

*Masteroppgave 2007*

**Håvard Huse  
Odd Kjetil Krekvik**

# **Kroppen som postmoderne talisman**

**et evig prosjekt**

Trondheim, mai 2007

**Høgskolen i Sør-Trøndelag  
Avdeling Trondheim økonomiske høgskole**

”Once upon a time there was a Man who lived in Scarcity.  
After many adventures and a long journey through  
Economic Science, he met the Affluent Society. They  
married and had lots of needs.”  
(Galbraith sitert i Baudrillard, 1998)

## Forord

---

Denne oppgaven er skrevet som en avsluttende del av et 2-årig MSc studie i økonomi og administrasjon med fordypning i markedsføring ved Trondheim Økonomiske Høyskole. Vårt tematiske område er forbrukerforståelse og tittelen er: **'Kroppen som postmoderne talisman: et vedvarende prosjekt'**.

Vi vil takke vår veileder Frode Nyeng for å ha oppmuntret oss til å gjennomføre denne 'utradisjonelle' avhandlingen. Vår oppgave er en videreføring av vår opprørske holdning mot den til tider nihilistiske, men godt utbredt, konvensjonelle forskningen som råder i økonomiske kretser. Vi vil med dette poengtere at markedsføring er mye mer enn posisjoneringsstrategier og stimulus-respons modeller, og vi påtar oss et ikke-tradisjonelt menneskesyn i denne oppgaven;

"A *self* does not amount to much, but no self is an island; each exists in a fabric of relations that is now more complex and mobile than ever before" (Lyotard, 1984).

"The environment is not an 'other' to us. It is not a collection of things that we encounter. Rather, it is part of our being. It is the locus of our existence and identity" (Lakoff og Johnson, 1999).

Til slutt vil vi takke våre medstudenter og ikke minst våre to kjære jenter for inspirasjon og forståelse.

Trondheim, 20. Mai 2007

---

Håvard Huse

Odd Kjetil Krekvik

## Abstract

---

Are somatic projects meaningful processes based on our metaphorical schemata, in contrast to (or including) a semiotic symbol in the vacuum of metanarratives? We examine fitness and the body, understood as a pursuit or a project – in light of literature normally referred to as ‘postmodern’ social psychology and existential philosophy. Data was gathered through shadowing and interviews of fitness enthusiasts with a minimum of 3 years of training experience. Our contribution illustrates how structured training and dieting reduces ambivalence and creates meaning in our everyday lives. This interpretation regards the body as a manifestation of the self – a reflection of identity and social context. Literature within the domain of ‘the sociology of the body’ has examined our social corporeality disregarding the contribution existential philosophy makes towards understanding individuals. Our empirical findings incorporates the semiotics of the body with existential philosophy resulting in what we term ‘the sociology of fitness’.

## Sammendrag

---

Er kroppsprosjekter en meningsskapende strukturell kutyme, til forskjell fra (eller i tillegg til) et tegnøkonomisk symbol i metenarrativenes vakum? Vi tar for oss kropp og trening, og da som syssel og prosjekt, fortolket gjennom litteratur vanligvis betegnet som 'postmoderne' sosialpsykologi og eksistensiell filosofi. Empiri ble samlet inn gjennom shadowing og dybdeintervju av fitnessentusiaster med minimum 3 års treningserfaring. Vårt bidrag illustrerer hvordan strukturert trening og kosthold danner forutsigbarhet og gir følelsen av en hverdag med mål og mening. Vår tolkning forfekter videre hvordan selvets manifestasjon i kroppen er identitetens utstillingsvindu, og samtidig en sosial reseptor. Tradisjonelt sett har studier innen domenet 'kroppslig sosiologi' tatt for seg kroppens sosiale rolle uten å vurdere de eksistensfilosofiske bidragene til forståelsen av individer. Våre empiriske funn inkorporerer kroppens symbolske betydning med denne filosofien og resulterer i det vi velger å betegne som 'kroppsprosjektets sosiologi'.

|   |     |
|---|-----|
| FORORD .....  | I   |
| ABSTRACT .....  | II  |
| SAMMENDRAG .....  | III |
| INNLEDNING.....   | 1   |
| OPPGAVENS OPPBYGGING .....  | 6   |
| DEN POSTMODERNE TILSTANDEN.....                                   | 7   |
| Postmoderne forbruksteori .....                                   | 10  |
| Postmoderne tro på vitenskapen: legitimering uten sannhet?.....   | 15  |
| Sannheten og Korrespondanse .....                                 | 18  |
| STRUKTUR OG MENING.....   | 20  |
| Helhetlig mening.....   | 21  |
| Fokus på flokk: skapende struktur.....                            | 25  |
| Identitet – et maskeradeball.....                                 | 27  |
| ANGST .....   | 30  |
| KROPPENS EPISTEMOLOGI .....                                       | 33  |
| METODISKE VALG .....  | 36  |
| SKJØNNHET OG IDENTITET – ET SOSIALT KONSTRUERT FENOMEN .....      | 40  |
| Semiotisk kroppslighet – legemlig pastisj .....                   | 41  |
| Konstruksjon, (re)presentasjon og kommunikasjon av identitet..... | 46  |
| Kroppsprosjektet – konstruert statussignal.....                   | 54  |
| TRENINGENS MENINGSSKAPENDE STRUKTUR – EN LIVSSTIL .....           | 61  |
| Kroppen - en reseptor i det sosiale rom.....                      | 61  |
| Kroppen – en ressurs.....   | 63  |
| Trenings meningsskapende struktur .....                           | 65  |
| Livsstilsprosjekter .....   | 67  |
| Et prosjekt mot en identitet i det sosiale rom .....              | 69  |
| TRENINGENS ANGSTDEMPENDE STRUKTUR – PERSONLIG TERAPI .....        | 72  |
| 'Kurering' av postmodernismens angst.....                         | 72  |
| Verdensherredømme og frigjøring fra ekspertmakt.....              | 75  |
| Tomrommet fylles - sjelefred og tilfredshet .....                 | 79  |
| Selvmedisinerings bivirkninger .....                              | 81  |
| KROPPSLIGGJØRING AV HELSE OG TRENING .....                        | 83  |
| KROPPSLIG UTTRYKT MASKULINITET OG FEMININITET .....               | 90  |
| Kroppslig uttrykt femininitet vs maskulinitet.....                | 94  |
| KONKLUSJON .....  | 98  |
| Trenings sosiologi .....  | 100 |
| LITTERATURLISTE .....   | 102 |

## Innledning

---

Det ekstatiske ved dagens samfunn er å oppleve mest mulig, bli ett med den globale kulturen og bli kjent med alle sider ved det globale samfunnet, for å bli frelst fra den grå hverdagen og den tunge og forpliktende erfaringen til andre mennesker (Møen, 2002). Denne globaliseringen og opplevelsestrangen fører til at livet blir mindre regulert av tradisjoner. Det meste blir inntil videre, og endrer seg i takt med nye framstøt fra ekspertkunnskapen (Møen, 2002). I vesten har kroppen vår gått fra å være et imperfekt fartøy som midlertidig inneholder vår sjel, i den formening at den flytter det viktigere sinnet, til i senere tid å uttrykke hvem vi føler at vi virkelig er (MacNevin, 2003). Redusering i arbeidsukens lengde, obligatorisk pensjon og et større fokus på den positive verdien av sport og rekreasjon har ført til at konvensjonelle tanker omkring arbeidsmoral og heltedådige hardt arbeid har gradvis blitt irrelevant. Har kroppen vår tatt over for de store trosretninger og visjoner som identitetsskaper? I tillegg til den kommersielle og konsumeristiske interessen for kroppen, har man i moderne tid sett et økende fokus på det å holde kroppen i form, fremheve skjønnhet og motarbeide aldringens tegn (Featherstone, 1982; Turner, 1991). Trender identifisert av Green (ibid.) så tidlig som på 1920-tallet avdekket blant annet at trening og et atletisk utseende i mange tilfeller var nødvendig for å lykkes i arbeidslivet og i krig. Et atletisk utseende utstrålte suksess og fremgang og åpnet for sosial aspirasjon mot de høyere sosiale lag (Cockerham, Abel og Lüschen, 1993). Har kroppen blitt en manifisering av et kommodifisert hverdagsliv?

Mye tyder på at kroppens status som pleieobjekt er i ferd med å ta over for sjelens status som helliggjort livsprosjekt. Trening som kroppslig terapi (og deg selv som selvutnevnt psykoterapeut) later til å være drivkraften bak en fiksering og bevisstgjøring av kroppens rolle i samfunnet. Hele 60 % av de mellom 16 og 24 år deltok på aerobic, trim eller styrketrening i 2004 (SSB).

| År   | Mill. Kr |
|------|----------|
| 1987 | 342      |
| 1988 | 382      |
| 1989 | 421      |
| 1990 | 463      |
| 1991 | 482      |
| 1992 | 541      |
| 1993 | 610      |
| 1994 | 740      |
| 1995 | 793      |
| 1996 | 832      |
| 1997 | 933      |
| 1998 | 1070     |
| 1999 | 1154     |
| 2000 | 1445     |
| 2001 | 1459     |
| 2002 | 1654     |
| 2003 | 1830     |
| 2004 | 2051     |
| 2005 | 2070     |

Tabell 1: Bransjerådet for naturmidler (2007)

I 2005 brukte nordmenn i overkant av 2 milliarder kroner på helsekostprodukter, og da i form av omega3/fiskeolje, tran, urteoljer og rosenrot (Holst, 2006). Dette er en økning fra 1,45 milliarder som vi brukte i 2000 (ibid.). Kosthold og trening er en del av kroppsutformingens redskaper vi som konsumenter står fritt til å benytte oss av. Disse estetiske praksisene inneholder i følge MacNevin (2003) et holistisk element som visker ut skillet mellom innsiden og utsiden av kroppen og helse, skjønnhet og velvære. Prosjektet med å forme kroppen etter de slanke og muskuløse linjene er et evig prosjekt. Oppgaven med å forme kroppen tar aldri slutt – i det trening trappes ned mister man idealfasongen, eller muligheten til å nå den.

Helseprosjekter, plastisk kirurgi og kroppsbygging er bare tre eksempler på hvordan moderne individer legger økende vekt på sine kropp. Uansett kan vi si at dette illustrerer den stadig tettere relasjonen mellom kropp og identitet (Shilling, 2004). Vi kan spørre oss om selvet<sup>1</sup> er kroppsliggjort, og om sjelen har blitt underdanig sitt fartøy i det flyktige havet: kroppen?

---

<sup>1</sup> Forstått som utviklende, ikke medfødt – i tråd med konseptualiseringen gjort i Mead (1934).



Investering i kroppen er en måte å uttrykke seg selv på, og det gir oss blant annet en mulighet til å føle tilfredshet. Det er en trygghet i det å kunne kontrollere sin egen kropp. Selv om man føler seg ute av stand til å kontrollere de stadig mer komplekse omgivelsene, har man ihvertfall innvirkning på sin egen kropps form, størrelse og utseende.

I eldre tider var ikke egen helse noe du selv kunne ta ansvar for, de syke fikk som fortjent av gudene. Er det sånn å forstå at vår tids fravær av metanarrativer har ført til en rekonseptualisering av (eller reaktualisering av) vår egen kropp? Eller er det økende fokuset på kropp først og fremst et resultat av økt kunnskap om helsemessige gevinster? I dagens samfunn må hver enkelt slite med moralsk synd dersom man blir syk eller i dårlig form, og helseproblem blir ofte sett på som svikt i selvkontroll av matinntak, røyk og alkohol eller at mennesket har syndet i form av for lite trening og kroppspleie. Det har også vært en overgang fra at ekspertene satt inne med all kunnskap og utøvet dermed tradisjonell autoritet over lekfolk. Folk flest har tilgang til kunnskap om helse og sunnhet og streber dermed etter å leve sunt ved å anvende selververvet ekspertkunnskap; er selvstyre av kroppen en metafor for vår frigjøring fra ekspertenes tidligere stilling? De fleste må nå skape sin livsstil, forme sin kropp og kontrollere sin helse med referanse til et mangfold av konkurrerende og motstridende ekspertråd (Møen, 2002). Dette vil si at folk nå må være med på å produsere den kunnskapen de selv bruker i konstruksjonen av sine livsløp og sin kropp, og den passive og underdanige tilliten er erstattet av en 'aktiv tillit' til ekspertkunnskapen (Giddens, 1994 i Møen, 2002). Dersom god helse er en endelig og høyt verdsatt tilstand, vil også en persons livsløp guides av et sett med etiske prinsipper som påvirker midlene som velges for å nå denne endelige tilstanden. Derfor er ikke livsstiler tilfeldige valg med manglende struktur, tvert om er livsstiler typisk bygd opp av hensiktsmessige (formelle) valg påvirket av livets stadige endringer (Mommsen, 1989 i Cockerham, Abel og Lüschen, 1993).

Næringslivet skaper gjennom massemediene frykt og usikkerhet som de selv har oppskriften på å døyve, og da selvfølgelig til en pris. Bauman (2006) tar for seg dette i lys av Catherine Bennetts undersøkelser av helsekostindustrien der hun refererer til en annonse: "*The wrong foods are responsible for rapid, premature aging; a tired, drawn and doughy complexion....wrinkled, leathery dried-out looking facial skin*" som så gir deg det eneste riktige bøtemiddelet på dette fenomenet "*being wrinkle-free for life is achivable if you follow the 28-dayprogramme*"- og det til en kostnad på 119 pund. I motsetning til eldre tiders kontroll av kroppen ved hjelp av undertrykkelse, finner vi i dagens forbrukerkultur en ny form

for kontroll; kontroll ved hjelp av stimulering. ”*Get undressed – but be slim, good looking, tanned!*” (Focault, 1980 i Shilling, 2004).

Menn har blitt av-kroppsliggjort av opplysningstidens tankegang; menn ble historisk sett assosiert med sinnet og fornuften, og kvinner med kroppen og det naturlige. I den sammenheng er kvinner postulert som mer kroppsfikserte enn menn. Annet arbeid, da eksempelvis Connell (1995, i Robertson, 2006) påstår at sann maskulinitet nesten alltid stammer fra mannens kropp. Senere forskning på poststrukturell og postmoderne feminin innsikt, har foreslått at kropper, og da også mannlige kropper, er planløst fabrikkert i en prosess av makt og kunnskapsutøvelse (Robertson, 2006). Eksempelvis finnes det aksept for at kulturelt press tvinger kvinner til å objektifisere sitt fysiske utseende til det ekstreme, samtidig som kvinner føler mer en noen gang at de aktivt og kreativt utvikler mening omkring sine egne kropper (MacNevin, 2003). Er kroppen enda et objektivisert tegn i tegnøkonomiens virkelighet? Er trening et forsøk på å hviske ut (eller opprettholde) de fysiologiske kjønnskillene?

Gymkulturen er uten tvil et domene hvor eksperimentelle og følelsesmessige kropper (uavhengig av klasse, kjønn og alder) viser seg frem. Selv om det er vanlig for den aldrende kropp å bli gradvis marginalisert gitt de sosiale imperativene for kjønnsrollemønster (å være far, mor, ektemann, kone eller en ansatt), eksisterer det i denne gymkulturen en mulighet for alle til å oppleve skjulte instinktive prosesser og dirrende kroppslighet (Monaghan, 2001). Personlige ritualer er naturlige aktiviteter for individer eller medlemmer av et bestemt miljø (Featherstone, 2006). Når vi utfører dem gir vi våre aktiviteter struktur og mening, og vi reduserer det kaotiske og spredte i våre handlinger (ibid). Ritualer kan ses på som en form for erfaringsgestalt<sup>2</sup> (ibid). Det er en koherent rekke av handlinger som er strukturert ut fra vår erfarings naturlige dimensjoner (ibid). Videre kan det tenkes at kroppen er et klassifiseringsredskap; menneskers respons på uorden, usikkerhet og risiko er å skape klassifiseringer som både forklarer uordenen og oppretter ordenen. Historisk sett er denne klassifiseringen hovedsakelig uttrykt med kroppen som medium og tegnbærer. Kroppen er da også det mest allestedsnærværende, naturlige, selvbevisste og lett tilgjengelige allegori (Turner, 1991). Fører vår flyktige hverdag spekket med uendelige valgmuligheter til en angst og usikkerhet som forsøkes dempet gjennom strukturerte kroppsprosjekter?

---

<sup>2</sup> jfr. Mead, 134 s. 37 om gestaltpsykologi.

Trening kan videre ses på som kroppslig terapi (med selvet som selvutnevnt psykoterapeut) for behandling av et sykelliggjort samfunnsfenomen;

“...Living in a liquid modern world known to admit only one certainty – the certainty that tomorrow can’t be, shouldn’t be, won’t be like it is today – means a daily rehearsal of disappearance, vanishing effacement and dying; and so, obliquely, a rehearsal of the non-finality of death, or recurrent resurrections and perpetual reincarnations...”(Bauman, 2006).

Denne stadige endringen beskrives av Thomas Mathiesen i Bauman (2006) som en stille, ikke-fysisk, usynlig og inkrementell strukturell endringsprosess, ikke bråkete, åpenlys merkbar og fysisk. Er fokuset på kroppslighet og trening bare en kompensasjon for våre uoppnåelige ønsker?

## Oppgavens oppbygging

---

Oppgaven vil være basert på følgende problemstilling:

**”Hvilken sosial og individuell mening tillegges styrketrening?”**

Vi innleder med å beskrive den postmoderne tilstanden, med fokus på forbruksteori, identitet og vitenskapsteori. Dette gjøres for å avklare vårt teoretiske ståsted – og for å avklare hvilke domener som vil ’farge’ forskningen.

Deretter vil vi presentere teorier som beskriver struktur og mening. Teoriene her vil også beskrives i lys av postmodernismen.

Begrepet angst og kroppens epistemologi vil også avklares teoretisk. Sammen vil disse teoriene utgjøre oppgavens epistemologiske forståelse – og er en forløper til analysen av empirien.

Våre metodiske valg vil deretter presenteres, og vår empiriske analyse med de tilhørende fem undertemaene vil følge:

- *Skjønnhet og identitet - et sosialt konstruert fenomen*
- *Treningens meningsskapende struktur - en livsstil*
- *Treningens angstdempende struktur - personlig terapi*
- *Kroppsliggjøring av helse og trening*
- *Kroppslig uttrykt maskulinitet og femininitet*

Konklusjonen vil sammenstille våre funn og gi en pekepinn for videre arbeid.

## Den postmoderne tilstanden

---

Postmodernitet (også referert til som 'contemporary society', 'late modernity', 'postmodern society', 'second modernity' og 'the society of fluid modernity' jfr. Bauman 2000) er i seg selv et flyktig konsept, klargjøringen av begrepet gjøres ofte ved å presisere hva det *ikke* er<sup>3</sup>. Modernitetens standhaftige søken etter å finne universelle og tilsynelatende ufravikelige regler fikk sin drivkraft fra menneskehetens tro på den ultimate triumf – som er selve drivstoffet i de moderne metanarrativene. Fortellingen lover et samfunn fritt fra motsetninger som logisk sett alltid peker mot korrekte løsninger, dette kan skapes dersom tiden og viljen er tilstrekkelig (Bauman, 1993). Troen på at den rette utformingen eksisterer og skal oppnås ga kraft til mange av modernitetens fortellinger – denne utformingen ventet rundt hjørnet, eller rundt neste hjørnet eller det neste... Bauman (1993) definerer postmodernitet som vantroen mot denne muligheten – at *postmodernitet* ikke er en kronologisk etterfølging av den moderne tilstanden, men at modernitetens anstrengelser og målsettinger ble foretatt under falske forutsetninger og feilslåtte ideologier. Moderniteten postulerte at 'jo større, jo bedre', 'størrelse er makt' og 'stor skala er suksess'. Denne tilstanden betegner Bauman (2000) som 'heavy modernity' eller 'the era of hardware', den instrumentelle rasjonalitetens era som forfektet et deterministisk tidssyn hvor maksimal utnyttelse av rom ville gi den beste verdiskapingen. 'Light modernity' eller 'the era of software' endevender dette; tidens effektivitet til å nå eksplisitte tilstander (rom) er maksimert, følgelig kan alle deler av rom nå øyeblikkelig. Forbrukerens bevegelighet er maksimert, hindringene er nedjustert i den grad at valgfriheten er tilnærmet perfekt. Individet kan lekende bevege seg i det sosiale rommet, og trangen til individualisering forsterkes i en situasjon hvor distingveringsmulighetene er uendelige. Ettersom alle rom-deler kan nås med en viss umiddelbarhet svinner begjæret etter å sikre seg spesifikk tilgang – ingen alternativer er mer attraktive enn andre. Tiden som konsept og fortellingene som forutsatte et lineært tidssyn er følgelig ubegrunnet og irrelevante. Metanarrativenes bevegelse fremover mot 'noe bedre' har altså ikke blitt svekket i troen, men heller mistet sin betydning. Bevegelse i en tilstand med forflatede valg kan altså ikke være noe annet enn bevegelse – verken fremover eller oppover, bare bortover.

---

<sup>3</sup> For en utdyping av postmodernismens rebelske karakteristikk og ulikheter med modernisme, henvises interesserte lesere til skjemaet presentert av Hassan, 1985 (i Harvey, 1989).

Denne 'åpenheten til kritikk' som postmoderniteten er kjennetegnet av åpenbarer seg som en campingplass – hvor forbrukere med tilstrekkelig (eget) utstyr kan oppholde seg og dra nytte av fasilitetene (Bauman, 2000). De betaler, og de fremsetter krav, og drar uten å etterlate seg nevneverdige forandringer. Vårt samfunn er dog ikke mindre 'moderne' enn det våre fedre (og George Orwells 1984) møtte, men det er 'moderne' på en annen måte. Den første (og mest umiddelbare) ulikheten er oppløsningen av modernitetens illusjon: det finnes en *telos*, en perfekt tilpasning og riktig allokering hvor konfliktfri likevekt avskaffer tvetydighet og ambivalens. Den andre ulikheten er fragmenteringen av ansvar: deregulering og privatisering av oppgaver tidligere avtjent av menneskelige rasjonalitet er nå etterlatt til vår magesfølelse og egen livsstil. Postmoderne individualisering består følgelig av transformering av identitet fra å være noe gitt til å være en kontinuerlig arbeidsoppgave (Bauman, 2000). Den modernistiske mål-middel rasjonaliseringen sidestilles til fordel for et uendelig antall valg av mål. 'Vi har funnet løsningen, la oss finne problemet' – vi har uendelig antall muligheter uten innblanding fra andre. Denne manglende innblanding gir dog en dobbelhet – vår autonomitet gjør individet suverent fritt, samtidig som denne friheten legger alt ansvar på individet. Livets mangfoldige umiddelbare nytelser er alle tilgjengelige samtidig som at alle valg må gjøres uten veiledning. De uendelige valg gir uendelige muligheter – frihet til 'å være den du vil', samtidig som du ikke 'er deg selv' når du oppnår å være 'noen' (Bauman, 2000).

Begrepene 'moderne' og 'postmoderne' blir grundig diskutert og problematisert i boken 'modernitetens oppløsning' av idéhistorikeren Espen Schaanning (1992). Han peker på at begrepene hentyder til mange, men ikke nødvendigvis sammenfallende områder. Det som stort sett betraktes som innenfor 'moderne' eller 'postmoderne', kan heller ikke karakteriseres som *nytt*, siden disse diskusjonene har mange hundre år lang filosofisk tradisjon. Han oppsummerer det moderne som troen på sannheten og metoden, troen på en ekte bakenforliggende sannhet, troen på å fjerne all metateoretisk tåkeprat og overtro gjennom metode og sannhet, troen på en lineær historisk utvikling til et bedre samfunn på grunnlag at man vil finne stadig bedre metoder, og troen på muligheten for frihet for den enkelte. Det postmoderne beskrives som oppløsningen av det moderniteten tror på gjennom problematisering av sannhet og metode, problematisering av vitenskapen som forvalter av sannheten i det sosiale spillet, troen på forestillingsverdener istedenfor 'det sanne', og synet om at endring kun innebærer en endring av makt til å definere hva som er riktig, og dessuten at endringen nødvendigvis representerer et fremskritt, og videre troen på at språket fungerer som rasjonalitetsstruktur og derfor også som analyseverktøy.

Software-æraens oppløsning av tid-rom er også kjennetegnet ved umiddelbarheten – en anakronistisk tidsforståelse hvor øyeblikkeligheten er seierherre. Å 'leve i nuet' blir en pleonasme, da nuet blir det eneste levelige. Det finnes kun øyeblikk – punkt uten dimensjoner. Uttrykket 'øyeblikk i tiden' er følgelig en tautologi, øyeblikkene er alt som står tilbake og det eneste tellende:

”Perhaps, having killed space as value, time has committed suicide?” (Bauman, 2000).

De som beveger seg og reagerer raskere, som er nærmest umiddelbarheten i bevegelse, er de som troner øverst (ibid.). Større er ikke nødvendigvis bedre, et poeng glimrende illustrert av bedriftenes nedskjæringer, forflatninger, allianser og slanking. Lang sikt og kontinuitet er ett hult skall uten meningsbærende verdi, øyeblikket er suverent og mer tid vil ikke gi mer mening. Der moderniteten postulerte kontinuitet og varighet som hovedmotiver, vil postmoderniteten (flytende modernitet i Baumans språkdrakt) ugyldiggjøre varigheten og feire døgnfluen.

”Postmodernism swims, even swallows, in the fragmentary and the chaotic currents of change as if that is all there is” (Harvey, 1989).

Rasjonelle valg i den postmodernistiske forståelsen (eller øyeblikkelighetens æra) betyr å strebe etter tilfredsstillelse uten konsekvenser, og spesielt konsekvenser som innebærer ansvar. Varighet betyr da at gleden i stedet blir byrde – alt med tyngde og soliditet vil hindre og begrense bevegeligheten. Hverdagens menn og kvinner ønsker å glemme fortiden samtidig som at fremtidstroen mangler.

## Postmoderne forbruksteori

Forbruk er et aktivt forhold – ikke bare til objekter<sup>4</sup>, men også til samfunnet og ‘verden’- en systematisk aktivitet som ligger til grunn for vårt kulturelle system (Baudrillard, 1996). Forbruk defineres som organisering av alle objekter til en helhetlig tegnbærende kappe:

”consumption is the virtual totality of all objects and messages ready-constituted as a more or less coherent discourse. If it has any meaning at all, consumption means an activity consisting of the systematic manipulation of signs” (Baudrillard, 1996).

For å først forbrukes, må et objekt være et tegn – konsistensen som kjennetegner objektet vil derav komme av det abstrakte og systematiske forholdet objektet har til andre objekt. Selv menneskelige relasjoner forbrukes ikke direkte; det har blitt abstrakt og opphevet, deretter transformert til et tegn-objekt og konsumert. I semiotisk betydning får objekter kun betydning ved den ulikheten de representerer vis à vis hverandre, ikke den umiddelbare referansen. Objekter kan ei benyttes som substitutt for menneskelige relasjoner, men må heller forstås som en arena for å beskrive et eventuelt relasjonelt tomrom (ibid.).

Det finnes ikke flere prosjekter – kun objekter. Prosjektet har likevel ikke forsvunnet: det er bare tegnets virkeliggjøring som et kroppsliggjort objekt som aksepteres som tilfredsstillende nok. Prosjektets frasigelse er konsumets ultimate hensikt (Baudrillard, 1996). Prosjekter kan like godt forveksles med objekter, da endeligheten i et tegn-objekt representerer tilfredshet (nok) i seg selv;

”The very will to live, fragmented, disappointed, signified, is condemned to repeat itself and repeatedly abolish itself in a succession of objects... In other words, the world is coming to be increasingly dominated by simulations and we are reduced to playing with them rather than using them, or relating to them, symbolically” (Ritzer i Baudrillard, 1998).

Vi er ikke nødvendigvis omringet av andre mennesker, men objekter. Vi lever etter objektene tempo, objektene rytmiske suksisjon bestemmer livets tempo. Samtidig oppofres ikke objektene alene uten en kontekst av andre kommuniserende objekter, forbrukeren smykker

---

<sup>4</sup> Her forstått som forbruksobjekter, jfr. Baudrillard, 1998.



seg med et sett av objekter. Utstillingsvinduet, reklamen, produsenten og merkevaren spiller en stor rolle hvor alle utgjør en helhet av meningsbærende tegn. Selv om vår tid kjennetegnes av en overflod, av overskudd og overflødighet forbrukes ikke objekter i et skjødesløst kaos. Som Baudrillard (1998) fremhever: forbrukeren vil forflytte seg logisk fra ett objekt til det neste, og vil peile ut en egen sti for sitt forbruk. Forbruket har kommet til et punkt hvor det gjennomsyrer alle deler av vår virkelighet, våre omgivelser er klimatisert for å tilrettelegge en forhåndsbetinget endeløs satisfiering. Forbrukeren blir begunstiget i form av å ha en overflod av valg, som fremstår som gledelige valg, og vil alltid hige etter tilfredsheten som de (feilaktig) fremstiller. Manifestasjonen av gleden og tryggheten i forbrukerens private sfære skjer ved at denne fremstilles som meget skjør – konstant i fare for å oppfylle en katastrofal skjebne. I forbruk av glede (*jouissance*) bør vold og umenneskelighet kjønes på kroppen for at den fremsatte bløffen skal oppleves som autentisk.

”Fatality is thus evoked and signified on all sides, so that banality may revel in it and find favour” (Baudrillard, 1998).

Vårt forhold til virkeligheten – til historien, til kultur er ikke fremdrevet av interesse, men av nysgjerrighet. Eksemplifisert av mediens hypervirkelige (mer virkelig enn den faktiske situasjonen) fremstilling er ’handlingens hjerte’ eller det som er ’live’, ’ansikt til ansikt’ kun et simulacrum (Baudrillard, 1994b). Vi lever i en fornektelse av virkeligheten, i ly av en overflod av tegn. Det er dette som er det postmoderne forbrukets ideologi: et omringet Jerusalem; rikt, men samtidig truet.

