

Tristan Horx
**Die Zukunft
der Männer**



© Klaus Vyhálek

Tristan Horx, geb. 1993, ist Trend- und Zukunftsforscher sowie internationaler Speaker der Generation Y. Er ist Mitbegründer des Future:Project und veröffentlichte zuletzt *Unsere Fucking Zukunft. Warum wir für den Wandel rebellieren müssen*. Gemeinsam mit seinem Vater Matthias Horx beleuchtet er im Podcast *Horx & Horx* regelmäßig gesellschaftliche und zukunftsrelevante Themen.

Tristan Horx

Die Zukunft der Männer

Eine Generation zwischen
Wut und Utopie

Reclam

Der Verlag behält sich die Verwertung der urheberrechtlich geschützten Inhalte dieses Werkes für Zwecke des Text- und Data-Minings nach § 44b UrhG ausdrücklich vor.
Jegliche unbefugte Nutzung ist ausgeschlossen.

2026 Philipp Reclam jun. Verlag GmbH,
Siemensstraße 32, 71 254 Ditzingen
info@reclam.de

© Tristan Horx

Umschlaggestaltung: FAVORITBUERO, München
Druck und buchbinderische Verarbeitung:
GGP Media GmbH, Karl-Marx-Straße 24, 07381 Pößneck
Printed in Germany 2026
RECLAM ist eine eingetragene Marke
der Philipp Reclam jun. GmbH & Co. KG, Stuttgart
ISBN 978-3-15-011570-1
reclam.de

Inhalt

Vorwort – Der Zyklus des Geschlechterkampfes	7
---	---

I. Vergangenheit

Die Erfindung des Patriarchats	19
--------------------------------	----

II. Gegenwart

Der Abstieg des Mannes	29
Zurück in die Zukunft	40
Der einsame Mann	46
Willkommen in der Manosphere!	64
Eine bittere Pille	68
Wer ist Chad?	78
Anti-Social-Media	85
Die Rache der Nerds	88
Schlechte Vorbilder	97
Manfluencer	100
TikTok-Politiker	106
Influencer im Schafspelz	109
Groypers	111
Tradwives	113

Der Finanz-Justus	116
Daytrading	120
Das Pyramidensystem	121
Dropshipping	121
Der Investmentscam	122
Sportwetten 2.0	123
Römische Dekadenz	125

III. Zukunft

So ganz ohne Glaskugel	131
Das Basis-Case-Szenario	134
Das Worst-Case-Szenario	137
Das Best-Case-Szenario	141
Mutual Liberation	141
Metamoderne Männlichkeit	147
Caring Masculinity	155
Das skandinavische Modell	161
Next Generation	167
Keine Macht dem TikTok	172
We need you!	178
Der New New Gender Deal	181
Das Neo-Gender-Manifest	184
Was mensch tun kann	187

Vorwort

Der Zyklus des Geschlechterkampfes

Die Geschichte wiederholt sich nicht, aber sie reimt sich, lautet ein Satz, der oft Mark Twain zugeschrieben wird. Historiker bezweifeln mittlerweile zwar, dass es wirklich der amerikanische Schriftsteller war, der dieses Bonmot in die Welt gesetzt hat – das ändert aber nichts daran, dass der Kern der Aussage trotzdem zutrifft. In den letzten tausend Jahren traten immer wieder die gleichen gesellschaftlichen Krisen auf. Sie trugen dabei bloß unterschiedliche Kostüme. Ein paar Beispiele:

Im Mittelalter wütete in Europa die Pest. 2020 war es das Corona-Virus. Die Römer hatten einst das mächtigste Reich der Welt – ehe es zerfiel. Das gleiche Schicksal ereilte später auch das Kaiserreich Österreich-Ungarn und andere mächtige Nationen. Nach 1945 dachten wir, der Nationalsozialismus wäre bekämpft. Die Menschen gingen auf die Straße und brüllten aus voller Brust: »Nie wieder!« Wie wir seit der letzten Bundestagswahl wissen, dauerte »nie wieder« genau achtzig Jahre. Heute wählt jeder fünfte Deutsche die AfD. Wir haben zwei Weltkriege hinter uns, bei denen über 75 Millionen Menschen starben – und stehen aktuell aufgrund des Russland-Konflikts erneut an der Schwelle eines potenziellen Weltkriegs. Oder nehmen wir das Thema Gendern bzw. die Debatte über die Geschlechtsidentität. Vielleicht keine klassische Krise, aber auch hier zeigt sich das Hamsterrad, in dem wir uns bewegen. Dass heute gern mit Sternchen und Doppelpunkten gegendert

wird, stößt bei vielen älteren Semestern oft auf Unverständnis und Ablehnung. Dafür werden sie von den jungen, woken Generationen stark kritisiert. Sie werden betrachtet wie ästige Straßenblockaden, die sich einer besseren und gerechteren Welt in den Weg stellen.

