

Linasdatter

Velkommen i
klubben
– Din swingermanual

Anne-Kirstine Dyrvig Sant

Velkommen i klubben

Forfatter: © Anne-Kirstine Dyrvig Sant

Illustrationer og layout: © 2025 Karoline Dahrning Hughes

Korrektur: Inge Greis

1. udgave

ISBN: 9788794506502

Udgivet på Forlaget Linasdatter.

www.linasdatter.dk

Alle rettigheder tilhører forfatteren og forlaget.

Enhver hel eller delvis kopiering på tryk, elektronisk eller på anden måde må kun ske efter udtrykkelig forudgående aftale med både forfatteren og forlaget.

INDHOLDSFORTEGNELSE

Hvorfor har jeg skrevet denne bog?	11
Min baggrund: Podcast, interviews og nysgerrighed	13
Swingerklubber som sociale rum – ikke kun sex	18
Før vi rigtigt begynder ...	19
Første del: Myter og virkelighed	22
Kapitel 1: Hvad tænker folk, når de hører ordet "swingerklub"?	23
Fordom nr. 1: En swinger ligner ...	26
Fordom nr. 2: At swinge handler udelukkende om sex	31
Fordom nr. 3: Swingerklubben er et frirum for utroskab	37
Fordom nr. 4: Kvinder bliver udnyttet i swingerklubber	40
Fordom nr. 5: Kvinder, der kommer i klub, er billige	44
Fordom nr. 6: Mænd i klub er nogle liderbukke	49
Kapitel 2: Hvem går i swingerklubber – og hvorfor?	54
Gæsterne	54
Motivationen: Hvorfor går folk i klub?	57
"Samtaler i swingerklubben"	67
De sociale samtaler	67
Scoringssamtalerne	69

Samtalerne i et lukket rum	71
Andre gode grunde	72
Som single, kvinde	73
Som single, mand	76
Som par	83
Kapitel 3: En aften i en swingerklub	89
Fra ankomst til afsked – sådan ser en typisk aften ud	89
Indretningen	98
Reglerne	109
Lidt gode råd også	116
Anden del: De sociale dynamikker	121
Kapitel 4: Ærlighed, åbenhed og de uskrevne regler	122
Tillid og grænser	122
Fra samtale til sex. Hvordan scorer man?	131
Rejsning	152
Trekanten	158
En ekstra kvinde	159
En ekstra mand	161
Et ekstra par	163
Afvisning	165

Samtykke	169
Kapitel 5: Ulemper ved at gå i swingerklub	171
Uønskede beskeder og venneanmodninger	177
Jalousi	183
Kapitel 6: Swingerklubber i udlandet	187
Cap d'Agde	188
Tyskland	196
Hamborg	199
Holland	201
Sverige	202
Australien	205
Kapitel 7: Hvad kan vi tage med ud i den almindelige verden?	211
Samtykke	211
Nærvær	212
Venlighed	213
Åbenhed	214
Personlig udvikling	215
Kropsopfattelse	215
Selvtillid og selvværd	217
Sex og seksualitet	218

Parforhold	220
Som single, kvinde	223
Som single, mand	224
Som par	224
Alternativer til swingerklubber	231
Refleksion	235
Om at lufte tanken om klub	235
Pænt farvel	239
Et lille lyt til nogle af anekdoterne fra bogen her	240
Tak	240
Forfatterbio	242

HVORFOR HAR JEG SKREVET DENNE BOG?

Det var en ikke helt almindelig fredag aften, den aften i april 2019. Jeg var alene i mørket i min lille Suzuki Swift. Gennem tågen, som havde lagt sig som et vattæppe over den grusbelagte parkeringsplads, kunne jeg ane det røde lys i trappen som førte op til indgangen til swingerklubben Tucan. Jeg blev siddende lidt med bankende hjerte, svedige håndflader og helt tør mund. Jeg gentog et lille mantra for mig selv: "Det er ikke en voldtægtsklub, det er ikke en voldtægtsklub." For jeg kunne jo godt regne ud, at det ikke ville være en voldtægtsklub. Jeg havde hørt, at der var andre kvinder der. Som havde været der flere gange. Hvilken kvinde ville vælge at komme sådan et sted igen og igen? Min logik forsøgte at fortælle mig, at det måtte være et behageligt sted, siden kvinder ville have lyst til at være der. Men hvad var det for kvinder? Var det kvinder som mig?

