebroken, benen kapot, pols gebroken, hersenschudding, alles. Als hij niet zoveel spieren had gefokt had-ie het niet overleefd, want het was een wonder, zei de dokter. Nou, hij helemaal in het gips, beetje ruimte om te pissen en te schijten, hebben ze hem thuis neergezet, dat was lekker goedkoop. Nou, na een week belde De Helm ons op: "Jongens, ik word gek, verdomme! Ik moet trainen! Kom me halen!" Dus wij naar Helmut, hebben we hem de auto in gedragen, naar de sportschool gereden, en daar hebben we hem dan van het ene naar het andere toestel gedragen. Helmut wilde bankdrukken, dus dan leg je die gipsen vent op de drukbank, en daar ging hij! En moet je even nagaan, hij mocht helemaal niets doen van de dokter! Helemaal niets! Nou, na een paar maanden werd het gips eraf gehaald, en toen gingen ze kijken of de Helm ooit nog weer helemaal gezond zou worden, en toen keken ze even verrast op! Alles in orde, bijna onmogelijk, maar het was zo! Toen zei die dokter van: "Nou, het is maar goed dat je al die maandjes niets gedaan hebt, want anders was het nooit weer zo netjes op z'n plaats gekomen!"'

'Heb je het gehoord van Sjors? Nee? Ik vond het wel een mooi verhaal van hem, zo van: ja, zo kan het ook. Nou, in de buurt waar hij woont daar hadden ze al weet ik hoeveel keer de auto's gemold en er was ook een keer een ruit ingeschoten, en die wagen van hem hadden ze ook al een keer onder handen genomen, een beetje krassen zitten maken op de lak en zo, maar Sjors die had ze dan toch maar mooi te pakken! Ja, hij vertelde dat-ie die nacht een beetje laat op bed lag, en toen hoorde hij die jongens buiten. Dus hij staat op, hij kijkt door het raam, en daar staan die etters dus de spiegel van z'n auto af te slopen. Nou, hij naar buiten, jochies weg natuurlijk! Maar hij springt in z'n wagen en hij scheurt gewoon de weg op, op zoek naar die ettertjes. En hij vond ze ook nog, een straat of wat verderop. Puur geluk. Dus hij z'n auto uit, nou, eentje kon er nog weggkomen, en die andere twee heeft-ie afgezet op het politiebureau. Dat waren ze nou, zei-t-ie, die klootzakken waar iedereen in de buurt zo bang voor was. Jochies die zeven kleuren scheten toen ze een brede vent met een boze smoel zagen. En daar wilden ze dan een burgerwacht voor oprichten! Nou, hij had ze toch maar mooi te pakken...'

## **De zin van een symbool**

Een analyse van de verhalen die op een sportschool als Ursus verteld worden, biedt ons een blik op de diepere betekenis van de sport voor zijn beoefenaars. Met seksisme, kapitalisme, fascisme of narcisme heeft het allemaal weinig te maken, met gevaar des te meer. De gevaren die in de verhalen gesignaleerd worden, zijn concreet, en wortelend in de objectieve realiteit. Ze hebben weinig van doen met de hersenspinselen van vluchtelingen uit de moderniteit, en doen eerder reëel dan gefantaseerd aan. Het ligt dan ook voor de hand om te veronderstellen dat ze eerder wortelen in de alledaagse wereld van de bodybuilders, dan in hun verbeelding. Uit de mythologie van de sportschool doemen de contouren van een grimmig wereldbeeld op, dat stijf staat van de angst. Hoewel dikwijls luchtig verwoord - sterke mensen laten zich niet kennen, nietwaar - spreekt uit de verhalen een angst voor een gewelddadige dood, door een ongeluk, een vergissing, verdwaalde of gerichte kogels. Verder wordt in de verhalen het thema van het zich wapenen tegen het gevaar behandeld. Bodybuilding is een manier om de angst te bezweren. In de verhalen wordt een belangrijke plaats ingeruimd voor bodybuilders die het noodlot te slim af zijn geweest: ze trainen zichzelf uit de rolstoel, ze hebben zoveel spieren gefokt dat ze een val van tientallen meters overleven, ze arresteren eigenhandig een paar opgeschoten rotzakken en leveren die af op het politiebureau. Of ze behoe-

den, louter door hun verschijning, hun vrouw voor ongewenste toenaderingspogingen. De betekenis van de sport wordt pas duidelijk, wanneer die gezien wordt tegen deze achtergrond. Het gebouwd lichaam moet allereerst gezien worden als een symbool dat het verlangen representeert om overeind te blijven in een onvriendelijke wereld.

