

ÖNEMLİ NOT

Bu kitapta yer alan materyal, kültler ve benzeri gruplar ile istismarcı ilişkilerden ve deneyimlerden iyileşme sürecine ilişkin konulara genel bir bakış sunmak amacıyla hazırlanmıştır. Bilgilerin doğru ve güvenilir olması için azami özen gösterilmiş; içerik, klinik uzmanlarla yapılan görüşmeler doğrultusunda derlenmiştir.

Okuyucular, bu alandaki profesyonellerin farklı görüşlere sahip olabileceğini ve bilgilerin sürekli değişip gelişmekte olduğunu bilmelidir. Her vaka farklı, her birey benzersiz olduğundan, burada yer alan bilgiler iyileşme için tek tip bir yöntem olarak sunulmamaktadır ve başarı da garanti edilmemektedir. Bu nedenle yazarlar, katkıda bulunanlar, yayınevi ve editörler, herhangi bir hata, eksiklik ya da güncelliğini yitirmiş bilgi nedeniyle sorumlu tutulamazlar.

Kitapta sunulan bilgiler yalnızca eğitim amaçlıdır. Buradaki içerik, her duruma özgü bilinçli bir profesyonel danışmanlık yerine geçmez. Bir ruh sağlığı sorununu tanılamak ya da tedavi etmek amacıyla, nitelikli bir sağlık veya ruh sağlığı uzmanına danışmadan bu bilgileri kullanmayınız.

Mevcut seçenekleri değerlendirmek, uygun adımlara karar vermek ya da kitapta yer alan bilgilerle ilgili herhangi bir sorunuz ya da endişeniz olması durumunda, lisanslı yardım profesyonelleri, doktorlar, din görevlileri ya da hukuk danışmanlarıyla görüşmeniz önerilir.

HAYATINI GERİ AL

Kültlerden ve istismarcı ilişkilerden nasıl kurtulursunuz?

‘Sorunlu Gençler Endüstrisi’ üzerine yeni bir bölüm içeren gözden geçirilmiş ve güncellenmiş 3. Baskı

JANJA LALICH

İngilizceden çeviren

Ali Öztürk

HECE YAYINLARI

Tüm ayrılanlar,
ve ayrılacak olanlar
bu kitap sizin için.

İÇİNDEKİLER

GİRİŞ / 13

BÖLÜM I

KÜLT DENEYİMİ / 21

1. Bir Kültü Tanımlamak / 23
2. İşe Alım (Katılım Süreci) / 39
3. Endoktrinasyon ve Yeniden Sosyalleştirme / 64
4. Kült Lideri / 90
5. Narsisizme Genel Bir Bakış / 122
6. Travmatize Edici Narsistik Kült Liderinin Psikolojisini Anlamak / 127
7. İstismarcı İlişkiler Ve Aile Kültleri / 131

BÖLÜM II

İYİLEŞME SÜRECİ / 163

8. Bir Kültten Ayrılmak / 165
9. Zihninizi Geri Almak / 186
10. Kült Sonrası Etkilerle Başa Çıkmak / 204
11. Duygularla Başa Çıkma / 220
12. Hayatı Yeniden İnşa Etmek / 255
13. Gelecekteki Zorluklarla Yüzleşmek / 277
14. Cinsel İstismar ve Şiddetin Yaralarını Sarmak / 297
15. Adım Atarak İyileşmek / 322
16. Başarı Tatlıdır / 343

BÖLÜM III

KÜLTLERDE AİLELER VE ÇOCUKLAR / 377

17. Bir Kült İçinde Doğup Büyümek / 379
18. Kendi Hayatlarımızı Yaşamak / 407
19. Kültlerde Çocuk İstismarı / 443

BÖLÜM IV

SORUNLU GENÇLER ENDÜSTRİSİ / 475

20. Sorunlu Gençler Endüstrisinin (Tt) Kökenleri / 477

21. “Sert Sevgi” Retoriğine Yaslanan Sorunlu Gençler Endüstrisi Nasıl Bir Külte
Dönüştü? / 486

