



## »Nach dem Ausstieg bekam ich die Chance, mir mein Leben zurückzuholen«

Melanie, 38 Jahre, ist in einer Guru-Sekte  
aufgewachsen

### **Das mittelalterliche Dorf**

Als ich ungefähr zwei Jahre alt war, entschieden sich meine Eltern dazu, ihrem bisherigen Leben den Rücken zu kehren und sich einer religiösen Glaubens-, Arbeits- und Lebensgemeinschaft anzuschließen – einer Sekte, die von einem Guru geleitet wurde. Dadurch änderte sich unser Leben fundamental. Wir zogen von der Stadt in ein kleines Dorf, in dem die Zeit stehen geblieben zu sein schien und in dem der moderne Fortschritt offenbar nie richtig angekommen war. Dieses fast mittelalterlich anmutende Dorf sollte nun zu unserem neuen Zuhause werden. Doch als Kind empfand ich das Dorf überhaupt nicht idyllisch und friedlich – im Gegenteil! Auf mich wirkte die Atmosphäre dort immer sehr kühl, unterdrückend und bedrohlich. Dieses Gefühl hatte sicherlich auch mit den örtlichen Begeben-

heiten zu tun, denn das Dorf bestand fast ausschließlich aus Häusern, in denen die Sektenmitglieder zusammenlebten, sowie aus einem Kindergarten und einem Seniorenheim, unter dessen Deckmantel sich die Sekte finanzierte.

### **Wie unser Familiengefühl zerstört wurde**

14 Durch den Eintritt in die Sekte und den damit verbundenen Umzug in das mittelalterliche Dorf veränderte sich unser Familienalltag sehr stark. Man könnte fast sagen, dass sich unser bisheriges Familiensystem in der Sekte auflöste. Weil in der Sektengemeinschaft »konventionelle« Familienstrukturen nicht erwünscht waren, lebten wir von nun an mit fremden Menschen in einer Hausgemeinschaft. Innerhalb der Gruppe konnten wir leider nie wieder die familiäre Nähe und Privatheit erleben, die zwischen Eltern und Kindern eigentlich normal ist. Hinzu kam, dass meine Eltern auf Anweisung des Gurus immer wieder verschiedene Pflegekinder aufnahmen, die ihre Aufmerksamkeit sehr stark beanspruchten. Auch dadurch gerieten meine beiden Geschwister und ich immer mehr aus dem elterlichen Blickfeld. Doch der wohl wichtigste Grund für die Zerstörung unseres Familiengefühls war die in der Sekte vertretene Auffassung zur Erziehung. Denn nach dem Willen des Gurus mussten wir Kinder von unseren Eltern freigegeben werden, wir wurden als »Kinder der Gemeinschaft« betrachtet. Nicht die Eltern waren für die Kindererziehung zuständig, sondern alle erwachsenen Sektenmitglieder. Dies hatte zur Folge, dass wir von dem Kollektiv nicht nur erzogen, sondern auch nach seinem Ermessen bestraft werden konnten. Und diese Strafen waren oft streng und willkürlich. Noch heute erinnere ich mich an eine Situation, in der ich als kleines Mädchen durch das Dorf ging. Als ich einem Mann begegnete, der meinen Gesichtsausdruck als respektlos wahrnahm, schlug er mir zur Strafe auf offener Straße ins Gesicht! In diesem Moment spürte ich nicht nur körperliche Schmerzen, sondern ich fühlte mich auch schrecklich gedemütigt und schutzlos der

Willkür der erwachsenen Sektenmitglieder im Dorf ausgeliefert. Und ich fühlte mich von meinen Eltern im Stich gelassen. Mir wurde bewusst, dass sie mich nicht beschützen konnten, sodass ich als Kind ständig mit der Angst lebte, wegen nichtiger Anlässe misshandelt und gedemütigt zu werden. Rückblickend habe ich den Eindruck, dass ich in einem absolut rechtsfreien Raum ohne jeglichen Schutz der Kinderrechte aufgewachsen bin.

