

Spielregeln für ein sex-positives ZEGG – Pfingstfestival 2024

"Sex-positiv ist eine innere Haltung. Sie bringt den Sex aus der Tabuzone, aus einer Kultur des Versteckens und Beschämens in eine freudige, wertfreie, willkommen heißende Kultur" LuciAnna Braendle

Entspannung, Klarheit und Lebendigkeit bieten einen guten Boden für Bewusstseinsentwicklung. Das ZEGG entwickelt eine bewusste Lebens- & Liebeskultur und bietet dafür ein entsprechendes Experimentierfeld. Damit Experimente in Sachen Liebe und Sex gelingen können, kreieren wir gemeinsam geschützte Räume, die Dein Beitragen beinhalten. Unsere Empfehlungen dafür:

1. Aktiver Konsens ist sexy

Du hast einen Impuls? Geh dafür! Sei im Kontakt mit deinen Grenzen und denen deines Gegenübers. Steh dazu, sprich darüber, frag nach. Aktiver Konsens meint, zu einem gemeinsamen Ja zu finden. Auch ein Nein kann dir neue Möglichkeiten für Verbindung eröffnen. Sei mutig und achtsam - für mehr Lust und Lebendigkeit.

2. Safer sex - tu es!

Im Sinne der Fürsorge, des Respekts und der Klarheit. Dieser Punkt spricht für sich und ist eine Selbstverständlichkeit. Kondome bekommst du in der Dorfkneipe & im Blauen Salon. Latexhandschuhe gibt es im Bad vom Blauen Salon. Was Du ansonsten brauchst, bringe bitte selbstverantwortlich mit.

3. Who is who? Bewusster Umgang mit Hierarchie

Sex ist kein machtfreier Raum. Ob und wie oft du schon im ZEGG warst, ob du im ZEGG lebst, dein Alter, dein Geschlecht – all das spielt in Annäherung und Begegnungen eine Rolle. Dafür schärfen wir unser Bewusstsein. Sei dir bewusst, mit wem Du was suchst und (er-)lebst.

4. Geh mit Unsicherheiten in Kontakt

Wenn du unsicher bist oder eine Grenzsituation (positiv wie negativ) erlebt hast, geh in Kontakt. Erste Ansprechpartner*innen sind über deine persönlichen Vertrauten hinaus deine Gruppe oder das Awareness-Team.

5. Wer bist du und wie willst du's?

Das ZEGG ist heterosexuell geprägt und offen für Menschen anderer Orientierung. Geh davon aus, dass Begehren und Geschlechtsidentität nicht in Stein gemeißelt sind. Trau dich, deiner Anziehung nachzugehen und deine Geschlechtsidentität zu leben. Für Vielfalt und Lebendigkeit.

Verinnerlichter gesagt:

Das Herz ist ein wichtiges Organ im sexuellen Energiekreislauf – Sexualität ist eine hohe Liebesenergie – & – Der Genitalbereich ist bei voller Sexualität mit dem Herzchakra verbunden.

Prüfe, wenn du sexuell zu einem Menschen gehst, ob dein Herzchakra offen ist. Gehe nur, wenn du in dir ein eindeutiges Gefühl von Liebe oder Freude spürst. (Ein bisschen Herzflimmern, Schmetterlinge im Bauch... gehören dazu).

Die Verbindung mit dem Herzchakra zeigt sich unter anderem darin, dass du dir deines Wunsches sicher bist. Gehe nur, wenn du dir sicher bist, dass du es wünschst. Und wenn du eingeladen wirst, so sage nur ja, wenn du es ganz willst. Volle Sexualität ist die Zusammenkunft zweier Wollenden.

Sexualität ist eine kosmische Liebesenergie und nicht mit einer persönlichen Liebesbeziehung zu verwechseln. Die sexuelle Liebe kann mit personaler Liebe zusammenfallen, muss es aber nicht. Wenn eine sexuelle Beziehung mit einer persönlichen Beziehung verwechselt wird, kommt der Körper in Irritation. Kontakt & Präsenz sind in beiden Formen von hoher Bedeutung.