Strukturelt sett er ikke den store massen en homogen konstellasjon uten ulikheter. Individuelt sett bærer ikke objektene noen form for tegnmessig betydning. Kun i relasjon til andre objekter, i en konfigurasjon for å bære sosial mening gir objektene mening – og alltid en distinkt mening (Baudrillard, 1998). Objektene fremsetter forbrukerens sosiale tilhørighet; objektets mening transcenderer dens funksjonelle og umiddelbare form – til en betydning i form av mote og annen konnotativ signifikans. Objekter blir aldri forbrukt kun til sin egen funksjonelle bruksverdi, objektet i seg selv blir aldri ’konsumert’ eller ’fortært’ som solen smelter snøen. Forbrukeren manipulerer objektet til distingverende tegn som en referanse for å markere tilhørighet til andre eller å markere avstand til andre. Samtidig oppleves ikke dette

som en påtvungen 'kode'<sup>5</sup>, men som frigjørende. Å forstå forbruk som noe individuelt tilfredsbringende vil ikke gi tilstrekkelig tyngde til objektene sosiale betydning. Forbruk må ikke forstås i den tradisjonelle forstanden – som noe positivt og utelukkende selvbevisst dersom vi ønsker å belyse det sosiale aspektet ved det (Baudrillard, 1998). Forbruk er ikke et tilfredsbringende jag etter positive opplevelser, men er blandet av både positive og negative opplevelser som aldri kan gi tilfredshet til forbrukeren. Det egalitære forbrukssynet hvor våre behov dekkes av ulike produkter som gir en forutbestemt nytte er irrelevant for å tolke hvordan vi forholder oss til hverandre i en større sosial struktur. Vi markerer følgelig avstand fra den 'tradisjonelle' konseptualiseringen av forbruk.

'Economic Man' er en perfekt sammenstilling av menneskenes rettigheter og menneskelig instinkt, resulterende i et perfekt rasjonelt vesen med to hoveddrifter:

1. å søke sin egen lykke uten å nøle
2. å velge de objektene som gir mest tilfredshet

Mennesket, prisgitt sine 'behov' og 'ønsker', blir ledet til objekter som 'gir' det tilfredshet. Paradoksalt nok er mennesket et vesen som aldri blir tilfredsstilt (Baudrillard, 1998). Forbrukets syklus vil aldri stanse, men vil fortsette som en endeløs spiral uten mulighet til flukt. I hvilken grad behov blir dekt beror på objektets 'nytte' og forbrukerens 'preferanser' som igjen vil avhenge av markedet. At 'Economic Man' har gitte preferanser og velger mellom objekter med gitt nytte er teoriens virkelige genistrek. De mer eller mindre selvbevisste og frie valgene forbrukeren tar forklares ulikt av psykologi, sosiologi og sosio-psykologi (Baudrillard, 1998). 'Jeg kjøper dette fordi jeg har behov for det' vil aldri gi mer mening enn å påstå at noe brenner fordi det er brennbart.

Utenom sine funksjonelle egenskaper vil objektet være uendelig substituerbart. En bil er et transportmiddel, men har uendelig mange konnotative betydninger som tegn. Den foreviser komfort, prestige, luksus osv.

"In the logic of signs, as in that of symbols, objects are no longer linked in any sense to a *definite* function or need. Precisely because they are responding here to something quite different, which is either the social logic or the logic of desire, for which they function as a shifting and unconscious field of signification" (Baudrillard, 1998).

---

<sup>5</sup> Her forstått som konvensjon eller kutyme, til forskjell fra Baudrillards (1994b) konseptualisering.

Umiddelbar tilfredsstillelse, i form av å satisfiere et gitt behov slik det presenterer seg selv, er likt det å behandle symptomer med en tradisjonell kur. Symptomene forsvinner, men vil tilbakevende i liknende form. På samme måte som kroppens organer fungerer som utløp for sykdom, er objektene i forbruk (og tegnene de fremmer) et utløp for noe annet enn satisfiering av selvbevisste behov. Forbruket vil frembringe en kontinuerlig forandring av objektene – et stadig jag (eller flykt) fra objekt til objekt. Denne overfladiske tegnsamlingen er i realiteten umettelig, ettersom den er basert på en *mangel*. Det er denne urørlige mangelen som presenterer seg selv lokalt som ulike behov hvor forbrukeren suksessivt konsumerer ulike objekter. Sosiologisk sett er dette uendelige jaget uforsonlig med det rasjonalistiske synet at et tilfredsstilt behov vil skape en slags likevekt og leske kløen etter satisfiering. Erkjenner man at et behov ikke er et behov etter et bestemt objekt, men et behov for distingvering, er det klart at tilfredsstillelse aldri kan oppnås og behov kan heller ikke defineres.

Mennesket har en unik egenskap til å lære og syntetisere (fremstille syntetisk) symboler til bruk i denne distingveringen, utvikle disse til språk preget av refleksivitet, ustadighet, presisjon, fleksibilitet, og en høy grad av realitetskongruens, og til å overføre akkumulert kunnskap mellom generasjoner i form av symboler. Elias betegner dette som symbolsk frigjøring; mennesker tenker, kommuniserer og forholder seg til virkeligheten ved hjelp av symboler (Shilling, 2004). Symbolsk frigjøring setter mennesket i stand til å refleksivt overvåke og kontrollere egen atferd, og er med det en avgjørende forutsetning for utviklingen av den siviliserte kropp (ibid.).

Dette kommunikative forbruket (kjøp og salg av differensierte goder i form av tegn/objekter) utgjør vårt språk, koden som vårt samfunn kommuniserer ved. Forbruket er altså et strukturert språk hvor individuell tolkning av nytte og glede kun er språklige uttrykk (Baudrillard, 1998). Det moderne mennesket er ikke lengre opptatt av produksjon i sitt arbeid, men produksjon og kontinuerlig innovasjon av sine egne lyster og status. Dersom han ikke konstant overvåker og utnytter sine egne kapasiteter til forbruk vil han konsekvent påminnes at han har ingen rett til å være glad (ibid.). Han kan ikke være passiv, men må holde seg i konstant bevegelse. Dersom han ikke holder seg i bevegelse risikerer han å bli tilfreds med hva han har og å forbli asosial. Postmoderne forbruk kjennetegnes følgelig av umettelig nysgjerrighet – alt må prøves. 'Prøv Pilates, prøv Yoga, prøv Jesus, prøv en Volkswagen'. Vår tids menneske er jaget konstant av angsten for å ikke få med seg alt. Kuriositeten etter å føle alle av livets

gleder fremdrives av det allestedsnærverende imperativet at 'man skal da kose seg' (ibid.). Forbruket forstått som individets siste moderne utøvelse av frihet til egennyttig konsum er derfor også noe forfeilet. Forbruk er en kollektiv aktivitet som er påtvunget og institusjonalisert hvor forbruk i seg selv må læres til nye stammemedlemmer. Personlig sett distingverer forbruket individer seg i mellom, men kollektivt sett deles den samme *koden* (jfr. Baudrillard, 1994b). Altså: ikke en kode i sosiologisk betydning (for å markere prestige osv.), men et ubevisst system som markerer tilhørighet til en viss gruppe. Forbruket defineres ikke som et funksjonelt objektbasert nyttesystem, ei heller som en form for individuell eller gruppemessig prestige, men som et system for kommunikasjon – en kode hvor tegn blir konstant kommunisert – et språk (Baudrillard, 1998). Opplæring til å være i overensstemmelse med koden og trening til å følge dens spilleregler gjør at forbruk i seg selv kan være arvtager til de feilslåtte ideologiene og muligens ta over for religiøse ritualer som integrerende mekanisme i samfunnet. Denne koden er konstant, det er ingen revolusjoner. Hverdagslige forandringer og moterevolusjoner er harmløse og er i realiteten kun et iscenesatt spill i regi av denne koden.

”Kjøp nå, betal senere’ er det moderne forbrukets læresetning, hvor kreditt har overtatt det puritanske idealet om sparing til nødvendigheter. Individet inviteres hele tiden til å more seg og skjemme seg bort – rettfærdiggjort av ideologien om at dersom en selv er tífreds er man i stand til å glede andre” (Baudrillard, 1998).

Individets følelse av uferdighet er risikofylt og angstfylt – som en buffet med alle verdens matretter, for mange til å prøve alle. Å leve i en verden full av muligheter er en begeistrende tilværelse, hvert valg er en bedre mulighet til å forføre seg selv enn den forrige. Denne tilværelsen er følgelig vanskelig forutsigbar, og valgene enda mindre ugjenkallelig. Ingen nederlag eller seiere er endelige, kunsten er å ikke rotfeste seg i sin egen virkelighet men å forholde seg flytende og lett (Bauman, 2000). For en forbruker er dette en tvilsom glede, overfloden (ikke knapphet) av valg blir selve kilden til lidelse. Med et uendelig antall valg kan man aldri være sikker på å gjøre det rette – ingenting skiller en 'god' løsning fra en dårligere en. Forbrukernes umettelige satisfieringstvang og søken etter 'noe bedre' er en velsignelse til produsentene og en garantert sjelekval for forbrukerne.

## **Postmoderne tro på vitenskapen: legitimering uten sannhet?**

Synet på mening, rasjonalitet og individets egen tolkning av verden vil farges av vår forståelse for 'sannhet'. Sannhet, og vårt eget selv, er bestridelige størrelser. Vi velger derfor å foreta en avklaring over hvilket syn på sannhet vårt teoretiske ståsted innebærer – da det vil få følger for resten av forskingen vår. Vår forståelse for vår egen empiri vil følgelig fortone seg som valgene en kunstner tar – hvilke uttrykksmuligheter han står overfor. Ikke selve fargepaletten – men selve kunstformen (akvarell, dans, maleri, statue, osv.) kan sammenlignes med vårt dilemma. Vi er kunstnere – og vår uttrykksform må avklares.

Fortellingenes død, og vår ultimate legitimerende tro, gir også følger for vitenskapen. Er manglende tro på en universell og altinkluderende sannhet også samstemt med vitenskapens selvmord? Lyotard (1984) presiserer at postmodernitet forfekter døden over meta-narrativer, meta-språk eller meta-teorier som kan sammenstille eller representere alle ting. Sistnevnte forfatter definerer postmodernitet som vantro til metanarrativer. Modernistisk vitenskap legitimerer seg selv gjennom referanse til slike metanarrativer (eks. fremgang, frihet og verdiskaping), og kanoniserer seg selv til akseptert kunnskap gjennom konsensus mellom rasjonelle tenkere (Lyotard, 1984). Postmoderne tankegang om vitenskap tar følgelig avstand fra Habermas sin tese om kommunikativ rasjonalitet<sup>6</sup>. Lyotard (1984) påpeker at det vitenskapelige legitimeringsjaget har selv skapt en legitimeringskrise for moderne vitenskap. Vitenskap er ikke i stand til å legitimere seg selv, slik Hegelsk spekulasjon vil hevde – men den vil ikke redusere seg selv til 'hedensk sludder'.

Falsifisering (eller tidligere verifisering) har vært grunnlagt etter to regler om fremskaffing av vitenskapelig 'bevis'. Den første regelen er retorisk i rettslig forstand: vitenskapelig bevis er noe som kan prøves og benyttes som bevis i en debatt. Vitenskapelig bevis benyttes ikke for å understreke ens oppfatning om virkeligheten, men gitt at bevis kan anskaffes er det tilbøyelig å tro at virkeligheten er som 'jeg' sier. Den andre regelen er metafysisk: det samme beviset kan ikke benyttes som referent til flere motstridende argument (verden er altså ikke tvetydig). Ikke alle konsensus er et tegn på sannhet, men det er nærliggende å tro at en uttalelse som er sann vil gi konsensus (Lyotard, 1984). Det er ikke utelukkende uttalelsens gyldighet som etterprøves i en vitenskapelig debatt, men også forskerens kompetanse. Dette sikres også av

---

<sup>6</sup> Se Lyotard (1984) for en grundigere avklaring.

likemenn – gjennom kollektiv enighet. Likemenn behøves altså – og må produseres dersom systemet skal fungere. Legitimeringen av denne modernistiske holdningen til vitenskap avkrever at to problemer løses: 'Hvordan bevise bevisene?' og: 'Hvem bestemmer forutsetningene for sannhet?' Reglene for vitenskap er altså iboende i vitenskapen selv, og bevis om reglene er gode besittes kun av ekspertene - i form av konsensus. I den postmoderne virkeligheten har vitenskapens metanarrativ mistet sin tyngde – enten den konseptualiseres som et frigjørende narrativ eller et narrativ om spekulasjon (ibid.). Legitimeringskrisen i vitenskap som Lyotard mener vi står overfor er frembrakt av metanarrativenes død.

Det eksisterer en viss allmenn forståelse av hva begrepene betyr i akademia i forhold til typer vitenskapsteori og forskning, og de presenterte forklaringene er tilbakevendende i forskjellige verker (eks: Casey, 1996a i Hosking & Morley, 1991). Sosialpsykologen Kenneth Gergen (1982; 1985) har en grundig gjennomgang av moderne og postmoderne forskning med henvisning til forskjellene i vitenskapsteori. Han blir regnet av noen for en som snudde den ensidige positivistiske retningen i psykologi, og fikk gjennomslag for at sosialkonstruksjonisme igjen ble anerkjent som vitenskapelig forskning. Han påpeker at sosialkonstruksjonisme innebærer et metateoretisk begrepsapparat. Den vitenskapsteoretiske bakgrunnen er viktig, og sosialkonstruksjonisme kan ikke forstås uten den. For å presentere sosialkonstruksjonisme, tar Gergen (1985) utgangspunkt i to typer perspektiv på psykologisk forskning, som han kaller 'exogenic perspective' og 'endogenic perspektive'<sup>7</sup>.

Begge disse retningene søker etter en virkelighet som ikke innebærer forhandling. Eksogent perspektiv representerer miljødeterminisme, og endogent perspektiv representerer en slags biologisk determinisme, fordi menneskene blir sett som å ha en iboende tendens til å kategorisere informasjon på en bestemt måte. Det er altså de iboende (biologiske) kognitive funksjonene i hjernen som er begrensende for å finne sannheten om verden. Gergen (1985) kritiserer begge disse perspektivene, og kommer med sitt bidrag, som er sosialkonstruksjonismen. Det vitenskapelige ståstedet vi påtar oss har følgelig betydning for menneskesynet som vi forfekter. Troen på at språket er godt som analyseverktøy er vanlig i postmodernismen generelt, også i sosialkonstruksjonisme. Språket viser oss hvilke kategorier vi er lært opp til å gjenkjenne og forstå vår verden gjennom. Vi kan ikke forstå en verden uten

---

<sup>7</sup> "Exogenic perspevice"... "Proper knowledge maps or mirrors the actualities of the real world"... "Endogenic perspective"... "Humans harbor inherent tendencies, it is said, to think, categorize, or proses information, and it is these tendencies (rather than features of the world itself) that are of paramount importance in fashioning knowledge" (Gergen, 1985).

å bruke de kategoriene av verden vi har lært (jfr. Johnson, 1987). Hvilket språk vi bruker for å gi noe mening vil fortelle noe om hvordan vi plasserer det fenomenet vi snakker om i vår konstruerte forestillingsverden. Man må bruke det språket som foreligger, for å kunne bli forstått. Det er dermed en gjensidighet mellom individ og omgivelsene som er avgjørende for å kunne opparbeide forståelser av vår verden.

## Sannheten og Korrespondanse

En teori om sannhet er en teori om hva det betyr å forstå et utsagn som sant eller usant i en viss situasjon (Lakoff og Johnson, 2003). Enhver korrespondanse mellom det vi sier og et forhold i verden formidles av vår forståelse av utsagnet og av forholdet. Vår forståelse av situasjonen er naturligvis et resultat av interaksjon med situasjonen selv. Men vi kan fremsette sanne (eller falske) utsagn om verden fordi *vår forståelse av utsagnet* kan passe (eller ikke passe) med *vår forståelse av situasjonen* der utsagnet fremsettes (ibid). Siden vi forstår situasjoner og utsagn ut fra begrepssystemet vårt, står sannheten for oss alltid i forhold til begrepssystemet. Siden en forståelse alltid er delvis, har vi heller aldri adgang til 'den hele og fulle sannheten' eller noen endelig beskrivelse av virkeligheten (ibid). Ethvert menneskelig begrepssystem er av overveiende metaforisk art, og det finnes derfor ikke en helt objektiv, ubetinget eller absolutt sannhet. Objektivismemyten og subjektivismemyten<sup>8</sup> bygger begge på opptatthet av forståelse. Objektivismemyten gjenspeiler menneskers behov for å forstå den ytre verden for å kunne fungere godt i den (ibid). Subjektivismemyten fokuserer på indre aspekter av forståelsen – hva et enkeltmenneske opplever som meningsfullt, og hva som gjør livet hans verdt å leve (ibid).

Når mennesker som snakker sammen ikke har samme kultur, kunnskap, verdier og forutsetninger, kan det være spesielt vanskelig å komme frem til en gjensidig forståelse (ibid.). Men slik forståelse kan oppnås gjennom å forhandle om betydning. For å forhandle med noen om betydning må man være klar over og respektere at man kan ha ulik bakgrunn. Det trengs bred nok kulturell og personlig erfaring til å være klar over at det finnes ulike verdensbilder, og til å vite hvordan de kan se ut. Man trenger også tålmodighet, en viss fleksibilitet i sitt eget syn på verden og en sjenerøs toleranse for misforståelser (ibid).

Evnen til selvforståelse forutsetter en evne til gjensidig forståelse – i subjektivistisk forstand. Enhver dyp forståelse for hvorfor vi handler, føler og endrer oss som vi gjør, og til og med hvorfor vi tror som vi tror, går utover oss selv (ibid). Selvforståelse er ikke ulik all annen form for forståelse; den springer ut av vår stadige interaksjon med våre fysiske, kulturelle og mellommenneskelige omgivelser (ibid). Vi søker alltid det som forener våre egne ulike erfaringer, slik at vi kan få koherens i livet (ibid). En stor del av selvforståelse er søken etter

---

<sup>8</sup> *sic.*



passende personlige metaforer som kan skape mening i livene våre. Erfaringenes betydning må stadig reforhandles, og man skaper da stadig ny koherens i sitt liv. Selvforståelsens prosess er å hele tiden utvikle nye livshistorier for seg selv (ibid).

Sannhet vil aldri være mer enn overbevisning (bevis over et gitt nivå). Forskning vil derfor kjennetegnes ved noe som kan bestrides og som er åpent for kritikk. Postmoderne forståelse, og vår oppgave, er (og bør) derfor kjennetegnes ved en overbevisende retorikk. Dette legges til grunn for forståelsen vi har for mennesket, og hvilken mening et individ kan oppnå ved sitt forbruk.

## Struktur og Mening

---

Betydningen av mening i vår oppgave er hvilken strukturell sammenheng vår erfaring har – hvilke metaforer for forståelse vi fremsetter for å gi sammenheng og rettferdiggjøre vår handling. Vår konstruerte mening vil bero på hvilken metafor – hvilket selv – vi benytter som referanse til våre erfaringer. Vår tidligere erfaringsstruktur kan projiseres til andre arenaer for handling - vi benytter metaforer for å forstå og gi egeninnsikt til nye situasjoner.

“The structure of rationality is regarded as transcending structures of bodily experience. And meaning is regarded as objective, because it consists only in the relation between abstract symbols and things (with their properties and relations) in the world. As a consequence, the way human beings grasp things as meaningful – the way they understand their experience – is held to be incidental to the nature of meaningful thought and reason” (Johnson, 1987).

## Helhetlig mening

For å illustrere vårt ståsted avklarer vi den konseptuelle motpolen til dette, nemlig objektivisme. Objektivistisk sett er synet på rasjonalitet er nært beslektet med synet på mening. Rasjonalitet er *disembodied* – hvor nye koblinger avdekkes og rettferdiggjøres som abstrakte og logiske relasjoner uavhengige av ens subjektive vurderinger. Rasjonaliteten eksisterer uavhengig og tilgjengeligheten er fri og uttømmelig – et hav av rettferddiggjøring som kan avdekkes. Objektivismen (som definert av Johnson, 1987) kanoniserer altså rasjonaliteten til å transcendere den entydige og håndfaste virkeligheten som finnes 'der ute'.

Ettersom vi er en art i dyreverden, er vi instrumentert med kropper som grensesnitt til den naturlige verden, slik at vår (selv)bevissthet og rasjonalitet henger sammen med vår kroppslig orientering og interaksjon med omverdenen (Johnson, 1987). Mening er vanligvis definert som en diskusjon av ord og fraser – i form av hvilke roller de innehar. Betydningen av mening i vår oppgave er hvilken strukturell sammenheng vår erfaring har – hvilke metaforer for forståelse vi fremsetter for å gi sammenheng og rettferdiggjøre vår handling. Vår tidligere erfaringsstruktur kan projiseres til andre arenaer for handling for å gi mening – utnyttelse av metaforer for å gi forståelse og egeninnsikt. "*Objectivist accounts of meaning and rationality do not tell the whole story*" (Johnson, 1987). Objektivistiske diskurser analyserer mening, sannhet og rasjonalitet ved å forbigå de stilltiende forutsetningene til forståelse – metaforer, strukturelle skjema og bilder. Det er denne motpolen til objektivisme vi (i likhet med Johnson, 1987) vil holde som sentralt i vår forståelse av konseptet mening.

Det strukturelle skjema vi her referer til er dog forskjellig fra den psyko-terapeutiske tolkningen av konseptet, dette skjemaet som gir struktur og mening er stadig i endring og under oppdatering, dette er en flyktig konstruksjon;

"Each of us 'construes' his or her own assortment of 'others' out of the sedimented, selected and processed memory of past encounters, communications, exchanges, joint ventures or battles" (Bauman, 1993).

Strukturen vi fortolker vår virkelighet ut ifra har en *gestalt* karakteristikk (Johnson, 1987) – de gir helhetlig mening og koherens til våre erfaringer og kognisjon. Dette er den prinsipielle

måten vi oppnår helhet og strukturell mening på. Vår gestalt struktur er operativ i alle våre erfaringsmessige arenaer, som definert av Eve Sweetser (i Johnson, 1987): det sosiofysiske (sosiale relasjoner og mønster), det epistemiske (rasjonalitet og teoretisering) og den sosiale strukturen av talehandlinger. Denne metaforiske strukturen som preger fortolkningen av vår livsverden er fremmed for den objektivistiske forståelsen av mennesket, og krever en fenomenologisk tilnærming. Johnson (1987) forstår metafor-struktur til å være det mest gjennomtrengende prinsippet for menneskelig forståelse og grunnleggende for meningsskaping. Vår forståelse for verden (og virkeligheten) beror likevel på en større helhet enn våre metafor-skjema; vår kroppslig disposisjon, humør og holdninger, vår kulturelle tradisjoner osv. ”*In short, our understanding is our mode of 'being in the world'*” (Johnson, 1987). Vår egen abstrakte fortolkning av verden er da kun en forlengelse av denne umiddelbare verdensforståelsen. Det fremgår av dette at det objektivistiske synet på metaforisk forståelse (e.g. *time is money*) ikke gir en tilstrekkelig representasjon av mening.

Vår kroppsliggjorte, iboende erfaringsstruktur vil gi en rikere forståelse av fenomener enn objektivistiske (og følgelig reduksjonistiske) representasjoner av konsepter som mening, rasjonalitet og struktur. Johnson (1987) fremhever at en ikke-objektivistisk tolkning av mening innebærer et fokus på andre sentrale konsepter som forståelse, forestilling og kroppsliggjøring (embodiment). I objektivismen er menneskelig (selv)forståelse en trussel, ettersom subjektivitet ses på som en trussel mot objektivitet. Særegen forståelse oppfattes til å kunne farge den objektive virkeligheten, hvor den allmenne oppfattelsen kanoniseres til et eget ontologisk domene (forstått som fritt og modent for 'klinisk' undersøkelse). Heller ikke egne forestillinger holdes i hevd – mening er en relasjon mellom abstrakte symboler og medfølgende referanser. Mening er kun konseptets betydning – som fremsettes som en tankehandling og ikke et individs forestillinger. Kroppsliggjøring er også upassende for å behandle mening – da mening konseptuelt sett skal transcendere våre oppfatninger til å være en slags intersubjektiv tolkningsfri universalitet. For ikke-objektivister gjelder da: ”*These embodied and imaginative structures of meaning have been shown to be shared, public and 'objective,' in an appropriate sense of objectivity*” (Johnson, 1987). Mellom symboler og verden finnes forståelsen – mening er altså ikke relasjonen mellom setninger og en objektiv verden. Dette betyr ikke at det finnes en 'gitt' verden uten forbehold (jfr. Searle *sic.*) – mening involverer bestandig intensjonalitet, og er avhengig av kontekst (Johnson, 1987). Individuell forståelse kan ei leses som en preceptorisk tolkning av erfaringer, en teori om forståelse krever at den totale konteksten hensyntas (*ibid.*).

”Objectivist accounts of meaning and rationality do not tell the whole story” (Johnson, 1987).

Objektivistiske (i form av eksempelvis positivistiske og empiristiske) diskurser analyserer mening, sannhet og rasjonalitet ved å forbigå de stilltiende forutsetningene til forståelse – metaforer, strukturelle skjema og bilder. Den forståelsen av meningsskapende forbruk vi fremsetter krever et mindre overfladisk menneskesyn enn det tradisjonelle neo-klassiske økonomiske perspektivet hvor menneskelig atferd forklares ut ifra (altomspennende) rasjonalitet og preferansestrukturer. Den objektivistiske tolkningens kanonisering av rasjonalitet, og hvorvidt dette fortsatt kan tillegges noe normativ verdi, tilhører konvensjonell forståelse (og er ikke relevant i en mer hermeneutisk menneskeforståelse). Som illustrert av Fredric Jameson (2005):

”My sense is that, particularly after the diffusion of psychoanalysis but also with the gradual evaporation of ”otherness” on a shrinking globe and in a media-suffused society, very little remains that can be considered “irrational” in the older sense of “incomprehensible”: the vilest forms of human decision-making and behavior – torture by sadists and overt or covert foreign intervention by government leaders – are now for all of us comprehensible (in terms of Diltheyan *Verstehen*, say), whatever we think of them.”

Som mennesker (til forskjell fra andre dyr) er ikke vår mening gitt *ex ante*, mening må skapes - og vår verden (slik vi ser den) må skapes (Nyeng, 2003). Det er dette vi (i likhet med Johnson, 1987) vil holde som sentralt i vår forståelse av konseptet mening.

Meningen i vårt liv (ikke *med* vårt liv) skapes dog ikke utelukkende innenfra, som det freudianske psykoterapeutiske synet fremmer, vi både skaper og orienterer oss i det sosiale landskapet (Nyeng, 2003). ”know thyself” sier Socrates. Men: for å først kunne kjenne sitt eget ’selv’ må man erkjenne at subjektet kan fjerne seg (epistemologisk) og kontrastere sin egen virkelighet ved sammenstilling og jamføring av andre selv. Vi forstår oss selv i forhold til andre individer i det sosiale rom. Mening skapes altså ikke rent subjektivt (ei heller objektivt), men kollektivt. Denne søken etter mening (som kan legge grunnlag for den eksistensielle angsten) kan da ikke kureres, men er iboende og må aksepteres ved å sette tillit til de usikre fasadene som imøteser oss. Vi ser på andre som tillitsfulle og mistenkelige på

samme tid – noe som gir opphav til en slags vedvarende kognitiv dissonans (Bauman, 1993). Konstant forvirring, usikkerhet og sårbarhet fører til den eksistensielle angstens tautologiske problem: 'vi trenger hjelp'. Individets strategi for å motvirke denne angsten er å danne en egen struktur – for å klassifisere, tolke og gi mening til vår egen tilværelse og handlinger. Å holde orden betyr å holde vår sosiale virkelighet (i form av interaksjoner) *strukturert*.

“Irrespective of their cultural or historical location, humans are seen as having a psychological need for meaning which compels them to act” (Abercrombie, 1986 og Beckfor, 1989 i Shilling, 2004).

Ontologisk sett er struktur gjentakelse, homogenisering av hendelser – epistemologisk sett blir det (av denne grunn) forutsigbarhet. Når et gitt utfallsrom for handlinger ikke har tilfeldig forventning kan dette tilskrives en gitt struktur for hendelsene.

”It is in this sence 'society' is 'structured' – an island of regularity in the sea of randomness” (Bauman, 1993).

## **Fokus på flokk: skapende struktur**

Denne strukturen anses som motpart til sosialisering i form av folkemengden – hvor forskjellen til 'den andre' erstattes med likheten i flokken. Folkemengden gir sikkerhet i form av ansvarsløshet og annullering av tvetydighet – beslutningens ansvar blir uinteressant i et hav av 'we are all in it together' (jfr. Bauman, 1993) følelser. Usikkerheten påvirker alle i denne uforutsigbare tilstanden av deregulering, fleksibilitet, konkurranse og endemisk uvisshet. Samtidig oppleves dette som et privat problem, som et resultat av egne feil og en utfordring til vår egen dyktighet og evne til tilpasning (Bauman, 2001). Å være i mengden handler ikke om å være *for* noe, heller ikke *med* noen, men bare å være *med*. Denne estetiske nærheten som mengden tillater gir dog ingen umiddelbare representasjoner (eller presentasjoner) av individer, da nærheten er stadig fjern nok til å tillate en komfortabel distanse til 'de fremmede'. Den postmoderne sosiale virkeligheten preges også av en tendens til *mismatching* – møter (som ikke utgir seg til å være det) med fremmede. Kunsten er å se mens man later som om ingen andre kan se deg selv. Dette er et kritisk blikk som er kamouflert som indifferens – for å unngå provokasjon og respons. Følgelig er den moderne flokken ikke en samling av individer (hvor egen struktur og meningsskapning er stikkordet), men en uskillelig aggregert masse hvor individualitet oppløses.