Jeg har brugt det meste af mit liv på at gøre det godt i min fars og samfundets øjne. På de objektive parametre har jeg gjort, hvad jeg kunne. Som Cand.scient.san.publ. (sej kandidatuddannelse i

folkesundhedsvidenskab) efterfulgt af Ph.d. i registerforskning, har jeg på papiret en af landets højeste uddannelser og mest mundrette titler. Jeg har købt mit eget fritliggende hus i en pæn del af Odense uden hjælp fra nogen, og jeg har klaret mit liv som enlig mor uden lån (altså bortset fra huslån) og uden løftede øjenbryn fra kommunen. Og så har jeg altid gjort alt, hvad jeg kunne for, at alle skulle kunne lide mig. Det første, alle siger, er, at jeg er "sød", og det er præcis, hvad jeg har ønsket. Det kunne være cool at være sjov eller sej, men hvis jeg bare var sådan en, ingen lagde mærke til, fordi det gik, som det skulle, så var jeg glad. Jeg ville bare være "en god pige". Og det synes jeg, jeg havde været. Men kunne en god pige gå i swingerklub? Nu sad jeg der udenfor og var usikker på, om alt ville ændre sig, alene fordi jeg gik ind i en swingerklub. Og det gjorde det. På alle mulige fantastiske måder.

For hvert besøg kom jeg tættere på erkendelsen af, at swingerklubben er en slags omvendt verden. En hemmelig feministisk højborg, hvor kvinderne er på toppen, og mændene opfører sig pænt og ordentligt, og kun lader sig styre af deres testosteron og macho-behov, når de bliver bedt om det. Jeg ved ikke, om det ville føles helt så spændende, hvis det var en klub, som alle var medlem af, eller om det er nødvendigt, at man kan føle sig som noget særligt, fordi ikke alle swinger? Med denne bog vil jeg byde dig velkommen indenfor i den klub. Jeg vil fortælle alt, hvad du vil vide om swingerklubber, klientellet, aftenerne og det hele, så du om ikke andet kan læse det fra min vinkel. Så håber jeg, du ser, at det på ingen måde er det, som vores fordomme fortæller os. Det

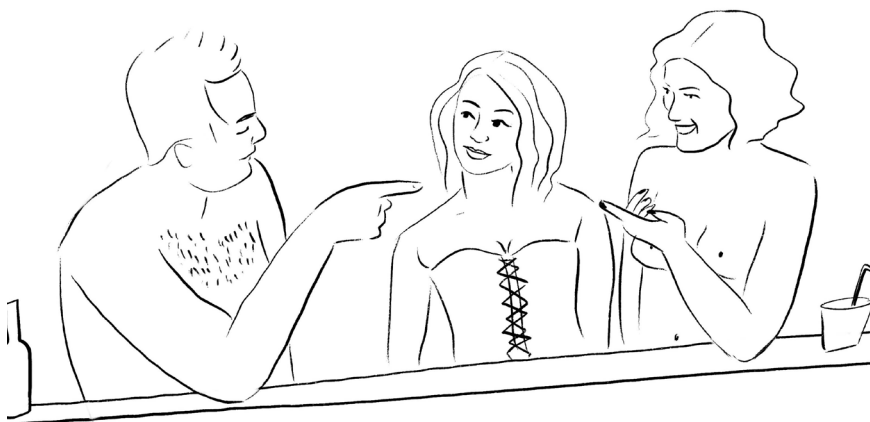
er Narnia for voksne, og du er også velkommen til at gå igennem det magiske klædeskab. Du er også velkommen i klubben.



MIN BAGGRUND: PODCAST, INTERVIEWS OG NYSGERRIGHED

Den første nervøse aften, jeg var i swingerklub, fandt sted i april 2019 i Tucan. Et par måneder senere var jeg afsted igen. Nogle uger efter igen, og stille og roligt blev det noget, jeg gjorde, hver

gang min søn var hos sin far. Som single var det simpelthen det bedste, mest trygge sted for mig at få mine behov for intimitet, opmærksomhed og sex opfyldt, uden det skulle påvirke min hverdag alt for meget. Jeg ønskede på sin vis at finde en kæreste, men jeg ønskede ikke at få min hverdag påvirket af hverken en kæreste eller hele datinglivet. Jeg ønskede en dagligdag med fokus på mig, min søn, mit job, mine hobbyer og venner. Der var ikke plads til mere. Men jeg kunne jo godt lide opmærksomhed fra mænd, og jeg havde også lyst til at have et godt sexliv – også selvom jeg ikke havde en kæreste.



