

SZEKTA? TANÁCSOK HOZZÁTARTOZÓKNAK

© dr. Szalai András, Apológia Kutatóközpont, www.apologia.hu (v.3. 2017.02.09.)

Ma Magyarországon a közismert nagyegyházak mellett több mint 300 többé-kevésbé ismert kisegyház működik, de vallásszociológusok szerint csak a lakosság 2-3%-a kötődik hozzájuk valamilyen módon. E vallási-világnézeti közösségekről, mozgalmakról, egyesületekről vagy szervezetekről legtöbbször szinte semmit sem tudunk. Nem is törődünk velük egészen addig, amíg például egyik szerettünk vagy barátunk nem kerül valamelyikkel kapcsolatba – vagy mi magunk.

Ilyenkor mindenki másképpen reagál, de sokan bizony megijedünk az ismeretlentől. Főleg akkor, ha tévé- és rádióriportok révén már megfelelően ijesztő kép alakult ki bennünk az ún. „szektákról”, és ha hajlamosak vagyunk rögtön „a legrosszabbra” gondolni attól függetlenül, hogy *melyik* kisegyházról van szó. A félelem azonban rossz tanácsadó, és ha ilyen helyzetben pusztán az előítéleteinkre vagy pletykákra hagyatkozunk, olyan hibákat követhetünk el, amelyeket mi magunk is hamar megbánunk. Ez is olyan élethelyzet, amelyre senki sem készül fel. Ezért sokat segíthetnek mások tapasztalatai, akár előre, akár utólag. Fel lehet ismerni, hogy az adott vallási közösség pozitív vagy negatív hatással van a szerettünkre vagy nem. El lehet dönteni, hogy az adott vallási közösség, szervezet vagy mozgalom „szekta”, vagy nem. Tudni lehet, hogy valódi „vészhelyzetben” mit érdemes tenni, és mit nem szabad. Ez a tanulmány ebben kíván segíteni.

1. Mi szekta, és mi nem?

A „szekta” szó eredeti **teológiai értelmében** szerint a keresztény egyház(ak)ból valamilyen okból kivált, és tőlük tanításában, lelkiségében és szervezeten eltávolodott kisegyházakra utalt. Ezek rendszerint *az igazi kereszténységnek* tartják magukat, és úgy vélik, hogy aki üdvözülni akar, annak *közéjük* kell tartozni. Ma Magyarországon több tucat keresztény kisegyház működik, de kb. két tucat keresztény háttérű szekta is.

A szó mai **hétköznapi értelmében** elsősorban egyfajta viselkedést jelöl: túlbuzgó elvakultságot, szűklátókörűséget, türelmetlenséget. Ezt azonban már a *legkülönbözőbb háttérű* vallási közösségekre és világnézeti vagy akár politikai mozgalmakra is használják. Ezekből igen kevés van, talán csak minden tizedik az összes vallási közösségből és szervezetből. Ugyanakkor bigott, fanatikus viselkedéssel *bármely* vallási közösségben, mozgalomban vagy szervezetben találkozhatunk, kis- és nagyegyházban egyaránt.

A fogalom jelentését erősen befolyásolja a **média** is: a tévében általában a gyilkosságra vagy öngyilkosságra fanatizált vallási közösségeket szokták „leszektáz-

ni". Ilyenek nálunk – egyelőre (2016) – nincsenek. Néha elhangzik a destruktív (azaz romboló hatású) jelző is olyan esetekben, amikor például családok szakadnak szét, emberek lelkkileg vagy anyagilag mennek tönkre. Ez utóbbi vádat azonban igen nehéz bizonyítani, mert mindig túl sok tényező játszhat közre a családi kapcsolatok szétszakadásában. Mindenesetre nem csoda, hogy a „szekta” szó hétköznapi értelemben vett használata bántó, és senki sem örülne annak, ha beszélgetés közben, a munkahelyén vagy a nyilvánosság előtt "leszektásoznák".

