

1. Masseaufbauphase

*Der Imperativ: »Du mußt dein Leben ändern!«
impliziert nun: sich selbst in die Hand
nehmen, um aus dem eigenen Dasein einen
Gegenstand der Bewunderung zu formen¹
(Peter Sloterdijk)*

1.1 Warm Up: Vom Bodybuilder zum Bodybild

Auch wenn Arnold Schwarzenegger in seiner *New Encyclopedia of Modern Bodybuilding*² von rustikalen Methoden wie der folgenden abrät, so werden sie doch von den meisten Bodybuildern praktiziert. Wenn die Tage kürzer werden und die Nächte länger, wenn die Temperaturen es nicht mehr gestatten, T-Shirts und Shorts zu tragen, dann füllt der Bodybuilder seinen Kühlschrank so voll er nur kann und beginnt zu essen. Er isst möglichst viel, möglichst oft und möglichst nahrhaft. Komplexe Kohlenhydrate, gute Fette, hochwer-

- 1 Peter Sloterdijk, *Du mußt dein Leben ändern*, Frankfurt a. M.: Suhrkamp, 2009, S. 512.
- 2 Arnold Schwarzenegger und Bill Dobbins, *The New Encyclopedia of Modern Bodybuilding: The Bible of Bodybuilding, Fully Updated and Revised*, New York: Simon & Schuster, 1998, S. 703.

tige Eiweiße. Hohe Gewichte stemmt er bei niedrigen Wiederholungszahlen, das Ausdauertraining wird auf ein Minimum reduziert. Die eigentlich körperfeindliche Jahreszeit Winter nutzt er so zum Aufbau von Körpermasse. Diese Phase nennt man Masseaufbauphase. Naht der Frühling oder ein Wettkampf, so naht die Definitionsphase. Der Bodybuilder steigt um auf kohlenhydratarme, eiweißreiche, fettmodifizierte Kost, er intensiviert das Cardiotraining und steigert die Wiederholungszahlen. Er formt seinen Körper; es gilt, die Muskelmasse zu bewahren, die Konturen zu schärfen, die Proportionen zu harmonisieren, das überflüssige Fett zu verbrennen. Ein gutes Beispiel hierfür ist der im Jahr 1996 an einem bunten Dopingcocktail verstorbene Bodybuilder Andreas Münzer. Der *Spiegel* berichtete damals unter dem reißerischen Titel *Blond, stark und tot* über den österreichischen Athleten:

Denn ähnlich wie der Steinmetz einen hinreichend großen Block für eine Skulptur benötigt, braucht der Bodybuilder möglichst viel Muskelmasse, die er anschließend bearbeiten kann. In dieser Phase ißt Münzer wie drei Normalbürger zusammen: bis zu 8000 Kilokalorien am Tag – das sind etwa sechs Pizzen. Am Ende wiegt er rund 115 Kilogramm. In der darauffolgenden Phase, die etwa drei Monate vor dem Wettkampf beginnt, muß Münzer bei unverändert hohem Trainingsaufwand strenge Diät halten. Er verzehrt nur noch Fisch und Putenfleisch, dazu Reis, manchmal noch ein bißchen Obst und Salat. Auf Fett hat er ganz zu verzichten.³

In dieser Einleitung befinden wir uns gewissermaßen im Stadium einer akademischen Masseaufbauphase, wenngleich auf intellektuelles Doping weitgehend verzichtet werden soll. Ich sammle und häufe Material, das ich noch nicht klar definiere, doch ich werde diese Materialmasse benötigen, um aus dem rohen Block im nächsten Kapitel eine wohlgeformte Denkfigur zu meißeln. Zunächst gilt es, das nötige Basisvolumen zu erreichen.

Die Geschichte des Bodybuildings wurde bereits geschrieben. Doch man schrieb sie als Sport- und Kulturgeschichte. Ein Großteil der Literatur rückt überdies psychologische und soziologische

3 Kein Autor genannt, »Blond, stark und tot«, in: *Der Spiegel* 17/1996, S. 143.

Aspekte in den Vordergrund. Mal definiert man den Bodybuilder als wandelnde Männerphantasie, trunken von der eigenen Kraft und von der eigenen Potenz, mal als zum Leben erweckte Comicfigur, mal als das hypertrophe, hypermaskuline Pendant zur Anorektikerin. Dafür prägte der amerikanische Psychiater Harrison G. Pope Begriffe wie »Adonis-Komplex« und »Bigorexia« – das fatale Streben nach schierer Größe und muskulärer Perfektion um jeden Preis. Wenn schließlich in den Massenmedien vom Bodybuilding die Rede ist, so geht es zumeist um Doping. Vor dem Fernseher bebraucht man sich am Exzess des Fleisches und wähnt sich selbst im sicheren Hafen der reinen Vernunft.