Den upersonlige flokken forhindrer at det fysiske rommet som vi beveger oss rundt i omvandles til et sosialt rom (et rom med interaksjon og spilleregler, jfr. Bauman, 1993). Nærheten man har til 'den andre' konstrueres følgelig av den kunnskapen som er innsamlet og som tilkommer fra gjentatt interaksjon med motparten. Ingen mer fremtredende enn andre, ingen som avkrever preferanse over andre – alle objekter (herunder også mennesker) samlet i en stor summetone. Alle objekter i dette fremmedgjorte sosiale rom flyter med en lik gravitasjon – som en perfekt nivullert masse (som bare er forskjellig med hensyn til deres plassering i det fysiske rommet). Mye av moderne beskjeftigelse omhandler forflytning (fysisk) mellom semiotisk sett tomme rom – transport mellom øyer av mening og relevans. Øyer i det sosiale rom som beskytter sine medlemmers sosiale bevegelighet samtidig som den avgrenser andres tilgang. Dette illustreres av dagdrivingens problematiske kryssing over i andre sosiale domener:

'Loitering' has been a typically urban offence – conceived as a punishable crime only because it clashed with the conception of the public space as an 'area to move through, not to be in' (Bauman, 1993).

I 'den moderne verden' er fremmede en allestedsnærværende stadighet - og samtidig en endemisk forutsetning for vår proteofobiske virkelighet. I proteofobiske situasjoner føler vi oss fortapt, ensom og forvirret – et biprodukt av strukturelle skjema (*cognitive spacing* i Baumans språkdrakt). Vi vet ikke 'hva vi skal gjøre' i en bestemt situasjon fordi skjemaet for 'hva vi skal gjøre' ikke dekker denne typen situasjon. Møter med fremmede er en slik (og kanskje mest skremmende) type situasjon. Denne 'frykten' (eksistensiell sådan) er også fruktbar i forbrukermessig forstand – for å holde hjulene i gang er det sunt med en konstant fornyet frykt. Denne frykten må transformeres til 'menneskelige behov' for at risikobekjempende dingser og innretninger til den daglige overlevelse og trygghet kan gjøre sin nytte. Frykten driver (og blir drevet) av et forbruk for å fremmedgjøre frykten, i håp om at frykten forsvinner. "We want more and faster cars to drive us up to the Alpine forest, only to find upon arrival that the forests are no more, eaten up by petrol fumes" (Bauman, 1993). Dette er å observere verden som turist – en annens rutiner, fanget opp som et teppe i et teppemarked hvor et øyeblikks uskyldig betraktning forsøker å granske 'den andres' meningsstruktur. Denne estetiske betraktende meningen er ofte den eneste vi får – og trenger (Bauman, 1993). Det estetiske rommet er en lekeplass – fritt for moderne turistens frie utfoldelse. Fri utfoldelse og forfølgning av egne preferanser – hvor moralitet kun kan rasjonaliseres gjennom selvfornektelse. Frykten blir da kun manifestert når våre sosiale rom (og derigjennom våre ulike 'selv', jfr. Johnson, 1987) ikke holdes adskilt;

*George:* You have no idea of the magnitude of this thing. If she is allowed to infiltrate this world then George Costanza as you know him ceases to exist. You see, right now I have Relationship George. But there is also Independent George. That's the George you know, the George you grew up with... Movie George, Coffee Shop George, Liar George, Bawdy George.

*Jerry:* I love that George.

*George:* Me too, and he's dying. If Relationship George walks through this door, he will kill Independent George. A George divided against itself cannot stand!

(sitat fra TV-serien Seinfeld)



## Identitet – et maskeradeball

”... there is no one there – no person. The ‘person’ as absolute value, with its indestructible features and specific force, forged by the whole of the Western tradition as the organizing myth of the Subject – the person with its passions, its will, its character (or banality) – is absent, dead, swept out of our functional universe” (Baudrillard, 1998).

Ved å undergrave tradisjonelle meningssystemer vil postmodernitet kunne stimulere mennesker til høyere refleksivitet rundt meningen med livet (Shilling, 2004). I denne konteksten blir formasjon og vedlikehold et problem for moderne mennesker. I tradisjonelle samfunn ble identitet automatisk absorbert igjennom rituelle praksiser som knyttet sammen mennesker og deres kropper til reproduksjonen av langvarige sosiale posisjoner (ibid.). Postmoderniteten gjør på sin side identitet overveiende. Selvet er ikke lengre sett på som en personlig homogen, iboende stabil kjerne. Identitet er isteden formet refleksivt gjennom å stille spørsmål og kontinuerlig omordne seg selv – narrativer som i bunn og grunn fokuserer på kroppen. Identitet og kroppen blir ‘refleksivt organiserte prosjekter’ som må formes ut i fra den komplekse pluraliteten av valg tilbudt av en postmodernitet blottet for moralske retningslinjer om hva som bør velges (Shilling, 2004).

Giddens bruker konseptet livsstil for å belyse hvordan individer streber etter å etablere en meningsfull og pålitelig identitet. Livsstil henviser til et relativt integrert sett av praksiser valgt av et individ for å gi materiell form til et særegent identitetsnarrativ (Shilling, 2004). Jo svakere tradisjoner står i forhold til å danne stabile og sikre oppfattelser av selvet, jo viktigere blir det for individer å designe og velge livsstiler og tillegge viktighet og mening til disse (Giddens, 1991 i Shilling, 2004). Konseptet livsstiler sammenfaller bra med Giddens tolkning av selvet som et prosjekt;

”The process through which an individual develops a coherent embodied self-identity is not a simple internalization of the group attitude, however, but an internal dialogue between the “me” (the identity that others attribute to us) and the “I” (our subjective reflection of this identity)” Mead, 1934.

Denne konstruksjonen av identitet i form av livsstil, kan sees på som sosial konstruksjon av sannhet som gir en form for ontologisk sikkerhet. Ontologisk sikkerhet refererer til en persons

tillit til at naturen og den sosiale verden er det den ser ut til å være, inkludert de grunnleggende eksistensielle parametrene til selvet og sosial identitet (Giddens, 1984 i Shilling, 2004). Å være ontologisk sikker, er å inneha svar på de fundamentalt eksistensielle spørsmålene livet dreier seg om. Ontologisk sikkerhet tillater mennesker å ha en hverdagslig holdning til det sosiale liv, men samtidig er meningen dannet av ontologisk sikkerhet alltid truet av muligheten for uorden og kaos (Shilling, 2004). Postmoderne identitet vil aldri være en 'sikker' entitet. Gitt de flyktige referansene vil identitet alltid være 'inntil videre' – en postulert selvprojeksjon<sup>9</sup>.

Det menneskelige jeg-et erkjennes paradoksalt nok av dets sosiale kontekst, objektivisert av 'den andre' (og 'den tredje', jfr. Bauman, 1993) til et objekt blant andre objekter, definert av hans interesser og relevans. "*Identity may be deceptive, putative; whether genuine or fantasized, it will always be imputed*" (ibid.). Følgelig er vår identitet også relatert til vår sosiale situasjon og er nært beslektet med meningskaping. Når 'den Andre' blir til 'mange,' oppløses den umiddelbare presentasjonen av selvet (ansiktet, *face*, jfr. Bauman, 1993). De er nå personer (med hver sin sosiale fasade, *mask*, ibid.) - som gjemmer ansiktet – i en virkelighet med fasader (tilslørt av våre klassifiseringer og stereotyper). Denne virkeligheten er også kilde til eksistensiell proteofobi (av *proteus* - frykt for store og konstante endringer, jfr. Bauman, 1993): "*Masks are not as reliable as faces, they may be put on and off, they hide as much as (if not more than) they reveal*" (ibid.). Dette spillet mellom angst og mening er uendelig og alltid til stede, et livsjag for å klø samtidig som det svir. Likt Tantalus sin straff for å dele sin kunnskap med vanlig dødelige - senket i en elv uten mulighet for å drikke og med et frukttre hengende ovenfor utenfor rekkevidde (Bauman, 2001). Turner (1992a) i Shilling (2004) oppsummerer Bergers syn på mening (og usikkerhet) med følgende:

" all reality is socially constructed, as a consequence of Man's incompleteness, but human beings require stable meanings and cannot live in permanent awareness of the socially constructed and precarious nature of everyday reality, and they are forced to clothe these certainties with permanent significance."

Mening er følgelig ikke en ting (i den forstand at det ikke er en objektiv entitet) – men omhandler hva som er meningsfullt for oss som individer. Ingenting gir 'mening' i seg selv i den forstand – mening avledes fra vår erfaring som et bestemt individ i et bestemt miljø

---

<sup>9</sup> Ikke projeksjon av selvet – som antyder noe fast og vedvarende.

(Lakoff, 1987). Enkle konsepter gir oss mening ettersom de fortolkes ut fra måten vi samhandler med objekter gjennom vår kropp. I likhet med våre metaforiske skjemaer (basert på erfaring) vil dette gi oss disposisjoner for vår persepsjon og kroppslige handlinger (ibid.). Denne forståelsen for mening vil vi benytte videre i tolkningen av meningen aktører tillegger sine handlinger.

## Angst

---

Det er skremmende. Vi er omringet av objekter – teknologisk perfektionerte produkter – CDer, datamaskiner, telefoner og andre ting som ikke brukes opp. Det er skremmende, fordi vår interaksjon med objektene ikke etterlater seg noen spor, vår egen eksistens har ingen betydelig innvirkning (Baudrillard, 1994a) og vi spør; har vi ingen effekt, er vi da allerede døde? Det finnes ingen kriger, ikke engang kalde kriger<sup>10</sup>, alle konfrontasjoner og overordnede fortellinger er lagt i dvale. Selv ikke løftet om tillintetgjørelse, avslutning av livet, er 'virkelig' – vår hverdag består utelukkende av illusjoner (Baudrillard, 1994a). Som en satellitt forlatt i bane rundt jorden, er vår hverdag uten identitet og håp men fortsatt effektiv.

Vår angst<sup>11</sup> referer seg ikke til noe bestemt, men den er en del av frihetens virkelighet (Kierkegaard, 2001). Som personer er vi uerstattelige, men vår rolle kan lett fylles av andre mennesker. Rollen vår har ingenting med selvet å gjøre, rollen vi fyller kjennetegnes kun av de klærne vi påtar oss for å utføre en jobb (Bauman, 1993). Vårt selv<sup>12</sup> er fritt, fritt til å velge alt som vi syns er verdt å forfølge. Denne ansvarsløsheten gir en bitter ettersmak, og eliksiren vi behandler den med er en cocktail av å underkaste oss autoritet eller en tvangsmessig forfølging av aksepterte mønster (ibid.). Vår tid gir oss en valgfrihet vi aldri før har opplevd, en valgfrihet som også lover en sikker sjelekval. Postmodernitet er modernitet uten metanarrativer, og da samtidig en virkelighet fri fra sikkerhet og tillitsfulle fortellinger.

“When too many things point in the same direction, when the objective reasons pile up, the effect is reversed... all of this is a sign that we have entered a deceptive world in which an entire culture labours assiduously at its counterfeit” (Baudrillard, 1994b).

Vi blir truet med lidelser fra tre ulike retninger: Fra vår egen kropp, som er dømt til forfall og oppløsning og som ikke engang klarer seg uten smerte og angst som faresignaler; fra den eksterne verden, som kan snu seg i mot oss med overveldende og ubarmhjertig destruktiv styrke; og til slutt fra våre relasjoner til andre mennesker (Freud i Bauman, 2006). Fra alle tre kilder kan det trekkes uendelig med frykt som kan resirkuleres gang på gang for økonomisk

---

<sup>10</sup> En simulert konfrontasjon, jfr. Baudrillard, 1994b; Baudrillard, 1991.

<sup>11</sup> Forskjellig fra frykt o.l. som kjent fra psykologien, jfr. Kierkegaard, 2001.

<sup>12</sup> Her forstått som identitet (Bauman, 1993).

utnyttelse. Gjennom forbruk kan vi mennesker føle at vi vinner mange små slag i den uendelige krigen mot frykt – og likevel ser selve krigen ut til å være alt annet enn mulig å vinne (Bauman, 2006).

Vi som bor i sikkerhet og luksus, vi som er mest bortskjemte og som har den høyeste levestandarden i verden, er paradoksalt nok de som er mest besatt av å kontrollere våre egne liv. Likevel er vi i vesten de som er grepet av mest angst og frykt. Vår eliminasjon av så å si alle nåværende trusler mot våre liv har ikke lyktes med å befri oss fra uvisshetens angst. Noe av grunnen til dette kan ligge i 'unclarity of its scope' i vårt sosiale univers; vi stiller stadig nye krav til grader av sikkerhet som vi ennå ikke er i stand til å oppnå (ibid.). Vi frykter fremtiden og det uvisse (ibid.). Det er først og fremst en eller annen form for orden, gjerne en tvangsnevrose, som kan føre mennesket ut av den uunngåelige lidelsen og kanalisere de ustabile driftene inn i mer stabile former. Der den tekniske kontrollen over verden svikter, må mennesket skape en subsidiær kontroll over den risikable og angstskapende omverdenen, naturen, kroppen og andre mennesker.

Freud hevder på den andre side at orden og kultur også skaper et ubehag fordi det blir for lite utløp for menneskelige drifter (Møen, 2002). "*Comprehension is born of the ability to manage.*" Det vi ikke kan kontrollere er ukjent for oss; og det ukjente er skremmende. "*Fear is another name we give to our defencelessness.*" (Bauman, 2006).

"Mennesket er genuint opptatt av det som kan forventes, av det som skal komme, og forstår alltid sin situasjon i lys av dette" (Nyeng, 2003).

Kapasiteten til vår egen livsførsel – å være parat til å gripe alle muligheter, å ikke la friheten til nye sensasjoner gå ubenyttet forbi er samtidens mål på vår suksess<sup>13</sup>. Samtidig avbalanseres denne friheten til fri utfoldelse med den vedvarende eksistensielle angsten.

Den gradvise siviliseringen av kroppen har funnet sted i en kontekst omhandlende endringer i grunnleggende *redslar* og det dominerende modus av *sosial kontroll* som karakteriserer samfunnet. Redselen for fysiske angrep og vold fra fiender i et uregulert samfunn er erstattet av sosial angst for skam og flauhet. Fra å være tvunget på mennesker utenfra, er denne

---

<sup>13</sup> Ekthet, autenticitet og selvbedrag vil ikke være gjenstand for analyse i denne oppgaven. Denne diskusjonen om våre valg og å stille spørsmål ved seg selv (jfr. Taylor, *sic.*) føler vi ikke passer i vårt tema. For en god avklaring se Nyeng (2003).

kontrollen og redselen nå selvpåført. Douglas i Shilling (2004) hevder blant annet at kroppen er det lettest tilgjengelige symbolet på et sosialt system; våre engstelser for risiko og usikkerhet i sosiale relasjoner og rom, er prosjektert over til en opptatthet av kroppen. Følgelig har kroppen blitt et prosjekt for en stor andel av mennesker som befinner seg i det Ulrich Beck refererer til som 'risikosamfunnet' (ibid.).

## Kroppens epistemologi

---

”Lean body and fitness to move, light dress and sneakers, cellular telephones (invented for the use of the nomad who needs to be ’constantly in touch’), portable or disposable belongings – are the prime cultural tokens of the era of instantaneity” (Bauman, 2000).

Forbrukskulturen henger seg på den overveiende selvpreserverende oppfatningen av kroppen, som oppfordrer individet til å adoptere instrumentelle strategier for kjempe imot forfall og aldring og kombinerer med tanken om at kroppen er et transportmiddel for glede og selvrealisering (Featherstone, 1982). Forestillinger om den billedskjønne kropp, seksuelt åpen og assosiert med hedonisme, fritid og utstilling, understreker viktigheten av utseendet (ibid).

Innen forbrukerkulturen sørger reklame, livsstilsmagasiner samt TV og film en raskt voksende og stilisert bilde av kroppen. Samtidig fokuserer media konstant på de kosmetiske fordelene ved fysisk aktivitet, en sunn livsstil og trening. Belønningene for et asketisk forhold til kroppen påstås av media å være alt fra åndelig frelse til forbedret helse på grunn av et endret utseende og ’salgbart’ ytre (ibid). I dag kan det påstås at dietter og forbedringer av kroppen i økende grad er sett på som et middel for å frigjøre kjødets fristelser; ”*Man is a creation of desire, not a creation of needs.*” (Bachelard, 1987 i Turner, 1991). Disiplin og hedonisme er ikke lengre å oppfatte som inkompatibelt, tvert om er tøyling av kroppen gjennom vedlikeholdsrutiner sett på som en nødvendighet for å oppnå en allment akseptert kropp som samtidig er i stand til å fullt ut utnytte sin uttrykkskapasitet (ibid).

Filosofisk antropologi har potensialet til å demonstrere hvordan kroppen fylles med mening i forhold til omgivelsene. Menneskelig kroppsliggjøring er en uferdig tilstand med en medfødt trang til utvikling som tvinger mennesker til å handle på egen hånd, i forhold til andre og verden omkring dem (Turner 1996 i Paulson 2005). Bourdieu (1995) argumenterer for å kombinere diskursen om sosial konstruktivisme med fenomenologi. Han definerer kroppen som ’fysisk kapital’, en tingliggjøring av kroppen, og beskriver sosial verdi som et resultat av størrelsen formen og utseendet til kroppen.

For kroppsteoretikere og medisinsosionologer er dette analytiske fokuset på kroppsliggjøring nyttig for å studere kroppen i dagliglivet. Her er kroppene sett på som sosialt konstruerte og erfart, objektive og subjektive, reflekterte og bevisste. Sett fra dette perspektivet er kroppen, selvet og kulturen sammenvevd; kropper har sosial mening forbundet med seg, og kropper kommuniserer mening som er grunnleggende for selvet i en post- eller sen modernitet (Giddens, 1991 og Glassner, 1990 i Monaghan, 2001).

Vekt og størrelse, og spesielt flekk (ordrett eller metaforisk), deler varighetens skjebne. De er farene som skal bekjempes, som illustrert av kroppssynet Jane Fonda (en amerikansk fitnessguru) forfekter;

”Fonda’s message for every woman is to treat her own body as her own possession (*my blood, my guts*) her own product (*my own doing*) and, above all, her own *responsibility*” (Bauman, 2000).

Fitnessinstruktøren (Jane Fonda) sender ut et budskap om at du er skyldig kroppen å pleie og forbedre den, og du bør få dårlig samvittighet om du neglisjerer den. Kroppens skavanker bør gi deg skam og skyldfølelse. Samtidig er frelsen synderens eget ansvar, skyldfølelsen kan kun oppheves av den som er kilden til skyldfølelsen (Glassner, 1989). Den sosiale forståelsen for kroppen som vi presenterer her gir ingen entydig fasit for våre kroppsprosjekt. Kroppens sosiologi er et ambivalent og til tider fragmentert tema. På bakgrunn av dette er det unaturlig og lite hensiktsmessig å kondensere forståelsen av kroppen til noe snevert.

Som vi ser ut fra våre innledende teoretiske avklaringer, kan kroppen forstås ut fra flere ulike syn. Ved å ta utgangspunkt i vår innsamlede empiri og vårt teoretiske ståsted, finner vi det hensiktsmessig å trekke frem fem ulike forståelser for det postmoderne kroppsprosjektet (som nevnt tidligere):

- *Skjønnhet og identitet som sosialt konstruert fenomen*
- *Treningens meningsskapende struktur – en livsstil*
- *Kroppslig uttrykt maskulinitet og femininitet*
- *Kroppsliggjøring av helse og trening*
- *Trening som personlig terapi*



“Instead of one truth of the body or of ontology, there are competing truths that are productions of time, place, space geography, and culture.” (Pitts, 2003).

Videre følger våre metodiske valg og forutsetning for innsamlingen. Generell drøfting av vitenskapsteoretiske og metodiske emner vil ikke foretas og forutsettes kjent.

## Metodiske valg

---

Vårt mål med forskningen er å forstå et fenomen, vi prøver ikke å avdekke noen generell sannhet som eksisterer kontekstuellt uavhengig. Konsept kan ikke beskrives eller forstås uttømmende uten menneskelig forståelse (Merleau-Ponty, 2004). Fenomener (som vi forsker på) er ikke nøytrale entiteter som presenterer seg fritt for vår vurdering og gransking. Objekter framprovoserer en egen tolkning og følelser – derfor kan menneskers følelser dechiffreres ut fra deres forhold til andre fenomener (ibid.). Menneskers forhold til fenomener (og andre mennesker) kan aldri trekkes ut av kontekst og forstås som en sum av fornemmelser<sup>14</sup>; ”*Experience, even that of the individual, must start with some whole*” (Mead, 1934). Vi må forstå mennesket i forhold til relasjonene de har til andre mennesker og fenomener. Våre kunnskaper og kunnskapsmessige påstander er relative til vårt konseptuelle rammeverk, i tråd med tidlig kuhnistisk relativisme (Hunt, 1990).

Vårt valg tenderer til en hermeneutisk tilnærming, siden vi forsøker å oppnå en helhetlig og kontekstbasert forståelse av et forbruksfenomen i tråd med vår problemstilling. Denne holistiske tilnærmingen fordrer at forbrukeropplevelsen er en del av en større helhet av forbrukerens liv. Det hermeneutiske forskningssynet bygger på en virkelighet av konstruerte fenomen. Fortolkningen av virkelighet og ’fakta’ avhenger av den sosiale konteksten vi omgir oss med. Målet med et hermeneutisk forskningssyn blir da forståelse til forskjell for prediksjon - kunnskapen ses på som kontekstavhengig og foreløpig. Selv før et menneskebarn er født er det innlemmet i en fortelling som er konstruert av sine omgivelser (Lyotard, 1984). Forskeren blir en del av den interaktive helheten, forskningsobjektet kan ikke studeres objektivt av forskeren. Forskningsobjektet i seg selv kan heller ikke forstå sin egen virkelighet fullt ut. Selvfølgelig som forbrukeren tilbyr må tolkes som akkurat det, en *selvfølgelig* som ikke kan gi dypere innsikt i et fenomen. Forskeren skal forstå mennesket som skal forstå seg selv, vi må ta hensyn til *dobbel hermeneutikk*.

”Særlig viktig er det at det forbrukeren sier om sitt forbruk, må betraktes som noe han sier, og som skal forstås, og ikke som en innsikt som gjør en videre analyse av motivene bak unødvendig.” Blindheim et al., 2004:247

---

<sup>14</sup> jfr. Meads (1934) konseptualisering av *gestalt-psykologi*.

Det kan diskuteres hvorvidt vi faktisk er induktiv, kontra abduktiv, og om vi er rent induktive. Sistnevnte kan vanskelig argumenteres for, da noen grunnleggende antagelser er nødvendige for å utforme en problemstilling – om ikke andre teoretiske forutanelser (jfr. Døving, 2002). Abduksjon kan kort karakteriseres som en slutning fra et tilfelle til det som best forklarer tilfellet. Abduksjonen har også vært kalt den detektiviske slutningsform, og brukes i vitenskap gjerne der man i avgjørende grad har med symptomer og spor å gjøre, som i legevitenskap eller arkeologi. Tradisjonelt har man i vitenskapsteorien operert med induktive eller deduktive metoder i utforskningen av de observasjoner vitenskapen arbeider med. Den store amerikanske filosofen Charles S. Peirce (1839-1914) foreslo at vitenskapen i større grad burde tenke over både hvordan vi finner observasjonen, og logikken som ligger bak den antagelse (hypotese) som senere skal utforskes. Døving påpeker at antropologi og annen vitenskap underkommuniserer betydningen av oppdagelseskriteriet i forskningen. Den samfunnsvitenskapelige forskningsprosessen framstilles tradisjonelt som noe som skjer hypotetisk deduktivt, altså at generering av hypoteser og problemstillinger foregår før et fenomen studeres. Som en motsats presiserer Døving en antropologisk oppdagelseslogikk, en abduktiv fenomenologi, der målet bør være å oppøve intuisjonsevnen og gjøre den sentral som oppdagelsesstrategi. Fenomenene vi blir presentert overfor i vår innsamling av empiri vil derfor tolkes ut fra en detektivistisk logikk. For å lede intuisjonen vår i en spesifikk retning, foreslår Døving å benytte den på totale sosiale fenomener, dvs. sosiale områder som er så sentrale at de aktiviserer alle tenkelige institusjoner, for eksempel religiøse, politiske, økonomiske og juridiske. Våre empiriske funn vil derfor tolkes ut fra den teorien som best beskriver og forstår fenomenene vi møter – i tråd med abduktiv logikk.

En kvalitativ metode vil kunne gi oss en helhetlig forståelse av individers forhold til kropp. Vi får muligheten til å nøye utspørre og lytte til hver enkelt respondent. Forhåpentligvis vil dette gi en dyp detaljforståelse om individet, fenomenet og situasjonen; temaer som vi senere vil reflektere over og diskutere. Vår kvalitative studie tar utgangspunkt i å undersøke ulike foreteelser og hendelsers beskaffenhet, deres sammenheng eller hva den innbyrdes forskjellen innebærer.

Vårt valg av metode vil være en krysning mellom *shadowing* (jfr. McDonald, 2005) og dybdeintervju. *Shadowing* innebærer å fotfølge intervjuobjektet over lengre tid i den aktuelle konteksten hvor fenomenet kommer til syne. Respondenten blir observert og forespurt om de situasjonene som oppstår og tankene rundt de. Det åpenbare problemet her er mengden med

data, som ofte vil innebære 8000 – 10000 ord etter en dags observasjon (ibid.). Vi har derfor valgt å kombinere dette med åpent dybdeintervju i tillegg til shadowing. Valg av det fenomenologiske intervju og shadowing er også i tråd med våre foregående metodiske avklaringer. I fenomenologien søker man etter en intersubjektiv kunnskap, dvs. den kunnskapen som er felles tilgjengelig. I dagliglivet gjør vi gjerne betraktninger som vi beskriver fenomenologisk. Et eksempel er ordet solnedgang. Selv om jorden dreier rundt solen, beskriver ordet hvordan vi opplever dette fenomenet. Som følger av våre valg og oppfatninger om relativisme og hermeneutikk, vil en kvalitativ tilnærming være den mest hensiktsmessige metoden for innsamling av empiri. Dette vil kunne belyse fenomenet grundig og avklare uavklarte temaer.

Shadowing og individuelle dybdeintervju velges fremfor andre kvalitative metoder (gruppeintervju og dokumentundersøkelser) for å få fram hvordan den enkelte forstår og fortolker et fenomen. Åpenheten i intervjuet vil være svært høyt, med en spartansk intervjuguide. Intervjuguiden vår er veldig åpen, måten vi får respondenten til å fortelle om sine erfaringer holdninger til kropp og trening vil variere hver gang. Generelt så åpnes intervjuene med en avklaring av temaet med intervjuet og oppgaven, i tillegg til at det sikres anonymitet osv. Respondentene blir bedt om å fortelle om sitt forhold til trening og kropp, og hvilken mening de tillegger sine kropp og sin form for trening. Videre ber vi respondenten fortelle litt om og rundt sine holdninger til andre mennesker og deres kropp. Det legges vekt på den typen trening vedkommende foretrekker og hva slags formål den enkelte har med sin trening og sin livsførsel.

Vårt utvalg besto av aktivt trenende individer. Vi vil presisere at den typen trening vi referer til er utelukkende vekttrening. De hadde alle minst 3 års erfaring med trening på helsestudio. Respondenter med et gjennomtenkt forhold til sin egen situasjon og et høyt abstraksjonsnivå ble valgt, for å få de mest interessante og innsiktsfulle betraktningene. Intervjuene foregikk over en periode på 1 mnd, og ble gjennomført i settinger hvor intervjuobjektene følte seg hjemme – shadowingen ble foretatt på treningsstudio og intervjuet hjemme hos respondenten. Våre 15 respondenter ble først fulgt gjennom en treningsøkt, etterfulgt av et dybdeintervju som varte i minimum 2 timer. Vi tok sparsommelige og målrettede notater, for å holde arbeidsmengden forbundet med transkribering nede. Innsamlingen av empiri fortonet seg som en løs samtale, for å holde en naturlig tone i intervjuet og ved shadowing. Videre fulgte vi de generelle retningslinjene om gjennomføring av dybdeintervju beskrevet i Jacobsen (2003)

side 136-139. Vi forbeholdt oss retten til å gjennomføre oppfølgingsintervjuer. Dette for å kunne analysere innkomne data i fred og ro, finne ut om det var noen punkter som trengte utdypning, og senere gå tilbake til intervjuobjektet å få avklart disse punktene. Da de ulike intervjuobjektene viste seg å ha svært ulike abstraksjonsnivåer, viste oppfølgingsspørsmålene seg å være svært nyttige.

Videre følger vår analyse av denne empirien. Først tar vi for oss skjønnhet og identitet.

## Skjønnhet og identitet – et sosialt konstruert fenomen

---

”In the dialectic between nature and the socially constructed world the human organism itself is transformed. In this same dialectic man produces reality and thereby produces himself” (Berger og Luckmann, 1966).