Her er swingerklubben ganske enkelt genial. Der findes ikke et mere sikkert sted at møde en mand (eller flere, hvis man skulle have lyst til det) at have sex med. Det er åbenlyst, at man også kan finde sig en sød kvinde, eller hvad man er til. Når jeg siger mand i den ovennævnte sammenhæng, så handler det om tryghed. Når man dater, kan det være utrygt at mødes med en mand hjemme hos ham, eller hjemme hos sig selv. Det kan være utrygt at mødes

med en mand mange steder. Hvorvidt det er utrygt at mødes med en kvinde på bestemte lokationer, vil jeg gerne indrømme, jeg aldrig har forholdt mig til. Men altså, hvis man er interesseret i at mødes med en mand, så er klubben det absolut mest trygge sted, jeg har oplevet.

Der er konstant personale og andre gæster lige i nærheden, hvis man skulle få brug for hjælp. Men man får ikke brug for hjælp. For uanset køn, ønsker ingen at få karantæne fra klubben; så mændene skal nok opføre sig ordentligt. Det sker, at folk bliver smidt ud for upassende opførsel. Jeg har drøftet med flere, herunder mine betalæsere, men også min mand og en række venner, hvordan ordlyden af de to forrige afsnit skulle være. Fokus i debatterne har været på, om det er "mænd" eller "personer", der kan give anledning til problemer. Jeg har kun oplevet det fra den ene side, fordi jeg ganske enkelt ikke har nået at date kvinder på egen hånd.

En betalæser har gjort mig opmærksom på, at også kvinder kan have problemer med at opføre sig ordentligt. Og det er jeg sådan set fuldstændig enig i. Jeg er bare ikke enig i, at det er på en måde, så man får brug for hjælp, eller at det kan blive farligt. Det kan blive akavet og irriterende, absolut. Men jeg føler ikke, det kan blive utrygt eller farligt. Personligt mener jeg altså, det er "mænd". Det er også sådan, ordlyden er i min bog. Men tænk lige over det engang. Jeg spurgte min mand: "Kunne du forestille dig at være utryg ved at date en kvinde. Eksempelvis ved at tage hjem til hende på første date?" Han svarede: "Det eneste, jeg ville være

bange for, var, at hun i virkeligheden var en eller flere mænd.” Jeg spurgte nogle veninder, som er lesbiske, om det samme. De svarede: “Det eneste, jeg ville være bange for, var, at hun var en mand.”

Samtidig er der i swingerklubben en implicit kontrakt om, medmindre andet aftales, at man ikke forstyrrer hinandens hverdag for meget. Man kan uden problemer ses flere gange med den samme. For mig bliver sex klart bedre af, at jeg kender min partner, og derfor har jeg også haft faste relationer til forskellige mænd fra klubben. De har alle været givende og dejlige, og skulle en af jer læse med, så vil jeg gerne sige officielt tak for alle de gode timer, vi har delt. Jeg har med vilje sjældent taget disse relationer ud af klubben og over i mit almindelige liv. Det har været fint. Og så alligevel gik det galt, og jeg endte med at finde kærligheden i swingermiljøet, da jeg rendte ind i min nuværende ægtefælle, Linus. Vi mødte godt nok hinanden på Tinder. COVID-19 havde tvunget mig ud i den desperate situation, at jeg måtte oprette en Tinder-profil. Jeg havde dog som krav, at de mænd, jeg datede, skulle have været i swingerklub mindst en gang ...

Nå, men efterhånden som jeg begyndte at erkende, at jeg ikke bare var en person, der af og til gik i swingerklub, men altså var swinger, begyndte jeg at få behov for, at verden skulle vide, at en swingerklub er et fint og ordentligt sted, hvor folk opfører sig pænt over for hinanden.

Samtidig er det jo mulighedernes land: Man kan få sin lyst stillet, nærmest uanset, hvad den måtte indebære, og det er da fantastisk.

Mit behov for at fortælle hele verden om swingerklubber udmøntede sig som sædvanligt i en podcast, "Swinger". (Dem, der kender mig, ved, at jeg har lavet flere andre podcasts, og at det i sig selv lidt er en hobby for mig at lave podcasts om alt muligt.) Du kan høre Swinger på alle platforme, og jeg optager stadig afsnit sammen med ligesindede. Første afsnit udkom i oktober 2020 og handler om mig selv. Det gør det, fordi jeg følte, jeg gerne ville gå forrest ved at dele min egen historie. Jeg har over 2.000 lyttere hver uge, og det er flot for en nichepodcast. Jeg har aldrig betalt en krone for annoncer, for jeg følte, at folk selv skulle finde den – ikke have den smidt i hovedet – og sådan er det endnu. Det må ikke være for nemt at finde de gode podcasts.