22 . Benliği Yeniden Biçimlendirmek: Kurumsal İstismarın Etki ve Sonuçları / 490

23. TTI Programlarında Kişisel Deneyimler / 510

BÖLÜM V

TERAPÖTİK KONULAR VE KAYGILAR / 537

24 . Terapistin Rolü Ve Danışanın Sesi / 539

25. Kült Mağdurları Ve Travma /578

26. Size Yardımcı Olabilecek Bir Terapisti Bulmak İçin Kontrol Listesi / 584

TEŞEKKÜR / 587

“LALICH CENTER ON CULTS AND COERCION” HAKKINDA / 591

GİRİŞ

Hayatını Geri Al: Kültlerden ve İstismarcı İlişkilerden Nasıl Kurtulursunuz?, kültürlerden ve diğer yüksek kontrol gruplarından, “Sorunlu Gençler Endüstrisi” programlarından, narsisistik ilişkilerden ve ailelerden kurtulan kişilerin yanı sıra onların eşlerine, arkadaşlarına ve bu alanda çalışan profesyonellere, kültürlerin ortak yapıları, işleyiş biçimleri ve artçı etkileri hakkında kapsamlı bir bakış açısı sunuyor. Kitap aynı zamanda, kurtulmayı başaranların, yaşamlarında normallik duygusunu yeniden kazanabilmelerine yardımcı olabilecek bir dizi somut öneride bulunuyor.

Bu konudaki ilk kitabım olan *Captive Hearts, Captive Minds: Freedom and Recovery from Cults and Abusive Relationships*’i, 1994 yılında, psikoterapist Madeleine Landau Tobias ile birlikte kaleme almıştık. Yıllar içinde bu kitap hakkında mektuplar, telefonlar, kartpostallar, e-postalar, fakslar ve konferanslarda ya da profesyonel yaşamlarımızdaki kişisel temaslar aracılığıyla sayısız olumlu geri bildirim aldık. Eski kült üyeleri, travma yaşamış kişiler, aileler, avukatlar ve ruh sağlığı uzmanları bize defalarca, *Captive Hearts, Captive Minds*’in daima en çok başvurdukları birinci kaynak olduğunu ifade ettiler. Bu olumlu geri bildirimler (ve aynı zamanda güncel bilgiler sunma gereksinimi) 2006 yılındaki ikinci baskının ve şimdi de revize edilmiş ve güncellenmiş bu üçüncü baskının temel itici gücü oldu. Bu kaynağı, zorlayıcı etki ve kontrolün çeşitli biçimlerine bir şekilde maruz kalmış ve bu etkileri değerlendirmek, anlamak ve çoğu durumda da bunlardan kurtulmak isteyen insanlara sunmaktan mutluluk duyuyorum. Umarım bu kitap, “hayatınızı geri almanıza” ya da bir kült içinde doğmuş ya da büyümüşseniz, yeni bir hayata başlamanıza yardımcı olur.

Kültler, (bazılarının inanmak istediği gibi) 1960’ların geride kalması ve çiçek çocukların ortadan kaybolmasıyla yok olmadı. Aslında, bazıları olgunlaşmış ve “kendilerine çeki düzen vermiş” olsa da kült grupları,

programları ve ilişkileri hâlâ canlı ve güçlü bir şekilde varlığını sürdürüyor. Eğer bugün sokaklardan çok fazla eleman toplamıyorlarsa, bunun nedeni pek çok kültün artık profesyonel dernekleri, üniversite kulüplerini, kişisel gelişim seminerlerini ve sosyal medyayı yeni birer üye kazanma aracı olarak kullanıyor olmasıdır. Günümüzde her yaşta insan—hatta bazen tüm aile bireyleri birlikte—terapiden iş girişimlerine, Yeni Çağ felsefelerinden dini inançlara, dövüş sanatlarından siyasi değişime kadar her şeye odaklanan çeşitli kontrolcü gruplara, hareketlere ve ilişkilere çekiliyor. Bunlara yatılı okulları, vahşi doğa programlarını, kampları ve diğer programları içeren travmatik ve istismarcı genç rehabilitasyon endüstrisini de dahil ediyorum. Hatta narsistik aile yapıları ve ilişkiler bile çoğu zaman aynı türden travmalara ve iyileşme ihtiyacına yol açma eğilimindedir.

