



## Kilvoittelua täydellisestä kehosta

Risto Selin



### Taina Kinnunen: Pyhät bodarit. Yhteisöllisyys ja onni täydellisessä ruumiissa. Gaudeamus 2001.

Kilpakehonrakennus herättää monissa voimakkaita mielikuvia ja näkemyksiä, jotka ovat pääasiassa negatiivisia: kehonrakentajat ovat doupattuja lihaskasvoja, jotka esittelevät kiittäviä lihaksiaan ivistystä muistuttavan hymyn kera. Kehonrakennus on narsismin ja narsistisen kulttuurin huipentuma, rakastumista omaan kehoon. Itseen keskittyvä esteettisyys, pinnallisuus on siinä korvannut sosiaalisen kiinnostuksen ja syvällisyyden; älyllisyyttä mahtailevassa pullistelussa ei ole tippaakaan.

Tältä pohjalta katsottuna kehonrakennuksella ei näytä olevan mitään tekemistä asioiden älyllisen ja syvällisen tarkastelun, eli tieteen kanssa. Mutta oululainen antropologi Taina Kinnunen on löytänyt yhteyden ottamalla kehonrakentajat tutkimuskohteekseen.

Väitöskirjassaan Pyhät bodarit Kinnunen tarkastelee kehonrakentajien identiteettiä, heidän suhdettaan kehoon ja kehonrakentajien muodostamaa yhteisöä. Samoin Kinnunen käy lävitse vartalon muokkauksen historiaa ja sen suhdetta valtakulttuuriin. Salikulttuurin ja kehonrakennuksen analysoinnissa hänen käsitteellisiä välineitään ovat alakulttuuri, uskonto, ruumis sekä sukupuoli. Kinnunen on itsekin harjoitellut kuntosalilla vuosikausia ja hankkinut "elämäntapabodarin" avomieheksen. Tutkimuksensa vuoksi Kinnunen matkusti jopa kehonrakentajien pyhään maahan, Kaliforniaan. Kehonrakentajien havainnoinnin ja haastattelemisen lisäksi hän haastatteli muun muassa kuuluisaa kehonrakennusvalokuvaajaa Bill Dobbinsia ja legendaarista kuntosalin omistajaa Joe Goldia.



### Salilla käyvät kehot ja mielet

Kuntosaliharjoittelu on muodostunut parin viime vuosikymmenen aikana sosiaalisesti sallituksi ja jopa suosituksi harrastukseksi; näyttöpäätteen ääressä töitä tekevät nokialandialaiset saavat kuntosalilla kehonsa liikkeelle. Kinnunen tuokin kirjassaan esiin, että salilla käy monia erilaisia ryhmiä, ei vain kehonrakentajia.

Kilpakehonrakentajiin Kinnunen luokittelee mies- ja naisammattilaiset, amatöörikilpailijat, fitness-ammattilaiset ja -amatöörkilpailijat, sekä entiset kilpakehonrakentajat. Harrastelijakehonrakentajiin kuuluvat puolestaan ulkonäkötyöläiset kuten mallit, stripperit ja näyttelijät, intohimoiset elämäntapabodarit, fitness-harrastajat sekä entiset kilpailijat, joiden arvot ja sosiaaliset suhteet ovat muuttuneet voimakkaasti kilpauran jälkeen.

Salilla käyvät myös muiden lajien kilpaurheilijat, sekä harrastelijavoimaharjoittelijat ja yleiskuntoaan kohottavat kuntolijat. Kilpakehonrakentajien suhdetta harjoitteluun määrää pääosin lajin sisäisesti määrittämä lihaksikas esteettisyys, vähemmän voimakkuus tai terveys. Muilla arvot ovat päinvastaisia. Tai sitten ei: "(J)ulkisissa perusteluissa vedotaan sinnikkäästi voimaan ja terveyteen, vaikka tosiasiaa miehet hakevat kuntosalilta ensisijaisesti ulkonäköä" (s. 246).

Vaikka kilpakehonrakentajan äärimmilleen pumpattu ja rasvasta vapautettu keho ei useimpia maallikoita innostakaan, ulkonäkö on tärkeää niin naisille kuin miehillekin. Kinnusen mukaan ulkonäkö on yksi tekijä kilpailuyhteiskunnassa: se on osa yksilön pääomavarastoa.



### Bodaus uskontona

Kilpakehonrakentajien keholliset ideaalit eivät noudata yleistä atleettisuuden ihannetta, vaan ne perustuvat omiin lajikriteereihin. Tärkeintä kehonrakentajalle on koko: tavoitteena ei ole olla vain iso vaan jättimäinen. Toiseksi lihasten tulee olla symmetriset: lihaksikas yläkeho ja rimpakintut eivät sovi esteettisen vartalon kokonaisuuteen. Tiukkuus eli pieni rasvaprosentti on luonnollisesti olennainen osa täydellistä kehoa.