Was wir dabei oft vergessen: Auch diesen Generationenkonflikt gab es schon mehrfach. Es waren immerhin die Boomer, die in den 1970er Jahren – lange vor #MeToo – in der Öffentlichkeit BHs verbrannten, um gegen die Unterdrückung der Frau zu demonstrieren, und in den 2010er Jahren zusammen mit den Millennials auf den Straßen für die gleichgeschlechtliche Ehe kämpften. Man lehnt sich nicht zu weit aus dem Fenster, wenn man die These aufstellt: In fünfzig Jahren wird es die Generation Z sein, die von ihren Kindern und Enkelkindern als verstaubt, rassistisch und sexistisch beschimpft wird. Weil sich eben alles reimt. Oder sagen wir mal zumindest: beinahe alles.

Das Phänomen ist wohl auch Georg Wilhelm Friedrich Hegel schon aufgefallen, der gut hundert Jahre vor Mark Twain lebte. Der deutsche Philosoph hat im 19. Jahrhundert dazu die Theorie der Dialektik entwickelt, auf die noch heute Trend- und Zukunftsforscher auf der ganzen Welt zurückgreifen, um Zyklen zu erkennen und vorherzusagen, wann ein Ereignis eintreten wird – und welches Kostüm es dabei trägt.

Hegels Theorie besagt nämlich, dass jede Aktion eine Reaktion erzwingt. Oder wie es der Trendforscher ausdrücken würde: Jeder Trend erzeugt einen Gegentrend. Demnach folgt auf eine These stets zunächst eine Antithese, und schlussendlich formiert sich aus diesen beiden Gegen-

sätzen dann die Synthese, eine Art mehrheitsfähiger Kompromiss, der nicht ganz so laut und extrem ist. Sehr anschaulich demonstriert das zum Beispiel die amerikanische Politik: Auf den ersten schwarzen US-Präsidenten Barack Obama (These) folgte 2017 die Wahl des reaktionären Donald Trump (Antithese) – was schließlich in der Präsidentschaft von Joe Biden mündete, einem alten weißen Mann, der zuvor Obamas Vizepräsident gewesen war (Synthese).

Die Synthese wird im Laufe der Zeit dann zu einer neuen These, und der Zyklus beginnt von Neuem. Noch anschaulicher wird es vielleicht anhand von ein paar Alltagsdingen: In den 1960er Jahren hörte jeder Musik auf Schallplatten (These) – und in den 1990er Jahren kam der MP3-Player auf den Markt. Plötzlich konnten wir Hunderte Songs in unserer Hosentasche mit uns herumtragen (Antithese). Heute werden wieder Plattenspieler verkauft – aber mit Bluetooth-Funktion (Synthese). Auf die »Fridays-for-Future«-Märsche (These) folgte die Bewegung »Fridays for Hubraum« (Antithese), und eine massive Petro-Nostalgie setzte ein. In den sozialen Medien gehen seit einer Weile KI-generierte Videoclips viral, die Lieder von Rappern wie 50 Cent und Snoop Dogg als Jazz-Version im Stil der 1950er Jahre interpretieren. Synthese! Sogar diese schrecklichen Bauchtaschen kamen wieder zurück und werden seitdem quer vor der Brust getragen. Wer die Zukunft sehen will, muss in die Vergangenheit blicken. Zukunftsforscher arbeiten daher häufig mit ihren Erzfeinden zusammen, den Historikern.

