

4. „Heal through movement, worship and the Word of God“: Zum Verständnis von Heilung in zeitgenössischen evangelikalen Fitnessprogrammen

Martin Radermacher, Universität Münster

Zusammenfassung: Der Beitrag stellt unter dem Begriff „devotionale Fitness“ erforschte evangelikale Diät- und Fitnessprogramme vor, die in den USA seit den 1950er Jahren entwickelt und verbreitet werden. Nach einem Kurzüberblick über Forschungsstand und theoretischen sowie methodischen Hintergrund der Forschung werden zentrale Elemente von Körpertheologie und -praxis devotionaler Fitness erläutert. Dabei liegt der Fokus darauf, dass viele der Programme die Heilung von Beziehungen vielfältiger Art – nicht nur sozialer Beziehungen – ins Zentrum stellen, um damit ‚ganzheitliche Gesundheit‘ zu erlangen. Devotionale Fitness ist folglich ein gutes Beispiel für die seit einigen Jahrzehnten in verschiedenen religiösen Feldern beobachtbare Somatisierung.

4.1. Was ist devotionale Fitness? – Einleitung

Die im Titel dieses Beitrags zitierte Aussage entstammt der Internetpräsenz eines von der wiedergeborenen Christin Laura Monica gegründeten Fitnessprogramms namens „WholyFit“ und beschreibt die „Mission“ ihres Projekts:

... to inspire, enliven and heal through movement, worship and the Word of God, in order to build up the Body of Christ, protect the purity of the Bride of Christ and reveal God's love to the world through Jesus,

„Heal through movement, worship and the Word of God“

The Prince of Peace, to whom belongs all dominion, and power and authority on earth as it is in heaven. (Monica 2011b)

„WholyFit“ ist damit Teil eines Feldes, das im Folgenden als „devotionale Fitness“ bezeichnet wird. Dieses Konzept umfasst evangelikale Diät- und Fitnessprogramme, die von nordamerikanischen, protestantischen Christen seit Ende der 1950er Jahre entwickelt und verbreitet werden. Die in ihrer konkreten Ausgestaltung äußerst vielfältigen Programme vereint der Bezug auf das biblische Motiv des Körpers als „Tempel des Heiligen Geistes“. Diese Aussage aus 1 Kor 6,19–20 wird in der devotionalen Fitness so interpretiert, dass der physische Körper besonderer Pflege und Aufmerksamkeit bedarf. Dies wiederum äußert sich in biblisch legitimierten Ernährungs- und Fitnessprogrammen, die unter dem übergeordneten Ziel der Gesundheit in erster Linie auf Gewichtsverlust und Erhöhung der körperlichen Fitness abzielen.

In diesem Beitrag soll anhand ausgewählter Beispiele das Feld devotionaler Fitnessprogramme in aller Kürze vorgestellt und im Hinblick auf die darin kursierenden christlich-evangelikalen Annahmen über die Funktion des Körpers für Gesundheit und Heilung analysiert werden.

Der Begriff „Programm“ wird im Kontext meiner Forschung verwendet, um die Summe der Verhaltensanweisungen, Praktiken und Interpretationen biblischer Texte zu erfassen, die unter einem Namen von einem Autor bzw. einer Organisation entworfen werden. Damit umfasst ein Programm relativ kleine Formate, wenn zum Beispiel Einzelpersonen kurze Videos erstellen und über das Internet verbreiten; größere Projekte, wie beispielsweise Fitness- und Sportkurse in lokalen, christlichen Gemeinschaften; und Angebote, die landesweit oder international über verschiedene Kanäle (Bücher, Internet, Videos, Kleingruppentreffen und Veranstaltungen) vertrieben werden. Oft entstehen Programme in lokalen Gemeinden und werden dann auch über die Grenzen der jeweiligen Gemeinschaft hinaus aktiv. In anderen Fällen werden sie von christlichen Organisationen oder Gruppen entworfen und als Franchiseprodukte verbreitet. Selten wird aus einem evangelikalen Fitnessprogramm eine eigene Kirche: Als prominentes Beispiel ist hier Gwen Shamblins „Weigh Down Workshop“ zu nennen, der zum Ausgangspunkt ihrer Kirche „Remnant

Fellowship“ wurde. In den meisten Fällen aber werden denominational unabhängige Fitnessprogramme in lokalen kirchlich oder nicht-kirchlich organisierten Gemeinschaften implementiert. „First Place 4 Health“ zum Beispiel ist eine solche Organisation, die in den USA landesweit in privaten und kirchlichen Kreisen christliche Abnehmgruppen installiert, die dann auf Basis der offiziellen Materialien wie Bücher und DVDs operieren. Ein Beispiel für ein vergleichsweise kleines Programm ist „Ms. Christian Workout Coach: Helping You Get Fit for the Kingdom!“. Es wurde von Denise Zakiya entwickelt, die im August 2010 drei Videos auf YouTube bereitstellte, in denen sie ihr Konzept gottgefälliger Fitness erklärt und demonstriert.

Die Medien und Vertriebswege devotionaler Fitness sind so unterschiedlich wie die Programme selbst. Oft werden Bücher und Internetpräsenzen genutzt; es gibt aber auch spezielle Fernsehsendungen („Christian Fitness TV“), Fitness-Videos („Sweating in the Spirit“, „Gospel Fitness Workout“) und die schon erwähnten großen Diät- und Fitnessorganisationen, die auf der Basis von Kleingruppen funktionieren („Body & Soul Fitness“, „Weigh Down Workshop“, „First Place 4 Health“, „The Daniel Plan“).

Zu den häufigsten Praktiken im Bereich devotionaler Fitness gehören biblisch untermauerte Diäten, Fitnesssport, der in Gruppen oder individuell betrieben wird (Joggen, Aerobic, Kraft- und Flexibilitätstraining, Pilates, Zumba etc.), Gebete, die direkt oder indirekt mit körperlicher Aktivität verbunden werden sowie Meditationen über Bibelverse, die physische und spirituelle Aspekte verbinden sollen.