Fontos látni, hogy csak azért, mert valaki erősen hisz valamiben, vagy mert az átlagnál elkötelezettebben éli meg azt, amit hisz, **nem feltétlenül** szekta és közössége sem feltétlenül szekta. A korszellem ugyan hajlamos minden átlagon felüli elkötelezettséget szélsőségnek vagy fanatizmusnak minősíteni, mégis az emberiség pozitív hatású nagyjai – akár közismertté lettek, akár nem – mind túltettek valamiben az átlagemberen, és szinte mindnyájukat érte igaztalan kritika.

Természetesen más kérdés azt eldönteni, hogy valaki tiszteletre méltó, mert képes áldozatot hozni egy valóban nemes ügyért, vagy sajnálatra méltó, mert képmutató és megtévesztő vezetők áldozatává vált, amely a saját céljaira használja ki az elkötelezettségét. Érték- és irányvesztett korunkban egyre nehezebb a kettőt megkülönböztetni egymástól, ezért nem árt az óvatosság az ítéletalkotásban.

2. Miért lesz valaki vallásossá?

Bizonyos helyzetben **bármivel**, minden egészséges emberrel előfordulhat, hogy nyitottá válik magára a vallásra, és valamelyik vallási közösség szellemi kínálatára. A keresés, a vonzódás, a konkrét választás és a csatlakozás háttérében személyes elemek és külső hatások egyaránt találhatóak. Ezért nincs két egyforma eset. Hogy ki, mikor és hova csatlakozik, azt egyrészt befolyásolja a családi háttér, a neveltetés erősségei és hiányosságai, bizonyos karakterjegyek és hajlamok, bizonyos lelki szükségek és az éppen általános életérzés, a házastárssal való kapcsolat milyensége, a tanulmányokhoz, munkahelyhez való hozzáállás, az anyagi helyzet stb.

Másrészt a döntés háttérében mindig ott találjuk **a vallás lényegét**. Egy hozzátartozó vagy barát halála, a szülők válása, egy szerelmi csalódás, tanulmányi kudarc vagy éppen a siker csúcsmélysége utáni üresség, a felelőtlen életvitel émelyítő csömöre, egy baleset vagy szereteteink halála mind felidézhetik az emberben az élet alapvető kérdéseit. Ki vagyok én valójában? Merre tart az életem? Minek van igazán értéke? Van-e Isten? Milyen, és ez mit jelent a számomra? Honnan lehetek mindebben bizonyos? Milyen életet követel tőlem, ha mindez igaz? Stb. Ezekre a kérdésekre pedig a vallások válaszolnak, nem a tudomány, a művészet, a munka vagy az alkohol.

Nem csoda tehát, hogy nagyon különböző jellemű, érdeklődési körű, háttérű és helyzetű fiatalok kezdenek egyik napról a másikra intenzív vallási életet. Egyesek

szerint a vallás olyan lelki „mankó”, amire csak a „gyengéknek” van szükségük (aki így vélekedik, önmagát természetesen erősnek hiszi). A dolgot azonban onnan is meg lehet közelíteni, hogy miért csak akkor kezdenek el olyan sokan az élet alapvető kérdéseivel foglalkozni, amikor már baj van? Az ember hite nem csak a mankója lehet, hanem a gerince is. Tehát nem az a baj, hogy az emberek keresnek, és nem is azzal van a baj, amit keresnek, hanem bizonyos esetekben azzal a bizonyos vallási közösséggel vagy szervezettel, ahol azt megtalálni vélték.

Napjainkban óriási a **vallási kínálat**, és a legtöbb ember egyszerűen képtelen tájékozódni. Főleg a mindenre nyitott és tapasztalatlan fiatalokra igaz, hogy nincsenek ismereteik és szempontjaik annak a megítéléséhez, hogy ha valahova csatlakoznak, ott valóban azt kapják-e, amit kerestek. Nem tudják, hogy sajnos nemcsak tévedni emberi dolog, hanem másokat *megettéveszteni* is az, vagy hogy nem csak az alapján hoz döntést, amit tud, hanem az alapján is, amiről *nem tud*.