Blöderweise wird es immer schwerer zu erkennen, wann ein neuer Zyklus beginnt, weil uns die Algorithmen

der sozialen Netzwerke in einer Filterblase gefangen halten. Wir nehmen gar keine anderen Schwingungen mehr wahr, bis irgendein Ereignis aus heiterem Himmel über uns hereinbricht und uns kalt erwischt. So wie die Wahl von Donald Trump 2016 zum 45. Präsidenten der USA. Da war das Entsetzen plötzlich groß, als das Wahlergebnis verkündet wurde. Niemand hatte sich im Vorfeld vorstellen können, dass ein Mann ohne politische Erfahrung, der stolz sagt: »Wenn du ein Star bist, kannst du Frauen an die Muschi greifen«, tatsächlich ins Weiße Haus einzieht. (Die vulgäre Übersetzung schmerzt beim Lesen, aber sie ist notwendig, um die Gravitas dieser Aussage zu verstehen.)

Der Grund für dieses ständige Hin und Her liegt im Menschen, der kulturtechnisch leider zur völligen Übertreibung neigt. Greta Thunberg gibt dafür ein gutes Beispiel ab. Die schwedische Umweltaktivistin fuhr 2019 mit einem Segelboot nach New York zum UN-Klimagipfel. Natürlich sollte jeder Rücksicht auf die Umwelt nehmen und sich seiner Verantwortung gegenüber dem Planeten bewusst sein. Man muss aber nicht vierzehn Tage mit dem Segelschiff über den Atlantik schippeln, wenn man mal in die USA reisen möchte. Der durchschnittliche deutsche Arbeitnehmer hat vierundzwanzig Urlaubstage im Jahr. Da müsste man ja, kaum am Hafen von New York angekommen, direkt wieder ins Boot steigen und umdrehen – und bekäme dennoch eine Abmahnung vom Arbeitgeber, weil man es nicht rechtzeitig zurück an den Schreibtisch geschafft hat. Trips an die Westküste der USA oder gar nach Asien könnte man sich gleich absminken. Eigentlich kämen nur noch Zugreisen in die Nachbarländer infrage. Aber wie soll man das

der breiten Öffentlichkeit schmackhaft machen? Solche Aktionen sind so weit weg von der Lebensweise der normalen Menschen, dass sie in der breiten Gesellschaft kollektives Kopfschütteln auslösen und eher das Gegenteil bewirken, anstatt uns als Vorbild zu dienen. Jedes Extrem schlägt früher oder später ins Gegenteil um. Wenn man Verhaltensweisen und Bedürfnisse krampfhaft unterdrückt, schießen sie irgendwann mit Wucht wieder empor. Das weiß jeder, der schon mal eine radikale Saftkur probiert hat. Spätestens nach zwei Wochen hockt man unglücklich auf dem Sofa mit einer Pizza auf dem Schoß und googelt den Begriff »Jo-Jo-Effekt«.

So, und was haben nun Fressattacken und Bauchtaschen mit dem Kampf der Geschlechter zu tun? Ganz einfach: Beim Konflikt zwischen Männern und Frauen verhält es sich im Grunde genauso. Auch hier stehen wir am Anfang eines neuen Zyklus. Mal wieder. Leider.

In den vergangenen 12 000 Jahren dominierte praktisch nur *ein* Geschlecht: die Männer (These). Frauen durften in Deutschland bis 1918 noch nicht mal wählen. Das fanden nicht alle toll. Überraschung! In Großbritannien und in den USA formierten sich aus Protest um 1865 die »Suffragetten«, benannt nach dem englischen Ausdruck »suffrage« für »Wahlrecht« (Antithese): eine Gruppe radikaler Frauenrechtlerinnen, von denen einige nicht unbedingt zimperlich waren im Kampf für ihre Rechte. Sie veranstalteten Protestmärsche, traten in den Hungerstreik und verübten sogar Brandanschläge. 1913 sprengte die britische Frauenrechtlerin Emmeline Pankhurst mit einer Bombe das Landhaus des Schatzkanzlers. Gewalt ist nie der richtige Weg.

