

Intrigen – Wenn die Seele weint

Jeder von uns kennt sie: Menschen, denen man nicht traut, weil sie dazu neigen, ihnen zur Kenntnis Gelangtes nicht nur weiterzuerzählen, um sich damit wichtig oder bei anderen „lieb Kind“ zu machen, sondern dabei auch nach Belieben eigene Gedanken, Meinungen und Bewertungen hinzuzudichten, also auf *Wort-* und *Sinntreue* wenig geben.

Es macht uns betroffen, wütend oder traurig, wenn wir dann von dritter Seite erfahren, was diesen als *wahr* hinterbracht wurde und in welcher übler Weise dabei die Wahrheit verzerrt, entstellt oder gar in ihr Gegenteil verkehrt wurde.

Empört versuchen wir dann, das dieserart falsch Übermittelte richtig zu stellen, zu erklären und nicht Erwähntes hinzuzufügen, um der Wahrheit wieder auf die Beine zu helfen. Wir fühlen uns betrogen und verraten, ins falsche Licht gerückt und hintergangen.

Nun beschließen wir, diesem Intriganten gegenüber vorsichtiger zu sein, ihm künftig mehr zu *mißtrauen* und weniger zu *vertrauen*. Nicht selten registrieren wir dann jedoch, daß dieser Intrigant nun beileibe nicht sein maliziöses Treiben einstellt oder zumindest reduziert; weit gefehlt – jetzt geht es erst richtig los, und sämtliche Drohungen und Abmahnungen helfen dabei wenig. Der Ertappte versucht nun umso subtiler, seine korruptiven Spielchen weiter zu verfolgen.

Gehen wir in die Offensive und stellen wir den Intriganten offen bloß und zur Rede, wird dieser – je nach Mentalität – entweder heftig und aufbrausend jeden Vorwurf von sich weisen oder (mehr oder weniger geschickt) abzulenken versuchen. Er kramt dann aus einem unsichtbaren, aber stets sorgsam geordneten und „griffbereit“ gehaltenen „Säckchen“ Einzelheiten, Erinnerungsbruchstücke und Geschehnisse (z.B.: „*Du hast damals **wörtlich** gesagt ...*“), die mit seiner Intrige selbst überhaupt nichts zu tun haben. Sie verfolgen eigentlich nur einen Zweck: alle am Gespräch Beteiligten zu verwirren und von den – sehr wohl empfundenen – Schuldgefühlen des Intriganten abzulenken.

Das Zerwürfnis ist perfekt, die Verwirrung auch. Bis die Beteiligten an einem derartigen (offengelegten) Intrigenspiel wieder zueinander finden und in zweckmäßiger Weise wieder miteinander umgehen, können Wochen und Monate, mitunter sogar Jahre vergehen. Mißtrauen begleitet jeden der Beteiligten von nun an wie ein dunkler Schatten.

Warum intrigiert ein Mensch, obwohl er doch wissen muß, daß die Verbreitung falscher Informationen irgendwann doch ans Tageslicht kommt (und dies zumeist im denkbar ungünstigsten Moment)?

Nun, oftmals deshalb, weil dem Intriganten selbst überhaupt nicht klar ist, *daß* er intrigiert.

Noch paradoxer: Unterstellt man ihm intrigantes Treiben, würde ihn dieser Vorwurf unsäglich erschüttern und entweder wütend oder traurig machen. Er ist sich der fehlerhaft oder nur fragmentarisch übermittelten Botschaft und deren Inhalte selbst gar nicht bewußt. Er gibt einfach *das* weiter, was *ihm* dienlich erscheint. Nur in den seltensten Fällen intrigieren wir bewußt und vorsätzlich.

Dies ist auch der Grund dafür, daß selbst hochintelligente Menschen oftmals auf so verblüffend dumme Art und Weise intrigieren, daß die Gefahr der Entdeckung der Intrige beinahe unausweichlich vorprogrammiert ist.

