



Mit Kerzen, Kissen und warmen Farben sorgt Winfried Bär für eine gemütliche Atmosphäre.

Foto: Winfried Bär

# Das Bedürfnis nach Berührung

Winfried Bär organisiert Kuschelpartys in Rambach / Dabei gelten klare Regeln

## RAMBACH

In vielen größeren Städten gibt es sie schon und auch in Nordenstadt wurden sie vor ein paar Jahren veranstaltet. Jetzt macht Winfried Bär einen neuen Anlauf und lädt zu Kuschelpartys ins Rambacher Veranstaltungshaus KuK-KuK.

Von Michaela Luster

„Der Mensch ist eigentlich ein Rudeltier und hat von Natur aus ein großes Bedürfnis nach Berührung“, sagt Winfried Bär. „In meinem eigenen Leben spielt sie eine große Rolle.“ Vor zehn Jahren hat er selbst zum ersten Mal an einer Kuschelparty teilgenommen und war gleich begeistert. In mehreren Seminaren hat Bär, der hauptberuflich als Bankkaufmann arbeitet, sich zum „Kuschel- und Berührungstrainer“ ausbilden lassen und hat Mitte August seine erste eigene Veranstaltung im Seminarhaus KuK-KuK in Rambach geleitet.

Die Premiere kam richtig gut an, berichtet Bär. Am Ende seien die zehn Frauen und acht Männer „weggespaced und selig“ gewesen. Von einem „absolut runden, harmonischen, friedlichen und liebevollen Miteinander“, schwärmt eine Teilnehmerin im Nachhinein. Sogar zwei Therapeutinnen waren mit Klienten bei der Veranstaltung. Der grobe Rahmen der Kuschelpartys ist überall ähnlich: Zu Beginn werden die Regeln erklärt, dann gibt es freie Bewegung zur

Musik, später Berührungen im Stehen und erst am Ende wird auf Yogamatten gekuschelt. „Meist sind einige Wiederholungskuschler dabei, die kennen das alles“, sagt Bär, „aber für die Erstkuschler wiederhole ich die Regeln auf jeden Fall.“ Es geht nämlich nicht um Erotik. Berührt, gestreichelt, geknetet und ausgestrichen wird nur auf der Kleidung und nur an den Körperteilen, die im Schwimmbad nicht bedeckt sind.

## Alles im Blick

Das klappt auch meist ganz gut, hat Bär festgestellt. Er selbst und seine beiden Assistenten sind die ganze Zeit über dabei und haben im Blick, ob alles normal läuft. „Ich kann gut erkennen, ob etwas aus Versehen oder absichtlich geschieht.“ Die erste Stufe ist dann, dass er die berührte Person anspricht, ob alles in Ordnung ist. Die nächste wäre, dass der Berührende an die Regeln erinnert oder gar des Raumes verwiesen wird. Aber das ist noch nie vorgekommen, sagt der 56-Jährige.

Ganz wichtig ist nämlich die Ja-Nein-Regel: Jeder fragt erst, ob er oder sie die andere Person anfassen darf. Zu jedem Zeitpunkt können die Teilnehmer auch ablehnen – ein Zeichen der Selbstachtung, das möglichst nicht als Kränkung aufgefasst werden soll. „Natürlich kommt manchmal trotzdem eine erotische Stimmung auf oder zwei Menschen gefallen sich besonders gut“, gibt Bär zu. Doch die Regeln gelten ja nur

von 18 bis etwa 22 Uhr. „Danach kann man sich verabreden und tun, was man will.“

Die meisten Teilnehmer von Kuschelpartys sind zwischen 40 und 60 Jahren alt und weiblich. Aber es gibt durchaus auch Mitte 20-Jährige oder Menschen in den Siebzigern. „Viele sind alleinerziehend, allein stehend oder erst seit Kurzem getrennt“, hat Bär, der in Erbach wohnt, festgestellt.

