



FRÜHER: frustriert an der Seite eines untreuen Ehemannes
JETZT: happy als Single mit mehreren Männern

Annette (43) fühlte sich in der Ehe eingesperrt und entschloss sich zu einem ungewöhnlichen Experiment, über das sie dann das Buch „Fünf Männer für mich“ schrieb

Bis zu jenem Tag im August machte ich mir vor, mein Leben sei perfekt. Ich saß mit meiner besten Freundin zusammen, da sagte sie plötzlich: ‚Dein Mann betrügt dich.‘ Ich fiel in ein tiefes Loch. Aber wenn ich ehrlich zu mir war, spürte ich: Glücklicher war ich schon lange nicht mehr gewesen. Erst mal hielt ich trotz der Untreue an meiner Ehe fest. Er war doch ‚mein Mann des Lebens‘. Und 15 Jahre wirft man nicht einfach weg. Bis ich nach ein paar Wochen aus der Schockstarre erwachte. Ich saß in meinem Apartment, schaute in den verwilderten Garten und sagte mir: Ich muss raus. Ich will nach vorne schauen, mal was ganz anderes ausprobieren. Viele Frauen suchen schnell nach einem neuen, möglichst treuen Partner. Aber daraus würde ich nichts lernen. War ich denn mir selber treu? Ich wollte wissen, wer ich bin, was ich brauche, was gut für mich ist. Da dachte ich mir eine Art Experiment aus: Ich wollte mit Männern ohne den Ernst einer Beziehung zusammen sein. Fröhliche, unbeschwerte Affären mit mehreren gleichzeitig haben. Alles offen, alle sollten die Regeln kennen, damit es keinem wehtut. Viele

Freunde waren neugierig und begeistert. ‚Wie machst du das genau? Mensch, du siehst jetzt 15 Jahre jünger aus.‘ Andere wandten sich ab: ‚Dein Verhalten ist unmoralisch und übertrieben.‘ Aber diese verbale Provokation gehörte zur Selbsttherapie. Ich suchte Männer auf der Straße, in Kneipen, im Internet. Anfangs war ich noch unsicher, musste üben: lächeln, bis ein Lächeln zurückkam. Später wurde ich mutiger und sprach Typen an: ‚Ich find dich super, ich hätte Lust auf dich.‘ Das kostete Überwindung. Aber endlich konnte ich mir alle meine sexuellen Wünsche erfüllen. Statt einem Mann hatte ich zwei Jahre lang fünf Männer, um meine Bedürfnisse zu befriedigen. Ich habe dabei meine Lust und meine Gefühle neu entdeckt. Und bin viel selbstbewusster geworden. Heute lebe ich als glücklicher Single. Mein Experiment ist beendet – aber den einen oder anderen Liebhaber gibt es natürlich nach wie vor.“

**BEREIT FÜR DEN
 NÄCHSTEN SCHRITT – WAS
 EXPERTEN RATEN**

