



Aus: Der Pate / Il Padrino

Familie, auch *la famiglia* genannt

Jeder hat eine. Wir alle haben eine Ursprungsfamilie, in die wir hineingeboren wurden, und wenn ich mir manche Geschichten so anhöre, dann hatten manche viel Glück und andere weniger. Und manche hatten richtig Pech. Wir alle sind aber Familienmenschen, manche wissen das nur nicht. Es ist egal, ob wir untereinander ein inniges Verhältnis pflegen, ein freundliches, ein höfliches oder gar keines mehr, weil wir den Kontakt abgebrochen haben. Man kommt nicht raus aus der Ursprungsfamilie, denn wie mit einem unsichtbaren Band sind wir miteinander verbunden.

Märchenstunde

Familie war in grauer Vorzeit der Clan, der Stamm. Man musste sich unbedingt aufeinander verlassen können, um sein eigenes Leben und das der Nachfahren zu schützen und ein Überleben dieses Stammes zu ermöglichen. Jeder hatte eine Aufgabe, niemand wurde einfach so mitgeschleppt, schon gar nicht, wenn er eine Last war. Im Laufe der Jahrtausende hat sich das Familienbild oft gewandelt, je nach Philosophie, gesellschaftlicher Prägung/Situation und Entwicklungszustand der Menschen. Zu keiner Zeit war Familie nur ein Ort für Friede, Freude, Eierkuchen.

Heute wünschen sich die Menschen eine gesunde, fröhliche und liebevolle Familie. Die Werbung springt begeistert auf diesen Zug auf, da ist heile Welt, immer. Die dauerlächelnde Rama-Familie in einem sonnig-schönen Zuhause, die lustige Ikea Familie beim Kissenwerfen, in jeder Keks- und Autowerbung: Alle, alle sind ganz doll glücklich. Eine Friede-Freude-Eierkuchenfabrik. Die Bilder kennen wir, aber jeder von uns weiß, dass das nicht so ist, dass Familie in vielen Fällen auch ein Schlachtfeld mit unzähligen Opfern ist. Aber die Sehnsucht wird durch solche Bilder genährt und ein Wunschenken erzeugt, dass bis in unsere eigene Vergangenheit zurückreicht. Dann kommt ein rückwärtsgewandtes Bedauern hinzu: „Warum hatte ich nicht...?“ und „warum konnte ich nicht...?“ und „warum waren meine Eltern...?“

Weil es so war. Basta.

Nicht jeder hatte liebevolle, zugewandte Eltern oder konnte in einem schönen, gesunden und unterstützenden Umfeld aufwachsen. Das alleine ist schon Wunschenken, denn dies erleben die allerwenigsten Menschen, trotz unrealistischer Schönwetterwerbung. Manche Menschen leiden aber schon daran, dass es einfach

nicht so schön war, wie es hätte sein können. Sie fühlen sich wie der Empfänger des falschen Weihnachtsgeschenks... sie wollten doch die glänzende Super-XXL-Version und bekamen stattdessen das gefühlte Sonderangebot.

Vielleicht gehört zum eigenen Reifeprozess dazu, dass wir erkennen, dass jede Form von Familie uns etwas mitgegeben hat. Selbst aus der miesesten Ausgangslage kann man Überlebenswillen, eine Kämpfernote oder praktische Lebentüchtigkeit mitnehmen, sonst wären wir alle ja nicht mehr hier. Eine destruktive Familie zu überleben sagt uns sehr deutlich etwas über die eigene Stärke. Jetzt die gute Nachricht: Niemand wird gezwungen, das restliche Leben genauso zu verbringen wie die ersten Jahre.

Es ist nie zu spät, eine glückliche Kindheit gehabt zu haben

Es gibt Menschen, die im hohen Alter noch darüber lamentieren, dass ihre Mutter oder der Vater damals nicht nett zu ihnen gewesen sind. Immer und immer wieder werden alte Erinnerungen, Ungerechtigkeiten und altes Elend hervorgekramt und das Leiden von damals wieder aufgewärmt. Jahrzehntlang suhlen sie sich in dem Gefühl, zu kurz gekommen zu sein. Das ist Opferhaltung par excellence. In der Vergangenheit stecken zu bleiben hilft aber nicht weiter. Wichtiger wäre, zu *akzeptieren*, dass vieles schlimm oder furchtbar war, ungerecht oder empörend. Und dann zu der Einsicht zu kommen, dass dies *die Vergangenheit* ist und wir jetzt in diesem Moment die Wahl haben, die Weichen anders zu stellen, um das Leben zu bekommen, was wir uns vorstellen. Wir müssen unseren Frieden machen mit unserer Familie und unserer Vergangenheit, um eigenen inneren Frieden zu finden.

