

Unverkäufliche Leseprobe aus:

Balian Buschbaum

Frauen wollen reden, Männer Sex

Wie verschieden sind wir wirklich,

Herr Buschbaum?

Alle Rechte vorbehalten. Die Verwendung von Text und Bildern, auch auszugsweise, ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlags urheberrechtswidrig und strafbar. Dies gilt insbesondere für die Vervielfältigung, Übersetzung oder die Verwendung in elektronischen Systemen.

© S. Fischer Verlag GmbH, Frankfurt am Main

Inhalt

Warm-Up (and love)	13
---------------------------------	----

Lieber Balian Buschbaum	21
--------------------------------------	----

Können Frauen schlechter einparken und Männer wirklich nicht zuhören?

Typisch Frau – Typisch Mann?

Klischees auf dem Prüfstand

Ist das Leben als Mann einfacher?	23
---	----

Ist der kleine Unterschied wirklich so groß?	24
--	----

Sind Männer schlauer, weil sie ein größeres Gehirn haben?	25
--	----

Frauen wollen reden, Männer Sex. Stimmt das? ...	26
--	----

Warum schauen Männer immer auf Busen und Po, wenn sie eine Frau sehen?	28
---	----

Wodurch wirkt eine Frau anziehend?	31
--	----

Was macht einen Mann attraktiv?	33
---------------------------------------	----

Warum verlieben sich gutaussehende Männer in unauffällige Frauen?	36
--	----

Warum gehen Frauen immer gemeinsam auf die Toilette?	36
---	----

Worüber sprechen Frauen mit ihrer besten Freundin?	38
Können Frauen schlechter einparken als Männer?	44
Warum müssen sich Männer immer beweisen? ...	45
Warum sind Männer so wehleidig?	46
Warum gehen Männer ungern zum Arzt?	47
Warum möchte Er nicht, dass Sie sein Auto fährt, und Sie nicht, dass Er den Kinderwagen schiebt? ..	48
Ist Multitasking weiblich?	50
Was muss Sie tun, damit Er wirklich das mitbringt, was auf dem Einkaufszettel steht?	51
Warum fällt es Ihm nicht auf, wenn Sie beim Friseur war?	53
Wie steht Er Ihr beim Shoppen hilfreich zur Seite?	55
Warum freuen sich Männer nicht, wenn Frauen ihnen Blumen schenken?	57
Warum hören Männer nie richtig zu?	58
Wieso erinnern sich Frauen immer an alles?	60
Sind Konflikte zyklisch?	61
Haben Männer auch ihre Tage?	64
Sind Männer selbstsicherer als Frauen?	67
Machen sich Frauen mehr Gedanken als Männer?	68
Sind Frauen abhängiger als Männer von der Meinung anderer?	71

Können Männer und Frauen Freunde sein?

Beziehung und Partnerschaft

Warum ziehen sich Männer manchmal so schnell zurück?	77
---	----

Warum Sie Liebesbriefe liebt – und Er einen Ghostwriter engagiert	80
Was entscheidet über den Erfolg eines ersten Dates?	81
Mit was können Männer bei Frauen punkten?	84
Worüber streiten sich Männer und Frauen am häufigsten?	86
Warum hören wir unserem Partner nicht richtig zu?	89
Können Männer und Frauen lernen, miteinander zu reden?	91
Was geschieht, wenn eine Frau ihren Mann analysiert?	93
Wie analysieren Männer Frauen?	95
Verstehen Frauen ihre Männer besser als umgekehrt?	96
Warum fällt es Frauen eher als Männern auf, wenn ihr Partner fremdgeht?	97
Sind Männer und Frauen unterschiedlich eifersüchtig?	99
Wie schaffe ich es, meine Freiheit und meinen Partner zu behalten?	100
Wie gehe ich mit Eifersucht um?	101
Treibt nicht zu viel Freiheit den Partner in andere Arme?	102
Wie macht Er Schluss und wie beendet Sie die Beziehung?	103
Wieso gibt es so viele On-Off-Beziehungen?	104
Wann ist eine Beziehung an ihrem Ende?	105
Kann man überzeugte Junggesellen zähmen?	105
Können Männer und Frauen Freunde sein?	106

Warum schauen Männer Pornos, und wieso fehlt Frauen die Handlung?

