

Gregor Nowotny

# **Verfluchtes Erbe**

**Des Teufels Macht ist  
sein Engelskostüm**

© 2022

Autor und Rechteinhaber: Gregor Nowotny

Umschlaggestaltung: Gregor Nowotny

Logos: Gregor Nowotny

Grafiken/Fotos: Gregor Nowotny & Elke Bruckmüller

Lektorat / Korrektorat: Mag. Sonja Knotek

Verlag: myMorawa von Dataform Media GmbH, Wien

[www.mymorawa.com](http://www.mymorawa.com)

ISBN:

978-3-99129-803-8 (Hardcover)



Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

„Der größte und hartnäckigste Gegner, dem man jemals im Leben begegnet, ist jener, in einem Selbst.

- Und genau das wird von anderen massiv genutzt.“

Zitat: „Gregor Nowotny“ 2022





# Inhalt

Vorwort.....	7
Erkenntnisse.....	26
Wurzeln.....	35
Queenmaker.....	44
Egomanius.....	58
Diener.....	69
Das Überleben des Stärkeren.....	82
Ein „fragwürdiger Todesfall“.....	93
Unbequeme Wahrheiten.....	107
Pakt mit dem Teufel.....	126
Im Namen des Narzissmus.....	140
Schnöder Mammon.....	153
Goliaths Strategien.....	165
David.....	181
Achtsamkeit.....	189
Des Pudels Kern.....	196
Gebrochene Flügel.....	228
Morgendämmerung.....	242
Der Gegner in Dir selbst.....	251
Showdown.....	261
Prävention – wozu?.....	267
Kämpferherz.....	274
Nachwehen.....	282
Fremde Federn.....	284
Legenden – eine Ermutigung.....	286
The wings of the Phoenix.....	289
Gesichter – Life reloaded.....	300
Anhang.....	305
Der Autor.....	305
Persönliche Dankesworte.....	309

Eine wahre biographische Erzählung über narzisstische Störungen und ihre Auswirkungen, in der eigenen Familie und der realen Welt. Thematisch brandaktuell, ein Zeichen der heutigen Zeit.

Tiefe Depression und der Kampf zurück ins Leben, über die Sicht auf die reale Welt und tiefgreifende Änderungen, die üblicher Weise nur dann möglich sind, wenn man am Rande des Abgrundes steht.

Dieses Buch ist all jenen gewidmet, die ähnliche Erfahrungen gemacht, und ähnliche Erkenntnisse gesammelt haben, sozusagen Ihnen, der Sie nun dieses Buch nun in Händen halten.

Tatsachen und Thesen müssen aussprechbar bleiben, auch wenn sie unbequem sind oder manchen Leuten nicht ins Konzept passen. Auch nach diesem Gesichtspunkt habe ich dieses Buch geschrieben. Realtalk.

Der Teufel im Engelskostüm ist präsenter, als Sie wahrscheinlich ahnen, glauben Sie mir. Fangen Sie an gedanklich frei zu sein. Manipulation ist allgegenwärtig. Treffen Sie Ihre eigenen Entscheidungen. Fragen Sie sich selbst, was Sie glücklich macht. Auch wenn es manchen nicht gefällt: Hinterfragen Sie! Und vor allem: Wagen Sie den Sprung, treffen Sie Ihre fundamental eigens getroffenen Entscheidungen! Meine Lebensgeschichte soll Ihr Impuls sein.

Es ist niemals zu spät.



# Vorwort

„Nur Versager scheitern“.

Gewinnen und Erfolg sind ganz normal und werden beiläufig notiert, wenn überhaupt. Misserfolg ist das Zeichen eines Versagers. Das ist nur einer der vielen durchaus fragwürdigen Werte, welche mir in die Wiege gelegt wurden. Wie definiert sich der Mensch? Durch die Höhe seines Einkommens und natürlich durch seine Berufsposition – am besten in der High Society, als Generaldirektor oder zumindest als Führungskraft für ganze Bereiche in einem Konzern. Oder?

*Leben, um zu arbeiten. Geld und Statussymbole signalisieren den Wert eines Menschen.*

*Denn, was könnte denn der Nachbar über einen denken?*

Ein vielfach zitierter Monolog lautet wie folgt:

*Der Mensch neigt zu Selbstgeißelungen, indem er Anschaffungen tätigt für:*

*Dinge, die er nicht braucht,  
mit Geld, das er nicht hat,  
um Menschen zu beeindrucken,  
die er gar nicht leiden kann!*

Seit ich denken kann, beschäftigte ich mich mit den Ursprüngen. Also Dingen wie Lebensweisheiten oder Meditationen. Warum, ist mir bis heute nicht wirklich bewusst. Ich denke, dass das und mein Weg als Kampfsportler der Grund sind, warum ich heute noch am Leben bin.

Die alten Lebensweisen der Shaolin.

Natürlich haben mich die körperlichen Fähigkeiten der berühmten Shaolinmönche schon als Jugendlicher schwer beeindruckt. Was mich aber immer schon mindestens genauso beeindruckt hatte, war die Lebensphilosophie, die in unserer westlichen Welt sehr wohl bewundert, aber niemals wirklich verstanden, geschweige denn angepasst nachvollzogen wurde.