Was sind die Motive eines Menschen, der intrigiert?

Zuvorderst sind dies Minderwertigkeitskomplexe, das Gefühl, hintangestellt zu sein, nicht der eigenen Leistung entsprechend honoriert und geachtet zu werden. Dahinter kann sich Eifersucht verbergen, verletzter Stolz, das Gefühl der Nichtbeachtung oder das vermeintliche Bewußtsein um eigene Schwächen, die auf diese Art und Weise kaschiert werden sollen.

Stellen Sie sich dazu ein Gesellschaftsspiel vor. Es gehört schon eine gewisse Charakterfestigkeit dazu, nicht zu schummeln, wenn sich einem dazu die Gelegenheit bietet. Auf der anderen Seite: Wir alle kennen das Gefühl, einen Sieg gar nicht richtig auskosten zu können, wenn *wir* ganz genau wissen, daß wir geschummelt, also betrogen haben.

Warum intrigieren wir dann aber oftmals gegen Menschen, die wir eigentlich lieb haben, deren Vertrauen uns wichtig ist und die wir um Himmels willen nicht verlieren wollen?

Hier könnten wir Altvater *Goethe* zitieren: „*Eifersucht ist eine Leidenschaft, die mit Eifer sucht, was Leiden schafft*“. Doch das Problem ist damit nur unzulänglich erklärt.

Schon eher hilft uns der klassische Satz weiter: „*Zwei Seelen leben – ach – in meiner Brust*“. Und so ist es tatsächlich: In jedem von uns wohnt ein *ICH*, das höchst liebevoll und warmherzig, vertrauensvoll und menschlich-nahe mit seiner Umwelt korrespondieren möchte. Dieses *ICH* ist glaubensfähig und geradezu kindlich-naiv, heiter und lustvoll-lebendig, eben *natürlich*. Nennen wir dies das *helle ICH*.

Andererseits tragen wir in uns ein zweites *ICH*, welches von unerfüllten Träumen und Wünschen, Niederlagen und fiktiven Ängsten arg gebeutelt sein Unwesen treibt. Dieses zweite *ICH*, das *dunkle*, kennt den Schmerz des Verlustes, des Alleingelassen-Seins, der Zurückweisung und des Weniger-Wert-Seins. In diesem zweiten *ICH* finden wir all die negativen Bannbotschaften verankert, mit denen wir im Laufe unserer Erziehung in Kindheit und Jugend „vertraut“ gemacht wurden („*das klappt sowieso nicht*“ oder „*das darfst/kannst Du nicht*“, etc.), es ist das adaptierte und höchst un-natürliche *genormte ICH*.

In diesem zweiten *ICH* erarbeiten wir all die Umwege und (vermeintlichen) Abkürzungen, die – so hoffen wir – uns an die erstrebten Ziele bringen, ohne daß wir Fehler machen (vor denen wir schon deshalb Angst haben, weil sie regelmäßig mit Strafe, Vorwurf, Mißachtung oder Spott aus unserem Umfeld geahndet werden). Beinahe jedes Mittel ist uns recht, wenn es darum geht, Verluste zu vermeiden, den eigenen Wert nicht hintangestellt zu sehen, nicht zweiter Sieger zu sein.

Gerade wenn uns Menschen lieb und teuer sind, versuchen wir, deren Nähe notfalls auch zu erzwingen, sie von anderen fernzuhalten, die wir als Bedrohung für uns selbst empfinden. Daß dabei auch der geliebte Mensch nicht selten getroffen und verletzt, ins schlechte Licht gerückt und regelrecht verraten wird, kommt uns in diesem Moment gar nicht zu Bewußtsein.

Wie findet der Intrigant willige Opfer seiner Intrigen?

