

Sekt og selvaccept

En sekt har et særligt syn på verden uden for sekten og et særligt sprog. Det samme gælder de grupper, som arbejder imod sekterne; de ligner dem i overraskende grad, skriver psykoanalytiker Cyril Lykkebo-Malka, og anviser en psykologisk vej ud af problemet: den enkelte må lære at acceptere sig selv som han eller hun er

Nyreligiøse bevægelser og deraf følgende sekt-ofre er efterhånden hverdagskost. Da jeg begyndte at arbejde med nyreligiøsitet i 1988, mødte jeg mange forbavsede blikke rundt omkring.

At en religiøs fanatiker beskæftigede sig med sekter. Det kunne man sådan set godt forstå, men hvad havde det med psykologi, og psykoanalyse at gøre? Derfor vakte det en del undren, da jeg efter at være færdiguddannet, udover almen psykoanalyse og terapi, også gav mig i kast med nyreligiøsitet.

Der var i forvejen forskellige organisationer, som tog sig af sektofrene, men de fleste byggede på et kirkeligt grundlag, og der var helt afgjort en berøringsangst overfor psykologer, og terapeuter i det hele taget.

Nu snart ti år efter, er der bl.a. psykologisk-teologisk forum i Århus, et tegn på et godt samarbejde og i hvert fald et godt initiativ, i forsøget på at få de to store fag i kontakt med hinanden.

Efterhånden har jeg udvidet mit samarbejde med forskellige organisationer, både her og i udlandet, og disse er religiøse eller ureligiøse. Og ingen kigger mærkeligt på mig længere. Problemet er ved at være tydeligere i folks øjne.

Men efterhånden har jeg dog erfaret noget besynderligt. Og det er, at lige så vel som man kan se en rød tråd i gennem sekterne og deres ofre, ligeså vel kan man ofte se den samme røde tråd gå igen i nogle af de organisationer, som tager sig af oplysning og hjælp til ofrene.

Før jeg kan gå videre med at gøre denne pointe lidt klarere, er vi nødt til at se på sektofrene med de psykologiske briller på. Som regel, i hvert sekt, er der en slags »programmeret forståelse«, som bygger på to meget vigtige grundlag: Det ene er sektens syn på verden udenfor, som er anderledes end sektens syn på sig selv. Det andet er en bestemt sprogbrug og sprogforståelse, som er anderledes end den almindeligt brugte i verden udenfor sekten.

Hvis man ser på en hvilken som helst sekt, vil man udover disse to komponenter, kunne finde fire vigtige fælles begreber; nemlig en værdiopfattelse, en trussel, et håb og et opførselskodeks.

Selvværdsopfattelsen ændres således, at ens personlige værd kun findes indenfor sekten. Man er kun anerkendt, elsket og respekteret dér. Udenfor sekten lurer kun farer, umoralitet, død, og urenhed. Ens selvværd vil blive misopfattet, over-

KRONIK

Af Cyril Lykkebo-Malka



set, eller bragt i fare. Der spiller man på mindreværdsfølelsen.

Man har en trussel hængende over hovedet konstant. Truslen er symboliseret i form af en eller flere modstandere. Disse kan være fysiske (f. eks. bestemte mennesker) eller åndelige (f. eks. Satan, onde ånder, ens Ubevidste). Modstanderen bliver tit tilintetgjort ved en kamp; det kan så være slaget ved Harmagedon (Dommedag), kampen mod det onde, eller kampen for at overvin-

de, overgå, kontrollere sig selv osv. afhængigt af hvilken sekt vi taler om. Så har man et håb, et mål, og et idealbillede.

Håbet er, at overvinde det onde for at nå målet. Målet, udødelighed, evigt liv, genfødsel eller hvad det nu måtte være, er tit sat i perspektiv af et idealbillede. Dette kan være en præst, guru, lærer, mester osv. Tit ynder disse at fremstille sig selv, som værende »ikke mere end andre«, som værende ydmyge, men dog meget viise.

Endelig er der et opførselskodeks, som er afstukket, og symboliseres ved gurens opførsel, og som tilvejebringer muligheden for at vinde kampen, for at nå målet, og for at overvinde truslen. Man er en af de eneste heldige, en del af de udvalgte, der vil opnå dette. Fordi man har en værdi.