Viele von uns kennen die Serie „Kung Fu“ mit David Carradine, eine romantisierte Darstellung des Lebens in einem Shaolinkloster. Mit der Realität der echten, abgeschotteten Shaolinkampfmönche haben weder die Serie noch die Shaolinshowgruppe wirklich etwas zu tun.

Bernhard Moestl, einer meiner Lieblingsautoren hatte die ausgesprochene Ehre in solch einem echten Kloster die Philosophie zu studieren. Seine Bücher haben mir in meinem Leben sehr geholfen. Sie haben mich in den meisten meiner Erkenntnisse bestätigt und Teile meines Lebens beeinflusst.

Die Mönche sehen die Dinge, wie sie sind. Nicht nur, dass man selbst niemals am Ende seiner Selbstfindung ist, solange man lebt, so ist auch ihnen klar, dass der eigentliche Kampf im eigenen Geiste gekämpft und auch entschieden wird. Ich hatte Jahre lang einen erfolgreichen Verein, der sich mit Martial Arts Fitness und damit durchtrainierten Körpern auseinandersetzte. Durch Seminare und Kurse wollte ich etwas verändern. Eine Art neues Bewusstsein in die heutige Welt hinein transportieren. Obgleich dieses Bewusstsein, das heißt, die Idee beileibe nicht neu ist.

Weg von einer Scheinwelt, hinein in die Realität, mit dem Recht auf Selbstverteidigung, nach dem Motto: Lieben und leben, wenn möglich, aber Achtsamkeit und Aktion, wenn notwendig. Sozusagen das Leben, des Yin-Yang-Prinzips.

Wenn man sich mit der Realität beschäftigt, also der Welt, wie sie wirklich ist, und nicht einem Idealbild, an das man glauben möchte, so muss man sich bewusst sein, dass man auch mit einer Unmenge an sehr unschönen Tatsachen konfrontiert wird. Wir sind von Natur aus bemüht, eher das Positive wahrzunehmen und zu leben. Das hat zwar einerseits seinen psychologisch und evolutionär berechtigten Grund, ist aber andererseits auch gefährlich. Ich kann nur richtige Entscheidungen treffen und so korrekt, präventiv und sinnvoll wie möglich handeln, wenn ich die Situation real erfasst habe. Das hat nichts mit negativem Denken oder Schwarzmalerei, Aluhut oder dem halb leeren Glas zu tun.

Es ist die Realität, das echte Leben. So wie man sich alles schlechtreden kann, kann man sich auch alles schönreden. Jedes Extrem für sich ist auf Dauer schlecht.

Natürlich versuchte ich dies alles in einer Zeit aufkommender, potenzieller Gefahren, die immer sichtbarer wurden, einer breiten Öffentlichkeit aufzuzeigen, auf körperlicher, aber vor allem auch auf geistiger Ebene. Leider war das Vorhaben, nämlich Bewusstsein zu schaffen – weg von der Emotion, hin zur Analytik –, zu betrachten, nicht unbedingt von großem Erfolg geprägt.

Wir leben in einer emotionalisierten Welt der Ablenkungen, technischen Faszinationen und der ausgeblendeten Gefahren. Alles wird immer praktischer



und scheinbar besser. Genau das wird uns geradezu täglich präsentiert, um nicht zu sagen, förmlich aufgezwungen. Offensichtlich, dass das Gründe hat. Auf die mitgelieferten, großen Gefahren und Probleme von scheinbarem Fortschritt aufmerksam zu machen, also Prävention und Selbstverteidigung unterrichten zu wollen, scheint nicht selten so, als wolle man Zeugen Jehovas in einen der berühmten Pärchenclubs zum gemütlichen „Stelldichein“ einladen zu wollen. Nicht nur, dass ich sogar so manchen Zorn auf mich zog, wurden wir, als Verein zum Teil scheinbar sogar boykottiert, getreu dem Motto: „Super, dass Ihr das macht. Das ist in diesen Zeiten wirklich wichtig. Wir wünschen Euch alles Gute auf Eurem weiteren Weg und toi, toi, toi!“

Wie ich damals schon ahnte und später noch mal erkennen musste, hatte dies viele Gründe: Einer davon war Selbstschutz vor unbequemen Wahrheiten, die für viele kaum verkraftbar sind und ein zweiter Grund, das Hoffen auf den weißen Ritter. Das sind, meiner Ansicht nach die Hauptgründe, warum Menschen, gar nicht mal selten, geradezu aggressiv auf eine unbequeme Wahrheit reagieren, diese sogar kategorisch ausschließen. Ein sehr ähnlicher Grund ist es übrigens auch, warum Betroffene von Missbrauch sich manchmal, wenn überhaupt, nur lückenhaft an die extremste Zeit ihrer Vergangenheit erinnern können. Es ist die natürliche Zensur des Gehirns gegen psychischen Schmerz. Alles folgt der Psychologie.