Sex und andere Nebensächlichkeiten

Warum brauchen Frauen beim Sex immer länger als Männer?	110
Ist Sex für Ihn etwas anderes als für Sie?	111
Ist ein großer Penis Garant für guten Sex?	115
Ist Penetration der Weg zum Höhepunkt?	117
Warum kann Sie nicht kommen, wenn das Bett quietscht?	118
Warum gibt es kein Viagra für Frauen?	120
Warum schlafen Männer nach dem Sex immer ein?	123
Warum schauen Männer Pornos, und warum fehlt Frauen dabei die Handlung?	124
Gibt es sauberen Sex?	126
Existiert ein Treue-Gen?	127
Ist Monogamie noch lebbar?	129
Wie schaffe ich es, mit meinem Partner offen über Sex zu sprechen?	131
Beschert uns nur Sex einen Orgasmus?	132

Warum stören wir uns an Beziehungen, die anders sind?

Mann – Frau – Mensch

Ist das Geschlecht eines Menschen wirklich so wichtig?	138
Was entscheidet über das Geschlecht eines Menschen?	139
Was macht eine Frau aus?	
Was macht einen Mann aus?	143

Wozu gibt es das männliche und das weibliche Geschlecht?	145
Was passiert, wenn die geschlechtliche Eindeutigkeit fehlt?	146
Kennst du Menschen, die sich weder weiblich noch männlich fühlen?	149
Was ist bei Menschen, die asexuell sind, falsch gelaufen?	152
Was denkst du über Homosexualität?	153
Wie reagiert die Gesellschaft auf Menschen, die nicht der sexuellen Norm entsprechen?	154
Wie können wir mit Andersartigkeit umgehen? ...	155
Wie entsteht Transsexualität?	156
Warum stören wir uns an Beziehungen, die anders sind?	159

Gibt es den perfekten Menschen?

Unsere persönliche Freiheit liegt hinter dem gesellschaftlichen Horizont Rosa für Mädchen, blau für Jungs. Sind Rollenbilder angeboren?	161
Werden Ängste vererbt?	163
Wie gelingt es mir, die Dinge einfacher und klarer zu sehen?	166
Eigentlich könnte ich glücklich sein. Ich habe aber das Gefühl, dass mir etwas fehlt. Wonach soll ich suchen?	168
Warum passiert ausgerechnet mir das?	172
Warum können wir so schwer im Augenblick leben?	174
Gibt es den perfekten Menschen?	176

Können Menschen dich und deinen Werdegang wirklich verstehen?

Persönliches

Macht es dir nichts aus, dass dein Leben so öffentlich ist?	181
Woher wusstest du, dass du ein Junge bist?	182
Wie ist es, im falschen Körper geboren worden zu sein?	184
Wolltest du deine Eierstöcke loswerden?	185
Ist es nicht ein einzigartiges Geschenk, dass du nun beide Seiten – Mann und Frau – kennst?	185
Streitest du besser mit Frauen als andere Männer?	186
Wie haben die Hormone in dir ihre Wirkung gezeigt?	187
Auf welche Erfahrung kannst du in deinem neuen Leben als Mann verzichten?	189
Welchen Stellenwert hat die Natur für dich?	192
Was ist für dich das Schöne am Menschsein?	194
Auf was verlässt du dich, wenn du Entscheidungen triffst?	195
Wird dein Penis kleiner, wenn du ins kalte Wasser gehst?	195
Bist du traurig, dass du keine Kinder zeugen kannst?	196
Wie war dein erstes Mal?	197
Hast du eine Freundin?	208
Können die Menschen dich und deinen Werdegang wirklich verstehen?	211
Wie reagierst du, wenn dein Weg nicht akzeptiert wird?	212

Wirst du immer männlicher oder ist irgendwann Schluss?	213
Lässt du dich leicht vereinnahmen?	214
Welche Träume hast du?	216

Aussichtsreich

Norden: Ein irrsinniger Weg	219
Süden: Eine verspätete Einsicht	225
Osten: Eine Reise zu sich selbst	231
Westen: Ein deutlicher Warnschuss	240
Treffpunkt Mitte: Die Liebe ist in mir	245

Cool down (and love again)	249
---	------------

Warm-Up (and love)