Kroppens konnotative betydning som tegngivende og utførende (*performing*, jfr. Strauss, 1993) element er en viktig bestanddel i individets presentasjon av selvet. Kroppen er et tegn, et tegn-objekt (jfr. Baudrillard, 1998), et symbol som benyttes i vår interaksjon i likhet med annen interaksjon. Kroppen fortolket som symbol – utspedd i det sosiale rommet på lik linje med andre symboler – fremsetter vilkårene for mening og derfor sosial handling (Strauss, 1993)<sup>15</sup>. Vår interaksjon med andre og vår fornuft (abstraksjon og kreativitet) muliggjøres av kroppen vår, og kategorisering<sup>16</sup> av vår erfaring gjøres ut fra vår forståelse for vår symbolske virkelighet (Lakoff, 1987). Den symbolske virkeligheten, våre erfaringer i det ’estetiske rommet’ (jfr. Bauman, 1993), utspilles til vår egen hygge. Kroppen er den urbane flanørens utstillingsvindu - mellom spektakulære og samtidig trivielle overflater kommuniserer vi og relaterer til andre med vårt tilsynelatende mest konstante (og varige) tegn – vårt eget legeme. Gjennom våre kropper opptrer vi, uttrykker vi oss og representerer vi oss mens andre står fritt til å kritisere oss. Kroppen vår er både uttrykksfeltet og motivet for uttrykk, og gjennom våre handlinger og refleksjon kommuniserer vi med hverandre (Vannini og McCright, 2004; Strauss, 1993). Vi definerer dette som kroppslig sosiologi (*the sociology of the body*, jfr. Featherstone, 1982; Schilling, 2004; Turner, 2006).

Skjønnhet er et høyst subjektivt konsept, samtidig som det krever en mer abstrakt forståelse enn bare estetikk og smak (Reischer og Koo, 2004). Kroppen kan dog kun betraktes som et estetisk objekt dersom et annet selv er involvert (kroppens eget selv er en annen aktørs selv), en kropp er ikke et objekt i forhold til seg selv (jfr. Mead, 1934). Samtidig har kroppen som estetisk objekt en særstilling blant andre objekt, da den må representere et selv i en eller annen form (Strauss, 1993). Mentalt sett er vi mer eller mindre selvbevisst vår egen kropp – enten vi er stolt av den, kritiserer den eller flau over den. Dette stemmer også i interaksjon med andre, da vår egen kroppsbevissthet varierer mellom ulike kontekster (og mellom mennesker) (ibid.).

---

<sup>15</sup> Kroppen, og symboler *per se*, konseptualiseres her som Berger og Luckmanns (1966) *subuniverses of meaning*, forstått som underdeler av vår meningsgestalt.

<sup>16</sup> Fortolket i et *experiential realism* syn, jfr. Lakoff (1987).

## Semiotisk kroppslighet – legemlig pastisj

”Jeg ser mer opp til en person som er i god form. Mens den andre er lettere å overse, de blir mer som en vanlig mann i gata. Det har vel med hva du trener – hvis du trener vekter og ser en som er i god form så er det tydelig at han trener og har gode proposjoner. Hvis du er god i tennis så ser du ikke det.”

Intervjuobjekt nr. 5

Kroppen (og prosjektets status) er et postmoderne symbol – et fokus for interaksjonen og en viktig bestanddel for selvet (Glassner, 1989). Når motens scene entrer kroppens domene utvannes kroppens kanoniserte betydning og reduseres til et tegn blant andre tegnobjekter. Kroppen som ’tempel’ forlades til fordel for andre metaforer – kroppen som objekt blant andre objekter, dog i en særstilling ettersom den representerer også seg selv (Strauss, 1993). Visse kroppslige temaer, som hele tiden revideres med uendelige kombinasjonsmuligheter, gjentas i reklame og forbrukerkulturens billedspråk; ungdom, skjønnhet, energi, helse, fitness, frihet, romantikk, luksus, nytelse og glede. Uansett billedspråkets lovnader, forlanger forbrukerkulturen en oppvakt, energisk, kalkulerende og maksimerende holdning til livet fra sine medlemmer – forbrukerkulturen har ikke rom for de etablerte, de rotfestede eller de ensformige (Featherstone, 1982). Kroppen som symbol må derfor bryte med den tradisjonelle oppfatningen om kroppens stadighet og varighet. Kroppen, i likhet med andre objekter, er ikke et forbruksobjekt uten at det blir frigjort fra sin funksjonelle status som redskap og sin kommersielle status som produkt – til å være et tegn som gjenerobres av motens logikk (Baudrillard, 1981 i Negrin, 1999). Den modernistiske konflikten mellom kroppen som en konstant i en endrende verden av stadig forandring og kroppen som selve symbolet på denne forandringen, føres videre i postmodernismen (Turner, 1991).

Featherstone (1982) påstår at det i vår moderne forbrukerkultur har oppstått en ny konseptualisering av selvet – selvet som en ’performer’ – noe som legger stor viktighet på utseendet, utstråling (display), og kontrollering av inntrykk. Vi har sammenstilt kapasiteten for *conspicuous consumption* med presentasjon av vår personlighet (Finkelstein, 1991 i Negrin, 1999). I følge Baudrillard konsumeres varer i dag for sin differensierende effekt som de har i det sosiale hierarki. De samhandler med andre signaler i tegnøkonomien og gir på den måten en verdi forskjellig fra eldre tiders bruksverdi. Persepsjonen av kroppen i forbrukerkulturen er også dominert av et stort mangfold ulike visuelle symboler

(Featherstone, 1982). Symboler gjør individer mer bevisste på sin eksterne fremtreden, kroppelig presentasjon og utseendet (ibid).

”Folk skal like å holde seg i form. Jeg også vil ha en markert kropp. Venninnene mine syns at muskler er stygt. De forstår ikke hvorfor jeg syns det er bra - tror at det jeg syns er ideelt ser stygt ut. De trener jo litt men vil ikke ha markerte muskler – de går bare på tredemølle og hører på musikk.”

Intervjuobjekt nr. 6

Forførelse av deg selv er tilsynelatende uberettiget – da hver detalj finaliseres etter den normerte optimaliseringen av kroppen på det semiotiske kjøttmarkedet (den endelige vurderingen). Du er selv ansvarlig for kroppen din – ikke å sørge for samsvar med egen fornøyelse – men med tegnene som reflekteres og modereres av den større massen. Kroppen som eget subjekt i forbruk er en mer syntetisk narcissisme, omformulert og dekonstruert som en personliggjort 'Eros'. Dette er til forskjell fra den tradisjonelle narcissismens to former (Baudrillard, 1993); funksjonell (primær) narcissisme og kroppen som avspeiling av egoet (sekundær narcissisme). Intervjuobjektet ovenfor påpeker en symbolsk narcissisme (et slags tertiært nivå), hennes disposisjoner synes å gå langt ut over hennes selviske narcissisme.

Poster (i Baudrillard, 1988a) summerer elegant opp Baudrillard's grunnleggende syn på hysteriske symptomer (og narcissisme); de er best forstått ikke som en respons på et spesifikt behov eller problem, men som et nettverk av flytende og utømmelige tegngivere som konstant fremkaller begjær. For den reflekterende kropp er ikke disse 'hysteriske symptomene' lenger en kilde til lidelse, de har blitt tilretteleggere for glede (Turner, 1991). Dersom modernitetens forutsatte linearitet i vårt livsløp stadig utfordres i postmoderniteten (Baudrillard, 1998), da er kroppsbygging et postmoderne eksempel vis a vis den kroppslige representasjonen av ungdom.

”Min fremtoning viser at jeg trener og bryr meg om kroppen min. At jeg er sunn. Jeg passer på at helheten med klær, kropp, hår og sminke matcher. Man kan se på en persons kropp hvilken type han er. Klart, er jeg naken så ser jo folk at jeg er trent og har magemuskler, men til daglig bruker jeg andre 'effekter' for å understreke personligheten min og hvem jeg er.”

Intervjuobjekt nr. 8



Denne respondenten belyser hvilken rolle hennes egen seksualitet (og markering av den) understrekes av hvilket forbruk og hvilke symboler hun benytter. Kroppens objektivitet og uoppnåelige nakenhet er også hovedvirkemiddelet i stripping – den kroppslige symbolikkens ultimate terminus, vår legemlige endestasjon. Å objektifisere sin egen kropp (og samtidig skape illusjonen om perfekt nakenhet med *den andre* – en tenkt partner) og følgelig kanonisere den til et tegn for begjær utgjør strippekunstens optimale simulering (Baudrillard, 1993). Modifisering av kroppen vil alltid innebære (u)bevisste konnotasjoner til vår nakenhet – subtil suggesjon om kroppsprosjektets status og individets dyktighet.

Innen forbrukerkulturen er kroppen proklamert som et redskap for glede: den ønsker, og det er ønskelig, at jo nærmere den virkelige kroppen approksimerer til det idealiserte symbol av ungdom, helse, fitness og skjønnhet jo høyere blir dens bytteverdi (Featherstone, 1982). Forbrukerkulturen tillater en usjenert fremvisning av menneskekroppen. Klær er designet for å hylle menneskets naturlige form, en kontrast til nittenhundretallet der klærne var designet for å dekke til kroppen (ibid.). Respondenten som er sitert ovenfor påpeker dette symbolske spillet, hvor kroppen står i sentrum. Hun benytter seg av mange ulike 'effekter' for å understreke sin egen kroppslige status. Det symbolske puslespillet hun legger inneholder ingen tilfeldigheter, hennes kropp inkludert. Redusert til et mer permanent smykke, er kroppen hennes et objekt blant de andre objektene som simulerer hennes identitet.

”Hvis du ser en person så ser du om han tar vare på kroppen sin. Kroppen og fjeset gir førsteinntrykket. Kroppen forteller om du spiser og trener riktig. Samtidig sier motene noe og det er mote å trene og spise sunt. Ser du ei dame med langt, fett kommunehår som veier 97 kg så tenker du at hun ikke spiser og trener sunt. Du tenker at hun skal på McDonalds.”

Intervjuobjekt nr. 6

Den speilende kropp finner sitt pragmatiske aktivitetsmedium i forbruket, men forbruk handler i liten grad om tilegnelse av materielle goder. Konsum er først og fremst produksjon av ønsker og begjær (Frank, 1991). Forbrukerkulturen har ut i fra dette synspunktet redusert avstanden i tid og rom mellom lengsler og forbruk. Et objekt trenger ikke å anskaffes da det kan konsumeres ved persepsjon. Dette er mer praktisk enn fysisk anskaffelse av materielle goder da det vil komme et nytt produkt neste måned, om ikke neste uke. Det som teller er en evig produksjon og reproduksjon av kroppens ønsker og begjær i verdens bilde, og av verden

i kroppens bilde (ibid). Utenfor speilingen av ens egen kropp finnes det ingen virkelighet<sup>17</sup>. Forbruk er den monadiske reproduksjonen av kroppen gjennom sin assimilering av en verden som eksisterer kun for sin egen assimileringens skyld (Frank, 1991).

Den speilende kropp skaper en følelse av forutsigbarhet ved at en speiler sine omgivelser. Dens medium er forbruk; basert på forbruk blir kroppen like forutsigbar som de objekter tilgjengelige for den (Frank, 1991). Konsum kan da ikke bety 'bruk' som i klassisk Marxisme, men heller en endeløs assimilering av verdens objekter til ens egen kropp, og av ens egen kropp til verdens objekter (ibid). De institusjonaliserte strukturene til forbrukersamfunnet er designet for å legge til rette for denne assimileringen. I den speilende kropps verden finner fremvisning og interjeksjon sted i en sømløs gjensidighet (ibid). Kroppen har i seg selv en 'oppgave'. Sosiale systemer sørger for en kontekst der disse oppgavene defineres og evalueres, men sosiale systemer i seg selv har ingen 'oppgave' (Haines, 1988 i Frank, 1991). Den essensielle kvaliteten til den kommunikative kropp er at det er en kropp i en konstant skapelsesprosess. En kommunikativ kropp er opptatt av dens gjenkjennelseskapasitet som blir forsterket gjennom deling av fullt ut kroppsliggjorte narrativer (Frank, 1991). Kroppens funksjonelle betydning er ikke lengre knyttet til dens hovedoppgave;

"Ours is an age obsessed with youth, health and physical beauty. Television and motion pictures, the dominant visual media, churn out persistent reminders that the lithe and graceful body, the dimpled smile set in an attractive face, are the keys to happiness, perhaps even in essence" (Kern, 1975 i Featherstone, 1982).

Som symbolsk verdi mener Glassner at kroppen har en sentral rolle i en semiotisk forstått tilværelse: "*The physique has become a cardinal sign of the self in a way which add-ons such as fashion and cosmetics (the appearance-enhancer signs of modernity) no longer can.*" (Glassner, 1989). Kroppens betydning kan reformuleres i retning av en informasjonsbærende maskin, en maskin som korrigerer seg selv etter et internt ekspertpanel. Informasjon mottas fra personlig trenere og kostholdsekspertter, som individet igjen benytter til å forbedre sin atferd. Kroppens funksjon som symbolbærende objekt kan også være et sterkt kjennetegn på postmodernitet som æra; "*no longer an age in which bodies produce commodities, but where commodities produce bodies: bodies for aerobics, bodies for sports cars, bodies for vacations, bodies for Pepsi, bodies for Coke...*" (Faurischou, 1987 i Glassner, 1989).

---

<sup>17</sup> Forutom simuleringer, jfr. Baudrillard (1994b).

Bodybuilderes og fitnessutøveres kropper kan kritiseres for ikke å være funksjonelle. Dette kan diskuteres da man kan si at de er funksjonelle i sin kraft av nettopp det å kommunisere meningsfulle signaler for bæreren av kroppen. Fra et postmoderne ståsted representerer kroppsbygges kroppslige modifikasjoner en polysemisk form for kulturell kontekst; blandingen og utviskingen av ulike symboler (Glassner, 1989). I diskusjonen omhandlende den symbolske effekten av trente kropper, påstår Glassner (ibid.) at trening har blitt en postmoderne aktivitet, en pastisj som låner fra ulike bilder, stiler og tradisjoner. Innen postmodernismen er den trente kroppen, dyrket frem gjennom asketisk trening og strenge dietter, ikke bare en felles ressurs for bedømmelse av dugeligheten til seg selv og andre. Den kraftfullt utseende og fettfrie kroppen er mer en mosaikk av fysisk, økonomisk og estetisk transformasjon, en pastisj av mål og middel (Monaghan, 2001). Fett symboliserer avvik ved å undergrave det feminine og maskuline. En fyldig figur oppfattes som truende fordi den representerer hengivelse til uhemmede impulser og trang; (den er et symbol på uhemmet seksualitet) (MacNevin, 2003). Vår symbolikk og presentasjon medfører derfor ikke bare en avspeiling av, men også en del av selve konstruksjonen av vår identitet.

## Konstruksjon, (re)presentasjon og kommunikasjon av identitet

Ulike kroppsliggjorte disposisjoner (les: *habitus*, jfr. Bourdieu, 1995) gir opphav til avvikende oppfatninger om vakker estetikk (Monaghan, 1999). Et fellesskap<sup>18</sup> med ulike oppfatninger er ingen virkningsfri sammenstilling av individer i en slik betydning, heller et medvirkende fellesskap til konstruksjon av oppfatninger.

Selv klær og kroppens betydning fordypes i et semiotisk forstått forbruk: nå er det selve kroppen – dens identitet, dens kjønn, dens status som har blitt en del av motens domene. Mote er spontant smittsomt, til forskjell fra økonomisk teori som postulerer adskilte individer med separate preferanser (Baudrillard, 1993). I forbrukets tegn blir alt utvekslet og mister sin spesifisitet – i motens tegn opptrer alle kulturer som simulacra i perfekt løsaktighet (ibid.). Hver bestanddel i identitet påvirkes av mote, på grunn av dens evne til å tilbakevende presentasjonene (av selvet) til origo.

”Det er rart, at med så mange timer man legger ned selv så begynner man å se ned på de som ikke trener – ’sløve jævler’. De vet ikke hva som er best for seg selv og går opp i vekt. Man trenger jo bare et par sko og jogge et par gang i uka. Jeg syns synd på dem fordi de liksom mangler en dimensjon i livet sitt. Det er noe med det å være menneske i dagens samfunn - man må trene for å være hel, det er noe som forventes. Man bare gjøre det. Dessuten blir man også imponert av de eldre som holder seg i form, og ser ned på feite mennesker. De er jo like verd, men du syns åpenbart at de har gjort noe feil.”

Intervjuobjekt nr. 3

Identitet synes å inneha den samme eksistensielle statusen som estetikk: som skjønnhet, har det ikke annet grunnlag å bygge på enn et bredt samhold, eksplisitt eller taust, uttrykt som en konsensus for oppfatning eller en uniform atferd. Denne konsensusen frembringes av sosialisering – sosialisering og subjektiv identifisering med kollektive normer og disposisjoner (Berger og Luckmann, 1966). Som illustrert av oppfatningen respondenten ovenfor har til ’de andre’ som ikke trener. På lik linje med at estetikk og skjønnhet omhandler kunstnerisk erfaring, vil et ’fellesskap’ frembringes og forbrukes i erfaringens hermeneutikk og følelsenes varme. Fellesskap er et håp om varighet i flyktigheten.

---

<sup>18</sup> *community*, jfr. Bauman, 2001.

Kroppsbyggeres tillærte måte å observere og vurdere kropper på farger deres oppfatning og beslutning om til å tilnærme seg en særegen kroppstype, og deres tilbøyelighet til å forplikte seg til kroppsbygging over lengre tid (Monaghan, 1999). Individuer som trener vil derfor forsøke å tilnærme seg ulike kroppstyper ut ifra deres innlærte disposisjoner og sosialt tilegnede måter å vurdere andre kropper. Selv om det kan påberopes mange og ofte selvmotsigende forklaringer på kroppsbyggeres og andres forkjærlighet til å øke muskelmasse, er det sikkert at alle som tilhører denne kategorien tilhører et estetisk fellesskap – med fokus på kroppslig forbedring. I denne kategorien av sterke og egenrådige individer danner 'kroppsbyggere' (et ofte upassende og udekkende begrep) en heterogen kategori.

”Jeg er mer enn middels opptatt av skrotten. Det er slik at når man har trent en 7-års tid så blir det en stor del av hverdagen. Kroppen min er en stor del av min identitet. Den er med meg over alt der jeg går – jeg både er og har en kropp. Har mye kunnskap om kropp og kosthold. Vil bruke den til noe konstruktivt. Også artig å hjelpe kompiser og betjente med trening. Dele litt på kunnskapen. Hjelp andre.”

Intervjuobjekt nr. 2

Intervjuobjektet påpeker her en viktig del av spredningen av normene og disposisjonene for estetisk riktighet – sosialiseringen av kunnskapen. Innlæring (og kroppsliggjøring) av kunnskap, og spredning av denne (gjennom å hjelpe andre) i fellesskapet sprer likhetene og samtidig distingverer de involverte fra andre sammensetninger. Fellesskapets egenskaper som naboskap fremkommer av dens evne til å forme deltagerne, samtidig som medlemsskapet er valgfritt – individene står fritt til å velge mellom flere typer fellesskap og sysler (Bauman, 2001). Valgfrihet er både det foretrukne våpenet og det endelig målet i det postmoderne *risikogesellschaft*; reisen mellom flere risikofylte identitetsskapende eller identitetsforandrende valg innebærer at individet aldri kan være sikker på resultatet vil tilsvare hva som er ønskelig. Bauman mener å finne to ulike former for autoritet som resultat av devalueringen av den lokale opinionen; autoritet fra eksperter, de som 'vet bedre' (og deres vidstrakte kompetanse som ikke kan vurderes og testes av lekfolk) og autoritet i form av en større folkemengde (forutsetningen av at jo flere mennesker, jo mindre sannsynlighet til at de har feil). Samholdsfølelsen et fellesskap innehar og hvilken identitet det tar innover seg må være like flytende som i individuell identitetsskapende valg. Det må alltid være fleksibelt, aldri mer varig enn midlertidig og kun lenge nok til at medlemmene fortsatt tilfredsstilles. “*To*

*use Weber's famous metaphors, it is a light cloak, not a steel casing, that is sought.*" (Bauman, 2001).

Fellesskapet fremholder en drøm om fellesskapelige fantasier om forenkling: tatt til det eksteme vil en slik forenkling innebære en overflod av likhet og kun et minimum av variasjon (Bauman, 2001). Et fellesskap er dog ingen *penseè unique* – hvor sosiale avvik viskes bort og sammenstilles i et stort 'sentrum' av likhetstrekk.

"As we have seen before, however, people engaged in identity battles fear ultimate victory more than a string of defeats. The construction of identity is a neverending and forever incomplete process, and must remain such to deliver on its promise (or, more precisely, to keep the promise of delivery credible)" (Bauman, 2001).

Bauman (2001) konseptualiserer et fellesskap som felles likheter – likheter som projiseres over den store massen og later til å skjenke individet identitet med et solid grunnlag av likheter i kognisjon og disposisjoner.

"Jeg vil hele tiden bli bedre. Tror vi aldri blir fornøyd – vil alltid bli bedre. Kanskje jeg er fornøyd der og da, men det varer ikke lenge."

Interjvuobjekt nr. 4

I en virkelighet som er notorisk konstant forandrende og dynamisk vil et stabilt vedvarende individ – fremmedgjort av sine medborgere – være en oppskrift på katastrofe. Individenes egen konstruksjon av seg selv ser aldri noen ende eller sluttprodukt. Det er en prosess i konstant forandring som alltid vil være uferdig, det finnes kun midlertidige utkast. Idoler og forbilder i en fullstendig flytende virkelighet som faste holdepunkt vil derfor være et plagiat – selv om lykke og suksess er fullt mulig å oppnå. Samtidig spiller de mest fremtredende idolene innen underholdning uhemmet på fysisk estetikk: *"there is nothing quite so transient as entertainment and physical beauty, and the idols that symbolize them are equally ephemeral"* (Klima, 1999 i Bauman, 2001).

I konsumkulturen blir individer bedt om å selvbevisst overvåke sin egen ytelse (Featherstone, 1982). Utseende, gester og kroppslig presentasjon er en måte å uttrykke seg selv på, mens kroppslige mangler og forfall får negative konsekvenser i form av straff (ibid). Individer blir

derfor konstant oppfordret til å lete etter tegn på kroppslig forfall på egen kropp. I Featherstone (1982) sier Lasch (1979a) det på denne måten:

”All of us, actors and spectators alike, live surrounded by mirrors. In them, we seek reassurance of our capacity to captivate or impress others, anxiously searching out blemishes that might detract from the appearance we intend to project.”

En oppfatning av selvforbedring er at sinnet kan kontrollere og styre kroppen til å tilrettelegge for konstruksjon av et tilfredsstillende kroppslig bilde som vil kunne forbedre selvfølelse og identitet (Featherstone, 1982). I kontrast til denne føyelige kroppen som kan overvåkes, disiplineres og endres av sinnet, eksisterer det en oppfatning om at sinnet i seg selv er kroppsliggjort og begrenset av 'horizons of the flesh'. Denne oppfatningen preges av metaforer som spiller på kroppslige erfaringer og som smelter sammen med språk og følgelig åpner for at man må ta hensyn til 'the body in the mind' (Lakoff og Johnson, 1999). Men selv om vi tenker på kroppen som produktiv, kan fokuset i denne tankegangen gå over til å omhandle kroppens egenskaper til å endre seg, til å være oppfinnsom og i stadig bevegelse; som noe som beveger seg og føler (Massumi, 2002 i Featherstone, 2006).

Paul Shilder argumenterer (Ferguson, 1997 i Featherstone, 2006) for at kroppens image er essensielt for kroppen, som ikke kan bli en kropp uten denne redupliseringen av seg selv (ibid). Men dette imaget er mer enn et bilde av hvordan vi ser ut eller en mental konstruksjon av vårt utseende (jfr. tidligere sitat av intervjuobjekt nr. 2). Det er ikke en statisk fremvisning, men et mangfold av bilder som er akkumulert i løpet av vår fortid (ibid). Et mer tvetydig og åpent kroppslig selv bilde henger sammen med en mer tvetydig og åpen oppfatning av selvet (ibid). I dagens forbrukersamfunn er kroppen åpen for 'kolonisering' og rekonstruksjon ved hjelp av en rekke teknikker og kroppsprosjekter som eksempelvis plastisk kirurgi, trening, dietter, og helsekurer (Giddens, 1991). Giddens påstander om at skuespillere investerer i kroppslige prosjekter for å fremheve sitt image stemmer godt overens med måten reklamen og 'selvhjelpartiklene' i dagens forbrukerkultur presenterer kroppen (Featherstone, 1982), og da spesielt måten kroppen er objektifisert og sett på som kontrollerbar av selvet i forbrukerkulturen (Featherstone, 2006).

”Du er hodet ditt og *du* kontrollerer kroppen din. Du bor i kroppen din – kroppen er en tøydokke du kan gjøre hva du vil med. Det er *du* som har et mål, ikke kroppen din.”

Intervjuobjekt nr. 1

Kroppen som tøydokke, et medfødt signalement, en perfekt manifestert kulminasjon av postmodernismens identitetssyn. Individet som vagabond, en pilgrim uten reisemål, gis frihet til å tilskrive seg selv mange ulike identiteter (Bauman, 1993). Kroppen vår illustrerer denne friheten og markerer vår identitet. Individualisme, er i alle samfunn et ettertraktet og godt bevoktet privilegium forbeholdt de få. Å være et individ betyr å skille seg ut fra mengden; å bære et gjenkjennbart ansikt og bli kjent ved navn; å unngå å bli tatt for å være et annet individ og på den måten bevare sin egen *ipseite*<sup>19</sup> (Bauman, 2006). Individualisme er en verdi bare i de tilfeller der det ikke kommer gratis. Bare i de tilfeller der man må jobbe for å oppnå det, og det derav ikke er oppnåelig for oss alle, kan man kalle det for individualisme (ibid.). En kroppsfasong som muliggjøres ved trening og riktig ernæring er unik for hvert enkelt individ men samtidig modellert etter en eksisterende mal; den er individets versjon av urforestillingen om den *naturlige kropp* (Schneirov og Geczik, 1998 i MacNevin, 2003). “*Nature stands as the unequivocal symbol of pure intentions giving rise to a beauty untainted by human design*” (MacNevin, 2003).

”Jeg begynte å trene for å få en litt mer maskulin holdning. Nå har det tatt litt av, og jeg synes egentlig jeg er litt for stor. Jeg merker at folk ser litt rart på meg. De har sikkert en del fordommer mot kroppsbyggere. Men jeg klarer ikke å stoppe. Trening har blitt en del av hverdagen og livsstilen min.”

Intervjuobjekt nr. 11

Mennesker konstruerer og bruker sine kropper, men bruker de ikke på bakgrunn av egen fri vilje, deres konstruksjon er sterkt preget av ideologier. Denne respondentens ideologier er tverrstilte med de ’sosialt aksepterte’ normene han konfronterer til daglig. Men disse ideologiene er ikke konstante; da de er reproduisert gjennom kroppslig utfoldelse og kutyme, derfor er de modifiserte. Kroppslig kontroll er aldri satt, den inneholder alltid motsettende områder (Turner, 1991). Den situerte rasjonaliteten til kroppsbygges aktiviteter blir fremhevet, prisgitt de sosialt konstruerte gledene som tjener deres asketiske livsstil: deres oppfatning av fysisk og følelsesmessig velvære avledet fra oppnåelse av ’the look’

---

<sup>19</sup> Forstått som identitet.



(kroppsidealet), deres innlærte egenskap til å nyte intense treningsøkter og de oppfattede fordelene for hverdagslig pragmatisk kroppsliggjøring (Monaghan, 2001).

”Det verste jeg vet er å være tynnfeit. Det er jeg jo innimellom. Umulig å være steinhard året rundt. Treningen går jo i faser, da man trenger kalorioverskudd for å bygge muskler.”

Intervjuobjekt nr. 11

Treningsaktiviteter utføres ofte i samband med andre mennesker, slik at kroppen blir et fokuspunkt for interaksjon og en viktig bestanddel for individets identitet – hvor selvet er betydelig sansbart i en felles erfaring med fellesskapet (Mead, 1934 i Glassner, 1989). Som et middel for å løse en gåte om polaritet i tråd med Meads teori om selvet, blir kroppstrening en måte å sammenstille ”the self” og ”the body.” Som resultat av treningens tegnbærende verdi vil en kropp som er i god form (eller i ferd med å bli det) ikke lenger være et objekt *per se*. ”*As a result the body which is fit or in the process of becoming so is no longer an ”object to which there is no social response in the individual”* (Mead, 1938 i Glassner, 1989). Spesielt i treningsentre vil individet lett bli selv-objektifisert<sup>20</sup>, som tilrettelegges av tettsittende treningsklær og vegger som er kledd med speil (Prichard og Tiggemann, 2005).

”Jeg er klar over at andre mener noe om kroppen min, det er vel kanskje derfor jeg ser ut som jeg gjør; viser at jeg ikke tar de som er kritiske, negative og fordomsfulle på alvor. Jeg liker å skille meg ut og er stolt av sporten min og miljøet jeg representerer.”

Intervjuobjekt nr. 11

Sosiale prosesser entret den menneskelige revolusjonen og påvirker fortsatt oppfattelsen av velvære, helse, og livsendringer til mennesker født inn i det tjuende århundre (Shilling, 2004). Vi ser hvordan intervjuobjektet reflekterer over sin egen kropp i forhold til samfunnets oppfattelse av en ’legitim’ kropp. Intervjuobjektet er bevisst på at det kroppslige signaliserer holdning og indre kvaliteter. I forbrukerkulturen sammenknyttet den indre og den ytre kroppen; hovedårsaken med vedlikehold av den indre kropp blir forbedring av den ytre kropps utseende (Featherstone, 1982). ”...*the body (its health, dispositions status, histories) is taken as substantial evidence of the spiritual status of the insubstantial soul; the skin becomes a window on the soul*” (Tawney, 1926 i Turner, 1991). Som resultat av dette er flere og flere

---

<sup>20</sup> Oppfatningen av seg selv som et objekt – som gir grunnlag for vurdering av andre.

oppmerksomme på kroppens helse, form og utseende som uttrykk for individets image (Shilling, 2004).

