

Amira Gorski, Angebote zum Thema LUSTGEBURT:

Vita, bisherige Auftritte und Publikationen, sowie Bild- und Textmaterial finden Sie auf der

Presseseite: <https://lustgeburt.de/presse/>

1. Impulsvortrag

Zeit: 30 - 60 Min.

Zielgruppe: offen für alle am Thema Geburt Interessierten

Kosten: beim ersten "Schnupper-Vortrag":

unter 30 Zuhörer/innen:	200 Euro
über 30 Zuhörer/innen:	Kostenlos
+Fragerunde (20 Min.):	zzgl. 50 Euro

bei weiteren Vorträgen:

unter 100 Zuhörer/innen:	800 Euro
über 100 Zuhörer/innen:	400 Euro
+Fragerunde (20 Min.):	zzgl. 100 Euro

Ort: Deutschland, Österreich, Schweiz

Sprache: Deutsch oder Englisch

Inhalt: Wahl aus folgenden Themen:

1. "Ich hatte eine Lustgeburt"

Amira Gorski lässt uns an ihrer, für sie überraschenden, Geburtserfahrung teilhaben und enthüllt das wohl bestgehütete Geheimnis unserer Zeit:

Wir Frauen können, statt in Angst und Schmerz, orgasmisch gebären!

Geburt ist Teil unserer Sexualität. Und dieses Thema geht uns alle an! Denn die Art wie wir gebären, prägt nicht nur unser Kind, sondern auch unser Liebesleben und Familiensystem und letztlich unsere ganze Gesellschaft, denn:

*Peace on Earth
Begins with Pleasure in Birth!*

2. "Lustvolle Geburtsvorbereitung in 6 Schritten"

Geburt ist Teil unserer weiblichen Sexualität. Deshalb braucht es ein Umdenken in der Art, wie wir uns darauf vorbereiten. Themen wie Schoßraumheilung, Scham und Paar-Sexualität dürfen in der Schwangerschaft neu erfahren werden. Amira Gorski zeigt uns mit alltagstauglichen Methoden den Weg, wie wir uns selbstbestimmt auf eine "ekstatische Lustgeburt" vorbereiten können.

Denn Lust ist nichts, was wir erst unter der Geburt "einschalten" können, sie will gelebt und verkörpert sein

3. Worüber keiner spricht: "Masturbation als natürliches Schmerzmittel unter der Geburt"

Amira Gorski erörtert die Rolle des Liebes- und Kuschelhormons Oxytocin während der Geburt. Durch Selbstberührung haben wir deshalb einen enormen Einfluss sowohl auf den Geburtsverlauf, als auch auf unser Schmerzempfinden. Dieses wertvolle, aber tabu-behaftete Wissen darf schwangeren Frauen nicht mehr länger vorenthalten werden. Die Autorin des

Buches "Lustgeburt - wir gebären wieder orgasmisch!" ermutigt uns lustvoll zu gebären und uns die Räume dafür zu schaffen - denn:

Geburt braucht Intimität!

2. Lesung + Fragerunde

Zeit: 60 - 90 Min.
Zielgruppe: offen für alle, auch "Laufpublikum"
Kosten: unter 50 Zuhören/innen: 200 Euro
über 50 Zuhören/innen: Kostenlos
Ort: Deutschland, Österreich, Schweiz (ggf. zzgl. Fahrkosten)
Sprache: Deutsch

Inhalt: **Lesung: "Lustgeburt - Wir gebären wieder orgasmisch!"
Authentische Erfahrungsberichte und praktisches Wissen für den Wandel.**

"(...) Die entspannte Trance wandelte sich in ekstatische Lust, die mit jedem Mal stieg, wenn das Köpfchen den Muttermund berührte. (...)"

"(...) Schamesröte schoss mir ins Gesicht. ICH HATTE EINEN ORGASMUS BEI DER GEBURT MEINER TOCHTER. Erst Jahre später konnte ich dieses Gefühl annehmen. (...)"

Was, wenn Geburt eigentlich das genaue Gegenteil von Schmerz und Angst ist, nämlich so lustvoll wie Sex, sodass es sogar zu Geburts-Orgasmen kommt? Was, wenn jede Frau so gebären könnte?

27 Frauen - und 4 Männer - brechen mutig alle Tabus und erzählen ganz ehrlich und ungeschönt von ihren lustvollen Geburtserlebnissen - ob zuhause, im Geburtshaus, im Krankenhaus oder im Alleingang. Praxisnahes Wissen von Experten aus Kulturanthropologie, Bindungsanalyse, Geburtshilfe, Theologie und Medizin zeigt uns, was wir als Gesellschaft vergessen haben:

Sex und Geburt sind ähnlicher als wir es je für möglich gehalten hätten!

Amira Gorski liest aus ihrem Buch "Lustgeburt - wir gebären wieder orgasmisch!" und öffnet danach den Raum für Publikumsfragen.

Hier kompakt alle Infos zum Buch:

<https://docs.google.com/document/d/16KpL7KsCStBToFZy5iPJDX1StFbPHa-ToBk4fSOTI0A/edit>

3. Lesung+Vortrag+Fragerunde

Zeit: 90 - 120 Min.
Zielgruppe: offen für alle
Kosten: unter 30 Zuhörer/innen: 1.000 Euro
über 30 Zuhörer/innen: 500 Euro
Ort: Deutschland, Österreich, Schweiz

Sprache: Deutsch oder Englisch

Inhalt: Wahl aus folgenden Themen: s. o. Impulsvortrag + Lesung

3. Experten-Interview

Zeit: 90 - 120 Min.