Çoğu kült, kendini ifşa etmeye ya da tanımlanmaya açık değildir. Şu anki en iyi tahminlere göre Amerika Birleşik Devletleri'nde—bazıları büyük, bazıları oldukça küçük olmak üzere—böyle 5.000 grup var ve dünya genelinde belki de binlercesi daha bulunuyor. Kült uzmanı ve benim de mentorum olan klinik psikolog merhum Dr. Margaret Singer, “son yıllarda yaklaşık 10 ila 20 milyon insanın bu gruplarla bir şekilde bağlantılı olduğu” tahmininde bulunmuştu.¹ 1990’ların ortalarında zorunlu olarak faaliyetine son verilmeden önce Ulusal Kült Farkındalık Ağı (Cult Awareness Network/CAN) yılda yaklaşık 20.000 başvuru aldığını bildirmişti.²

¹ Singer, M. *Cults in Our Midst* (San Francisco: Jossey-Bass, 2003). 2003’te vefatından önce, Dr. Singer, California Üniversitesi Berkeley Psikoloji Bölümü’nde Emekli Yardımcı Profesör olarak, birçok kişi tarafından dünyadaki en önde gelen kült uzmanı olarak kabul edilmiştir. Singer, kapsamlı araştırmalar yapmış, üç binden fazla eski kült üyesi ve ailelerine danışmanlık vermiş ve birçok kültle ilgili dava sürecinde uzman tanık veya danışman olarak görev almıştır.

² Clark, C. S. “Cults in America,” *CQ Researcher* 3:17 (7 Mayıs 1993), s. 387; burada *Cult Awareness Network*’ün (CAN) yönetici direktörü Cynthia S. Kisser’a atıfta bulunur. CAN, kamuoyunu kültürler hakkında bilgilendirmeye adanmış, gönüllülere dayalı, kâr amacı gütmeyen bir kuruluştur. Ancak çok sayıda dava nedeniyle, 1990’ların ortalarında iflas başvurusunda bulunmak zorunda kaldı. İflas mahkemesi, CAN’ın adını, logosunu ve yardım hat-tı telefon numarasını en yüksek teklifi veren bir Scientology avukatına sattı. Yeni sahiplik altındaki CAN daha sonra *Foundation for Religious Freedom*’a lisanslandı; IRS dosyalarına göre bu vakıf bir Scientology kuruluşudur.

Eski üyelerin de çok iyi bildiği üzere, kült deneyimi genellikle çatışmalarla doludur. Bir kült ortamından ayrılmak, çoğu zaman kendinizi ve yaşamınızı anlamlı bir şekilde yeniden inşa edebilmeniz için bir uyum süreci gerektirir. Kültten ilk ayrıldığınızda kendinizi tanıyamayabilirsiniz; kafanız karışmış ve yönünüzü kaybetmiş hissedebilirsiniz; üzgün ama aynı zamanda neşeli hissedebilirsiniz. Karşılaştığınız sorunları nasıl tanımlayacağınızı ya da bunlarla nasıl başa çıkacağınızı bilemeyebilirsiniz. Kim olmak istediğinize ya da neye inanmak istediğinize dair en ufak bir fikriniz olmayabilir. Çocuklara sıklıkla sorduğumuz “*Büyüyünce ne olmak istiyorsun?*” sorusu eski kült üyeleri için yeni bir anlam kazanır.

Başınıza ne geldiğini anlamak ve hayatınızı yeniden yoluna koymak, profesyonel terapi veya bir tür danışmanlık gerektirebileceği gibi buna hiç gerek duyulmayacak bir süreç de olabilir. İyileşme ve toparlanma süreci her birimiz için farklıdır; inişli çıkışlı bir seyir izler, kimi zaman büyük içgörüler yaşanır, kimi zaman derin bir kafa karışıklığına düşülür. Bu süreçte bazı bireysel faktörler iyileşme sürecinizi etkileyebilir. Bunlardan biri, deneyiminizin süresi ve yoğunluğudur. Bir diğeri ise bağlı olduğunuz grubun veya kişinin doğası—ya da deneyiminizin nispeten zararsız olandan hafif düzeyde zararlı olana ve oradan da son derece yıkıcı olana doğru uzanan spektrumda nereye düştüğüdür. Bir kült deneyiminden ya da istismarcı, narsistik bir ilişkiden kurtulmak, o ortamdan ayrıldığınız anda—*ister kendi iradenizle isterse bir başkasının yardımıyla ayrılmış olun*—bir anda gerçekleşmez. Hatta bu süreç, ilk birkaç hafta ya da ayla da sınırlı değildir. Aksine, içinde bulunduğunuz koşullara bağlı olarak, kültle olan ilişkinizin bazı yönlerine hayatınızın geri kalanında da dikkat gerektirebilir. Bunu söylememin amacı sizi ürkütmek değil; yalnızca bazı travmaların, deneyimin yoğunluğuna ve uzun süreli olmasına bağlı olarak kalıcı etkiler bırakabileceğini ifade etmektir.

