

Rezension: Our Bodies Are Alive (Pig- gue, 2025)

Rebekka Schaetzle 

Bridget L. Piggue, Our Bodies Are Alive: Self-Literacy as an Embodied Healing and Liberative Practice, Eugene, Oregon: Cascade Books 2025, 147 pp., ISBN 978-1-6667-6603-5, 38 \$.

»I found god in myself, and I loved her, I loved her fiercely«.¹ Mit diesem mehrfach verwendeten Zitat von Ntozake Shange bringt *Bridget L. Piggue – Director of Spiritual Health am Emory University Hospital Midtown und ACPE Certified Educator* – auf den Punkt, worum es ihr in *Our Bodies Are Alive* geht. Sie präsentiert darin unter dem Akrostichon FIERCELY² ein therapeutisches Modell und charakterisiert es als »womanist constructive embodied framework for healing and the well-being of African American clergy women« (94). Dieses Modell basiert auf den Ergebnissen einer qualitativen Interviewstudie (n=10), die mit neurowissenschaftlichen Perspektiven sowie Zugängen der *womanist theology* und indigener Spiritualität in einen Dialog gebracht werden.

Nach einführenden Kapiteln, in welchen Piggue ihr Forschungsinteresse darlegt (1), die Bezugstheorien (2) sowie die Methodik und den Datenkorpus (3) erläutert, bildet die zusammenfassende Darstellung der qualitativen Interviews, die Piggue mit zehn afroamerikanischen Pastorinnen und Seelsorgerinnen durchgeführt hat, einen umfangreichen Teil des Buches (4). Mit Blick auf die zentrale Fragestellung nach dem Zusammenhang von psychischer und physischer Gesundheit wurde den Antworten der Interviewten zu den *healing*

¹ Zit. aus: Shange, Ntozake (1975), *For Colored Girls Who Have Considered Suicide. When the Rainbow is Enuf*, San Lorenzo/CA, 63.

² Ausgeschrieben: *Find her; Invite her; Embrace her/Embolden her; Revere her; Cleanse her; Embody her; Loyal her; You.*

approaches ein eigenes Kapitel mit vertieften Analysen gewidmet (5). Daran anknüpfend verwendet Piggue Literatur zu indigener Spiritualität und integriert Erkenntnisse aus den Neurowissenschaften für ihre Interpretation (6). In einem abschliessenden Kapitel bietet die Autorin eine biblische Relektüre der Perikope von der kanaanitischen Frau (Mt 15,21-28) als Archetyp einer einerseits von Ausgrenzung betroffenen und andererseits selbstermächtigten Person (7). Im Appendix finden sich die transkribierten Antworten der Interviews nach Fragen sortiert.

Piggue wählte ihre Interviewpartnerinnen aufgrund der folgenden Kriterien aus: weiblich, afroamerikanisch und seit mindestens 15 Jahren in einem pastoralen Dienst. Die narrativen Interviews fokussierten auf Themen wie Erfahrungen im Zusammenhang mit dem eigenen Körper in der Kindheit und Jugend sowie der Sorge für sich selbst und andere.

Ziel der Studie ist die Beschreibung von Gemeinsamkeiten in den Biografien, im Verhalten, im Erleben von Gesundheit und in den *healing practices*, die auch über den Kreis der Befragten hinaus von Relevanz sein können. Alle zehn Interviewpartnerinnen beschreiben negative Folgen für die eigene Gesundheit und das Wohlbefinden aufgrund von körperfernen Praktiken wie das Ignorieren von Schmerzen, das Verinnerlichen von Wertvorstellungen, die auf Opferbereitschaft basieren, und das Schweigen aufgrund historisch bedingter und kultureller Normen im familiären Umfeld. Sieben von zehn Frauen berichteten von ernsthaften gesundheitlichen Problemen, zwei von leichten gesundheitlichen Problemen und eine von kaum gesundheitlichen Problemen. Als auffallend beschreibt Piggue, dass im Verlauf von Erkrankungen ein neuer und heilsamer Umgang mit dem eigenen Körper gefunden werden konnte. Die Praktiken, die so etabliert wurden, dienten unter anderem der Stressreduktion, der Wahrung der eigenen Grenzen und der intensivierten Selbstwahrnehmung.