Die hier vorgestellten Aspekte devotionaler Fitness basieren auf einem Promotionsprojekt, das im Juli 2014 unter dem Titel „Devotional Fitness: Embodying Christian Faith in the United States – An Analysis of Contemporary Christian Dieting and Fitness Programs“ abgeschlossen wurde. Es basiert hauptsächlich auf textlichen sowie audio-visuellen Quellen. Diese wurden ergänzt durch empirische Forschungen vor Ort (teilnehmende Beobachtungen und Interviews) im Zeitraum September bis Dezember 2011. In dieser Zeit wurden insgesamt 14 teilnehmende Beobachtungen bei Veranstaltungen verschiedener Organisationen (First Place 4 Health, Body & Soul Fitness, Losing to

Live) im Großraum New York, auf Long Island und in der Nähe von Washington, DC, durchgeführt. Dazu kamen 17 schriftliche Interviews (per E-Mail), acht Telefoninterviews mit einer Dauer von 20 bis 30 Minuten und elf ein- bis eineinhalbstündige Interviews mit Teilnehmern, Gruppenleitern und Programmgründern bzw. -leitern. Den Hauptteil des Materials machen jedoch schriftliche Quellen und transkribierte Videos aus; in dieser Kategorie wurden über 200 Einzelquellen ausgewertet, die von Büchern über Internetseiten und graue Literatur bis hin zu Auszügen von Fernsehsendungen und kurzen YouTube-Videos reichen.

Methodisch liegt dem Projekt ein diskursanalytisches Verfahren zu Grunde, das weiter unten kurz erläutert wird. Zuvor werde ich zunächst kurz den Forschungsstand (4.2) sowie den theoretischen und methodischen Hintergrund (4.3) skizzieren und dann im Hauptteil zentrale Aspekte der im Feld vorfindlichen Körpertheologie und -praxis erläutern (4.4). Einige Schlussbemerkungen im Hinblick auf die Somatisierungsthese schließen den Beitrag ab (4.5).

4.2. Forschungsstand

Während der Körper und seine kulturelle und religiöse Produktivität in den vergangenen Jahrzehnten auch in der Religionswissenschaft wachsende Aufmerksamkeit erlebt haben (s. z. B. LaFleur 1998; Hancock u. a. 2000; Schroer 2005; Gugutzer 2006; Violi 2012), sind evangelikale Fitness- und Sportprogramme noch kaum erforscht worden. Das gegenwärtige Projekt stützt sich im Wesentlichen auf die Arbeiten von R. Marie Griffith (2004), Gregor Schrettle (2006) und Lynne Gerber (2012). Davon abgesehen wurde das Thema bisher nur am Rande gestreift (z. B. von Miller 1999 [1997], S. 4, 152; Roof 1999, S. 92; Joas 2009, S. 344) oder in kleineren Aufsätzen (z. B. Mazer 1994) behandelt.

Griffith, Religions- und Kulturwissenschaftlerin mit einem Fokus auf Gender und nordamerikanische Religion, untersucht in *Born Again Bodies* (2004), welche Rolle das Christentum in der Ausformung nordamerikanischer Körperbilder sowohl in historischer als auch in zeitgenössischer Hinsicht spielt. Als wichtigen historischen Vorläufer christlicher Diätprogramme der 1950er

und 1960er Jahre identifiziert sie die New Thought-Bewegung des 19. und frühen 20. Jahrhunderts, welche auf der These basiert, dass Gedankenkraft allein Wirklichkeit erzeugen könne. Griffith verfolgt, wie Grundzüge dieser Bewegung von christlichen Autoren aufgegriffen, auf ihre speziellen Bedürfnisse – in erster Linie Gewichtsverlust – zugeschnitten und mit biblisch fundierten Argumenten verbunden wurden (Griffith 2004, S. 173–174).

Während Griffith verschiedene Organisationen in ihre Analyse einbezieht, schenkt der Amerikanist Schrettle in *Our Own Private Exodus* (2006) seine ganze Aufmerksamkeit dem vor allem in den 1980ern und 1990ern erfolgreichen „Weigh Down Workshop“ (gegründet von Gwen Shamblin). Er versucht zu zeigen, dass diese evangelikale Abnehmorganisation ein geradezu prototypischer Ausdruck des US-amerikanischen Selbstverständnisses ist, das als zentrale Elemente individuelle Autonomie und das allgegenwärtige Schlankheitsideal beinhaltet (Schrettle 2006, S. 11, 198–199). Schrettle vermutet, dass diese Aspekte zusammen mit dem protestantischen Erbe der US-amerikanischen Zivilreligion im „Weigh Down Workshop“ verschmelzen und so zentralen Elementen des US-amerikanischen Selbstbildes Ausdruck verleihen.

Gerber, Sozialwissenschaftlerin mit Schwerpunkt auf Gender und amerikanische Religion, führt in *Seeking the Straight and Narrow* (2012) eine vergleichende Studie durch, die sich auf „First Place 4 Health“, eine evangelikale Abnehmorganisation, und „Exodus International“, eine (mittlerweile geschlossene) christliche „Ex-Gay“-Organisation für ehemalige Homosexuelle und solche, die heterosexuell werden wollen, bezieht. Sie argumentiert, dass Organisationen wie diese dem ambivalenten Bedürfnis zeitgenössischer Evangelikaler entspringen, sich einerseits der breiten nordamerikanischen Kultur anzunähern und sich andererseits deutlich von derselben zu unterscheiden (Gerber 2012, S. 4) – eine These, die ich in meiner Studie bestätigen und theoretisch-begrifflich weiterentwickeln konnte.

Meines Erachtens gibt es trotz der beachtlichen Forschungsleistung der genannten Autoren bisher keinen systematischen Überblick über die äußerst diverse Theologie und Praxis des Feldes. Besonders auffällig ist dabei, dass keiner der Autoren das Potential der in den letzten Jahrzehnten um Begriffe wie

„Embodiment“ oder „Verkörperung“ herum entwickelten Konzepte theoretisch produktiv aufgreift geschweige denn weiterentwickelt. Der vorliegende Artikel kann diese Leerstelle nur ansatzweise umreißen; für eine ausführliche Diskussion dieses fruchtbaren Arbeitsfeldes verweise ich auf die voraussichtlich 2015 erscheinende Dissertationsschrift.

4.3. Theoretischer und methodischer Hintergrund

Die theoretische Rahmung des Forschungsprojektes ist der im Grunde trivialen Feststellung geschuldet, dass nahezu jedes religiöse Forschungsfeld mindestens zwei Dimensionen aufweist: eine ideologisch-diskursive und eine praktisch-körperliche. Während die erste auf Theologien, Welt- und Menschenbilder, Symbolsysteme und Sinnkonstruktionen abzielt, ist die zweite an den konkreten, körperlichen und praktisch-materiellen Formen des Religiösen interessiert. Die Religionsforschung hat seit ihren Anfängen den zweiten Aspekt zugunsten des ersten vernachlässigt. Erst im Rahmen einer Perspektivenverschiebung, die unter Begriffen wie „Embodiment-Paradigma“ oder „body turn“ seit den 1990ern formuliert wurde¹, schenken Religions- und Kulturwissenschaftler_innen den konkreten materiellen und körperlichen Prozessen und Formen von Religion verstärkt Aufmerksamkeit (so z. B. Turner 1997; Coakley 1997; Shilling 2003; Gugutzer 2006).