Zur Auflösung unseres Familiengefühls trug auch eine andere Maßnahme des Gurus bei, die ich im Nachhinein als besonders grausam empfinde: Ab einem Alter von drei Jahren wurden wir Kinder immer wieder allein und ohne unsere Eltern in eine Außenstelle der Sekte im Ausland entsandt – bis zu einem Jahr lang. Der Guru organisierte diese Kinderentsendungen so, dass wir als Familie zu keinem Zeitpunkt mehr gemeinsam zusammenleben konnten. Wenn ich ins Ausland entsandt wurde, blieben meine Geschwister bei meinen Eltern.kehrte ich nach einem Jahr wieder zurück, musste sich im Gegendzug einer meiner beiden Brüder von zu Hause verabschieden. Wenn ich heute an diese Kinderentsendungen zurückdenke, empfinde ich Ohnmacht, Hilflosigkeit und Wut! In meiner Erinnerung sehe ich mich als kleines eingeschüchtertes Mädchen fernab von zu Hause, das unfassbar einsam und verzweifelt ist und seine Familie auf das Schmerzlichste vermisst. Über Monate hinweg war ich mit all meinen Ängsten und Bedürfnissen völlig auf mich allein gestellt. Die Kinderentsendung zählt bis heute zu den schlimmsten Dingen, die man mir und meiner Familie je angetan hat. All das hat uns als Familie massiv traumatisiert.

15

### **Mein Alltag als Sektenkind**

Wenn ich nicht im Ausland, sondern zu Hause bei meinen Eltern lebte, war mein Alltag durch vielfältige Regeln bestimmt, die sich aus dem Glaubenssystem der Sekte ergaben. Weil die Gruppierung ein sehr rückschrittliches Frauenbild vertrat, musste ich schon als kleines

Mädchen tagtäglich zahlreiche Verpflichtungen im Haushalt übernehmen. Wir Mädchen mussten bereits ab dem Kleinkindalter Arbeitsschürzen über unseren Kleidern tragen, damit wir von Beginn an lernten, dass wir nur zum Arbeiten geboren waren. Jeder Tag begann gleich: Wir mussten morgens um halb sechs aufstehen, das Frühstück für alle herrichten und alle Toiletten, Duschen und Flure putzen. So begannen wir unseren Tag, und das war jeden Tag so. Danach gab es Frühstück, und kurz darauf ging es schon in die Schule oder in den Kindergarten. Im Anschluss besuchten die jüngeren Kinder eine Kinderbetreuung, die von älteren Sektenmitgliedern beaufsichtigt wurde. Die älteren Kinder und Jugendlichen waren hingegen direkt nach Schulschluss dazu verpflichtet, verschiedene Aufgaben für die Sekte zu übernehmen. Vielfach waren das auch körperlich anstrengende Arbeiten. So mussten wir unter anderem bei der Ernte auf dem Feld helfen, Unkraut in der Gärtnerei jäten, Holz hacken, die Tiere versorgen oder haushälterische Arbeiten übernehmen. Nach Erledigung dieser Arbeiten galt es noch, die Hausaufgaben für die Schule zu machen und im Anschluss daran an den allabendlichen Bibelrunden teilzunehmen. Alles in allem war unser Alltag sehr stark vorgegeben und durchstrukturiert.

In diesem System hatte keines der Sektenmitglieder auch nur annähernd die Zeit, an den Regeln und Vorschriften der Sekte zu zweifeln. Angesichts der vielen Verpflichtungen hatte ich während meiner gesamten Kindheit und Jugend keine Zeit für »unnützes« Spielen, Freizeitaktivitäten oder persönliche Interessen. Eine Privatsphäre gab es so gut wie gar nicht. Von Kindesbeinen an sollte ich von morgens bis abends fleißig sein, für Gott leben und der Sekte dienen. Erst im Nachhinein habe ich begriffen, dass ich dadurch nie einfach Kind sein durfte – im Grunde genommen wurde mir meine Kindheit von der Sekte genommen.