Podcasten har givet mig og mine lyttere indblik i over 100 forskellige historier fra singler og par, der bruger swingerklubbernes mange muligheder. Det er de historier, der, sammen med min egen, danner grundlaget for bogen her. Så kan du lære af vores erfaringer, før du beslutter dig for at kaste dig ud i et eventyr og en udviklingsrejse af typen, man ikke ser sig tilbage fra.

SWINGERKLUBBER SOM SOCIALE RUM – IKKE KUN SEX

Det er værd at bemærke, at hverken min podcast eller denne bog er erotisk. Jeg vil gerne holde mit erotiske liv lidt for mig selv. Hvis du vil have et indblik i det, kan du vælge at komme i klub, hvor vi måske render over hinanden. Men indtil da, vil jeg mene, det er muligt at forklare og fortælle om alle mulighederne, uden det bliver pornografisk. Det kan du helt sikkert finde mange andre gode steder. Denne bog har til hensigt at fortælle faktuel om swingerkulturen i Danmark. Særligt besvare det helt store "HVORFOR". Hvorfor tager man afsted, og hvorfor kommer man igen?

FØR VI RIGTIGT BEGYNDER ...

Selvom swingermiljøet er et åbent og inkluderende miljø, hvor man i større grad oplever, at folk er lige, så er diskrimination og tabuer stadig aktuelt, desværre. Nu, hvor jeg skriver denne bog – og også i resten af mit liv – ønsker jeg at være respektfuld og rummelig. Derfor vil jeg her fra begyndelsen gøre opmærksom på, at swingermiljøet, og reflekteret deri; denne bog, eksempelvis fortsat er relativt binær i sin kønsopfattelse. Jeg nævner altså mænd og kvinder. Jeg mener i den forbindelse med mænd: de personer, der føler sig som mænd. Og med kvinder: de personer, der føler sig som kvinder. Uanset tildelt køn og medfødte kønsorganer og kromosomer. Det betyder ikke, jeg ikke vil anerkende andre køn eller kønsopfattelser. Det betyder blot, at der fortsat er så få i miljøet, at jeg ikke har tilstrækkeligt med information til at kunne udtale mig. Jeg har mødt en enkelt transkønnet kvinde i klubben. Hun er skøn. Og jeg håber, hun en dag vil deltage i min podcast og gøre mig meget klogere. Men jeg har ikke haft lejlighed til at tale med hende under private forhold, hvor jeg kunne spørge om hendes mere personlige oplevelser. Og derfor har jeg det ikke med i bogen. Jeg har kapitler om forskellige ting, hvor jeg skiftevis behandler mænd, kvinder og/eller par. Jeg drømmer om, at der i en evt. senere version af bogen også vil være kapitler om andre køn. Når jeg taler om par, taler jeg, medmindre andet er nævnt, om heteroseksuelle par. Dog med den lille note, at jeg

vil tro, 75 % af kvinder i swingerklub er indstillet på én eller anden form for aktivitet med andre kvinder. Det kan være kys eller berøring. Men langt de fleste lever i heteroseksuelle forhold som det primære. På samme måde som med køn, vil jeg ønske, jeg i en senere version af bogen kan have mere med om personer i andre samlivsformer end udelukkende heteroseksuel tosomhed. Indtil videre har jeg ganske enkelt ikke data nok om andet. Og det er grunden til, at disse minoriteter igen bliver udsat for minorisering – denne gang fra mig, og det vil jeg gerne beklage. Det er ikke med min gode vilje, at jeg bidrager til netop det.

