

### Bodybuilding als Sinnprovinz der Lebenswelt: prinzipielle und praktische Bemerkungen

Honer, Anne

Veröffentlichungsversion / Published Version

Sammelwerksbeitrag / collection article

#### Empfohlene Zitierung / Suggested Citation:

Honer, A. (1987). Bodybuilding als Sinnprovinz der Lebenswelt: prinzipielle und praktische Bemerkungen. In J. Friedrichs (Hrsg.), *23. Deutscher Soziologentag in Hamburg: Beiträge der Sektions- und Ad-hoc-Gruppen* (S. 356-359). Opladen: Westdt. Verl. <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-55941>

#### Nutzungsbedingungen:

Dieser Text wird unter einer CC BY-NC-ND Lizenz (Namensnennung-Nicht-kommerziell-Keine Bearbeitung) zur Verfügung gestellt. Nähere Auskünfte zu den CC-Lizenzen finden Sie hier:

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.de>

#### Terms of use:

This document is made available under a CC BY-NC-ND Licence (Attribution-Non Commercial-NoDerivatives). For more information see:

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0>

## Bodybuilding als Sinnprovinz der Lebenswelt. Prinzipielle und praktische Bemerkungen

Anne Honer (Bamberg)

Wenn wir, im Sinne lebensweltlicher Ethnographie, das Korrelat unserer Erfahrungen im Rahmen einer unserer sozialen Rollen beschreiben, dann nennen wir diesen thematisch fokussierten Ausschnitt, im Anschluß insbesondere an Benita Luckmann, eine kleine soziale Lebens-Welt. Eine kleine soziale Lebens-Welt ist also definiert als ein in sich strukturiertes Fragment der Lebenswelt, innerhalb dessen Erfahrungen in Relation zu einem speziellen, verbindlich bereitgestellten intersubjektiven Wissensvorrat statthaben. Kurz gesagt: Eine kleine soziale Lebens-Welt ist das Korrelat des subjektiven Erlebens der Wirklichkeit einer Teil- bzw. Teilzeit-Kultur. Und seiner Wissens- und Bedeutungsstruktur nach ist dieser Erfahrungs-Ausschnitt eben eine Sinnprovinz der Lebenswelt, der ein spezifischer, in sich stimmiger Erkenntnisstil eignet. Im folgenden wird nun versucht, die Teilzeit-Kultur des Bodybuilding möglichst aus der Perspektive des Teilnehmers an dieser 'sozialen Veranstaltung' zu beschreiben, als eine von vielen möglichen Sinnprovinzen der Lebenswelt. Damit erschließen sich typische Erfahrungen des - fiktiven - Normalbodybuilders, und damit wird es möglich, sein Wissen und seine Praktiken verstehend zu rekonstruieren:

Spiegel umstellen den Körperbildner in nahezu jedem beliebigen Fitness-Center. Durch sie hindurch schaut er sich an, sucht er nach den Spuren, Zeichen und Markierungen seiner Anstrengungen, nach dem Muskelfleisch gewordenen Lorbeer seiner Mühen, seiner eintönig-zähen Arbeit an jenen widersinnigen Maschinen, die ihn keineswegs physisch entlasten sondern ihm immer neue und größere Widerstände entgegensetzen. In sie spannt er sich mit immer neuen Stellungen ein, ihre Gewichte zieht, stemmt und drückt er, wohl wissend, was er tut: Für jeden Muskel sozusagen stehen Geräte bereit, die ihn zu schier endlosen Wiederholungen des gleichen Gewaltaktes herausfordern in seiner Sehnsucht nach der optimalen, und das ist zumeist fast synonym mit der maximalen Ausformung, die doch nie zu erreichen und stets noch verbesserungsfähig ist. An der Maschine gleicht der Bodybuilder dem Flipper-Spieler: Er verliert immer, wenn er die Tortur nicht von sich aus

abbricht. Ehe er aufgibt, bzw. freundlicher: ehe er seine Übung für beendet erklärt, ehe er also erschöpft und grundsätzlich überanstrengt pausiert oder zum nächsten Folterinstrument wechselt, keucht und flucht, röchelt und stöhnt er, einsam inmitten anderer ächzender und japsender Kraftakteure; ein tragischer Sisyphos des Industriezeitalters, ein heroischer Kämpfer gegen die widerspenstige Natur seines Organismus. Den Körper gilt es wiederzuerobern gegen eine degenerierende Umwelt, gegen eine zermürbende Zivilisation, gegen einen allzu bequem gewordenen Alltag.