”Jeg trener for å unngå fysisk forfall og fordervelse. Har et behov for å forme kroppen slik jeg vil ha den. Det mentale bildet av meg selv må stemme med det objektive bildet av meg selv til omverdenen - jeg blir misfornøyd hvis ikke, det har litt å si for livskvaliteten. Har et mentalt bilde av meg selv som en som skiller seg ut fra mengden. Kjedelig å være gjennomsnittlig. Da må man dra på litt.”

Intervjuobjekt nr. 2

Fitness i sin postmoderne forkledning, oppnåelig gjennom kroppsbygging, tilbyr et intimt og holistisk ekteskap mellom selvet og kroppen: ”*the twin victims of Cartesian culture reconcile their differences at long last. The self ‘in touch with’, ‘caring for’, ‘in control of’ the body, no longer need experience the body as but another object out in the world*” (Mead, 1934). Vår vektlegging av presentasjonen av selvet i vårt daglige liv, og forøkningen av goder, teknikker og andre objekter som muliggjør vår presentasjon og konstruksjon av en distinkt identitet avleder vår oppmerksomhet fra andre identitetskilder – mer spesifikt tidligere erfaringer og våre umiddelbare omgivers politikk (Bauman, 2001). I det tette interpersonlige miljøet til det moderne byråkrati (her forstått som det sosiale rommet), avhenger individer av sine egenskaper til å håndtere interaksjoner på basis av ’personlighet’. Inntrykksledelse, stil, panache og omhyggelig presentasjon av kroppen blir derfor viktig (Featherstone, 1982). Kroppen kan kjønes og kontrolleres av sinnet, som et fundament for observasjon innad og utad (Featherstone, 2006).

”...nei, det er vel en ting som alltid har fascinert meg - at muskulaturen på menneskekroppen står i forhold til alt det andre. Jeg er fascinert over at folk er sterke. Tror det er vanlig – og at flere har fått den samme oppfatningen i senere tid på grunn av utbredelsen av helsestudioer og sånn.”

Intervjuobjekt nr. 5

Denne fantasien om den trente kroppen, og vår fascinasjon med muskler henger sammen med vår ide om en kontrollerbar kropp – en kropp som vi kan tøyne og forme, for å skape et korrekt speil (eller vindu) av vår identitet. “*The dream of differentiation and self-identity is*

*the dream of realized subjectivity and self-command, which is the dream of causa sui<sup>21</sup> or the unmoved mover, the dream of being like into God. The athletic (muscular) body fascinates because it represents this dream where it is utterly impossible, the realm of finite corporeality”* (Wachter, 1984 i Monaghan, 2001).

Til syvende og sist er det vi som har kontroll over kroppsprosjektet. Vår interne domstol bestående av den saksøkte, en jury og dommeren, er alle inkorporerte i èn rolle – som konstruerer og skriver ned sin egen kode av *ad hoc* prosedyrer mens retten er samlet. Det finnes ingen universelle regler som sammenstiller alle individuelle domstoler, ingen som kontrollerer eller har en kredibel autorativ rolle (Bauman, 2006). Ingen individer har en varig og konstant referanse for sine egne valg og beslutninger – våre valg tas i et moralsk rom fri fra generelle restriksjoner (jfr. Bauman, 2001). Samtidig er vi ikke frie fra det sosiale roms påvirkninger og ’de andres’ oppfatninger om vår person.

---

<sup>21</sup> Forstått som autotelisk – et objekt som kan produsere sin egen mening og mål (*sic*).

## Kroppsprosjektet – konstruert statussignal

Smak, en klassekultur omgjort til natur, det vil si kroppsliggjort, hjelper til å forme en klassifisert kropp. Det er et innarbeidet prinsipp om klasse som styrer all form for inkorporering, som velger og modifierer alt kroppen inntar, fordøyer og assimilerer; både fysiologisk og psykologisk. Følgelig er kroppen den mest ubestridte materialiseringen av klassemessig smak (Bourdieu, 1984 i Turner, 1991). Kroppen blir i Bourdieus fremstilling sett på som en form for kapital, noen ganger referert til som fysisk kapital, og andre ganger til det noe mer generelle begrepet kulturell kapital (Turner, 1991). Kroppen konseptualiseres i struktursosiologien som et objekt blant andre former for manifestert *habitus*<sup>22</sup>, og klassifiserer og distingverer vår smak (og avsmak) til andre. I moderne sosiale settinger påtar konseptet om livsstil seg en signifikant rolle i forståelsen av individuell identitet og handling (Giddens, 1991 i Cockerham, Abel og Lüschen, 1993). Kroppens kulturelle betydning signaliserer vår livsstil og vår tilhørighet i det sosiale rommet, som illustrert av denne respondenten:

”God form assosieres til toppledelse mens dårlig form assosieres til fabrikkarbeidere. God form assosieres til høykultur - teater. De som er i dårlig form går på fotballkamp. Dårlig form har jeg aldri lyst til å være i. Jeg har ikke noe mot å gå på fotballkamp, men fotball blir aldri livet mitt. Jeg drar heller til Italia og sykler litt og drikker vin enn å dra til England for å se fotballkamp og drikke øl.”

Intervjuobjekt nr. 3

Featherstone (1987 i Turner, 1991) viser til kroppsfokusert forskning på sport der empirien støtter opp under at arbeiderklassen i hovedsak trener for å utvikle en *sterk* kropp, mens den økende middelklassen forsøker å produsere en *sun*n eller slank kropp<sup>23</sup>. Uansett er det felles for begge grupper at kroppen har til hensikt å speile habitus, enten for å reproducere sin opprinnelige klasseposisjon eller, siden det er total mobilitet i Bourdieus fremstilling av verden, hensikten er å speile andre klassesamfunn selv om den mangler de tilvente disposisjonene som trengs for å handle på denne måten.

---

<sup>22</sup> Kroppsliggjorte disposisjoner som betinger og former lisstilsrommet, men som i seg selv er betinget av det sosiale rommet (Bourdieu, 1995). Denne innsikten i det tilsynelatende overfladiske avdekker vår sosiale stedsans.

<sup>23</sup> Jfr. Bourdieus (1995) fysiske kapital.

Arbeiderklassen tenderer til å ha et instrumentelt syn på kroppen, en mål – middel rasjonalisering (Bourdieu i Shilling, 2004). Ressurssterke klasser har mer tid og penger og kunnskap til å behandle kroppen som et livsstilsprosjekt:

”with variants according to whether the emphasis is placed on the intrinsic functioning of the body as an organism, which leads to the macrobiotic cult of health, or on the appearance as a perceptible configuration, the ‘physique’, i.e. the body for others” (Bourdieu, 1978 i Shilling, 2004).

Fitness trening for sin egen skyld tas eksempelvis i all hovedsak i bruk av den øvre middelklasse som finner sin tilfredsstillelse i selve treningen – *”such is the meaning of their existence – the deferred satisfaction which will reward their present sacrifice”* (ibid.).

Bourdieus syn på kroppen som en form for fysisk kapital understreker den gjennomgripende materialiseringen av kroppen; en situasjon som binder sammen individets identitet med de sosiale verdiene til kroppens form, fasthet og generelle utseende (Shilling, 2004). Elias (ibid.) forklarer oss hvordan våre kropper har blitt individualisert, og hvordan de nå skiller oss fra andre. Både Bourdieu og Elias viser hvordan vi i den senere tid har økt vår bevissthet og refleksjon omkring vår kropp (ibid.).

”Det er viktig for meg å framstå som trent. Det å være trent blir høyt verdsatt – du viser at du har kunnskap og kan bruke den.”

Intervjuobjekt nr. 9

Bourdieus teori om sosial reproduksjon sentrerer omkring kroppen som bærer av symbolsk verdi. Kroppen er for Bourdieu, og også for Elias, en uferdig entitet som utvikles i konjunksjon med forskjellige sosiale krefter og som er vesentlig for opprettholdelsen av sosiale ulikheter (Shilling, 2004). Bourdieus syn på fysisk kapital har hatt mye å si for den økende viktigheten av kroppen i høymoderne tid. I kontrast til tradisjonelle samfunn der makt er utøvd mer direkte av et kroppsliggjort individ, har den moderne kropp en mye mer kompleks rolle i utøvelsen av makt og reproduksjon av sosiale ulikheter (ibid.). Vi ser blant annet hvordan vårt intervjuobjekt mener å uttrykke kunnskap ved å fremvise en trent kropp. Ulike klasser og grupper av mennesker ser ut til å utvikle særegne orienteringer mot sine kropper, noe som resulterer i konstruksjon av ulike kroppsformer. I forhold til modernitet ser

den symbolske verdien knyttet til disse formene ut til å bli særlig viktige for menneskets oppfattelse av selvet, og det er en økende tendens til at de med tilstrekkelige ressurser behandler kroppen som et livslangt prosjekt (ibid.). Ulikt fra penger, aksjer og eiendeler kan ikke fysisk kapital direkte overføres eller arves fra generasjon til generasjon. På grunn av dens uferdige tilstand er kroppens utvikling en årelang og kompleks prosess (Connell, 1983 i Shilling, 2004).

Bourdieu's analyse presenterer dualiteten mellom kroppen og sinnet, som sammenstilles og forstås gjennom vår habitus. Dette er igjen med å forklare sammenhengen mellom struktur og praksis. Bourdieus empiristiske menneskesyn kan betraktes som en motsats til eksempelvis Merleau-Pontys (2004) fenomenologiske forståelse for persepsjon – hvor kroppen anses til å være et krysningpunkt mellom det objektive og subjektive. Kroppen er aktiv i verden<sup>24</sup> og vår verden, og vår fornuft, er kroppsliggjort (jfr. Lakoff, 1987). Vårt forhold til verden vil alltid innebære en gjensidig validering mellom individer – en kontekst av interaksjon hvor vi forstår vårt selv samtidig som vi blir forstått av andre. Denne interaksjonen vil aldri være perfekt kongruent, interaksjonen mellom våre øyne, hender og kroppen generelt gir alltid rom for tolkning. Tolkning i form av kroppsliggjort persepsjon (jfr. Watson, 2000), kroppsliggjort persepsjon og fenomenologi<sup>25</sup> vil alltid ligge i grenseland med hverandre.

Monaghan (1999) bygger videre på Bourdieu og legger til at ulike etnofysiologiske typer (herunder typebetegnelse, representant) blir dømt og fortolket ulikt avhengig av individets tillærte kunnskap (habitus) om estetisk riktighet. Denne tillærte kunnskapen vil selvsagt variere for ulike fellesskap og begrep som tørrhet, flex og x-form som er naturlig i noen miljøer vil samtidig virke uortodokse i andre.

”During interactions with significant others, neophytes also arrive at an acquired appreciation of types of muscular body in terms of their overall visual impact”  
(Monaghan, 1999).

Dersom 'smak' aksepteres til å være sosialt konstruert (jfr. Berger og Luckmann), innlæres estetisk smak ulikt. Konstruksjonen av kroppsprosjektets estetiske mål (det være forbilde eller generelle oppnåelser) vil variere mellom eksempelvis kroppssportsutøvere og vanlige

---

<sup>24</sup> Referert til som *embodiment* av Merleau-Ponty (2006).

<sup>25</sup> Forstått i samsvar med Merleau-Ponty (2006).

mennesker. "...types of muscular body may then be consciously set as projects for the self." (Monaghan, 1999). Selv om individualitet er kanonisert i kroppsbyggermiljøet, medfører ikke dette at det finnes enighet om hva en 'muskuløs kropp' (i.e. det estetiske målet) vil tilsi (ibid.). Dette må ei tolkes som et kausalitetsforhold hvor ekstern stimulus ukritisk former og skaper en viss 'preferanse' (som samtidig reduserer et menneske og dets frihet til noe mekanisk) som igjen gir utslag i kroppsliggjøringer av preferansene.

"... they [kroppsbyggere] are embodied social agents who are communicative, practical and intelligent beings, drawing upon a common habitus... which is amenable to a sociological study" (Schilling, 1993 og Crossley, 1995 i Monaghan, 1999). "bodybuilders ways of looking at bodies, rendering ongoing muscular enhancement possible and desirable, are acquired over time in the bodybuilding habitus. Social process and subcultural affiliation are therefore important" (Monaghan, 1999).

'Medlemskap' i kroppsbygging og tilhørende fellesskap medfører subkulturelle virkninger<sup>26</sup>;

"...commitment to the subculture entails a social process of becoming. During this process the individual learns to define 'Sizeably Muscular and Exceptionally Lean Bodybuilding Physiques' as aesthetically pleasing" (Monaghan, 1999).

Det kroppslige og mentale skjemaet hvorigjennom individet oppfatter 'virkeligheten'<sup>27</sup> konstrueres i det den sosiale konteksten som individene flagger tilhørighet til. Kroppsprosjektets estetikk (og derfor grad av ferdigstillelse) avhenger av denne sosialiseringen. Som Søren Kierkegaard's *Don Juan* er ikke oppnåelsen eller ferdigstillelse av det kroppslige forbildet, men arbeidet og muligheten til å foreta dette livsprosjektet det mest avgjørende for individet. I hovedsak finnes det ulike vurderinger av 'en muskuløs kropp' som i seg selv er et foranderlig prosjekt. Individer som ønsker å skape en definert og muskuløs fysikk – og som risikerer å bli utestengt fra andre kretser enn kroppsbyggere – tvinges til å adoptere et perspektiv som er tilegnet gjennom en prosess som ligner en metamorfose av identiteten. Kroppen er ikke utelukkende et objektivt tegn i den sosiale verden, men et aktivt, sansende og innbefattet vesen – som er gjenstand for eventualitetene som følger av tid og rom (Monaghan, 1999).

---

<sup>26</sup> jfr. Berger og Luckmanns (1966) konsept om *subuniverses of meaning*.

<sup>27</sup> Individets *world frame*, jfr. Johnson, 1987.

Bourdieu anerkjenner at handlig i form av arbeid er en nødvendighet for å transformere kroppen til en sosial entitet, og at denne handlingen påvirker hvordan vi mennesker utvikler og beholder vår fysiske form og hvordan vi presenterer denne kroppen gjennom vår måte å gå, snakke og kle oss på (Shilling, 2004). Siden dette er langt fra naturlige handlingsmønstre, representerer de nøye innøvde og sosialt differensierte bragder innlærte fra barndommen av (primærsosialisering) og sekundærsosialisering (jfr. Berger og Luckmann, 1966).

Antagelser om hva som er "naturlig" eller "funksjonelt" og som tjener visse universelle behov, kan ikke være holdbare da disse antagelsene er kulturelt betinget. De fleste kroppsbyggere vet at det å få en muskuløs kropp som samtidig er slank og hard er selvmotsigende og derav urealiserbart for de fleste (MacNevin, 2003). Likevel synes det på bakgrunn av våre innsamlede data helt klart at dette er det dominerende kulturelle og fullkomne symbolet på ikke bare skjønnhet, men også helse.

"En jente i dagens samfunn skal være tynn. Sånn som på BI ser guttene på de jentene som er tynne. Tynne – men ikke radmagre, man skal ha litt rumpe og lår. Jenter liker litt å ta i de også – det skal være litt form på kroppen. De ser jo i blad og på TV og tenker 'for en fin skapning'. Det er jo det fine som tiltrekker. Det er ikke utelukkende kroppen som tiltrekker, men også det å ha et fint fjes. Næringslivet ser jo opp til Celina Middelfart - Se og Hør kåret jo henne til Norges mest sexy kvinne. Det sier jo litt om hva menn ser etter."

Intervjuobjekt nr. 6

Mens en tynn kropp alltid oppfattes som mer estetisk enn en korpulent kropp, må en tynn kropp for å oppfattes som sunn også være fast og muskuløs (MacNevin, 2003). Mange bruker trening som en mekanisme, en daglig rutine som sørger for at de demarkerer seg fra de forfalte kroppene til andre (MacNevin, 2003). Kvinner er klar over at deres fysikk er et mål på deres sosiale verdi, uavhengig av hvor de viser seg frem. Dette resulterer i selvopptatthet (MacNevin, 2003). Intervjuobjektet ovenfor påpeker at den velutviklede kroppen (i form av Celina Middelfart), kulturelt sett, er et sterkt sosialt symbol på hennes status og tilhørighet. Kroppen distingverer henne fra andre, samtidig som det markerer hennes tilhørighet til den sosiale eliten. Den kjente norske antropologen Frederik Barth understreker at grenser (i sosial forstand) ikke er tegnet opp for å separere ulikheter. Det er helt motsatt - det er fordi vi har dannet grenser at vi søker ulikheter og blir oppmerksomme på deres nærvær. Ulikheter er resultatet av grenser, resultatet av separasjon (Bauman, 2004).



”Feite mennesker får meg til å le litt innvendig. De som spiser sjokolade og trener samtidig må jeg bare le av! De må ha misforstått hele konseptet med trening! Jeg blir litt oppgitt over at de ikke eier selvkontroll. Lett å tenke at når de ikke har kontroll på kroppen sin en gang har de vertfall ikke kontroll ellers i livet. Tenker ’gjør noe med livet ditt’. Livskvaliteten til feite folk må jo være dårlig...de har lett for å bli diskriminert og sett på som late og giddeløse.”

Intervjuobjekt nr. 10

Det er tydelig at treningssenterets grenser opprettholdes av videre kulturelle mål som rekker ut over lokalenes fysiske grenser. Omsorg og endring av kroppen mot et fitness ideal er de overordnede og legitimerende målene (ibid). Disse målene er promotert av en økende mengde magasiner og resonerer med treningsinstruktørens påstander og motiver. I følge Goffman (1963 i Sassatelli 1999) er treningssenteret først og fremst en ’sosial anledning’, ’knyttet til tid og sted’ og tilrettelagt med stasjonære apparater (Sassatelli, 1999). Innenfor sine grenser tilbyr treningssenteret et rom for skifting, både inn i en verden av trening, og ut igjen til en verden av eksterne realiteter. Garderoben stripper individer for deres eksterne identitet og filtrerer ut sosiale attributter som kan komme i konflikt med trening. Dette gjør individenes kropp til objekter, klare for forming gjennom personlige treningsprogrammer (Sassatelli, 1999). Å gjøres seg klar for å videre forme kroppen betyr å innstille seg selv til den korrekte konteksten – hvor kroppen skal gjøres klar til videre kulturell modifikasjon. Selve konteksten er med å sette føringer for vår mottakelighet i det sosiale rom:

”Often it is assumed that the unadorned, unmodified body is an unspoiled, pure surface on which culture works. This dehistoricizes and decontextualizes the body. It ignores the particular meaning that both the body and the specific modifications to which it is subjected have for the people being represented” (Mascia-Lees og Sharp, 1992 i Negrin, 1999).

I kunstens verden kan vi se historiske bevis på at kroppen ikke er kontekstuel uavhengig. Avbildning av den nakne kropp følger historisk sett motbølger på lik linje med klær (Negrin, 1999). I senere tid har mennesker i økende grad interessert seg for utseendet, størrelsen, formen, sammensetningen, og funksjonaliteten til kroppen. Dette mener Featherstone (2006) er et resultat forbrukerkulturens økte fokus på kropp – en kultur som ser ut til å dyrke og

idealisere den unge, markerte og seksuelle kroppen for så å påstå at den er tilgjengelig for oss alle.

”Jeg liker å se på folk. Jeg dømmer folk veldig lett etter kroppsholdning – hvordan de står og går og oppfører seg. Pæreformede folk er ekkelt. Jeg dømmer folk veldig lett. Men jeg kan godt prate med alle slags folk. Jeg ville vært forferdelig lite tent på en pæreformet gutt. Jeg vet ikke hvorfor, jeg er sånn. Liker det ikke (pæreformede folk) i det hele tatt.”

Intervjuobjekt nr. 1

Dette sitatet illustrerer grensegangen mellom å konstruere sin egen kropp (et tilsynelatende deterministisk identitetssyn) og hvilke sosiale følger vår kroppslige modifikasjon skaper. Denne respondentens oppfatning av andre er farget av hennes eget kroppsprosjekt, hun gir uttrykk for hennes kroppsliggjorte disposisjoner gjennom å markere avsmak mot de 'utrente' individene hun møter i hverdagen. Paulson (2005) i Turner (1991) strekker seg forbi begrensningene til den naturalistiske og sosialt konstruerte tilnærmingen til kroppen med sitt konsept om 'lived embodiment'. Han ser på kroppen som både en biologisk organisme og en eksperimentell entitet, og utforsker hvordan kroppen bidrar i sosiale relasjoner samtidig - samt at han analyserer kroppen som en enhet for representasjon. Fordi mennesket er et uferdig biologisk vesen som ikke hører hjemme i naturen, trenger det beskyttelse i form av kultur og institusjonalisering for å føle seg trygg for trusler fra omgivelsene i en sosialiseringssprosess (Turner, 1991). I vestlige kulturer fremstår kroppen som både en begrensning og et potensial (Turner, 1991) – forming av vår egen kropp lar oss skape våre strukturelle skjema, dog i samsvar med vår sosiale kontekst. Det kan tenkes at kroppen er et klassifiseringsredskap. Menneskers respons på uorden, usikkerhet og risiko er å skape klassifiseringer som både forklarer uordenen og oppretter ordenen. Historisk sett er denne klassifiseringen hovedsakelig uttrykt med kroppen som medium og tegnbærer. Kroppen er da også en allestedsnærværende, naturlig, selvbevisst og lett tilgjengelig allegori (Turner, 1991). Denne strukturerende allegorien skapes i fellesskapet, og er en flytende og flyktig ideologi – som skaper sin egen oppfatning om 'den korrekte' fysikken:

”postmodern imagery of muscle is a possible idea-element rendering ‘transgressive’ bodybuilding visibly rational and reportable.” (Monaghan, 2001).

## Treningens meningsskapende struktur – en livsstil

---

### **Kroppen - en reseptor i det sosiale rom**

”Mine holdninger til kropp er nok delvis formet av folkene jeg henger med. Andre jeg kjenner har litt andre venner, og synes de liksom sitter fast og ikke vil ut i verden sånn som jeg. De vil at folk skal se vanlige ut, men det synes jeg er så kjedelig. De sier ’æsj’ når jeg sier muskler er fint. De er vant til det samme gamle og sånn skal det liksom være – de vil ikke oppdage nye ting. De er litt grå og kjedelig. De synes det er rart å ha andre verdier enn de i sin egen omgangskrets.”

Intervjuobjekt nr. 6

I dagens samfunn produserer kultur- og helseindustrien kulturelle varer som kunnskap, helseinformasjon, underholdning, reklame, kulturell mening og den personlige- og kollektive identiteten som sentrale ressurser, på samme måte som industrisamfunnet produserte tekstiler, kjemikalier, biler osv (Touraine, 1995 i Møen 2002). I industrisamfunnet ble det utviklet lederskap og dominans som skulle kontrollere arbeidere og ’administrere ting’ og det ble utviklet strategier for å forme livsstilen, kroppen og den personlige- og kollektive identiteten (Møen, 2002). Den overveldende produksjonen av underholdning og estetiske tegn skaper erfaringer om et ’evig nå’ (ibid). Erfaringen blir fylt til randen av estetiske tegn, noe som fortrenger den personlige erfaringen og det historiske minnet. Den teoretiske ekspertkunnskapen har en formel om inntil videre, og det at alt kan bli forandret ved innovasjoner løser opp grunnlaget i et mer tradisjonelt liv. Både produksjonen av kunnskap og estetiske tegn fører til radikal sosial endring, som autonome prosesser, og ofte uten historiske prosjekt (ibid).

Vitenskapen har økt kontrollen over våre liv, men den har foreløpig feilet i å veilede oss i livet (Shilling, 2004). I stedet har det vært en gradvis personalisering av mening i postmoderniteten. Dette har ført til at mange mennesker blir stående alene om å etablere og vedlikeholde verdier som gir mening i det daglige liv (ibid.). For de som har mistet sin tro på religion og store politiske narrativer, og ikke lengre er forsynt med et klart verdensbilde og identitet av disse trans-personlige meningsstrukturene, har likevel kroppen fundament til formgiving og rekonstruksjon av noe som kan minne om det pålitelige selvet i den kaotiske

moderne verden. Den refleksive måten mennesker i økende grad relaterer ting til sin egen kropp på, kan ses på som et definerende særtrekk på postmodernitet (ibid.). Det er de eksterne territorier, vår ytre kropp, som symboliserer selvet i en tid der makeløs verdi er tillagt den ungdommelige, slanke og seksuelle kropp (ibid.).

I kontrast til sosial konstruksjon, der kroppen ofte blir sett på som et produkt med mening bestemt av ekstern sosial konstruksjon, er kroppen for Elias en uferdig biologisk og sosial entitet i stadig endring og bevegelse med behov for en lengre utdanningsposess før den fullt og helt kan aksepteres av samfunnet (Shilling, 2004). Uavhengig av tid og rom er kroppen mottakelig for mening fra, og er konstituert av, eksterne krefter (ibid.). Kroppen er dermed en reseptor, og ikke en generator, av sosial mening. 'Sosial konstruksjon' har blitt brukt som en paraplybetegnelse for å beskrive synet på kroppen som formet, begrenset og oppfunnet av samfunnet (ibid.).

Turner (2006) kombinerer et syn på kroppen som både en biologisk organisme og en 'levd erfaring'; et bidrag til sosiale relasjoner med en analyse av kroppen som et system av representasjon. Dyr er født inn i denne verden med høyst spesifikke og direkte hensikter (ibid.). Som et resultat er de i motsetning til mennesker født inn i en verden der deres muligheter fullt og helt er bestemt av deres instinkter. Den instinktive strukturen til nyfødte mennesker er ikke like strukturert, og den er heller ikke styrt mot et artsspesifikt miljø. Følgelig er menneskets verden forholdsvis åpen, og vårt levesett må formes ut fra våre handlinger. Menneskets kropp er bare delvis tilpasset omgivelsene og vi må derfor lage en verden vi kan overleve i. Gjennom handling kan vi frigjøre oss fra farene som er forbundet med vår uferdige kroppslighet (ibid.). Disse handlingene er både av fysisk og meningsskapende karakter. Som mennesker må vi skape mening uti fra den overfloden av informasjon som truer med å overvelde våre sanser; vi må skape en meningsfull verden for oss selv ved å saturere våre omgivelser med mening og form (ibid.). Mennesker tilpasser kroppen til ulike livsstiler og tillegger seg kroppsregimer. De samme forholdene styrer våre oppfattelser av selvet og relasjonene de har til vår kropp. I og med at kroppen er en uferdig entitet må vi i likhet med selvet investere i den med mening og arbeid.

## **Kroppen – en ressurs**

”Kroppen min viser andre at jeg er sporty. Jeg er med på ting. Ikke redd og tilbakeholden. Den sier litt om personligheten min.”

Intervjuobjekt nr. 9

I Goffmans arbeid står kontroll over kroppen sentralt for å vedlikeholde konfrontasjon, sosiale roller og relasjoner. Den samme kontrollen muliggjør forholdet mellom et individs selv og dets sosiale identitet. Her antas kroppen å ha status som en ressurs som kan kontrolleres på mange ulike måter for å oppnå og konstruere en særegen versjon av selvet (Shilling, 2004). Videre antar Goffman at kroppen har en 'dual location'; kroppen eies av individet, samtidig som den er definert og erklært signifikant av samfunnet (ibid.). Kroppen spiller dermed en viktig rolle i sammenføyningen av forholdet mellom menneskers selvoppfattelse og deres sosiale identitet. Den sosiale meningen knyttet til kroppens form og funksjonalitet har en tendens til å bli internalisert for så å utøve innflytelse på individers oppfattelse av selvet og følelsen av indre verdi (ibid.).

Mesteparten av dagliglivet går med til å etablere rutiner på jobb, i fritiden og i familielivet, der individer stadig initierer, går inn i og forlater møter med andre mennesker (Shilling, 2004). I alle stadier av disse møtene sender bevegelsene og uttrykksformen til kroppen stadige signaler om hensikten som eksisterer mellom mennesker (ibid.). I følge Goffman er vi mennesker i besittelse av et felles kroppslig vokabular som gjør oss i stand til å klassifisere denne informasjonen. Synlige kropper er fanget i et nettverk av kommunikasjon, uavhengig av individuell hensikt. Dette kan ha en betydelig innflytelse på atferd (ibid.).

”we tend to perceive our bodies as if looking into a mirror which offers a reflection framed in terms of society’s views and prejudices” (Shilling, 2004).

Vår virtuelle sosiale identitet ser ut til å bli styrt av en generell trang til å presentere oss selv som 'normale' mennesker verdige til å spille en fullverdig rolle i samfunnet (Goffman, 1990 i Shilling, 2004). Kroppen er signifikant for individer på grunn at mennesker klassifiserer hverandre som kompetente eller inkompetente medlemmer av samfunnet. Til syvende og sist er kroppens signifikans bestemt av sinnets mottakelighet for det delte vokabularet til kroppens idiom. Sinnet blir tumleplassen hvor kroppens mening inngraveres.