Nun, der Intrigant beweist bei seinem Vorgehen oftmals ein erstaunlich gutes Gespür dafür, *wem* er mit *welchen* Falschmeldungen am besten zuleibe rückt. Intrigen gedeihen am besten als Dialog zwischen zwei (oder mehr) *ICHs* der dunklen Art. Das *dunkle ICH* des Intriganten adressiert also ganz intuitiv und höchst subtil das *dunkle ICH* seines Gegenüber, bei dem er spürt, wie gierig der korruptive Inhalt der Botschaft aufgesaugt und als *wahr* ins eigene Meinungsbild gebettet wird.

Man könnte sagen: Zwei verletzte *ICHs* korrespondieren herrlich miteinander, weil sie unter ähnlichen Verlust- bzw. Versagensängsten leiden.

Träfe nämlich der Intrigant auf einen freien, authentischen Gesprächspartner, würde dieser bereits beim geringsten Verdacht, daß es sich um Wichtigtuerei, Tratsch oder eine handfeste Intrige handelt, den Intriganten unterbrechen und entweder denjenigen ins Gespräch ziehen, um den gerade eine Intrige geflochten wird, oder er würde sich jede Art intriganten Geschwätzes tunlichst verbitten.

Welcher Mittel bedient sich der Intrigant?

Er appelliert, wie bereits erwähnt, an die fiktiven Ängste seines Gegenübers und dies vornehmlich unter dem „Siegel der Verschwiegenheit“. Er verkauft sein (angebliches) Wissen dabei entweder völlig „uneigennützig“ oder zeigt – diese „Verpackung“ wird besonders gerne genommen – eigene Bestürzung, Trauer oder Empörung ob des (angeblich) Gesagten oder Getanen.

Je verletztster und empörter der Intrigant ist, umso willkürlicher flicht er Einbildung und Wunschdenken, Trauer und Wut um die tatsächlichen Geschehnisse. Er reißt aus dem Zusammenhang, zitiert bruchstück- und fehlerhaft, verweist auf (scheinbar) logische Zusammenhänge mit anderen Ereignissen (die damit zumeist überhaupt nichts zu tun haben). Je bereitwilliger das *dunkle ICH* seines Gegenüber die maliziösen Inhalte der Intrige aufnimmt, desto mehr steigert sich der Intrigant in seine eigene Intrige.

Anthony Greenwald, ein Hirnforscher, spricht hier von einem „totalitären Ego, das durch Interpretationen die eigenen Erfolge unangemessen hervorhebt und den Anteil Anderer schmälert“. Hierbei werden Erinnerungen nicht von Fakten, sondern von Meinungen bestimmt und, wie der Psychologe Don McAdams von der North-Western University in Illinois bekräftigt, konstruiert die subjektive und ausschmückende Erzählung die Vergangenheit. Dieses totalitäre Ego geht bei der Weitergabe von derartigen „Informationen“ oft so geschickt vor, daß es höchst vertrauenswürdig wirkt und nur dann weitergegebene Halb- und Unwahrheiten ans Tageslicht kommen, wenn der mit Desinformationen versorgte Gesprächspartner diese zu hinterfragen die Gelegenheit hat und sich die Zeit nimmt – was oftmals nicht möglich ist – und versucherweise eben dadurch unterbunden wird, daß man die weitergegebenen Botschaften unter das „Siegel der Heimlichkeit“ stellt. „Wissens“vorsprung suggeriert Macht, Überlegenheit und steigert das Eigenwertgefühl des totalitären Egos.

Wir versuchen, so der Psychologe John Koter, „unser Erwachsenenalter wie Künstler zu durchlaufen, indem wir ständig das Selbstportrait übermalen, das wir erstmals in der Jugend anlegten“.