De term 'symbool' is hier bewust gekozen. Symboliek is, wat betekenis betreft, tot barstens toe geladen en tegelijkertijd huiveringwekkend leeg. ('Ich bin ein Berliner!', 'Sometimes we Americans are bigger than ourselves!', 'A shiny city on the hills' - het zijn krachtige, onsterfelijk geworden statements, die op de keper beschouwd echter niks betekenen. Kennedy kwam helemaal niet uit Berlijn en het is, ook in de bodybuilding onmogelijk om groter te zijn dan je zelf.) Symboliek is daarom zowel krachtig als kwetsbaar. Bodybuilding vormt op deze regel geen uitzondering.

In de sportschoolmythologie van Ursus bestaat een apart genre verhalen, waarin gebeurtenissen met een subversieve strekking een centrale plaats innemen. Soms gebeuren er dingen waar geen enkele krachtpatser, hoe sterk ook, tegen opgewassen is. Soms gebeuren er dingen waardoor de betekenis van de sport leek weg te smelten als sneeuw voor de zon. Zulke gebeurtenissen werden gevangen in verhalen en doorverteld. Deze verhalen vormen de duistere onderstroom van de toch al grimmige sportschoolmythologie.

Enkele van die verhalen zijn afkomstig van - of hebben betrekking op - bodybuilders die aan de deur van 'Catharsis' stonden. Catharsis was een kroeg met een bedenkelijke reputatie. Catharsis' eerste uitsmijter was De Rooie, een forse bodybuilder van twee meter lang, die ermee opgehouden was toen hij iemand voor zijn ogen had zien doodsteken. Het was te snel gegaan om in te grijpen. Hij had het mes van de man afgepakt, hem naar het politiebureau gebracht en vervolgens bedankt voor zijn baan. De weken daarna liep hij met wallen onder zijn ogen rond op de sportschool: 's nachts werd hij door nachtmerries achtervolgd, overdag zag hij voor zijn geestesoog het mes keer op keer in het lichaam van de man verdwijnen - zo vaak, dat hij op het laatst niet meer wist of wat hij voor zich zag nu werkelijk was gebeurd of niet. Zij die niet op de hoogte waren en vroegen wat er in hemelsnaam met De Rooie aan de hand was, kregen het verhaal op fluisterton te horen.

Na De Rooie was de beurt aan Brede Theo, toentertijd de grootste bodybuilder van Ursus. Het was een goede keus, vond men op Ursus. Theo was veel harder dan De Rooie. Toen er eens een grote vechtpartij uitbrak,

slaagde Theo er echter niet in om de reischoppers van zijn lijf te houden, ondanks zijn gigantische postuur en kracht. De vechtpartij was het gesprek van de dag op Ursus. Mister Soft kende iemand, een taxichauffeur, en die had alles gezien. De dag na de veldslag deed Mister Soft, gezeten aan de bar van Ursus, uit de doeken wat er gebeurd was. Op Catharsis was een ruzie tussen twee groepen jongeren uit de hand gelopen. Een groep uit een naburig dorp was naar Catharsis gekomen om een oude vete uit te vechten. Theo had de vechtenden uit elkaar gehaald en de getalsmatig kleinste groep, die uit de stad, uit de zaak gezet. Ondertussen was de disco in de buurt dichtgegaan, en had een groep discogangers zich bij de uitgezette jongeren gevoegd. Men had geprobeerd om alsnog Catharsis binnen te komen, uitgerust met knuppels, ploertendoders en stokken. Theo hield ze op een afstand. Hij was net bezig een jongen weg te duwen, toen een andere met een honkbalknuppel uithaalde naar zijn hoofd. Theo zag het wapen vanuit zijn ooghoeken aankomen en kon de klap net afweren met zijn hand, maar brak daarbij z'n pols. De vriend van Mister Soft had het geluid van de brekende botten in zijn taxi, met de ramen dicht, nog kunnen horen. Theo kon zich terugtrekken in het pand en de deur achter zich in het slot trekken, waarop de toegestroomde menigte probeerde om via de ingeslagen ramen naar binnen te komen. Als toen de politie niet was komen opdagen, was het nog op een bloedbad uitgelopen.

Dat Brede Theo ternauwernood aan de dood was ontsnapt, maakte diepe indruk. De meesten konden het zich aanvankelijk nauwelijks voorstellen: Theo, die met het bankdrukken tweehonderd kilo omhoog stootte, die net zoveel spieren op zijn arm had als een gemiddelde bodybuilder op zijn been! Het neigde naar blasfemie. Eén en ander werd de maanden daarop veelvuldig besproken. De bespreking van het voorval verliep dikwijls hetzelfde: de grote lijnen van het gebeurde werden nog eens herhaald, nieuwe details werden ingevoegd. Daarna probeerde men conclusies te trekken: het liet maar weer eens zien, vond men, dat spieren niet onkwetsbaar maakten. Maar ja, werd daar onmiddellijk aan toegevoegd, wat wel? Muay Thai? Taekwondo? Goed, een bodybuilder legde het bijvoorbeeld altijd af tegen een goede vechtsporter, geen twijfel over mogelijk. Maar ook vechtsporters waren niet onkwetsbaar. Dat zag je maar aan André Brilleman. Dat was een perfecte vechter geweest, een kampioen kickboxen, en nou was hij dood.

