

Boekrecensie

Daniël Rewijk

Ruud Stokvis en Ivo van Hilvoor *de, Fitter, harder en mooier. De ontweersaanbare opkomst van de fitnesscultuur* (Sporthuis/Arbeiderpers, Amsterdam 2008)

Wie in de zomer bewonderende blikken wil trekken in strandtenten, stadscentra en zwemparadijzen, heeft reeds in de wintermaanden zijn lichaam in vorm gebracht. De fitnessclub helpt om lichaamsvetten in spierbundels om te zetten, de zonnestudio levert een gezond kleurtje en lichaamsbeharing op ongewenste plekken wordt verwijderd, al dan niet in een schoonheidssalon. Maatschappelijke bepalingen over het lichaam zijn steeds gedetailleerder, exclusiever en zijn maatgevend voor steeds grotere groepen. Hierbij komt nog de toenemende overheidsbemoediging met het lichaam, ingegeven door de wens bestedingen aan gezondheidszorg te beperken. Socioloog Ruud Stokvis en sportfilosoof Ivo van Hilvoor hebben geprobeerd de wortels van deze lichaamscultuur bloot te leggen. In hun boek *Fitter, harder en mooier. De ontweersaanbare opkomst van de fitnesscultuur* analyseren ze hoe in samenhang met de problematisering van het menselijk lichaam, activiteiten als aerobics, joggen en bodybuilding opkwamen. Daarbij hebben ze een breed blikveld: ze bestrijken een lange periode (1800 tot nu) en behandelen ontwikkelingen in Europa en de Verenigde Staten. Het levert een boeiend en gevarieerd boek op, ook door een grote verscheidenheid aan tekst- en beeldmateriaal.

De hoofdstukken in het boek zijn gebaseerd op eerder verschenen artikelen en meestal te herleiden tot één van beide auteurs. Hierbij valt op dat de hoofdstukken van de hand van Van Hilvoor vaak verkenningen zijn, studies die zoeken naar lijnen van continuïteit en momenten van verandering, naar gelijkenissen en tegenstellingen. De hoofdstukken die Stokvis schreef vormen nadrukkelijker een betoog, waarin de theorie over de differentieële populariteit van sporten (kort gezegd populariseringsmodel) centraal staat. Stokvis wil aantonen dat de verspreiding en popularisering van concrete vormen van fitness als bodybuilding en aerobics door die theorie begrepen kan worden. Het is dit element van het boek dat ik nader wil behandelen.

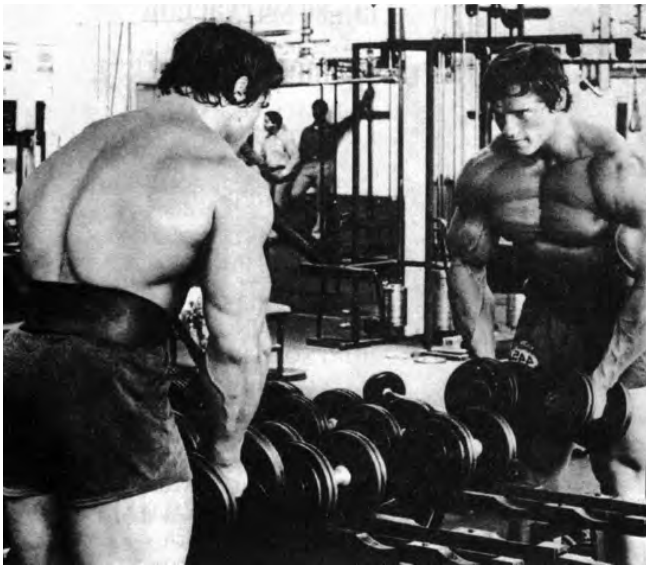
Het populariseringsmodel is rond 1990 ontwikkeld door Stokvis en Van Bottenburg (*Verborgene competitie. Over de uiteenlopende populariteit van sporten*, 1994).