Um beide Dimensionen des Feldes gleichermaßen präzise und theoretisch fundiert in den Blick zu nehmen, verwende ich Konzepte, die zwei breiten theoretischen Begriffsfeldern entstammen. So wird das Feld einerseits als Diskurs erforscht, das heißt als System zeichenhafter Elemente, die sprachlich und nicht-sprachlich kommuniziert und reproduziert werden und durch die die Akteure immer neue sinnhafte Strukturen erzeugen („Kultur als Text“, siehe z. B. Geertz 2009 [1966]; Violi 2012; Hall 2003; Yelle 2011). Andererseits ist

¹Diese theoretische Neuausrichtung läuft unter so verschiedenen Bezeichnungen wie „corporeal turn“ (siehe z. B. Violi 2012, S. 57), „body turn“ (siehe z. B. Gugutzer 2006, S. 9–10), „somatic turn“ (siehe z. B. Hancock u. a. 2000, S. 10–11, 30; Schroer 2005, S. 10) oder „Embodiment-Paradigma“ (Csordas 1990).

das Feld ein verkörpertes, das heißt eines, in dem der menschliche Körper eine zentrale Rolle einnimmt. Er ist selbst kulturell und religiös produktiv, wenn seine Aktivität oder Inaktivität, seine äußere Form oder sein innerer Zustand den Rahmen für Sinnkonstruktionen der Akteure schaffen. Dieser somatische Ansatz soll produktiv mit der Forschungsperspektive der Religionsästhetik verbunden werden, die auf die sinnliche Wahrnehmbarkeit religiöser Prozesse abzielt und damit betont, dass jede kognitive Weltdeutung sinnlicher Wahrnehmungsmodalitäten bedarf, um für die Akteure manifest und real zu werden (siehe z. B. Cancik und Mohr 1988; Wilke 2008; Meyer 2009; Mohn 2012).

In der Kombination beider Ansätze – des diskursiv-semiotischen und des somatisch-ästhetischen – kann das Feld devotionaler Fitness möglichst vollständig ausgeleuchtet und in seinen zentralen Dimensionen analysiert und theoretisch reformuliert werden.

Die vorliegende Forschung basiert auf projektspezifisch zugeschnittenen Methoden der Datenerhebung und Datenanalyse: Daten wurden erhoben durch teilnehmende Beobachtung, durch Interviews und durch Sammlung textlicher und audio-visueller Quellen. Die so generierte Datensammlung wurde zunächst in einen einheitlichen Modus, die Schriftform, überführt und sodann in einer von Diskursanalyse und Grounded Theory beeinflussten Weise analysiert. Zu Beginn wurde eine vergleichsweise kleine Datenmenge kodiert. Die so generierten Codes wurden kategorisiert und auf weiteres Material angewendet, wodurch teils neue Codes gebildet wurden. So konnten auf Basis der Kodierung abstraktere Kategorien entwickelt werden, die dann mit dem theoretischen Instrumentarium verknüpft wurden. Auf diese Weise entwickelte sich im Zusammenspiel von theoretischen Konzepten und aus dem Feld heraus generierten Begriffen ein Analyserahmen, der auf stetig hinzukommendes Material angewendet und kontinuierlich verfeinert werden konnte.

4.4. Körpertheologie und -praxis: Heilung von Beziehungen durch den Körper

Die im Folgenden vorgestellte Körpertheologie und -praxis ist als verkürzte und verdichtete Darstellung der häufigsten Elemente von Diskurs und Praxis zu lesen. Es gibt keine übergeordneten Strukturen oder Organisationen im Feld, die eine Vereinheitlichung oder Standardisierung von Konzepten und Praktiken leisten könnten oder wollten. Vielmehr ist es den marktähnlichen Strukturen des Feldes geschuldet, dass die Programme bestrebt sind, sich voneinander abzugrenzen und dementsprechend ganz eigene Praktiken und Deutungen entwickeln.

Als erklärtes Hauptziel so gut wie aller evangelikalen Fitnessprogramme wird der Begriff „Gesundheit“ angeführt. Dieses Konzept wird jedoch auf ganz spezifische Weise aufgefüllt, zum Beispiel so, dass Leser von Büchern wie *Shaped by Faith* (Rowe 2008) aufgefordert werden, ihr körperliches Training und ihre gesunde Lebensführung und Ernährung zu einem fortwährenden Gebet zu machen und Gott in ihrem Körper zu ehren. Gesundheit ist in den allermeisten Fällen direkt mit Schlankheit und körperlicher Fitness assoziiert. Kenneth E. Loy beispielsweise schreibt über sein Programm „My Body His Temple“, es handele sich um ein „health ministry that teaches us how to treat our bodies as the temple of God through proper nutrition“ (Loy 2005) und erläutert auf seiner Internetpräsenz die Motivation für die Entwicklung dieses Programms:

Back in July 1994, when I was 32 years old, I noticed a picture of myself with a double chin. I hadn't realized how much weight I had gained over the years. I was also sick and tired of being sick and tired, so I began to research health and nutrition from a biblical standpoint. (Loy 2005)

Sein persönlicher Auslöser war also die Sorge um Übergewicht bzw. körperliche Fitness – und er vermutet offensichtlich, dass es seinen Anhängern ähnlich geht. Selbst wenn Gesundheit und Schlankheit nicht direkt miteinander verbunden werden, ist die Bild- und Körpersprache der meisten Programme

eindeutig: Auf Buchtiteln werden beispielsweise schlanke, junge, dem westlichen Körperideal entsprechende Körper dargestellt (siehe Abb. 4.1 und 4.2).

Das Verständnis von Gesundheit als sichtbar in Schlankheit und Fitness hat für die Autoren und Gründer devotionaler Fitnessprogramme die Konsequenz, dass auch das Gegenteil von Gesundheit, Krankheit, direkt äußerlich am Körper abzulesen ist. Mehr noch: Übergewicht deutet nicht nur auf Krankheit hin, sondern sei selbst ein ungesunder Zustand. Dabei streiten die Akteure nicht ab, dass es Krankheiten gibt, die mit Übergewicht nichts zu tun haben; sie gehen aber davon aus, dass die meisten der modernen Volkskrankheiten direkt oder indirekt auf Übergewicht zurückzuführen sind. So schrieb einer der frühen Protagonisten devotionaler Fitness, Charlie Shedd, schon in den 1950ern:

Blood-pressure irregularities, gland disturbances, arthritis, joint disorders, gall-bladder troubles, heart problems, kidney ailments, flat feet – you name a physical something you don't want and chances are pretty good it's bad news for a fatty. (Shedd 1957, S. 15)

Übergewicht ist also sowohl Indikator für als auch Ursache von Krankheit. Krankheit wiederum wird verstanden als ein aus der Ordnung geratener Zustand – als körperliches, soziales, emotionales und spirituelles Ungleichgewicht. Damit verlässt die Argumentation die rein physische Dimension des Körpers und bezieht den Menschen in seiner Ganzheit (Körper, Geist und Seele) ein. Diese Ganzheit ist relational zu verstehen, das heißt sie stellt den Menschen in ein Netz von Beziehungen. Das individuelle Ich, die bewusst und intentional handelnde Einheit der Person, steht in Beziehungen verschiedenster Art, von denen vier für Programme devotionaler Fitness zentral sind: die zu Gott, zum Körper, zum Selbst und zu den Mitmenschen (siehe Abb. 4.3). Krankheit (d. h. Übergewicht) deutet im Verständnis vieler Akteure darauf hin, dass dieses Beziehungsnetz gestört ist.