Der er en anden ting, som måske er relevant at vide, før man læser resten af denne bog. I Danmark er der følgende swingerklubber: Eclairé, Joys, Tucan, Afrodite, Swingergaarden, Swingland, Secret swingers, City Swingers 1, XXDark og El Diablo. Hertil kommer en række sexkinoer, som jeg på ingen måde har overblik over, samt forskellige værter, der afholder arrangementer forskellige steder i landet. Nogle af disse bliver muligvis til swingerklubber en dag, men som det ser ud her i marts 2025, hvor jeg skriver bogen, er det altså listen over klubber i Danmark. Jeg har besøgt alle klubberne på listen, og de har alle noget at byde på. Men jeg har en favorit, som jeg besøger langt hyppigere end alle de andre, og det er Tucan. Derfor er mine oplevelser selvfølgelig i høj grad farvede af netop den klub, og det er nok værd at have in mente, når man læser bogen her. Jeg kender folk, der foretrækker alle de andre klubber over Tucan, så ligesom med alt andet, er smag bare forskellig. Derfor synes jeg også, at hvis du selv går og overvejer at

besøge en swingerklub, vil jeg anbefale dig at besøge mindst to forskellige klubber. For selv, hvis den ene klub ikke lige er noget for dig, kan den anden stadig godt være det. Når det nu er sagt, så er der også meget, der er ens klubberne imellem, særligt inden for Danmarks grænser. Derfor mener jeg, at mine oplevelser fint kan være en inspirationskilde, også hvis du bor tættere på en anden klub.





FØRSTE DEL: MYTER OG VIRKELIGHED

KAPITEL 1: HVAD TÆNKER FOLK, NÅR DE HØRER ORDET "SWINGERKLUB"?

Jeg har talt med Ole. Den (måske) mest berømte landmand fra TV-programmet "Landmand søger kærlighed". Dengang han deltog i programmet (2015), kom det ud til hele verden i bedste sendetid, at han var swinger. Og det var han ikke glad for. Indtil da havde det ikke just været en hemmelighed, men der er alligevel et stykke vej fra noget, mange ved om én, og til, at det bliver udbasuneret på landsdækkende TV. Min egen erindring om programmet, som jeg faktisk så dengang, er, at det var uhyggeligt morsomt. Jeg frydede mig ved at få den detalje at vide, og jeg forstod til fulde hende, der blev Oles kæreste og senere hustru, som sagde, at det måtte han stoppe med, hvis de skulle være i et forhold. I programmet var der et kort indslag fra swingerklubben, som Ole besøgte. Jeg husker det som snusket og porno-agtigt (her betydende, at kvinderne gør det, fordi de får penge – ikke af egen lyst). Man forstod i programmet, at Ole ville lægge "det der skrækelige swingeri" på hylden, selvom det tilsyneladende var en stor og vanskelig beslutning for ham.

Da jeg mødte Ole første gang, vidste jeg selvfølgelig godt, at han kunne finde på at gå i klub. Og jeg fornemmede, at kvinderne på Oles alder (lidt højere end min, måske 10 år?) er helt vilde med ham. Jeg så ham nogle få gange, og kort efter så jeg i dagspressen, at han skulle skilles. Så han har altså holdt sig på måtten så at sige, til han blev skilt. Nu ser jeg ham af og til. Vi er på kram og helt sikkert også på en hyggelig sludder. Jeg er VILD med Ole.

Han har været med i min podcast, hvor han fortæller, hvordan det var, at hele verden pludselig kendte til hans privatliv på den måde. Og hvordan det faktisk er en befrielse for ham nu, at han ikke skal holde noget hemmeligt.

Jeg har det på samme måde som Ole. Efter jeg har valgt at dele min historie og min livsstil med hele verden i min podcast, er det blevet meget lettere for mig. Jeg skal ikke være bange for, at nogen konfronterer mig med det, for alle ved det i forvejen. De nysgerrige stiller spørgsmål, andre gør ikke. Men det kan jeg ikke gøre noget ved.

Men det er svært med fordommene, for det er ude af mine hænder, hvad andre tænker om mig. Især dem, som vælger ikke at stille spørgsmål. Det virker, som en del af dem tænker, at jeg nok er et umætteligt sexmonster uden nogen smag.

Jeg oplever det fx på den måde, at jeg får en hel del henvendelser fra folk (mænd), som tydeligvis tænker, de ikke behøver gøre sig umage med deres besked for at få min opmærksomhed. Det er ubehageligt, fordi jeg føler mig misforstået. Jeg føler, de tillægger mig en version af billig, som jeg ikke synes, passer på min opfattelse af mig selv og heller ikke på min opfattelse af andre, der swinger, se Fordom nr. 5.

Og det er ubehageligt, når jeg af og til fortæller folk, at jeg er swinger, og de så ikke spørger ind til det. For så ved jeg, de tænker deres. Og at det er vanskeligt for mig at ændre det. Men det er min egen fordom, fordi jeg antager, at de tænker noget negativt. Realistisk set, er det muligt, at de skåner mig, fordi de synes, det er for privat. Jeg bliver bare så frygteligt usikker og kommer til at tænke, at de tror noget forkert, og så vil jeg gerne rette op på det, og det er svært, hvis de ikke spørger. Heldigvis er der mange, der spørger nysgerrigt. Så spørger de, hvem det er, der kommer i klub. Hvad man laver. Hvorfor det er sjovt og spændende. Og jeg ELSKER at tale om alle de ting, så hvis du læser med videre, skal du nok få alle svarene.

