

05.04.2005



## "Mal eben gekuddelt werden"

*Kuschelparties in Berlin*

*Von Imke Schridde*

**In der Single-Gesellschaft fehlt es vielen Menschen an Zärtlichkeit. Nun haben zwei Frauen auch in Berlin Kuschelparties ins Leben gerufen. Das große Vorbild der Berliner Fummelfeten: Die Cuddleparties in New York.**

In der Single-Gesellschaft kommt die Zärtlichkeit oft zu kurz (Bild: AP)

Ich find's einfacher mit Fremden zu kuscheln. Mit Freunden, das fänd ich zu persönlich.

Helga, eine füllige Mittvierzigerin. Stammgast im Kreuzberger Meditationszentrum. Selbstbewusst, aufgeschlossen und in ihren besten Jahren, wie sie sagt.

Matthias, 37, Schwimmer-Figur, in weißer Karate-Hose, meint:

Also genug kann man eigentlich nie kuscheln, Wenn's da ne Chance gibt, dann nutz ich die auch. Ich kuschel auch mit meinen Kumpels super gerne. Also nicht mit allen aber doch mit ner ganzen Menge.

In einem leeren Raum wollen an diesem Abend 34 fremde Kuschelfreunde kreuz und quer drauflos schmusen. Allerdings nach klaren Kuschelparty-Regeln: Nacktheit und Sex sind tabu. Zusammen mit ihrer Kollegin Rosi Döbner passt Party-Veranstalterin Adelheid Mechsner auf:

No sex. Es ist normal, dass Menschen bei Berührung auch sexuelle Empfindung haben können. Und die haben hier auch Platz. Nur das heißt nicht, dass es gleich ausgelebt werden muss. Ein Mann darf auch eine Erektion haben. Er muss nicht gleich dafür gehen. Man kann sich auch später verabreden, das haben hier auch schon einige gemacht.

Richtig Kuscheln will gelernt sein, also eigenständiges und selbst bestimmtes Kuscheln. Zum Glück gibt es Adelheid und ihre Kuschel-Übungen:

Adelheid: Die nächste Übung ist die Nein-Übung. Das heißt, die meisten Menschen haben Schwierigkeiten auf Ablehnung zu stoßen. Die Aufgabe ist jetzt, auf möglichst viele Menschen zuzugehen und ein Nein zu hören. Ich mach das einmal vor: Anselm, darf ich mit dir kuscheln? "Nein".

Bei gedimmtem Licht und zugezogenen Vorhängen bewegen sich die Partykuschler aufeinander zu, um sich dann wieder gegenseitig abblitzen zulassen. Langsam kann es jetzt zur Sache gehen. Weiche Matratzen werden zu einer Liegewiese ausgebreitet. Es riecht nach Schweißfüßen.

Adelheid: Ihr dürft jetzt einfach wild durcheinander kuscheln. Kommt in Bewegung. Das heißt erst mal auf allen Vieren über die Matratzen krabbeln und mal schauen, wer noch alles so im Raum ist.

Schwere Wollpullis fliegen in die Ecken. Gerötete Wangen und glänzende Augen, ein bisschen wie beim Kindergeburtstag. Und Adelheid - immer mittendrin

Adelheid: Traut Euch wirklich den anderen zu sagen, was ihr möchtet. Welche Berührung, wie stark...

Zaghafte bilden sich Paare und kleine Gruppen auf dem Matratzenlager. Zwei Männer - einer von ihnen in Anzughose und gebügelm Hemd, der andere weit über 50 mit weißem Haar - und zwei junge Frauen mit sportlich-esoterischem Stil wechseln sich ab beim gegenseitigen Verwöhnen.

Gast: Oh ja, das ist schön mmmh Oh ja, im Gesicht streicheln. Ohhh nicht so doll, ein bisschen zarter... Und so aufm Bauch und der Brust auch gerne Mmmhh. ... Nicht so stark an den Schenkeln bitte, dann bin ich so abgelenkt.

Haare werden gekraut, Rücken massiert. Manch einer tätschelt nur, andere striegeln den Kuschelpartner nahezu. Wieder andere probieren sich im Handauflegen. Rosi Döbner findet das völlig normal:

Bei uns ist das einfach so tabubesetzt, also ne Freundin zu fragen, treffen wir uns zum Kuschneln. Also ich denk das liegt auch an unserer Gesellschaft. Es gibt ja andere Kulturen, die gehen damit ein bisschen normaler, freizügiger um.

Kuscheln ist auch gesund: Berührungen bauen das Stresshormon Cortisol ab. Auch die Partygäste entspannten sich zusehends. In ganz unterschiedlichen Kombinationen wird gekuschelt und gelöffelt: oft im Dreierpack aneinander geschmiegt oder zu zweit - Bauch an Bauch oder Rücken an Rücken, sich gegenseitig schubbernd. Einer lässt sich wie ein Baby wiegen. Hier und da wird auch ganz konventionell geknutscht.

Nach drei Stunden sind die Kuschler zu einem risigen Haufen verknäuel. Über- und untereinander Beine, Arme, Nasen, Pos - Adelheid nennt das eine Kuschnelplastik.

Und - wie war's?

Letztendlich hab ich mit den Frauen gekuschelt, mit denen ich auch kuschneln wollte.

Jetzt fühl ich mich super gut.

Ich bin jetzt nicht irgendwie total begeistert. Aber es liegt nicht daran, dass es nicht wirklich toll ist.