

SILKE NEUMAYER

MIT MANN IST AUCH NICHT OHNE



SILKE NEUMAYER

MIT MANN  
IST AUCH  
NICHT OHNE

Liebes-Lesestoff für die fortgeschrittene Frau

HEYNE <

Sollte diese Publikation Links auf Webseiten Dritter enthalten,  
so übernehmen wir für deren Inhalte keine Haftung, da wir uns diese  
nicht zu eigen machen, sondern lediglich auf deren Stand zum Zeitpunkt  
der Erstveröffentlichung verweisen.



Verlagsgruppe Random House FSC® N001967

Copyright © 2018 by Wilhelm Heyne Verlag, München,  
in der Verlagsgruppe Random House GmbH,  
Neumarkter Straße 28, 81673 München

Zitat Seite 1686 in: Jan Wrede: Der nasale Schnarcher (17.7.2015),  
in: Infos zum Schlaf & Schnarchen. URL: <https://somnishop.com/was-hilft-gegen-schnarchen-ursachen/> (Stand: 5.2.2018)

Redaktion: Angelika Lieke

Umschlaggestaltung: Eisele Grafik Design, München,  
unter Verwendung eines Motives von Isabel Klett

Satz: Satzwerk Huber, Germering

Druck und Bindung: CPI books GmbH

Printed in Germany

ISBN: 978-3-453-20194-1

[www.heyne.de](http://www.heyne.de)

*Für meine Familie – wundervolle Frauen  
und großartige Männer*



# inhalt

Vorwort .....	11
Der neue Mann .....	15
Albtraummänner .....	19
Böse Jungs – Bad Boys .....	25
Couple Goals .....	37
Das Maß der Dinge .....	43
Das Ziel ist der Weg .....	49
Der Bart ist ab .....	55
Der Duft der kleinen Welt .....	61
Der Fleck muss weg .....	67
Relative Relativitätstheorie .....	73
Der Mann ist eine Baustelle .....	79
Die rosarote Brille .....	85
Ware Liebe .....	89
Eine richtige Beziehung .....	93

Die drei magischen Worte. ....	99
Friendzone. ....	105
Gleichberechtigung . ....	113
Herrenbesuch . ....	119
Wunschträume . ....	127
Zeig mir deins, ich zeig dir meins . ....	131
Let's party. ....	135
Männer an den Herd! . ....	143
Männer in Strumpfhosen . ....	149
Das schwache Geschlecht . ....	155
Männerschnupfen . ....	159
Nicht nichts . ....	163
Reiche Männer . ....	167
Alles Schlampen außer Max. ....	173
Schniepel-Piepel-Neid. ....	177
Ruhe sanft . ....	183
Frühe Sünden . ....	191
Selfies und Strangies. ....	197
Statistisch gefühlt . ....	205
Stresstest . ....	209
The Glow . ....	215



Alle Namen, Personen und Ereignisse  
in diesem Buch sind frei erfunden.  
Ähnlichkeiten mit lebenden oder gar  
mit mir lebenden Personen sind rein zufällig.



# VORWORT

Männer –

wir Frauen können manchmal nicht mit ihnen, aber wir können auch ganz sicher nicht ohne sie.

Ein Leben ohne Männer ist für Frauen ziemlich unmöglich. Und für die meisten von uns sogar noch nicht mal vorstellbar. Man begegnet ihnen schließlich ständig und überall, und ich habe gehört, manche Frauen teilen sogar Tisch und Bett mit einem Mann. Oder gleich ihr ganzes Leben.

Das ist großartig, wunderbar, anstrengend, lustig, faszinierend und irritierend zugleich. Und bietet jede Menge Stoff für Geschichten. Schließlich gibt es keinen Mädelsabend, bei dem nicht mindestens ein Mal über Männer gesprochen wird. Oder gelästert. Oder gelacht. Oder geweint. Oder geflucht.

Denn die Männer in unserem Leben sind eigentlich immer Thema. Und zwar nicht nur, wenn es um Liebe und Romantik geht. Da natürlich ganz besonders, aber auch im banalen Alltag ist der Umgang von Frauen mit dem anderen Geschlecht durchaus von jeder Menge interessanter Vorkommnisse geprägt. Behutsam ausgedrückt.

