



Lijfbouwers

KOPERGIETERY / KGBE

Opgeblazen spieren
en een knappende
ballon



Elie Agniel

Gezien op 31 januari 2025
Kopergietery Rabot, Gent

Na levenslange onzekerheid over haar lichaam wil choreografe Jotka Bauwens met 'Lijfbouwers' onderzoeken wat bodybuilding met lichaam en geest doet. Ze schakelde een coach in en gaf aan drie acteurs de opdracht om twee maand lang intensief te trainen. Het onderzoek rakelt enkele boeiende vragen op, maar blijft helaas ook vaak in clichés steken.

06 FEBRUARI 2025

Wanneer het licht in de zaal dooft, weerklinkt een onheilspellend onderwatergeluid. Een cirkelvormige lamp is vastgemaakt aan een robotje dat een pad rondom de scène volgt. In het midden van de lamp zit een smartphone.

De soundscape van onderwatergeluiden maakt plaats voor luide, goedkope elektronische muziek en een reeks angstaanjagende motivatiespeeches. Van de bravere *'Be the best version of yourself'* tot *'Don't wish for a good body, work for it'*, en zelfs *'I'll tell you guys how to appear more masculine. This is really really important, especially today. First of all: Go to the gym.'*

Voor 'Lijfbouwers' volgden Jeffrey Jackson Loewenicht, Elias Vandenbroucke en Patrick Vervueren twee maand lang een professionele bodybuilding training. Hun lichamen werden opgemeten, voeding gecontroleerd, workouts bepaald. Het resultaat is drie indrukwekkend afgetrainde lichamen. Onder de technomuziek warmen de drie synchroon hun spieren op met typische fitnessbewegingen: ze doen squats, heffen ingebeelde gewichten, of gebruiken elkaar als fitnesapparaat. Machoquotes moeten hen ondertussen aanmoedigen, tot ze een voor een niet meer kunnen. Als pauze maakt de ene een proteïne shake, een andere kijkt op zijn gsm naar een filmpje en helpt de laatste de littekens op zijn rug te verbergen met wat make-up, waarna de drie opnieuw een choreografie van oefeningen uitvoeren.

De aanleiding voor de voorstelling, vertelt het programmaboekje bij de voorstelling, is de onzekerheid die choreografe Jotka Bauwens al haar hele leven voelde over haar lichaam. Een dansopleiding deed haar alleen maar onzekerder voelen. Een oplossing vond ze in de fitness. Best herkenbaar: toen ik vorig jaar merkte dat ik verdikte en enkel hijgend de trappen opraakte, nam ik zelf ook –

zeer cliché – een abonnement op de fitness. Hoewel ik vooral terug trappen wou kunnen doen zonder uitgeteld te zijn, kreeg ik van alle kanten adviezen om mijn lichaam in het oog te houden: mails met recepten vol proteïnes, coaching sessies met persoonlijke trainingsplannen en zelfs opmerkingen als ik eens een sessie oversloeg. Elke ochtend stond ik met spierpijn of schuldgevoel op.

Wanneer de drie acteurs hun spieren volledig hebben opgewarmd en zich omgekleed hebben in kleurrijke slipjes, spelen ze een bodybuilding wedstrijd na. Ze spannen hun spieren op in verschillende poses waardoor hun spierbundels hun vel zodanig opspannen dat ze er bijna lijken uit te barsten. Frontaal lijken ze op jaren 1980 speelgoedpopjes, hun ruggen doen dan weer denken aan monsters uit horrorfilms. Een tijd lang poseren ze om ter best, opnieuw onder goedkope technomuziek. Tot de muziek vervangen wordt door de onderwatergeluiden, het licht dooft en de robot met lamp-gsm terug traag in een cirkel rond de mannen draait. Ze lijken zich plots bewust van de belachelijke situatie en kijken wat verloren om zich heen. Choreografieën van fitnessoefeningen worden nog enkele malen afgewisseld met een bodybuild praktijk en stiltes met de rondrijdende robot.

Frustrerend genoeg laat de voorstelling de hele tijd boeiende ballonnetjes op voor maatschappelijk relevante kritiek, maar blijft ze telkens stokken bij aloude clichés.