Speziell in Disstress-Situationen spielt uns unser Gedächtnis, bedingt durch die großen Mengen an ausgeschüttetem Cortisol (ein Stresshormon, das durch unsere Eingeweide tobt), einen Streich, wobei Isabella Heuser, Professorin am Zentralinstitut für seelische Gesundheit in Mannheim, den Verdacht äußert, daß eben dieses Cortisol Nervenzellen im Hippocampus, dem wichtigsten informationssteuernden Zentrum im Gehirn, nachhaltig schädigt – offensichtlich ein Hinweis darauf, daß negativer Dauerstress für das Gedächtnis nicht gut ist. So kommt es speziell bei Trauer und nach Todesfällen zu einer Art Depression, die dann von einer erhöhten Cortisol-Ausschüttung begleitet wird. Es scheint also etwas daran zu sein, wenn der Volksmund sagt: „Stress macht alt“ – wobei hier präziser von negativem, also Disstress, gesprochen werden muß. So erhöht sich unter Disstress die Herzfrequenz, der Schlaf leidet, und es scheint, daß Disstress-reiche Situationen den Alterungsprozeß beschleunigen. Zwanghafte Vorstellungen, die mit Versagens- und Verlustängsten einhergehen, können also buchstäblich Halluzinationen hervorrufen, die den davon Geplagten zwischen Wahrheit und Angst-stimulierten Irrealitäten nicht mehr unterscheiden lassen.

Zusammengefaßt: Hinter Intrigantentum, dem berühmten *Hinter-dem-Rücken-Reden*, dem Anschwärzen und Verleumden steckt also vornehmlich ein ganzes Arsenal von Versagens- und Verlustängsten, Autoritäts- und Minderwertigkeitskomplexen, Verlassenheitsphobien, manischen Selbstwertzwängen und anderen seelischen Traumata, deren Ursachen weit in die Kindheit zurückreichen, dort manifestiert und in unseren Lebensbaum eingegraben („engrammiert“) wurden. Diese Engramme wieder aufzuarbeiten und zu glätten ist insofern schwierig (manchmal sogar unmöglich), als dazu die Bereitschaft des Menschen gehört, sich auch dem *Schmerz der Wiedererkennung* zu stellen – vergleichbar mit der Angst vieler Menschen vor Spritzen, von denen wir zwar glauben (bzw. sogar wissen), daß sie uns helfen, deren Einstichschmerz (und das manchmal begleitende Druckgefühl, Übelkeit, etc.) wir jedoch beinahe noch mehr fürchten.

Viele dieser Menschen fühlen sich auch subjektiv „beschwerdefrei“ – wir kennen dies alle: Niemand hat Zahnschmerzen, wenn er im Wartezimmer des Zahnarztes sitzt.

Ein weiteres Problem ist die Tatsache, daß sich die meisten Intriganten – Intrige ist ja kein 24-Stunden-Job – oftmals auch sehr gewinnend und sympathisch, hilfsbereit und herzlich geben, man ihnen also ihr intrigantes Treiben (was ja spontan und in Schüben auftritt) eigentlich gar nicht zutrauen mag.

Schmerzlich beschämend ist für den Intriganten, der, wenn ihm seine Intrige brachial nachgewiesen wird, sich selbst nicht versteht, daß er sich und seiner Umwelt sein intrigantes Tun überhaupt nicht erklären kann. Die Einsicht darein, illoyal gewesen zu sein, unfair gehandelt zu haben und womöglich ihm liebe Menschen verraten und getäuscht zu haben, wirkt auf den Intriganten mitunter wie ein Schock. In der Folge zweifelt er an sich selbst, das Mißtrauen gegenüber der eigenen Urteilskraft, eigenem Tun und Handeln nimmt peu à peu zu und verunsichert ihn sogar noch zunehmend.