*Ich liebe Männer – auf ihre Art.
Ich liebe Frauen auf eine andere Art.
Ich liebe die Menschen – wie sie sind.*

Der Mann spricht zu wenig. Die Frau zu viel. Was er sagt, versteht sie nicht. Wenn sie spricht, schaltet er nach wenigen Augenblicken ab. Er möchte seinen Weg auf der Straße oder im Leben allein und autonom finden. Sie möchte nachfragen, besprechen und sich mitteilen. Er sammelt Autos. Sie liebt Schuhe. Solche klischeehaften Aussagen über Männer und Frauen ließen sich ins Endlose fortschreiben, sind oft schon variiert und wiederholt worden, verlieren aber dadurch anscheinend nichts von ihrer Attraktivität und Aktualität. Und tatsächlich: Erleben wir nicht immer wieder Situationen, in denen der Kampf der Geschlechter sich gerade an solchen scheinbaren Oberflächlichkeiten manifestiert?

Mein spezieller Lebensweg hat mir Einblicke in die Welt der Frauen eröffnet. Weil sich die Natur so spielerisch mit allen Dingen befasst, die sie hervorruft, hat sie mit mir auch keine Ausnahme gemacht. Sie schenkte mir die Aufgabe, als

Mann, ausgestattet mit weiblichen Geschlechtsmerkmalen, mein Studium Frau-Mann-Mensch aufzunehmen. Trotz meiner unglücklichen Lage hatte ich dadurch die einzigartige Möglichkeit, achtundzwanzig Jahre lang in die Welt der Frauen einzutauchen und herausfinden, was diese Geschöpfe wirklich bewegt. An welch spannenden Erfahrungen ich in dieser Zeit teilhaben durfte und was diese Erlebnisse in der weiblichen Welt mit einem Kerl anstellten, möchte ich in diesem Buch beschreiben und dabei die oft zitierten Gegensätzlichkeiten von Frauen und Männern auf ihren Wahrheitsgehalt prüfen.

Grundsätzlich möchten die meisten Männer ausschließlich männlich und Frauen auf ihre Art auch weiblich sein. Zudem wünschen sich die Männer, dass Frauen sie auch als Mann wahrnehmen, und Frauen wollen als Frau ernst genommen werden. Fragt man jedoch nach den Erwartungen an das jeweils andere Geschlecht, wird es komplizierter. Wie oft habe ich Aussagen von Frauen gehört, die sich einen Mann herbeisehnen, der die komplexen weiblichen Gedankengänge nachvollziehen kann, der einfühlsam ist und trotzdem stark und beschützend wirkt. Und auch Männer erhoffen sich eine Frau, die die klare und strukturierte Denkweise des Mannes, die oftmals mit wenigen Worten auskommt, nicht als Beleidigung oder Ignoranz begreift, sondern verstehen lernt, dass für ihn Kommunikation im Sinne von regem Wort austausch lange nicht so wichtig ist wie seine ganz persönliche Art der Verständigung, nämlich Sex. So verselbständigt sich der Irrgarten unter den Geschlechtern oft von ganz allein. Die Irrtümer führen zu Missverständnissen, Auseinandersetzungen

zungen und bringen die beiden Welten auseinander. Und das, obwohl unser Miteinander so einfach sein könnte, erfordert es doch einfach nur den Mut, einander zuzulassen, und die Aufrichtigkeit, uns gegenseitig zu akzeptieren.

Einer meiner ersten Wege bei der Recherche zu diesem Buch führte mich zu C. G. Jung, dem Psychiater und Begründer der Analytischen Psychologie. Jung entwickelte die Theorie von Anima und Animus, dem Weiblichen im Mann und dem Männlichen in der Frau. Zu seiner Zeit war das eine gewagte Behauptung, heute aber ist die Aussage, dass einige Männer weiblicher als so manche Frau und manche Frauen männlicher als der ein oder andere Mann sind, nicht mehr anstößig. Es gibt viele Menschen, die der typischen Geschlechterrolle nicht entsprechen. Doch was ist überhaupt typisch? Meistens lassen sich diese Eingrenzungen als ein Konstrukt gesellschaftlicher Normen entlarven, die häufig auf Angst basieren. Der Angst vor der Veränderung und den Reaktionen darauf, der Angst, nicht dazuzugehören und ausgeschlossen zu werden, und letztendlich der Angst davor, alleine zu sein.