Im Trainingsraum herrscht gemeinhin eine musikberieselte Atmosphäre nahezu sprachlos reger und konzentrierter Betriebsamkeit. Über Bauchmuskelbrett, Calfmachine, Roman Chair, Hackenschmidt- und Wadenmaschine, über Hantel- und Bizepscurling-Bank, über Turm und Lattissimus-Zuggerät liegt eine Stimmung, fast als hätten sich die Idee der frühindustriellen Manufaktur und der meditative Geist des Zen-Klosters mit der effektiven Zweck-Mittel-Rationalität des Taylorismus zur Optimierung des Fitness-Outputs vereint. Der Debütant fühlt Angst-Lust, ahnt Inkompetenz und entdeckt schamhaft seine physischen Unzulänglichkeiten. Doch niemand lacht, niemand stört ihn und niemand möchte selber gestört werden. Man mischt sich nicht ein, aber wer fragt, bekommt, durchaus nicht nur vom Trainer sondern in aller Regel auch von jedem anderen 'Mitverschworenen an der Hantel', Hinweise, Ratschläge, Hilfeleistungen. So lernt man, seinen individuellen Trainingsablauf zu routinisieren und dabei die impliziten 'Verkehrsordnungen' im Studio zu befolgen. Die kontinuierliche Weiterentwicklung der Muskulatur sozusagen als Endlosziel vor Augen erfährt man, daß 'Fort-schritte' nur jenseits der Schmerzgrenze zu erzielen sind, daß beständige Selbstüberwindung nicht nur als Prämisse eines jeden Trainingsprogramms zu verstehen ist, sondern gleichsam als ideale Lebenseinstellung des Body-builders überhaupt.

Dafür stehen die Stars, die überdimensionierten Muskelhelden der Szene. Sie sind die personifizierten Mythen vom Können durch Wollen, von Schönheit durch Askese, vom Erfolg durch Leistung. Wenn das Engagement nachläßt, wenn die Energie erschöpft ist, wenn der Enthusiasmus schwindet und die Unlust vor dem ewigen Kreislauf durch die 'Folterkammer' übermächtig wird, dann kann durchaus ihr Körpervorbild zum Sinnpotential motivationssteigernder Identifizierung werden. Denn die Stars repräsentieren physisch und psychisch das ästhetische Ziel des Bodybuilders schlechthin- vor allem

wenn er sich als Wettkampfsportler versteht, aber auch beim 'nur' schönheitsbetonten Leibesertüchtiger: Stets arbeitet er daran, seinen Körper - nicht nur irgendwie, sondern nach wertenden Kriterien - zu verändern und damit auch eine 'gesunde geistige Einstellung' auszudrücken. Folgerichtig begreift der Bodybuilder den jeweiligen Zustand seines Körpers als Resultat technisch umgesetzter Willensanstrengung, als Bearbeitung von Rohmaterial, mit dem expliziten Entwurf, aus schwachem, weichem, trägem, fettem Fleisch kräftiges, hartes, aktives und muskulöses zu formen. Er züchtet gleichsam einen neuen Körper auf der Grundlage des ihm gegebenen und indem er diesen züchtigt. Damit demonstriert der Bodybuilder praktisch, daß die eingefahrenen Gewohnheiten alltäglicher Körperrituale die Dimensionen des Möglichen durchaus nicht erschöpfen.

In dem Maße, in dem jemand sich als Bodybuilder versteht, in eben dem Maße wird ihm auch das Bodybuilding zu einer eigenen Sinnprovinz seiner Lebenswelt, in der das Bewußtsein vom eigenen Körper zum zentralen attentionalen Gegenstand wird, im Gegensatz zum normalen Alltagsleben, wo es thematisch eher marginal ist. Der Bodybuilder kapriziert sich auf den Ap- präsentationsaspekt des Leibes, auf den Körper als einem Ausdrucksfeld seiner inneren Verfassung. Das 'body image' rückt als manipulierbares in das Zentrum des körperbildnerischen Interesses. Mit anderen Worten: Während normalerweise der Körper eines Menschen anzeichenhaft auf dessen Biographie verweist, ist der Körper für den Bodybuilder eben ein intendiertes Erzeugnis, das - im Wortsinn - ausdrückt, in welchem Maße sich sein Produzent in jene andere Wirklichkeit der Überlastung und der Schmerzen entrücken kann, wie hoch mithin sein Konzentrationspotential, wie stark und unbeirrt sein Wille zur Selbstdisziplinierung ist. Erfahrungseuphorien, Motivationskundgaben, Erlösungsschilderungen, Heilsbotschaften verweisen auf Konversionserlebnisse, auf außergewöhnliche Bewußtseinsspannungen und nicht-alltägliche Erfahrungsstile, kurz: auf eine andere Sinnprovinz. Normale Plausibilitätsstrukturen büßen ihren Charakter fragloser Selbstverständlichkeit ein, die Bodybuilding-Ideologie fungiert als handlungslegitimierendes symbolisches Bedeutungs- und Erklärungssystem. Demnach lassen sich mit der richtigen Einstellung, mit Willensstärke und Selbstdisziplin also, nicht nur alle Probleme meistern, es läßt sich auch jedweder gewünschte Erfolg erzwingen. Der sinnprovinziell wohlsozialisierte Bodybuilder fühlt sich dem Alltagsmenschen durchaus nicht nur ebenbürtig sondern überlegen, als Mitglied einer neuen Körperleistungselite.

Damit ist selbstverständlich nicht gemeint, daß der normale Bodybuilder diese alltagstranszendenten Bezüge seiner sportlichen Betätigung nun tatsächlich selber so elaboriert reflektiert. Sein Wissen um derartige symbolische Verweisungszusammenhänge ist gemeinhin diffus und implizit. Explizit formuliert und distribuiert wird es hingegen von wie auch immer legitimierten Weltdeutungsexperten. Nichtsdestotrotz aber kennzeichnet es m.E. wesentlich das in dieser Teilkultur herrschende Wirklichkeitsverständnis und erschließt damit in dieser Sinnprovinz der Lebenswelt eine quasi-religiöse Erfahrungsdimension.