Sokan látják úgy utólag, hogy ha néhány dolgot előbb tudtak volna, annak idején másképp döntöttek volna. Nem léptek volna be oda, ahonnan aztán csak évek múltán, és nehezen, fájdalmak árán tudtak kilépni. Lassan felismerték, hogy nem azt kapták, amit akartak vagy ígértek, de ez önmagában kevés lett volna a továbblépéshez. Hogy akár nagy nyomás ellenére is lépni mertek, azt vagy erős személyiségüknek vagy – az esetek többségében – szeretteiknek köszönheték. Olyan házasársaknak, szülőknak és barátoknak, akik sosem mondtak le róluk, és tudták, hogyan segíthetnek nekik *jól*.

3. Egy forgatókönyv – minden esetre

Az alábbi anyagot a téma által személyesen is érintett fiatalok és hozzátartozóik élményei, illetve külföldi tanácsadók szakirodalma és saját tapasztalataim alapján állítottam össze. Mindez talán az Olvasónak is segíthet a megelőzésben vagy a hogyan tovább kérdésében. A gyűjtésben kizárólag a gyakorlati szempontokat tartottam szem előtt. Mivel lehetőleg minden helyzetre vonatkozóan szeretnék valami tanácsot adni, egy viszonylag teljes forgatókönyvet próbáltam összeállítani. Természetesen nem kell mindenkinek minden esetben mindezen átmenni, hiszen nincs két egyforma eset, egyszerűen csak megpróbáltam mindenre gondolni az általánosító megfogalmazás keretein belül.

3.1. A kapcsolat fenntartása

Amikor szeretünk, barátunk először beszél nekünk arról a vallási közösségről vagy szervezetről, ahova elkezdett járni, hagyjuk, hogy **mondja el ő maga**, mindazt, amit fontosnak tart. Mi pedig közben próbáljuk megőrizni a nyugalmunkat:

- kerüljük a hisztériát („Te, én kiugrom az ablakon, ha..!„), mert azt érzelmi zsarolásnak veheti; kerüljük a sommás ítéletet is („Az csak egy szekta!”), mielőtt mindenről megbizonyosodnánk;

- ne alázzuk meg („Micsoda hülyeség!”), és ha más is jelen van, előttük se beszéljünk sértően róla („Ez a legújabb dilije!” „Majd kinövi...”) vagy az adott közösségről, szervezetről („Biztos valami szekta...”)!

Ha látja a tiszteletünket, mi is joggal elvárhatjuk tőle. Vitatkozás helyett inkább **kérdéseket tegyünk fel**, amelyekből kiderül, hogy mi is volt a tulajdonképpeni élménye, és amelyek ugyanakkor neki is segítenek tudatosabban végiggondolni a történeteket:

- „Mikor / hol / hogyan találkoztál velük?” „Mióta vagy velük kapcsolatban?”
- „Mi volt az adott közösségről az első benyomásod?” „Mit találtál ott pozitívnak, és miért?” „Van valami, ami zavart? – Rákérdeztél? – Mit válaszoltak?”
- „Utánaolvastál róluk valahol?” „Mit találtál?”
- „Mit gondolsz, meg fog változni a családdhoz / a barátaidhoz / a munkatársaidhoz való viszonyulásod? Hogyan?”
- „Szerinted változni fog a tanulmányaidhoz / a munkádhoz való hozzáállásod? Hogyan?”
- „Mennyit akarsz ebből elmondani másoknak?” „Szerinted X vagy Y mit fog ehhez szólni?”

A továbbiakban alapvetően fontos, hogy **biztosítsuk szeretetünkről és megértésünkről**. Nekünk azonban az eddig megtudott dolgokat fel kell dolgozni. Elharmarkodott véleménynyilvánítás és meddő vitatkozás, a téma indulatos rövidre zárása *helyett* inkább

- **kérjük** a megértését és gondolkodási időt: „Ami neked fontos, nekem is az, és nem akarok felületesen megítélni olyasmit, ami neked most olyan sokat jelent.”
- **vegyen részt** az eddigi közös dolgokban, ahogy eddig, bár ezt nyilván nem lehet erőltetni, ha pl. az adott vallási közösség vagy szervezet bizonyos ételektől, ünnepektől, kulturális programoktól stb. eltiltja.

