

# **Frido liebt**

## **Märchen in acht Kapiteln von Robert Fischer**

Jedes der nachfolgenden Kapitel ist eine Blitzlichtaufnahme aus dem sexuellen Leben von Frido (und Frido II). Im Abstand von etwa 10 Jahren von der Kindheit bis ins hohe Alter berichten die Kapitel des Märchens aus dem sexuellen Liebeserleben, inspiriert von der Methode des «Sexual Grounding». Am besten machen Sie nach jedem Kapitel eine kurze Pause und lassen das Blitzlicht auf sich wirken. So erahnen Sie einen möglichen Liebes-Lebensbogen eines Mannes.

### **1. Kapitel. 4 1/2 Jahre, ein Junge**

Ich bin Frido und gerade viereinhalb und bin den ganzen Tag unterwegs, ja sogar jetzt bei Tisch kann ich kaum ruhig sitzen, obwohl ich das lernen sollte. Ich stehe nach dem ersten Teller Spaghetti auf, die Hosen sind schnell weg, und gehe breitbeinig mit meinem grösser gewordenen und aufgerichteten Pimmel um den Tisch zu Mutter und zeige ihr meinen Stolz. Erst wollte sie mich sofort wieder an den Platzschicken, das habe ich schon gemerkt. Nun schaut sie meinen Frido II an, freut sich, das sehe ich ganz genau. «Du bist ja ein richtiger kleiner stolzer Mann mit einem forschenden Pimmel, der wird sicher mal so wie derjenige deines Papas!», meinte sie zu mir. Papa schaut mich so an, dass ich weiss, dass ich voll auf ihn zählen kann. Wow, jetzt geht aber die Post ab bei mir. Ich, Frido, gemeinsam mit Frido II, mache ein paar Luftsprünge und ich schreie vor platzender Lebendigkeit: «Mein Frido ist der beste auf der Welt! Ich liebe Mama». Ich setze mich wieder an den Tisch und verlange nach dem nächsten Teller. Ich habe nämlich einen Riesen Hunger. Etwas später steht Papa auf, geht zu Mama und drückt sie gegen sich. In den Augen meiner Eltern ist ein Leuchten, das mich immer ganz glücklich und lebendig sein lässt.

### **2. Kapitel. 15 Jahre, in der Pubertät**

Laka, die modeln würde, sei auch in der Disco, sagte mein Freund Fred. Ich gehe mit ihm zur Disco. Ich bin extrem aufgeregt. Mein Vater merkt das. Er sei noch bis halb elf im Rössli neben der Disco und nehme ein Bier, falls ich mal schnell vorbeikommen wolle. Sie steht mit zwei Freundinnen so da und ein älterer Typ quatscht sie an, sie lacht. Ich verzweifle, Rolf ist mit Marion beschäftigt, so geh ich schnell zu Vater ins Rössli. Wie hat er das mit den Mädchen gemacht? «Ich bin leider damals den Mädchen oft ausgewichen aus Unsicherheit. Aber wenn ich etwas getan hatte, fühlte ich mich fast immer gut dabei. Ich bleibe noch eine halbe Stunde hier.» Das Wissen, dass er in der Nähe ist, tut mir gut. Der ältere Typ ist schon mit einer anderen beschäftigt, da hole ich Laka zum Tanzen. Sie kommt. Ich bin so begeistert von ihr, dass Frido II in den Hosen deutlich mehr Platz braucht. Später, ich habe sie in der Zwischenzeit nicht wirklich aus den Augen gelassen, tanzen wir nochmals, nah zur langsameren Musik. Die riecht gut! Frido II halte ich an ihren Schoss. Anfangs war sie scheu, dann aber gefiel es ihr immer besser. Ihren Busen legt sie an meine Brust. So schön warm und weich ist das. Manchmal treffen sich unsere Augen. Ich bin im siebten Himmel, ach was, das muss mindestens der 13. Himmel sein!