Heilung sei nun möglich, wenn das spirituelle, körperliche, emotionale und soziale Ungleichgewicht des Ich wieder ins Lot gebracht werde, das heißt, wenn die gestörten Beziehungen geheilt würden. Die verschiedenen Beziehungen bedingen einander: Die Wiederherstellung von sozialen Beziehungen

„Heal through movement, worship and the Word of God“

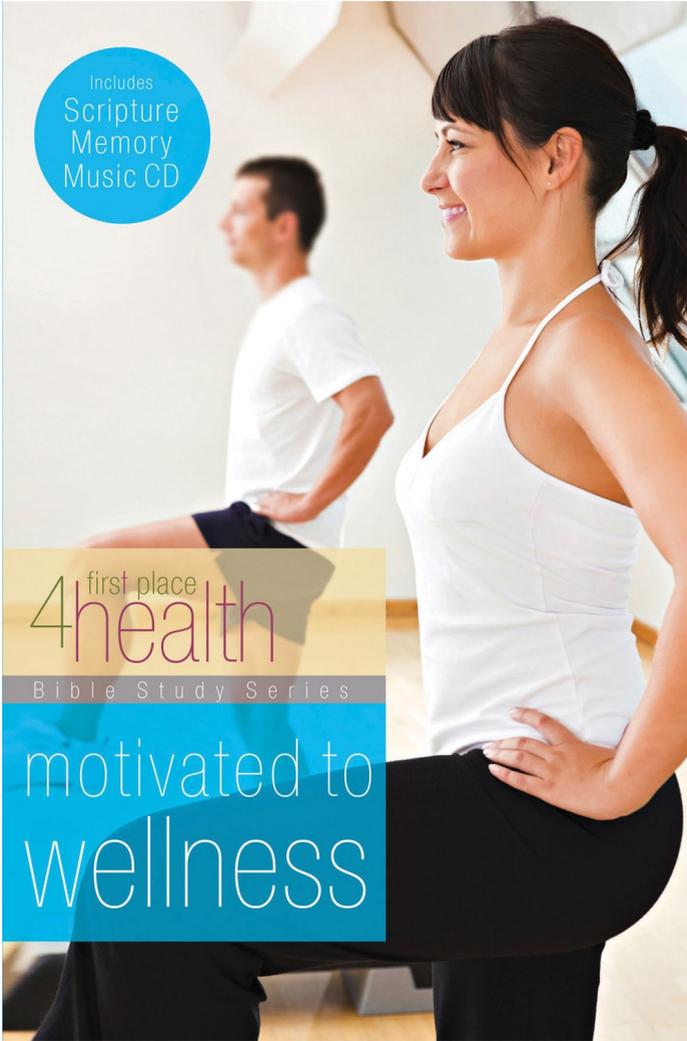


Abb. 4.1.: Titelbild der First Place 4 Health-Publikation Motivated to Wellness (2011)

BODY BY GOD

THE OWNER'S MANUAL FOR MAXIMIZED LIVING

FOLLOW THE BODY BY GOD PLAN TO IMPROVE YOUR BODY AND TRANSFORM YOUR LIFE IN ONLY 40 DAYS!

- Eat like an elephant but look like a gazelle
- Get in the best shape of your life with 10-minute workouts
- Completely reprogram the way you react to stress
- Achieve 160 hours of results in a 40-hour week
- Follow the 4 rules that lead to Olympic-level success

DR. BEN LERNER

Abb. 4.2.: Titelbild von Ben Lerner's *Body by God* (2003)

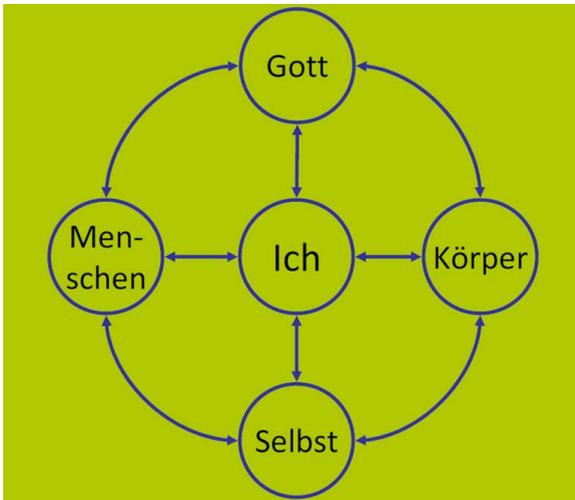


Abb. 4.3.: Das Ich steht in Beziehungen zu Gott, zum eigenen Körper, zum Selbst und zu seinen Mitmenschen

zum Beispiel heile emotionale Wunden und folge zugleich dem göttlichen Gebot der Nächstenliebe. Damit werden mindestens drei Beziehungsebenen zugleich angesprochen: die zu Mitmenschen, die zum Selbst und die zu Gott.

Spätestens hier wird deutlich, wie eng die ‚profane‘ Motivation des Gewichtsverlustes mit Überlegungen spiritueller Art verbunden werden. Doch bleibt der Körper für die Heilung des ganzen Menschen in all seinen Beziehungen zentral: Er wird zum *Index* und *Instrument* von Gesundheit und Krankheit. Im Körper fallen biologische, spirituelle, emotionale und soziale Dimensionen des Seins zusammen. Deshalb, so die Protagonisten des Feldes, kann durch und mit dem Körper Heilung auf allen Ebenen erreicht werden.