- ☞ Ich darf Sie an dieser Stelle einladen, ein Gedankenexperiment durchzuführen.  
Aber Vorsicht: Jenes Gedankenexperiment ist nicht für jeden geeignet!
- Legen wir nun einmal unseren Gedanken zu Grunde, dass ehemalige US-Reigierungsmitarbeiter bestätigten, dass Handlungen, wie in der Serie „House of cards“ dargestellt, zu 90% praktizierte Realität sind. Und nun betrachten wir Filme wie „Staatsfeind Nr. 1“, „Das Netz“ mit Sandra Bullock oder in dem – auf dem wahren US-CIA-Skandal aus den 1970ern beruhenden – Film „Die Bourne Identität“.
- Grundsätzlich ist ein System von Menschen gemacht und damit willkürlich lenkbar. Könnten derartige Dinge und noch viel mehr also nicht theoretisch tatsächlich Realität sein?
- Der konditioniert - negativ besetzte Begriff, „Verschwörungstheorie“ hin oder her.
- Ich möchte Sie nun auf eine Entdeckungsreise mitnehmen und bitte verstehen Sie mich auf keinen Fall falsch. Ich beurteile nicht, behaupte

nichts und möchte niemanden vor den Kopf stoßen oder jemanden verstören. Ich halte Ihnen lediglich einen Spiegel hin. Nicht mehr und nicht weniger! Deshalb lade ich Sie ein, etwas aus folgenden Gedanken mitzunehmen. Wenn nicht, ist es natürlich auch in Ordnung.

Ich möchte folglich einfach nur einige sehr interessante Fragen stellen. Fragen, die ein Prinzip abbilden sollen. Das Prinzip der uns umgebenden Realität.

Es ist nichts Geringeres als die Grundlage dieses Buches und sogar die Grundlage unseres Denkens, unseres Lebens.

Es gibt Menschen, die behütet aufgewachsen sind oder an ein System glauben wollen, weil sie es nicht anders kennen und ihre Überlebensstrategie dem System angepasst haben. Oder in manchen Fällen, weil ihnen ein System scheinbar überhaupt erst die Grundlage eines komfortablen Überlebens bietet. Wenn auch die Dinge sich vielleicht zurzeit nicht unbedingt zum Positiven entwickeln, Stück für Stück, so scheint dies egal. Solange man selbst scheinbar gut gestellt ist und das Essen am Tisch steht,...

Würden nicht besonders jene Menschen ihren Glauben an die Korrektheit des Systems verteidigen, ja geradezu jenes gegenüber anders denkenden Menschen verteidigen?

Insbesondere dann, wenn jenes System ihnen erzählen würde, dass jegliche Idee eines korrupten oder kriminell agierenden Systems, zumindest in dem sie betreffenden Gebiet, reine Verschwörungstheorie ist, Lügen böser Menschen, weil sie selbst es selbstverständlich nur gut meinen und natürlich immer schon gut meinten?

Woher kommt denn überhaupt plötzlich der Begriff „Verschwörungstheorie“?

Was verbinden wir damit und warum? Wer hat denn damit überhaupt angefangen und warum verwenden ihn nun so viele? Es gibt heute mehrere solche unterschwellig agierende Begriffe, die früher nie verwendet wurden und plötzlich da sind. Wie kommt das?

Wer bestimmt denn, was richtig oder falsch ist?

Wer bestimmt denn, was gut und was böse ist?

Etwa ein in sich abhängiges Gesellschaftssystem, von Menschenhand gemacht, das aus Charakteren besteht, welches stets sich selbst oder seinen „Freunden“ verpflichtet sieht?

Wie finanzieren sich denn unabhängig geltend wollende Medien?  
Wie finanzieren sich seröse, weiße Kittel gekleidete Wissenschaftler?  
Wie finanzieren sich denn Umfrageinstitute und welchen sinnvollen Nutzen erfüllen sie?

Welche Netzwerke stecken hinter den Chefs jener Umfrageinstitute und wie kam jener dort hin?

Gibt es denn da nicht einen bekannten Spruch: „Die Hand, die einen füttert, beißt man nicht!“? Was passiert mit einem, wenn man jene Hand dann doch mal „beißt“ oder es zumindest in Erwägung zieht?

Bedenken Sie: Ich stelle hier nur Fragen, nichts weiter.

Ich möchte Sie zu einem weiteren Gedankenexperiment einladen:

Würden Sie, beauftragt mit der Firmenzeitung, einen wahrheitsgemäßen Artikel herausbringen, der ausdrücklich vom CEO unerwünscht ist?

Malen Sie sich ruhig die Gesichtsfarbe des CEO aus, wenn er ein frisch gedrucktes Exemplar Ihrer Perle der deutschen Literatur aufschlägt und auf den von Ihnen formulierten, unerwünschten Artikel stößt.

In jenem fiktiven Fall hoffe ich, Sie haben Ihre privaten Daten, die für Sie wichtigen Mails bereits im Vorfeld von Ihrem Firmenaccount gesichert und bereits einen Termin am Arbeitsmarktservice vereinbart.