Bu nedenle, iyileşme sürecinizde kendiniz için en uygun olan tempoyu bulmanız önemlidir. Özellikle başlangıçta zihniniz ve bedeniniz sadece dinlenmeye ihtiyaç duyabilir. Artık kendi ruhunuzu ya da “dün-

yayı kurtarma” görevinde olmadığınız göre rahatlamak ve dinlenmek bir günah değil. Tam tersine, sağlıklı, dengeli ve üretken bir yaşam için zorunluluk.

Kült dışı dünyaya yeniden dönmek (ya da bir kültte doğup büyümüşseniz, bu dünyaya ilk kez adım atmak) acı verici ve kafa karıştırıcı olabilir. Zaman, bir dereceye kadar size yardımcı olacaktır. Yine de ayrılışıınızdan itibaren belirli bir sürenin geçmiş olması ya da fiziksel olarak o ortamdan çıkmış olmanız tek başına yeterli olmayacaktır. Sorunlarla ve katılımınızın istenmeyen kalıntılarıyla aktif bir biçimde ve kendi iradenizle yüzleşmeniz gerekir. Zamanın müttefikiniz olmasına izin verin, ancak tek başına zamanın sizi iyileştirmesini de beklemeyin. Yıllar önce gruplarından ayrılmış, ancak kültürler ve onların kullandıkları sosyal-psikolojik etki ve kontrol mekanizmalarının gücü hakkında herhangi bir danışmanlık ya da eğitim almamış eski kültür üyeleri tanıyorum. Bu kişiler, grupları, liderleri ya da kendi katılımları ile ilgili çözümlememmiş çatışmalar nedeniyle önemli ölçüde duygusal acılar çekiyor ve ciddi zorluklarla karşılaşılıyor. Bazıları hala grubun etki ve kontrol mekanizmalarının kimi zaman gizli kimi zaman apaçık işleyen etkisi altında yaşamlarını sürdürüyor.

Bir kültür deneyimi, aynı grup, aile ya da baskı ortamında bulunmuş olsalar bile, her birey için farklıdır. Kimi eski üyeler ağırlıklı olarak olumlu izlenimler ve anılar taşıırken, kimileri de kendilerini incinmiş, kullanılmış ya da öfkeli hissedebilirler. Gerçek deneyimler ve maruz kalınan zararın türü ya da düzeyi önemli ölçüde değişkenlik gösterebilir. Bazı kişiler kültürlerden en az zararla ayrılır ve genel topluma oldukça hızlı şekilde uyum sağlarken, bazıları etkin ve şefkatli bir bakım gerektirecek düzeyde ciddi duygusal, psikolojik ya da cinsel travmalar yaşamış olabilirler. Kimi bireylerin ise tıbbi yardıma ya da başka türden bakıma ihtiyacı olabilir. Bu tür sorunlar bunaltıcı olabilir ve özenli bir dikkat gerektirir. Ben bu durumu her zaman duygusal bir “roller coaster” yolculuğuna benzetmişimdir.

İlk etapta, kendini suçlama (kültte katıldığınız veya içinde yer aldığınız ya da her ikisi için) iyileşme sürecindeki olumlu duyguları

gölgede bırakma eğiliminde olan yaygın bir tepkidir. Buna ek olarak, kültte geçirdiğiniz süre boyunca günlük yaşamın çeşitli yönleriyle ilgili bir kimlik kaybı ve kafa karışıklığı hissi de vardır. Eğer bir yetişkin olarak k lte katıldıysanız, hiç kuşkusuz kendinize ait—bazılarının “kült öncesi kişilik” olarak adlandırdığı—belirgin bir kişiliğiniz vardı. K ltte bulunduğunuz süre boyunca, kült yaşamının taleplerine, zorluklarına ve ortamına uyum sağlayabilmek için büyük olasılıkla “yeni bir kişilik” geliştirdiniz. Bu sizin “kült kişiliğiniz” olarak adlandırılabilir. Çoğu kült sizi endoktrine etmek ve değiştirmek için bir dizi sosyo-psikolojik baskı teknikleri kullanır. Kült  ncesi benliğinizin tamamen kötü, k lte uyum sağlayan kişiliğinizin ise tamamen iyi olduğuna inandırılmış olabilirsiniz. Kültü terk ettikten sonra, otomatik olarak eski benliğinize geri d nmezsiniz; hatta çoğu zaman iki farklı kişiliğiniz ya da iki ayrı benliğiniz varmış gibi hissedebilirsiniz. Bu duyguları değerlendirmek ve bu ikilemle yüzleşmek—iyiyi bütünleştirip kötüyü atmak—oğu eski kült  yesi için temel bir görevdir ve bu kitabın temel odak noktasıdır.

