



**In Charlottenburg treffen sich fremde Menschen, um miteinander zu kuscheln. Sie wollen sich für wenige Stunden gegenseitig umarmen, halten, berühren. Autor Robert Klages hat herausgefunden, warum Männer anders umarmen als Frauen, wie sich eine fremde Hand auf seiner Wange anfühlt – und warum man zusammen kuschelnd weniger allein ist.**

von Robert Klages

**A**ls ich mit meiner gemütlichen Jogginghose auf die weichen Matten und Decken trete, bin ich aufgeregt. Es ist schummrig, Bücher stehen in einer Ecke, es riecht nach Yogastudio. 25 Personen sind zur „Kuschelparty“ gekommen und schauen mich erwartungsvoll an. Das sind also die Menschen, mit denen ich gleich körperlich werde, denke ich mir. Mehr Männer als Frauen, zwei Pärchen sind dabei. Einer hat eine Schlafmaske auf und Stöpsel in den Ohren, merkwürdig. Andere unterhalten sich. Es fühlt sich an, als würde man in eine anonyme Suchtihilfegruppe oder Ähnliches geraten. „Hallo, ich bin Robert und ich war noch nie auf einer Kuschelparty.“

Bevor ich mich hier hinsetze, hatte ich mit Kuscheltherapeutin Pamela Prinz gesprochen. Sie erklärte mir, worum es geht: Ziel einer Kuschelparty sei es, sich zu berühren und zu streicheln. Das habe nichts Sexuelles und man könne jederzeit Nein sagen. Ich bin angespannt. Die Leute sehen normal aus, aber möchte ich die wirklich anfassen?

Wir beginnen langsam: Zunächst umarmen wir uns. Easy. Ich umarme jede\*n, da habe ich keine Hemmungen. „Männer umarmen sich anders als Frauen“, erklärt mir der angehende Kuscheltherapeut Eike. Männer klopfen kumpelhaft auf den Rücken, zack, fertig. Viele Männer hätten Probleme mit körperlicher Nähe, sagt er. Eike bietet Einzelsitzungen speziell für Männer an, er kommt auch zu ihnen nach Hause. Wenn es in der Familie wenig körperlichen Kontakt gab, kann dies nachgeholt werden: „Nach nähern“, nennt er das.

Ich versuche es bei nächster Gelegenheit etwas inniger und meine Umarmung wird von einem großen Mann mit wildem Bart erwidert, lange bleiben wir umschlossen stehen. Eike und Marko fragen mich, ob sie ihre Hände auf meine Schultern legen dürfen. Bei den Kuschelpartys muss man fragen, bevor man etwas tut und sich danach bedanken, auch wenn die Antwort Nein lautet. Eike und Marko dürfen. Wir stehen in der Mitte des Raumes und ich darf ebenfalls meine Arme um die beiden legen.

„Darf ich meine Hand auf deine Wange legen?“, flüstert Marko. Huch, damit hatte ich nicht gerechnet und es ist mir auch unangenehm. Aber ja, warum nicht?

Ich lasse es geschehen. Und es ist tatsächlich gar nicht so merkwürdig wie erwartet. Als es mir zu lange dauert, löse ich mich.

Wir bedanken uns beieinander. Marko, 37 Jahre alt, ist zum zweiten

Mal hier. Er lebt noch nicht lange in Berlin, hat, „durch einen dummen Fehler“ Freundin und Freundeskreis verloren, ist nun einsam, erzählt er mir leise.

In der nächsten Übung wird dann offiziell geredet und wir verteilen „verbale Geschenke“. Der Satz soll lauten: „Ich möchte eine Liebesbeziehung mit dir führen, weil ...“ Puh. Das empfinde ich als schwieriger als umarmen, denn ich möchte hier keine Liebesbeziehung führen.