## **Körperliche und sexuelle Misshandlungen**

Bei den oft willkürlichen Bestrafungen durch erwachsene Sektenmitglieder wurde ich als Kind häufig geschlagen. Die Gruppenmitglieder waren der Auffassung, dass Gewalt ein richtiges und legitimes Mittel der Erziehung zu gehorsamen und zuverlässigen Kindern im Sinne der Sekte sei. Auch meine Mutter schlug mich häufig, um mich zu erziehen und zu bestrafen. Sie verhielt sich dabei allerdings ambivalent, weshalb ich nie einschätzen konnte, wann es passierte. In manchen Momenten zeigte sie sich liebevoll und völlig zugewandt. Im nächsten Moment schlug sie mich mit den Holzstäben aus meinem Kinderbett. Kurz darauf cremte sie mich wieder mit Johannisöl ein, damit meine Wunden nicht so stark schmerzten. Über die körperlichen Züchtigungen hinaus sperrte sie mich häufig in unseren dunklen Keller oder ließ mich zur Strafe stundenlang in irgendwelchen Ecken knien. Auch während meines ersten Schuljahres, das ich in dem Internat der Sekte im Ausland verbringen musste, machte ich massive Gewalterfahrungen. Beispielsweise wurden wir Schüler von dem Internatsleiter wiederholt geschlagen. Wir mussten uns – Jungen wie Mädchen – vor ihm ausziehen, und er schlug uns aus ganzer Kraft mit seinem Ledergürtel auf das nackte Gesäß. Dabei rief er immer wieder: »Je lauter du schreist, desto fester schlag ich und desto öfter schlag ich!« Dass ich außerdem während des Aufenthalts im Internat sexuell missbraucht wurde, war für mich eine traumatische Erfahrung, über die ich bis heute nicht gern spreche. Insgesamt würde ich rückblickend sagen, dass neben der Trennung von meiner Familie die körperlichen und sexuellen Gewalterfahrungen für mich am allerschlimmsten waren.

17

## **Gehorsam und Unterwerfung**

Eine eigene Meinung war innerhalb der Sekte nicht erwünscht, wir Kinder sollten sie am besten gar nicht erst ausbilden. Nach dem Wil-

len des Gurus sollten wir kein »Ich« sein, wir sollten zum »Wir« werden. Am besten war es, wenn man überhaupt nichts sagte, sondern lediglich all das hinnahm, was der Guru von sich gab. Wenn man sich in irgendeiner Weise unpassend äußerte oder wenn man von einer Norm der Sekte abwich, wurde man gedemütigt, beschimpft und vor der gesamten Gruppe an den Pranger gestellt. In solchen Fällen redeten alle anderen Sektenmitglieder auf die betreffende Person ein und erklärten ihr, was sie für ein schlechter Mensch sei. Einmal hatte meine Mutter beispielsweise vergessen, auf unserer Terrasse das Unkraut zu jäten, obwohl dies zu ihren Aufgaben gehörte. Es dauerte nicht lange, bis sie von den anderen Sektenmitgliedern auf ihr verwerfliches Fehlverhalten angesprochen wurde. Sie beschimpften sie grob und warfen ihr vor, dass sie es sich gut gehen lasse, während der Garten verwahrlose. Sie ermahnten sie streng, Gott besser zu dienen und pflichtbewusster zu arbeiten.

### **Die Schule als Insel der Normalität**

Meine gesamte Kindheit verbrachte ich völlig isoliert von der Außenwelt, da ich den sekteneigenen Kindergarten besuchte und keine Freundschaften außerhalb der Gruppe führen durfte. Radio, Fernsehen und Zeitung waren verboten. Alles Weltliche außerhalb der Sekte wurde vom Guru als sündhaft und schlecht abgestempelt. Das gesamte System der Sekte glich einem engen Käfig, aus dem mich lediglich die Schulpflicht für einige Zeit befreite. Da die Sekte ausschließlich über ein einziges Internat im Ausland verfügte und sie in Deutschland meine gesetzliche Schulpflicht nicht ignorieren konnte, musste man mir in der Zeit, in der ich bei meinen Eltern lebte, den Besuch einer regulären Schule erlauben. Das war für mich ein großes Glück, obwohl ich in der Schule auch negative Erfahrungen machte. So wurde ich zeitweise von einigen Mitschülerinnen aufgrund meiner Sektenzugehörigkeit gemobbt. Einmal schlug mir ein Klassenkamerad in der Hauptschule mit den Worten »Du Sektenschwein!« ins Gesicht.

Trotzdem entwickelte sich die Schule für mich im Lauf der Zeit zu einem Ort der Freiheit.