Fontos, hogy a **párbeszéd** megmaradjon, hiszen ha nem állunk szóba egymással, akkor nem fogjuk tudni, hogy mi jár a másik fejében, biztosan félreértjük egymást, és pozitívan hatni sem tudunk a másikra!

Ugyanakkor a viselkedésünk lehetőleg maradjon **természetes**! Ha gyors és negatív változást látunk is szerettünk viselkedésében, amit érzelmileg nehéz hordozni, akkor se feledjük el, hogy ki ő nekünk, és hogy ő több, mint ami most éppen vele történik.

3.2. Megbízható információ szerzése

Ha fogalmunk sincs, miféle vallási közösségről, mozgalomról vagy szervezetről van szó, akkor saját megnyugtatóságunk érdekében ne sajnáljuk az időt, a pénzt és az energiát, hanem szerezzünk **információt** a tájékozódáshoz!

Fontos látni, hogy **nem kontrollálásról** van szó, ami ellen felázadna, nem is megfigyelésről, faggatásról vagy kémkedésről, ami felháborítja, mert így csak tőlünk távolodik el érzelmileg, és a vallási közösséghez kerül közelebb. A külvilággal erősen szembenálló közösségek az új tagok még be nem szervezett vagy túl sokat kérdezősködő hozzátartozóit az ellenségek közé sorolják, „negatív” befolyást tulajdonítva nekik. A „nem-tag = ellenség” képlet ellen csak a **minden ellenére való szeretet** használ, akármilyen lehetetlen feladatnak is tűnik.

Visszatérve az ismeretszerzésre, ne elégedjünk meg klisékkel („Valami keleti ízé”, vagy „Valami gyülekezet”), mert az általánosítás semmire sem elég. Lehet, hogy tényleg (teológiai vagy szociológiai értelemben vett) „szektáról” van szó, de nem feltétlenül.

- Keressünk ismertető **szakirodalmat** az adott csoportról; ezután érdemes elkérni a saját ismertető anyagukat, és azt összevetni a róluk szóló kritikákkal!
- Ismeretségi körünkben is érdeklődhetünk, hátha van valaki, akinek **tapasztalata** is van az adott vallási közösségről, de ne vegyünk bárkitől bármit készpénznek!
- Keressünk fel **szaktanácsadót**: pszichológust, lelkipásztort vagy ismeretterjesztő szolgálatot, bár sajnos csak kevesen képzettek ezen a területen.

Ha kutatásunk közben olyan információra leltünk, amiről úgy véljük, hogy szerettünknek is tudnia kell, akkor lehetőleg...

- ne vágjuk indulatosan vagy gúnyosan a szemébe; megszerzett ismereteinkkel ne dicsekedjünk előtte, mert ezzel csak a kapcsolatot romboljuk, és a vezetői eltanácsolhatják bármiféle beszélgetéstől
- inkább óvatosan kérdezzünk rá arra a dologra, amiről tudomást szereztünk; így kiderül, hogy ő mit tud az adott dologról, és van-e saját véleménye, vagy nem fogad(hat) el információt „külső” forrásból; ha igen, kérdezzük meg, hogy érdekli-e „a sztori” másik oldala?
- ha ismeretszerzésünket „kémkedésnek” tartja, megmondhatjuk: nem ellene, hanem az ő érdekében kutatunk, őt igyekszünk megérteni.

Amikor az adott vallási közösség **hitnézeteiről** vagy -gyakorlatáról **beszélgetünk** vele, gondoljuk végig, miről tudunk, illetve miről érdemes vitatkozni, és miről nem. Valóban segítség mindenestre, ha önálló gondolkodásra készítjük, és segítünk neki egészséges távolságot tartani az adott vallási csoporttól:

- Ne azonosítsuk őt az adott csoporttal; kerüljük azt a megfogalmazást, hogy: „Te *tényleg* abban hiszel, hogy...?” Ehelyett így kezdjük: „Ha jól értem, ez az egyház / guru / szervezet / stb. azt tanítja, hogy...?”
- Mindig kérdezzünk rá az ő személyes véleményére is: „És Te mit gondolsz erről..?” – Ebből láthatjuk, mit tett már a magáévá, illetve mennyire tud vagy mer önállóan gondolkodni.

