

# Kuscheln ganz ohne Konsequenzen

Zwei FR-Mitarbeiter setzen sich im Selbstversuch neuen Erfahrungen aus / Massage im Dunkel

Viele Berührungen, aber Sex ist tabu. Jeden dritten Freitag im Monat gibt es drei Stunden Kuscheln pur im Frauenloft im Gallus. Die FR-Mitarbeiter Markus Bulgrin und Kathrin Rosendorff haben bei einer der Partys mitgekuschelt.

■ Kathrin Rosendorff: „Darf ich Dir die Haare aufmachen?“ fragt er mich. Wir kennen uns nur durch einen kurzen Blickkontakt. Im normalen Leben hätte ich die Augen verdreht und ihm ein vehementes Nein an den Kopf geknallt. Aber hier bei der Aufwärmübung des Wohlfühlkuschelabends im kleinen Hinterraum des Frauenlofts in der Hohenstaufenstraße 8 lächelte ich ihn an.

Kuscheltrainerin Rosi Doebner, eine studierte Diplom-Biologin, lässt die Teilnehmer mit jeweils ja oder nein antworten, damit von vorneherein die eigenen Grenzen klar sind. Das Ja fällt noch leicht, ist es doch nur eine Vorbereitung zur alles entscheidenden Frage des Abends: „Willst du mit mir kuscheln?“. Meine Antwort bleibt damit ohne Konsequenzen und die Haare geschlossen.

Kurz vorher haben wir noch alle im Kreis gesessen und uns mit einer Pinguinhandpuppe vorgestellt. Einige unter den Kuschelnden kommen regelmäßig. „Ich verpasse eigentlich keine Sitzung“, erzählt ein Teilnehmer. Am liebsten würde er die Aufwärmübungen überspringen. Auch eine andere Mitkuschelnde ist ungeduldig und will, dass der Kuschelabend endlich anfängt. „Aber ansonsten geht es mir gut, und ich freue mich aufs Kuscheln“, verkündet sie.

Andere sind sich da noch nicht so sicher. So auch ein etwa 26-jähriger Mann im schwarzen T-Shirt und Jeans. Er sieht nett aus, scheut aber jeglichen Blickkontakt. Er sagt: „Ich bin hier, weil ich einsam bin.“ Ein anderer Mann erzählt mir, dass er hierher kommt, weil man ohne viel Worte Erfahrungen macht, die im Alltag unmöglich sind. „Bei den meisten Menschen vergeht mir die Lust auf Berührung, sobald sie den Mund aufmachen“, sagt er bestimmt.

Das letzte Warmmachen für den Körperkontakt steht an; fast unbemerkt liegen 20 Matratzen in der Mitte des Raums, das Licht und die Musik sind unmerklich zurückgefahren worden.

Ein mulmiges Gefühl überfällt mich, als ich mich mit einer Augenbinde bäuchlings auf eine dieser Matratzen lege. Vier unbekannte Hände fangen an, mich an Rücken, Beinen und an meinen nackten Füßen zu massieren. Ich spüre, dass ein Paar der vier Hände vor Aufregung stark zittert. Gleichzeitig bemerke ich die Hingabe – fast schon Pro-



BILD: PATRICK LUX/DPA

Berührungen auf der Matratzenlandschaft: So wie hier in Hamburg kuscheln jetzt auch in Frankfurt Menschen miteinander, die sich nicht kennen.

fessionalität der Hände, die meinen Körper zart streicheln. Am Ende vergesse ich fast, dass es fremde Hände sind, die mich massieren. Ich fühle mich ziemlich entspannt.

Als ich an der Reihe bin, eine Massage zu geben, stelle ich fest, wie schwer mir das fällt. Die Anonymität ohne Augenbinde fällt weg, und nur sehr zurückhaltend wage ich mich an den Rücken einer Frau von Ende 30, während mein Kollege ein paar Matratzen weiter alles gibt.

■ Markus Bulgrin: Zunächst lege ich meine Hände auf ihren Bauch und ihre Brust. Die schwarzhaarige Frau soll sich mit meinen Berührungen anfreunden. So sagt das zumindest die Leiterin Rosi Doebner: „Der Teilnehmer, der verwöhnt wird, muss zunächst Vertrauen aufbauen.“

Es ist erstaunlich, wie schnell man sich in dieser Atmosphäre gehen lassen kann. Nach einiger Zeit streichle ich wie selbstverständlich über die Arme, Beine und schließlich Stirn der Liegenden. Kurz vor Ende der Übung, die rund 15 Minuten dauert, dürfen die Gestreichelten noch einmal Berührungen einfordern, die sie besonders mögen. „Eigentlich war alles gut so, einfach so wei-

ter“, flüstert die Frau unter mir. Später wird sie mir verraten, dass sie ein unruhiger Typ ist und deswegen immer wieder den Körperkontakt zu den völlig fremden Menschen sucht. „Ich habe kein Defizit, bin sogar in einer festen Partnerschaft.“

Die meisten Teilnehmer schildern, dass die Kuschelpartys die Sinne wieder schulen und der Tendenz zur Abstumpfung im Alltag entgegenwirken. „Hier kann man kuscheln ohne Sex und weitere Verpflichtungen“, sagt eine ältere Frau mit graumelierten Haaren.

Die Bedürfnisse der Menschen hat Rosi Doebner schon vor einem Jahr erkannt und veranstaltet seitdem die Kuschelpartys in Berlin und Frankfurt. „Kuscheln ist ein menschliches Grundbedürfnis, unterstützt das Immunsystem, baut Stresshormone ab, und außerdem werden körpereigene Glückshormone ausgeschüttet“, erklärt die Biologin.

**DIE NÄCHSTE KUSCHELPARTY** ist am 18. August, von 20 bis 23 Uhr, im Frauenloft, Hohenstaufenstraße 8. Der Eintritt kostet 18 Euro. Nähere Informationen unter [www.die-kuschelparty.de](http://www.die-kuschelparty.de).