Einst sagte jemand zu mir: „Es ist ein altes psychologisches Prinzip: Der Mensch liebt die Lüge. Ganz besonders dann, wenn die Alternative für ihn unangenehm ist.“

Alleine nur dies hergenommen: Wäre es also nicht möglich, dass Psychologie nicht ganz bewusst (aus-)genutzt wird, und zwar überall, auf allen Ebenen. Ja mehr noch, das „Prinzip Psychologie“ sogar gängige Praxis ist?

Dieses Buch, mein Leben wird Ihnen hierzu einen Input liefern.

Ich möchte hier aber noch weiter gehen und die Frage aller Fragen stellen:

### **Was ist überhaupt Realität?**

Ist es nicht irritierend, wenn man bedenkt, dass man jeden buchstäblich mit der Diagnose der „Paranoia“ mit der Zwangsjacke abgeführt hätte, der vor 15 Jahren behauptet hätte, dass uns die NSA lückenlos abhört?

Das war damals Verschwörungstheorie. Dann äußerte sich Edward Snowden und schon hatte man es blitzartig akzeptiert. Plötzlich ist doch alles nicht so schlimm, es begann das große Schulterzucken, lächelte peinlich berührt und überspielte die eigene offensichtliche Fehlbarkeit mittels grottenschlechter Witze.

Von Verschwörungstheorie hierbei plötzlich keine Spur mehr, um nur eines der vielen Beispielen zu nennen. Dafür stammte dann aber alles andere, was nicht mal gedacht werden durfte, weiterhin aus der Feder von sogenannten Aluhutträgern. Solche Beispiele gibt es viele.

An dieser Stelle seien die Narrative der letzten Zeit erwähnt: Ohne eine Meinung vertreten zu wollen, möchte ich rein nur auf die kognitive Rhetorik hinweisen: Wenn jemand die Sicherheitslage im Land auf Grund politischer Entscheidungen beanstandet, so wird er als Rechtsradikal bezeichnet. Wenn jemand Corona in Frage stellte, so wurde er als Verschwörungstheoretiker diffamiert. Wenn jemand die Hintergründe des Ukrainekrieges, oder die Rolle der NATO hinterfragt, so wird er reflexartig als „Putinverstehender“ bezeichnet. Man nennt dies in der Rhetorik: „Totschlagargumente“. Eine bequeme Art, sich mit anderen Meinungen erst gar nicht auseinanderzusetzen zu müssen,... oder zu dürfen.

Viele von uns würden vermutlich wie Keanu Reeves im Film „Matrix“ am Boden liegen und das Zimmer vollkotzen, würden sie auch nur vermuten, dass die Welt eine völlig andere sein könnte, als sie sie bis jetzt wahrgenommen haben. Jene von uns, die derzeit keineswegs bereit sind, in eine andere, neue Richtung auch nur zu blinzeln.

Auch möchte ich von einem meiner persönlichen Erlebnisse zum Thema Realität berichten. Mir fällt nun gerade ein vorüber gehender Job bei meinem Vater ein. Er war Geschäftsführer einer Filmfirma, die Rohmaterialien für die Berichterstattung des Mainstreamfernsehens aufnahm. Jene Rohaufnahmen wurden bereits damals, dem gewünschten Ergebnis angepasst, ein von „Cuttern“ zusammengeschnittenes Bild - der Öffentlichkeit präsentiert, wenn gewisse Dinge nicht ins gewünschte Bild gepasst haben. Ich habe das selbst miterlebt, weil ich selbst bei den Aufnahmen dabei war und die daraus resultierenden Berichte im Fernsehen gesehen habe.

Ebenso zum Thema fällt mir gerade eine philosophische Szene aus dem Horrorfilm „Cube“ ein.

Ganz am Ende, als sich die überlebenden Versuchspersonen aus den sich verschiebenden Würfelräumen den Ausgang erkämpft haben und davor standen, durch den Ausgang zu schreiten, hielt einer der Probanden, der übrigens einen Teil der Anlage mitentwickelt hatte, inne, wollte aber nicht durch den Ausgang gehen. Auf die Frage, warum er so reagierte, gab er eine interessante Antwort:

Es gäbe nichts da draußen, wofür es sich für ihn zu leben lohne. Das Draußen mache ihm große Angst.

Auf die Frage, was denn da draußen sei, was ihn so beängstigt meinte er lediglich: Grenzenloser, menschlicher Stumpfsinn.

Sie lesen weiter und haben das Buch an dieser Stelle noch nicht geschlossen, um schon mal den Ofen warmzumachen?

Sie haben mich noch nicht als Aluhutträger abgestempelt?

Das finde ich ausgesprochen begrüßenswert, freut mich sehr und veranlasst mich Sie einzuladen, nur für sich selbst mal etwas Zeit, für sich selbst zu nehmen.

Genehmigen Sie sich doch ein Gläschen besten Weins, evtl. mit etwas gutem Käse und etwas Knabberei oder Antipasti, und sehen Sie sich um. Wagen Sie das Experiment und analysieren Sie Ihr Leben und Ihr Umfeld in Bezug auf das von mir Geschilderte, sofern Sie es nicht ohnehin schon getan haben.