Frauen lieben Männer. Meistens zumindest. Aber das Leben mit ihnen ist nicht immer einfach.

Auch ich muss sagen: Bevor diese Sache mit mir und den Jungs richtig losging – also im zarten Alter von ungefähr vier, fünf Jahren –, hatte ich im Grunde genommen sehr romantische Vorstellungen von dem Ganzen:

Ich würde später mal so wie Dornröschen von einem Prinzen auf einem Pferd wachgeküsst werden, der sich vorher durch einen ganzen Dornenwald zu mir durchgekämpft hat. Wir würden dann so ein, zwei Kinder bekommen und schrecklich glücklich sein. In einem Schloss mit einhundertvierundzwanzig Zimmern, die ich alle in Gedanken schon mal in verschiedenen Rosatönen einrichtete.

Das kam natürlich in meinem Leben völlig anders, und selbst im Kindergartenalter hielt mein Zustand der Unschuld nur wenige Wochen an, bevor ich mich unsterblich in Thomas, einen Jungen aus der Nachbarschaft verliebte. Der kippte mir als Reaktion auf einen spontanen, aber vielleicht etwas zu feuchten Kuss mit seinem Schäufelchen jede Menge Sand über den Kopf. Und als ich ihm dafür gegen das Schienbein trat, fing er an zu heulen und zu kratzen. Die Kindergärtnerin hatte ihre liebe Mühe, uns beide zu trennen. Ich meine mich zu erinnern, dass dabei ein Eimer Wasser zum Einsatz kam.

Seitdem bin ich mit den verschiedensten Vertretern des männlichen Geschlechts noch öfter in romantische Höhen geflogen. Und meistens mehr oder weniger schnell und mehr oder weniger schmerzhaft wieder auf dem Boden der Realität gelandet. Aber auch auf dem Boden der Realität kann man Glitzer finden.

In jedem Fall war mir schon ab diesem Zwischenfall im Kindergarten eines ganz klar: Das mit den Jungs und den Mädchen, das ist alles nicht so einfach wie gedacht oder erträumt. Daran ändert sich auch nichts, wenn aus Jungs Männer und aus Mädchen Frauen werden.

Und jetzt ist meine Tochter auch noch mitten in der Pubertät. Da kommen noch mal jede Menge neue männliche Exemplare in mein Leben. Ob ich will oder nicht.

Sophie, meine Tochter, beginnt gerade erst damit, so richtig in den romantischen Wahnsinn mit Jungs einzusteigen. Das bringt wahrscheinlich in nächster Zeit öfter mal ein gebrochenes Herz mit sich – ihres oder seines. Je nachdem. Aber das gehört nun mal einfach dazu, zu der Sache zwischen Männern und Frauen, ohne die die Welt entsetzlich langweilig wäre.

Ich schätze mal, jede Frau kennt einen oder sogar mehrere Exemplare der männlichen Spezies, die hier im Buch vorkommen, und die meisten haben wahrscheinlich auch schon ein paar ähnliche Geschichten erlebt. Viele Frauen, die ich kenne, sind immer wieder verblüfft darüber, wie fremd und gleichzeitig vertraut einem Männer doch sein können, wie unbegreiflich und faszinierend zugleich. Der kleine große Unterschied.

Aber egal, wie sehr wir manchmal auf sie schimpfen, wie sehr wir sie manchmal lieben oder verfluchen, wie sehr wir sie manchmal bemuttern oder bezirzen, eins ist sicher: Männer sind seltsame Wesen. Frauen auch.

Und davon handelt dieses Buch.



## Der neue Mann

Seit einiger Zeit gibt es in meinem Leben wieder ein neues Exemplar der männlichen Spezies.

Das ist durchaus angenehm. Wobei:

Der neue Mann an meiner Seite (klingt ziemlich umständlich, aber ich darf seinen wirklichen Namen hier aus Datenschutzgründen ja nicht verwenden) ist natürlich gar kein neuer Mann.

Er ist so alt wie ich, und in dem Alter sind Männer nun mal nicht neu.

Nicht so wirklich, wenn wir mal ehrlich sind.

Und dann kommt erschwerend noch hinzu: Er ist ja überhaupt auch nur neu für mich.

Für seine Exfrau ist er alt. Ganz alt wahrscheinlich.