Glücklicherweise war ich in meiner Klasse das einzige Kind aus der Sekte, sodass ich mich innerhalb des Klassenraumes relativ frei und unbeobachtet fühlen konnte. Ich war eine gute Schülerin, fand vereinzelt Freunde, hatte meine ersten kleinen heimlichen Liebeleien. Die Schule war ein Stück Normalität in meinem Leben, das ansonsten von Zwängen und Unterdrückung geprägt war. Sehr gern hätte ich die Schule bis zum Abitur besucht, doch das war nicht mit dem Frauenbild der Sekte vereinbar. Deswegen sollte ich direkt nach dem Ende der Schulpflicht eine praktische Ausbildung machen. Wir sollten schließlich nur jene Dinge lernen, die für die Sekte von Nutzen waren und zu deren Weltbild passten. Für mich hatte die Gruppierung ausschließlich hauswirtschaftliche Tätigkeiten vorgesehen. So kam es, dass ich – entgegen meinem Wunsch und meinen Fähigkeiten – den Beruf der Hauswirtschafterin erlernen musste, mit dem ich bis heute nur wenig anzufangen weiß.

19

### **Aschenputtel-Spiele und Verzweiflung**

Als junge Frau lernte ich dann einen Mann kennen, der ebenfalls Mitglied der Sekte war. Wir verliebten uns ineinander und gaben der Gruppe unsere Verlobung einige Zeit später bekannt. Doch um heiraten zu dürfen, musste auch der Guru unsere Beziehung gutheißen. Nun begann ein nervenaufreibendes Spiel, das sich über sechs Jahre hinzog. Mal tolerierte der Guru unsere Beziehung, mal untersagte er sie – warum, wussten wir nicht, es war völlig willkürlich. Letztendlich forderte er uns dazu auf, einen Beweis dafür zu erbringen, dass wir uns wirklich liebten und es ernst miteinander meinten. Er befahl mir, unser Dorf zu verlassen und ein Jahr lang in einem anderen Ort und einer anderen Gemeinschaft zu leben. Er versprach uns, dass wir heiraten dürften, wenn wir nach dieser Zeit trotz räumlicher Trennung

und eingeschränktem Briefkontakt noch immer der Meinung waren, füreinander bestimmt zu sein.

Völlig verzweifelt und entkräftet von den vorangegangenen Schikanen folgten wir seiner Anweisung, in der Hoffnung danach endlich die Legitimation unserer Beziehung zu erhalten. Als ich jedoch nach einem Jahr zurückkehrte, stellte sich das Versprechen des Gurus als Lüge heraus. Trotz des erbrachten Beweises unserer Liebe durften wir immer noch nicht heiraten, und unsere Beziehung wurde von dem Guru weiterhin untersagt! Meine spätere Therapeutin nannte dies ein »Aschenputtel-Spiel«, wie es in der Sekte viele gab: Immer, wenn ich eine Aufgabe erfüllt hatte, wurde alles entwertet – wie in dem Märchen von Aschenputtel, in dem die mühsam aussortierten Linsen wieder zusammengeschüttet werden. Ob die vorgegebene Aufgabe gelöst war, entschied der Guru ganz beliebig. An diesem Punkt brach ich innerlich zusammen. Ich war völlig am Boden zerstört und konnte so einfach nicht mehr weiterleben.

20

Da ich im Rahmen der Trennung bereits ein Jahr lang in einer anderen Gruppierung gelebt hatte, konnte ich mir auch ein Leben außerhalb der Gruppe vorstellen. Dies erzählte ich meinem Verlobten und schlug ihm vor, dass wir gemeinsam die Gruppe verlassen und heiraten könnten. Ansonsten, so erklärte ich ihm, würde ich die Gruppe allein verlassen, da ich es so nicht mehr aushielte. Doch mein Verlobter, der sich in meinen Augen schon seit meiner Rückkehr seltsam verhalten hatte, entgegnete mir, dass er die Sekte auf keinen Fall verlassen würde, da er der nächste Guru werden solle. Außerdem sei er sicher, dass nicht nur die Gruppe, sondern auch Gott gegen unsere Beziehung sei und wir kein Paar mehr sein könnten. Im Anschluss an dieses Gespräch trennten wir uns unter Tränen, woraufhin der Guru noch am selben Abend bekannt gab, dass er eine andere Verbindung für meinen Ex-Verlobten vorgesehen habe. Aufgrund dieser Umstände und aus meiner emotionalen Verzweiflung heraus, entschloss ich mich dazu, aus der Sekte auszusteigen.