Der hier vertretene Ansatz weicht ab von diesen wohlmeinenden Interventionen, ohne ihre Berechtigung gänzlich in Abrede stellen zu wollen. Er basiert auf der nüchternen und zunächst wohl etwas seltsam erscheinenden These, dass die Geschichte des Bodybuildings vor allem eine Kunst-Geschichte darstellt. Um empörten kunstreligiösen Invektiven gleich vorab zu begegnen: Die Rede ist nicht von »Art with a capital A«, sondern von »art with a lowercase a«⁴. Ich meine nicht jenes hartnäckige Phantasma der großen und edlen Kunst, das von Philosophen, Pädagogen, Kunsthistorikern und Kunstvermittlern durch zahlreiche rhetorische Sonden gespeist wird. Gemeint ist die Kunst als Ästhetik der Existenz, die Kunst der Selbstgestaltung und der Selbstvervollkommnung unter immanenten, körperzentrierten Vorzeichen. In den Worten Michel Foucaults lässt sich fragen: »Aber könnte nicht das Leben eines jeden Individuums ein Kunstwerk sein? Warum sind Gemälde oder ein Haus Kunstobjekte, aber nicht unser Leben?«⁵

Natürlich soll hier nicht die naive Formel Leben = Kunst vorausgesetzt werden. Sehr wohl aber gilt, dass sich das Leben immer dann einem Kunstprojekt annähert, wenn es sich außerhalb der Realitätszwänge zu bewegen beginnt; wenn es Transformation anstrebt; wenn es einen Willen zum Schöpferischen entwickelt; wenn es eine

4 Hubert Locher, »Talking or not talking about Art with a capital A: Gombrich, Schlosser, Warburg«, auf: Leitmotiv online, www.ledonline.it/leitmotiv. 14.10.2009.

5 Michel Foucault, *Ästhetik der Existenz*, Frankfurt a. M.: Suhrkamp, 2007, S. 202.

existentielle *Form*, einen existenziellen *Stil* ausprägt. Meine Hypothese lautet, dass dies gerade im Bodybuilding der Fall ist. Jeder individuelle Lebensentwurf, der sich mit ästhetischen Mitteln gegen tradierte Zweckmäßigkeiten und Determinanten stemmt, kann mit Recht als ein künstlerischer Lebensentwurf oder, in der gesteigerten Variante, als »existentielle Kunst, bei der das Leben insgesamt nach Erhöhung und Verklärung strebt«⁶ angesehen werden. Wenn Kunst weiterhin eine gezielte schöpferische Tätigkeit ist, deren Produkte im Gegensatz zu Kühlschränken oder Penisumpen auf keine eindeutige Funktion reduziert werden können, so könnte diese Funktionslosigkeit eine weitere Spur hin zur Logik des Bodybuildings bilden.

Darüber hinaus sollen auch formalästhetische Aspekte der modernen und postmodernen Körperkultur beleuchtet werden, die interessante Verwandtschaften zwischen Bodybuilding und Kunststilen vom Klassizismus bis hin zum Abstrakten Expressionismus zu Tage fördern werden. Das Kunstschaffen wird dabei stets mit Blick auf das Wissen, die Mentalitäten und die Diskurse der jeweiligen Periode analysiert. Zwar gibt die Kunst oft an, von einem anderen Stern zu stammen und gänzlich eigenen Gesetzen zu folgen, tatsächlich aber unterwirft auch sie sich den Bedingungen und Möglichkeiten ihrer Zeit. Kunsttheorie, Kunstpraxis und Kunstbetrachtung stehen, wie unter anderem der Kunsthistoriker Jonathan Crary betont, in einem reziproken Verhältnis zu Institutionen, Konventionen, Technologien und Diskursen, die ihrerseits dem historischen Wandel unterliegen – aber auch das menschliche Subjekt selbst durchläuft mannigfaltige Evolutionen des Denkens, Wissens und Begehrens.⁷

Meine kontextuell angelegte Kunst-Geschichte des Bodybuildings beschreibt, wie sich der Körper *im Körper und am Körper vom Körper löst* und sich als eine Selbstskulptur positioniert, die, aus den Zwängen der Natur und der Geschichte entrückt, in eine »Zweckmäßigkeit ohne Zweck« (Immanuel Kant) überführt wird.

6 Sloterdijk, *Du mußt dein Leben ändern*, S. 385.

7 Vgl. Jonathan Crary, *Techniques of the Observer: On vision and modernity in the nineteenth century*, Cambridge, London: MIT Press / October Books, 1992, S. 3–6.

Da ich diese Geschichte in der ihr angemessenen Tiefe präsentieren möchte, soll hier auch von der klandestinen Vorgeschichte des Bodybuildings die Rede sein, von seinen geistesgeschichtlichen Einflüsterern. Der Versuch, den Bodybuilder nicht nur als aktuelles Phänomen, sondern auch als geschichtliches Gefäß zu begreifen, darf dabei nicht als exakte Wissenschaft verstanden werden. Hier geht es weder um Beweise, noch um Kausalitäten, noch um direkte Transfers. Dieser Essay ist ein *essai* im wörtlichen Sinne. Er bildet mit seinem Methodenpluralismus und seinen teils widersprüchlichen Thesen eine heuristische Versuchsanordnung, die das Ziel hat, überhaupt erst neue Perspektiven zu eröffnen.

Heuristik wird hier im philosophischen Sinne verstanden als eine *ars inveniendi*, die mit Hilfe von Modellen, Analogien und Gedankenexperimenten operiert, wenn noch kein Routineverfahren entwickelt ist oder sich ein Routineverfahren als unzulänglich erwiesen hat. Heuristik begründet Sachverhalte nicht im Sinne der Logik, sondern entwickelt vielmehr Strategien des erkennenden Lernens. Ich möchte zum einen die diachrone Dimension eines vergleichsweise neuen Phänomens wie des Bodybuildings auf experimentelle Weise zur Diskussion stellen und dabei die topographisch unspezifische Nachträglichkeit geistesgeschichtlicher Motive thematisieren. Zum anderen wende ich eine komparatistische Methodik an, um einen dynamischen und ambivalenten Begriff des Bodybuildings zu entwickeln, der es nicht bei vorschnellen Zuschreibungen belässt. Die empirische Erdung ist durchaus gegeben. Wenn ich etwa das Bodybuilding auf seine freimaurerischen Einflüsse untersuche, so deshalb, weil sich konkrete Verbindungen nachweisen lassen.