'Lijfbouwers' zit vol humor. Soms met wat slapstick: Vervueren struikelt elke keer over hetzelfde tapijtje, Vandenbroucke kan zijn teksten nooit onthouden. Soms verfijnder: regelmatig verwijzen de mannen naar poses uit klassieke kunstwerken. Wanneer Vandenbroucke zich laat bespuiten met een bruine verf, zoals bodybuilders dat voor wedstrijden blijkbaar altijd doen, neemt hij poses aan die doen denken aan Rodin of Michelangelo. Er zit ook een fijn spel in de relatie tussen toeschouwer en acteur. Zij vragen expliciet dat we naar hun lichamen kijken, als keurders naar koeien. Het is geen erotiserende blik maar een blik van bewondering, kijkend naar deze buitenaardse, disproportionele en eigenlijk ook misvormde lichamen.

En toch blijf je bij het hele onderzoek van Bauwens wat op je honger zitten. De voorstelling zit vol symboliek die inzicht moet geven in de bodybuilding wereld, maar gaat nooit erg diepgaand. Wanneer de drie mannen naar het einde van de voorstelling opnieuw hun wedstrijd nabootsen, trekken ze ditmaal huidkleurige panty's over hun spieren, als een beschermende tweede huid. De bodybuilding wereld blijkt niet zeer collegiaal zijn, want wanneer de mannen hun eigen routine mogen tonen, kruipen ze letterlijk onder elkaars beschermend vel tot dit scheurt. Moeten de panty's ook verwijzen naar schoonheidsidealen bij vrouwen? De scène doet niet veel meer dan het cliché bevestigen dat ijdelheid onzekerheid moet verbergen.

In andere scènes blaast Vervueren een ballon op tot hij ontploft (bodybuilders zijn blijkbaar niet meer dan opgeblazen poppen) of spelen de acteurs een plat Amerikaanse reclame na voor proteïne *shakes* (inclusief jeansvestjes en broeken met het motief van de Amerikaanse vlag). Ook probeert Vandenbroucke de beroemdste bodybuilder Arnold Schwarzenegger na te spelen of pept hij zichzelf op om harder te sporten door boos op zichzelf te worden. Ook de terugkerende lamp met camera op wieltjes lijkt enkel te suggereren dat bodybuilders alleen maar uit zijn op *likes*, roem, faam en tegelijkertijd arme, zwakke zieltjes zijn.

Frustrerend genoeg laat de voorstelling de hele tijd boeiende ballonnetjes op voor maatschappelijk relevante kritiek, maar blijft ze telkens stokken bij aloude clichés. Hoe moet je je verhouden tot machopraat over het belang van rauwe kracht? Zijn overgespierde lichamen een schoonheidsideaal of een obsessie? En wanneer wordt die ongezond? Hoe zit de bodybuilding gemeenschap echt in elkaar, en welke ervaring heeft de maker Jotka Bauwens zelf met de wereld?

Af en aan hield ik mijn fitnessavontuur zes maand vol, tot ik ontdekte dat yoga me meer lag. Daar leerde ik zorg dragen voor mijn lichaam en mijn lichaam graag zien zoals het is – ik ben al helemaal ingewijd. De motivatiespeeches in ‘Lijfbouwers’ en mijn trainingen in de fitness probeerden een lijf naar een ideaal te sculpteren. Een van de peptalks stelt dat je in deze tijden van *wokeness* elke dag moet werken aan een betere versie van jezelf, zelfs als het pijn doet. Het ideaalbeeld is een moordmachine die elke dag naar de fitness gaat en geen emotie toont maar spieren kweekt. Ironisch genoeg is het resultaat geen vrijheid maar een slaafs achternalopen van een nooit bereikbaar schoonheidsideaal. De indrukwekkende lichamen op scène tonen net hetzelfde: de acteurs streefden het doel van de regisseur en haar trainer na. Het resultaat is hun lichamen en een voorstelling, niet een gezonder lijf en meer vrijheid. Ook daar zat een boeiende kritiek over de relatie tussen acteur en regisseur te lonken.