Welche Rolle spielt die körperliche Attraktivität? Nur ganz am Anfang mache das die Kontaktaufnahme einfacher. Dass jeder Teilnehmer frisch geduscht und mit bequemen, sauberen Sachen kommt, ist klar. „Irgendwann schließt man die Augen, fokussiert sich auf die Wärme des anderen und die Zeit steht still“, schwärmt Bär. Er liebt es, die „phänomenale Verwandlung“ der Menschen zu beob-

achten. „Nach drei oder manchmal auch vier Stunden strahlen auch die, die vorher eher skeptisch waren.“

Fast immer ist ein Spaßvogel in der Gruppe, der die anfängliche Gehemmtheit und Unsicherheit mit Lachen aufbricht. Langsam tasten sich die Teilnehmer aneinander ran. Für das Kuscheln im Liegen wird Bär in einem Teil des Raums im KuK-KuK Yogamatten auslegen. Mit Kerzen schafft er eine kuschelige Atmosphäre. Trotz der Regeln laufe jede Veranstaltung anders ab als die vorhergehenden. Auch jeder Trainer habe seinen eigenen Stil, wie er die Partys gestaltet. Auf jeden Fall gibt es Pausen, in denen etwas zu trinken und zu essen gereicht wird.

In Zukunft will Bär auch auf Altenheime und Seniorenresidenzen zugehen und Einzelsitzungen anbieten, denn dort gebe es einen großen Bedarf. Berührungsgängste hat Bär offensichtlich nicht. „Ich bin offen und tolerant“, sagt der 56-Jährige, „und bisher wurde ich immer dafür belohnt.“

Die nächsten „Kuschelhimmel XL“ finden am Freitag, 15. September, 18 Uhr, und am Freitag, 13. Oktober, 18 Uhr, im Haus KuK-KuK, Ostpreußenstraße 66, in Rambach statt. Die Teilnahme kostet 22 Euro. Anmeldung und weitere Informationen auch zu Einzelsitzungen im Internet unter [www.Kuschelhimmel.de](http://www.Kuschelhimmel.de), telefonisch unter 0171-4234190 oder per E-Mail unter [derkuschelhimmel@t-online.de](mailto:derkuschelhimmel@t-online.de). Es müssen immer Vor- und Zuname angegeben werden.



Winfried Bär lässt die Kuschelpartys wiederaufleben. Foto: Bär

## Treff für Sammler von Briefmarken

### ERBENHEIM

(red). Der Wiesbadener Briefmarken-Sammlerverein 1885 richtet am Sonntag, 17. September, im Bürgerhaus Erbenheim von 9 bis 15 Uhr einen Briefmarken-Großtauschtag aus. Der Eintritt ist kostenfrei. Auch für Speisen und Getränke wird gesorgt sein.

## Landfrauen fahren zum Kastanienhof

### BRECKENHEIM

(red). Die Landfrauen wollen am Mittwoch, 20. September, zum „Kastanienhof“ nach Niederjosbach fahren. Dort werden die Teilnehmerinnen essen und gemütlich beisammen sitzen. Um die Platzreservierung planen zu können, wird um telefonische Anmeldung bis spätestens Mittwoch, 6. September, unter 06122-14529 oder 06122-14683 gebeten.

## Vortrag über Killifische

### SCHIERSTEIN

(red). Der Wiesbadener Aquarierverein Amazonas lädt am Montag, 4. September, um 20 Uhr zum Vereinsabend im Bürgerhaus „Alte Hafenschule“ in Schierstein, Zehntenhofstraße 6, ein. Herbert Hirsch hält den Vortrag „Killifische – Edelsteine im Aquarium“. Er ist Vereinsmitglied, Buchautor und Züchter mit über 50-jähriger Erfahrung als Referent. Alle Interessenten sind eingeladen, der Eintritt ist kostenfrei.

## Weine verkosten am Museumshof

### NORDENSTADT

(red). Der Nordenstadter Weinstand am Museumshof nimmt nach der Sommerpause am Freitag, 8. September, um 17 Uhr wieder den Betrieb im Innenhof des Heimatmuseums in der Turmstraße auf. Das Motto beim Treffpunkt für Winfreunde ist diesmal „USA/Kalifornien“. Es gibt Weine aus dem Rheingau, Rheinhessen und dem Mottoland samt Essenangebot. Weitere Termine: 22. September (Österreich), 6. Oktober (Pfalz).