Wenige Tage später ging ich zu meinen Eltern und erklärte ihnen, dass ich die Gruppe verlassen wolle. Sie hatten zu diesem Zeitpunkt anscheinend bereits selbst an den Lehren des Gurus gezweifelt, waren jedoch dortgeblieben, da sie sich noch für die jüngeren Pflegekinder verantwortlich fühlten und diese nicht im Stich lassen wollten. Sie unterstützten mich in meinem Vorhaben und ermutigten auch meinen ältesten Bruder, mit mir gemeinsam auszusteigen. Das war eine sehr folgenschwere Entscheidung, denn alle, die die Sekte verlassen, müssen nach ihrem Ausstieg offiziell von ihren Eltern verstoßen werden. Danach darf es keinen Kontakt mehr geben. Doch ich habe sehr mutige und verantwortungsvolle Eltern, und ich bin ihnen sehr dankbar dafür, dass sie uns bei unserem Ausstieg so sehr unterstützt haben – schließlich war das auch für sie ein sehr einschneidender Schritt.

21

### **Weiterleben nach dem Ausstieg**

Nach unserem Ausstieg mussten mein Bruder und ich praktisch bei null anfangen. Innerhalb der Sekte wurden wir für unsere Arbeiten nicht entlohnt, weshalb wir über keinerlei finanzielle Rücklagen verfügten. Hinzu kam, dass ich mit der Ausbildung, die ich während meiner SektENZEIT absolvierte, nichts anfangen konnte. Wir lebten in einer winzigen Wohnung am Existenzminimum, begannen neue Ausbildungen und holten schließlich beide das Abitur nach. Doch noch Jahre nach meinem Ausstieg lebte ich weiterhin nach den strengen Regeln der Sekte. Diese hatte ich so sehr verinnerlicht, dass ich sie auch außerhalb der Gruppierung befolgte – ich konnte nicht anders.

Viele Gespräche und Begegnungen mit anderen Menschen brachten mich schließlich an einen Punkt, an dem ich erkennen konnte, dass ich über Jahrzehnte manipuliert und indoktriniert worden war. Ich spürte, dass ich die Vergangenheit aufarbeiten musste, um mich auch innerlich von der Sekte zu befreien. Deswegen suchte

ich eine Psychotherapeutin auf, von der ich mir professionelle Unterstützung erhoffte. Es war das erste Mal, dass ich über meine Vergangenheit sprach und ansatzweise versuchte, das Geschehene zu begreifen. Doch obwohl diese Psychotherapeutin sicherlich gut ausgebildet war, hatte sie keine Erfahrung mit Menschen, die in einer Sekte aufgewachsen sind. Deswegen konnte sie viele Dinge nicht wirklich verstehen und mir nicht gut helfen. Da ich jedoch nicht wusste, an wen ich mich sonst wenden konnte, waren die Gespräche mit dieser Psychotherapeutin für mich lange Zeit die einzige Unterstützung. Ich fand einfach keine Einrichtung und keinen Therapeuten, die mich wirklich verstanden. Immer wieder wollten diese lediglich das Trauma meines erlebten sexuellen Missbrauchs behandeln. Für mich war das jedoch nur eine einzelne Facette meiner Sektenkindheit. Dass ich meine gesamte Geschichte mit sämtlichen Facetten aufarbeiten wollte, schien ganz offensichtlich alle zu überfordern, an die ich mich in dieser Zeit wandte.

### **Mein langer Weg zu mir selbst**

Weil ich keine geeignete Hilfemöglichkeit für mich finden konnte, recherchierte ich sehr oft im Internet. Ich las viel darüber, wie man Sekten definiert und was sie überhaupt ausmacht – eben diese ganzen grundlegenden Dinge. Das führte dazu, dass ich mich irgendwann von der Sekte distanzieren konnte und es schaffte, meine »heiligen Bücher«, die ich bei meinem Ausstieg zunächst noch mitgenommen hatte, symbolisch in einen Fluss zu werfen. Kurz darauf begann ich, all die Dinge zu tun, die mir während meiner Kindheit strengstens verboten worden waren. Es war wie in einem freien Fall. Ich musste alles erst einmal ausprobieren, um mir eine eigene Meinung zu den Dingen bilden zu können. Überflutet von all den Möglichkeiten und Freiheiten, die mir das Leben außerhalb des rigiden Glaubenssystems der Sekte bescherte, stellte ich mich zum ersten Mal der Herausforderung, mich selbst als Menschen wirklich kennenzulernen. Ich be-

nötigte viele Jahre, um auch jene Seiten an mir zu entdecken, die in der Sekte jahrelang unterdrückt worden waren. Ich merkte, dass ich teilweise gar keinen Zugang zu meinen Gefühlen hatte, weil ich diese über eine so lange Zeit verdrängt hatte. Meine Sektenkindheit hatte mich regelrecht zu einem gefühlsamputierten Menschen gemacht, und nun bekam ich endlich die Chance, mir mein Leben Stück für Stück wieder zurückzuholen. Jedoch war und ist dieser Weg in ein »normales« Leben bis heute ein sehr holpriger Pfad.