Mir gegenüber sitzt Andy im Schneidersitz. Ein stattlicher Mann, er sieht wie ein Onkel von mir aus. Der 61-Jährige schaut mich durch seine kleine Brille erwartungsvoll an. Ich teile ihm mit, dass ich glaube, er sei ein herzlicher Mensch, sensibel und rücksichtsvoll, und dass ich denke, er könne gut Beziehungen führen. In seinen Augen stehen die Tränen. Ohne vorher zu fragen, umarme ich ihn.

Dann erzählt er mir von seiner Frau Ronda, die er nach 39 Jahren Ehe verloren hat. Gehirntumor.

Mir kommen ebenfalls die Tränen. Andreas hatte Panikattacken und mied den Kontakt zu anderen Menschen. Er habe nicht mal in einer Warteschlange stehen können, sagt er. „Ich habe Angst, dass ich nicht mehr fähig bin zur Zwischenmenschlichkeit.“ Und genau jetzt wird auch noch „River Flows in You“ gespielt. Das Lied lief auf Rondas Beerdigung. Ich umarme Andreas intensiver. Er nickt und bedankt sich bei mir.



**„DARF ICH MEINE HAND AUF DEINE WANGE LEGEN?“**

**„MÄNNER UMARMEN SICH ANDERS ALS FRAUEN.“**



## „VIELLEICHT SIND KUSCHEL- PARTYS WIE YOGA.“

Als sei das noch nicht emotional genug, wird nun „herzerwärmender Kakao“ serviert. Das ist roher Kakao, der eine leichte psychedelische Wirkung haben soll, aber nicht unter das Betäubungsmittelgesetz fällt. „Man muss daran glauben“, flüstert Andreas neben mir und zuckt mit den Schultern.

Die Zeremonie beginnt. Wir schlürfen das bittere Getränk und räuchern uns mit energetisierenden Palo-Santo-Holzstäbchen ab, das Kaminfeuer wird einfach: zwei Stunden „freie Kuschelzeit“.

Alle sitzen einzeln vor dem knisternden Feuer, regungslos wie Insekten auf einer sonnigen Wiese. Es dauert eine Weile, bis sich Paare finden, ganze Grüppchen zusammen kuscheln. Die Körper kommen sich langsam näher, manche fassen sich an, andere sitzen noch teilnahmslos in der Ecke. Ein Pärchen erlaubt Marko, ihnen beizuwohnen unter ihrer Decke. Mehrere Personen rücken näher an mich heran. Wir strecken unsere Hände zu anderen aus. Ein Geflecht aus Armen und Beinen. Die sonst so entfernte, fremde Welt der anderen, unbekanntenen Menschen ist mir plötzlich nahe. Es ist ungewohnt, aber irgendwie auch angenehm.

Die Gründe der Leute, hier zu sein, sind vielschichtig, aber haben oftmals mit Einsamkeit zu tun. Viele haben flüsternd erzählt, dass sie in ihrem Leben wenig positive Körperlichkeit

erfahren, sei es in der Jugend in der DDR, einer eher distanzierten Familie, womöglich mit schlagenden Eltern, unschönen Partnerschaften oder gar Gewalttaten fremder Personen. Hierherzukommen, ist für viele ein Herantasten an andere Körper in einem sicheren Umfeld.

Dann sind die zwei Stunden vorbei. „Entknotet euch“, sagt Pamela. Und wir kehren allmählich in aufrechte Positionen zurück. Ich schaue mich um und mein Blick ist viel milder als vorher. Andere zu berühren, ist nicht so merkwürdig, wie ich anfangs dachte. Im Gegenteil: Zärtlichkeit und Berührung mit Zustimmung sind überlebensnotwendig für Menschen – und es ist toll, dass es dafür solche Räume gibt. Vielleicht sind Kuschelpartys wie Yoga. Das fanden ja viele am Anfang auch merkwürdig und mittlerweile bekommt man dafür sogar ein Rezept von der Krankenkasse.

*Pamelas Kuschelpartys gibt es in der Dernburgstraße 59, 14057 Charlottenburg.  
[www.kuschelkuschelwuschel.de](http://www.kuschelkuschelwuschel.de)*



*Autor Robert Klages lässt sich für seine Recherche voll fallen.*