Der Körper weist eine *göttliche Dimension* auf, wenn er als Wunder der Schöpfung Gottes und als Tempel des Heiligen Geistes verstanden wird. Er wird als fleischliches Gefäß für eine transzendente Einheit verstanden, von der er belebt und bewegt wird. Die Tatsache seiner göttlichen Abkunft, so

Akteure des Feldes, kann der Körper am besten demonstrieren, wenn er gesund, das heißt in der Auslegung devotionaler Fitnessprogramme stark und schlank ist. Paul Eugene, Gründer des Aerobic-Fernsehprogramms „Gospel Fitness Workouts“, erklärt auf seiner Internetseite, Christen hätten ihren „earthly body as a gift to be honored and respected. We are to maintain the body as an act of worship for the limited time and purpose we have on the earth“ (Eugene 2011). Das „Erhalten“ des Körpers äußert sich für Eugene in der sportlichen Praxis.

Als *biologischer Organismus* ist der Körper Gegenstand medizinischer Untersuchungen und Eingriffe. Oft stößt man im Feld auf Protagonisten, die ihre medizinische Ausbildung mindestens ebenso stark betonen wie ihre spirituellen Qualifikationen. Ben Lerner zum Beispiel legt Wert darauf sowohl medizinisch qualifiziert zu sein – er ist Chiropraktiker – als auch auf Grundlage der Bibel und seines christlichen Glaubens erfolgreich zu sein (Lerner 2003, S. 15). Auch Gwen Shamblin, Gründerin des „Weigh Down Workshop“, hebt ihre medizinischen Qualifikationen hervor, die sie in einem ernährungswissenschaftlichen Studium an der University of Tennessee erwarb (Weigh Down Ministries 2010). Trotz des insgesamt ganzheitlichen Ansatzes herrscht auf dieser Ebene ein mechanistisches Körperbild vor, demzufolge die Funktionen des Körpers in technischen Begriffen erklärbar und damit auch beeinflussbar sind. Oft wird zum Beispiel der Körper als ‚perfekte Maschine‘ (Lerner 2003, S. 52–53) beschrieben oder in plastischen Metaphern erklärt, wenn der menschliche Körper ebenso wie ein Auto technisch beherrschbar ist und durch regelmäßige ‚Wartung‘ langfristig erhalten werden kann (Peña 2010, S. 13). Die Protagonisten gehen davon aus, dass der medizinisch gesunde Körper zugleich ein schlanker Körper ist – die durchaus vorhandenen Gegenstimmen im medizinischen und gesellschaftlichen Diskurs werden dabei in der Regel nicht rezipiert.²

²Hier ist besonders an die Anti-Diät-Bewegung zu denken, die schon in den 1960er Jahren als kleine Gegenbewegung zum sich etablierenden Schlankheitsideal entstand und davon ausgeht, dass Körpergewicht weder ein zuverlässiger noch der einzige Indikator für Gesundheit oder gar Charakter ist (Fraser 1997, S. 219–220, 233).

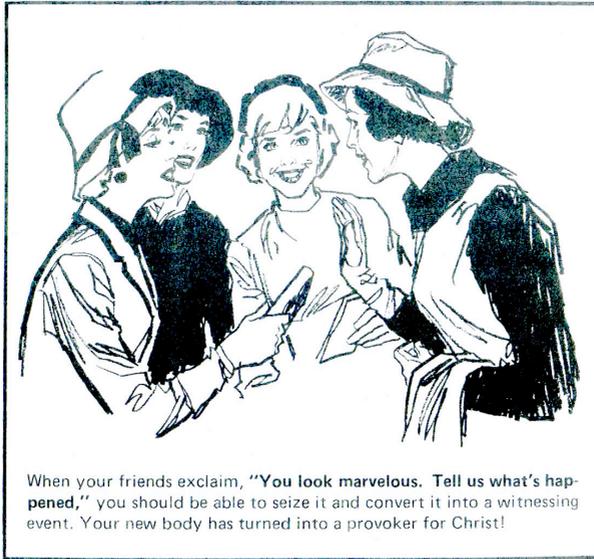


Abb. 4.4.: Der schlanke Körper wird zum Instrument der Evangelisierung (Lovett 1982 [1977], S. 205)

Der Körper weist eine *soziale Dimension* auf, wenn er nicht nur Sender und Empfänger sozialer Interaktion sondern auch Medium derselben ist. Der schlanke, neue Körper soll zum „provoker for Christ“ werden (Lovett 1982 [1977], S. 205; siehe Abb. 4.4), womit soziale Interaktionen zugleich immer auch evangelisierende Funktion haben, wenn der schlanke Körper bewusst zum Zwecke der Evangelisation im sozialen Umfeld der Akteure eingesetzt wird.

Der Körper selbst ‚spricht‘, so Shedd: „[T]he shape we are in talks“ (Shedd 1984 [1972], S. 92). Übergewichtige Körper werden als Zeichen für den Charakter der betreffenden Person verstanden; sie werden oft, wenn auch implizit, als Anzeichen für Charaktereigenschaften wie Faulheit, Unglück und mangelnde Selbstdisziplin nicht nur in Bezug auf Essen gewertet. Dünne Menschen dagegen werden als beliebt, erfolgreich und diszipliniert angesehen.

In einer frühen Publikation des Genres von Deborah Pierce (*I Prayed Myself Slim*) schildert die Autorin, dass sie aufgrund ihres Übergewichts unbeliebt und daher unglücklich gewesen sei (Pierce 1960, S. 9). Lovett drückt es in den 1970ern noch drastischer aus: das Liebesleben übergewichtiger Menschen sei „one big fantasy“ (Lovett 1982 [1977], S. 24). Diese sozial konstruierte Bewertung von Übergewicht pflanzt sich im Diskurs bis heute fort und spiegelt sozioökonomische Realitäten in den USA wider.³

Der Körper wird damit aus Sicht der Teilnehmer zum für alle Augen sichtbaren Anzeichen der charakterlichen Eigenschaften des *Selbst*. Das ‚wahre Ich‘, so die Akteure, wird vom übergewichtigen Körper buchstäblich eingesperrt, wenn Körperfett ein sozialer Ab- und Ausgrenzungsfaktor wird. Abnehmen, Fitness und Diäten würden damit nicht nur zum probaten Mittel der sozialen Aufwertung, sondern ermöglichten es auch, das Selbst ‚so wie Gott es geschaffen hat‘, zur Geltung zu bringen. So schreibt Charlie Shedd: „Peel off the layers, watch it emerge, and know the thrill which comes when you meet the real you“ (Shedd 1957, S. 40). Und mehr als 50 Jahre später formuliert die Moderatorin einer kanadischen Talkshow für christliche Frauen ihre Erfahrung mit Übergewicht und Abnehmen wie folgt: „This isn’t who I really am; and I felt like a skinny person, still not quite there yet. Somewhere inside of me, there’s this skinny person who wants to come out; trapped inside a body that wasn’t mine“ (*Full Circle* 2011).