Kinnusen mukaan tällaisen kehon rakentamisen ympärille on muodostunut uskonnollinen alakulttuuri: kehonrakennus on uskonto. Tästä kertoo hänen mielestään intensiivinen omistautuminen jumalallisen vartalon etsinnälle. Kehonrakentajat näkevät täydellisen kehon tavoittamisen äärimmäisenä onnena, vaikka tie siihen onkin pitkä, kivinen ja moni sortuu matkalla pizzaan ja pullaan. Kehonrakentaja erottaa pyhän ja profaanin: oikeanlainen harjoittelu ja ruoka vievät täydelliseen kehoon, väärä harjoittelu ja ruoka vievät kadotukseen. Pyhässä pysyminen vaatii uhrautumista, kuten harjoittelua loppuun asti kivusta huolimatta, liikkeiden oikeaoppista suorittamista ja nään sietämistä ennen kilpailuja.

Joskus kilvoittelu esteettisestä vartalosta vaatii esimerkiksi pohjeimplanteja tai jopa terveyden uhraamista dopingin riskeille.

### Syrjittyä urheilua


Vaikka kehonrakennus esitetään usein erityisen doping-alttiina urheiluna, ei se eroa tässä suhteessa muusta urheilusta: "Ehdottomasti yleisin käytön perustelu on se, että lääkkeitä käytetään muissakin urheilulajeissa" (s. 153).

Viimeistään suomalaisten hiihtäjien tapaus sai sisisilmäisimmätkin tajuamaan, miten yleistä doping kaikkien urheilijoiden keskuudessa on; kiinnijäneitä löytyy lajista kuin lajista. Ja jos lehdissä kirjoitettaisiin vain lajeista, jotka yrittävät päästä irti dopingista, urheilupalstoja ei olisi.


Pyhät bodarit -kirjan parasta antia ovat havainnot kehonrakentajien ja muiden salilakävijöiden toiminnasta ja kulttuurista. Kinnunen esittelee kattavasti ja tarkasti bodaaajien asiantuntijatietoa harjoittelusta ja syömisestä, salipukeutumista ja -käyttäytymistä sekä heidän ajatusmaailmaansa. Tässä mielessä hän on päässyt hyvin sisälle aiheeseensa.

Kinnunen ei luonnollisestikaan pyri väitöskirjassaan vain havaintojen esittelyyn,






vaan tuomaan tähän kaikkeen myös teoreettista järkeä. Se näyttää kuitenkin olevan kirjan heikoin kohta. Tämä ei tarkoita, että kirjasta puuttuisi teoriaa, vaan se, että sitä on liikaa: lukija ei ehkä pääse muodostamaan selkeää kokonaiskuvaa aiheesta. Kokonaisuuden epäyhtenäisyyttä lisää se, että tutkimuksen "raskaat" teoreettiset ja metodologiset lähtökohdat on siirretty liitteeksi kirjan loppuun. Yleiseen myyntiin tarkoitettussa väitöskirjassa "tylsä teoria" on eristetty muusta. Teoreettista heikkoutta tuo myös kehonrakennuksen määrittelemisen uskonnoksi. Se on varmasti lisännyt kirjan kiinnostavuutta mediassa, mutta samalla se on tehnyt entistä epäselvemmäksi uskonnon ja muun kulttuurisen toiminnan välistä eroa.




Uskontotieteilijätähän ovat jo pidemmän aikaa väittäneet, että mikä tahansa jalkapallosta Kotipizzan yrityskulttuuriin on uskonnollista toimintaa. Mutta olisikohan uskonnon määrittelyssä jotain vikaa, jos se kattaa "kaiken"? Metodista voisi kysyä montakin asiaa, mutta mielenkiintoisin aihe on ehkä se, että kirjassa on luettelo yhdysvaltalaisista tietolähteistä heidän oikeilla nimillään. Joistakin on ehkä kiva nähdä keitä alan julkimoita kirjaa varten on haastateltu, mutta mitä muuta ne oikeastaan palvelevat kuin "sisäpiirin" name droppingia? Toivottavasti tutkittavat tietävät, että heidän henkilöllisyytensä on paljastettu.


#### Urheilu: järjetöntä touhua




"=Urheilua?... Jaa, ehkä se jonkinlaista urheiluakin on=" (s. 92), totesi SUL:n edustaja kehonrakennuksesta. Arvostelulajina sillä on omat ongelmansa voittajan valinnassa, mutta kovaa urheilua rankka harjoittelu laihdutuskuuriin yhdistettynä varmasti on, puhumattakaan pitkäkestoisesta lihasten jännittelystä kilpalavalla.



Lajia on väitetty narsismissaan sairaaksi, mutta narsismia ei puutu mistään urheilusta, ei mistään. Sitä paitsi "kehonrakentajien mielestä ruumiin täydellistämässä ja narsismissa on kysymys yhtä paljon toisten huomioonottamisesta kuin itsestään välittämisestä" (s. 73).



Mutta tietysti voi kysyä, mitä järkeä urheilussa ylipäättään on. Ammattilaiskehonrakentajan sanoin: "Yhdeksänkymmentä prosenttia kaikista urheilijoista on ihan tampoita... Kun ajattelee jotaki kymppin juoksuakin kuin saatanasti se sattuu, niin voiko se enää olla mitään mahtavaa, kun vois autollakin mennä. Heität kepin toiseen päähän kenttää ja se haetaan heti pois. Ei mitään tolkkua. Mä otan painon tuolta telineestä ja vatvon sitä vähän aikaa ja panen samaan paikkaan takasi... Siis missään urheilussa ei ole mitään järkeä, ei missään" (s. 108).



Kirjoittaja on psykologian opiskelija Helsingin yliopistossa.