### **3. Kapitel. 27 Jahre, jung - erwachsen**

Wir kommen gemeinsam die Treppe im Haus ihrer Eltern runter, Rosa und ich. Unsere Wangen sind noch ziemlich heiss und wohl auch gerötet. Heute Morgen habe ich mir und ihr beim Vögeln immer wieder Zeit gelassen, da sie zwischendurch wegen ihrer Arbeitssituation jeweils nachdenklich wurde. Ich schaue sie in solchen Momenten an, bewege mein Glied in ihr und sage: «Ich bin immer noch da.» Dann ist sie wieder beim Liebemachen und wir fahren fort. Mich stellt das total auf, dass ich so mit Rosa im Bett sein kann. Ich will sie wirklich kennen lernen, sie ist voller Überraschungen.

Wir sitzen verspätet am Frühstückstisch ihrer Eltern. Für ihre Mutter ist es völlig normal, dass wir am Sonntag wegen den Bettgenüssen später zum Essen kommen. Ihr Vater bewegt sich sehr vorsichtig und klagt wieder über Rückenschmerzen. «Wegen diesen Schmerzen bist du oft im Leben dem Sex ausgewichen!» wirft ihm Rosa hin, weil sie das von Mutter oft so gehört hatte. «Ja, das war eine Zeitlang so. Ich musste wirklich lernen, solche störende Alltagsdinge nicht als Hindernisse für das Feiern mit Deiner Mutter zu nehmen!» Mir sprudelt es jetzt ganz von selbst über die Lippen: «Sag mal, bin ich der richtige Freund für Rosa?» Er hält einen Moment inne, schaut zu seiner Frau, dann beide zu ihrer Tochter Rosa. Ein warmer Blick ist in beider Augen. «Du bist unserer Tochter ganz wichtig. Und wir schätzen Dich sehr.» Mir werden die Augen feucht und mein Herz und mein Schwanz werden wärmer und grösser. Rosa schmiegt sich an mich.

### **4. Kapitel. 34 Jahre, ganz erwachsen**

«Wie kann man als Paar nur zusammen bleiben, wenn man so verschieden ist?» ist unser Motto für Jahre gewesen. Wir hatten Kämpfe, liebäugelten mit andern Partnern, holten uns Unterstützung und Ratschläge, trennten uns mal für ein paar Monate. Je mehr Selbstvertrauen wir in uns fanden und je weniger wir uns vom andern abhängig fühlten, desto ruhiger wurde es in der Ehe. Wir und unser Sex haben sich verändert seit wir beschlossen haben, offen für ein Kind zu sein. Rosa hat nach ihrer Spezialisierungsausbildung ein gutes Jahr in der neuen Stellung gearbeitet. Jetzt sei es gut, Mutter zu sein. Ich bin reif für einen nächsten Verantwortungsschritt im Beruf und arbeite darauf hin.

Mit Rosa Kinder zu haben, belebt und erregt mich. Beim Sex gebe ich ihr aus meinem Inneren heraus meinen Zauberstab, meine Kraft und meinen Samen für das Kind. Das erfüllt mich ganz. Sogar mitten im Arbeitstag habe ich manchmal Erektionen, wenn ich an meine Liebste und unseren «Sex für Kinder» denke. Ich bin voller Liebe für sie. Und sie ist voller Hingabe für unser Kinderprojekt, zutiefst feminin offen. Und das im Sex wie auch sonst im Zusammensein und in ihrer ganzen Lebensgestaltung. Unglaublich. Vater und Mutter haben, teils auf mein Fragen hin, mehrmals von der Zeit berichtet, in der sie mich und die Geschwister zeugten. Dann sehe ich dieselbe Hingabe in Mutter wie bei Rosa und denselben Willen zum Geben bei Vater, wie ich ihn erlebe. Mutter berichtet mir regelmässig, wer von meinen Schulfreunden gerade Vater oder Mutter wurde. Meine Eltern sind schwer damit beschäftigt, Grosseltern zu werden. Die Verbindung zu Rosa ist so selbstverständlich, ich vertraue ihr völlig.