Selvfølgelig er der mange andre ting i det end her kort beskrevet, men vi bliver nødt til dels at generalisere lidt, dels at forenkle, så det kan forstås af alle og dertil har begrænset spalteplass til rådighed.

Men af disse begreber, er det vigtigt lige nu at have begrebet selvværd i mente. Det kommer vi tilbage til om lidt.

Men hvad sker der så, når en person går, eller bliver smidt ud af en sekt?

Jo, som regel, bunder det i skuffelse over, at et af de før nævnte overordnede punkter bristede. Afhængigt af sekten vil det være den ventede kamp, som mangler; gurun, der ikke lever op til idealbilledet. Opførselskodekset, som er blevet brudt eller ændret på en uhensigtsmæssig måde. Håbet, som viser sig at være uopnåeligt, eller som kan opnås af andre end de afstukne veje. Eller truslen, som viser sig at være uden grund.

Det er sjældent kun et af disse punkter, som vælter det hele. Men det er dog ofte sådan, at disse punkter bliver forrykket lidt efter lidt, og et punkt lige pludselig falder og vælter hele korthuset.

Det andet vigtige punkt, som jeg gerne vil tilbage til, er opfattelsen af selvværd.

I en sekt, næsten uanset hvilken vi taler om, er det enkelte medlem meget betydningsfuldt. Hver enkelt er på en eller anden måde udvalgt.

Udvalgt til at redde verden, omvende den, forandre den, overleve til en ny verden osv. Alt i alt er den enkeltes rolle i sekten, som i og for sig ikke er andet end et mikro-samfund, meget stor og vigtig. Den enkelte skal opføre sig på en bestemt måde og har en meget speciel og vigtig betydning, ikke blot for sekten, men for hele menneskeheden. Den enkeltes fejl eller manglende handling kan endda ifølge enkelte sekter, have grusomme følger for hele menneskeheden. Det er i sandhed et stort ansvar og byrde, der her skal bæres af det enkelte medlem!

Alt hænger sammen i et holistisk syn. Alt er forbundet og ligner hinanden.

Et sektmedlem vil altid forsøge at drage sammenligninger og sammenhæng mellem alt det, som foregår rundt omkring i verden, og deres liv indenfor, deres virke, deres profetier osv. Man kunne sige at medlemmerne nærmest er besatte af tanken om at drage sammenligninger. Det er nemlig kun på den måde, at de kan berettigg og opretholde deres selvværd og følelse af at være mere end og vigtige for omverdenen.

Det er nu, det bliver tankevækkende! Jeg har efterhånden talt og skrevet en del med forskellige grupper rundt omkring i verden, som beskæftiger sig enten med sekter generelt, eller med en bestemt sekt i særdeleshed. Derudover har jeg via Internettet i de sidste to år læst med på en del såkaldte newsgroups (nyhedsgrupper), hvor folk diskuterer nyreligiøsitet og sekter, samt nogle såkaldte mailinglists (postlister), der er det samme som newsgroups, blot får man det i sin privat e-mail-postkasse i stedet for en offentlig newsgroup.

Der har jeg lagt mærke til, at nogle af disse organisationer, som bekæmper en eller flere nyreligiøse bevægelser, ligner disse selvsamme nyreligiøse bevægelser til forveksling!

Nogle grupper har en tendens at ophøre en bestemt person til »ansfører«, han eller hun bliver så det nye idealbillede, og vupti! I løbet af ganske kort tid, bliver den nye forening organiseret og kredser stadig om de samme vigtige punkter som den sekt, de bekæmper. Truslen er nu sekten. Deres håb og mål er at bekæmpe sekten, enten ved at pacificere den eller endda tilintetgøre den.

Ofte starter kampen som oplysningskampagne, men udvider sig hurtigt til et forsøg på at nedkæmpe sekten med alle midler. Ofte sker der her en splittelse af bevægelsen, og det, som oprindeligt var en bliver til to, tre, eller flere forskellige grupperinger. Hver gruppe er sikker på at være i besiddelse af den eneste sandhed



For folk, der er med i en sekt, er verden delt op i venner og fjender. Det verdenssyn fastholdes også, efter folk har forladt en sekt og kæmper imod den, skriver kronikøren. (Arkivfoto: Leif Tuxen).

(denne gang om sekten, ikke om verden) og kan finde på at bekæmpe hinanden indbyrdes lige så vel som sekten.