FORDOM NR. 1: EN SWINGER LIGNER ...

Jeg spørger i min podcast, hvordan folk troede, en swinger så ud, før de selv kom i klubben. Svarene varierer sjovt nok fra min egen forestilling: u-attraktiv og gammel (se for dig Onslow fra "Fint skal det være"-TV-serien. Hvis du ikke lige kan genkalde dig ham, så forestil dig i stedet en mand, lidt ældre end din far, hvid undertrøje med gule armhuleåbninger, løse underbukser med en plet foran og gylp, der kan åbnes), til det modsatte: uopnåelige modeltyper (Her ser jeg kun for mig Oliver Bjerrehuus. Eller Mads Mikkelsen, oh my ... Grev Nikolai, hvis man lige er lidt yngre end mig?).



Sandheden er selvfølgelig, at der er alle typer i klubben. Men hvis man nu alligevel skal generalisere lidt, så er folk oftest kønsstereotypet præsenterede. Så mænd ligner mænd, kvinder ligner kvinder, og der er en slags norm for påklædningen, som jeg kommer ind på nu.

I Danmark har man oftest undertøj på i klub, så kvinder er i flot lingeri, de nye har tit en kimono på udover, og mændene er dullet op med (sorte) rene boksershorts. Forskellige former for kink-udtryk og fetish wear er også almindeligt. Få foretrækker at være nøgne, og det er også tilladt. Alle har tydeligvis gjort noget ud af sig selv. Og hvis de ikke har været i bad, før de kom (det har de), så vil de fleste tage et eller flere bade i løbet af en aften. I de fleste danske swingerklubber er der en eller anden form for spabad og/eller sauna, som mange er glade for at bruge til at socialisere og slappe af i. Klubberne har åbent i mange timer, oftest mellem kl. 17 og kl. 02, enkelte har åbent nærmest døgnet rundt, så man har brug for pauser, og her er det almindeligt, at man nyder de wellness-muligheder, klubberne tilbyder. Folk præsenterer sig altså så godt, som de kan, lidt som en aften i byen.

Alderen går fra 18-80, vil jeg tro. Men der er flest i slutningen af 30'erne, mange i 40'erne og så lidt færre i både 20'erne og 50'erne, endnu færre i 60'erne og færre endnu i 70'erne. Det kan godt skifte lidt efter aftenens tema – mange danske klubber har temaer de fleste aftener. På den måde samler man i endnu højere grad folk

med samme interesser. Temaerne kan være alt fra wellness og tantra til BDSM.

Folk er også repræsenterede i alle størrelser. Det sjove for mig som podcastvært er, at jeg jo kan se mine gæster, når de beskriver sig selv. Jeg beder dem i hver episode beskrive, hvordan de ser ud, fortælle, om der er noget, de kan lide ved deres eget udseende. Bagefter spørger jeg, om deres kropsopfattelse er ændret, efter de er begyndt at swinge. Og det skal jeg da lige love for, den er. Jeg tror ikke, én eneste har fået en dårligere opfattelse af sig selv af at gå i klub. Alle ser på sig selv med mildere øjne end før.

Alligevel ser jeg nu et mønster, der går på, at kvinderne typisk ser sig selv som lidt tykkere, end jeg ville sige, og mændene nok er mere realistiske, men med en lille tendens til at se sig selv som lidt mere attraktive, end jeg lige vurderer.

For mit eget vedkommende har det været en større kropslig revolution at begynde at gå i klub. Jeg er på én gang blevet mere rummelig over for det, jeg betragter som mindre attraktivt ved min krop, og er samtidig begyndt at gå mere op i at holde mig i form. Med hensyn til min egen kropsopfattelse, så handler det om, at jeg bliver eksponeret for enormt mange kroppe. Jeg kan jo se med mine egne øjne, at det ikke nødvendigvis er de klassiske skønhedsidealer, der gør, at en krop eller person tager sig attraktivt ud. Jeg har oplevet objektivt set grimme kroppe være smukke og attråværdige, fordi de blev båret så stærkt af en person. Og

jeg har set objektivt smukke kroppe være ligegyldige, fordi de blev båret af en person uden selvværd og styrke. En anden observation, som er væsentlig i denne sammenhæng, er, at der ikke er noget lighedstegn mellem objektiv skønhed og det at være spændende at have sex med. Det vil jeg gerne lige slå fast.