### **5. Kapitel. 45, mitten im Leben**

Wir hören unsere drei Kinder in der Wohnung, im Moment spielen sie recht friedlich. Das ist natürlich nicht immer so. Ich liege auf dem Rücken und schaue Rosa an Ihre Falten, die das Leben genau so wie in mein Gesicht zeichnete, faszinieren mich im Moment besonders. «Mit dir bin ich schon viele Jahre zusammen und du hast uns drei Kinder geboren. Ich will mit dir alt werden.» Sie hält mich am Glied, bewegt leicht wie um zu sagen: «Damit haben wir geliebt und gezeugt.» Ich werde grösser und sie führt mich in sich ein, setzt sich auf mein Becken und

beginnt in Zeitlupe zu bewegen. Dann hält sie inne, das sind die schönsten Momente. Zwischen ihrem Liebesgarten und mir pulsiert es. Wir geben uns dem Geschehen hin, während wir immer wieder die Kinder draussen hören. In den letzten Jahren habe ich andere Frauen beobachtet. Ich könnte auch mit einer von diesen anderen Frauen sein, sie wäre anders und genauso Frau wie Rosa. Ich habe richtig gewählt mit ihr, die Dauer des Zusammenseins und die Verbindung durch die gemeinsamen Kinder gibt unserer Liebe eine besondere Tiefe. Ich fühle mich je länger je freier, je mehr ich mein Leben im Zusammensein mit ihr gestalte. Und auch, weil ich immer öfter das mache, was getan werden muss. Es ist kein Widerspruch, Freiheit und das tun, was zu tun ist. Es wird immer mehr eins. Ich merke auch, wie ich bedeutsamer für andere werde, sie fragen mich öfter um Rat, beobachten, wie ich etwas angehe. Nicht nur unsere Kinder. Ich fühle mich gut, wenn ich aus meinem Erfahrungsschatz, aus meinem Reichtum geben kann. Rosa schaut mir nah in die Augen, in denen ich die freudige Lebendigkeit ihrer Liebesgrotte um meinen Schwanz sehe. Ich bin sicher, meine Augen sind voll derselben Aufregung über unser sexuelles Zusammensein, wie «Frido II» gerade jetzt ist.

## **6. Kapitel. 53 Jahre, in der Reife**

Mein Vater liegt im Ehebett und wird bald sterben. Die Mutter sitzt neben ihm, hält sein lebendiges Genital und er erzählt von seinem Liebesleben. Die wichtigsten Stationen: Verliebtheiten, Kinder zeugen, Reifen, Krisen. Wir hören zu, seine Nachkommen und deren Partner. Rosa hat auch ihre Hand auf meinem Glied. Ich bin sicher, sie spürt wie ich die Veränderung, die dort vor sich geht. Mein Frido wird der älteste in der Generationenlinie, eine würdige Position, und vertritt das Sexuelle der Vorfahren für die Nachkommen. Als Vater gestorben ist, waschen wir ihn und ich halte noch einen Moment voller Liebe sein Glied. Am Abend lieben wir uns, Rosa und ich. Die ganze Nacht, wir haben endlos Zeit. Oft fühlt es sich an, als ob nicht ich mit meinem Zauberstab sie lieben würde, sondern eine grosse Kraft in mir. In gewissen Momenten möchte ich wieder mit ihr ein Kind zeugen, und es wird sofort klar, dass es mehr darum geht, das Zeugen in der Welt überhaupt zu unterstützen. Jetzt sind nicht mehr wir dran, sondern andere Paare, vielleicht auch unsere eigenen Kinder. Für deren Zeugen und deren Liebesleben machen wir Liebe. Mein Penis ist manchmal gross und manchmal klein in dieser Nacht, ein wunderschöner Rhythmus ergibt sich von selbst. In unserer würdigen Ernsthaftigkeit lachen wir, sind verspielt, leidenschaftlich, still, erstaunt und eigentlich alles, was wir je zusammen erlebt haben.

## **7. Kapitel. 66 Jahre, langsamer Rückzug**

Das nächste Mal, wenn ich aufs Grab der Eltern gehe, werde ich die beiden dort fragen. Ich bin fast sicher, dass ich ein «Ja» kriegen werde. Ich habe nämlich plötzlich ganz stark das Gefühl, dass das, was Rosa und ich gerade jetzt tun, alle in meiner Ahnenlinie gerne taten. Es ist, als ob die ganze Vorfahrenlinie in mir wäre. Rosa stützt sich mit den Armen auf den Küchentisch, ich halte sie von hinten und habe mein Glied in ihr. Es ist später Vormittag, wir wollten mit kochen beginnen. Und es ist so natürlich, als ob es unser Schicksal wäre, dass wir jetzt hier auf diese Art und Weise Liebe machen. Rosa sagt, was mir auch durch den Kopf geht: «Sicher machen es unsere Kinder auch oft mit grosser Selbstverständlichkeit so wie wir gerade jetzt.» Wir wünschen es ihnen, dass sie das genau so geniessen und pflegen wie wir. Beim Mittagessen essen unsere Tochter und deren Mann bei uns. Rosa schöpft mit natürlichen sinnlichen Bewegungen, als ob sie mit ihren Händen und Armen Liebe machen würde. Eigentlich ist ihr ganzer Körper so. Auf meine Frage hin meint unser Schwiegersohn, dass sie sich mit der Idee beschäftigen, ein Kind zu haben. Ich schaue Rosa an, wir erleben dasselbe: Vor Freude, vielleicht bald Grosseltern zu