Kimliğinizi yeniden tanımlayıp şekillendirmeye çalışırken, kısıtlayıcı, kontrolcü ve muhtemelen istismarcı bir ortamda yaşamanın psikolojik, duygusal ve fiziksel sonuçlarıyla yüzleşmek isteyeceksiniz. Ve tüm bunlar yetmezmiş gibi birçok temel yaşam gereksinimi ve zorluğunun da üstesinden gelmeniz gerekecek. Bunlar arasında iş bulmak, kalacak bir yer temin etmek, arkadaş edinmek, eski ilişkileri onarmak, inanç sorunlarıyla yüzleşmek, bir kariyere karar vermek ya da okula geri dönmek ve büyük olasılıkla sosyal ve kültürel bir açığı kapatmak yer alabilir.

Kendinizi hiç bilmediğiniz bir yerde, bir yabancı gibi hissediyorsanız, bu duyguyu ilk kez yaşayanın siz olmadığınızı bilmek teselli edici olabilir. Aslında, benim de k ltten ayrıldığımda yaşadığım o yaygın ve tuhaf yabancılaşma duygusu, bu kitabı yazma motivasyonumun bir parçasıydı. Umarım buradaki bilgiler sadece hissedebileceğiniz utanç veya mahcubiyetten kurtulmanıza yardımcı olmakla kalmaz, aynı zamanda olumlu ve üretken bir yaşama yeniden entegre olmanızı da kolaylaştırır.

Kendimi bu kitabı yazmaya mecbur hissettim; çünkü k ltlerden ayrılan insanlar, çoğu zaman pratik bilgilere ulaşmakta büyük zorluk

ekiyorlar. Bu sorunu ben de yaşıamıştım. Kültler ve kült sonrası travma konusunda bilgi sahibi olan yardımcı profesyoneller ve işe yarar bilgiler peşinde koşarken bir ıkılmazdan diğesine savruluyordum.

*

Açıklık getirmek istediğim bir diğere konu ise “kült savunucuları”nın neden olduğu zararlar. Çoğu akademisyenlerden oluşan bu kişiler, k ltlerin (geri bu terimi nadiren kullanırlar) hiçbir zararı olmadığını, duygusal ya da psikolojik zarar iddialarının memnuniyetsiz eski  yelelerin abartıları, hatta uydurmaları olduğunu ileri sürerler. Doğal olarak bu görüşe katılmıyorum. Bazı k ltlerin taşıdığı potansiyel tehlikenin ve kült mağdurları için kamusal ve toplumsal kaynaklara duyulan acil ihtiyaın, kamuoyu tarafından yeterince anlaşılamamış olması tam bir talihsizliktir. Hiç kuşkusuz, kapalı ve baskıcı gruplara ya da istismarcı ilişkilere maruz kalan bireyler açısından birtakım riskler ve olası zararlı sonuçlar söz konusudur. Eğer böyle riskler olmasaydı, ne kültler üzerine araştırmalar yapan kuruluşlara ne de bu tür kitaplara ihtiyaç duyulurdu. Bireyler üzerinde yarattığı tahribatın ötesinde, bazı k ltlerin inançlarını—bazen beklenmedik/sıradışı, bazen ise planlı bir şekilde—dolandırıcılık, terör eylemleri, uyururucu ticareti, silah kaçakçılığı, üyelerini fuhşa zorlama, cinsel istismar, iş gücü sömürüsü ve diğere suç unsuru taşıyan ya da şiddet içeren eylemler gibi toplumsal açıdan zararlı yöntemlerle hayata geçirmeye çalıştığına dair kanıtlanmış riskler de bulunmaktadırdır.