Und sehen Sie ruhig etwas genauer hin. Lassen Sie sich ruhig Zeit mit Ihrer Analyse.

Aber reflektieren Sie auch sich selbst und bleiben Sie analytisch und ehrlich. Ist alles tatsächlich immer so, wie es scheint?

Im Hinblick auf meine Bemühungen, mittels meines Vereines Sicherheit, Prävention und Selbstverteidigung näherzubringen, musste ich also schmerzlich die Praxis einiger alten Lebensweisheiten akzeptieren:

„Ein weiser Mann richtet niemals sein Wort an jemanden, der nicht hören will.“  
Das wäre eine Vergeudung von Energie und Zeit.

„Du kannst nur den Weg zeigen. Gehen muss ihn jeder selbst. Somit kannst Du nicht alle retten. Konzentriere Dich besser auf jene Leute, die auch bereit sind, eventuell zu akzeptieren und sich zumindest einen neuen Weg anzusehen!“

„Der Mensch liebt nichts mehr, als die gewohnten Umstände und hasst nichts so

sehr, wie die große Veränderung. Besonders dann, wenn jene geballt auf ihn einwirkt und seinen individuellen Ansichten, seiner Bequemlichkeit und seiner Überlebensstrategie entgegensteht.“

Letzterer Satz stammt übrigens aus meiner eigenen Feder, sofern ihn nicht zufällig ein Philosoph schon vor mir formuliert hat.

Auch habe ich meine Angewohnheit abgelegt, mit Wissen hausieren zu gehen. Wenn ich etwas weiß oder zu wissen glaube, so pflege ich es nicht mehr unbedingt zur Schau zu stellen. Es sei denn, die Situation passt oder ich werde gefragt.

Die Wahrheit ist doch und nun Hand aufs Herz: Wir alle auf diesem Planeten irren manchmal, oder? Denn obgleich ich es immer gut meinte, ziehen sich einige unschöne Dinge auch durch mein Leben. Das eine oder andere war aufgrund fehlgeleiteten Denkens oder eines Irrtums. Also durchaus auch selbst verschuldet, das muss ich wohl zugeben. Wie gesagt, bin auch ich nur ein Mensch, wie auch jeder andere Mensch auf diesem Planeten. Fassen Sie die folgende Frage bitte mit einem Augenzwinkern auf, wenn ich Sie frage: Sie nicht?

Mein Leben war aber auch abseits dessen von Ablehnung, Missgunst und Zurückweisung geprägt. Liebe, Wärme und Verständnis gab es selten, auch wenn man versuchte mir dies immer einzureden. Ich denke, dass das der Grund ist, warum ich derartige Dinge nur schwer annehmen kann und oft auch etwas zu selbstkritisch bin. Ich bin der Überzeugung, dass es viele Menschen gibt, die dasselbe Problem haben.

Natürlich bin ich kein ausgebildeter Psychologe, dennoch erlauben Sie mir bitte zum besseren Rundumverständnis meiner Situation und meiner Gedanken ein paar Worte zum Thema Psychologie zu verlieren. Ein ausgebildeter Psychologe möge mir die eine oder andere Ungenauigkeit in diesem Werk also nachsehen. Es handelt sich bei diesem Werk immerhin auch nicht um ein psychologisches Fachbuch, sondern um massive Erfahrungen und eigene Gedanken dazu. Sowohl im Rahmen meines Erneuerungsprozesses als auch meiner Ausbildungen und meiner Tätigkeit als Selbstverteidigungs- und Präventionstrainer habe ich aber im Laufe der Jahre einige Werke zum Thema Psychologie durchgearbeitet und mir die Quintessenz bewusst gemacht.

In diesem Zusammenhang darf ich ein sehr gutes Werk empfehlen, das sehr leicht lesbar und sehr gut verständlich die Dinge auf den Punkt bringt: „Das Kind in Dir muss Heimat finden“ von Stefanie Stahl. Ein Spiegel-Bestseller.

Spätestens dieses Buch hat bei mir die eine oder Wahrnehmungen beeinflusst und noch mal verdeutlicht, was die Ursache der Probleme in der heutigen Zeit ist. Das Schattenkind, der daraus resultierenden, sogenannten Projektionen von sich und der Umgebung sowie damit zusammenhängende psychologischen Schutzmechanismen.

Obleich es natürlich schon noch schlimmere Schicksale als das Meine gibt, so kenne ich sogar Menschen, die sich für weit weniger das Leben genommen haben. Doch selbst hier, bei der Bemessungsgrundlage der Schwere eines Schicksals sollte klar werden, dass der Maßstab des Schmerzes, man selbst ist. Wie erlebe ich das Erlebte? Es ist nicht zwangsläufig das Erlebe selbst, sondern meine eigene Bewertung der Situation. Und zuletzt die Frage: Wie gehe ich damit um?

Und noch eine weitere These hat sich über die Jahre gefestigt.

