

„Oh Gott, ich habe ja gar nichts an!“

Ausgezogen für die Weltreise: Der Journalist Marc Engelhardt spricht im Interview über freischwingende Freiheiten



Auf den Unterwasserscootern herrscht Helmpflicht.

MARC ENGELHARDT (3)

Herr Engelhardt, Sie sind nackt um die Welt gereist. Sie haben am FKK-Strand an der Ostsee gelegen, sind in der Karibik an Bord eines Nackt-Kreuzfahrtschiffes gegangen, haben in Japan zusammen mit 9000 anderen nackten Männern Ihr Glück gesucht, sind unbekleidet durchs Bergische Land gewandert und haben in vielen Ländern die Hüllen fallen lassen. Sind Sie ein Exhibitionist?

Nein, ich habe nie das Verlangen gehabt, mich in der Öffentlichkeit auszuziehen.

Aber Sie haben es trotzdem gemacht. Warum?

Die Idee zur nackten Weltreise kam mir spontan beim Schwimmen in einem Waldsee in Mecklenburg. Ich hatte keine Badehose dabei, also bin ich nackt ins Wasser gestiegen. Ich spürte die Sonne auf der Haut und das Wasser perlte von mir runter. Es war herrlich! Und da fragte ich mich: Wie ist das mit dem Nacktsein eigentlich in anderen Ländern? Das wollte ich herausfinden. Es war also Neugierde, nicht Exhibitionismus, die mich getrieben hat.

Da Sie also kein Exhibitionist sind – müssen Sie sich überwinden, sich in der Öffentlichkeit auszuziehen?

Ja! Als ich mich mit einer Nacktwandergruppe im Bergischen Land getroffen habe und wir uns auf dem Parkplatz ausgezogen haben, glaubte ich zunächst, ich versinke im Boden. Ich dachte nur: Oh Gott, hoffentlich sieht uns niemand. Als Erstes ist uns der Postbote begegnet, der beschämt wegguckte.

Wie ging es weiter?

Ich habe mich nett mit den anderen Nacktwanderern unterhalten, und als uns angezogene Leute entgegenkamen, haben wir freundlich gegrüßt. Erst hundert Meter später fiel mir auf: „Oh Gott, ich habe ja gar nichts an und die schon.“ Also, am Anfang muss man sich überwinden, aber bald vergisst man, dass man nackt ist.

Aber warum sollte man sich überwinden, sich öffentlich auszuziehen? Was ist so toll am Nacktsein?

Oft ist es einfach praktischer! Ich finde es angenehmer, ohne durchgeschwitzte Klammotten zu wandern oder ohne eine Badehose in die Ostsee zu springen. Viele Leute, die ich bei den Recherchen zu meinem Buch getroffen habe, haben mir gesagt, dass sie sich nackt der Natur näher fühlen.

Fühlen Sie sich nackt der Natur auch näher?

Es klingt zunächst mal ein bisschen esoterisch. Aber ich habe schnell verstanden, was die Nackten meinen. Wenn man nackt ist, spürt man etwa einen Windstoß und den Boden unter den Füßen viel intensiver.

Bedeutet nackt sein auch frei sein?

Ja, mir gibt es – gerade jetzt in Zeiten von Corona – ein Gefühl von Freiheit und Erholung. Nacktsein ist die kleinstmögliche Utopie, die für alle möglich ist. Zieh dich aus, spring in den See, leg dich nackt an den Strand, wandere nackt durch den Wald. Das hat etwas Befreiendes, denn mit der Kleidung legt man auch den Alltag und seine Sorgen ab.

Sind Nackte glücklicher?

Ja, davon bin ich mittlerweile echt überzeugt. Es liegt vor allem daran, dass man durchs Nacktsein ein gesundes Verhältnis zum eigenen Körper entwickelt. In der Werbung und im Internet werden wir ständig mit sehr schönen Körpern konfrontiert. Viele Menschen wissen mittlerweile zwar, dass sie oft stark gephotoshopt sind. Trotzdem können diese perfekten Körper einen unter Druck setzen. Aber wenn man am Nacktbadestrand sieht, wie normale Menschen wirklich aussehen, kann es einem helfen, andere und sich selbst schöner zu finden.

Finden Sie sich schöner, seitdem Sie nackt um die Welt gereist sind?

Schöner ist der falsche Begriff, aber ich ge-

he seitdem selbstverständlicher mit meinem Körper um, wenn ich nackt bin. Ich fühle mich wohler in meinem Körper, ich mache mir seitdem viel weniger Gedanken über das halbe Kilo mehr hier oder die eine Falte mehr dort.

Sie haben bestimmt einen Astralkörper. Aber am Nacktbadestrand gibt es vielleicht auch Menschen, die noch schöner sind als Sie. Müssen Sie dann weggucken, um keine Komplexe zu bekommen?