Derfor har man et kodeks, som varierer fra forening/gruppe til gruppe (nu kalder man dem for vedtægter) som skal adlydes. Nogle er almindelige officielle vedtægter, andre sætter nogle grænser for, hvad der kan og ikke kan siges fra og i mod foreningen og af hvem.

Dette kodeks er fint nok, men det kan dække noget andet, mere alvorligt, nemlig: hvad man kan tillade sig at gøre og sige indenfor gruppen. Her igen, er det ikke nødvendigvis skrevet ned på papir. Disse grupper har efterhånden også deres hellige køer.

Groft sagt; gruppen nøjes med at udskifte fortegnene på de forskellige begreber: mål, kamp, trussel, kodeks. Men deres psykiske struktur og tankemåde er stadig den samme.

Man bygger et fjendebillede op, oprindeligt af sekten, men efter et stykke tid, også af dem som er så ulyksagelige ikke at ville gå med til en tilintetgørelse af eller krigsførelse mod sekten. Fjenden bliver til »djævelen og alt hans værk (og virke)«, og det indbefatter ikke blot selve sekten, men også dem som ikke er enige med gruppen.

Dette bunder stadig i den holistiske tankegang: Alt ligner hinanden.

Specielt på nogle af nyhedsgrupperne har jeg erfaret, at diverse grupper eller foreninger rent ud sagt kastede mudder i hovedet på hinanden i stedet for at bruge

kræfterne på at oplyse og gøre noget ved den sekt, de hævder at bekæmpe.

Et problem jeg naturligvis også løbet ind via mine klienter. Problemet er, at klienterne kan have svært ved at opgave de værdibegreber, de havde som medlemmer af sekten, for ved at gøre det mister de deres selvværd.

Derfor, hvis man læser nogle af mine første offentliggjorte tekster på dansk (ca. 1992) vil man erfare og læse, at en del af mit arbejde var at gengive folk deres eget værd, blot udenfor sekten.

Hvilket man benytter meget indenfor psykologien; at give folk selvtillid og selvværdsfølelse. Og det er lige der problemet er! Selvværd er nemlig et vurderingsspørgsmål, og med den positive virkning vil der altid følge risikoen for at den bliver vendt til negativ.

Her bliver jeg nødt til at komme med en lidt mere fyldig forklaring. Vi opbygger ideen om selvværd eller mindreværd ud fra nogle ting, vi gør godt eller skidt. Nogle ting er vi gode til, andre ikke. Noget er vi stolte af, en egenskab, en evne, udseende, eller popularitet. Jo mere populær man er, desto mere er man.

Princippet i en behandlingssituation er at få folk til at forstå, at selv om man ikke er direktør i et firma, så er man af værdi. Og deraf trække nogle positive kvaliteter: Du er jo god til at tegne, lytte til folk, m.m. Man kan sige, at man trækker dem op. Og det man gør her, er forkert!

Hvad nu den dag hvor vedkommende

bliver vansiret i ansigtet? Så er han/hun ikke flot længere? Hvad nu den dag, han ikke kan tegne, eller finder en, som tegner bedre end ham? Hvad nu den dag, hvor han begår flere fejl, end han plejer, og derved bliver mindre populær? Så ryger selvfølelsen igen.

Så længe vi opererer med begrebet selvværd, indgår også mindreværd. Så længe vi har et plus, har vi også et minus et andet sted, og det er kun et spørgsmål om tid, hvornår det dukker op igen. Og den dag er det jo ikke sikkert, at man kan blive »trukket op« igen!

Så længe folk vil stræbe efter selvværd, vil de være i farezonen, når de arbejder med de ovennævnte begreber: Kamp, mål, osv. Fordi de stadig arbejder med begreberne fjender og venner. Derfor har jeg i min behandlingsmetode og senere artikler ændret begreberne drastisk!

Målet er først og fremmest at forsøge at få folk til at nå til selvaccept! Og der er en væsentlig forskel på selvværd og selvaccept!

At acceptere sig selv med sine fejl og mangler, med det at vi ikke altid kan frelse menneskeheden, med at vi ikke altid har de viise sten, og at ingen er i besiddelse af sandheden, end ikke en nyreligiøs bevægelse.

Først der, vil man være i stand til at kunne oplyse sagligt om en bevægelse, uden at dømme, og derved være til hjælp for mange flere mennesker.