"Hvorfor jeg begynte det er jeg ikke sikker på. Kanskje vært greiere å trene hvis man hadde et mål. Hvis man målte fremgang og slikt. Har stor tro på lapskaus prisnispppet – å ikke trene målbevisst. Ingen mål med styrketrening. Eller.... prosessen er: skal du være med å trene styrke? Da drar man oppover, trener litt, og drar ned igjen. Viktig å fylle livet med annet innhold enn tv og drit. Kanskje ikke meningsfullt å trene uten mening, men for meg så gjør det det. Gir meg mening å trene uten mening. Man står fritt til å skape seg selv til en viss grad. Man tar en beslutning om å være assosiert med trening og slikt. Vestlig kultur aspirerer mot å være sunn og slikt, det å sitte i sofaen er det motsatte. ”

Intervjuobjekt nr. 3

I tillegg til pragmatiske behov har mennesket også ikke-materielle behov. Vi har behov for mening, behov for å forstå vår egen identitet og vårt forhold til andre, behov for skjønnhet osv. (Negrin, 1999). Behov som disse kommer av at vi mennesker, ulikt fra andre dyr, er selvbevisste vesener med kapasitet til å kreere mål og ideer som ikke er styrt av naturlige instinkter og impulser (ibid). Kroppsmetaforen i en semiotisk tilværelse representeres av *utstillingsdukken* – til forskjell fra *liket* som er den ultimate referansen for medisinen og *dyret* som er religionens metafor.

## Treningens meningskapende struktur

All forpliktelse er i det postmoderne inntil videre, og det er uklart hvem som er berettiget til å endre fokus og hvorfor fokus endres. I fraværet av retningslinjer kan man anta at gjentatt prøving og feiling er den nest beste løsningen etter det å følge retningslinjer. Prøver du å holde på den plassen du har oppnådd, må du hele tiden løpe og løpe for å fortsette å holde deg der. Med en gang du slutter å løpe blir du tatt igjen og havner i bakleksa (Bauman, 2006). Møen (2002) Refererer til Webers tankeganger om lykke og lidelse og påstår at lykke alltid er kortvarig fordi et oppdemt behov plutselig og uventet bryter igjennom, og at langvarig lykke bare kan gi lunken velvære. Det mest fornuftige for mennesket er derfor enten å flykte fra lidelsene, eller å prøve å kontrollere det utrygge og risikable livet gjennom å skape orden og struktur.

Gjennom de skiftende parameterne av mening som skjærer gjennom treningssenteret opprettholdes treningen over tid (Sassatelli, 1999). Grundig organisering av tid og rom er essensielt for å skape et miljø hvor individer er i stand til å konsentrere seg om trening, og glemme sine normale plikter og hverdagslige sosiale roller (ibid).

”Training within fitness gyms has the characteristic of a world-building activity. It allows experiences that are perceived as part of a set of meanings different from all other expect the ones deployed when the same game is played at other times (Sassatelli, 1999).

En deltagers uttrykte involvering i kognitiv og visuell oppmerksomhet er et signal for treningens realitet: det forteller andre hvem man er, og hva ens hensikter er, samtidig som det bekrefter ’realiteter inni domenet’, og ’usannheter i andre potensielle domener’ som trenger seg frem (Bateson, 1954 i Sassatelli, 1999).

”Hva er ditt endelige mål?”

”Å alltid gjøre mitt beste. Nøyer meg ikke med det som er midlertidig. Må alltid sette seg nye mål. Kan ikke sette meg på mine laurbær. Å nå et mål gir et antiklimaks også. Finner ikke helt roen etter at jeg når et mål. Det døyver ikke driften etter å alltid oppnå mer. Mer betyr ikke alltid mer, men det er jakten på det gode liv.”

”Og hva synes du er det gode liv?”

”Det vet man ikke, men man må alltid ha et prosjekt på gang og begi seg ut på nye eventyr. Eks. når man skal på ferie – det artigste er kanskje å glede seg og forberede ferien. Etter 3-4 dager med slaraffenliv så blir man rastløs. Føler at man ikke får trent – det irriterer meg kanskje mest. Mangel på struktur i hverdagen gir liksom ingen mening. På ferie får man slappet av og ladet batteriene men hva skal man gjøre med et fulladet batteri når man ikke får brukt det på noe meningsfylt? Da vil jeg bruke batteriene på noe konstruktivt.”

Intervjuobjekt nr. 2

Trening er beskrevet av iherdige deltagere som møblering av en form for beskyttet rekreasjon til seg selv, et velfortjent øyeblikk med frihet 'reddet' fra hverdagens krav der man kun trenger å tenke på å bevege sin egen kropp i forhold til øvelsens påkrevde mønster (Sassatelli, 1999). Sammen med de kroppslige 'resultatene' og 'fordelene' er det følelsen av struktur og målbevissthet som får flesteparten av de spurte intervjuobjektene til å fortsette med trening. Ivrige deltageres historier viser i Sassatelli (1999) at trening skaper en følelse av kroppskontroll, styrke, utholdenhet, harmoni og uttrykkelighet. Dette er følelser av å ha oppnådd noe, og kan klassifiseres som en bekreftelse på ens egen kompetanse (ibid).

”Med formingen av kroppen min viser jeg at jeg får til noe og ikke ser ut som et dass. Kan overføres til min livsførsel eller også. At jeg er i stand til å ha fokus og ikke flyter rundt uten ambisjoner og mål med meg selv og mitt liv.”

Intervjuobjekt nr. 11



## Livsstilsprosjekter

”Jeg kjeder meg så fort i ferienesammenhenger. Trenger dagliglivets rutiner, og da også trening, for ikke å gå sur. Kan ikke bli for mye ’turing’ og slaraffenliv.”

Intervjuobjekt nr. 9

Mennesker må investere i sine kroppsliggjorte selv med mening. Denne meningen må anta at realitet er noe objektivt for at eksistensielle spørsmål ikke skal oppstå og forstyrre oppfatningen av selvet. I denne konteksten fremstår delte meningssystemer som essensielle. De ’gjemmer’ mennesket bort fra kontinuerlig bygging av verden og usikkerheten, samt skjørheten til deres kroppsliggjorte identitet. Ved å anta at mennesker trenger meningssystemer som et resultat av paradokset som stammer fra deres biologiske konstitusjon, bygger blant andre Berger sosiologisk sett på innsikt fra filosofisk antropologi. Disse meningssystemene har tradisjonelt sett inntatt mange ulike former. Eksempelvis har mennesket konstruert solide og pålitelige kilder til identitet i form av posisjonene ’mor’ og ’far’. Disse sosiale relasjonene tillater mennesket å skape mening med deres kroppsliggjorte persepsjoner av verden. De blir også internalisert av suksessive generasjoner og forsyner mennesket med forskjellige måter å forholde seg til seg selv og omverdenen på (Berger, 1990 i Shilling, 2004). Filosofisk antropologi foreslår at kroppen alltid er et prosjekt for individer, i og med at vi mennesker er ’åpne for verden’ og har behov for å komplementere oss selv og våre omgivelser for å overleve (Shilling, 2004)

”Jeg må ha rutiner, ellers så går livet mit i oppløsning. Må ha orden på ting for ikke å få fnatt. Blir rastløs uten rutiner. Jeg er en utrolig strukturert person.”

Intervjuobjekt nr. 2

Sitatet illustrerer behovet for forutsigbarhet og kontroll som forsøkt oppnådd ved hjelp av strukturer. Dersom det å leve er som å styre et løpsk vogntog, har vi ihvertfall kroppen som en solid plattform vi kan bygge våre selv på (Giddens, 1990 i Shilling, 2004). Men vi kan få problemer på grunn av at vi ikke lenger er sikker på hva kroppen er i og med at den er en del av abstrakte teknologiske systemer (Shilling, 2004). Som Goffman understreker er regulert kontroll over kroppen avgjørende for dannelsen av identitet og behovet for anerkjennelse fra andre. Ny teknologi og kunnskap som muliggjør nettopp dette fører til at kroppen er ikke lengre noe som er gitt fra naturen side (Shilling, 2004).

”Det er klart at kroppen min viser hvem jeg er. Den er jo langt på vei et resultat av min sunne og aktive livsstil, og jeg tror de fleste som legger merke til kroppen min skjønner det.”

Intervjuobjekt nr. 11

I den postmoderne tilstanden har opprør og brudd med det konvensjonelle tatt form i det å ta til seg en viss stil – eks. det å kommunisere et visst image – ved å forme kroppen med trening og diett, i stedet for å engasjere seg i de politiske og økonomiske strukturer som produserer sosial utilstrekkelighet som bevist ved oppblomstringene av de ulike subkulturene i etterkrigstiden (Negrin, 1999). Vedlikehold av kroppen er i dag en godt etablert fritidsaktivitet som resulterer i flere fordelaktige livsstilsforbedringer som følge av forbedret utseende; kroppslig vedlikehold for å kunne se bra ut smelter sammen med konstruksjonen av et stilig image som i tillegg til å forbedre utseendet er med på å vedlikeholde en sunn kropp (Featherstone, 1982).

”Min kropp oppfattes sikkert som forvokst av de fleste. Kanskje jeg oppfattes som dum pga. min muskelmasse. Stikker meg ut og er derfor åpen for kritikk. Skulle vel egentlig ha trappet ned på treningen og sett mer normal ut, men klarer ikke. Jeg er avhengig.”

Intervjuobjekt nr. 11

I det moderne samfunn blir tro, personlighet, verdenssyn, kroppen, livsstilen og fellesskapene åpnet opp til aktiv konstruksjon, gjerne med utgangspunkt i estetiske former og vitenskapelig kunnskap (Møen, 2002). Dette fører til at mennesket blir mer fri til å utforme sin egen kropp, men det er også vanlig at mennesket blir innlemmet i nye kroppsregimer av estetikk, asketisk eller medisinsk karakter, og at mennesket utvikler en eller annen form for indre tvang, nevrose og en ekstrem holdning til egen kropp (ibid.). For kroppsbyggere blir det å tålmodig bygge kroppen en livsoppgave, og de effektive midlene som trening, kosttilskudd og dietter, blir de endelige målene i livet (Møen, 2002). Rent fenomenologisk kan vi skille mellom de menneskene som har en følelse av ’å ha en kropp’ og de som har en livspraksis i det ’å skape en kropp’ (ibid).

## **Et prosjekt mot en identitet i det sosiale rom**

I vesten er det en tendens til at kroppen blir sett på som en entitet som er i en prosess på vei til å bli noe; et prosjekt som det arbeides med i streben etter å oppnå en egen identitet (Shilling, 2004). Å behandle kroppen som et prosjekt er ikke nødvendigvis en fulltidsjobb, selv om det har potensialet til å bli det (ibid.). Det forutsetter dog at individet er oppriktig opptatt av kroppslig kontroll, vedlikehold og utseende, og en anerkjennelse av at kroppen både er en personlig ressurs og et sosialt symbol som avgir signaler om identitet (ibid.). I denne konteksten er kroppen en føyelig entitet som kan formes av eierens vigilitet og harde arbeid (ibid.)

”Today the super-endowed, surgically altered woman has become a reference point of fashion” (Gerber, 1992 i Shilling, 2004).

Bourdieu peker på hvordan den multiple materialiseringen av kroppen er en potent kilde til opptatthet av *prosjekter*. Jo mer verdi vi mennesker tillegger vårt utseende og forming av kroppen, jo større er sannsynligheten for at vår identitet blir flettet sammen med nettopp kroppen (Shilling, 2004). Som en kontrast til dette synspunktet fremhever Elias (ibid.) viktigheten til den økende individualiseringen av kroppen, og fokuserer heller på hvordan konflikten som før oppsto mellom kropper nå er flyttet over til kroppsliggjorte individer på grunn av et økende behov for affektkontroll. Denne situasjonen tenderer til å sette oss i en situasjon hvor vi er alene med våre kropper; vi investerer med tid i kroppslig overvåking, kontroll og utseende, samtidig som vi ironisk nok mister mange av de kildene som en gang gav oss tilfredsstillelse (ibid.). Forestillingen om at mennesker i felleskap er involvert i kroppslige prosjekter, og at noen av oss deltar i kroppslige regimer, er i direkte kontrast til synet på våre fysiske selv som latente. Alle oppfatninger om kroppslig identitet tyder på at kroppslig form, størrelse og seksuell utstråling er integrert i vårt bilde av oss selv (Shilling, 2004).

Kroppen og selvet har en lengre levetid enn noe annet i denne flyktige virkeligheten. Søken etter sikkerhet resulterer derfor i at investering i ens egen overlevelse blir det mest

nærliggende alternativet til 'frelse'. Alle søker kontroll over opphavet til livets utfordringer og anstrengelser, men for de fleste kan denne kontrollen kun oppnås kollektivt (Bauman, 2001).

“The real self is free – a reason for rejoicing, but also for no little agony... And then ‘in our effort to escape from aloneness and powerlessness, we are ready to get rid of our individual self either by submission to new forms of authority or by a compulsive conforming to accepted patterns... we cannot help being suspicious about any claim to infallibility. This is the most acute and prominent practical aspect of what is justly described as the ‘postmodern moral crisis’... Human nature exists at present solely *in potentia*; as a possibility not-yet-born, awaiting a midwife to let it out, and not before a protracted labour and acute birth-pangs. Human nature is but – most importantly – *unfallible on its own*, without assistance of reason and the reason-bearers... Thus it is, paradoxically, the very *freedom* to judge and choose that necessitates an external force *coercing* the person to do good ‘for his own salvation’, ‘for her own welfare’, or ‘in her own interest’... Issues have no predetermined solutions nor have the crossroads intrinsically preferable directions. There are no hard-and-fast principles which one can learn, memorize and deploy in order to escape situations without a good outcome and to spare oneself the bitter after-taste (call it scruples, guilty conscience, or sin) which comes unsolicited in the wake of the decisions taken and fulfilled” (Bauman, 1993).

Det frie selvet og kroppen er samtidig ikke to adskilte fenomen; ”*Kroppen er ikke bare sinnet og sjelens biologiske bolig, den er medbestemmende og medkonstituerende for sinn og sjel, en kilde og et filter for deres utforming, kroppen er en del av vår menneskelighet*” (Nyeng, 2003). Kroppen er ikke bare et sosialt objekt, men også en arena for kroppsliggjøring av våre sosiale disposisjoner. Vår habitus (i Bourdieus forståelse) er stilltiende innøvde sosiale agendaer som er farget (og som farges) av vår interaksjon med den store mengden. Handlingsmønstre og disposisjoner skaper en struktur som er utenfor (innenfor) den selvbevisste rasjonalitetens rekkevidde. Virkelighetens symbolikk er for alltid oss omringet og kroppen befinner seg alltid i sosiale situasjoner – hvor vi forsøker å skape mening gjennom relasjoner til 'objektene' i det sosiale rom. Kroppen er ikke bare en beholder (*receptacle*) for subjektet – men en iboende meningsskapende del av vår virkelighet. Vårt forhold til kroppen vår som en dobbelhet er ikke bare en kilde til å forstå vår egen meningsskaping – men også en kilde til selve strukturen som skaper mening. Som mennesker er ikke vår mening gitt *ex ante*, mening må skapes og vår verden (slik vi ser den) må skapes (Nyeng, 2003). Meningen i vårt liv (ikke *med* vårt liv) skapes dog ikke utelukkende innenfra, som det Freudianske

psykoterapeutiske synet fremmer, vi både skaper og orienterer oss i det sosiale landskapet. Mening skapes altså ikke rent subjektivt (ei heller objektivt), men kollektivt.

Frihet til ansvar over egne handlinger og moralitet balanseres mot det å være fastlåst henimot andre subjekter. ”*Ambivalence lies at the heart of morality: I am free as far as I am a hostage. I am I in as far as I am for the Other*” (Bauman, 1993). Strukturens motvekt i form av eksistensiell angst er samtidig det moralske selvets eneste kritiske substans. Vår egen usikkerhet ved gjennomføring av oppgaver er samtidig hva som driver oss fremover til å fortsette. Å sette egne standarder (som ei kan oppnås) er en del av postmoderne moralitet:

”We are all, at every level, living with the subtle form of repression and alienation: its sources are elusive, its presence insidious and total, and the forms that a struggle might take remain undiscovered and perhaps cannot be found” (Baudrillard, 1993).

”*Blir du fornøyd til slutt?*”

”Nei, jeg blir sikkert mer og mer misfornøyd. Til slutt er jeg jo død. Gir mening å ha noe å holde på med – det gir struktur i hverdagen og du føler du gjør noe meningsfullt. Det er å sysselsette seg selv.”

Intervjuobjekt nr. 2

Konstruksjon av identitet, og strukturell mening generelt, er alltid en fortløpende prosess. Meningen som vår struktur skaper vil (og skal) alltid vedvare, og er en kritisk prosess i å bekjempe uklarheten og uvissheten som møter oss.

## Treningens angstdempende struktur – personlig terapi

---

### 'Kurering' av postmodernismens angst

“The culture of control will colonize more areas of life, with our permission or without, because of the understandable desire for security, combined with the pressure to adapt particular kinds of systems (Bauman, 2006)... The demon of fear won't be exorcised until we find (or more precisely *construct*) such tools” (Bauman, 2006).

Kultur kan som sådan være et verktøy. Den kan oppfattes som en innretning designet for å maskere eller fremheve våre ansikter for å gjøre de til å leve med. Kulturen gir oss en fellesskapsfølelse og en referanseramme; noe vi kan forholde oss til og definere oss ut i fra. Det vi ikke må glemme er at kulturer endres, og at dette er noe som lett utnyttes av bedriftsverdenen. De vet at de alltid kan regne med menneskers angst for å stå stille, sakke akterut og havne utenfor den sosialt konstruerte kulturens grenser. Vårt forhold til mat, vekt, kropp og spising er ikke bare et privat anliggende. Vi lever i et samfunn som har en klar egeninteresse i befolkningens konfliktfylte forhold til mat. Fettfobien er skapt og styrt av pengebegjær og et grenseløst behov for økonomisk vekst på menneskers, spesielt kvinners, bekostning. Multinasjonale selskaper fabrikkerer mytene og kravene om det superslanke idealet<sup>28</sup>. De produserer en kunstig konflikt som fremstår som en personlig konflikt for den enkelte i spennet mellom samfunnsforhold og den enkeltes livsvalg. Massemedia konstruerer en følelse av angst og utilpasshet med sine så å si uopnåelige skjønnsideal, for så å presentere en rekke 'hjelpemidler' for å nå opp til idealene (ibid.). Treningsprogrammer og dietter er ett av disse hjelpemidlene.

"Man føler seg mye bedre etterpå, etter man har trent. Kanskje man føler at gapet mellom samfunnets forventning og seg selv er mindre, at man oppfyller en viss forventning. Men jeg tror det er noe fysiologisk, at man sliter ut kroppen og utløser noe endorfiner."

Intervjuobjekt nr. 3

Samtidig som vi mennesker har angst for å stå stille, har vi en trang til å gjøre noe for å motvirke stagnasjon, nesten samme hvor lite effektivt vi vet at det er. Det vi ser på som de

---

<sup>28</sup> Dette er også avspeilet i media. Se artikkel om diskriminering; Nilsen, 2007.

mest effektive handlingene er de enkle som gir raske resultater (Bauman, 2006). ”*Jeg lever i tiden og forventer effektivitet*” (hentet fra en IKEA-reklame). De farene vi frykter mest er øyeblikkelige; forståelig nok ønsker vi da også at botemiddelet skal ha umiddelbar virkning – en ’pille mot alt som er ille’, eller ’en pille mot alt som står stille’. Selv om årsaken til farene er komplekse og innviklede, ønsker vi at vårt forsvar skal være klart til bruk her og nå (Bauman, 2006). Vi trenger å føle handlingskraft i form av konkrete hverdagslige sysler, sysler som gir oss troen på at vi mestrer hverdagen og fremtiden. Med tanke på kontroll gjør den disiplinerte kropp seg forutsigbar ved hjelp av regimer, og hva annet enn forutsigbarhet kan vel disiplin skape? (Turner, 1991).

Kroppen bærer vi med oss over alt hvor vi går. Den er godt synlig og lett tilgjengelig for endring. Det faktum at vi har en kropp, og på en og samme tid er en kropp, understreker dens umiddelbare nærhet og kobling til selvet. Gitt denne sammenhengen gir kroppslig kontroll en følelse av mer generell kontroll. Møen (2002) hevder med bakgrunn i denne sammenhengen at ekstrem kroppsfixering og ulike typer av overdreven kropps kontroll er en reaksjon på det kontingente, risikable, og utrygge i det postmoderne samfunnet. Selv om man føler seg ute av stand til å kontrollere de stadig mer komplekse omgivelsene, har man ihvertfall innvirkning på sin egen kropps form, størrelse og utseende. Uansett hvor urolige og uhandgripelige våre omgivelser måtte være kan vi anvende kunnskap, askese og målbevissthet til å beholde kontrollen over kroppens utvikling. Vi klamrer oss til kroppen i den postmoderne tilstand som en marihøne klamrer seg til et halmstrå i den sildrende bekken. Kroppen kan ses på som et siste råmateriale som vi selv har kontroll på og kan forme.

Slanking, definert som ’i en tidsavgrenset periode frivillig å tilføre kroppen mindre energi enn den forbruker - med vekttap som formål’, virker ikke. Alle kan ’gå ned’, men 95 % legger på seg alt igjen pluss litt til, gang på gang (Shilling, 2004). Aktivitet og sunn kost er det motsatte av slanking, om vi skal tro innlegg i media (jfr. Nilsen, 2007). Den enkelte har et personlig ansvar for å ivareta sin egen helse og sunnhet. Biologisk sett gjør kroppen alt hva den kan for å opprettholde kroppsvekt og fettreserver. Sultfølelsen øker og forbrenningen skrur seg ned under og etter en diett. Idealet om den påståtte ’perfekte kroppen’, er uopnåelig. I vårt overfladiske tynnhets- og vellykkethetsfikserte samfunn er folk i alle vektklasser villig til å prøve alt; de hopper på den ene mirakelkuren etter den andre, går ned og opp igjen, opp og ned - og sitter grundig fast i slankefellen. Mens slankeindustriens omsetning stiger omvendt proporsjonalt med effekten av produktene de utsetter oss for. Livsprosjekter som innebærer

kroppskontroll er fysisk sett dømt til å mislykkes, da det eneste som er sikkert her i livet er at vi blir eldre og at tiden setter sine spor.

”Det er godt å få trent litt etter en lang dag på skolen. Jeg får klarnet hodet; trykt inn svenskeknappen som det heter. Herlig å ikke tenke på noe annet enn treningen. Det er ikke ofte jeg ellers føler meg så tilstede i situasjonen som når jeg trener.”

Intervjuobjekt nr. 10

Sitatet understreker hvordan vi ved å fokusere på ting vi kan gjøre noe med, som nettopp kroppen vår, begrenser tiden til å fokusere på farer og risiko som er utenfor vår kontroll. Ubevisst distraherer vi oss selv med kroppslige sysler. Dette er en måte å bevare vår mentale helse på. Det holder mareritt og søvnløse netter unna.

”We associate the strongest empirical ‘feeling of freedom’ with precisely those actions which we know ourselves to have accomplished rationally, i.e. in the absence of physical or psychic ‘compulsion’; actions in which we ‘pursue’ a clear conscious ‘purpose’ by what to our knowledge are the most adequate means” (Weber, 1949 i Cockerham, Abel og Lüschen, 1993).

Mennesket kommer i kontakt med kroppen, sykdom og døden som ufravikelige realiteter. De prøver på en superfrigjøring fra uvisshet og angst gjennom asketisk trening, medisinsk kontroll, diett, kosmetisk pleie og en narsissistisk psykoterapi med mer (Møen, 2002). Det blir mindre vanlig å realisere en personlighet i harmoni med moralske fellesskap (Lecner, 1985 i Møen, 2002). Denne konstante refleksjonen over egen kropp og helsetilstand skjer alltid med referanse til informasjon, kunnskap, og symbolske koder i det globale univers. Det råder en oppfatning om at dersom mennesker utvikler en sterk selvkontroll, og alltid er informert om de nye frelselærene i den globale kulturen, kan de overvinne sykdom, aldring, forfall, vektøkning osv., og dermed med egen innsats skyve døden langt fremfor seg. Det er ikke først og fremst snakk om et liv etter døden, men om perfektjonering av livet før døden, og en frelse fra lidelse og død her og nå. Den store metanarrativens æra er forbi, og det er opp til oss selv å skape våre egne livs fortellinger. ”*En katt eller en hund kan frykte, være redd, men den kan ikke engstes. Angsten er dermed en grunnbestanddel i selve den menneskelige eksistens*” (Nyeng, 2003). Prosjekter for å utvikle ’verdensherredømme’ over kroppen, sykdom og døden blir det dominerende i våre liv (Møen, 2002).



## Verdensherredømme og frigjøring fra ekspertmakt

Glassner (1989) argumenterer for at 'fitness' er en postmoderne syssel; flere av produktene innen fitness og deres bruksområde minner om andre kulturelle aktiviteter som merkes som 'postmoderne'. *Pastiche* (kontekstløs henvisning og sammenligning) er et av kjennetegnene som trekkes frem. "*The typical exercise video (like its live counterparts at health clubs) involves also dance, nostalgic or futuristic imagery, and commercial tie-ins*" (Glassner, 1989). Forfatteren trekker frem innspillingen av en aerobic video, som krever flere dager hvor instruktøren og deltagerne filmes separat med perfekt lyssetting. Glassner (1989) poengterer betydningen denne typen aktiviteter har for mennesket:

"Fitness activities afford many Americans the opportunity to disentrall their selves from the perceived shortcomings of everyday life in modern culture – in particular, from constraining dualities such as expert versus amateur, self versus body, male versus female, and work versus leisure."

I modernistiske narrativer er hvert domene tildelt en 'mester;' bilmekanikeren for biler, leger for kroppen, forskere for naturen osv., hvor spesialiseringen har en funksjon av å tildele moderne mennesker større kontroll over de ulike rom. Modernistisk ideologisk tankegang har gitt klare tegn på svakheter, hvor fremmedgjøringen av selvet har blitt forsterket av frigjøringen av avgrensningene i det sosiale rom (les: globalisering). Forbrukets suverenitet og flyktighet har følgelig gitt opphav til evige oppblåste løfter om forbrukerens lykke.

"The implicit message of these works was that one's best hope for mental and physical health was to be found outside modern medicine; and a group of physician critics suggested what that alternative might be. George Sheenan, Kenneth Cooper, and several lesser known authors proposed aerobic fitness as the mode of salvation from both the disappointing health care institutions and the stressful, sedentary ways of life common in the modern age" (Glassner, 1989).

"Vi har alle et ansvar for egen kropp. Det jeg ikke skjønner meg på er mennesker som har livsstilspager og som ikke gidder gjøre noe med det. Helse, kosthold og trening henger jo i hop. Man klarer mer i hverdagen med en kropp som er vant til å yte. Bra for hjertet og

skjelettet. Tenker ofte over dette. Unngår en del livsstilsproblemer og helseplager på sikt.”

Intervjuobjekt nr. 9

Når det gjelder lidelse, sykdom, død og annen elendighet finnes det i følge blant andre Møen (2002) to anvendbare livsstrategier for å unngå dette. Den ene strategien er verdensflukt; overproduksjon av symbolsk mening i media gjør sykdom, død og dårlig helse til eksistensielt nøytralisert underholdning, og mennesket vender seg bort fra omverdenen til et liv i stille kontemplasjon. Den andre strategien er den rasjonelle askesen, eller verdensherredømme; et forsøk på å oppnå kontroll over angsten for blant annet kroppslig forfall gjennom aktiv handling i denne verden. Dette illustreres av et innlegg i Aftenposten:

”Å gå rundt med for mye fett på kroppen, å bli vurdert primært som tykk og fet, oppleves som å bære ansvaret for hele nasjonens økte forekomst av diabetes 2, høyt blodtrykk, slag og hjerteinfarkt på sine runde skuldre - selv om man er rund og sunn. Overvektige tillegges dessuten egenskaper som manglende selvkontroll, grådighet og latskap. De virker truende på folk som sliter med sitt eget indre kaos og sitt eget behov for kontroll. De blir sinte og redde fordi vi truer deres verdier og det de strever med å tro på og få til - kontrollen over kroppen sin” (hentet fra et innlegg i Aftenposten - Nilsen, 2007).

Individuell selvkontroll er den mest fremtredende og rasjonelle årsaken til deltakelse i fitnessaktiviteter i dagens samfunn (Cockerham, Abel og Lüschen, 1993). Cockerham, Abel og Lüschen (1993) argumenterer for at formell rasjonalitet (hensiktsmessig kalkulasjon av det mest effektive midlet for å nå mål) er et mer dominerende aspekt av deltakelse i sunne livsstiler i postmoderne samfunn enn substantiv rasjonalitet (en orientering mot idealverdier og mål). Rasjonaliteten bak sunne livsstiler var i større grad substantiv i eldre tider (reflekterte verdien av sunnhet som en ideell tilstand), den har nå blitt formell (den mest effektive metoden for individer å se bedre ut, nyte økt vitalitet, og forbedre livskvaliteten). Det som er felles for både aktive kroppsbyggere og mer fitness- og helse orienterte trenende, er et felles mål om å kroppsliggjøre og demonstrere en form for bemyndigelse og selvkontroll (Monaghan, 2001).

Denne trenden signaliserer at kontroll over ens egen helse er et distinkt aspekt ved postmodernismen. Dette er også i tråd med Ritzer og Walczak's (1988) (i Cockerham, Abel

og Lüschen (1993)) analyse av formell rasjonalitet og avprofesjonaliseringen av legestanden; man ser i mindre grad på leger som autoritetsfigurer. Vi kan derfor argumentere for at trening og dietter er en form for formell rasjonalitet i den forstand at vi anvender kalkulasjoner av effektive metoder som en kur mot usikkerhet; vi tar etter beste evne ansvar for egen kropp og helse.

Massemedia og helsepersonell har drevet en intensiv virtuell kampanje for å fokusere på livsstilsendringer og individers ansvar for egen kropp. Som en konsekvens har strategier for å ta vare seg selv økt i popularitet, og den autoritære posisjonen til legestanden har blitt svekket. Når omgivelsene ikke kan kontrolleres for å unngå sykdom og forfall, og medisin ikke kan kurere plagene, er selvkontroll over resterende atferd som påvirker helse det resterende alternativet (Cockerham, Abel og Lüschen, 1993). Postmodernisten vil ikke overlate sin helse og sunnhet til eksperter, men vil heller selv gjøre en innsats (Cockerham, Abel og Lüschen, 1993).