Rückblickend muss ich ganz klar sagen, dass eine gute professionelle Unterstützung für mich in dieser Zeit sehr hilfreich gewesen wäre. Doch leider musste ich die meisten, doch sehr kräfteaubenden Schritte aufgrund des Mangels an geeigneten Unterstützungsangeboten allein bewältigen. Erst durch eine Talkshow im Fernsehen wurde ich zufällig auf einen Psychologen aufmerksam, der eine spezifische Therapie für Sektenaussteiger anbietet. Und so entschloss ich mich, einige Therapiestunden bei ihm zu besuchen. Diese spezifische Therapie war unglaublich hilfreich und unterstützte mich maßgeblich bei der Bewältigung meiner traumatischen Erfahrungen. Durch ihn habe ich das erste Mal erfahren, wie hilfreich es ist, wenn sich ein Therapeut mit der komplexen Problematik einer Sektenkindheit wirklich auskennt. Er verstand das, wovon ich erzählte, und gab mir viele hilfreiche Anregungen. Darüber hinaus gab er mir zum ersten Mal das Gefühl, dass ich mit meiner Biografie nicht allein bin und dass ich mich für all das nicht zu schämen brauche. Aus dieser Erfahrung heraus finde ich es sehr wichtig, dass viel mehr Therapeutinnen und Berater spezifisches Wissen über Sekten haben. Denn nur dann können sie die besonderen Probleme der Betroffenen wirklich begreifen und ihnen wirksam helfen.

Der Kontakt zu unseren Eltern blieb nach unserem Ausstieg die ganze Zeit bestehen – obwohl sie sich offiziell von uns lossagen mussten. Schließlich konnten sie sich ebenfalls dazu entscheiden, die Sekte zu verlassen. Darüber war ich sehr glücklich! Rückblickend betrachte

ich insbesondere den Ausstieg meiner Eltern als ein ganz großes Geschenk, durch das wir doch noch einmal eine zweite Chance bekommen haben, uns im Leben als Familie zu finden.

### **Wünsche für die Zukunft**

24 Heute bin ich 38 Jahre alt. Ich habe erst spät mit dem Abitur und dem Studium begonnen. Und ich habe erst spät das »richtige« Leben kennengelernt. Leider habe ich keine eigene Familie, obwohl ich sehr gern eine hätte. Möglicherweise hängt auch das mit den Erfahrungen als Sektenkind zusammen, die ich gleichsam als biografisches Erbe in mir trage. Für meinen persönlichen Weg wünsche ich mir, dass ich irgendwann an den Punkt komme, an dem ich zurückschauen und meine Biografie so annehmen kann, wie sie ist. Dass alle schönen und schlimmen Aspekte nebeneinanderliegen und ich einfach sagen kann: »Ja, so ist eben mein Leben gewesen.« Das wird der Moment sein, in dem ich meine Vergangenheit überwinde und wirklich frei sein werde.

Vielleicht kann meine Geschichte anderen Menschen helfen – deswegen habe ich mich bereit erklärt, sie zu erzählen. Ich denke dabei vor allem an all diejenigen, die so wie ich in einer Sekte aufgewachsen sind und die es irgendwann geschafft haben, auszusteigen. Oder auch an diejenigen, die den Gedanken tragen, diesen Schritt zu wagen. Diesen Menschen möchte ich sagen: Ihr seid unglaublich mutig! Denn es gehört so viel Mut dazu, ein totalitäres System zu verlassen, in dem man groß geworden ist und das einen in vieler Hinsicht unterdrückt und geprägt hat. Eine Sektenkindheit kann man nicht einfach abstreifen wie ein Kleidungsstück. Auch nach einem Ausstieg muss man erst lernen, mit dem Erbe der Vergangenheit zu leben. Das ist nicht leicht, und jeder muss seinen eigenen Weg in sein neues, selbstbestimmtes Leben finden. Dafür wünsche ich euch von Herzen ganz viel Kraft und Zuversicht!