* negativer Stress

Intrigen wirken also – wenn sie nicht sauber erkannt, besprochen und offengelegt werden – wie ein Teufelskreis, durch den sich der Intrigant zunehmend selbst vergiftet – mit fatalen Folgen für sein eigenes System; früher oder später wird der Intrigant – abhängig von Häufigkeit und Grad seiner Intrigen – zwangsläufig körperlich, geistig oder seelisch ernsthaft erkranken, und der jeweils schwächste Teil seines Gesamtsystems wird dabei als erstes in Mitleidenschaft gezogen. Leider werden die daraus erwachsenden gesundheitlichen Schäden – seien dies Allergien oder Kreislaufstörungen, Ödeme oder Magengeschwüre bis hin zu verschiedenen Krebserkrankungen – dann nur medikamentös oder operativ (also exogen, d.h. *von außen*) therapiert, als daß – was äußerst schwierig ist und die meisten Humanmediziner auch völlig überfordert – auf die Ursachen der körperlichen Fehlfunktionen eingegangen wird.

Die Tendenz dazu, sich auf intriganten Pfaden Wohlwollen und Anerkennung, Liebe und Zuneigung, Dank und Lob zu sichern, erwächst aus Mustern, deren Ursachen bis weit in die Kindheit zurückreichen. Die Unfähigkeit vieler Eltern, Kindern gegenüber eigenes Versagen zu gestatten und einzugestehen, ihre Tendenz, sich dann lieber in Ausreden zu flüchten oder gar apodiktisch die eigene Schuld zu verklären („*immerhin bin ich Deine Mutter*“ oder „*als Dein Vater werde ich wohl wissen, was richtig und falsch ist*“), wird dem Kind die klare Meldung vermittelt, es gefährde die Nähe und Liebe seiner Eltern, wenn es nicht bereit sei, sich auf diese „Spielchen“ einzulassen. Da Eltern – zumindest für noch junge Familienmitglieder – per se *Recht* haben und nicht *irren* können, übernehmen die Kinder dann auch im späteren Leben diese Verhaltensmuster und nötigen damit ihren späteren Lebens- und Arbeitspartnern (sowie natürlich ihren Kindern) die gleichen Verhaltensweisen auf, deren tragische Pervertiertheit ihnen oftmals gar nicht klar ist.

Wiewohl sie spüren, daß hier etwas faul ist – bei Anderen empören sie sich ja sehr unzweideutig über deren Intrigen –, fürchten sie gleichwohl die Offenlegung ihrer eigenen Intrige, da ihnen schwant, daß sie durch die Offenlegung einer Intrige die Liebe des Anderen gänzlich verlieren (so wie ihre Liebe den eigenen Eltern gegenüber ja ebenfalls arge Einbußen erlitt, die sie sich jedoch – wiederum kultural bedingt – nicht einmal selbst einzugestehen wagen). Der eigene erlebte Vertrauensschwund (gegenüber den Eltern) wird dann auf die Umwelt projiziert, was weitere Ängste auslöst und den Intriganten immer weiter in die eigene Verhaltensweise treibt.

So gesehen ist der Intrigant ein beinahe bemitleidenswertes Opfer seines eigenen Fehl-DenkFühlHandelns. Wer im Rahmen einer Offenlegung dieser Verhaltensweisen aus diesem *circulus vitiosus* aussteigt – im Rahmen einer intensiven Psychoanalyse oder in psychologischen Seminaren –, kann mit diesem „Bann“ tatsächlich brechen. Er wird eine ungeheure Befreiung erleben, angstfrei zu vergeben lernen und die vormals oktroyierten Engramme auch vollständig glätten können. Selbstverachtung mündet dann in ein höchst befreiendes Selbstachtungsempfinden – vor allem wenn er registriert, daß seine Umwelt diese Wandlung nicht mit Häme und Spott begleitet, sondern diesen Umschwung ebenfalls erleichtert und freudvoll registriert.

Fazit: Je authentischer, d.h. *ehrlicher* und *echter* ein Mensch sein Leben lebt, er mit Siegen und Niederlagen gleichermaßen zu leben lernt und keine Zuflucht zu „Umwegen“ sucht, desto weniger *Dissstress*-behaftet wird er sein Leben führen – privat wie beruflich – und umso gesünder wird er sein System, seine „*Triade*“ aus Körper, Geist und Seele erhalten und genießen können.

Hans-Wolff Graf