Zunächst: Warum eigentlich Kunst? Wie gezeigt werden soll, trennt ein epistemischer und mentalitätsgeschichtlicher Bruch die Praxis des historischen Kraftsports vom Bodybuilding, das sich erst auf Grundlage des postmodernen Ästhetizismus in den liberaldemokratischen Konsumkulturen entfaltet. Im späten 19. Jahrhundert beginnt die Ausdifferenzierung des Bodybuildings, weg von einer hybriden Kraftartistik hin zu einem sozialen Subsegment, das sich nach 1945 in den westlichen Gesellschaften als selbstreferenzielles Spektakel etabliert. In diesem Subsegment bleibt die Kraft zwar potenziell erhalten, indes, überwölbt vom *Bild* der Kraft. Der Muskel

behält die Spannung bei, doch die Ästhetik dieser Spannung ist nun maßgeblich, nicht die Leistung der Spannung. Die Analyse dieses Subsegments erfordert demzufolge eine geschärfte und differenzierte Terminologie, vor allem aber eine neue Kontextualisierung innerhalb der akademischen Disziplinen – Bodybuilding ist primär ein Gegenstand der Ästhetik, der Kunstwissenschaft und der Philosophie. Der vorliegende Essay kann dahingehend gelesen werden als Beitrag zur Geschichte der Kunst außerhalb des *Kunstsystems*, der gleichwohl auf den methodologischen Fundus von Kunstwissenschaft und Philosophie zurückgreift.

Es geht also nur vordergründig um Bodybuilder. Tatsächlich geht es um *Bodybilder*.⁸ Wie die Builder erst zu Bildern wurden, werde ich anhand der wechselvollen Vorgeschichte des Bodybuildings untersuchen. Am Ende dieser Vorgeschichte, das heißt, in der heutigen Zeit, stehen Statuen aus Fleisch und Sehnen, erblicken wir schimmernd-somatische Landschaften in Öl: Bilder von gewaltigen Körpern und Körper, die gewaltige Bilder sind. Ich werde die Geschichte des Bodybuildings im Spiegel moderner und postmoderner Kunst(theorie) betrachten und auf diese Weise versuchen, dem psychopathologisch überfrachteten Diskurs ein wenig Luft zu verschaffen. Wenn dabei von *dem* Bodybuilder die Rede ist, so nicht, um alle Bodybuilder auf einen Begriff zu reduzieren. Vielmehr geht es um die Quintessenz des Bodybuildings, um den nicht reduzierbaren Kern, der ungeachtet individueller Ausprägungen bestehen bleibt. Deshalb wird hier auch nur dann zwischen weiblichem und männlichem Bodybuilder unterschieden, wenn Diskurse thematisiert werden, die diese Unterscheidung explizit treffen (vgl. Kapitel 4.3).

Wohlgermerkt: Die Rede ist vom *Bodybuilder*, nicht vom filigranen Fitnesssportler. Anders als dieser ist der Bodybuilder nicht zum Typus des »athletischen, neo-liberalen, modellschönen Siegertypus«⁹ zu rechnen. Ein erstes Indiz liefert der deutsche Bodybuilder Markus Rühl, der auf seiner DVD *Made in Germany* gleich

8 Den Begriff »Bodybilder« verdanken wir dem Schriftsteller Bodo Kirchoff, vgl. Kapitel 1.2.

9 Peter Sloterdijk, *Der starke Grund zusammen zu sein*, Frankfurt a. M.: Suhrkamp, 1997, S. 43.

zu Beginn sagt: »I would say bodybuilding, not fitness.«¹⁰ Beim Fitnesssportler stehen zwar auch ästhetische Kriterien hoch im Kurs, doch zugleich formt er seinen Körper, um bis ins hohe Alter flexibler, ausdauernder, attraktiver und viriler durch den Wohlstandstress manövrieren zu können. Der Körper des Bodybuilders hingegen ist im Alltag schlecht zu gebrauchen. Er ist schwer, kostet viel Geld und Zeit, benötigt Unmengen an Nahrung und Supplementen, die Muskeln sind ständig im Weg, nur wenige Menschen finden ihn attraktiv. Der Körper des Fitnesssportlers ist ein Kompromiss. Der Körper des Bodybuilders aber ist kompromisslos. Der Körper des Fitnesssportlers will gefallen. Der Körper des Bodybuilders aber will auffallen. Schon hier zeigen sich erste Überschneidungen mit dem Habitus der modernistischen¹¹ Kunst. Denn was die progressivistischen Kunstströmungen der Moderne zuvorderst charakterisiert, ist ihre Abkehr vom Primat des *Schönen*. Für sie gilt das trotzexistenzialistische Prinzip: Wir können auch anders.