Túl a beszélgetéseken, **látogassunk el** az adott közösség alkalmaira, hogy a saját szemünkkel lássuk, miről is van szó!

- A program alatt lehetőleg uralkodjunk magunkon, gyűjtsük össze a pozitív és negatív benyomásainkat!
- Utána először inkább kérdezzünk rá a látottakra-hallottakra, hogy jól értettük-e, nehogy félreértsünk valamit!
- A benyomásaink feldolgozásához kérjünk időt!

Ha szerettünknek eddig semmilyen más vallási közösséggel nem volt tapasztalata, akkor megkérhetjük, hogy velünk vagy ismerősünkkel együtt **látogasson el** máshova, egy hasonló vagy azonos világgépű, de általunk „normálisnak” tartott közösségbe is. Tudassuk vele: számunkra fontos a döntése, és kérjük meg, hogy ne *egyetlen* élmény alapján döntsön véglegesen, hanem hasonlítsa össze máshol szerzett tapasztalatokkal.

3.3. A hatás megfigyelése

Érdeemes **figyelni a változásokat**, amelyeket az adott vallási közösség szeretünkben kiváltott. Esetleg napló formájában is feljegyezhetjük mindazt, amit a viselkedésében, beszédében, szokásaiban újnak, furcsának vagy nagyszerűnek tartunk. A pozitív és negatív dolgok listája nekünk is segít az adott vallási közösség megítélésében, de szerettünknek is segít *utólag*, ha azt otthagyja, és eljön a feldolgozás ideje.

Természetesen nincs olyan vallási közösség vagy mozgalom, amely kizárólag rossz hatással lenne a tagjaira, illetve ahol az alábbi negatív hatások mindegyike egyszerre megjelenne egy tag életében. Ha ez így lenne, senki sem menne oda. Érdeemes tehát megkeresni a közösség vagy mozgalom pozitív hatásait is, mert így azt is megtalálhatjuk, amit máshol is megkaphatna! Ha valóban rossz hatás éri, és ezt ő is belátja, ugyanakkor megérti, hogy az itt kapott jót máshol is meg lehet tartani, akkor könnyebben lép ki, mert nem érzi úgy, hogy mindenről le kell mondania.

Pozitív hatás, ha valaki

- az addiginál magasabb erkölcsi mércét tesz a magáévá
- az ún. lelki értékeket az anyagiak elé helyezi
- leszokik addigi káros szenvedélyéről, megszabadul függőségtől

- képességei kamatoztatására, tanulásra van ösztönözve, érdeklődési köre kitágul
- dönteni képes, önmagáért és családjáért felelősséget vállalni tudó ember-ré válik
- megtanul másokat tisztelni és szeretni, velük együtt érezni, őket minden ellenére megérteni.

Negatív hatás, ha valaki

- lelkileg szenved, fizikailag leromlik, anyagilag tönkremegy
- az ún. lelki értékeket vagy vallási célokat minden más elé helyezi olyannyira, hogy családját és kötelességeit ezek miatt elhanyagolja
- tanulmányai abbahagyására van ösztönözve, képességeit hosszú távon is parlagon hagyja heverni, érdeklődési köre teljesen beszűkül
- közösségtől túlzott függésbe kerül: hagyja, hogy párválasztásában vagy pályaválasztásában vezetője vagy a közösség döntsön
- fekete-fehér gondolkodása révén gyorsan ellenséget lát a kicsit másképp gondolkodóban, csak a hasonló gondolkodásúakat szereti, a kívülállóktól ódzkodik, velük kommunikálni képtelen.