Mir ist es deshalb wichtig zu erwähnen, dass auf den folgenden Seiten die Begriffe weiblich-männlich nicht mit Frau-Mann oder pauschal mit Sie und Er gleichzusetzen sind. Ich benutze die Definition von Männern und Frauen lediglich dazu, um eine Form zu finden, in die ich ihre unterschiedlichen Charaktere einbetten kann. Ebenso könnte ich unabhängig von den Geschlechtsmerkmalen von »weiblichen« und »männlichen Gehirnen« sprechen.

Karl Valentin formulierte so schön: »Es ist schon alles gesagt, nur noch nicht von allen.« Ich erfinde das Rad nicht neu. Und es wundert mich auch nicht, dass bei meinen Recherchen viele meiner Gesprächspartner von mir wissen wollten, warum ich ein Buch über Frauen und Männer schreiben möchte, wo doch schon Unmengen an Büchern zu diesem und ähnlichen Themen in den Regalen der Buchhandlungen zu finden sind. Die Antwort liegt auf der Hand: Ich hatte und habe eine andere Perspektive, die ziemlich exklusiv ist. Was aber vielleicht noch von viel größerer Bedeutung ist, ist meine Leidenschaft, Menschen zu beobachten und zu analysieren. Ich tausche mich gerne über Beziehungen, Lebenserfahrung und Selbstfindung aus und möchte in diesem Buch über den thematischen Horizont der Unterschiede von Männern und Frauen hinausgehen, um den Menschen ganzheitlich zu betrachten. Seit ich mit mir im Reinen bin und mein wahres Leben im körperlichen Einklang mit meiner Seele leben kann, gehe ich mehr auf Menschen zu, stelle ihnen Fragen und führe meine kleinen Experimente durch. Manchmal stelle ich meinem Gegenüber nur eine einzige Frage, und wir sprechen Stunden, Tage, Monate und Jahre darüber. Als ich begann, mich auf das Buch vorzubereiten, wollte ich von vielen Menschen wissen: »Was haben Frauen und Männer in deinem Leben falsch oder richtig gemacht?«

Dabei habe ich die Definitionen von »richtig« und »falsch«, »Männer« und »Frauen« den Befragten selbst überlassen. Die Antworten, die ich bekam, spiegeln unsere Realität wider. Besonders hilfreich waren auch die Fragen, die ich als Reaktion auf mein erstes Buch in vielen

Leserbriefen, E-Mails und auf meinen Lesereisen gestellt bekommen habe. Die, die am häufigsten an mich gerichtet wurden, habe ich in dieses Buch aufgenommen. Es sind ganz unterschiedliche Fragen – witzige, freche, aber auch sehr ernstgemeinte. Die Antworten fallen dementsprechend aus, mal salopp und kurz, mal etwas tiefgründiger und ausführlicher. Ich habe eine grobe Gliederung vorgenommen, doch manche Fragen sind thematisch übergreifend, und das Buch muss auch nicht von vorne nach hinten gelesen werden.

Ich bin weder ein konventioneller Schriftsteller noch Analytiker oder Geschlechterforscher. Ich möchte weder fiktive Geschichten schreiben noch wissenschaftliche Arbeiten verfassen. Auf meine Art und Weise und mit meiner Perspektive bin ich aber Beobachter, Forscher und Visionär. Meine jahrelang geführten Notizen, die persönliche Eindrücke, Beobachtungen und Begegnungen enthalten, habe ich teilweise mit aktuellen wissenschaftlichen Studien und neusten Erkenntnissen verglichen, um typische Verhaltensmuster von Frauen und Männern aufzudecken und benennen zu können. Vor allem die Geheimnisse unserer Hormone wollte ich nicht außer Acht lassen, weil sie aus meiner Erfahrung heraus wesentlich mehr zu unserer Realität beitragen und mehr Auswirkungen auf unsere Gehirnstrukturen und damit auf unser Verhalten und unser Empfinden haben, als wir dies zunächst vermuten würden.