Bodybuilder gehören nicht zur Spezies der urbanen Apolls mit Pulsuhr und Blackberry, die leichtfüßig im Naherholungspark die Ententümpel umrunden und nach Einbruch der Dunkelheit als metrosexuelle Eroberer in Chill-Out-Lounges reüssieren. Geschmeidige Epilisten wie David Beckham und biegbare Hupfdolls wie Jane Fonda repräsentieren das Ideal von Fitness. Schwerfällige Kolosse wie Schwarzenegger, Dorian Yates und Ronnie Coleman besetzen spätestens seit den 1960er Jahren die Vorstellung vom Bodybuilder. Körper wie die ihrigen haben in unserer Gesellschaft keine *Funktion* – es sei denn, als spektakuläre Kunstwerke und Kommunikationsmedien, die für Empörung und Verblüffung sorgen. Denn es ist offensichtlich, dass »kraftstrotzende Männer [...] in der neoliberalen

10 Markus Ruehl, *Made in Germany*, DVD, 2003, Eibon Films und Markus Ruehl.

11 Ich gebrauche den Begriff »modernistisch« immer dann, wenn ein expliziter Anspruch auf Modernität und Fortschrittlichkeit ausgedrückt werden soll. Der Begriff »modern« verweist in diesem Essay im historischen Sinne auf die Zeit nach der französischen Revolution bis und einschließlich heute. Weiterhin wird »Postmoderne« hier nicht als Gegensatz zur Moderne verstanden, sondern als kritisch-reflektierender Teil der Moderne, der sich grob auf die US-amerikanisch geprägte Zeit nach dem Zweiten Weltkrieg datieren lässt und überwiegend ein westliches, urbanes Phänomen darstellt.

Arbeitswelt immer seltener »gebraucht« [werden]¹². Gefragt sind eher »smarte und clevere, in Fitness-Studios gestylte Finanz- und Business-Männer«¹³.

Eine Analogie aus der Psychoanalyse, die ich in diesem Essay jedoch nicht weiter verfolgen möchte, drängt sich förmlich auf: Der Fitnesssportler bildet dieser zufolge das Ich der Postmoderne, *well designed*, stromlinienförmig, moderat, vernunftbetont, sexy. Der Bodybuilder hingegen visualisiert das dunkle Es, nicht weniger aufwändig gestaltet, doch extrem, radikal, erhaben, maßlos und verstörend in seiner Ästhetik. Diese Analogie führt jedoch in die Irre. Wie sich herausstellen wird, mutet der Körper des Bodybuilders zwar nachgerade surrealistisch an. In Wahrheit aber ist der Bodybuilder ein Apologet neuzeitlicher Rationalität. An seinem Körper gibt es keine Stelle, die nicht minutiös berechnet ist. In den Krafräumen begegnen wir Bodybuildern, die gerade noch mit verzerrtem Gesicht unter schweren Gewichten keuchten, um anschließend ein Büchlein zu zücken, in dem der Trainingsfortschritt säuberlich notiert wird. Form, Fleisch und Zahl gehen eine Symbiose ein. Vielleicht zeigt sich gerade am Beispiel des Bodybuilders, dass das Surreale nicht etwa das Andere der Rationalität markiert, sondern dessen Kulminationspunkt bildet.

Keinesfalls möchte ich den Bodybuilder in kulturpathologischer Manier als alarmierendes Symptom einer Verfallszeit definieren. Der Bodybuilder ist kein Geisteskrüppel auf Muskelkrücken. In historischer Perspektive war Dummheit niemals auf Expander angewiesen, um zu expandieren. Ich erkenne im Bodybuilder auch kein Indiz für den bevorstehenden Untergang des dekadenten, nurmehr um das körperliche Heil besorgten Abendlandes. Ich betrachte ihn ganz wertfrei als einen unter vielen *Effekten* neuzeitlicher, moderner und postmoderner Diskurse. Anders ausgedrückt: Seine Gestalt und seine Selbsttechnologie sind Resultate einer weitreichenden Transformation des neuzeitlichen und modernen Denkens unter dem bunten Scheinwerferlicht der Postmoderne. Ich möchte zeigen, wie sich im und mit dem Bodybuilding der geistesgeschichtliche To-

12 http://evakreisky.at/onetexte/koerpergefuehle_kreisky.pdf. 10.11.2009.

13 Ebd.

pos von der »bildhauerischen Arbeit an der inneren Statue«¹⁴ in eine bildhauerische Arbeit an der äußeren Statue verwandelt. Die Ideengeschichte vom Menschen, der sein Leben meißelt wie ein Bildhauer eine Skulptur, reicht zurück bis in die Antike und kann hier nur ansatzweise wiedergegeben werden. Ich beschränke mich in meiner Darstellung auf Neuzeit, Moderne und Postmoderne, weise aber darauf hin, dass bereits Platon die Arbeit am Selbst mit der Bildhauerei vergleicht; dass auch Plotin argumentiert, man könne die Schichten des Lasters von sich abschlagen wie die Oberfläche eines Steins und darunter eine moralische Schönheit zutage fördern; dass diese Metapher im Mittelalter wiederum als Sinnbild für den Gläubigen dient, der stetig und unter Qualen an sich arbeitet.¹⁵

Mögen also fürsorglichere Autoren sich den ethischen und moralischen Dimensionen des Bodybuildings annehmen. Einem gemäßigten Publikum aufs Neue zu erzählen, dass Bodybuilder obscure Substanzen konsumieren und einem somatischen Extremismus fröhnen, ist gleichbedeutend mit *preaching to the converted*. Ja, sie sind extrem. Ja, sie sind irgendwie anders. Natürlich ist das »doch nicht