Det eksisterer en populærbevegelse av alternativ medisin for å kurere angst om større bevegelighet i kraft av modernistiske idealers sammenbrudd. De som fronter trening og helsebringende kosthold forfekter gjenskapelse og det å forberede seg for morgendagen:

*Hvilke fordeler får man ved å være bevisst sin egen helse?*

”Jeg mener at alle bør være bevisst sin egen helse. Trening i den forbindelse gir mange positive fordeler i tillegg at andre ting forbedres. Behandling hos lege er behandling for sykdomstegn eller sykdom som har oppstått og da kan det være for sent. Du er ikke sjef for din egen helse, men du fremmer din egen helse. Trening fremmer jo flere ting enn bare trening, man prøver å leve sunt sånn i forhold til søvn, alkohol, mat osv. Man fremmer helse ift. de som sitter i sofaen.”

Intervjuobjekt nr. 5

Siden selvkontroll og evnen til å opprettholde ungdommelighet er et dominerende sosialt anliggende, er kroppsbygging et godt verktøy til å utføre denne oppgaven (Monaghan, 2001). Ved å være godt trent, oppnås det en frihet fra leger og medisiner. Samtidig oppnås det beskyttelse mot fristelser til avvikende og utstøtende atferd som fedme, narkotikamisbruk og psykologiske depresjoner. Det å være i form skaper også fortolkningsrammer hvor informasjon om kroppen kan reduseres og kategoriseres. *“In short, the contemporary fitness*

*mode incarnates, through practical beliefs and behavioral prescriptions, some elemental premises and aspirations of a postmodern cultural order” (Glassner, 1989).*

## Tomrommet fylles - sjelefred og tilfredshet

*Om følelsen av å trene:*

”Føler en lettelse. Tilfredshet. Og en glede over at jeg har muligheten til å trene. Føler kroppslig velvære. Tenker på at ”yes, nå får jeg brutt ned kroppen”. Så vil den bygge seg større og sterkere til neste gang.”

Intervjuobjekt nr. 2

Investering i kroppen er en måte å uttrykke seg selv på, og det gir oss blant annet en mulighet til å føle ulike former for tilfredshet.

”Trening gir meg en bra start på dagen. Du vet du har gjort noe som er bra for deg. Psykisk helse og trening henger i hop. Du får bedre samvittighet, og kan kose deg mer med maten.”

Intervjuobjekt nr. 9

Når det gjelder *desire* eller trang, forstår den disiplinerte kroppen seg selv som at den mangler noe (Turner, 1991). I forbrukerkulturen kurerer trening og dietter effektivt følelsen av tomhet og mangler. Vi fyller tomrommet med internaliserte rutiner og strukturer, og tillegger mening til våre daglige treningsøkter.

”The ascetic regulation of the body is a necessary practice for the management of the life of the spirit.” (Turner, 1983 i Turner, 1991).

Trening, som er basisenheten i kroppsbygging, maksimerer følelsen av psykologisk sentrering, fører til selvkontroll og noe å fylle denne tomheten med. Ved å gjennomføre en arrangert serie av øvelser blir treningen et mål i seg selv (Monaghan, 2001). Sassatelli (1999) ser på fitnesskulturen som et sett av kroppslige praksiser; praksiser som finner sted i spesifikke institusjoner der verdier som kroppslig perfektjonisme ikke bare er reproduserte men oversatt og filtrerte. Gjennom tvangshandlinger oppnår mennesker en kvasikontroll på to måter. For det første er disse tvangshandlingene armert rutine, og de eksistensielt truende erfaringene er konfiskerte fra disse maniske og besettende livsstrategiene (ibid). For det andre opplever mennesker at de kan kontrollere det utrygge gjennom en manisk systematisk selvkontroll (ibid). Denne selvkontrollen har blitt et mål i seg selv, og derfor er det et

eksempel på et klassisk tema i det moderne. Det som opprinnelig var et middel for å realisere et mål, endrer seg til å gradvis bli et selvstendig mål for handlingen og det er tydelig at det opprinnelige kallet som ble utført i frihet har blitt en jernhard indre disiplin (ibid). Bidragsyttere til medisinsk litteratur påstår at den fysiske fordelen med trening generelt, og da især kroppsbygging, kan tilskrives mestringsfølelsen, og ikke det opprinnelige målet om helse og kroppslig perfektionering (ibid.).

”We fear what we can’t manage. We call that inability to manage ‘incomprehension’; what we call ‘comprehension’ of something is our know how for tackling it” (Bauman, 2006).

For individer involvert i *’the positive movement’* av kroppsbygging, er selve aktiviteten fordelaktig for mental, fysisk og psykisk helse. Gymkulturen består av *’praksiser’* og *’teknologier’* om selvet som blir utøvd av normaliserte subjekter i streben etter rask selvforbedring, lykke og helse (Monaghan, 2001).

## Selvmedisinerings bivirkninger

Bauman (2006) argumenterer for kroppslig vedlikehold og pleie ikke nødvendigvis gjør oss mer sikre på omgivelsene og oss selv (Bauman, 2006). MacNevin (2003) finner i tråd med dette bevis for at kvinner er mest fornøyde med de fysiske attributtene de ikke kan gjøre så mye med, som smilet, håret og øynene. De blir ikke mer tilfredse og sikre på seg selv og sin fremtid av å forme sine kropper med rutinemessige aerobics timer. Mange hadde fortsatt en følelse av tomhet i sine liv, og vi kan stille spørsmål ved om de daglige treningsrutinene kommer til kort som terapi.

Trening som selvmedisinering og hobbypsykologi har på lik linje med all form for medisinsk behandling bivirkninger. Undersøkelser gjort av MacNevin (2003) konkluderer med at atmosfæren i treningssentrene har en tendens til å forsterke kvinners misnøye med sine kropper, og at det er den holistiske formeningen om at trening i helsestudio er helsebringende som får kvinner til å holde ut med denne aktiviteten (ibid.). De drives av den estetiske tanken om at utholdenhet og kunnskap i treningssammenheng kan føre til perfektionering av selvet, men kjenner samtidig en bitter smak av tvangstanker. I motsetning til det smale og klart definerte kroppsidealet inneholder det holistiske perspektivet en tro på at det er mulig å oppnå et eget og unikt uttrykk som signaliserer helse, sunnhet og balanse (ibid.). Denne balansen er skjør, og mange av intervjuobjektene hadde problemer med å balansere mellom trening og andre sosiale aktiviteter.

”Treningen både begrenser og beriker mitt liv. Det er en fantastisk følelse å være strukturert med kost og trening. Samtidig går min livsstil ut over mit sosiale liv. Det blir mindre fyll og fanteri, og jeg mister i perioder litt kontakten med mine gamle kompiser.”

Intervjuobjekt nr. 2

I denne veien mot den absolutte kontroll over det eksistensielt utrygge har mange omformet seg fra et levende og følende vesen til en form for maskin (Møen, 2002). Helseprosjekter, plastisk kirurgi og kroppsbygging er bare tre eksempler på hvordan moderne individer legger økende vekt på sine kropper, og kanskje mindre vekt på mykere verdier. Uansett kan vi si at dette illustrerer mulighetene, men også begrensningene, som akkompagnerer den stadig tettere relasjonen mellom kropp og identitet (Shilling, 2004). Kroppen blir i økende grad et

symbol på selvet, et speilbilde på våre verdier og holdninger i en verden hvor tegnøkonomien brer om seg.

Mennesker i helsestudio har tilsynelatende ulike mål og meninger med sin trening. Likevel vil vi på bakgrunn av våre funn påstå at de er i samme båt med et defekt kompass, og uten en kaptein som staker ut kursen. Selv om roingen er alt annet enn koordinert, er de på en måte likevel slående like: Ingen av dem tror (eller vil ihvertfall ikke innrømme) at de forfølger egne interesser om demping av angst og usikkerhet, og samtidig forsvarer privilegier som allerede er oppnådd, eller prøver å kare til seg en del av de privilegiene som de ennå ikke har fått ta del i; et meningsfylt, langt og vellykket liv. Mer enn noe annet forkaster vi alle løsninger som krever at vi vier oppmerksomhet til våre egne feil og mangler, og som kommanderer oss, sagt med Sokrates ord, til å "know thyself!"(Bauman, 2006). Ironisk nok er vi som bebor den flytende og moderne delen av kloden oppdratt og drillet til å ignorere disse verdiene i vårt dagligliv, og blir heller guidet av kortvarige prosjekter og kortlevde ønsker. Men også da, eller kanskje akkurat da, føler vi en smertefull form for savn etter det konstante i det vi forsøke å finne et ledende motiv; en form i tåken eller en vei i kvikksanden.



## Kroppsliggjøring av helse og trening

---

Helse og trening er to helt ulike konsepter. Det å trene eller være 'fit' (godt trent, i god form) er langt fra synonymt med helse. Det er godt kjent at ikke alle treningsopplegg er 'sunne', og det som fremmer helse vil ikke nødvendigvis gi en mer 'fit' kropp (Bauman, 2000). Dette understrekes også av våre intervjuobjekter, som påpeker at helse og trening er langt fra synonyme konsepter. Noen mener også at trening (i form av hard trening) kan være helseskadelig:

"Det er ikke først og fremst helse som er drivkraften. Mest for den psykiske helsen. Likevel tror jeg at jeg er sunnere enn den gjennomsnittlige ola dunk. Jeg er i min beste alder så jeg tåler det."

Intervjuobjekt nr. 2

Helse er den korrekte tilstanden som den menneskelige kroppen skal anta. Sett fra et postmoderne perspektiv betyr dette at mennesket skal være i stand til å etterleve påkjenningene som blir påført. Det å være 'fit' har ingen klar referanse, begrepet er flyktig og vil variere i betydning. Vanligvis referer det til en kropp som er lett bevegelig og klar for nye utfordringer – en kropp som kan absorbere og ta innover seg nye følelser og opplevelser. Helse kan defineres ut fra noe som er 'verken mer eller mindre' mens det å være 'fit' er alltid åpent for ekspansjon, kroppen kan alltid være mer 'fit'. Helse handler om å holde seg innenfor normen, mens det å være 'fit' innebærer å bryte med normene og alle tidligere satte standarder. Det å være 'i god form' vil også vanskelig kunne standardiseres, ettersom dette er en erfart og levd tilstand. Det er en subjektiv erfaring som ikke kan sammenstilles med andres erfaringer og kan heller ikke observeres objektivt utenfra. Det å være i god form, og hva konseptet tilsier, kan vanskelig artikuleres til en bestemt form som flere kan relatere til. Hvorvidt man faktisk har oppnådd denne formen eller ikke er ubestemmelig, den endelige tilstanden kan aldri avdekkes eller oppnås.

"Life organized around the pursuit of fitness promises a lot of victorious skirmishes, but never the final triumph" (Bauman, 2000).

Til forskjell fra 'helse' har ikke fitness noe endelig mål. Kun midlertidige mål settes i denne uendelige kampen, hvor oppnåelse vil kun gi en umiddelbar og kortvarig tilfredshet. Å feire målet etterfølges kun av flere runder med hardt arbeid.

"One thing the fitness-seekers know for sure is that they are not fit enough, yet, and that they must keep on trying. The pursuit of fitness is the state of perpetual self-scrutiny, self-reproach and self-deprecation, and so also of continuous anxiety" (Bauman, 2000).

Helse bør, teoretisk sett, være mulig å kvantifisere og måle – i form av blodtrykk, kroppstemperatur og lignende. Det bør altså være klart hva som skal til for å oppnå en endelig tilstand av helse, hvor mye terapi som behøves eller trening som er nødvendig. Den helsemessige normen har, som alt annet, blitt forflatet og mistet dybde. Det som før ble betegnet som normalt og akseptert kan fort bli sett på som feilslått og i noen tilfeller sykkelig (Bauman, 2000). Nye terapeutiske metoder blir legitime og hva som blir betegnet som 'sykdom' vil forandre seg. Helse vil forandre seg i takt med de nye formene for sykdom (eller kjennetegn for svakhet), og svakhetene må bekjempes iherdig hver dag. Hvem er det som ikke vil bekjempe en dårlig fordøyelse ved å spise rikelig med fiber (i form av fullkornsprodukter eller vann med smak tilsatt fiber)? Denne trenden har en av våre respondenter bemerket seg (og reservert seg mot), og føyer seg åpenbart ikke etter motens klang:

*Spiser du fiber?*

"Ja, men jeg spiser det ikke for å spise fiber som et mål i seg selv. Vann med fiber er det dumme jeg har hørt. Jeg har studentkosthold - det er lagt opp til at jeg skal få nok energi til å komme meg gjennom dagen."

Intervjuobjekt nr. 3

Et sunt liv og et sunt kosthold forandrer seg i takt med helsemotene – hvem vil vel ikke passe seg for å få i seg for mye karbohydrater? Det sunne kostholdet og motediettene forandrer seg i hurtigere takt enn den anbefalte varigheten for selve dietten. Tidligere kostholdsplaner må erstattes med nye for å bøte på de skadelidende effektene de har påført. Et uendelig mønster av selvpåførte (og selvdiagnostiserte) iartogene sykdommer – behandlingsrelaterte lidelser – som igjen behandles av mer moteriktig terapi. Nesten hver form for trening og kosthold er forbundet med risiko og tidligere risiker må kureres med ny personlig terapi. Helse er altså ikke så ulikt jakten på å være i god form; en kontinuerlig streben som aldri vil gi en

fullstendig tilfredsstillelse. Søken etter helse utarter seg i økende grad som jaget etter å være i god form, mens det å være 'fit' tar innover seg tradisjonelle tegn for fremgang; eksempelvis måling opp mot helsestandarder. Dette forklarer noe av populariteten til flere diettkurer hvor centimetrene forsvinner lekende lett – på samme måte som kroppstemperaturen og blodtrykket målte i varierende grad hvilken helsetilstand man hadde. Likheten hadde vært fullkommen dersom termometrene var bunnløse eller blodtrykket ble bedre jo lavere det ble. Optimaliseringen av risiko, til forskjell fra minimering av risiko, karakteriserer streben etter god helse.

”Det er forskjellige grader av fysisk helse. Det er alt etter øyet som ser. Noen syns en kropp som er trent til OL har bra fysisk helse. Fysisk helse har ingen standard eller fasitsvar.”

Intervjuobjekt nr. 1

I postmodernismens semantikk er '*looking healthy*' synonymt med '*looking young*' og kanskje også med '*looking sexy*' (Monaghan et al. 1998 i Monaghan, 2001).

”Jeg er en sunn og aktiv person. Det går ikke mye usunt inn i munnen min, og jeg lever et aktivt liv. Du ser på en person om han/hun trener eller ikke. Det finnes ikke naturlig trente mennesker. Det krever en viss livsstil for å se ut som meg. En muskuløs kropp er et bevis på nettopp denne livsstilen, og jeg blir glad når andre kommenterer at jeg er trent.”

Intervjuobjekt nr. 8

Det primære målet til kroppsbygging er utseendet - å endre ens kroppslige utseende således at det tilnærmes bilder av helse, ungdom, fitness og skjønnhet – ikke det å dra nytte av fordeler som følge av interne fysiologiske funksjoner. Der er klart at kroppsbyggere på en måte er 'fit', i den forstand at de er sunnere enn 'vanlige' folk, men de fleste er enige i at dette ikke er kroppsbyggingens *raison d'être*. Helse, og det å være 'fit', er også en indikator på prestasjonsevne og funksjonalitet. Vårt ytre, vår kroppslig disposisjon, gir en fornemmelse på vår yteevne. Som et tegn på at vi 'har' helse (som en ressurs – fri fra sykdom, jfr. Watson, 2000), vil kroppen forevise hvilken tilstand vi er i, og hvilken evne vi har til å opprettholde dette. I følge respondentene våre kan det bestømmes på avstand hvorvidt noen har god helse. Det å ha en sunn og aktiv livsstil kan skues på kroppen - en 'normal' kropp (som kler sin alder og sitt kjønn), og en trent kropp, vil (og kan) bedømmes også i en helsemessig kontekst. Respondentenes egen forståelse for sammenhengen mellom trening og helse er (naturligvis)

preget av et instrumentelt, kybernetisk og maskinelt syn på sin egen kropp. Denne selvrasjonaliseringen kan tolkes til å gi individet frihet fra ansvar for sin egen helse (jfr. Watson, 2000). Motsatt mener vi at dette ikke er tilfelle for våre respondenter, som i stor grad føler seg bemyndiget sin egen helse. Filosofisk-antropologisk sett har flere bestridet den kartesianske kroppsfilosofiens reduksjonen av kroppen til *der Körper*, hvorfra Plessner konseptualiserer kroppen som både *der Lieb* og *der Körper* (Watson, 2000). Problemet med denne distinksjonen mellom en objektiv, institusjonalsert kropp (*der Körper*) og en levende, erfarende kropp (*der Lieb*) er hvordan forholdet mellom de utspiller seg. Denne nyansen avdekkes av en våre respondenter:

”Fysisk og psykisk helse er ikke det samme, men de påvirker hverandre. En viss korrelasjon. Definisjonen på psykisk helse vil ikke si en kropp med bare muskler. Det å kunne stå oppreist og løpe uten å ’dø’ av det er et godt tegn. For moren min er det å vaske opp uten å måtte legge seg ned etterpå et tegn på at hun ikke er i dårlig form. Har du dårlig fysisk helse så er det vanskelig å tro på seg selv – man blir gåen. Si at du er i rullestol, da vil noen si at du har dårlig fysisk helse. Men har du det bra, bra psykisk helse, trenger du ikke tenke på at du sitter i rullestol.”

Intervjuobjekt nr. 1

Rasjonalisering av begrepet ’helse’ av respondentene inneholdt ofte en mental betraktning – dersom man føler seg bra betraktes resten av den somatiske tilstanden til å være tilfredsstillende. Det å være i god form blir da betraktet som en forløper til det å føle seg bra, det å være ’fit’ kan ofte betraktes som en ressurs til å takle hverdagslige syssler (Watson, 2000). Individets fysiske kapasitet blir da betraktet på lik linje med Bourdieus (1995) konsept om fysisk kapital – hvor arbeiderklassen har et instrumentelt syn på kroppen (og fysikken ikke er et mål i seg selv).

Hovedpoenget er symboleffekten av en muskuløs utseende og fettfri kropp, signaliseringen av sunnhet, ikke om en muskuløs utseende kropp i og for seg er sunn. Et viktig poeng understreket av Glassner (1990) og først beskrevet av Baudrillard (1988) er at i en postmoderne kultur har bilder blitt mer virkelige enn de ’virkelige’ tingene de refererer til. Kroppsbyggere former sine kropper for å vise frem de visuelle indikatorene på helse påkrevd av fotografene til de kulørte magasinene (Monaghan, 2001). Samtidig kan det påstås at endring og vedlikehold av utseendet hjelper til med å vedlikeholde det indre og vice versa

(Glasner, 1990 i Monaghan, 2001). Kroppsbyggere og fitnessentusiaster påstår at det å se sunn ut er jevnbyrdig med en følelse og at man derfor er sunn (Monaghan, 2001).

”If, semiotically speaking, a culture is a capacity shared by a whole group to recognise, interpret, and produce signs in a similar way, then it is apparent, within contemporary society, that the athletic body is a social symbol denoting health and fitness” (Monaghan, 2001).

De sunne aspektene av å ha en ’korrekt’ (normativ) vekt er like mye relaterte til fordelene forbundet med en eksperimentell kropp – ’hvis du ser bra ut føler du deg bra’ – og den kulturelle kapitalen som kan utvikle seg fra dette, som de er til fordelene for psykologiske prosesser. Det eksisterer et økende fokus på helse, og overvekt er i økende grad sett på som et visuelt tegn på dårlig helse. Menns bevissthet omkring kropp og utseende ser ut til å bli mer kulturelt akseptert, og det å jobbe mot en normativ kropp kan hjelpe til med å promotere en positiv identitet (Robertson, 2006; Watson, 2000).

”En person som ikke trener har jeg litt problematisk forhold til, føler ikke at jeg har så mye til felles med han. Klarer ikke å identifisere meg med han. Jeg tar vare på og setter kroppen min høyt. De som kjøper potetgull og cola til hverdags ødelegger kroppen og helsen sin. De blir fete og har økt sannsynlighet for å pådra seg hjerte og karsykdommer. Et travelt liv er ingen unnskyldning. Se på meg! Jeg jobber og studerer 14 timer om dagen. Likevel får jeg tid til å være sunn og trene. Derfor er jeg skikkelig kritisk til de som sitter inne og blir fete. Samtidig er det synd i dem og jeg får lyst til å hjelpe dem.”

Intervjuobjekt nr. 8

I forbrukerkulturen er det å være tynn assosiert med det å være sunn, og det at overvekt er en helserisiko er å se på som konvensjonell kunnskap (Featherstone, 1982). Helena Rubenstein var frontfigur og pådriver for skjønnhetsbransjen så tidlig som på 1930- tallet og forvaltet og kapitaliserte en formue på godt og vel 500 millioner dollar blant annet ved å presentere og markedsføre formelen ’youth = beauty = health’ til massene. (Featherstone, 1982). ”*To preserve one’s beauty is to preserve health and prolong life.*”(Rubenstein, 1930 i Featherstone, 1982).

Begrepet ’kroppslig vedlikehold’ indikerer populariteten til maskinmetaforen for kroppen. Akkurat som med biler og andre forbruksgoder trenger kroppen service og regelmessig pleie

for å yte sitt beste (Featherstone, 1982). På slutten av 1970- tallet fant engelske forskere bevis for at det mest effektive reklamebudskapet for å få britene til å leve sunnere var fokus på de kometiske fordelene fitness og dietter førte med seg (ibid). Helse, ungdommelighet, sex, skjønnhet og fitness er alle positive attributter som kan oppnås ved vedlikeholdelse av kroppen. Ved å se på utseendet som en refleksjon av personlighet, er straffen for ikke å ta godt vare på kroppen forringelse av ens aksept som person så vel som en oppfattelse av at man er lat, har lav selvfølelse og i verste fall sviktende moral (Featherstone, 1982).

”Jeg vet jo hvordan trening og helse henger sammen, men paradokset er at helse kommer i andre rekke for min del. Er nok mer sunn enn gjennomsnittet, men bruker ikke min kunnskap om kosthold og trening for å bli sunn. Bruker kunnskapen for å få kroppen til å se best mulig ut; lite fett og mye muskler. Sunnhet er ikke målet nå.”

Intervjuobjekt nr. 11

Helse bør forstås ut ifra den kulturelle konteksten og samspillet med det kroppsliggjorte selvet i hverdagen (Watson, 2000). Samme forfatter presenterer en typologi for maskulin helse som består av normativ, pragmatisk, erfaringsmessig og emosjonell kroppsliggjøring. Den normative kroppsliggjøring av helse og god form later til å være fremtredende hos flere av våre respondenter. En tilsynelatende frisk kropp har symbolsk betydning i form av å signalisere livsstil, men vi vil påpeke at dette forholdet også kan virke i motsatt retning som illustrert av følgende intervjuobjekt:

”De syns jeg er litt sær og litt spesiell. Venninnene mine drikker hver helg. Jeg har ikke lyst på den livsstilen. Jeg kan gå ut uten å drikke, mange har vanskelig for forstå den innstillingen. De syns at jeg er for opptatt av kroppen min. Da blir de sure – men det er jo mitt liv, de skal ikke bestemme hvordan jeg skal se ut og hva jeg skal gjøre.”

Intervjuobjekt nr. 6

Pragmatisk helse (evne til å komme seg gjennom hverdagslige utfordringer) er også en gjennomgående forståelse for hva som tilsier det å 'ha helse'. Denne funksjonelle forståelsen samsvarer med Bourdieus (1995) beskrivelse av arbeiderklassens fysiske kapital – hvor marginalisering av helse vil føre til en vanskeligere hverdag.

*Hvordan vil du definere helse?*

”At du unngår å være syk - for meg så er det at man føler seg frisk og fungerer godt i hverdagen. I forhold til trening så er det at trening er med å ivareta og fremme god helse.”

*Hva mener du med å fungere godt i hverdagen?*

”Det er egentlig livet, at du føler deg frisk og unngår livsstilssykdommer. Det tror jeg trening kan bidra til å unngå - hjerte/kar sykdommer, diabetes, hjerneslag i hovedsak.”

Intervjuobjekt nr. 5

Helse og trening blir ofte konseptualisert ut ifra deres relasjon til hverandre, en frisk kropp vil ofte fremstå som frisk – men en kropp som ikke er i form er ikke så lett å skue. Sosialt sett vil det å 'ha helse' innebære å tilpasse seg normene, mens autotelisk trening innebærer å bryte med de videre konvensjonene. Selv om de fleste mener at de er 'i god form', fastslår respondentene at den symbolske kroppen som forevises ikke nødvendigvis henger sammen med deres 'helse'. Sammenhengen mellom trening og uttrykt kjønn er dog sterkere, skal vi tro våre respondenter.

## Kroppslig uttrykt maskulinitet og femininitet

---

”Jeg sitter og studerer hele dagen uten å få brukt kroppen til noe fornuftig. Føler at jeg råtner bort bak PCen. Når skoledagen er over må jeg bevege meg for ikke å bli gal! Etter treningsøkten føler jeg meg freshere og litt mer mann.”

Intervjuobjekt nr. 10

Kjedsomhet på jobb kjennes på kroppen, kjedsomheten og den snikende følelsen av meningsløshet blir kroppsliggjort, og løsningen er derfor funnet i den eksperimentelle kroppen gjennom subjektive erfaringer om fysisk engasjering i verden (Robertson, 2006). Vi prøver ubevisst å få utløp for fortrenge drifter og urinstinkter kamuflert av og beskrevet i dagens samfunn som kjedsomhet. Intervjuobjektet uttrykker et behov for å leve ut maskuline instinkter i det han betegner som en kjedelig hverdag preget av alt annet enn klare kjønnskillinger. Likestilling både i hjemmet og på jobb fører i dag til at det en gang så tydelige kjønnsrollemønsteret viskes ut. Den moderne tids likestillingenspolitikk er akkompagnert av en svekket identitet og selvfølelse. Det er ikke lengre sosialt akseptert å uttrykke sin kjønnsidentitet i hjemmet og på arbeidsplassen. Vi må derfor finne en ny arena å uttrykke vår kjønnslige tilhørighet og identitet på; kroppen.

Styrketrening for menn og spinning og aerobics for kvinnene blir en del av vårt daglige forsvar mot denne kjedsomhet og følelsen av nedslitte kjønnsrollemønstre. Bourdieu (1995) påpeker at kropper blir formet gjennom disse daglige fysiske og ubevisste praksiser som er sosialt plasserte og kjønns spesifikke. Kjønnslige former for kroppsliggjøring er erfart subjektivt, som eksperimentell kroppsliggjøring, så vel som pragmatiske, og de er kjent for å være påvirket av - og ha en effekt på, en virkelig, fysisk og indre kropp (Robertson, 2006).

”Når jeg er i god form har spist riktig en god stund, føler jeg meg mer sexy, mer som om jeg utstråler en dyrisk tiltrekningskraft av og til!”

Intervjuobjekt nr. 10

Å forsone seg med skillet mellom sin egen kropp og dens representasjoner er avgjørende i forhold til å definere grenser angående individuell identitet; grenser i stadig endring (Moss og Dyke, 1996 i Robertson, 2001). Våre synlige attributter markerer identitet, tilhørighet og



status, og med det også kjønn, samtidig som de påvirker selvets kjønnslige oppfattning. Skjønnhet oppnådd gjennom kroppsforming fører altså ikke bare til forbedret helse og vitalitet, men også et annen viktig utbytte i form av følt og uttrykt seksuell kapital (MacNevin, 2003).

Kroppens sosiologi<sup>29</sup> forstår ikke kroppsliggjøring som mindreverdige til sosial organisasjon<sup>30</sup>, men tolker sosial organisasjon som reproduksjon av kroppsliggjøring, og denne kroppsliggjøringen er alt annet enn en konstant i det sosiale liv, der den representerer politiske prinsipper om klasse – og kjønnsdominans (Bourdieu i Turner, 1991). Denne stadige endringen er kommentert av Bordo (1999) i MacNevin (2003) som, i samspill med andre endringer, har observert at tradisjonell maskulinitet, med fokus på kvaliteter som handling og instrumentalitet, nå blir erstattet av fokus på utseende; en endring beskrevet av blant andre Turner (1991) som 'feminization of masculinity'. Mannen blir i dagens samfunn i større grad enn før bedømt ut fra kropp og utseende. Som nevnt innledningsvis er status manifestert i arbeidskapasitet, inntekt, makt, styrke og andre tidligere instrumentelle symboler på en vellykket mann undergravd og må vike for den stadig mer vektlagte skjønnetens symboleffekt.

For Shilling (2004) er kroppen mest fruktbar konseptualisert som et uferdig biologisk og sosialisert fenomen som kan transformeres, innen visse grenser, som et resultat av sin inntreden og deltakelse i samfunnet. Det er denne biologiske og sosiale kvaliteten som gjør kroppen til et så åpenbart men samtidig flyktig fenomen. På den ene siden vet vi alle at kroppen består av marg og bein, kjøtt og blod osv, og innehar arts-spesifikke kapasiteter som definerer oss som mennesker. På den andre side endres selv den mest naturlige del av vår kropp som tiden går og alderen trenger seg på. Ansiktet får rynker, beina blir skjøre og huden virker et par nummer for stor. Form, størrelse og fasthet på kroppen varierer i forhold til vårt inntak av næring og utøvelse av fysisk aktivitet, samtidig som kroppens åpenhet til sosiale relasjoner og omgivelsene sørger for dens flyktighet. Vår oppvekst for eksempel, oppdragelsen som gjør oss til mann eller kvinne, som snakker, går, urinerer og agerer på ulike måter, avhenger av hvordan vi er oppdratt og formet av våre foreldre og våre omgivelser (Haug, 1987 i Shilling, 2004). Rosa babyklær for jenter, og blå for gutter, illustrerer den kontinuerlige viktigheten forbundet med fremhevingen av ulikheten til kroppene når det ikke

---

<sup>29</sup> Forstått som *the sociology of the body* – jfr. Turner, 1991; Featherstone 1982.

