

# 140 Frauen spüren der eigenen Schönheit nach

Vortrag, Workshops und gute Gespräche prägen den Aktionstag in der Obersten Stadtkirche

Von Jennifer Katz

**Iserlohn.** „Weißt Du nicht, wie schön Du bist?“ Dieser Frage haben am Samstag 140 Frauen aus ganz Westfalen in der Obersten Stadtkirche nachgespürt. Zum mittlerweile sechsten Mal hatte die „Geistliche Gemeinde-Erneuerung in der Evangelischen Kirche von Westfalen“ (GGE) zu einem Tag ganz speziell für Frauen eingeladen.

Und gleich zu Beginn bot sich ein eindrucksvolles Bild in der Kirche: Vor dem Altarraum spielte die Band „Herznote“ christliche Lieder, die die Teilnehmerinnen teils im Stehen mit ausgebreiteten Armen und geschlossenen Augen mitsangen. Nach der Lobpreiszeit konnte Silvia Jöhring-Langert vom GGE-Regionalbüro die Referentin und ihr Thema vorstellen: „Schönheit ist ein Thema, das jede von uns beschäftigt. Es ist etwas Urweibliches.“ Viele Frauen würden an mangelndem Selbstwertgefühl und angeschlagenem Selbstbewusstsein leiden. Wie sie selbst damit umgegangen ist, erklärte Christine Siekermann den Teilnehmerinnen in ihrem Vortrag. Die 1956 in Köln geborene Frau eines Pfarrers im Ruhestand lebt in Altenseelbach bei Siegen, ist ausgebildete Hebamme, Gebetsseelsorgerin und Gestalttherapeutin.

## Die Prägung beginnt bereits nach der Geburt

Anhand ihres eigenen Beispiels erklärte sie, dass Frauen „die Bestätigung von beiden Elternteilen brauchen“, um Sicherheit zu bekommen. Christine Siekermann gestand, dass ihre Mutter ihr bereits als Kind vermittelt hatte, hinter der älteren Schwester zurückzustehen. „Sie war schöner, tüchtiger, klüger. Ich habe mich lange gefragt: ‚Wer bin ich denn dann?‘ Sie hatte den Kosenamen ‚Fledermausöhrchen‘ für mich, weil meine Ohren aus den langen Haaren hervorlugten. Das war sicher lieb gemeint, aber es hat etwas mit mir gemacht. Ich habe das nicht gemocht.“ Gerade die Bestätigung, die positiven Aussagen derjenigen, die uns prägen, seien immens wichtig. „Ich bekam sehr wenig Hilfe, bei der Aufgabe, eine Frau zu werden.“ Auch der Vater sei keine



Lauter wurde es in der Obersten Stadtkirche, als die Frauen sich gegenseitig kurz anschauen und Komplimente machen sollten.

FOTOS: JENNIFER KATZ



Referentin Christine Siekermann (li.) wurde von Silvia Jöhring-Langert vom GGE-Regionalbüro vorgestellt.

große Stütze dabei gewesen. „Er war zwar unglaublich lieb, aber auch sehr schweigsam. Ich habe es lange nicht gewusst, aber es hat eine Wunde bei mir hinterlassen, dass er mir nie gesagt hat, dass er mich schön findet“, erklärte Christine

Siekermann. Die Ambivalenz und die Unsicherheit hätten sich erst langsam verabschiedet, nachdem sie ihren Mann Christoph kennen gelernt hatte.

Neben der Prägung durch die Eltern seien auch die Einflüsse von

außen entscheidend. „Mode und ‚Germany's next Topmodel‘ beispielsweise vermitteln Ideale, denen die normale Frau nicht entspricht“, so die Referentin, die ihre Zuhörerinnen um eine kleine Aufgabe bat. Immer zwei Frauen sollten sich kurz anschauen und sich „eine kleine Sache, die schön ist, sagen“. Dabei wurde ganz schnell deutlich: In jedem Gesicht gibt es etwas Schönes zu entdecken. Gekicher und Gespräche wurden nach der Aufgabe immer lauter, die Teilnehmerinnen waren sofort in erste Diskussionen verstrickt. Christine Siekermann hatte ihre Mühe, die Aufmerksamkeit wieder auf sich zu lenken.

## Rat zum Gespräch mit Jesus

Sie riet zum „Bilderaustausch“: das Selbstbild gegen das, das Gott hat. Die Referentin riet dazu, einen „ganz besonderen Ort“ aufzusuchen, um Antworten zu erhalten: „Je mehr Zeit wir mit Jesus verbringen, um so mehr kann er uns sagen, wer wir sind und wie kostbar wir sind. Dazu sind viel Zeit und Ruhe

erforderlich, nehmt sie Euch.“ Nach einem Gebet und dem Mittagessen im Lutherhaus ging es mit Workshops weiter. Elke Frommhold lud die Frauen zur Gestaltung eines „Kreativen Körperbildes“ mit Pastellkreide ein. „Lerne, Dich selbst wertzuschätzen“ lautete das Thema von Carmen Kowski, die erst einen kurzen Vortrag hielt, um dann praktische Übungen zur Stärkung von Körper- und Selbstbewusstsein vorzustellen. Bewegung und Tanz gab es im Workshop von Annelie Rehra. „Von der inneren zur äußeren Schönheit“ hieß es bei Kosmetikerin Elke Hermens und Fotografin Angelika Löwen. Im fünften Workshop gab es die Möglichkeit, mit Christine Siekermann den Vormittags-Vortrag noch einmal zu vertiefen.

Für diejenigen, die nach den zahlreichen Impulsen ein seelsorgerisches Gespräch benötigten, standen Pfarrerin Mirjam Ellermann und Seelsorgerin Dagmar Kipp bereit. Und schließlich endete der Tag so, wie er begonnen hatte: mit Musik und Gemeinsamkeit in der Obersten Stadtkirche.