So alt wie mein Exmann für mich ist. Und das ist ururalt.

Das ist so alt, dass es noch nicht mal für den Flohmarkt reicht, und leider auch nicht so geschätzt, dass Frauen beim Thema Exmann als Erstes das Wort Vintage oder Antiquität in den Kopf kommen würde.

Also wenn ich die ganze Sache mal objektiv betrachte: Mein neuer Mann ist ein gebrauchter Mann. Secondhand. Wahrscheinlich ist er sogar Third- and Fourthhand oder noch viel mehr. Wobei ich

gar nicht so genau wissen will, durch wie viele Hände er vor mir schon gegangen ist.

Er war mal Skilehrer – mehr muss ich dazu wohl nicht sagen.

Nun, in dem Alter, in dem ich mich befinde, ist das meiste leider nicht mehr so ganz neu. Weder das Leben noch die Männer. Noch nicht mal man selbst.

Im besten Fall ist der neue Mann in gutem gebrauchtem Zustand und aus einem tierfreien und Nichtraucherhaushalt. Wobei ich selbst aus einem Tier- und früher sogar Raucherhaushalt komme.

Ich schätze, das mindert meinen Wert doch etwas. Es gibt ja welche, die haben eine Hunde- oder Pferdehaarallergie.

Für solche Männer wäre ich nicht nur alt, sondern sogar unerträglich.

Aber da ich ja eben selbst nicht mehr so ganz neu bin, habe ich schon öfter in meinem Leben erlebt, dass der »Neue Mann« ausgerufen worden ist.

In Zeitungen, Zeitschriften oder auch in Film und Fernsehen und sogar bei meinen Freundinnen wurde dieses Wesen schon öfter erwähnt und wohl ab und an auch gesichtet. Zumindest wird das behauptet.

Also der neue Mann ist ganz anders als der alte Mann.

*Die Zeit* hat übrigens mal eine ganze Serie über den neuen Mann geschrieben.

In einem Artikel steht, der neue Mann soll alles sein: Handwerker, Geliebter, Vater, Hausmann, erfolgreich, gut aussehend und sportlich. Sixpack mit Kochkünsten, Babywickeln und CEO in einer Person.

Und da steht auch, dass Männer das ganz schön anstrengend finden. Diese ganzen Ansprüche, die heutzutage an sie, die neuen Männer, gestellt werden.



Puh! Wenn ich das so lese, verstehe ich das gut.

Da wird einem schon beim Lesen schwindlig.

Gerade ich als Frau kann nachvollziehen, dass einen solche Anforderungen ganz schön unter Druck setzen. Schließlich müssen wir Frauen schon seit einiger Zeit nicht nur beruflich erfolgreich, sondern auch eine Supermutter mit einem yogagestählten Wahnsinnskörper sein, die ihren Mann im Bett beglückt, nachdem sie ein frisch gekochtes Biomenü auf den Tisch gezaubert hat, mit Mangold aus dem Garten, den sie selbst bewirtschaftet.

Also ich begrüße den neuen Mann sehr (nicht nur meinen).

Wir Frauen sollen ja schon seit Jahren eine eierlegende Wollmilchfrau sein – und wenn die Männer da jetzt nachziehen, das nenne ich wahre Emannzipation. Dafür lerne ich auch ab sofort, im Stehen zu pinkeln.

PS: Ich selbst habe allerdings noch nie so einen neuen Mann gesehen und kenne persönlich auch keine eierlegende Wollmilchfrau. Die gibt es wahrscheinlich nur gephotoshopt in den sogenannten Frauenzeitschriften. Persönlich kenne ich nur Frauen, die so wie ich versuchen, sich so gut es geht irgendwie durchzuwursteln und dabei einfach ihre Frau stehen. Und ich kenne jede Menge Männer, die sich einfach täglich bemühen, ihr Bestes zu geben. Ich finde, das ist auch schon ganz schön viel und reicht vollkommen aus, um vollkommen zu sein.



# Albtraummänner

Ich bin ja jetzt in einem Alter, in dem ich bewusst versuche, mich nur noch mit Menschen zu umgeben, die ich irgendwie mag. Das gilt für Männer genauso wie für Frauen. Alles andere fällt für mich unter das Kapitel Zeitverschwendung, und von Zeit hat man mit Mitte fünfzig vielleicht gar nicht mehr so viel, wie man sich so denkt.

