Ysenda Maxtone Graham & Kath Walker

Schlaflose Nächte sind lang

Buch

Wer freut sich nach einem arbeitsreichen Tag nicht auf sein weiches, Erholung verheißendes Bett? Doch leider gibt es auch jene Nächte, in denen man fast stündlich auf den Wecker blickt und einfach keinen Schlaf findet. Plötzlich denkt man über Gott und die Welt und den nicht geschriebenen Dankesbrief nach. Und wie, bitte, soll man schlafen, wenn im Bad der Wasserhahn tropft, die Pasta schwer im Magen und ein schnarchender Ehemann neben einem liegt? Dieses Buch beschreibt eine solch unruhige Nacht in kurzen amüsanten Szenen, in denen man sich leicht wiederfindet und dabei auch herzhaft über die eigene Verzweiflung lachen darf.

Autor

Ysenda Maxtone Graham machte sich als Journalistin diverser englischer Lifestyle- und Mode-Magazine einen Namen, bevor sie auch eigene Bücher veröffentlichte.
Kath Walker ist eine renommierte Illustratorin, die in England für so unterschiedliche Marken wie Cadbury, Rolls-Royce und Sainsbury's arbeitet.

Ysenda Maxtone Graham & Kath Walker

SCHLAFLOSE NÄCHTE SIND LANG

Eine humorvolle Bettlektüre
für durchwachte Stunden

Aus dem Englischen von Veronika Dünninger

blanvalet

Die englische Originalausgabe erschien 2012 unter dem Titel
»An Insomniac's Guide to the Small Hours« bei Short Books, London.

MIX
Papier aus verantwortungsvollen Quellen
FSC® C021783
FSC
www.fsc.org

Verlagsgruppe Random House FSC® N001967
Das für dieses Buch verwendete FSC®-zertifizierte Papier
Tauro liefert Sappi, Stockstadt.

1. Auflage
Deutsche Erstveröffentlichung Juni 2014 bei Blanvalet,
einem Unternehmen der Verlagsgruppe Random House GmbH, München.
Copyright © der Originalausgabe 2012 by Ysenda Maxtone Graham
Illustrations copyright © Kath Walker
Copyright © der deutschsprachigen Ausgabe 2013 by Blanvalet in der Verlagsgruppe Random House GmbH
Umschlaggestaltung: Johannes Wiebel | punchdesign, nach einer Idee von Kath Walker
Umschlagillustration: Kath Walker
ES · Herstellung: sam
Satz: dtp im Verlag, Sabine Müller
Druck und Einband: RMO Druck GmbH, München
Printed in Germany
ISBN: 978-3-442-38314-6

www.blanvalet.de

02:30

1.03 Uhr. Die falsche Position (1).

Ich liege auf dem Bauch, das Gesicht scharf nach rechts gewandt um zu atmen, wie jemand, der beim Kraulschwimmen auftaucht um Luft zu holen. Den ganzen Körper habe ich in die Matratze gedrückt. Den Busen eingequetscht. Die Wange ins Kissen gerammt. Ein Nasenloch außer Gefecht gesetzt. Den Mund halb geöffnet. Ich habe noch nie, aber auch nie in dieser Position geschlafen, warum glaube ich dann, dass es diesmal klappen wird?

Ich drehe das Kissen um und verspüre kurz ein winterliches Gefühl. Kalt, frisch, köstlich, wie ein verschneites Feld. Aber allzu bald fühle ich mich wieder warm und verschwitzt.

Wohin mit den Armen, wenn man so daliegt? Nicht senkrecht nach unten, wie in

einer horizontalen Habachtstellung. Das würde niemals klappen: Es ist zu heiß, um die Handgelenke unter der Decke zu vergraben. Verschränkt und unters Gesicht gesteckt ist einen Versuch wert. Jetzt bilden meine Arme Dreiecke und sehen wie Hühnerflügel aus.