Aber oft die logische Folge, wenn eine unterdrückte Gruppe verzweifelt ist und keinen anderen Weg mehr findet. Das Gleiche haben wir in Nordirland gesehen, wo die IRA zwischen 1970 und 1996 für ein vereintes und unabhängiges Irland eine Reihe von Anschlägen verübt hat, und in den USA war es die Black Liberation Army, die in den 1970er und 1980er Jahren gewaltsam gegen den weißen Staatsapparat kämpfte. Auch das hat uns der Zyklus der Weltgeschichte gelehrt: Wenn eine Rebellion scheitert, wird sie zur Revolution. Der Unterschied zwischen den beiden Bewegungen liegt darin, dass die Rebellen versuchen, das System von innen heraus zu verändern. Die Revoluzzer möchten es sprengen.

Heute, hundert Jahre später, schlägt das Pendel in die andere Richtung aus. Vielleicht nicht besonders stark. Aber es hat sich in Bewegung gesetzt und schwingt immer stärker. Frauen machen immer mehr Boden gut. Oder sagen wir mal so: Sie nehmen zumindest mehr Führungspositionen ein. Es wurden schärfere Gesetze verabschiedet, die Frauen schützen sollen, und in der gesellschaftlichen Wahrnehmung rückten sie aus dem Schatten. Auch wenn die #Me-Too-Bewegung in Vergessenheit geraten ist, hat sie doch einiges bewegt. Was früher in Organisationen, sei es Politik oder Wirtschaft, »erlaubt« war, hat sich zum Besseren verschoben. Sexistische Witze, das Ausnützen der Führungsposition, um sexuellen Druck aufzubauen, all diese Sachen gibt es natürlich noch immer. Aber weitaus weniger. Diese Dinge sind eigentlich alle selbstverständlich. Würde ein intelligenter Mensch jedenfalls denken. Aber schon gibt es Männer, die sich darüber aufregen und auf die

Straße gehen. Das Absurde daran ist allerdings, dass sie immer noch größtenteils das Zepter der Macht in der Hand halten. Und trotzdem schwenken sie in der anderen Hand schon das Gewehr. Auf einmal sollen sie gendern und dürfen Frauen nicht mehr ungestraft im Nachtclub auf den Hintern hauen. Oha, Skandal!

In der Psychologie spricht man in diesem Kontext auch von einer Verlustaversion: Der Verlust von Privilegien wiegt mehr als ein gleichwertiger Gewinn, weil wir die Wegnahme als emotionale Bedrohung empfinden. Sogar, wenn wir diese Privilegien gar nicht aktiv nutzen. Die Amerikaner schreien sofort Zeter und Mordio, wenn mal wieder irgendein Demokrat vorschlägt, die Schnellfeuerwaffen zu verbieten. Und wehe, irgendjemand wagt es hierzulande, über ein Tempolimit auf deutschen Autobahnen nachzudenken. Dabei lässt sich aufgrund der Verkehrslage ohnehin selten schneller als 150 Stundenkilometer fahren. Ein Thema, über das sich Männer in Online-Kommentaren seit Jahren aufregen, ist die Forderung von deutschen Fußballerinnen nach einer angemessenen Entlohnung. Als müssten die Herren die Gehälter der Spielerinnen persönlich bezahlen. In den männlichen Gehirnen scheint ein machiavellistisches Weltbild zu herrschen, in dem jedes Eingeständnis an das andere Geschlecht gleichgesetzt wird mit einem Nachteil zu eigenen Ungunsten. Auf Internetplattformen wie TikTok und 4chan radikalisieren sich immer mehr junge Männer in ihren Blasen und proklamieren die Rückkehr des Patriarchats. Notfalls mit Gewalt. Beinahe jeden Tag wird eine Frau misshandelt oder ermordet, bloß weil sie eine Frau ist. In Amerika kann man gerade live zu-

gucken, wie die weiblichen Errungenschaften der letzten Jahrzehnte ausgelöscht werden. Berichten zufolge fordern Republikaner in den USA, die »No-fault«-Regelung zu überdenken – ein Gesetz, das es Frauen seit Ende der 1960er Jahre erlaubt, sich scheiden zu lassen, ohne dass der Partner zuvor ein Fehlverhalten begangen hat. Der Hintergrund: Mehr als zwei Drittel aller Scheidungen in den USA werden von Frauen initiiert. Im Juni 2022 hob der Oberste Gerichtshof der USA das Recht auf Abtreibung auf. Mit Stimmen erzkonservativer Richter, die Donald Trump während seiner ersten Amtszeit eingesetzt hatte. 2024 wurde er erneut zum Präsidenten der Vereinigten Staaten und damit zum wohl mächtigsten Mann der Welt gewählt. Ein Mann – das muss man erst mal sacken lassen im Kopf –, der wegen sexuellen Missbrauchs verurteilt wurde. Bei Trumps Amtseinführung am 20. Januar 2025 war es offiziell: Der Kulturkampf ist verloren. Zumindest vorerst.

