



Vom Wunder des Lebens - Sexualität als Schöpfungsakt (draußen und online)

„*Ehrfurcht vor dem Leben!*“ Albert Schweizer

In diesem einfühlsamen und bewusstseinsweiternden Seminar laden wir dazu ein, Sexualität in einem neuen, ganzheitlichen Licht zu betrachten – als schöpferische Kraft, als Ausdruck von Lebendigkeit und als tief verbundener Akt mit dem Wunder des Lebens selbst. Wir erkunden die spirituelle, emotionale und körperliche Dimension menschlicher Sexualität jenseits von Tabus, gesellschaftlichen Prägungen oder rein funktionalem Verständnis. Im Mittelpunkt steht die Frage: *Was bedeutet es, Sexualität als schöpferischen, lebendigen Prozess zu erfahren?*

Dabei nähern wir uns dem Thema mit Respekt, Offenheit und Achtsamkeit. Durch Impulse, Körperarbeit, Gespräche, kreative Methoden und stille Reflexion schaffen wir einen geschützten Raum, in dem Selbsterfahrung, Selbstaussdruck und tiefere Erkenntnisse möglich werden. Ziel ist es, einen Zugang zur eigenen schöpferischen Kraft zu finden – als Ressource für ein erfüllteres Leben, liebevollere Beziehungen und mehr inneren Frieden. Durch das Erforschen der eigenen Haltung ist es erst möglich natürliche und gesunde sexualpädagogische Konzepte zu entwickeln.

Das Seminar leitet Lara Jahnke. Sie ist Natur- und Montessoripädagogin, Natur- und Kunsttherapeutin, Leitung von Blattwerk Naturpädagogik Berlin und Alegría Educación natural / La Gomera und Phoenix Natur Kunst Mensch.

Unser Seminar startet mit einer **Onlinekonferenz (2h)** und wird dann selbstverantwortlich gestaltet. Die Umsetzung des Inhalts darf unbedingt draußen stattfinden und wir beschließen das Seminar wieder in einer **Onlinekonferenz (2h)**.

Der Zeitraum des Seminars erstreckt sich **über 2 Wochen** in denen Du selbst gewählst, die von uns gereichten naturpädagogischen Methoden ausprobierst und Dich mit anderen Teilnehmer/innen oder auch Familienmitgliedern und Freunden treffen kannst für die Bearbeitung der Themen.

Du hast **4 Stunden Zeit für Dich** mit der Natur im Wald und auf den Wiesen zu sein und bekommst Aufgaben zum Thema Entstehung des Lebens und vom Wunder der Sexualität als Schöpfungsakt. Du hältst Deine Erfahrungen und Prozesse in einem Tagesbuch oder auf von mir gereichten Arbeitsblättern fest.

Du triffst Dich **4 Stunden** mit einem/r Teilnehmer/in aus dem Kurs zu zweit oder wenn möglich zu dritt/ zu viert als Kleingruppe. Ihr bekommt gemeinsame Aufgaben und Methoden, tauscht Euch aus und haltet Eure Erfahrungen fest.

Du bekommst **ca. 2 Stunden digitale Informationen** usw. zum weiterforschen und entdecken. Außerdem erhältst Du ein Handout zum Kurs.

Wir gestalten gemeinsam eine digitale Gruppe per Messenger telegram für Fragen, Fotos, Videos von Euren Erlebnissen.

Ich freue mich auf ein herzliches Miteinander über **zwei naturverbundene Wochen!**

Lara Jahnke