Es ist glühend heiß, obwohl das Fenster weit geöffnet ist. Habe ich die falsche Decke gewählt? Der Verkäufer in der Bettdecken-Abteilung hat doch gesagt, es sei eine Herbst-Winter-Decke. Niemand kauft sich zwei Bettdecken, oder? Wo würde man denn die andere sechs Monate im Jahr verstauen?

Habe ich den Kopf meinem Mann zu- oder abgewandt?

Abgewandt. Wie traurig ist das denn? In einem Doppelbett, verheiratet, noch immer verliebt, aber abgewandt. So weit abgewandt wie nur möglich, um genau zu sein, damit wenigstens einer von uns schlafen kann. Ich brauche den Raum. Den gesamten Luftraum. Das Atmen oder, noch schlimmer, der Atem des anderen macht es unmöglich, selbst einzuschlafen.

Ich habe sogar das XL-Bett gegen ein XXL-Modell getauscht, mit getrennten Matratzen, die nicht mit einem Reißverschluss miteinander verbunden werden. Jetzt haben wir mehr Platz – und eine Kluft. Wir tun also wirklich alles, um zu verhindern, dass man um 1.15 Uhr morgens wach liegt, wie ich es genau jetzt tue. Das heißt also, es hat nicht geklappt. 800 schlecht investierte Pfund, und jetzt habe ich auch noch die Mühe, die neue Matratze alle drei Wochen »wenden« zu müssen, was so schwer zu merken ist wie das Entwurmen der Hündin. (Januar, April, Juli, Oktober. Habe ich es mir gemerkt? Ist das der Grund, weshalb sie in letzter Zeit ihr Hinterteil am Boden kratzt?)

Jetzt schnarcht mein Mann. Das Ende einer Erkältung. Ich weiß, ich habe versprochen »in Gesundheit und Krankheit«. Er kann nichts dafür. Niemand kann etwas dafür. Vermutlich tue ich es selbst auch. Ich stupse ihn mit dem Bein an, das ihm am nächsten ist. Das Schnarchen hört für eine Minute auf, als er zu sich kommt, dann geht es wieder los, als er zurück in seinen

tiefen, beneidenswerten Männerschlaf fällt.

In Filmen schlafen die Liebenden stets aneinandergekuschelt. Man sieht James Bond und sein Bond-Girl nie, wie sie voneinander abgewandt aufwachen, auf den entgegengesetzten Seiten des Betts. Bin ich nicht normal oder James Bond?

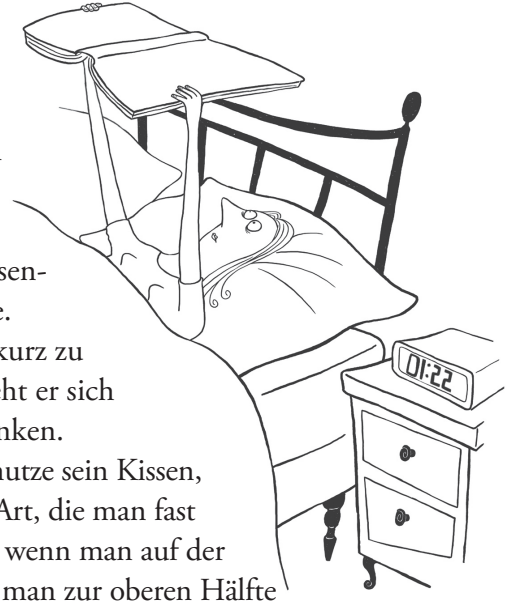
Soll ich das Radio einschalten?

Argumente dagegen: Es könnte ihn aufwecken. Dann wären da zwei Schlaflose, und es wäre meine Schuld. Es könnte mich noch weiter wach machen.

Argumente dafür: Das Hintergrundgeplauder könnte einen wieder einschlafen lassen. Es ist Gesellschaft. Die Einsamkeit! Allein schon zu wissen, dass es noch andere Menschen auf der Welt gibt, selbst wenn sie im Krieg sind. Im Radio herrscht mitten in der Nacht immer Krieg. Elend, Hunger, Vergewaltigung, Tod in einem fernen Land.