14 Sloterdijk, *Du mußt dein Leben ändern*, S. 450.

15 Vgl. Joseph Imorde, Vorlesungsskript, unveröffentlicht: »In Platons ›Politeia‹ hatte Sokrates den Prozeß der Selbstperfektionierung eben mit der Bildhauerei verglichen. Hier wie dort ginge es darum, die verborgenen Werte, die Tugenden durch harte Arbeit freizulegen. Dieser Gedanke sollte von hier aus topischen Charakter annehmen. Plotin meinte etwa, wenn man sich selbst nicht als schön empfinde, müsse man es eben so halten, wie jener, der eine Statue in Arbeit habe, nie aufhören zu meißeln, ohne Unterlaß das Häßliche fortnehmen, bis endlich die Schönheit doch noch zum Vorschein komme. Solch einen zuerst moralisierenden Vergleich konnte sich die christliche Tugendlehre natürlich nicht entgehen lassen. Gregor der Große nahm das Bild gerne auf und gab es an das Mittelalter weiter. Jeder der sich im Glauben perfektionieren wolle, müsse es mit sich so halten, wie der Bildhauer mit seinem Stein: lange auf sich einschlagen, sich kasteien, das Überflüssige und Überschüssige abmeißeln und dann das grob Behauene noch so fein polieren bis das goldene Abbild Gottes in einem selbst zu glänzen beginne. Dieser Gemeinplatz der arbeitsamen aber gewinnversprechenden Selbstüberwindung, diese Vorstellung von der künstlerischen Bearbeitung der eigenen Persönlichkeit überdauerte auch noch die Renaissance und überlieferte sich bis in den deutschen Idealismus, ja – wenn man so will – bis in die Jetztzeit hinein.«

mehr schön«. Natürlich ist das »doch nicht mehr gesund«. Wir alle wissen das.

Deshalb möchte ich lieber die bislang selten behandelte Frage nach den geistesgeschichtlichen *Bedingungen der Möglichkeit* des Bodybuildings zur Disposition stellen – selbstredend jedoch nicht in transzendentaler Hinsicht. Die wirklich interessanten Fragen lauten vielmehr: Welche Umbrüche in der Kultur der Erkenntnis, des Wissens und der Wahrheit waren notwendig, um die selbstreferenzielle Körperpraxis der Bodybuilder in der abendländischen Kultur zu verankern? In welchem geistesgeschichtlichen Boden wurzelt das Bodybuilding eigentlich?

In allgemeiner historischer Perspektive haben Bodybuilder zunächst einmal Anteil an einem Prozess, den die Kunstwissenschaftlerin Christiane Kruse in ihrem Aufsatz *Nach den Bildern: Das Phantasma des ›Lebendigen‹ Bildes in Zeiten des Iconic Turn*¹⁶ beschreibt. Kruse entwickelt eine Genealogie der verlebendigten Bilder, von den Mythen des Zeuxis und des Pygmalion über *effigies*, Mönchsautomaten und *tableaux vivants*, bis hin zum heutigen Roboter mit Gesichtsfunktion oder dem Klonschaf Dolly. In der Anthologie *Iconic turn: Die neue Macht der Bilder* (2004) entdeckt Kruse Autoren, die »nichts anderes als die Frage beschäftigt, wie man die Bilder überwinden kann, näherhin, wie man Kulturtechniken erfindet, die die vorgefundene, natürliche Welt derart nachahmen, nachbauen, simulieren, dass sich die künstlich gemachte nicht mehr von der natürlich geschaffenen Welt unterscheidet«¹⁷. Kruse bezeichnet diese Tendenz als den »transikonischen Impuls der Kunst- und Technikgeschichte«¹⁸.

Diesen Impuls zur Tilgung der Differenz zwischen ›natürlicher‹ und ›künstlicher Welt‹, zwischen ›totem‹ Bild und Lebewesen finden wir auch im Bodybuilding. In der im Jahr 1946 in Montreal gegründeten und bis heute die globale Szene dominierenden *International Federation of Bodybuilding and Fitness* (IFBB) wird der Körper als

16 Christiane Kruse, »Nach den Bildern: Das Phantasma des ›Lebendigen‹ Bildes in Zeiten des Iconic Turn«, in: Hans Belting (Hrsg.), *Bilderfragen: Die Bildwissenschaften im Aufbruch*, München: Fink, 2008, S. 178.

17 Ebd., S. 166.

18 Ebd., S. 166.

Kunstwerk zur zentralen Referenz, wenngleich sich die IFBB selbst als Sportverband definiert. Im Regelwerk der Organisation sind jedoch ausschließlich formalästhetische Kriterien ausschlaggebend (vgl. Kapitel 2.4). Mit den Kraftwettbewerben wie im 19. und frühen 20. Jahrhundert ist es in der IFBB vorbei, sie sind allenfalls Teil des Rahmenprogramms.