Aber diese Selektion ist natürlich nicht immer möglich, schließlich muss auch ich zum Einkaufen, in Flugzeuge steigen oder Elternabende besuchen. Ach, die Welt ist nun mal nicht perfekt.

Trotzdem gelingt es mir normalerweise ganz gut, mich nur noch mit netten und nicht allzu nervigen Menschen zu umgeben – zumindest in meinem Privatleben. Man muss wissen, das ist wirklich ein Fortschritt für mich im Verhältnis zu früher, denn ich habe eine leichte, wohl angeborene »Nein-sag-Schwäche«.

Das heißt, dass ich mich früher öfter mal in komischen Cafés oder auf öden Partys oder in einseitigen Freundschaften oder katastrophalen Beziehungen zu Männern wiedergefunden habe und mich die ganze Zeit gefragt habe, wie ich da bloß reingeraten bin. Das ist jetzt seit ein paar Jahren Gott sei Dank etwas anders. Seit das Wörtchen »Nein« öfter mal Verwendung bei mir findet.

Aber leider klappt das mit dem Neinsagen nicht immer.

Es ist etwas über zwei Jahren her, als ich zum Shoppen unterwegs war. In der Innenstadt. Das war der Fehler. Und zwar nicht nur wegen der zu engen Hose von Zara, die seitdem im Schrank hängt und darauf wartet, dass ich endlich die ausschlaggebenden zwei Kilo abnehme – was natürlich nie passieren wird. Fehlkäufe stecke ich mittlerweile locker weg.

Aber nicht Sabine.

Die traf ich dort nämlich zufällig.

Sabine kenne ich schon seit meinem Studium, sie macht auch irgendwas mit Medien. München ist bekanntlich ein Dorf, und irgendwo trifft man sich deshalb irgendwie immer wieder.

Sabine erblickte mich und stürzte sich ohne Vorwarnung auf mich, als wäre ich ein Super-Schnäppchen im Schlussverkauf. Sie hatte mich in den Krallen, noch bevor ich mich hinter einem Ständer mit Blusen für 29,99 Euro verstecken konnte.

Sabine war schon im Studium extrem nervend, aber ich habe ab und zu einen Abend mit ihr verbracht. Angeborene Nein-sag-Schwäche. Sie wissen schon. Kennen viele Frauen. (Männer im Übrigen eher nicht. Noch so ein kleiner großer Unterschied zwischen den Geschlechtern.)

Sabine beteuerte, es sei so schön, mich zu sehen, fragte pflichtschuldig, aber desinteressiert nach meinem Befinden und kam innerhalb von zwei Sekunden zum eigentlichen Thema: zu sich selbst und ihrem unglaublich interessanten Leben. Sabine hatte nämlich auch eine gescheiterte Ehe hinter sich. Somit waren wir sozusagen Scheidungsschwestern.

Und Sabine war nun auf der Suche. Nach einem neuen Mann. Nach einem Traummann. Ihr Ex hatte sich nämlich als echter Albtraummann entpuppt, der sie heimlich über die ganze Zeit ihrer Ehe betrogen hatte. Mit mehreren Frauen und wohl auch einem Mann. Das Gerücht mit dem Schaf stimmt glaube ich nicht, aber

wer weiß. Sabine meinte, sie würde das mit den Männern jetzt alles anders machen. »Ah, Singlebörse im Internet?«, fragte ich nach.

Internet? Sabine starrte mich entgeistert an. Nein, so was Profanes einzusetzen bei so etwas Wunderbarem wie der Liebe geht gar nicht. Schließlich ist die Liebe zwischen Männern und Frauen eine echte Himmelsmacht – oder etwa nicht?

Sabine schüttelte den Kopf. Das muss man als Frau ganz anders machen, klärte sie mich auf: Sabine bestellt den neuen Mann jetzt einfach beim Universum. Doch, doch. Das geht. Man muss nur wissen wie, und es gibt jede Menge Bücher dazu mit Gebrauchsanleitung, wie man richtig bestellt. Beim Universum. Nicht beim Kellner.