Im Hinblick auf körperliche und psychische Misshandlung. Ist eine Variante der Misshandlung schlimmer?

Ich möchte hier beides nicht direkt vergleichen, dennoch glaube ich hier eine gemeinsame Konstante ausmachen zu können.

Es läuft beides letztlich auf die Psyche hinaus. Der Unterschied ist, dass sich die körperliche Misshandlung auf die physische Ebene auswirken soll, wogegen die psychische Misshandlung gleich am Zielort ansetzt.

Körperliche Blessuren heilen wieder, solange sie nicht zu schwer wiegen. Was bleibt, ist der psychische Nachhall des Erlebten, der sich aber durchaus nachhaltig manifestieren kann.

Körperliche Misshandlung kann man ahnden. Sie sind im Normalfall zunächst sichtbar und verstoßen nach österreichischem Recht beispielsweise gegen das Strafgesetzbuch (StGB) §83 – Körperverletzung, bis in besonders schweren Fällen gegen StGB §87 – Absichtliche schwere Körperverletzung.

Psychische Misshandlungen hingegen sind von Haus aus heimtückischer. Sie sind kaum sichtbar. Sie gehen oft über langen Zeitraum und sind vor allem nachhaltig. Sie können unfassbare Zerstörung im Leben eines Menschen anrichten und dies auf den verschiedensten Ebenen. Sie werden nur selten geahndet.

Nach einem körperlichen Angriff kann man zur Polizei gehen, was im häuslichen Bereich, im Verhältnis gesehen, selten gemacht wird. Sich gegen einen psychischen Angriff zu wehren ist bedeutend schwieriger. Insbesondere dann, wenn der Angreifer eine offene psychische Wunde oder Schwäche des

Betroffenen nutzt. Es gibt Menschen, die echtes Talent darin haben, derartige Schwächen ausfindig zu machen. Kinder sind darin übrigens ausgesprochen routiniert, wie ich aus meiner Schulzeit berichten kann.

Aber von welchem Menschentyp spreche ich bei solchen tötlichen Menschen genau?

Auf der tendenziell körperlichen Ebene wären hier Menschen mit instabilen Persönlichkeitsstörungen erwähnenswert. Sie sind impulsiv, lieben die Gefahr, sind gerne mal gewalttätig, halten sich schon aus Prinzip nicht an Regeln und akzeptieren keine Autoritäten. In dieser Gruppe sind etwa Stalker und Täter, häuslicher Gewalt zu finden. Ebenso sind hier auch sogenannte „Delinquenten“ zu finden, also Menschen, die in ihrem Leben nichts anderes gelernt haben, als sich wortwörtlich durchzuschlagen, um zu überleben.

Hingegen, tendenziell auf der psychischen Ebene wären Charaktere ohne Empathie, also ohne jegliches Mitgefühl erwähnenswert. Hierbei möchte ich Narzissten oder Psychopathen herausheben. Menschen, die manipulativ und äußerst strategisch vorgehen. Sie sind Profis darin, nach außen ein vorteilhaftes Bild abzugeben, aber man darf sich in ihnen nicht täuschen. Gefühle sind ihnen völlig fremd und die Opfer, die sie auf ihrem Weg produzieren, nehmen sie nicht einmal bewusst wahr.

Aus der Feder berühmter Psychopathieforscher wie etwa Niels Bierbaumer oder Kevin Dutton stammen Analysen, nach denen Psychopathen an sich nicht gewalttätig seien. Wenn sie zusätzlich Merkmale einer Soziopathie oder instabilen Persönlichkeitsstörung aufweisen, sieht das aber natürlich anders aus. In jedem Falle aber ist der Schaden immens, den sie in der Gesellschaft anrichten. Sie denken beispielsweise am Heimweg nicht mehr daran, wenn sie etwa 2 Stunden zuvor eine Milliarde Euro versemelt, oder gerade das Leben eines anderen ruiniert haben.

In unserer westlichen Gesellschaft, scheint der Anteil an echten narzisstischen und psychopathischen Persönlichkeitsstörungen, mit 6 Prozent, verhältnismäßig gering. Geht man aber nun die Karriereleiter hinauf und blickt in die Chefetagen, so steigt der Prozentsatz im Verhältnis beträchtlich an. Das ist beileibe kein Wunder, wenn man bedenkt, dass Menschen mit einer narzisstischen Persönlichkeitsstörung und Psychopathen sozusagen gemeinsame Ziele haben, für das ihnen buchstäblich absolut jedes Mittel Recht ist: Macht, Geld, Image und natürlich nicht selten auch ausufernde Sexualität. Also



alles, was ihr kaum vorhandenes Selbstwertgefühl in irgendeiner Weise heben könnte.

Jene Ziele fallen ihnen leichter zu erreichen als anderen. Sie haben nämlich die Werkzeuge dafür: Unter anderem: Redegewandtheit, extremes Manipulationsgeschick, strategisch- berechnendes Denken und, wie bereits erwähnt, keinerlei Skrupel oder Gewissen. Also völlige Unfähigkeit, sich in Menschen einzufühlen zu können oder gar zu wollen. Ihr nicht zu stillender Antrieb ist die Gier.