Gezielt löst sich die IFBB aus der schweißnassen Umarmung der Gewichtheberverbände. Entrüstet diffamieren diese die Separatisten daraufhin als »Sissies« und »Boobiebuilder«¹⁹. Die reine Zurschaustellung des skulpturalen Körpers passt nicht ins Selbstverständnis der Gewichtheber. Bilden die Bodybuilder nicht bloß ab, was die Kraftsportler *in realiter* auszeichnet? Sind ihre akribisch gemeißelten Körper nicht bloß ein schwacher und zugleich unverschämt schillernder *Abglanz* des wahren, nämlich des funktionalen Körpers? Wir erleben an dieser Stelle einen ersten Fall von Bilderstürmerei in der Körperkultur. Die Gewichtheber geben sich als strenge Platoniker zu erkennen, die im Körper-Bild nichts weiter als eine defizitäre Simulation des Lebens erkennen. So kommt es zum Schisma zwischen Ikonoklasten (Gewichthebern) und Ikonodulen (Bodybuildern).

Heute trennt die IFBB klar zwischen den Disziplinen *Bodybuilding*, *Classic Bodybuilding*, *Women Fitness*, *Men Fitness* und *Women Bodyfitness*. Auf diese Terminologie wird im Folgenden durchweg Bezug genommen. Die IFBB-Bodybuilder sollen den Regularien gemäß ihre Muskulatur ganzheitlich, aber bis zur »maximum size«²⁰ entwickeln und dabei gleichzeitig ihren Körperfettanteil sowie den Wassergehalt der Haut auf ein Niveau »as low as possible«²¹ reduzieren, um die »density, separation and definition«²² der Muskelfasern zur Geltung zu bringen. Außerdem sollen die Schultern breit, die Taille schlank sein. Auch der Laie erkennt sofort: Mit Gesundheit oder Sportlichkeit hat das nicht im Geringsten zu tun. Wohl aber mit einem genuin künstlerischen, bildnerischen Konzept.²³

19 Anm.: »Boobs« steht im Amerikanischen umgangssprachlich für Brüste.

20 <http://ifbb.com/page.php?id=12.09.08.2008>.

21 Ebd.

22 Ebd.

23 Ähnlich ausdifferenziert sind die Publikationen. Das Magazin *Flex* ist das

Wenn man das Bodybuilding in der Tradition des transikonischen Impulses verortet, so stellt man fest, dass Bodybuilder diesem Impuls in umgekehrter Richtung folgen. Anstatt Artefakte zu verlebendigen, ästhetisieren sie ein lebendiges Subjekt/Objekt, den menschlichen Körper, hin zu einem Bild. Auf der einen Seite also Pygmalion, dessen Statue zum Leben erwacht, und der Mönchsautomat des 16. Jahrhunderts, der sich zu bewegen beginnt. Auf der anderen Seite der Bodybuilder des 20. und 21. Jahrhunderts, der die Pose einer Statue einnimmt. Verlebendigung des Technischen und Künstlerischen auf der einen Seite, Ästhetisierung des Lebendigen auf der anderen. In beiden Fällen geht es um die Überbrückung der Kluft zwischen dem Bereich der Kunst, des Gemachten, des Hergestellten, und jenem Bereich, den man etwas unbeholfen das ›Leben‹ oder das ›Natürliche‹ nennt.

Geht es bei Pygmalion darum, die spezifischen Beschränkungen und Begrenzungen eines Artefakts zu überwinden – und nichts anderes heißt, dieses zu *beleben* –, so geht es beim Bodybuilding darum, die immer schon latent vorhandene, anthropologisch konstante Ästhetik des Körpers, sprich: eines Teils des Körpers, nämlich der Muskelmasse, herauszustellen und bis ins Groteske zu übersteigern. Der Bodybuilder gestaltet den Körper wie ein Bild. In den Worten Hans Beltings könnte man sagen, der Körper sei hier »selbst ein Bild, noch bevor er in Bildern nachgebildet wird«²⁴.

Die ästhetische Praxis des Bodybuilders, den Körper als Bild aufzuführen, lässt sich auch in Analogie setzen zu den transikonischen Bildern der Body Art, die zur selben Zeit ihren Siegeszug im Kunstbetrieb feiert, als das Bodybuilding seine größten massenmedialen Erfolge verzeichnet, nämlich in den 1960er und -70er Jahren.

Zentralorgan des Bodybuildings. Hier werden wahre Monster geboren. *Muscle & Fitness* könnte man dem Typus des Classic Bodybuilders zuordnen, der gleichwohl mit einem Auge nach den Idealkörpern der *Flex* schielt. In beiden Publikationen kolumnierte Schwarzenegger bis zum Jahr 2005 höchstpersönlich. Auch die *Sport Revue* richtet sich an Bodybuilder und präsentiert das Extrem als Ideal. Für die Fitnessfraktion hingegen bieten sich Magazine wie *Shape* oder *Men's Health* an.

24 Hans Belting, *Bild-Anthropologie: Entwürfe für eine Bildwissenschaft*, München: Fink, 2001, S. 88.



Abb. 1: Der Schmerz als Quelle der Kunst: Profi-Bodybuilder Markus Becht beim Training

In der Body Art, etwa bei Marina Abramovic oder Tibor Hajas, wird der Körper als Medium der Kunst eingesetzt, um den zeichenhaften Charakter der bürgerlichen Kunstgattungen abzustreifen. Indem der Künstler seinen eigenen Körper in die Waagschale wirft, ihn extremen Belastungen aussetzt oder gar willentlich verletzt, zeigt er: Ich mache Ernst. Kunst ist mehr als gerahmte Symbolik mit ho-

hem Versicherungswert. Kunst will wirken! Kunst soll jene radikale Intensität wieder zum Leben erwecken, welche die auf Besitzerhalt und auf körperliche Unversehrtheit kaprizierte bürgerliche Gesellschaft vermissen lässt.