Szinte mindenkinek megváltozik az életvitele, aki egyik napról a másikra intenzív vallási életet kezd. Gyökeresen **megváltozhat** a külseje, a táplálkozása, a napi programja, bizonyos szokásai, a szókinccse, a kultúrához vagy a munkájához való hozzáállása. Hogy a változás jó vagy rossz, azt nehéz tárgyilagosan eldönteni, attól is függ, hogy *mihez képest* történt a változás? Milyen volt például a múltja? Céltalanul, csajozva, cigizve, italozva, szipózva, diszkózva élt bele e világba, most meg egész nap a Bibliáját olvassa? Vallásos és vallástalan szülők minden bizonytalansággal teljesen elérően értékelik ugyanazt a helyzetet és ugyanazt a vallási közösséget. Az egyik veszekszik vele, és azt nyilatkozza a sajtónak, hogy a fiát meghülyítették, elszakították tőle, és inkább maradt volna drogos. A másik az irányváltásnak örül, csak azt szeretné, ha a fiatal nem *ilyen* fordulatszámon élné meg új hitét. Bizonyos dolgoknak, fejleményeknek az értékelése mindenkinél a saját világnézetétől és értékrendjétől függ, de ez nem az adott vallási közösséget minősíti.

3.4. A konfliktusok okának a feltárása

Ha állandósulnak a viták, annak vagy az adott vallási közösség, szervezet az oka (ezt a fenti lista alapján felismerhetjük), vagy a családban eleve meglévő feszültségek robbantak ki a vallási téma miatt. Legrosszabb esetben a két ok *együtt* hat. Előfordulhatnak olyan keserű élmények, amelyekért önvédelemből ösztönösen „a szektát” vádoljuk. Mégis éppen szerettünk érdekében érdemes a mi felelősségünket is mindent őszintén végiggondolni. Van, aki képtelen belátni a *saját* hibáit, hogy ti. ő nevelte rosszul a gyermekét vagy ő nem törődött a párjával. Ugyan-

akkor a „szekta-téma” miatt kirobbant vitában jó ürügyet lát arra, hogy a saját nevelési vagy kapcsolati kudarcait „a szektára” kenje.

Kérdések az önvizsgálathoz:

- A vita tényleg csak az adott vallásközösség megjelenésével kezdődött? Nem lehet, hogy csak felszínre hozott valamit, ami már eleve ott volt?
- Ismerjük, értjük egyáltalán egymást? Azelőtt mennyire törődtünk egymás gondolataival, félelmeivel, vágyaival?
- Nem volt egyoldalúan vallásos vagy anyagias az értékrendszerünk? (Ha igen, akkor a fiatal a másik végletbe menekül.)
- Nem volt túl szigorú vagy túl engedékeny a nevelési módszerünk? (Ha igen, akkor a fiatal a másik végletet képviselő vallási vezetőhöz vagy rendszerhez vonzódik.)

Ha a konfliktusok valódi forrása ilyen dolgokban rejlik, de a „felek” képtelenek ezzel szembesülni, a helyzetet változtatni, és csak a magukét hajtogatják, akkor gyorsan elidegenednek egymástól, *függetlenül* attól, hogy maga az adott vallási közösség teljesen „normális” vagy közismerten vitatott. Sajnos vannak olyan szülők is, akiknek a gyermekét mindenki más megérti, ha elmenekül otthonról. Ha azonban a család tagjai képesek szembenézni önmagukkal és egymással, képesek bocsánatot kérni egymástól, az igazi gyógyulást hozhat, és csökkentheti, vagy meg is szüntetheti „a szekta” vonzását.

Egyes szociológusok és pszichológusok szerint *csak* abban a családban lehet valaki szektataggá, ahol eleve valami probléma volt. Ennek a megállapításnak van igazságtartalma, de csak az esetek egy részében igaz. Ráadásul ennek a médiában is elhangzott véleménynek a hatására a társadalom nagy része – tisztelet a kivételnek – együttérzés és segítség helyett igyekszik távolságot tartani az érintett családoktól. Sok érintett hozzátartozó szégyelli az egészet, és titkolja, ha tudja; az így halmozódó feszültség pedig csak olaj a tűzre. A tapasztalat szerint azonban bármelyik normális család tagjai csatlakozhatnak egy szektás jellegű vallási közösséghez. Ezért az ilyen esetekben a legtanácstalanabbak a tanácsadók.