So langsam, aber sicher legt sich ein Sepia-Schleier über unsere Welt wie ein Instagram-Filter auf ein Foto. Alles sieht wieder so aus wie früher: adrett und konservativ. Männer kehren zurück an ihre Schreibtische, ganz oben, in den obersten Etagen der Konzerne, da eben, wo die Führungskräfte sitzen, und Frauen bringen ihnen in süßen Blümchenkleidern den Kaffee und tragen ihre Kinder aus. Die Menschen werden wieder zu Rollenwesen, wo jeder seine Aufgabe zu erfüllen hat. Sehr geehrte Damen und Herren, herzlich willkommen zurück in der Biedermeier-Epoche. Der Zyklus beginnt von vorne.

Dass der Geschlechterkampf in einem Zyklus abläuft, ist frustrierend, weil wir dadurch bereits vor Augen haben,

was auf uns zukommt. Das ist ein bisschen so, wie wenn einem die Wahrsagerin erzählt, wann und woran man sterben wird. Die gute Nachricht ist aber: Man kann aus dem Kreislauf ausbrechen und die Zukunft verändern. Wenn man weiß, dass man am kommenden Dienstag vom Bus überfahren wird, kann man am besagten Tag einfach zu Hause bleiben. Dafür ist es jedoch wichtig, die Umstände zu verstehen, die den Zyklus ankurbeln. Warum ist der Mann wütend? Was treibt ihn an? Welche Sorgen plagen ihn? Vor welchen Herausforderungen steht er im postmodernen Zeitalter? Und warum drehen vor allem die jungen Männer gerade durch? Denn das muss auch klar sein: Die Hälfte der Menschheit ist männlich. Ohne die Unterstützung der Männer wird es niemals eine friedliche egalitäre Gesellschaft geben. Deshalb gibt es dieses Buch. Für eine bessere Welt, für beide Geschlechter und natürlich für alle dazwischen und außerhalb.

Es sollte nicht in Vergessenheit geraten, dass junge, wütende Männer Gesellschaften abfackeln. Ob wir wollen oder nicht, sie haben das Gewaltmonopol, wenn sie es denn wollen. In Deutschland wissen wir schmerzhaft aus unserer Vergangenheit, wie das ablaufen kann. Die Schlägerbanden der SA, die den Boden für die Nationalsozialisten vorbereiteten, waren alles junge, abgehängte Männer. Das soll keine Drohung sein, es ist eine historische Wahrheit. So stumpf es auch wirken mag, Frauen »domestizieren« Männer. Durch die romantische Bindung erleben diese, was es bedeutet, ein soziales und einfühlsames Wesen zu sein. Durch das Gründen einer Familie bekommen sie auch eine Beziehung zur Zukunft, die besser sein sollte als die Gegen-

wart, für ihre Kinder oder Enkel. Insofern ist die Allianz zwischen den Geschlechtern überlebensnotwendig für unser freies, demokratisches System. Sie ist gewissermaßen das Grundfundament, auf dem unsere Zivilisation beruht. Genau deswegen lohnt es sich, die Krise der Männer anzuerkennen und dann eine gemeinsame Zukunft zu finden – für alle Involvierten.

I.

Vergangenheit

Die Erfindung des Patriarchats

Todesmutig stellt sich der Steinzeitmann dem Mammut entgegen. Er ruft, fuchtelte mit den Armen und wirft Steine nach dem wilden, 15 Tonnen schweren Tier, bis es endgültig den Rüssel voll hat. Was will dieser lästige Wicht mit dem albernen Fell um die Hüften von mir? Das Mammut richtet die gewaltigen Stoßzähne direkt auf den Brustkorb des Jägers und stürmt auf ihn zu. Die Erde unter seinen Füßen beginnt zu beben vom Gewicht des Kolosses. Noch fünf Meter, dann hat die wilde Bestie den Störenfried erreicht. Der Steinzeit-Mann spürt bereits ihren heißen Atem. Dann, kurz bevor sie ihn aufspießt wie ein Stück Fleisch auf einem Schaschlikspieß, stemmt er in allerletzter Sekunde einen Speer in den Boden, richtet die Spitze schräg nach vorne auf und wartet darauf, dass das Tier ihm in die Klinge läuft. Mit einem markerschütternden Schrei stürzt das Mammut zu Boden, wo es von seinem Besieger ausgenommen wird. Anschließend kehrt der siegreiche Steinzeitmann mit der erlegten Beute im Schlepptau zurück zur Höhle, wo die Frau schon auf ihn wartet.