Der Bodybuilder setzt seinen Körper zwar auch als Medium ein, nimmt extreme Anstrengungen auf sich und propagiert in seiner Selbstdarstellung ultimative Intensität, doch nicht mit dem Ziel, sein Fleisch zu verletzen, sondern es zu *konservieren*. Pein und Mühsal als Nachweis der authentischen Askese werden nicht durch Wunden, sondern mit Hilfe von Fotostrecken dokumentiert, die den Bodybuilder als Schmerzensmann beim Training zeigen (Abb. 1). Dieser Arbeitsnachweis beinhaltet gleichzeitig eine Genderkomponente, soll so doch der ›harte‹ Bodybuilder von der tendenziell ›weicheren‹ Bodybuilderin abgegrenzt werden, die auf Fotografien seltener beim ekstatischen Workout zu sehen ist (Abb. 2).

Darüber hinaus florieren Body Art und Bodybuilding gerade in der mediatisierten Gesellschaft. Radio, Fernseher, Telefon und Internet komplementieren und ersetzen in den Konsumkulturen zunehmend die Kommunikation zwischen körperlich anwesenden Menschen. Vor diesem Hintergrund lässt »die Praxis der Künstler, den eigenen Körper als Medium der Kunst einzusetzen, [...] den Schluß zu, daß es die verlorenen Körperbilder sind, auf welche diese Stellvertretung in corpore reagiert«²⁵. Der Künstler benutzt den Körper als Bildmaschine, »um sich durch diese ›Realpräsenz‹ gegen die Krise der analogen und mimetischen Bilder zu behaupten. Statt im gewohnten ›Werk‹ weist er im eigenen Körper auf sich selbst, um den Betrachter zur Aufmerksamkeit zu zwingen«²⁶. Mit dem eigenen Körper auf sich selbst verweisen, sich gewissermaßen im Körper als Bild verkörpern, ist zugleich das grundlegende Prinzip des Bodybuildings. In der Body Art wie auch im Bodybuilding steht nicht die *Repräsentation* im Vordergrund, sondern die unmittelbare *Präsentation*.

Es ist bereits angeklungen, dass die Gliederung dieses Essays einem mimetischen Prinzip folgt und in ihrem Verlauf den Trainings-

25 Ebd., S. 89.

26 Ebd., S. 90.



Abb. 2: Eher schmerzfrei; Bodybuilderin Skadi Frei-Seifert posiert auf der Fitness-Messe FIBO 2010

und Diätplan eines professionellen Bodybuilders nachvollzieht. Auf die *Masseaufbauphase* folgt die *Definitionsphase*, die den größten Teil einnimmt. Hier stehen die neuzeitlichen und modernen geistesgeschichtlichen Bedingungen der Möglichkeit des Bodybuildings im Vordergrund. Als diskurshistorische Folien dienen dabei unter

anderem Martin Heideggers Definition der Neuzeit als »Zeitalter des Weltbildes« und Michel Foucaults These vom Aufstieg der Bio-Macht. Mit dem Begriff Bio-Macht bezeichnet Foucault, vereinfacht ausgedrückt, jene komplexen Machttechnologien und Diskurse, die seit der Neuzeit den Fokus auf die Verwaltung, Optimierung und Organisation des *Lebens* und der *Körper* richten und somit eine Abkehr von der jenseitig ausgerichteten Ordnung des Mittelalters markieren.

Während für Foucault und für den italienischen Philosophen Giorgio Agamben, der mit seinem Buch *Homo Sacer* Foucaults Erbe angetreten hat, vorrangig die politisch-sozialen Folgen der Bio-Macht von Belang sind, untersuche ich deren somatisch-ästhetische Konsequenzen vor dem Hintergrund der Säkularisierung: den muskulösen Messias, den monströsen Herkules, den Heiligen mit prallem Bizeps, die turnenden Nationalisten und schwärmerischen Lebensreformer des 19. und frühen 20. Jahrhunderts, die individualisierte Selbstskulptur im heutigen Bodybuilding. Denn Körper, Kunst und Leben verhalten sich zueinander wie Nachbarn in einem anonymen Mietshaus. Sie wohnen Tür an Tür in fast identisch entworfenen Appartements, doch sie begegnen sich höchstens einmal flüchtig an der Bushaltestelle. Wiewohl sie sich aber kaum kennen, sind sie sich ähnlicher, als sie denken. Es gilt, ein Treffen und einen Austausch zu arrangieren.

Das Kapitel *Pump Up* handelt von Eugen Sandow, dem 1867 geborenen Gründervater des Bodybuildings. Dabei werden die Körperästhetik und die ästhetische Mentalität Sandows im Kontext von Kunst und Kunsttheorie seiner Zeit untersucht. Es soll herausgestellt werden, dass gerade der befremdlich wirkende Vergleich zwischen einem Körperkünstler wie Sandow und den bildenden Künstlern der klassischen Avantgarde die für die Moderne konstitutive »Gleichzeitigkeit des Ungleichzeitigen« (Marc Bloch) zu Tage treten lässt.