Sommigen hadden wel eens een wedstrijd van hem gezien, op video. Geboeid en begeleid door bewakers werd hij in de ring gebracht, want hij zat eigenlijk in de gevangenis en had vrij-af gekregen. Hij werd losgemaakt en werkte vervolgens in een mum van tijd zijn opponent tegen de grond. Daarna werd hij weer in de boeien geslagen en afgevoerd. Tegen

zo'n vent bleef geen enkele bodybuilder overeind. Maar wie was er nou dood? En de vent die geschoten had, die zou ook wel van die smalle schouderdjes gehad hebben. Met een pistool was je altijd de baas, al stond je tegenover een levend wapen als Brilleman.

Goed, werd tenslotte gezegd, misschien had bodybuilding geen zin, als je erover nadacht. Als je er goed over nadacht deed je het niet - maar dat gold voor alles. En als je over alles nadacht, dan deed je helemaal niets meer.

## Noten

1. S. Guthrie en S. Castelnuovo schreven bijvoorbeeld een artikel over vrouwelijke topbodybuilders, waarin zij de hogere regionen van het bodybuilding-circuit van seksisme beschuldigen. Vrouwen zouden er, door de bodybuildingbondsbonzen, van weerhouden worden om hun musculatuur optimaal te ontwikkelen. Op bodybuilding-wedstrijden wordt van vrouwen namelijk verwacht dat ze nog als vrouw herkend kunnen worden. In hun veroordeling van deze praktijken baseren de auteurs zich op het werk van Bordo, die vrouwenbodybuilding met anorexia nervosa vergeleek. In beide gevallen, meent Bordo, worden lichamen ervaren als 'alien objects, often out of control'. 'Bordo's observations lead her to conclude that female bodybuilding is merely another form of compliance to patriarchal standards of beauty' (Guthrie & Castelnuovo 1992, 403).

De beschuldiging van kapitalisme is afkomstig van A.M. Klein, die meent dat bodybuilders hun lichaam als een vorm van kapitaal zien, waarin geïnvesteerd moet worden. Klein legt een link met de klasse waaruit veel bodybuilders afkomstig zijn: de lagere middenklasse. De bodybuildende lagere middenklassers zien hun lichaam zoals ze hun kleine eigen zaak zien: als een middel om zich

te onderscheiden. De bodybuildingsport vertoont volgens Klein tevens feodale trekken. Bodybuilders zouden allerlei afhankelijkheidsrelaties aangaan, uit angst door hun concurrenten verslonden te worden. Het sportschoolcircuit bestaat uit leiders en volgelingen (Klein 1985). In een ander artikel trekt Klein deze lijn nog verder door. Tegenover het individueel-kapitalistische van de sport staat het collectivistische, dat zich vaak uit in het zoeken naar een Grote Sterke Beschermmer, een Führer. Tevens voelen de bodybuilders zich superieur aan diegenen die niet trainen en niet over kolossale spieren beschikken. In de psychologie van de bodybuilder zou zich dan ook een huwelijk voltrekken tussen extreem individualisme, uitmondend in narcisme, en een extreem collectivisme, in de vorm van fascisme. Klein ziet deze theorie bevestigd door een analyse van advertenties in bodybuildingbladen (Klein 1987). Anderen zien, in navolging van Klein, dezelfde nazistische tendenzen terug in de poses die bodybuilders op wedstrijden aannemen. De poses zijn, volgens deze onderzoekers, zwanger van Nazi-symboliek. Achter dit spierballenvertoon zouden echter diepe gevoelens van inferioriteit schuilgaan.

Dat is ook de conclusie van Loïc

Wacquant, die middels een analyse van van S.W. Fussell's 'Muscle', probeert te achterhalen waarom bodybuilders bodybuilden. Fussell's eigen verklaring - zijn leven werd verziekt door gevoelens van angst en kwetsbaarheid - wordt aangevuld met twee verklaringen: Fussell voelt zich, zoals veel mensen in de snel veranderende moderne samenleving, onzeker qua sociaal-economische status en op het gebied van de relaties met het andere geslacht. Dat Fussell's ouders gescheiden waren, droeg daar nog aan bij. Bodybuilding was voor hem een tot mislukking gedoemde manier om aan al die onzekerheid te ontsnappen, stelt Wacquant. Hij spreekt tenslotte nog zijn bewondering voor Fussell uit, omdat de man ervoor koos te stoppen met de sport (Wacquant 1995).