Nein, damit komme ich zum Glück gut klar. Sonst hätte ich auch ein Problem, denn es gibt sehr viele Leute, die nackt toller aussehen als ich. Aber wenn man am FKK-Strand oder mit 2000 anderen Nackten auf einem Kreuzfahrtschiff ist, sieht man alles: vom durchtrainierten Fitnessstudio-Besucher über Adipöse bis hin zu Menschen mit körperlichen Beeinträchtigungen. Ich fand es interessant, dass man schon bald nicht mehr so sehr auf die Körper achtet, wenn man erst mal eine Weile zusammen nackt war.

Können Sie ein Beispiel nennen?

An Bord des FKK-Kreuzfahrtschiffes habe ich mich mit einer sehr, sehr dicken Frau unterhalten. Sie sagte mir, dass sie viel eher auf ihren Körper reduziert wird, wenn sie angezogen ist. Wenn alle nackt sind, spielt ihr massiger Körper keine große Rolle mehr. Dann steht das im Vordergrund, was sie als Person ausmacht, was sie denkt und was sie zu sagen hat.

Auch am FKK-Strand und auf einem Nackt-Kreuzfahrtschiff haben die meisten Menschen stets ein Handy dabei, mit dem man Fotos und Videos machen kann. Auch von Nackten. Und diese Videos und Fotos können im Internet landen. Haben Menschen deshalb Angst, sich nackt auszuziehen?

Auf jeden Fall. Vor allem Eltern haben Angst, ihre Kinder nackt am Strand rumlaufen zu lassen, weil sie befürchten, dass sie gefilmt oder fotografiert werden könnten. Deshalb finde ich es wichtig, dass alle aufpassen, um so etwas zu verhindern. Für die Recherchen für mein Buch habe ich an vielen Nackt-Aktivitäten teilgenommen. Meistens war Fotografieren dabei verboten. 99,9 Prozent der Teilnehmer halten sich an solche Verbote. Die anderen 0,1 Prozent, die das Vertrauen der anderen verletzen, haben am Nacktbadestrand oder wo auch immer nichts zu suchen. Das Recht auf Nacktheit sollte man sich aber auch im Smartphone-Zeitalter nicht nehmen lassen.

Aber die Handy-Generation könnte die Wenigen, die unerlaubt Nacktfotos machen, abschrecken. Ziehen sich deshalb weniger Menschen aus?

Nein, das glaube ich nicht. Die Generation, die mit dem Smartphone aufgewachsen ist, hat auch kennengelernt, wie einen das eigene Abbild in Form von Fotos und Selfies auf Schritt und Tritt begleitet. Sie wissen, wie man sich inszeniert und wie man mit Hilfe von Apps in ein paar Sekunden auf

Marc Engelhardt, 49, ist Autor und freier Australienkorrespondent. Seit gut zwei Jahrzehnten berichtet er für den Deutschlandfunk sowie ARD Hörfunk und Fernsehen, zunächst aus Nairobi, inzwischen aus Genf. Er ist Mitglied des Korrespondenteninnennetzwerks „Weltreporter“. Im Sommer trifft man ihn am Ostseestrand auf Rügen – ohne Badehose.



„Ich bin dann mal nackt. Eine Reise zu den unverhüllten Kulturen unserer Welt“, Goldmann-Verlag, 288 Seiten, 14 Euro.

einem Bild zehn Kilo weniger und ein paar Muskeln mehr haben kann. Viele junge Menschen wollen sich aus dieser Kunstwelt befreien und sind auf der Suche nach dem Echten. Bei meinen Recherchen habe ich festgestellt, dass selbst trutschtige FKK-Vereine, in denen zuletzt fast alle Mitglieder 70, 80 Jahre alt waren, deshalb plötzlich bei Menschen zwischen 30 und 40 Jahren wieder sehr beliebt sind.

Auch wenn Handys in FKK-Clubs oft verboten sind, haben viele Menschen Angst, sich auszuziehen, weil sie sich vor Bodyshaming fürchten.

Ja, leider. Bodyshaming gab es sicher immer schon, aber mir scheint es heute brutaler. Zum einen können über das Internet – insbesondere über Social Media – viel mehr Menschen in viel kürzerer Zeit erreicht werden. Zudem haben wir beim Bodyshaming die Maßstäbe verloren. Denn wir haben heute Ansprüche an unseren eigenen und fremde Körper, die ästhetischen Idealen genügen müssen, die es eigentlich gar nicht gibt.

Wie kommt das?

Dahinter stecken unter anderem handfeste Wirtschaftsinteressen. Ich habe mich bei den Recherchen für mein Buch auch mit Schönheitsoperationen beschäftigt. Ich finde es sehr erschreckend, dass Schönheitsoperationen im Intimbereich vor allem bei jungen Frauen boomen. Da ist die Rede von „Genital-Ästhetik“ und dem „Barbie-Look“, für den in der Pornoindustrie wohl immer häufiger die Vulven digital nachbearbeitet werden. Viele Frauen werden in der Konsequenz Opfer von Bodyshaming, finden sich im Intimbereich nicht schön genug. Sie denken, einen Körper haben zu müssen, der anderen gefällt, und geben viel Geld für Operationen aus. Ich finde das einen total falschen Ansatz. Mein Körper muss vor allem mir gefallen, und dann gefällt er hoffentlich auch denen, die mir wichtig sind.