Benim bakış aıma göre bir grup ya da ilişki “kült” etiketini inançlarını nedeniyle değil, kullandığı yöntemler ve sergilediği davranışlar nedeniyle hak eder. Kültleri eleştiren bizler, çoğu zaman insanların inanç ya da diğere birtakım özgürlüklerini ihlal etmekle sulanırsınız. Oysa bizim eleştirdiğimize ve karşı çıktığımız şey, tam da k ltlerde ortaya çıkma eğiliminde olan bireysel özgürlüklerin bastırılması ve ortadan kaldırılmasıdır. Karşı olduğumuz şey inançların kendisi değil, insanların idealizminin, bağlılıklarının ve güven duygularının istismar edilmesidir. Toplumumuz, insanları cezbetmek, bünyesine katmak, dönüştürmek, elinde tutmak ve nihayetinde sömürmek için aldatma, manipülasyon,

zorlama ve ikna yöntemlerini kullanan sosyal sistemleri (ister topluluklar ister örgütler, isterse aileler ya da bireysel ilişkiler olsun) ifşa etmekten ve hesap vermeye zorlamaktan geri durmamalıdır.

Bunun yanında, insanların hayatlarını adayabilecekleri ve bunu yaparken bir tür kişisel dönüşüm yaşayabilecekleri, pek çok saygın ve sağlıklı kuruluşun da var olduğunu belirtmek önemlidir. Dini ve kişisel gelişim odaklı kuruluşların yanı sıra siyasi organizasyonlar ve gönüllü gruplar, bu tür kült dışı yapılara örnek olarak gösterilebilir. Biz bu grupları kült olarak tanımlamıyoruz; çünkü bu yapılar kamuya açık, genellikle bir üst kuruma ya da genel olarak topluma karşı sorumluluk taşıyan organizasyonlardır. İnsanlar bu tür yapılara katıldıklarında, organizasyonun yapısı ve amaçları hakkında belirgin bir fikre sahiptirler. Aldatıcı ya da zorlayıcı uygulamalar, bu tür kuruluşların etki alanını genişletebilmesinin ya da üyelerini elde tutabilmesinin ayrılmaz bir parçası değildir.

Buna karşın, kült üyeliği tam anlamıyla özgür iradeye dayalı bir seçim değildir. Genellikle yoğun sosyal-psikolojik etki ve kontrolün ya da zorlayıcı ikna süreçlerinin bir sonucudur. Kültler, bireyin bağımsızlığına, eleştirel düşünme yeteneklerine, kişisel ve ailevi ilişkilerine saldırma ve onları yok etme eğilimindedir ve bireyin fiziksel, ruhsal ve psikolojik varlığı üzerinde olumsuz etkiler bırakabilir.

Bu kitabı, bir kült ya da istismarcı bir ilişki nedeniyle zarar görmüş ya da travma yaşamış olan birçok kişi için kaleme aldım. Kitap boyunca “*kült ya da kült benzeri ilişki*” ifadesini sürekli tekrar etmek yerine, çoğu yerde kısaca—her türden kült benzeri ilişki biçimini tanımlamak üzere— *kült ya da grup* kısaltmalarını kullanmayı tercih ettim. Benzer şekilde, bire bir yaşanan kült benzeri ilişkilerin ve aile içi kült yapıların varlığını kabul etmekle birlikte, sürekli olarak *lider ya da istismarcı partner ya da narsist* ifadelerini kullanmak yerine yalnızca *kült lideri* ya da *lider* ifadelerini kullanmakla yetindim. Ayrıca, genel olarak kült liderlerinden söz ederken eril zamirler kullanmayı tercih ettim. Bu durum, kadın kült liderlerinin varlığını görmezden gelmek için değil, daha ziyade kült liderlerinin çoğunun erkek olduğu gerçeğine dikkat çekmeye yöneliktir. Bununla birlikte, ister erkek isterse kadın olsun, çoğu eşit

fırsatlara sahip avcılardır; erkek, kadın ya da çocuk fark etmeksizin, her yaş ve geçmişten insanı etki alanlarına çekebilirler.