Auch das postmoderne Bodybuilding wird im Kapitel *Posedown* kunstwissenschaftlich untersucht. Einerseits eignet dem Bodybuilding seit der Nachkriegszeit ein radikalkapitalistischer Charakter: Bigger! Better! Faster! More! Der Kult um den Muskel wird bezeichnenderweise in den USA mcdonaldisiert, aber auch entideo-

logisiert, insofern unter Ideologie ein exklusives weltanschauliches Dogma verstanden wird. Beschleunigtes Wachstum, maximale Masse und maximales Volumen entwickeln sich zu den maßgeblichen Charakteristika im Bodybuilding, unabhängig von politischer oder religiöser Gesinnung. Die Akkumulation von Muskelfasern bei gleichzeitiger Entschlackung und Entfettung der Körper sowie die immer perfidere Effizienzsteigerung des Trainings korrespondieren mit der neoliberalen Wirtschaftslehre – und unterlaufen diese zugleich, wie der brave Soldat Schwejk, durch blinden Gehorsam. Ein ungleich interessanteres Phänomen aber ist, dass das Bodybuilding unwissentlich einen popkulturellen Pakt mit modernistisch-puristischen Künsten und der Kunsttheorie des amerikanischen Kritikers Clement Greenberg schließt. Was zunächst widersinnig erscheinen mag, ergibt bei näherer Betrachtung nicht nur mit Blick auf formalästhetische Analogien Sinn.

Abgesehen von einer fruchtbaren Phase in den 1970er und -80er Jahren, als die beiden Bodybuilding-Dokumentarfilme *Pumping Iron* (1977, Regie: George Butler und Robert Fiore, Buch: Charles Gaines) und *Pumping Iron II: The Women* (1985, Regie: George Butler) erscheinen und die Ästhetik des Bodybuildings eine breite Aufmerksamkeit auch von Intellektuellen und Künstlern erfährt, schickt man sich heute selten an, die Erscheinung des Bodybuilders im künstlerischen und ästhetischen Bereich zu verorten, geschweige denn ihren epistemischen Stammbaum zu studieren. Mit dem Ende der fröhlichen ästhetischen Aufbruchstimmung setzt eine Halbgötterdämmerung ein. Erneut zeigt man sich peinlich berührt angesichts des Gegenstands und pathologisiert ihn zunehmend. Man nähert sich ungerne jenen quellenden Damen und Herren in ihren winzigen Slips, die auf den Bühnen schillernde Ölflecken hinterlassen und vermeintlich unreflektiert, ja ohne volkswirtschaftlichen Nutzen ihre Energie darauf verwenden, in endlosen Serien Hantelscheiben auf und ab zu bewegen – vielleicht ist diese Soma-Sucht ja ansteckend?

Wenn einmal vom Bodybuilding als Kunstform gesprochen wird, so verstummen die Äußerungen meist ab diesem Punkt: irgendwie habe Bodybuilding etwas mit Bildhauerei am eigenen Leib zu tun. Diese Sonderform der Bildhauerei wird hinsichtlich ihrer

Ästhetik und ihrer erkenntnistheoretischen Grundlagen jedoch nur unzureichend erfasst. Greifen wir in gebotener Kürze drei Autoren heraus, die sich der Analyse des Bodybuildings angenommen haben. Ihre Ansätze mögen die soziologischen und psychologischen Lesarten verdeutlichen, die bislang den Diskurs über das Bodybuilding dominieren.

1.2 Der psychologische Ansatz: Im Schatten des Unmöglichen

Im Jahr 1979 nähert sich Bodo Kirchoff in seinem Band *Body-Building* dem Phänomen aus der Perspektive der poststrukturalistischen Psychologie und Philosophie, beeinflusst von Sigmund Freud, Jacques Derrida und Jacques Lacan. Kirchoffs Kernthese lautet, dass »was ich für meinen Körper halte, von jeher entwendet war; ausschließlich verkörpert, in bedeutungsvolle Einheiten zerstückelt, durch einen getrennten Körper des Anderen«²⁷. Hier schimmert Derridas »verlorener Urtext« durch: das unendliche Spiel der Zeichen, die stets nur aufeinander verweisen, nicht jedoch auf ein ontologisches Zentrum.

Der Körper ist für Kirchoff folglich keine Einheit, sondern besteht aus verschiedenartig konnotierten Zonen. Im Bodybuilding wird Kirchoff zufolge versucht, die Einheit wieder herzustellen. Der Bodybuilder sei bestrebt, wieder zum Autor zu werden, er versuche gewissermaßen, gegen die Signaturen seiner Mutter und der Gesellschaft anzuschreiben. Für Kirchoff ist das »der mühselige Versuch, einen Mangel an Verkörperung, vielleicht einen elementaren Mangel, aufgrund dessen das Subjekt als Randerscheinung existiert, mit verkehrter Selbstbestimmungslogik zu plombieren [...] in der Hoffnung auf ein vollkommenes Double«²⁸.

Die psychologische Grundannahme ist, dass die Praxis des Bodybuildings aus einem Mangel heraus entstehe. Ein primär *kompensatorisches* Bedürfnis liege ihr zugrunde. Diese These zieht sich als roter Faden durch sämtliche psychologischen und meist auch soziologischen Studien. Doch ist es nicht so, dass alle Leistungen,

27 Bodo Kirchoff, *Body-Building: Erzählung, Schauspiel, Essay*, Frankfurt a. M.: Suhrkamp, 1980, S. 145.

28 Ebd., S. 148.