So oder so ähnlich war lange Zeit die Vorstellung von der Rollenverteilung zwischen Männern und Frauen in der Steinzeit. Die Männer waren die Jäger, und die Frauen hüteten in der Höhle die Kinder. Wenn wir heute Zeichnungen betrachten, die die prähistorischen Jahre thematisieren, sehen wir meistens einen Mann abgebildet, der heroisch einen Speer in der Hand hält, und eine Frau, die auf dem Boden kniet und Beeren pflückt. Mit diesem Bild

begründet der Mann im Grunde seit Jahrhunderten seinen Status als Versorger der Familie. Als wäre es gegen die Natur, wenn er am Herd steht und die Frau das Geld nach Hause bringt. Die ganze Geschichte hat nur einen Haken: Sie stimmt höchstwahrscheinlich nicht.

2018 entdeckten der US-amerikanische Archäologe Randall Hass und sein Team in den peruanischen Anden ein Grab mit 9000 Jahre alten Knochen, denen Speerspitzen und Werkzeug zur Tierverarbeitung beigelegt waren. Ein starkes Indiz dafür, dass es sich bei dem hier Bestatteten um einen Jäger gehandelt hat. Eine genauere Analyse der Überreste ergab dann aber: Das Skelett war eine Frau. Neugierig geworden, ob es sich dabei um einen kuriosen Einzelfall handelt, nahmen sich die Wissenschaftler noch einmal die menschlichen Überreste älterer Funde in Nord- und Südamerika zur Brust, die mit Jagdwerkzeug bestattet worden waren. Dabei stellte sich heraus: Etwa die Hälfte der Jäger in der Frühzeit waren weiblich. Es gibt keine Anzeichen für patriarchalische Strukturen zu dieser Zeit. Sehr viel wahrscheinlicher ist es, dass Männer und Frauen damals egalitär zusammenlebten.

Einige Experten glauben sogar, dass Frauen damals die besseren Jäger waren, weil ihre Muskulatur eine bessere Ausdauer hat. Ausdauersportarten wie das Laufen eines Marathons liegen ihnen daher mehr als Männern. Man weiß zwar nicht mit Gewissheit, wie die Tiere früher erlegt wurden. Aber eine weitverbreitete Hypothese geht davon aus, dass die Menschen die Tiere oft über weite Strecken zu Fuß gejagt haben, bis diese völlig erschöpft waren. Wer da eine gewisse Ausdauer mitgebracht hat, war sicherlich im Vor-

teil. Was der Homo sapiens zu der Zeit aber ganz bestimmt nicht gemacht hat: das Mammut niederringen und mit den blanken Händen zu Tode würgen. Den prähistorischen Mann zum alleinigen Jäger zu erklären, bloß weil er stärker war, ist daher Unsinn. Wie also hat der Mann es geschafft, dass er heute trotzdem im Chefsessel sitzt?

Tatsächlich beschreibt das Patriarchat eigentlich nur einen sehr kleinen Abschnitt auf dem 300 000 Jahre langen Zeitstrahl der Menschheitsgeschichte. Es ist quasi ein dauernegroßer Soßenfleck auf einem langen weißen Brautschleier. Genau genommen begann die Vorherrschaft der Männer nämlich erst in der Jungsteinzeit (Neolithikum) vor 12 000 Jahren, als der Mensch herausfand, wie man Getreide anbaut und Vieh züchtet. Das ermöglichte es ihm, sich niederzulassen. Bis dahin zogen die Menschen als Nomaden umher. Der Fruchtbare Halbmond, eine Region am nördlichen Rand der syrischen Wüste, gilt als Ursprung dieser sogenannten Neolithischen Revolution, die in gewisser Weise auch die Geburtsstunde der männlichen Revolution war.