Kitabın farklı bölümlerinde katılımın özelliklerini, tipik artçı etkilerini ve iyileşme sürecini somutlaştırmak amacıyla vaka örneklerine ve kişisel anlatımlara yer verdim. Bazı örnekler, yüzlerce eski kült mensubu ve travma mağduru ile gerçekleştirdiğim görüşmelere ve son otuz beş yıllık kişisel ve mesleki deneyimime dayalı olarak oluşturulmuş bileşik anlatımlardır. Bazı eski üyeler özel katkılarda bulundu ya da gerçek isimlerini kullanarak kendilerinden alıntı yapmama izin verirken, bazıları ise mahremiyetlerini korumak adına takma ad kullanmamı ya da anonim kalmayı arzu ettiler. Bu kişiler, kendilerine ait vaka örneklerinin metin içinde ilk geçtikleri yerde ad ve soyadlarının baş harfleri ile gösterilmiştir.

Eğer siz de bir eski kült üyesiyse, burada ele alınan bazı deneyimlerle, duygularla, zorluklarla ve mücadelelerle kişisel bir bağ kurabilirsiniz. Bazı konular ise size oldukça yabancı ya da ilgisiz görünebilir. Yine de bunlara göz atmanız yararlı olabilir, çünkü sizin durumunuz için yararlı olabilecek bazı dersler ya da öneriler bulabilirsiniz.

İyileşmenin anahtarı, denge ve ölçülülüktür—ki bunlar kültürte büyük olasılıkla hiç olmayan şeylerdi. Artık ihtiyaç ve arzularınıza hitap eden bir iyileşme programını özgürce oluşturabilir ve bu programı yeni koşullara ya da gereksinimlere göre dilediğiniz şekilde değiştirebilirsiniz. Önemli olan doğru olduğuna inandığınız şeyi yapmaktır. Çoğu kült size içgüdülerinizi bastırmayı öğretir; fakat artık kendinizi dinleyebilir ve iç sesinize kulak vererek harekete geçebilirsiniz. Bundan sonra hedeflerinizi belirlemek ve onlara ulaşmak yalnızca sizin sorumluluğunuzdadır. Kendi iyileşme sürecinizin uzmanı sizsiniz. Bu kitabın, bu süreçte size yararlı olacağını umuyor ve esenlikler diliyorum.

Janja Lalich

BÖLÜM I

KÜLT DENEYİMİ

[Kültler] hakkında daha fazla bilgiye
sahip olan insanlar,
aldatılmaya daha az açıktır.

—ROBERT JAY LIFTON

BİR KÜLTÜ TANIMLAMAK

Eğer eski bir kült üyesiyseniz ve deneyiminizle yüzleşmek istiyorsanız, bir kültün ne olduğunu ve bir külte katılmış olmanın ne anlama geldiğini anlamanız önemlidir. Hayatları bir kültten, yüksek kontrollü bir programdan ya da istismarcı veya narsisistik bir ilişkiden derinden etkilenen insanlar, bu deneyimlerine farklı şekillerde tepki verirler: Bazıları bu deneyimi asla yeniden yaşamayacaklarını söyler; bazıları kendilerini kötülüğe ya da karşı konulamaz bir güce çok yaklaşımış gibi hisseder. Bazıları ise yaşadıklarını “biraz iyi, biraz kötü” olarak tanımlar. Muhtemelen, kült grupları ve bireysel deneyimler kadar çok sayıda yanıt vardır.

Bununla birlikte, birçok eski üye, gruba ya da liderle ilk tanıştıklarında (ya da gruba ilk katıldıklarında), sanki muazzam bir şeye yaklaşmışçasına bir hayranlık duygusu yaşadıklarını söyler. Pek çoğu, yoğun bir coşku, heyecan, tutku ya da geleceğe dönük umut dolu bir beklenti hissini anımsar. Bir kült liderine yaklaşanlar için bu deneyim neredeyse hipnotik bir nitelik taşıyabilir. Birçok kült üyesi kendilerini bir ideal, bir grup ya da “karizmatik bir lider” karşısında büyülenmiş olarak tanımlar ve belki de farkında olmadan seçtikleri kelimeler kült deneyiminin temel bir yönüne işaret eder.

Merriam-Webster sözlüğü “esaret” kelimesini şöyle tanımlıyor; “bir hizmetçi/köle; bir serf; ahlaki ya da zihinsel boyunduruk altında biri; boyun eğme ya da teslimiyet hali; tam bir kendinden geçme durumu.”¹ Esaret, aynı zamanda mistik bir vecd hâlini de ifade edebilir—bu da tipik olarak kült gruplarda karşımıza çıkan bir davaya, lidere ya da inanç sistemine tutkulu bağlılığı tarif etmek için

¹ Merriam-Webster's Collegiate Dictionary, 10. baskı, madde “thrall”