De theorie houdt kort samengevat in, dat sporten die zijn ontstaan in landen met een politiek, economisch en cultureel overwicht op de rest van de wereld, de grootste kans hebben om overgenomen te worden door de rest van de wereld. Een voorwaarde is dat de sport in het land van oorsprong door de maatschappelijke elite wordt opgezet en doorgegeven aan de elite in het adopterende land. De popularisering van sporten is volgens dit model onderhevig aan het "druppelmechanisme": groepen mensen uit lagere sociale klassen nemen de levensstijl (in dit geval sport) over van hogere sociale klassen. Zij doen dit om hun maatschappelijke status te verhogen.

De verschillende oervormen van activiteiten die we nu onder de noemer fitness plaatsen, voldeden niet aan deze eisen. Mengvormen van dans en gymnastiek (zoals eurythmie en ritmische gymnastiek) werden weliswaar in elitaire kringen omarmd, maar ontstonden op de verkeerde plaats en de verkeerde tijd: Duitsland in het interbellum. Bodybuilders vertoonden in de negentiende eeuw hun kunsten op kermis en tentoonstellingen en werden in de twintigste eeuw lange tijd geassocieerd met homoseksualiteit en compensatiedrang. Zij konden moeilijk door gaan voor rolmodellen. De omslag kwam vanaf de jaren zestig.

Aerobics werd rond 1980 door jonge glamourvrouwen (Jane Fonda) commercieel uitgebaat met behulp van televisie en instructievideo's. In Nederland namen televisiesternen als Ron Brandsteder en vooral Debbie Jenner (van Doris D & The Pins) de





exploitatie van dit nieuwe fenomeen op zich. Bodybuilding werd na de tweede wereldoorlog steeds meer zichtbaar in tijdschriften als *Strength & Health* en *Your Physique*. Hollywoodproducties in de jaren zeventig en tachtig (met icoon Arnold Schwarzenegger, maar evenzeer de Rocky-films met Sylvester Stallone) toonden aan dat bodybuilding zich had onttrokken aan de obscuriteit. Sterker nog, de films bereikten een internationaal miljoenenpubliek en bodybuilding werd omarmd door Hollywood en spraakmakende artistieke kringen in New York; Andy Warhol woonde een feestje bij ter viering van Schwarzeneggers vierde Mr. Olympia-titel. De verspreiding in Europa verliep vervolgens langs twee kanalen: lagere sociale klassen beoefenden “extreme bodybuilding” en groepen uit de middenklasse waren geïnteresseerd in gematigder vorming van de spieren. Vooral yuppen omarmden de “light” versie van bodybuilding.

Eén voorwaarde van het populariseringsmodel (verspreiding vanuit een staat die economisch, politiek en cultureel een hegemonie voert) is onmiskenbaar aanwezig in de doorbraak van fitness. De Verenigde Staten waren gedurende de jaren zestig, zeventig en tachtig het richtpunt voor de gehele westerse wereld. De tweede voorwaarde, de doorslaggevende betrokkenheid van de elite, wordt minder overtuigend aangetoond. Om zowel het Amerikaanse milieu van de opkomst van fitness, als het Europese milieu van verspreiding ervan tot elite te kunnen benoemen, is een

flexibele definitie van het begrip vereist. Ten eerste zijn de films van Schwarzenegger en Stallone moeilijk als elitaire cultuuruitingen te zien. Het zijn modelvoorbeelden van massacultuur, waar de maatschappelijke elite lange tijd de neus voor ophaalde of hoogstens een ironische belangstelling voor toonde. Ten tweede is moeilijk vol te houden dat de elite bij de verspreiding in Europa een cruciale rol speelde. Het onveranderde Amerikaanse voorbeeld van Arnold Schwarzenegger vond in Europa juist onder de arbeidersklasse als eerste navolging.