Ich konnte mir gerade noch verkneifen nachzufragen, ob der neue Mann dann per DHL oder UPS vom Universum geliefert wird und ob man dann auch die Terrasse als Ablageort wählen kann?

Aber Sabine meinte es ernst. Ein Scherz war hier also nicht angebracht, wie ich gerade noch rechtzeitig bemerkte.

Sabine redete und redete, und ich schaffte es irgendwann zu sagen, dass ich ganz dringend Sophie abholen müsste. Vom Kindergarten. Und dann verdrückte ich mich, so schnell ich konnte, noch bevor Sabine klar wurde, dass Sophie schon seit fast zehn Jahren nicht mehr in den Kindergarten geht.

Ich muss jetzt allerdings gestehen: Ich habe das nach dem Treffen mit Sabine dann mal eine Zeit lang mit dem Universum versucht. Dabei sagte ich täglich so was zum Universum wie »Ich will George Clooney. Ich will aber George Clooney. Verdammt nochmal, wo bleibt George Clooney?« Aber George kam und kam nicht. Dabei wären wir doch ein so schönes Paar. Und jetzt ist er anderweitig gebunden. Ich kann anscheinend nur gut im Internet bestellen.

Egal. Ich bin erleichtert, dass ich jetzt einen neuen Mann an meiner Seite habe, auch wenn ich den nicht beim Universum bestellt habe. Ich denke, er wäre auch nicht so gerne auf der Terrasse abgelegt worden.

Aber zurück zu Sabine: Sie trat vorgestern erneut in mein Leben. Ich habe wirklich versucht, sie beim Universum abzubestellen, aber auch das hat offensichtlich nicht geklappt.

Ich traf sie in der Innenstadt. Wieder bei Zara. Diesmal sah ich sie rechtzeitig und schaffte es gerade noch, in einer der Umkleidekabinen zu verschwinden. Aber vergebens. Sie lauerte mir bereits auf, als ich rauskam. Das Universum kann echt fies sein.

Sabine beteuerte, es sei so schön, mich zu sehen, fragte pflichtschuldig, aber desinteressiert nach meinem Befinden und kam innerhalb von zwei Sekunden zum eigentlichen Thema: zu ihrem neuen Traummann. Beim Universum bestellt. Gut aussehend. Intelligent. Mit Humor. Einem tollen Job. Geld wie Heu. Und großzügig. Er trägt sie auf Händen. Liest ihr jeden Wunsch von den Augen ab. Und will fünf Kinder aus Afrika mit ihr adoptieren.

Ich war etwas fassungslos.

Ganz klar. Sabine kann besser bestellen als ich und hat George Clooney abbekommen. Oder zumindest sein Double.

Aber man kann nicht alles haben im Leben, und ich bin mit dem neuen Mann an meiner Seite durchaus zufrieden.

Und dann sagte Sabine: »Lass uns um die Ecke in das Café gehen. Ich treffe mich da gleich mit Bernd. Er ist noch im Computerladen. Dann lernst du ihn auch kennen. Du wirst begeistert sein.«

Und ich sagte: »Ja, gerne.«

Angeborene Nein-sag-Schwäche, sag ich nur – schlägt eben immer mal wieder durch.



Silke Neumayer

**Mit Mann ist auch nicht ohne**

Liebes-Lesestoff für die fortgeschrittene Frau

ORIGINALAUSGABE

Paperback, Klappenbroschur, 224 Seiten, 13,5 x 20,6 cm  
ISBN: 978-3-453-20194-1

Heyne

Erscheinungstermin: Mai 2018

Es gibt keinen Mädelsabend, bei dem nicht mindestens einmal über Männer gesprochen wird. Oder gelästert. Oder gelacht. Oder geweint. Oder geflucht. Vom Vater über den Kollegen, Exmann und neuen Mann bis hin zu den verliebten Freunden der pubertierenden Tochter: Silke Neumayer, Autorin des Megabestsellers »Ich hatte mich jünger in Erinnerung« und erfolgreiche Drehbuchschreiberin, berichtet in ihrer treffsicheren, ironisch pointierten Art von den erstaunlichen Begegnungen mit Männern in ihrem und unserem Alltag. Und eins steht fest: Mit Mann ist auch nicht ohne!

 [Der Titel im Katalog](#)