Die hier genannten vier Dimensionen des Körpers sind eng damit verbunden, wie der Körper zu einem Medium und Instrument von Beziehungen wird. Der Körper in seiner Multidimensionalität enagiert und markiert die oben genannten Beziehungen des Ich zu Gott, zum Körper, zum Selbst und zu den Mitmenschen. Stark verkürzt kann man festhalten, dass die meisten Programme devotionaler Fitness davon ausgehen, dass ein schlanker Körper auf Gleichgewicht und Ordnung sowohl in den Dimensionen des Körpers als auch in den verschiedenen Beziehungen hinweist. Umgekehrt kann der Kör-

³ Sozialpsychologischen Studien zufolge erhöht Übergewicht die Wahrscheinlichkeit, dass Personen weniger verdienen, seltener heiraten und schlechter ausgebildet sind (Samovar u. a. 2013, S. 263).

per selbst dieses angestrebte Gleichgewicht herbeiführen – Fitnesstraining und Abnehmen sind dabei die Praktiken der Wahl in devotionaler Fitness.

Programme kleiden die hier skizzierten Prämissen in Begriffe der Heilung: Es geht darum, Beziehungen zu heilen durch Heilung des Körpers in all seinen Dimensionen. Heilung betrifft aber nicht nur den Körper, sondern auch die Seele, die aus christlich-evangelikaler Sicht des Heils, also der Erlösung bedarf. Devotionale Fitness verkörpert damit einen für den Evangelikalismus grundlegender Dualismus bezüglich der Erlangung des Heils: den zwischen den erlösten und den nicht erlösten Menschen. Die Dichotomie ‚krank‘ vs. ‚gesund‘ ist strukturell analog zur Dichotomie ‚nicht gerettet‘ vs. ‚gerettet‘. Das bedeutet nicht, dass diese Begriffspaare von den Akteuren gleichgesetzt werden: viele Programme räumen explizit ein, dass Krankheit (und auch Behinderung) nicht zwangsläufig bedeuten, dass die Betroffenen keine guten Christen sein können, so zum Beispiel Robert Evans, Gründer der Fernsehensendung „Christian Fitness TV“ im Interview (Evans 2011). Und Ben Lerner betont: „God does not love you any less if you do not eat well“ (Lerner 2003, S. 45).

Dennoch ist hier eine Übertragung des etablierten Begriffspaares ‚gerettet‘ vs. ‚nicht gerettet‘ in die im US-amerikanischen Kontext nahezu universell anschlussfähige Dichotomie von ‚krank‘ (= übergewichtig) vs. ‚gesund‘ (= schlank) erkennbar, die den Gnadenstand des Gläubigen verkörpert und damit auch sichtbar und gestaltbar macht. Krankheit, so die im Diskurs zirkulierende Annahme, manifestiert sich in einem übergewichtigen Körper und beeinflusst zugleich die verschiedenen Beziehungen des Ich negativ; Gesundheit manifestiert sich in einem schlanken Körper und beeinflusst die Beziehungen des Ich positiv. Die wichtigste dieser Beziehungen ist im evangelikalen Kontext die zu Gott bzw. Jesus. So bedürfe es zum Beispiel eines gesunden und starken Körpers, um den vielfältigen Aufgaben gerecht zu werden, vor die Gläubige sich durch göttlichen Auftrag gestellt sehen.

Der positive Zustand, in dem das Ich in guten Beziehungen steht und seinen Körper in jeglicher Hinsicht geheilt hat, wird als Fitness, Wellness, Harmonie oder Gesundheit bezeichnet. Diese Begriffe beziehen sich explizit nicht nur auf den physischen Zustand des Körpers, sondern schließen soziale, emotio-

nale und spirituelle Dimensionen mit ein. Deshalb bezeichnen sich einige Programme explizit als „holistisch“: „Body & Soul Fitness“ verfolgt einen „truly holistic approach to fitness“ (Body & Soul 2008) und Ben Lerner's Ansatz basiert ebenfalls auf einem „holistic approach to sustainable health“ (*Maximized Living* 2011). Die Charakterisierung als „holistisch“ trifft aber nicht nur aus Sicht der Programme selbst zu, sondern kann – in einer analytischen Fassung des Begriffs „holistisch“ (Knoblauch 2009, S. 126–127) – auch auf das gesamte Feld devotionaler Fitness erweitert werden: Verschiedene Dimensionen des menschlichen Lebens und seiner Beziehungsnetzwerke werden zusammen betrachtet und gesellschaftliche Bereiche wie Medizin, Sport, Fitness und Glaube entgrenzen sich.

4.5. Schlussbemerkungen zur Somatisierungsthese

Das hier nur knapp skizzierte Feld und die aus der Analyse gewonnenen Ergebnisse erlauben es, abschließend das Konzept der Somatisierung zu thematisieren. „Somatisierung“ wird hier im Anschluss an das Symposium „Somatisierung des Religiösen“ verstanden als der „Einbezug der körperlich-emotionalen Dimension zur Konstruktion und Plausibilisierung religiöser Wirklichkeit“ (CfP). Dabei kann man beobachten, dass sich dieser Einbezug der körperlich-emotionalen Dimension in religiösen Wirklichkeitskonstruktionen in den letzten Jahrzehnten qualitativ und quantitativ verändert hat – und zwar dahingehend, dass Körperlichkeit und körperliches Erleben für die praktische Glaubenausübung wichtiger geworden sind als zuvor. Das Ausmaß und der Zeitraum dieser Veränderung sind schwer zu verallgemeinern – doch am Beispiel devotionaler Fitness wird zumindest für einen Ausschnitt des US-amerikanischen Evangelikalismus deutlich, dass es spätestens seit Ende der 1950er Jahre Bewegungen gibt, für die der Körper keine Nebensächlichkeits mehr ist, sondern zum konkret erfahrbaren Ort des Göttlichen wird. Diese Gruppen machen den Körper zum Instrument von ‚Gottes Willen auf Erden‘, womit er zum zentralen Bestandteil und Akteur ihres (Glaubens-)Alltags wird. Dies steht im Gegensatz zur oft mit dem Protestantismus assoziierten ‚Kör-

perfeindlichkeit‘ (siehe z. B. Mellor und Shilling, 1997, S. 9–10, 42–43). Nicht nur im Bereich von Sport und Fitness wurde verschiedentlich angemerkt, dass es neue Strömungen innerhalb des Protestantismus gibt, die Kognition und Textualität in den Hintergrund rücken und sich vermehrt der Praxis, dem Körperlichen und der Sinneswahrnehmung zuwenden.⁴ In zeitgenössischen evangelikalischen Fitnessprogrammen ist der Körper mehr als nur das vergängliche Gefäß einer unsterblichen Seele – er wird Akteur und Subjekt religiöser Praxis und erlangt eine zentrale Rolle im Leben der Gläubigen, wenn diese durch und mit ihrem Körper in Beziehung zu Gott treten und diese verkörpern können.⁵ Laura Monica, die eingangs zitierte Gründerin des Programms „WholyFit“ drückt dies wie folgt aus:

Jesus actually doesn't care whether we're sitting, standing, kneeling, standing on our head, running, jogging, swimming. It doesn't matter. We can pray to him doing any type of activity and, actually, he enjoys that with us, that's what I have found. He actually dances with us, he actually runs with us, he walks with us. [...] Because our spirits are housed in these physical bodies, it actually helps to use our bodies to spur on our spirit. I have found that expressing worship through movement and expressing prayer through movement is helpful for me and that Jesus enjoys it. [...] On top of that [...] the scripture seems to go into my brain and heart much better and deeper when I'm acting them out, because this is the way I learn. (Monica 2011a)

⁴Nur ein Beispiel für die Forschungsprojekte, die derzeit zu diesem Thema laufen, ist das an der Adger Universität in Norwegen von Pål S. Repstad geleitete Projekt „Religion as Aestheticizing Practice“ (RESEP), das mit dem Fokus auf den norwegischen Protestantismus Fragen wie: „Religion: More Sensual and Aesthetic, Less Cognitive and Dogmatic?“ nachgeht. Vgl. auch die Projektseite (auf Norwegisch), URL: http://prosjekt.uia.no/resep/?page_id=1368 (besucht am 05.12.2014).

⁵Diese Ideen sind nicht gänzlich neu, sondern wurden in Bewegungen wie der sogenannten Muscular Christianity, einer angelsächsischen, christlichen Bewegung um 1900, und der daraus hervorgehenden Young Men's Christian Association (YMCA) bereits formuliert und praktisch umgesetzt – wenn auch unter anderen Bedingungen und mit deutlichen Unterschieden zur zeitgenössischen devotionalen Fitness.

Der Körperfokus devotionaler Fitness kann aber nicht nur als Bruch mit der protestantischen Tradition der ‚Körperfeindlichkeit‘, sondern auch als Kontinuität in Bezug auf die Disziplinierung des Körpers gesehen werden. Diese Disziplinierung des Körpers besteht in devotionaler Fitness, nun nicht mehr in einer Reduktion des Körperlich-Sinnlichen, sondern in der Entwicklung und Umsetzung teils rigider Diät- und Fitnesspläne.

Wie oben geschildert, wird der Körper zum Hauptindex sowohl der physischen als auch der spirituellen ‚Gesundheit‘. Dies deutet darauf hin, dass hier eine Entgrenzung zwischen säkular-medizinischen und spirituellen Diskursen stattfindet. Begriffe aus beiden Diskursen werden so eng miteinander verflochten, dass es kaum mehr möglich ist, sie wenigstens analytisch zu trennen. Das Feld eignet sich insofern dafür, auf die Entgrenzungsprozesse zwischen ‚Säkularem‘ und ‚Religiösem‘ aufmerksam zu machen, wenn z. B. scheinbar säkulare Fitnesssportarten wie Pilates und Aerobic zu explizit christlichen Praktiken des Gebets und der Meditation gemacht werden oder wenn medizinisch begründete Ernährungsvorschriften Teil einer ‚biblischen‘ Diät werden.

Die Tendenz zum Körperlichen und der Fokus auf den Körper ist dabei ganz offensichtlich keine genuin evangelikale Entwicklung. Devotionale Fitness partizipiert an einem Diskurs, der im Rahmen breiterer Individualisierungsprozesse im Laufe des 20. Jahrhunderts die Perfektionierung des Körpers zum allgemein anerkannten Ziel in ‚westlichen‘ Gesellschaften gemacht hat. Der „body turn“, der sich in Yoga, Fitnessboom, Schlankheitskult etc. zuerst ‚im Feld‘ äußerte und dann auch von den Gesellschafts- und Kulturwissenschaften als solcher erkannt und aufgegriffen wurde, liefert damit den Rahmen für eine spezielle Ausformung evangelikaler Frömmigkeit, die bestrebt ist, mit ihrem kulturellen Umfeld zu interagieren und zugleich eine dezidiert evangelikale Identität zu bewahren.

Literatur

- Body & Soul (2008), *Body & Soul Fitness: Where Faith and Fitness Meet*. URL: <http://bodyandsoul.org/> (besucht am 17. 07. 2011) (zit. S. 113).
- Cancik, Hubert und Hubert Mohr (1988), „Religionsästhetik“. In: *Handbuch religionswissenschaftlicher Grundbegriffe*. Hrsg. von Hubert Cancik, Burkhard Gladigow und Matthias Laubscher. Bd. 1. Stuttgart: Kohlhammer, S. 121–156 (zit. S. 103).
- Coakley, Sarah (1997), „Introduction: Religion and the Body“. In: *Religion and the Body*. Hrsg. von Sarah Coakley. Cambridge [et al.]: Cambridge University Press, S. 1–12 (zit. S. 102).
- Csordas, Thomas J. (1990), „Embodiment as a Paradigm for Anthropology“. In: *Ethos* 18, S. 5–47. JSTOR: [640395](https://www.jstor.org/stable/640395) (zit. S. 102).
- Eugene, Paul (2011), *Gospel Fitness Workouts: Giving Him Praise*. URL: <http://www.gospelfitnessworkouts.com/> (besucht am 13. 09. 2011) (zit. S. 109).
- Evans, Robert (2011), *Interview von Martin Radermacher*. 27. 09. 2011. Largo, FL (zit. S. 112).
- Fraser, Laura (1997), *Losing It: America's Obsession with Weight and the Industry That Feeds on It*. New York: Dutton (zit. S. 109).
- Full Circle (2011). Fernsehendung. Crossroads Television Systems, 15. 03. 2011. URL: <http://www2.crossroads.ca/fullcircle/player?vidID=21350> (besucht am 16. 09. 2011) (zit. S. 111).
- Geertz, Clifford (2009 [1966]), „Religion As a Cultural System“. In: *The Interpretation of Cultures: Selected Essays*. New York: Basic Books, S. 87–125 (zit. S. 102).
- Gerber, Lynne (2012), *Seeking the Straight and Narrow: Weight Loss and Sexual Reorientation in Evangelical America*. Chicago und London: University of Chicago Press (zit. S. 100, 101).
- Griffith, Ruth Marie (2004), *Born Again Bodies: Flesh and Spirit in American Christianity*. California Studies in Food and Culture 12. Berkeley, CA: University of California Press (zit. S. 100, 101).