Zielgruppe: offen für alle

Kosten: unter 30 Zuhörer/innen: 1.000 Euro
über 30 Zuhörer/innen: 500 Euro
im TV, Radio, o.ä. kostenlos

Ort: Deutschland, Österreich, Schweiz

Sprache: Deutsch oder Englisch

Inhalt: offen für alle Fragen rund um das Thema Lustgeburt

4. Messe- oder Festivalstand "Rotes Lustgeburts-Zelt"

Zusammen mit dem gemeinnützigen Verein "Lustgeburt-Bewegung - Verein(t) für lustvolles Leben von Anfang an" bieten wir einen Stand, sowie ein rotes Zelt mit kostenlosem Kakao und Tee an, um über das Thema Lustgeburt ins Gespräch zu kommen und das Lustgeburts-Buch anzubieten. Wir haben 3 verschiedene Zelte zur Auswahl mit verschiedenen Maßen (5-30 Personen).

Zeit: 1 Tag - 1 Woche

Zielgruppe: offen für alle, Laufpublikum

Kosten: kostenlos ab 500 Besuchern der Messe/Festival
+ zzgl. Festival-, MesseTickets für ca. 10 Personen des Vereins

Ort: Deutschland, Österreich, Schweiz,
ggf. Europa (zzgl. Fahr- und Übernachtungskosten)

Sprache: Deutsch, Englisch

Inhalt: vgl. Vereins-Homepage:
www.lustgeburt-bewegung.org

5. "Empowering Orgasmic Birth"- Workshop for Birth-Professionals

Zeit: 5 Stunden / 1 Tages-Fortbildung

Zielgruppe: für Hebammen, Doulas, Birth-Professionals, Geburtsbegleiter/innen, u.ä.

Kosten: unter 20 Teilnehmer/innen: 2.000 Euro (zzgl. Fahrtkosten)
über 20 Teilnehmer/innen: 3.000 Euro (zzgl. Fahrtkosten)

Ort: Deutschland, Österreich, Schweiz
ganz Europa (hier zzgl. Fahrt- und Übernachtungskosten)

Sprache: Deutsch oder Englisch

Inhalt: Workshopbeschreibung:

English:

There is a reason why most women in our Western society don't find it easy to have a birthgasm or experience their birth process as pleasurable and ecstatic:

This reason lies not in that the womans body cannot do it, or that birth in general does not meet all the requirements for it. No, it is simply because no one has adequately prepared the pregnant woman for lust and pleasure experiences during giving birth and secondly of course the standardized birth setting in the hospital is more than unhelpful to pleasure. And even worse: we have all been embossed on the opposite of giving birth pleurably - literally a difficult, painful and possibly traumatic birth - and disaffected from our bodies, our intuition and our free sexuality.

So how would it even be possible to give birth orgasmically?

How can we prepare the pregnant woman (and the couple) for an orgasmic birth?

And what do we have to do to support an orgasmic birth?

In order to find your own answers to these questions, I offer you the following content in the "Empowering Orgasmic Birth" workshop, in addition to my own orgasmic birth experience:

- Deeper understanding of Orgasmic Birth
- The role of the partner (Orgasmic Birth as a couple)
- Reprogramming our mind- and bodyset
- Masturbation and further "transforming pain into pleasure - techniques"
- Love, intimacy, touch and energy from the perspective of a Doula/Midwife/Partera
- Sexual Healing and trauma-sensitive support
- Our own shame and sacred sexuality as a care-provider

Deutsch:

Es gibt einen Grund, warum es den meisten Frauen unserer westlichen Gesellschaft nicht gerade leicht fällt, einen Geburtsorgasmus zu haben oder ihren Geburtsprozess als lustvoll und ekstatisch zu erleben. Der Grund liegt nicht etwa darin, dass ihr Körper das nicht könnte, oder dass Geburt im Allgemeinen nicht alle Voraussetzungen dafür bereit hielte. Nein, es liegt schlicht und einfach daran, dass niemand sie adäquat darauf vorbereitet hat und natürlich das standardisierte Geburts-Setting im Krankenhaus mehr als lustfeindlich ist. Aber noch schlimmer: Wir alle wurden geradezu auf das Gegenteil geprägt - nämlich auf eine schwere, schmerzhaft und womöglich traumatische Geburt - und dabei von unserem Körper, unserer Intuition und unserer freien Sexualität entfremdet.

Wie ist es also möglich, trotzdem orgasmisch zu gebären?

Wie können wir als Begleitende die Schwangere (und das Paar) gut auf eine Orgasmic Birth vorbereiten?

Und was braucht es von uns während der Geburt, um orgasmisches Gebären zu fördern?

Um deine eigenen Antworten auf diese Fragen zu finden, biete ich im Workshop "Empowering Orgasmic Birth", neben meiner eigenen orgasmischen Geburtserfahrung und meiner Erfahrung als Lustgeburtsdoula, folgende Inhalte in Theorie und Praxis:

- Vertieftes Verständnis für Orgasmic Birth (Körper, Psyche, Seele)
- Die Rolle des Partners (Orgasmic Birth als Paar)
- "Neuprogrammierung" unserer Mind- und Bodysets
- Masturbation und weitere "Transforming pain into pleasure" - Techniken

- Liebe, Intimität, Berührung und Energie aus der Perspektive der Geburtsbegleiterin
- Schoßraumheilung and Traumasensible Geburtsvorbereitung und -begleitung
- Unsere eigene Scham und Heilige Sexualität als Geburtsbegleiterin