Ich drehe die Lautstärke auf null herunter, schalte den Nachrichtenkanal ein und drehe ihn dann so weit hoch, dass ich den Ton noch gerade so hören kann. Das wird ihn bestimmt nicht wecken. Und tatsächlich: Eine verwitwete Mutter in Somalia erzählt ihre erschütternde Geschichte.

Mein Mann regt sich. Ich schalte das Radio aus. Aber jetzt kann ich nicht mehr aufhören, an den Krieg zu denken. Es ist Zeit für das nächtliche Nachgrübeln über das Böse im Menschen, über etwas so Grauenvolles wie den Zweiten Weltkrieg. Wie kann irgendjemand in einer Welt schlafen, in der solche Dinge geschehen sind?



Ist das der richtige Zeitpunkt, für das Buch des Lektüreclubs? Ich stecke im vierten Kapitel fest, wo sich die Autorin in epischer Breite über ihre Kindheit auf einer Ranch in den kanadischen Rocky Mountains auslässt. Die Hölle ist die Buchauswahl anderer Leute. Der nächste Lektüreclub-Abend rückt rasch näher. Ich sollte besser zusehen, dass ich die 40-Watt-Schlaflosen-Nachttischlampe einschalte und ein paar Seiten weiterkomme.

Wird ihn das Lampenlicht wecken? Er regt sich, rollt sich kurz zu mir herum (Nein! Nein! Das ist genau das Falsche!), dann dreht er sich wieder auf die andere Seite und lässt sich zurück ins Kissen sinken.

Ich lege mich in meiner Schlafposition auf die Seite und benutze sein Kissen, um das Buch abzustützen. Ein dickes, festes Taschenbuch, die Art, die man fast auseinanderbrechen muss, um es richtig aufzuschlagen. Schön, wenn man auf der unteren Hälfte der rechten Seite angekommen ist. Aber sobald man zur oberen Hälfte der linken Seite umblättert, ist es gleich viel schwerer. Meine Hand ist in dieser Position nicht stark genug, um zu verhindern, dass das Buch nach vorn fällt und zuklappt. Meine Augen blicken angestrengt nach oben, die Worte sind fast unerreichbar. All diese Mühe, nur damit man etwas über die Tier- und Pflanzenwelt lesen kann, die Kathy an einem denkwürdigen Wandertag mit ihrer Schwester in den Siebzigerjahren erlebt hat. Ist es das wirklich wert?

blanvalet

UNVERKÄUFLICHE LESEPROBE

Ysenda Maxtone Graham

Schlaflose Nächte sind lang
Eine humorvolle Bettlektüre für durchwachte Stunden

DEUTSCHE ERSTAUSGABE

Taschenbuch, Broschur, 96 Seiten, 18,7 x 12,5 cm
33 s/w Abbildungen
ISBN: 978-3-442-38314-6

Blanvalet

Erscheinungstermin: Mai 2014

ICH. Kann. NICHT. Schlafen.

Es ist 11 Uhr abends. Es war ein langer Tag, und jetzt – endlich! – liegen Sie im Bett. Sie sind müde, und Sie spüren es: Gleich wird Sie der Schlaf übermannen. Doch haben Sie eigentlich die Haustür abgesperrt? Den Wecker gestellt? Sicher? Und schon ist es soweit: Sie sind hellwach. Und Sie wissen: Es wird wieder eine dieser Nächte, in denen Sie von einer Grübelei in die nächste geraten und dabei kein Auge zutun. Doch jetzt haben Sie das perfekte Begleitbuch gefunden. Vielleicht werden Sie nicht einschlafen, doch eines ist sicher: Es wird die lustigste schlaflose Nacht, die Sie je hatten!

Der Titel im Katalog