Unsere Familie hat uns dennoch geprägt, hat uns das Rüstzeug für unser Leben mitgegeben. Die interessantesten und stärksten Menschen haben oft einen sehr schweren Lebensweg hinter sich und vielen hat man zu Beginn keine Chance gegeben. Aber sie hatten gelernt, nicht aufzugeben, immer wieder nach neuen Lösungen zu suchen und sie auch zu finden. Ihre miese Startposition haben sie zum Kickstart für ein gelungenes Leben genutzt. Deshalb ist es so wichtig, die eigene Familienbilanz mit dem richtigen Blickwinkel anzuschauen: *Was hatte ich (Gutes) davon? Was hat meine Familie mir mitgegeben? Welche positiven Eigenschaften habe ich dadurch erworben? Wie kann ich das alles für meine Zukunft nutzen?* Das sind die Fragen, die uns ermöglichen, uns auf unsere Stärken zu besinnen. „Nichts“ ist dabei die falsche Antwort, sie bedeutet, dass wir resigniert haben und das Negative nicht in Positives umwandeln wollen. Wenn wir aber den Blickwinkel verändern, fallen uns auch positive Dinge auf. An den negativen Rest kommt ein erledigt-Haken, je nach Schwere manchmal mit professioneller Hilfe.

Irgendwas ist doch immer

Nun gibt es ja nicht nur problematische Familien, sondern auch „die anderen“, ich nenne sie „die Waltons“. Aber auch die haben kein Zuckerleben, überall gibt es Hürden und Hindernisse und die üblichen Herausforderungen, an denen jeder Mensch sich abarbeitet. Bei Louise Hay habe ich mal gelesen, dass wir alle die Aufgabe haben, den Bewusstseinszustand unserer Eltern bei unserer Geburt zu überwinden. Das macht Sinn, oder? Es erklärt auch, warum jedes Geschwisterkind im Idealfall „andere“ Eltern hat, denn die Eltern sind bei jeder Geburt eines Kindes anders, haben dazugelernt, sind reifer geworden. Und jedes Kind korrespondiert in

seiner persönlichen Ausgangssituation mit diesem energetischen Zustand seiner Eltern. Sich darüber hinaus zu entwickeln ist also eine ganz persönliche, individuelle Lebensaufgabe. So funktioniert dann auch kollektive Bewusstseinsenerweiterung und deshalb gibt es heute so viele offene, spirituelle und oft auch weise junge Menschen. Von Generation zu Generation gibt es Wachstum.

Wenn es gut läuft, ist Familie ein Ort, an dem man geliebt, verstanden und gut aufgehoben ist. Es bedeutet, dass man sich auf seinen Clan verlassen kann. Unterschiedliche Ansichten sind möglich, es gibt auch Auseinandersetzungen, man hat mal mehr und mal weniger Gemeinsamkeiten, wird aber durch Liebe, Zuneigung und Respekt zusammengehalten und alle haben regelmäßig und gerne Kontakt. Wenn wir erkennen, dass jeder von uns das Recht auf seine eigenen Gefühle, seine eigenen Erfahrungen und sein eigenes Leben hat, aber eine Verbundenheit da ist, die man unerschütterlich und immer wichtig nimmt, dann kann Familie sehr gut funktionieren und ist eine echte Bereicherung. Dann ist da immer jemand Vertrautes für ein Gespräch, um Freude zu teilen oder in den traurigen Momenten die Hand zu halten.

Stelle dich nie gegen die eigene Familie... niemals! (Al Pacino in „der Pate“)

Nein, klar. Aber es gibt Ausnahmen, auch ohne erschossen zu werden: Man kann, darf und sollte sich von destruktiven Familiensystemen lösen und den Kontakt zu Menschen abbrechen, die einem schaden, auch wenn das engste Verwandte sind. Man muss sich nicht der Bösartigkeit, Gewalt oder generellen Schlechtigkeit einer wirklich zerstörerischen Familie aussetzen. Es ist das gute Recht jedes Betroffenen, da auszusteigen und sich zum Beispiel eine neue, wohltuende Familie zu suchen. Auch gute Freunde können für manche diese Ersatzfamilie sein. Aber bei den kleinen Animositäten des Alltags, unterschiedlichen Ansichten oder Lebensweisen sollte man lernen können, diese beizulegen oder zumindest zu tolerieren. So schlimm sind ein schräger Opa oder eine durchgeknallte Tante nicht. Toleranz hilft hier sehr. In Familien, in denen nur gelacht, gescherzt und Merci-Schokolade über den Zaun verteilt wird, stimmt meist nur die Fassade.

Drum prüfe, wer sich ewig bindet...

Ich finde, Familiensinn sollte ein ganz wichtiges Kriterium bei der Partnerwahl sein. Ob jemand gerne mit seiner, ihrer und der gemeinsamen Familie zusammen ist, entscheidet oft über das Gelingen eine Ehe. Menschen mit Familiensinn sind geselliger, offener, gesünder und fröhlicher als andere und lassen sich nicht so schnell oder gar nicht scheiden. Außerdem verlängert eine stabile Familie die Lebenserwartung deutlich. Nichts ist frustrierender, als wenn ein Familienmensch mit einem Eigenbrötler oder einem Familienhasser zusammen ist. Der seelische Hunger nach familiärer Gemeinsamkeit lässt sich durch nichts kompensieren. Deshalb sollte man den „Stallgeruch“ besonders sorgfältig prüfen und sich nicht durch hübsche Äußerlichkeiten oder Wunschdenken blenden lassen.

Familie *haben* und Familie *sein* ist nämlich ein gewaltiger Unterschied.