Deze buigzame toepassing van het populariseringsmodel is niet de enige kanttekening die bij Stokvis' betoog is te plaatsen. Het hoofdstuk over aerobics (“Waarom miste gymnastiek de fitnesshause?”) heeft, zoals de titel laat zien, een sterk teleologische inslag. Volgens Stokvis had ritmische gymnastiek de intrinsieke eigenschappen om uit te groeien tot de populaire vorm van lichaams oefening die aerobics uiteindelijk werd. Het ging volgens Stokvis fout toen ritmische gymnastiek “versportte.” Dit gebeurde kort na de tweede wereldoorlog. Achteraf kunnen we gemakkelijk vaststellen hoe de strategie van gymnastiekorganisaties had moeten zijn om de massa's aan zich te binden. De bestuurders van 1950 handelden echter naar de ideeën, mentaliteit en waarden van 1950. Die zetten aan tot de creatie van een wedstrijdvorm van ritmische gymnastiek. Pas veel later werd duidelijk dat de behoefte van de massa meer uitging naar een vrijblijvende mengvorm van dans en lichaams oefening (aerobics), dan naar een rigide wedstrijdvorm als ritmische gymnastiek.

Stokvis en Van Hilvoorde wijzen in hun *Slot* op de algemene maatschappelijke veranderingen na de tweede wereldoorlog als verklaring voor de opkomst van fitness. In de overgang van een industriële naar een post-industriële economie werd fysieke arbeid steeds zeldzamer en voedsel steeds gemakkelijker beschikbaar. De zwaarlijvigheid die hiervan het gevolg was werd in toenemende mate als problematisch ervaren, omdat juist in de expanderende dienstensector een slank en gezond uiterlijk belangrijk werd. Deze economische transformatie ging gelijk op met een verschuiving in waardepatronen, die in dit boek slechts in algemene termen beschreven worden. Een systematisch onderzoek naar de oorsprong en het effect van die ver-

anderende waarden, zou meer inzicht hebben verschaft in de opkomst van fitness, dan een paradigmatische toepassing van het populariseringsmodel.

De sportsocioloog Bart Crum liet in zijn literatuurstudie *Over versporting van de samenleving* (2001) zien hoe Duitse sportsociologen als Klaus Cachay en Karl Heinrich Bette, de maatschappelijke context van lichamelijke en beweging meer systematisch en expliciet hebben beschreven. In hun benadering geldt sport als een 'sociaal systeem' dat net als andere sociale systemen (bijvoorbeeld religie, gezondheidszorg en onderwijs) bestaat om een maatschappelijk probleem op te lossen. Een sociaal systeem past zich aan als de maatschappelijke problematiek verandert. Bette ziet in onze tijd een 'paradoxale gelijktijdigheid van lichaamsontkenning en lichaamsverheerlijking.' In de huidige samenleving is de betekenis van het lichaam in het dagelijks leven sterk verminderd door de steeds oprukkende technologie. Als reactie hierop ontstaan 'expliciete thematiseringen van de lichamelijke', door Bette kortweg bestempeld als *Körperboom*. Hij stelt dat mensen het lichaam inzetten om een natuurlijke toestand te bereiken en verwijst naar 'Het dansende lijf als therapeuticum; het in slow-motion gezette lijf van de Aziatische bewegingsmeditaties; het door lopen fit gemaakte lijf; het qua spiervolume verhoogde lijf (...). Daarbij komen dan nog al die experts die het lijf in het water, op het land, of in de lucht met de meest uiteenlopende apparaten en kunstmiddelen confronteren en bewegen teneinde nieuwe, het dagelijks leven overstijgende, belevenissen mogelijk te maken.' (Crum, p. 40)

Bette noemt een reeks ontwikkelingen die reacties op het 'sociale systeem sport' losmaken: behalve de steeds toenemende welvaart ook de inperking van de rol van kerk en gezin, een andere waardering van arbeid en vrije tijd, individualisering en de opkomst van een 'postmaterialistische waardeoriëntatie.' Vooral de harde competitie, waarin winst en verlies allesbepalende factoren zijn, bleef 'niet zonder kritiek, in een tijd waarin andere sociale domeinen op soortgelijke wijze ter discussie werden gesteld.' (Crum p. 43) Naast de traditionele wedstrijdsport ontstaan alternatieve vormen van lichaamsoefening, zoals bodybuilding, aerobics en joggen. De gymnastiekbestuurder van 1950 handelde naar het oude waardepatroon, waarin competitiedrang nog gold als een onmisbaar bestand-

deel van lichaamsoefening. Vandaar dat hij niet veel anders kon dan de ritmische gymnastiek modelleren naar de wetten van traditionele wedstrijdsport.