Sie kennen das kleine „Einmaleins der Macht“ und folgen ihren Plänen, auch wenn diese ihr ganzes Leben dauern sollten.

Rückschläge werden zwar zur Kenntnis genommen, nehmen sie aber oft sportlich und sehen sie als zusätzliche Herausforderung. Das Wort „aufgeben“ existiert für sie ohnehin nicht, komme was wolle. Da ist dieser innere Trieb, geradezu wie ein Zwang, eine Art Besessenheit.

☞ Mir ist bewusst, dass das auf Sie nun sehr verstörend wirken muss. Solch einen Menschen haben Sie noch nie gesehen. Ihre Freunde und Kollegen auch nicht, oder?

Dass Sie sich da mal nicht irren, denn selbstverständlich tragen Menschen ohne Empathie ihre Absichten und ihr wahres Wesen nicht offensichtlich zur Schau, sondern sind sogar unglaublich geschickt darin, dies zu verschleiern und zu verbergen.

Ich möchte dies, an Hand folgendem Beispiel verdeutlichen:

Nehmen wir an, Herr X, jemand mit einer klassischen narzisstischen Persönlichkeitsstörung, wäre jemand, der zum sprichwörtlichen Spottpreis eine ihm bekannte Arbeitskraft, Herrn Y zur Gartenarbeit verdonnern möchte. Noch dazu, da er weiß, dass Herr Y finanziell nicht gerade üppig aufgestellt ist und auf jede Arbeit angewiesen ist und damit schon mal von Haus aus, Druck verspürt.

Wie käme er wohl besser an sein Ziel?

Wäre eine herabwürdigende Art eher zu guter Arbeit motivieren? Wie etwa:

„Ok, Du Lutscher, morgen um 0800 bei mir. Und dann ab in den Garten und roboti roboti! Kriegst einen 5er in der Stunde Und geht schon los, brauchst eh die Kohle.“

Oder wäre es vielmehr:

„5 Euro pro Stunde ist doch eh viel. Hast Du es gestern in der Zeitung

gelesen? Verkäufer beim Möbelhaus bekommen noch viel weniger! Das ist in diesen Zeiten doch ein Spitzenverdienst. Das Angebot mache ich ohnehin nur Dir, weil wir uns schon so lange kennen. Das ist nur für Dich! Und Du würdest mir noch dazu so helfen. Ich kann mir ja ohnedies nicht viel leisten! Ich blute mich damit ohnehin schon aus. Was glaubst Du, was Du am Ende rausbekommst? Noch dazu steuerfrei, weil das machen wir beide uns untereinander aus. Davon muss doch keiner was wissen.“

Gefolgt vom freundschaftlichen Augenzwinkern.

Natürlich gibt es den Zeitungsartikel gar nicht und selbst die wirklich nicht gerade üppig verdienenden Verkäufer im Möbelhaus bekommen hierbei selbst im schlechteren Fall etwas mehr Lohn und es wird hier die Information verschwiegen, dass es auch so etwas wie Provisionen gibt. Aber die Behauptung kann man so schnell nicht widerlegen.

Und dass die finanziellen Mittel von Herrn X eine weit höhere Entlohnung ebenso problemlos zulassen würden, das weiß ohnehin ausschließlich Herr X selbst.

Er weiß längst: Das Prinzip „Manipulation und Verführung“ wirkt weit besser und nachhaltiger. Es ist ein psychologischer Verstärker, zusätzlich zur misslichen Lage des Herrn Y, ihn dazu zu bewegen, sozusagen für einen Hungerlohn zu arbeiten. Es wurde hier die finanzielle Not genutzt, dies unterstützt mit rhetorischen Tricks, um möglichst günstig, zu möglichst guten Dienstleistungen zu gelangen.

Herr X sieht im Erfolgsfall, dies als Triumph, als Sieg. Es verschafft ihm kurzzeitige Befriedigung, es hebt vorübergehend sein Selbstwertgefühl. Er spart sein Geld und hat einen Diener, der weit schlechter gestellt ist, als er selbst. Das gefällt Herrn X richtig gut. Was aber Herrn Y angeht, so ist diese Schmach nur der Anfang auf dem langen Leidensweg in die Demütigung durch Herrn X. Die einzige Chance für Herrn Y ist es das Spiel zu durchschauen und die Flucht zu ergreifen, von dem kargen Gehalt möglichst gute Laufschuhe zu kaufen und zu laufen, so schnell und so weit er kann.

Was genau ich damit meine, dieses hochmoderne Prinzip von Manipulation und Verführung, genau davon handelt der größte Teil dieses Buches. Davon handelt mein bisheriges Leben, genau genommen aber auch das Ihrige.

Mark T. Hoffmann, deutscher Berater von CIA und FBI, Profiler und Speaker, beschrieb einst in einem seiner Vorträge von einem Interview einer Psychopathin, was ihrer Meinung nach ein Auslöser für große Trauer im Leben sein könne. Die ihm gegebene Antwort war verblüffend. Würde ein normal denkender Mensch eine Antwort geben, wie „Wenn die Oma stirbt“ oder Ähnliches, gab jene ihm die Antwort, dass wohl tiefe Trauer entstünde, wenn man den Bus verpasst.