Einen wesentlichen theoretischen Rahmen für ihre Studie findet Piggue in »Embodied Brain and Body Map« (11), der Vorstellung einer im Gehirn entworfenen Karte von der Oberfläche des Körpers, der Muskulatur, den Bewegungsintentionen und -potenzialen sowie den Objekten und Personen im Raum darum. Biografische Erfahrungen und internalisierte negative Körperbilder können demnach

in negativen Gesundheitsfolgen resultieren. Piggues Ansatz der *Self-Literacy* zielt darauf ab, schädigende Körperbilder umzuschreiben durch *re-authoring*, um das Selbst neu zu entdecken und das Wohlbefinden zu steigern. Zu diesem Zweck entwickelt sie das Modell FIERCELY, das in vier Schritten zu einer verbesserten Beziehung zum Selbst führen soll und folglich auch die Führungsqualitäten als Pfarrerinnen stärken soll.³

Piggues Studie entstammt einem US-amerikanischen Umfeld. Von Gewinn ist die Lektüre von *Our Bodies Are Alive* dennoch in vielerlei Hinsicht auch für andere Kontexte. Insbesondere die theologische Betrachtung des Zusammenhangs von *Inkarnation* und *Opfer* ist beachtenswert: Das zentrale inkarnatorische Dogma innerhalb der christlichen Traditionen kann in verzerrten Varianten eine Entwürdigung und Unterwerfung des Körpers zur Folge haben und negative Auswirkungen auf die psychische und physische Gesundheit haben. Dies ist insbesondere der Fall, wenn damit eine Aufforderung zur Selbstaufopferung und zum Leiden einhergeht. Piggue analysiert dies unter anderem vor dem Hintergrund des *Post Traumatic Slave Syndrome*. Unter diesem Stichwort werden die Folgen der Geschichte der Sklaverei beschrieben, die bis heute in den Körpern der nachfolgenden Generationen der Betroffenen nachwirken und teilweise unbewusst bleiben. Die Reflexion theologischer Verzerrungen und deren Bedeutung für Menschen mit marginalisierten Körpern könnte auch im Hinblick auf weitere historische Situationen und heute lebende Menschengruppen für die Seelsorge relevant gemacht werden.

In Piggues Werk bleibt der Begriff *Self-Literacy* etwas vage und wird nicht ausführlich konkretisiert. Dadurch bleibt stellenweise unbestimmt, was Piggue darunter versteht. Ebenso werden die von den Interviewpartnerinnen erzählten spirituellen, heilsamen Praktiken nicht eigenständig rekonstruiert, sondern Beschreibungen von Ritualen in anderen Quellen gegenübergestellt. Die interessante Beobachtung, inwiefern die Interviews im Zuge der Forschung auch einen therapeutischen Charakter angenommen haben, wird von Piggue angedeutet, scheint aber einer eingehenderen Betrachtung wert.

³ Siehe auch: <https://fiercelyhealing.com/fiercelyou> (Zugriff: 27.01.2026).

Piggy spricht vom Körper, von ihrem Körper, als *her*. Durch diese Sprechweise wird der Körper zunächst zu einem externalen Objekt, das anschliessend internalisiert werden kann. Dies empfiehlt sie aufgrund des Befundes, dass Menschen in einem pastoralen Amt sich in hohem Masse um andere kümmern und dabei eine starke Bereitschaft zur Selbstaufopferung (*sacrifice themselves*) zeigen. Diese und weitere sprachliche Details fördern eine bewusste und inspirierende Lektüre.

Dr. Rebekka Schaetzle, Post-Doc und Assistentin an der Abt. Seelsorge, Religionspsychologie und Religionspädagogik, Theologische Fakultät, Universität Bern, Länggassstrasse 51, CH-3012 Bern; rebekka.schaetzle@unibe.ch