Wenn wir der Erkenntnis und unserem ganzen Wissen über unser Sein Respekt, Verständnis und Humor hinzufügen,

dann kann uns eine große Explosion zwischenmenschlicher Konflikte erspart bleiben.

Als wir zum Beispiel Elektrizität noch nicht verstanden, lösten Blitze Angst in uns aus. Wenn wir uns selbst nicht verstehen und handhaben können, dann bereitet uns diese Hilflosigkeit aufgrund mangelnden Wissens ebenso große Angst. So sollten wir uns immer weiter selbst erkunden und lernen, wie wir unsere inneren positiven und negativen Teilchen beschleunigen und sie zur rechten Zeit entschleunigen können. Denn dann werden wir uns bei vielen Dramen, die in unserem Leben geschehen, nicht mehr so wichtig nehmen. Nietzsche hinterließ einen Satz, der uns eine gewisse Gelassenheit vermitteln kann: »Alles Entscheidende wird trotzdem geschehen.« Wir sollten demnach lernen, auf alles Entscheidende mehr zu vertrauen und alles nicht so Entscheidende nicht zu ernst zu nehmen.

Paare werden beim Lesen dieses Buches vielleicht zustimmend nicken, diskutieren, lachen, sich gegenseitig auf- und vielleicht auch ausziehen, um sich weiter gemeinsam zu erforschen und auf der Leiter der Erfahrung emporzusteigen. Denn seien wir mal ehrlich, wir können nicht ohne einander. Sogar unsere eigene Anatomie zeigt hier eine Parallele: Kein Schritt kann ohne Agonist und Antagonist entstehen. Wir brauchen unseren Gegenpart, um voranzukommen. Ich habe versucht, diesen transparenter zu gestalten und einen kleinen Ratgeber für Frauen, Männer, ja eigentlich für Menschen zu schreiben, die ihr Gegenüber nicht in Teilaspekten, sondern in seiner Ganzheit verstehen möchten. Er soll die Kunst der Beobachtung und die Lust der Feinfühligkeit hervorheben und zeigen, dass Achtsam-

keit, Konzentration, Erhabenheit und Respekt uns zu einem Gefühl der Vollkommenheit in uns selbst verhelfen können. In diesem Sinne möchte ich meine persönlichen Erfahrung an die Menschen zurückzugeben – in der Hoffnung auf ein besseres Mit- und Füreinander.

Lieber Balian Buschbaum ...

Können Frauen schlechter einparken und Männer wirklich nicht zuhören?

Typisch Frau – Typisch Mann?

Klischees auf dem Prüfstand

Ist das Leben als Mann einfacher?

Ein klares: Ja! Ich glaube, dass das Leben als Mann mit einem entsprechenden Testosteronwert einfacher ist, weil dieses Hormon denk- und zweifelfaul ist. Faszinierend für mich ist, dass ich heute weniger nachdenke als früher und mich dadurch – besser fühle.

Zum Beispiel habe ich damals im Stabhochsprung bei vielen Sprüngen darüber nachgedacht, was alles schiefgehen könnte. Wenn ich heute einen Stab in die Hand nehme und aus Freude springe, dann denke ich nicht, sondern genieße einfach den Flug. Es fällt mir heute viel leichter, ein höheres Risiko einzugehen, ohne dabei leichtsinnig, aber vor allem, ohne dabei unsicher zu sein.

Das Einzigartige an meiner persönlichen Situation ist die Tatsache, dass ich mich noch daran erinnern kann, welche Auswirkungen Östrogen auf meine Gedanken und Gefühle hatte. Diese Zeit lehrte mich, hinter die verborgenen Türen der Frauen zu blicken. Die östrogenbehafteten Erinnerungen habe ich abgespeichert und kann jederzeit auf sie zurückgreifen. Meistens aber vermeide ich es, denn diese

östrogenbeladenen Gedanken sind mir einfach zu komplex geworden. Ich glaube aber auch, dass Testosteron ein paar emotionale Türen im Gehirn schließt, was eine weniger große emotionale Spannweite zulässt und somit das empathische Verhaltensrepertoire verringert. Wenn Männer den Mount Everest besteigen, dann können Frauen sie nur belächeln. Sie sind schließlich in der Lage, mit ihren Emotionen gleichzeitig auf dem höchsten Berg der Welt zu stehen und ebenso auf den tiefsten Grund der Meere abzutau-chen.