3.5. A nyitva hagyott ajtó...

Előfordulhat, hogy a nagykorú (!) gyermek vagy a házastárs **távozik**, otthagyja a családot. Ez rendszerint akkor történik meg, ha az érintett valamiért nem tud megférni a családban. Íme néhány a lehetséges okok közül:

- Ha a világnézeti összekülönbözés csak alkalom a meglévő személyi ellentétek megoldására, illetve a szülő-gyermek viszony feszültségének a feloldására (végre „kirepül”, elszakad a „köldökzsinór”).
- Ha az adott közösségbe, szervezetbe belépő családtag nem tudja elviselni hozzátartozói „negatív” hatását (anyagias értékrend, húsevés, pogánynak minősített ünnepek megtartása stb.).

- Hozzá tartozói nem követik az adott közösségbe vagy szervezetbe, ő pedig eleve nem hajlandó egy fedél alatt élni „pogány”, „aberrált” vagy rá „spirituálisan negatívan ható” családtagjaival.

Ha végleg el akar menni, fontos vele tudatni, hogy **visszavárjuk**, ide bármikor, bárhol visszajöhet! Az ajtó nyitva van, feltétel nélkül, minden ellenére szeretjük. Miért fontos tudatni és éreztetni vele ezt a mégis-szeretetet? Ha jó kapcsolat szakad meg, ő maga is szenved, akárhogy titkolja, és a sebek előbb-utóbb felfakadva segíthetnek neki a visszatérésben.

Ezt sok minden elindíthatja, de elsősorban a **csalódások**. Például a „mesterről” kiderülhet, hogy ő is csak ember, hogy az „igazi tanítványok tökéletes közössége” valójában álszent robotok csapata, hogy a „szupermenné válás útja” csak egyre drágábbá váló álom, hogy a kezdeti nagy szeretet és elfogadás csak addig járt, amíg az ember megfelel bizonyos elvárásoknak, szervezeti szabályoknak stb.

Maga a kiábrándulás rendszerint hosszú **folyamat**. Ha elköltözött egy távoli kommunába, asramba vagy szervezeti csoportba, nyilván nehezebb észrevenni, de még ha rendszeresen haza is jár, akkor sem feltétlenül azonnal. Különösen akkor derül rá nehezen fény, ha a tagnak a közösségen belül hozzá kellett szoknia a színleléshez. A már elbizonytalanodott, kétségekkel küszködő tag első kérdése önmagához ez: „Hova tovább? Van, aki visszavár?” Ha nincs, akkor inkább marad, mert a legrosszabb ismert is jobbnak tűnik az ismeretlennél. Ha mégis van hova menni, ha minden ellenére visszavárják, akkor viszont a félelmek ellenére is **visszatér**.

3.6. Kilépés és visszatérés

Maga a kilépés minden vallási közösségből más, és eltérő mértékű **megrázkódást** jelent. Van, ahol egyszerűen tudomásul veszik. Máshol kilépési nyilatkozatot kell tenni, amit a közösség előtt felolvasnak, és a kilépővel azon túl nem állhatnak szóba még a legjobb barátai sem. Egyes helyeken ítéletes bibliai idézetekkel fenyegetik meg az embert, máshol viszont a személyes adataival való visszaélés lehetőségével zsarolják meg, vagy az anyagi tartozásaival tartják vissza... A **különbségek** miatt fontos pontosan tudni, hogy az adott vallási közösségben hogyan állnak a kilépőhöz. Erre a szempontra taggá lett szeretettünk figyelmét is érdemes felhívni, ha megfelelő az alkalom: figyelje meg, hogy hogyan bánnak a kilépőkkel; lehet, hogy egy napon vele is ez fog történni.

A kilépést nehezíti, ha valaki az adott szervezetben már valamilyen funkciót tölt be, anyagilag lekötözött, vagy erkölcsileg került sokba a hűség. Van, akinek szó szerint mindent fel kell adnia, ha szabad akar lenni. A csalódás miatt kilépett vagy kiközösített tag rendszerint **sérült**, kiégett és elkeseredett. Múltja még feldolgozásra vár, jelenét és jövőjét pedig bizonytalanul látja. Nagyon megvágogatja, hogy ezentúl kiben bízik, mert egyszer már becsapták. Önmagában sem bízik, hiszen becsaphatták.