- Gugutzer, Robert (2006), „Der body turn in der Soziologie: Eine programmatische Einführung“. In: *Body turn: Perspektiven der Soziologie des Körpers und des Sports*. Hrsg. von Robert Gugutzer. Bielefeld: Transcript, S. 9–53 (zit. S. 100, 102).
- Hall, Stuart (2003), „Introduction“. In: *Representation: Cultural Representations and Signifying Practices*. Hrsg. von Stuart Hall. London: SAGE, S. 1–11 (zit. S. 102).
- Hancock, Philip u. a. (2000), *The Body, Culture, and Society: An Introduction*. Buckingham: Open University Press (zit. S. 100, 102).
- Joas, Hans (2009), „Die religiöse Situation in den USA“. In: *Woran glaubt die Welt? Analysen und Kommentare zum Religionsmonitor 2008*. Hrsg. von Bertelsmann Stiftung. Gütersloh: Bertelsmann Stiftung, S. 329–347 (zit. S. 100).
- Knoblauch, Hubert (2009), *Populäre Religion: Auf dem Weg in eine spirituelle Gesellschaft*. Frankfurt am Main: Campus (zit. S. 113).
- LaFleur, Willam R. (1998), „Body“. In: *Critical Terms for Religious Studies*. Hrsg. von Mark C. Taylor. Chicago und London: University of Chicago Press, S. 36–54 (zit. S. 100).
- Lerner, Ben (2003), *Body by God: The Owner's Manual for Maximized Living*. Nashville, TN: Nelson (zit. S. 109, 112).
- Lovett, C. S. (1982 [1977]), *“Help Lord: The Devil Wants Me Fat!”: A Scriptural Approach to a Trim and Attractive Body*. Baldwin Park, CA: Personal Christianity (zit. S. 110, 111).
- Loy, Kenny (2005), *My Body, His Temple*. URL: <http://www.mybodyhistemple.com/> (besucht am 23.06.2011) (zit. S. 104).
- Maximized Living* (2011). URL: <http://www.maximizedliving.com/> (besucht am 23.04.2011) (zit. S. 113).
- Mazer, Sharon (1994), „The Power Team: Muscular Christianity and the Spectacle of Conversion“. In: *The Drama Review* 38.4, S. 162–188 (zit. S. 100).
- Meyer, Birgit (2009), „From Imagined Communities to Aesthetic Formations: Religious Mediations, Sensational Forms, and Styles of Binding“. In: *Aesthetic Formations: Media, Religion, and the Senses*. Hrsg. von Birgit Meyer. New York: Palgrave Macmillan, S. 1–28 (zit. S. 103).

- Miller, Donald E. (1999 [1997]), *Reinventing American Protestantism: Christianity in the New Millennium*. Berkeley, CA: University of California Press (zit. S. 100).
- Mohn, Jürgen (2012), „Religionsästhetik: Religion(en) als Wahrnehmungsräume“. In: *Religionswissenschaft*. Hrsg. von Michael Stausberg. Berlin: De Gruyter, S. 329–342 (zit. S. 103).
- Monica, Laura (2011a), *Postures for Prayer*. URL: <http://www.youtube.com/watch?v=iDNxjDf9BCg> (besucht am 10.12.2011) (zit. S. 114).
- (2011b), *WholyFit: Better Than Yoga*. URL: <http://www.wholyfit.com/> (besucht am 21.05.2011) (zit. S. 98).
- Peña, Jimmy (2010), *PrayFit: Your Guide to a Healthy Body and a Stronger Faith in 28 Days*. Ventura, CA: Gospel Light (zit. S. 109).
- Pierce, Deborah (1960), *I Prayed Myself Slim: The Prayer-Diet Book*. New York: The Citadel Press (zit. S. 111).
- Roof, Wade Clark (1999), *Spiritual Marketplace: Baby Boomers and the Remaking of American Religion*. Princeton, NJ: Princeton University Press (zit. S. 100).
- Rowe, Theresa (2008), *Shaped by Faith: 10 Secrets to Strengthening Your Body & Soul*. Nashville, TN: Ideals Publications (zit. S. 104).
- Samovar, Larry A. u. a. (2013), *Communication Between Cultures*. 8. Aufl. Belmont, CA: Wadsworth (zit. S. 111).
- Schrettle, Gregor (2006), *Our Own Private Exodus: Gwen Shamblin's Dieting Religion and America's Puritan Legacy*. Essen: Die Blaue Eule (zit. S. 100, 101).
- Schroer, Markus (2005), „Einleitung: Zur Soziologie des Körpers“. In: *Zur Soziologie des Körpers*. Hrsg. von Markus Schroer. Frankfurt am Main: Suhrkamp, S. 7–47 (zit. S. 100, 102).
- Shedd, Charlie W. (1957), *Pray Your Weight Away*. Philadelphia, PA: Lippincott (zit. S. 105, 111).
- (1984 [1972]), *The Fat is in Your Head: A Life Style to Keep it Off*. Waco, TX: Word Books (zit. S. 110).
- Shilling, Chris (2003), *The Body and Social Theory*. 2. Aufl. London: SAGE (zit. S. 102).

- Turner, Bryan S. (1997), „The Body in Western Society: Social Theory and its Perspectives“. In: *Religion and the Body*. Hrsg. von Sarah Coakley. Cambridge [et al.]: Cambridge University Press, S. 15–41 (zit. S. 102).
- Violi, Patrizia (2012), „How our Bodies Become Us: Embodiment, Semiosis and Intersubjectivity“. In: *Journal of Cognitive Semiotics* 4.1, S. 57–75. DOI: [10.1515/cogsem.2009.4.1.57](https://doi.org/10.1515/cogsem.2009.4.1.57) (zit. S. 100, 102).
- Weigh Down Ministries (2010), *Weigh Down Ministries: Permanent Weight Loss & the Solution to All Addictions*. URL: <http://www.weighdown.com/> (besucht am 17.01.2011) (zit. S. 109).
- Wilke, Annette (2008), „Religion/en, Sinne und Medien: Forschungsfeld Religionsästhetik und das Museum of World Religions (Taipeh)“. In: *Im Netz des Indra: Das Museum of World Religions, sein buddhistisches Dialogkonzept und die neue Disziplin Religionsästhetik*. Hrsg. von Annette Wilke und Esther-Maria Guggenmos. Münster: Lit, S. 206–294 (zit. S. 103).
- Yelle, Robert A. (2011), „Semiotics“. In: *The Routledge Handbook of Research Methods in the Study of Religion*. Hrsg. von Michael Stausberg und Steven Engler. London: Routledge, S. 355–365 (zit. S. 102).