werden, schlägt unser Herz stärker. Rosa erzählt eine Geschichte aus der Zeit, als wir uns mit dem Zeugen beschäftigten.

## **8. Kapitel. 75 Jahre, Abschied in Schritten**

Wie wir auf der Bank neben dem Park sitzen und den Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen jeden Alters im Frühling zusehen, freue ich mich über die Erotik in allen. Jede und jeder gemäss seinem Geschlecht und Alter. Das Leben sprüht. Auch in mir und vielleicht muss ich sagen, auch durch mich. Letzte Nacht sind Rosa und ich beisammen gelegen und schliesslich war ich auch in ihr. Das ist nicht mehr so häufig, nicht weil es nicht mehr so gehen würde, sondern weil es nicht mehr nötig ist. Ich fühle, wir haben unser Liebesleben erfüllt. Alles, was wir noch erleben im Sex, ist ein zusätzliches Geschenk. Ich war also in ihr und in einer ruhigen Phase bewegten wir so langsam und aufmerksam, als ob wir das letzte Mal und für immer Liebe machen würden. Immer öfter merke ich: Wenn sie oder ich jetzt sterben würden, hätte der Weiterlebende alles gehabt und kann einen grossen Reichtum weiter in sich tragen. Wir haben eine riesige Schatztruhe voll aus unserem Liebesleben. Sie ist offen, so dass andere sich von deren Glanz stärken und beleben lassen können. Wir nähern uns dem Ende und sind am Verabschieden der sexuellen Liebe. Und für dieses Verabschieden nehmen wir uns Zeit. Die meisten hier im Park sind am anderen Ende der Skala, sie blühen auf und wachsen hinein. Ein schönes Bild.

### **Der Autor**

Robert Fischer ist Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie FMH mit eigener Praxis. Er gibt Männerseminare und gemischtgeschlechtliche Kurse mit den Themenschwerpunkten Sexualität, Partnerschaft, Geschlechtsidentität, Work-Life-Balance.  
Kontakt [fischer@mann-frau.com](mailto:fischer@mann-frau.com)

---

### **Sexual Grounding®**

Der Begründer dieser körperorientierten Sexualtherapiemethode, Willem Poppeliers, will mit seiner Entwicklung einen Beitrag für das Gelingen von sexuellen Liebesbeziehungen machen. Er ist überzeugt, dass Kinder in solchen Partnerschaften besonders gut als natürliche sexuelle Knaben und Mädchen aufwachsen können. Poppeliers stellte immer wieder fest, dass kaum in einer Psychotherapiemethode das Thema Sexualität wirklich nah und klar behandelt wird. Sexual Grounding®, das besonderen Wert auf familiensystemische Beziehungen und Ressourcen legt, fokussiert die sexuelle Liebe in einer natürlichen Direktheit, wie kaum eine andere Herangehensweise. Sie orientiert sich besonders am oft verborgenen und ev. kaum gelebten Potenzial der Familienmitglieder, insbesondere der Eltern. Eltern können so zu einer Ressource und unterstützenden Kraft werden, die das eigene versteckte Potential zu entwickeln hilft. Die Tatsache, dass einzelne Kapitel des Märchens berühren können, heisst, dass dieses Potential auch im Lesenden verborgen ist. Er hätte sonst keine Resonanz dazu. Vielleicht hilft das Märchen da oder dort etwas mit, eine Entwicklung in diese Richtung zu fördern. Das wäre jedenfalls ein schönes Resultat. Kinder, seien es eigene kindliche Seiten im Inneren oder reale äussere Kinder, werden das merken und sich in ihrer Entfaltung als erotische Menschen unterstützt fühlen.

R.F.