Sie versuchte also nachzuempfinden, wann Trauer entstehen könnte und gab aufgrund der fehlenden Erfahrung von Gefühl bzw. Mitgefühl eine durchaus befremdende Antwort.

Und genau das ist es, was von vielen Menschen in deren Weltanschauung ausgeblendet wird. Psychologie, abseits des von dem für sie nachvollziehbaren oder Bekannten. Die Abgründe der menschlichen Seele. Völlig andersdenkende Menschen.

Menschen, welche auf entgegengebrachte Liebe nicht mit eigener Freude und Glück reagieren, sondern diese als Schwäche ausmachen und umgehend jene „Schwäche“, jene „Dynamik“ für sich nutzen.

Tobias Beck, einer der angesagtesten deutschen Speaker beschrieb einst in seinen Vorträgen, auf sehr vergnügliche Weise, die oftmals zitierten Merkmale der 4 Menschentypen. Jener Vortrag ist immer noch auf YouTube abzurufen. In diesem Vortrag kam auch der Typus „Hai“ vor:

Der Menschentyp Hai stellt sich, im Gegensatz zu dem, sich selbst für andere aufopfernden Menschentyp Wal, die Frage: „Was haben die Menschen von mir, dass es mich gibt?“, andersrum: „Was habe ich davon, dass es die Menschen gibt?“ Das wäre eine klassische Frage, die sich etwa auch ein Narzisst täglich stellt. Nun bin ich weit davon entfernt jeden Menschentypus mit Schwerpunkt Hai, sofort mit einem überbordenden Narzissten gleichzusetzen. Allerdings würde ich aus persönlichen Erfahrungen hier durchaus Parallelen erkennen können. Die narzisstischen Strategien sind unterschiedlich. Manchmal deutlich zu sehen, manchmal auch durchaus verdeckt.

Ich bin mir absolut sicher: Auch sie kennen einen oder mehrere Menschen ohne Empathie, sie wissen es aber vielleicht nur nicht.

Darüber hinaus treten Menschen ohne Empathie nicht selten als vermeintliche Wohltäter auf, sind oft beliebt und zumindest mit einer Art Bauernschläue ausgestattet, in hohen oder höchsten Positionen, erfolgreich und können sich in

Gesellschaften bestens bewegen.

Gar nicht so selten haben sie die guten gesellschaftlichen Verhaltensweisen bestens studiert und geübt. Lediglich in ihren direkten Handlungen wird man sie vielleicht erkennen können. Manchmal ist es ziemlich offensichtlich, manches Mal muss man aber schon sehr genau hinsehen.

Übrigens war es auch Mark T. Hofmann, der in einem seiner Vorträge sagte, dass der Grad des Narzissmus eines Menschen, mit der Anzahl der von jenem selbst hochgeladenen Selbstbildnisse in diversen Social Media Kanälen, im direkten Verhältnis steht.

Ein generell empathieloser Mensch hat eine grundlegende Eigenschaft: Keinerlei Selbstreflexion.

Grundsätzlich würde er niemals Schuld eingestehen, oder gar sich für etwas entschuldigen. Natürlich ist immer alles andere Schuld nur nicht er selbst, es sei denn es dient seiner Strategie.

Strategisches Vorgehen ist hier Programm. Tabus in seinem Handeln legt er selbst fest und richtet sich lediglich nach Konsequenzen: Er lügt, verschweigt, spaltet, inszeniert, tarnt, trickst und täuscht, wenn es seinen Zielen dienlich ist.

Gerade der sogenannten schwarzen Rhetorik wird sich hier gerne bedient, nicht umsonst sagt man, dass das Wort ein Schwert sein kann. Man sagt auch: „Nicht an ihren Worten, an ihren Taten sollst Du sie messen!“

Denn selbst der Teufel würde sich niemals als solcher zu erkennen geben. Er wird – im Gegenteil – immer als der Erlöser auftreten und es mit einem selbst immer besser als alle anderen meinen.

Er folgt nicht selten dem Prinzip:

„Halte Deine Freunde nah bei Dir, Deine Feinde aber noch näher. So kannst Du sie besser kontrollieren.“

Dies wusste übrigens schon der berühmte chinesische General und Militärstrategie Sunzi vor weit über 2000 Jahren.

Der moderne Krieg wird schon lange nicht mehr bloß mit Fackeln, Heugabeln oder Kanonen ausgefochten. Er ist weit perfider und der Kriegsschauplatz lässt sich mit der ersten goldenen Regel der Selbstverteidigung definieren:

**„Der wahre Gegner ist nicht der vor Dir. Er ruht in Dir selbst.“ Und jeder intelligente Gegner wird versuchen, Dein Selbst gegen Dich selbst zu stellen. Lüge, Täuschung und manipulierte Emotionen. Manches Mal werden ganze Lügengerüste, regelrechte Bühnen aufgebaut.**