Ist Nacktsein nur etwas für Schöne?

Nein, Nacktsein ist etwas für alle. Wenn jemand tatsächlich denkt, er oder sie sei nicht schön genug und müsste für viele tausend Euro eine Operation machen, dann würde ich vorschlagen: Geh doch mal an den Nacktbadestrand. Guck dir mal an, wie die anderen aussehen und wie du aussiehst: Normal eben. Das ist gut fürs Selbstbewusstsein und kann sehr viel Geld sparen.

Sie haben offensichtlich genug Selbstbewusstsein. In Norwegen haben Sie sich zusammen mit einigen hundert anderen Nackten vom US-amerikanischen Fotografen Spencer Tunick fotografieren lassen. Er ist bekannt für seine Nudescaapes, also Landschaften, die von vielen Nackten gebildet werden. Macht es Ihnen nicht Angst, dass diese Nacktbilder von Ihnen jetzt in der Welt und im Internet sind?

Nein. Alle Teilnehmer haben vorher schriftlich versichert, dass sie damit kein Problem haben. Ich bin auf mindestens einem der Bilder gut zu erkennen, allerdings ist mein Genitalbereich nicht zu sehen, da jemand anderes zufällig vor mir steht. Wäre ich ganz nackt zu sehen, hätte ich damit allerdings auch kein Problem. Die Nudescaapes schaffen etwas ganz Neues, das weit über die einzelnen Nackten hinausgeht. Wenn man sich das Kunstwerk ansieht, guckt man sich nicht die einzelnen Leute an und schaut, was man von ihnen sieht, sondern man schaut sich das Gesamtbild an. Ich fand es wirklich faszinierend, Teil eines großen Kunstwerkes zu sein.

Tendieren Menschen, die sich gerne vor anderen Leuten ausziehen, dazu, ihren Körper durch Sport, Ernährung, Körperschmuck oder Schönheitsoperationen zu optimieren?

Bei Leuten, die sich vor anderen und damit auch für andere ausziehen, mag das so sein. Das habe ich zum Beispiel in Cap d'Agde, der Stadt der Nackten in Südfrank-



Der Autor höchstselbst.



Das Wandern ist der Nackten Lust.

reich, erlebt. Dort gibt es unter anderem auch eine ziemlich aktive Swinger-Szene. Unter den Swingern sind viele, die sich offenbar gerne nackt zeigen und dafür entsprechend Aufwand betreiben. Aber den meisten Nackten, die ich getroffen habe, geht es nicht darum, sich vor anderen auszuziehen. Sie ziehen sich aus, um sich wohlfühlen, um den eigenen Körper zu spüren, um das Gefühl von Freiheit zu haben, näher an der Natur zu sein und um zu sehen, was das Nacktsein mit ihnen macht. Diesen Menschen geht es um sich selbst. Sie sagen sich nicht: „Oh, jetzt rasierere ich mich noch mal oder lass mir noch schnell ein Tattoo stechen.“ Sie bereiten sich nicht auf das Nacktsein vor.

Haben Nackte mehr Sex?

Da die meisten Menschen beim Sex nackt sind – bestimmt! Aber Sie meinen sicher, ob diejenigen, die sich gerne öffentlich ausziehen, sexuell aktiver sind. Dazu gibt es keine Untersuchungen. Ich kenne jedenfalls keine. Und nachdem, was ich auf meiner Nackt-Weltreise gesehen, gehört und erlebt habe, sehe ich da auch keinen Zusammenhang. Oft hat das nackte Leben sogar gar nichts Sexualität zu tun. Ich habe bei den Recherchen auch an einem Nacktseminar teilgenommen. Dabei ging es durchaus auch um Sexualität. Aber der Seminarleiter hat sich darüber beschwert,

dass man in der FKK-Bewegung mit der Kleidung auch gleich seine Sexualität an der Garderobe abgibt.

Ob Nacktwandern, Nacktseminar oder FKK-Club: Sie haben oft an nackten Gruppenaktivitäten teilgenommen. Warum ziehen Leute sich lieber gemeinsam aus?

Das gibt Sicherheit! Wenn man zum Beispiel mit einer Nacktwandergruppe unterwegs ist, ist man nicht der einsame Verrückte. Zudem geht es oft auch darum, andere zu treffen, die ebenfalls gerne nackt sind. An Bord des Nacktkreuzfahrtschiffes habe ich zum Beispiel Leute aus Saudi-Arabien und US-amerikanischen Bundesstaaten getroffen, in denen man nicht öffentlich nackt sein darf. Die meisten Nackten, die ich getroffen habe, sind übrigens tolerant, gesprächsoffen und sehr sozial.

Wäre die Welt ein besserer Ort, wenn mehr Leute häufiger nackt wären?

Nacktsein an sich macht die Welt nicht zwangsläufig zu einem besseren Ort. Aber ich glaube, viele Menschen wären entspannter, zufriedener, toleranter und glücklicher, wenn sie häufiger nackt wären. So könnte die Welt zu einem glücklicheren Ort werden.

INTERVIEW: PHILIPP HEDEMANN