Hozzá tartozói egyfelől örülnek annak, hogy visszakapták szerettüket, másfelől azonban ők is sérültek a történetek során, ezért az indulatból fakadó hibákat kell elkerülni:

- Ne hülyézzük le, mert magától is látja a hibáit (becsapható); a keserűségét nem szabad tovább fokozni. Ne oktassuk ki („Nem megmondtuk?!”), mert ezt új megfelelési kényszerként éli meg!
- Ne erőltessük, hogy ő maga vonja le és mondja el a tanulságot, és ne várjunk el tőle bocsánatkérést! Ha már lesz hozzá ereje, akkor magától megteszi.

Amikor eljön az ideje, a történeteket együttgondolkodással, együttérzéssel, azaz **közösen** kell feldolgozni. Hagyjuk, hogy elmondja, hogyan élt meg bizonyos dolgokat annak idején, amikor még „bent” volt, hogyan gondol ezekre most, és mit gondol a jövőjéről! Szeretetünknek valódinak és általa is érezhetőnek kell lennie! Csak akkor hiszi el, hogy vannak igazi kapcsolatok, ha *tapasztalja*, hogy minden át megmaradnak.

3.7. Aki egyszer megégett...

A kilépés, kiközösítés, a túlságosan intenzív hitélet megszakadása után mindig kisebb-nagyobb szellemi **vákuum** marad, amelyet valami más, igazabb, jobb, egészségesebb szellemiségnek kell betöltenie. Enélkül az ember hajlamos keserűen megtagadni különben jó értékeket és célokat, illetve kerül mindent, ami vallással kapcsolatos, és nem tud önmaga számára is elfogadható, **egészséges** módon viszonyulni a világhoz vagy Istenhez.

Pascal szerint egy „istenalakú lyuk” van bennünk, amit csak maga Isten tud teljesen betölteni. Az ital, a drog, a szex, a család és a hivatás, de a valláspótlékok sem. Aki egyszer már nagyot csalódott valakikben és az istenképükben, nyilván nehezen indul újra útnak. Mégis hadd adjak hangot annak a hitnek, reménységnek és szeretetnek, hogy Isten más, és vannak emberek is, akik mások.

Felhasznált szakirodalom

- AFF: Cults and Psychological Abuse – A Resource Guide (American Family Foundation, 1998)
- Arterburn, Stephen – Felton, Jack: Toxic Faith (Shaw, 2001)
- Engelman, Kim – McBean, Teresa: No More Running in Circles (Create Space, 2014)
- Enroth, M. Ronald: Churches that Abuse (Zondervan, 1992)
- Giambalvo, Carol: Exit-Counseling – How to Respond to Cult-Affected Loved Ones (American Family Foundation, 1991)
- Giambalvo, Carol: Exit-Counseling – A Family Intervention, 2nd ed. (American Family Foundation, 1995)
- Haack, Friedrich-Wilhelm: Ratschläge (Evangelische Presseverband, 1985)
- Hassan, Steven: Combatting Cult Mind Control (Park Street Press, 1990)

- Johnson, David – Vonderen, Jeff van: The Subtle Power of Spiritual Abuse (Bethany House, 2005)
- Lalich, Janja - Tobias, Madeleine L.: Captive Minds, Captive Hearts – Freedom and Recovery from Cults and Abusive Relationships (Hunter House Inc., 1994)
- Langone, Michael D. – Martin, Paul R.: Deprogramming, Exit Counseling, and Ethics – Clarifying the Confusion (In: *Christian Research Journal*, Winter 1993, page 46.)
- Ryan, Dale & Juanita: Distorted Images of God (Inter-Varsity Press, 2012)
- Singer, Margaret Thaler – Lalich, Janja: Cults in our Midst (Jossey-Bass, 1995)
- Watters, Randall: Deprogramming and Exit-Counseling: Are They for Christians? (In: *Bethel Ministries Newsletter*, Jan/Feb 1990)

Internet:

- American Family Foundation, Cultic Studies Association (csja.org)
- Christian Recovery International (christianrecovery.com)
- National Association of Spiritual Recovery (nacr.org)
- Spiritual Abuse Recovery Sources (spiritualabuse.com)