Meine Worte sollen Frauen oder Männern gegenüber – je nachdem wie man es nimmt – nicht abwertend klingen, sondern nur veranschaulichen, dass Östrogen und Testosteron eben unterschiedliche Auswirkungen auf unser Verhalten und Erleben haben.

Ist der kleine Unterschied wirklich so groß?

Die genetische Information von Männern und Frauen ist zu über 99 Prozent identisch. Diese Erkenntnis erörtert die Neurobiologin Louann Brizendine, die in verschiedenen Untersuchungen und Studien fünfundzwanzig Jahre lang Hormonen und ihren Auswirkungen im Gehirn von Frauen und Männern auf den Grund gegangen ist. Sie stellt fest, dass die 30 000 Gene, die ein Mensch in sich trägt, nur geringfügig unter den Geschlechtern variieren. Dieser kleine Unterschied, den wir Geschlecht nennen, wirke sich aber entscheidend auf jede einzelne Zelle unseres Körpers

aus und manifestiert sich in unserem Lustempfinden, der Schmerzgrenze, den Neuronen, der Wahrnehmung, den Gedanken und den Gefühlen.

Nachweisbare Unterschiede zwischen dem weiblichen und dem männlichen Gehirn finden sich in der Menge der Hormone. Diese beeinflussen uns in unserem Erleben und Verhalten wesentlich mehr, als wir ahnen. Testosteron ist der Hauptvertreter unter den Sexualhormonen beim Mann, und Östrogen ist das wichtigste weibliche Sexualhormon, wobei die beiden Hormone in unterschiedlichen Mengen in unseren Körpern auftreten. Bei Männern liegt beispielsweise der Testosteronwert im Blutserum zwischen dreihundert und tausend Nanogramm je Deziliter, bei Frauen zwischen zwanzig und siebzig. Auch Männer produzieren in den Hoden kleine Mengen von Östrogenen. Welche Auswirkungen die unterschiedlichen Wirkspiegel haben, bekommen wir täglich beim Zusammentreffen und in der Kommunikation mit dem anderen Geschlecht zu spüren.

Sind Männer schlauer, weil sie ein größeres Gehirn haben?

Das männliche Gehirn ist – auch unter Berücksichtigung der Körpergröße – rund neun Prozent größer als das weibliche Gehirn. Noch im neunzehnten Jahrhundert folgerten Wissenschaftler aus der unterschiedlichen Gehirngröße, dass Frauen geringere geistige Fähigkeiten haben müssten als Männer, was diese fälschlicherweise in ihrer Annah-

me bestätigte, das stärkere, weil schlauere Geschlecht zu sein.

Als die Hirnforschung voranschritt und mehr Erkenntnisse über die Funktionsweise und den Aufbau unseres Gehirns vorlagen, zeigte sich schnell, dass beide Geschlechter die gleiche Anzahl von Gehirnzellen aufweisen, die bei Frauen nur auf engerem Platz verteilt sind. Das sei wohl der Grund, warum Frauen sich leichter emotional überhitzen, da die gelegentlich kochende Wut zu wenig Platz zum Verdampfen habe, witzelten die Herren der Schöpfung daraufhin. Der weibliche Konter fiel nicht weniger böse aus. Die Größe des männlichen Gehirns sei der Grund dafür, dass Männer gar nicht oder nicht so schnell verstünden, weil ihre Neuronen im Gehirn länger für die Reise zum Verständnisareal benötigten. Auf dem Weg dorthin verirrten sie sich ständig, würden von ihrem männlichen Stolz aber abgehalten, nach dem Weg zu fragen. Spaß beiseite, es gibt keinen wissenschaftlich seriösen Nachweis für die intellektuelle Überlegenheit eines Geschlechts. Zwar scheinen sich die spezifischen kognitiven Fähigkeiten von Männern und Frauen in mancher Hinsicht zu unterscheiden, in der Gesamtintelligenz aber sind sie ebenbürtig.

Frauen wollen reden, Männer Sex. Stimmt das?

Besteht unsere Welt aus zwanghaften Triebtätern mit einer Dauererektion und weiblichen Quasselstrippen mit einem Spiegel als Zuhörer? Entgegen allen Klischees reden Frauen