Die Menschen besaßen zum ersten Mal Grund und Boden. Und den galt es zu verteidigen – eine Aufgabe, die in der Regel den Männern im Haushalt übertragen wurde, da die meisten stärker waren als Frauen. Was zur Folge hatte, dass die Söhne zu Hause bleiben mussten, um den Hof im Notfall zu verteidigen. Daher war die Frau nach der Hochzeit gezwungen, ihr Elternhaus zu verlassen und auf den Hof ihres Mannes zu ziehen. Fernab ihrer Familie hatte sie im Grunde niemanden mehr, der sie unterstützte, womit sie dem Mann wehrlos ausgeliefert war. Vermutlich

definieren sich deswegen so viele Männer darüber, ein Haus für die Familie zu erarbeiten. Man(n) will seinen eigenen Hof haben, besitzen und verteidigen. Dass dieser Traum heutzutage zunehmend ökonomisch außer Sicht rutscht, ist wohl Teil der Identitätskrise der Männlichkeit.

Man kann davon ausgehen, dass Männer und Frauen zu der Zeit noch beide auf dem Feld arbeiteten. Das änderte sich allerdings wohl mit der Erfindung des Pflugs vor circa 6000 Jahren. Einen Ritzpflug aus Holz fest in den Erdboden zu drücken kostete viel Kraft und war eher eine Aufgabe für die Männer. Die Frauen blieben währenddessen vielleicht im Haus und kümmerten sich um die Kinder. Durch den Ackerbau hatten die Menschen mehr zu essen, allgemein hatten sich die Lebensbedingungen stark verbessert. Das führte dazu, dass die Geburtenrate rasant anstieg. Bekamen die Jägerinnen und Sammlerinnen noch alle vier bis sechs Jahre ein Kind, wurden die Bäuerinnen nun einmal im Jahr schwanger. Das wiederum band sie zusätzlich ans Haus. Hochschwangere Frauen sind nicht besonders gut geeignet für schwere körperliche Arbeiten. Auch damals nicht.

Für die Geschichtsschreiber, deren Vorgänger ungefähr zur gleichen Zeit auf den Plan traten, war das natürlich nicht so spannend. Eine Frau, die vor dem Kamin sitzt und ein Baby stillt, ist jetzt nicht gerade der Stoff, aus dem Bestseller und Blockbuster gemacht sind. Ein tollkühner Held, der bis auf den letzten Blutstropfen kämpft, um sein Hab und Gut zu verteidigen, macht da natürlich schon deutlich mehr her in einer Erzählung. Weshalb die Geschichten bald vor allem von Männern und ihren Heldentaten handelten. Die

Frauen wurden immer mehr in den Schatten gedrängt und zu Sidekicks degradiert: ein Narrativ, das sich im Laufe der Jahrhunderte immer weiter verselbstständigt hat.

Einen großen Anteil daran hatte später auch die Bibel. So heißt es zum Beispiel im Buch Genesis im Alten Testament: »Dann formte Gott, der Herr, eine Frau aus der Rippe, die er Adam entnommen hatte.« Eva ist demnach im Grunde nur so etwas wie ein Abfallprodukt Adams. Wie Fischgräten, aus denen man noch eine leckere Fischsuppe kochen kann. Obendrein verführt sie dann auch noch den armen, unschuldigen Adam, die verbotene Frucht vom Baum der Erkenntnis zu essen. Als Strafe schmeißt Gott die beiden aus dem Paradies. In der christlichen Theologie ist der Rauswurf aus dem Garten Eden der Beginn der Erbsünde. Hätte Eva den gutgläubigen Adam nicht bezirzt, gäbe es heute keine Kriege und keine Krankheiten. Wir würden immer noch singend und lachend splitterfaser-nackt mit Blumen im Haar über die saftigen Wiesen des Paradieses tanzen. Die Geschichte ist so tief in unserer Kultur verwurzelt, dass sie immer wieder von Schriftstellern und Hollywood-Autoren aufgegriffen wird. *Lady MacBeth*, *Basic Instinct*, *Eine verhängnisvolle Affäre* – überall das gleiche Story-Schema: Die Frau manipuliert den Mann.