Da jeg havde set tilstrækkeligt mange kroppe, blev jeg nødt til at tage det ind som en ny sandhed – min krop er smuk, selvom den har fejl. Det er mig, der ser fejlene. Hvis jeg bærer mig selv med selvtillid, og jeg kender mit eget værd som menneske, så er min krop flot.

Det synes andre mennesker også. Fx oplever jeg, at mænd ikke ser kvinders små særpræg på samme måde, som vi kvinder ser dem. Og jeg tror faktisk heller ikke, vi kvinder ser hinandens. Hvis vi gør, opfatter vi det typisk ikke som fejl. Meget af al kritikken bor i os selv.

Jeg spørger ikke mine podcastgæster direkte, hvorfor de har ændret kropsopfattelse. Men jeg tænker alligevel, jeg kan komme med et kvalificeret gæt. Ud af de 103 swingere, der har været med i min podcast, har kun en eller to sagt, at det ikke har ændret deres kropsopfattelse, at de er begyndt at gå i klub. Alle andre har svaret, at det netop har haft en positiv betydning på samme måde, som det har for mig. Eksponeringen for alle de andre

kroppe gør, at man får øje på, at alle har noget smukt og attraktivt. Samtidig bliver kroppen stille og roligt nærmest afseksualiseret, og man begynder i stedet at kigge på øjne og personlighed. Når man oplever, at man selv ser anderledes på andres kroppe, betyder det som oftest, at forandringen også begynder at ramme indeni, så man accepterer, at ens egen krop også er skøn. Uanset, om man kan se en lille fejl, hvis man kigger i en bestemt vinkel.

Tilbage til mig, mig, mig. For jeg – og også en del af mine gæster i podcasten – har samtidig fundet mere motivation til at træne. Jeg vil gerne være flot, jeg vil gerne være attraktiv, og når jeg går i klub, er det til dels med det formål at få opmærksomhed fra andre, og lige på det punkt er klubben magen til resten af verden: hvis man objektivt set falder i mange personers smag uden for klubben, vil man også gøre det inde i klubben. Den måde, hvorpå jeg bedst kan bevare min værdi, er ved at holde mig i nogenlunde form. Og lad os nu bare være ærlige – det kommer der jo så mange andre gode ting ud af også, eksempelvis overskud, velvære, et længere liv osv. osv.

Det smarte ved, at vi møder hinanden kun iført vores swinger-outfits, er, at alle pejlemærker på social status udefra er væk. Det betyder, vi møder hinanden mere, som de mennesker vi er. Måske man kan gå så vidt som til at sige, vi møder hinanden på en mere ægte måde, hvor vi ser hinanden som mennesker og ikke som statussymboler.

Så efter min mening kan man sige, at en swinger ligner alle andre mennesker ude i samfundet (de har bare som regel lige været i bad og har pænt undertøj på).

FORDOM NR. 2: AT SWINGE HANDLER UDELUKKENDE OM SEX

Jamen, det gør det jo til dels, men det er på ingen måde centralt. Jeg ved ikke, hvor stor en andel af folk, der har sex, når de går i klub. Andelen er sikkert relativt stor. Men hvis jeg nu siger, at det er 80 - 90 %, der har sex i løbet af en aften i swingerklub, så er det nok ikke helt ved siden af. Jeg har heller ikke selv haft sex hver gang, jeg har været afsted. Men jeg har haft det sjovt alligevel. Hvor mange ville mon synes, de havde haft en alletiders tur i Tivoli, uden at prøve en eneste karrusel?

Og skulle der ske et eller andet, som ville forhindre mig i at have sex i en periode eller resten af mit liv, har jeg meget svært ved at tro, jeg ville stoppe med at gå i klub. Det er alt for spændende til, at jeg ville stoppe, bare pga. den slags små detaljer.