Alan Aycock beziet daarentegen de bodybuildingsport vanuit een constructionistische invalshoek. In zijn artikel 'The Confession of the Flesh' stelt hij, zwaar leunend op Foucault's theorieën, dat het lichaam de plaats is waar alle maatschappelijke controlemechanismen samenkomen. Het zelf, dat het lichaam is, wordt door Foucault gezien als een strategie zonder strategie. Aycock veronderstelt een constituerende teleologie, die erop gericht is dociele lichamen te produceren, die ook - of juist - op sportscholen werkzaam is. Sportscholen zijn plaatsen waar men even 'uit de samenleving' stapt, ongeveer zoals men vroeger tijdelijk in retraite ging, zoals in praktijken als het gebed of meditatie. In zulke praktijken 'werkt men aan zichzelf' of 'bekent men zich tot een transcendente waarheid'. Tenminste, dat denkt men. In werkelijkheid zijn zulke praktijken niets meer dan geïnternaliseerde controlemechanismen, waarlangs de symbolisch-politieke orde wordt gereproduceerd. Sportscholen reproduceren de sociale

werkelijkheid, bijvoorbeeld op het gebied van gender-relaties: vrouwen gedragen zich hyper-vrouwelijk, mannen hyper-mannelijk. Relaties tussen mensen worden, onder invloed van de nieuwe media, steeds meer gedevalueerd tot het kijken naar elkaar - en zelfs dat wordt in toenemende mate problematisch. Op de sportschool probeert men een lichaam te creëren dat de toets van de beschouwende blik kan doorstaan, en tegelijkertijd biedt de sportschool een forum waar men zich nog ongestoord aan elkaars lichamelijkeheid kan vergapen. Zo beschouwd, is het beoefenen van bodybuilding een zaak van puur conformisme.

2. Het materiaal waarop dit artikel is gebaseerd heb ik ontleend aan mijn proefschrift in wording. Promotor: Prof. dr. A. de Swaan, Amsterdamse School. Een belangrijk deel van dat proefschrift zal bestaan uit materiaal dat destijds in Ursus werd verzameld. Ursus werd voornamelijk bezocht door jonge bodybuilders uit de hogere arbeidersklassen en de lagere middenklassen. Het gros was tussen de vijftien en vijftientwintig jaar oud. De meeste bodybuilders, maar lang niet allemaal, waren mannelijk en blank. In dit artikel wordt slechts één aspect van bodybuilding behandeld. Voor wat betreft 'bodybuilding als manier van leven', alsmede de deels sociale bepaalde geschiktheid voor een succesvolle beoefening van bodybuilding, verwijs ik naar mijn artikel in *Psychologie en Maatschappij* (Koert 1997). De voor de hand liggende vraag naar het waarom van de keuze voor een sport als bodybuilding, en niet voor het beoefenen van een vechtsport of de aanschaf van wapens, wordt daarin beantwoord. De hiërarchie van de microkosmos van de sportschool wordt behandeld in een artikel in *Vrijetijd en Samenleving* (Koert 1992).



## Literatuur

- Aycock, A. (1992), The Confession of the Flesh: Disciplinary Gaze in Casual Bodybuilding, *Play & Culture*, 4, 338-357.
- Fussell, S.W. (1991), *Muscle - Confessions of an Unlikely Bodybuilder*, Avon Books, New York.
- Gillett, J. & P.G. White, (1992), Male Bodybuilding and the Reassertion of Hegemonic Masculinity: A Critical Feminist Perspective, *Play & Culture*, 5, 358-369.
- Gillett, J. & P.G. White, (1994), A Critical Decoding of Advertisements in Flex-Magazine, *Sociology of Sport Journal*, 11, 18-39.
- Guthrie, S. & S. Castelnuovo, (1992), Elite Women Bodybuilders: Models of Resistance or Compliance?, *Play & Culture*, 5, 401-408.
- Klein, A.M., (1985) Muscle Manor: The Use of Sport Metaphor and History in Sports Sociology, *Journal of Sport and Social Issues*, 1, 4-19.
- Klein, A.M. (1987), Fear and Self-Loathing in Southern California: Narcissism and Fascism in Bodybuilding Subculture, *Journal of Psychoanalytic Anthropology*, 2, 117-137.
- Koert, W., (1992), De bodybuilders, *Vrijetijd en Samenleving*, 1, 27-39.
- Koert, W., (1997), Leven als bodybuilder, *Psychologie en Maatschappij*, 78, 31-45.
- Wacquant, L., (1995), Why Men Desire Muscles, *Body & Society*, 1, 163-179.
-