Selbst im deutschen Gesetz wurden Frauen lange Zeit wie Menschen zweiter Klasse behandelt. Bis zur Reform des Familien- und Eherechts 1977 lebten Ehemann und Ehefrau hierzulande in einer sogenannten Hausfrauenehe, in der die Rollen klar verteilt waren. Der Gatte war für den finanziellen Unterhalt der Familie zuständig, und die Frau kümmerte sich um den Haushalt. Wollte eine Frau einer

beruflichen Beschäftigung nachgehen, brauchte sie dafür die Erlaubnis ihres Mannes. Außerdem durfte die Hausarbeit darunter nicht leiden. Die Frau gehörte mehr oder weniger dem Mann, könnte man vermutlich sagen. Er konnte sogar mit ihr Sex haben, wann immer er wollte. Ob sie das in dem Moment gerade auch wollte, spielte keine Rolle. Jedenfalls nicht für den Gesetzgeber. Erst 1997 beschloss der Bundestag, den erzwungenen Geschlechtsverkehr innerhalb einer Ehe als Straftat zu bewerten. Wir rühmen uns immer damit, wie fortschrittlich und zivilisiert wir sind. Aber 1997 ... Herrgott, das ist wirklich noch nicht lange her.

Zusammengefasst könnte man sagen: Das Leben war herrlich. Für Männer. Wir bestimmten die Weltpolitik, saßen in den Chefsesseln und konnten uns dem anderen Geschlecht gegenüber benehmen wie Schweine in der Pfütze, ohne dass uns ernste Konsequenzen drohten. Wenn wir erschöpft von der Arbeit kamen, schob uns die Gattin den Sessel unter den Hintern, brachte uns die Pantoffeln und stellte den Schweinebraten auf den Tisch. Schöner kann es auch Gott in Frankreich nicht haben ..., oder?

Im 20. Jahrhundert gab es immerhin einige Gesetzesanpassungen, die die Lebensbedingungen der Frauen hierzulande verbesserten. Sie bekamen 1918 das Wahlrecht zugesprochen, dürfen seit 1958 ein eigenes Bankkonto eröffnen, und 1977 wurde die Hausfrauenehe abgeschafft. 2016 wurde die Frauenquote eingeführt. Seitdem müssen börsennotierte Unternehmen ein Drittel ihrer Aufsichtsratsposten mit Frauen besetzen. Über die Vor- und Nachteile

einer solchen Regelung kann man streiten. Aber sie zeigt, dass sich die Situation der Frauen sukzessive verbessert hat in den letzten Jahren.

Trotzdem sind wir noch lange nicht dort angekommen, wo wir sein wollen – und wo wir schon einmal waren: in einer egalitären Gesellschaft. Wir brauchen weitere Reformen. Aktuell leben wir immer noch in einem Patriarchat. Der ein oder andere übersieht das manchmal vielleicht, weil das Thema Feminismus in den Medien so breit debattiert wird. Da kann die Wahrnehmung schon mal ein bisschen verschwimmen. Aber Fakt ist, dass die Hausarbeit in den meisten Beziehungen immer noch als Aufgabe der Frau angesehen wird. Und obwohl Frauen in Deutschland mit rund 50,7 Prozent leicht in der Überzahl sind, ist nur ein Drittel der Führungspositionen mit einer Frau besetzt. Fast jeden Tag stirbt laut Aussagen des BKA eine Frau durch die Hand ihres Partners oder Expartners. Das Markt- und Meinungsforschungsinstitut Ipsos hat 2024 im Rahmen des Internationalen Frauentags 24 269 Menschen im Alter zwischen sechzehn und vierundsiebzig Jahren aus einunddreißig Ländern zur Rolle der Frau und ihrer Wahrnehmung interviewt und die Ergebnisse zusammengefasst in einer Studie mit dem – zugegeben – etwas sperrigen Titel *International Women's Day 2024. Global Attitudes towards Women's Leadership*. Demnach sind 60 Prozent der deutschen Männer der Meinung, dass es allmählich reicht mit den Maßnahmen zur Gleichstellung. Politik und Gesellschaft hätten mittlerweile genügend unternommen in dieser Hinsicht. 45 Prozent der deutschen Männer – also immerhin beinahe jeder zweite – haben sogar das Gefühl,