Nu er jeg i den lykkelige situation, at jeg er gift, og endnu mere

statistisk umuligt, så minder min mands og mit sexdrive ret meget om hinandens. Derfor behøver jeg ikke gå i klub for at få sex. Det kan jeg få derhjemme i præcis det omfang, jeg har lyst til. Sex med min mand er klart det bedste sex, jeg har, har haft og nogensinde får (min mand har også læst med, mens jeg har skrevet bogen, men det er sandt!). Og måske det hører med til historien, at når jeg har sex i swingerklubben, så er min mand involveret i et eller andet omfang. Det er ikke altid, vi har penetrationssex med hinanden, men nu er vi også tre år inde i vores forhold, så det er klart, at spændingen ved det er aftaget lidt. Det er en del anderledes, end da vi lige mødte hinanden. Dengang var det en regel, at vi skulle have sex med hinanden som de sidste, før vi gik hjem fra klub.

Rigtig mange af mine podcastgæster, der lever i forhold, som i et eller andet omfang er åbent, beskriver, at noget af det bedste er, når man ligesom genfinder intimiteten og hinanden. De siger ofte, at de finder det at have sex med hinanden, efter man har været sammen med andre, helt exceptionelt. Det behov er ikke så stort hos mig, som det har været, og jeg tror, det er, fordi jeg føler mig meget forbundet til min mand, Linus. Så har jeg ikke så meget brug for at blive seksuelt bekræftet, når vi har været sammen med andre. For jeg føler og mærker vores forbundethed, uanset, hvad vi har lavet. Nå, men det var jo eningen, jeg skulle forklare, at sex ikke er nødvendigt for, at man har en god aften i klub.

Og lad os i den forbindelse vende tilbage til min første aften, hvor jeg sad i bilen og overbeviste mig selv om, at det ikke var en voldtægtsklub. Det kom jo fra, at jeg havde en fordom om, at gik man ind ad døren til klubben, havde man sagt ja til sex med nærmest hvem som helst. Og lige på det punkt, blev jeg godt nok klogere. En af klubbernes kardinalregler er: Spørg, før du rør'. Og den næste er: Et nej er altid et nej. Det er værd at bemærke, at hvis disse regler ikke overholdes, medfører det bortvisning straks på den samme aften og måske endda karantæne.

Jeg havde da også kun lige sat mig i baren og bestilt en cola, da en lidt ældre, men dog ikke helt uattraktiv mand, satte sig ved siden af mig, indledte en samtale og ganske hurtigt spurgte, om jeg var interesseret i en massage. Jeg er stadig mest fascineret af, hvordan han samtidig fra gud ved hvor fik fremtryllet en lille glasbeholder med mandelolie. Jeg indrømmer gerne, at dette første nej var lidt svært. Men jeg havde ikke lyst til, at han skulle massere mig. Desuden havde jeg en anden aftale senere, og dengang kunne jeg under ingen omstændigheder forestille mig en situation, hvor jeg skulle have sex med – eller bare blive berørt af – to forskellige mænd på en aften.

Så jeg fik sagt mit første nej, og han ønskede mig en fortsat god aften, gled ned fra barstolen og forsvandt som en ninja.



Jeg render stadig ind i ham fra tid til anden. Jeg har ingen idé om, hvorvidt han kan huske mig fra dengang. Jeg husker ham – mit første “nej” – fordi det var så vildt at opleve, at jeg 1) stod ved, at jeg ikke havde lyst, og 2) han accepterede det som det mest naturlige i hele verden. Som sagt var dette første nej lidt svært, for det er aldrig sjovt at sige nej til nogen. Men det bliver lettere med tiden. Især, når man får gode oplevelser med det, som jeg havde lige her. Det var, i bagklogskabens lys, nok en væsentlig del af den store revolution, jeg føler, det hele har været for mig. Det er svært at sige nej, men jeg tror også, det er sundt. Og det er en forudsæt-

FORFATTERBIO

Anne-Kirstine er sundhedsvidenskabelig forsker, feminist og formidler med forkærlighed for det, vi normalt ikke taler om ved middagsbordet. Hun gik i swingerklub af nysgerrighed – og blev hængende, fordi hun fandt noget, hun ikke havde forventet: respekt, varme, samtaler og et overraskende feminint frirum.

Når hun ikke skriver bøger om nøgne mennesker og samtykke, laver hun podcasten Swinger, hvor hun undersøger swingerlivet indefra – med både sårbarhed, alvor og et glimt i øjet.

Anne-Kirstine tror på, at oplysning begynder med ærlighed, og at der ikke findes nogen dumme spørgsmål – heller ikke, når det handler om sex, skam og lyst. Hun elsker at udfordre tabuer, og hun gør det helst med både fakta og grin. Og hun håber, du tager begge dele med dig fra hendes forfatterdebut i bogen "Velkommen i klubben".