<sup>30</sup> Forstått som struktursosiologiens mønstre og tolkning. (jfr. Bourdieu, 1995).

er noen andre synlige forskjeller mellom kjønnene (Shilling, 2004). Babyer er i stand til å spise, bæsje på seg og holde foreldre våkne om natten, men de er ikke i stand til selv å utføre sosiale handlinger som understreke deres kjønn. Vi kan derfor si at sosiale handlinger som utføres for å markere kjønn er sosialt konstruerte. Vi er opplært av våre forfedre og våre sosiale omgivelser til å agere som mann og kvinne. Opphavet til all institusjonalisering, og da også kjønn, ligger i typologiseringen av ens egen og andres prestasjoner. Dette innebærer at man deler spesifikke mål og fastlåste handlingsfaser med andre, og videre at det ikke bare er spesifikke handlinger, men former av handlingsmønstre som typologiseres (Berger og Luckmann, 1966). Det vil altså være en gjenkjenning av ikke bare av en spesifikk aktør som utfører en viss handling, men av handlinger som utføres av enhver aktør som har et plausibelt forhold til den omtalte strukturen.

Connells analyse av kjønn i Shilling (2004) fokuserer på det man kan betegne som kroppens eksteriør; på dens form, størrelse og muskelmasse. Hans argumentasjon kan deles inn i 3 deler. Etter å ha erkjent viktigheten av evolusjonære prosesser undersøker han hvordan kvinner og menns kropper er definert ulikt gjennom sosiale praksiser som er forskjellige fra samtidens realiteter om kroppsliggjøring. Med andre ord gir sosiale kategorier en kvalitativt ny mening til kroppen som ikke kan tilskrives den biologiske konstitusjon. For det andre argumenterer Connell for at sosiale praksiser utøver et mye mer direkte inntrykk på kroppen enn de sosiale kategorier som definerer kroppene som ulike. Kjønnslige sosiale praksiser opphever ikke kroppen direkte, men transcenderer og omformer den. De endrer meningen og karakteren til menneskers kropper ved å endre de fysiske. For det tredje er det en interaksjon mellom oppheving og transcendering; kjønnslige kategorier og praksiser opererer som materielle krefter og hjelper til med å forme kvinner og menns kropper på en måte som forsterker særegne symboler på femininitet og maskulinitet (Shilling, 2004). Sinnets konseptualisering av kroppen er altså tett relatert til vår oppfattelse av kroppen.

Det er stor forskjell på både kvinner og menns kropper hva angår høyde, vekt, utholdenhet og styrke osv., og fordelingen av disse særtrekkene overlapper ofte på tvers av kjønnene (Birke, 1992 i Shilling, 2004). Produksjonen av 'kvinner' og 'menn' som forskjellige foregår likevel ved å konvertere disse gjennomsnittlige særtrekkene til absolutte forskjeller. Påstander som at 'menn er fysisk sett sterkere enn kvinner' ignorerer det store antallet av kvinner som faktisk har en sterkere fysikk enn mange menn. Sosiale kategorier som fokuserer på kroppen og benekter biologi, er sentrale for den ideologiske konstruksjonen av ulikheter mellom kvinner

og menn. Vi tillegger maskulinitet og femininitet til ikke-kroppslige gjenstander og handlinger for nettop å kunne fremstå som maskuline og feminine. Likheter mellom menn og kvinners kropper er oversett, og meningen til biologiske trekk er endret til nye sett av kategorier og motsetninger (Shilling, 2004).

## Kroppslig uttrykt femininitet vs maskulinitet

”Trente jenter har en annen holdning en de som ikke trener. Du ser det på dem når de går, står og sitter. De ser stolte og rake ut. Utstråler femininitet, selvsikkerhet og energi.”

Intervjuobjekt nr. 8

Med etableringen av kvinnens form som det kulturelle paradigmet av skjønnhet og dens tilknytning til seksuell stimulering, begynte man i det forrige århundre å se på denne fysiske tiltrekningskraften kvinnene kan oppnå som en potensiell kilde til passiv makt (MacNevin, 2003). Trente kvinner opplever ikke bare en følelse av tilfredshet ved å være trent og utstråle femininitet, de tillegger også kommunikative fordeler til det å ha en trent kropp. Eksempelvis påstår Naomi Wolf (i MacNevin, 2003) at kvinners streben etter å fremstå som ’gutteaktige’ (med en hard kropp med definerte men små muskler) er en strategi for å passe inn i et mannsdominert arbeidsliv (MacNevin, 2003). Men det er en balansegang mellom det å være trent og det å utstråle femininitet.

”Jeg vil se hvor langt jeg kan presse kroppen min – det er et personlig eksperiment. Det må jo stoppe en plass – men det er ingen som ’vil’ stoppe. Hva jeg gjør når det stopper vet jeg ikke. Menneskelig å nå ’nye’ høyere mål. Vil bli stor på en liten måte. Vil bli sterk – men folk skal se at jeg tener. Pent med damer med muskler, men jeg vil ikke se ut som en mann... Det er delt meninger om damer med muskler. Spesielt at jeg går sivilingeniør, hvor det er bare nerder og fyrstikkmenn. Det er et elsk/hat forhold. De fleste ser på det som ren idioti, mens andre syns det er spennende – eksotisk.”

Intervjuobjekt nr. 1

Våre funn tyder på at mange kvinner ønsker en kropp som utstråler kraft og sunnhet, men de ønsker ikke å fremstå som maskuline. I dagens samfunn der maskuline trekk ikke lengre er så fremtredende grunnet ’*feminization of masculinity*’<sup>31</sup> har trente kvinner problemer med denne balansegangen. Godt trente har lett for å føle at samfunnet og allmennheten oppfatter de som maskuline.

---

<sup>31</sup> Som beskrevet i MacNevin, 2003.

”For meg er mat først og fremst næring. I kombinasjon med riktig trening og hvile hjelper det meg i å nå mine kroppslige mål. Jeg synes det er kjedelig å se ’normal’ ut. Vil ikke bli tatt for å være en middelmådig fyr.”

Intervjuobjekt nr. 2

Robertson (2006) har en formening om at menn, i motsetning til kvinner, ikke er i kontakt med sine somatiske prosesser. Kroppen er et instrument til bruk for å nå mål, og ikke noe man lytter til. De ulike forskjellene man ser på kjønnene (hva gjelder forventet levetid, bilulykker og vold) kan også knyttes til det mannlige livsstilsidealet som blir presentert i dag (Watson, 2000). Idealene gir opphav til økt stress, dårligere fruktbarhet, Viagra, økt fedme, prostata- og testikkelkreft og motvilje til å besøke leger har gitt grobunn for debatten vedrørende mannlig helse og mangel på somatiske prosesser (ibid.).

”Kroppen sier mye om holdningene mine til resten av livet. At man har mål og er målbevisst – er ambisiøs og stiller krav til meg selv. I alle aspekt av livsførselen min. Kroppen min er et lite aspekt av det. Det å skape en karriere – det å etablere seg selv – skaffe seg egenkapital - holde på kvinnfolket, leve et godt og langt liv. Alt det er mål som man setter seg.”

Intervjuobjekt nr. 2

Når det gjelder den typiske mannens kropp velger vi likevel å se den som både materiell og samtidig representativ. Disse to modusene er ikke adskilte; de eksisterer samtidig i en kontinuerlig interaksjonsprosess med menns konseptualisering av helse og påvirker handlinger forbundet med sunne aktiviteter og andre sosiale interaksjoner som har innflytelse på helse og velvære (Robertson, 2006). Representasjon handler i stor grad om å samtidig vise tilhørighet og avstand; tilhørighet til handlingskraftige mennesker med mål og mening i livet, og avstand til handlingslammede individer uten selvrespekt preget av et liv i sus og dus.

”A mans presence (be it fabricated or real) is dependent on the promise of power he embodies” (Berger, 1972 i Shilling, 2004).

Denne kraften er alltid en aktiv kraft, som kan utøves overfor andre. Dersom en manns fysikk ikke er i stand til å gi et inntrykk av makt, antas han å ha en dårlig holdning nettopp på grunn av at den sosiale definisjonen på menn som innehavere av makt ikke er reflektert i hans kropp (Shilling, 2004).

”Assosiasjonene jeg har til utrente mennesker er arbeidsledighet, ledighetstrygghet, sofagris, skittent hus, at han ikke kommer til å lykkes i karierestigen, forurensning, østblokk by der grantrærne har mistet grenene, en by i skumring. En som har lykkes er gjerne noen og førti år, sånn flinkis, man gjør veldig mye og har høy arbeidskapasitet, og det er ikke noe du har men noe du må trene på. Det er noe du må trene opp gjennom trening eksempelvis gjennom sykling og ski, at han har god kondis. Personen er ikke som han var i 20 åra, men fremdeles ser han godt ut i dress og kler dressen, ingen dobbelhake som kamuflerer slipset.”

Intervjuobjekt nr. 3

Flere av våre intervjuobjekter viste til denne formen for uttrykt maskulinitet og makt. Næringslivsledere med en godt trent kropp ble blant annet sett på som mer vellykkede og autoritære en de som var mindre trente. Hegemonisk maskulinitet blir konstruert og vedlikeholdt gjennom marginalisering og subordinering av kvinner og homofile menn (Connel, 1995 i Robertson, 2006). Det blir derfor viktig å identifisere forskjeller for å opprettholde maktrelasjoner, og kroppen og hvordan den er presentert blir avgjørende for å kunne gjøre dette. Til en viss grad er hegemonisk maskulin identitet fortsatt representert ved kroppslige former for handling og styrke; å være passiv, tynn og svak representerer en usunn og lite mannlig kropp (Robertson, 2006).

”...embodiment becomes a critical site for recognising and understanding the emergant properties of physiological processes and also the health effects and impacts of bodily representation; that is, it is men’s embodied experiences that can provide insight into the particular conditions and context that create or sustain particular health practices and outcomes” (Robertson, 2006).

Oppgaven med å forme identitet kan ikke oppnås av individer i isolasjon; det er ikke individpsykologi, noe som oppstår og blir opprettholdt i ens egne tanker. Tvert er om er det intersubjektivt, formet og omforet av interaksjoner i dagliglivet gjennom bevegelsene og erfaringene fra virkelige kropp (indre og pragmatisk) i virkelige rom, samtidig påvirket av normativt kroppslige representasjoner. Selv om disse rommene for utfoldelse ikke er det viktigste virksomhetsområdet menn og mannens kropp, er de som entrer disse rommene ofte et subjekt for uformelle og hegemoniske maskuline regler som vokter passende kroppsliggjort atferd (Hay, 1986 i McDowell, 1999 i Robertson, 2006). Mannens kroppslige representasjon

er til syvende og sist i all hovedsak bygd inn i strukturer som har til hensikt å støtte opp om eller vedlikeholde dominerende (patriarkiske) systemer (Robertson, 2006). Mannlighet og feminitet er til syvende og sist også semiotiske uttrykk, samtidig som de opprettholder og opprettholdes av strukturene som finnes i samfunnet. Kroppsprosjektet bidrar til denne distingveringen og meningsskapende uttrykksformen.

## Konklusjon

---

La oss akseptere den postmoderne transformasjonen, hva det enn er. La oss akseptere det flyktige, fragmenterte, uregelmessige og kaotiske – i et vakuum av legitimerende fortellinger. Om ikke annet, kan vi i det minste si oss enige om en grundig forandring i følelsenes beskaffenhet (Harvey, 1989). Vi er turister, landstykere, loffere og flanører – men vi ønsker å være pilgrimer. Vi har ingen reiseplan eller fast destinasjon samtidig som vi aspirerer til fasthet og kontroll. Den postmoderne æraens opprør mot de store ideologiene er også kilden til den endemiske følelsen av angst.

Mangel på strukturer i sosiale relasjoner og rom fører til en følelse av usikkerhet (Turner, 1991). Et samfunn med eksterne variabler i konstant bevegelse (variabler vi ikke rår over) virker urovekkende. Denne uroen knyttes til en angst for ikke å passe inn i de sosialkonstruerte rammene som omgir oss. Mennesket har behov for referanserammer, noe (eller noen) å forholde seg til i det sosiale rom. Bevegeligheten til disse rammene, deres flyktighet, forsterker dannelsen av angst i det vi hele tiden streber etter å følge bevegelsen for ikke å havne utenfor. Vi blir drevet av en angst for å stå stille, en angst som resulterer i en konstant revidering av våre kroppsliggjorte selv. Konsekvensene av at vi lever i total frihet til selv å forme våre liv får følger i form av en eksistensiell angst; friheten til fri utfoldelse balanseres av en eksistensiell angst. Modernitetens en gang så tydelige metanarrativer er visket ut, og mennesket sitter igjen som innehavere av løst påtatte roller, roller som ikke fullt ut er stand til å danne en meningsbærende og vedvarende identitet. Rollen som student, administrerende direktør eller rørlegger kan lett fylles av andre, og er følgelig utilstrekkelige som redskaper for å danne konsensus og struktur i våre liv.

Disiplin har potensialet til å skape denne etterlengtede strukturen (Turner, 1991). Ved å disiplinere vår kropp i form av strukturert trening og diett samtidig som vi tillegger disse rutinene mening, åpner det seg en mulighet til å danne en identitet ut over våre løst påtatte roller. Frigjøring fra ekspertmakt i form av aktiv handling i denne verden legger grunnlaget for en populærkultur bestående av trening og dietter, en populærkultur som demper angst skapt av modernitetens sviktende metanarrativer. Ved å fremvise en tilsynelatende sunn og trent kropp demonstreres bemyndigelse og selvkontroll ut over det rent kroppslige, og vi fyller tomrommet etter modernistiske idealers bortgang. Det dannes en kobling mellom selvet



og kroppen, og vi bruker kroppen til å uttrykke vår identitet (Monaghan, 2001). Kroppens fortrefelighet som symbolbærer ligger i dens tilgjengelighet og denne koblingen til selvet. Samtidig som kroppen er en påvirkelig og formelig entitet, er den en ressurs for oss som bærer den. I motsetning til flyktige og eksterne faktorer er kroppen noe vi gjennom diett og trening selv kan forme som vi vil. Det er dette som skaper den angstdempende effekten til treningens sosiologi; kroppen som formelig entitet gir oss en mulighet til kontroll og forutsigbarhet i en ellers flyktig og usikker hverdag.

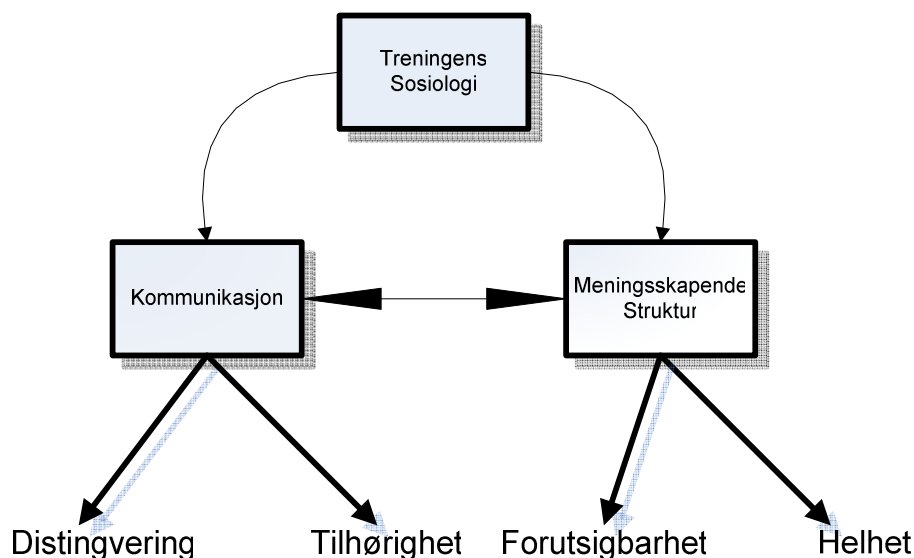
Kroppen og sjelen din har en lengre forventet levetid enn noe annet i livet ditt, investering i selvpleie virker derfor som et sikkert stikk – dersom man søker sikkerhet (Bauman, 2001). Fellesskap dannes videre fordi vi savner en sikkerhet – en sikkerhet som er nødvendig for et lykkelig liv, men er mindre mulig å tilegne seg i vår eksistens (ibid.). Det er altså utilstrekkelig å se på kroppen som en overflate som kan preges, som en bærer av sosiale tegn. Kroppen er et potensial både i prosess og bevegelse, den er noe som går ut over seg selv (Featherstone, 2006). Samtidig er den forstått som et symbol – noe som er en sammenligning eller likhet, et speilbilde.

”But just what is the consumer of fitness working towards? Not a singular, rational goal, but a mosaic of physical, emotional, economic, and aesthetic transforions, a potpourri of ends-and-means” Glassner (1989).

## Treningens sosiologi

Kroppens sosiologi forstår kroppsliggjøring som forløper til (eller fremdriver av) sosial organisering, og ikke resultatet av det<sup>32</sup>. Kroppens sosiologi argumenterer for en rekonseptualisering av sosiologi. Grunnlaget må være kroppens bevisstgjøring av seg selv – og selvets kroppsliggjøring og selvets sosialisering. Vi sammenstiller kroppens sosiologi med postmoderne og eksistensiell filosofi – og presenterer trening som en postmoderne syssel. Trening får betydning som et meningsskapende prosjekt i form av å strukturere våre disposisjoner samtidig som individer gis mulighet til å forbedre sin egen kroppslige status. Treningen former kroppen, og som vinduet til selvet vil kroppsformingen være en refleksjon av og samtidig legge føringer på vår egen identitetskonstruksjon.

På bakgrunn av vår oppgave vil vi presentere treningens sosiologi (*the sociology of fitness*). Kroppen er ikke en del av et prosjekt (time, cost, performance), men i tråd med 'postmoderne' teori er det mer snakk om en 'syssel' – mål middel rasjonalitet hører ikke hjemme hos våre respondenter. Forståelsen av treningens sosiologi og interaksjonen mellom konseptene kan illustreres på følgende måte:



Trening som syssel er både kommuniserende og meningsskapende. Kroppen er vårt ultimate tegn, og benyttes som signalbærende objekt både i fellesskapet og mot fremmede – for å

---

<sup>32</sup> jfr. Frank, 1991.

distingvere eller markere tilhørighet. Trening former kroppen, markerer status og fysisk kapital, samtidig som sosialiseringen vil forme vår egen kroppsliggjorte disposisjoner. Gjennom trening strukturer vi hverdagen i kraft av våre disposisjoner og skaper mening – forutsigbarhet og helhet.

## Litteraturliste

---

- Appignasesi, R. og Garratt, C. (1997) *Postmodernisme for begynnere*. Oslo, Bracan Forlag.
- Bauman, Z. (2006) *Liquid Fear*. Cambridge, Polity press.
- Bauman, Z. (2004) New frontiers and universal values. I: *Cycle on Borders – Centre of Contemporary Culture of Barcelona*. Mars, 2004.
- Bauman, Z. (2001) *Community: Seeking safety in an insecure world*. Cambridge, Polity Press.
- Bauman, Z. (2000) *Liquid Modernity*. Cambridge, Polity Press.
- Bauman, Z. (1993) *Postmodern Ethics*. Victoria, Blackwell Publishing.
- Baudrillard, J. (1998) *The consumer society*. London, Sage publications.
- Baudrillard, J. (1996) *The System of Objects*. London, Verso.
- Baudrillard, J. (1994) *The Illusion of the End*. Cambridge, Polity Press.
- Baudrillard, J. (1994) *Simulacra and Simulation*. University of Michigan Press.
- Baudrillard, J. (1993) *Symbolic Exchange and Death*. London, Sage.
- Baudrillard, J. (1991) *The Gulf War did not take place*. Indianapolis, Indiana University Press.
- Baudrillard, J. (1988) *Selected Writings*. Cambridge, Polity Press.
- Berger, P. og Luckmann, T. (1966) *The Social Construction of Reality: a treatise in the sociology of knowledge*. London, The Penguin Press.
- Blindheim, T., Jensen, T.Ø., Nyeng, F. og Tangen, K.F. (2004) *Forbruk – lyst, makt, iscenesettelse eller mening?* Oslo, Cappelen Akademisk Forlag.
- Bourdieu, P. (1995) *Distinksjonen: En sosiologisk kritikk av dømmekraften*. Oslo, Pax Forlag.
- Bransjerådet for Naturmidler. (2007) *Markedsdata*. Tilgjengelig fra:  
[http://www.brn.no/wsp/brn/webon.cgi?func=list&table=CONTENT&template=list\\_news&func\\_id=000-06-01&open=000-06&subopen=000-06-01](http://www.brn.no/wsp/brn/webon.cgi?func=list&table=CONTENT&template=list_news&func_id=000-06-01&open=000-06&subopen=000-06-01)
- Cocherham W.C., Abel, T. and Luschen, G. (1993) Max Weber, Formal rationality and health lifestyles *The sociological quarterly*. Vol. 34, nr. 3, s. 413
- Couva-Gamet, V. og Couva, B. (2001) "Exit, voice, loyalty and.... twist:" Consumer research in search of the subject. I: *Interpretive Consumer Research: Paradigms, Methodologies & Applications*, red. Beckmann, S.C. og Elliott, R.H., s. 25-45. København, Handelshøjskolens Forlag.

- Døving, R. (2002) *Mat som totalt sosialt fenomen*. Avhandling for Dr.polit-graden i antropologi, Universitetet i Bergen.
- Featherstone, M. (2006) Body image/body without image, *Theory, culture and Society*. Vol. 23, s. 233
- Featherstone, M. (1982) The Body in Consumer Culture. I: *The body: Social Process and Cultural Theory*. red. Featherstone, M., Hepworth, M. og Turner, B.S., s. 170. London, Sage Publications.
- Fee, D. (2000) *Pathology and the Postmodern: mental illness as discourse and experience*. London, Sage Publications.
- Frank, A.W. (1995) *The Wounded Storyteller*. Chicago, University of Chicago Press.
- Frank, A.W. (1991) For a Sociology of the Body: an Analytical Review. I: *The body: Social Process and Cultural Theory*. red. Featherstone, M., Hepworth, M. og Turner, B.S., s. 157. London, Sage Publications.
- Gergen, Kenneth, J. (1982) *Toward Transformation in Social Knowledge*. New York, Springer-Verlag.
- Gergen, Kenneth J. (1985) The Social Constructionist Movement in Modern Psychology. *American Psychologist*, Vol. 40, No. 3, 266-275
- Giddens, A. (1991) *Modernity and self-identity: Self and society in the late modern age*. Cambridge, Polity Press
- Glassner, B. (1989) Fitness and the Postmodern Self. *Journal of Health and Social Behavior*. Vol. 30. nr. 2, s. 180
- Harvey, D. (1989) *The Condition of Postmodernity: an enquiry into the origins of cultural change*. Oxford, Basil Blackwell.
- Heshusius, L. og Ballard, K. (1996) *From Positivism to Interpretivism and Beyond: Tales of transformation in educational and social research (the mind-body connection)*. New York, Teachers College Press.
- Holst, I. (2006) Bedre helse eller tom lommebok? *DinSide Økonomi*. [Internett] Tilgjengelig fra: <http://www.dinside.no/php/art.php?id=341623&=katnav> [lest 1.5.07]
- Hosking, D.M. og Morley, I. E. (1991) *A Social Psychology of Organizing. People, Processes and Context*. Hertfordshire, Prentice Hall.
- Henry, R.N., Anshel, M.H. og Michael, T. (2006) Effects of Aerobic and Circuit Training on Fitness and Body Image Among Women. *Journal of Sport Behavior*. Vol. 29, Iss. 4, s. 281
- Hunt, S. (1990) Truth in Marketing Theory and Research. *Journal of Marketing*, Vol. 54, s. 1

- Jacobsen, D.I. (2003) *Hvordan Gjennomføre Undersøkelser? Innføring i samfunnsvitenskapelig metode*. Oslo, Høyskoleforlaget.
- Jameson, F. (2005) *Postmodernism or the cultural logic of late capitalism*. Durham, Duke University Press.
- Johnson, M. (1987) *The Body in the Mind: The Bodily Basis of Meaning, Imagination and Reason*. Chicago, University of Chicago Press.
- Kierkegaard, S. (2001) *Begrepet Angst*. Oslo, Forlaget Oktober.
- Lakoff, G. og Johnson, M. (2003) *Hverdagslivets metaforer*. Oslo, Pax forlag
- Lakoff, G. og Johnson, M. (1999) *Philosophy in the Flesh: The Embodied Mind and its Challenge to Western Thought*. New York, Basic Books.
- Lakoff, G. (1987) *Women, Fire, and Dangerous Things: What Categories Reveal about the mind*. Chicago, University of Chicago Press.
- Liotard, J.F. (1984) *The Postmodern Condition*. Minneapolis, University of Minnesota Press.
- MacNevin, A. (2003) Exercising Options: Holistic Health and Technical Beauty in Gendered Accounts of Bodywork. *The Sociological Quarterly*. Vol. 44, nr. 2, s. 271
- McDonald, S. (2005) Studying actions in context: a qualitative shadowing method for organizational research. *Qualitative Research*. Vol. 5, nr. 4, s. 455
- Mead, G.H. (1934) *Mind, Self & Society: from the standpoint of a Social Behaviorist*. Chicago, University of Chicago Press.
- Merleau-Ponty, M. (2004) *The World of Perception*. New York, Routledge.
- Monaghan, L.F. (1999) Creating 'The Perfect Body': A Variable Project. *Body and Society*. Vol. 5 (2-3)
- Monaghan, L.F. (2001) *Looking good, feeling good: The embodied pleasures of vibrant physicality*. *Sociology of health and illness*. Vol 23
- Møen, A. (2002) Den globale produksjonen av symbol og kunnskap: Verdsflukt og verdsherredømme. I: *Strategisk program for forskning om globalisering og internasjonalisering: velferd, arbeid, legitimitet og globalisering*. Stein Rokkan senter for flerfaglige samfunnsstudier, Universitetsforskning i Bergen.
- Negrin, L. (1999) The Self as Image: A critical Appraisal of Postmodern Theories of Fashion. *Theory, culture and Society*. Vol. 16(3), s. 99
- Nilsen, L. (2007) Forakten for fete folk. *Aftenposten*. [Internett]. Tilgjengelig fra: <http://www.aftenposten.no/meninger/kronikker/article1773615.ece> [Lest 07.05.07]
- Nyeng, F. (2004) *Vitenskapsteori for økonomer*. Oslo, Abstrakt Forlag.

- Nyeng, F. (2003) *Eksistensens Filosofi: om frihet, angst og mening i eget liv*. Oslo, Abstrakt Forlag.
- Paulson, S. (2005) How various cultures of fitness shape subjective experiences of growing older. *Ageing and Society*. Vol. 25, s. 229.
- Pitts, V. (2003) *In The Flesh: The cultural politics of body modifications*. New York, Palgrave-MacMillan.
- Prichard, I. og Tiggemann, M. (2005) Objectification in Fitness Centers: Self-Objectification, Body Dissatisfaction, and Disordered Eating in Aerobic Instructors and Aerobic Participants. *Sex Roles*. Vol. 53, No. 1
- Reischer, E. og Koo, K.S. (2004) The Body Beautiful: Symbolism and Agency in the Social World. *Annual Review of Anthropology*. Vol. 33, s. 297.
- Robertson, S. (2006) 'I've been lika a coiled spring these last week': embodied masculinity and health. *Sociology of Health and Illness*. Vol. 28, Nr. 4, s. 433
- Sassatelli, R. (1999) Interaction order and Beyond: A field analysis of body culture within fitness gyms. *Theory, Culture and Society*. London, SAGE Publications.
- Schaanning, Espen (1992). Post-strukturalisme: Michel Foucault, kap. 6, s. 110-130: *Modernitetens Oppløsning: Sentrale skikkelser i etterkrigstidens idéhistorie*. Oslo, Spartacus forlag.
- Shilling, C. (2004) *The Body and Social Theory*. London, Sage publications.
- Statistisk Sentralbyrå. (2004) *Helsestatistikk*. Tilgjengelig fra: <http://statbank.ssb.no/statistikkbanken/>
- Strauss, A.L. (1993) *Continual Permutations of Action*. New York, Aldine De Gruyter.
- Turner, B.S. (1991) The Discourse of Diet I: *The body: Social Process and Cultural Theory*. red. Featherstone, M., Hepworth, M. og Turner, B.S., s. 157. London, Sage Publications.
- Turner, B.S. (1996) *The Body and Society: explorations in social theory*. London, SAGE Publications.
- Turner, B.S. (2006) The Body. *Theory, Culture and Society*. Vol. 23(2-3), s. 223
- Vannini, P. og McCright, A.M. (2004) To Die For: The Semiotic Seductive Power of the Tanned Body. *Symbolic Interaction*. Vol. 27, nr. 3, s. 309
- Watson, J. (2000) *Male Bodies: health, culture and identity*. Buckingham, Open University Press.

Webster, J. og Tiggemann, M. (2003) The relationship between women's body satisfaction and self-image across the life span: The role of cognitive control. *The Journal of Genetic Psychology*. Vol. 164, Iss. 2, s. 241